



Jahresbericht 2022

malreden 

STAND DES PROJEKTS

Das Projekt malreden zielt darauf ab, über einen Telefondienst älteren Menschen eine niederschwellige Möglichkeit anzubieten, mit anderen Menschen in Kontakt zu treten, damit Einsamkeitsgefühle zu reduzieren und das Wohlbefinden zu stärken. Das Projekt läuft seit April 2021 als Pilotprojekt in der Region Bern und wird von verschiedenen Stiftungen sowie den zwei Kantonen Bern und Zürich finanziert.

Das Angebot von «malreden» setzt sich aus drei ergänzenden Dienstleistungen zusammen und ist jederzeit anonym, vertraulich und kostenlos:

- **«malreden Hotline»:** Telefonhotline unter der Gratisnummer 0800 890 890 für spontane Gespräche zwischendurch. Im März 2022 wurden die Betriebszeiten der Hotline von 14 - 20 Uhr auf 9 - 20 Uhr verlängert.
- **«malreden Tandem»:** Feste Telefonpartnerschaften zwischen Freiwilligen und Nutzer*innen, wo wöchentlich für ein längeres Gespräch zusammen telefoniert wird.
- **«malreden Info»:** Vermittlung von Informationen in Bezug auf Angebote zur Vernetzung und zur Unterstützung bei Bedarf.

Die Pilotphase wurde Ende Jahr 2022 abgeschlossen und extern evaluiert.

Nach dem erfolgreichen Abschluss des Pilots wird das Projekt ab 2023 in der nächsten Phase weitergeführt. Dabei ist die aktive Bewerbung und Förderung des Angebots in weiteren Kantonen der Deutschschweiz vorgesehen.

Gesundheitsförderung Schweiz und die Beisheim Stiftung werden das Projekt weiterhin finanziell unterstützen. Weitere wichtige Geldgeber haben eine Folgefinanzierung zugesagt.

Foto: Reportage über malreden im Migros Magazin 8/22



ORGANISATION

VORSTAND

Der Vereinsvorstand setzt sich zusammen aus: Prof. Dr. Pasqualina Perrig-Chiello (Präsidentin), Andrea Waldegg (Schulung), Eva Zwahlen (Kommunikation) und Urs Gfeller (Finanzen).

VEREINSMITGLIEDER

Ende 2022 zählte der Verein 36 Mitglieder. Die letzte Mitgliederversammlung hat im Mai 2022 stattgefunden.

FINANZIERUNG

Das Pilotprojekt wurde von unterschiedlichen Stiftungen und Institutionen finanziell unterstützt: Gesundheitsförderung Schweiz, Beisheim Stiftung, Walder Stiftung, die Mobiliar, Migros Kulturprozent, Ernst Göhner Stiftung, Fonds Stadt Bern, Bürgergemeinde Bern, Lotterie Fonds Bern. Seit 2022 unterstützt der Kanton Bern das Projekt mit einem Leistungsauftrag sowie der Kanton Zürich mit einer Leistungsvereinbarung. Die Durchführung einer Telefonhotline zum Tag der betreuenden Angehörigen sowie die Moderation von Seminaren und Schulungen sorgten in geringem Mass für eigene Einnahmen. Wesentlich mehr als erwartete private Spenden haben verholpen das Budget auszugleichen.

GESCHÄFTSSTELLE

Die Leitung der Geschäftsstelle ist mit Eve Bino und Sylviane Darbellay besetzt, welche das Projekt lanciert haben und seit Beginn leiten. Punktuelle Unterstützung erfolgte durch externe Mandate (Supervision, Schulung und Kommunikation) und das punktuelle Engagement von Freiwilligen in den Bereichen

Telefonie, Einsatzplanung, Tandemkoordination und Social-Media Betreuung. Innovage Bern-Solothurn begleitete das Projekt auch in diesem Jahr und stand der Geschäftsleitung beratend zur Seite.

FREIWILLIGE AM TELEFON

Sämtliche *malreden*-Telefondienste werden von Freiwilligen durchgeführt, welche in einem vorgängigen Rekrutierungsprozess sorgfältig ausgewählt wurden. Der Verein sorgt für ihre Schulung, Weiterbildung, Supervision und Betreuung.

KOOPERATION

Silbernetz Schweiz wurde in diesem Jahr Mitglied bei NPG (Netzwerk psychische Gesundheit Schweiz) und erneuerte die Mitgliedschaft bei benevol, deren Standards bei der Betreuung der Freiwilligen angewendet werden. Ausserdem wurde der Verein Mitglied von Togetherness Hub, einer internationalen Plattform für Akteure im Bereich Einsamkeit und Soziale Teilhabe und pflegte eine enge Zusammenarbeit mit Silbernetz e.V., der Schwesterorganisation in Deutschland. Die Geschäftsleitung ist Teil der Arbeitsgruppe Alter Stadt Bern.

