



Monitoring-Bericht 2025 zur Umsetzung und Weiterentwicklung der Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit

Inhaltsverzeichnis

Abbildungsverzeichnis	3
Tabellenverzeichnis	4
1 Einleitung	5
2 Monitoring der Umsetzung und Weiterentwicklung	5
3 Ergebnisse des Monitorings 2025	7
3.1 Ergebnisse zum Ziel 1 „Sensibilisierung der Öffentlichkeit“	11
3.2 Ergebnisse zum Ziel 2 „Wissen stärken“	15
3.3 Ergebnisse zum Ziel 3 „Praxis stärken“	20
3.4 Ergebnisse zum Ziel 4 „Bereichsübergreifend agieren“	20
3.5 Ergebnisse zum Ziel 5 „Menschen unterstützen – Angebote ausbauen“	27
4 Zusammenfassung	32
Anhang Maßnahmentabellen	35

Abbildungsverzeichnis

<i>Abbildung 1: Maßnahmen der Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit, nach Kategorie.....</i>	8
<i>Abbildung 2: Maßnahmen der Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit, nach Monitoring 2025, nach Zielen der Strategie.....</i>	8
<i>Abbildung 3: Maßnahmen der Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit, nach Status.....</i>	9
<i>Abbildung 4: Neu hinzugekommene Maßnahmen, nach Monitoring 2025, nach Zielen der Strategie.....</i>	9
<i>Abbildung 5: Neu hinzugekommene Maßnahmen, nach Monitoring 2025, nach Status</i>	10
<i>Abbildung 6: Kernmaßnahmen, nach Status</i>	11

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Anzahl der Maßnahmen der Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit nach Monitoring-Bericht 2024 nach Kategorien	6
Tabelle 2: Abgefragte konkrete Maßnahmen in Ziel 1.....	12
Tabelle 3: Neu hinzugekommene Maßnahmen in Ziel 1.....	14
Tabelle 4: Abgefragte konkrete Maßnahmen in Ziel 2.....	16
Tabelle 5: Neu hinzugekommene Maßnahmen in Ziel 2.....	18
Tabelle 6: Abgefragte konkrete Maßnahmen in Ziel 4.....	21
Tabelle 7: Neu hinzugekommene Maßnahmen in Ziel 4.....	25
Tabelle 8: Abgefragte konkrete Maßnahmen in Ziel 5.....	28
Tabelle 9: Neu hinzugekommene Maßnahmen in Ziel 5	32
Tabelle 10: Im Monitoring 2025 abgefragte konkrete Maßnahmen.....	53
Tabelle 11: Neu hinzugekommene Maßnahmen im Monitoring 2025.....	58

1 Einleitung

Im Dezember 2023 hat das damalige Bundeskabinett eine ressortübergreifende Strategie gegen Einsamkeit beschlossen. Sie soll zu einer systematischen Bearbeitung des Themas Einsamkeit in Deutschland beitragen. In der Strategie werden fünf Ziele zur Stärkung der sozialen Verbundenheit und des gesellschaftlichen Miteinanders verfolgt: (1) Sensibilisierung der Öffentlichkeit, (2) Wissen stärken, (3) Praxis stärken, (4) Bereichsübergreifend agieren und (5) Menschen unterstützen – Angebote ausbauen.¹ Die Strategie gegen Einsamkeit wurde in einem breiten Beteiligungsprozess erarbeitet. Mit der Begleitung der Erarbeitung der Strategie wurde die Geschäftsstelle zur Strategie gegen Einsamkeit, die am Kompetenznetz Einsamkeit (KNE)² angesiedelt wurde, beauftragt.

Im Verlauf der Umsetzung und Weiterentwicklung der Strategie wird angestrebt, weitere Maßnahmen zur Erreichung der Ziele zu entwickeln.

2 Monitoring der Umsetzung und Weiterentwicklung

Um die Weiterentwicklung und Umsetzung der Strategie zu erfassen, erfolgt ein Monitoring, das zunächst bis 12/2025 jährlich wiederholt wird. Beim Monitoring der Umsetzung und Weiterentwicklung wird u. a. abgefragt, ob neue Maßnahmen zur Umsetzung der Strategie geplant oder gestartet wurden. Die Befragung sowie die Erstellung der Berichte werden durch das KNE im Auftrag des Bundesministeriums für Bildung, Familien, Senioren, Frauen und Jugend (BMBFSFJ) durchgeführt.

Im Monitoring der Umsetzung und Weiterentwicklung wurden die Maßnahmen der Strategie in verschiedene Kategorien unterteilt. Auf Basis dieser Kategorien wurden unterschiedliche Online-Fragebögen entwickelt. Es wurden folgende Kategorien von Maßnahmen unterschieden:

1. **Konkrete Maßnahmen:** Hierbei handelt es sich bspw. um konkrete Projekte, Programme, Gesetzesgrundlagen und Öffentlichkeitsarbeit, die zur Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit beitragen. Konkrete Maßnahmen sind in der Strategie gegen Einsamkeit mit einer dreistelligen Nummer gekennzeichnet (bspw.: 1.1.1). Im Fragebogen zu den konkreten Maßnahmen waren u. a. Fragen zum Inhalt, zum Bezug zu Einsamkeit, zum Status der Umsetzung, zur Laufzeit und zum (Zwischen-)Ergebnis der Maßnahme enthalten. Konkrete Maßnahmen sind stets einer übergeordneten Maßnahme zugeordnet.

¹ Die Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit kann hier abgerufen werden:
<https://www.bmbfsfj.bund.de/bmbfsfj/service/publikationen/strategie-der-bundesregierung-gegen-einsamkeit-234582>

² Mehr Informationen zum Kompetenznetz Einsamkeit finden Sie hier: <https://kompetenznetz-einsamkeit.de/>

2. **Übergeordnete Maßnahmen:** Hierbei handelt es sich um Zielsetzungen politischen Handelns oder Prüfaufträge, die in der Strategie gegen Einsamkeit enthalten sind. Sie werden mit einer zweistelligen Nummer gekennzeichnet (bspw.: 1.1).

Dabei wird in der Erhebung davon ausgegangen, dass sich eine übergeordnete Maßnahme dann in Umsetzung befindet, wenn ihr eine konkrete Maßnahme zugeordnet ist, die gestartet wurde, oder Aktivitäten zur Umsetzung ergriffen wurden. Übergeordnete Maßnahmen werden im Rahmen des Monitorings im Hinblick auf ihren Umsetzungsstand überprüft. Dabei werden übergeordnete Maßnahmen unterschieden in:

- Übergeordnete Maßnahmen ohne konkrete Maßnahme;
- Übergeordnete Maßnahmen mit konkreter Maßnahme.

Für diese beiden Kategorien wurde jeweils ein Fragebogen entwickelt. Mit diesen Fragebögen wurde erhoben, ob zur Umsetzung der übergeordneten Maßnahmen (weitere) konkrete Maßnahmen geplant oder gestartet wurden.

Im Verlauf der Abfrage wurden u. a. Fragen zur Anzahl, zum Inhalt, zum Status der Umsetzung und zur Laufzeit der Maßnahmen gestellt.

<u>Kategorie der Maßnahme</u>	<u>Anzahl</u>
Übergeordnete Maßnahmen insgesamt	46
ohne konkrete Maßnahme	12
mit konkreter Maßnahme	34
Konkrete Maßnahmen insgesamt	86
Gesamt	132

Tabelle 1: Anzahl der Maßnahmen der Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit nach Monitoring-Bericht 2024 nach Kategorien

Zur Erfassung der Umsetzung und Weiterentwicklung der Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit wurden im August 2025 über das Online-Umfrage-Tool LimeSurvey Fragebögen an die jeweils zuständigen Fachreferate der Ressorts versendet. Im September 2025 wurde die Abfrage beendet.

Die in der Strategie enthaltenen Maßnahmen sind jeweils den Zielen der Strategie zugeordnet. Zudem sind in der Strategie zu jedem der fünf Ziele Kernmaßnahmen enthalten, die im Zentrum der Aktivitäten der Umsetzung stehen sollen. Die Identifizierung der Kernmaßnahmen resultierte aus Anregungen aus dem Beteiligungsprozess zur Erarbeitung der Strategie. Zudem liegen den Kernmaßnahmen Überlegungen zugrunde, die das Ziel verfolgen, die Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit in Deutschland nachhaltig und effektiv zu stärken sowie die Datengrundlage zu verbessern. In den

folgenden Kapiteln zu den Ergebnissen des Monitorings der Umsetzung und Weiterentwicklung wird daher auf die Aktivitäten zur Umsetzung der Kernmaßnahmen eingegangen, sofern hier neue Aktivitäten gemeldet wurden.

Einen weiteren Fokus legt dieser Bericht auf konkrete Maßnahmen, die seit der letzten Abfrage im Jahr 2024 neu hinzugekommen sind. Dazu wurden Fragebögen zu allen übergeordneten Maßnahmen der Strategie gegen Einsamkeit an die zuständigen Fachreferate versendet, die die Möglichkeit boten, neue konkrete Maßnahmen zu den jeweiligen übergeordneten Maßnahmen einzutragen. Darüber hinaus gab es für die zuständigen Fachreferate die Möglichkeit, neue oder geplante Maßnahmen über eine E-Mail-Abfrage zu melden. In diesen Fällen wurden den zuständigen Fachreferaten der Ressorts Online-Fragebögen zugesandt, um die jeweiligen Maßnahmen einzutragen.

Im Monitoring 2025 erfolgte keine erneute Abfrage aller konkreten Maßnahmen der Strategie gegen Einsamkeit. Es wurden lediglich Fragebögen zu konkreten Maßnahmen an die zuständigen Fachreferate versendet, deren Status im Monitoring-Bericht 2024³ als „in Umsetzung“ angegeben ist und deren Laufzeit bis 06/2025 geendet ist. Daneben wurden konkrete Maßnahmen abgefragt, deren Status im Bericht 2024 mit „geplant“ angegeben ist. Es wurden demnach zu 27 konkreten Maßnahmen Fragebögen versendet. Mit diesem Vorgehen sollte einerseits das Verfahren zum Monitoring in diesem Jahr fokussiert werden und gleichzeitig weiterhin eine Erfassung der Umsetzung und Weiterentwicklung der Strategie gegen Einsamkeit ermöglicht werden. Informationen zu den Maßnahmen, zu denen im Monitoring 2025 keine erneute Abfrage stattgefunden hat, sind im Monitoring-Bericht 2024 zu finden.

3 Ergebnisse des Monitorings 2025

Insgesamt sind seit der letzten Abfrage zum Monitoring-Bericht im Jahr 2024 **acht weitere konkrete Maßnahmen** hinzugekommen. Damit steigt die Anzahl der Maßnahmen der Strategie gegen Einsamkeit von 132 auf **140**. Das entspricht einem Anstieg von ca. **5,7 Prozent**. Die Strategie enthält konkrete Beiträge und Maßnahmen aus den folgenden sieben Ressorts: Bundesministerium des Innern (BMI), Bundesministerium für Forschung, Technologie und Raumfahrt (BMFTR), Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMBFSFJ), Bundesministerium für Arbeit und So-

³ Der Monitoring-Bericht 2024 zur Umsetzung und Weiterentwicklung der Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit kann hier abgerufen werden: <https://www.bmbfsfj.bund.de/bmbfsfj/service/publikationen/monitoring-bericht-2024-zur-umsetzung-und-weiterentwicklung-der-strategie-der-bundesregierung-gegen-einsamkeit-253402>

ziales (BMAS), Bundesministerium für Gesundheit (BMG), Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH) und Bundesministerium für Wohnen, Stadtentwicklung und Bauwesen (BMWSB).

Die acht neuen Maßnahmen wurden jeweils einer *übergeordneten Maßnahme mit konkreter Maßnahme* zugeordnet. Daher hat sich die Anzahl der *übergeordneten Maßnahmen ohne konkrete Maßnahme* nicht reduziert.

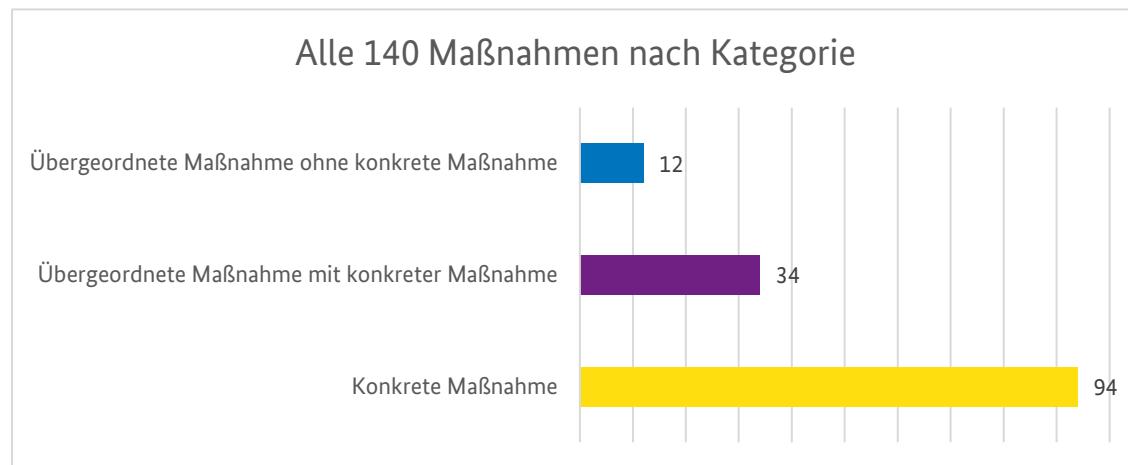


Abbildung 1: Maßnahmen der Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit, nach Kategorie

14 der 140 Maßnahmen der Strategie sind dem Ziel 1 *Sensibilisierung der Öffentlichkeit* zugeordnet. Ziel 2 *Wissen stärken* sind 18 Maßnahmen zugeordnet. Zehn Maßnahmen sind Ziel 3 *Praxis stärken* zugeordnet. Ziel 4 *Bereichsübergreifend agieren* sind 72 Maßnahmen zugeordnet. 26 Maßnahmen sind dem Ziel 5 *Menschen unterstützen – Angebote ausbauen* zugeordnet (siehe Abbildung 2).

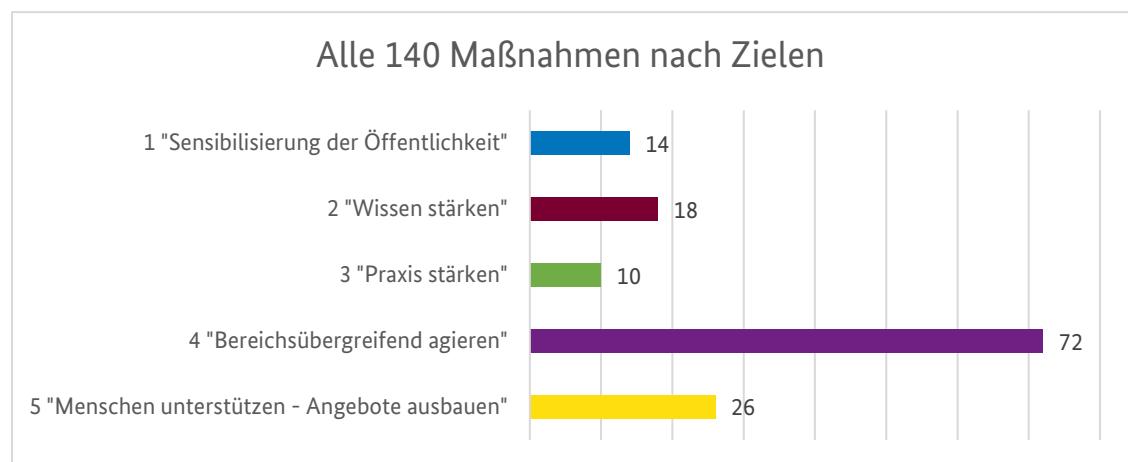


Abbildung 2: Maßnahmen der Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit, nach Monitoring 2025, nach Zielen der Strategie

107 der 140 Maßnahmen befinden sich in Umsetzung (76,4 Prozent). 20 Maßnahmen sind abgeschlossen (14,3 Prozent). Eine der Maßnahmen befindet sich in Planung (0,7 Prozent) und 12 Maßnahmen befinden sich noch in Klärung (8,6 Prozent) (siehe Abbildung 3).

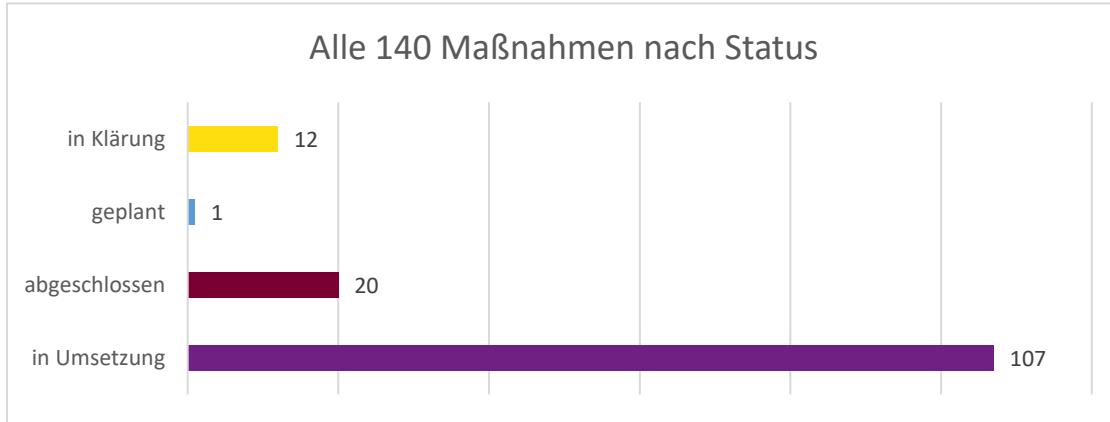


Abbildung 3: Maßnahmen der Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit, nach Status

Neu hinzugekommene Maßnahmen

Zwei der acht neu hinzugekommenen Maßnahmen wurden dem Ziel 1 *Sensibilisierung der Öffentlichkeit* zugeordnet. Drei Maßnahmen sind neu zum Ziel 2 *Wissen stärken* hinzugekommen. Keine Maßnahme wurde dem Ziel 3 *Praxis stärken* neu zugeordnet. Dem Ziel 4 *Bereichsübergreifend agieren* sind zwei der neu hinzugekommenen Maßnahmen zugeordnet worden. Eine Maßnahme ist zum Ziel 5 *Menschen unterstützen – Angebote ausbauen* neu hinzugekommen (siehe Abbildung 4).

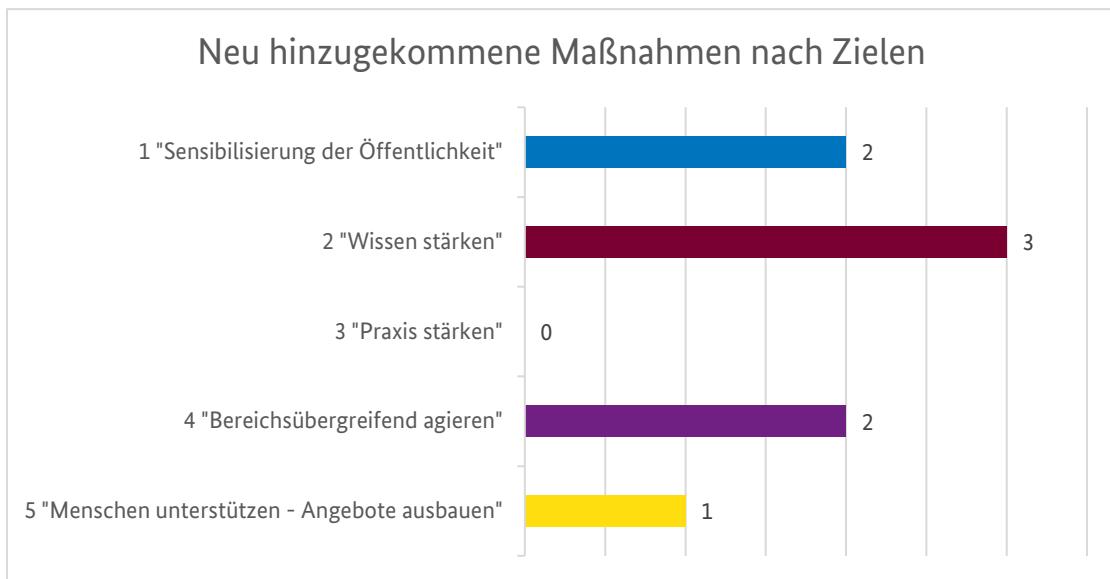


Abbildung 4: Neu hinzugekommene Maßnahmen, nach Monitoring 2025, nach Zielen der Strategie

Fünf der acht neu hinzugekommenen Maßnahmen befinden sich in Umsetzung. Zwei der neu hinzugekommenen Maßnahmen sind bereits abgeschlossen. Eine weitere Maßnahme ist zum Zeitpunkt der Monitoring-Abfrage geplant (siehe Abbildung 5).

