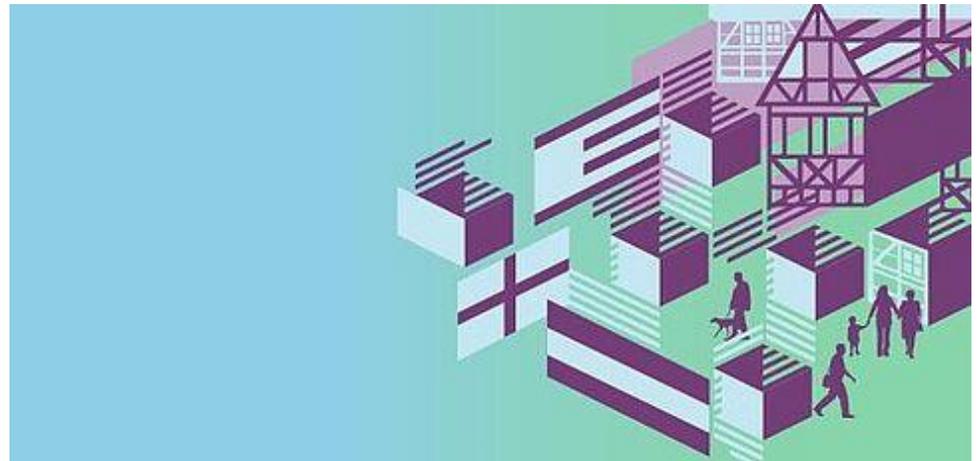


Einsamkeit im Alter – Handlungsansätze für Kommunen

Daten, Trends, Empfehlungen für die Praxis

Vortrag für die 6. Städtische Familienkonferenz
„Älter werden in Nürnberg“

Karin Haist, 15. April 2021



Die Körber-Stiftung in Hamburg und Berlin



- gegründet 1959
- operativ
- rund 100 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter
- Etat: aktuell knapp 19 Mio. Euro für gemeinnützige Zwecke
- drei Standorte
- ca. 50 Programme und Projekte
- in drei Handlungsfeldern und sieben Themenbereichen

Die Körper-Stiftung

Bereich Alter und Demografie

- BegegnungsCentrum Haus im Park (ab 2022: KörperHaus)
- Programm „Gut Leben im Alter“
- Zugabe-Preis für GründerInnen 60plus
- **Programm „Alter und Kommune“**
 - Körper Demografie-Symposium
 - Stadtlabor
 - Expedition Age & City



Studie

„(Gem)einsame Stadt? Kommunen gegen soziale Isolation im Alter“

von Körper-Stiftung und
Berlin Institut für Bevölkerung
und Entwicklung, 2019

Metadaten-Analyse

Publiziert als Broschüre
zum Körper Demografie-
Symposium 2019



Sozial isolierte Menschen sind nicht automatisch einsam. Aber sie haben ein höheres Risiko, in die Einsamkeit zu rutschen.

Einsamkeit

- Subjektiv
- Erwartung versus Realität

Einsamkeit hat einschneidende Effekte auf Gesundheit und Wohlbefinden. Für die Gesellschaft geht es um hohe Kosten.



