

## Medienmitteilung

### Grosses Abschiedsinterview – Pasqualina Perrig-Chiello tritt als Präsidentin des Vereins Silbernetz Schweiz zurück

**10. Dezember 2025. Nach fünf Jahren übergibt Prof. em. Dr. Pasqualina Perrig-Chiello, renommierte Entwicklungspsychologin, Einsamkeitsexpertin und Buchautorin, das Präsidium des Vereins Silbernetz Schweiz an Dr. Christina Röcke, Co-Direktorin Healthy Longevity Center der Universität Zürich. Der Verein Silbernetz Schweiz steht hinter malreden, dem dreiteiligen Telefonangebot für ältere Menschen. Im ausführlichen Interview betont Pasqualina Perrig-Chiello unter anderem die Wichtigkeit der gesellschaftlichen Auseinandersetzung mit Einsamkeit.**

An der ausserordentlichen Mitgliederversammlung vom 1. Dezember 2025 wählten die Mitglieder des Vereins Silbernetz Schweiz Dr. Christina Röcke, Co-Direktorin Healthy Longevity Center der Universität Zürich<sup>1</sup>, einstimmig als Nachfolgerin von Prof. em. Dr. Pasqualina Perrig-Chiello. Christina Röcke besitzt ein umfassendes Fachwissen im gerontologischen Bereich und ist in der Fachwelt bestens vernetzt. Damit besteht der Vorstand des Vereins aus folgenden Personen: Sibylle Bitterli (Geschäftsleiterin Gerontologie Schweiz), Urs Gfeller (ehemaliger Geschäftsleiter Gerontologie Schweiz) sowie Eva Zwahlen (selbständige Kommunikationsberaterin und Sozialarbeiterin mit Masterabschluss). Bereits an der Mitgliederversammlung vom April 2025 trat Andrea Waldegg-Schürch als Vorstandsmitglied zurück.

Im grossen Abschiedsinterview blickt Pasqualina Perrig-Chiello, die ebenfalls Präsidentin des nationalen Netzwerks «connect!» ist, zurück auf fünf Jahre engagierten Wirkens. Dies in einem Thema, das in den vergangen Jahren an gesellschaftlicher Relevanz gewann. Die Einsamkeitsexpertin betont: «Die negativen Folgen von Einsamkeit sind nicht nur individueller Art, sondern sie haben auch eine hohe Public-Health-Relevanz. Aber wird diese Dringlichkeit gesellschaftlich und politisch auch erkannt? Bislang jedenfalls werden die meisten Angebote gegen Einsamkeit von der Zivilgesellschaft getragen.»

**Pasqualina Perrig-Chiello, Sie haben malreden fünf Jahre lang begleitet und massgeblich dazu beitragen, dass das Gesprächsangebot in der Schweiz bekannter wurde. Nun übergeben Sie das Präsidium an Christina Röcke. Welche Gefühle schwingen mit?**

Gute Gefühle. Es ist jetzt der richtige Zeitpunkt, den Stab weiterzureichen. Positive Gefühle habe ich zudem angesichts der erfreulichen Entwicklung des Projekts und der schönen Zusammenarbeit mit Geschäftsleitung und Vorstand, aber auch im Wissen darum, dass die Aufbauphase gelungen ist. Das Angebot von malreden ist bekannt, wird gut genutzt, hat ein Standing auf regionaler und zunehmend auch auf nationaler Ebene. Das ist eine gute Ausgangslage für die anstehende Weiterentwicklung, namentlich die Expansion in weiteren Kantonen und vor allem in die Romandie.

**Auf welche Meilensteine sind Sie besonders stolz?**

Ein erster wichtiger Meilenstein war, dass ich dazu beitragen konnte, dass das Projektvorhaben, das mir Eve Bino und Sylviane Darbellay im Juni 2020 vorstellten, wenige Monate später realisiert werden konnte. Der Trägerverein «Silbernetz Schweiz» wurden gegründet und der Betrieb aufgenommen. Als Gründungspräsidentin durfte ich den Aufbau und die rasche Entwicklung von malreden erleben –

---

<sup>1</sup> Das UZH Healthy Longevity Center der Universität Zürich gewann den diesjährigen Swiss Diversity Award in der Kategorie «Age» für das Projekt «Jedes Alter zählt».

grossartig! Ein weiterer Meilenstein war die externe Evaluation 2022 durch die Fachhochschule Nordwestschweiz, welche den grossen Bedarf nach dem niederschweligen Angebot von malreden sowie die Zufriedenheit der Nutzenden nachwies. Aber auch der öffentliche Anlass im August 2024 im Käfigturm Bern mit dem Gespräch von Elke Schilling, Präsidentin des Vereins Silbernetz Deutschland, und mir war ein voller Erfolg. Wichtige Stakeholder und viele Interessierte kamen. Der Anlass verhalf dem Thema Einsamkeit zu mehr öffentlicher Visibilität und verstärkte die Netzwerkbildung von malreden/Silbernetz Schweiz auf nationaler wie internationaler Ebene.

