

## Programm «*connect!* – gemeinsam weniger einsam»

### Zwischenbericht Dezember 2025



Autorenschaft: Verein «*connect!*»  
Sulgeneckstrasse 35  
3007 Bern  
Schweiz  
Telefon: +41 31 331 16 46  
E-Mail: [info@ch-connect.ch](mailto:info@ch-connect.ch)

Bildnachweis Titelseite: © Gesundheitsförderung Schweiz / Peter Tillessen

Für die ideelle und finanzielle Unterstützung des Programms «*connect!* – gemeinsam weniger einsam» dankt der Verein der Age-Stiftung, der Elly Schnorf-Schmid Stiftung, der Dr. med. Kurt Fries-Stiftung, der Ernst Göhner Stiftung, der Beisheim Stiftung und einer Stiftung, die nicht öffentlich genannt werden will.

Bern, Dezember 2025

## Inhalt

Zusammenfassung.....	3
Fazit per Dezember 2025 .....	4
Chancen und Risiken im aktuellen Programmstand.....	5
Meilensteine gemäss Aktionsplan Phase I (2024-2027) .....	6
Leistungsziele gemäss Evaluationskonzept.....	7
Überblick nach Handlungsfeldern und Querschnittsthemen .....	7
Leistungsziele per 31.12.2025 gemäss Evaluationskonzept .....	8
Wirkungsziele per 31.12.2025 gemäss Evaluationskonzept .....	9
Budget und Rechnung.....	11
Ausblick.....	11
Handlungsfeld 1, Gemeinschaft .....	11
Handlungsfeld 2, Versorgungssysteme .....	11
Handlungsfeld 3, Strukturen .....	11
Anhang 1: Bedeutung von Einsamkeit bei älteren Menschen in der Schweiz .....	13
Anhang 2: «connect! – gemeinsam weniger einsam».....	14

## Zusammenfassung



### Strategische Meilensteine

- Fachliche Grundlagen liegen vor
- Netzwerk ist aufgebaut, Gremien arbeiten
- Partnergemeinden und -kantone für Pilotprojekte sind an Bord
- Erste Produkte sind ausgearbeitet
- Querschnittsthemen und Partizipation werden in allen Arbeitsbereichen berücksichtigt



### Handlungsfeld 1, Gemeinschaft:

- Kommunikationskonzepte auf nationaler und lokaler Ebene, Zielgruppenanalysen laufen
- Regelmässige Information des Netzwerks via Website, Social Media und Newsletter
- Zwei Medienmitteilungen und Berichterstattung in den Medien



### Handlungsfeld 2, Versorgungssysteme:

- Toolkit Screening & Follow-up Loneliness durch Hochschul-Konsortium entwickelt
- Schulungskonzept für Toolkit liegt vor
- Pilotprojekte mit Kantonen und Gemeinden gestartet (SG, ZG, ZH; in Abklärung: BL, NW; Städte und Gemeinden: Biel-Bienne, Cham, Mendrisio, Rapperswil-Jona; in Abklärung: Bern, Oberes Fricktal, Region Frauenfeld, Reiden)
- Fachpublikationen sind veröffentlicht, Auftritte an Tagungen haben stattgefunden



### Handlungsfeld 3, Strukturen:

- Gremien und Geschäftsstelle haben Tätigkeit aufgenommen
- Partizipation ist gesichert: Kantone, Gemeinden, Institutionen, Organisationen, Zielgruppen
- Netzwerk «connect!» ist aktiv und wächst stetig (erstes Online-Netzwerktreffen 6.11.2024, Tagung in Bern 20.2.2025, zweites Online-Netzwerktreffen 23.9.2025)
- Internationale Vernetzung mit Global Initiative on Loneliness and Connection (GILC), Weltgesundheitsorganisation WHO, Programm «Lonely EU»
- Konzept Monitoring und Evaluation ist entwickelt und operationalisiert
- Finanzierung für reduziertes Programm gesichert, weitere Anträge laufen



*«Einsamkeit ist überall um uns herum, und sie betrifft die Gesundheit vieler Menschen. Wir können das ändern. Gemeinsam weniger einsam, das ist unser Ziel.»*

*Prof. em. Dr. Pasqualina Perrig-Chiello, Präsidentin des Vereins «connect!»*

## Fazit per Dezember 2025

Laut der WHO sind kombinierte Massnahmen auf individueller, lokaler und gesamtgesellschaftlicher Ebene nötig, um Einsamkeit vorzubeugen und zu lindern. Gefordert ist eine breit angelegte Strategie. Andere europäische Länder haben bereits nationale Initiativen zur Bekämpfung von Einsamkeit geschaffen. In der Schweiz fehlte bisher ein national koordiniertes Vorgehen.

Der Verein «connect!» ist die erste nationale Initiative zur Einsamkeit in der Schweiz. Mit dem Programm «connect! – gemeinsam weniger einsam» adressiert der Verein die Einsamkeit als komplexe nationale Herausforderung. Das Programmteam hat einen Aktionsplan mit drei Handlungsfeldern ausgearbeitet und ein Netzwerk mit rund 650 Vertretungen von Kantonen, Gemeinden, Institutionen, Organisationen und Wissenschaftler:innen aufgebaut. Drei Kantone und vier Gemeinden haben ihre Beteiligung an Pilotprojekten zugesagt, weitere sind in Abklärung.

