

AKTIONSMONAT im Landkreis Haßberge



GEMEINSAM! STATT EINSAM



**VORTRÄGE &
VERANSTALTUNGEN**

KOSTENFREI FÜR ALLE

Jetzt anmelden – die Teilnehmendenplätze sind begrenzt!
Tel. 0952127490 · gesundheitsregion@hassberge.de

29. SEPTEMBER 2023 Freitag

Gemeinsam kochen – gesund, regional, fair

VERANSTALTUNG Laura Späth, vhs-Kursleitung

Gemeinsam kochen und essen – das verbindet und macht Spaß! Die Kursleiterin zeigt den Teilnehmenden, wie sie mit regionalen und fair gehandelten Zutaten gesunde Gerichte zubereiten können. Zudem bietet der Kurs die Möglichkeit, (kulinarisch) zusammenzukommen, sich kennenzulernen und sich auszutauschen.

Am Vormittag werden gemeinsam die benötigten Lebensmittel eingekauft. Die Kursleiterin besucht zusammen mit den Teilnehmenden den Wochenmarkt und den Weltladen und erklärt, welche Lebensmittel für eine ausgewogene Ernährung geeignet sind.

Am Abend wird dann gemeinsam gekocht. Die Teilnehmenden lernen, wie die gekauften Lebensmittel zu leckeren und gesunden Gerichten verarbeitet werden können und dürfen auch selbst den Kochlöffel schwingen. Die gekochten Speisen werden anschließend in geselliger Runde verkostet.

WICHTIG: Es handelt sich um eine inklusive Veranstaltung.

Es ist ebenfalls möglich nur abends zum Kochen dazu zu kommen.

Unkostenbeitrag für Lebensmittel erwünscht.

- 10.00 Uhr **Treffen Einkaufen:** am Alten Rathaus, Marktpl. 32, 96106 Ebern
- 17.00 Uhr **Treffpunkt Kochen:** 17.00 Uhr Sutte 1, 96106 Ebern (Rummelsberger Diakonie)
- Jetzt anmelden bei c.schuler@vhs-hassberge.de, Tel.: 09521-942017

1. OKTOBER 2023 Sonntag

Geführter Lauf im Laufparadies – Gemeinsam statt Einsam

VERANSTALTUNG Marco Depner, Initiator Laufparadies

4,2 km – Trailspaß auf dem Josefweg

Fast 100 % des Laufs führen über einen ausgetretenen Trail, der das ganze Jahr und bei jeder Witterung begehbar ist. Außerdem verläuft der Weg zu 100 % unter schützendem Blätterdach; beste Voraussetzungen also für einen entspannten Lauf bei jedem Klima.

Die Strecken bzw. Streckenabschnitte sind für Läufer jeder Alters- und Leistungsklasse machbar. Es wird Rücksicht genommen.

- 10:00 Uhr **Jetzt anmelden!**
- Der Startpunkt zum **Josefweg** befindet sich rechtsab der Kreisstraße HAS 4 zwischen Obertheres und Buch, etwa 1 km vor Buch. Wir parken dort am Rand des Forstweges.

Regional gut unterwegs

VERANSTALTUNG Direktvermarktungsbetriebe aus dem Landkreis

„Entdecken Sie den Geschmack Ihrer Heimat!“ Unter dem Motto „Regional gut unterwegs“ findet am 1. Oktober 2023 erstmals im Landkreis Haßberge ein großer Aktionstag rund um das Thema „Regionale Produkte und Erzeugung“ statt. Direktvermarktungsbetriebe und regionale Produzenten öffnen ihre Türen und bieten ein buntes, abwechslungsreiches Programm mit verschiedenen Führungen, Verkostungen und vielen weiteren interessanten Aktionen.

