



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR ARBEIT,
SOZIALES, TRANSFORMATION
UND DIGITALISIERUNG

MitMenschen!

Maßnahmen gegen Einsamkeit in Rheinland-Pfalz



MitMenschen!
Rheinland-Pfalz gegen Einsamkeit

INHALT

Grußwort	3
Einleitung	4
Jede Politik gegen Einsamkeit ist eine Politik für den sozialen Zusammenhalt.	6
Unsere Ziele	6
Freiwillig gegen Einsamkeit: Bürgerschaftliches Engagement stärken	7
Ehrenamt: Wirksame Prävention gegen Einsamkeit	7
Ehrenamt ist aktiv gegen Einsamkeit	8
Förderprogramm „Miteinander statt einsam – Ehrenamt stärken in Rheinland-Pfalz“	9
Einsamkeit in den Betrieben: Soziale Beziehungen im Arbeitsschutz berücksichtigen	10
Einsamkeit durch Arbeitslosigkeit: Betroffene stärker unterstützen	11
Dabei sein statt allein sein: Unsere Angebote in Pflege und sozialer Arbeit	12
Einsamkeit in der Pflege mitdenken	12
Gemeindeschwester ^{plus} : Erfolgsmodell gegen Einsamkeit im Alter	12
Bewegung hilft gegen Einsamkeit	13
Kampagne „Dabei sein bewegt!“	13
Landesinitiative „Rheinland-Pfalz – Land in Bewegung“	13
Unterstützung gegen Einsamkeit im Zuge des Strategieprozesses „Sozialräume stärken“ –	
Ökumenische Sozialstation Frankenthal	14
Digital-Botschafterinnen und -Botschafter Rheinland-Pfalz	15
Landesinitiative „Neue Nachbarschaften“	15
Landesnetzwerk „Anlaufstellen für ältere Menschen“	16
Lesebotschafterinnen und -botschafter Rheinland-Pfalz	17
Weiterbildung	17
Zusammenhalt für Familien, Kinder und Jugendliche	18
Kinder und hilfsbedürftige Eltern unterstützen	18
Kinder und Jugendliche vor Einsamkeit schützen: Außerschulische Jugendarbeit	19
Diskriminierung bekämpfen	19
Einsamkeit von queeren Menschen entgegenwirken	20
Kriminalprävention	21
Physische und psychische Gesundheit	21
Umsetzungsprozesse zum Präventionsgesetz (PrävG)	23

GRUSSWORT

Zusammenhalt, Geselligkeit und gelebte Gemeinschaft – Rheinland-Pfalz steht als Bundesland für das große Wir. Diese Zugehörigkeit und Verbundenheit empfinden leider nicht alle Menschen. Wir dürfen und wollen nicht die Augen davor verschließen, dass Menschen in unserem Bundesland einsam sind.

Besonders häufig fühlen sich junge und hochbetagte Menschen einsam. Auch Menschen ohne Arbeit, Menschen mit Migrationsgeschichte oder Alleinerziehende sind häufiger von Einsamkeit betroffen. Die Ursachen für Einsamkeit sind sehr individuell und unterschiedlich. Einsamkeit kann jede und jeden treffen.

Die Folgen für die Betroffenen und für unsere Gesellschaft sind gravierend: Einsamkeit kann sich auf die psychische und physische Gesundheit auswirken und mit der Zeit die Sicht auf die Welt eintrüben.

Dadurch isolieren sich Menschen noch mehr von anderen und manchmal sogar von der Demokratie. Einsamkeit ist ein gesamtgesellschaftliches Problem, das wir als Landesregierung anpacken.

Maßnahmen gegen Einsamkeit bauen wir weiter aus und entwickeln neue, wirksame Angebote, die sich an der Vielfalt von Lebenssituationen orientieren. Wir haben ganz unterschiedliche Angebote, um Menschen aus der Einsamkeit herauszuhelfen: durch bürgerschaftliches Engagement, am Arbeitsplatz, im Bereich der Pflege sowie im Bereich der Kriminalprävention und der Gesundheit. Auch richten sich Angebote an bestimmte Gruppen wie Familien, Kinder und Jugendliche oder Menschen ohne Arbeit. Als Landesregierung leitet uns dabei der Grundsatz: Jede Politik gegen Einsamkeit ist eine Politik für den sozialen Zusammenhalt.



A handwritten signature in black ink, reading 'Alexander Schweitzer'.

Alexander Schweitzer
Ministerpräsident von
Rheinland-Pfalz



A handwritten signature in black ink, reading 'Dörte Schall'.

Dörte Schall
Ministerin für Arbeit, Soziales, Transformation und
Digitalisierung des Landes Rheinland-Pfalz



EINLEITUNG

Einsamkeit ist ein drängendes Problem in unserer Gesellschaft. Nicht nur leiden die Betroffenen unter dem Gefühl, sozial ausgeschlossen zu sein: Wo viele Menschen einsam sind, erodiert der Zusammenhalt einer Gesellschaft. Und wo Zusammenhalt verloren geht, da leidet am Ende auch die Demokratie.

Rund 14 Prozent der Deutschen und 13,46 Prozent der Menschen in Rheinland-Pfalz geben an, sich manchmal oder häufig einsam zu fühlen. Einsamkeit bedeutet, wenig soziale Kontakte zu haben oder sich trotz eines sozialen Umfelds isoliert zu fühlen. Es handelt sich um ein subjektives Gefühl:

Einsame Menschen können also wortwörtlich allein sein – aber auch Menschen, die am Arbeitsplatz und im Bekanntenkreis eingebunden sind, können unter Einsamkeitsgefühlen leiden.

Es kann viele Ursachen haben, dass Menschen sich dauerhaft einsam fühlen. Oft sind es individuelle psychische Auslöser, die Menschen in die Isolation treiben. Dem wiederum liegen häufig Ursachen in der Lebenssituation, im Umfeld oder den sozialen Gegebenheiten der Betroffenen zugrunde. Bestimmte Gruppen in unserer Gesellschaft sind daher besonders vulnerabel.

Insbesondere junge Erwachsene sowie hochaltrige Menschen sind von Einsamkeit betroffen. Unter den 18- bis 29-jährigen berichten über 44 Prozent von Einsamkeitsgefühlen; in der Alterskohorte über 75 Jahre sind es rund 32 Prozent. Demgegenüber sind Menschen zwischen 29 und 75 im Schnitt mit rund 25 Prozent deutlich weniger einsam.¹

Menschen fühlen sich insbesondere dann einsam, wenn sie ihr Umfeld nicht als erfüllend und sinnstiftend empfinden. Einsamkeit kann also auf einen Mangel an sozialen Angeboten zurückgeführt werden – aber nicht ausschließlich. Die Ursachen für Einsamkeit sind vielfältig. Es gibt junge Menschen, die in der Schule Mobbing und Leistungsdruck erfahren. In sozialen Medien vernetzen sie sich mit Gleichgesinnten, setzen sich aber zugleich einem beständigen sozialen Vergleich aus, was das Gefühl der Isolation noch verstärken kann. Ausbildung, Studium und Berufseinstieg stellen hohe Anforderungen an die Flexibilität junger Erwachsener – oftmals sind sie mit einem Wohnortswechsel und dem Verlust des vertrauten Umfelds verbunden.

Auch hochaltrige Menschen sind oft einsam. Hochaltrige leiden oftmals darunter, dass ihre Angehörigen weiter entfernt leben, sie selbst pflegebedürftig sind und weniger als früher am sozialen Leben teilhaben können. Gerade Menschen in Pflegeeinrichtungen berichten von Einsamkeit.

Bei Menschen mittleren Alters sind es vor allem Arbeitslosigkeit und Armut, die zum Gefühl sozialer Isolation führen. Unter denjenigen, die innerhalb der letzten zehn Jahre arbeitslos waren, fühlen sich über 39 Prozent der Menschen zumindest manchmal einsam; unter denjenigen, die nicht erwerbslos waren, sind es nur rund 21 Prozent.² Wenige Teilhabemöglichkeiten und Mangel an sozialen

Kontakten hängen oft mit Armut oder geringem Einkommen zusammen.³ Menschen mit Migrationsgeschichte zum Beispiel sind oftmals von Einsamkeit betroffen, weil es ihnen schwerfällt, soziale Kontakte zu knüpfen oder eine Arbeit aufzunehmen; Alleinerziehende finden neben der Erziehung ihrer Kinder häufig kaum eine Möglichkeit, ihr eigenes Sozialleben zu gestalten.

Ob und wie sehr sich Menschen einsam fühlen, verändert sich mit der Zeit. Oftmals hängt Einsamkeit auch vom Wohnort ab: Wo ausreichend Möglichkeiten zu Teilhabe und Begegnung vorhanden sind, fühlen sich Menschen nachweislich weniger einsam. Auch hier zeigen sich soziale Schieflagen: In der sprichwörtlichen „guten Wohnlage“, die über eine gute Ausstattung mit Grünflächen, Spielplätzen und Parks verfügt, sind Menschen weniger einsam als in Regionen mit schwacher Infrastruktur und wenigen Grünflächen, die zur Begegnung einladen könnten. Gerade junge Menschen brauchen öffentliche Orte, an denen sie sich wohlfühlen und einander begegnen können.⁴

So unterschiedlich die Ursachen von Einsamkeit sind, so sehr gilt für alle: Wer einsam ist, dem fehlt etwas Entscheidendes im Leben – erfüllende und sinnstiftende Kontakte zu Mitmenschen. Einsamkeit, das bedeutet: innere Leere. Deshalb führt Einsamkeit oft zur Entwicklung einer Depression – und Depressionen können soziale Isolation noch weiter befördern. Ein Teufelskreis.

