

Prävention und Bekämpfung von Einsamkeit bei älteren Menschen?

Ein inspirierender Leitfaden mit Erkenntnissen aus dem Projekt
„euPrevent PROFILE“



Lonely? Let's unite!

**Crossing borders
in health**

KOLOPHON

© 2023 Projekt euPrevent PROFILE. Alle Rechte vorbehalten.

Kein Teil dieser Publikation darf ohne vorherige schriftliche Genehmigung des Herausgebers in irgendeiner Form oder mit irgendwelchen Mitteln - elektronisch, mechanisch, durch Fotokopie oder auf andere Weise - vervielfältigt, in einem Datenabrufsystem gespeichert oder übertragen werden. Diese Publikation wurde im Rahmen des Projekts euPrevent PROFILE (Prevention of Loneliness older people) erstellt.

Lonely? Let's unite!

www.euprevent.eu/de/profile/

Redaktion: Frank Willems, Niels Janssen en Marja Veenstra

Gestaltung & Layout: Eyetractive

Text und Übersetzung: Mitglieder der Projektgruppe

Mitglieder der Projektgruppe und des Management Boards in alphabetischer Reihenfolge:

K. Bouwels, L. Duffner, F. Galand, K. Hajema, N. Janssen, E. Linssen, L. Nothelier, U. Nys, E. Pyrovolaki, S. Reekmans, S. Schroyen, M. Struss, E. Tippelmann, B. van der Zanden, M. Veenstra, F. Verhey, P. Vranken, F. Willems.



Das Projekt euPrevent PROFILE wird durchgeführt im Rahmen von Interreg V-A Euregio Maas-Rhein und mit 740.085 € aus dem Europäischen Fonds für regionale Entwicklung gefördert. Das Projekt erhält auch eine Kofinanzierung und alle Projektpartner tragen einen Eigenanteil.



Ministerium für Wirtschaft, Innovation,
Digitalisierung und Energie
des Landes Nordrhein-Westfalen





INHALT

Vorwort	6
Einführung in das Projekt euPrevent PROFILE	8
Ergebnisse des Projekts euPrevent PROFILE	12
Literature Reviews	12
Online-Übersicht ‚Good Practices‘	16
Schulungen für Fachleute und Freiwillige	18
Leitfaden für intergenerationellen Austausch	22
Theaterstück ‚Starlight‘	24
e-Health Anwendungen	28
Euregionaler Gesundheitsatlas	30
Roadmap für Fachleute	32



VORWORT

Alle haben ab und zu mit Einsamkeit zu kämpfen. Ist es für einige nur ein vorübergehender Zustand, so leiden doch viele Menschen unter einem dauerhaften Mangel an sozialen Kontakten oder emotional nahestehenden Bezugspersonen. Hier ein paar Zahlen zum Thema Einsamkeit (Quelle: Niederländisches Statistisches Zentralamt, 2019): Ein Drittel aller Menschen über 75 Jahre fühlt sich "etwas einsam", und eine von zehn Personen über 75 Jahre fühlt sich "sehr einsam". Dies gilt insbesondere für ältere Menschen, die allein leben. Seit der COVID-19-Pandemie sind diese Zahlen weiter gestiegen, und wir wissen, dass vor allem ältere Menschen unverhältnismäßig stark von der Pandemie betroffen waren und viele von ihnen immer noch mit den Auswirkungen auf ihre körperliche und geistige Gesundheit zu kämpfen haben.

Das Projekt euPrevent PROFILE (PREvention OF Loneliness of older people in the Euregion) soll dazu beitragen, Einsamkeit unter älteren Menschen zu verhindern und zu bekämpfen. Im Rahmen dieses Projekts arbeiten verschiedene Partner aus der Euregio Maas-Rhein zusammen. Ziel dieses auf 2,5 Jahre angelegten Projekts ist es, den Austausch von Wissen und Best Practices zu fördern und das

Bewusstsein für die Auswirkungen von Einsamkeit zu stärken. Dies wollen wir auch durch die Förderung von Kontakten zwischen den Generationen erreichen.

Wir freuen uns, hiermit den Inspirationsleitfaden vorzustellen, der im Rahmen des Projekts erstellt wurde. In diesem Leitfaden gehen wir auf das bisher einzigartige Projekt ein und beschreiben, was mit diesem Projekt erreicht wurde und welche Lehren daraus gezogen werden können. Außerdem berichten wir über die verschiedenen Aktivitäten, die im Rahmen des Projekts euPrevent PROFILE organisiert wurden. Unter anderem haben wir die Prävalenz von Einsamkeit und die Wirksamkeit verschiedener Interventionen im Rahmen von Literaturstudien untersucht. Es werden auch verschiedene eHealth-Anwendungen vorgestellt, die Einsamkeit verhindern oder ihre negativen Folgen mindern können. Darüber hinaus geht der Inspirationsleitfaden auf verschiedene andere Projektaktivitäten ein, wie z. B. Bürgergipfel, Theateraufführungen und die Entwicklung von Schulungsmodulen und Leitlinien für Fachkräfte und Freiwillige für den Umgang mit Menschen, die von Einsamkeit betroffen sind sowie zur Förderung des intergenerationellen Austauschs.

Es gibt keine allgemeingültige Lösung gegen Einsamkeit, und wir sind uns bewusst, dass wir mit unserem Projekt nur einen kleinen Teil zum Umgang mit diesem immensen Problem beitragen können.

Dieser Leitfaden enthält eine Auswahl wissenschaftlicher und sozialer Aktivitäten sowie theoretischer und praktischer Beiträge zu diesem Thema. Alles in der Hoffnung, Sie zu ermutigen, selbst gegen Einsamkeit im Alter aktiv zu werden. Wir wünschen Ihnen viel Vergnügen und Inspiration beim Lesen!

Im Namen des gesamten PROFILE-Teams

Dr. Marja Veenstra

Universität Maastricht

Projektkoordinatorin des Projekts euPrevent PROFILE

Prof. Dr. Frans Verhey

Professor für Alterspsychiatrie an der

Universität Maastricht,

hauptverantwortlicher Partner des Projekts euPrevent

PROFILE

KAPITEL 1 EINFÜHRUNG

Hintergrund

Fast 20 % der Einwohner der Euregio Maas-Rhein sind älter als 65 Jahre. Es wird erwartet, dass diese Zahl in den kommenden Jahren steigt. Älterwerden kann mit Einsamkeit und anderen (psychischen) Gesundheitsproblemen einhergehen. Einsamkeit wird dabei als ein Gefühl definiert, das aus einem subjektiven Mangel an sozialen Kontakten und Beziehungen resultieren kann, z. B. infolge sozialer Isolation. Einsamkeit ist eine negative Erfahrung und kann zu negativen Folgeerscheinungen wie Depressionen oder einem erhöhten Sterberisiko führen. Die Notwendigkeit, sich mit dem Thema Einsamkeit zu befassen, wurde durch die Auswirkungen der COVID-19 Pandemie auf ältere Menschen in prekären Lagen einmal mehr deutlich.

Es besteht daher großer Bedarf, die soziale Eingliederung älterer Menschen, die sich in einer prekären Lage befinden, zu verbessern und auf diese Weise bestehende Einsamkeit zu verringern und das Risiko, überhaupt einsam zu werden, zu minimieren. Die Bekämpfung von Einsamkeit ist jedoch eine große Herausforderung, weshalb eine grenzübergreifende Zusammenarbeit und der Austausch von Best Practices von entscheidender Bedeutung sind.

Ein konzeptionelles Modell von Einsamkeit

Lim et al. (Lim, Eres & Vasan, 2020) haben ein konzeptionelles Modell von Einsamkeit entwickelt. Im Projekt euPrevent PROFILE haben wir dieses Modell als Rahmen für mehrere Aktivitäten verwendet, wobei wir -wo notwendig- Anpassungen vorgenommen haben.