- Das gesamte Programm steht zur Verfügung unter www.regionalmanagement-hassberge.de

5. OKTOBER 2023 Donnerstag

Gemeinsam statt Einsam – Positivpsychologische Strategien und Interventionen zur Überwindung von Einsamkeit

VORTRAG Prof. Dr. Niko Kohls, Hochschule Coburg, Gesundheitswissenschaften mit dem Schwerpunkt Gesundheitsförderung

Der Vortrag widmet sich dem Thema Einsamkeit aus psychologischer Sicht und untersucht die Ursachen sowie bewährte Strategien, um damit umzugehen. Einsamkeit ist immer mehr zunehmend ein weit verbreitetes emotionales Erleben, das erhebliche Auswirkungen auf das Wohlbefinden und die psychische Gesundheit haben kann. Prof. Kohls hebt wirksame Interventionen und Strategien zur Bewältigung von Einsamkeit hervor und will den Teilnehmenden wertvolle Erkenntnisse, praktische Werkzeuge und evidenzbasierte Strategien an die Hand zu geben, um Einsamkeit effektiv zu bewältigen, wertvolle und sinnvolle soziale Verbindungen aufzubauen und so ihr allgemeines psychisches Wohlbefinden und die Lebensqualität zu steigern.

- 19:00 – 20:30 Uhr **Jetzt anmelden!**
- Sitzungssaal Landratsamt, Am Herrenhof 1, 97437 Haßfurt

6. OKTOBER 2023 Freitag

Yoga im Sitzen

VERANSTALTUNG Pedro Cichon, vhs-Kursleitung

Nur 15 Minuten Yoga täglich können helfen, ausgeglichener in den Tag zu starten, den Abend entspannt ausklingen zu lassen oder während des Tages neue Energie zu tanken. Im Kurs zeigt Pedro Cichon kurze Sequenzen, die jederzeit in den Alltag eingebaut werden können.

- 10:00 – 11:00 Uhr **Jetzt anmelden!**
- Rummelsberger Diakonie, Gruppenraum, Krumer Straße 12, 97475 Zeil am Main

7. OKTOBER 2023 Samstag

Einführungskurs Mobiltelefon und Tablet für Senioren

VERANSTALTUNG Johannes Kaufmann, vhs-Kursleitung

Keine Scheu vor dem eigenen Handy oder Tablet! - Einführungskurs Mobiltelefon und Tablet für Senioren ... Ist die digitale Welt ein Buch mit sieben Siegeln? Dann haben wir die Lösung!

Kursleiter Johannes Kaufmann erklärt anschaulich und leicht verständlich die souveräne Bedienung eines Mobilgerätes.

Behandelt werden die Themenfelder Gerätebedienung, Appnutzung, Sicherheit und (Video-)Kommunikation.

Mitzubringen: Eigenes Smartphone oder Tablet mit eingerichtetem Play- / Appstore, Passwörter für die Installation von Apps (z. B. Apple-ID).

14:00 – 17:00 Uhr Jetzt anmelden!

Bürgertreff Untertheres, Hauptstraße 12, 97531 Theres

8. OKTOBER 2023 Sonntag

Geführter Lauf im Laufparadies – Gemeinsam statt Einsam

VERANSTALTUNG Marco Depner, Initiator Laufparadies

Ca. 7 km – Teilabschnitt – Entdeckerweg

Der Weg führt unter anderem in den Landschaftsgarten Bettenburg. Nicht weit vom gleichnamigen Renaissance-Schloss entfernt, liegt dieser im Wald versteckte Park.

10:00 Uhr Jetzt anmelden!

HOH.3 Der Startpunkt zur Rundstrecke liegt außerhalb des Hofheimer Stadtteiles Eichelsdorf in Fahrtrichtung Bundorf auf der rechten Seite.

Gemeinsam musizieren mit Bewohner*innen

VERANSTALTUNG Verein Herzwärts e.V.

Um der Einsamkeit entgegenzuwirken und bestenfalls ein paar Seniorinnen und Senioren ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern, finden musikalische Nachmittage mit dem Verein Herzwärts e.V. statt. Die Liedermacherin Doris Kampmann wird an 4 Terminen gemeinsam mit ihren Vereinskollegen in Senioren-/Pflegeeinrichtungen kommen und gemeinsam mit bzw. für die Bewohnerinnen und Bewohner musizieren.

