



Neue Podcast-Folge: „Wenn ich ein Bonbon wäre...“

Das Thema Einsamkeit macht auch bei Kindern und Jugendlichen nicht Halt. Mit diesem Schwerpunkt beschäftigt sich die zweite Folge der Podcast-Serie auf Initiative des Staatlichen Gesundheitsamts mit Unterstützung der Gesundheitsregion^{plus} im Landkreis Rosenheim zum Thema Einsamkeit. Sie erscheint am Sonntag, 22. Oktober 2024.

In der zweiten Folge der vierteiligen Podcast-Serie ist Verena Engert zu Gast. Die Expertin arbeitet als psychologischer Psychotherapeutin und psychologischer Fachdienst in einem Kinderheim in der Region. Verena Engert erzählt stellvertretend aus der Sicht von Kindern und Jugendlichen über die Erfahrungen und den Umgang mit Einsamkeit.

Im Gespräch mit Katrin Posch von der Gesundheitsregion^{plus} im Landkreis Rosenheim und Hagen Dessau von „Hallo Welt – Hier Rosenheim“ geht sie unter anderem darauf ein, welchen Einfluss besondere Lebenssituationen von Kindern und Jugendlichen auf das Gefühl von Einsamkeit haben können. Sie erklärt, warum es wichtig ist, dass sowohl Kinder und Jugendliche als auch ihre Eltern lernen, über ihre Emotionen zu sprechen und wie ihr Lieblings-Bonbon vielleicht dabei hilfreich sein könnte. Einige der von Verena Engert angesprochenen Hilfsangebote finden Sie auch in unserer Handlungshilfe „Licht an! Damit Einsamkeit nicht krank macht“ unter www.landkreis-rosenheim.de

Die aktuelle Folge ist ab Sonntag zu hören, die weiteren Folgen werden einmal wöchentlich, immer sonntags, veröffentlicht und sind auf allen gängigen Podcast-Plattformen bei „Hallo Welt – Hier Rosenheim“, sowie auf dem Youtube-Kanal des Landratsamtes Rosenheim zu hören. Informationen und auch Handlungsempfehlungen zum Thema Einsamkeit gibt es unter www.landkreis-rosenheim.de

Bei Fragen melden Sie sich gerne auch direkt bei Katrin Posch unter gesundheitsregionplus@lra-rosenheim.de.

Der Podcast beendet die Projektreihe, die sich in diesem Jahr mit den Folgen von Einsamkeit auseinandersetzt. Diesen Präventionsschwerpunkt setzt das Bayerische Staatsministerium für Gesundheit und Pflege in diesem Jahr. Unter dem Motto „Licht an! Damit Einsamkeit nicht krank macht“ gab es in diesem Jahr in der Region Rosenheim bereits die Angebote unserer Pflanz-Patenschaften und eines Mental Health Cafés. Auch eine Handlungshilfe mit lokalen Hilfsangeboten bei Einsamkeit wurde bereits veröffentlicht.