Das Modell konzentriert sich auf vier Elemente, siehe nachfolgende Abbildung. Diese vier Elemente umfassen: 1) Auslöser, 2) Risikofaktoren für Einsamkeit, 3) Einsamkeit als Folge und 4) mögliche Lösungen. Zu den Auslösern oder Lebensereignissen gehören Erfahrungen, die der Einsamkeit vorausgehen, wie z. B. ein Umzug oder der Tod des Partners. Einsamkeit ist mit mehreren (Risiko-) Faktoren verknüpft. Ein Risikofaktor ist das Alter: Jüngere Menschen (25 Jahre und jünger) und ältere Erwachsene (65 Jahre und älter) sind stärker von Einsamkeit betroffen. Neben demografischen Risikofaktoren gibt es viele weitere Faktoren, die mit Einsamkeit in Verbindung stehen. Dazu gehören beispielsweise auch die körperliche und geistige Gesundheit einer Person. Das Modell beschreibt Einsamkeit (3) als eine Folge der möglichen Interaktion zwischen Lebensereignissen (1) und (Risiko-)Faktoren (2). Der vierte Teil des Modells bezieht sich auf Lösungen zur Bewältigung von Einsamkeit, z. B. relevante Interventionen.

Konzeptionelles Modell: Einsamkeit (Basierend auf Lim et al.2020)

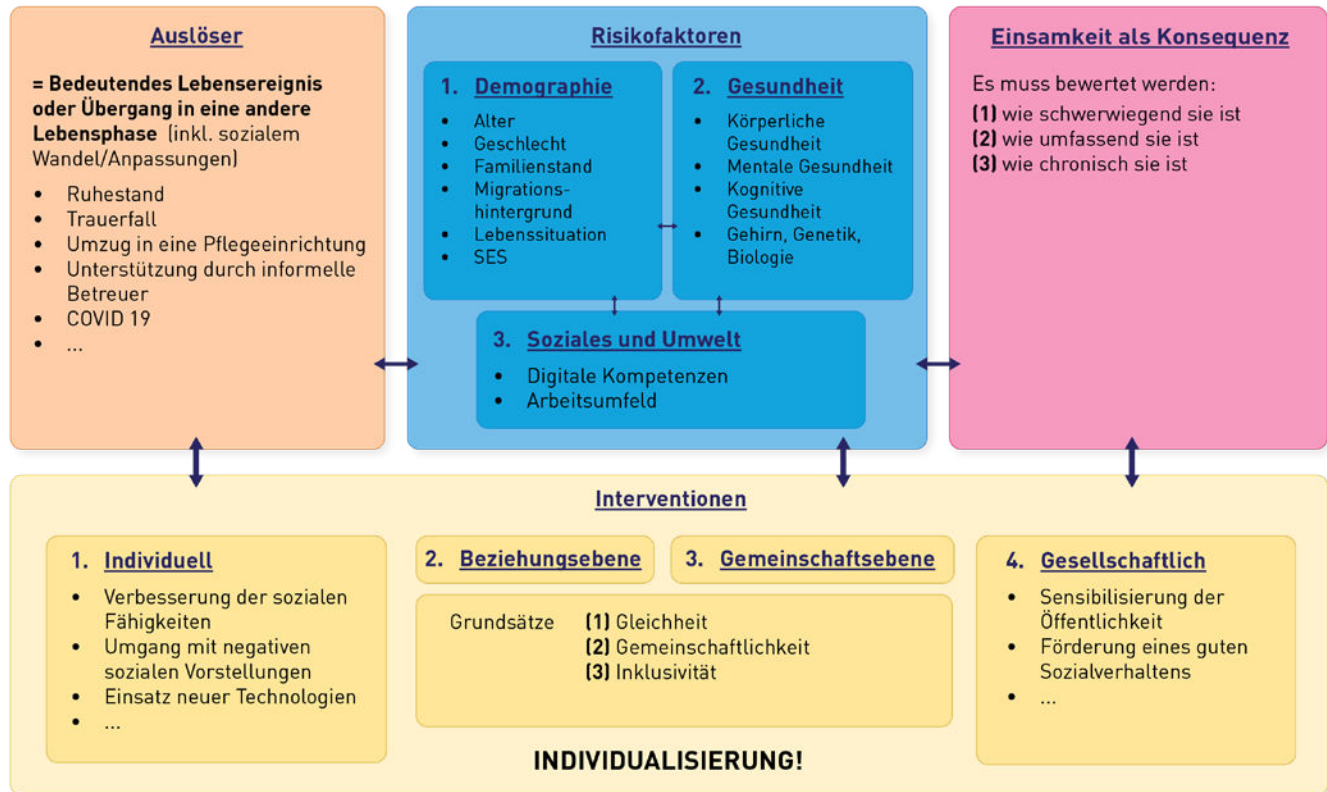


Abbildung konzeptionelles Modell von Einsamkeit

KAPITEL 1 EINFÜHRUNG

Das Projekt euPrevent PROFILE

Das Projekt euPrevent PROFILE, das für das Thema Prävention von Einsamkeit bei älteren Menschen in der Euregio steht, ist ein euregionales Projekt, das im April 2021 begann und bis August 2023 läuft. Dieses Projekt basiert teilweise auf dem erfolgreich abgeschlossenen Interreg-Projekt euprevent Senior Friendly Communities und dreht sich um das Thema Einsamkeit unter älteren Menschen in der Euregio Maas-Rhein (EMR). Zusammen mit dem WHO-Konzept des gesunden Alterns (Healthy Ageing) bildet es den Rahmen für das Projekt euPrevent PROFILE.

Einsamkeit ist ein Thema, das alle EMR-Regionen betrifft. Das Projekt euPrevent PROFILE zielt darauf ab, Einsamkeit bei älteren Menschen vorzubeugen und zu bekämpfen, das Bewusstsein für Einsamkeit zu schärfen und das Wissen und den Austausch von Best Practices innerhalb der EMR zu fördern. Dies geschieht durch die Förderung grenzübergreifender Zusammenarbeit und durch eine Vernetzung von Menschen und Organisationen, die in diesem Bereich aktiv sind.

Das Projekt euPrevent PROFILE setzt sich aus drei Teilbereichen zusammen:

1: Förderung des Austauschs zwischen den Generationen

Jeder wird im Laufe seines Lebens auf die eine oder andere Weise mit Einsamkeit konfrontiert. Einsamkeit tritt nicht nur bei älteren Menschen auf, sondern auch bei jungen Menschen. Die Förderung des Austauschs und der Verbindung zwischen Generationen kann (gegenseitige) Vorteile bringen. Im Rahmen des Projekts euPrevent PROFILE wurden mehrere generationenübergreifende Bürgergipfel organisiert, um Erfahrungen und Wissen über Einsamkeit auszutauschen. Während der gesamten Projektlaufzeit wurde auch der Austausch von Best Practices zwischen den Regionen gefördert. Darüber hinaus wurde ein Leitfaden zur Förderung von intergenerationellem Austausch entwickelt.

2: Sensibilisierung von Fachleuten/Bürgern

Im Rahmen des Projekts euPrevent PROFILE wurde ein bestehendes Theaterstück angepasst, übersetzt und in verschiedenen Regionen aufgeführt. Der Entwurf dieses Stücks steht allen Interessierten zur Verfügung. Dieses Theaterstück soll das Bewusstsein für das Thema schärfen und Menschen dazu anregen, sich mit dem Thema Einsamkeit auf kreative Art und Weise auseinanderzusetzen. Darüber hinaus wurden zwei Literaturstudien durchgeführt, um die Prävalenz (Verbreitung) von Einsamkeit und die Wirksamkeit von Maßnahmen zur Verringerung von Einsamkeit und / oder sozialer Isolation zu untersuchen. Außerdem wurde eine Übersicht über (bestehende) eHealth Anwendungen erstellt. Diese Übersicht zielt darauf ab, soziale Verbundenheit zu erhöhen bzw. das Gefühl von Einsamkeit zu verringern. Damit knüpfen wir an die zunehmende Digitalisierung in der Gesellschaft an. Schließlich wurde ein Lernmodul für Fachleute und Freiwillige entwickelt, um Einsamkeit bei älteren Menschen zu erkennen und zu ihr entgegenzuwirken. Der euregionale Gesundheitsatlas wurde außerdem um Daten über Einsamkeit erweitert.

