



Worauf es ankommt

2.–4. April 2025
Congress Center Rosengarten
Mannheim

Solo-Selbständigkeit als finanzielle Chance gegen Einsamkeit im Alter

Verantwortlich: Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Mitwirkende:

- MINNA+WILLI – Die Wilhelmsburger Alltagshelfer:innen
- Dr. Babette Peters, passage gGmbH

Moderation:

- Beate Brinkmann, Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend
- Philipp Strunk, Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben

Am Beispiel des ESF Plus-Projekts „[MINNA+WILLI – Die Wilhelmsburger Alltagshelfer:innen](#)“ erhielten die Teilnehmenden Informationen zum Projekt und zur Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit. Das Projekt gehört zu den Strategiemeasures der Bundesregierung gegen Einsamkeit und wird im Rahmen des ESF Plus-Programms „Stärkung der Teilhabe älterer Menschen – gegen Einsamkeit und soziale Isolation“ (STäm) als eines von mehr als 70 Projekten mit Mitteln aus dem Europäischen Sozialfonds Plus (ESF Plus) gefördert.

Bundesweite Strategie gegen Einsamkeit

Einsamkeit ist längst keine Randerscheinung mehr, sondern eine gesellschaftliche Herausforderung, mit der sich das Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMBFSFJ) schon seit 2018 intensiv beschäftigt. Unter der Federführung des BMBFSFJ wurde eine umfassende „[Strategie gegen Einsamkeit](#)“ entwickelt und am 13. Dezember 2023 vom Bundeskabinett beschlossen.

Der erste [Monitoring-Bericht](#) vom Dezember 2024 zieht eine positive Zwischenbilanz: Die Strategie sorgt für ein vernetztes Vorgehen und verankert das Thema Einsamkeit nachhaltig in gesellschaftliche und politische Prozesse.

ESF Plus-Programm: Teilhabe fördern, Isolation vorbeugen

Ein wichtiges Instrument zur Umsetzung dieser Strategie ist das ESF Plus-Programm STÄM. Es hat eine Laufzeit von fünf Jahren, bis September 2027, und richtet sich an gemeinnützige Träger sowie Kommunen.

Ziele des Programms sind die

- Vorbeugung und Linderung ungewollter Vereinsamung und sozialer Isolation,
- Stärkung der finanziellen Absicherung im Alter und
- Unterstützung kommunaler Teilhabestrukturen für Ältere.

MINNA+WILLI: Nachbarschaftshilfe durch Solo-Selbständigkeit

Ein besonders gelungenes Beispiel für die Verbindung von Selbständigkeit und sozialem Engagement ist das Projekt **MINNA+WILLI – Die Wilhelmsburger Alltagshelfer:innen** in Hamburg. Es vermittelt Alltagsdienstleistungen zwischen Solo-Selbständigen ab 60 Jahren und Menschen, die Unterstützung im Alltag suchen. Die Alltagshelfer:innen erhalten für ihre Dienstleistungen von den Kund:innen einen fairen Stundenlohn.

Ein liebevoll gestalteter Kleinbus fährt durch den Stadtteil, steuert verschiedene Treffpunkte an und informiert vor Ort über das Angebot. So kommen interessierte Menschen unkompliziert in Kontakt. Selbständigkeit im Alter wird hier greifbar – niederschwellig, lokal verankert und mit echtem sozialem Mehrwert.

Die Solo-Selbständigen übernehmen einfache nachbarschaftliche Aufgaben: Einkaufen, Begleitung zu Terminen oder kleinere Alltagstätigkeiten. Damit leisten sie einen wertvollen Beitrag für ihr Quartier und stärken gleichzeitig ihre eigene finanzielle und soziale Teilhabe.

In Zusammenarbeit mit dem Kooperationspartner bietet MINNA+WILLI darüber hinaus für solselbstständig arbeitende Menschen 60+ individuelle Beratung zur Existenzsicherung.

Weitere Informationen im [Newsletter](#) des ESF vom 14.04.2025.