Und: Einsamkeit hat auch politische Auswirkungen. Studien zeigen, dass gerade einsame junge Männer sich häufiger radikalisieren, zu demokratiefeindlichen Einstellungen neigen und an Verschwörungstheorien glauben.⁵

1 Daten: Allgemeine Bevölkerungsumfrage der Sozialwissenschaften (ALLBUS).

2 Ebd.

3 Peter A. Berger, Andreas Klärner und André Knabe, Hrsg. (2015), Aspekte der Armut in Mecklenburg-Vorpommern: Forschungsbericht im Auftrag der Arbeiterwohlfahrt Mecklenburg-Vorpommern. Schwerin: Arbeiterwohlfahrt (AWO) Landesverband Mecklenburg-Vorpommern.

4 Claudia Neu, Beate Küpper und Maike Luhmann (2023), Extrem Einsam? Die demokratische Relevanz von Einsamkeitserfahrungen unter Jugendlichen in Deutschland. Das Progressive Zentrum: Berlin.

5 Ebd.

Jede Politik gegen Einsamkeit ist eine Politik für den sozialen Zusammenhalt.

Während der Corona-Pandemie haben Maßnahmen zur sozialen Distanzierung Einsamkeitsgefühle gerade bei unter 20-Jährigen und bei Menschen mittleren Alters weiter verstärkt. Immer mehr junge Menschen sind von chronischer Einsamkeit betroffen. Auch wenn „Abstand halten“ notwendig war, um die Ausbreitung des Virus einzudämmen: An der Bewältigung der Folgen, die im Zuge von Isolation, familiärer Belastung und der Umstrukturierung des Arbeitslebens entstanden sind, arbeiten wir noch heute. In unserem Koalitionsvertrag haben wir als rheinland-pfälzische Landesregierung ein Versprechen geleistet: Wir wollen den sozialen und ökonomischen Folgen der Pandemie mit konkreten Maßnahmen begegnen.

Wir verstehen Einsamkeit als soziales Problem in einem weiten Sinne. Eine moderne Sozialpolitik kann nicht mehr ohne Maßnahmen gegen Vereinsamung gedacht werden, wenn sie weiterhin die Teilhabe Aller sicherstellen will. Deshalb braucht es politische Antworten. Es braucht Maßnahmen, die die vielfältigen Ursachen von Einsamkeit im Blick haben und Lösungen anbieten, die auch bei den Menschen ankommen. Deshalb umfassen unsere Maßnahmen eine Vielzahl von präventiven und intervenierenden Ansätzen, darunter neue und auch bewährte.

Diese Maßnahmen haben wir im Dialog mit Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern sowie mit Praktikerinnen und Praktikern entwickelt. Wir betrachten Einsamkeit aus unterschiedlichsten Perspektiven: psychologisch, medizinisch, sozial. Wir berücksichtigen die Bedürfnisse, die junge und betagte Menschen haben, Menschen in Pflegeeinrichtungen, Menschen in Arbeitslosigkeit oder Menschen mit psychischen Krankheiten. Sie sollen wissen: Rheinland-Pfalz ist ein Land des Zusammenhalts – und soll es bleiben.

Unsere Ziele

1. **Wir fördern die Sichtbarkeit von Einsamkeit als Thema.** Viele Menschen sind einsam, aber sprechen nicht darüber: Einsamkeit ist immer noch ein Tabuthema. Über die eigene Situation zu sprechen und sich Hilfe zu suchen, fällt vielen Menschen schwer. Wir wollen Stigmatisierung entgegenwirken, um Schamgefühle zu lindern und die Hürden zur Wahrnehmung von Angeboten abzubauen. Wir wollen die Sensibilität der Bürgerinnen und Bürger für das Thema fördern und die vielfältigen Angebote des Landes – digital und analog – sichtbar und leicht zugänglich machen.
2. **Wir arbeiten auf Grundlage von wissenschaftlicher und praktischer Expertise.** Einsamkeit betrifft viele verschiedene Gruppen und hat unterschiedliche Ursachen. Deshalb wurde der Prozess zur Erstellung unserer Maßnahmen von Anfang an wissenschaftlich begleitet und im Austausch mit Expertinnen und Experten ausgearbeitet. Sowohl das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung (MASTD) als auch das Ministerium für Familie, Frauen, Kultur und Integration (MFFKI) haben Fachtage zu Schwerpunktthemen im Kontext von Einsamkeit durchgeführt, aus denen Maßnahmen entwickelt wurden. Wir werden dort ansetzen, wo es notwendig ist, und das umsetzen, was wirkt.
3. **Wir stärken Maßnahmen, die Einsamkeit lindern.** Viele bereits bestehende Maßnahmen in verschiedenen Bereichen wirken auch gegen Einsamkeit. Ein Beispiel ist etwa das Programm Gemeindeschwester^{plus}. Wir wollen diese Maßnahmen stärken und weiterentwickeln. Wir wollen vorhandene Angebote gezielt so anpassen, dass sie Einsamkeit mitdenken.
4. **Entwicklung neuer Angebote gegen Einsamkeit.** Trotz bestehender Maßnahmen fehlt es in manchen Bereichen an Angeboten, die die Einsamkeit bestimmter Zielgruppen passgenau bekämpfen. Wir wollen diese Lücken identifizieren und dort, wo es notwendig ist, neue Ansätze prüfen.

FREIWILLIG GEGEN EINSAMKEIT: BÜRGERSCHAFTLICHES ENGAGEMENT STÄRKEN

Bürgerschaftliches Engagement, Ehrenamt und Freiwilligenarbeit sind wichtig für unsere Gesellschaft. Auch in der Prävention und Linderung von Einsamkeit spielen sie eine zentrale Rolle. Zum einen schützen Ehrenamt und bürgerschaftliches Engagement durch das gemeinschaftliche Handeln vor Einsamkeit. Zum anderen gibt es vielfältige Formen und Ansätze ehrenamtlicher Arbeit, die sich explizit darauf richten, Menschen in ihrer Einsamkeit zu erreichen, sie zu integrieren und in ihren besonderen Lebenslagen nicht allein zu lassen.

Wir wollen Ehrenamt und freiwilliges Engagement sichtbar machen, würdigen und fördern.

Ehrenamt: Wirksame Prävention gegen Einsamkeit

Laut dem Deutschen Freiwilligensurvey 2019 sind rund 42 Prozent der Menschen in Rheinland-Pfalz freiwillig engagiert. Sie bringen sich ehrenamtlich in Vereinen, Verbänden und Kirchengemeinden ein, aber auch in Initiativen und Projekten. Sie packen soziale und kulturelle Aufgaben an, begeistern andere für den Sport, kümmern sich um unsere Umwelt, helfen und pflegen alte oder kranke Menschen, engagieren sich in den Hilfs- und Rettungsdiensten, in der internationalen Zusammenarbeit und der Entwicklungshilfe oder in der Flüchtlingshilfe. Eine demokratische und solidarische Gesellschaft ist ohne dieses Engagement nicht vorstellbar. Mit ihrem freiwilligen Engagement tragen sie zu einer Kultur der Solidarität, der Zugehörigkeit und des gegenseitigen Vertrauens bei und stärken damit den Zusammenhalt der Gesellschaft.

Bürgerschaftliches Engagement ist unersetzlich für ein funktionierendes Gemeinwesen und eine lebendige Demokratie. Es erbringt Leistungen und übernimmt Aufgaben, die kein noch so gut ausgestatteter Sozialstaat allein erbringen könnte. Ohne dieses Engagement würden viele Bereiche unseres Lebens und der Daseinsvorsorge nicht funktionieren. Daher nimmt die Förderung von Ehrenamt und Bürgerengagement seit vielen Jahren einen hohen Stellenwert in der Landespolitik ein. Zahlreiche Programme und Strukturen auf Landesebene tragen dazu bei, dass dieses Engagement nicht nur anerkannt und gewürdigt, sondern auch nach Kräften unterstützt wird. Ein Beispiel ist die gesundheitsbezogene Selbsthilfe mit ihren Selbsthilfegruppen und -vereinigungen. Diese sind oftmals ehrenamtlich engagiert und bringen sich für Betroffene und Angehörige ein, ermöglichen Teilhabe, Information und Aufklärung auf Augenhöhe. Als vierte Säule im Gesundheitswesen sind sie neben den professionellen Akteuren nicht mehr wegzudenken.

Ehrenamtliches, freiwilliges oder bürgerschaftliches Engagement werden in aller Regel gemeinschaftlich ausgeübt. Hier kommen Menschen mit gleichen Ideen, Überzeugungen und Interessen zusammen, um gemeinsam die Gesellschaft wenigstens im Kleinen zu verändern und zu verbessern. Damit ist das Ehrenamt – bewusst oder unbewusst – ein wichtiger Lebensbereich, der Einsamkeit ganz automatisch entgegenwirkt. Ehrenamtsförderung ist damit eine wirksame Prävention gegenüber Einsamkeit.

Das Ehrenamt ist dabei ein Ort, an dem Menschen ganz unterschiedlichen Alters, Geschlechts, Herkunft und religiöser Überzeugungen gemeinsam wirken. Es ist wie kaum ein anderer gesellschaftlicher Bereich dazu geeignet, Integration ganz praktisch zu leben und Brücken zu bauen über verschiedene Lebenswelten und -wirklichkeiten hinweg. Der Brückenpreis des Ministerpräsidenten etwa stellt die besonderen Integrationspotenziale des Ehrenamts in den Mittelpunkt.



Diese Potenziale des Ehrenamts sichtbarer zu machen und zu würdigen, ist ein wichtiger Aspekt im Kampf gegen Einsamkeit sowie der Förderung des Ehrenamts in Rheinland-Pfalz.