**Erhöhtes Risiko für
Herz-Kreislauf-Erkrankungen
Demenz
Psychische Erkrankungen**



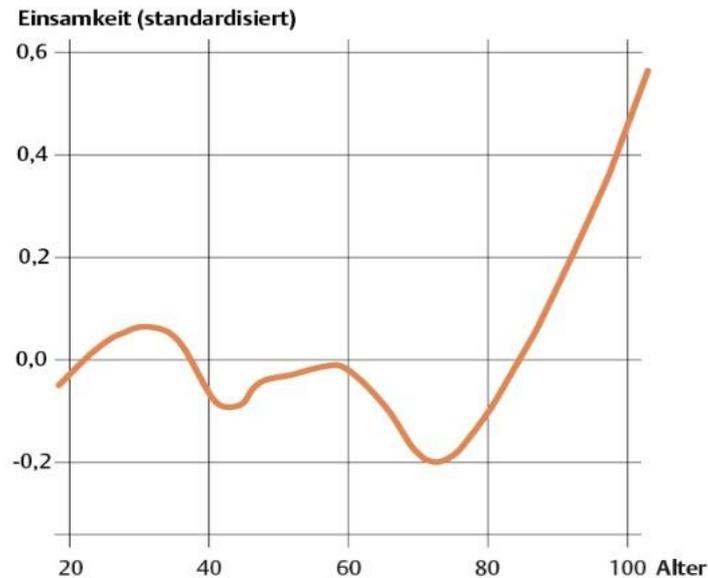
Frühere und längere Pflegebedürftigkeit



**Einsamkeit wirkt „ansteckend“
Belastung für Angehörige / Pflegekräfte**

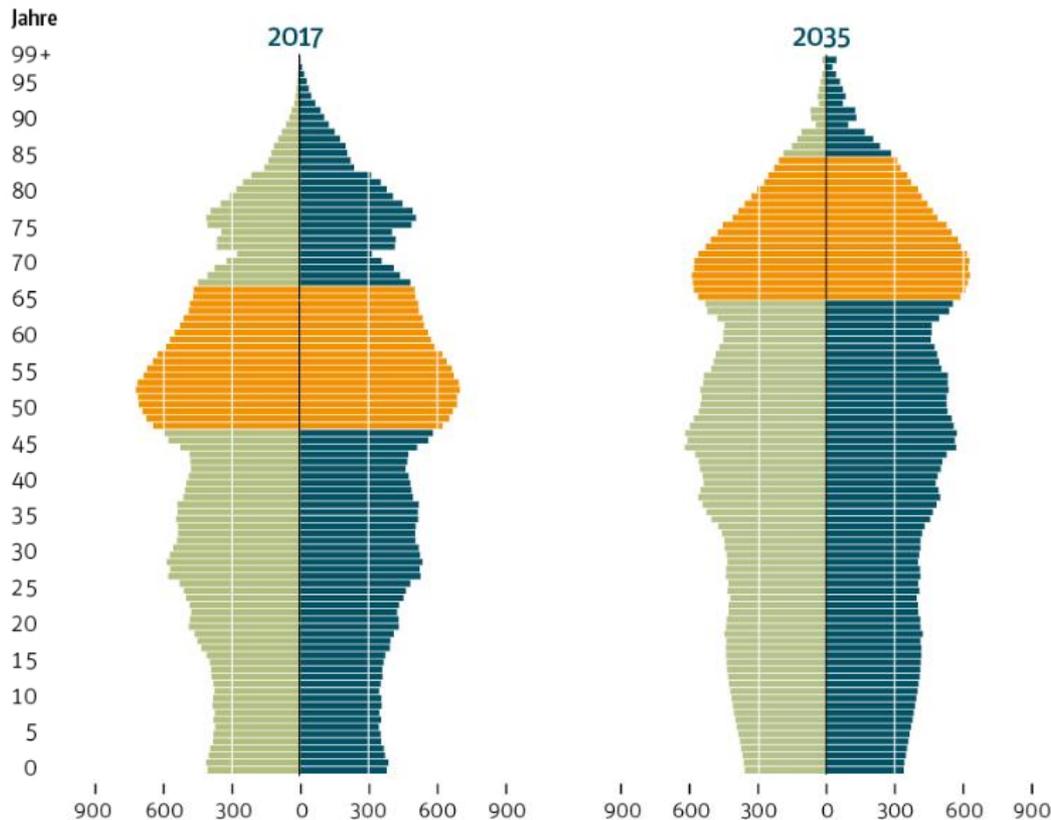
Einsamkeit tritt im Erwachsenenleben phasenweise auf. Ab 75 Jahren nimmt der Anteil der Einsamen zu.

Quelle: Luhmann & Hawkley 2016



**Entwicklung der Einsamkeit über die Lebenszeit,
Abweichung von der durchschnittlichen Einsamkeit
aller Befragten (=0,0)**

Wenn die Babyboomer in Rente gehen, kommt mehr als ein Drittel der Gesellschaft in ein einsamkeitsgefährdetes Alter.



**Anzahl der Männer und Frauen
in der jeweiligen Altersklasse
in Deutschland in Tausend**
Datengrundlage: Statistisches
Bundesamt, Berlin-Institut

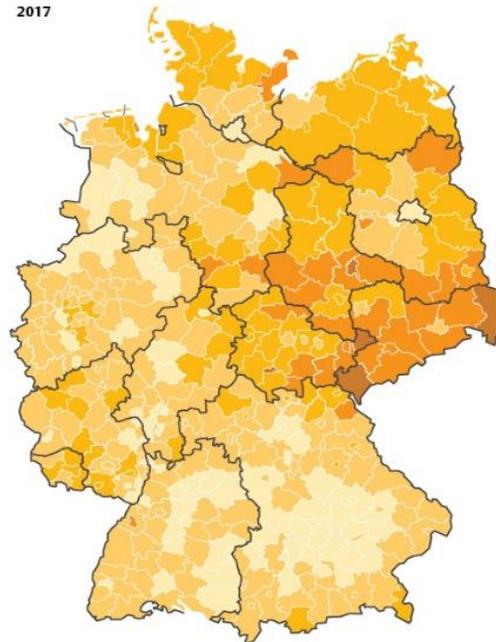
Deutschland altert regional unterschiedlich – die neuen Bundesländer sind stärker betroffen.

Prozentualer Anteil der über 64-Jährigen an der Gesamtbevölkerung nach Kreisen und kreisfreien Städten

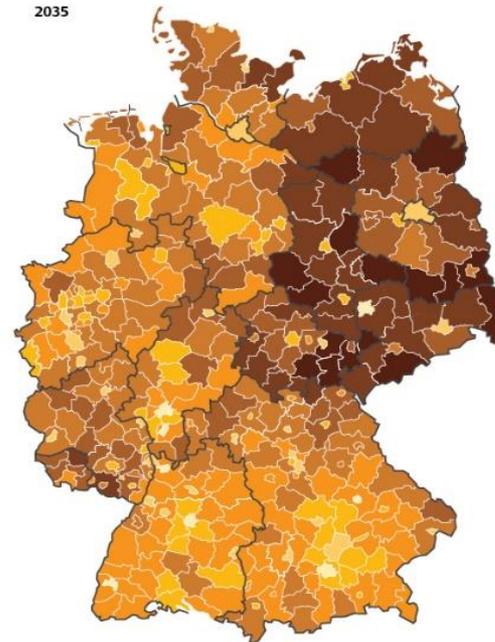
Datengrundlage: Statistisches Bundesamt, CIMA, 2019



2017



2035



Einsamkeit im Alter ist nicht unausweichlich. Die Faktoren zu kennen ist wichtig, um Risikogruppen zu identifizieren.