3: Entwicklung von Leitlinien und Best Practices

Im Rahmen des dritten Teilbereichs wurde ein Leitfaden für Fachleute zum Umgang mit Einsamkeit entwickelt. Zu diesem Zweck wurden die bestehenden Leitlinien in allen EMR-Regionen untersucht und zu einem grenzübergreifenden Leitfaden zusammengefasst, der Fachleute je nach Zweck und Hintergrund auf relevante Leitlinien verweist. Darüber hinaus wurde eine Online-Übersicht von Best Practices erstellt die dabei helfen, Einsamkeit bei älteren Menschen zu verhindern oder zu minimieren.

Gemeinsam tragen diese Teilbereiche und Aktivitäten zum dritten Ziel für nachhaltige Entwicklung (SDG) der Vereinten Nationen "Gesundheit und Wohlbefinden" bei: Es wird definiert das als das entscheidende SDG zur Gewährleistung von Gesundheit und Wohlbefinden für alle Menschen in jedem Alter (Globaler Aktionsplan der WHO). Die Aktivitäten und Ergebnisse werden in diesem Inspirationsleitfaden ausführlich beschrieben.

KAPITEL 2 ERGEBNISSE

1. Literature Reviews

Um im Rahmen des Projekts an aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse zum Thema Einsamkeit anzuknüpfen, wurden zwei umfassende Literaturstudien durchgeführt. Ziel der Studien war es, mehr über die Prävalenz von Einsamkeit zu erfahren und sich darüber hinaus ein Bild von wirksamen Interventionen zur Verringerung oder Vermeidung von Einsamkeit zu machen.

Zusammenfassung der Prävalenzstudie

Ziel der Prävalenzstudie war es festzustellen, wie groß der Anteil an Menschen ist, die unter Einsamkeit leiden und sich darüber hinaus ein Bild der globalen Prävalenz von Einsamkeit (vor / nach COVID) bei älteren Menschen zu machen. Ein besonderer geographischer Schwerpunkt lag dabei auf der Euregio Maas-Rhein (EMR). Wir nutzten für die Studie zwei Informationsquellen: (1) wissenschaftlich veröffentlichte Daten zur Kartierung der globalen Prävalenz; (2) Relevante Umfragedaten außerhalb von akademischen Veröffentlichungen, wie z.B. Berichte oder Regierungsdokumente, speziell aus der EMR. Wir haben Veröffentlichungen berücksichtigt, die zwischen 2016 und 2022 erschienen sind, bei denen die Bevölkerung zum Zeitpunkt der Erhebung mindestens 60 Jahre alt war und bei denen die Stichprobe ein

Durchschnittsalter von mindestens 65 Jahren aufwies.

Aus den verfügbaren wissenschaftlichen Quellen wurden 37 Artikel ausgewählt. Die Ergebnisse zeigen, dass vor Beginn der COVID-19-Pandemie die Einsamkeit in Nigeria (46 %) am höchsten und in Australien (5 %) am niedrigsten eingeschätzt wurde (durchschnittliche Prävalenz von 25,6 %). In bestimmten Bevölkerungsgruppen (z. B. Menschen, die in bestimmten sozialen Gemeinschaften leben, wie z.B. Wohneinrichtungen für ältere Menschen oder Menschen mit Behinderungen) war die Einsamkeit den Berichten zufolge höher als in der Allgemeinbevölkerung (mittlere Prävalenzschätzungen von 47,8 %). Während der COVID-19-Pandemie war die Prävalenz von Einsamkeit höher als vor der Pandemie (mittlere Prävalenz von 39,4 %).

Die Ergebnisse zeigen, dass sich die Prävalenz von Einsamkeit zwischen den EMR-Ländern unterscheidet: Der geschätzte Anteil einsamer Menschen war in Deutschland im Vergleich zu Belgien und den Niederlanden am niedrigsten (7,5 - 7,9 %). In Belgien lag die Prävalenz bei den über 65-Jährigen zwischen 12 % und 15 %, in den Niederlanden war sie höher (32 % - 41 %). Während der COVID-19-Pandemie stieg der Anteil einsamer Personen in allen drei EMR-Ländern

(8,7 % - 22,1 % in Deutschland, 20 % - 22 % in Belgien und 44 % - 65 % in den Niederlanden).

Mehrere Hypothesen könnten diese Unterschiede zwischen den EMR-Ländern erklären: methodische Gründe (z. B. die zur Bewertung der Einsamkeit verwendeten Instrumente, die ausgewählte Bevölkerung, das Durchschnittsalter und der Zeitraum, in dem die Daten erhoben wurden); unterschiedliche soziokulturelle und historisch-politische Merkmale (z. B. Systeme der sozialen Sicherheit, Mobilität und Migrationsraten); demografische Zusammensetzung des Landes oder kulturelle Unterschiede bei den Beziehungserwartungen (wenn Alleinleben nicht die Norm ist, fühlen sich Singles eher einsam). Es überrascht nicht, dass die COVID-19-Pandemie und die damit verbundenen Maßnahmen zu einer Zunahme von Einsamkeit geführt haben.

Interventionen gegen Einsamkeit und soziale Isolation - ein Überblick über die wissenschaftliche Literatur

Die potenziell negativen Auswirkungen von Einsamkeit und sozialer Isolation auf körperliche und geistige Gesundheit machen deutlich, wie wichtig es ist, wirksame Interventionen zu finden. Es ist außerdem notwendig, wissenschaftliche Belege für die Wirksamkeit solcher Interventionen zu ermitteln

und zu verstehen. Darüber hinaus ist es wichtig, die zugrundeliegenden Mechanismen von nachweislich wirksamen Interventionen zu verstehen. Dies könnte als Grundlage für die Entwicklung neuer Interventionen dienen.

Daher wurde im Rahmen von euPrevent PROFILE eine systematische Literaturrecherche der wissenschaftlichen Veröffentlichungen zum Thema Interventionen gegen Einsamkeit und soziale Isolation durchgeführt. Diese Recherche wurde in drei wissenschaftlichen Datenbanken anhand vordefinierter Kriterien durchgeführt (z. B. Durchschnittsalter der Teilnehmer ≥ 65 Jahre). Insgesamt wurden 61 relevante Interventionen identifiziert und die Belege für ihre Wirksamkeit und die möglicherweise zugrunde liegenden Mechanismen zusammengefasst.

KAPITEL 2 ERGEBNISSE

Welche Interventionen gibt es und sind sie wirksam?

In der untenstehenden Tabelle sind die Interventionstypen aufgeführt, die sich aus der systematischen Literaturanalyse ergeben haben. Eine quantitative Bewertung ihrer Wirksamkeit, bei der die Ergebnisse mehrerer Studien kombiniert wurden, deutet darauf hin, dass Interventionen, die auf Verringerung von Einsamkeit und sozialer Isolation abzielen, im Allgemeinen wirksam sind. Das Ausmaß dieses Effekts kann je nach Interventionstyp variieren.

Die Wirkung von Interventionen mit einer starken technologischen Komponente (d. h. Informations- und Kommunikationstechnologie und Hochtechnologie-Interventionen) war im Allgemeinen etwas geringer als die der anderen Interventionstypen. Im Allgemeinen gab es in mehreren Bereichen große Unterschiede zwischen den Interventionsstudien, z. B. wie Einsamkeit oder soziale Isolation bewertet wurden, welcher Gruppe die Studienteilnehmer angehörten (z. B. geografische Region) oder wie lang und intensiv die Interventionen waren.