Ehrenamt ist aktiv gegen Einsamkeit

Ehrenamt und Bürgerengagement sind dynamisch und stets in Entwicklung. Die Menschen reagieren auf gesellschaftliche Veränderungen und Herausforderungen und greifen diese mit ihrem Tun auf. Es ist ihnen nicht egal, wie es ihren Nachbarinnen und Nachbarn geht, ob Menschen leiden oder Hilfe benötigen. Sie handeln und entwickeln neue Wege, Ideen und Ansätze. Dies gilt auch für das Problem der zunehmenden Einsamkeit.

So gibt es viele soziale Organisationen, allen voran die Wohlfahrtsverbände, die mit ihren Einrichtungen und Diensten soziale Hilfsangebote, aufsuchende Dienste, Orte der Begegnung und Anlässe für Gemeinschaft und Geselligkeit bieten. Viele dieser Angebote funktionieren nur, weil hauptamtliche Kräfte hier gemeinsam mit Ehrenamtlichen tätig sind. Die Landesregierung fördert das Ehrenamt in den Wohlfahrtsverbänden auch finanziell.

Daneben gibt es zahlreiche Initiativen und Projekte, die jenseits formaler Organisationsstrukturen Hilfe, Unterstützung und Begleitung bieten. Wie wichtig diese „informellen“ Formen des Engagements für den Kampf gegen Vereinsamung sind, ist nicht zuletzt in der Corona-Pandemie sichtbar geworden. Unzählige Projekte haben in dieser schwierigen Zeit dafür gesorgt, dass ältere und beeinträchtigte Menschen mit Einkaufsdiensten unterstützt wurden, dass sie Kontakt hatten und Bezüge zur Gemeinschaft aufrechterhalten wurden.

Vielerorts entstehen auch neue Strukturen, die verschiedene ehrenamtliche Angebote, Dienste und Nachbarschaftshilfen bündeln und stärken. Diese sind besonders wichtig und wirksam im Kampf gegen Einsamkeit.

- Mit der Landesinitiative „Neue Nachbarschaften“, die gemeinsam mit der Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenbüros (BaS) umgesetzt wird, unterstützt das Land den Aufbau von Nachbarschaftszentren konzeptionell und finanziell sowie mit Austausch- und Vernetzungsformaten.

Auch die Kommunen sind mit vielfältigen Angeboten aktiv, das Ehrenamt zu unterstützen.

- Die Initiative „Ich bin dabei!“ von Ministerpräsident Alexander Schweitzer hat mit dem Angebot „Menschen 60+ fürs Ehrenamt begeistern“ vor Ort neue Möglichkeiten geschaffen, um junge Seniorinnen und Senioren, die sich bislang noch nicht engagiert haben, bei der Realisierung eigener Ideen für ein gesellschaftliches Engagement zu begleiten. Sie eröffnen mit ihren Projekten neue Gelegenheiten für Mitwirkung, Geselligkeit und Gemeinschaft.
- Wichtige Strukturen in diesem Feld sind auch die Seniortrainerinnen- und Seniorentainer, die ihre Erfahrungen und Expertise in den Dienst des freiwilligen Engagements stellen.
- Freiwilligenagenturen und Ehrenamtsbörsen in den Städten und Gemeinden sind wichtige Knotenpunkte der Engagementförderung. Sie sind nicht nur Mittler zwischen den an einem Engagement interessierten Menschen und Organisationen, die Engagierte suchen. Sie wirken auch daran mit, die Förderung freiwilligen Engagements voranzutreiben. Auch sie spielen eine wichtige Rolle im Kampf gegen die zunehmende Einsamkeit. Sie werden von Land und Kommunen finanziell in ihrer Arbeit unterstützt.

Förderprogramm „Miteinander statt einsam – Ehrenamt stärken in Rheinland-Pfalz“

Mit dem neuen Förderprogramm „Miteinander statt einsam“ setzt Rheinland-Pfalz bewusst auf das Ehrenamt als entscheidende Säule im Kampf gegen Einsamkeit. Ziel ist es, lokale Initiativen zu stärken, die Menschen aus sozialer Isolation herauszuholen und ihnen wieder Begegnung und Teilhabe zu ermöglichen. Das Förderprogramm bietet kleinen, unkomplizierten Projekten finanzielle Unterstützung bis maximal 500 Euro und honoriert die geleisteten ehrenamtlichen Stunden mit einer Aufwandsentschädigung. So können Projekte wie Nachbarschaftscafés, Vorleseaktionen, Bewegungsgruppen oder digitale Unterstützungsangebote ganz konkret gefördert werden.

Zunächst sollen rund 400 Projekte finanziell unterstützt werden. Dabei stehen ausreichende finanzielle Mittel zur Verfügung, um ehrenamtlichen Initiativen im gesamten Land unkompliziert und unbürokratisch den Rücken zu stärken. Die Landesregierung sendet damit ein starkes Zeichen der Wertschätzung an alle, die sich ehrenamtlich gegen Einsamkeit engagieren und die Gemeinschaft vor Ort stärken. Denn Rheinland-Pfalz möchte ein Land sein, in dem niemand einsam zurückgelassen wird und Menschen aktiv füreinander da sind.

EINSAMKEIT IN DEN BETRIEBEN: SOZIALE BEZIEHUNGEN IM ARBEITSSCHUTZ BERÜCKSICHTIGEN

Nicht immer sind einsame Menschen auch sozial isoliert. Oftmals sind sie von vielen Menschen umgeben – und fühlen sich trotzdem allein. Etwa im Berufsleben: Trotz eines großen kollegialen Umfelds können Menschen sich am Arbeitsplatz ausgeschlossen fühlen und Distanz empfinden. Mangelt es dann auch an einem erfüllenden privaten Sozialleben, können sich Einsamkeitsgefühle verfestigen.

Einsamkeit im Berufsleben kann viele Ursachen haben. Oft sind Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter dann einsam, wenn sie in einer isolierten Arbeitsumgebung tätig sind und ihnen Gelegenheiten zum Austausch mit den Kolleginnen und Kollegen fehlen.

Wir wollen Arbeitsbedingungen, individuelle Aspekte und Möglichkeiten zum Austausch am Arbeitsplatz systematisch auch auf eine mögliche Gefährdung durch Einsamkeit hin analysieren. Dadurch werden potenzielle Risikofaktoren identifiziert. Auf dieser Grundlage können geeignete Maßnahmen entwickelt und umgesetzt werden.

Wir wollen beim Arbeitsschutz ansetzen: Arbeitgeber haben die Pflicht, die Arbeit so zu gestalten, dass eine Gefährdung für die physische und psychische Gesundheit möglichst vermieden und die verbleibende Gefährdung minimiert wird. Grundlage dessen ist eine Gefährdungsbeurteilung. Diese muss auch Gefährdungen durch psychische Belastung bei der Arbeit berücksichtigen. Das beinhaltet

auch die Evaluierung der sozialen Beziehungen bei der Arbeit und die soziale Unterstützung am Arbeitsplatz – beides sind wichtige Ressourcen für das psychische Wohlbefinden der Beschäftigten. Einsamkeit kann vor allem an Arbeitsplätzen entstehen, an denen die Beschäftigten weitgehend ohne oder mit wenigen Kolleginnen und Kollegen agieren. Besonders Menschen im Homeoffice sind gefährdet. Wir wollen sicherstellen, dass Betriebe dies als mögliche Gefährdung der psychischen Gesundheit erkennen und berücksichtigen.

- Die Gewerbeaufsichtsbeamtinnen und -beamten in Rheinland-Pfalz sind auch in der psychischen Gefährdungsbeurteilung gut geschult. Sie werden zudem als Stammsachbearbeiterinnen und -sachbearbeiter in der Arbeitsschutzaufsicht und Beratung von Unternehmen eingesetzt. Daher können sie kompetent beurteilen, ob eine Gefährdungsbeurteilung im Arbeitsschutz als angemessen angesehen werden kann und die Verantwortlichen in den Betrieben kompetent zur psychischen Gefährdungsbeurteilung beraten. Aufgrund der regelmäßigen Betriebsbesichtigungen im Außendienst, auch im Zusammenhang mit der „Gemeinsamen Deutschen Arbeitsschutzstrategie“, bei der neben der Arbeitsschutzorganisation auch die Berücksichtigung der psychischen Belastung in der Gefährdungsbeurteilung überprüft wird, verfügen sie über eine breite Erfahrung in diesem Themenfeld.

- Wir wollen die Kompetenzen der Gewerbeaufsichtspersonen weiterentwickeln. Ab 2025 soll bei Betriebsbesichtigungen im Rahmen der psychischen Gefährdungsbeurteilung verstärkt der Aspekt der „sozialen Beziehungen bei der Arbeit“ in den Blick genommen werden. Auch in den Betrieben soll stärker für das Thema sensibilisiert werden. Gleichzeitig soll der beim Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung (MASTD) eingerichtete Bei-

rat für Arbeitsschutz die Sensibilisierung für das Thema unterstützend begleiten. In Unternehmen mit einem hohen Anteil an Telearbeit sollen 2025 Betriebsbesichtigungen durchgeführt werden. Bei der Prüfung der Gefährdungsbeurteilung soll besonderes Augenmerk darauf gelegt werden, ob die Unternehmen die psychischen Belastungen der Beschäftigten auch unter dem Aspekt „soziale Beziehungen“ angemessen berücksichtigen.

