

Ergänzende Informationen zum Positionspapier
Einsamkeit mindert Lebensqualität

Fach- und Beratungsstellen gegen Einsamkeit

Pro Senectute

<https://ag.prosenectute.ch/de.html>

[EL-Rechner Pro Senectute](#) (Berechnen Sie direkt ob, Sie Anspruch auf
Ergänzungsleistungen haben)

«Einsamkeit hat viele Gesichter» ein 30-minütiger Dokumentarfilm von Romana Lafranconi
<https://www.einsamkeit-gesichter.ch/>

AltuM – Alter und Migration

<https://www.heks.ch/was-wir-tun/altum-alter-und-migration>

Anbieter konkreter Dienstleistungen gegen Einsamkeit

Telefon, Mail und Chat

malreden 0800 890 890

Das telefonische Gesprächsangebot gegen Einsamkeit im Alter. Vertraulich, kostenlos,
täglich von 9 bis 20 Uhr, www.malreden.ch

Mein Ohr für Dich 0800 500 400

Das Alltagstelefon für Jung & Alt in der Schweiz. Vertraulich, kostenlos, täglich von 14 Uhr
bis 20 Uhr, www.meinohrfuerdich.ch

Die dargebotene Hand 143

www.143.ch

Online-Café-Treffen: Café e conversa für portugiesischsprechende Migrant*innen 55+

Besuchs- und Begleitdienste

SRK Besuchs- und Begleitdienst

<https://www.srk-aargau.ch/fuer-sie-da/gesundheit-soziale-integration/besuchs-und-begleitdienst>

KISS Genossenschaften

z. B. www.kiss-regionbaden.ch

Seelsorge

<https://www.ref-ag.ch/kirchgemeinden-a-z#> - Zugriff zu den einzelnen ref. Kirchgemeinden im
Aargau, auf der Web-Seite der Gemeinde finden sich viele Angebote konkreter
Dienstleistungen

Ergänzende Informationen zum Positionspapier Einsamkeit mindert Lebensqualität

Besuchs- und Begleitdienste – hier exemplarisch der Flyer der Kirchgemeinde Laufenburg
https://www.refkirche-laufenburg.ch/images/pdf/Besuchsdienst_Flyer.pdf

<https://www.ref-ag.ch/seelsorge-und-beratung/seelsorge-und-beratung-in-allen-lebenssituationen>

Entlastungsdienste (kostenpflichtig)

Entlastungsdienst Schweiz

+41 58 680 21 50, ag-so@entlastungsdienst.ch / www.entlastungsdienst.ch

Entlastungsdienste Lumicino und Dementia Care des SRK Kanton Aargau

<https://www.srk-aargau.ch/fuer-sie-da/unterstuetzung-im-alltag/entlastungsdienste-fuer-angehoerige>

Konkrete Projekte gegen Einsamkeit

KulturZuZweit Caritas Aargau

ein Tandem aus Person mit Kutlurlegi und eine freiwillig engagierte.

<https://www.caritas-aargau.ch/aktiv-werden/freiwillig-engagieren/kulturzuzweit>

zu zweit ins Museum gehen www.migros-engagement.ch

Spaziergruppen www.zaemegolaufe.ch

Wegbegleitung

vermittelt freiwillige Wegbegleiter*innen, die Menschen in schwierigen Lebenssituationen für eine befristete Zeit zur Seite stehen. <https://wegbegleitung-ag.ch/>

Bei chronischen Krankheiten

Evivo Netzwerk <https://evivo.ch/index.php?hl=de>

Café-Treffen von AltuM- Alter und Migration HEKS an verschiedenen Orten.

<https://www.heks.ch/was-wir-tun/altum-alter-und-migration#angebote>

Gemeinsam Essen

Mittagstische werden oft organisiert von

Pro Senectute Aargau <https://ag.prosenectute.ch/de/freizeit/geselligkeit/mittagstisch.html>

Dorfvereinen oder

Kirchen <https://www.pastoralraum-aargauer-limmattal.ch/baden/angebote/erwachsene/zaeme-aesse/>

Zusammen essen www.tavolata.ch

Die Restaurants in Pflegeinstitutionen sind meist öffentlich.

Tavolata das Netzwerk für selbstorganisierte Teichgemeinschaften

<https://www.tavolata.ch/finden/>

Netzwerk erweiterten

Kursangebot der Pro Senectute

<https://ag.prosenectute.ch/de/freizeit/kurse.html>

Ergänzende Informationen zum Positionspapier Einsamkeit mindert Lebensqualität

Vereinsverzeichnis der Gemeinde anfordern

Baden: <https://www.baden.ch/de/leben-wohnen/leben/quartiere-vereine/vereinsdatenbank.html/118>

Ein freiwilliges Engagement in Betracht ziehen

Benevol Aargau www.benevol-jobs.ch

Schweizerisches Rotes Kreuz, freiwilliges Engagement: www.srk-aargau.ch/freiwilliges-engagement

Caritas Aargau, Freiwilligenbörse www.caritas-aargau.ch