Zur Verankerung seiner Ziele setzt «connect!» zusammen mit dem Netzwerk für die beiden kommenden Jahre fünf Schwerpunkte:

1. **Pilotprojekte mit Kantonen und Gemeinden**, u.a. zur Verbesserung der intersektoralen Zusammenarbeit zwischen Gesundheits- und Sozialwesen und Freiwilligen
2. **Schulungen und Kommunikationsmassnahmen zum Toolkit für Screening & Follow-up** in Grundversorgung, Pflege, Sozialwesen, Psychiatrie, Psychologie und Freiwilligenarbeit
3. **Nationale und regionale Informations- und Sensibilisierungskampagnen** zu Ursachen, Folgen und Prävention von Einsamkeit im Alter
4. **Weiterentwicklung bestehender, gemeinschaftsfördernder Angebote** für die Prävention von Einsamkeit, zusammen mit den Anbietern
5. **Pflege und Ausbau des bestehenden Netzwerks** von zurzeit 650 Mitgliedern

Essenziell für den Erfolg des Aktionsplans ist eine nachhaltige Unterstützung durch Förderstiftungen. Die notwendige Finanzierung ist noch nicht umfassend sichergestellt. Das Programmteam investiert seine Ressourcen nicht nur in die inhaltliche Arbeit, sondern auch ins Fundraising.

## Chancen und Risiken im aktuellen Programmstand

### Chancen

Im ersten Jahr hat «connect!» effiziente Aufbauarbeit geleistet – mit 300 Stellenprozenten, unter Beteiligung seiner Gremien (Vorstand, Vereinsmitglieder, wissenschaftlicher Beirat, Arbeitsgruppen, Sounding Board) und mit der Unterstützung der Förderstiftungen. Die gesetzten Meilensteine wurden erreicht. Es besteht ein breite Netzwerk, Partnergemeinden und -kantone für Pilotprojekte sind gewonnen, und zentrale, im Aktionsplan vorgesehene Grundlagen sind erarbeitet.

### Risiken

«connect!» hat Einsamkeit als Public-Health-Priorität früh und innovativ aufgegriffen. Bis das Thema in den öffentlichen Strukturen verankert ist, ist zivilgesellschaftliche Initiative unabdingbar. Nur mit langfristigem Engagement kann eine Dynamik in Gang gesetzt werden, die zu Veränderungen in der Zivilgesellschaft und im Verhalten der Gemeinschaft führt.

Ohne Fortsetzung der Unterstützung durch Förderstiftungen kann das Netzwerk nicht zum Tragen gebracht werden, und die erarbeiteten Grundlagen können nicht in der Praxis umgesetzt werden.



««Soziale Verbundenheit ist ein zentraler Faktor für Gesundheit und Lebensqualität.»»

Prof. Dr. Heike Bischoff-Ferrari, Präsidentin  
des wissenschaftlichen Beirats des Vereins «connect!»

## Meilensteine gemäss Aktionsplan Phase I (2024-2027)





Für die Umsetzung der Massnahmen in den drei Handlungsfeldern wurden Meilensteine festgelegt. Aufgrund des Entscheids, eine reduzierte Version des Aktionsplans umzusetzen, wurden die Meilensteine durch die Mitgliederversammlung des Vereins «connect!» am 26.3.2025 angepasst.

Meilenstein per 31.12.2025	Ergebnisse
Erste Kommunikations-Tools und Botschaften sind partizipativ und mit Fokus auf die Pilotprojekte entwickelt	Zielgruppenanalyse weitgehend abgeschlossen, erste Kommunikations-Tools und Botschaften für die nationale und lokale Ebene befinden sich in Entwicklung.
Weitere Beiträge in Fachmedien sind erschienen und an Fachtagungen erfolgt	Vertreter:innen von «connect!» informierten in Fachzeitschriften und an Tagungen über das Thema Einsamkeit (Liste der Publikationen und Referate siehe sep. Anlage).
Das Teilprojekt zur Förderung von interpersonaler Kommunikation und Dialog über lokale Angebote ist gestartet	Das Teilprojekt konnte aufgrund von Ressourcenmangel noch nicht gestartet werden.
Das Mandat «Screening und Follow-up» ist abgeschlossen	Das Konsortium aus 10 Hochschulinstituten unter der Leitung von Eva Soom Ammann (Berner Fachhochschule BFH) hat den Schlussbericht zur Entwicklung des Toolkit «Screening and Follow-up Loneliness» per Ende 2025 der Prüfung durch die wissenschaftliche Sub-Arbeitsgruppe «Toolkit» und dem Verein «connect!» vorgelegt.
Entwürfe für die Schulungsunterlagen liegen vor	Eigentliche Schulungsunterlagen liegen noch nicht vor. Im Dokument «Allgemeine Konzept zur Entwicklung von Schulungs- und Kommunikationsmaterialien für Fortbildungen von Fachpersonen und Freiwilligen» sind aber prov. Schulungsgefässe, Lernformen, Lernziele/Lerninhalte sowie Qualitätskriterien beschrieben.
Erste kantonale und kommunale Pilotprojekte sind lanciert	Für den Kanton SG liegt ein konzeptuelles Arbeitsdokument «Einsamkeit im Alter (2026–2028) des Kantons St. Gallen» vor. Kommunale Konzepte liegen für die Städte Biel-Bienne, Rapperswil-Jona und Mendrisio sowie für die Gemeinde Cham vor. Cham hat die von «connect!» vorgesehenen Massnahmen in einen Massnahmenplan übertragen, der sich an eine kommunale Strategie anlehnt.
Modelle der intersektoralen Zusammenarbeit in den verschiedenen Pilotgemeinden liegen als Entwürfe vor	Die Programmleitung hat erste Modelle der interprofessionellen und intersektoralen Zusammenarbeit mit Einbezug von Freiwilligen entwickelt und diese beim Treffen der Arbeitsgruppe Versorgungssysteme am 3.12.25 vorgestellt.
Entscheidgrundlagen für den Einsamkeits-Barometer liegen vor	Die Arbeitsgruppe «Einsamkeitsbarometer» unter der Leitung von Stefano Cavalli (SUPSI) hat für die Age-Stiftung einen Bericht zu folgenden Aspekten erstellt: State-of-the-art bei der Messung von Einsamkeit, vorhandene Daten zur Einsamkeit im Alter in der Schweiz und grober Entwurf für ein Einsamkeitsbarometer in der Schweiz. Im Fokus steht die Frage, wie das Barometer am sinnvollsten implementiert werden kann (als eigenständiges Instrument, Embedded-Lösung oder Hybridmodell). Die endgültige Ausgestaltung hängt vom Ressourceneinsatz und der Zielgruppenfokussierung ab.

