



## GERONTOLOGIE CH

Das Netzwerk für Lebensqualität im Alter

Le réseau pour la qualité de vie des personnes âgées

La rete per la qualità della vita in età avanzata

Liebe Leserinnen und Leser

Im Frühling durfte ich die Zuständigkeit für die Fachstelle altersfreundliche Gemeinde übernehmen und freue mich sehr, mit viel Herzblut Gemeinden in ihrem Engagement für mehr Altersfreundlichkeit zu unterstützen.

Mit drei Gemeinden konnten wir dieses Jahr den Check Altersfreundlichkeit durchführen und einen Bericht erstellen. Zukünftig wollen wir im Bericht auch einen Vergleich mit Checks aus anderen Gemeinden herstellen, damit Sie als Gemeinde besser einschätzen können, wo Sie stehen. Dürfen wir die Umfrage auch in Ihrer Gemeinde begleiten?

Erstmals haben zudem Online-Veranstaltungen für Gemeinden stattgefunden, um rund um ein Thema den Austausch unter Zuständigen zu fördern. In diesem Newsletter finden Sie den Rückblick zum November-Anlass. Auch nächstes Jahr wollen wir an diesem Format festhalten und die Zusammenarbeit fördern. Anregungen und Ideen dazu nehmen wir sehr gerne entgegen!

Nun wünsche ich Ihnen einen lichtvollen und möglichst ruhigen Jahresausklang.

Herzlich,

**Simone Stirnimann**

Fachstelle altersfreundliche Gemeinde

---

## Rückblick Gemeinde-Austausch – Umsetzung eines Altersleitbilds



Wie kommen wir vom Altersleitbild in die Umsetzung? Am Beispiel der Gemeinde Muri bei Bern hat Patrick Probst aufgezeigt, wie dies im Bereich öffentlicher Raum gemacht wurde. Mittels Befragung und Begehung in verschiedenen Quartieren und Gruppen wurden die Bedürfnisse der älteren Bevölkerung abgeholt und drei Projektvorhaben im öffentlichen Raum definiert. Es zeigte sich jedoch, dass die Umsetzung von Altersleitbildern in Gemeinden anspruchsvoll und der Handlungsspielraum im öffentlichen Raum durch

verschiedene Eigentümerverhältnisse oft beschränkt ist. Aus Sicht der Gemeinde ist eine gute Koordination und Zusammenarbeit der Ressorts zentral. Und damit eine Gemeinde altersfreundlich ist, braucht es zahlreiche ineinandergreifende Massnahmen. [Mehr erfahren](#). Foto: komform

---

## Fachstelle altersfreundliche Gemeinde beim Senior-Lab



Anfang Dezember fand das Jahrestreffen des Senior-Lab in Renens VD statt. Rund 60 Seniorinnen und Senioren haben daran teilgenommen. Die Fachstelle altersfreundliche Gemeinde durfte ihr Angebot vorstellen und den Besuchenden aufzeigen, wie sie in ihrer

Gemeinde Impulse geben können. Ergänzend dazu hat Constance Michellod Ihre Diplomarbeit «La ville à l'épreuve de l'âge» über die Erfahrung von acht älteren Frauen in Martigny vorgestellt. [Mehr erfahren](#) / [Zur Diplomarbeit](#) (Französisch). Foto: Alizée Quinche photography

---

## Gemeinde-Mitglieder sind neu auf altersfreundliche-gemeinde.ch sichtbar

Gemeinden, die Mitglied bei GERONTOLOGIE CH sind, gehören automatisch dem Netzwerk Altersfreundliche Gemeinde an und tauschen sich an thematischen Online-Treffen aus. Für eine bessere Sichtbarkeit und Vernetzung finden Sie die Mitglieder mit ihren Kontaktangaben ab sofort auf einer Schweizer Karte. Die meisten Gemeinde-Mitglieder sehen sich (noch) nicht als altersfreundlich, sondern sind interessiert und engagiert, als Gemeinde diesen Weg zu gehen. Sie zeigen damit, dass ihnen die Lebensqualität aller Menschen und in jedem Alter wichtig ist. [Zur Karte](#)

