



## 22. Kooperationstreffen

### „Gesundheitsförderung und Demokratie. Partizipation ist der Schlüssel“

### 9. Oktober 2024

---

#### Dialogforum 2

#### „Zusammenhalt und Gesundheit: Wege aus der Einsamkeit für Jung und Alt“

---

##### Referierende:

- Anke Thomsen, DRK-Landesverband Schleswig-Holstein, TeilSein – Für Kinder gegen Einsamkeit
  - Susan Hall und Irene Steffens, Landratsamt Saale-Orla-Kreis (Fachbereich Soziales, Jugend, Gesundheit), AGATHE
- 

**Moderation:** Silke Leicht, Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen

---

**Dokumentation:** Berit Köhler, Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit Hamburg

---

##### Kurzbeschreibung des Dialogforums:

Aktuelle Daten zeigen: Von Einsamkeit sind neben älteren Menschen auch zunehmend Kinder und Jugendliche sowie Menschen im jüngeren bis mittleren Erwachsenenalter betroffen ([Policy Brief 2024 des Bundesinstituts für Bevölkerungsforschung](#)). Das Einsamkeitserleben zieht sich folglich durch alle Altersgruppen unserer Gesellschaft, wobei Menschen mit niedrigem sozioökonomischem Status besonders vulnerabel sind. Einsamkeit kann negative Folgen für die psychische und physische Gesundheit haben, führt häufig zu einem niedrigen Vertrauen in demokratische Prozesse und Institutionen und kann den gesellschaftlichen Zusammenhalt gefährden ([Einsamkeitsbarometer 2024 des Bundesfamilienministeriums](#)). In diesem Dialogforum stand die Perspektive von Menschen mit Einsamkeitserfahrungen und deren Beteiligung an gesundheitsfördernden Angeboten im Fokus. Zentrale Richtschnur für das Dialogforum war der Zusammenhang zwischen Gesundheits- und Demokratieförderung. Auch die Erreichbarkeit von einsamen Menschen für gesundheitsförderliche Angebote wurde besprochen und Chancen sowie Herausforderungen diskutiert.

## Impuls-Vorträge:

### 1) *Anke Thomsen, TeilSein*

Ziel des Projektes „TeilSein - Resilienzförderung und Einsamkeitsbegleitung für Kinder und Jugendliche“ ist es, präventiv die Resilienz von Kindern und Jugendlichen zu fördern. Mit Hilfe des entwickelten Schulungskonzeptes soll das Fachpersonal, welches haupt- oder ehrenamtlich mit Kindern und Jugendlichen in Kitas, Schulen und Freizeitorganisationen arbeitet, für das Thema "Einsamkeit" sensibilisiert und befähigt werden, frühzeitige Lösungsstrategien an die Betroffenen zu vermitteln.

(Für mehr Informationen siehe Homepage: <https://www.drk-sh.de/mitwirken/spalte-2/projekte/teilsein.html>)

Impulse aus dem Vortrag:

- Start des Projektes im Jahr 2019
  - Erster Ansatz: In Anlehnung an Harry Potter „Hagrids“ ausbilden (Jugendgruppenleitung, psychologische Begleitung); wurde in der Form verworfen bzw. zum zweiten Ansatz weiterentwickelt
  - Zweiter Ansatz: Schulungskonzept mit Handreichung und E-Learning entwickeln mit den DRK-Landesverbänden Thüringen und Schleswig-Holstein
- Gründe für den Erfolg in Thüringen: In Thüringen war die Fachausbilderin für die Kitas gleichzeitig auch Projekt-Durchführende. Dadurch wurde das Konzept dort sehr gut angenommen; in Schleswig-Holstein war es zunächst schwieriger (Corona, Personalmangel)
- Ziele des Projektes:
  - Einsamkeitsbegleitung und Resilienzförderung bei Kindern und Jugendlichen
  - Sensibilisierung dafür, dass es das Thema gibt, auch wenn es nicht direkt sichtbar ist und dass es sich sehr unterschiedlich zeigen kann
  - Thema „Einsamkeit“ aus der Tabuzone holen
- Zu Beginn war es schwer, das Thema zu „etablieren“ u.a. weil die Relevanz des Themas Einsamkeit bei Kindern und Jugendlichen nicht gesehen wurde; bspw. wurden in Schleswig-Holstein 102 DRK-Kitas zur Einsamkeit von Kindern befragt und die meisten der Befragten gaben an, dass Einsamkeit kein Thema bei den Kindern sei
- Kostenloses E-Learning mit 3 Modulen; aufgebaut für pädagogische Fachkräfte aber auch für alle interessierten Personen nützlich
  - Grundlagen – Einsamkeit

- Einsamkeit bei Kita-Kindern
- Einsamkeit bei Kindern in Jugendeinrichtungen
- Idee ist es, das Schulungskonzept ins Curriculum aufzunehmen bei Aus- und Fortbildung; bisher nicht standardmäßig, aber Öffentlichkeitsarbeit wird betrieben (Artikel für KITA Aktuell-Zeitung, Teilnahme an Kongressen)

## 2) *Susan Hall und Irene Steffens, AGATHE*

Im Programm „AGATHE – Älter werden in der Gemeinschaft“ beraten Fachkräfte ältere Menschen, die einsam werden könnten oder schon einsam sind. So erfahren die Menschen von Angeboten, durch die sie am Leben in der Gemeinschaft teilnehmen können.