## Leistungsziele gemäss Evaluationskonzept

Das Monitoring- und Evaluationssystem des Programms ermöglicht eine datenbasierte Überwachung und Bewertung der Fortschritte und eine Weiterentwicklung der Massnahmen.

## Überblick nach Handlungsfeldern und Querschnittsthemen

	Status	Bemerkungen
Handlungsfeld 1 Gemeinschaft		<ul style="list-style-type: none"> <li>Umsetzungsplan Gemeinschaft liegt vor: Dachkampagne, lokale Kommunikationskampagnen und Kommunikation via gemeinschaftsfördernde Angebote</li> <li>Kommunikation mit Fachpersonen, Institutionen und Organisationen via Veranstaltungen, Website, Social Media, Newsletter hat Kollaborationen ergeben</li> <li>Erste Medienberichte zu «connect!» sind erschienen</li> <li>Projekt EMIG ist lanciert</li> </ul>
Handlungsfeld 2 Versorgungssysteme		<ul style="list-style-type: none"> <li>Umsetzungsplan Versorgungssysteme liegt vor: Konzepte zur Zusammenarbeit Gesundheitssystem und Sozialwesen, Toolkit Screening &amp; Follow-up, Kommunikation mit Fachpersonen, Organisationen und Institutionen, Schulungskonzepte</li> <li>Toolkit Screening &amp; Follow-up Loneliness liegt vor, Pretests sind erfolgt</li> <li>Schulungskonzept zum Toolkit ist erstellt</li> <li>Beiträge in Fachpublikationen und Auftritte an Tagungen verschiedener Berufsgruppen sind erfolgt oder aufgegleist</li> </ul>
Handlungsfeld 3 Strukturen		<ul style="list-style-type: none"> <li>Netzwerk ist interprofessionell und schweizweit aufgestellt und wird gepflegt</li> <li>Verankerung in Romandie und Tessin erfordert weitere Arbeit</li> <li>Arbeitsgruppen haben Arbeit aufgenommen</li> <li>Wissenschaftlicher Beirat wächst und arbeitet in Subgruppen an verschiedenen Themen (u.a. Knowledge Hub, Begleitforschung)</li> <li>Lokale Konzepte sind mit Pilotkantonen und -gemeinden in Arbeit</li> <li>Erste Tagung erfolgreich durchgeführt, Ergebnisse kommuniziert</li> <li>Konzept Monitoring und Evaluation liegt vor</li> <li>Konzept Nachhaltige Finanzierung liegt vor</li> <li>«connect!» ist international vernetzt</li> </ul>
Querschnittsthemen <sup>1</sup>		<p>Querschnittsthemen systematisch berücksichtigt:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Konzept Partizipation und Sounding Board</li> <li>Vertretungen der Zielgruppen in Arbeitsgruppen</li> <li>Konzepte gemäss Querschnittsthemen angepasst</li> </ul>

 = planmässig


 = teilweise kritisch

 = kritisch


<sup>1</sup> 1) Vulnerable und sozial benachteiligte Zielgruppen, 2) Biografische Übergänge/kritische Lebensereignisse, 3) Digitale Ansätze

## Leistungsziele per 31.12.2025 gemäss Evaluationskonzept




### Übergreifende Massnahmen

Massnahme gemäss Aktionsplan	Leistungsziel	Stand	Beschreibung Resultate
Programmentwicklung und -organisation	<i>Keine Leistungsziele per 31.12.2025</i>		

### Handlungsfeld 1, Gemeinschaft

Massnahme gemäss Aktionsplan	Leistungsziel	Stand	Beschreibung Resultate
Entwicklung, Prätest, Finalisierung und Dissemination von Kommunikations-Tools	Das Kommunikationskonzept liegt vor Erste Kommunikations-Tools und -materialien wurden in Pilotgemeinden partizipativ entwickelt Die drei Querschnittsthemen des Programms sind berücksichtigt		Das Kommunikationskonzept wurde in Zusammenarbeit mit der Arbeitsgruppe Gemeinschaft unter Einbezug von Vertretungen der Zielgruppen entwickelt. Es sieht eine Zielgruppenanalyse vor, die inzwischen kurz vor dem Abschluss steht. In der Pilotstadt Rapperswil-Jona ist eine operative Kommunikationsplanung in Entwicklung, auf der Grundlage eines lokalen Kommunikationskonzepts. Die Querschnittsthemen werden berücksichtigt.

