



PRESSEMITTEILUNG

Itzehoe, 27.06.2025

Aktiv gegen Einsamkeit - mit Gemeinsamkeit

Einsamkeit kann jeden treffen. Laut Bundesfamilienministerium fühlen sich Millionen Menschen in Deutschland einsam. Studien belegen, dass chronische Einsamkeit ein Risiko für die körperliche und seelische Gesundheit darstellt. Die Einsamkeit kann Stress auslösen, der wiederum u.a. Herz-Kreislauferkrankungen, Depressionen oder auch ungesunde Verhaltensweisen wie Rauchen und übermäßiges Essen begünstigt. Das Bundesfamilienministerium initiierte eine Strategie gegen Einsamkeit und fördert u.a. das Kompetenznetz Einsamkeit (KNE). Ziel ist es, einen Beitrag zur Vorbeugung und Bekämpfung von Einsamkeit zu leisten und das Thema in das öffentliche Bewusstsein zu bringen.

Im Kreis Steinburg engagieren sich verschiedene Akteurinnen und Akteure für mehr Gemeinsamkeit. Vor drei Jahren begannen der Pflegestützpunkt im Kreis Steinburg und das Gesundheitsamt (Abteilung Gesundheitsförderung) verschiedene Aktionen gegen Einsamkeit anzubieten. In diesem Sommer finden Spaziergänge in Itzehoe und Wilster statt, im Herbst ein dreiteiliger Biografie-Workshop auf der Grundlage des Märchens der Bremer Stadtmusikanten.

Neu in diesem Jahr ist, dass der Flyer nun regelmäßige Angebote anderer Akteure aus dem Kreisgebiet enthält. In Glückstadt findet einmal im Monat der Spieltreff statt, in Hohenlockstedt ein Seniorentreff mit wechselndem Programm. In Itzehoe können sportlich Interessierte am Boulebahn Treffen teilnehmen oder im MorgenChor mitsingen. In Wilster besteht für Seniorinnen und Senioren die Möglichkeit, sich von Schüler*innen der

Amt
Büro des Landrats

Dienstgebäude
Viktoriastr. 16-18

Ansprechpartnerinnen
Sarah Uhl

Zimmer
231

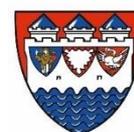
Telefon:
04821/69 568
04821/69 0 (Zentrale)

E-Mail:
pressestelle@steinburg.de

Anschrift
Kreis Steinburg – Der Landrat
Viktoriastr. 16-18
D – 25524 Itzehoe

www.steinburg.de

De-Mail
info@steinburg.sh-kommunen.de-
mail.de
(De-Mail-Konto erforderlich!)



Gemeinschaftsschule im Bereich der Mediennutzung im *Senioren IT Café Wilster* beraten zu lassen.

Die Selbsthilfekontaktstelle, der Begegnungstreff KiBiS bietet in Itzehoe, Glückstadt und Wilster verschiedene Treffen an. Weitere Informationen siehe Flyer unter www.steinburg.de/gesundheitsamt (unter Aktuelles).

Der Flyer liegt im Gesundheitsamt, beim Pflegestützpunkt im Kreis Steinburg und weiteren öffentlichen Einrichtungen aus.