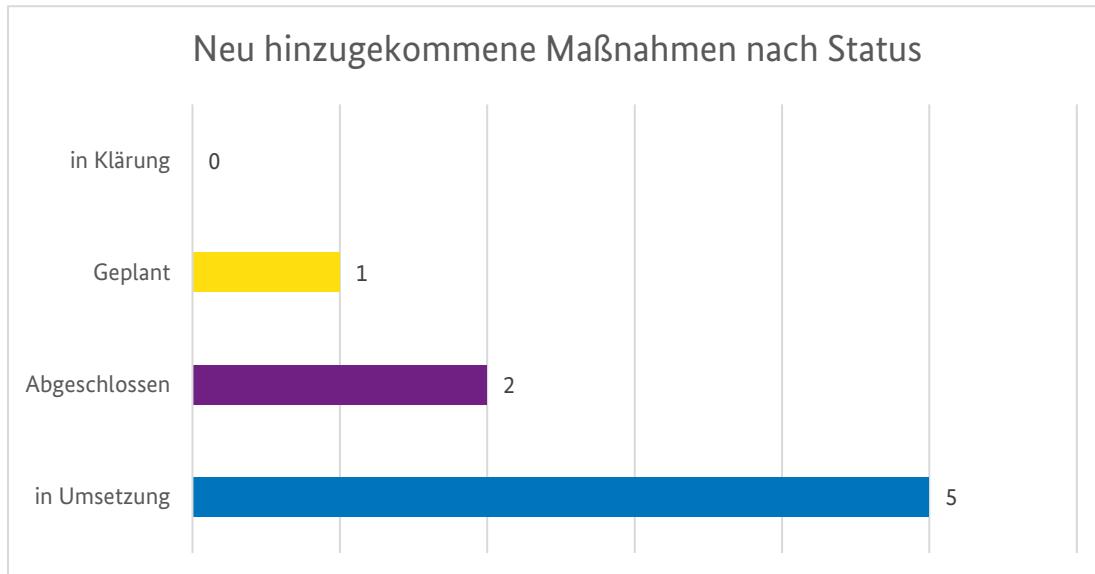


Abbildung 5: Neu hinzugekommene Maßnahmen, nach Monitoring 2025, nach Status

Kernmaßnahmen

In der Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit sind insgesamt **zehn Kernmaßnahmen** enthalten. Für jedes der Strategie-Ziele wurden zwei Kernmaßnahmen identifiziert. Acht der zehn Kernmaßnahmen befinden sich in Umsetzung. Zwei Kernmaßnahmen befinden sich noch in Klärung (Maßnahme 3.1 „Ausbau altersunabhängiger und diskriminierungssensibler Zugänge zu Förderprogrammen – Fokus vulnerable Gruppen“ und 4.1 „Bundesweite Koalition zur Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit“) (siehe Abbildung 6). Im Vergleich zu den Maßnahmen gemäß dem Monitoring-Bericht 2024 ist in einer Kernmaßnahme eine weitere konkrete Maßnahme hinzugekommen (Maßnahme 2.2.3).

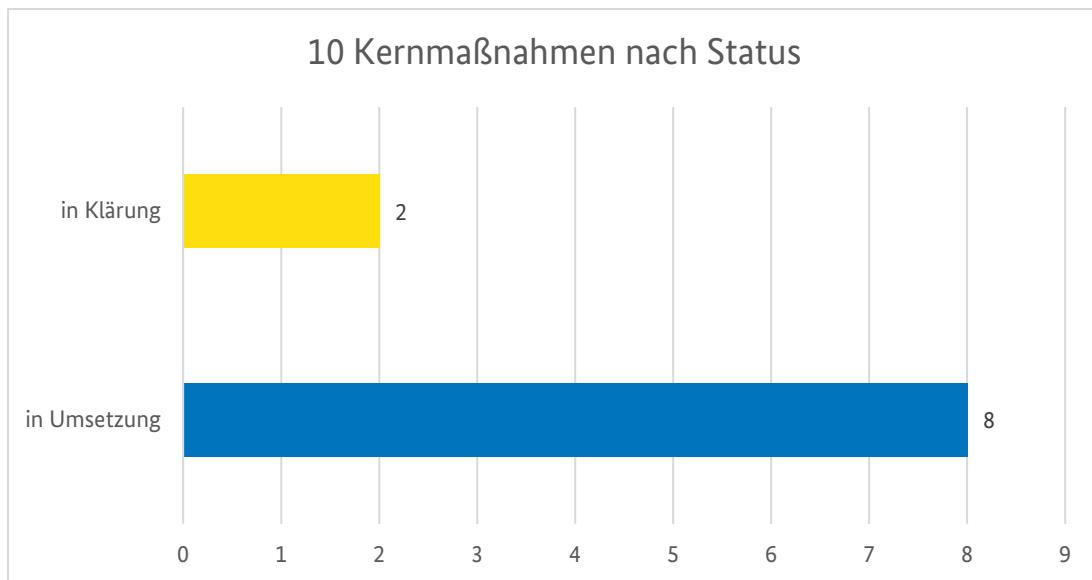


Abbildung 6: Kernmaßnahmen, nach Status

3.1 Ergebnisse zum Ziel 1 „Sensibilisierung der Öffentlichkeit“

In der Strategie der Bundesregierung ist das Ziel 1 wie folgt formuliert: „*Die Öffentlichkeit wird sensibilisiert und das Thema Einsamkeit wird besprechbar gemacht.*“⁴ Einsamkeit ist bei vielen Personen mit Schamgefühlen verbunden, die es betroffenen Personen erschweren, über ihre Erfahrungen zu sprechen oder sich Hilfe und Unterstützung zu suchen. Die Strategie verfolgt daher das Ziel, Akteurinnen und Akteure aus Bereichen wie der Sozialen Arbeit, dem gesundheitlichen Bereich, dem bürger-schaftlichen Engagement und der Privatwirtschaft stärker für das Thema zu sensibilisieren. Zudem soll eine Sensibilisierung der breiten Öffentlichkeit erreicht werden.

Es wurden Informationen zu fünf konkreten Maßnahmen abgefragt, die dem Ziel 1 zugeordnet sind, da ihr Status im Monitoring-Bericht 2024 mit „in Umsetzung“ angegeben ist und ihre Laufzeit bis 06/2024 geendet ist oder ihr Status im Bericht 2024 mit „geplant“ angegeben ist.

Vier der fünf Maßnahmen befinden sich weiterhin in Umsetzung. Eine Maßnahme wurde abgeschlos-sen (siehe Tabelle 2).

⁴ Vgl. Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit: <https://www.bmbfsfj.bund.de/bmbfsfj/service/publikationen/strategie-der-bundesregierung-gegen-einsamkeit-234582>

Nr.	Beschreibung	Ressort	Status
1.1.1	"Bundesweite Sensibilisierungskampagne zu Einsamkeit"	BMBFSFJ	in Umsetzung
1.1.2	"Öffentlichkeitswirksame Aktionen des BMBFSFJ"	BMBFSFJ	in Umsetzung
1.2.1	"Planung und Umsetzung einer Aktionswoche „Gemeinsam aus der Einsamkeit“"	BMBFSFJ	in Umsetzung
1.3.1	"Veranstaltungsreihe KNE Salon des Kompetenznetzes Einsamkeit (KNE) (Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e.V.)"	BMBFSFJ	abgeschlossen
1.5.1	"Theorie-Praxis-Leitfäden und weitere anwendungsnahe Publikationen des KNE"	BMBFSFJ	in Umsetzung

Tabelle 2: Abgefragte konkrete Maßnahmen in Ziel 1

Die Maßnahme 1.1.1 und 1.1.2 sind der übergeordneten Maßnahme **1.1 "Öffentlichkeitswirksame Aktionen und Sensibilisierungskampagne"** zugeordnet, bei der es sich um eine Kernmaßnahme handelt.

Die Maßnahme **1.1.1** ist eine **bundesweite Sensibilisierungskampagne zu Einsamkeit**, die sich sowohl an Menschen mit Einsamkeitserfahrungen als auch an ihr Umfeld richtet. Sie wird durch das BMBFSFJ konzeptioniert und durchgeführt. Dabei werden digitale Kommunikations-, Informations- sowie Social-Media-Angebote erstellt, um die unterschiedlichen Zielgruppen sowohl im analogen als auch im digitalen Raum zu erreichen, für das Thema Einsamkeit zu sensibilisieren und über entsprechende Beratungs- und Hilfsangebote zu informieren. Einsamkeit ist ein gesellschaftliches Thema, das bei vielen Betroffenen mit Gefühlen der Scham verbunden ist. Dies erschwert die individuelle Linderung von Einsamkeit sowie die gesellschaftliche Debatte über das Thema. Deshalb ist eine gesellschaftliche Sensibilisierung zum Thema notwendig. In 2025 wurde eine neue Kampagne zur Ausspielung gegen Ende des Jahres entwickelt.

Die Maßnahme **1.1.2** umfasst **öffentlichtkeitswirksame Aktionen des BMBFSFJ**. Insgesamt wurden bisher vier öffentlichkeitswirksame Aktionen mit der jeweiligen Ministerin in Berlin durchgeführt.⁵ Zudem gab es deutschlandweite Aktionen. Ziel der Aktionen ist es, Anlässe zu bieten, um öffentlich über das Thema Einsamkeit zu berichten. Entsprechend werden Aktionen mit der jeweiligen Bundesfamilienministerin veranstaltet. Außerdem sollen, daran anknüpfend, die Aktionen deutschlandweit weitergetragen werden. Die Aktionen sollen zur gesellschaftlichen Sensibilisierung für das Thema

⁵ Siehe auch Monitoring-Bericht 2024: <https://www.bmbfsfj.bund.de/bmbfsfj/service/publikationen/monitoring-bericht-2024-zur-umsetzung-und-weiterentwicklung-der-strategie-der-bundesregierung-gegen-einsamkeit-253402>

beitragen.⁶ Zuletzt besuchte die neue Bundesfamilienministerin Karin Prien am 28. Mai 2025 den „Markt der Gemeinsamkeit“ in Berlin Tempelhof und kam mit Engagierten ins Gespräch. Parallel wurde deutschlandweit zu Aktionen unter dem Motto „Gemeinsam Spielen“ aufgerufen.

Bei der Maßnahme **1.2.1** handelt es sich um die **Planung und Umsetzung der Aktionswoche „Gemeinsam aus der Einsamkeit“**, sie ist der übergeordneten Maßnahme **1.2 "Etablierung einer Aktionswoche „Gemeinsam aus der Einsamkeit“** zugeordnet, die als Kernmaßnahme definiert ist. Die Aktionswoche soll für das Thema Einsamkeit als gesamtgesellschaftliche Aufgabe sensibilisieren und Unterstützungsangebote in ganz Deutschland sichtbar machen. An einem festgelegten Zeitpunkt im Jahr wird das Thema Einsamkeit in den Fokus gerückt. Das verbindet Engagierte von Angeboten vor Ort und erzeugt auch höhere mediale Aufmerksamkeit. Vom 26. Mai bis zum 1. Juni 2025 fand die Aktionswoche "Gemeinsam aus der Einsamkeit" zum dritten Mal statt - diesmal unter dem Motto "Gemeinsam spielen". Auftakt zur Themenwoche war die gleichnamige Konferenz, die Bundesfamilienministerin Karin Prien am 26. Mai zusammen mit dem Kompetenznetz Einsamkeit (KNE) eröffnet hat. Die Konferenz konnte im Livestream über YouTube verfolgt werden.⁷ Im ganzen Land wurden Spieletreffs, Turnierabende und Schnupperrunden organisiert. Die nächste Aktionswoche „Gemeinsam aus der Einsamkeit“ soll vom 22. bis 28. Juni 2026 stattfinden.

Die Maßnahme **1.3.1**, bei der es sich um die **Veranstaltungsreihe KNE Salon des KNE** handelt, wurde abgeschlossen und ist der übergeordneten Maßnahme **1.3 "Förderung regelmäßiger, niedrigschwelliger und öffentlicher Informationsveranstaltungen"** zugeordnet. Das KNE, das am Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e. V. (ISS) angesiedelt ist und vom BMBFSJ gefördert wird, führte bis Dezember 2024 die Veranstaltungsreihe KNE Salons durch, die überwiegend online stattfand. Im Rahmen dieses Formates wurden Referentinnen und Referenten eingeladen, die in unterschiedlichen gesellschaftlichen Bereichen zum Thema Einsamkeit arbeiten. Die KNE Salons orientierten sich an den jährlichen Schwerpunktthemen und behandelten jeweils einen ausgewählten Fokus. Dabei richteten sie sich an alle Interessierten, an Betroffene, Fachkräfte der sozialen Arbeit, Engagierte, Personen aus Politik, Wissenschaft sowie Vertretungen aus Wohlfahrtsverbänden und anderen Organisationen. Die KNE Salons boten damit Raum für Diskussion, interdisziplinären und innerdisziplinären Austausch. Die Reihe beleuchtete regelmäßig und niedrigschwellig unterschiedliche Aspekte des Themas Einsamkeit aus praxisnaher sowie wissenschaftlicher Perspektive. Sie zahlte damit darauf ein, eine breite Zielgruppe für das Thema Einsamkeit zu sensibilisieren und aufzuklären. Es wurden insgesamt 13 KNE-Salons durchgeführt (darunter jeweils fünf Salons in 2022 und 2023, sowie drei in 2024).⁸

⁶ Weitere Informationen zu den Aktionen sind hier zu finden: <https://kompetenznetz-einsamkeit.de/aktionen-zur-strategie-gegen-einsamkeit>

⁷ Weitere Informationen zur 4. Konferenz „Gemeinsam aus der Einsamkeit“ sind hier zu finden: <https://kompetenznetz-einsamkeit.de/4-kne-konferenz-gemeinsam-aus-der-einsamkeit>

⁸ Weitere Informationen zu den Ausgaben der Veranstaltungsreihe KNE Salons sind hier zu finden: <https://kompetenznetz-einsamkeit.de/category/kne-salons>

Die Maßnahme **1.5.1** ist der übergeordneten Maßnahme **1.5 "Förderung von anwendungsnahen Publikationen"** zugeordnet und umfasst die **Erstellung und Veröffentlichung von Theorie-Praxis-Leitfäden sowie weiteren anwendungsnahen Publikationen des KNE**. Die Arbeit des Kompetenznetzes Einsamkeit (KNE) wird durch die Veröffentlichung von verschiedenen Publikationen begleitet. Unter anderem erstellte das KNE Theorie-Praxis-Leitfäden mit Fokus auf Zivilgesellschaft, Kommunen und Digitalisierung sowie weitere anwendungsnahen Publikationen. Die Publikationsreihe KNE Transfer „Einsamkeit – Einblicke in Theorie und Praxis“ verbindet aktuelle zentrale wissenschaftliche Erkenntnisse und bestehendes Praxis- und Erfahrungswissen. Sie zeigt Forschungsbedarfe und zukünftige Handlungsoptionen auf und orientiert sich am jeweiligen Jahresschwerpunktthema. Teil der Reihe sind auch die KNE Fact-Sheets, die einen Kurzüberblick zur Thematik Einsamkeit ermöglichen sollen. Durch die Bewerbung und Verbreitung der Publikationen erreichen diese für die Praxis aufbereiteten Informationen eine große Zielgruppe zur Sensibilisierung. KNE Theorie-Praxis-Leitfäden mit Fokus auf Zivilgesellschaft, Digitalisierung und Kommunen wurden bereits veröffentlicht, ebenso wie vier Fact-Sheets.⁹

Neue Maßnahmen

Seit der letzten Abfrage zum Monitoring-Bericht im Jahr 2024 sind zwei weitere konkrete Maßnahmen in Ziel 1 hinzugekommen. Davon war eine der Maßnahmen zum Zeitpunkt der Abfrage geplant und eine Maßnahme bereits abgeschlossen (siehe Tabelle 3). Sie sind beide der übergeordneten Maßnahme **1.3 "Förderung regelmäßiger, niedrigschwelliger und öffentlicher Informationsveranstaltungen"** zugeordnet.

Nr.	Beschreibung	Ressort	Status
1.3.2	Woche des bürgerschaftlichen Engagements	BMBFSJ	geplant
1.3.3	Panel: (Dis)connected - Einfluss digitaler Technologien auf Einsamkeit bei der re:publica 25	BMBFSJ	abgeschlossen

Tabelle 3: Neu hinzugekommene Maßnahmen in Ziel 1

Bei der Maßnahme **1.3.2** handelt es sich um die **Woche des bürgerschaftlichen Engagements**. Der Themenschwerpunkt der „Woche des bürgerschaftlichen Engagements“ und der Kampagne „Engagement macht stark!“ des Bundesnetzwerks Bürgerschaftliches Engagement (BBE) wurde in 2025 auf

⁹ Die genannten Publikationen sind hier zu finden: <https://kompetenznetz-einsamkeit.de/publikationen/kne-transfer>

das Thema Einsamkeit festgelegt. Zum Zeitpunkt der Abfrage befand sich die Aktionswoche in Planung. Inzwischen hat diese bereits stattgefunden. Es fand eine Eröffnungsveranstaltung am 12. September 2025 mit der Vorstellung des Engagementbotschafters zum Thema statt. Am 15. September gab es ein Community Event mit der nebenan.de Stiftung. Zusätzlich fand ein Thementag mit dem Titel „ConnectNow: Gemeinsam nicht einsam“ am 19. September mit der Bertelsmann Stiftung und der BürgerStiftung Hamburg statt. Daneben beteiligten sich zahlreiche Aktionen und Initiativen deutschlandweit, um das Engagement und das Thema Einsamkeit sichtbar zu machen. Mit dem Schwerpunkt Einsamkeit sollte Aufmerksamkeit auf ein Thema gelenkt werden, das jede und jeden betreffen kann. Es sollte gezeigt werden, wie Engagement in der Praxis mit konkretem Handeln präventiv wirkt, begleitend hilft und das Gemeinwohl vor Ort stärkt.¹⁰

Die Maßnahme **1.3.3** ist eine **Paneldiskussion zum Thema „(Dis)connected - Einfluss digitaler Technologien auf Einsamkeit“ bei der re:publica 25**, die das BMBFSFJ organisierte. Die Teilnehmenden diskutierten zu den Zusammenhängen und zu zukünftigen Möglichkeiten und Herausforderungen digitaler Technologien und Einsamkeit. Dabei kamen die Panel-Teilnehmenden ins Gespräch mit Nutzerinnen und Nutzern, Creators und Programmierern und Programmiererinnen. Insbesondere die Einschätzungen der unterschiedlichen Generationen, die verschiedene Erfahrungen mit Technologien haben, waren von Interesse – passend zum Motto der re:publica: Generation xyz.¹¹

Weitere Informationen zu den Maßnahmen sind in der Tabelle im Anhang zu finden.

3.2 Ergebnisse zum Ziel 2 „Wissen stärken“

Ziel 2 der Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit lautet wie folgt: „Das Wissen um die Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit im professionellen Kontext und im Engagement wird gestärkt.“¹² Einsamkeit ist weiterhin eher ein neues Thema in der deutschsprachigen Forschungsschaft. Daher bestehen noch einige Forschungslücken, die es zu schließen gilt. In der Strategie genannt werden in diesem Zusammenhang unter anderem die Etablierung eines langfristigen Monitorings von Einsamkeit in Deutschland, ein Fokus auf vulnerable Bevölkerungsgruppen sowie die Erforschung von Wirkungsmechanismen, Wirksamkeit und Nachhaltigkeit einzelner Interventionen. Die in Ziel 2 gelisteten Maßnahmen zielen demnach auf die Stärkung des Wissens um das Thema Einsamkeit und der zugehörigen Forschung ab.

¹⁰ Weitere Informationen zur Kampagne „Engagement macht stark!“ sind hier zu finden: <https://www.Engagement-macht-stark.de/>

¹¹ Die Veranstaltung kann hier angesehen werden: <https://re-publica.com/de/session/disconnected-einfluss-digitaler-technologien-auf-einsamkeit>

¹² Vgl. Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit: <https://www.bmbfsfj.bund.de/bmbfsfj/service/publikationen/strategie-der-bundesregierung-gegen-einsamkeit-234582>

Es wurden Informationen zu vier konkreten Maßnahmen abgefragt, die dem Ziel 2 zugeordnet sind, da ihr Status im Monitoring-Bericht 2024 mit „in Umsetzung“ angegeben ist und ihre Laufzeit bis 06/2024 geendet ist oder ihr Status im Bericht 2024 mit „geplant“ angegeben ist.

Zwei der abgefragten konkreten Maßnahmen befinden sich in Umsetzung und zwei Maßnahmen sind bereits abgeschlossen (siehe Tabelle 4).