EINSAMKEIT DURCH ARBEITSLOSIGKEIT: BETROFFENE STÄRKER UNTERSTÜTZEN

Arbeit dient nicht nur dem Lohnerwerb, sondern hat auch eine soziale Funktion. Freundschaften und Netzwerke bilden sich häufig auch am Arbeitsplatz. Umgekehrt besteht zwischen Einsamkeit und Arbeitslosigkeit ein starker Zusammenhang. Für die Betroffenen führt Arbeitslosigkeit, die häufig mit Armut einhergeht, oft auch zu sozialer Isolation. Zum einen mangelt es insbesondere Langzeitarbeitslosen oft an sozialen Netzwerken; zum anderen fehlen monetäre Mittel, um Freizeitangebote zu nutzen. In der Folge ziehen sich Betroffene (noch weiter) zurück und isolieren sich von ihrem sozialen Umfeld.

Wir wollen arbeitslose Menschen dabei unterstützen, nicht in die Einsamkeit zu geraten. Dafür setzen wir auf niedrigschwellige Freizeitangebote und Sensibilisierung wie Schulung von Betroffenen und Fachkräften in Jobcentern und arbeitsmarktbezogenen Projekten:

- Das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung plant mit seinen Partnerinnen und Partnern offene Bewegungsangebote in den Regionen.
- Im Rahmen des Programmes teamw()rk werden an unterschiedlichen Standorten in Rheinland-Pfalz Angebote beim „Treffpunkt Gesundheit“ zur Verfügung gestellt. Durch gemeinsame Aktivitäten rund um das Thema „Gesundheit“ soll die soziale Teilhabe erwerbsloser Menschen gefördert werden.
- Wir entwickeln Kurse zu den Themenschwerpunkten „Einsamkeit“ und „soziale Netzwerke“ als Teil psychosozialer Trainings sowie als spezielle Angebote für Alleinerziehende. Diese werden im Rahmen des AktivA-Programms der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz (LZG) angeboten.

- Im Rahmen des Programmes teamw()rk werden im Jahr 2025 Fortbildungen zum Thema „Einsamkeit“ angeboten. Dabei soll das Thema Einsamkeit und Erwerbslosigkeit/Gesundheit noch einmal verstärkt in den Fokus genommen werden.

Inhalte sind unter anderem der Umgang mit Einsamkeit und einsamkeitsrelevanten Aspekten. Zielgruppe der Fortbildungen sind beispielsweise Fachkräfte in Jobcentern bzw. in arbeitsmarktpolitischen Projekten.

DABEI SEIN STATT ALLEIN SEIN: UNSERE ANGEBOTE IN PFLEGE UND SOZIALER ARBEIT

Pflegebedürftige Menschen sind oft besonders gefährdet, einsam zu werden. Mit der Erstellung spezieller, niedrigschwelliger Schulungsangebote wollen wir die Pflegefachpersonen in Rheinland-Pfalz sensibilisieren, schulen und befähigen, dem Thema Einsamkeit von zu pflegenden Menschen professionell entgegenzutreten und Menschen bei ihrem Weg aus der Einsamkeit zu unterstützen.

Einsamkeit in der Pflege mitdenken

Einsamkeit zieht schwerwiegende gesundheitliche Folgen nach sich – es ist daher unabdingbar, sie zum Gegenstand der breitflächigen Gesundheitsvorsorge zu machen. Grundlage dafür ist die Sensibilisierung von Pflegefachpersonen im Rahmen der Aus- und Weiterbildung.

In Zusammenarbeit mit der für die Weiterbildung in der Pflege zuständigen Landespflegekammer RLP wird ein Expertentisch „GEMEinsam gegen EINSAM“ eingerichtet, an dem Handlungsempfehlungen und Methodenkoffer entwickelt werden, die von den Multiplikatorinnen und Multiplikatoren an Pflege-

fachschulen, Weiterbildungsstätten und Fachschulen, aber auch von anderen Interessierten genutzt werden können.

Gemeindeschwester^{plus}: Erfolgsmodell gegen Einsamkeit im Alter

Gemeindeschwester^{plus} ist ein Unterstützungs- und Beratungsangebot, das sich an ältere Menschen richtet, die in der eigenen Wohnung leben und noch nicht pflegebedürftig sind.

Die Fachkraft Gemeindeschwester^{plus} besucht die Menschen nach Absprache zu Hause und berät sie kostenlos und individuell. Das Angebot umfasst sowohl präventiv ausgerichtete Beratung, beispielsweise zur sozialen Situation, gesundheitlichen oder hauswirtschaftlichen Versorgung. Aber die Gemeindeschwester^{plus} hilft auch bei der Vermittlung von wohnortnahen und gut erreichbaren Angeboten – geselligen Treffen, Bewegungsangeboten oder sonstigen Veranstaltungen. Das Ziel: Seniorinnen und Senioren sollen möglichst lange selbstständig dort leben können, wo sie möchten.

Die Fachkräfte von Gemeindeschwester^{plus} gestalten das Leben vor Ort mit. Ihre Aufgabe ist es, Angebote in den jeweiligen Regionen anzuregen und zu initiieren, um damit soziale Teilhabe zu ermöglichen – zum Beispiel Bewegungsangebote, Mitfahrbänke oder Singgemeinschaften. Sie stellen Kontakte zu ehrenamtlich Aktiven, zu Vereinen, Kirchengemeinden und der Freien Wohlfahrtspflege her. In ihrer Rolle fungiert sie auch als Multiplikator für Gesundheitsförderung und Prävention in der Lebenswelt innerhalb der Kommune.

Die Gemeindeschwester^{plus} ist in Rheinland-Pfalz als Landesprogramm verstetigt und hat sich als wichtiger Baustein in der sozialräumlichen Versorgung bewährt. Die Arbeit der Fachkräfte von Gemeindeschwester^{plus} vermittelt älteren Menschen Wertschätzung und hilft ihnen, ihre Selbstständigkeit zu bewahren.

Die Evaluation des Programms Gemeindeschwester^{plus} hat gezeigt: Gemeindeschwester^{plus} wirkt. Menschen, die das Angebot in Anspruch nehmen, berichten von geringeren Einsamkeitsgefühlen. Deshalb wollen wir das Erfolgsmodell Gemeindeschwester^{plus} dauerhaft fördern.

Bewegung hilft gegen Einsamkeit

Viele Menschen bewegen sich zu wenig. Aber wer sich gemeinsam mit anderen bewegt, Sport macht oder tanzt, der hilft nicht nur seiner Gesundheit, sondern beugt auch der Einsamkeit vor. Die Förderung körperlicher Aktivität hat einen großen Einfluss auf die Gesundheit und die Lebensqualität aller Menschen. Wer sich ausreichend bewegt, hat bessere Chancen, gesund zu bleiben und Erkrankungsrisiken zu senken. Insbesondere für ältere Menschen und Menschen mit Behinderungen stellt körperliche Aktivität einen entscheidenden Faktor für den Erhalt von individueller Mobilität dar. Wir greifen diesen Ansatz mit zwei Kampagnen bzw. Initiativen auf.

Kampagne „Dabei sein bewegt!“

Im Jahr 2015 wurde die Kampagne „Ich bewege mich – mir geht es gut!“ im damaligen Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie entwickelt und gemeinsam mit der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) gestartet. Niedrigschwellige Angebote der Bewegungsförderung für die vulnerable Gruppe der älteren Menschen sind einerseits Maßnahmen für soziale Teilhabe und somit gegen Vereinsamung. Andererseits haben sie präventiven und gesundheitsfördernden Charakter, denn die Mehrheit der Menschen ab 60 Jahren bewegt sich zu wenig – nur etwa ein Drittel erfüllt die nationalen Bewegungsempfehlungen. Die Evaluationsergebnisse zur Kampagne „Ich bewege mich – mir geht es gut!“ legen nahe, die bestehende Kampagne stärker sozialräumlich zu verankern.

Deshalb haben wir die Bewegungsbegleiter weiterentwickelt zur Kampagne „Dabei sein bewegt!“. Sie startet im Jahr 2025. Die Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) begleitet die Kampagne fachlich und in der Öffentlichkeitsarbeit. In ganz Rheinland-Pfalz sollen ältere Menschen niedrigschwellige Bewegungsangebote vorfinden, die sie gleichzeitig in ihrer sozialen Teilhabe unterstützen. Die Herausforderung besteht darin, isoliert und allein lebende Menschen zu erreichen. Erfolgversprechend ist dafür die weitere Vernetzung und Intensivierung der Zusammenarbeit mit den Fachkräften der Gemeindeschwester^{plus}.

Die Bewegungsangebote sind für jede und jeden nutzbar, unabhängig von Einkommen und Vermögen. Sie werden kostenlos angeboten und finden im öffentlichen Raum statt: Im Freien in Parkanlagen oder auf anderen öffentlichen Plätzen, im Innenbereich in Gemeindehäusern, Schulturnhallen oder Pflegeeinrichtungen.

Landesinitiative „Rheinland-Pfalz – Land in Bewegung“

Im Jahr 2020 hat die Landesregierung begonnen, eine landesweite Bewegungsinitiative „Rheinland-Pfalz – Land in Bewegung“ zu entwickeln und aus-

zubauen. Mit Ministerratsbeschluss im Juli 2021 wurde der Ausbau und die Entwicklung der Bewegungsinitiative konkretisiert.

Im Rahmen des 1. rheinland-pfälzischen Bewegungsgipfels im September 2023 wurde folgende Vereinbarung getroffen: Unser gemeinsames Ziel ist mehr Bewegung und Sport.

Die Landesregierung, die Kommunen, der organisierte Sport und alle Partnerinnen und Partner wollen mit den in der Erklärung beschriebenen Maßnahmen gemeinsam die Förderung eines gesunden und aktiven Lebensstils durch Bewegung und Sport gestalten, vorantreiben, zukunftsorientiert entwickeln und durch einen fortlaufenden Evaluationsprozess begleiten.

