



KOMPETENZNETZ
EINSAMKEIT

Aktionsplan Einsamkeit der
Stadt Oelde

Einsamkeit: Hintergründe und Handlungsmöglichkeiten

17.11.2025

Ein Projekt des:



Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Grober Ablauf:

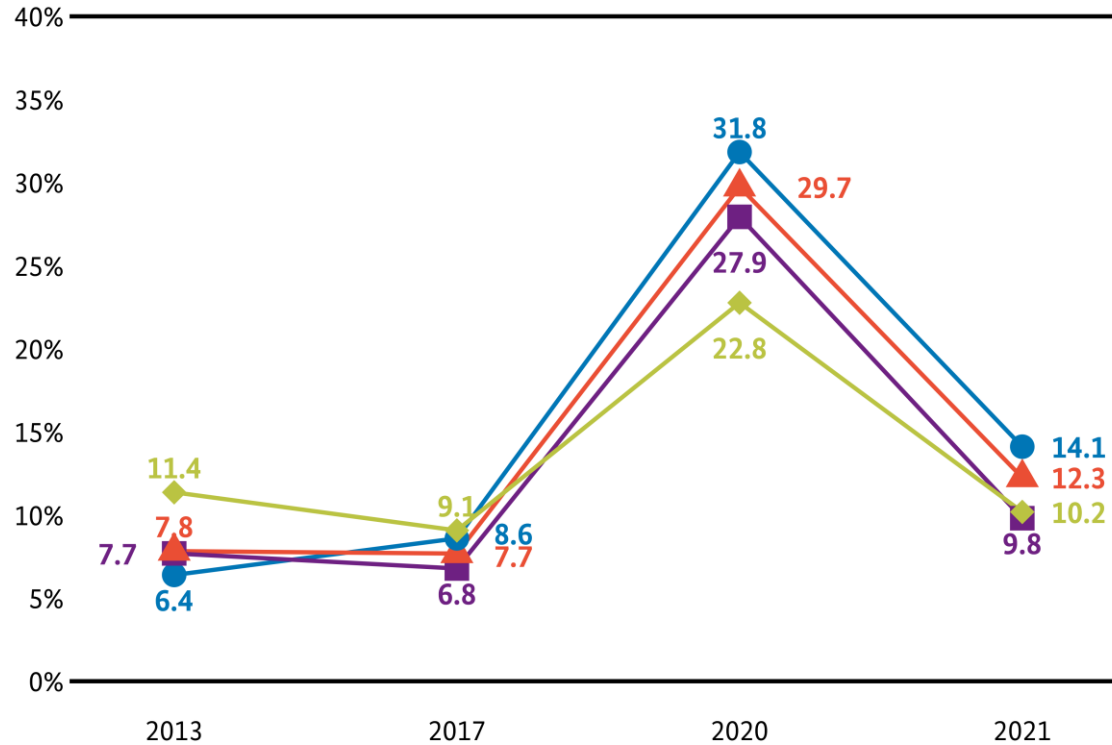
1. Input (ca. 20 Minuten)
2. World-Café (40 Minuten)
3. Zusammentragen der Ergebnisse (30 Minuten)

