



Newsletter April 2026

Bild Cristina Keppel



SeHT
SeLBSTÄNDIGKEITS-
HILFE BEI
TEILLEISTUNGS-
SCHWÄCHEN E.V.
Kreisvereinigung
Ludwigshafen/Vorderpfalz

Der Vorstand wünscht allen eine wunderschöne, erholsame und farbenfrohe Osterzeit. Ob ihr die freien Tage gemütlich zu Hause verbringt, unterwegs seid oder einfach ein wenig Frühling tankt.

Julia Salm hat zu diesem Anlass ein stimmungsvolles Bild gestaltet: ein ruhiger Bach, sanftes Licht, ein Platz, der zum Verweilen einlädt. Es erinnert daran, wie wohltuend es sein kann, die Gedanken treiben zu lassen, zur Ruhe zu kommen und sich eine kleine Pause vom Alltag zu gönnen.



Liebe SeHT-Mitglieder,

Termine im Monat April:

Zu allen Terminen / Gruppen ist eine Anmeldung erforderlich!

Jeden Mittwoch von 19:00 – 21:00 Uhr
AD(H)S-Erwachsene = Achterbahn.

Jeden Mittwoch von 15:30 Uhr – ca. 18:00 Uhr und nach Absprache
Hobby-Künstler (z. Zt. Malen mit Acrylfarben und nähen)
Treffpunkt: Fam. Steinert, Dalberstr. 100, 67122 Altrip

Dienstag 14. April von 19:00 Uhr – 21:00 Uhr
Kollegiale Beratung (geschlossene Gruppe)
Fam. Steinert, Dalbergstr. 100, 67122 Altrip

Freitag 24. April von 15:00 Uhr – 17:00 Uhr
Angehörige von AD(H)S-Betroffenen 18+
Treffpunkt: Barbarossa Bäckerei, Depot LU, Rheinallee 1, 670671 Ludwigshafen

Samstag 25. April von 11:00 Uhr – 13:00 Uhr
Raus aus der Stressfalle, Entspannungstechniken (nur für Erwachsene)
Teilnehmerzahl begrenzt, bei Anmeldung Mobilnummer angeben.
Referentin: Jacqueline Capellupo
Kosten: SeHT-Mitglieder frei, sonst 10 Euro
MGH, Turmstr. 10, 67063 Ludwigshafen, Gebäude

Haben Sie / Habt ihr eine Frage? Oder möchtet ihr einfach nur mit jemandem sprechen?
Dann ist für Sie/euch da:
Heidi Steinert Tel: 06236 39142 E-Mail: sehtlu@gmx.net



Ein Blick auf unsere Webseite lohnt sich immer! Berichte und Audios
www.sehtlu.de

Viele Grüße und erholsame Osterferien!

Heidi Steinert, Selina Dahler und Jacqueline Capellupo