Die strategische Entwicklung erfolgt durch eine Steuerungsgruppe, an der neben der Staatskanzlei verschiedene Ministerien beteiligt sind. Die Kommunen in Rheinland-Pfalz werden durch den Gemeinde- und Städtebund, den Landkreistag und den Städtetag vertreten. Der rheinland-pfälzische Sport wird in der Steuerungsgruppe durch den Landessportbund, den Behinderten- und Rehabilitationssportverband, Special Olympics und den Gehörlosensportverband repräsentiert.

Die Leitung und Koordination des Projektes ist im Kompetenzzentrum „Land in Bewegung“ im Ministerium des Innern und für Sport angesiedelt.

Als Netzwerkerinnen und Netzwerker sind in den 24 Landkreisen und zwölf kreisfreien Städten Bewegungsmanagerinnen und Bewegungsmanager in geringfügiger Beschäftigung eingesetzt.

Im Zusammenspiel von Projektkoordination und Bewegungsmanagerinnen und Bewegungsmanagern werden landesweite Aktionen geplant und entwickelt. So wurden unter anderem die Konzepte der „Bewegungssteine XL“ – Bewegungsparcours mit beschilderten Findlingen – oder die „Leichten Wege“ – beschilderte, barrierearme Forstwege zur Bewegung auch mit Rollator oder Rollstuhl – erarbeitet und mittlerweile mehrfach umgesetzt.

Die Nutzung dieser Bewegungsräume steht der Bevölkerung jederzeit und kostenlos zur Verfügung.

Die Aufgabe der Bewegungsmanagerinnen und Bewegungsmanager ist es, die kommunalen Stakeholder zusammenzuführen, um durch intensive Netzwerkarbeit ein möglichst umfangreiches Portfolio für Bewegung und Sport im öffentlichen Raum der Kommunen zu ermöglichen.

Bewegung hat großen Einfluss auf die Gesundheit und Reduktion von Erkrankungsrisiken. Insbesondere für ältere Menschen und Menschen mit Behinderungen ist körperliche Aktivität ein entscheidender Faktor, um die Mobilität und Gesundheit zu stärken und zu erhalten.

Ziel der Landesinitiative ist, die Menschen in Rheinland-Pfalz langfristig zu mehr Bewegung und Sport zu animieren und so zur individuellen Förderung eines gesunden und aktiven Lebensstils durch Bewegung und Sport zu führen. Hierbei sollen vorhandene und neue Bewegungs- und Sportangebote in den rheinland-pfälzischen Städten und Gemeinden bekannter und für alle zugänglich gemacht werden. Sie sollen einen wichtigen Beitrag für mehr Spaß an Bewegung und einen gesunden Lebensstil leisten.

Im März 2025 folgte der 2. rheinland-pfälzische Bewegungsgipfel. Die diesjährige Gipfelerklärung formuliert das gemeinsame Ziel, Bewegung und Sport in der Gesellschaft zu verankern und vielfältig inklusiv auszubauen.

Unterstützung gegen Einsamkeit im Zuge des Strategieprozesses „Sozialräume stärken“ – Ökumenische Sozialstation Frankenthal

Trotz vielfältiger Leistungsansprüche und verschiedener Versorgungsformen gibt es in manchen Lebenslagen Angebotslücken. Das Projekt der Ökumenischen Sozialstation Frankenthal hilft dabei, diese Lücken vor Ort durch Angebote zu schließen und knüpft dabei an weitere Maßnahmen der Landesregierung wie etwa Gemeindeschwester^{plus} an.

Das MASTD unterstützt beispielsweise ein Projekt der Ökumenischen Sozialstation Frankenthal, das die Bedürfnisse älterer und pflegebedürftiger Menschen jenseits bereits bestehender, sozialrechtlich abgesicherter Angebote und Leistungen in den Blick nimmt. Im Fokus des Projekts stehen zwei Zielsetzungen:

- Es soll die psychosoziale Begleitung älterer und pflegebedürftiger Menschen sowie ihrer Angehörigen in Krisensituationen gewährleisten. Dazu gehören etwa Trauerbegleitung, begleitendes Aufsuchen etwa auch in stationären Pflegeeinrichtungen, die alltagspraktische Unterstützung während eines Krankenhausaufenthalts oder auch die Mediation bei innerfamiliären Konflikten.
- Darüber hinaus sichert die Förderung das Angebot von Bewegungsgruppen, in denen geschulte Bewegungsbegleiterinnen und -begleiter dazu animieren, außer Haus und in der Gemeinschaft körperlich aktiv zu bleiben. Schließlich wird die Informationsarbeit rund um die Themen „Älter werden“ und „Pflegebedürftigkeit“ unterstützt.

Digital-Botschafterinnen und -Botschafter Rheinland-Pfalz

2018 startete das Projekt „Digital-Botschafterinnen und -Botschafter Rheinland-Pfalz“. Inzwischen gibt es ein landesweites Netz ehrenamtlich aktiver Personen, die ältere Menschen in Rheinland-Pfalz dabei unterstützen, den Schritt in die digitale Welt zu wagen und so Teilhabe an der digitalen Gesellschaft fördern. Sie sind damit ein wichtiger Baustein in der Digitalstrategie des Landes.

- Die Digital-Botschafterinnen und -Botschafter sind in allen Landkreisen und kreisfreien Städten in Rheinland-Pfalz aktiv. Sie zeigen, wie digitale Teilhabe im Alter gelingen kann, bauen Berührungsängste ab und gehen passgenau auf die Bedürfnisse und Situation der älteren Menschen ein.

- Egal ob Hausbesuche, offene Treffs oder individuelle Sprechstunden – das Projekt bietet für alle Hilfesuchenden die passende Unterstützung. Zugleich bietet es eine erfüllende Aufgabe für all diejenigen, die sich einbringen möchten.
- Die ehrenamtlichen Digital-Botschafterinnen und -Botschafter können auf ein breites Spektrum praktischer und fachlicher Unterstützung auf dem Portal des Projektes zugreifen und werden in Web-Seminaren fortlaufend weitergebildet. Im internen Forum können sie sich vernetzen und zu Erfahrungen und Fragen austauschen.

Das Projekt „Digital-Botschafterinnen und -Botschafter Rheinland-Pfalz“ hat sich bundesweit einen Namen gemacht, wurde ausgezeichnet und dient anderen Bundesländern und vielen Initiativen als Best-Practice-Beispiel. In Kooperation mit der Stiftung „Medienkompetenz Forum Südwest“ wurde das Projekt auch in die Deutschsprachige Gemeinschaft Belgiens adaptiert, wo nun auch Digital-Botschafterinnen und -Botschafter ausgebildet werden. Außerdem ist die ländliche Erwachsenenbildung Rheinland-Pfalz seit 2022 Partner und bildet in ländlichen Regionen Digital-Botschafterinnen und -Botschafter für das Projekt aus.

Zum 1. Januar 2024 wurde das Projekt der „Digital-Botschafterinnen und -Botschafter“ durch die Stiftung „MedienKompetenz Forum Südwest“ komplett an die Medienanstalt Rheinland-Pfalz übertragen. Die Medienanstalt hat das Projekt in den letzten fünf Jahren bereits tatkräftig mit ihrer fachlichen Expertise im Bereich der Medienkompetenz und durch ihr landesweites Netzwerk unterstützt.

Landesinitiative „Neue Nachbarschaften“

Eine gute Nachbarschaft hilft, sozialer Isolation vorzubeugen. Die Landesinitiative „Neue Nachbarschaften – engagiert zusammen leben in Rheinland-Pfalz!“ wurde im Jahr 2015 vom Sozialministerium und der Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenbüros e.V. (BaS) als Projektträger ins Leben gerufen. Die

Landesinitiative und die ihr zugehörigen Initiativen und Projekte möchten die Menschen in Rheinland-Pfalz ermutigen, sich vor Ort aktiv für eine lebendige Nachbarschaft einzusetzen.

In Rheinland-Pfalz engagieren sich rund 150 Nachbarschaftsinitiativen im Rahmen der Landesinitiative für eine lebendige Nachbarschaft. Die Nachbarschaftsinitiativen bieten vielfältige Angebote für die soziale Teilhabe aller Generationen. Gute Nachbarschaften stärken die Gemeinschaft und tragen dazu bei, dass sich Menschen dort, wo sie leben, Zuhause fühlen. Aktive Nachbarschaften bedeuten in jedem Lebensalter einen Gewinn an Lebensqualität. Sie schaffen Gemeinschaften vor Ort, etablieren eine Kultur des guten Miteinanders und stärken den sozialen Zusammenhalt in Rheinland-Pfalz. Die Angebote der Nachbarschaftsinitiativen reichen von organisierten Nachbarschaftshilfen über Kultur- und Freizeitprogramme bis hin zu Wohnprojekten und Betreuungsangeboten für Menschen mit Pflegebedarf. Zu den wichtigsten Zielgruppen zählen Familien, Menschen mit geringem Einkommen sowie Kinder und Jugendliche. Hauptzielgruppen bleiben jedoch Menschen mit Unterstützungsbedarf und ältere Menschen im Land, denn im Alter steigt das Risiko zunehmender Isolation. Die Ursachen dafür sind vielfältig – darunter etwa der Verlust des Partners oder der Partnerin, gesundheitliche Probleme, abnehmende Mobilität oder geringes Einkommen. Die vielen Nachbarschaftsprojekte und -initiativen im Land tragen dazu bei, alleinlebende Menschen aus ihrer Einsamkeit zu holen und drohender Vereinsamung entgegenzuwirken.

