



GemEINSAMkeiten entdecken

Stuttgarter Strategie gegen Einsamkeit

Marcel Ruß - 17. November 2025



Agenda – Stuttgarter Strategie gegen Einsamkeit

- Auftrag
- Daten- und Angebote
- Ziele der Stuttgarter Strategie
- Rolle der Strat. Sozialplanung
- Beispielprojekte



Grafik: Böhmer 2015, S. 73

Auftrag



Bild: Stadt Stuttgart

November 2021

Der Sozial- und Gesundheitsausschuss der Landeshauptstadt Stuttgart beauftragt die Abteilung Strategische Sozialplanung mit der Entwicklung und Umsetzung einer Strategie gegen Einsamkeit.

**Einsamkeit als Echo
auf einsam machende Verhältnisse.**

(vgl. Döcker 2022, S. 20)



Daten und Angebote

Frühjahr 2022

Auswertung der Stuttgart Umfrage

- Rückwirkend, behelfsmäßig für 2021: 4 %
- 2023 mit Fragebatterie (de Jong Gierveld u.a. 2006)
- 2023: 11,6 % (ca. 58.000 Personen), 2025: 10,3 %

Angebotslandschaft entwickeln

- Sozial, kulturell, sportlich etc. (niedrigschwellig)
- Proaktives Ansprechen und Ermutigen
- Vorträge zu Einsamkeit und gesell. Relevanz
- Zusammentragen für ein Internetprotal

39 Im Folgenden geht es um Beziehungen zu anderen Menschen. Bitte kreuzen Sie an, inwieweit die Aussagen auf Sie zutreffen. (Bitte für jede Zeile nur ein X)

(1) Ich vermisse Leute, bei denen ich mich wohl fühle	4	3	2	1
(2) Es gibt genug Menschen, die mir helfen würden, wenn ich Probleme habe	1	2	3	4
(3) Ich fühle mich häufig im Stich gelassen	4	3	2	1
(4) Ich kenne Menschen, auf die ich mich wirklich verlassen kann	1	2	3	4
(5) Ich vermisse Geborgenheit und Wärme	4	3	2	1
(6) Es gibt genügend Menschen, mit denen ich mich eng verbunden fühle	1	2	3	4

www.stuttgart.de/statistik

Auftakt und Vision



Bild: Daniela Neumann

Sommer/Herbst 2022

Öffentlicher Beginn

- Auftaktveranstaltung
- Freischaltung: www.stuttgart.de/gemeinsam
- Start der ersten Öffentlichkeitskampagne

1. Fachkonferenz gegen Einsamkeit

- Online, 200 Teilnehmende, 15 Workshops
- Ziele: Enttabuisierung, Vernetzung
- Bedarfsanalyse „Was fehlt in Stuttgart?“
- Sammeln von Mail-Adressen für Netzwerk-Rundmail

Ziele der Stuttgarter Strategie

seit 2022

- **Offen:** Enttabuisieren und Informieren, Öffentlichkeit sensibilisieren.
- **Vielfältig:** Das soziale Miteinander ganz unterschiedlich fördern.
- **Vernetzt:** Angebote gegen Einsamkeit stärken, vernetzen, entwickeln.



Bild: Landeshauptstadt Stuttgart

Rolle der Strategischen Sozialplanung

- Keine eigenen Angebote gegen Einsamkeit
- Fachliche Beratung zum wissenschaftlichen Diskurs, Statistik, Vorträge zu Einsamkeit, Gremienarbeit
- Angebotslandschaft: sensibilisieren, sichtbar machen, neu vernetzen, Innovationen anregen und begleiten, dynamisch und offen
- Tools: Rundmail, Webseite, Konferenzen, Proaktive Präsenz, Öffentlichkeitskampagnen



Beispielprojekte gegen Einsamkeit



Bild: Landeshauptstadt Stuttgart

- Café Kränzchen
- Sport im Park
- Plauder-Telefon
- Zeit zum Tanzen
- Stadtteilspaziergänge
- Kulturbegleiter
- Quartier am Rotweg
- Christmas Together
- Cycle of Friends
- Social Prescribing
- Sozialer Digitaler Zwilling



Bild: Bürgerstiftung Stuttgart

Vielen Dank.

