

## Ostalb Gemeinsam: Netzwerk gegen Einsamkeit im Alter gestartet

Das Netzwerk Ostalb Gemeinsam fördert den Austausch in Ostalbkreis, um Einsamkeit im Alter zu bekämpfen und Gemeinschaft zu stärken.

Im Ostalbkreis hat sich im Juni ein neues Netzwerk unter dem Namen Ostalb Gemeinsam gegründet, welches sich den Herausforderungen des gesellschaftlichen Wandels annimmt. Dieses Netzwerk vereint verschiedene Partner, darunter die Landkreisverwaltung, die AOK Ostwürttemberg, den Kreissenioresenrat Ostalb sowie die Stadt Neresheim. Eine wichtige Neuerung ist die Beteiligung der Katholischen Erwachsenenbildung Ostalbkreis (KEB), die Träger der offenen Erwachsenenbildung ist und nun aktiv an der Gestaltung des Netzwerks mitwirkt.

Die Geschäftsführerin des Bildungswerks Ostalbkreis, Ana de Requesens Moll, betont, dass das Netzwerk dazu dienen soll, gesellschaftliche Herausforderungen aufzugreifen und eine Plattform für offene Diskussionen zu schaffen. Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit innerhalb dieses Netzwerks, erklärt sie. Die Idee ist, dass durch eine intensive Vernetzung im Ostalbkreis Erfahrungen und Ressourcen gebündelt werden, um so effektiver Hilfe zu leisten, wo sie nötig ist. Projektmanager Manuel Gillner hebt hervor, wie wichtig es ist, aktiv den Austausch zu fördern, um gezielt auf die Bedürfnisse der Bürger einzugehen.

## Die Herausforderungen der Einsamkeit

Einsamkeit stellt eine wesentliche Herausforderung dar, insbesondere für ältere Menschen, wie die Bildungsreferentin der KEB, Kathrin Specht, erläutert. Sie weist darauf hin, dass die gesellschaftlichen Veränderungen, die mit dem Älterwerden einhergehen, oft zu einem Rückgang des sozialen Netzwerks führen. Viele Menschen erleben bereits im Ruhestand einen erheblichen Sozialabbau. Zudem steigt die Zahl der alleinlebenden Personen, was das Risiko für Einsamkeit erhöht. Krankheiten und abnehmende Mobilität sind weitere Faktoren, die dazu beitragen können, dass ältere Menschen sich isoliert fühlen.

Einsamkeit hat nicht nur emotionale, sondern auch gravierende körperliche Auswirkungen. Sie kann zu einer Vielzahl von seelischen und gesundheitlichen Erkrankungen führen, weshalb es von entscheidender Bedeutung ist, dem entgegenzuwirken. Das Netzwerk plant, über diese Thematik aufzuklären und verschiedene Veranstaltungen anzubieten, um die Gemeinschaft zu fördern. Ziel ist es, ein Bewusstsein für das Thema Älterwerden zu schaffen und den Menschen Unterstützung anzubieten.

## Engagement für die Gemeinschaft

Ostalb Gemeinsam ist nicht allein auf die Vermittlung von Wissen begrenzt. Es geht auch darum, aktiv die Gemeinschaft zu stärken und ein Gefühl der Zugehörigkeit zu schaffen. In einer Zeit, in der viele soziale Kontakte durch verschiedene Umstände gefährdet sind, wird das Angebot von gemeinsamen Veranstaltungen unerlässlich. Die Idee ist, Begegnungsräume zu schaffen, in denen ältere Menschen miteinander ins Gespräch kommen und sich austauschen können.

Die KEB und ihre Partner setzen sich dafür ein, einen Raum zu bieten, in dem alle Generationen voneinander lernen und sich gegenseitig unterstützen können. Es ist eine Chance für die Menschen im Ostalbkreis, neue Verbindungen zu knüpfen und die Herausforderungen des Älterwerdens gemeinsam zu

meistern. Weitere Informationen zu den Angeboten und Aktivitäten des Netzwerks sind online abrufbar unter [www.gemeinsam.ostalbkreis.de](http://www.gemeinsam.ostalbkreis.de).

## Eine zukunftsweisende Kooperation

Die Initiativen, die durch das Netzwerk Ostalb Gemeinsam entstehen, zeigen, wie wichtig es ist, über systemische Herausforderungen offen zu reden und Lösungen zu entwickeln. Das Engagement der KEB und ihrer Partner verspricht nicht nur ein kreatives und unterstützendes Umfeld, sondern zeigt auch, wie Zusammenarbeit in der Region neue Perspektiven eröffnen kann. Die Verknüpfung von Bildung, sozialer Interaktion und Gesundheitsförderung stellt einen wichtigen Schritt in die richtige Richtung dar, um den sozialen Zusammenhalt im Ostalbkreis zu stärken.

