

Ansprechpartner:
Marianne Asam
BRK-Geschäftsstelle
Telefon 0 81 91-91 88-12
Handy 0176-24 51 34 50
Email asam@brk-landsberg.de

Wenn allein sein
zur Qual wird

Wir unterstützen Sie die
Einsamkeit
zu überwinden



**Bayerisches
Rotes
Kreuz**

Kreisverband Landsberg

Max-Friesenegger-Str. 45
86899 Landsberg am Lech

Telefon 0 81 91- 91 88 - 0
Telefax 0 81 91- 91 88 - 91

info@brk-landsberg.de
www.brk-landsberg.de



**Bayerisches
Rotes
Kreuz**

Kreisverband Landsberg

ZUSAMMEN- HALT

Einsamkeit

kann uns von Kindheit an bis ins hohe Alter begleiten. Wenn wir uns einsam fühlen, dann fühlen wir uns ausgeschlossen, isoliert, ungeliebt und für niemanden wichtig.

Sich verändernde Lebenssituationen sind oft Auslöser von Einsamkeit.

Mit zunehmendem Alter wird die Wahrscheinlichkeit größer, dass grundlegende Veränderungen in unserem Leben eintreten, die zu einer Isolation führen können. Eine höhere Lebenserwartung, zunehmende Altersarmut, eingeschränkte Mobilität und Krankheit oder auch weniger werdende Sozialkontakte bedingen oftmals das Alleinsein in den eigenen vier Wänden.

Kennen Sie selber solche Gefühle?

Haben Sie Angst und würden am liebsten den ganzen Tag im Bett verbringen?
Werden die Tage immer mehr, an denen sich niemand um Sie kümmert?

Oder kennen Sie jemanden in Ihrem näheren Umfeld, der einsam ist und Hilfe benötigt?

*Dann machen Sie den
ersten Schritt.
Anruf genügt.*

Wir helfen Ihnen wieder Abwechslung in Ihren Tagesablauf zu bringen. Niemand muss auf Dauer einsam sein!