Angehörige sind bei den Terminen ebenfalls herzlich Willkommen. Weitere Interessierte müssten aus organisatorischen Gründen vorher Rücksprache mit der jeweiligen Einrichtung halten.

15:00 Uhr Jetzt anmelden!

Caritas St. Bruno, Promenade 37, 97437 Haßfurt

10. OKTOBER 2023 Dienstag

Prävention von Depression im Alter

VORTRAG Katrin Jung, Gerontopsychiatrische Vernetzung Main

Die Zahl der alleinlebenden älteren Menschen in Deutschland steigt, gleichzeitig führten u.a. Kontaktbeschränkungen aufgrund der Corona-Pandemie dazu, dass soziale Kontakte gerade in der Gruppe der Älteren reduziert wurden. Diese Faktoren haben zu einem Anstieg älterer Menschen geführt, die unter Einsamkeit leiden.

Katrin Jung beleuchtet im Vortrag die Auswirkungen von Einsamkeit sowie präventive Maßnahmen.

14:00 – 16:00 Uhr Jetzt anmelden!

Pfarrheim, Johannes-Nas-Platz 3, 97483 Eltmann

Kochkurs für Jugendliche: Gesunde marokkanische Küche

VORTRAG Hanane Schober, vhs-Kursleitung

Du hast genug von Pizza, Pasta und Pommes? In diesem Kochkurs zeigen wir dir, wie du mit einfachen Zutaten und viel Fantasie köstliche marokkanische Gerichte zauberst, die dich begeistern werden.

Ob du scharf oder mild magst, ob du Fleisch oder vegetarisch bevorzugst, hier ist für jeden Geschmack etwas dabei. Alles, was du brauchst, ist eine Schürze, ein Messer und gute Laune. Also, worauf wartest du noch? Schnapp dir deine Freunde und komm vorbei!

16:00 – 19:00 Uhr Jetzt anmelden!

Schulküche Mittelschule Hofheim, Johannisstraße 32, 97461 Hofheim in Unterfranken

12. OKTOBER 2023 Donnerstag

Schulkinoabend

VERANSTALTUNG Capitol Kino Zeil

In gemeinsamer Abstimmung mit den Schülermitverwaltungen des Schulzentrums Haßfurt sowie dem Capitol Kino Zeil findet am 12.10. ein selbstorganisierter Kinoabend für Schüler*innen statt.

Vorgestellt wird der 2011 erschienene Film „Atmen“:

Der 19-jährige Roman Kogler (Thomas Schubert) büßt seine Haftstrafe in der Jugendanstalt schicksals ergeben ab.

Als Freigänger lässt er täglich beim Nachhausekommen Demütigungen des Wachpersonals über sich ergehen. In Bewegung gerät das Leben des jungen Mannes erst, als er sich dem Tod widmet und einen Job als Leichenbestatter annimmt.

Je näher Roman dem Tod kommt, desto mehr hat er das Bedürfnis zu leben. Nachdem er in einer Toten kurz seine Mutter zu erkennen glaubt, be-

schließt er, sich auf die Suche nach jener Frau zu machen, die ihn als Baby zur Adoption freigegeben hat.

17:30 – 19:30 Uhr Jetzt anmelden!

Ganztagesstätte „Silberfisch“, Dürenweg 24, 97437 Haßfurt

Jugendliche anderer Schulen sind natürlich ebenfalls

herzlich willkommen.

14. OKTOBER 2023 Samstag

Gemeinsam musizieren mit Bewohner*innen

VERANSTALTUNG Verein Herzwärts e.V.

Inhalte und Informationen siehe 8. Oktober 2023

16:00 Uhr Jetzt anmelden!