Altersarmut



Krankheit



Niedriger
Bildungsstand



Alleinstehende



Ohne Aufgabe



Fehlende
Infrastruktur



Menschen, die im Alter unter Armut leiden, haben oft Schwierigkeiten am sozialen Leben teilzunehmen.

Arm



Nicht arm



Einsamkeit unter 40- bis 85-Jährigen
Deutscher Alterssurvey 2014

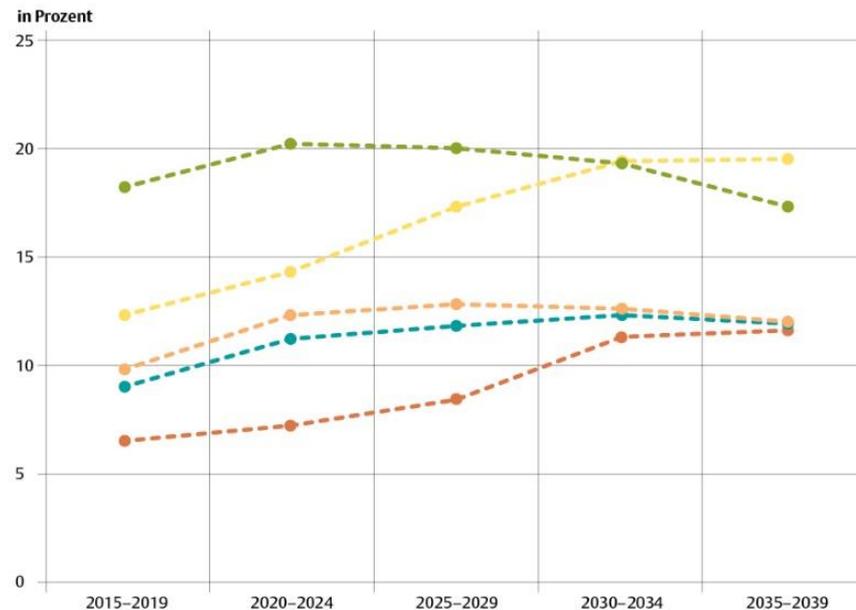


Die Altersarmut steigt insgesamt in Deutschland. Frauen sind stark betroffen. Ostdeutsche zunehmend.

Anteil der Haushalte, in denen mindestens eine Person Rente bezieht und Anspruch auf Grundsicherung im Alter hat

Datengrundlage: Deutsches Institut für Wirtschaftsforschung, 2019

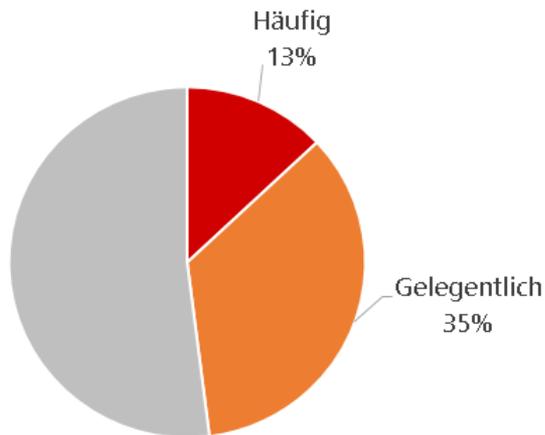
- alleinstehende Frauen
- Migrationshintergrund 1. Generation
- West
- Gesamt
- Ost



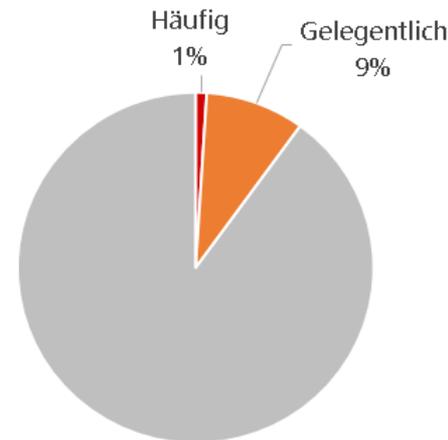


Krankheit erschwert es Älteren oft, wie gewohnt aus dem Haus und unter Leute zu gehen.

