

ZIELE DES PROJEKTS

Ziel des Netzwerkes ist es, gute Strukturen für Prävention, Intervention und Vernetzung im Ostalbkreis zu schaffen. Dazu gehören:

- Weiterentwicklung und sichtbar machen von geeigneten Maßnahmen zur Reduzierung von Einsamkeit
- Sensibilisierung für das Thema Einsamkeit
- Gewinnung ehrenamtlicher Personen
- Entlastung der Ärztinnen und Ärzte und Erprobung von (präventiven) gesundheitsfördernden Maßnahmen



DIE SCHULUNGSANGEBOTE IM RAHMEN DES NETZWERKS SIND KOSTENFREI!

<http://www.ostalbkreis.de/gemeinsam>



ZUSAMMENARBEIT / PARTNER

Welche Organisationen, Vereine, Institutionen oder ehrenamtliche Initiativen sind an dem Projekt beteiligt?

Landratsamt Ostalbkreis, Kommunen, Kreis-seniorenrat Ostalb e.V., Krankenkassen, Soziale Institutionen, Vereine, überregionale Partner mit Erfahrung bei der Umsetzung geeigneter Maßnahmen, Betroffene, usw.

Landratsamt Ostalbkreis
Stuttgarter Straße 41
Beratung, Planung, Prävention
73430 Aalen
Telefon 07361 503-1414
manuel.gillner@ostalbkreis.de
www.ostalbkreis.de

Foto Titel: ©Robert Kneschke - stock.adobe.com

EINSAMKEITSNETZWERK
„OSTALB GEMEINSAM“

ZIELGRUPPE

Die Zielgruppe sind einsame oder von Einsamkeit bedrohte Personen. Der Schwerpunkt liegt auf Menschen ab 60 Jahren.

AUSGANGSLAGE / PROBLEMSTELLUNG

Einsamkeit ist eine wachsende gesellschaftliche Herausforderung, die immer mehr Menschen betrifft, unabhängig von ihrem Alter. Sie kann sowohl subjektiv als auch objektiv als Belastung empfunden werden und hat weitreichende Folgen für die psychische und physische Gesundheit.

Älter werdende Menschen sind besonders von Einsamkeit bedroht, da sie vermehrt von dem Verlust nahestehender Personen betroffen sind, oftmals nach dem Tod des (Ehe-) Partners alleine leben, häufiger unter chronischen Krankheiten leiden und weniger mobil sind als jüngere, gesündere Menschen. Sie sind häufiger dem Risiko ausgesetzt, an der Armutsschwelle zu leben, als Menschen, die sich noch in der Erwerbsphase befinden. Einsame Menschen haben eine eingeschränkte Lebensqualität und sind schneller von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und kognitivem Abbau bedroht. Oftmals sind Depressionen, eine eingeschränkte Hirnleistung und ein erhöhtes Suizidrisiko die Folge.

Aus diesen Gründen benötigt es Strukturen, welche die betroffenen Personen dabei unterstützen, wieder mit anderen Menschen in Kontakt zu kommen. Die Entwicklung und Betreuung des Netzwerkes erfolgt beim Landratsamt Ostalbkreis durch die Stabsstelle Beratung, Planung, Prävention.

Schulungsprogramm für Ehrenamtliche

ANGEBOT	DATUM	ORT	VERANSTALTER	KONTAKT
Fort- und Weiterbildung				
Erste-Hilfe-Kurse	auf Anfrage	Aalen	Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Aalen e.V.	Jessica Kunz Telefon: 07361/951-1401 jessica.kunz@drk-aalen.com
Altersdiskriminierung – Nein Danke!	13.11.25	Online	Silbernetz e.V.	Manuel Gillner manuel.gillner@ostalbkreis.de Telefon: 07361/503-1414
Persönlichkeit, Lebensgestaltung				
Grips – stark im Geist, Fit im Körper	27. – 29.10.25	Aalen	Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Aalen e.V.	Stefan Di Biccari stefan.dibiccari@drk-aalen.com Tel.: 07361/951-2003
Lebensqualität im Alltag (LimA)	23.09.25 24.09.25 08.10.25 09.10.25 10.10.25 16.10.25 31.10.25 06.11.25	Waldstetten, Aalen-Fachsenfeld, Oberkochen, Aalen, Schwäbisch Gmünd, Wasseralfingen, Neresheim, Ellwangen	Katholische Erwachsenenbildung Bildungswerk Ostalbkreis e.V.	Karin Specht info@keb-ostalbkreis.de www.keb-ostalbkreis.de Telefon: 07361 3777 440
Waldbaden für Ehrenamtliche in der Seniorenarbeit	26.09.25	Aalen-Wasseralfingen, Wanderparkplatz Schöninger Hof	Katholische Erwachsenenbildung Bildungswerk Ostalbkreis e.V.	Karin Specht info@keb-ostalbkreis.de www.keb-ostalbkreis.de Telefon: 07361 3777 440
Ideenbörse Seniorenarbeit/ Risikofaktor Einsamkeit	14.10.25, 17.10.25, 21.10.25	Schwäbisch Gmünd, Aalen, Ellwangen	Katholische Erwachsenenbildung Bildungswerk Ostalbkreis e.V.	Karin Specht info@keb-ostalbkreis.de www.keb-ostalbkreis.de Telefon: 07361 3777 440