



Einsam?

WAGEN SIE ES AUSZUSPRECHEN.

Sehr viele Menschen fühlen sich einsam – manche nur ab und zu, andere öfter. Aber es ist immer noch ein Tabu. Doch gerade darüber zu sprechen hilft den Betroffenen und jenen, die gerne helfen möchten, denn Einsamkeit ist nur schwer erkennbar.

Einsamkeit bedeutet nicht unbedingt, dass die betroffene Person allein lebt. Es gibt auch viele einsame Menschen, die in Partnerschaft leben, aber sich nicht verstanden, nicht gesehen fühlen. Einsamkeit ist ein sehr starkes Gefühl, das im schlimmsten Fall krank macht.

Pfarrei Heilige Familie Richterswil / Samstagern

Katholisches Pfarramt

Erlenstrasse 32

CH-8805 Richterswil

Telefon: 044 784 01 57

E-Mail: pfarramt@kath-richterswil.ch

Internet: www.kath-richterswil.ch

WAS BETROFFENE TUN KÖNNEN:

- Versenden Sie ein «Hallo» per WhatsApp oder SMS.
- Nutzen Sie Gelegenheiten für ein Gespräch: in der Waschküche, unterwegs, per Telefon, im Lift...
- Schreiben Sie einen Brief oder eine Karte.
- Verabreden Sie sich zum Kaffee.
- Sprechen Sie eine Einladung aus.
- Melden Sie sich für einen (Vereins-)Ausflug an.
- Tun Sie all das, was Ihnen Freude bereitet – kleine Glücksmomente sind wertvoll!

WIE SIE ANDEREN HELFEN KÖNNEN:

- Schauen Sie genau hin, wenn sich Lebensumstände stark verändert haben, z.B. Umzug, Pensionierung, Krankheit, Trennung, bei einem Todesfall...
- Sprechen Sie diese Person an.
- Schreiben Sie einen Brief, eine Karte oder einen Gruss übers Mobiltelefon.
- Verabreden Sie sich zu einem Spaziergang oder auf einen Kaffee.
- Ermuntern Sie diese Person Sie zu einer Veranstaltung zu begleiten.

WAS WIR ANBIETEN:

- Persönliche Gespräche im Pfarrhaus oder per Telefon.
- Vermittlung ökumenischer Besuchsdienst.
- Viele Angebote für Begegnungen und den Austausch.