Schlechter Gesundheitszustand

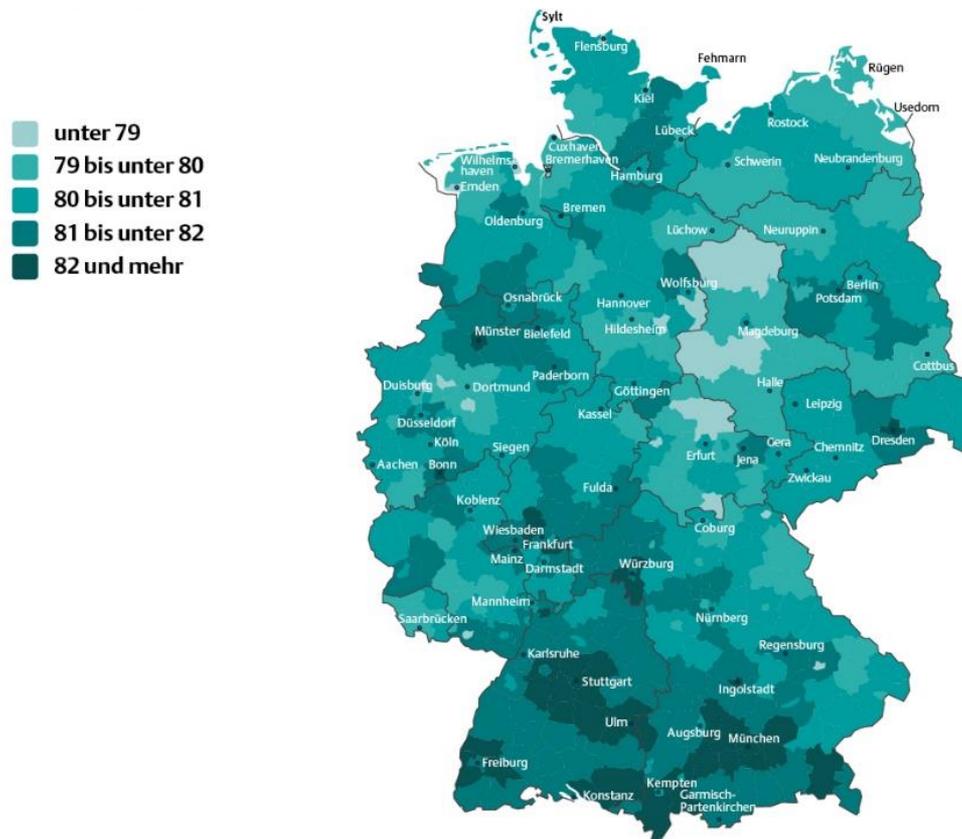


Guter Gesundheitszustand



Einsamkeit unter 65- bis 85-Jährigen
Generali Altersstudie 2017

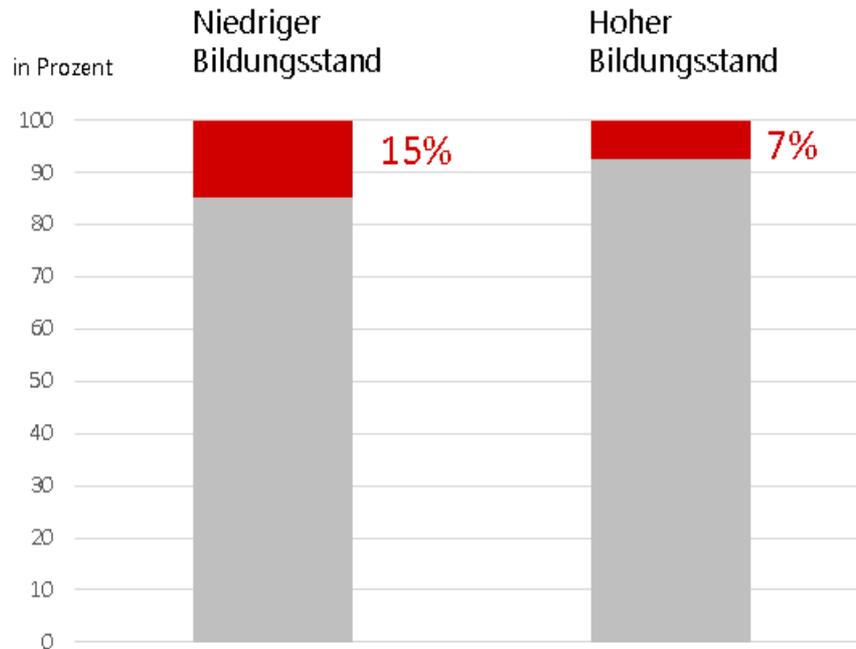
Die Lebenserwartung steigt in Deutschland. Wie viel, ist aber vom sozioökonomischen Status abhängig.



Lebenserwartung von
Neugeborenen in Jahren,
2013 bis 2015
Datengrundlage: BBSR, 2017



Bildung wirkt positiv auf Einkommen und Gesundheit, hat aber auch direkte Einflüsse auf Einsamkeit.



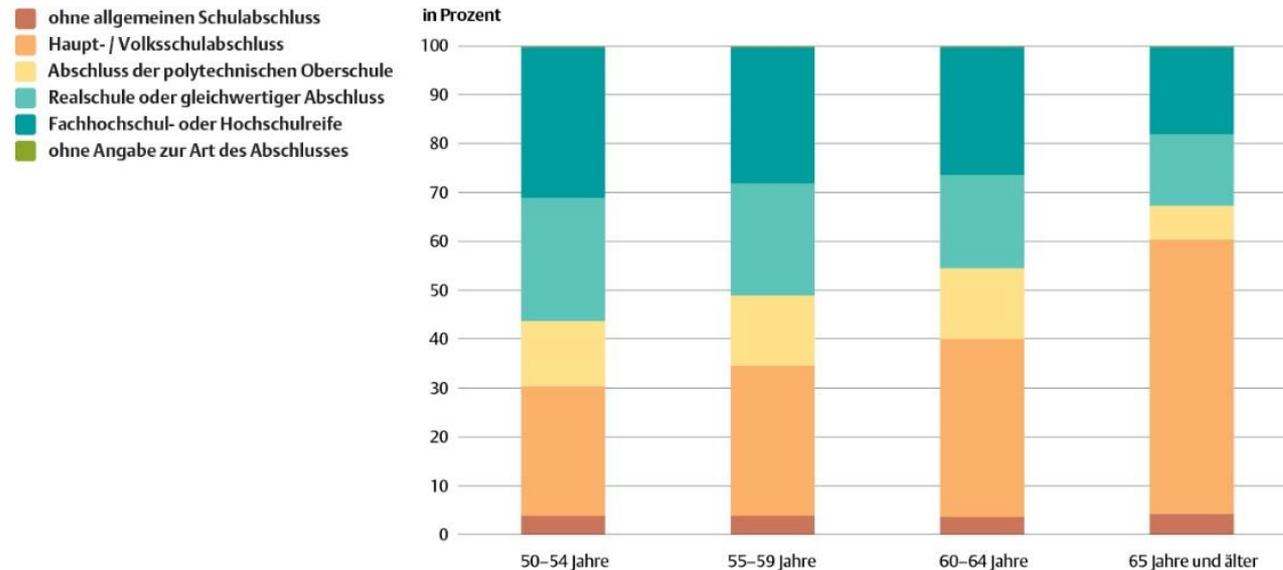
Einsamkeit unter 40- bis 85-Jährigen
Deutscher Alterssurvey 2014