Art der Intervention	Anzahl der Studien	Beispiele
Auf die Gemeinschaft ausgerichtet	15	Nachbarschaftsprogramme; Gruppentreffen in Gemeindezentren; Multikomponenten-Interventionen
Psychologisch	10	Trauerberatung; psychosoziale Selbsthilfegruppen; kognitive Verhaltenstherapie.
ICT	9	Computerkurse; Schulungen für soziale Medien
Kombiniert	8	Psychotherapie mit virtueller Realität
Körperliche Aktivität	5	Wandergruppen; multidisziplinäre Bewegungsinterventionen
High-tech	4	Interventionen in der virtuellen Realität; robotergestützte Interventionen
Freizeit	4	z.B. Interventionen, bei denen Gärtnern im Mittelpunkt stand
Generationenübergreifend	3	Lesegruppen; Tanzen; generationenübergreifende Beratung
Spirituell	2	Meditationsprogramme; religiöse Interventionen
Haustiere	1	Intervention mit Hunden

Tabelle Interventionstypen - Zusammenfassung der Interventionen gegen Einsamkeit und soziale Isolation, die sich aus der systematischen Literaturanalyse ergeben haben

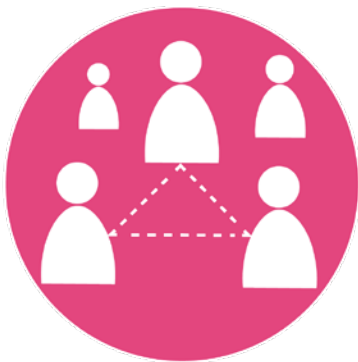
Welche Mechanismen können wirksamen Interventionen zugrunde liegen und was sind die praktischen Auswirkungen?

Die in der wissenschaftlichen Literatur ermittelten potenziellen Mechanismen, die wirksamen Maßnahmen gegen Einsamkeit und soziale Isolation zugrunde liegen wurden zusammengefasst und in drei Kategorien eingeteilt (siehe Abbildung Cluster).

Die erste Kategorie umfasst die Förderung und Bereitstellung von Möglichkeiten zum Knüpfen und zur Pflege sozialer Kontakte sowie die Schaffung von Voraussetzungen dafür, instrumentelle und emotionale soziale Unterstützung zu erhalten.

Die zweite Kategorie beschreibt die Erweiterung des Wissens über relevante Ressourcen in der Gesellschaft und die Förderung spezifischer Fähigkeiten (z. B. Nutzung von Technologie).

Die dritte Kategorie von Interventionsmechanismen beinhaltet die Beeinflussung kognitiver Prozesse im Zusammenhang mit sozialen Interaktionen. Hier geht es beispielsweise um die Förderung des Kontrollgefühls, die Verringerung sozialer Ängste oder die Veränderung der Einstellung gegenüber sozialer Unterstützung.



Förderung sozialer Kontakte



Ausbau von Wissen und Kompetenzen



Förderung sozialer Kognition

Abbildung Cluster - Darstellung potenzieller Mechanismen, die wirksamen Interventionen gegen Einsamkeit und sozialer Isolation zugrunde liegen.

KAPITEL 2 ERGEBNISSE

2. Online Übersicht ‚Best Practices‘

Die Online-Übersicht ist eine Zusammenstellung verschiedener Best Practices die dazu beitragen können, Einsamkeit bei älteren Menschen zu verhindern und / oder zu bekämpfen.

Das Hauptziel dieser Online-Übersicht besteht darin, durch die Werbung für die Best Practices relevante Organisationen miteinander in Verbindung zu bringen und sie so zu inspirieren, in ihrer Region eigene Maßnahmen zur Verhinderung oder Verringerung von Einsamkeit zu unternehmen. So sind wir bei der Zusammenstellung vorgegangen:

- Verschicken eines Online-Fragebogens, der sich an das breite Netzwerk von Projektpartnern und assoziierten Partnern richtet, je nach Thema und Zielgruppe
- Gezielte Kontaktaufnahme mit Organisationen, die relevante Best Practices bereits durchführen

Der Fragebogen deckte folgende Inhalte ab: eine Beschreibung der Best Practices, ihre logistischen Voraussetzungen (Budget, Personal, Material) und die zur Förderung der Initiative notwendigen Kommunikationsstrukturen.

Alle eingegangenen Initiativen wurden anhand vordefinierter Kriterien bewertet. Auf diese Weise wurde schließlich eine Auswahl an Best Practices zusammengestellt.

Die ausgewählten Initiativen wurden für die Online-Übersicht in fünf Hauptthemen unterteilt:

Digitalisierung:

Initiativen, die den Einzelnen bei der Nutzung aktueller digitaler Anwendungen unterstützen.

In Bewegung:

Best Practices, die sich auf körperliche Aktivität konzentrieren und Menschen helfen, ihre Mobilität zu verbessern.

Individuelle Unterstützung:

Maßnahmen, die direkte und individuelle Hilfe über Telefon, Hausbesuche oder andere Wege anbieten.

Soziale und kulturelle Aktivitäten:

Initiativen, die soziale und kulturelle Aktivitäten organisieren.

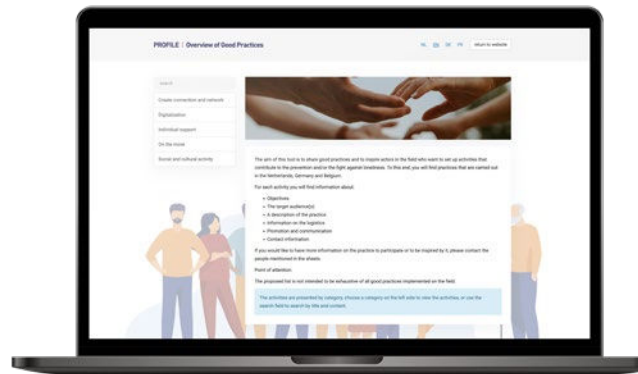
Verbindung und Netzwerk schaffen:

Maßnahmen, die Unterstützung beim Aufbau eines (sozialen oder beruflichen) Netzwerks für jene Personen anbieten, die einsam sind oder Gefahr laufen, einsam zu werden.

In der Online-Übersicht werden alle Best Practices in derselben Struktur dargestellt:

- Ziel der Maßnahme
- Die Zielgruppe(n)
- Detaillierte Beschreibung
- Logistische Rahmenbedingungen
- Werbung und Kommunikation
- Kontaktinformationen

Die Online-Übersicht wird regelmäßig aktualisiert, wenn es wichtige Änderungen der Best Practices gibt oder wenn neue Maßnahmen vorgeschlagen werden, die die Auswahlkriterien erfüllen. Wir laden Sie herzlich ein, selbst einmal auf der Website vorbeizuschauen und sich inspirieren zu lassen!



ONLINE-ÜBERSICHT 'BEST PRACTICES'
[HTTPS://EUPREVENT.EU/DE/](https://euprevent.eu/de/)

KAPITEL 2 **ERGEBNISSE**

3. Schulungen für Fachkräfte und Freiwillige

Dieses Handbuch ist ein nützliches Hilfsmittel, das eine theoretische und praktische Grundlage für Personen und Organisationen bietet, die Schulungsangebote zum Thema Einsamkeit für Fachkräfte (z. B. Pflegepersonal) oder Laien (z. B. Freiwillige) organisieren.

Das Handbuch besteht aus drei Teilen, die sich dem Thema Einsamkeit aus verschiedenen Perspektiven nähern:

- Teil 1: Theoretischer Abschnitt zu der Frage "Was ist Einsamkeit?"
- Teil 2: Praktischer Teil zum Thema "Umgang mit einsamen Menschen".
- Teil 3: Eine Reflexion über die Anwendung des Gelernten in der Praxis, die eigene Rolle und das Thema Abgrenzung

Die ersten beiden Teile sind für Fachkräfte und Freiwillige inhaltlich ähnlich, während Teil 3 sich je nach Rolle, Verantwortung und Kontext unterscheidet. Für das Handbuch wurde zusätzlich ein umfassender didaktischer Teil erstellt, der sich an verschiedene Sektoren richtet ("Empfehlungen für Ausbilder") und Ausbildern verschiedene Ideen und Tipps für die Gestaltung dynamischer und interaktiver Schulungen bietet.

