

WOCHE DER GEM.EINSAMKEIT 22. - 28. JUNI 2026

Biken und Plaudern mit dem Bürgermeister

Uhrzeit: 15:30 – 17:30 Uhr

Ort: Bike-Park Delbrück-Mitte am Jügendamm

Organisator: Familienbeauftragte der Stadt Delbrück

Jutta Schwemin
Tel.: 05250 996-256

Freitag, 26.06.2026

Öffentliche Stadtführung durch Salzkotten

Uhrzeit: 18:00 – 20:00 Uhr

Ort: Marktplatz Salzkotten

Organisator: Heimatverein Salzkotten e. V.

Mathias Kohlenberg
salzkotten.heimatverein@gmail.com

„Gemeinsam statt allein: Unterstützung für pflegende Angehörige“

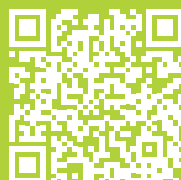
Uhrzeit: 15:00 – 16:30 Uhr

Ort: In der Aula des St. Vincenz Campus, Husener Str. 81,
33098 Paderborn

Organisator: St. Vincenz-Kliniken Paderborn
Team Familiäre Pflege

WICHTIG: Begrenzte Teilnehmerzahl! Nutzen Sie den
AnmeldeLink auf der Homepage der St. Vincenz-Klini-
ken (<https://www.vincenz.de/>) oder auf der Kreisseite.

Nähere Informationen zu
den einzelnen Aktionen
finden Sie hier:



Samstag, 27.06.2026

Offenes Spikeballspiel in Salzkotten

Uhrzeit: 15:00 – 18:00 Uhr

Ort: Sälzer Wiesen, Salzkotten

Organisator: KreisSportBund Paderborn e.V.

Carina Moss
Tel.: 05251 68330-01

Alina Krause

Tel.: 05251 68330-18, gesunde-kommune@ksb-paderborn.de

Sonntag, 28.06.2026

Generationenrallye in Borchen

Uhrzeit: ab 14:30 Uhr

Ort: Mallinckrothof in Nordborchen

Organisator: Gemeinde Borchen

Simone Rennkamp-Ernst

Tel.: 05251 3888-111, simone.rennkamp-ernst@borchen.de

Elke Rammert

Tel.: 05251 3888-224, elke.rammert@borchen.de

Garten-Café im Rahmen des „Tages des offenen Gartens“ im Natur- und Erlebnispark von Haus Widey

Uhrzeit: 14:00 – 17:00 Uhr

Ort: Natur- und Erlebnispark Haus Widey, Widey 11,
33154 Salzkotten-Scharmède

Der Natur- und Erlebnispark befindet sich auf der
gegenüberliegenden Seite von Haus Widey

Organisator: Haus Widey

Stefanie Strunz

Tel.: 05258-9873, info@widey.de

Weitere Angebote

„Ich packe meinen Koffer gegen Einsamkeit“

#KofferGegenEinsamkeitKreisPB

Organisator: Kommunales Integrationszentrum Kreis Paderborn

Marco Möller

moellerm@kreis-paderborn.de

Kongregation der Franziskanerinnen Salzkotten in Kooperation mit verschiedenen Akteuren

Datum: 22.-28.06.2026

Ort: Verschiedene Orte und Einrichtungen, Paderborner Str. 7,
33154 Salzkotten

Bücherregal mit Buchempfehlungen zum Thema „Gem.einsamkeit“

Datum: 22.-28.06.2026

Ort: Während Öffnungszeiten und Open Library,
Marktstraße 2, 33154 Salzkotten

Organisator: Stadtbibliothek Salzkotten

Maike Sprenger

Tel.: 05258 21151, maike.sprenger@salzkotten.de

WOCHE DER GEM.EINSAMKEIT

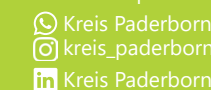


Eine gemeinsame Aktion von:



Stand: Juni 2026

Kreis Paderborn
- Der Landrat –
Gesundheitsamt
Aldegrevestr. 10-14
33102 Paderborn
Tel.: 05251 308-5325
www.kreis-paderborn.de



Satz und Gestaltung:
Amt für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit



...nah bei den Menschen!



