

# ES GIBT VIELE WEGE AUS DER EINSAMKEIT.

Sie alle beginnen mit dem ersten Schritt.  
Miteinander weitergehen.

**Einsamkeit sichtbar machen.  
Einsamkeit verringern.  
Tipps und Unterstützung auf  
einsamkeit.bayern.de**

**LICHT AN**

Damit Einsamkeit nicht krank macht.



Bayerisches Staatsministerium für  
Gesundheit und Pflege

## Kostenlose Filmvorstellung im Filmcenter Dillingen

Am **13.12.2023** um **19.30 Uhr** lädt die Gesundheitsregion<sup>plus</sup> alle Bürgerinnen und Bürger ins Filmcenter **Dillingen** für einen kostenlosen Filmabend zum Thema Einsamkeit ein.

- Film des Medienprojekts Wuppertal „Ich gehöre nicht dazu“
- kostenfreier Eintritt inkl. Getränk und kl. Popcorn
- Sitzplatzreservierung direkt bei Filmcenter Dillingen

## Podcast mit Jugendlichen zum Thema Einsamkeit

Das Jugendhaus in Wertingen kooperiert mit der Gesundheitsregion<sup>plus</sup> und nimmt im eigenen Aufnahmezimmer in Wertingen Podcastfolgen zum Thema Einsamkeit mit Jugendlichen auf.

- u.a. persönliche Erfahrungen mit dem Thema Einsamkeit & Bewältigungsstrategien
- ab Mitte Dezember 2023 auf der Homepage des Jugendhauses Wertingen und bei allen bekannten Podcast-Anbietern

## Weitere Informationen finden Sie auf der Landkreis-Homepage:

<https://landkreis-dillingen.de/einsamkeit-ein-thema-das-verbindet>