Begriffliches: Arten der Einsamkeit



Bilder: Der Spiegel 2018

Einsamkeitsbarometer 2024 – Risikogruppen: Beispiel Alter

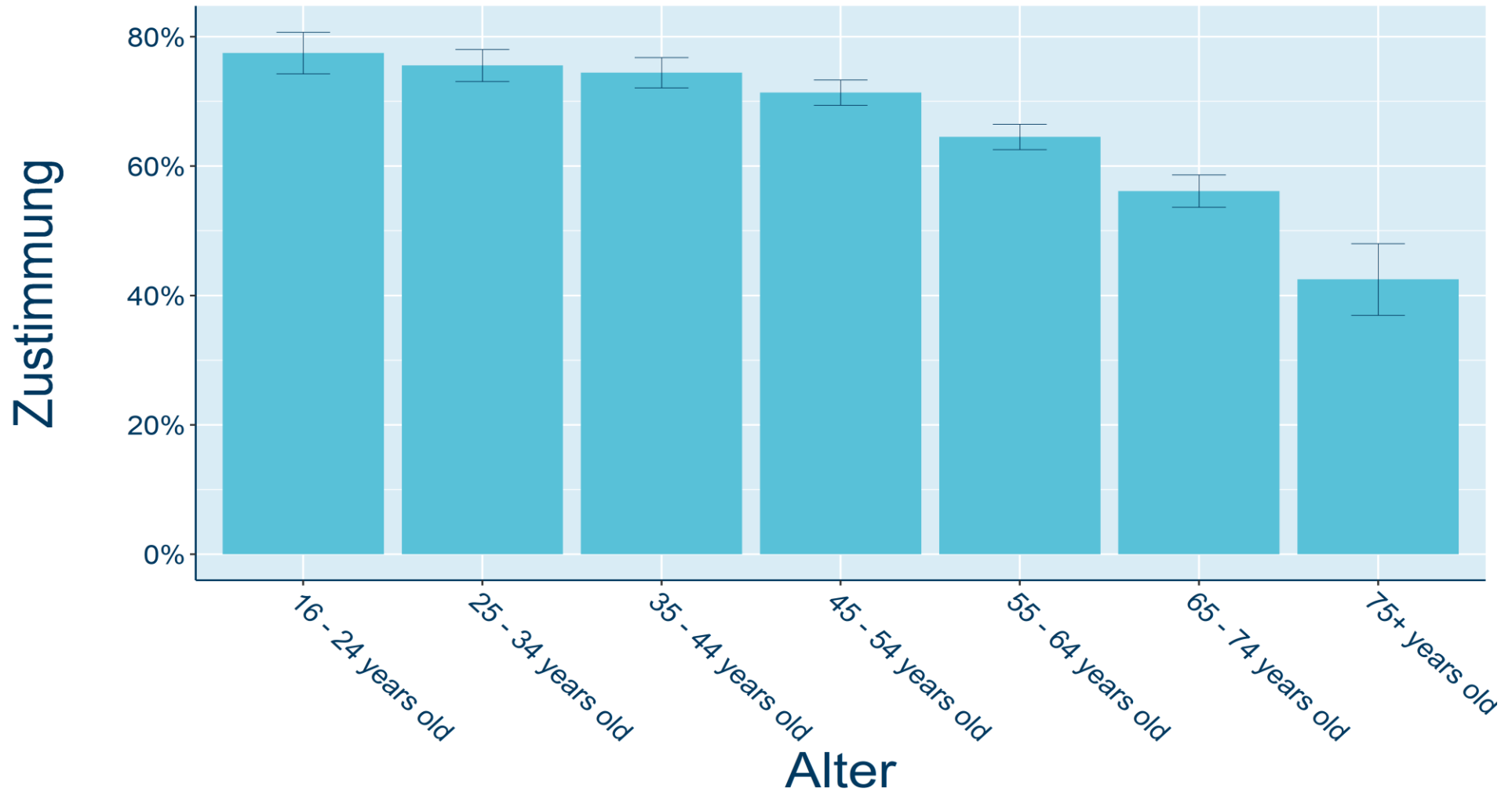


Einsamkeitsbelastung ab 2013 nach Altersgruppen, Bevölkerung ab 18 Jahren

Instrument: UCLA-LS

- 18 bis 29 Jahre
- ▲ 30 bis 50 Jahre
- 51 bis 75 Jahre
- ◆ Älter als 75 Jahre

Einsamkeitsscham



Data: BBC Loneliness Experiment
N=9554

Datenbasis

- Qualitative Studie mittels offener, problemzentrierter Interviews
- 26 Interviews mit 29 Expert*innen in Leitungsfunktionen auf unterschiedlichen Ebenen der Wohlfahrtsarbeit in NRW
- Alle „großen“ Sektoren vertreten
- Alle Spitzenverbände vertreten
- Interviewzeitraum Herbst 2020
- Analyse mittels qualitativer Inhaltsanalysen