Kennzahlen 2022

Vorstandsmitglieder	4
Vereinsmitglieder	36
Angestellte	2
Projektteam - Unterstützung	6
Aktive Freiwillige am Telefon	40

(Stand 31.12.2022)

HIGHLIGHTS 2022

MEDIENARBEIT

2022 wurden zwei Medienmitteilungen als Ankündigung zu 1 Jahr *malreden* im April sowie anlässlich der Weihnachtsfeiertage verfasst. Zu den wichtigsten Veröffentlichungen von Beiträgen in den Medien zählen:

2 Radiobeiträge in der Sendung Musikwelle Radio SRF 2: zu Hotline und Tandem Podcast über *malreden* und Thema Einsamkeit in der Sendung Kontext auf Radio SRF 2: Reportage im Migros Magazin

NEUE FLYER

Infolge der Erweiterung der Öffnungszeiten wurde die Auflage der Flyer neu überarbeitet und mit dem Tandem-Angebot auf der Flyer-Rückseite ergänzt. Die Flyer wurden, wie im letzten Jahr, durch das bestehende Netzwerk in grossem Umfang verteilt. Z.B. hat Spitex Sihl Zürich den Flyer ihrem Rechnungsversand beigelegt.



KANTONALES AKTIONSPROGRAMM

Via Gesundheitsförderung Schweiz war es möglich, erste Kontakte zu einigen kantonalen Projektverantwortlichen zu knüpfen. Im Kanton Bern wurde ein Leistungsauftrag für die Periode 2022-25 bewilligt. Mit Zürich wurde eine Leistungsvereinbarung 2022-25 abgeschlossen, mit Luzern haben erste Gespräche stattgefunden. Bei beiden wird auf einen langfristigen Leistungsauftrag hingearbeitet.

VERNETZUNG & KOMMUNIKATION

malreden wurde u.a am Netzwerktag Pro Senior Bern, am Netzwerktreffen des Seniorenverbands von Novartis und der Bezirksversammlung Ärzte Emmental vorgestellt. Die Geschäftsleitung wurde von der Gesundheitsförderung Schweiz und Netzwerk Psychische Gesundheit NPGZ für eine Präsentation an der gemeinsamen Fachtagung zum Thema Soziale Beziehungen eingeladen und durfte eine Referatsserie beim SRK Berner Oberland zum Thema Einsamkeit halten. Weiter nahm *malreden* an Anlässen von Pro Senectute Bern und von Pro Senectute Biel/Terzstiftung teil und konnte das Angebot bei der Herbsttagung ASPS vorstellen, ebenso bei der kommunalen Netzwerktagung der Gesundheitsförderung und Prävention des Kantons Zürich.

Im Rahmen der Weihnachtsaktion und dem 1-jährigen Geburtstag von *malreden* wurden alle Multiplikatoren und Gemeinden im Kanton Bern per Mail angeschrieben und informiert.

ZUSAMMENARBEIT MIT DEN FREIWILLIGEN

2022 wurden 30 neue Freiwilligen für ein Engagement an der Hotline oder als Tandempartner*in geschult.

Die Freiwilligen begegneten sich bei den zweimal jährlich stattfindenden Weiterbildungen und konnten als Team weiter zusammenwachsen. Als Themen wurden psychiatrische Diagnosen, Gesprächsführung in auserwählten Situationen, Übertragung und Gegenübertragung sowie Selbstfürsorge aufgegriffen. Ein abschliessendes Apéro bot den Freiwilligen und der Geschäftsleitung die Gelegenheit, den Abend gemeinsam gemütlich ausklingen zu lassen.

STARKER ANSTIEG DER ANRUFEN

Das Jahr 2022 verzeichnete einen sehr starken Anstieg der Anzahl der Anrufe bei der Hotline. Dieser Trend war besonders in der zweiten Jahreshälfte ausgeprägt.

Diese erfreuliche Entwicklung war das Ergebnis der seit Beginn des Projekts geleisteten Kommunikationsarbeit und zeigte die Wirksamkeit der eingesetzten Mittel.

ERFOLGREICHER ABSCHLUSS DES PILOTPROJEKTS

Die Pilotphase dauerte vom 1. April 2021 bis 31. Dezember 2022 und wurde durch das Institut für Soziale Arbeit und Gesundheit ISAGE der Hochschule für Soziale Arbeit, die FHNW begleitend evaluiert.

Der Evaluationsbericht zeigt auf, dass das Projekt *malreden* innerhalb der Pilotphase sehr viel erreicht hat. Dafür spricht die starke Steigerung der Inanspruchnahme der Hotline in nur 18 Monaten. «Die erreichten Personen entsprechen der angestrebten Zielgruppe bezüglich Alter und Einsamkeitsgefühlen mehrheitlich [...] Die Gespräche sind wirksam, um eine Linderung des akuten Leidens, das durch Einsamkeit ausgelöst wird, zu erreichen».

Für mehr Informationen besuchen Sie unsere Webseite:

<https://malreden.ch/aktuelles/weiterausbau-nach-abschluss-der-pilotphase/>