WOCHE DER GEM.EINSAMKEIT

22. - 28. JUNI 2026



Grußwort

Sehr geehrte Damen und Herren,
Einsamkeit ist kein Randthema. Sie ist mitten in unserer Gesellschaft angekommen – und sie ist messbar. Rund 16 Prozent der Menschen in Deutschland fühlen sich häufig einsam. Das sind über zwölf Millionen Menschen. Diese Zahlen machen deutlich: Es geht nicht um Einzelfälle, sondern um eine gesellschaftliche Realität. Dabei betrifft Einsamkeit Jung und Alt gleichermaßen.

Und es zeigt sich ein bemerkenswerter Widerspruch: Wir sind heute so vernetzt wie nie zuvor – und erreichen uns doch immer seltener wirklich. Wir kommunizieren ständig, aber nicht immer miteinander. Wir teilen Informationen, aber nicht unbedingt Nähe. Noch nie war es so einfach, Kontakt aufzunehmen. Und doch ist für viele noch nie so schwer gewesen, sich gesehen zu fühlen.

Gleichzeitig zeigt sich, dass Einsamkeit nicht alle Menschen gleichermaßen trifft. Menschen mit geringeren finanziellen Möglichkeiten oder eingeschränkter Teilhabe sind deutlich stärker gefährdet. Einsamkeit ist damit auch eine Frage von Teilhabe, von Gerechtigkeit und von gesellschaftlichem Zusammenhalt.

Die Folgen sind ernst. Einsamkeit kann krank machen – körperlich wie psychisch. Und sie wirkt darüber hinaus: Wer sich dauerhaft ausgeschlossen fühlt, verliert Vertrauen – in andere Menschen, in Institutionen und letztlich auch in unsere Demokratie. Spätestens an diesem Punkt wird Einsamkeit zu einer Aufgabe für uns alle. Genau hier setzt die Aktionswoche „Woche der Gem.einsamkeit“ an. Sie lenkt den Blick auf ein Thema, das oft übersehen wird – und schafft Raum für Begegnung, Austausch und neue Perspektiven.

Als Schirmherr unterstütze ich diese Aktionswoche sehr bewusst. Sie ist eine Einladung hinzusehen, ins Gespräch zu kommen und Verantwortung zu übernehmen. Im Kreis Paderborn geschieht das bereits an vielen Stellen: durch engagierte Menschen, Initiativen und Angebote – in Vereinen, in Nachbarschaften, in sozialen Einrichtungen und im Ehrenamt. Sie alle tragen dazu bei, dass Gemeinschaft erfahrbar bleibt. Entscheidend ist dabei nicht Perfektion, sondern Offenheit: Orte, an

denen Menschen willkommen sind, Gespräche, die ehrlich geführt werden, eine Haltung, die deutlich macht: Einsamkeit ist kein persönliches Versagen. Zusammenhalt entsteht im Alltag zwischen Menschen. Lassen Sie uns genau dort ansetzen. In diesem Sinne wünsche ich der „Woche der Gem.einsamkeit“ viele offene Begegnungen, neue Impulse und viel Miteinander.

Mit freundlichen Grüßen
Ihr

Christoph Rütter
Landrat

ALLE ANGEBOTE IM ÜBERBLICK

Montag, 22.06.2026

Allein unter vielen?