Systematische Probleme I: Die „Unsichtbarkeit“ des Angebots gegen Einsamkeit

Lösungsansatz: Netzwerke
gegen Einsamkeit

Systemlösungen: Netzwerke gegen Einsamkeit

**Zusammen
weniger
allein**
Düsseldorf
Nähe trifft Freiheit

Systematische Probleme II: Die speziellen Zugangshürden vereinsamer Menschen

Brückengebote



Keine Frage zu groß.
Kein Problem zu klein.
Kein Grund, damit allein zu sein.



Freunde alter Menschen e.V.
les petits frères des Pauvres

Telefonisches Brückenangebot: Das Silbernetz

Einfach mal reden 0800 4 70 80 90

Täglich von 8 bis 22 Uhr. Anonym, vertraulich und kostenfrei.

Silbernetz – das Netzwerk gegen Einsamkeit im Alter.

Rettet unsere 0800-Nummer gegen Einsamkeit!

Unterstützen Sie unsere Petition, um die Telefonkosten gemeinnütziger Organisationen zu senken.

[ZUR PETITION](#)



Aufsuchende Angebote I: Das Projekt „Mittendrin älter werden – aktiv vor Ort“



Bild: AWO Hannover, <https://www.awo-hannover.de/streetwork-gegen-einsamkeit/>



KOMPETENZNETZ
EINSAMKEIT

Aufsuchende Angebote II : Berliner Hausbesuche



Bilder: Die Malteser in Berlin, <https://www.malteser-berlin.de/angebote-und-leistungen/berliner-hausbesuche.html>