### Handlungsfeld 2, Versorgungssysteme

Massnahme gemäss Aktionsplan	Leistungsziel	Stand	Beschreibung Resultate
Entwicklung Schulungsmaterialien und Schulungen für Fachpersonen und für Freiwillige	Entwürfe für die Schulungsunterlagen liegen vor Die drei Querschnittsthemen des Programms sind berücksichtigt		Es liegen noch keine Entwürfe für Schulungsunterlagen vor. Das bereits vorliegende Schulungskonzept liefert unter Berücksichtigung der drei Querschnittsthemen des Programms erste Hinweise zu allgemeinen (professionsübergreifenden) und berufsgruppenspezifischen Lernzielen und Lerninhalten der Schulungen.
Mandat Toolkit «Screening und Follow-up» an Konsortium vergeben	Auftrags-Vereinbarung		Die Zusammensetzung des Konsortium wurde am 9.12.2024 festgelegt; die Forschungs- und Entwicklungsverträge zwischen dem Verein «connect!» und den involvierten Hochschul-Instituten ist Anfangs 2025 erfolgt.
Entwicklung, Prätest und Finalisierung Toolkit «Screening und Follow-up», inkl. Anpassung an Bedarf der verschiedenen Zielgruppen	Das Toolkit wird durch eine Expert:innengruppe partizipativ entwickelt (in Kooperation mit Umsetzungspartnern in den Pilotregionen und insb. auch unter Einbezug von Vertreter:innen der Betroffenen und von vulnerablen und sozial benachteiligten ZG)		Das Toolkit liegt vor. Unter Einbezug von Vertreter:innen der Betroffenen und von vulnerablen und sozial benachteiligten Zielgruppen haben bei der Entwicklung insbesondere mitgewirkt: Zentrum für Hausarztmedizin und Community Care, Universität Luzern;

			Universität Zürich; UZH Health Longevity Center; Berner Fachhochschule BFH, Fachbereich Pflegewissenschaft; Hochschule Luzern HSLU - Soziale Arbeit.
	Der Pretest mit relevanten Zielgruppen ist abgeschlossen		Die Pretests mit relevanten Zielgruppen sind im Herbst 2025 möglichst praxisnah erfolgt.

### Handlungsfeld 3, Strukturen

Massnahme gemäss Aktionsplan	Leistungsziel	Stand	Beschreibung Resultate
Entwicklung und Umsetzung Monitoring & Evaluation	Das Konzept für das Monitoring und eine formative Evaluation mit externer Begleitung der Phase I ist erstellt, die Verantwortlichkeiten sind geklärt Die drei Querschnittsthemen des Programms sind berücksichtigt Das «Konzept Monitoring & Evaluation» ist abgenommen (MV Verein) Die Umsetzung ist initiiert		Das Konzept mit einer Evaluations-tabelle für Monitoring und Evaluation und einem einfachen Wirkungsmodell wurde mit externer Begleitung entwickelt. Das Reporting wird operativ umgesetzt.

## Wirkungsziele per 31.12.2025 gemäss Evaluationskonzept

### Handlungsfeld 1, Gemeinschaft

Massnahme gemäss Aktionsplan	Wirkungsziel	Stand	Beschreibung Resultate
Die Kommunikationsinhalte des Programms werden breit genutzt	Website: Besucherzahlen und Downloads (Fachpersonen) Social-Media-Profil: Follower, Impressions, Likes Reaktionen auf Inhalte (Newsletter bestellen, Likes, Teilnahme Quiz, etc.) Die Zahlen sollen jährlich steigen (+20%). Absolute Sollwerte können nach ersten Erfahrungen festgelegt werden.		Zeitraum Nov 2024-Nov 2025 <b>Website:</b> 41.051 Aufrufe; 3527 Nutzer:innen <b>Social Media, LinkedIn:</b> 374 Follower:innen; 18.994 Impressions; 549 Reaktionen; 37 Kommentare <b>Newsletter:</b> 627 Empfänger:innen; 53% Öffnungen ; 46%-51% Klickrate  2025 liefert Ausgangswerte. Kein aussagekräftiger Vergleich zum Jahr 2024 möglich.
Einsamkeit im Alter wird im Zusammenhang mit dem Programm «connect!» in den Publikumsmedien regelmässig erwähnt.	Bis Phasenende sind mit Unterstützung der Programmpartner und den etablierten Medienpartnerschaften mind. 5 Beiträge in den nationalen Medien und je 2 Beiträge in lokalen Medien der Pilotregionen publiziert		Es wurden Beiträge in deutsch-, französisch- und italienischsprachigen Medien veröffentlicht. <a href="#">Zum Medienspiegel 2025</a>

### Handlungsfeld 2, Versorgungssysteme

Massnahme gemäss Aktionsplan	Wirkungsziel	Stand	Beschreibung Resultate
Keine Wirkungsziele per 31.12.2025			

### Handlungsfeld 3, Strukturen

Massnahme gemäss Aktionsplan	Wirkungsziel	Stand	Beschreibung Resultate
Partizipation	Partizipation ist gesichert: Kantone, Gemeinden, Institutionen, Organisationen, Zielgruppen	■	Unterstützung durch die Programmleitung am Partizipationsanlasses vom 26.11.25 in Rapperswil-Jona mit der der Zielgruppe «Ü76 zu Hause allein lebend» mit 130 Teilnehmenden zu den Themen Öffentlichkeitsarbeit/Kommunikation/Kanäle rund um soziale Teilhabe Einsamkeit.

