

Interreg
Europe



Co-funded by
the European Union

KORALE



PLATFORM AGAINST
LONELINESS
PARTICIPATE ENGAGE CONNECT

EINSAMKEIT SICHTBAR MACHEN – GEMEINSAM LÖSUNGEN ENTWICKELN

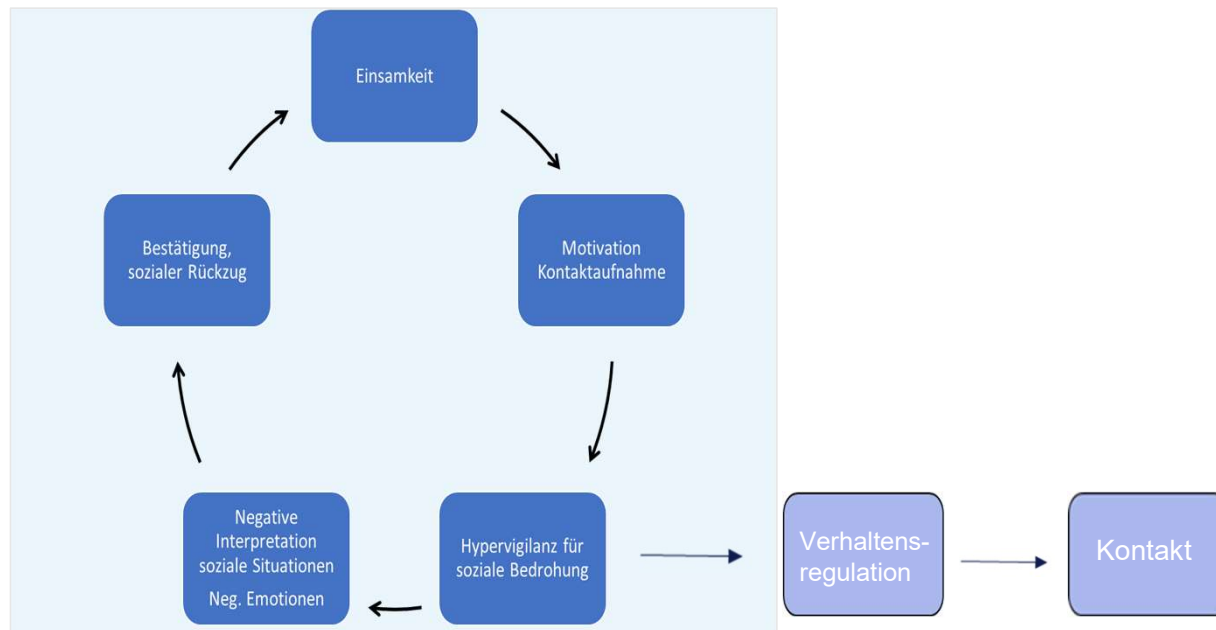
KARIN GUTIÉRREZ-LOBOS
INKLUSIONSTAGUNG 16.6.2026

Einsamkeit

Subjektives, schmerzhaftes Gefühl der Diskrepanz zwischen erwünschten und existierenden sozialen Beziehungen

Psychologisches Warnsignal, das motiviert, in Kontakt zu treten.

Gefühlsdimensionen: Fremdheit, Selbstzweifel, Scham, reduziertes Selbstwertgefühl, Nicht-verstanden Werden, Hoffnungslosigkeit, Misstrauen



Qualter et al 2015

EINSAMKEIT IN ÖSTERREICH

STATISTIK AUSTRIA 12/2025

8% immer einsam

28% gelegentlich einsam



- 12-34 Jahre: 12%, > 65 Jahre: 5%
- Alleinlebende: 19%,
- Alleinerziehende: 12%,
- Mit/ ohne gesundheitl. Einschränkungen: 13% / 6%
- Stadt/Land: 11% / 6%
- Im Ausland / in Ö Geborene: 13% / 6%
- Arbeitslose: 17%, niedriges Einkommen: 16%
- Frauen häufiger als Männer

GESUNDHEITLICHE FOLGEN VON EINSAMKEIT

Physische Gesundheit

Stressor mit direktem Effekt auf biologische Prozesse, wie z.B. auf Immunsystem, Hormonhaushalt, Entzündungsparameter, kardiovaskuläre Prozesse

Riskantes Gesundheitsverhalten

Mentale Gesundheit

Erhöhtes Risiko für psychische Erkrankungen und ihre Schwere

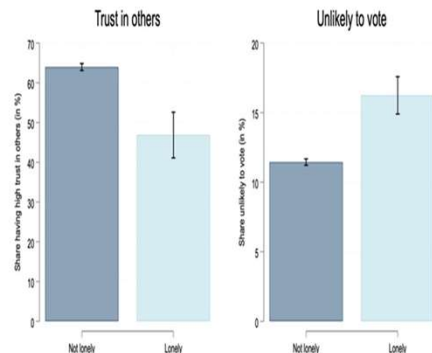
Depression, Suizidalität, kognitive Einbußen, Angststörungen, Schlafstörungen

GESELLSCHAFTLICHE FOLGEN VON EINSAMKEIT



Loneliness and the society

- Lonely respondents have lower trust in others and are more likely to be politically disengaged



Source: EU-LS Note: Trust in others measures the degree of trust in most people. Respondents defined as unlikely to vote are those who have chosen "most likely I wouldn't vote" as the answer to the question "If there were a general election tomorrow, which party would you support?"