Nr.	Beschreibung	Ressort	Status
2.2.1	"Praxisforschung des KNE"	BMBFSFJ	in Umsetzung
2.2.2	"Praxisforschungsprojekt zum ESF Plus-Programm zur Stärkung der Teilhabe ältere Menschen"	BMBFSFJ	abgeschlossen
2.3.3	"Vierter Teilhabebericht der Bundesregierung über die Lebenslagen von Menschen mit Beeinträchtigungen"	BMAS	in Umsetzung
2.3.4	"Zeitverwendungserhebung (ZVE) 2022 mit Informationen zu Einsamkeit"	BMBFSFJ	abgeschlossen

Tabelle 4: Abgefragte konkrete Maßnahmen in Ziel 2

Die Maßnahmen 2.2.1 und 2.2.2 sind der übergeordneten Maßnahme **2.2 "Förderung von praxisnaher und partizipativer Forschung"** zugeordnet, bei der es sich um eine Kernmaßnahme handelt.

Bei der Maßnahme **2.2.1** handelt es sich um die "**Praxisforschung des KNE**". Das KNE verfolgt einen praxisnahen, anwendungsorientierten und partizipativen Forschungsansatz. Ziel ist es, hinderliche und förderliche Faktoren in der Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit zu identifizieren. Die Praxisforschung fand statt, mehrere Interviews wurden geführt. Der Beginn der Interviewphase mit Betroffenen war im Juli 2022 (13 Interviews). Zudem wurden zwei Fokusgruppeninterviews mit insgesamt 16 Praktikerinnen und Praktikern durchgeführt, am 26. und 27.09.2022. Die Ergebnisse wurden in folgenden Publikationen¹³ veröffentlicht:

- Ich war viel alleine – Einsamkeit und Armut bei Kindern und Jugendlichen. Autorenschaft: Dr. Evelyn Sthamer, Lea Möller, Charlotte Wind, Lisa Höfer
- Einsam unter Vielen. Einsamkeit aus der Perspektive von Betroffenen. Autorenschaft: Caroline Mitschke, Lisa Höfer, Axel Weber, Charlotte Wind

Die Ergebnisse der Forschung wurden u. a. im Jahr 2025 in die Öffentlichkeit kommuniziert, siehe u. a. Vortrag auf der vierten Konferenz „Gemeinsam aus der Einsamkeit“ am 26.05.2025 in Berlin.¹⁴

¹³ Die Publikationen sind hier abrufbar: <https://kompetenznetz-einsamkeit.de/publikationen/kne-forschung>

¹⁴ Der Vortrag kann unter folgendem Link angesehen werden: <https://www.youtube.com/watch?v=KIMS5vucGVE>

Die Maßnahme 2.2.2 ist das **Praxisforschungsprojekt zum ESF Plus-Programm zur Stärkung der Teilhabe ältere Menschen**. Das Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e.V. (ISS) unterstützt das BMBFSJ mit seiner Expertise im Bereich der Sozialen Arbeit mit älteren Menschen bei der Umsetzung des mit Mitteln des Europäischen Sozialfonds Plus (ESF Plus) finanzierten Programms „Stärkung der Teilhabe älterer Menschen – gegen Einsamkeit und soziale Isolation“. Ziel war es, dass das ISS zur Weiterentwicklung der fachlich fundierten Umsetzung des ESF Plus-Programms beiträgt.

Im Jahr 2024 wurden drei digitale Fachgespräche mit den ESF Plus-Trägern geführt, eine Arbeitshilfe erstellt sowie eine schriftliche Befragung der Träger zum Umsetzungsstand durchgeführt. Das ESF Plus-Programm richtet sich an Menschen ab 60 Jahren, die sich am Übergang in den Ruhestand befinden. Ziele des Programms sind u. a. die Vorbeugung und Linderung ungewollter Vereinsamung und sozialer Isolation. Die Förderung soll daher zu einer Verbesserung der Lebenssituation älterer Beschäftigter, sowohl während der aktiven Berufstätigkeit als auch in der nachberuflichen Phase, sowie zu einer Stärkung der sozialen Teilhabe älterer Menschen beitragen.¹⁵

Die Maßnahmen 2.3.3 und 2.3.4 sind der **übergeordneten Maßnahme 2.3 "Förderung von Forschung"** zugeordnet.

Bei der Maßnahme 2.3.3 handelt es sich um den **Vierten Teilhabebericht der Bundesregierung über die Lebenslagen von Menschen mit Beeinträchtigungen**. Der Teilhabebericht der Bundesregierung bietet den Leserinnen und Lesern einen systematischen und ausführlichen Überblick über die Entwicklung der Teilhabe von Menschen mit Beeinträchtigungen in verschiedenen Lebensbereichen. Er zeigt auf, wie sich Teilhabe zwischen Menschen mit und ohne Beeinträchtigungen unterscheidet und welche Entwicklungen im Zeitverlauf zu beobachten sind. Die Berichterstattung stellt Daten zur Lebenslage von Menschen mit Beeinträchtigungen und Behinderungen zur Verfügung und bietet der Bundesregierung so eine empirisch fundierte Grundlage für ihre Politik. Der Vierte Teilhabebericht hat zwei Schwerpunkte. Er wird vertiefend die Teilhabe am gesellschaftlichen und politischen Leben untersuchen wie auch die Einbindung in Familie und soziale Netzwerke. Auch das Thema Einsamkeit wird beleuchtet.

Die Maßnahme 2.3.4 umfasst die **Zeitverwendungserhebung (ZVE) 2022 mit Informationen zu Einsamkeit**. In der Zeitverwendungserhebung, die vom BMBFSJ gefördert und vom Statistischen Bundesamt in Zusammenarbeit mit den Statistischen Ämtern der Länder durchgeführt wird, wurden die Teilnehmenden 2022 erstmals um ihre subjektive Einschätzung zu der Aussage „Ich fühle mich oft einsam“ gebeten. Es handelt sich um eine Einzelmaßnahme in Form einer amtlichen Statistik auf

¹⁵ Die Dokumentation dazu wurden auf der Internetseite des ISS veröffentlicht: <https://www.iss-ffm.de/themen/alter/projekte/staerkung-der-teilhabe-aelterer-menschen>

Grundlage des Zeitverwendungserhebungsgesetzes.¹⁶ Die Ergebnisse enthalten u. a. Analysen des Zusammenhangs von Einsamkeit mit Bildung, Alter, Geschlecht, Alleinerziehenden-Status und Dauer der Internetnutzung. Die Ergebnisse wurden in verschiedenen Formaten der Öffentlichkeit zugänglich gemacht.

Unter der in Umsetzung befindlichen Maßnahme **2.1.1 Etablierung eines Einsamkeitsbarometers** wurde das „Einsamkeitsbarometer 2025“ mit einer Einsamkeitsfokusanalyse im Juni 2025 veröffentlicht. Es ist die erste umfassende Analyse des Einsamkeitserlebens lesbischer, schwuler, bisexueller, trans- und intergeschlechtlicher sowie queerer Menschen (LSBTIQ*-Personen). Die Analyse wurde auf Grundlage des Sozio-oekonomischen Panels (SOEP – jährliche repräsentative Wiederholungsbefragung von Privathaushalten), sowie mit Daten der Studie LGBielefeld aufbereitet.¹⁷

Neu hinzugekommene Maßnahmen

Seit der letzten Abfrage zum Monitoring-Bericht im Jahr 2024 sind drei weitere konkrete Maßnahmen in Ziel 2 hinzugekommen, die sich alle in Umsetzung befinden.

Nr.	Beschreibung	Ressort	Status
2.2.3	Evaluationsprojekt am Deutschen Zentrum für Altersfragen: Reichweite und Wirkung der Silbernetz-Hotline (ReWiSil)	BMBFSFJ	in Umsetzung
2.3.5	„Nähe über Distanz – Mit interaktiven Technologien zwischenmenschliche Verbundenheit ermöglichen“ (NäDi)	BMFTR	in Umsetzung
2.3.6	Projekt: "Prävention von Vereinsamung im Alter durch KI-basierte Detektion im Wohnraum" (PräEinSamAltKI) im Rahmen der StStG-Fördermaßnahme: "Innovationsregion für digitale Transformation der Pflege und Gesundheitsversorgung" (TPG)	BMFTR	in Umsetzung

Tabelle 5: Neu hinzugekommene Maßnahmen in Ziel 2

Die Maßnahme **2.2.3** ist der übergeordneten Maßnahme **2.2 Förderung von praxisnaher und partizipativer Forschung** zugeordnet, bei der es sich um eine Kernmaßnahme handelt.

¹⁶ Die Ergebnisse zu Einsamkeit der ZVE 2022 sind hier einsehbar: https://www.destatis.de/DE/Themen/Gesellschaft-Umwelt/Einkommen-Konsum-Lebensbedingungen/Zeitverwendung/Ergebnisse/_inhalt.html#805172

¹⁷ Das „Einsamkeitsbarometer 2025“ kann hier abgerufen werden: <https://www.bmbfsfj.bund.de/bmbfsfj/service/publikationen/einsamkeitsbarometer-2025-264868>

Die Maßnahme 2.2.3 ist das **Evaluationsprojekt zur Verbesserung der sozialen Teilhabe älterer Menschen ReWiSil** (kurz für: Reichweite und Wirkung der Silbernetz-Hotline) und hat zum Ziel, zwei Forschungsfragen zu beantworten: 1. Wie ist es um die Reichweite von Silbernetz bestellt, wie vielfältig ist die Gruppe älterer, einsamer Menschen, die erreicht werden? 2. Reduzieren die Gespräche mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Hotline das subjektive Einsamkeitserleben, verringern sich Schamgefühle oder negative Altersselbstbilder? ReWiSil ist partizipativ angelegt und findet in enger Zusammenarbeit zwischen dem Deutschen Zentrum für Altersfragen (DZA) und Silbernetz statt, wobei die wissenschaftliche Entscheidungsverantwortung beim DZA liegt. Silbernetz ist ein Verein mit dem Ziel, Menschen ab 60 Jahren Wege aus der Isolation zu eröffnen. Das Angebot umfasst eine anonyme Kontaktaufnahme, fördert den Aufbau persönlicher Verbindungen und vermittelt passende Unterstützungsangebote in der Umgebung. Ein zentraler Bestandteil der Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit ist die wissenschaftliche Evaluation der Wirksamkeit von Maßnahmen zur Bekämpfung von Einsamkeit, da es hierzu in Deutschland bislang an fundierten Studien mangelt. Um zur Schließung dieser Forschungslücke beizutragen, führt das DZA, gefördert vom BMBFSJ, die wissenschaftliche Evaluation von Silbernetz, welches Einsamkeit im Alter bekämpfen soll, durch.

Die Maßnahmen 2.3.5 und 2.3.6 sind der übergeordneten Maßnahme **2.3 Förderung von Forschung** zugeordnet.

Bei der Maßnahme 2.3.5 handelt es sich um die Fördermaßnahme **Nähe über Distanz – Mit interaktiven Technologien zwischenmenschliche Verbundenheit ermöglichen (NäDi)**. Ziel von NäDi ist, durch innovative Technologien die Verbundenheit zu nahestehenden Personen über räumliche Distanz zu stärken. Es werden Konzepte entwickelt und getestet, die das Verbundenheitsgefühl fördern. Wissenschaftliche Erkenntnisse und Bedarfsanalysen mit Nutzenden fließen in die Entwicklung von Demonstratoren ein, deren Wirksamkeit über mehrere Monate in Alltagssituationen evaluiert wird. Ziel ist die Verbesserung von Wohlbefinden und Lebensqualität durch gestärkte soziale Bindungen. Durch die Förderrichtlinie „Nähe über Distanz“ (NäDi) werden Forschungsprojekte unterstützt, welche die Wirkfaktoren digitaler Interaktionsformen auf das Erleben von Verbundenheit untersuchen.

Die Maßnahme 2.3.6 ist das Projekt **Prävention von Vereinsamung im Alter durch KI-basierte Detektion im Wohnraum (PräEinsamAltKI)**. Das Projekt PräEinsamAltKI zielt darauf ab, Vereinsamung im Alter durch den Einsatz von KI-basierten Technologien im Wohnraum frühzeitig zu erkennen und entgegenzuwirken. Es soll ein System entwickelt werden, das mithilfe von Sensoren und KI-Algorithmen Veränderungen im Verhalten älterer Menschen analysiert, die auf beginnende Isolation und Einsamkeit hindeuten könnten. Basierend darauf sollen proaktiv präventive Maßnahmen angestoßen

und soziale Kontakte gefördert werden. Ziel ist es, die Lebensqualität zu verbessern, die soziale Teilhabe zu fördern, das Gesundheitssystem präventiv zu entlasten und ethisch vertretbare, technologiebasierte Lösungen zu schaffen.

Weitere Informationen zu den Maßnahmen sind in der Tabelle im Anhang zu finden.

3.3 Ergebnisse zum Ziel 3 „Praxis stärken“

Ziel 3 ist in der Strategie gegen Einsamkeit wie folgt formuliert: „*Die Arbeit von Praktikerinnen und Praktikern in der Sozialen Arbeit und im Engagement zur Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit wird gestärkt.*“¹⁸ In der Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit sind in Deutschland bereits vielfältige Akteurinnen und Akteure in unterschiedlichen gesellschaftlichen Bereichen und mit verschiedenen Ansätzen aktiv. Diese Arbeit soll u. a. durch Vernetzung sowie die Förderung von Austausch zwischen den Akteurinnen und Akteuren gestärkt werden.

Es wurden keine Informationen zu konkreten Maßnahmen abgefragt, die dem Ziel 3 zugeordnet sind, da keine der Maßnahmen bis 06/2024 geendet ist und der Status keiner der Maßnahmen im Bericht 2024 mit „geplant“ angegeben ist.

Zudem wurden keine neuen Maßnahmen in der Abfrage gemeldet, die dem Ziel 3 zugeordnet wurden.

Weitere Informationen zu den Maßnahmen in Ziel 3 sind im Monitoring-Bericht 2024 zu finden.¹⁹

3.4 Ergebnisse zum Ziel 4 „Bereichsübergreifend agieren“

Aufgrund der Komplexität des Themas Einsamkeit bedarf es einer gesamtgesellschaftlichen Bearbeitung. In der Strategie der Bundesregierung wurde Ziel 4 daher wie folgt formuliert: „*Einsamkeit wird als gesamtgesellschaftliche Herausforderung verstanden und die Vorbeugung sowie Linderung von Einsamkeit sektoren- und bereichsübergreifend fokussiert.*“²⁰ Um dies zu ermöglichen, ist es wichtig, das Thema Einsamkeit in unterschiedlichen gesellschaftlichen Bereichen und auf verschiedenen Ebenen

¹⁸ Vgl. Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit: <https://www.bmbfsfj.bund.de/bmbfsfj/service/publikationen/strategie-der-bundesregierung-gegen-einsamkeit-234582>

¹⁹ Der Monitoring-Bericht 2024 kann hier abgerufen werden: <https://www.bmbfsfj.bund.de/bmbfsfj/service/publikationen/monitoring-bericht-2024-zur-umsetzung-und-weiterentwicklung-der-strategie-der-bundesregierung-gegen-einsamkeit-253402>

²⁰ Vgl. Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit: <https://www.bmbfsfj.bund.de/bmbfsfj/service/publikationen/strategie-der-bundesregierung-gegen-einsamkeit-234582>

mitzudenken. Sowohl die soziale Daseinsvorsorge als auch Kommunen nehmen hierbei eine wesentliche Funktion ein.

Die Maßnahmen der Strategie sollen daher u. a. dazu beitragen, dass Akteurinnen und Akteure aus verschiedenen Disziplinen für das Thema Einsamkeit sensibilisiert werden, um ein sektorenübergreifendes Vorgehen zu ermöglichen. Zudem soll die Förderung des freiwilligen und bürgerschaftlichen Engagements und Ehrenamts gestärkt werden.

Es wurden Informationen zu sieben konkreten Maßnahmen abgefragt, die dem Ziel 4 zugeordnet sind, da ihr Status im Monitoring-Bericht 2024 mit „in Umsetzung“ angegeben ist und ihre Laufzeit bis 06/2024 geendet ist oder ihr Status im Bericht 2024 mit „geplant“ angegeben ist.

Von den sieben abgefragten konkreten Maßnahmen befinden sich drei in Umsetzung und vier Maßnahmen wurden abgeschlossen.

Nr.	Beschreibung	Ressort	Status
4.7.1	"Förderung des Modellprojektes Zukunftswerkstatt Kommunen – Attraktiv im Wandel (ZWK)"	BMBFSJ	abgeschlossen
4.12.2	"ESF Plus-Programm "Bildung und Engagement ein Leben lang" (kurz BELL)"	BMBFSJ	in Umsetzung
4.17.1	"Aufbau des künftigen Deutschen Zentrums für Psychische Gesundheit"	BMFTR	in Umsetzung
4.25.3	"Erarbeitung einer Engagementstrategie (Deutsche Stiftung für Engagement und Ehrenamt (DSEE) mit Unterstützung des Bundesnetzwerks Bürgerschaftliches Engagement (BBE))"	BMBFSJ	abgeschlossen
4.25.4	"Förderung von generationenübergreifenden Partnerschafts- und Mentoringprojekten durch die „Aktion Zusammen Wachsen“ (AZW)"	BMBFSJ	in Umsetzung
4.25.10	"Engagementpreis 80plus"	BMBFSJ	abgeschlossen
4.26.1	"Förderung Bundesprogramm „Demokratie leben!“"	BMBFSJ	abgeschlossen

Tabelle 6: Abgefragte konkrete Maßnahmen in Ziel 4

Die Maßnahme **4.7.1** ist der übergeordneten Maßnahme **4.7 Maßnahmen auf kommunaler Ebene im Rahmen der verfassungsrechtlichen Möglichkeiten zur Gestaltung der Folgen des demografischen Wandels** zugeordnet.

Bei der Maßnahme 4.7.1 handelt es sich um die **Förderung des Modellprojektes Zukunftswerkstatt Kommunen – Attraktiv im Wandel (ZWK, 2021-2024)**. Das Modellprojekt hatte zum Ziel, den demografischen Wandel vor Ort strategisch zu gestalten. So wurden im Rahmen des Modellprojekts 40 Kommunen bei der systematischen Erstellung und Umsetzung von Demografiestrategien unterstützt. Zudem wurden Fragen der Teilhabe von Bürgerinnen und Bürgern aller Altersgruppen vor Ort behandelt. Im Fokus stand dabei die Rolle von Orten der Begegnung für alle Generationen bzw. niedrigschwellige Angebote zu generationenübergreifenden Aktivitäten. Im Rahmen der in der ZWK entwickelten Demografiestrategien wurden Maßnahmen ergriffen, die das Miteinander und Begegnungen fördern. Dazu gehören intergenerationale Veranstaltungsformate wie gemeinsame Sportangebote, Kochbegegnungen oder Kaffeeklatsch. In einigen Kommunen wurden Begegnungsorte geschaffen oder deren Aufbau initiiert (intergenerationell und interkulturell). Dabei wurde häufig auf die Reaktivierung von zentralen leerstehenden Orten in den Kommunen gesetzt.

Die Maßnahme **4.12.2** ist der übergeordneten Maßnahme **4.12 Förderung der Bildung im Alter im Sinne des lebenslangen Lernens** zugeordnet.

Die Maßnahme **4.12.2** ist das **ESF Plus-Programm "Bildung und Engagement ein Leben lang" (kurz BELL)**. Mit dem ESF Plus-Programm unterstützt das BMBFSFJ Projekte, die dazu beitragen, die Potenziale des lebenslangen Lernens auch für ältere Menschen zu realisieren. Ziele des Programms sind das Erhöhen von Bildungsaktivitäten älterer Menschen sowohl als Lernende als auch Wissensvermittelnde durch einen quantitativen Ausbau von Bildungsgelegenheiten für ältere Menschen, eine qualitative Weiterentwicklung von Bildungsgelegenheiten für ältere Menschen und eine inklusive und diverse Gestaltung von Bildungsgelegenheiten, die sich an ältere Menschen in ihrer Heterogenität richten. Übergreifend trägt das Programm dazu bei, die gesellschaftliche Teilhabe Älterer zu verbessern, ihre Gesundheit, Selbstständigkeit und Lebensqualität zu erhalten, ihr Erfahrungswissen zu nutzen und das Potenzial älterer Menschen für Innovationen und freiwilliges Engagement zu fördern.

Die Maßnahme **4.17.1** ist der übergeordneten Maßnahme **4.17 Resilienz sowie die mentale Gesundheit und das Wohlbefinden junger Menschen stärken, Einsamkeit sowie Probleme mit mentaler Gesundheit entstigmatisieren** zugeordnet.

Bei der Maßnahme 4.17.1 handelt es sich um den **Aufbau des künftigen Deutschen Zentrums für Psychische Gesundheit (DZPG)**. Im Zuge einer fünfjährigen Förderung erfolgt der Aufbau des künftigen DZPG. Das BMFTR fördert im Rahmen dieser Fördermaßnahme den weiteren Ausbau der gemeinsamen Forschungs- und Querschnittsaktivitäten von sechs Forschungsstandorten mit folgenden Zielen:

- Kooperationen zwischen Forscherinnen und Forschern sowie Stakeholdern entlang der Translationskette sollen realisiert werden;
- neue wissenschaftliche Evidenz zur Prävention psychischer Erkrankungen und dem Erhalt der psychischen Gesundheit soll generiert und für die Gesellschaft nutzbar gemacht werden;
- neue wissenschaftliche Evidenz für die Früherkennung als auch die Behandlung soll generiert werden, von der Erkrankten mittel- und langfristig einen Nutzen haben;
- neue wissenschaftliche Evidenz und Innovationen, einschließlich sozialer Innovationen, sollen generiert und erprobt werden, die zur Verbesserung von Prävention, Genesung und zur Förderung der Teilhabe von Erkrankten an ihrem Lebensumfeld dienen.

