Wenn der Tod das Beste im Leben ist
In der Schweiz versucht im Durchschnitt jede Stunde eine Person, ihr Leben zu beenden. Ein Gespräch mit 143.ch kann Perspektiven aufzeigen, dass der selbstgewählte Tod nicht die einzige Option ist (Klinik Clienia Schlössli). Beleuchtung Lichtkünstler Gerry Hofstetter. Foto Frank Schwarzbach

Ohne Drogen ist das Leben unerträglich
Besonders bei jungen Menschen steigt der Konsum von Drogen stark. Ein Kontakt mit 143.ch ist ein erster Schritt, sich Hilfe zu holen (Brot-Egge, Sozialwerk Pfarrer Sieber).
Beleuchtung Lichtkünstler Gerry Hofstetter. Foto Frank Schwarzbach

Ein Spitalaufenthalt kann das Leben durchschütteln
Jährlich müssen 1,5 Millionen Menschen in ein Spital. Im Krankenbett können auch Fragen zum Leben quälen. Ein Gespräch mit 143.ch kann helfen, diese Fragen mit einer verständnisvollen Person zu besprechen (Schulthess Klinik). Beleuchtung Lichtkünstler Gerry Hofstetter. Foto Frank Schwarzbach

Die Abgründe des Vergnügens
Wenn alle fröhlich und ausgelassen sind, dann belasten die ungelösten Probleme umso mehr. Ein Kontakt mit 143.ch kann helfen, den quälenden Fragen nachzugehen (Fischerstube Zürich).
Beleuchtung Lichtkünstler Gerry Hofstetter. Foto Frank Schwarzbach

Armut macht einsam

Wer Sozialhilfe bezieht, hat häufig auch weniger Freundinnen und Freunde. Zu jeder Tages- und Nachtzeit bietet 143.ch einen menschlichen Kontakt an (Sozialzentrum Helvetiaplatz).

Beleuchtung Lichtkünstler Gerry Hofstetter. Foto Frank Schwarzbach

Sorgen mit Alkohol ertränken
Fast jede fünfte Person greift zur Flasche, um Sorgen leichter zu machen und ist in Gefahr, dass auch der Alkohol zum Problem wird. Ein Kontakt mit 143.ch kann ein erster Schritt sein, sich nachhaltig Hilfe zu holen (Suchtfachklinik).
Beleuchtung Lichtkünstler Gerry Hofstetter. Foto Frank Schwarzbach

Grosser Druck am Arbeitsplatz
In den letzten zehn Jahren hat sich der Anteil der Menschen mehr als verdoppelt, die wegen psychischen Problemen an der Arbeitsstelle ausfallen. Ein Gespräch mit 143.ch bietet Entlastung (ZKB-Hauptsitz in Zürich).
Beleuchtung Lichtkünstler Gerry Hofstetter. Foto Frank Schwarzbach

Der Schlaf will nicht kommen
Acht Prozent greifen wegen Schlafstörungen zu Medikamenten. Ein Gespräch mit 143.ch kann beruhigen - auch mitten in der Nacht (Bellevue Apotheke). Beleuchtung Lichtkünstler Gerry Hofstetter. Foto Frank Schwarzbach

Der Körper ist krank, die Seele leidet mit
Schon eine Grippe kann den Alltag und die Befindlichkeit empfindlich stören. Neben der Tablette kann ein Gespräch mit 143.ch helfen, Ängste zu beruhigen und Fragen zu klären (Dr. Andres Apotheke).
Beleuchtung Lichtkünstler Gerry Hofstetter. Foto Frank Schwarzbach

Die Volkskrankheit Depression
Jede vierte Person leidet im Leben mindestens einmal an einer Depression. Ein Kontakt mit 143.ch kann die dunklen Zeiten helfen, etwas erträglicher zu machen (Klinik Honegg).
Beleuchtung Lichtkünstler Gerry Hofstetter. Foto Frank Schwarzbach

Junge Menschen sind belastet
Jeder dritte junge Mensch fühlt sich häufig müde und erschöpft. 14 Prozent der jungen Frauen haben im letzten Jahr über Suizid nachgedacht. Ein Kontakt mit 143.ch hilft, erstmals darüber zu sprechen (Jungendberatungsstelle Samowar in Meilen).
Beleuchtung Lichtkünstler Gerry Hofstetter. Foto Frank Schwarzbach

Ein lieber Mensch ist nicht mehr da
Oft unvermittelt reisst der Tod einen nahestenden Menschen endgültig weg und erinnert uns an unser eigenes Ende. Ein Gespräch mit 143.ch kann helfen, den Schmerz erträglicher zu machen (Kirche Stäfa).
Beleuchtung Lichtkünstler Gerry Hofstetter. Foto Frank Schwarzbach

Gewalt in den eigenen Wänden
Jede fünfte Person erlebt Gewalt bei sich zu Hause. Ein Kontakt mit 143.ch hilft, die Mauer des Schweigens zu durchbrechen (Mehrfamilienhaus in Rafz). Beleuchtung Lichtkünstler Gerry Hofstetter. Foto Frank Schwarzbach