AWO Knetzgau, Hainerter Str. 6, 97478 Knetzgau

Einführungskurs Mobiltelefon und Tablet für Senioren

VERANSTALTUNG Johannes Kaufmann, vhs-Kursleitung

Inhalte und Informationen siehe 7. Oktober 2023

Mitzubringen: Eigenes Smartphone oder Tablet mit eingerichtetem Play- / Appstore, Passwörter für die Installation von Apps (z.B. Apple-ID).

14:00 – 17:00 Uhr Jetzt anmelden!

Rathaus, Hauptstraße 24, 96126 Maroldsweisach

15. OKTOBER 2023 Sonntag

Geführter Lauf im Laufparadies – Gemeinsam statt Einsam

VERANSTALTUNG Marco Depner, Initiator Laufparadies

Ca. 6 km – Teilabschnitt – Von Stein zu Stein

Läufer aller Leistungsklassen werden diesen Kurs lieben! Geboten wird ein abwechslungsreicher Panoramalauf auf dem „Stein-Erlebnis-Pfad“ rund um den Zeilberg. Hierher kommt man wieder!.

10:00 Uhr Jetzt anmelden!

MAR.3 Der Einstiegspunkt in die Strecke liegt im Gemeindeteil

Allertshausen der Gemeinde Maroldsweisach.

Wir parken am Dorfplatz.

Anmeldungen: Gesundheitsregion^{plus} Landkreis Haßberge,
T: 09521 27490, E-Mail: gesundheitsregion@hassberge.de
Weitere Infos: www.gesundheitsregion.hassberge.de

17. OKTOBER 2023 Dienstag

Kochkurs für Jugendliche: Gesunde marokkanische Küche

VORTRAG Hanane Schober, vhs-Kursleitung

Du hast genug von Pizza, Pasta und Pommes? In diesem Kochkurs zeigen wir dir, wie du mit einfachen Zutaten und viel Fantasie köstliche marokkanische Gerichte zauberst, die dich begeistern werden.

Ob du scharf oder mild magst, ob du Fleisch oder vegetarisch bevorzugst, hier ist für jeden Geschmack etwas dabei. Alles, was du brauchst, ist eine Schürze, ein Messer und gute Laune. Also, worauf wartest du noch? Schnapp dir deine Freunde und komm vorbei!

⋮ **16:00 – 19:00 Uhr** Jetzt anmelden!

⋮ **Schulküche Mittelschule Haßfurt, Dürerweg 22, 97437 Haßfurt**

19. OKTOBER 2023 Donnerstag

Ich bin stark – Gestärkt und resilient in den Beruf/neuen Lebensabschnitt starten

VERANSTALTUNG Theresia Seubert, Psychologin und Erzieherin

Neuen Lebensabschnitten, Veränderungen, andere Belastungen gestärkt begegnen. Der Eintritt in das Berufsleben bringt neue Herausforderungen mit sich. Was können wir aktiv tun um die Resilienz zu stärken?

In diesem Workshop arbeiten wir aktiv an der Stärke und Widerstandsfähigkeit. In Reflexionsaufgaben und Übungen erarbeiten wir Stärken und Ressourcen heraus und lernen verschiedene Wege kennen mit unerwarteten/schwierigen Situationen umzugehen.

⋮ **19:00 – 20:30 Uhr** Jetzt anmelden!

⋮ **Bürgerhaus, Pfarrer-Ruf-Weg, 97531 Untertheres**

Einsamkeit und psychische Störungen bei Kindern und Jugendlichen – Das Henne-und-Ei-Problem

VORTRAG Dr. med. Martin Diruf,
Kinderpsychiatrie Uniklinikum Erlangen

Dass sozialer Rückzug eines der Kernsymptome von Depressionen darstellt, ist gemeinhin bekannt. Aber auch zahlreiche andere Störungen, wie Essstörungen, Ängste oder Zwänge können zu einem Rückgang der Sozialkontakte führen. Nun scheint aber auch das umgekehrte zuzutreffen: Durch die Social-Distancing-Maßnahmen im Zuge der Corona-Pandemie erleben wir gerade eine massive Zunahme an psychischen Auffälligkeiten bei Kindern und Jugendlichen.

