Gründungskonferenz
Bündnis gegen Einsamkeit für Baden-Württemberg

2. November 2026
09:00 – 16:30
Hospitalhof Stuttgart

Laut der Studie „Einsamkeit und gesellschaftlicher Zusammenhalt – Baden-Württemberg 2025" fühlen sich mehr als ein Drittel der Menschen in Baden-Württemberg moderat oder stark einsam – über alle Altersgruppen hinweg. Ausgehend vom aktuellen Koalitionsvertrag schafft Baden-Württemberg mit der Gründung des Bündnisses gegen Einsamkeit eine Plattform, um gemeinsam gegen Einsamkeit aktiv zu werden und eine Strategie für Baden-Württemberg zu entwickeln. Die Gründungsveranstaltung bringt mit einem ganztägigen Programm, inklusive Workshops und einem Markt der Möglichkeiten, Expertise aus unterschiedlichen Fachbereichen zusammen.

Programm im Überblick

09:00 Uhr	**Ankommen der Gäste + Markt der Möglichkeiten**
09:30 Uhr	**Beginn der Veranstaltung**
09:35 Uhr	**Begrüßung** Herr Minister Oliver Hildenbrand, MdL, Ministerium für Soziales, Arbeit und Gesundheit Baden-Württemberg
10:00 Uhr	**Unterzeichnung der Bündniserklärung**
10:30 Uhr	**Keynote „Nett hier und trotzdem einsam. Warum Baden-Württemberg sich verbündet."** Prof. Dr. Marlen Niederberger, Studiengangsleitung Gesundheitsförderung und Prävention, PH Schwäbisch Gmünd
11:00 Uhr	**Workshops Teil I (s.u.)**
12:30 Uhr	**Mittagessen + Markt der Möglichkeiten**
13:30 Uhr	**Workshops Teil II (s.u.)**
15:00 – 15:15 Uhr	**Pause**
15:15 Uhr	**Podiumsdiskussion** **Was kann ein Landesbündnis gegen Einsamkeit erreichen?** Teilnehmende: - Herr Minister Oliver Hildenbrand, MdL, Ministerium für Soziales, Arbeit und Gesundheit Baden-Württemberg - Frau Dr. Alexandra Sußmann, Landeshauptstadt Stuttgart, Bürgermeisterin für Soziales, Gesundheit und Integration - Frau Theresia Bauer, Geschäftsführerin der Baden-Württemberg Stiftung - Frau Maryam Bonakdar, SWR, Projekt Exit Einsamkeit
16:15 Uhr	**Zusammenfassung des Tages mittels Graphic Recording** (Wrap-Up der Workshops)
16:30 Uhr	**Ausklang und Netzwerken**

Workshops Teil I: 11:00 – 12:30

1. **Gesundheitsförderung trifft Einsamkeitsprävention (Kleiner Lechler-Saal, max. 40 Teilnehmende)**

Der Workshop nimmt die strukturellen Rahmenbedingungen und die Präventionsmöglichkeiten von Einsamkeit in den Blick. In einem World-Café-Format arbeiten die Teilnehmenden an vier Thementischen, die auf der laufenden Delphi-Studie NEISS (Nationale Empfehlungen zur Prävention von Einsamkeit in Städten) basieren: Wissen & Informiertheit, Bewegungsmöglichkeiten & -orte, soziale Teilhabemöglichkeiten sowie Begleitung und Verankerung von Interventionen. Je Themenfeld wird zusätzlich gefragt, wer handeln kann: das Land, die Kommunen, das Quartier oder die Zivilgesellschaft.

2. Die Kraft von Begegnungen im Quartier – wie Bäckerei, Kiosk & Co. Gegen Einsamkeit wirken können (Salon, max. 80 Teilnehmende*)*

Die Orte, an denen sich Menschen in ihrem Alltag aufhalten, sind essentiell für die Prävention und Bekämpfung von Einsamkeit. Ebenso bedeutungsvoll sind die Menschen selbst, die sich begegnen. In dem Workshop soll daher aufgeschlüsselt werden, was überhaupt gute Begegnungsorte sind, und wie aus Orten des Alltags Orte der Begegnung werden. Anhand von Praxisbeispielen soll gemeinsam diskutiert werden.

3. Zwischen Einsamkeit und Zugehörigkeit – Warum Gemeinschaft schützt und Ideologien Gemeinschaft versprechen (Helffenstein-Raum, max. 40 Teilnehmende)

Einsamkeit ist mehr als das Fehlen sozialer Kontakte. Sie entsteht häufig dort, wo Menschen sich Zugehörigkeit, Anerkennung und Resonanz wünschen, diese aber nicht ausreichend erleben. Der Workshop beleuchtet, welche Rolle Einsamkeit, soziale Ausgrenzung und digitale Lebenswelten für die Suche nach Gemeinschaft spielen und warum gerade extremistische oder demokratiefeindliche Angebote an solche Bedürfnisse anknüpfen können. Gleichzeitig werden Ansätze vorgestellt, wie Jugendhilfe, Bildung und Präventionsarbeit Zugehörigkeit stärken und Einsamkeit entgegenwirken können.