Möchten auch Sie Gemeinde-Mitglied werden? Wir freuen uns über Ihre [Kontaktaufnahme](#). [Mehr erfahren](#)

---

## Emmen (LU): Was es für ein glückliches Alter(n) braucht



Im Frühjahr 2025 wurden alle Personen Ü55 in der Gemeinde Emmen schriftlich befragt. Die grosse Rücklaufquote zeigt, dass die Bevölkerung Ü55 mitreden will. Zudem besteht ein hoher Bedarf nach klarer Information und Zugänglichkeit zu Versorgungsangeboten mittels niederschwelliger Beratung auf Augenhöhe. Es braucht keine neuen

Angebote, sondern eine Vermittlung des Bestehenden. Wenngleich soziale Einbindung in Emmen gelingt, lohnt sich Prävention gegen Einsamkeit. Generell sind vorhandene Angebote adressatengerecht zu kommunizieren, wobei auch analoge Kommunikationswege für die Informationsvermittlung zu berücksichtigen sind. [Mehr erfahren](#)

---

## Belp (BE) wird zu einer Caring Community

Seit 2019 baut die Berner Gemeinde Belp eine sorgende Gemeinschaft auf. Entstanden sind Angebote wie das «Plauderbänkli», regelmässige Themenabende und eine enge Zusammenarbeit mit Kirchen, Spitex und Vereinen. Dies ermöglicht Begegnungen, verringert Einsamkeit, generiert gegenseitige Unterstützung und wirkt sich positiv auf die Gesundheit der rund 12'000 Einwohnerinnen und Einwohner aus. [Mehr erfahren](#)

---

## Kanton Aargau: «Graue Haare, bunte Köpfe»

In dieser neuen Audioserie erzählen ältere Menschen, wie bunt und vielfältig das Alter(n) heute sein kann – ganz ohne Klischees. Sie sprechen offen über ihre Erfahrungen und die Herausforderungen, die sie dabei bewältigen. Jede Folge widmet sich einem eigenen Thema. Fachpersonen ergänzen Gespräche, ordnen sie ein und kommentieren sie aus ihrer jeweiligen Perspektive. [Mehr erfahren](#)

---

## Kanton Aargau: Förderbeiträge für Gemeinde-Projekte im Bereich Gesundheitsförderung

Das Schwerpunktprogramm Gesundheitsförderung im Alter unterstützt Aargauer Gemeinden bei der Umsetzung praxiserprobter Bewegungsprojekte. Mit einer Anschubfinanzierung können Gemeinden auch im Jahr 2026 Projekte realisieren, welche die Mobilität und Begegnung älterer Menschen fördern, ihre Gesundheit stärken und zu einem längeren, selbstbestimmten Leben zu Hause beitragen. **Die Fachstelle**

altersfreundliche Gemeinde ist eine der Anbieterinnen und begleitet Gemeindebegehungen. [Mehr erfahren](#)

---

## Erzählcafés für und mit älteren Menschen



Das Netzwerk Erzählcafé Schweiz hat neue Materialien zur Durchführung von Erzählcafés für und mit älteren Menschen entwickelt und stellt diese frei zur Verfügung. Dem Thema Erzählcafés war auch der Fachvortrag GERONTOLOGIE CH vom 21. November 2025 mit

Prof. lic. phil. Johanna Kohn, die das Netzwerk Erzählcafé mitbegründet hat, gewidmet. [Zu den Materialien](#) / [Zur Präsentation des Fachvortrags](#). Foto: Karin Schulthess, Erzählcafé Deitingen

---

## Bedarf an Alters- und Langzeitpflege in der Schweiz

In einem neuen Bericht aktualisiert das Schweizerische Gesundheitsobservatorium Obsan seine Bedarfsprognosen für die Alters- und Langzeitpflege bis 2040 mit Blick bis 2050. Die Analyse zeigt, dass der Bedarf stark und rasch ansteigen wird, Pflegeheime könnten bereits in wenigen Jahren mit Kapazitätsproblemen zu kämpfen haben. [Mehr erfahren](#)