Teil 1: Theoretischer Teil zur Annäherung an die Frage "Was ist Einsamkeit"

Der theoretische Teil der Schulung umfasst den grundlegenden Rahmen zum Thema Einsamkeit. Er beinhaltet eine Zusammenfassung der vorhandenen Literatur zu den folgenden Themen:

- Wahrnehmungen und Stereotypen über ältere Menschen
- Definition und Faktoren, die mit Einsamkeit in Verbindung gebracht werden können, wie z. B. demografische und gesundheitsbezogene Faktoren
- Anleitungen zur Identifizierung von Menschen, die sich einsam fühlen, und standardisierte Maßnahmen zur Bewertung von Einsamkeit (wie die UCLA-Einsamkeitsskala)

Darüber hinaus liefert dieser Teil wichtige Informationen über die Auswirkungen der COVID-19-Pandemie und anderer Lebensereignisse (z. B. Trauer oder Demenz) auf Einsamkeit. Speziell für Teil 1 wurde ein Video mit einem Interview mit einer älteren Person aufgenommen, die über ihre Erfahrungen mit Einsamkeit spricht.

Dieses Video kann verwendet werden, um die Schulung dynamischer zu gestalten und ist in vier Sprachen untertitelt (Niederländisch, Englisch, Französisch, Deutsch).

Durch den ersten Teil wird der Einsamkeitsbegriff geschärft. Die Teilnehmer werden dabei unterstützt, verschiedene individuelle und gesellschaftliche Faktoren zu identifizieren, die mit Einsamkeit in Verbindung stehen. Der erste Teil kann von den Teilnehmern als Screening-Instrument verwendet werden, um von Einsamkeit betroffene Menschen zu identifizieren. Außerdem dient er den Teilnehmern als Rahmen um ihre eigenen Ideen und Erfahrungen zu den Themen Einsamkeit und ältere Menschen besser einzuordnen.

Teil 2: Praktischer Abschnitt zum Thema “Umgang mit einsamen Menschen”.

Der zweite Teil ist ein Leitfaden für die Anwendung verschiedener Instrumente zur Verhinderung und Verringerung von Einsamkeit. Es werden unter anderem Instrumente vorgestellt, die dabei helfen, die Kommunikation mit Betroffenen zu erleichtern und das Problem zu bewältigen.

Der Leitfaden konzentriert sich dabei insbesondere auf Maßnahmen, die auf ältere Menschen zugeschnitten sind. Sie sollen dabei helfen, die Bedürfnisse der Menschen zu erkennen und sie zur aktiven Problemlösung zu motivieren. Außerdem werden Beispiele für bereits vorhandene Interventionen und Best Practices zur Verhinderung von Einsamkeit auf individueller, partnerschaftlicher, gemeinschaftlicher oder gesellschaftlicher Ebene geteilt. Es werden auch Ratschläge für die Anwendung dieser Maßnahmen im realen Kontext gegeben.

In diesem Teil befindet sich darüber hinaus eine Übersicht der in der Euregio Maas-Rhein ansässigen relevanten Verbände. Dabei handelt es sich entweder um allgemeine Verbände oder um jene Organisationen, die sich speziell auf die Interaktion zwischen älteren Menschen und Pflege-/Hilfsdiensten konzentrieren.

Ziel von Teil 2 ist es, den Teilnehmern Antworten auf die Frage “Wie kann ein Dialog über Einsamkeit zwischen Fachleuten/Nicht-Fachleuten und einer einsamen älteren Person hergestellt werden?” zu bieten.

KAPITEL 2 ERGEBNISSE

Teil 3: Eine Reflexion über Praxis, die eigene Rolle und Abgrenzung

Dieser Teil beinhaltet keinen theoretischen Abschnitt, da er von dem Hintergrund der Teilnehmer abhängig ist. In diesem Teil werden die Teilnehmer aufgefordert, die Learnings der vorherigen Kapitel auf ihren ihre praktische Situation anzuwenden. Er bietet ihnen die Möglichkeit, über ihre berufliche oder ehrenamtliche Praxis, ihre eigene Rolle, ihre Gefühle und insbesondere ihre persönlichen und beruflichen Grenzen gegenüber der einsamen Person nachzudenken. Der Abschnitt bietet auch weitere nützliche Ratschläge, wie z. B. dass zunächst wesentliche Grundlagen wie unter anderem "das persönliche Sicherheitsgefühl" geklärt werden sollten, bevor man mit der Arbeit mit einsamen Menschen beginnt.

Durch diese Reflexion hilft Teil 3 den Teilnehmern, die in den vorherigen Abschnitten vorgestellten Maßnahmen an die Bedürfnisse der älteren Menschen, ihre persönlichen Grenzen und die Grenzen ihres Umfelds (z. B. die Grenzen von Organisationen) anzupassen. Dieser Abschnitt kann parallel mit Teil 1 und 2 thematisiert werden und ist dynamisch. Es ist wichtig, die Reflexion in allen Phasen anzuwenden, während der Schulung regelmäßig darauf zurückzukommen und die Schulungsaktivitäten gegebenenfalls anzupassen.

Es werden auch verschiedene Möglichkeiten vorgeschlagen, die Teilnehmer zur Reflexion der Praxis anzuregen, wie z. B. die Aufteilung in Paare oder die Einrichtung eines "runden Tisches", an dem realistische Fallbeispiele genutzt werden können, um Theorie und Praxis zu verbinden.

Teil 4: Empfehlungen für Ausbilder

Dieser Abschnitt enthält Empfehlungen, die sich auf die Vermittlung des theoretischen Inhalts oder bestimmter Themen der Schulung beziehen. Dabei soll sich am Hintergrund und an den Stärken der Teilnehmer orientiert werden.

Die Ausbilder können z.B. individuell die am besten geeignete Form der Schulung wählen (Fernunterricht, Präsenzunterricht, gemischter Unterricht, ...).

Für Teil 1 können z. B. "Eisbrecher"-Aktivitäten organisiert werden, wie die Verwendung von Dixit-Karten, die den Teilnehmern helfen, ihre aktuelle Stimmung und ihren Gemütszustand zu erklären. Für die Definition von Einsamkeit können die Ausbilder die Teilnehmer in Gruppen einteilen und sie auffordern, ein Brainstorming zu ihrem persönlichen Verständnis des Begriffs Einsamkeit durchzuführen. Die Ergebnisse dieser Brainstorming-Session können dann im Plenum erläutert werden.



KAPITEL 2 ERGEBNISSE

4. Leitfaden für intergenerationellen Austausch

Dieser Leitfaden gibt einen Überblick über Maßnahmen, die dabei helfen, den Austausch zwischen Generationen zu fördern.

Die Bedeutung und das Potenzial der Zusammenführung jüngerer und älterer Generationen hat insbesondere infolge der COVID-19 Pandemie zunehmend an Aufmerksamkeit gewonnen. Die Förderung und Unterstützung des Austauschs zwischen Generationen wird auch als eine der Maßnahmen der WHO-Strategie und des Aktionsplans 2012-2020 genannt und ist eine der drei Hauptsäulen des Projekts euPrevent PROFILE.

Im Rahmen des Projekts wurde daher ein Leitfaden entwickelt, der (praktische) Informationen und Anregungen zum generationenübergreifenden Austausch im Zusammenhang mit Einsamkeit geben soll. Dieser Leitfaden richtet sich an alle, die daran interessiert sind, generationenübergreifende Maßnahmen zur Verhinderung oder Verringerung von Einsamkeit zu etablieren.

Es gibt verschiedene Definitionen für intergenerationellen Austausch. Darüber hinaus gibt es viele Ansätze, wie er realisiert werden kann. Im Rahmen des Projekts euPrevent PROFILE konzentrieren wir uns auf den nicht-familiären Austausch, d.h. auf Austausch, der nicht im Rahmen von verwandtschaftlichen Beziehungen stattfindet. Es gibt viele Ziele und Gründe, generationenübergreifende Initiativen / Programme / Projekte durchzuführen. Beispiele dafür sind die Intensivierung sozialer Kontakte, die Verbesserung des Verständnisses für die andere Generation (und damit möglicherweise die Verringerung von Ageism), die Schaffung sinnstiftender Beziehungen und vieles mehr.

