



# Wie Sie Einsamkeit erkennen und was Sie dagegen tun können

**Freitag, 13. März 2020, 14.30 Uhr**  
**Kirchgemeindehaus, Brunnadernstrasse 40**

**Referat: Jacqueline Läderach, Pro Senectute Region Bern**

Beziehungen zu anderen Menschen und sozialer Austausch sind wichtige Voraussetzungen für unser seelisches und körperliches Wohlbefinden. Was bedeutet es, einsam zu sein? Was bedeutet soziale Teilhabe? Wie können wir der Einsamkeit entgegentreten oder andern beistehen, ihrer Einsamkeit zu begegnen?

Im Anschluss gibt es die Möglichkeit zum Austausch und ein kleines Zvierli.

Wir freuen uns auf einen interessanten Nachmittag!  
Christina Frank und Franziska Grogg

Auskunft: Franziska Grogg, 031 350 43 03  
franziska.grogg@refbern.ch

**PRO SENECTUTE**  
**Zwäg ins Alter**