Marcel Ruß

Landeshauptstadt Stuttgart
Referat Soziales, Gesundheit und Integration
Abteilung Strategische Sozialplanung

Telefon: 0711/216-81775
marcel.russ@stuttgart.de
poststelle.einsamkeit@stuttgart.de

www.stuttgart.de/gemeinsam



GEMEINSAMKEITEN ENTDECKEN

**Sich Zeit nehmen?
Macht gemeinsam
viel mehr Spaß!**



Foto: AdobeStock/Miljan Živković



Literatur und Links

Böhmer, A. (2015): Konzepte der Sozialplanung. Springer VS.

de Jong-Gierveld, J.; van Tilburg, T. und Dykstra, P. (2006): Loneliness and social isolation. In: D. Perlman and A. Vangelisti (Hrsg.), The Cambridge handbook of personal relationships. Cambridge: Cambridge University Press.

Döcker, B. (Hrsg.) (2022): Einsamkeit – Facetten eines Gefühls. Beltz Juventa.

Heinsohn, T., Reichhardt, G. (2022): Einsam in Stuttgart: Für welchen Personenkreis trifft das zu? In: Statistik und Informationsmanagement, Monatsheft 4/2022, S. 86-99:

- [https://www.domino1.stuttgart.de/web/komunis/komunissde.nsf/49ec24bbdf344054c1257ca900367f10/6ddc86f3722eabd1c12588ae0022db57/\\$FILE/c6v01_.PDF](https://www.domino1.stuttgart.de/web/komunis/komunissde.nsf/49ec24bbdf344054c1257ca900367f10/6ddc86f3722eabd1c12588ae0022db57/$FILE/c6v01_.PDF)

Heinsohn, T., Neumann D., Reichhardt G. (2024): Stuttgarter Strategie gegen Einsamkeit, In: Statistik und Informationsmanagement, Monatsheft 3/2024, S. 48-60

- [https://www.domino1.stuttgart.de/web/komunis/komunissde.nsf/d2c62a9dd1099f58c1257caf004734ab/61e031e3ff00489ac1258b2b0022ed33/\\$FILE/cb601_.PDF](https://www.domino1.stuttgart.de/web/komunis/komunissde.nsf/d2c62a9dd1099f58c1257caf004734ab/61e031e3ff00489ac1258b2b0022ed33/$FILE/cb601_.PDF)

Stuttgarter Strategie gegen Einsamkeit (2022):

- [https://www.domino1.stuttgart.de/web/ksd/KSDredsystem.nsf/0/D05F37A6B95D93DFC1258A37004D6038/\\$File/5307A48DF5BA8C8EC1258A1A002CFE66.pdf?OpenElement](https://www.domino1.stuttgart.de/web/ksd/KSDredsystem.nsf/0/D05F37A6B95D93DFC1258A37004D6038/$File/5307A48DF5BA8C8EC1258A1A002CFE66.pdf?OpenElement)

Weiterentwicklung der Stuttgarter Strategie gegen Einsamkeit (2024):

- [https://www.domino1.stuttgart.de/web/ksd/KSDredsystem.nsf/0/DDB50ADC0F0F06C3C1258B400042766A/\\$File/F1D40E16B9FD38FEC1258B20002BFF80.pdf?OpenElement](https://www.domino1.stuttgart.de/web/ksd/KSDredsystem.nsf/0/DDB50ADC0F0F06C3C1258B400042766A/$File/F1D40E16B9FD38FEC1258B20002BFF80.pdf?OpenElement)

Fortschreibung der Stuttgarter Strategie gegen Einsamkeit (2025)

- <https://allris.stuttgart.de/vo020?VOLFDNR=1004180&refresh=false>

www.stuttgart.de/gemeinsam (Webseite der Stuttgarter Strategie gegen Einsamkeit)

<https://www.quartier-am-rotweg.de/> (Genossenschaftlich getragenes Quartiersprojekt in Stuttgart-Rot)