Landesnetzwerk „Anlaufstellen für ältere Menschen“

Das Landesnetzwerk „Anlaufstellen für ältere Menschen in Rheinland-Pfalz“ bietet Kontaktstellen für Menschen im Alter, die von Haupt- und Ehrenamtlichen gemeinschaftlich und gleichberechtigt organisiert werden. Das Team bildet ein Kompetenz-

netzwerk von Multiplikatorinnen und Multiplikatoren für den Transfer von Wissen und Erfahrungen. Sie fördern den fachlichen Austausch und nutzen vorhandene Ressourcen und Synergien. Dabei haben sie den Alltag älterer Menschen und die vielfältigen Herausforderungen und Chancen des Alters im Blick.

Das Landesnetzwerk wurde im April 2019 gegründet. Die Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenbüros (BaS) koordiniert im Auftrag des Sozialministeriums den Zusammenschluss von Anlaufstellen für ältere Menschen in Rheinland-Pfalz. Das Netzwerk zählt mehr als 570 Mitglieder und 150 Aktive, die sich in verschiedenen Gruppen des Landesnetzwerks engagieren.

Anlauf- und Kontaktstellen bieten Menschen im Alter Information und Beratung, Hilfe und Unterstützung, soziale Kontakte und Austauschmöglichkeiten sowie eine Vielfalt an Freizeit- und Unterstützungsangeboten. Anlauf- oder Kontaktstellen sind zum Beispiel Einrichtungen, Treffpunkte sowie Beratungs- und Unterstützungsmöglichkeiten. Dazu gehören:

- kommunale Leitstellen zum Thema „Alter und Älter werden“,
- Seniorenbüros,
- Pflegestützpunkte,
- Gemeindeschwester^{plus},
- Begegnungsstätten,
- Mehrgenerationenhäuser,
- Gewerkschaften,
- Seniorenbeiräte,
- Soziale Dienste in Altenhilfeeinrichtungen,
- Selbsthilfegruppen,

- Nachbarschaftsinitiativen oder
- Projekte ehrenamtlichen Engagements wie zum Beispiel PC- und Internet-Treffs, Digital-Botschafterinnen und -Botschafter, Bewegungsbegleiterinnen und -begleiter, SeniorTrainerinnen und -Trainer und weitere.

Mit ihren Aufgaben und Angeboten leisten die Anlauf- und Kontaktstellen einen wichtigen Beitrag zur selbstständigen Lebensführung und gesellschaftlichen Teilhabe im Alter.

Lesebotschafterinnen und Lesebotschafter Rheinland-Pfalz

Vorlesen verbindet und schafft Nähe in der Nachbarschaft. Lesen ist eine einfache und schöne Möglichkeit, Menschen miteinander in Kontakt zu bringen. Vor allem für ältere Menschen ist das gemeinsame Lesen eine Möglichkeit zu mehr Teilhabe.

Bereits seit 2021 besteht das Fortbildungsprogramm Lesebotschafter, das von der Landesinitiative „Neue Nachbarschaften“ ins Leben gerufen wurde. Seitdem haben fast 100 Männer und Frauen in Rheinland-Pfalz an der Basisfortbildung teilgenommen und werden über Aufbauqualifikationen, digitalen Erfahrungsaustausch und eine Online-Kommunikationsplattform durch die Landesinitiative begleitet.

Lesebotschafterinnen und Lesebotschafter in Rheinland-Pfalz zeichnen sich durch ihre kreativen und vielseitigen Angebote aus: Sie lesen älteren Menschen vor, etablieren „Literaturspaziergänge“ zu bestimmten Themen und Anlässen, entwickeln in Zusammenarbeit mit Büchereien Lese- und Erzähl-

cafés und gestalten Leseangebote für Menschen mit Demenz. Mit der Broschüre Vorlesen für ältere Menschen zu Hause bietet die Landesinitiative weitere Unterstützung und gibt Anregungen und Tipps zur Gestaltung beim Vorlesen zu Hause.

Weiterbildung

Volkshochschulen und die nach dem Weiterbildungsgesetz anerkannten Landesorganisationen⁶ leisten einen wichtigen Beitrag zur Vertiefung und zum Erwerb neuer Erkenntnisse, Fähigkeiten und Qualifikationen. Offenheit ist ein zentrales Prinzip und Merkmal ihrer Arbeit: Für Menschen, die sich weiterbilden wollen, gibt es dort kaum Zulassungsvoraussetzungen oder Zugangsbeschränkungen.

Gleichzeitig sind die Einrichtungen Orte der Begegnung, des gesellschaftlichen Lebens und des sozialen Miteinanders und als solche nah an den Menschen, ihren Interessen und Fragen. Neben Kursen bieten sie auch interessenorientierte Treffs an, bei denen die Begegnungen zwischen Menschen im Mittelpunkt stehen. Wir wollen die Einrichtungen dabei unterstützen, Angebote auszubauen, mit denen Einsamkeit begegnet werden kann. Um Lernanlässe noch stärker mit sozialen Begegnungen zu verknüpfen, erarbeiten die JGU Mainz und der Verband der Volkshochschulen ein entsprechendes pädagogisches Konzept, das anschließend exemplarisch an zwei bis drei Einrichtungen umgesetzt werden soll. Die Landesvereinigung für ländliche Erwachsenenbildung (LEB) entwickelt eine Workshop-Reihe zur Schulung von Multiplikatorinnen und Multiplikatoren sowie Lehrkräften, um so Einsamkeit besser erkennen und vor Ort aktiv entgegenwirken zu können.

⁶ Stand April 2025 sieben Organisationen: LAG anderes lernen e.V., Arbeit und Leben Rheinland-Pfalz gGmbH, Bildungswerk des Landessportbundes Rheinland-Pfalz e. V., Evangelische Landesarbeitsgemeinschaft für Erwachsenenbildung in Rheinland-Pfalz e.V., Katholische Erwachsenenbildung Rheinland-Pfalz e.V. - Landesarbeitsgemeinschaft (KEB), Landesvereinigung für ländliche Erwachsenenbildung in Rheinland-Pfalz e.V. (LEB), Verband der Volkshochschulen von Rheinland-Pfalz e.V.

ZUSAMMENHALT FÜR FAMILIEN, KINDER UND JUGENDLICHE

In den Familieninstitutionen (Familienbildungsstätten, Häuser der Familie, Familienzentren) finden wir Expertinnen und Experten für die Schaffung von Begegnungsorten und der Entwicklung von Wegen aus der Einsamkeit. Die Aktiven in den Familieninstitutionen haben sich schon mit dem Thema „Einsamkeit“ beschäftigt und kreative Angebote entwickelt, lange bevor die gesellschaftliche Relevanz des Themas erkannt wurde. Die Landesregierung unterstützt die Familieninstitutionen in ihrer Tätigkeit auch finanziell durch unterschiedliche Förderprogramme:

- Hier sei exemplarisch das Projektthema „Prävention von Armutsfolgen“ erwähnt. Armut erzeugt in vielen Fällen Einsamkeit, da bei finanziellen Engpässen die Teilhabe an der Gesellschaft sehr erschwert wird. Dem möchte das Förderprogramm entgegenwirken. Ziel der Projekte innerhalb des Förderprogramms soll die Überwindung von Ausgrenzung und die Möglichkeit der Teilhabe am gesellschaftlichen Leben sein. Menschen in Armut sollen in ihrem Selbstwertgefühl und in ihrer Resilienz gestärkt werden.
- Ein weiteres Projektthema ist „Zeit für Familien“: Familieninstitutionen als zentrale Anlaufstellen können Familien zeitliche Entlastung im Alltag bieten, da sie die zum Teil stark fragmentierten Angebote für Kinder, Eltern und ältere Menschen vor Ort bündeln. So führen sie bisher getrennte Angebotsstränge zusammen – zum Beispiel Betreuung, Kindertagespflege, Pflege, Erziehungshilfe, Gesundheitsberatung oder Familienbildung – und lassen Familien Unterstützung „aus einer Hand“ zukommen. Es sollen Anstöße für den Aufbau neuer Projekte zur Entlastung des

Alltags von Familien sowie zur Steigerung gemeinsamer Familienzeit gegeben werden. Ziel der Projekte soll der Abbau von Zeitkonflikten für Familien sein. Räume für gemeinsame Familienzeit zu schaffen ist Teil der Maßnahmen gegen Einsamkeit.

- Wir fördern und unterstützen Aktionen in den rheinland-pfälzischen Familieninstitutionen innerhalb der bundesweiten Woche „Gemeinsam aus der Einsamkeit“. Das Ministerium für Familie, Frauen, Kultur und Integration hat im Jahr 2024 Fördermöglichkeiten für entsprechende Angebote gegen Einsamkeit geschaffen. Die Familieninstitutionen führten unter anderem ein Begegnungscafé gegen Einsamkeit, einen Mehrgenerationenspaziergang oder einen Konzertbesuch für Menschen mit Demenz und deren Angehörigen durch.

Kinder und hilfsbedürftige Eltern unterstützen

Kinder und Jugendliche aus Familien mit einem psychisch- oder suchterkrankten Elternteil tragen ein drei- bis vierfach erhöhtes Risiko, später selbst psychisch zu erkranken. Diese Familien tragen auch ein höheres Risiko, durch ihre Erkrankung von Einsamkeit betroffen zu sein. Die Landesregierung hat es sich zum Ziel gesetzt, diese Kindern stärker als bisher zu unterstützen, indem sie die Initiative ergreift, einen neuen Förderschwerpunkt setzt und zusätzliche Mittel in die Hand nimmt, um entsprechende Maßnahmen umsetzen zu können. Mit der Novellierung des Landesgesetzes zum Schutz von Kindeswohl und Kindergesundheit (LKindSchuG) werden Kinder psychisch und

suchterkrankter Eltern als besonders gefährdete Zielgruppe noch stärker in den Blick genommen. Der Förderschwerpunkt zielt darauf ab, Rahmenbedingungen zu schaffen, damit diesen Kindern und ihren Eltern besser geholfen werden kann und sie stärker unterstützt werden können.