Einsamkeit ist als eines von mehreren Themen im DZPG verankert. Die hier entstehenden Erkenntnisse und Innovationen werden somit auch Menschen, die von Einsamkeit betroffen sind, zugutekommen.

Die Maßnahmen **4.25.3, 4.25.4 und 4.25.10** sind der übergeordneten Maßnahme **4.25 Stärkung des freiwilligen und bürgerschaftlichen Engagements und Ehrenamts** zugeordnet.

Die Maßnahme **4.25.3** umfasst die **Erarbeitung einer Engagementstrategie**. Im Dezember 2024 hat die Bundesregierung die Engagementstrategie des Bundes beschlossen und damit ihren Auftrag aus dem Koalitionsvertrag erfüllt, gemeinsam mit der Zivilgesellschaft eine neue Engagementstrategie zu erarbeiten. Der Erarbeitung der Strategie hat das BMFSFJ einen breiten einjährigen zivilgesellschaftlichen Beteiligungsprozess vorangestellt. Übergeordnetes Ziel der Strategie ist es, freiwilliges, an den Werten der Verfassung ausgerichtetes Engagement für alle zu ermöglichen und dieses im Rahmen der verfassungsmäßigen Zuständigkeit des Bundes durch geeignete Rahmenbedingungen zu fördern und zu stärken. Freiwilliges und bürgerschaftliches Engagement und Ehrenamt von Menschen unterschiedlicher Altersgruppen sowie das vielfältige Vereinsleben (zum Beispiel Sport- und Musikvereine) können auch dazu beitragen, das soziale Miteinander und die soziale Teilhabe sowie die Selbstwirksamkeit von Menschen zu stärken und bedeutungsvolle Interaktionen zu fördern. Zugleich können Infrastrukturen des Engagements (zum Beispiel Initiativen, Vereine) Orte und Anlässe für Teilhabe, Gemeinschaft und Zugehörigkeit schaffen.

Die Maßnahme **4.25.4** ist die **Förderung von generationenübergreifenden Patenschafts- und Mentoringprojekten durch die „Aktion Zusammen Wachsen“ (AZW)**. Die „Aktion zusammen wachsen“ (AZW) unterstützt seit 2008 die Vernetzung von Patenschafts- und Mentoringprojekten, die Kinder und Jugendliche in ihrer Sprach- und Lesekompetenz fördern, sie auf ihrem Bildungsweg begleiten und beim Übergang in Ausbildung und Beruf stärken. Mit der Unterstützung von Patenschafts- und Mentoringprojekten verfolgt die AZW insbesondere das Ziel, die Bildungs- und Teilhabechancen für

Kinder und Jugendliche mit Migrationshintergrund zu verbessern und so ihre Integration nachhaltig und langfristig zu fördern.

Bei der Maßnahme **4.25.10** handelt es sich um den **Engagementpreis 80plus**. Die Stiftung ProAlter befasst sich mit dem bisher wenig bekannten bürgerschaftlichen Engagement hochaltriger Frauen und Männer.

In der Bundesrepublik sind 6 Millionen Menschen über 80 Jahre alt und die Zahl wird in den nächsten Jahren weiter ansteigen. Auch in dieser Altersgruppe sind noch zahlreiche Menschen im bürgerschaftlichen Engagement aktiv. Oft wird nicht gesehen, dass das Engagement gerade der Hochaltrigen große Auswirkungen auf von Einsamkeit betroffene oder bedrohte Menschen dieser Altersgruppe hat, indem sich dieser Personenkreis häufig in Nachbarschaftshilfen, Besuchsdiensten, Bildungseinrichtungen und ähnlichen Aktivitäten engagiert. Dieses Engagement hat nicht nur Auswirkungen auf die Personen, denen das Engagement zugutekommt, sondern auch auf die Engagierten selbst, indem sie durch ihre Aktivitäten eigener Vereinsamung vorbeugen.

Entsprechend setzte die Stiftung ProAlter im Jahr 2024 den Engagementpreis 80plus unter dem Motto Einsamkeit um und hat am 25. November 2024 den Engagementpreis 80plus 2024 verliehen. Die Beteiligung am Aufruf hat alle Erwartungen übertroffen. Insgesamt waren 420 Vorschläge für mögliche Kandidatinnen und Kandidaten bis Ende September 2024 bei der Stiftung ProAlter eingegangen.²¹

Die Maßnahme **4.26.1** ist der übergeordneten Maßnahme **4.26 Förderung demokratischen Engagements und Bekämpfung gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit** zugeordnet.

Die Maßnahme **4.26.1** umfasst die **Förderung Bundesprogramm „Demokratie leben!“**. Das demokratische Engagement von Bürgerinnen und Bürgern wird durch das BMBFSFJ unter anderem mit dem Bundesprogramm „Demokratie leben!“ gefördert. Auf kommunaler Ebene stärkt und vernetzt das Programm im Rahmen der Partnerschaften für Demokratie zivilgesellschaftlich und demokratisch aktive Menschen und Organisationen, die sich in ihrem kommunalen Umfeld für die Demokratie engagieren. Im partnerschaftlichen Zusammenwirken, insbesondere von kommunaler Verwaltung und Zivilgesellschaft, wird eine lebendige und vielfältige Demokratie vor Ort sowie eine Kultur der Kooperation, des respektvollen Miteinanders, der gegenseitigen Anerkennung und Unterstützung gestärkt. Die Partnerschaften für Demokratie ermöglichen eine zielgerichtete Zusammenarbeit aller vor Ort relevanten Akteurinnen und Akteure für Aktivitäten in den Handlungsfeldern des Bundesprogramms.

²¹ Pressemitteilung sowie die Preisträgerinnen und Preisträger sind hier einsehbar: <https://www.stiftung-pro-alter.de/aktuelles/engagementpreis-80plus-2024/>

Das mehrjährige Modellprojekt „kollekt“ wurde bis Ende 2024 im Bundesprogramm „Demokratie leben!“ gefördert. Es widmete sich konkret Einsamkeitserfahrungen unter Jugendlichen und ging der Frage auf den Grund, inwiefern diese Tendenzen oder gar extremistische Denkmuster befördern können. Das Projekt formuliert u. a. als Handlungsempfehlung, dass für die jungen Menschen soziale Räume als Wohlfühlorte geschaffen werden müssen. In diesen Räumen müssen zudem die Möglichkeiten der Mitgestaltung digital und vor Ort gestärkt werden, damit Jugendliche sich gehört fühlen und demokratisch beteiligen können.

Die bundesweit über 330 Partnerschaften für Demokratie können hier einen wichtigen Beitrag leisten. Sie schaffen Begegnungsorte, Gestaltungs- und Mitwirkungsmöglichkeiten (nicht nur) für Jugendliche und stärken damit ihre Teilnahme und Teilhabe an der Demokratie.

Insgesamt wurden zum Ende der 2. Förderperiode 357 Partnerschaften gefördert, die sich auf 233 Kreise bzw. kreisfreie Städte in Deutschland verteilt haben und damit 58 Prozent der 400 deutschen Kreise abdeckten. Zusätzlich konnten zum Ende der letzten Förderperiode 311 Jugendforen im Gesamtverbund der Partnerschaften für Demokratie realisiert werden (87 Prozent der Partnerschaften, 311 von 357), in denen sich im Jahr 2024 insgesamt etwa 5700 junge Menschen engagiert haben und in ihrer demokratischen Sozialisation unterstützt wurden.

Neu hinzugekommene Maßnahmen

Seit der letzten Abfrage zum Monitoring-Bericht im Jahr 2024 sind zwei weitere konkrete Maßnahmen in Ziel 4 hinzugekommen, die sich beide in Umsetzung befinden.

Nr.	Beschreibung	Ressort	Status
4.7.5	"Zukunftsraum kommunale Demografiegestaltung (ZkD)"	BMBFSFJ	in Umsetzung
4.18.2	LAUT – Letzthelper:innen am Arbeitsplatz für einen sensiblen Umgang mit Sterben, Tod und Trauer	BMBFSFJ	in Umsetzung

Tabelle 7: Neu hinzugekommene Maßnahmen in Ziel 4

Die Maßnahme **4.7.5** ist der übergeordneten Maßnahme **4.7 Maßnahmen auf kommunaler Ebene im Rahmen der verfassungsrechtlichen Möglichkeiten zur Gestaltung der Folgen des demografischen Wandels** zugeordnet.

Bei der Maßnahme **4.7.5** handelt es sich um das Projekt **Zukunftsraum kommunale Demografiegestaltung (ZkD)**. Das Modellprojekt "Zukunftswerkstatt Kommunen – Attraktiv im Wandel" (ZWK,

2021-2024) unterstützte, wie oben beschrieben, 40 Kommunen bei der Erstellung und Umsetzung von Demografiestrategien.

Ab 2025 startete mit dem "Zukunftsraum kommunale Demografiegestaltung" (ZKD, 2025-2027) ein Fortsetzungsprojekt für weitere drei Jahre, das die begonnene kommunale Demografiearbeit weiter forcieren soll. Mit dem Folgeprojekt soll versucht werden, bundesweite Vernetzung zur aktiven Gestaltung des demografischen Wandels aufzubauen und zu verstetigen. Ziel ist ein Netzwerk zur Wissensvermittlung und zum voneinander Lernen bei der kommunalen Demografiegestaltung. Im Anschlussprojekt „Zukunftsraum kommunale Demografiegestaltung“ wird sich das Thema Einsamkeit in den Informationsangeboten des Netzwerks, wie der Wissens- und Best-Practice-Sammlung und in Veranstaltungsformaten wiederfinden. Es wurden bereits Informationsangebote im Netzwerk bereitgestellt und Veranstaltungen zum Thema angeboten.

Die Maßnahme **4.18.2** ist der übergeordneten Maßnahme **4.18 Förderung von Maßnahmen zur Weiterentwicklung hospizlicher und palliativer Angebote** zugeordnet.

Die Maßnahme **4.18.2** ist das Projekt **LAUT – Letzthelper:innen am Arbeitsplatz für einen sensiblen Umgang mit Sterben, Tod und Trauer**. Ziel des Projekts ist es, ein Konzept für Letzthelperinnen und Letzthelper am Arbeitsplatz zu entwickeln und zu erproben. Innerhalb des Projektes werden Letzte-Hilfe-Kurse in Unternehmen angeboten, die wichtige Kenntnisse im Umgang mit den Themen Sterben, Tod, Trauer und schwere Erkrankung vermitteln und die Teilnehmenden für die Bedürfnisse anderer sensibilisieren sollen, die von diesen Themen direkt oder indirekt betroffen sind. Die Kurse werden hinsichtlich der Anwendbarkeit, der Relevanz der Themen und des Formates, stets im Hinblick auf den Arbeitskontext, wissenschaftlich evaluiert, um ein bedarfsgerechtes Konzept für Letzthelferinnen und Letzthelper am Arbeitsplatz abzuleiten. Gerade Berufstätige, die An- oder Zugehörige pflegen, sind in der letzten Lebensphase erheblichen Belastungen ausgesetzt. Es fehlt meist an Zeit, um soziale Kontakte aufrecht zu erhalten, insbesondere dann, wenn es selbst an Wissen im Umgang mit Sterben und Trauer und Selbsthilfefähigkeiten fehlt. Es folgen Rückzug und oftmals Einsamkeit, oftmals auch verbunden mit suizidalen Gedanken. Die für Unternehmen angepassten Letzte-Hilfe-Kurse sollen somit einen Beitrag sowohl zur Einsamkeits- wie auch zur Suizidprävention leisten.

Weitere Informationen zu den Maßnahmen sind in der Tabelle im Anhang zu finden.

Darüber hinaus wird noch auf die laufende Maßnahme Nr. 4.7.4 verwiesen, Städtebauförderung des Bundes und der Länder, u. a. mit dem Programm „Sozialer Zusammenhalt“:

Der Bund unterstützt gemeinsam mit den Ländern seit über 50 Jahren erfolgreich die Kommunen mit der Städtebauförderung. Diese zielt darauf ab, städtebauliche und soziale Missstände in Gebieten mit besonderem Bedarf zu beseitigen und den sozialen Zusammenhalt in den Städten und Gemeinden zu

stärken. Dafür stellt der Bund 2025 insgesamt 790 Mio. Euro Bundesfinanzhilfen für die Programme „Lebendige Zentren“, „Wachstum und nachhaltige Erneuerung“ und „Sozialer Zusammenhalt“ zur Verfügung. 2026 stehen 1 Mrd. Euro Bundesmittel für die Städtebauförderung bereit, davon 250 Mio. Euro für das Programm „Sozialer Zusammenhalt“.

Das Programm „Sozialer Zusammenhalt“ unterstützt Kommunen u.a. bei Investitionen in Soziale Orte, die den Austausch fördern und Einsamkeit entgegenwirken. Förderfähig sind auch die Quartiersmanagerinnen und -manager. Sie kennen die Herausforderungen der Menschen in ihren Quartieren genau, bieten ihnen eine Anlaufstelle für Unterstützung und setzen Beratungsangebote um. Sie sind vernetzt mit vielen sozialen und öffentlichen Trägern und der Stadtverwaltung. Gefördert werden können auch Verfüzungsfonds für kleinere, bewohnergetragene Projekte zur Aktivierung und Beteiligung. 2025 ist - wie im Vorjahreszeitraum - mit einer Förderung von rund 680 Programmgebieten zu rechnen.

3.5 Ergebnisse zum Ziel 5 „Menschen unterstützen – Angebote ausbauen“

Ziel 5 der Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit fokussiert die Menschen, die Einsamkeit erleben, und lautet: „*Menschen mit Einsamkeitserfahrungen erhalten niedrigschwellige und barrierefreie Zugänge zu bedürfnisorientierten Angeboten*“²². Da Einsamkeit Menschen jenseits von Alter und Herkunft betrifft, finden sich unter Ziel 5 eine Vielzahl an Maßnahmen, die niedrigschwellige, altersspezifische und diskriminierungssensible Ansätze verfolgen. Bestehende Unterstützungs- und Hilfsangebote sollen ausgebaut und die Perspektive betroffener Menschen in die Weiterentwicklung dieser Angebote miteinbezogen werden.

Nr.	Beschreibung	Ressort	Status
5.1.1	"Förderung des Modellprojekts des Malteser Hilfsdiensts (MHD) „Miteinander Füreinander: Kontakt und Gemeinschaft im Alter“"	BMBFSJ	abgeschlossen
5.1.3	"Förderung des Modellprojekts „Verein(t) gegen Einsamkeit“ des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB)"	BMBFSJ	abgeschlossen
5.1.6	"Modellprojekt "Fit und verbunden gegen Einsamkeit" (FIVE)"	BMBFSJ / BMG	in Umsetzung

²² Vgl. Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit: <https://www.bmbfsj.bund.de/bmbfsj/service/publikationen/strategie-der-bundesregierung-gegen-einsamkeit-234582>

5.2.3	"Förderung des Projekts [U25] Suizidprävention (Deutscher Caritasverband und Arbeitskreis Leben Freiburg)"	BMBFSFJ	in Umsetzung
5.2.5	"Förderung Online-Beratungsplattform JUUU-PORT.de"	BMBFSFJ	in Umsetzung
5.2.6	"Förderung von Lambda Peersupport (Jugendnetzwerk Lambda e.V.)"	BMBFSFJ	in Umsetzung
5.2.7	"Förderung der Geschäftsstelle der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung (BkE)"	BMBFSFJ	in Umsetzung
5.2.10	"Krisenchat - Webchat"	BMBFSFJ	in Umsetzung
5.4.1	"Förderung „Zukunftspaket für Bewegung, Kultur und Gesundheit“"	BMBFSFJ	abgeschlossen
5.4.2	"Förderung von „Off-Road-Kids“ (Off Road Kids Stiftung)"	BMBFSFJ	in Umsetzung
5.4.4	"Ideenpreis "Spotlight Jugend""	BMBFSFJ	abgeschlossen

Tabelle 8: Abgefragte konkrete Maßnahmen in Ziel 5

Es wurden Informationen zu elf konkreten Maßnahmen abgefragt, die dem Ziel 5 zugeordnet sind, da ihr Status im Monitoring-Bericht 2024 mit „in Umsetzung“ angegeben ist und ihre Laufzeit bis 06/2024 geendet ist oder ihr Status im Bericht 2024 mit „geplant“ angegeben ist.

Von den elf Maßnahmen sind sieben in Umsetzung und vier bereits abgeschlossen.

Die Maßnahmen **5.1.1**, **5.1.3** und **5.1.6** sind der übergeordneten Maßnahme **5.1 Förderung von Maßnahmen mit Angeboten zur Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit** zugeordnet.

Bei der Maßnahme **5.1.1** handelt es sich um die **Förderung des Modellprojekts des Malteser Hilfsdiensts (MHD) „Miteinander Füreinander: Kontakt und Gemeinschaft im Alter“**. Das Projekt hatte das Ziel, neue Zugangswege zu hochaltrigen Seniorinnen und Senioren, die von Einsamkeit und sozialer Isolation bedroht oder bereits betroffen sind, zu erschließen. Hierzu wurden an bundesweit über 110 Standorten durch hauptamtliche Kräfte Ehrenamtliche gewonnen und ausgebildet. Deutschlandweit wurden niedrigschwellige ehrenamtliche Einzel- und Gruppenangebote erprobt und umgesetzt, um sowohl präventiv als auch aktiv die an den einzelnen Standorten identifizierten Bedarfe langfristig umzusetzen und zu etablieren.

Im Förderzeitraum gab es 241 Angebote, wie z. B. Besuchs- und Begleitungsdienst, Telefonbesuchsdienst, Senioreentreffs, Kulturausflüge, Einkaufshilfen, RikschaFahrten, digitale Angebote, Besuchsdienst mit Hund, Bewegungsangebote wie Tanzen, Yoga oder Wandern. Von diesen Angeboten werden 85 Prozent auch nach dem Ende des Modelprojekts fortgesetzt.²³

Die Maßnahme **5.1.3** ist die **Förderung des Modellprojekts „Verein(t) gegen Einsamkeit“ des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB)**. Das BMFSFJ förderte dieses Modellprojekt. Es wurde eine Strategie für Sportvereine erarbeitet und erprobt, wie einsame Menschen durch die 87.000 Sportvereine und die Vielfalt an Sportverbänden in Deutschland erreicht und in die Sportvereine integriert werden können. Das Projekt nutzte die Potenziale des Sports, um Einsamkeit in der Gesellschaft vorzubeugen und zu lindern. Bewegung ist eine der wirksamsten Maßnahmen, um das Wohlbefinden und die körperliche sowie geistige Gesundheit zu verbessern. Eine regelmäßige Teilnahme an Freizeitaktivitäten kann als Schutzfaktor für das Erleben von Einsamkeit dienen, und häufige körperliche Aktivität im Alltag kann dazu beitragen, negative Auswirkungen von Einsamkeit abzumildern.

Bei der Maßnahme **5.1.6** handelt es sich um das **Modellprojekt "Fit und verbunden gegen Einsamkeit" (FIVE)**. Das Modellprojekt wird gefördert vom BMG und dem BMBFSFJ und zielt auf die Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit sowie Stärkung von Gemeinschaft. Es richtet sich an Menschen mit erhöhtem Einsamkeitsrisiko und ggf. damit verbundenen psychischen Erkrankungen. Menschen mit Zuwanderungsgeschichte sollen durch Bewegungs- und Sportangebote angesprochen werden. Sportbünde/-vereine kooperieren hierzu mit Migrantenselbstorganisationen in sechs Teilprojekten deutschlandweit, mit denen konkrete Angebote, entwickelt und erprobt sowie nachhaltige Netzwerke aufgebaut werden. Nach Projektstart wurde die Ausschreibung veröffentlicht und sechs Teilprojekte ausgewählt. Der Kick-off mit den Teilprojektkoordinatoren und -koordinatorinnen hat am 01.07.2025 in Frankfurt am Main stattgefunden.²⁴

Die Maßnahmen **5.2.3, 5.2.5, 5.2.6, 5.2.7** und **5.2.10** sind der übergeordneten Maßnahme **5.2. Förderung niedrigschwelliger digitaler und telefonischer Beratungsangebote** zugeordnet.