Dr. med. Martin Diruf, Facharzt für Kinder und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie am Universitätsklinikum Erlangen-Nürnberg, berichtet von der aktuellen Situation und diskutiert mit den Teilnehmern der Veranstaltung mögliche Lösungswege aus dem Teufelskreis von Einsamkeit und kinder- und jugendpsychiatrischen Störungsbildern.

⋮ **20:00 – 21:00 Uhr** Jetzt anmelden!

⋮ **Sitzungssaal Landratsamt, Am Herrenhof 1, 97437 Haßfurt**

21. OKTOBER 2023 Samstag

Einführungskurs Mobiltelefon und Tablet für Senioren

VERANSTALTUNG Johannes Kaufmann, vhs-Kursleitung

Keine Scheu vor dem eigenen Handy oder Tablet! - Einführungskurs Mobiltelefon und Tablet für Senioren ... Ist die digitale Welt ein Buch mit sieben Siegeln? Dann haben wir die Lösung!

Kursleiter Johannes Kaufmann erklärt anschaulich und leicht verständlich die souveräne Bedienung eines Mobilgerätes.

Behandelt werden die Themenfelder Gerätebedienung, Appnutzung, Sicherheit und (Video-)Kommunikation.

Mitzubringen: Eigenes Smartphone oder Tablet mit eingerichtetem Play- / Appstore, Passwörter für die Installation von Apps (z. B. Apple-ID).

⋮ **14:00 – 17:00 Uhr** Jetzt anmelden!

⋮ **RITZ, Marktpl. 1, 97483 Eltmann**

22. OKTOBER 2023 Sonntag

Gemeinsames musizieren mit Bewohner*innen

2 VERANSTALTUNGEN Verein Herzwärts e.V.

Um der Einsamkeit entgegenzuwirken und bestenfalls ein paar Seniorinnen und Senioren ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern, finden musikalische Nachmittage mit dem Verein Herzwärts e.V. statt. Die Liedermacherin Doris Kampmann wird an 4 Terminen gemeinsam mit ihren Vereinskollegen in Senioren-/Pflegeeinrichtungen kommen und gemeinsam mit bzw. für die Bewohnerinnen und Bewohner musizieren.

Angehörige sind bei den Terminen ebenfalls herzlich Willkommen. Weitere Interessierte müssten aus organisatorischen Gründen vorher Rücksprache mit der jeweiligen Einrichtung halten.

⋮ **14:00 Uhr** Jetzt anmelden!

⋮ **15:30 Uhr** Jetzt anmelden!

⋮ **Caritas St. Anna, An d. Obermühle 2, 97461 Hofheim in Unterfranken**

23. OKTOBER 2023 Montag

Endlich Ruhestand und dann?

VORTRAG Angelika Beständig, vhs-Kursleitung

Die einen freuen sich schon seit Jahren, die anderen fürchten sich davor.

- „Den ganzen Tag Zeit für mich, und was tu ich, wenn ich fertig bin mit Ausruhen?“
- „Wie gestalte ich meinen Tagesablauf, was mache ich mit der Zeit nach dem Zeitunglesen?“
- „Was würde mir Spaß machen, was wollte ich schon lange einmal tun und wie fange ich es jetzt an?“
- „Wie plane ich den bevorstehenden (Un-)Ruhestand sinnvoll?“
- „Welche Freunde und Bekannte habe ich noch und wie kann ich diese Kontakte pflegen und auch ausbauen?“

Praktische Tipps und gute Anregungen werden in diesem abwechslungsreichen Vortrag vorgestellt und auch gemeinsam erarbeitet.

⋮ **18:30 – 20:00 Uhr** Jetzt anmelden!