Neben Fortbildungsangeboten für Fachkräfte gibt es beispielsweise auch Gruppenangebote für Kinder und Jugendliche, tiergestützte Angebote oder Beratung für Betroffene. Zusätzlich begleitet die Landesregierung ein Modellprojekt, das zum Ziel hat, nachhaltige und systemübergreifende Unterstützungs- und Versorgungsstrukturen für Kinder psychisch und suchtkranker Eltern in Rheinland-Pfalz als kommunale Gesamtkonzepte aufzubauen.

Umbrüche in Lebensverläufen, wie etwa die Geburt eines Kindes oder auch der Rahmenbedingungen, unter denen Familien leben (beispielsweise finanzielle oder gesundheitliche Faktoren), tragen zu einem erhöhten Einsamkeitsrisiko bei allen Familienmitgliedern bei. Sowohl Mütter als auch Väter sind von Einsamkeitsgefühlen nach der Geburt und in den ersten Jahren betroffen. Diesen Risikofaktoren wollen viele Angebote der Frühen Hilfen vorbeugen: Im Rahmen der Bundesstiftung Frühe Hilfen sind in allen Kommunen Netzwerke und Angebote entwickelt und ausgebaut worden, welche frühzeitige und alltagspraktische Unterstützung für Schwangere und Familien mit Kindern von null bis drei Jahren bieten. Sie richten sich besonders an Familien in schwierigen Lebenslagen und sind niedrigschwellig erreichbar. Neben Eltern-Kind-Gruppen oder der alltagspraktischen Begleitung der Familien durch speziell ausgebildete Gesundheitsfachkräfte zählt auch das Baby-Lotsenprogramm „Guter Start ins Kinderleben“ in Geburtskliniken zum Kern der Frühen Hilfen in Rheinland-Pfalz. Hier werden Familien mit Unterstützungsbedarf in geeignete Hilfesysteme begleitet.

Kinder und Jugendliche vor Einsamkeit schützen: Außerschulische Jugendarbeit

Maßnahmen der außerschulischen Jugendarbeit, im Besonderen soziale Bildungsmaßnahmen, aber auch politische Bildungsmaßnahmen, tragen zur Bekämpfung von Einsamkeit bei, da sie Gemeinschaft erfahrbar machen, den sozialen Zusammenhalt fördern und das soziale Miteinander junger Menschen stärken. Insgesamt können so jährlich etwa 6.000 Maßnahmen mit bis zu 200.000 Kindern und Jugendlichen gefördert werden.

Im Rahmen der Landesjugendstrategie „JES! Jung. Eigenständig. Stark.“ werden junge Menschen zudem zur Teilhabe an der Gesellschaft befähigt. Insbesondere sind hier die Handlungsziele Soziale Integration fördern, Interkulturelle Öffnung fördern, Partizipation stärken sowie Jugendliche durch europäische/internationale Erfahrungen stärken hervorzuheben.

In diesem Zusammenhang fokussiert das Landesförderprogramm „Aufsuchende Jugendsozialarbeit – gesellschaftliche Integration sozial benachteiligter junger Menschen“ die Bekämpfung der Isolation junger Menschen, indem ihnen umfassende Unterstützung durch die Fachkräfte der Jugendsozialarbeit angeboten werden, um einen Einstieg oder Wiedereinstieg in Schule, Ausbildung und Erwerbsarbeit zu finden.

Diskriminierung bekämpfen

Wenn Menschen ausgegrenzt werden und Diskriminierung ertragen müssen, führt das nicht selten zum Rückzug aus sozialen Beziehungen und gesellschaftlichen Bezügen. Das Vermeidungsverhalten in Situationen, in welchen Diskriminierung erfahren wird, wirkt daher als Verstärker für Gefühle des Nichtdazugehörens und der Einsamkeit. Menschen, die Diskriminierung erfahren, kapseln sich ab.

Um von Benachteiligung betroffene Menschen zu unterstützen und jeglicher Form von Diskriminierungen konsequent entgegenzutreten, hat die Landesregierung am 1. Januar 2012 die Landesdiskriminierungsstelle in Rheinland-Pfalz (LADS) eingerichtet. Diese informiert Betroffene über ihre rechtlichen Möglichkeiten bei Diskriminierungen wegen der ethnischen Herkunft, des Geschlechts, der Religion oder Weltanschauung, einer Behinderung, des Alters oder der sexuellen Identität im Bereich des Arbeitsmarktes oder zivilrechtlicher Alltagsgeschäfte. Die LADS arbeitet nach dem horizontalen Ansatz (keine Rangfolge zwischen den Merkmalen) und hat ein besonderes Augenmerk auf den intersektionalen Ansatz, der Benachteiligungen aufgrund mehrerer Merkmale in den Blick nimmt. Durch Aufklärungs-, Informations- und Öffentlichkeitsarbeit sowie Weiterleitungsberatung wirkt die LADS Diskriminierung präventiv entgegen. In Diskriminierungsfällen können Betroffene eine kostenlose rechtliche Erstberatung über die LADS erhalten. Eine parteiliche Beratung ist auch bei dem durch den Bund geförderten und von der LADS kofinanzierten zivilgesellschaftlichen Antidiskriminierungsbüro möglich. All diese Angebote und Maßnahmen, die vor allem auch dem Empowerment von Betroffenen dienen, leisten einen indirekten Beitrag zur Bekämpfung von Einsamkeit.

Einsamkeit von queeren Menschen entgegenwirken

Lesbische, schwule, bisexuelle, transidente, intergeschlechtliche und nicht binäre (queere) Menschen stellen eine gesellschaftliche Minderheit dar, die oftmals auch innerhalb ihrer Familie von Vorurteilen, Ablehnung, Diskriminierung bis hin zu Gewalt betroffen ist. Diese Ausgrenzung kann zu Rückzug, Einsamkeit und gesundheitlichen Folgeschäden wie Ängsten, Depressionen und einem gesteigerten Suizidrisiko führen.

Im Rahmen des Landesaktionsplans „Rheinland-Pfalz unterm Regenbogen“ fördert das Ministerium für Familie, Frauen, Kultur und Integration (MFFKI) die Beratung und Begleitung von Einzelpersonen und Gruppen durch die queere Community. Beispiele sind die TIN* Beratung (Beratung für Trans*, Inter* und nicht binäre Personen), welche niedrigschwellig im Land verteilt stattfinden oder die in Mainz ansässige Gruppe Rainbow Refugees. Für queere Personen in Rheinland-Pfalz stehen auch die vielfältigen Angebote der Queeren Zentren Trier (SCHMIT-Z) und Mainz (Bar jeder Sicht) offen.

Das Projekt „Sensibilisierung für Familienvielfalt“ hat unter anderem die Aufgabe, Regeleinrichtungen im Bereich Familie, Kinder und Jugend und Alter für die Belange von queeren Menschen zu öffnen und zu schulen. Außerdem leistet es der queeren Community vor Ort Unterstützung, so zum Beispiel Hilfe beim Aufbau und Erhalt queerer Netzwerke. Themen der Fortbildungen für die Regeleinrichtungen können dabei sein: Coming-Out in allen Lebensaltern, die Lebenssituation von queeren Jugendlichen, die Lebenssituation von queeren Migrantinnen und Migranten, die Lebenssituation von Trans*, Inter* und nicht binären Personen, die Lebenssituation von queeren alten und hochbetagten Menschen in Alten- und Pflegeeinrichtungen und die Lebenssituation von queeren Menschen mit Beeinträchtigungen.

Von Gewalt Betroffene können sich in Rheinland-Pfalz an die Fachberatungsstelle für queere Menschen mit Gewalterfahrung und ihre Angehörigen (QUINT*) wenden und erhalten dort niedrigschwellig Beratung und Hilfe – online, telefonisch oder vor Ort.

KRIMINALPRÄVENTION

Die Leitstelle Kriminalprävention in der Polizeiabteilung des Ministeriums des Inneren und für Sport (Mdl) ist zuständig für die kommunale Kriminalprävention und steht dazu in regelmäßigem Austausch mit den kommunalen Gebietskörperschaften. So informieren die Mitarbeitenden der Leitstelle regelmäßig im Rahmen von digitalen Stammtischen über Themen der kommunalen Kriminalprävention und bieten den Kommunen zudem regelmäßig Webseminare zu relevanten Themen an, die sie für die präventive Arbeit vor Ort nutzen können. Die Leitstelle adressiert damit Kommunen, die sich bereits institutionalisiert

über ein kommunales Präventionsgremium der Themen annimmt, als auch Kommunen, die (noch) kein entsprechendes Gremium haben.

Die Leitstelle Kriminalprävention wird das Thema „Einsamkeit und seine gesellschaftlichen und politischen Folgen“ im Rahmen eines Webseminars den Kommunen vorstellen und in den regelmäßigen digitalen Stammtischen nachhaltig bearbeiten, mit den Kommunen gegebenenfalls geeignete Maßnahmen und Projekte diskutieren und auf die Veranstaltungen des MASTD zum Themenfeld aufmerksam machen.

PHYSISCHES UND PSYCHISCHES GESUNDHEIT

Projekte und Maßnahmen für die physische und psychische Gesundheit stehen mittelbar mit dem Thema Einsamkeit in Zusammenhang. Beispielsweise indem sie durch Gruppenangebote Teilhabemöglichkeiten eröffnen, Informationen und Aufklärung rund um die psychische Gesundheit und Krankheit vermitteln oder für Menschen mit psychischen Erkrankungen Anlaufstellen darstellen oder diese auffindbar machen – ganz im Sinne der Förderung von Gesundheitskompetenzen.