Die Rentner von morgen verfügen über einen deutlich höheren Bildungsstand als ihre Eltern.

Allgemeine Schulausbildung der Bevölkerung ab 50 Jahren, 2017

Datengrundlage: Statistisches Bundesamt



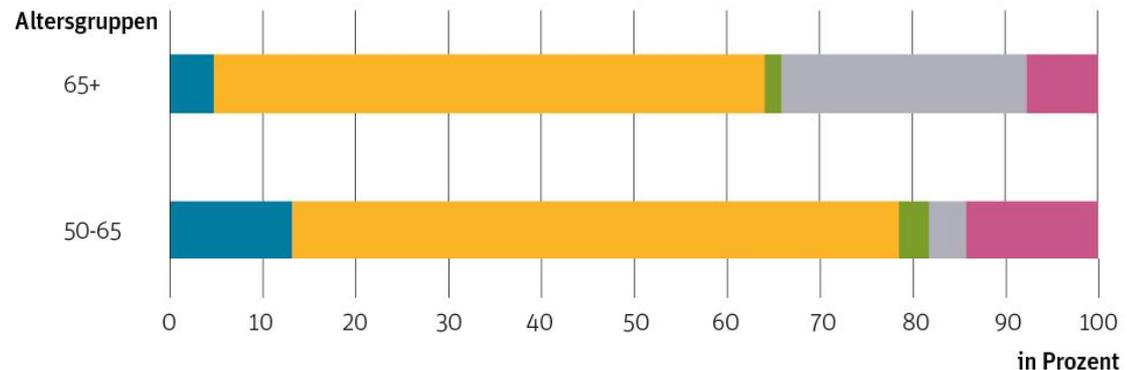


Alleinstehende können eher von Einsamkeit betroffen sein. Die zukünftigen Rentner sind seltener verheiratet.

Bevölkerung nach Altersgruppe und Familienstand, 2017

Datengrundlage: Statistisches Bundesamt 2017, eigene Berechnungen

- ledig
- verheiratet zusammen lebend
- verheiratet getrennt lebend
- verwitwet
- geschieden



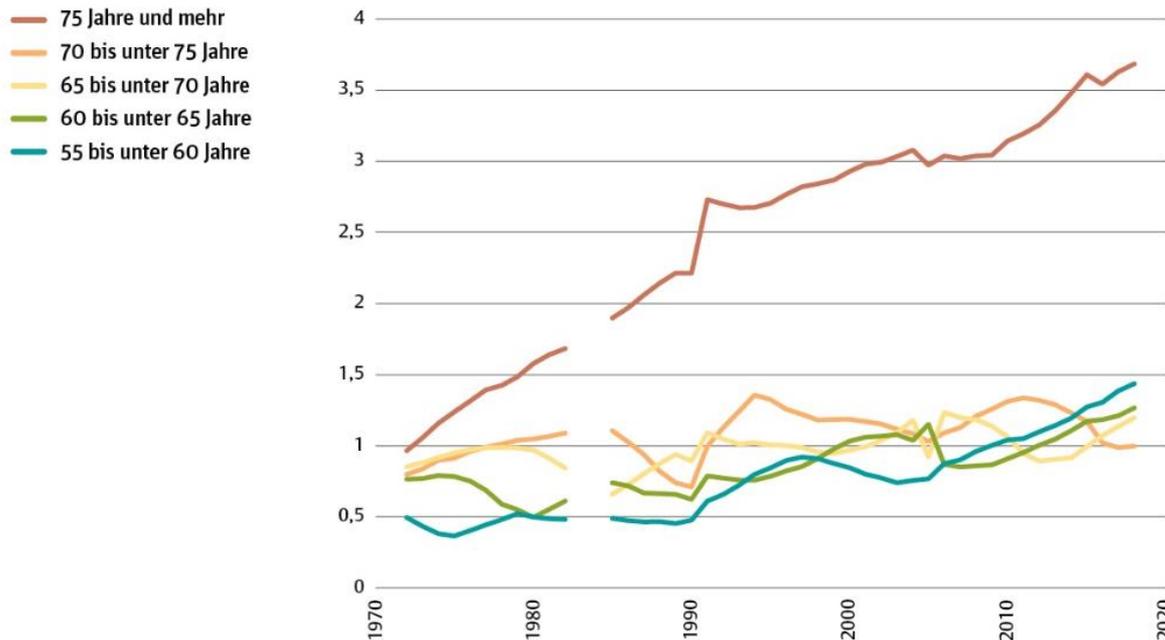


Die Zahl der hochaltrigen Alleinlebenden nimmt stark zu, häufig sind es Frauen.