⋮ **Umweltbildungszentrum UBIZ, Pfr-Baumann-Str. 17, 97514 Oberauroch**

24. OKTOBER 2023 Dienstag

Veranstaltungsabend „Gemeinsam und dennoch einsam“

VORTRAG Theresa Fleischmann, Kreisjugendring

Wir haben unzählige Facebook-Freunde und Instagram-Follower.

Unsere E-Mail-Postfächer quellen tagtäglich beinahe über.

Wir treten in Online-Games gegen eine Vielzahl an Menschen an.

Wie kann es also sein, dass wir uns dennoch manchmal unvorstellbar einsam und alleine fühlen? Vor allen in Anbetracht dessen, dass die Vernetzung doch einen so großen Stellenwert in unserem Alltag einnimmt und wir via Sozialer Netzwerke problemlos und unmittelbar mit den unterschiedlichsten Menschen auf der ganzen Welt in Kontakt treten können? Warum führt die tagtägliche Begegnung online dazu, dass wir im „echten“ Leben immer mehr auseinanderdriften?

Mit den Hintergründen zu dieser Entwicklung beschäftigt sich der Veranstaltungsabend „Gemeinsam und dennoch einsam“ am 24.10.2023, um 18.30 Uhr im Sitzungssaal des Landratsamtes Haßberge. Ebenso wird herbei zum Thema gemacht, wie man diesem Phänomen aktiv entgegenwirken kann. Die Kommunale Kreisjugendpflegerin Frau Theresa Fleischmann wird damit einhergehend außerdem auch noch die Frage aufgreifen, wie man einen „Frühjahrsputz/Grundreinigung“ des eigenen Smartphones möglichst reibungslos und effektiv umsetzen kann.

⋮ **18:30 Uhr** Jetzt anmelden bei theresa.fleischmann@hassberge.de

⋮ **Sitzungssaal Landratsamt, Am Herrenhof 1, 97437 Haßfurt**

24. OKTOBER 2023 Dienstag

Kochkurs für Jugendliche: Gesunde marokkanische Küche

VORTRAG Hanane Schober, vhs-Kursleitung

Inhalte und Informationen siehe 17. Oktober 2023

⋮ **16:00 – 19:00 Uhr** Jetzt anmelden!

⋮ Schulküche Obertheres Alice-von-Swaine-Straße 12, 97531 **Theres**

26. OKTOBER 2023 Donnerstag

Einsamkeit vorbeugen – Stärkung von Resilienz bei Kindern

VORTRAG Theresia Seubert, Psychologin und Erzieherin

Einsamkeit wirkt sich negativ auf die Psyche und der körperlichen Gesundheit aus. Der Anfang der „inneren“ Einsamkeit wird in der Kindheit gelegt. Wie kann Einsamkeit bei Kindern vorgebeugt werden? Ein Einflussfaktor ist hierbei die Resilienz – sprich die psychische Widerstandsfähigkeit. Resiliente Menschen schaffen es mit schwierigen Situationen gut umzugehen und auch aus einer Krise gestärkt heraus zu gehen und diese als Chance zu nutzen.

Neben Einblicken in den Stand der Forschung erhalten Sie an diesem Abend praxisnahe Tipps, wie Sie die Resilienz Ihrer Kinder stärken und Einsamkeit vorbeugen können.

⋮ **19:00 – 20:00 Uhr** Jetzt anmelden!

⋮ Schüttbau, Lange Pfalzgasse 5, 97461 **Hofheim in Unterfranken**

Frühkindliche Bindungsarbeit – Prävention von Einsamkeitsgefühlen im Kindes- und Jugendalter

VORTRAG Theresia Seubert, Psychologin und Erzieherin

Frühkindliche Bindungserfahrungen sind die Wurzel menschlicher Entwicklung. Sie sind wie die Wurzeln eines Baumes, die mit dem Baum wachsen und somit das Baumwachstum und die Gesundheit mit beeinflusst. Genauso beeinflussen Bindungserfahrungen wesentlich die Lebensgestaltung und künftigen Beziehungen zu anderen Menschen.

