

Medienmitteilung zum 20. März 2020

## Viele sprechen über ihre Ängste am Tel 143 - Corona-Krise gefährdet psychische Gesundheit

Bei den 12 Regionalstellen der Dargebotenen Hand laufen seit Anfang März die Drähte heiss: innert 15 Tagen wurden 1'720 Gespräche zum Thema Coronavirus verzeichnet. Das sind täglich mehr als 100 Gespräche zu diesem Thema, bei durchschnittlich 520 Gesprächen pro Tag. Mit Ausrufung des nationalen Notstands und der massiven Beschränkung des beruflichen, sozialen und kulturellen Lebens wurde das Leben der gesamten Schweizer Bevölkerung auf den Kopf gestellt. In Hunderten von Gesprächen haben in den letzten Tagen Menschen durch den Kontakt mit Tel 143 ein offenes Ohr für ihre Ängste gesucht.

Die Coronavirus-Pandemie verunsichert zutiefst. Dabei geht es bei weitem nicht nur um medizinische Fragen und die körperliche Gesundheit. Seit Ausbruch der Krise bekommt Die dargebotene Hand in Hunderten von Gesprächen mit, wie stark das Virus und die damit verbundenen Massnahmen in der Bevölkerung Sorgen und Ängste auslösen. Auch Einsamkeit ist ein Thema, besonders bei älteren Menschen. Klar ist: Das Coronavirus ist auch für die psychische Gesundheit eine grosse Gefahr.

Ein Kellner ist völlig verzweifelt, weil ihm durch die Schliessung des Restaurants von heute auf morgen nicht nur das Einkommen, sondern auch die Tagesstruktur weggebrochen ist. Eine Pflegefachfrau ist ausser sich, weil sich die Bevölkerung nicht an die verordneten Massnahmen hält und sie die Überlastung des Gesundheitssystems hautnah mitbekommt. Da ist aber auch der Hochbetagte, dessen täglicher Besuch einer 83-Jährigen im Altersheim nun nicht mehr möglich ist - sein regelmässiger Sozialkontakt ist damit verloren gegangen. Diese Beispiele stehen für Millionen von Menschen weltweit, deren Alltag durch das Coronavirus auf den Kopf gestellt wurde.

Um sich in dieser Krisensituation zurechtzufinden, brauchen Menschen jemanden, mit dem sie über ihre Verunsicherungen und Ängste sprechen können. Die Dargebotene Hand ruft deshalb dazu auf, soziale Kontakte, wenn immer möglich aufrecht zu erhalten, um über Belastendes wie auch Erfreuliches reden zu können. Tel 143 ist aber auch für alle jene da, die gerade niemanden haben, mit dem sie ihre Sorgen teilen können. Während 24 Stunden am Telefon, oder via [www.143.ch](http://www.143.ch) per Mail und Chat können die Mitarbeitenden der Dargebotenen Hand erreicht werden.

In den kommenden Wochen wird Die Dargebotene Hand ihre Kapazitäten ausbauen. Da viele der bei Tel 143 tätigen Freiwilligen zurzeit aufs Hüten von Enkeln und auf soziale und kulturelle Aktivitäten verzichten müssen, besteht die Bereitschaft, die Zahl der Schichten um bis zu 17% zu erhöhen. Auch ehemalige Freiwillige haben sich bereit erklärt, wieder Dienst zu tun. Damit kann Tel 143 konkret dazu beitragen, die seelischen Nöte und Sorgen der Bevölkerung zu lindern.

### Weitere Informationen

Sabine Basler, Geschäftsführerin des Verbands Tel 143 – Die Dargebotene Hand  
031 301 91 91 oder [verband@143.ch](mailto:verband@143.ch)

### Tel 143 – auch in der Corona-Krise für alle da

Die Dargebotene Hand ist eine politisch und konfessionell unabhängige und neutrale, Zewo-zertifizierte Non-profit-Organisation, die sich zu 40% aus institutionellen Beiträgen und zu 60% aus Spenden finanziert. Für alle Menschen in der Schweiz und im Fürstentum Liechtenstein ist Tel 143 eine niederschwellige Anlaufstelle für emotionale Erste Hilfe.

In 12 Regionalstellen sind rund 670 gut ausgebildete und professionell betreute Freiwillige am Werk. Das Angebot ist kostenlos, anonym und rund um die Uhr präsent. Es kann per Telefon, E-Mail oder Chat Hilfe gesucht werden - am einfachsten ist der Einstieg über [www.143.ch](http://www.143.ch).