Die Maßnahme **5.2.3** umfasst die **Förderung des Projekts [U25] Suizidprävention**. Dies ist ein Online-Beratungsangebot für junge Menschen mit Suizidgefährdungen. Es bietet dieser Zielgruppe eine niedrigschwellige, zielgruppengerechte Beratung und Begleitung durch ehrenamtliche Gleichaltrige, die dafür speziell geschult werden. Sie ist kostenfrei und vertraulich (anonym) und steht als Online-For-

²³ Das Modellprojekt wurde evaluiert. Die Evaluation ist auf den Internetseiten der Malteser abrufbar:

<https://www.malteser.de/miteinander-fuer-einander/wirksamkeitsstudie.html>

²⁴ Weitere Informationen finden Sie hier: <https://www.dosb.de/themen/mensch-und-sportverein/breiten-sport-und-gesundheit/fitundverbunden>

mat überall zur Verfügung. Jüngere Menschen zählen zu den am stärksten von Einsamkeit betroffenen Altersgruppen in Deutschland. Dies zeigt sich auch in der [U25]-Beratung. Es werden regelmäßige Peer-Beratungen angeboten, auch über längere Zeiträume, die auch das Thema Einsamkeit adressieren.

Die Maßnahme **5.2.5** ist die **Förderung Online-Beratungsplattform JUUUPORT.de**. Dies ist eine bundesweite peer-to-peer-basierte Online-Beratungsplattform für junge Menschen, die Probleme im Netz haben. Ehrenamtlich aktive Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 14 und 23 Jahren aus ganz Deutschland, die JUUUPORT-Scouts, helfen Gleichaltrigen vertraulich bei Online-Problemen wie digitale Einsamkeit, Cybermobbing, Mediensucht, sexuelle Belästigung, Abzocke u. v. m.. Die Beratung via Kontaktformular ist datenschutzkonform und kostenlos. Neben der Beratung betreibt JUUUPORT aktive Aufklärungs- und Präventionsarbeit. Hauptziel der peer-to-peer Online-Beratung JUUUPORT ist es, allen Kindern und Jugendlichen, die im Internet gemobbt und ausgegrenzt, durch Hassreden und problematische Inhalte verunsichert oder aufgrund ihrer Unerfahrenheit ausgenutzt werden, schnell und unkompliziert Hilfe anzubieten und ihnen den direkten Zugang zu Beratungs- und Meldemöglichkeiten zu erleichtern.

Bei der Maßnahme **5.2.6** handelt es sich um die **Förderung von Lambda Peersupport**. Ende letzten Jahres wurde der Lambda Peersupport ausgebaut und ist nun der Lambda Queersupport. Der Queersupport ist die bundesweite digitale Fach- und Peerberatung von Lambda für queere Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene bis 27 Jahre. Kern sind ehrenamtliche Peerberatung, Online-Empowermentgruppen sowie Fach- und SBGG (Selbstbestimmungsgesetz)-Beratung durch hauptamtliche Kräfte. Dafür werden jährlich junge ehrenamtliche queere Peerberaterinnen und Paarberater bis 27 Jahre qualifiziert. Ratsuchende erhalten niedrigschwellige, vertrauliche Beratung per Mail, Chat oder Videocall, ergänzt durch Gruppenformate. Ziel des Queersupports ist es, queere Jugendliche zu entlasten, ihr Selbstbewusstsein zu stärken, Zugang zu Unterstützungsnetzen zu ermöglichen und ihre gesellschaftliche Teilhabe nachhaltig zu fördern. Queere Jugendliche erleben überdurchschnittlich oft Einsamkeit durch Diskriminierung, Ausgrenzung und fehlende Akzeptanz. Der Queersupport begleitet dem, indem er geschützte Räume für Austausch und gegenseitige Unterstützung schafft und so soziale Kontakte und Zugehörigkeit fördert.

Die Maßnahme **5.2.7** umfasst die **Förderung der Geschäftsstelle der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung (BkE)**. Die Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e.V. (BkE) leistet mit ihren Maßnahmen und Projekten insbesondere zur Erfüllung der förderpolitischen Zielstellung der Richtlinie des Kinder- und Jugendplans (KJP) im Bereich des Handlungsfeldes "Hilfen für Familien, junge Menschen, Eltern und andere Erziehungsberechtigte" sowie „weiterer bundeszentraler Aufgaben der Kin-

der- und Jugendhilfe“ einen wesentlichen Beitrag. In der Geschäftsstelle laufen diese Aktivitäten zusammen, u. a. die Onlineberatung für Kinder und Jugendliche und die Onlineberatung für Eltern. Diese bieten einen niedrigschwlligen und barrierearmen ersten Zugang bei Herausforderungen und Problemen, die vermeintlich mit niemandem besprochen werden können und die aufgrund ihrer thematischen Offenheit auch Einsamkeit umfassen.

Die Maßnahme **5.2.10** ist der **Krisenchat – Webchat**. Das Online-Beratungsangebot „Krisenchat“ ist ein häufig genutztes digitales psychosoziales Beratungsangebot in Deutschland. Seit dem Launch des Angebotes im Mai 2020 (während der Covid-19 Pandemie) haben über 97.000 junge Menschen bei krisenchat Hilfe gesucht; über 170.000 Beratungen haben bislang stattgefunden (Stand Januar 2025). Die Anliegen der Hilfesuchenden reichen von Liebeskummer und Problemen in der Familie oder in Freundschaften bis zu Essstörungen, selbstverletzendem Verhalten, suizidalen Gedanken oder depressiven Symptomatiken. Krisenchat bietet digitale Beratungsarbeit für Jugendliche, die unter seelischen Notlagen leiden, dazu zählen auch Herausforderungen, die sich aufgrund von Einsamkeit ergeben.

Die Maßnahmen **5.4.1**, **5.4.2** und **5.4.4** sind der übergeordneten Maßnahme **5.4 Förderung der gesellschaftlichen Teilhabe junger Menschen** zugeordnet.

Bei der Maßnahme **5.4.1** handelt es sich um die **Förderung des „Zukunftspakets für Bewegung, Kultur und Gesundheit“**. Das Bundesprogramm „Zukunftspaket für Bewegung, Kultur und Gesundheit“ förderte 2023 und 2024 Projekte von und für Kinder und Jugendliche. Junge Menschen konnten für ihre Projektideen gemeinsam mit einem Träger eine Förderung beantragen. Ausschlaggebend bei der Projektauswahl war u. a., dass die Projektentwicklung und -umsetzung bei einer Gruppe junger Menschen lag, dass das Projekt auf einen Bedarf in ihrer Lebenswelt reagierte, sozialraumorientiert und nachvollziehbar konzeptioniert war. Zu den Zielen des Bundesprogramms gehörte, Räume zu schaffen, in denen junge Menschen sich begegnen und gemeinsam ihre Interessen und Ideen umsetzen können. Dadurch sollten sie in ihrer Selbstwirksamkeit gestärkt und zugleich die lokale Öffentlichkeit für ihre Anliegen sensibilisiert werden. So konnten auch Projekte, die keinen Fokus auf Einsamkeit oder mentale Gesundheit haben, dazu beitragen Einsamkeit unter jungen Menschen entgegenzuwirken.

Die Maßnahme **5.4.2** umfasst die **Förderung von „Off-Road-Kids“**. Die Off Road Kids Stiftung ist die einzige virtuelle, bundesweit tätige Hilfsorganisation für Straßenkinder, junge Obdachlose und akut von Obdachlosigkeit bedrohte junge Menschen in Deutschland. Der Träger, bietet ein digitales Hilfesystem ‚sofahopper.de 6.0‘ zur Kontaktaufnahme, Beratung, individuellen Begleitung und Überleitung in die Jugendsozialarbeit vor Ort an. Die niedrigschwlligen Unterstützungs- und Hilfsangebote wirken gleichzeitig der Einsamkeit der jungen Menschen entgegen.

Die Maßnahme **5.4.4** ist der **Ideenpreis "Spotlight Jugend"**. Der Ideenpreis hat sich 2024 an junge Menschen zwischen 16 und 27 Jahren gerichtet. Jugendliche und junge Menschen waren aufgerufen zu zeigen, wie sie die Gesellschaft verändern würden. Es waren Einsendungen in vier Kategorien möglich: Junge Szenen für Demokratie, Kunst mit Haltung, Beteiligung beginnt mit dir, Junge Mediennacherinnen und Medienmacher. Der Preis hat junge Menschen dabei unterstützt, ihre Projekttideen konkret umzusetzen. Es wurden 40 Preisgelder in Höhe von 5.000 Euro vergeben.

Neu hinzugekommene Maßnahmen

Seit der letzten Abfrage zum Monitoring-Bericht im Jahr 2024 ist eine weitere konkrete Maßnahme in Ziel 5 hinzugekommen, die bereits abgeschlossen ist.

Nr.	Beschreibung	Ressort	Status
5.3.2	Workshop zu Einsamkeit und Digitalisierung bei den Jugendpolitiktagen 2025	BMBFSFJ	abgeschlossen

Tabelle 9: Neu hinzugekommene Maßnahmen in Ziel 5

Die Maßnahme **5.3.2** ist der übergeordneten Maßnahme **5.3 Einbezug der Betroffenenperspektive in der Ausgestaltung politischer Maßnahmen** zugeordnet. Am 20.06.2025 führte das Fachreferat für Einsamkeit des BMBFSFJ gemeinsam mit dem Kompetenznetz Einsamkeit einen Workshop zum „Einfluss von digitalen Technologien (v. a. von sozialen Medien) auf Einsamkeit“ bei den Jugendpolitiktagen 2025 durch. Eine Gruppe von ca. 30 Jugendlichen, die sich bisher nicht intensiv mit dem Thema beschäftigt haben, kamen zu diesem Workshop zusammen. Ziel des Workshops war, Vor- und Nachteile digitaler Technologien (wie z. B. sozialer Medien) bzgl. Einsamkeit mit Fokus auf verschiedene Themenbereiche mit jungen Menschen zu diskutieren.

Weitere Informationen zu den Maßnahmen sind in der Tabelle im Anhang zu finden.

4 Zusammenfassung

Insgesamt sind seit der letzten Abfrage zum Monitoring-Bericht im Jahr 2024 acht weitere *konkrete Maßnahmen* hinzugekommen. Damit steigt die Anzahl der Maßnahmen der Strategie gegen Einsamkeit von 132 auf 140. Das entspricht einem Anstieg von ca. 5,7 Prozent. In vier von fünf Zielen kamen neue konkrete Maßnahmen hinzu.

In der Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit sind insgesamt zehn Kernmaßnahmen enthalten. Für jedes der Strategie-Ziele wurden zwei Kernmaßnahmen identifiziert. Acht der zehn Kernmaßnahmen befinden sich in Umsetzung. Im Vergleich zum Umsetzungsstand im Monitoring-Bericht

2024 ist zu einer Kernmaßnahme eine weitere konkrete Maßnahme hinzugekommen. Zwei Kernmaßnahmen befinden sich noch in Klärung. Eine davon ist die Maßnahme 4.1 „Bundesweite Koalition zur Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit“. Diese wird in der neuen Legislaturperiode mit der „Allianz gegen Einsamkeit“ aktiv angegangen.²⁵

Da in Ziel 3 *Praxis stärken* keine neuen Maßnahmen gemeldet wurden, könnte hier in Zukunft ein größerer Fokus auf neue Aktivitäten gelegt werden. Dies gilt ebenfalls für die insgesamt 12 *übergeordneten Maßnahmen ohne konkrete Maßnahmen*, zu denen keine neuen Aktivitäten oder konkreten Maßnahmen hinzugekommen sind.

Insgesamt zeigt der Bericht zahlreiche Aktivitäten im Zusammenhang mit dem Thema Einsamkeit auf. Einsamkeit wird dabei nicht immer direkt adressiert, jedoch zunehmend stärker in einzelnen Maßnahmen als Thema mitgedacht.

Mit der Strategie wird ein systematisches und vernetztes Vorgehen verfolgt, um das Thema Einsamkeit langfristig in Maßnahmen zur sozialen Teilhabe einzubetten. Für ein erfolgreiches bereichsübergreifendes Vorgehen haben sich die Formate des Bund-Länder-Austauschs und einer Interministerielle Arbeitsgruppe zu Einsamkeit mittlerweile etabliert.

Einsamkeit ist ein Thema, welches auch weiterhin global bearbeitet wird. Die „Commission on social connection“ der World Health Organization (WHO) hat bspw. im Juni 2025 einen Bericht mit dem Titel „From Loneliness to social connection“ veröffentlicht.²⁶ Zudem hat die Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD) im Oktober 2025 einen Bericht mit dem Titel „Social Connections and Loneliness in OECD Countries“ publiziert.²⁷ Deutschland verfolgt diese Prozesse und bringt sich in den internationalen Diskurs ein, als ein Land, welches das Thema Einsamkeit ebenfalls auf höchster politischer Ebene adressiert.

²⁵ Mehr Informationen zur „Allianz gegen Einsamkeit“ unter: <https://www.bmbfsfj.bund.de/bmbfsfj/themen/engagement-und-gesellschaft/allianz-gegen-einsamkeit>

²⁶ Der WHO-Bericht kann hier abgerufen werden: <https://www.who.int/publications/i/item/978240112360>

²⁷ Der Bericht der OECD kann hier abgerufen werden: https://www.oecd.org/en/publications/social-connections-and-loneliness-in-oecd-countries_6df2d6a0-en.html

Impressum

Dieses PDF ist Teil der Öffentlichkeitsarbeit der Bundesregierung;
es wird kostenlos abgegeben und ist nicht zum Verkauf bestimmt.

Herausgeber:

Bundesministerium
für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend
Referat Öffentlichkeitsarbeit
11018 Berlin
www.bmbfsfj.bund.de



Für weitere Fragen nutzen Sie unser
Servicetelefon: 030 20 179 130
Montag–Donnerstag: 9–18 Uhr
Fax: 030 18 555-4400
E-Mail: info@bmbfsfjservice.bund.de

Einheitliche Behördennummer: 115*

Stand: Dezember 2025

Gestaltung Umschlag: www.zweiband.de

* Für allgemeine Fragen an alle Ämter und Behörden steht Ihnen auch die einheitliche Behördenrufnummer 115 zur Verfügung. In den teilnehmenden Regionen erreichen Sie die 115 von Montag bis Freitag zwischen 8 und 18 Uhr. Die 115 ist sowohl aus dem Festnetz als auch aus vielen Mobilfunknetzen zum Ortstarif und damit kostenlos über Flatrates erreichbar. Gehörlose haben die Möglichkeit, über die SIP-Adresse 115@gebaerdentelefon.d115.de Informationen zu erhalten. Angaben dazu, ob in Ihrer Region die 115 erreichbar ist, und weitere Informationen zur einheitlichen Behördenrufnummer finden Sie unter <https://www.115.de>.

Anhang Maßnahmentabellen²⁸

Tabelle der im Monitoring 2025 abgefragten konkreten Maßnahmen

Nr.	Titel und Beschreibung	Ressort	Status	Beginn	Ende
Ziel 1 Sensibilisierung der Öffentlichkeit					
1.1.1	<p>Bundesweite Sensibilisierungskampagne zu Einsamkeit</p> <p>Die bundesweite Sensibilisierungskampagne zu Einsamkeit, die sich sowohl an Menschen mit Einsamkeitserfahrungen als auch an ihr Umfeld richtet, wird durch das BMBFSFJ konzeptioniert und durchgeführt. Dabei werden digitale Kommunikations-, Informations- sowie Social-Media-Angebote erstellt, um die unterschiedlichen Zielgruppen sowohl im analogen als auch im digitalen Raum zu erreichen, für das Thema Einsamkeit zu sensibilisieren und über entsprechende Beratungs- und Hilfsangebote zu informieren. Einsamkeit ist ein gesellschaftliches Thema, das bei vielen Betroffenen mit Gefühlen der Scham verbunden ist. Dies erschwert die individuelle Linderung von Einsamkeit sowie die gesellschaftliche Debatte über das Thema. Deshalb ist eine gesellschaftliche Sensibilisierung zum Thema notwendig. (siehe auch Monitoring-Bericht 2024)</p> <p>Am Tag der offenen Tür des BMBFSFJ 2025 und am 14. Deutschen Seniorentag der BAGSO 2025 wurde das Thema Einsamkeit präsentiert, Menschen konnten Fragen stellen und Give-aways mit Kampagnenlogo, die Gemeinschaft fördern, wurden ausgegeben.</p> <p>In 2025 wurde eine neue Kampagne entwickelt zur Ausspielung Ende des Jahres.</p>	BMBFSFJ	in Umsetzung	11/2022	12/2025

²⁸ Die Inhalte dieser Tabellen sind das Ergebnis der Online-Abfrage des Monitorings 2025. Da die Inhalte von mehreren zuständigen Fachreferaten der Ressorts eingetragen wurden, gibt es keine einheitliche Sprachregelung.

Nr.	Titel und Beschreibung	Ressort	Status	Beginn	Ende
1.1.2	<p>Öffentlichkeitswirksame Aktionen des BMBFSFJ</p> <p>Es wurden vier öffentlichkeitswirksame Aktionen mit der jeweiligen Ministerin in Berlin durchgeführt. Aber auch deutschlandweit wurden Aktionen durchgeführt.</p> <p>Ziel der Aktionen ist es Anlässe zu bieten, damit öffentlich über das Thema Einsamkeit berichtet wird. Entsprechend werden Aktionen mit der jeweiligen Bundesfamilienministerin veranstaltet. Außerdem sollen daran anknüpfend die Aktionen deutschlandweit weitergetragen werden. So nehmen Träger vor Ort die Aktionen zum Anlass selbst etwas zum Thema zu veranstalten und damit Aufmerksamkeit zu erregen und ihre Angebote sichtbar zu machen. Einsamkeit ist ein gesellschaftliches Thema, das bei vielen Betroffenen mit Gefühlen der Scham verbunden ist. Dies erschwert die individuelle Linderung von Einsamkeit sowie die gesellschaftliche Debatte über das Thema. Deshalb ist eine gesellschaftliche Sensibilisierung zum Thema notwendig. Aktionen tragen zu dieser Sensibilisierung bei. (siehe auch Monitoring-Bericht 2024)</p> <p>Am 28. Mai 2025 besuchte die neue Bundesfamilienministerin Karin Prien den „Markt der Gemeinsamkeit“ in Berlin Tempelhof und kam mit Engagierten ins Gespräch. Parallel wurde deutschlandweit zu Aktionen unter dem Motto „Gemeinsam Spielen“ aufgerufen.</p> <p>Das Video zur Aktion beim "Markt der Gemeinsamkeiten" wurde 2 Millionen Mal aufgerufen, über 20 Aufrufe in Online Portalen und (online) Presse (nicht vollständig erfassbar).</p> <p>Informationen zu den Aktionen sind hier zu finden.</p>	BMBFSFJ	in Umsetzung	06/2023	12/2025
1.2.1	<p>Planung und Umsetzung einer Aktionswoche „Gemeinsam aus der Einsamkeit“</p> <p>Die Aktionswoche soll für das Thema Einsamkeit als gesamtgesellschaftliche Aufgabe sensibilisieren und Unterstützungsangebote in ganz Deutschland sichtbar machen. An einem festgelegten Zeitpunkt im Jahr wird das Thema Einsamkeit in den Fokus gerückt. Das verbindet Engagierte von Angeboten vor Ort und erzeugt auch höhere mediale Aufmerksamkeit. Einsamkeit ist ein gesellschaftliches Thema, das bei vielen Betroffenen mit Gefühlen der Scham verbunden ist. Dies erschwert die individuelle Linderung von Einsamkeit sowie die gesellschaftliche Debatte über das Thema. Deshalb ist eine gesellschaftliche Sensibilisierung zum Thema notwendig. Die Aktionswoche trägt zu dieser Sensibilisierung bei. Vom 26. Mai bis zum 1. Juni 2025 fand die Aktionswoche "Gemeinsam aus der Einsamkeit" zum dritten Mal statt - diesmal unter dem Motto "Gemeinsam spielen", welches Menschen auf spielerische Weise zusammenbrachte. Auftakt zur Themenwoche war die gleichnamige Konferenz, die Bundesfamilienministerin Karin Prien am 26. Mai zusammen mit dem Kompetenznetz Einsamkeit (KNE) eröffnet hat. Die Konferenz konnte im Livestream über YouTube verfolgt werden.</p> <p>Im ganzen Land wurden Spieletreffs, Turnierabende und Schnupperrunden organisiert - von Schach bis Brettspiel. Die Aktionen zeigten eindrucksvoll, wie leicht Begegnung entstehen kann und wie gemeinsames Spielen neue Verbindungen schafft. Mit Hilfe des Kommunikationskoffers wurden die Aktionen erfolgreich online und</p>	BMBFSFJ	in Umsetzung	06/2023	06/2026

