

Medienmitteilung

Ein offenes Ohr für die stillen Tage

10. Dezember 2024. Die Adventszeit und die Feiertage stehen für viele Menschen im Zeichen von Gemeinschaft und Geselligkeit. Doch nicht alle haben die Möglichkeit, ihre Erlebnisse, Freuden oder Sorgen mit jemandem zu teilen. Das telefonische Gesprächsangebot «malreden» steht täglich von 9 bis 20 Uhr bereit und begleitet Menschen auch über die Feiertage mit einem offenen Ohr.

Die Weihnachtszeit ist für viele eine Zeit voller Begegnungen und Austausch. Für andere jedoch sind diese Tage von Einsamkeit geprägt. Das telefonische Gesprächsangebot «malreden» richtet sich an alle, die in dieser besonderen Zeit ein Bedürfnis nach Plaudern, Erzählen oder intensivem Diskutieren verspüren. Zugewandte Gesprächspartner*innen nehmen die Anrufe entgegen und schenken Zeit, ein offenes Ohr und Anteilnahme. Die Anrufe sind anonym, kostenlos und vertraulich.

Gemeinsam statt einsam

«malreden» stärkt das Gefühl der Verbundenheit und ermutigt Menschen zur Selbsthilfe. Ob es um kleine Alltagsorgen, persönliche Gedanken oder die Freude am Austausch geht – die Gespräche bieten Halt und Nähe. «Seit über vier Jahren engagiere ich mich mit grosser Überzeugung für das telefonische Gesprächsangebot ‚malreden‘», sagt Prof. em. Dr. Pasqualina Perrig-Chiello, Präsidentin des Vereins Silbernetz Schweiz sowie Buchautorin «Own your age». «Nicht alle sind in der privilegierten Lage, über ein tragendes Netzwerk zu verfügen. Für sie ist das niederschwellige Angebot ‚malreden‘ da, die, wie der Name schon sagt, einfach mal reden wollen - auch während der Fest- und Feiertage.» Mit «malreden» wird ein Zeichen für Gemeinschaft und Mitgefühl gesetzt – gerade in einer Zeit, in der viele nach Halt suchen.

Für Rückfragen:

Eve Bino & Sylviane Darbellay
Co-Geschäftsleiterinnen Verein Silbernetz Schweiz | malreden
Mobile 076 297 25 70

Folgen Sie uns auf:

[Instagram](#)

[Facebook](#)

[LinkedIn](#)

Für den ersten Schritt aus der Einsamkeit im Alter

malreden ist ein telefonisches Gesprächsangebot für ältere Menschen. Geschulte Freiwillige hören zu, schenken Zeit und ein offenes Ohr, nehmen Anteil, bieten eine Gelegenheit zum Austausch und ermutigen zur Selbsthilfe. Das dreiteilige Angebot besteht aus einem Alltagstelefon, einem Gesprächsstandem, der In-fovermittlung zu weiteren passenden Angeboten von Fachstellen oder Organisationen bei Bedarf und steht schweizweit auf Deutsch zur Verfügung. Alle Anrufe auf die Gratisnummer 0800 890 890 sind kostenlos, anonym und vertraulich. Hinter malreden steht der Verein Silbernetz Schweiz. Unterstützt und finanziert wird das Telefonangebot von Gesundheitsförderung Schweiz, diversen namhaften Stiftungen, durch die öffentliche Hand und Spendengelder. Für weitere Informationen: <https://malreden.ch>