## Budget und Rechnung

Die Jahresrechnung für «connect!» wird im Sommer 2025 vorgelegt.

## Ausblick

### Handlungsfeld 1, Gemeinschaft

2026 werden national und regionale/lokale Informations- und Sensibilisierungskampagnen zu den Ursachen, Folgen und der Prävention von Einsamkeit umgesetzt, in enger Zusammenarbeit mit dem Netzwerk von «connect!» und unter besonderer Berücksichtigung vulnerabler und sozial benachteiligter Gruppen.

Im Aktionsplan ist vorgesehen, bestehende Angebote zusammen mit den Anbietern im Sinne der Prävention von Einsamkeit weiterzuentwickeln. Dieses Projekt wird im Rahmen des Programms «connect! – gemeinsam weniger einsam» umgesetzt, sobald die dafür notwendigen Ressourcen zur Verfügung stehen.

### Handlungsfeld 2, Versorgungssysteme

Im 2026 steht die Produktion von Schulungs- und Kommunikationsmaterialien für Fortbildungen von Fachpersonen und Freiwilligen (ab 2027) im Mittelpunkt. Diese Materialien bauen auf dem im 2025 entwickelten Toolkit «Screening and Follow-up Loneliness» auf. Professionsspezifische Subgruppen zur Arbeitsgruppe Versorgungssysteme werden die konzeptuellen Arbeiten und inhaltlichen Produktionsschritte begleiten und beraten.

Modelle der interprofessionellen und intersektoralen Zusammenarbeit für personenzentrierte und inklusive Ansätze «Einsamkeit im Alter», mit gezieltem Einbezug von Freiwilligen, werden in den verschiedenen Gremien weiter diskutiert und konkretisiert.

Die Programmleitung unterstützt die weiterführende Planung und anschliessend die Lancierung und Umsetzung von Pilotprojekten in den kantonalen und kommunalen Versorgungssystemen.

### Handlungsfeld 3, Strukturen

Das Netzwerk von «connect!» wird gepflegt und ausgebaut. In Arbeitsgruppen werden die Massnahmen des Programms geplant und umgesetzt. Mit aktiven Mitgliedern des Netzwerks pflegt die Programmleitung auch darüber den Kontakt.

Vorgesehen sind ausserdem regelmässige Informationen im Newsletter und auf LinkedIn und Online-Veranstaltungen zu spezifischen Themen, die den Zielen des Programms dienen und von den Netzwerkmitgliedern gewünscht werden.

Mitglieder des wissenschaftlichen Beirats unterstützen nach Möglichkeit das Aufgleisen, Verfassen und Kommentieren von Artikeln in Fachjournals und die Durchführung von Präsentationen und Workshops an Fachtagungen. Im Weiteren wird der Wissenschaftliche Beirat Inputs und Hinweise zur Begleitforschung liefern.

Mitglieder des Sounding Boards wirken in den verschiedenen Subgruppen in den Handlungsfeldern 1 und 2 mit. Im partizipativen Sinn begleiten und beraten sie die Entwicklung von Produkten und die Umsetzung von Massnahmen durch die Programmleitung.

Die Programmleitung entwickelt unter Einbezug des Vorstands ein Konzept zu förderlichen Rahmenbedingungen für die Prävention und Reduktion von Einsamkeit und sucht den Kontakt zu interessierten Politikerinnen und Politikern, mit dem Ziel politische Vorstösse zum Thema Einsamkeit zu unterstützen.

Das Programmteam unterstützt die Pilotpartner bei der Akquise von Drittmitteln.

Zusammen mit dem wissenschaftlichen Beirat und dem Netzwerk Connect! wird der Knowledge Hub entwickelt. Das Konzept für eine digitale Plattform, die wissenschaftlich fundiertes Wissen zum Thema Einsamkeit bereitstellt, wird partizipativ erarbeitet. Die ersten Veröffentlichungen sind für 2026 geplant.

Am 27. August 2026 findet die zweite Fachtagung «connect!» statt.

Die Programmleitung entwickelt das Konzept Monitoring und Evaluation mit externer Begleitung für die Pilotprojekte weiter.

Für die Phase II wird partizipativ ein Aktionsplan entwickelt.