Zahl der Einpersonenhaushalte in Deutschland nach Altersgruppen, in Millionen, 1972 bis 2018

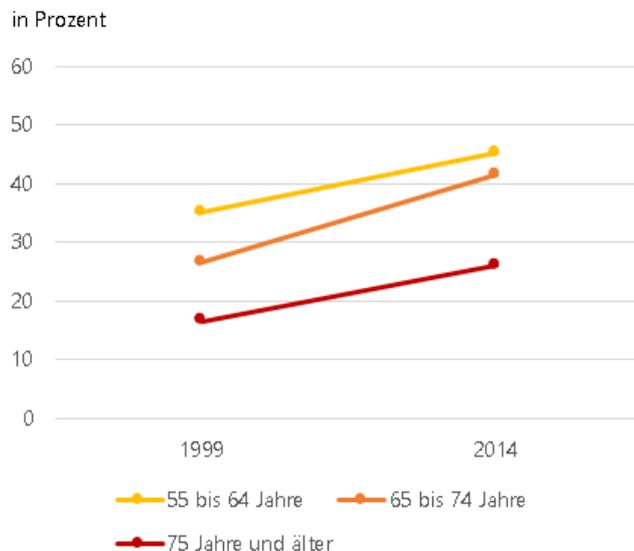


Datengrundlage: Statistisches Bundesamt, 2019, keine Daten für 1983 und 1984

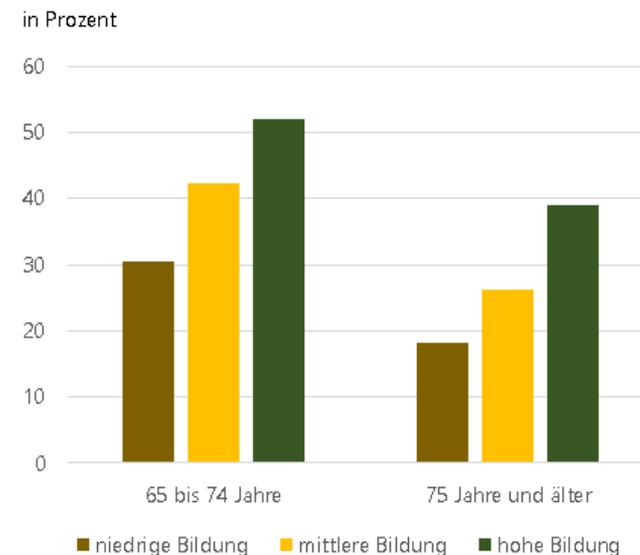




Engagierte Ältere sind sozial besser eingebunden. Die Bereitschaft, sich im Alter zu engagieren, steigt.



Anteile freiwilliger Engagierter ab 55 Jahren
Datengrundlage: Deutscher Freiwilligensurvey 2014



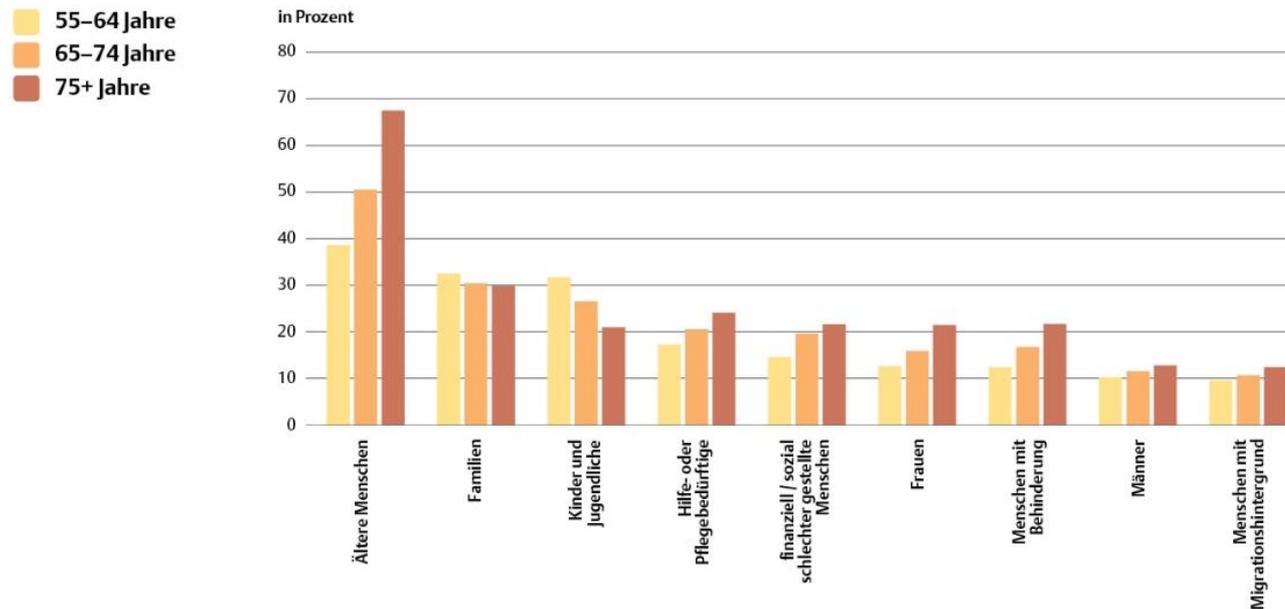
Anteile freiwilliger Engagierter ab 55 Jahren
nach Bildungsstand, 2014
Datengrundlage: Deutscher Freiwilligensurvey 2014



Ältere Engagierte engagieren sich besonders für ihre Altersgenossen.

