

Fachtreffen «Psychische Gesundheit im Alter: Die Bedeutung des Lebenssinns»
11. Dezember 2025, Bern

Golay Jenny-Lyne und Sandra Baud, Pro Senectute Kanton Waadt

Die Relais d'Information Citoyens (Informationsstelle für Bürger:innen): wichtige Akteure vor Ort

Ältere Menschen haben nicht immer Zugang zu Informationen und wissen nicht immer, an wen sie sich wenden können, um Hilfe zu erhalten. Pro Senectute Vaud hat in den drei Gemeinden des Vallée de Joux ein Pilotprojekt ins Leben gerufen: die «Relais d'Information Citoyens» (RIC). Elf Bürger:innen, die über eine Charta und eine spezielle Ausbildung verfügen, agieren präventiv und punktuell in der Bevölkerung, ohne jedoch die Fachleute aus dem Gesundheits- und Sozialwesen zu ersetzen. Sie fungieren als Brücke zwischen der älteren Bevölkerung und dem Umfeld, indem sie die älteren Menschen zu Aktivitäten und Dienstleistungen begleiten.

Dank eines Ansatzes, der sich auf das Zuhören und eine individuelle Beratung konzentriert, spielen die RIC eine Schlüsselrolle bei der Stärkung der sozialen Bindungen und der Verbesserung des Wohlbefindens älterer Menschen. Sie beeinflussen auch psychosoziale Faktoren, indem sie emotionale Bindungen sowie kognitive und verhaltensbezogene Fähigkeiten fördern. Der Austausch mit diesen Peer-Helfer:innen stärkt das Selbstvertrauen älterer Menschen und ermutigt sie zum Handeln – ein wesentlicher Hebel, damit Senior:innen weiterhin ihr Leben und ihren Alltag selbst gestalten können.