Digitale Angebote

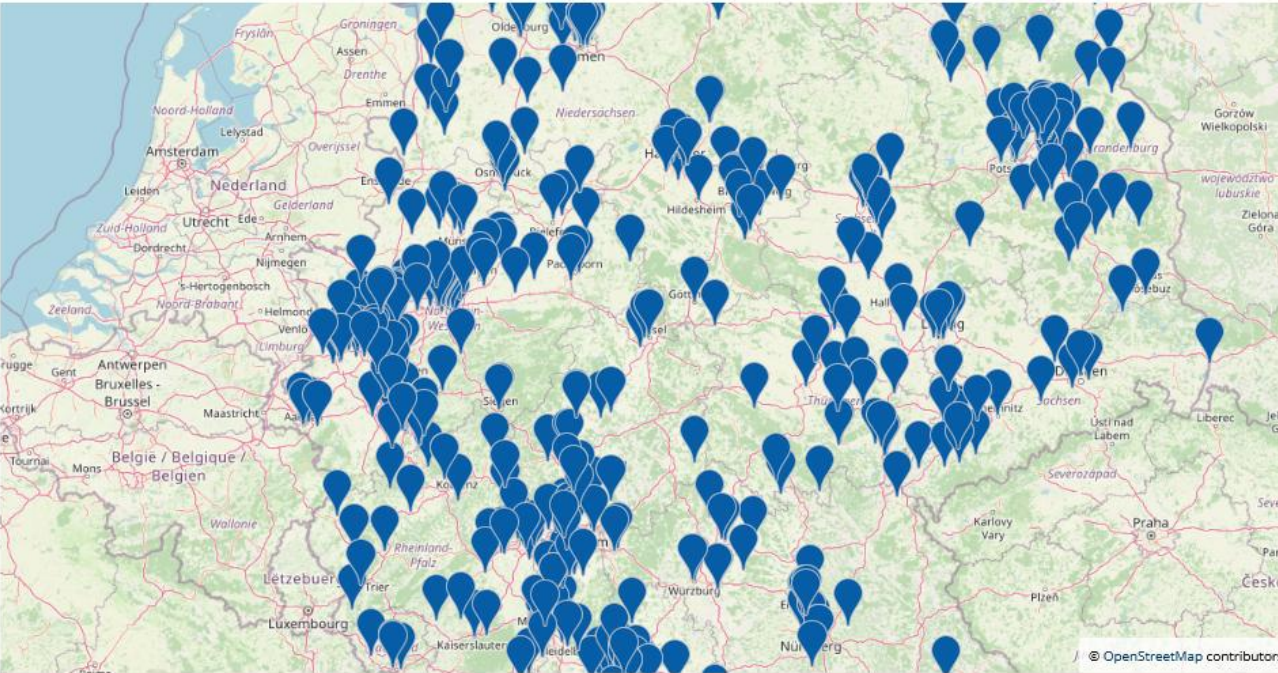


Sie können über die Postleitzahl oder den Ort suchen. Des Weiteren bieten wir die Auswahl: telefonische, digitale und analoge Angebote und die Auswahl der Altersgruppe.

PLZ oder Ort eingeben:

Bitte eingeben 100km

Vor Ort Telefonisch Digital Kinder, Jugendliche Erwachsene Senior*Innen



© OpenStreetMap contributors.

"KeinerBleibtAllein"

Systematische Probleme III: Überlastungen, Schnittstellengruppen und Sektorkoordinationsprobleme

Quervernetzungen I: Kultur auf Rezept

PROJEKTE UND NETZWERKE

COPE – Culture on Prescription in Europe (Kultur auf Rezept)

Health promotion through cultural learning experiences (Gesundheitsförderung durch kulturelle Lernerfahrung)



COPE-Treffen zum Austausch und zur gemeinsamen Planung im März 2022 in Frankfurt © Gesundheitsamt Frankfurt

COPE

> Gemeinsam statt einsam



COPE: Gemeinsam statt einsam

> Gesundheitsamt verschreibt
Kultur gegen Einsamkeit



KOMPETENZNETZ
EINSAMKEIT

Quervernetzung II: Das Lotsen-Netzwerk der Wohnungsbau Genossenschaft Einheit

HEIMATSTERN

Unsere Genossenschaftsmitglieder stehen mit all ihren individuellen Bedürfnissen im Zentrum unseres Denkens, Handelns und Schaffens. Deshalb haben wir unsere Begegnungsräume „Heimatstern“ erdacht und für Sie geschaffen. Gemeinsam mit dem Einheit Leben e.V., wird der Heimatstern von unserer Kulturlotsin mit viel Liebe zum Detail geleitet.

KONTAKT

VERANSTALTUNGSKALENDER



LOTSEN NETZWERK

Bitte schenken Sie unseren Lotsen das nötige Vertrauen, damit sie Ihnen helfen können. Als Mitglied der Genossenschaft gehören Sie zur Familie und sind ein wichtiger Teil der Einheit.

Frage Tisch 1:

Bestandsaufnahme: Welche Angebote, die gegen Einsamkeit schützen, gibt es in Oelde, Lette, Stromberg und Sünninghausen bereits?

Frage Tisch 1:

Bestandsaufnahme: Welche Angebote, die gegen Einsamkeit schützen, gibt es in Oelde, Lette, Stromberg und Sünninghausen bereits?



Saisonale Angebote

- Café OE
- Freispieltage
- Familiengarten
- Fest der Kulturen

aufsuchende Angebote

- Willkommensbesuch
- präventive Hausbesuche
- grüne Damen Besuchsdienst im Krankenhaus

Senior forum:

- Reisen
- Hand in Hand
- Treffen z. B. Spieles-nachmittag, kaffeetrinken
- Senioren Mittagstisch (Oelder Mahlzeit)

55 + :