- Eigene Fähigkeit zur Veränderung und eigene Verantwortung für Veränderung auf lokaler Ebene wird als gering eingeschätzt.
- Die wahrgenommene Veränderbarkeit gesellschaftlicher Verhältnisse wird als niedrig eingeschätzt
- Geringe Zufriedenheit mit dem politischen System sowie geringes Vertrauen in Politiker:innen und Entscheidungsträger:innen.

ES GIBT KEINE GESUNDHEIT OHNE SOZIALE GESUNDHEIT

„Gesundheit ist ein Zustand völligen psychischen, physischen und **sozialen** Wohlbefindens und nicht nur das Freisein von Krankheit und Gebrechen.“

WHO, 1948

„Jedes Individuum in seiner Eigenschaft als Mitglied der Gesellschaft bedarf zur Wahrung seiner Würde und zur Entfaltung seiner Persönlichkeit des Schutzes vor sozialen Risiken.“

Art. 22 UN-MRK, 1948

RISIKOPOTENTIALE

Loneliness by socio-demographic characteristics

- The prevalence of loneliness decreases with rising income and education.
- The unemployed and those studying are more likely to be lonely than those having a job.



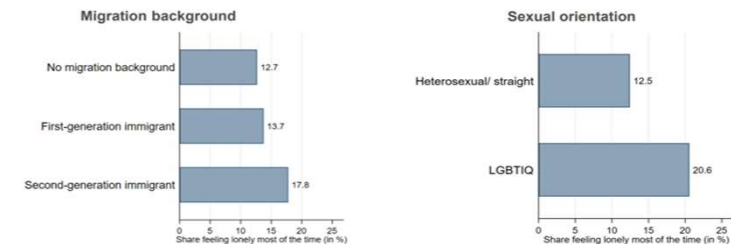
Source: EU-LS. Note: Income quintile refers to the country quintile of household disposable income and excludes non-responses. The employment status categorization excludes the retired.



17

Loneliness is higher among some minority groups

- Those with parents born abroad and LGBTIQ are more at risk of feeling lonely.



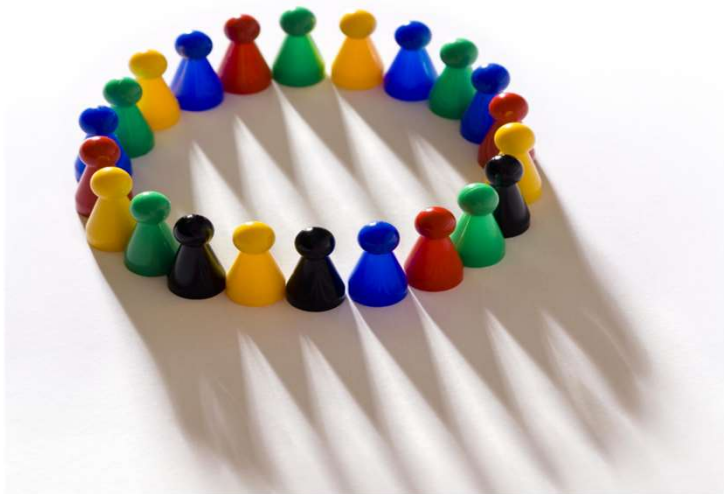
Source: EU-LS.



18

- ❖ Alter
- ❖ Krankheit
- ❖ Behinderung
- ❖ Armut
- ❖ Migration
- ❖ Kommunikationstechnologien
- ❖ Arbeitsplatzstrukturen, Schule
- ❖ Raumstrukturen

Handlungsebenen – „social in all policies“



- **Individuum/Beziehungsebene:** z.B. Training sozialer Fertigkeiten und Kompetenz, Social Prescribing, Psychoedukation, Psychotherapie, Hobbies
- **Nachbarschaft/Kommunalebene:** z.B. Ehrenamt, Nachbarschaftstage, Infrastruktur, Mobilität, Verkehr, sichere Orte, Kinderbetreuung
- **Organisation:** z.B. Finanzierung, Evaluation, Awareness, Wissen, Gesetze, Medienkompetenz
- **Gesellschaft:** z.B. Chancengleichheit, Rahmenbedingungen für Solidarität, Inklusion

- Datenbank
- Vernetzung von Initiativen
- Partner Projekt KORALE
- Wissensvermittlung
- Veranstaltungen, Kulturprojekte
- Preise

Teilnehmen

Engagieren

Vernetzen

Nationale Anlaufstelle und Kompetenznetzwerk

Willkommen auf der Plattform gegen Einsamkeit in Österreich!

Führen Sie mich durch

Mehr erfahren