## Anhang 1: Bedeutung von Einsamkeit bei älteren Menschen in der Schweiz

Einsamkeit ist ein unangenehmes und belastendes Gefühl, bei dem die eigenen sozialen Beziehungen nicht den persönlichen Wünschen entsprechen und als unzureichend empfunden werden. Einsamkeit hat viele Ursachen, die in den Persönlichkeitsmerkmalen, in einem Mangel an Vertrauensbeziehungen, in der gesundheitlichen und sozialen Situation der Menschen, aber auch in ihren Lebensverhältnissen wurzeln. Insbesondere auch ältere Menschen sind von Einsamkeit betroffen. In der Schweiz fühlen sich gemäss Studien 80'000 bis 150'000 Menschen über 65 Jahre ziemlich oder sehr häufig einsam und sind damit einem gesundheitlichen Risiko ausgesetzt. Einsamkeit ist mit erhöhtem Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Bluthochdruck, Diabetes und psychische Erkrankungen verbunden; die gesundheitlichen und wirtschaftlichen Folgen von langdauernder Einsamkeit sind mit denen des Tabakkonsums und Übergewichts vergleichbar

Wirksame Ansätze gegen Einsamkeit sind laut der Weltgesundheitsorganisation (WHO) Ansätze, die auf individueller, lokaler und gesamtgesellschaftlicher Ebene ansetzen. Auf individueller Ebene sollten soziale Kompetenzen gefördert und kognitive Ansätze zur Beeinflussung von Denk- und Verhaltensmustern angeboten werden. Lokal sollten beziehungsstiftende Interventionen zur Stärkung von Gemeinschaft priorisiert werden. Gleichzeitig gilt es, Lücken in Angeboten zur sozialen Teilhabe zu schliessen, bestehende Angebote für sozial Benachteiligte und vulnerable Personen und Gruppen zu öffnen sowie generell für Begegnung und Austausch förderliche Lebenswelten zu schaffen. Gesellschaftlich sollten Anstrengungen unternommen werden, um das Stigma der Einsamkeit zu brechen und Ungleichheiten abzubauen.

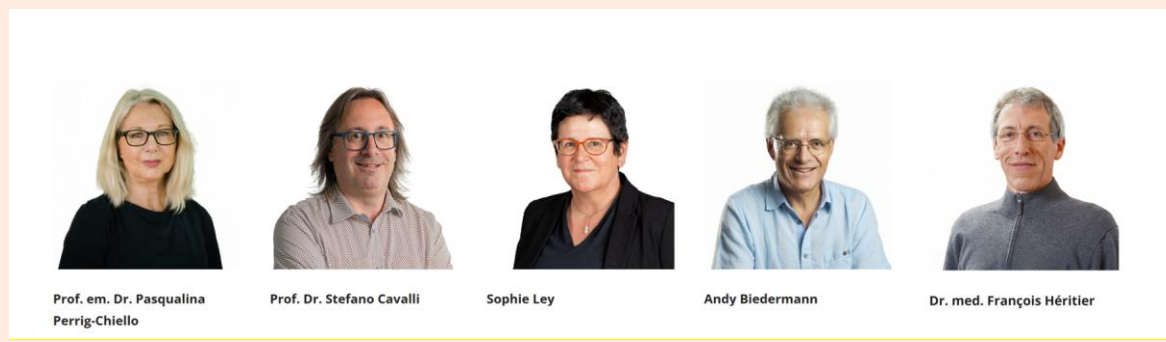
Andere europäische Länder haben bereits erfolgreich nationale Initiativen zur Bekämpfung von Einsamkeit implementiert. In den Niederlanden werden lokale Koalitionen gefördert, während Grossbritannien auf «Social Prescribing» setzt, bei dem Patientinnen und Patienten an professionelle «Link Worker» verwiesen werden. Dänemark nutzt «Connector Services», Netzwerke mit allen lokalen Akteurinnen und Akteure, die mit hochaltrigen Personen in Kontakt stehen.

Das Potenzial für volkswirtschaftliche Einsparungen ist bedeutend. Die verursachten Kosten durch Einsamkeit werden mit denen von Tabak, Alkohol und Übergewicht verglichen. Für Spanien werden sie auf 14 Milliarden Euro pro Jahr geschätzt, für die Niederlande auf 2 Milliarden Euro pro Jahr. Exakte Zahlen für die Schweiz gibt es noch keine. Angelehnt an die Kosten für das Rauchen von Tabakwaren und von Übergewicht werden die direkten Gesundheitskosten auf mehrere Milliarden Franken pro Jahr geschätzt.