Nr.	Titel und Beschreibung	Ressort	Status	Beginn	Ende
	<p>vor Ort beworben – ein starkes Zeichen dafür, wie wichtig und möglich gemeinschaftliche Begegnung ist. Die nächste Aktionswoche „Gemeinsam aus der Einsamkeit“ soll vom 22. bis 28. Juni 2026 stattfinden.</p>				
1.3.1	<p>Veranstaltungsreihe KNE Salon des Kompetenznetzes Einsamkeit (KNE)</p> <p>Das Kompetenznetz Einsamkeit (KNE), das vom Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e. V. durchgeführt und vom BMBFSJ gefördert wird, führt die Veranstaltungsreihe KNE Salons durch, die überwiegend online stattfindet.</p> <p>Die Veranstaltungsreihe übernimmt im Kontext der Netzwerkarbeit eine wichtige Rolle. Im Rahmen dieses Formats werden Referentinnen und Referenten eingeladen, die in unterschiedlichen gesellschaftlichen Bereichen zum Thema Einsamkeit arbeiten.</p> <p>Die KNE Salons orientieren sich an den jährlichen Schwerpunktthemen und behandeln jeweils einen ausgewählten Fokus.</p> <p>Dabei richten sie sich an alle Interessierten, an Betroffene, Fachkräfte der Sozialen Arbeit, Engagierte, Personen aus Politik, Wissenschaft sowie Vertretungen aus Wohlfahrtsverbänden und anderen Organisationen. Die KNE Salons bieten damit Raum für Diskussion, interdisziplinären und innerdisziplinären Austausch. Die Reihe beleuchtet regelmäßig und niedrigschwellig unterschiedliche Aspekte des Themas Einsamkeit aus praxisnaher sowie wissenschaftlicher Perspektive. Sie zahlt damit ausdrücklich für eine breite Zielgruppe darauf ein, für das Thema Einsamkeit zu sensibilisieren und aufzuklären. Es wurden insgesamt 13 KNE-Salons durchgeführt (12 digitale sind hier abrufbar; darunter jeweils fünf Salons in 2022 und 2023, sowie drei in 2024, unter Teilnahme von jeweils ca. 30 bis 50 Personen sowie ca. 300 Aufrufen im Nachgang).</p>	BMBFSJ	abgeschlossen	08/2021	12/2024
1.5.1	<p>Theorie-Praxis-Leitfäden und weitere anwendungsnahe Publikationen des KNE</p> <p>Die Arbeit des Kompetenznetzes Einsamkeit (KNE) wird durch die Veröffentlichung von verschiedenen Publikationen begleitet. Dazu erstellt das KNE Theorie-Praxis-Leitfäden mit Fokus auf Zivilgesellschaft, Kommunen und Digitalisierung sowie weitere anwendungsnahe Publikationen.</p> <p>Die Publikationsreihe KNE Transfer „Einsamkeit – Einblicke in Theorie und Praxis“ verbindet aktuelle zentrale wissenschaftliche Erkenntnisse und bestehendes Praxis- und Erfahrungswissen. Sie zeigt Forschungsbedarfe und zukünftige Handlungsoptionen auf und orientiert sich am jeweiligen Jahresschwerpunktthema. Teil der Reihe sind auch die KNE Fact-Sheets, die einen Kurzüberblick zur Thematik Einsamkeit ermöglichen sollen.</p> <p>Durch die Bewerbung und Verbreitung der Publikationen erreichen diese für die Praxis aufbereiteten Informationen eine große Zielgruppe zur Sensibilisierung. KNE Theorie-Praxis-Leitfäden mit Fokus auf Zivilgesellschaft, Digitalisierung und Kommunen wurden bereits veröffentlicht, ebenso wie vier Fact-Sheets, siehe hier.</p>	BMBFSJ	in Umsetzung	08/2021	12/2026

Nr.	Titel und Beschreibung	Ressort	Status	Beginn	Ende
Ziel 2 Wissen stärken					
2.2.1	<p>Praxisforschung des KNE</p> <p>Das Kompetenznetz Einsamkeit verfolgt einen praxisnahen, anwendungsorientierten und partizipativen Forschungsansatz. Ziel ist es, hinderliche und förderliche Faktoren in der Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit zu identifizieren.</p> <p>Mit dem partizipativen Ansatz werden Akteure und Betroffene – nicht nur als Interviewpartner- und partnerinnen – in die Vorbereitung, Durchführung und Auswertung der Daten einbezogen. Im Rahmen der qualitativen Praxisforschung des KNE mit betroffenen Personen sowie Expertinnen und Experten sollen förderliche und hinderliche Faktoren in der Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit identifiziert werden. Die Praxisforschung fand statt, mehrere Interviews wurden geführt.</p> <p>Der Beginn der Interviewphase mit Betroffenen war im Juli 2022 (13 Interviews). Zudem wurden zwei Fokusgruppeninterviews mit insg. 16 Praktikerinnen und Praktikern durchgeführt, am 26. und 27.09.2022.</p> <p>Die zugehörigen Publikationen sind hier abrufbar:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ich war viel alleine – Einsamkeit und Armut bei Kindern und Jugendlichen. Autorenschaft: Dr. Evelyn Stahmer, Lea Möller, Charlotte Wind, Lisa Höfer • Einsam unter Vielen. Einsamkeit aus der Perspektive von Betroffenen. Autorenschaft: Caroline Mitschke, Lisa Höfer, Axel Weber, Charlotte Wind <p>Die Ergebnisse der Forschung werden u. a. in 2025 in die Öffentlichkeit kommuniziert, siehe u. a. Vortrag auf der vierten Konferenz „Gemeinsam aus der Einsamkeit“ am 26.05.2025 in Berlin.</p>	BMBFSJ	in Umsetzung	08/2021	12/2025
2.2.2	<p>Praxisforschungsprojekt zum ESF Plus-Programm zur Stärkung der Teilhabe ältere Menschen</p> <p>Das Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e.V. (ISS) unterstützt das BMBFSJ mit seiner Expertise im Bereich der sozialen Arbeit mit älteren Menschen bei der Umsetzung des mit Mitteln des Europäischen Sozialfonds Plus (ESF Plus) finanzierten Programms „Stärkung der Teilhabe älterer Menschen – gegen Einsamkeit und soziale Isolation“. Ziel war es, dass das ISS zur Weiterentwicklung der fachlich fundierten Umsetzung des ESF Plus-Programms beiträgt.</p> <p>Im Jahr 2024 wurden drei digitale Fachgespräche mit den ESF Plus-Trägern geführt, eine Arbeitshilfe erstellt sowie eine schriftliche Befragung der Träger zum Umsetzungsstand durchgeführt. Das ESF Plus-Programm richtet sich an Menschen ab 60 Jahren, die sich am Übergang in den Ruhestand befinden. Ziele des Programms sind u. a. die Vorbeugung und Linderung ungewollter Vereinsamung und sozialer Isolation. Die Förderung soll</p>	BMBFSJ	abgeschlossen	01/2024	12/2024

Nr.	Titel und Beschreibung	Ressort	Status	Beginn	Ende
	<p>daher zu einer Verbesserung der Lebenssituation älterer Beschäftigter, sowohl während der aktiven Berufstätigkeit als auch in der nachberuflichen Phase, sowie zu einer Stärkung der sozialen Teilhabe älterer Menschen beitragen.</p> <p>Folgende Formate fanden statt:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 23.04.2024 Fachgespräch „Umgang mit Menschen- und Demokratiefeindlichkeit in der sozialen (Alten-) Arbeit“ • 05.06.2024 Fachgespräch „Lokal handeln, Einsamkeit begegnen“ • 07.11.2024 Fachgespräch „Ageismus entgegenwirken: Altersbilder realistisch, zeitgemäß und differenziert betrachten“ • Arbeitshilfe „Partizipative Beteiligungsformate“ (Juni 2024). • Auswertungspapier der Praxisforschungsbegleitung. <p>Die Dokumentationen dazu wurden auf der Internetseite des ISS veröffentlicht.</p>				
2.3.3	<p>Vierter Teilhabebericht der Bundesregierung über die Lebenslagen von Menschen mit Beeinträchtigungen</p> <p>Der Teilhabebericht der Bundesregierung bietet den Leserinnen und Lesern einen systematischen und ausführlichen Überblick über die Entwicklung der Teilhabe von Menschen mit Beeinträchtigungen in verschiedenen Lebensbereichen. Er zeigt auf, wie sich Teilhabe zwischen Menschen mit und ohne Beeinträchtigungen unterscheidet und welche Entwicklungen im Zeitverlauf zu beobachten sind. Die Berichterstattung stellt Daten zur Lebenslage von Menschen mit Beeinträchtigungen und Behinderungen zur Verfügung und bietet der Bundesregierung so eine empirisch fundierte Grundlage für ihre Politik. Der Vierte Teilhabebericht hat zwei Schwerpunkte. Er wird vertiefend die Teilhabe am gesellschaftlichen und politischen Leben untersuchen wie auch die Einbindung in Familie und soziale Netzwerke. Auch das Thema Einsamkeit wird beleuchtet. Es erfolgt eine Befragung von Menschen mit Beeinträchtigungen.</p>	BMAS	in Umsetzung	03/2023	06/2026
2.3.4	<p>Zeitverwendungserhebung (ZVE) 2022 mit Informationen zu Einsamkeit</p> <p>In der Zeitverwendungserhebung, die vom BMBFSFJ gefördert und vom Statistischen Bundesamt in Zusammenarbeit mit den Statistischen Ämtern der Länder durchgeführt wird, wurden die Teilnehmenden 2022 erstmals um ihre subjektive Einschätzung zu der Aussage „Ich fühle mich oft einsam“ gebeten. Es handelt sich um eine Einzelmaßnahme in Form einer amtlichen Statistik auf Grundlage des Zeitverwendungserhebungsgesetzes. Forschung zur Prävalenz von Einsamkeit in der deutschen Bevölkerung, in Zusammenhang mit der Zeitverwendung. Die umfassenden Ergebnisse zu Einsamkeit der ZVE 2022 sind hier einsehbar u. a. mit Analysen des Zusammenhangs von Einsamkeit mit Bildung, Alter, Geschlecht, Alleinerziehenden-Status, Dauer der Internetnutzung. Die Ergebnisse wurden in verschiedenen Formaten der Öffentlichkeit zugänglich gemacht.</p>	BMBFSFJ	abgeschlossen	01/2019	12/2024

Nr.	Titel und Beschreibung		Ressort	Status	Beginn	Ende
Ziel 4 Bereichsübergreifend agieren						
4.7.1	<p>Förderung des Modellprojektes Zukunftswerkstatt Kommunen – Attraktiv im Wandel (ZWK)</p> <p>Das Modellprojekt "Zukunftswerkstatt Kommunen – Attraktiv im Wandel" (ZWK, 2021-2024) hatte zum Ziel, den demografischen Wandel vor Ort strategisch zu gestalten. So wurden im Rahmen des Modellprojekts 40 Kommunen bei der systematischen Erstellung und Umsetzung von Demografiestrategien unterstützt. In der ZWK wurden auch Fragen der Teilhabe von Bürgerinnen und Bürgern aller Altersgruppen vor Ort behandelt. Im Fokus stand dabei die Rolle von Orten der Begegnung für alle Generationen bzw. niedrigschwellige Angebote zur generationenübergreifenden Aktivitäten.</p> <p>Im Rahmen der in der ZWK entwickelten Demografiestrategien wurden Maßnahmen ergriffen, die das Miteinander und Begegnungen fördern und so direkt zu den Strategien gegen Einsamkeit beitragen. Dazu gehören intergenerationale Veranstaltungsformate wie gemeinsame Sportangebote, Kochbegegnungen, Kaffeeklatsch u. Ä..</p> <p>In einigen Kommunen wurden Begegnungsorte geschaffen oder deren Aufbau initiiert (intergenerationell und interkulturell). Dabei wurde häufig auf die Reaktivierung von zentralen leerstehenden Orten in den Kommunen gesetzt. Im Modellprojekt konnten 40 Kommunen dabei unterstützt werden, ihre eigene Demografiestrategie zu erarbeiten und umzusetzen. In den teilnehmenden Kommunen wurden Zukunftswerkstätten erfolgreich – überwiegend unter Bürgerinnen- und Bürgerbeteiligung – durchgeführt. Alle Kommunen haben Werkstattpläne erstellt und mit der Umsetzung der Vorhaben begonnen.</p>	BMBFSFJ	abgeschlossen	05/2021	12/2024	

Nr.	Titel und Beschreibung	Ressort	Status	Beginn	Ende
4.12.2	<p>ESF Plus-Programm "Bildung und Engagement ein Leben lang" (BELL)</p> <p>Mit dem ESF Plus-Programm „Bildung und Engagement ein Leben lang“ (BELL) unterstützt das Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend Projekte, die dazu beitragen, die Potenziale des lebenslangen Lernens auch für ältere Menschen zu realisieren. Ziele des Programms sind das Erhöhen von Bildungsaktivitäten älterer Menschen sowohl als Lernende als auch Wissensvermittelnde durch einen quantitativen Ausbau von Bildungsgelegenheiten für ältere Menschen, eine qualitative Weiterentwicklung von Bildungsgelegenheiten für ältere Menschen und eine inklusive und diverse Gestaltung von Bildungsgelegenheiten, die sich an ältere Menschen in ihrer Heterogenität richten. Übergreifend trägt das Programm dazu bei, die gesellschaftliche Teilhabe Älterer zu verbessern, ihre Gesundheit, Selbstständigkeit und Lebensqualität zu erhalten, ihr Erfahrungswissen zu nutzen und das Potenzial älterer Menschen für Innovationen und freiwilliges Engagement zu fördern. Die Maßnahme im Rahmen des BELL-Programms leistet einen wichtigen Beitrag zur Prävention und Linderung von Einsamkeit bei Menschen ab 60 Jahren, indem sie Bildung als sozialen Raum gestaltet. Durch den Ausbau von Bildungsgelegenheiten für ältere Menschen werden Begegnungsräume geschaffen, in denen soziale Kontakte entstehen und gestärkt werden können. Dabei fördert die Maßnahme nicht nur das Lernen, sondern auch die aktive soziale Teilhabe, z. B. als Wissensvermittelnde oder Engagierte.</p> <p>Der bereichsübergreifende Ansatz – Bildung als Schnittstelle zu gesellschaftlicher Teilhabe, Gesundheitsförderung und Engagement – entspricht direkt dem Ziel 4 der Strategie gegen Einsamkeit, das darauf abzielt, verschiedene Politikbereiche zu verknüpfen, um Einsamkeit wirksam zu begegnen. Bildung wird hier nicht nur als Mittel der Wissensvermittlung, sondern auch als soziale und präventive Maßnahme verstanden, die Isolation im Alter entgegenwirkt und Selbstwirksamkeit stärkt. Im April 2025 sind 42 ausgewählte Projekte bundesweit gestartet. Ihre ersten Aktivitäten stehen vor allem im Zeichen der Netzwerkbildung, partizipativen Bedarfserhebung und Ansprechen der ausgewählten Zielgruppen älterer Menschen. Eine größere Anzahl der Projekte richtet sich gezielt an ältere Menschen mit Migrationsgeschichte, adressiert werden aber auch Ältere in stationären Einrichtungen, mit gesundheitlichen Beeinträchtigungen oder Pflegebedarf. Thematisch konzentrieren sich die Projekte auf Gesundheitsbildung, Grundbildung, politische Bildung, kulturelle Bildung oder Fragen der Gestaltung des Übergangs vom Beruf in die nachberufliche Lebensphase. Die Projekte bilden damit die Vielfalt älterer Menschen ab und auch der Bildung im Alter und tragen damit zum Strategie-Ziel 4 bei, Bildung bereichsübergreifend als Ansatz gegen Einsamkeit zu nutzen.</p>	BMBFSFJ	in Umsetzung	04/2025	03/2028

Nr.	Titel und Beschreibung	Ressort	Status	Beginn	Ende
4.17.1	<p>Aufbau des künftigen Deutschen Zentrums für Psychische Gesundheit</p> <p>Im Zuge einer 5-jährigen Förderung erfolgt der Aufbau des künftigen (Deutschen Zentrums für Psychische Gesundheit) DZPG.</p> <p>Das BMFTR fördert im Rahmen dieser Fördermaßnahme den weiteren Ausbau der gemeinsamen Forschungs- und Querschnittsaktivitäten von sechs Forschungsstandorten mit den Zielen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperationen zwischen Forscherinnen und Forschern sowie Stakeholdern entlang der Translationskette realisiert werden; • neue wissenschaftliche Evidenz zur Prävention psychischer Erkrankungen und dem Erhalt der psychischen Gesundheit generiert und für die Gesellschaft nutzbar gemacht wird; • neue wissenschaftliche Evidenz für die Früherkennung als auch die Behandlung generiert wird, von der Erkrankte mittel- und langfristig einen Nutzen haben, und • neue wissenschaftliche Evidenz und Innovationen, einschließlich sozialer Innovationen, generiert und erprobt werden, die zur Verbesserung von Prävention, Genesung und zur Förderung der Teilhabe von Erkrankten an ihrem Lebensumfeld dienen. Einsamkeit ist als eines von mehreren Themen im DZPG verankert. <p>Die hier entstehenden Erkenntnisse und Innovationen werden somit auch Menschen, die von Einsamkeit betroffen sind, zu Gute kommen.</p>	BMFTR	in Umsetzung	06/2025	12/2030
4.25.3	<p>Erarbeitung einer Engagementstrategie (DSEE mit Unterstützung des BBE)</p> <p>Im Dezember 2024 hat die Bundesregierung die Engagementstrategie des Bundes beschlossen und damit ihren Auftrag aus dem Koalitionsvertrag erfüllt, gemeinsam mit der Zivilgesellschaft eine neue Engagementstrategie zu erarbeiten. Der Erarbeitung der Strategie hat das BMBFSJ einen breiten einjährigen zivilgesellschaftlichen Beteiligungsprozess vorangestellt. Übergeordnetes Ziel der Strategie ist es, freiwilliges, auf den Werten der Verfassung ausgerichtetes Engagement für alle zu ermöglichen und dieses im Rahmen der verfassungsmäßigen Zuständigkeit des Bundes durch geeignete Rahmenbedingungen zu fördern und zu stärken.</p> <p>Es ist darauf hinzuweisen, dass mit dem Organisationserlass des Bundeskanzleramtes vom 6. Mai 2025 die Zuständigkeit für das Thema in Kürze auf die Staatsministerin für Sport und Ehrenamt übergeht. Ob und inwiefern dort die Engagementstrategie weiterverfolgt wird, ist dem BMBFSJ nicht bekannt. Für unser Haus ist die Engagementstrategie daher abgeschlossen. Freiwilliges und bürgerschaftliches Engagement und Ehrenamt von Menschen unterschiedlicher Altersgruppen sowie das vielfältige Vereinsleben (zum Beispiel Sport- und Musikvereine) können auch dazu beitragen, das soziale Miteinander und die soziale Teilhabe sowie die Selbstwirksamkeit von Menschen zu stärken und bedeutungsvolle Interaktionen zu fördern. Zugleich können Infrastrukturen des Engagements (zum Beispiel Initiativen, Vereine) Orte und Anlässe für Teilhabe, Gemeinschaft und Zugehörigkeit schaffen.</p>	BMBFSJ	abgeschlossen	12/2022	12/2024

Nr.	Titel und Beschreibung	Ressort	Status	Beginn	Ende
4.25.4	<p>Förderung von generationenübergreifenden Patenschafts- und Mentoringprojekten durch die „Aktion Zusammen Wachsen“ (AZW)</p> <p>Die „Aktion zusammen wachsen“ (AZW) unterstützt seit 2008 die Vernetzung von Patenschafts- und Mentoringprojekten, die Kinder und Jugendliche in ihrer Sprach- und Lesekompetenz fördern, sie auf ihrem Bildungsweg begleiten und beim Übergang in Ausbildung und Beruf stärken. Mit der Unterstützung von Patenschafts- und Mentoringprojekten verfolgt die AZW insbesondere das Ziel, die Bildungs- und Teilhabechancen für Kinder und Jugendliche mit Migrationshintergrund zu verbessern und so ihre Integration nachhaltig und langfristig zu fördern. Mentoring- und Patenschaftsprojekte sind wirksam gegen Einsamkeit, weil sie auf zwischenmenschliche Beziehungen und den Aufbau von Vertrauen, Zugehörigkeit und sozialer Unterstützung setzen. Mit der Unterstützung von lokal agierenden Projekträgern trägt damit die AZW zur Bekämpfung von Einsamkeit bei.</p> <p>Durchführung von Veranstaltungen zur Vernetzung von Akteuren der Patenschafts- und Mentoringlandschaft sowie Fachveranstaltung zur Weiterentwicklung der Patenschafts- und Mentoringlandschaft. Aufbau einer Schnittstelle zwischen der Patenschafts- und Mentoringlandschaft und Migrantenselbstorganisationen, zentralen Koordinationsstellen sowie relevanten Akteurinnen und Akteuren aus Politik, Verwaltung, Wirtschaft, Wissenschaft und Zivilgesellschaft.</p>	BMBFSFJ	in Umsetzung	01/2012	12/2029