Seit 2006 unterstützt das Ministerium für Wissenschaft und Gesundheit (MWG) die Gesundheitsteams vor Ort in Mainz, Trier, Ludwigshafen ideell wie finanziell. Sie bieten leicht zugängliche Angebote zur Verbesserung der Gesundheitssituation im Stadtteil und richten sich an Kinder, Jugendliche,

Menschen mit Migrationshintergrund, frischgebackene Eltern sowie Alleinerziehende. Sie bieten u. a. partizipative Angebote zur Ernährungsbildung, Bewegungsförderung, Teilhabe und Beratung, etwa für junge Eltern.

Das Projekt „Gesundheit für alle!“ wird seit 2023 durch das MWG gefördert und gemeinsam mit der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in RLP e.V. und den Gesundheitsämtern in RLP umgesetzt. Es zielt darauf ab, Maßnahmen rund um die Förderung der psychischen Gesundheit mit erlebnisorientierten, informativen und vernetzten Angeboten im kommunalen Raum (weiter-) zu entwickeln und umzusetzen. Im Rahmen des Projekts stehen den Kommunen beispielsweise folgende Maßnahmenbausteine zur Auswahl:

- Gesundheitstreffs á 1,5 bis 2 Stunden zur Stärkung der gesundheitlichen und sozialen Teilhabe an Orten in den jeweiligen Lebenswelten der anvisierten Zielgruppe (Bürgertreff, Familienzentrum, interkulturelle Treffs),
- Beteiligung an Aktionstagen in Form eines Infostandes und niedrigschwelliger Ansprache mit dem Gesundheitsmobil mit Informationsmaterialien und Mitmach-Angeboten,
- Kurzvorträge in Kooperation mit Institutionen aus der Lebenswelt der anvisierten Zielgruppe (Mehrgenerationenhaus, Familienzentrum, Sozialkaufhaus mit Cafébetrieb, Stadtteil- oder Bürgertreff),
- Workshops „Verrückt? Na und!“ in Zusammenarbeit mit dem Beratungscafé unplugged der gpe.⁷

„Verrückt? Na und!“ ist ein durch den Verein Irrsinnig Menschlich e.V. entwickeltes niedrigschwelliges Programm für Schülerinnen und Schüler zur Auseinandersetzung mit dem Thema seelische Krisen. „Verrückt? Na und!“ wird in Rheinland-Pfalz seit 2020 im Rahmen einer Kooperation des „GKV-

Bündnis für Gesundheit“ mit dem Ministerium für Bildung und dem Ministerium für Wissenschaft und Gesundheit gefördert. Ziel ist die Förderung der psychischen Gesundheit sowie die Enttabuisierung psychischer Erkrankungen. Die Schülerinnen und Schüler lernen Warnsignale seelischer Krisen kennen, diskutieren jugendtypische Bewältigungsstrategien, hinterfragen Ängste und Vorurteile gegenüber seelischen Krisen und erfahren, wer und was helfen kann und was ihre Seele stärkt.

Die Landesinitiative Bündnisse gegen Depression in Rheinland-Pfalz wurde schon 2009 mit dem Ziel gegründet, die (Fach-)Öffentlichkeit möglichst flächendeckend über Genese, Präventions- und Behandlungsmöglichkeiten zum Krankheitsbild Depression aufzuklären. Sie vernetzt lokale Akteure und verbessert den Zugang zur Behandlung sowie die Abstimmung unter behandelnden Therapeutinnen und Therapeuten sowie Ärztinnen und Ärzten. Bisher konnten im Rahmen der von der Landeszentrale für Gesundheitsförderung umgesetzten Landesinitiative dreizehn teils landkreisübergreifende Bündnisse gegründet werden, die durch das Ministerium für Wissenschaft und Gesundheit ideell wie finanziell unterstützt werden.



⁷ Weitere Informationen unter: <https://www.lzg-rlp.de/de/gesundheits-fuer-alle.html> (zuletzt abgerufen April 2025).

Die Website psychNAVi bietet Betroffenen, Angehörigen und im Hilfesystem Tätigen seit 2023 einfach und schnell die Möglichkeit, in ihrem Umkreis Beratungs-, Behandlungs- oder Unterstützungsangebote aus dem Bereich des psychotherapeutisch-psychiatrischen Hilfesystems sowie in akuten Not-situationen den Weg in das Soforthilfesystem zu finden.⁸

Umsetzungsprozesse zum Präventionsgesetz (PrävG)

Im Rahmen der Umsetzungsprozesse zum Präventionsgesetz (PrävG), das 2015 im Bund in Kraft trat, wurde in Rheinland-Pfalz unter anderem die Landespräventionskonferenz gegründet, welche regelmäßig prioritäre Handlungsfelder zur Förderung der Gesundheit und Prävention von Krankheiten in Rheinland-Pfalz bestimmt und im Rahmen eines Eckpunktepapiers verabschiedet.

Ein prioritäres Handlungsfeld der Gesundheitsförderung und Prävention in RLP ist die Förderung der psychischen Gesundheit und Resilienz. Die Bearbeitung der Handlungsfelder findet in RLP in verschiedenen Gremien statt. Ziel der rheinland-pfälzischen Landespräventionsgremien ist es, eine gemeinsame integrierte Präventionsstrategie zu entwickeln und umzusetzen. Neben der erwähnten Landespräventionskonferenz wurden unter anderem vier Landespräventionsnetzwerke gegründet, die jeweils eine unterschiedliche Lebensphase adressieren (Gesund aufwachsen, Gesund leben und arbeiten, Gesund im Alter, Kommunale Gesundheitsförderung) und als Arbeitsgremien zu verstehen sind. Die Netzwerke ermöglichen gemäß Landesrahmenvereinbarung „Prävention Rheinland-Pfalz“ einen regelmäßigen Austausch und eine Vernetzung der Akteurinnen und Akteure mit Schnittstellen zum Handlungsfeld der Gesundheitsförderung und Prävention. Beteiligte sind unter anderem die Ministerien, Sozialversicherungsträger, Kammern, Wohlfahrtsverbände, Selbsthilfe, der Öffentliche Gesundheits-

dienst und Interessensvertretungen. In allen vier Landespräventionsnetzwerken wird das Themenfeld der Einsamkeit in Zusammenhang mit der Förderung der psychischen Gesundheit entsprechend der jeweiligen Lebensphase zielgruppenspezifisch bearbeitet und gemeinsame Strategien und Maßnahmen umgesetzt. So resultierten beispielsweise Fachtagungen zum Thema „Resilienz“ für Fachkräfte in Schule und Kindertagespflege aus der Netzwerkarbeit oder auch zielgruppenspezifische Projekte wie Schülerworkshops mit dem Thema „Prävention aus der Sicht von Schülerinnen und Schülern: Ein Perspektivwechsel zur Evaluation schulbasierter Prävention“ oder das Projekt BEWARE. Die im Rahmen der Workshops gemeinsam ermittelten Bedarfe für gesundheitsfördernde und präventive Maßnahmen in der Schule sind Grundlage für die weitere Netzwerkarbeit. Das Projekt BEWARE ist ein neues Schulprogramm zur Förderung mentaler Gesundheitskompetenz. Es wird vom Ministerium für Bildung Rheinland-Pfalz in Kooperation mit dem Leibniz-Institut für Resilienzforschung (LIR) gGmbH entwickelt und durchgeführt. Gefördert wird das Projekt von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen im Rahmen des „GKV-Bündnis für Gesundheit in Rheinland-Pfalz“. Ab 2026 soll BEWARE allen weiterführenden Schulen in Rheinland-Pfalz zur Verfügung stehen. Durch Einbeziehung der Lehrkräfte und wiederholtes Thematisieren von Resilienz und psychischer Gesundheit über die gesamte Mittelstufe wird sich die Schulkultur nachhaltig verändern und zu einem offenen und sensiblen Umgang mit dem Thema „psychische Erkrankungen“ führen.⁹

Die Förderung der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe und des Ehrenamtes in Form der ideellen und finanziellen Unterstützung von Selbsthilfeverbänden und -institutionen, Selbsthilfegruppen, Kontakt- und Informationsstellen für Selbsthilfe in Rheinland-Pfalz seitens Ministerium für Wissenschaft und Gesundheit stützt Information und Aufklärung auf Augenhöhe und stärkt damit die Teilhabe.¹⁰

⁸ Weiterführende Informationen finden sich unter: <https://psychnavi-rlp.de/>; Stand April 2025.

⁹ Weiterführende Informationen finden sich unter: <https://praevention.rlp.de>; Stand April 2025.

¹⁰ Weiterführende Informationen finden sich unter: <https://www.selbsthilfe-rlp.de/kontaktstellen>.

IMPRESSUM

Herausgeber

Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation
und Digitalisierung

Bauhofstraße 9
55116 Mainz

www.mastd.rlp.de

Stand

April 2025

Gestaltung

RHEINDENKEN GmbH, Köln

Bildnachweise

[istockphoto.com/franckreporter](https://www.istockphoto.com/franckreporter) (Titel),
MASTD/Jülich (S. 3),
[istockphoto.com/golero](https://www.istockphoto.com/golero) (S. 4),
[istockphoto.com/South_agency](https://www.istockphoto.com/South_agency) (S. 8),
[istockphoto.com/Ridofranz](https://www.istockphoto.com/Ridofranz) (S. 22)



RheinlandPfalz

MINISTERIUM FÜR ARBEIT,
SOZIALES, TRANSFORMATION
UND DIGITALISIERUNG

Ministerium für Arbeit, Soziales,
Transformation und Digitalisierung
Bauhofstraße 9
55116 Mainz
www.mastd.rlp.de