

GEMEINSAM! STATT EINSAM



Für weitere Info mit dem Smartphone scannen

**VORTRÄGE &
VERANSTALTUNGEN**

KOSTENFREI FÜR ALLE

29. September 2023 Freitag

Gemeinsam kochen – gesund, regional, fair

VERANSTALTUNG 10:00 / 17:00 Uhr | Ebern

1. Oktober 2023 Sonntag

Geführter Lauf im Laufparadies – Gemeinsam statt Einsam

VERANSTALTUNG 10:00 Uhr | Start Obertheres

„Regional gut unterwegs“

Direktvermarktungsbetriebe aus dem Landkreis

VERANSTALTUNG Programm unter:
www.regionalmanagement-hassberge.de

5. Oktober 2023 Donnerstag

Prof. Dr. Niko Kohls, Hochschule Coburg:

**Gemeinsam statt Einsam –
Positvpsychologische Strategien
und Interventionen zur
Überwindung von Einsamkeit**

VORTRAG 19:00 – 20:30 Uhr | Haßfurt

6. Oktober 2023 Freitag

Yoga im Sitzen

VERANSTALTUNG 10:00 – 11:00 Uhr | Zeil a. Main

7. Oktober 2023 Samstag

**Einführungskurs Mobiltelefon und
Tablet für Senioren**

VERANSTALTUNG 14:00 – 17:00 Uhr | Theres

8. Oktober 2023 Sonntag

**Geführter Lauf im Laufparadies –
Gemeinsam statt Einsam**

VERANSTALTUNG 10:00 Uhr | Start Eichelsdorf

**Gemeinsam musizieren mit
Bewohner*innen**

VERANSTALTUNG 15:00 Uhr | Haßfurt

10. Oktober 2023 Dienstag

Katrin Jung, Gerontopsychiatrische Vernetzung:
Prävention von Depression im Alter

VORTRAG 14:00 – 16:00 Uhr | Eltmann

10. Oktober 2023 Dienstag

**Kochkurs für Jugendliche:
Gesunde marokkanische Küche**

VERANSTALTUNG 16:00 – 19:00 Uhr | Hofheim/Ufr.

12. Oktober 2023 Donnerstag

Schulkinoabend

VERANSTALTUNG 17:30 – 19:30 Uhr | Haßfurt
in der Ganztagesstätte „Silberfisch“ für
alle Schüler*innen ab 12 Jahren!

14. Oktober 2023 Samstag

**Gemeinsam musizieren mit
Bewohner*innen**

VERANSTALTUNG 16:00 Uhr | Knetzgau

**Einführungskurs Mobiltelefon und
Tablet für Senioren**

VERANSTALTUNG 14:00 – 17:00 Uhr | Maroldsweisach

15. Oktober 2023 Sonntag

**Geführter Lauf im Laufparadies –
Gemeinsam statt Einsam**

VERANSTALTUNG 10:00 Uhr | Start Allertshausen

17. Oktober 2023 Dienstag

**Kochkurs für Jugendliche:
Gesunde marokkanische Küche**

VERANSTALTUNG 16:00 – 19:00 Uhr | Haßfurt

19. Oktober 2023 Donnerstag

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

VERANSTALTUNG 19:00 – 20:30 Uhr | Untertheres

Dr. med. Martin Diruf, Kinderpsychiatrie
Uniklinikum Erlangen:

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

VORTRAG 20:00 – 21:00 Uhr | Haßfurt

21. Oktober 2023 Samstag

**Einführungskurs Mobiltelefon und
Tablet für Senioren**

VERANSTALTUNG 14:00 – 17:00 Uhr | Eltmann

22. Oktober 2023 Sonntag

**Gemeinsam musizieren
mit Bewohner*innen**

2 VERANSTALTUNGEN 14:00 und 15:30 Uhr |
Hofheim/Ufr.

23. Oktober 2023 Montag

Angelika Beständig, vhs

Endlich Ruhestand und dann?

VORTRAG 18:30 – 20:00 Uhr | Oberaurach

24. Oktober 2023 Dienstag

Theresa Fleischmann, Kreisjugendring:

Veranstaltungsabend

„Gemeinsam und dennoch einsam“

VORTRAG 18:30 Uhr Haßfurt

**Kochkurs für Jugendliche:
Gesunde marokkanische Küche**

VERANSTALTUNG 16:00 – 19:00 Uhr | Theres

26. Oktober 2023 Donnerstag

Theresia Seubert, Psychologin und Erzieherin:

**Einsamkeit vorbeugen – Stärkung
von Resilienz bei Kindern**

VORTRAG 19:00 – 20:00 Uhr | Hofheim/Ufr.

Theresia Seubert, Psychologin und Erzieherin:

**Frühkindliche Bindungsarbeit –
Prävention von Einsamkeitsgefühlen
im Kindes- und Jugendalter**

VORTRAG 20:00 – 21:00 Uhr | Hofheim/Ufr.

Vanessa Vieweg, vhs:

**Trauerbegleitung – Wege finden,
mit einem Verlust zu leben**

VORTRAG 19:00 – 20:30 Uhr | Prölsdorf

28. Oktober 2023 Samstag

**Einführungskurs Mobiltelefon und
Tablet für Senioren**

VERANSTALTUNG 14:00 – 17:00 Uhr | Ebern

Präventionsschwerpunkt 2023 des Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege



Damit Einsamkeit nicht
krank macht

Jetzt anmelden – die Teilnehmerplätze sind begrenzt! Tel. 09521 27490 · gesundheitsregion@hassberge.de

Weitere Infos:

www.gesundheitsregion.hassberge.de,
in unserem Faltblatt und der lokalen Presse