Nr.	Titel und Beschreibung	Ressort	Status	Beginn	Ende
4.25.10	<p>Engagementpreis 80plus</p> <p>Die Stiftung ProAlter befasst sich mit dem bisher wenig bekannten bürgerschaftlichen Engagement hochaltriger Frauen und Männer. In der Bundesrepublik sind 6 Millionen Menschen über 80 Jahre alt und die Zahl wird in den nächsten Jahren weiter ansteigen.</p> <p>Auch in dieser Altersgruppe sind noch zahlreiche Menschen im bürgerschaftlichen Engagement aktiv. Oft wird nicht gesehen, dass das Engagement gerade der Hochaltrigen große Auswirkungen auf von Einsamkeit betroffene oder bedrohte Menschen dieser Altersgruppe hat, indem sich dieser Personenkreis häufig in Nachbarschaftshilfen, Besuchsdiensten, Bildungseinrichtungen und ähnlichen Aktivitäten engagiert. Dieses Engagement hat nicht nur Auswirkungen auf die Personen, denen das Engagement zugutekommt, sondern auch auf die Engagierten selbst, indem sie durch ihre Aktivitäten eigener Vereinsamung vorbeugen.</p> <p>Entsprechend setzte die Stiftung ProAlter in 2024 den Engagementpreis 80plus unter dem Motto Einsamkeit um. Fokus des Preises lag thematisch auf Einsamkeit. Die Stiftung ProAlter hat am 25. November 2024 den Engagementpreis 80plus 2024 verliehen. Die Beteiligung am Aufruf hat alle Erwartungen übertroffen. Insgesamt waren 420 Vorschläge für mögliche Kandidatinnen und Kandidaten bis Ende September 2024 bei der Stiftung ProAlter eingegangen. Pressemitteilung sowie die Preisträgerinnen und Preisträger sind hier einsehbar.</p>	BMBFSFJ	abgeschlossen	08/2024	12/2024

Nr.	Titel und Beschreibung	Ressort	Status	Beginn	Ende
4.26.1	<p>Förderung Bundesprogramm „Demokratie leben!“</p> <p>Das demokratische Engagement von Bürgerinnen und Bürgern wird durch das BMBFSFJ unter anderem mit dem Bundesprogramm „Demokratie leben!“ gefördert. Auf kommunaler Ebene stärkt und vernetzt das Programm im Rahmen der Partnerschaften für Demokratie zivilgesellschaftlich und demokratisch aktive Menschen und Organisationen, die sich in ihrem kommunalen Umfeld für die Demokratie engagieren. Im partnerschaftlichen Zusammenwirken, insbesondere von kommunaler Verwaltung und Zivilgesellschaft, wird eine lebendige und vielfältige Demokratie vor Ort sowie eine Kultur der Kooperation, des respektvollen Miteinanders sowie der gegenseitigen Anerkennung und Unterstützung gestärkt. Die Partnerschaften für Demokratie ermöglichen eine zielgerichtete Zusammenarbeit aller vor Ort relevanten Akteurinnen und Akteure für Aktivitäten in den Handlungsfeldern des Bundesprogramms. Das mehrjährige Modellprojekt „kollekt“ wurde bis Ende 2024 im Bundesprogramm „Demokratie leben!“ gefördert und widmete sich konkret Einsamkeitserfahrungen unter Jugendlichen und ging der Frage auf den Grund, inwiefern diese Tendenzen oder gar extremistische Denkmuster befördern können. Das Projekt formuliert u. a. als Handlungsempfehlung, dass für die jungen Menschen soziale Räume als Wohlfühlorte geschaffen werden müssen. In diesen Räumen müssen zudem die Möglichkeiten der Mitgestaltung digital und vor Ort gestärkt werden, damit Jugendliche sich gehört fühlen und demokratisch beteiligen können.</p> <p>Die bundesweit über 330 Partnerschaften für Demokratie können hier einen wichtigen Beitrag leisten. Sie schaffen Begegnungsorte, Gestaltungs- und Mitwirkungsmöglichkeiten (nicht nur) für Jugendliche und stärken damit ihre Teilnahme und Teilhabe an der Demokratie. Insgesamt wurden zum Ende der 2. Förderperiode (FP) 357 Partnerschaften gefördert, die sich auf 233 Kreise bzw. kreisfreie Städte in Deutschland verteilt haben und damit 58 Prozent der 400 deutschen Kreise abdeckten. Zusätzlich konnten zum Ende der letzten FP 311 Jugendforen im Gesamtverbund der Partnerschaften für Demokratie (PfD) realisiert werden (87 Prozent der Partnerschaften, 311 von 357), in denen sich im Jahr 2024 insgesamt etwa 5700 junge Menschen engagiert haben und in ihrer demokratischen Sozialisation unterstützt wurden.</p> <p>Die Wirkungsevaluation der PfD durch das Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e.V. belegt u. a., dass PfD dazu beitragen, das demokratische Engagement der Zivilgesellschaft in ihren Förderregionen zu erweitern und zu intensivieren. Daneben eröffnen sie lokale Mitbestimmungsmöglichkeiten, die zum einen dauerhafte Formate der lokalen Mitbestimmung (besonders für junge Menschen), zum anderen Angebote der Mitarbeit umfassen, die sich an von Diskriminierung oder Benachteiligung betroffenen Personen oder Gruppen richten.</p>	BMBFSFJ	abgeschlossen	07/2021	12/2024

Nr.	Titel und Beschreibung	Ressort	Status	Beginn	Ende
Ziel 5 Menschen unterstützen – Angebote ausbauen					
5.1.1	<p>Förderung des Modellprojekts des Malteser Hilfsdiensts (MHD) „Miteinander Füreinander: Kontakt und Gemeinschaft im Alter“</p> <p>Das Projekt hatte das Ziel, neue Zugangswege zu hochaltrigen Seniorinnen und Senioren, die von Einsamkeit und sozialer Isolation bedroht oder bereits betroffen sind, zu erschließen. Hierzu wurden an bundesweit über 110 Standorten durch hauptamtliche Kräfte Ehrenamtliche gewonnen und ausgebildet. Deutschlandweit wurden niedrigschwellige ehrenamtliche Einzel- und Gruppenangebote erprobt und umgesetzt, um sowohl präventiv als auch aktiv, die an den einzelnen Standorten identifizierten Bedarfe langfristig umzusetzen und zu etablieren.</p> <p>Die Angebote waren so aufgebaut, dass sie sowohl von Seniorinnen und Senioren genutzt werden konnten, als auch Engagementmöglichkeiten für diese, z.B. im Rahmen des engagierten Ruhestands, boten. Strukturierte Vernetzungen vor Ort, insbesondere mit kommunalen Aktivitäten und Programmen, wurden durchgeführt. Bei dieser Maßnahme wurden insbesondere hochaltrige Menschen in den Blick genommen und Maßnahmen zur Linderung oder Vermeidung von Einsamkeit erprobt. In dem Förderzeitraum gab es 241 Angebote, wie z. B. Besuchs- und Begleitungsdienst, Telefonbesuchsdienst, Seniorentreffs, Kulturausflüge, Einkaufshilfen, Rikscha Fahrten, digitale Angebote, Besuchsdienst mit Hund, Bewegungsangebote wie Tanzen, Yoga oder Wandern. Von diesen Angeboten werden 85 Prozent auch nach dem Ende des Modelprojekts fortgesetzt. Insgesamt wurden 14.674 Seniorinnen und Senioren begleitet und es engagierten sich 3.954 Ehrenamtliche in dem Projekt. Das Modelprojekt wurde evaluiert. Die Evaluation ist hier abrufbar.</p>	BMBFSFJ	abgeschlossen	07/2020	12/2024

Nr.	Titel und Beschreibung	Ressort	Status	Beginn	Ende
5.1.3	<p>Förderung des Modellprojekts „Verein(t) gegen Einsamkeit“ des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB)</p> <p>Das damalige BMFSFJ förderte das Modellprojekt des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) „Verein(t) gegen Einsamkeit“. Es wurde eine Strategie für Sportvereine erarbeitet und erprobt, wie einsame Menschen durch die 87.000 Sportvereine und die Vielfalt an Sportverbänden in Deutschland erreicht und in die Sportvereine integriert werden können. Das Projekt nutzte die Potenziale des Sports, um Einsamkeit in der Gesellschaft vorzubeugen und zu lindern. Bewegung ist eine der wirksamsten Maßnahmen, um das Wohlbefinden und die körperliche sowie geistige Gesundheit zu verbessern. Eine regelmäßige Teilnahme an Freizeitaktivitäten wirkt als Schutzfaktor für das Erleben von Einsamkeit²⁹ und häufige körperliche Aktivität im Alltag kann dazu beitragen, negative Auswirkungen von Einsamkeit abzumildern, wobei insbesondere auch jene Menschen profitieren, die ein erhöhtes Risiko für neurologische und psychische Störungen aufweisen.³⁰</p> <p>Sportvereine bieten Anlässe für soziale Begegnung und stellen wichtige nachhaltige Anlaufstrukturen dar, wo Menschen jeden Alters und aller sozialen Schichten niedrigschwellig Anschluss knüpfen können.</p> <p>Ergebnisse des Projekts:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Es wurden insgesamt 700 Postkarten bei Multiplikatorinnen im Kontakt mit Menschen mit Einsamkeitserleben verteilt. • Es wurden im Projekt verschiedene Kurzfilme erstellt (insgesamt Klickzahl von 604). • Es wurden Informationsmaterialien erstellt, die auch in die Toolbox, die den Vereinen zur Verfügung stand, mit eingeflossen sind. • Social-Media-Kampagne: Die im Projekt produzierten Videos wurden neu zusammengeschnitten und mit einem „Call to Action“ versehen. Laut Auswertung wurden sie 233.659 Mal abgespielt und es wurden 103.502 Menschen erreicht. • An der Online-Fortbildung „Online-Lernwerkstatt: Barrieren überwinden, Mitglieder gewinnen“ nahmen 16 Personen aus dem organisierten Sport teil. • 10 Teilnahmen am Online-Kurs für die Verantwortlichen zur Umsetzung der Aktionstage. • 200 Aufrufe des dreiteiligen asynchronen Selbstlern-Videokurs. • Es gab 1695 Teilnehmende an den 10 Aktionstagen. 	BMBFSFJ	abgeschlossen	10/2022	12/2024

²⁹ Vgl. Eyerund, Theresa; Orth, Anja Katrin (2019): Einsamkeit in Deutschland: Aktuelle Entwicklung und soziodemographische Zusammenhänge

³⁰ Vgl. Benedyk, A., Reichert, M., Giurgiu, M. et al. Real-life behavioral and neural circuit markers of physical activity as a compensatory mechanism for social isolation. *Nat. Mental Health* 2, 337–342 (2024).

Nr.	Titel und Beschreibung	Ressort	Status	Beginn	Ende
5.1.6	<p>Modellprojekt "Fit und verbunden gegen Einsamkeit" (FIVE)</p> <p>Das Modellprojekt "Fit und verbunden gegen Einsamkeit" (FIVE) des Deutschen Olympischen Sportbundes, (gefördert von BMG und BMBFSFJ) zielt auf die Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit und Stärkung von Gemeinschaft. Es richtet sich an Menschen mit erhöhtem Einsamkeitsrisiko und ggf. damit verbundenen psychischen Erkrankungen. Menschen mit Zuwanderungsgeschichte sollen durch Bewegungs- und Sportangebote angesprochen werden. Es werden in sechs Teilprojekten deutschlandweit konkrete Angebote, in Kooperation von Sportbünden/-vereinen mit Migrantenselbstorganisationen, entwickelt und erprobt sowie nachhaltige Netzwerke aufgebaut. Bewegung ist eine der wirksamsten Maßnahmen, um das Wohlbefinden und die körperliche sowie geistige Gesundheit zu verbessern. Eine regelmäßige Teilnahme an Freizeitaktivitäten wirkt als Schutzfaktor für das Erleben von Einsamkeit³¹ und häufige körperliche Aktivität im Alltag kann dazu beitragen, negative Auswirkungen von Einsamkeit abzumildern, wobei insbesondere auch jene Menschen profitieren, die ein erhöhtes Risiko für neurologische und psychische Störungen aufweisen.³²</p> <p>Sportvereine bieten Anlässe für soziale Begegnung und stellen wichtige nachhaltige Anlaufstrukturen dar, wo Menschen jeden Alters und aller sozialen Schichten niedrigschwellig Anschluss knüpfen können. Nach Projektstart wurde die Ausschreibung veröffentlicht und sechs Teilprojekte ausgewählt: Iranische Gemeinde Deutschland, Landesverband Berlin-Brandenburg (Berlin); Sozialdienst muslimischer Frauen Kempten (Bayern); Sportzentrum der Universität Regensburg (Bayern); Sportjugend Hessen (Hessen); Kreissportbund Bautzen (Sachsen); Caritasverband für die Stadt Gelsenkirchen (NRW).</p> <p>Der Kick-off mit den Teilprojektkoordinatoren und -koordinatorinnen hat am 01.07.2025 in Frankfurt am Main stattgefunden, inkl. Kick-off der Qualifizierung.</p>	BMBFSFJ / BMG	in Umsetzung	05/2025	12/2027

³¹ Vgl. Eyerund, Theresa; Orth, Anja Katrin (2019): Einsamkeit in Deutschland: Aktuelle Entwicklung und soziodemographische Zusammenhänge.

³² Vgl. Benedyk, A., Reichert, M., Giurgiu, M. et al. Real-life behavioral and neural circuit markers of physical activity as a compensatory mechanism for social isolation. *Nat. Mental Health* 2, 337–342 (2024)

Nr.	Titel und Beschreibung	Ressort	Status	Beginn	Ende
5.2.3	Förderung des Projekts [U25] Suizidprävention (Deutscher Caritasverband und Arbeitskreis Leben Freiburg) [U25] ist ein Online-Beratungsangebot für junge Menschen mit Suizidgefährdungen. Es bietet dieser Zielgruppe eine niedrigschwellige, zielgruppengerechte Beratung und Begleitung durch ehrenamtliche Gleichaltrige, die dafür speziell geschult werden. Sie ist kostenfrei und vertraulich (anonym) und steht als Online-Format überall zur Verfügung. Eine einfache E-Mail reicht, um mit den Beratern in Kontakt zu kommen. Die Ergebnisse der Projekt-Evaluation (Outcome-Studie) werden aufgegriffen, um besonders gefährdete Gruppen in den Blick zu nehmen. Jüngere Menschen zählen zu den am stärksten von Einsamkeit betroffenen Altersgruppen in Deutschland. Dies zeigt sich auch in der [U25]-Beratung. Mit diesem Angebot ist ein wirksames, niedrigschwelliges und nachhaltiges bundesweites Beratungsangebot entstanden, um einsamen jungen Menschen mit Suizidgefährdungen Hilfe anzubieten und sie je nach Bedarf zu unterstützen. Es werden regelmäßige Peer-Beratungen angeboten, auch über längere Zeiträume, die auch das Thema Einsamkeit adressieren.	BMBFSFJ	in Umsetzung	01/2025	12/2027
5.2.5	Förderung Online-Beratungsplattform JUUUPORT.de JUUUPORT.de ist eine bundesweite peer-to-peer-basierte Online-Beratungsplattform für junge Menschen, die Probleme im Netz haben. Ehrenamtlich aktive Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 14 und 23 Jahren aus ganz Deutschland, die JUUUPORT-Scouts, helfen Gleichaltrigen vertraulich bei Online-Problemen wie digitale Einsamkeit, Cybermobbing, Mediensucht, sexuelle Belästigung, Abzocke u.v.m. Die Beratung via Kontaktformular ist datenschutzkonform und kostenlos. Neben der Beratung betreibt JUUUPORT aktive Aufklärungs- und Präventionsarbeit. Hauptziel der peer-to-peer Online-Beratung JUUUPORT ist es, allen Kindern und Jugendlichen, die im Internet gemobbt und ausgegrenzt, durch Hassreden und problematische Inhalte verunsichert oder aufgrund ihrer Unerfahrenheit ausgenutzt werden, schnell und unkompliziert Hilfe anzubieten und ihnen den direkten Zugang zu Beratungs- und Meldemöglichkeiten zu erleichtern. Die Aufklärungsarbeit von JUUUPORT findet verstärkt über Social Media statt. In Kurzvideos auf Instagram und TikTok vermitteln die JUUUPORT-Scouts ihren Peers wichtige Handlungstipps bei Cybermobbing, sexueller Belästigung und anderen problematischen Situationen im Netz. Junge Menschen können somit direkt dort erreicht und auf die Themen und Angebote von JUUUPORT aufmerksam gemacht werden, wo sie mit Gefahren und Problemen konfrontiert werden: im eigenen Online-Alltag. Anfang des Jahres 2025 startete JUUUPORT eine umfassende, bundesweite Informationskampagne, um neue JUUUPORT-Scouts zu gewinnen und die Beratungskapazität zu stärken. Die Informationskampagne erfolgt vorwiegend über jugendaffine Social-Media-Kanäle wie Instagram, TikTok und Snapchat, um Jugendliche im eigenen Online-Alltag direkt auf das JUUUPORT-Ehrenamt und anstehende Termine für die Scout-Ausbildung aufmerksam zu machen.	BMBFSFJ	in Umsetzung	01/2025	12/2026

Nr.	Titel und Beschreibung	Ressort	Status	Beginn	Ende
	Parallel zur Social-Media-Kampagne besteht eine enge Zusammenarbeit mit medienpädagogischen Netzwerkpartnerinnen und -partnern, Jugendzentren und weiteren Einrichtungen der Jugendarbeit in ganz Deutschland, um auf die Kampagne aufmerksam zu machen.				

Nr.	Titel und Beschreibung	Ressort	Status	Beginn	Ende
5.2.6	<p>Förderung von Lambda Peersupport (Jugendnetzwerk Lambda e.V.)</p> <p>Ende letzten Jahres wurde der Lambda Peersupport ausgebaut und ist nun der Lambda Queersupport. Der Queersupport ist die bundesweite digitale Fach- und Peerberatung von Lambda für queere Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene bis 27 Jahre. Kern sind ehrenamtliche Peerberatung, Online-Empowermentgruppen sowie Fach- und SBGG-Beratung durch hauptamtliche Kräfte. Dafür werden jährlich junge ehrenamtliche queere Peerberaterinnen und Peerberater bis 27 Jahre qualifiziert. Ratsuchende erhalten niedrigschwellige, vertrauliche Beratung per Mail, Chat oder Videocall, ergänzt durch Gruppenformate. In diesem Jahr soll zudem eine digitale Lernplattform konzipiert werden. Ziel des Queersupports ist es, queere Jugendliche zu entlasten, ihr Selbstbewusstsein zu stärken, Zugang zu Unterstützungsnetzen zu ermöglichen und ihre gesellschaftliche Teilhabe nachhaltig zu fördern. Queere Jugendliche erleben überdurchschnittlich oft Einsamkeit durch Diskriminierung, Ausgrenzung und fehlende Akzeptanz. Der Queersupport begegnet dem, indem er geschützte Räume für Austausch und gegenseitige Unterstützung schafft und so soziale Kontakte und Zugehörigkeit fördert. Peer- und Fachberatung helfen, belastende Situationen wie Coming-out, familiäre Ablehnung oder Isolation zu bewältigen. Besonders wirksam ist das Prinzip des doppelten Empowerments: Ratsuchende werden durch Unterstützung und Gemeinschaft gestärkt – und gleichzeitig erfahren auch die ehrenamtlichen Peerberaterinnen und Peerberater Selbstwirksamkeit und Entlastung von Einsamkeit. Schon während ihrer Qualifizierung lernen sie in Gruppen andere queere junge Erwachsene kennen, üben Beratungsmethoden und bauen stabile Netzwerke auf. Damit reduziert die Maßnahme Einsamkeit auf beiden Seiten und trägt direkt zu Strategie-Ziel 5 bei, indem sie Betroffene unterstützt und passgenaue Angebote ausbaut. Seit 2022 wurden bundesweit digital Beratungs- und Empowermentangebote des Queersupports (damals noch Peersupport) aufgebaut und kontinuierlich erweitert. Seit diesem Jahr 2025 wurde der Peersupport weiterentwickelt zur Fach- und Peerberatung Queersupport. Dazu gehören Einzelberatungen durch Peer- und Fachberaterinnen und Fachberater, Empowermentgruppen zu spezifischen Themen sowie Beratungen nach dem Selbstbestimmungsgesetz durch Hauptamtliche. In der Ausbildung neuer Peerberaterinnen und Peerberater wird das Prinzip des doppelten Empowerments umgesetzt: Ratsuchende erhalten Unterstützung und Zugehörigkeit, während die Ehrenamtlichen selbst Stärkung, Vernetzung und Entlastung von Einsamkeit erfahren. Zudem wurde eine digitale Beratungs- und Lernplattform entwickelt, die Informationen, Begleitung und Austausch bündelt. Damit wird das Ziel konkret umgesetzt, indem queere Jugendliche niedrigschwellig erreicht, soziale Kontakte gefördert und bedarfsgerechte Angebote gegen Einsamkeit nachhaltig ausgebaut werden.</p>	BMBFSFJ	in Umsetzung	04/2022	12/2025
5.2.7	<p>Förderung der Geschäftsstelle der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung (BkE)</p> <p>Die Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e.V. (BkE) leistet mit ihren Maßnahmen und Projekten insbesondere zur Erfüllung der förderpolitischen Zielstellung der Richtlinie des Kinder- und Jugendplans (KJP) im Be-</p>	BMBFSFJ	in Umsetzung	01/2010	12/2030

