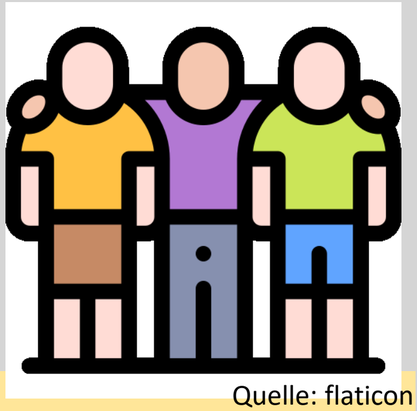
Einsamkeit – eine kommunale Herausforderung

Gerhard Kalter, Sozialplaner,
Stadt Mönchengladbach

Stand: Juli 2025

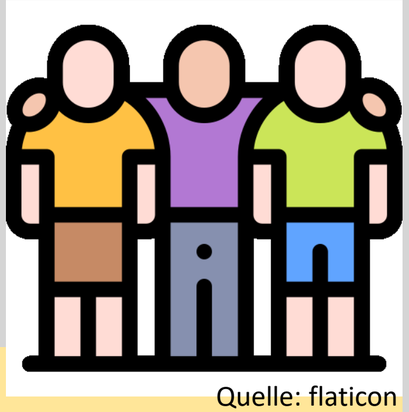
Einsamkeit vs. Alleinsein



Quelle: flaticon

- Einsamkeit ist ein höchst individuelles Gefühl.
- Nicht jede/r der alleine ist, ist einsam.
- Manche Menschen sind gerne allein.
- Einsamkeit geht oft mit Scham und Abschottung einher.
- Einsamkeit kann gesundheitliche Ursachen und Folgen haben.

Kommunale Herausforderung und Angebote



Quelle: flaticon

kommunale Angebote:

- Sind i. d. R. allgemeine Angebote im Sinne von Kontaktgelegenheitsstrukturen, z. B. der Gemeinwesenarbeit.
- Haben eine „Komm-Struktur“ und erfordern ein Minimum an Eigeninitiative.
- Keine Spezialisierung auf individuelle Problemlagen.
- „People hard to reach“ werden hiermit nur schlecht erreicht.

Eine alte aber immer noch gute Idee

- Start des Modellprojektes „HOME“ im Jahr 2010
- Einsamkeit im Kontext Teilhabe(beeinträchtigung) lindern

Ausgangsfrage: Wie erreichen wir bedürftige Familien, die bislang durch das Raster gefallen sind?

- HOME setzt auf zugehende, niederschwellige Sozialarbeit an den Orten, die die Adressaten frequentieren, z. B.

❖ KiTa / Familienzentren
❖ Frühe Hilfen
❖ Schulen
❖ Arztpraxen

HOME

Hilfe und Orientierung für Mönchengladbacher Eltern

Fachbereich Kinder, Jugend und Familie

mg+ Wachsende Stadt

MÖNCHENGLADBACH

Inklusion vor Ort NRW – Das Programm für die modellhafte Förderung inklusiver Sozialräume in NRW – gefördert von Aktion Mensch und MAGS NRW

Ziele:
- ⇨ Entwicklung inklusiver, barrierefreier und lebenswerter Sozialräume
- ⇨ Teilhabe und Zugehörigkeit für alle Menschen
- ⇨ Vermeidung von Isolation und gesellschaftlicher Ausgrenzung

Mönchengladbach ist Modellkommune:

- ⇨ Ein Projekt für Menschen aus allen Bereichen der Gesellschaft, die in ihrem Alltag Teilhabebarrieren erfahren (Menschen mit Behinderungen, in Armut, mit Fluchterfahrung oder Zuwanderungsgeschichte, usw.)
- ⇨ Aufbau eines lokalen inklusiven Netzwerks → Schaffung sozialer Kontakte, Zugehörigkeit und Erfahrung von Selbstwirksamkeit
- ⇨ Partizipation und Empowerment stärkt Selbstwert und soziale Einbindung

→ Förderung der sozialen Teilhabe wirkt präventiv gegen Einsamkeit

Landesförderprojekt 2000 x 1000 für das Engagement

Schwerpunkt 2024: „Miteinander engagiert – Du+Wir=Eins. Nordrhein-Westfalen gegen Einsamkeit“

- Förderung von Maßnahmen die der Einsamkeit entgegenwirken
- Fortbildungen für Engagierte zur Sensibilisierung
- Maßnahmen gegen Diskriminierung
- Maßnahmen für Toleranz und Integration

Beispiel: Projekt „Weihnachten im Altenheim“

- Ehrenamtliche verteilen an Heiligabend personalisierte Geschenke, singen und reden mit den Bewohner:innen
- vor allem für die bettlägerigen Personen ist dieses Angebot ein positives Signal um Einsamkeit entgegenzuwirken

Stadtteilkoordination

Operative Abteilung der Sozialplanung mit 4 Mitarbeitenden

- Ansprechpartner:innen in einer Anlaufstelle in der Innenstadt
- Aktivierung der Bevölkerung und örtlichen Akteur:innen durch Gemeinwesenarbeit
- Niederschwellige Angebote des Austausches und der Belebung des Stadtteils

Eine Stadt.
Gemeinsam Mönchengladbach.

Stadt Mönchengladbach
Dezernat V
Stabsstelle Sozialplanung

Gerhard Kalter • Sozialplaner
02161 25-3010 • Gerhard.Kalter@moenchengladbach.de

© Stadt Mönchengladbach, Juli 2025