



HESSISCHER LANDTAG

04. 11. 2025

Plenum

Antrag

**Fraktion der CDU,
Fraktion der SPD**

Zusammenhalt stärken, Einsamkeit überwinden – Hessen fördert Teilhabe und Gemeinschaft

Der Landtag wolle beschließen:

1. Der Landtag stellt fest, dass Einsamkeit ein zunehmendes gesellschaftliches Problem darstellt, das Menschen aller Altersgruppen betrifft und erhebliche negative Auswirkungen auf die Gesundheit und den gesellschaftlichen Zusammenhalt hat. Wissenschaftliche Studien belegen, dass chronische Einsamkeit gesundheitliche Risiken wie erhöhte Risiken für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Stoffwechselstörungen, Depressionen und Demenz sowie eine beschleunigte Alterung des Gehirns mit sich bringt. Mit der im Koalitionsvertrag verankerten Zielsetzung, einen „Aktionsplan gegen Einsamkeit“ zu entwickeln, geht Hessen einen wichtigen Schritt zur Bekämpfung dieses Phänomens.
2. Der Landtag unterstützt die Entwicklung umfassender und langfristig angelegter Maßnahmen zur Enttabuisierung von Einsamkeit. Dabei ist zu berücksichtigen, dass sich rund zwei Drittel der jungen Erwachsenen (18-39 Jahre) regelmäßig einsam fühlen, ebenso wie etwa die Hälfte der älteren Bevölkerung. Diese sollen durch Aufklärung über Anzeichen und Gefahren von Einsamkeit ergänzt werden und aktiv zu Achtsamkeit auffordern. Fachkräfte in verschiedenen Bereichen, vom Gesundheitswesen über Bildung bis hin zu Sozialarbeit sollen für das Thema sensibilisiert werden. Ein jährlicher Aktionstag gegen Einsamkeit kann das Bewusstsein schärfen und bestehende Initiativen sichtbar machen.
3. Der Landtag bekräftigt die Bedeutung einer starken sozialen Infrastruktur zur Prävention gegen Einsamkeit. Die Mitgliedschaft in Vereinen, Einrichtungen wie Familienzentren, Mehrgenerationenhäuser, Dorfgemeinschaftshäuser, das Quartiersmanagement oder die erfolgreiche Arbeit der Gemeinwesenarbeit leisten hierzu bereits wichtige Beiträge und sollen weiter unterstützt und besser vernetzt werden. Deshalb begrüßt der Landtag, dass im Rahmen der Kommission „Hessen hat Familiensinn“ die Arbeitsgemeinschaft „Einsamkeit“ gegründet wurde, die gemeinsam mit den beteiligten Partnern und relevanten Akteuren präventive, vernetzte und lokal wirksame Antworten entwickeln wird, um nachhaltige Strukturen für den sozialen Zusammenhalt zu schaffen. Der Landtag stellt fest, dass niedrigschwellige, nicht kommerzielle Begegnungsräume für Betroffene besonders wichtig sind.

Der Landtag betont die Notwendigkeit differenzierter Ansätze für verschiedene Zielgruppen. Aktuelle Befunde zeigen, dass Einsamkeit bei Jugendlichen das Risiko für psychische Erkrankungen, Schlafstörungen, Suchterkrankungen und frühzeitige Alterungsprozesse erhöht, was eine frühzeitige Prävention erfordert. Angebote zur psychischen Gesundheitsförderung und zur Stärkung der Resilienz sowie Lebenskompetenzprogramme können auch gegen die Folgen von Einsamkeit helfen und sollen an unseren Schulen verstärkt zum Einsatz kommen. Schulpsychologie und Schulsozialarbeit können hier gezielt unterstützen und beraten. Alleinerziehende Väter und insbesondere Mütter zählen zu den einsamsten Gruppen, da Care-Arbeit und ökonomische Unsicherheit den Aufbau sozialer Kontakte erschweren. Notwendige Maßnahmen sind eine verlässliche Kinderbetreuung, Nachbarschaftsinitiativen sowie Mütterzentren als Orte der Begegnung.

4. Der Landtag stellt fest, dass insbesondere Aktivitäten in Vereinen wie im Sport oder der Musik einen positiven Effekt auf die Psyche von Kindern und Jugendlichen haben.

5. Ältere Menschen gehören ebenfalls zu den gefährdeten Gruppen. Die soziale Isolation bei Älteren beschleunigt nachweislich den kognitiven Abbau und erhöht das Demenzrisiko. Die bewährten Programme „Digital im Alter“ mit den Di@-Lotsen werden konsequent weitergeführt. Niedrigschwellige Beratungsangebote wie „Hessens Offene Ohren“ sollen weiterentwickelt und in ihrer Reichweite erweitert werden. Die Unterstützung pflegender Angehöriger wird intensiviert. Spezielle Unterstützung sollen Menschen mit besonderen Bedarfen wie beispielsweise Behinderungen, LSBTIQ*-Personen, Alleinerziehende und Menschen mit Migrationshintergrund durch zielgruppenspezifische Angebote und verstärkte Vernetzung erhalten.
6. Der Landtag erkennt die Potentiale digitaler Lösungen zur Einsamkeitsbekämpfung an. Der bereits etablierte Wettbewerb „Hessen smart gemacht – Miteinander lokal digital“ soll mit noch klarerem Fokus auf den sozialen Zusammenhalt fortgesetzt und weiterentwickelt werden. Die unter der Dachmarke „Digital im Alter“ bewährten Programme wie zum Beispiel das Di@Lotsen Projekt werden konsequent weitergeführt, um die digitale Teilhabe zu fördern und niemand zurückzulassen. Gleichzeitig ist zu berücksichtigen, dass exzessive Social-Media-Nutzung insbesondere bei jungen Menschen Einsamkeit verstärken kann. Der Landtag würdigt die präventive Bedeutung ehrenamtlichen Engagements gegen Einsamkeit. Durch Fördermaßnahmen, wie einen zu entwickelnden „Wettbewerb gegen Einsamkeit“, sollen Initiativen, Vereine und zivilgesellschaftliche Organisationen in ihrem Einsatz gegen Einsamkeit gezielt unterstützt werden. Das im Koalitionsvertrag vorgesehene Freiwillige Soziale Jahr soll als innovativer Ansatz zur Stärkung generationenübergreifenden Engagements umgesetzt werden.
7. Der Landtag bittet die Landesregierung, einen Aktionsplan zu entwickeln, der regelmäßig an neue Erkenntnisse und gesellschaftliche Entwicklungen angepasst wird.

Begründung:

Erfolgt mündlich.

Wiesbaden, 4. November 2025

Für die Fraktion
der CDU
Die Fraktionsvorsitzende:
Ines Claus

Für die Fraktion
der SPD
Der Fraktionsvorsitzende:
Tobias Eckert