Nr.	Titel und Beschreibung	Ressort	Status	Beginn	Ende
	reich des Handlungsfeldes "Hilfen für Familien, junge Menschen, Eltern und andere Erziehungsberechtigte" sowie „weiterer bundeszentraler Aufgaben der Kinder- und Jugendhilfe“ einen wesentlichen Beitrag. In der Geschäftsstelle laufen diese Aktivitäten zusammen, u.a. die Onlineberatung für Kinder und Jugendliche und die Onlineberatung für Eltern. Die Onlineberatung der bke für Kinder und Jugendliche und die Onlineberatung für Eltern bieten einen niedrigschwälligen und barrierearmen ersten Zugang bei Herausforderungen und Problemen, die einerseits gefühlt mit niemandem besprochen werden können und die andererseits aufgrund ihrer thematischen Offenheit auch Einsamkeit umfassen. Die Onlineberatung ist eine fortlaufende Maßnahme.				
5.2.10	Krisenchat - Webchat Das Online-Beratungsangebot „Krisenchat“ ist ein häufig genutztes digitales psychosoziales Beratungsangebot in Deutschland. Seit dem Launch des Angebotes im Mai 2020 (während der Covid-19 Pandemie) haben über 97.000 junge Menschen bei krisenchat Hilfe gesucht; über 170.000 Beratungen haben bislang stattgefunden (Stand Januar 2025). Die Anliegen der Hilfesuchenden reichen von Liebeskummer und Problemen in der Familie oder Freundschaften bis zu Essstörungen, selbstverletzendem Verhalten, suizidalen Gedanken oder depressiven Symptomatiken. krisenchat bietet digitale Beratungsarbeit für Jugendliche, die unter seelischen Notlagen leiden, dazu zählt auch Herausforderungen, die sich aufgrund von Einsamkeit ergeben. Die Onlineberatung von krisenchat ist eine fortlaufende Maßnahme.	BMBFSFJ	in Umsetzung	04/2025	12/2026
5.4.1	Förderung „Zukunftspaket für Bewegung, Kultur und Gesundheit“ Das Bundesprogramm „Zukunftspaket für Bewegung, Kultur und Gesundheit“ förderte 2023 und 2024 Projekte von und für Kinder und Jugendliche. Junge Menschen konnten für ihre Projektideen gemeinsam mit einem Träger eine Förderung beantragen. Ausschlaggebend bei der Projektauswahl war u. a., dass die Projektentwicklung und -umsetzung bei einer Gruppe junger Menschen lag, dass das Projekt auf einen Bedarf in ihrer Lebenswelt reagierte, sozialraumorientiert und nachvollziehbar konzeptioniert war. Zu den Zielen des Bundesprogramms gehörte, Räume zu schaffen, in denen junge Menschen sich begegnen gemeinsam ihre Interessen und Ideen umsetzen können. Dadurch sollten sie in ihrer Selbstwirksamkeit gestärkt und zugleich die lokale Öffentlichkeit für ihre Anliegen sensibilisiert werden. So konnten auch Projekte, die keinen Fokus auf Einsamkeit oder mentale Gesundheit haben, dazu beitragen Einsamkeit unter jungen Menschen entgegenzuwirken. 2023 und 2024 nahmen über eine halbe Million Kinder und Jugendliche an dem Bundesprogramm teil. Rund 54.000 von ihnen initiierten, planten und gestalteten die mehr als 2.800 geförderte Projekte und Angebote. Darunter waren Hip-Hop Camps, ein inklusiver Segel-Törn, Open-Air-Kinos und Tauchkurse für angehende Rettungsschwimmerinnen und Rettungsschwimmer. Die teilnehmenden Kinder und Jugendlichen brachten sich ein, lernten neue Formen der Freizeitgestaltung kennen und wurden in ihrer Selbstwirksamkeit und der Wahrnehmung ihrer Beteiligungsrechte gestärkt.	BMBFSFJ	abgeschlossen	01/2023	12/2024

Nr.	Titel und Beschreibung	Ressort	Status	Beginn	Ende
5.4.2	<p>Förderung von „Off-Road-Kids“ (Off Road Kids Stiftung)</p> <p>Die Off Road Kids Stiftung ist die einzige virtuelle, bundesweit tätige Hilfsorganisation für Straßenkinder, junge Obdachlose und akut von Obdachlosigkeit bedrohte junge Menschen in Deutschland. Der Träger, bietet ein digitales Hilfesystem „sofahopper.de 6.0“ zur Kontaktaufnahme, Beratung, individueller Begleitung und Überleitung in die Jugendsozialarbeit vor Ort an. Die niedrigschwlligen Unterstützungs- und Hilfsangeboten wirken gleichzeitig der Einsamkeit der jungen Menschen entgegen. Die Anzahl, und Beratungsbedarfe der einzelnen Hilfesuchenden dehnt sich seit Beginn der Corona-Krise erkennbar aus. Erlebte Einsamkeit und Aussichtslosigkeit tragen ebenfalls zu dieser Entwicklung bei. Hierdurch ergeben sich neben der eigentlichen Obdachlosigkeit weitere Problemlagen, die bei der Beratungsarbeit zwingend berücksichtigt werden müssen. Die niedrigschwlligen Unterstützungs- und Hilfsangeboten wirken gleichzeitig der Einsamkeit der jungen Menschen entgegen. Es werden bundesweit kostenfreie, digital niedrigschwllige Unterstützungs- und Hilfsangebote angeboten, die auf die Zielgruppe der Straßenkinder, jungen Obdachlosen und akut von Obdachlosigkeit bedrohten jungen Menschen ausgerichtet sind. Dabei werden auch von Einsamkeit betroffene junge Menschen beraten und unterstützt. Mit der Weiterentwicklung von „sofahopper.de 6.0“ soll die Kapazitätserweiterung auf 20.000 Anfragen pro Jahr vorbereitet und erprobt werden.</p> <p>Die Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter bereiten die Zusammenarbeit mit einem KI-basierten Voice- und Chatbot vor. Das Zusammenwirken bei der Übergabe der Anfragen von der KI zu den Sozialarbeitenden wird für den laufenden Betrieb entwickelt und optimiert. Die bundesweit kostenfreien, niedrigschwlligen Unterstützungs- und Hilfsangebote, die auf die Zielgruppe der Straßenkinder, jungen Obdachlosen und akut von Obdachlosigkeit bedrohten jungen Menschen ausgerichtet sind, werden erheblich gesteigert, so dass mehr junge Menschen erreicht werden können.</p>	BMBFSFJ	in Umsetzung	01/2025	12/2025
5.4.4	<p>Ideenpreis "Spotlight Jugend"</p> <p>Der Ideenpreis hat sich 2024 an junge Menschen zwischen 16 und 27 Jahren gerichtet. Jugendliche und junge Menschen waren aufgerufen zu zeigen, wie sie die Gesellschaft verändern würden. Es waren Einsendungen in vier Kategorien möglich: Junge Szenen für Demokratie, Kunst mit Haltung, Beteiligung beginnt mit dir, Junge Medienmacherinnen und Medienmacher. Der Preis hat junge Menschen dabei unterstützt, ihre Projektideen konkret umzusetzen. Es wurden 40 Preisgelder in Höhe von 5.000 Euro vergeben. Der Preis war sehr erfolgreich. Es gab insgesamt über 200 Einsendungen von jungen Menschen. Die Nachfrage war sehr hoch.</p>	BMBFSFJ	abgeschlossen	07/2024	12/2024

Tabelle 10: Im Monitoring 2025 abgefragte konkrete Maßnahmen

Tabelle der im Monitoring 2025 neu hinzugekommenen Maßnahmen

Nr.	Titel und Beschreibung	Ressort	Status	Beginn	Ende
Ziel 1 „Sensibilisierung der Öffentlichkeit“					
1.3.2	Woche des bürgerschaftlichen Engagements Der Themenschwerpunkt der „Woche des bürgerschaftlichen Engagements“ der Kampagne „Engagement macht stark!“ des Bundesnetzwerks Bürgerschaftliches Engagement (BBE) wurde in 2025 auf das Thema Einsamkeit festgelegt. Dazu findet eine Eröffnungsveranstaltung am 12.09. mit der Vorstellung des Engagementbotschafters zum Thema statt. Am 15.09. gibt es ein Community Event mit der nebenan.de Stiftung um zu zeigen, wie Einsamkeit in der Nachbarschaft gelindert wird. Zusätzlich findet ein Thementag mit dem Titel „ConnectNow: Gemeinsam nicht einsam“ am 19.09. mit der Bertelsmann Stiftung und der BürgerStiftung Hamburg statt. Daneben beteiligen sich zahlreiche Aktionen und Initiativen deutschlandweit, um das Engagement und das Thema Einsamkeit sichtbar zu machen. Mit dem Schwerpunkt Einsamkeit soll Aufmerksamkeit auf ein Thema gelenkt werden, das jede und jeden betrifft kann. Es soll gezeigt werden, wie Engagement in der Praxis mit konkretem Handeln präventiv wirkt, begleitend hilft und das Gemeinwohl vor Ort stärkt. Es werden gute bestehende Projekte und Maßnahmen sichtbar, die Lösungen für das Phänomen Einsamkeit suchen und vorbeugende Maßnahmen entwickeln.	BMBFSFJ	geplant	09/2025	09/2025
1.3.3	Panel: (Dis)connected - Einfluss digitaler Technologien auf Einsamkeit bei der re:publica 25 Das BMBFSFJ organisierte ein Panel bei der re:publica 25 zum Thema Einsamkeit und digitale Technologien. Mit drei Speakern (Dr. Hannes-Vincent Krause, Katharina Roth und Dagmar Hirche) und einer Moderation (Martin Gibson-Kunze) wurde diskutiert zu den Zusammenhängen und zu zukünftigen Möglichkeiten und Herausforderungen digitaler Technologien und Einsamkeit. Dabei kamen die Panel-Teilnehmenden ins Gespräch mit Nutzerinnen, Creatorn und Programmierern und Programmiererinnen. Insbesondere die Einschätzungen der Generationen, die verschiedene Erfahrungen haben, waren von Interesse – passend zum Motto der re:publica: Generation xyz. Es gibt viele Ideen zur Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit. Digitale Technologien spielen hierbei eine große Rolle. Doch welches Risiko birgt eine zunehmende Digitalisierung für das Einsamkeitserleben in der Bevölkerung und welche Chancen bietet die Digitalisierung für passgenaue Angebote? Was macht Einsamkeit aus und wie geht sie einher mit unserem (nicht) digitalen Leben? Das sind Fragen, die diskutiert wurden.	BMBFSFJ	abgeschlossen	05/2025	05/2025

Nr.	Titel und Beschreibung	Ressort	Status	Beginn	Ende
Ziel 2 „Wissen stärken“					
2.2.3	<p>Evaluationsprojekt am Deutschen Zentrum für Altersfragen: Reichweite und Wirkung der Silbernetz-Hotline (ReWiSil)</p> <p>Das Evaluationsprojekt zur Verbesserung der sozialen Teilhabe älterer Menschen ReWiSil (kurz für Reichweite und Wirkung der Silbernetz-Hotline) hat zum Ziel, zwei Forschungsfragen zu beantworten: 1. Wie ist es um die Reichweite von Silbernetz bestellt, wie vielfältig ist die Gruppe älterer, einsamer Menschen, die erreicht werden? 2. Reduzieren die Gespräche mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Hotline das subjektive Einsamkeitserleben, verringern sich Schamgefühle oder negative Altersselbstbilder?</p> <p>ReWiSil ist partizipativ angelegt und findet in enger Zusammenarbeit zwischen dem Deutschen Zentrum für Altersfragen (DZA) und Silbernetz statt, wobei die wissenschaftliche Entscheidungsverantwortung beim DZA liegt.</p> <p>Silbernetz ist ein Verein mit dem Ziel, Menschen ab 60 Jahren Wege aus der Isolation zu eröffnen. Das Angebot umfasst eine anonyme Kontaktaufnahme, fördert den Aufbau persönlicher Verbindungen und vermittelt passende Unterstützungsangebote in der Umgebung. Ein zentraler Bestandteil der Strategie der BReg gegen Einsamkeit ist die wissenschaftliche Evaluation der Wirksamkeit von Maßnahmen zur Bekämpfung von Einsamkeit, da es hierzu in Deutschland bislang an fundierten Studien mangelt. Um diese Forschungslücke zu schließen, führt das DZA, gefördert vom Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMBFSFJ), die wissenschaftliche Evaluation von Silbernetz, welches Einsamkeit im Alter bekämpfen soll, durch.</p>	BMBFSFJ	in Umsetzung	02/2025	07/2026
2.3.5	<p>Nähe über Distanz – Mit interaktiven Technologien zwischenmenschliche Verbundenheit ermöglichen (NäDi)</p> <p>Ziel der Fördermaßnahme NäDi ist, durch innovative Technologien die Verbundenheit zu nahestehenden Personen über räumliche Distanz zu stärken. Es werden Konzepte entwickelt und getestet, die das Verbundenheitsgefühl fördern. Wissenschaftliche Erkenntnisse und Bedarfsanalysen mit Nutzenden fließen in die Entwicklung von Demonstratoren ein, deren Wirksamkeit über mehrere Monate in Alltagssituationen evaluiert wird. Ziel ist die Verbesserung von Wohlbefinden und Lebensqualität durch gestärkte soziale Bindungen. Durch die Förderrichtlinie „Nähe über Distanz“ (NäDi) werden Forschungsprojekte unterstützt, welche die Wirkfaktoren digitaler Interaktionsfor-</p>	BMFTR	in Umsetzung	02/2023	10/2026

Nr.	Titel und Beschreibung	Ressort	Status	Beginn	Ende
	<p>men auf das Erleben von Verbundenheit untersuchen. Dabei handelt es sich um die praxisnahe Entwicklung und Erprobung technischer Lösungen, die soziale Nähe über Distanz erfahrbar machen. Auf empirischer Basis wird theoretisches Wissen zu Verbundenheit und indirekt auch zu Schutz- und Risikofaktoren für soziale Entfremdung gewonnen und zugleich in konkrete Demonstratoren übersetzt. NäDi leistet damit einen Beitrag zur Vorbeugung und Sensibilisierung für die psychologischen Folgen von Einsamkeit und trägt zur Umsetzung des strategischen Ziels 2.3 bei.</p>				
2.3.6	<p>Projekt: Prävention von Vereinsamung im Alter durch KI-basierte Detektion im Wohnraum (Prä-EinsamAltKI)</p> <p>Im Rahmen der StStG-Fördermaßnahme: "Innovationsregion für digitale Transformation der Pflege und Gesundheitsversorgung" (TPG) Das Projekt PräEinsamAltKI zielt darauf ab, Vereinsamung im Alter durch den Einsatz von KI-basierten Technologien im Wohnraum frühzeitig zu erkennen und entgegenzuwirken. Es soll ein System entwickelt werden, das mithilfe von Sensoren und KI-Algorithmen Veränderungen im Verhalten älterer Menschen analysiert, die auf beginnende Isolation und Einsamkeit hindeuten könnten. Basierend darauf sollen proaktiv präventive Maßnahmen angestoßen und soziale Kontakte gefördert werden. Ziel ist es, die Lebensqualität zu verbessern, die soziale Teilhabe zu fördern, das Gesundheitssystem präventiv zu entlasten und ethisch vertretbare, technologiebasierte Lösungen zu schaffen. PräEinsamAltKI adressiert direkt die in Strategie-Ziel 2.3 genannten Forschungsbereiche. Es untersucht die gesundheitlichen Auswirkungen von Vereinsamung, indem es frühzeitige Erkennung und Prävention anstrebt. Die Entwicklung von Algorithmen zur frühzeitigen Identifizierung von Isolation trägt zur Erforschung des Prozesses der Chronifizierung bei, da frühzeitiges Eingreifen potenziell negativen Entwicklungen entgegenwirken kann. Zudem identifiziert das Projekt Risikofaktoren (z. B. Wohnsituation, Verhaltensmuster) und evaluiert Schutzfaktoren (z. B. Förderung sozialer Interaktion), um effektivere Präventionsstrategien zu entwickeln. Die ethische Analyse des Projekts berücksichtigt gesellschaftliche Aspekte wie die Stärkung sozialer Teilhabe älterer Menschen und trägt zu einem verantwortungsvollen Umgang mit Technologie im Kontext von Einsamkeit bei.</p>	BMFTR	in Umsetzung	11/2024	10/2026

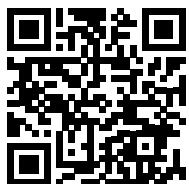
Ziel 4 „Bereichsübergreifend agieren“

Nr.	Titel und Beschreibung	Ressort	Status	Beginn	Ende
4.7.5	<p>Zukunftsraum kommunale Demografiegestaltung (ZkD)</p> <p>Das Modellprojekt "Zukunftswerkstatt Kommunen – Attraktiv im Wandel" (ZWK, 2021-2024) unterstützte 40 Kommunen bei der Erstellung und Umsetzung von Demografiestrategien. Ab 2025 startete mit dem "Zukunftsraum kommunale Demografiegestaltung" (ZKD, 2025-2027) ein Fortsetzungsprojekt für weitere drei Jahre, das die begonnene kommunale Demografiearbeit weiter forcieren soll. Mit dem Folgeprojekt soll versucht werden, bundesweite Vernetzung zur aktiven Gestaltung des demografischen Wandels aufzubauen und zu verstetigen. Ziel ist ein Netzwerk zur Wissensvermittlung und zum voneinander Lernen bei der kommunalen Demografiegestaltung. Im Anschlussprojekt Zukunftsraum Demografie (ZkD) wird sich das Thema Einsamkeit in den Informationsangeboten des Netzwerks wie Wissens- und Best-Practice-Sammlung und Veranstaltungsformaten wiederfinden. Es wurden Informationsangebote im Netzwerk bereit gestellt und Veranstaltungen zum Thema angeboten.</p>	BMBFSFJ	in Umsetzung	01/2025	12/2027
4.18.2	<p>LAUT – Letzthelper:innen am Arbeitsplatz für einen sensiblen Umgang mit Sterben, Tod und Trauer</p> <p>Ziel ist es, ein Konzept für Letzthelperinnen und Letzthelper am Arbeitsplatz zu entwickeln und zu erproben. Innerhalb des Projektes werden Letzte Hilfe-Kurse in Unternehmen angeboten, die wichtige Kenntnisse im Umgang mit den Themen Sterben, Tod, Trauer und schwere Erkrankung vermitteln und die Teilnehmenden für die Bedürfnisse anderer sensibilisieren sollen, die von diesen Themen direkt oder indirekt betroffen sind. Die Kurse werden hinsichtlich der Anwendbarkeit, der Relevanz der Themen und des Formates, stets im Hinblick auf den Arbeitskontext, wissenschaftlich evaluiert, um ein bedarfsgerechtes Konzept für Letzthelperinnen und Letzthelper am Arbeitsplatz abzuleiten. Gerade pflegende Berufstätige, die An- oder Zugehörige pflegen, sind in der letzten Lebensphase erheblichen Belastungen ausgesetzt. Es fehlt meist an Zeit, um soziale Kontakte aufrecht zu erhalten, insbesondere dann, wenn es selbst an Wissen im Umgang mit Sterben und Trauer und Selbsthilfefähigkeiten fehlt. Es folgen Rückzug und oftmals Einsamkeit, oftmals auch verbunden mit suizidalen Gedanken. Die für Unternehmen angepassten Letzte Hilfe-Kurse leisten somit einen Beitrag sowohl zur Einsamkeits- wie auch zur Suizidprävention.</p>	BMBFSFJ	in Umsetzung	10/2023	12/2025

Ziel 5 „Menschen unterstützen – Angebote ausbauen“

Nr.	Titel und Beschreibung	Ressort	Status	Beginn	Ende
5.3.2	<p>Workshop zu Einsamkeit und Digitalisierung bei den Jugendpolitiktagen 2025</p> <p>Am 20.06.2025 führte Referat 311 des BMBFSFJ gemeinsam mit dem Kompetenznetz Einsamkeit einen Workshop zum „Einfluss von digitalen Technologien (v. a. von sozialen Medien) auf Einsamkeit“ bei den JugendPolitikTagen 2025 durch.</p> <p>Moderation: Dr. Herlind Megges (BMBFSFJ) und Martin Gibson-Kunze (Kompetenznetz Einsamkeit / ISS e.V.).</p> <p>Eine Gruppe von ca. 30 Jugendlichen die sich bisher nicht intensiv mit dem Thema beschäftigt haben kamen selbstgewählt zu diesem Workshop zusammen. Ziel des Workshops war, Vor- und Nachteile digitaler Technologien (wie z. B. sozialer Medien) auf Einsamkeit mit Fokus auf verschiedene Themenbereiche mit jungen Menschen zu diskutieren.</p>	BMBFSFJ	abgeschlossen	06/2025	06/2025

Tabelle 11: Neu hinzugekommene Maßnahmen im Monitoring 2025



www.bmbfsfj.bund.de

 facebook.de/bmbfsfj

 instagram.com/bmbfsfj

 linkedin.com/company/bmbfsfj

 x.com/bmbfsfj

 tiktok.com/@jugendministerium

 youtube.com/@bmbfsfj