

Liebe Graftschafter*innen,

Millionen Menschen sind in unserem Land von Einsamkeit betroffen. Die Deutsche Stiftung Patientenschutz spricht von der „vielleicht größten Volkskrankheit in Deutschland“. Erstmals hat auch die Bundesregierung mit dem Einsamkeitsbarometer 2024 eine umfassende Analyse hierzu vorgestellt. Die Faktoren für Einsamkeit sind vielfältig. Eine Rolle spielen der demografische Wandel, veränderte Familienstrukturen, eine zunehmende Urbanisierung, eine fortschreitende Digitalisierung und der Anstieg psychischer Erkrankungen.

Längst ist die Einsamkeit nicht mehr nur ein Großstadt-Phänomen, sondern betrifft ebenso ländliche Regionen wie die Grafschaft Bentheim. Die Folgen sind beträchtlich: Für die Betroffenen bedeutet Einsamkeit oftmals eine erhebliche Einbuße an Lebensqualität und Wohlbefinden. Einsame Menschen neigen verstärkt zu psychischen Erkrankungen wie Depressionen.

Sogar das Risiko physischer Krankheiten wie Herz-Kreislauf-Beschwerden steigt durch Einsamkeit. Darüber hinaus kann sich die Vereinsamung einzelner Menschen negativ auf das allgemeine Gemeinschaftsgefühl auswirken.

Mit dem „Niedersachsenforum Alter und Zukunft“ rücken wir verschiedene Aspekte dieses komplexen Themas in den Fokus – von den Auswirkungen bis zu Vorbeugestrategien. Ich lade Sie herzlich ein, an der Veranstaltung teilzunehmen. Lassen Sie uns gemeinsam unsere Gemeinschaft stärken. Denn niemand sollte sich allein fühlen!

Ihr Uwe Fietzek
Landrat

 Niedersächsisches Ministerium
für Soziales, Arbeit, Gesundheit
und Gleichstellung

 MGAFS
Niedersachsen Bremen e. V.

 Landesagentur
Generationendialog
Niedersachsen

NIEDERSACHSEN- FORUM ALTER UND ZUKUNFT 2024

Einsamkeit und soziale Isolation –
Herausforderungen des 21. Jahrhunderts?

29. Oktober 2024

NINO Hochbau –
Kompetenzzentrum Wirtschaft

NINO Allee 11, 48529 Nordhorn

Landkreis Grafschaft Bentheim
Gesundheitsförderung

Bachstraße 3
48527 Nordhorn
Telefon 05921 96-1867
E-Mail annegret.hoelscher@grafschafft.de
www.grafschafft-bentheim.de



die grafschafft
Gesundheitsregion Grafschaft Bentheim



Programmablauf



10:00 Uhr **Anmeldung und Begrüßungskaffee**

10:30 Uhr **Eröffnung**

Uwe Fietzek, Landrat des Landkreises Grafschaft Bentheim

10:40 Uhr **Videogrußwort**

Dr. Andreas Philippi, Niedersächsischer Minister für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Gleichstellung

10:50 Uhr **Gesundheitliche, psychologische und gesellschaftliche Auswirkungen von Einsamkeit**

Dr. Julian Packheiser, Ruhr Universität Bochum

11:20 Uhr **Pause**

11:40 Uhr **Einsamkeit – Ursache, Symptom und Folge chronischer psychischer Krankheitsbilder**

Kathrin Hildebrand, leitende Psychologische Psychotherapeutin in der Psychiatrie und Psychotherapie der EUREGIO Klinik, Nordhorn

12:10 Uhr **Strategien zur Vorbeugung von Einsamkeit**

Renate Bremer, MOKU – Mobile Kulturbegleitung

12:30 Uhr **Eröffnung des Markts der Möglichkeiten**

Dezernent Gert Lödden und Dr. Annegret Hölscher, Landkreis Grafschaft Bentheim

12:40 Uhr **Mittagsimbiss, Gelegenheit zum Besuch des Markts der Möglichkeiten**

Gute Praxis: Wie kann Einsamkeit vorgebeugt werden und wie erreicht man von Einsamkeit betroffene Menschen?

13:30 Uhr **Einsamkeit über Generationen hinweg –**

Projekt „Alter Falter“ in Münster Andrea Lehmann, Projektreferentin Miteinander Füreinander

14:00 Uhr **„Mittendrin älter werden – vor Ort aktiv“**

Silke Oppenhausen, Arbeiterwohlfahrt Region Hannover e.V.

14:30 Uhr **Zusammenfassung und Diskussion**

14:40 Uhr **Pause**

15:10 Uhr **Talk Runde: Wie begegnet die Grafschaft Bentheim dem Thema Einsamkeit?**

Im Gespräch mit

■ Birgit Baumann, Freiwilligen-Agentur Grafschaft Bentheim

■ Lena Dulle, Bereichsleiterin soziale Dienste, ev.-ref. Diakonisches Werk Grafschaft Bentheim gemeinnützige GmbH

■ Christian Hüser, Geschäftsführer, Paritätischer Wohlfahrtsverband Grafschaft Bentheim

■ Dieter Wiggers, Pastor ev.-altref. Kirche, Vorsitzender der Arbeitsgemeinschaft Christlicher Kirchen in der Grafschaft Bentheim

■ Dr. med. Ansgar Siegmund, Facharzt für Neurologie Chefarzt Psychiatrie und Psychotherapie EUREGIO Klinik

■ Dr. med. Hermann Thole, Vorsitzender des Seniorenbeirats der Stadt Nordhorn, Vorstand Hospiz Stiftung Grafschaft Bentheim

■ Dr. phil. Annegret Hölscher, Diplom Psychologin, Leiterin der Selbsthilfekontaktstelle und Gesundheitsregion des Landkreises Grafschaft Bentheim

15:55 Uhr **Verabschiedung**

Uwe Fietzek, Landrat des Landkreises Grafschaft Bentheim

16:00 Uhr **Veranstaltungsende & Ausklang**

Die Veranstaltung wird moderiert von Thomas Altgeld, LVG & AFS Nds HB e.V.



QR-Code scannen und anmelden!

<https://www.gesundheit-nds-hb.de/veranstaltungen/niedersachsen-forum-alter-und-zukunft/>