An generationenübergreifenden Aktivitäten und Initiativen sind in der Regel Teilnehmer aus der jüngeren Generation (24 Jahre und jünger) und der älteren Generation (meist 50 Jahre und älter) beteiligt. Eine Form des generationenübergreifenden Austauschs ist es, die Generationen zusammenzubringen, um Wissen und Erfahrungen auszutauschen. Dies haben wir im Rahmen des Projekts bei den fünf generationenübergreifenden Bürgergipfeln erprobt, die in den verschiedenen EMR-Regionen durchgeführt wurden. Bei diesen Bürgergipfeln trafen sich sowohl ältere als auch junge Menschen zum Meinungsaustausch über das Thema Einsamkeit. Dabei

diskutierten sie die Definition von Einsamkeit innerhalb der verschiedenen Generationen. Zentraler Bestandteil der Diskussionen war die aktive Interaktion. Dazu wurden verschiedene Arbeitsmethoden eingesetzt, wie z. B. das Teilen von persönlichen Erfahrungen zum Thema Einsamkeit im Plenum, wobei die anderen Teilnehmer sich den Sprechenden anschließen konnten, wenn sie gleiche Erfahrungen teilten. Dabei wurde sowohl innerhalb der Generationen als auch zwischen den Generationen diskutiert. Es wurde darauf hingewiesen, dass es nicht die eine Ursache gibt, warum sich jemand einsam fühlt, und daher auch nicht die eine Lösung. Anschließend wurden Ideen gesammelt, wie Einsamkeit durch generationenübergreifende Zusammenarbeit verringert oder verhindert werden kann. Diese Ergebnisse werden in dem Leitfaden beschrieben. Das Zusammensein von Jung und Alt und die Diskussionen zwischen den Generationen bei den Bürgergipfeln wurden sehr positiv empfunden.

Andere Formen von generationenübergreifenden Aktivitäten beinhalten die Organisation gemeinsamer Aktionen, wie z. B. gemeinsames Spielen oder die Vermittlung von technischem Know-How an ältere Menschen. Eine weitere Form ist das generationenübergreifende Wohnen, bei dem z.

B. ein Student mit einer älteren Person in Kontakt kommt und im Gegenzug für Hilfe im und am Haus ein Zimmer mietet. Dies sind nur einige der vielen Beispiele. Generell sollten generationenübergreifende Aktivitäten, Initiativen und Programme beiden Generationen zugutekommen.

Der von uns entwickelte Leitfaden ist auf der Projektwebsite zugänglich. Neben theoretischen Informationen enthält dieser Leitfaden auch (regionale) Beispiele für generationenübergreifende Initiativen, Projekte und Praktiken, die als Inspiration dienen können.



KAPITEL 2 ERGEBNISSE

5. Theaterstück 'Starlight'

Theater ist eine niedrigschwellige Möglichkeit, das Bewusstsein für Einsamkeit zu wecken oder zu stärken. „Starlight“ ist ein Theaterpaket des flämischen Regisseurs Luc Stevens. Es ist die gekürzte Fassung seines Theaterstücks 'Starlight and Apple Pie'. Das Paket ist so konzipiert, dass interessierte Organisationen es selbständig verwenden können.

Theater als Mittel, um über Einsamkeit zu sprechen: Interview mit Luc Stevens

Einsamkeit ist etwas, das sowohl junge als auch alte Menschen betrifft. Um herauszufinden, was Einsamkeit für jemanden bedeutet, ist das Gespräch darüber der erste Schritt. Aber es ist nicht leicht, über Einsamkeit zu sprechen. Das Projekt euPrevent PROFILE möchte mit dem Theaterpaket "Starlight" durch ein niedrigschwelliges Theaterangebot jedem die Möglichkeit geben, über das Thema zu sprechen.

Was hat Sie dazu veranlasst, das Stück "Starlight and Apple Pie" zu schreiben?

Luc Stevens: Während Corona habe ich viele Menschen um mich herum gesehen, die mit dem Mangel an Kontakten zu kämpfen hatten. Meine Mutter lebte allein, und sie vermisste die Wärme unserer Familie.

Mein Bruder ist Leiter eines Pflegeheims. Auch er sah, dass die Einsamkeit unter den Bewohnern in der Zeit zunahm. Nach einem seltsamen Traum, in dem ich mich über Häuser mit offenen Dächern und vielen einsamen Menschen in den Wohnungen fliegen sah, begann ich zu schreiben. Ich wollte ein Stück über warmherzige Gemeinschaften schreiben, in denen sich Menschen treffen und wieder zueinander finden können.

Worum genau geht es in der Geschichte?

Luc Stevens: Wir verfolgen das Leben mehrerer Personen, die mit einem Pflegeheim verbunden sind: eine Krankenpflegerin, ein Bewohner, ein regelmäßiger Besucher und ein Freiwilliger. Jede Person hat ihren eigenen Charakter, ihre eigene Lebensgeschichte und ihre eigenen Probleme. Wir lernen auch Menschen aus der Nachbarschaft kennen, die sich einsam fühlen. Jeder auf seine eigene Weise, in den eigenen vier Wänden! Eine unvorhergesehene Wendung der Ereignisse stellt das Pflegeheim auf den Kopf, aber der Traum eines der Protagonisten schafft eine verbindende Kraft, die die Menschen dazu bringt, nicht aufzugeben, sich zu treffen und sich gegenseitig zu stärken. „Starlight“ ist eine positive Geschichte, in der ein echtes Gemeinschaftsgefühl hergestellt wird. Es ist eine bewegende Geschichte voller Humor,

die gleichzeitig hoffnungsvoll und herzerwärmend ist. Es geht um die Begegnung von Jung und Alt in warmherzigen Gemeinschaften.

Welche Botschaft wollen Sie vermitteln?

Luc Stevens: Eine Botschaft der Verbundenheit. Ich möchte Menschen jeden Alters anregen sich einen Moment Zeit zu nehmen, um über das Thema Einsamkeit nachzudenken. Hoffentlich werden sie auf diese Weise animiert, in ihrer Nachbarschaft auch nach den Mitmenschen zu schauen. Und wer weiß, vielleicht werden sie dann aktiv. Und auch wenn es für sie selbst nur ein kleiner Schritt ist, kann es für andere von großer Bedeutung sein.

Die Idee ist, dass Organisationen das “Starlight“-Stück selbst aufführen können. Ist das machbar?

Luc Stevens: „Starlight“ ist so konzipiert, dass die Organisationen neben dem Drehbuch und einem begleitenden Video auch eine Anleitung erhalten, in der beschrieben wird, was für die Aufführung des Stücks benötigt wird und wie man es am besten umsetzt. Sie brauchen nicht mehr als fünf Schauspieler, um das Stück aufzuführen. Eine Bühne ist nicht erforderlich. „Starlight“ kann von lokalen Theatergruppen gespielt werden und in Pflegeheimen, Gemeindezentren, einen

örtlichen Seniorenverein usw. aufgeführt werden. Kurzum: Jeder, der Lust hat, kann sich beteiligen und das Stück aufführen.



**LUC
STEVENS**
PRODUCTIES

KAPITEL 2 ERGEBNISSE

Starlight... mehr als ein Theaterstück

Starlight lädt dazu ein, Aktivitäten vor bzw. nach der Aufführung anzubieten. Diese Aktivitäten sind für Jung und Alt gedacht und sollen das Theaterstück einrahmen und noch unvergesslicher machen.

Mögliche Zielgruppen:

- Kinder und Jugendliche in Schulen, Jugendclubs, Sportvereinen,...
- Sozialarbeiter
- Bewohner und Personal von Pflegeheimen
- Mitarbeiter in der Nachbarschaftshilfe
- Ehrenamtliche
- ...

