

Niedersächsisches Ministerium für
Soziales, Arbeit, Gesundheit und
Gleichstellung



Ideenwettbewerb:
Gute Initiativen
gegen Einsamkeit.

Ideenwettbewerb

„**GEMEINSAM** nicht einsam -
gute Initiativen gegen Einsamkeit“

**Niedersächsischer Ideenwettbewerb für Projekte zur Ver-
meidung und Überwindung von Einsamkeit**



Niedersachsen. Klar.

„Gem**EINSAM** nicht einsam -
gute Initiativen gegen Einsamkeit“

Niedersächsischer Ideenwettbewerb für Projekte zur Vermeidung und Überwindung von Einsamkeit

Einleitung

Einsamkeit ist für viele Menschen äußerst belastend und für die Betroffenen schwer zu ertragen. Gerade nach der Corona-Pandemie, während der sich viele Menschen in Selbstisolation begeben mussten, hat sich bei einer größer werdenden Anzahl von Menschen das Gefühl der Einsamkeit ausgebreitet. Dabei sind von diesen oft mit tiefer Melancholie und Traurigkeit verbundenen Gefühlen nicht nur die Älteren betroffen. Nach der Pandemie hat sich gezeigt, dass auch viele jüngere Menschen unter Einsamkeit leiden. Betroffen können nicht nur alleinlebende Personen sein, sondern in Familien lebende einzelne Familienmitglieder.

Obwohl es sich bei Einsamkeit nicht um eine psychische Erkrankung handelt, kann sie in der Folge auch schwere Erkrankungen auslösen. Einsamkeit kann der Entstehung oder schwereren Verläufen von Infektionskrankheiten zugrunde liegen. Das bedeutet, dass sich bösartige Tumore leichter ausbilden und die Betroffenen an Krebs erkranken können. Wenn ein Mensch keine oder nur wenige soziale Kontakte hat, wenn er keine oder keine funktionierenden familiären Strukturen hat, die ihn stützen oder auffangen, fehlen ihm u.U. Impulse, Reize und Informationen, die die Gehirntätigkeit anregen. So können Funktionen verkümmern und im schlimmsten Fall sogar die Entstehung einer Demenz begünstigt werden.

Menschen, die das Gefühl haben, einsam zu sein, besitzen ein größeres Bedürfnis nach Orientierung, Sinnhaftigkeit und persönlicher Wertschätzung. Sie sind daher offener für politische Einstellungen außerhalb der demokratischen Grundordnung, zumal derartige Gruppierungen in der Lage sind, den vermeintlich Außenstehenden das Gefühl zu vermitteln, die oben beschriebenen Bedürfnisse zu befriedigen.

Einsamkeit ist subjektiv. Diese wird immer häufiger empfunden, wenn Menschen das Empfinden haben, dass die bestehenden sozialen Beziehungen und Kontakte nicht ausreichen. Die Betroffenen wünschen sich den Kontakt zu anderen, haben allerdings Schwierigkeiten dabei, neue Beziehung aufzubauen. Es fällt ihnen schwer, selbstständig ihre Isolation zu überwinden.

Um Einsamkeit zu überwinden, müssen Betroffene diese Isolation durchbrechen. Einen ganz wichtigen Beitrag können gestärkte familiäre oder familienergänzende Strukturen oder Maßnahmen darstellen. Gelingen kann dieses darüber hinaus z.B. durch den Kontakt zu Menschen, die dieselben Interessen und Leidenschaften haben. So kann es beispielsweise helfen, andere in Kursen an der Volkshochschule oder in Sportgruppen zu treffen. Aber auch die Übernahme eines Ehrenamtes kann der Schlüssel zu neuen Kontakten sein, zumal dort neben neuen Kontakten auch das befriedigende Gefühl, gebraucht zu werden, vermittelt wird. Hierdurch kann Einsamkeit überwunden werden. Sie kann aber auch im Entstehen verhindert werden, wenn einsamkeitsgefährdete Menschen rechtzeitig angesprochen werden von aufmerksamen Menschen im Umfeld, die dann o.a. Maßnahmen anregen oder anschieben können. Und diese wiederum sollen hierfür sensibilisiert werden durch Informationen, welche vielfältigen Möglichkeiten - auch projektbezogen - es dazu gibt.

Auslobung

Das Land Niedersachsen startet in diesem Frühjahr die Öffentlichkeitskampagne „GEMEINSAM nicht einsam“. In verschiedenen Formaten werden Akteure in Niedersachsen gemeinsam mit dem Niedersächsischen Sozialministerium das Thema Einsamkeit altersübergreifend diskutieren und dabei Maßnahmen gegen Einsamkeit erarbeiten.

Ein wichtiger Teil dieser Kampagne ist der Ideenwettbewerb



Gesucht werden Projekte, Ideen und Initiativen, die in Niedersachsen durchgeführt werden und geeignet sind, von Einsamkeit betroffenen Menschen zu helfen, den Weg aus der Isolation zu finden, oder eine drohende Einsamkeit abzuwenden. **Niedersächsische Kommunen** ebenso wie **Verbände, Initiativen und Vereine** (z.B. auch Nachbarschaften, Mehrgenerationenhäuser, Senioren- und Pflegestützpunkte Niedersachsen, Freiwilligenagenturen usw.) können Projektideen einreichen, die geeignet sind, Betroffenen hierbei zu helfen oder sie zu unterstützen.

