

Impulse für die Pfarrcaritas

## Gegen die Einsamkeit

Ein wichtiges Thema in der heutigen Gesellschaft ist das Thema Einsamkeit. Denn niemand ist vor Einsamkeit gefeit. Sie kann plötzlich durch äußere Umstände über uns hereinbrechen oder sich schleichend in uns breitmachen.

Auch in Südtirol riskieren immer mehr Menschen, sozial unzureichend eingebunden zu sein. In Kombination mit anderen Faktoren (Arbeitslosigkeit, Krankheit wirtschaftlicher Druck, Arbeitsplatzwechsel, etc.) drohen im schlechtesten Fall eine starke Belastung der persönlichen Kontakte. Das Phänomen Einsamkeit zeigt sich in seinen verschiedensten Formen. Sie kann u. a. durch übersteigerten Individualismus hervorgerufen werden und sollte kontinuierlich beobachtet werden. Sie kann mit neuen Projekten, durch die Umgestaltung bestehender Aktivitäten, mit der Entwicklung einer Sorgeskultur angegangen werden.

### Aktiv werden

Was können wir alle dafür tun, damit Menschen das Bedürfnis nach Begegnung, Nähe und Gemeinschaft leben können? Hier einige Ideen:

- Ein aufmunterndes Wort, eine nette Geste, die erfreut... **Kontaktmöglichkeiten schaffen** (z.B. grüßen, fragen, ansprechen, einbinden)
- beim Eingang der Kirche begrüßen, zwei Worte wechseln, beobachten wie es den Menschen geht
- **Beziehungen pflegen**, Vertrauen schaffen, den persönlichen Beziehungen Raum geben
- Zusammenarbeit und Vernetzung zu den anderen karitativen Vereinen: Aktionen bauen für gemeinsame Begegnungen auf Pfarrebene
- was schon existiert gut nutzen und ausbauen; Aktionen konkret ansprechen und einbinden, auch über die Pfarrgrenzen hinaus
- Mit konkreten Ideen Menschen ermutigen, ältere Menschen aus der eigenen Pfarrei anzurufen und nachzufragen, wie es geht
- **persönliche Kontakte bei Notfällen**; die Kontakte öffentlich in der Pfarrei bekanntgeben
- **Feste und Feiern** organisieren und einsame oder ältere Menschen dazu einladen
- Begleitdienst bei Einkäufen, Spaziergängen anbieten, Begleitung ins Krankenhaus
- das Gefühl geben, dass man gebraucht wird um konkrete Hilfe bitten („tust du mir den Gefallen?“)
- Angebotsbroschüre, um Informationen weiterzugeben und **Angebote sichtbar zu machen** (in den sozialen Medien, im Pfarrbrief...)
- junge Menschen als Multiplikatoren bei Aktionen einsetzen...

## Kontakt und Unterstützung

Pfarrcaritas und Freiwilligenarbeit

Bozen, Sparkassenstraße 1  
Clara Bosio  
Tel. +39 0471 304 330  
E-Mail: [clara.bosio@caritas.bz.it](mailto:clara.bosio@caritas.bz.it)

Meran, Galileo-Galilei-Straße 84  
Karin Tolpeit  
Tel. +39 0473 495 632  
E-Mail: [karin.tolpeit@caritas.bz.it](mailto:karin.tolpeit@caritas.bz.it)

Brixen, Bahnhofstraße 27/a  
Isabella Distefano  
Tel. +39 0472 205 965  
E-Mail: [isabella.distefano@caritas.bz.it](mailto:isabella.distefano@caritas.bz.it)

Bruneck, Paul-von-Sternbachstraße 6  
Karmen Rienzner  
Tel. +39 0474 414 064  
E-Mail: [karmen.rienzner@caritas.bz.it](mailto:karmen.rienzner@caritas.bz.it)

[gemeinschaft.comunita@caritas.bz.it](mailto:gemeinschaft.comunita@caritas.bz.it)

<https://caritas.bz.it/mithelfen/pfarrcaritas/infomaterial/pfarrcaritas.html>

<https://caritas.bz.it/aktuelles/publikationen/zeitschrift-caritas-iodu.html>