Bringen Sie die Zielgruppen miteinander in Kontakt, z. B. eine Grundschule mit einem Pflegeheim, und bieten Sie gemeinsame Aktivitäten an:

1. Musik

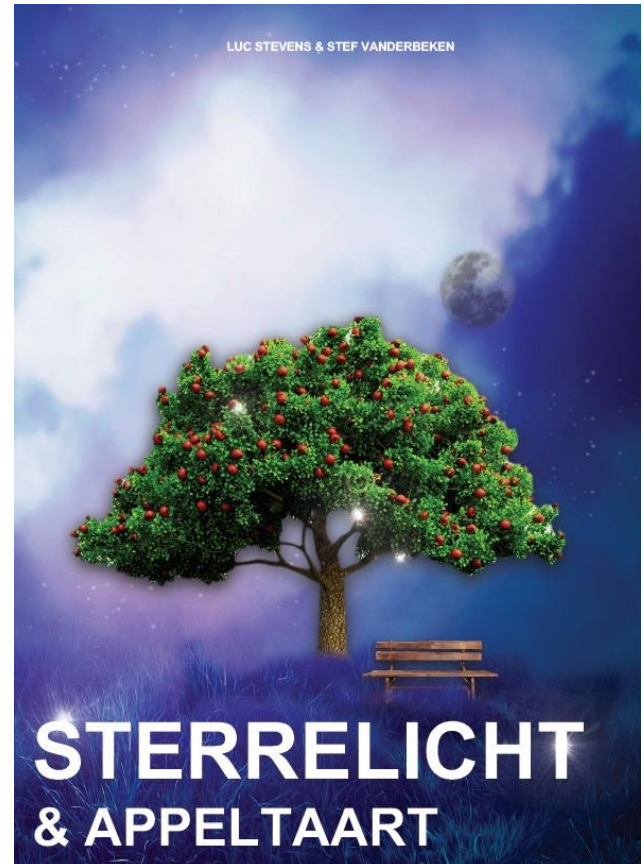
- Kombinieren Sie Jung und Alt in einem Musikalbum
- Duette zwischen älteren und jüngeren (bekannten) Sängern erstellen
- Sprechen Sie einen Chor an oder gründen Sie einen. Lassen Sie das Alter der Chormitglieder variieren
- Lassen Sie Schulklassen den Bewohnern einer Einrichtung für betreutes Wohnen die Lieder des Stücks vorsingen.

2. Handwerkliche Aktivitäten

- Apfelbäume basteln, die Äpfel können Bilder von einer jüngeren und einer älteren Person sein, die gemeinsam an etwas arbeiten
- Stellen Sie (unechte) Apfelbäume und eine Bank/einen Stuhl an verschiedenen zentralen Orten auf und fördern Sie Gespräche zwischen den Besuchern
- Mit Äpfeln kochen oder backen und das Ergebnis anschließend gemeinsam genießen

3. Mit der Nachbarschaft

- Anwohner schreiben sich gegenseitig Karten und geben sie persönlich ab
- Ein junger Mensch und ein älterer Mensch werden zu "Buddies" und unternehmen gemeinsame Aktivitäten
- Nachbarschaftsfest mit Apfelkuchen und Musik
- Das Stück wird an einem zentralen Ort aufgeführt oder erzählt
- Fackelzug, Fahrradtour, Wanderung, Suche...



KAPITEL 2 ERGEBNISSE

6. e-Health Anwendungen

Die Zahl der e-Health Anwendungen hat in den letzten Jahren zugenommen. Dabei kann es sich um digitale Tools oder (intelligente) Anwendungen handeln, die unterschiedliche Ziele verfolgen, wie z.B. die Verbesserung der körperlichen oder geistigen Gesundheit oder die Bereitstellung von Informationen.

Das Projekt euPrevent PROFILE zielt darauf ab:

- e-Health Anwendungen zu identifizieren, die eine Rolle bei der Verhinderung oder Verringerung von Einsamkeit spielen könnten.
- Einen Überblick über Anwendungen oder Websites zu geben, die soziale Kontakte fördern bzw. das Gefühl von Einsamkeit verringern sollen.

Es wurde beschlossen, die identifizierten Angebote auf eine Teilmenge von Anwendungen und Websites zu beschränken, die in den EMR-Ländern Niederlande, Deutschland oder Belgien verfügbar sind und die in mindestens einer der in diesen Ländern gesprochenen Sprachen entwickelt wurden. Die weiteren Auswahlkriterien umfassten die Voraussetzung, dass die Anwendung zur Förderung sozialer Kontakte beiträgt, keine gewinnorientierten Zwecke verfolgt und hohe Datensicherheitsstandards erfüllt.

Die identifizierten e-Health Angebote richten sich sowohl an den Einzelnen als auch an die Gemeinschaft. Einige Anwendungen sind nur in dem Land verfügbar, in dem sie entwickelt wurden. Das Spektrum der e-Health Anwendungen entwickelt sich stetig weiter, die Übersicht erhebt daher keinen Anspruch auf Vollständigkeit und dient eher als Anregung. Beispiele für ausgewählte e-Health Anwendungen sind Angebote, bei denen Menschen an gemeinsamen Aktivitäten teilnehmen und neue Leute kennen lernen können (z. B. Museums- oder Konzertbesuche), oder Anwendungen, bei denen Menschen in ihrer lokalen Gemeinschaft Unterstützung erhalten oder um Unterstützung bitten können. Auf diese Weise kommen die Menschen mit anderen Menschen in ihrer Nachbarschaft in Kontakt, verbessern ihre sozialen Beziehungen, bauen (neue) soziale Netzwerke auf und erhalten Zugang zu lokalem Sozialkapital.

Ein weiteres Beispiel für eine Anwendung im Bereich e-Health ist eine Website, die ein Selbsthilfeprogramm für Bürgerinnen und Bürger anbietet, um mehr über Einsamkeit zu erfahren und praktische Tipps zu erhalten, wie man Einsamkeit verhindern oder verringern kann.



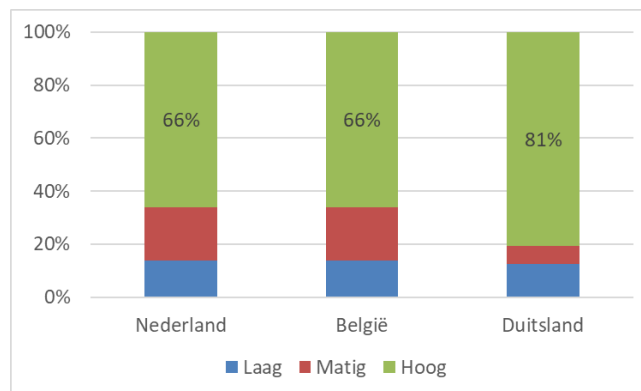
KAPITEL 2 ERGEBNISSE

7. Euregionaler Gesundheitsatlas

Seit einigen Jahren gibt es eine Website mit Daten, die im Rahmen von Projekten in der Euregio Maas-Rhein (EMR) erhoben wurden. Für das Projekt euPrevent PROFILE sind Informationen über Einsamkeit verfügbar.

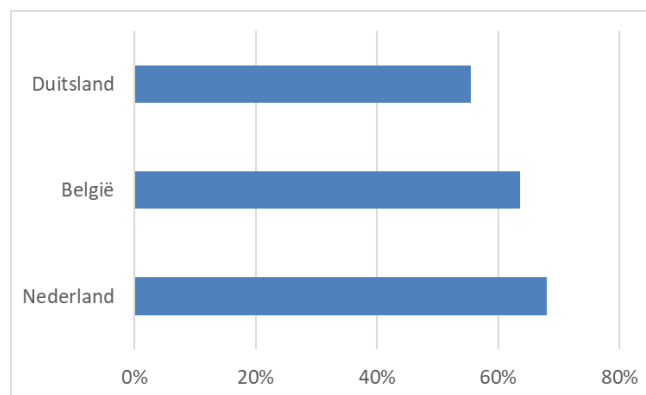
In einem früheren euregionalen Projekt von 2020-2021, Projekt euPrevent COVID-19 wurden Informationen über Einsamkeit und damit zusammenhängende Themen gesammelt. Dazu gehören insbesondere soziale und emotionale Einsamkeit, die Art der Haushalte, in denen die EMR Bürger leben, ihre subjektive Gesundheit, ihr Glücksempfinden und die soziale Unterstützung, die sie erfahren.

Der Atlas liefert diese Daten und gibt Hinweise auf etwaige Unterschiede zwischen den drei EMR-Ländern: Deutschland, Belgien und Niederlande. Zum Beispiel scheinen in Deutschland die über 60-Jährigen mehr soziale Unterstützung von der Familie zu erhalten als in Belgien oder den Niederlanden.