Mögliche Projekte sind dabei Hilfs- und Beratungsangebote, aber auch digitale Teilhabemöglichkeiten. Ziel dieses Ideenwettbewerbs ist es, besonders gute und innovative sowie modellhafte Projekte auszuzeichnen und diese als auch alle anderen guten Projekte im Land öffentlich bekannt zu machen, um zum Nachahmen zu motivieren.

Die Öffentlichkeit wird über eine (u.U. digitale) Auftaktveranstaltung auf den Wettbewerb aufmerksam gemacht und zur Teilnahme aufgefordert. Die Gewinner in beiden Kategorien werden durch Herrn Minister Dr. Andreas Philippi im Rahmen einer landesweiten öffentlichkeitswirksamen Abschlussveranstaltung ausgezeichnet.

Das Preisgeld beträgt insgesamt 20.000 Euro und wird zu jeweils 10.000 Euro auf zwei Preiskategorien aufgeteilt: Niedersächsische Kommunen einerseits und Verbände, Initiativen und Vereine andererseits. Die drei besten Projekte je Kategorie werden prämiert. Die beiden ersten Plätze in den jeweiligen Kategorien erhalten 5.000 Euro und die weiteren Plätze jeweils 3.000 Euro und 2.000 Euro.

Der Ideenwettbewerb

Das Projekt, die Initiative, die Aktivität

- soll zur Nachahmung anregen,
- soll möglichst nachhaltig sein,
- soll insbesondere familienbezogene bzw. -ergänzende Maßnahmen anregen
- soll auch Menschen mit Behinderung integrieren,
- soll auch Menschen mit Migrationshintergrund oder sozialer Benachteiligung ansprechen,
- kann auch von örtlichen Vereinen, Gruppen, Schulen oder Einrichtungen des Gemeinwesens getragen werden und
- kann auch generationenübergreifend stattfinden.

Ausgeschlossen sind Vorschläge für Pflichtaufgaben der jeweiligen Akteure.

Teilnahme am Ideenwettbewerb

Der Ideenwettbewerb wird vom Niedersächsischen Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Gleichstellung ausgelobt. Die Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V. ist für die Koordination und Organisation des Niedersächsischen Ideenwettbewerbes zuständig.

Die Projekte sind mit dem anliegenden Teilnahmebogen **bis zum 15.08.2024** einzureichen

- schriftlich unter der Anschrift:

**Landesvereinigung für Gesundheit und
Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V.
z. Hd. Herrn Schumacher
Schillerstraße 32
30159 Hannover**

- oder elektronisch unter: martin.schumacher@gesundheit-nds-hb.de

Aufgrund der erwarteten Vielzahl der möglichen Einreichungen wird eine unabhängige Jury die Projekte begutachten. Die Entscheidung der Jury wird den Teilnehmenden schriftlich mitgeteilt. Die ausgewählten Projekte werden im Rahmen einer öffentlichen Veranstaltung ausgezeichnet.

Der Rechtsweg ist bei diesem Wettbewerb ausgeschlossen.

Die Preisverleihung findet im Herbst 2024 in Hannover statt. Der Termin wird zu gegebener Zeit bekanntgegeben.

Regeln für die Teilnahme

- Mit der Teilnahme am Wettbewerb ist die Jury-Entscheidung schriftlich anzuerkennen.
- Mit der Teilnahme gilt das Einverständnis an der Nutzung und Veröffentlichung der Projektdaten und Ergebnisse der eingereichten Projekte durch das Niedersächsische Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Gleichstellung, auch auf Internetplattformen, als erteilt. Dieses gilt insbesondere auch für die zur Veranschaulichung des Projektes verwendeten Fotografien, Zeichnungen oder Skizzen.

Teilnahmebogen

Landesvereinigung für Gesundheit und
Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V.
z. Hd. Herrn Schumacher
Schillerstraße 32 ·
30159 Hannover



Ideenwettbewerb:
Gute Initiativen
gegen Einsamkeit.

Name der Kommune/Initiative/Aktion/Maßnahme

Kontaktperson

Anschrift

Telefon/Fax/E-Mail

Angaben zum Projekt/zur Initiative/zur Maßnahme

Weitere Hinweise zur Teilnahme am Wettbewerb

Sie können gerne ergänzende Materialien wie zum Beispiel Fotos beifügen (bitte auf maximal drei Seiten (DIN A 4) Begleitmaterial begrenzen). Die eingereichten Unterlagen werden nicht zurückgesandt.

Bitte senden Sie diesen Anmeldebogen ausgefüllt an die angegebene Adresse.

Einsendeschluss ist der 15.08.2024.

Die Teilnahme am Wettbewerb findet unter Ausschluss des Rechtsweges statt.

Ich bin einverstanden, dass mein Projekt im Rahmen des Wettbewerbs öffentlich dargestellt wird (z.B. Internet, Broschüre).

Die Auswahlentscheidung der Jury wird von mir anerkannt.

(Ort und Datum)

(Unterschrift)