An diesem Abend erhalten Sie Einblicke in die Bindungstheorie sowie Anregungen, wie Sie die Bindung zu Ihren Kindern stärken können.

⋮ **20:00 – 21:00 Uhr** Jetzt anmelden!

⋮ Schüttbau, Lange Pfalzgasse 5, 97461 **Hofheim in Unterfranken**

Trauerbegleitung – Wege finden, mit einem Verlust zu leben

VORTRAG Vanessa Vieweg, vhs-Kursleitung

Die Referentin gibt im Zuge des Vortrages Einblicke in ihre Arbeit als Trauerbegleitung. Ziel ist es, den Teilnehmenden wertvolle Denkanstöße und Sichtweisen aufzeigen zu können, wie Trauerarbeit und Begleitung nach dem Verlust eines geliebten Menschen aussehen kann.

⋮ **19:00 – 20:30 Uhr** Jetzt anmelden!

⋮ Schunder Bestattungen, Rothstraße 7, 96181 **Prölsdorf**

28. OKTOBER 2023 Samstag

Einführungskurs Mobiltelefon und Tablet für Senioren

VORTRAG Johannes Kaufmann, vhs-Kursleitung

Inhalte und Informationen siehe 8. Oktober 2023

Mitzubringen: Eigenes Smartphone oder Tablet mit eingerichtetem Play-/Appstore, Passwörter für die Installation von Apps (z. B. Apple-ID).

⋮ **14:00 – 17:00 Uhr** Jetzt anmelden!

⋮ vhs Geschäftsstelle Ebern, Georg-Nadler-Str. 1, 96106 **Ebern**

Anmeldungen: Gesundheitsregion^{plus} Landkreis Haßberge,
T: 09521 27490, E-Mail: gesundheitsregion@hassberge.de
Weitere Infos: www.gesundheitsregion.hassberge.de

Der Präventionsschwerpunkt 2023 des
Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit
und Pflege gegen chronische Einsamkeit



Damit Einsamkeit nicht krank macht.



Landkreis
Haßberge

Veranstalter: Gesundheitsregion^{plus} im Landkreis Haßberge
Landratsamt Haßberge Fachabteilung II Gesundheitsamt
Am Herrenhof 1, 97437 Haßfurt
www.gesundheitsregion-hassberge.de

Die Corona Pandemie hat uns deutlich gemacht, wie wichtig soziale Kontakte für unser Wohlbefinden sind.

Soziale Isolation und Einsamkeit können zahlreiche gesundheitliche Folgen für Betroffene mit sich bringen.



Das Bayerische Gesundheitsministerium möchte daher durch einen Präventionsschwerpunkt das Thema „Gesundheitliche Folgen von Einsamkeit“ in das Bewusstsein der Bevölkerung rücken.

Ziel des Schwerpunktthemas ist, neben der Entstigmatisierung von Einsamkeit, die Darstellung der gesundheitlichen

Auswirkungen von Einsamkeit.

Und natürlich unterstützen auch wir als Landkreis Haßberge diesen Präventionsschwerpunkt regional durch einen Aktionsmonat.

Ich lade Sie, liebe Bürgerinnen und Bürger, ganz herzlich ein, die vielfältigen Angebote zu nutzen und gemeinsam zu erleben.

Ihr Wilhelm Schneider

Landrat und Vorsitzender der Gesundheitsregion^{plus}
Landkreis Haßberge



Alle Veranstaltungen sind kostenfrei!

Bitte beachten Sie: Die Teilnehmerzahl der Vorträge und Veranstaltungen ist teilweise aus organisatorischen Gründen begrenzt. Bitte melden Sie sich bei Interesse mindestens 1 Woche vor der Veranstaltung an.

Verantw.: Landratsamt Haßberge – Fachabteilung II Gesundheitsamt, Am Herrenhof 1, 97437 Haßfurt, gesundheitsregion.hassberge.de, Ansprechpartner: Benjamin Herrmann

Gefördert durch

Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit und Pflege