---

## Fokus «Lange leben»



Das aktuelle Forschungsmagazin «Horizonte» nimmt das lange Leben unter die Lupe. Dabei untersucht es, was in den menschlichen Zellen eigentlich passiert, wenn der Körper abbaut und welche möglichen Gegenmittel es gibt. Es stellt zudem Lebewesen vor, die sämtliche Altersgrenzen knacken und führt Interviews zu den komplexen moralischen Fragen rund ums Betagtsein und Sterben. [Mehr erfahren](#)

---

## Berner Fachhochschule: Ein Generationenleitbild ausarbeiten

Nicht einfach aneinander vorbei leben, sondern das Zusammenleben von Jung und Alt gestalten: dies kann sich für Gemeinden unabhängig von ihrer Grösse lohnen. Ein

Vernetzungsanlass der BFH zeigte: Ein Generationenleitbild auszuarbeiten, ist unter Umständen aufwändig. Was braucht es, damit Aufwand und Wirkung in einem angemessenen Verhältnis bleiben? [Mehr erfahren](#)

---

## **MetamorphHouse – Einfamilienhäuser weiterbauen und neu nutzen**

Individuelles Wohneigentum wird vorwiegend in der Familienphase erworben und dementsprechend gestaltet. Die Mehrheit älterer Menschen möchte auch in den späten Lebensjahren im angestammten Umfeld wohnen bleiben. Wie lassen sich Einfamilienhäuser an neue Wohnbedürfnisse anpassen? Was einst in einem Buch publiziert wurde, ist heute auf der Website MetamorphHouse einfach auffindbar. Sie bietet Erfahrungsberichte, Tipps und Tools für HausbesitzerInnen und Fachleute. [Mehr erfahren](#)

---

## **Veranstaltungen von GERONTOLOGIE CH – Save the Dates!**

**19. Februar 2026, 12:00-13:00 Uhr, online: Fachvortrag GERONTOLOGIE CH «Jenseits von Altersbildern: auf der Suche nach der grossen Gesundheit».**  
Referentin: Claude Bertelletto Küng, Rechtsanwältin und Geschäftsleiterin der Vereinigung Freiburger Alterseinrichtungen und Spitex (VFAS). [Mehr erfahren](#)

**8. Mai 2026, 16:00-18:00 Uhr in Bern/online: Mitgliederversammlung GERONTOLOGIE CH 2026** mit anschliessendem Apéro.

**21. Mai 2026 in Bern: Spotlight-Veranstaltung «Essen im Alter»**  
GERONTOLOGIE CH lädt zu einem interdisziplinären Nachmittag mit Impulsreferaten zu Ernährung, Genuss und Lebensqualität im Alter ein. [Mehr erfahren](#)

**3. September 2026 in Bern: 7. Nationale Fachtagung GERONTOLOGIE CH «Cool bleiben im Klimawandel – Altersfragen in heissen Zeiten».** [Mehr erfahren](#)

---

## **Weitere Veranstaltungstipps**

**12. Januar 2026, online: Lancierungsanlass «Leitfaden für gute Betreuung in Altersinstitutionen».** ARTISET, CURAVIVA und Paul Schiller Stiftung. [Mehr erfahren](#)

**22. Januar 2026, Biel: 2. Nationaler Alterskongress «Chance Demografie – Gute Praxis und Innovationen».** Pro Senectute Schweiz. [Mehr erfahren](#)

**29. Januar 2026, St. Gallen: Nationale Tagung «Die Langzeitpflege von morgen – gemeinsam die Zukunft gestalten»** von CURAVIVA. [Mehr erfahren](#)

---

**Bleiben Sie informiert – folgen Sie GERONTOLOGIE CH auf [LinkedIn](#)!**

---

Copyright © 2025 GERONTOLOGIE CH. *Alle Rechte vorbehalten*

Sie erhalten diesen Newsletter als Mitglied von GERONTOLOGIE CH, oder weil sie ihn abonniert haben.

**Unsere E-Mail-Adresse:** [info@gerontologie.ch](mailto:info@gerontologie.ch)

**GERONTOLOGIE CH**  
Kirchstrasse 24, CH-3097 Liebefeld

[Ihre Angaben ändern](#) oder [Newsletter abbestellen](#)

