



# Organisierte Telefonketten in Mauritz-Ost

## Telefonketten - helfen füreinander da zu sein

„Was ist, wenn mir etwas passiert und niemand bekommt es mit?“ Diese Frage kennen viele ältere Menschen, die allein in ihrer Wohnung leben. Wenn die Mobilität im höheren Alter mehr und mehr nachlässt und zudem die Corona bedingte Zurückhaltung am öffentlichen Leben teilzunehmen zum zuhause bleiben zwingt, wird dies für viele Menschen zum Problem.

Hier setzt die Idee der Telefonkette an. Ein kurzer Anruf und die einfache Frage: „Wie geht es Ihnen heute?“, dies reicht oft schon, um im Alltag ein Gefühl von Sicherheit zu vermitteln. Man braucht nur ein Telefon, hat kaum Zeitaufwand und kann sich selbst und anderen helfen.

Die Teilnahme an einer Telefonkette gilt als vorsorgliche Maßnahme, kann aber auf keinen Fall einen Haus-Notruf ersetzen. Die **Telefonkette** soll ein Stück **Sicherheit** und neue Kontakte vermitteln.



## Telefonketten - schaffen Verbindungen



Fünf bis sechs Personen vereinbaren eine feste Zeit und rufen sich täglich in einer festgelegten Reihenfolge an, um sicherzustellen, dass es allen gut geht. Sollte jemand zur vereinbarten Zeit nicht ans Telefon gehen, sind Notfall-Kontakte (Ansprechpartner, Ärzte, Nachbarn, Angehörige) hinterlegt. Natürlich kann man sich bei Terminen etc. abmelden.

## Es gibt nur eine Frage: Wie geht es Dir/ Ihnen heute?

Wer im Anschluss an das Telefonketten- Telefonat ausführlicher plaudern möchte, verabredet sich zu einem späteren Telefonat oder zu einer gemeinsamen Unternehmung. So kann die Telefonkette auch dazu führen, dass neue Freundschaften geknüpft werden.

Übrigens: Ein bestimmtes Alter ist für die Teilnahme nicht erforderlich....

## Mehr Sicherheit -selbst organisiert und kostenlos

Wer Interesse hat und mitmachen möchte, meldet sich im



Hegerskamp 5 | 48155 Münster  
Telefon: (02 51) 620 120 0 420  
E-Mail: [seniorenbuero-margareta@web.de](mailto:seniorenbuero-margareta@web.de)