## Anhang 2: «connect! – gemeinsam weniger einsam»

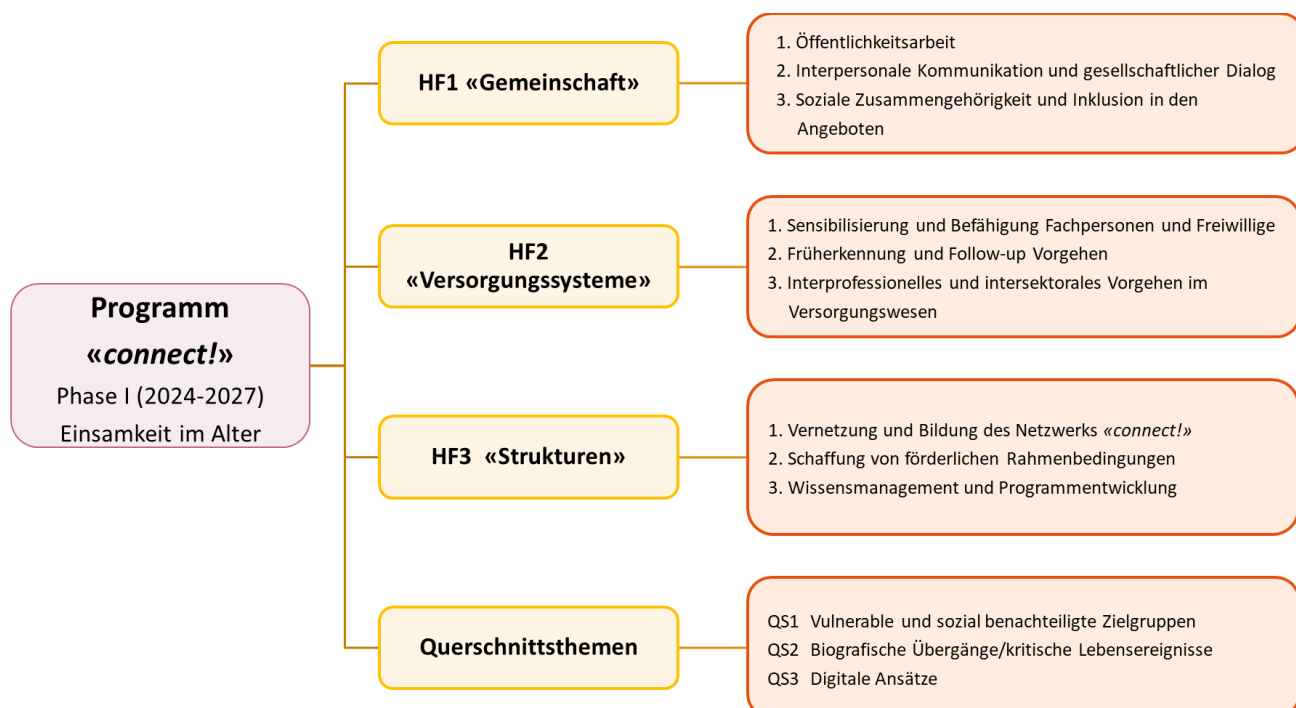
Der Verein «connect!» setzt sich mit einem breiten Netzwerk von Wissenschaftler:innen, Institutionen, Organisationen und Stiftungen für weniger Einsamkeit in der Schweiz ein.

### Box 1: Vorstand der Vereins «connect!» (Stand 30.6.2025)

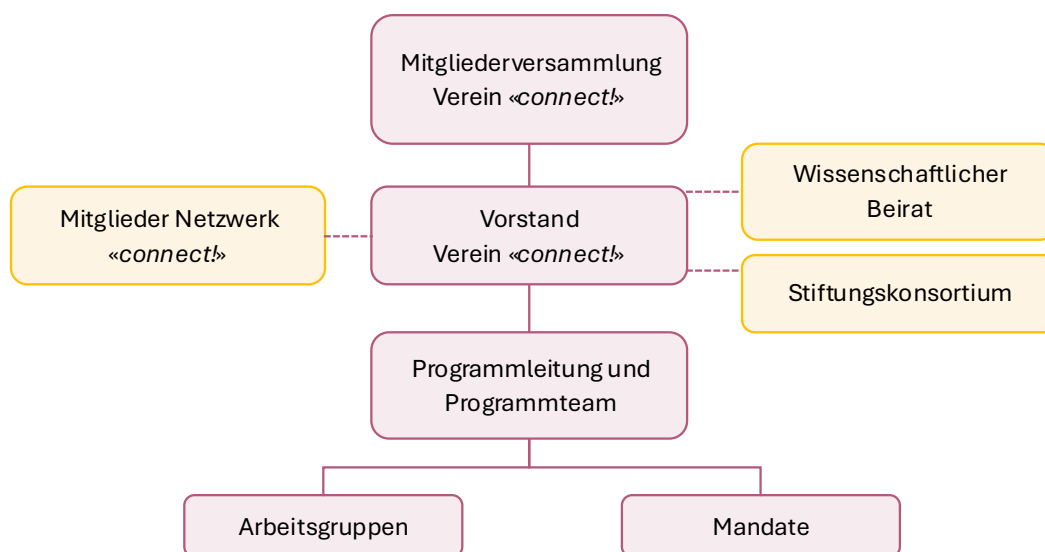


Das Vorprojekt «Einsamkeit im Alter» (Januar 2023 bis April 2024) legte die wissenschaftlichen Grundlagen für das Programm. In Workshops und Gesprächen mit Vertretenden von Kantonen, Städten, Fachleuten, zivilgesellschaftlichen Organisationen und religiösen Institutionen wurden der Bedarf und bestehende Angebote identifiziert und diskutiert.

Seit Mai 2024 bildet der Verein «connect!» das Dach des **Programms «connect! – gemeinsam weniger einsam»**. Die Vision des Programms ist es, dass Menschen in der Schweiz sich sozial eingebunden fühlen und Zugang zu Angeboten haben, die Einsamkeit vorbeugen und reduzieren. Das Programm bietet verschiedene Dienstleistungen an, vernetzt Akteurinnen und Akteure und koordiniert gemeinsame Aktivitäten, sensibilisiert die Bevölkerung und setzt sich für bessere Rahmenbedingungen ein. Das Programm ist in Phase I (2024-2027) in drei Handlungsfelder unterteilt und berücksichtigt 3 Querschnittsthemen:



**Organigramm** des Programms «connect! – gemeinsam weniger einsam»:



**Netzwerk «connect!»:** Gründung am 6. November 2024 unter Teilnahme von 69 Fachpersonen aus 50 Organisationen. Die rund 650 Kontakte des Programms wurden im Januar 2025 um eine formelle Beteiligung am Netzwerk gebeten. 2025 werden aus dem Netzwerk verschiedene Unter-Netzwerke zu spezifischen Themen gebildet.