Zielgruppe der freiwilligen Tätigkeit von Engagierten,
Mehrfachnennung möglich, 2014

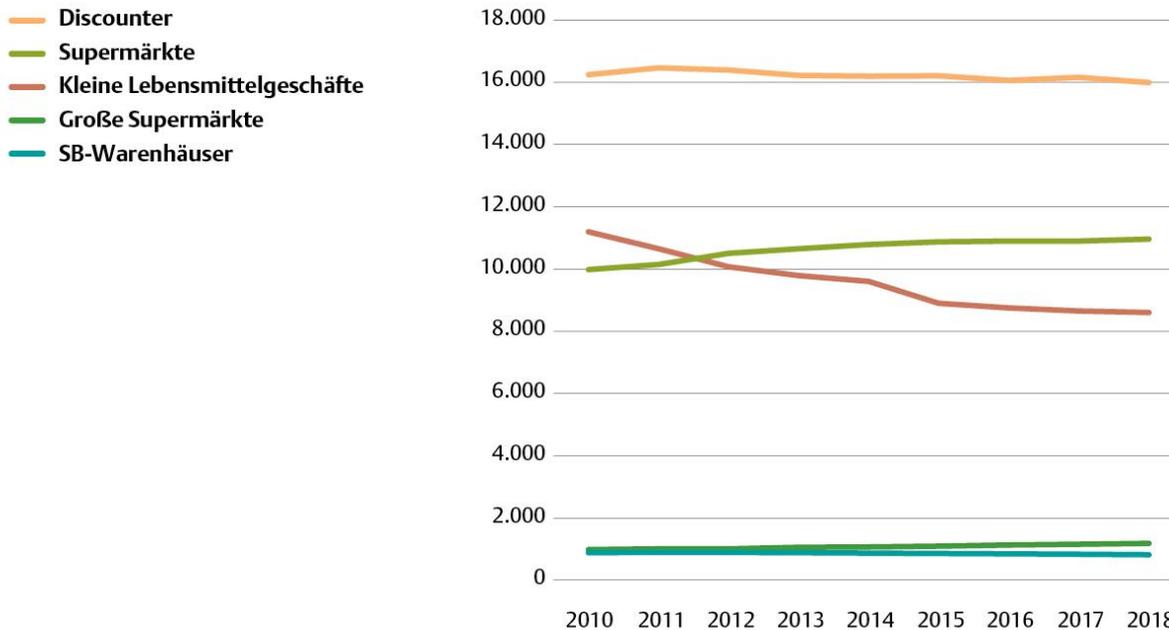
Datengrundlage: Vierter Deutscher Freiwilligensurvey





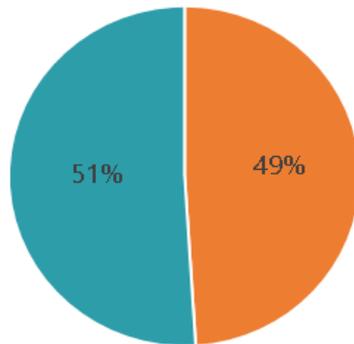
Der Wohnort und Infrastruktur sind entscheidend, um das soziale Netzwerk im Alter zu erhalten & zu erweitern.

Anzahl der Lebensmittelgeschäfte in Deutschland nach Betriebsform, 2010 bis 2018



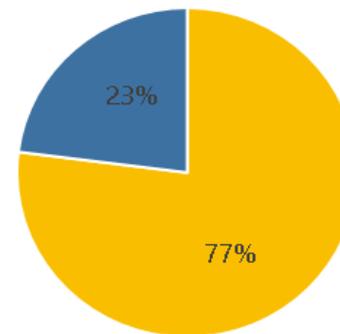


Die zukünftigen Rentner dürften digitalen Angeboten gegenüber aufgeschlossener sein – abhängig von Einkommen und Bildung.



- Nutzen Internet bestenfalls sporadisch
- Nutzen Internet mehrmals pro Woche

Internetnutzung unter 65- bis 74-Jährigen
Datengrundlage: Generali Altersstudie 2017



- Internet-abstinente
- Internetnutzer

Internetnutzung unter 65- bis 85-Jährigen
mit niedrigem sozioökonomischen Status
Datengrundlage: Generali Altersstudie 2017

Die zukünftigen Trends wirken unterschiedlich – aber Einsamkeit im Alter bleibt ein großes gesellschaftliches Thema.

Einige Entwicklungen haben das Potential, Einsamkeit in der Gesellschaft abzumildern. Andere dürften sie verstärken.