(Für mehr Informationen siehe Präsentation und Homepage: <https://www.agathe-thueringen.de>)

Impulse aus dem Vortrag:

- Start des Projektes im Jahr 2021
- Freiwillige Initiative, aktuell beteiligen sich 14 Landkreise bzw. kreisfreie Städte in Thüringen am Projekt
- Richtet sich an ältere Menschen ab 63 Jahre, die nicht mehr erwerbstätig sind (aber kein striktes Festhalten an Altersgrenze)
- Ziel des Projektes ist es, ältere Menschen vor Einsamkeit bewahren bzw. wieder in Gemeinschaft bringen.
- Hintergrund:
  - Menschen ab 60 Jahren sind nicht zwingend einsamer, deutlicher Anstieg ab ca. 80 Jahren
  - abhängig von gesundheitlichen Einschränkungen, Beziehungsstatuts, finanzieller Situation
- Fallbeispiel aus der Praxis
  - Frau Vogt: 65 Jahre, Ältestes von sechs Kindern, problematische eigene Kindheit, alkoholkranker Ex-Mann, drei eigene Kinder (ein Kind schwerstbehindert und mittlerweile verstorben), wenig Vertrauen in Ämter und Institutionen
  - Schmuckladen-Mitarbeitende sind auf AGATHE-Mitarbeiter\*innen zugegangen und haben gebeten, Kontakt mit Frau Vogt aufzunehmen

- Herausforderungen:  
(Arbeiten nach der Bedürfnisblume von Tom Kitwood)
  - Vertrauen aufbauen: durch Hausbesuche, Gespräche
  - Gesundheit: bspw. Hilfe bei Beantragung des Pflegegrads beantragt, Organisation von Nachbarschaftshilfe
  - Behörden: z.B. Hilfe bei Antragsstellung zum Wohngeld
  - Vorsorge: Gespräche bzgl. Möglichkeiten der Vorsorge (Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung)
  - Einsamkeit: Telefonprobleme geklärt, Einladung zu Veranstaltung
  - Anhand des Fallballspiels wird deutlich, dass sich Einsamkeit in die komplexe individuelle Lebenslage der Betroffenen einbettet; d.h. häufig müssen erst die anderen Punkte (Vertrauen, Gesundheit, Behörden etc.) angegangen werden, bevor sich gezielt um das Thema Einsamkeit gekümmert werden kann.
- [Informationsbroschüre](#) des Thüringer Ministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Frauen von 2022 zum Projekt (u.a. mit Erfahrungsberichten)
- Bisher jährliche Finanzierung/projektbasiert
- Richtlinie ist eigentlich, dass sich der/ die Betroffene selbst melden soll; in der Praxis ist das jedoch schwierig; Veranstaltungen (auch zur Gewinnung von Multiplikator\*innen); Frage über Multiplikator\*innen, ob die Telefonnummer der Betroffenen weitergegeben werden darf; Flyer-Aktion; Beratungsspaziergänge zu Corona-Zeiten
- Mobilität durch Pflegegrad/Krankentransport, Taxidienste und selten durch Stiftungsbus des DRK, mit dem einzelne Fahrten gemacht werden können
- Zusatzleistungen beantragen: Lastzuschuss, Wohngeld, Pflegegeld, Entlastungsbetrag für haushaltsnahe Dienstleistungen etc.
- Kursleiterschulung im Rahmen des [Projekts „Trittsicher“](#) über den Landessportbund scheiterte an Voraussetzung des Trainerscheins; Alternative: Yogalehrer\*in, der/die eine Gruppe im Dorf anbietet
- Jedes AGATHE-Team kann sich Netzwerkpartner\*innen (wie bspw. den Landessportbund) selbst suchen.
- Positiv für die Betroffenen: allein zu wissen, dass jemand da ist, die/den man kontaktieren kann

### **Diskussion: Was ist der Beitrag dieser Ansätze für die Demokratieförderung?**

- Vertrauen wieder aufbauen in Institutionen, Staat etc.

- kostenloses, zeitlich nicht begrenztes Angebot à „Da hat ja mal wirklich jemand was Gutes gemacht“ à wieder wahr- und ernst genommen fühlen
- emotionale Veränderung im ersten Schritt, die dann auch geändertes Verhalten bewirken kann
- Unterstützung – gerade im jungen Alter – kann Lebensbiografie verändern.
- Grundbedürfnis des Gesehen- und Gehörtwerdens befriedigen
- [Interview mit Prof.in Susanne Bücker](#), Fakultät für Gesundheit an der Universität Witten/Herdecke zum Thema Einsamkeit und auch deren Folgen für Demokratie und Gesellschaft
- Selbstwirksamkeitserfahrung