Nachrichten aus dem Rathaus

Nr. 1180 / 22.10.2026

**Stadt Nürnberg**

**Amt für Kommunikation und Stadtmarketing**

**Leitung:**

**Andreas Franke**

Fünferplatz 2

90403 Nürnberg

presse.nuernberg.de

# Demografieforum: Gemeinsam gegen Einsamkeit

Einsamkeit im Alter ist eine der aktuellen großen sozialen Herausforderungen. Wie Teilhabe, Begegnung und ein selbstbestimmtes Leben auch im Alter gestärkt werden können, stand im Mittelpunkt des achten Nürnberger Demografieforums am Donnerstag, 15. Oktober 2026, im Saal Heilig-Geist. Unter dem Titel „Mehr zusammen, weniger allein – Nürnberg vernetzt gegen Einsamkeit“ diskutierten Fachleute aus Wissenschaft, Seniorenarbeit und Zivilgesellschaft über Wege aus der Isolation und über die Bedeutung sozialer Netzwerke im unmittelbaren Lebensumfeld älterer Menschen. Die Veranstaltung ist Teil des kontinuierlichen Dialogs zur Weiterentwicklung des seniorenpolitischen Gesamtkonzepts der Stadt Nürnberg.

Prof. Frieder Lang vom Lehrstuhl für Psychogerontologie an der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg machte deutlich, dass Einsamkeit weit mehr ist als Alleinsein. Gerade im hohen Alter könnten gesundheitliche Einschränkungen, Pflegebedürftigkeit oder der Verlust nahestehender Menschen soziale Kontakte erschweren. Umso wichtiger seien wohnortnahe Angebote, die Begegnungen ermöglichen und Zugehörigkeit schaffen.

Prof. Dorothea Geuthner vom Stadtseniorenrat Nürnberg machte dabei auf eine oft übersehene Gruppe aufmerksam: „Wenn man sich den ganzen Tag um eine Person kümmern muss, bleibt kaum genug Zeit, soziale Kontakte zu pflegen.“ Gerade pflegende Angehörige seien deshalb einem erhöhten Risiko sozialer Isolation ausgesetzt. Einsamkeit wirke sich dabei nicht nur auf die Betroffenen selbst aus, sondern auf ihr gesamtes soziales Umfeld.

Dass Nürnberg hierfür gut aufgestellt ist, war eine zentrale Botschaft des Forums. Neben der Unterstützung durch Vereine, Verbände und Ehrenamtliche kommt insbesondere den Seniorennetzwerken eine

Schlüsselrolle zu. Sie bündeln Angebote im Stadtteil, vermitteln Kontakte und schaffen verlässliche Anlaufstellen für ältere Menschen.

Nürnbergs Sozial- und Seniorenreferentin Elisabeth Ries betonte: „Mit den Seniorennetzwerken ermöglichen wir die Vernetzung der Angebote für ältere Menschen direkt vor Ort. Nur wer sich auf verlässliche Strukturen in seinem Wohnumfeld verlassen kann, fühlt sich eingebunden, sicher und zugehörig – auch dann, wenn die persönlichen Möglichkeiten durch das Alter eingeschränkt werden."

Das Demografieforum stand zugleich im Zeichen eines besonderen Jubiläums: Seit 20 Jahren tragen die Nürnberger Seniorennetzwerke dazu bei, soziale Teilhabe im Alter in die Stadtteile zu bringen. Heute erreichen sie mit ihren Angeboten nahezu das gesamte Stadtgebiet und sind ein wichtiger Baustein, damit ältere Menschen möglichst lange selbstbestimmt in ihrem vertrauten Umfeld leben können.

Auch vor dem Hintergrund der angespannten Haushaltslage unterstrich Elisabeth Ries die Bedeutung dieser Strukturen: „Gerade die Seniorennetzwerke zeigen, wie mit begrenzten Mitteln eine große Wirkung erzielt werden kann. Sie stärken Gemeinschaft, beugen Einsamkeit vor und ermöglichen vielen Menschen ein gutes Leben im Alter. Diese Erfolgsgeschichte müssen wir fortschreiben."  boe