## Die Rolle von Einsamkeit im Alter

Einsamkeit ist ein zunehmendes Problem in der älteren Bevölkerung, das in den letzten Jahren mehr Aufmerksamkeit erhalten hat. Studien zeigen, dass Einsamkeit und soziale Isolation negative Auswirkungen auf die Gesundheit haben können. Eine Untersuchung des Robert Koch-Instituts ergab, dass etwa 20 % der über 65-Jährigen in Deutschland angaben, sich einsam zu fühlen. Die Gründe sind vielfältig: Verlust von Partnern, der Rückzug aus sozialen Aktivitäten und nachlassende Mobilität tragen dazu bei, dass viele älteren Menschen isoliert leben.

Gesellschaftliche Strukturen sind ebenfalls im Wandel. Die traditionelle Familienstruktur hat sich verändert, und viele ältere Menschen leben nicht mehr in Mehrgenerationenhaushalten. Diese Entwicklungen verstärken das Bedürfnis nach Unterstützungsnetzwerken, wie sie mit dem Projekt Ostalb Gemeinsam geschaffen werden sollen. Die Idee, Gemeinschaften massen zu fördern, kann in diesem Kontext entscheidend sein, um der Einsamkeit entgegenzuwirken und ein unterstützendes

Umfeld zu schaffen.

## Das Netzwerk und seine Initiativen

Das Netzwerk Ostalb Gemeinsam zielt darauf ab, Hilfsangebote zu bündeln und Veranstaltungen zu entwickeln, die den interaktiven Austausch fördern. Unter den geplanten Aktivitäten sind Workshops, Bildungsangebote und Freizeitveranstaltungen vorgesehen, die darauf abzielen, die Senioren in die Gemeinschaft einzubinden und ihre Lebensqualität zu verbessern.

Die Kooperationspartner spielen eine wichtige Rolle dabei, eine breite Palette an Ressourcen zu mobilisieren. Die AOK Ostwürttemberg bringt ihre Expertise im Gesundheitsmanagement ein, während der Kreissenorenrat Ostalb wertvolle Einblicke in die spezifischen Bedürfnisse der älteren Bevölkerung gibt. Die Landkreisverwaltung sorgt für die organisatorischen Rahmenbedingungen, die erforderlich sind, um die geplanten Initiativen durchzuführen.

Das Engagement dieser Partner verdeutlicht das Bestreben, nicht nur Präventionsmaßnahmen zu ergreifen, sondern auch langfristige soziale Vernetzungen zu schaffen. Solche Netzwerke sind notwendig, um den individuellen Bedürfnissen der älteren Menschen gerecht zu werden, und um Bedingungen zu schaffen, die Einsamkeit verringern.

## Erfahrungen aus vergleichbaren Projekten

Die Idee von Gemeinschaftsnetzwerken, die sich um die Unterstützung älterer Menschen kümmern, ist nicht neu und kann in verschiedenen Regionen Deutschlands beobachtet werden. Projekte wie Nachbarschaftshilfe oder Seniorenbeiräte haben bereits bewiesen, dass die Schaffung von sozialen Rahmenbedingungen zu besseren Lebensbedingungen führen kann. In Städten wie Freiburg oder München sind solche Initiativen erfolgreich gestartet worden und

haben dazu beigetragen, Einsamkeit zu reduzieren und soziale Kontakte zu fördern. Dabei ist jede Initiative auf die spezifischen Gegebenheiten und Bedürfnisse der jeweiligen Region zugeschnitten.

Im Vergleich zeigt das Projekt Ostalb Gemeinsam, dass der interkommunale Austausch und die gemeinsame Entwicklung von Lösungen entscheidend sind, um die Herausforderungen der Einsamkeit zu bewältigen. Während die Ansätze variieren können, bleibt das Grundprinzip gleich: Menschen in ihrer Nähe aktiv einbinden und ein unterstützendes Umfeld schaffen. Den gleichen Grundsatz verfolgt auch das Netzwerk in Ostalbkreis es ist die lokale Vernetzung, die einen Unterschied machen kann.

Das gemeinsame Ziel bleibt, ein gesundes und lebendiges Miteinander zu fördern, das besonders in Zeiten von gesellschaftlichen Veränderungen von großer Bedeutung ist. Durch die Vernetzung von verschiedenen Akteuren und Ressourcen kann es gelingen, ein starkes und unterstützendes sozialpolitisches Umfeld für die ältere Generation zu schaffen.

Details

**Besuchen Sie uns auf: [n-ag.de](https://n-ag.de)**