Workshops Teil I: 11:00 – 12:30

4. Die Gefährdungsbeurteilung als Chance, um dem Risikofaktor Einsamkeit im betrieblichen Kontext präventiv zu begegnen (Gerok-Raum, max. 20 Teilnehmende)

Einsamkeit betrifft auch Menschen im mittleren Lebensalter. Einsamkeit ist ein Risikofaktor für das Auftreten von Arbeitsunfällen, aber auch für Folgeerkrankungen, wie Süchte, Depressionen etc., die lange Arbeitsunfähigkeitszeiten nach sich ziehen können. Es gibt Charakteristiken am Arbeitsplatz, welche das Entstehen von Einsamkeit begünstigen. Diese sollen sowohl herausgearbeitet als auch betriebliche präventive Maßnahmen diskutiert werden.

5. Weniger Einsamkeit durch Bürgerschaftliches Engagement – Beispiele aus Kommunen und Vereinen (Valentin-Raum, max. 20 Teilnehmende)

Der Workshop befasst sich mit dem Zusammenhang zwischen Einsamkeit und Bürgerschaftlichem Engagement. Ausgehend von aktuellen Erkenntnissen der Studie „Einsamkeit und gesellschaftlicher Zusammenhalt in Baden-Württemberg“ wird diskutiert, welche Rolle Vereine, Initiativen, Nachbarschaftsprojekte und ehrenamtliche Strukturen bei der Prävention und Verringerung von Einsamkeit spielen können.

6. Krankheitsbedingt ausgefallen: Geschlechterreflektierte Perspektiven auf Einsamkeit – Lebensrealitäten von Mädchen und tin*-Jugendlichen (Hamburger-Raum, max. 25 Teilnehmende)

Einsamkeit wird von jungen Menschen unterschiedlich erlebt und verarbeitet. Geschlechtliche Zuschreibungen und gesellschaftliche Erwartungen beeinflussen dabei besonders die Lebensrealitäten von Mädchen* und trans-, inter- und nichtbinären (tin*)-Jugendlichen. In diesem Workshop wird eruiert, wie Einsamkeit in den Lebenswelten von Mädchen* und tin*-Jugendlichen wirkt. Im Fokus stehen dabei mögliche Ursachen, Ausdrucksformen und Auswirkungen. Ergänzend bietet der Workshop Raum für Austausch und kollegiale Beratung, um eigene Erfahrungen zu reflektieren und Impulse für die Praxis mitzunehmen.

Workshops Teil I: 11:00 – 12:30

7. Einsamkeit und Kommunikation – wie sprechen wir über Einsamkeit? (Lechler-Saal, keine Teilnahmebeschränkung)

Einsamkeit ist leise und dennoch weitverbreitet. Genau deshalb ist eine sensibilisierte Ansprache so entscheidend: Die Art, wie wir über Einsamkeit sprechen, bestimmt, ob Betroffene sich wirklich angesprochen fühlen – oder ob bereits die Ansprache abschreckt und Angebote aufgrund von Scham gar nicht erst wahrgenommen werden. In diesem Workshop werden bewährte Ansätze in der Öffentlichkeitsarbeit bis hin zu Beteiligungsformaten vorgestellt und daran aufgezeigt, welche Sprache, Bilder und Kommunikationskanäle helfen, um Menschen in ihren jeweiligen Zielgruppen und medialen Lebenswelten zu erreichen. Im Gespräch mit Medienvertreterinnen und großen wie kleinen Projektträgern möchten wir gemeinsam Ansätze aus der Praxis kennenlernen und reflektieren.

Workshops Teil II: 13:30 – 15:00

1. **Schwer erreichbar?! Wie können junge Menschen durch niedrigschwellige Angebote erreicht werden? (Salon, max. 60 Teilnehmende)**

Ein Teil junger Menschen mit psychischen Belastungen wird von bestehenden Unterstützungsangeboten nur schwer erreicht. Wie erreichen wir die jungen Menschen, die von Einsamkeitserfahrungen (und in der Folge teils von psychischen Auffälligkeiten) betroffen sind? Wie kann das ohne Stigmatisierung gelingen, was braucht es konkret vor Ort? Zugangsbarrieren, fehlende Passgenauigkeit und fehlende Verfügbarkeit von Angeboten sowie unzureichende Vernetzung erschweren Hilfen und verstärken Einsamkeitserfahrungen. Der Workshop greift diese Herausforderungen auf und stellt praxisnahe Lösungsansätze in den Mittelpunkt, wie niedrigschwellige, nicht-stigmatisierende Zugänge vor Ort gestaltet werden können.