Ein **wissenschaftlicher Beirat** begleitet die Ausarbeitung der Massnahmen. Er steht unter der Leitung von Prof. Dr. med. DrPH Heike Bischoff-Ferrari und ist aus namhaften Forschenden verschiedener Disziplinen zusammengesetzt (Box 2).

Ein **Sounding Board** aus potenziell betroffenen Personen bzw. ihren Vertretungen und Vertretungen von vulnerablen und sozial benachteiligten Personengruppen wurde 2025 konstituiert.

Ein Netzwerk von interessierten **Medienschaffenden** ist im Aufbau.

Zu einem späteren Zeitpunkt soll ein Netzwerk von interessierten und engagierten **Politiker:innen** aufgebaut werden.

Mit der **Programmleitung** für «connect! – gemeinsam weniger einsam» wurde PHS Public Health Services GmbH beauftragt. Das Programmteam per 31.12.2025 (in alphabetischer Reihenfolge):

- Patrick Alpiger, Projektleiter
- Sonja Baltisser, Sekretärin
- Andy Biedermann, Co-Programmleiter
- Eva Kreuzer, wissenschaftliche Mitarbeiterin
- Thomas Pfluger, Co-Programmleiter
- Corina Salis Gross, Leiterin Bereich Diversität und Chancengleichheit
- Larissa Seliger, Praktikantin

## Box 2: Wissenschaftlicher Beirat (Stand 31.12.2025)

**Prof. Dr. med. Heike Bischoff-Ferrari DrPH, Chair des wissenschaftlichen Beirats**, Professorin für Geriatrie an der Universität Basel, Chefärztin und Departementsleitung Akute Altersmedizin an der Universitären Altersmedizin FELIX PLATTER (UAFP)

**Prof. Dr. Mauricio Avendano**, Associate Professor at the University of Lausanne, and co-director of the Health Economics & Policy Unit at the Department of Epidemiology and Health Systems at Unisanté

**Prof. Dr. Jonathan Bennett**, Co-Leiter interdepartementales Institut Alter, Berner Fachhochschule

**Prof. Dr. Stefano Cavalli**, Vorstandsmitglied Verein «connect!», Responsabile Centro competenza anziani, Scuola universitaria professionale della Svizzera italiana SUPSI

**Prof. Dr. Oana Ciobanu**, Haute école de travail social et de la santé Lausanne, Haute école spécialisée de Suisse occidentale (HETSL | HES-SO)

**Dr. med. Astrid Habenstein**, Universitäre Psychiatrische Dienste Bern (UPD)

**Prof. Dr. Sabine Hahn**, Berner Fachhochschule, Fachbereichsleiterin Pflege, Präsidentin VfP Schweizerischer Verein für Pflegewissenschaft

**PD Dr. Yves Henchoz**, Unisanté, Centre universitaire de médecine générale et santé publique, Lausanne, responsable de groupe de recherche

**Prof. em. Dr. François Höpflinger**, Sozialforscher zu demografischen Trends, Alters- und Generationenfragen

**Prof. Dr. med. Stefan Klöppel**, Universitäre Psychiatrische Dienste Bern, Universitätsklinik für Alterspsychiatrie und Psychotherapie

**Prof. Dr. Carlo Knöpfel**, Fachhochschule Nordwestschweiz (FHNW), Sozialpolitik und Soziale Arbeit

**PD Dr. phil. Tobias Krieger**, Universität Bern, Klinische Psychologie und Psychotherapie

**Prof. Dr. Dr. Andreas Maercker**, Universität Zürich, Professor Psychologisches Institut

**PD Dr. med. Thomas Münzer**, Chefarzt Geriatriische Klinik St. Gallen

**Prof. em. Dr. Pasqualina Perrig-Chiello**, Vereinspräsidentin «connect!», Universität Bern, Entwicklungspsychologie und Psychotherapie

**Dr. Christina Röcke**, Universität Zürich, Co-Direktorin & Geschäftsführerin Healthy Longevity Center (HLC)

**Daniela Schuler**, Schweizerisches Gesundheitsobservatorium Obsan, Wissenschaftliche Projektleiterin

**Prof. Dr. Jürgen StremLOW**, Hochschule Luzern HSLU, Leiter Institut Sozialmanagement, Sozialpolitik und Prävention

**Prof. Dr. Boris Wernli**, Fondation suisse pour la recherche en sciences sociales (FORS) & Université de Lausanne, head of surveys

## Förderstiftungen

Ermöglicht wird die Arbeit von «connect!» durch die finanzielle Unterstützung der Age-Stiftung, der Elly Schnorf-Schmid Stiftung, der Dr. med. Kurt Fries-Stiftung, der Ernst Göhner Stiftung, der Beisheim Stiftung und einer Stiftung, die öffentlich nicht genannt werden will.