Einsamkeitverstärkend



Steigende Altersarmut



Mehr alleinlebende Senioren



Infrastrukturabbau im ländlichen Raum



Einsamkeitmildern



Gesünder im Alter



Höherer Bildungsstand

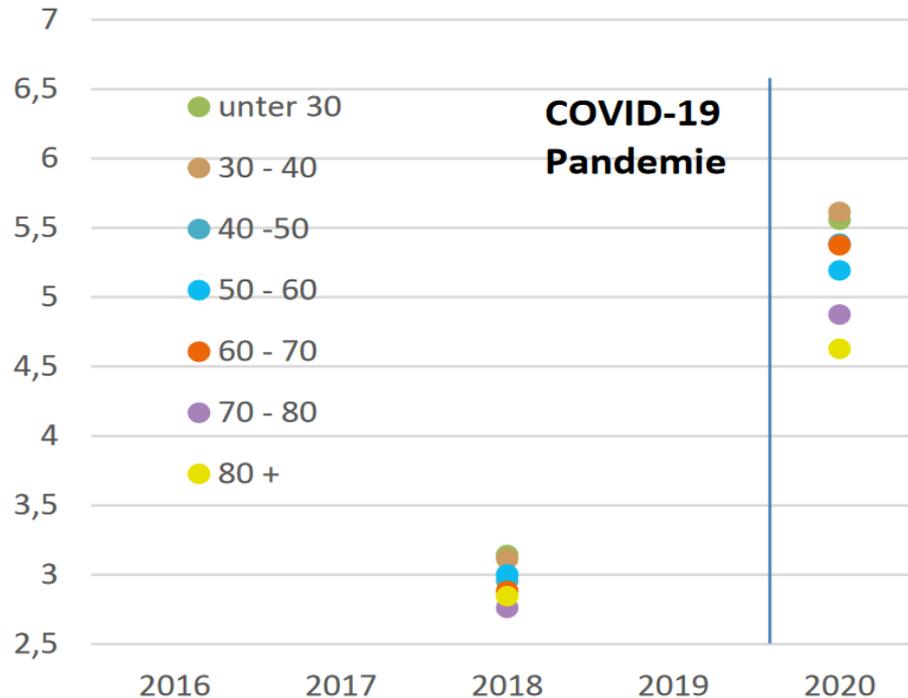


Große Bereitschaft zu Engagement im Alter



Größere digitale Mobilität

Einsamkeit und Corona: alle Altersgruppen betroffen, v.a. den unter 30-Jährigen fehlen ihre Sozialkontakte



**Subjektive Einsamkeit nach Altersgruppen
(Skala von 0 bis 10)**

Quelle: Entringer und Kröger, 2020

Einsamkeit und Corona: Die Pandemie macht einsam: Ältere und ihre HelferInnen

soziale Isolation	
Ältere und Angehörige	<ul style="list-style-type: none">• Kontaktbeschränkungen• Rückzug in die eigenen vier Wände• Menschen in stationären Einrichtungen können nur stark eingeschränkt Angehörige treffen• digitale Kommunikation aufgrund fehlender Kompetenzen schwierig
Personal und Engagierte	<ul style="list-style-type: none">• Wie werden die von uns betreuten Personen die Zeit der Kontaktbeschränkungen überstehen?• Engagierte gehören teilweise selbst zur Risikogruppe• Erreichbarkeit von Älteren erschwert

Quelle: Studie „Kommunale Innovation. Altersfreundlichkeit in Zeiten von Corona“ von Berlin-Institut für Bevölkerung und Entwicklung und Körper-Stiftung , wird im Nov 2020 veröffentlicht

Die Kommune ist der Ort für Prävention gegen Einsamkeit. Was kann man tun?

Strategie und Orte

- ✓ Einsamkeit muss in die Strategie zur Altersfreundlichkeit!
- ✓ Wohnen mit Anschluss fördern
- ✓ Öffentliche Orte gestalten
 - Zufällige und gezielte Begegnungen ermöglichen
 - Orte ohne Konsumzwang
 - Mobilitätsangebote zu diesen Orten



DORV-Zentrum
Eisental

Die Kommune ist der Ort für Prävention gegen Einsamkeit. Was kann man tun?

Partizipation und Information

- ✓ Soziale Partizipation ermöglichen
 - Gruppenaktivitäten zur Prävention
 - Individualangebote für stark Isolierte
 - Auch digitale Partizipation der Älteren fördern
- ✓ Aktiv informieren, sensibel kommunizieren
 - Einsame über Ärzte, Apotheken, Bäcker etc. erreichen
 - Stigma „einsam“ vermeiden



Genlyd Plattform in Aarhus, DK

Die Kommune ist der Ort für Prävention gegen Einsamkeit. Was kann man tun?

Brückenbauer gegen Einsamkeit

✓ Silbernetz e.V.

- Niedrigschwellige Telefonhotline für den Notfall, regelmäßige Calls oder Infos

✓ Senioren-Assistenz

- Senioren-Betreuung als neuer Beruf: Ansprechpartner statt Pflege

Silbernetz e.V. Berlin



Die Kommune ist der Ort für Prävention gegen Einsamkeit. Was kann man tun?

Im Alltag Kontaktpunkte schaffen

- ✓ Chatty Café Scheme (UK)
 - Ausgewiesener Tisch für jeden, der Kontakte will
- ✓ „Schnapp dir einen Gesprächspartner“
 - Postkarten und Anstecker als Gesprächsanlässe und Wegweiser zur online-Plattform Genlyd in Aarhus/ DK.
- ✓ Online-Plattform Genlyd (Aarhus/ DK)
 - für selbstorganisierte Kontakte: Vom Kaffeetrinken zum stadtweiten Clean-Up
 - Matching nach Interessen



Aktion „Schnapp dir einen Gesprächspartner“
Genlyd Plattform in Aarhus, DK

Mehr Infos: „Spotlight Demografie“ Nr. 4 und Nr. 5





Körber
Stiftung

**Vielen Dank für
Ihre Aufmerksamkeit!**