- Reisen
 - Radtouren
 - Tagestouren
- Angebote im Seniorenheim
WG

Gruppenangebote

- Kreis der Alleinstehenden
- Integrations ~~Migrations~~café
- Selbsthilfegruppen
- Beratungsgroupen (Ehrenamtszentrale)
- Trauercafé
- Seebrücke

informell

- gute Nachbarschaft
- Markt (Waffelstand)
- kulturelle Angebote
- 4-Jahreszeiten-Park
- Café-Besuchen
- Pump Track Bahn
- Bob-Spielplätze

Familien:

- Eltern - Kind - Café
- VHS, FBS
- Familienpatenschaften
- Willkommensbesuch

Beratung

- Ehrenamtszentrale
- sozial-psychiatr. Dienst

übergreifende Angebote

- Schule - Seniorenheim
- Kita - Seniorenheim
- Schüler unterstützen bei digitaler Digital
- Taschengeldbörse (i.A.)

Jüngere:

- Antik Post
- Vereine (z.B. Sport)
- Messdiener
- Pfadfinder
- Chöre

Frage Tisch 2:

Einsamkeit erkennen, Ansprechpersonen aktivieren: Wo kommt unser bestehendes Netzwerk mit einsamen Menschen in Kontakt? Wie können wir von hier an unsere Ansprechpersonen für (Gem)Einsamkeit weiterleiten?

Frage Tisch 2:

Einsamkeit erkennen, Ansprechpersonen aktivieren: Wo kommt unser bestehendes Netzwerk mit einsamen Menschen in Kontakt? Wie können wir von hier an unsere Ansprechpersonen für (Gem)Einsamkeit weiterleiten?



- Café De
ökumenisches Angebot

- Ärzte ^(multid), Praxen
- Pflegedienste
- ärztliche Assistenzen
- Kliniksozialdienste

- Vereine

- Fachdienst Sozialer,
Familien, Senioren

- Angebote des Senioren-
forums Oelde

- Familiengarten
des Ort- und Garten-
bauvereins

-> als „Ingangsetzer“
Verantwortung übernehmen

- Nachbarschaft

- Ehrenamtzentrale

-> „Koordinationsstelle“
im Netzwerk

-> „Einsamkeitsbeauftragte“
(geschulte Lotisen)

- Wochenmarkt
- Supermarkt

- Schulen
- Lehrer*innen
- Schulsozialarbeiter*innen
(allgemeinbildend &
Berufsbildend)

Frage Tisch 3:

„Personal“ und Quervernetzung: Wer sind die relevanten Akteur:innen, die am runden Tisch teilnehmen sollten? Wie können Ehrenamtliche als Ansprechpartner:innen gewonnen werden? Wie sollte die Gruppe der Ansprechpartner:innen zusammengesetzt sein?



Frage Tisch 3:

„Personal“ und Quervernetzung: Wer sind die relevanten Akteur:innen, die am runden Tisch teilnehmen sollten? Wie können Ehrenamtliche als Ansprechpartner:innen gewonnen werden? Wie sollte die Gruppe der Ansprechpartner:innen zusammengesetzt sein?

Runder Tisch
Poetik
Wolfjahrsverbände
Schüler
Akte Post
Ehrenamtsbeauftragte

Gewinn von Ehrenamtlichen
→ Vereine → ~~sozialhilfegewerkschaften~~
→ Kirche → Ehrenamtliche
→ Sozialverbände
→ Kampagne z.B. Feiern

Runder Tisch
Kausätze soziale
Fachkräfte Dienste
Kirchen Projekte
Vereine
Kundenparten
Integrationskumfeld

Zusammensetzung
der Gruppe
→ Empathische Personen
→ Mischung aus
Laien & "Profis"

→ Fachlichkeit
→ ~~starke~~ die Fähigkeit
→ Kommunikations-
fähigkeit
→ Ressourcenorientierung

→ Eigene Resilienz
um Ablehnung
"kompensieren"
zu können

→ Regelmäßigkeit
und Vertrauen
aufbauen



KOMPETENZNETZ EINSAMKEIT

Ein Projekt des:



Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!