Jugendliche, Einsamkeit und psychische Gesundheit in digitalen und migrantischen Lebenswelten

Uhrzeit: 15:00 – 17:00 Uhr

Ort: Online / MS Teams

Organisator: Kommunales Integrationszentrum Kreis Paderborn
Marco Möller
moellerm@kreis-paderborn.de

Begleiteter Spaziergang in Bad Wünnenberg

Uhrzeit: 10:00 Uhr

Ort: Konzertmuschel im Kurpark, In den Erlen

Organisator: Stadt Bad Wünnenberg

Selina Günther
s.guenther@bad-wuennenberg.de

AG „Sozial genial“

Ort: Profilschule Fürstenberg

Organisator: Stadt Bad Wünnenberg

Selina Günther
s.guenther@bad-wuennenberg.de

Dienstag, 23.06.2026

Bürgermeisterspaziergang in Bad Lippspringe

Uhrzeit: 12:00 – 14:00 Uhr

Start: An der ZukunftsWerkStadt (Lange Straße 6, 33175 Bad Lippspringe)

Organisator: Stadt Bad Lippspringe

Karin Falke
Tel.: 05252 26151, karin.falke@bad-lippspringe.de

Gesundheitsspaziergang durch Paderborn

Uhrzeit: 10:00 Uhr

Ort: Jobcenter Kreis Paderborn

Organisator: Jobcenter Kreis Paderborn

Karl-Michael Soemer
Tel.: 05251 5409241, Paderborn.ProAktiv@jobcenter-ge.de

Rallye in und um Scharmède

Motto: Gemeinsam rätseln, lachen und Generationen verbinden.

Uhrzeit: 14:00 Uhr

Ort: Alter Sportplatz, Scharmède

Organisator:

Glücksboten – Konrad Buschmeier
Tel.: 0172 2327823, konrad@buschmeier.com

Glückskinder – Pia Heinrichsmeier
Tel.: 01778 489593, info@glueckskinder-potenzialentfaltung.de

Mittwoch, 24.06.2026

Campus Champions

Ort: Campus, Universität Paderborn

Organisator: Universität Paderborn

Sandra Bischof
Tel.: 05251 604305, bischof@zv.upb.de

Schulung für Spazierpatinnen und -paten

Uhrzeit: 16:00 – 18:00 Uhr

Ort: Großer Sitzungssaal des Kreishauses (Aldegreverstraße 10-14, 33102 Paderborn, Raum A 01.09)

Organisator: KreisSportBund Paderborn e.V.

Carina Moss
Tel.: 05251 68330-01

Alina Krause
Tel.: 05251 68330-18, gesunde-kommune@ksb-paderborn.de

WICHTIG: Diese Veranstaltung ist teilnehmerbeschränkt und erfordert eine Anmeldung.

AG „Generationen verbinden“

Mittwoch, für Klasse 7 und 8

Ort: Profilschule Fürstenbergs

Organisator: Stadt Bad Wünnenberg

Selina Günther
s.guenther@bad-wuennenberg.de

Blütenwerkstatt - ein Kreativangebot der Natur AG der Profilschule Fürstenberg

Uhrzeit: 14:00 – 15:15 Uhr

Ort: Aula der Profilschule Fürstenberg, Haarener Str. 7

Anmeldung über den Veranstaltungskalender der Stadt Bad Wünnenberg :
(<https://www.bad-wuennenberg.de/de/aktuelles/veranstaltungen.php>)

IPuG-Schulung für interkulturelle Begegnungsaktionen

Ein Projekt im Rahmen des Gesamtprojekts IPuG – Interkulturelle Pflege und Gesundheitsberatende

Uhrzeit: 17:00 – 19:00 Uhr

Ort: Kreishaus Paderborn

Organisator: Kommunales Integrationszentrum Kreis Paderborn

Marco Möller
moellerm@kreis-paderborn.de

Lesung/Abschlussveranstaltung des OWL Krimifestivals 2026 mit Bestseller-Autorin Mechthild Borrmann

Uhrzeit: 19:00 Uhr

Ort: Stadtbibliothek Salzkotten

Organisator: Stadtbibliothek Salzkotten in Kooperation mit dem Förderverein der Stadtbibliothek Salzkotten e. V.

Maika Sprenger
Tel.: 05258 21151, maika.sprenger@salzkotten.de

Donnerstag, 25.06.2026

Medienscouts

Uhrzeit: 14:00 – 15:30 Uhr

Ort: Seminarraum im KuGA Bad Wünnenberg, Im Aatal 1

Organisator: Stadt Bad Wünnenberg

Silvia Kramps
kuga@bad-wuennenberg.de