### **Gab es auch schwierige Momente?**

Richtig schwierige Momente – nein. Aber natürlich immer wieder Herausforderungen, die wir gemeinsam mit der Geschäftsstelle geteilt haben, in erster Linie die immerwährende Suche nach finanzieller Unterstützung sowie die Bemühungen um eine nachhaltige Finanzierung des Projekts. Oder etwa die Rekrutierung von Freiwilligen, ohne die unsere Arbeit gar nicht möglich wäre.

### **Das Thema «Einsamkeit» hat im vergangenen Jahr an Sichtbarkeit zugenommen und ist in der «Mitte der Gesellschaft» angekommen. Weshalb ist es wichtig, dass Einsamkeit und Teilhabe im Alter stärker in den öffentlichen Diskurs rücken?**

Ja, seit der Corona-Pandemie wird Einsamkeit in unserer Gesellschaft endlich mehr thematisiert. Aber Einsamkeit ist nach wie vor auf gesellschaftlicher Ebene ein Tabu- und auf individueller Ebene ein Schamthema. In unserer individualisierten Gesellschaft, in der persönliche Begegnungen zunehmend von virtuellen ersetzt werden und tausende von «Friends» oder «Followern» eine so hohe Bedeutung haben, wird Einsamkeit zu einer ernsthaften Bedrohung. Die negativen Folgen sind nicht nur individueller Art (körperliche und psychische Gesundheit), sondern sie haben auch eine hohe Public-Health-Relevanz. Aber wird diese Dringlichkeit gesellschaftlich und politisch auch erkannt? Bislang jedenfalls werden die meisten Angebote gegen Einsamkeit von der Zivilgesellschaft getragen. Auf die Dauer ist das eine grosse Herausforderung. Denn die Nachfrage wird in Zukunft mit Gewissheit steigen – die Zahl hochaltriger Menschen, die grösste Risikogruppe für Einsamkeit, nimmt stetig und bedeutsam zu. Einstweilen sind wir daher froh, das Angebot malreden anbieten zu können. Ein Tropfen auf einen heißen Stein, gewiss – aber ein Modell, das Schule macht und Unterstützung verdient.

### **Sie waren im August 2024, gemeinsam mit Elke Schilling, auf dem Podium anlässlich der Veranstaltung «Einsamkeit meistern, indem wir darüber sprechen». Dabei haben Sie darauf hingewiesen, dass der Aufbau einer gewissen Resilienz bereits in jungen Jahren dabei helfen kann, dass im Alter weniger Einsamkeitsgefühle entstehen. Wie kann es gelingen, diese Resilienz gezielt aufzubauen?**

Einsamkeit kann jeden und jede treffen. Entscheidend in dieser Situation ist es, sich das Problem einzugehen, sich anderen zu öffnen, Verantwortung für sich zu übernehmen und nötigenfalls Hilfe holen und annehmen zu können. Resilienz entsteht ja aus der Erfahrung von Widerständen oder Widerwärtigkeiten sowie aus der Möglichkeit, Hilfe zu erhalten. Das Akzeptieren der eigenen Verletzlichkeit bei gleichzeitiger Aktivierung der eigenen Möglichkeiten ist das Kernelement zum Verständnis von Resilienz. Resilienz ist ein Leben lang erlernbar. Dazu braucht es aber gesellschaftliche Rahmenbedingungen: konkret einen offenen tabufreien Dialog und niederschwellige Hilfsmöglichkeiten.

### **Was wünschen Sie malreden zum Abschluss? Und Ihrer Nachfolgerin Christina Röcke?**

Auf gesellschaftlicher Ebene wünsche ich malreden die Anerkennung als wichtigen Player in Sachen Bekämpfung von Einsamkeit bei älteren Personen. Den beiden Geschäftsführerinnen Eve Bino und Sylviane Darbellay, ihrem Team sowie den vielen Freiwilligen wünsche ich weiterhin viel Freude und Erfolg bei ihrer Arbeit. Meine Nachfolgerin im Amt, Christina Röcke, bringt alle Voraussetzungen mit, damit das Silbernetz Schweiz mit malreden in eine gute gesicherte Zukunft gehen kann. Ich wünsche ihr von Herzen alles Gute und hoffe sehr, dass wir auf nationaler Ebene im Projekt «connect! gemeinsam weniger einsam» weiterhin zusammenarbeiten können.

### **Weitere Informationen:**

[Hier geht es zum Podcast des Podiumsgespräch vom August 2024](#)

**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 Gesprächstandem, der Infovermittlung 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, der Beisheim Stiftung, weiteren namhaften Institutionen sowie durch Spendengelder.

Für weitere Informationen: <https://malreden.ch>