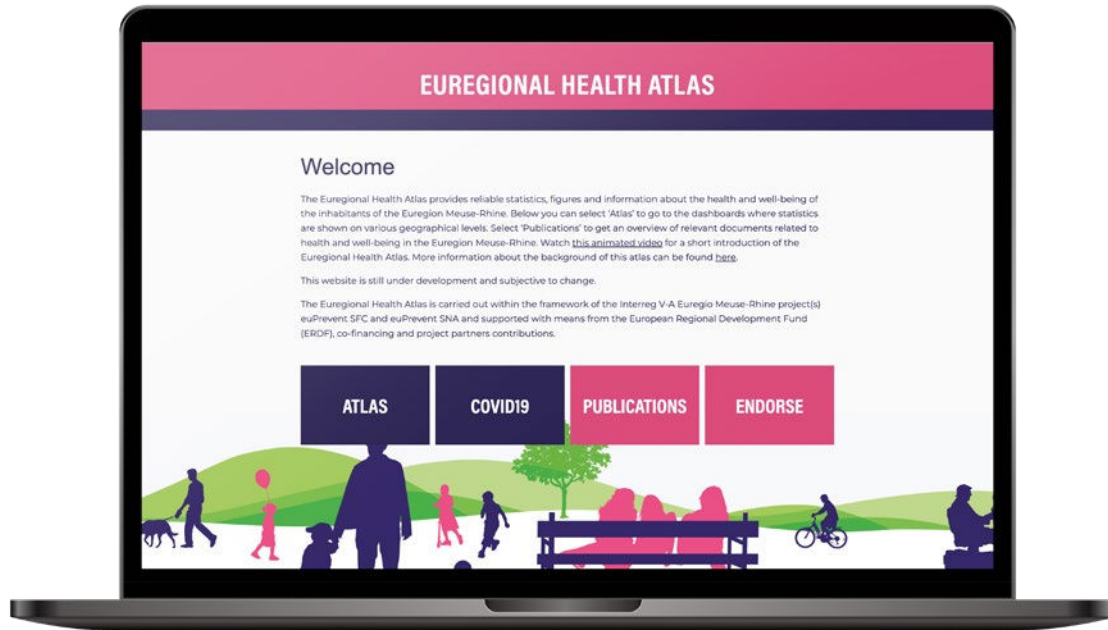


Soziale Unterstützung durch die Familie (60+)

Ein weiteres Thema, das mit Einsamkeit zu tun hat, ist das Glücksempfinden. Der Grad des Glücksempfindens kann auf einer Skala von 0 (sehr unglücklich) bis 10 (sehr glücklich) angegeben werden. Die folgende Abbildung zeigt die Einwohner mit einem Wert von 8 oder mehr. In Deutschland scheinen die Einwohner seltener sehr glücklich zu sein.



Sehr zufrieden (Punktzahl 8 oder mehr)



EUREGIONALER GESUNDHEITSATLAS
[HTTPS://EUREGIONALHEALTHATLAS.EU](https://euregionalhealthatlas.eu)

KAPITEL 2 ERGEBNISSE

8. Roadmap für Fachleute

Es gibt bereits zahlreiche Leitlinien für die Arbeit mit älteren Menschen, unabhängig davon, ob sie mit dem Thema Einsamkeit zu tun haben oder nicht. Daher wurde beschlossen, keinen neuen Leitfaden zu entwickeln, sondern auf bereits vorhandene Leitlinien hinzuweisen. Diese Roadmap bietet einen Überblick über die bestehenden Leitlinien und hilft Fachleuten bei der Auswahl der für ihre Arbeit am besten geeigneten.

Beschreibung der Roadmap

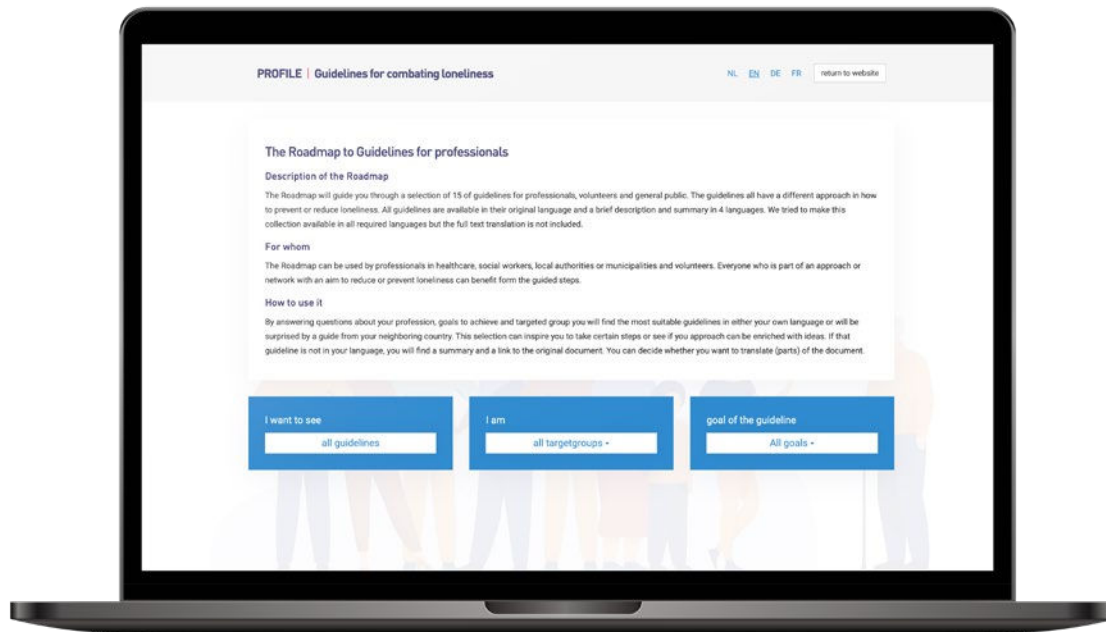
Die Roadmap führt durch eine Auswahl von 15 Leitlinien für Fachleute, Freiwillige und die breite Öffentlichkeit. Die Leitlinien verfolgen alle einen anderen Ansatz, um Einsamkeit zu verhindern oder zu verringern. Sie sind in der jeweiligen Originalsprache verfügbar. Eine kurze Beschreibung und Zusammenfassung der Leitlinien ist in 4 Sprachen verfügbar (Deutsch, Englisch, Französisch und Niederländisch).

Zielgruppe

Die Roadmap kann von Fachkräften im Gesundheitswesen, Sozialarbeitern, lokalen Behörden oder Stadträten und Freiwilligen genutzt werden. Jeder, der Teil einer Initiative oder eines Netzwerks ist, das sich damit beschäftigt, Einsamkeit zu verringern oder zu verhindern, kann von dem Dokument profitieren.

Anwendung

Durch die Beantwortung von Fragen zu Ihrem Beruf, den zu erreichenden Zielen und der Zielgruppe finden Sie die am besten geeigneten Leitlinien in Ihrer eigenen Sprache oder lassen sich von einem Leitfaden aus Ihrem Nachbarland überraschen. Diese Auswahl kann Sie zu bestimmten Schritten inspirieren oder aufzeigen, ob Ihr Ansatz mit weiteren Ideen bereichert werden kann. Ist der betreffende Leitfaden nicht in Ihrer Sprache verfügbar, finden Sie eine Zusammenfassung in Ihrer eigenen Sprache und einen Link zum Originaldokument. Sie können dann selbst entscheiden, ob Sie (Teile) des Dokuments übersetzen möchten.



ROADMAP FÜR FACHLEUTE
[HTTPS://EUPREVENT.EU/PROFESSIONALGUIDELINES/](https://euprevent.eu/professionalguidelines/)



Interreg
Euregio Maas-Rhein
Europäischer Fonds für regionale Entwicklung



Das Projekt euPrevent PROFILE wird durchgeführt im Rahmen von Interreg V-A Euregio Maas-Rhein und mit 740.085 aus dem Europäischen Fonds für regionale Entwicklung gefördert. Das Projekt erhält auch eine Kofinanzierung und alle Projektpartner tragen einen Eigenanteil.



Ministerium für Wirtschaft, Innovation,
Digitalisierung und Energie
des Landes Nordrhein-Westfalen

