

## Pressemitteilung

20.11.2023

### Licht an – für den Advent

Mit einer gemeinsamen Aktion im Rahmen der Jahresschwerpunktkampagne "Licht an – damit Einsamkeit nicht krank macht" veranstalten das Gesundheitsamt und die Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Mühldorf a. Inn am **Donnerstag, den 23. November** in Kooperation mit der Stadt Mühldorf ein **vorweihnachtliches Zusammenkommen am Inn-Stadt-Park in Mühldorf a. Inn.**

Als gemeinsame Einstimmung auf den Advent wird von **15 – 17 Uhr** die Gelegenheit geboten, bei alkoholfreiem Punsch und Lebkuchen zu einer kurzen Auszeit mit Nachbarn, Freunden und Bekannten zusammen zu kommen oder auch neue Bekanntschaften zu machen.

Vorreiter zu der Aktion "Licht an – für den Advent" war die erste Mühldorfer Picknicktafel im Juli, bei der am selben Platz vor der Musikschule Mühldorfs zum Zusammenkommen und gemeinsam Kaffeetrinken eingeladen wurde. Der Erfolg dieser Aktion bewog das Team des Gesundheitsamts und der Gesundheitsregion<sup>plus</sup> dazu, im eher tristen November noch einmal eine Veranstaltung durchzuführen, um Einsamkeit vorzubeugen.

Neben der Picknicktafel wurde sich in einem Arbeitskreis zudem mit den Städten, Märkten und Gemeinden des Landkreises zu verschiedenen Aktionen in diesem Jahr austauscht. Unter dem Slogan "besser gemeinsam" hat man nun noch einmal in einem gemeinsamen Adventskalender verschiedene Veranstaltungen im Advent gebündelt, die zum Vorbeikommen einladen. Die Veranstaltung "Licht an – für den Advent" bildet den Auftakt zu einer Reihe toller Veranstaltungen und Aktionen, die über den ganzen Landkreis verteilt sind", erklärt Julia Weiss, Geschäftsstellenleiterin der Gesundheitsregion<sup>plus</sup>. „Vom Weihnachtsliedersingen bis hin zu einem Winterpicknick, die Auswahl ist vielfältig und zeigt, dass im Landkreis viel geboten ist.“ „Als Highlight gibt es in unserem Adventskalender, den wir am 23. November natürlich auch verteilen, eine kleine Verlosung", sagt Carola John-Hofmann, Sozialpädagogin am Gesundheitsamt. „Hier gibt es tolle Preise, die auch 2024 der Einsamkeit präventiv entgegenwirken. Von Gutscheinen für Stadtführungen über

Gastrogutscheine oder Museumsbesuche – das Ziel ist klar: gemeinsam ist es einfach am schönsten!"

Die Veranstaltung am Inn-Stadt-Park findet bei jeder Witterung statt, Eintritt, Punsch und Lebkuchen sind frei. Alle Informationen sind zu finden unter [www.lra-mue.de/gesundheits](http://www.lra-mue.de/gesundheits)

