



Beratung Perspektiven und Möglichkeiten entdecken

Freizeit Neue Kontakte und gemeinsames Erleben

Prävention Die seelische Gesundheit stärken

Hier kann ich sein

Ein Angebot für alle zwischen 16 und 27 Jahren, die sich für ihre psychische Gesundheit interessieren oder Fragen zu seelischen Krisen und Erkrankungen haben sowie für Angehörige und andere Bezugspersonen.

Öffnungszeiten: Mo, Mi, Do 11-18 Uhr | Di 11-20 Uhr | Fr 11-16 Uhr



Leibnizstr. 47 | 55118 Mainz
06131 - 906 76 00
unplugged-mainz.de

unplugged-mainz.de

beratungscafe_unplugged

Ein Angebot der **gpe**

Tag & Zeit Programm Juli & August 2026

Juli

- 2.7.** 16-17:30 **Buchclub**
Fest im Kalender eingebucht
- 10.7.** 12-14 **Kochen: Çiğ Köfte**
Mit Granatapfelsirup ⓪
- 21.7.** 14-14:45 **Therapiehündin Nika**
Raus ins Grüne **A**
- 22.7.** 17-19 **Anders und doch ähnlich**
Der Begegnungsabend **A**
- 30.7.** 10-12 **Kochen: Wraps**
Schnell, bunt & lecker ⓪

August

- 4.8.** 16:30-18 **honey & bees**
Wir besuchen die soziale Stadtimkerei
- 6.8.** 16-17:30 **Buchclub**
Fest im Kalender eingebucht
- 11.8.** 9:30-18 **Kurpfalz-Park**
Der Sommer-Tagesausflug **A**
- 18.8.** 14-14:45 **Therapiehündin Nika**
Gemeinsam unterwegs **A**
- 24.8.** 13-15 **Colourwalk**
Ein Spaziergang mit Eis-Pause

⓪ = **Eigenbeteiligung in €**

A = Anmeldung erforderlich

Infos zu allen Programmen auf unserer Webseite