

PRESSEMITTEILUNG

SM

Landesregierung legt Abschlussbericht „Runder Tisch gegen Einsamkeit“ vor

Die Vereinsamung im Alter ist ein weit verbreitetes, aber oft unterschätztes Phänomen, das tiefgreifende Auswirkungen auf das Wohlbefinden und die Gesundheit von älteren Menschen haben kann. Das Sozialministerium hatte deshalb vor rund zwei Jahren einen „Runden Tisch gegen Einsamkeit im Alter“ ins Leben gerufen, dessen Abschlussbericht am (heutigen) Dienstag von der Landesregierung beschlossen wurde.

Schwerin, 03. Juni 2025

Nummer: 128

„Mecklenburg-Vorpommern steht mit einer geringen Bevölkerungsdichte und eine der bundesweit höchsten Altersstrukturen vor besonderen Herausforderungen“, verdeutlichte Sozialstaatssekretärin Sylvia Grimm nach der Kabinettsitzung. Mehr als jede vierte Einwohnerin bzw. jeder vierte Einwohner ist älter als 65 Jahre.

Außerdem leben in MV besonders viele Menschen alleinstehend (23 Prozent aller Personen). Mit steigendem Lebensalter nimmt dieser Anteil deutlich zu. „Alleine zu leben darf nicht gleichgesetzt werden mit Einsamkeit, allerdings ist die Wahrscheinlichkeit, einsam zu sein, für Alleinlebende vergleichsweise höher“, sagte Grimm.

Aufgabe des „Runden Tisches“ war es, zivilgesellschaftliche und öffentlich gestaltbare Handlungsempfehlungen zu entwickeln, um Einsamkeitsphänomene Älterer wirksam zu begegnen beziehungsweise einer Vereinsamung vorzubeugen. Zugleich geht der Abschlussbericht näher auf die Ursachen und Herausforderungen der Vereinsamung in Mecklenburg-Vorpommern ein.

Danach lässt sich festhalten: ein hoher Grad formaler Bildung, ein gutes soziales Netzwerk, eine gute wohnortnahe Infrastruktur mit altersgerechten Wohnbedingungen, freiwilliges Engagement oder Ehrenamt und eine gute (psychische) Gesundheit bieten Schutz vor Einsamkeit im Alter.

Ministerium für Soziales,
Gesundheit und Sport
Mecklenburg-Vorpommern
Werderstraße 124
19055 Schwerin
Telefon: 0385 588-9003
E-Mail: alexander.kujat@sm.mv-regierung.de
Internet: www.sozial-mv.de

V. i. S. d. P.: Alexander Kujat

„Deshalb ist es wichtig, älteren Menschen Engagement und Teilhabe in der Gesellschaft zu ermöglichen, die Medienkompetenz zu stärken und die gesundheitliche Prävention zu stärken“, so Grimm. Der Mobilität im Alter komme eine besondere Bedeutung zu.

Grimm: „Sport, aber auch kulturelle gesellige Aktivitäten bieten ebenso Gemeinschaft und Begegnung wie das Ehrenamt. Die Entscheidungen für nach-berufliche Interessen sollten daher möglichst bereits in der Phase der beruflichen Tätigkeit getroffen und vorbereitet werden.“

Der Abschlussbericht führt weiter aus, dass dem ländlichen Raum besondere Beachtung geschenkt werden muss. „Dort, wo sich Menschen treffen können und Kontakt ohne Konsum in „Pantoffelnähe“ zum Wohnort möglich ist, entstehen neue Bindungen und somit auch Gelegenheiten der Teilhabe“, so Grimm.

Begegnungsstätten, Mehrgenerationenhäuser, Seniorentreffs, Bibliotheken, Sportplätze, Dorfgemeinschaftshäuser und Veranstaltungsräume seien deshalb von hoher Bedeutung. Der Abschlussbericht empfiehlt, derartige Orte möglichst konsumfrei oder kostenlos zu gestalten und mit kleinen Mahlzeiten zu verknüpfen, damit Menschen sich Begegnung oder auch freiwilliges Engagement leisten können.

Aber auch Parkanlagen, Kleingartenvereine, Mehrgenerationenspielflächen, Plauderkassen und Plauderbänke seien zusätzlich als „Dritte Orte“ unabdingbar.

„Diese Niedrigschwelligkeit ist eine wichtige Voraussetzung, um Menschen einzuladen, sich zu beteiligen. Eine besondere Rolle spielt dabei die Nachbarschaft. Auf diese Weise können soziale Teilhabe und seelisches Wohlbefinden gefördert werden“, betonte Grimm.

Hintergrund:

Einsamkeit ist ein subjektives Gefühl, bei dem die eigenen, gelebten sozialen Beziehungen nicht den persönlichen Wünschen und Bedürfnissen entsprechen. Unabhängig vom Alter fühlt sich mehr als jede zehnte in Deutschland lebende Person laut Studien oft einsam.

Um der Vereinsamung im Alter in MV wirksam

entgegenzutreten, verpflichtete sich die Landesregierung im Koalitionsvertrag darauf, einen Runden Tisch gegen Einsamkeit im Alter einzurichten. Auch der Landtag fasste 2022 einen entsprechenden Beschluss.

An der Erarbeitung des Abschlussberichtes waren mehr als 60 Akteure beteiligt, die sich den Themen „Wohnformen und Wohnumfeld“, „Digitale Medien und Öffentlichkeitsarbeit“, „Ehrenamt Generation 60 plus“, „Übergang in die nachberufliche Lebensphase“ und „Psychische Gesundheit“ widmeten.

Die Seniorinnen und Senioren des Landes wurden durch Seniorenverbände und Seniorenbeiräte auf Landes- und Kreisebene sowie Seniorenbüros, Seniortraineragenturen vertreten. Weitere Teilnehmer neben Vertreterinnen und Vertreter des Sozialministeriums und des Landtags waren u.a. Kommunen, MitMachZentralen, Wohlfahrtsverbände, Mehrgenerationenhäuser, Wohnungsgesellschaften, die Hochschule Neubrandenburg sowie der Landesfrauenrat. Auch Fachleute der Psychiatriekoordination und der gerontopsychiatrischen Institutionen des Landes wirkten mit.

Der Abschlussbericht ist dieser Pressemitteilung beigelegt und ist auf der Website sozial-mv.de eingestellt.