



Förderung psychischer Gesundheit

MACHT EINSAMKEIT KRANK? –

Der bohrende Schmerz, wenn man sich einsam fühlt.



Dialogische Podiumsdiskussion

01.03.2020 16:00 Uhr

Restaurant Schlemmerei, Kirchfeldstrasse 25, 6032 Emmen

15:30 Uhr Türöffnung

16:00 – 16:10 Uhr Offizielle Begrüssung durch Moderation

16:10 – 16:25 Uhr Kurzfilm « Einsamkeit (11min 03sec)

16:25 – 17:30 Uhr Podiumsdiskussion «MACHT EINSAMKEIT KRANK- der bohrende Schmerz, wenn man sich einsam fühlt»

17:30 – 17:40 Uhr Schlusswort Moderation

Türkollekte

Einsamkeit und psychische Gesundheit geht uns alle etwas an!

Die **Einsamkeit** ruht mitten im Meer, genauer gesagt in der Karasee nördlich von Sibirien. Das winzige Eiland ist unbewohnt; öde und schneebedeckt liegt es im Packeis des Polarmeeres. Durchschnittlich beträgt die Temperatur hier minus 16 Grad Celsius. Der Anblick dieser trostlosen Insel muss jenen norwegischen Entdecker, der ihr einst diesen Namen gab, an die schmerzhafteste Sehnsucht nach Kontakt zu anderen Menschen erinnern haben.

Aber immer mehr Menschen leben in der Schweiz allein. Die steigende Zahl der Einpersonenhaushalte könnte sich negativ auf die **psychische Gesundheit** innerhalb der Bevölkerung auswirken.

36,1% der Schweizer Bevölkerung ab 15 Jahren fühlen sich einsam.

Einsamkeit tritt meist im Alter zwischen 15 und 34 Jahren auf

Depressionen, Angsterkrankungen, Herzinfarkte, Schlaganfälle, Krebs und Demenz – das alles sind die Folgen anhaltender Einsamkeit, wie zahlreiche Studien in den letzten Jahren belegen konnten.

Wer jetzt denkt, dass dies die Probleme älterer Menschen wären, irrt aber gewaltig.

Erschreckenderweise sind Millennials auch Generation Y, zwischen 1981 und 1996 geborenen sind, die einsamste Generation von allen.

Welche Rolle spielt die Digitalisierung?

Einsamkeit junger Menschen wird häufig mit der Digitalisierung und entsprechender Freizeitgestaltung in Zusammenhang gebracht. Dass insbesondere junge Männer, die sich in der virtuellen Welt von Videospiele verlieren, weniger soziale Kontakte pflegen, liegt auf der Hand. Andererseits befördern soziale Medien den Austausch untereinander.



Lasst uns darüber sprechen

Der Anlass findet in einer dialogischen Podiumsdiskussion statt.

- Fachärztin Psychiatrie Dr. med. Iris Breuer
- Betroffene Naomie Walser
- Sozialarbeiter IG Arbeit Luzern
- Tel 143, Die Dargebotene Hand Klaus Rütschi



Besuchen Sie unseren Vereinsnlass «GLEICH UND ANDERS Schweiz!»

- Emmen LU, Rest. Schlemmerei 01.03. 2020
- Brunnen SZ, Seeklinik Brunnen ?? .04.2020*
- Interlaken, Hotel Interlaken, 22.04.2020*
- Thun, Silea Stiftung 23.04.2020*
- Glarus, 29.04.2020*
- Solothurn, 30.04.2020*
- Schaffhausen, 27.05.2020*
- Fribourg, AFAAP 23.09.2020*
- Visp, Gesundheitsförderung Wallis 06.Oktober 2020*
- Chur, Klinik Waldhaus 28.10.2020*
- Gaflei FL, Clinicum Alpinum 04.11.2020**
- Frauenfeld, 18.11.2020*
- Liestal BL, Bibliothek 02.12.2020*

***Beginn 19:30 Uhr**

****Beginn 18:30 Uhr**

Partner



IG Arbeit