2. **Lass mich – doch verlass mich nicht. Einsamkeit in der queeren Community? (Helffenstein-Raum, max. 25 Personen)**

Diskriminierung und Einsamkeit sind für Menschen, deren Geschlecht nicht mit dem bei Geburt zugewiesenen übereinstimmt, wahrscheinlicher – gerade auch im Alter. Für Menschen, die behindert werden **und** queer sind, wird das noch deutlicher. In diesem Workshop werden daher Sensibilisierungspraktiken hinsichtlich sich überschneidender Diskriminierungspraktiken vorgestellt, durch die sich Einsamkeitstendenzen verstärken können. Damit verbunden werden gleichfalls erste Ansatzpunkte für künftige Verbesserungen diskutiert.

3. **Einsamkeit(serfahrungen) bei alleinerziehenden Müttern und Vätern - Wege aus der Isolation! (Gerok-Raum, max. 20 Teilnehmende)**

Ziel des Workshops ist es, sich praxisnah mit den Alltagsherausforderungen und Einsamkeitsmomenten Alleinerziehender auseinanderzusetzen. Dazu soll die Ableitung von Leitfragen mittels der Persona-Methode erfolgen, wobei exemplarische Lebensgeschichten zum Einsatz kommen. Auf diese Weise soll die Identifikation von Unterstützungsbedarf, bestehenden Angeboten, Lücken und Beteiligungsmöglichkeiten der betroffenen Zielgruppe an Planung und Umsetzung von Unterstützungsleistungen herausgearbeitet werden.

Workshops Teil II: 13:30 – 15:00

4. **Abstellgleis, oder wohin geht die Reise? – Die Weichen für den Übergang in den Ruhestand stellen. (Kleiner Lechler-Saal, max. 80 Teilnehmende)**

Viele ältere Menschen erleben den Übergang in den Ruhestand als herausforderndes Lebensereignis, da das professionelle Selbstbild, die Tagesabläufe, finanzielle Spielräume u.ä. neu justiert werden müssen. Eine richtige Vorbereitung auf die neue Lebensphase Alter kann vor Einsamkeit schützen und zu Sinnstiftung, Gesundheit und Wohlbefinden beitragen. In diesem Workshop werden Zielgruppen differenziert und erprobte Ansätze diskutiert.

5. **Exklusion trifft Einsamkeit – Inklusion verbindet (Valentin-Raum, max. 24 Teilnehmende)**

Gelebte Inklusion verbindet Menschen und wirkt gegen Einsamkeit. Mit dem Workshop wollen wir herausarbeiten, welche konkreten Ansätze Menschen mit Behinderungen besonders helfen können, um ihr Einsamkeitsempfinden zu überwinden, ob und welche Unterscheidungen hinsichtlich verschiedener Behinderungsarten beachtet werden müssen und welche Ansätze es zur Vernetzung von Vereinen, Initiativen und privaten Personen vor Ort gibt bzw. geben sollte.

6. **Ankommen. Verbinden. Dazugehören. Wie Integration Einsamkeit überwinden und den gesellschaftlichen Zusammenhalt stärken kann (Hamburger-Raum, max. 24 Teilnehmende)**

Menschen mit Migrationsgeschichte sind überdurchschnittlich von Einsamkeit betroffen. Der Workshop widmet sich der Frage, wie Integration und soziale Teilhabe dazu beitragen können, Einsamkeit zu verhindern und gesellschaftlichen Zusammenhalt zu stärken. Gemeinsam werden Herausforderungen, bestehende Ansätze sowie neue Ideen diskutiert, wie Kommunen, soziale Träger und Politik Begegnung fördern und Zugehörigkeit stärken können.

Workshops Teil II: 13:30 – 15:00

7. Social Prescribing: „Gemeinschaft auf Rezept“ (Lechler-Saal, keine Teilnehmerbeschränkung)

Der Workshop beleuchtet Social Prescribing aus unterschiedlichen Perspektiven und diskutiert, wie das „Soziale Rezept“ in der hausärztlichen Versorgung nachhaltig verankert werden kann. Im Mittelpunkt stehen Erfahrungen und Erkenntnisse aus Forschung und Praxis sowie die Frage, welche Voraussetzungen für eine Überführung von Pilotprojekten in die Regelversorgung notwendig sind. Dabei wird insbesondere ein gemeinsamer Blick nach vorne gerichtet: Was braucht es, damit Social Prescribing im deutschen Gesundheitssystem ankommt und von den relevanten Akteuren niederschwellig genutzt werden kann?

Anmeldung

Bitte nutzen Sie unsere Online-Anmeldung:
https://eveeno.com/konferenz_buendnisgegeneinsamkeitbw

Anmeldeschluss ist der 07.10.2026.

Veranstaltungsort

Hospitalhof Stuttgart
Evangelisches Bildungszentrum Hospitalhof
Büchsenstraße 33
70174 Stuttgart

www.hospitalhof.de/service/anfahrt/



Kontakt

Team Einsamkeit

Ministerium für Soziales, Arbeit und Gesundheit

Else-Josenhans-Straße 6

70173 Stuttgart

einsamkeit@sm.bwl.de