

9. Bremerhavener Inklusionskonferenz

Dienstag, 18.11.2025 | 12.45 bis 17.30 Uhr | Stadthalle Bremerhaven

#miteinander - gemeinsam gegen Einsamkeit in Bremerhaven





#miteinander - gemeinsam gegen Einsamkeit in Bremerhaven



Liebe Inklusionsgestalter:innen, liebe Bremerhavener:innen,

einsam sein – das kann jede:n treffen. Ob jung oder alt, ob mit oder ohne Behinderung: Einsamkeit ist ein Gefühl, das uns voneinander trennt und Teilhabe erschwert. Gleichzeitig wissen wir, wie wichtig Gemeinschaft, Begegnung und Zusammenhalt für ein selbstbestimmtes und erfülltes Leben sind.

Sie sind herzlich eingeladen

Wir laden Sie herzlich zur 9. Bremerhavener Inklusionskonferenz am Dienstag, 18.11.2025 um 12:45 Uhr in der Stadthalle Bremerhaven ein. Unter dem Titel *#miteinander – gemeinsam gegen Einsamkeit in Bremerhaven* möchten wir uns mit Ihnen über Wege austauschen, wie wir Einsamkeit begegnen und vorbeugen sowie Teilhabe fördern können.

Unsere Impuls-Rednerin Dr. Nora Becker, Politikwissenschaftlerin an der Technischen Universität Dortmund, forscht zu gesellschaftlich bewegenden Themen unserer Zeit, wie zum Beispiel zu Privatsphäre, sozialem Zusammenhalt oder Einsamkeit. Sie wird mit ihrem Vortrag den Auftakt geben und uns die Dimensionen und Auswirkungen von Einsamkeit aufzeigen.

Bringen Sie Ihr Thema oder Ihre Fragestellung zum Thema Einsamkeit ein

Im Anschluss an den Impulsvortrag haben Sie die Gelegenheit, selbst aktiv zu werden:

Im Open Space-Workshop gestalten Sie die Tagesordnung mit. Bringen Sie Ihr Thema ein, das Ihnen in Sachen Einsamkeit in Bremerhaven am Herzen liegt. Spontan entstehen Gesprächsgruppen, die professionell moderiert werden. Hier können Sie Perspektiven austauschen, Ideen entwickeln und vielleicht auch Mitstreiter:innen für Ihr Anliegen gewinnen.

Das Netzwerk Inklusives Bremerhaven freut sich auf Ihre Sichtweisen, Ihr Engagement und Ihre Ideen bei der 9. Bremerhavener Inklusionskonferenz. Gemeinsam für mehr Miteinander, um Einsamkeit in Bremerhaven entgegenzuwirken. Melden Sie sich an.

Mit herzlichen Grüßen

Ihre Veranstalterinnen
Stiftung Inklusive Stadt
Stadthalle Bremerhaven



#miteinander - gemeinsam gegen Einsamkeit in Bremerhaven

Einfache Sprache

Liebe Menschen in Bremerhaven,
liebe Inklusions-Gestalterinnen und Inklusions-Gestalter,

Manchmal fühlen sich Menschen einsam.
Einsamkeit kann alle treffen – junge und alte Menschen,
Menschen mit oder ohne Behinderung.
Einsamkeit trennt uns voneinander.
Dann ist es schwer, mitzumachen und dazuzugehören.

Aber: Gemeinschaft und Zusammenhalt sind sehr wichtig.
Begegnungen mit anderen Menschen machen das Leben schöner und bunt.

Einladung zur Konferenz

Wir laden Sie herzlich zur 9. Bremerhavener Inklusions-Konferenz ein.
Am: Dienstag, 18. November 2025
Beginn: 12:45 Uhr, Ende: 17.30 Uhr
Ort: Stadthalle Bremerhaven

Das Thema heißt:
#miteinander – gemeinsam gegen Einsamkeit in Bremerhaven

Wir möchten mit Ihnen darüber sprechen:
Wie wir Einsamkeit verhindern können?
Wie wir Teilhabe und Miteinander stärken können?

Die Wissenschaftlerin Dr. Nora Becker hält einen Vortrag.
Sie arbeitet an der Technischen Universität Dortmund.
Sie forscht zu Themen wie:
Zusammenhalt in der Gesellschaft, Privatsphäre und Einsamkeit.
Sie erklärt, warum Einsamkeit entsteht und wie sie uns beeinflusst.

Mitmachen im Workshop

Nach dem Vortrag können Sie das Programm selbst mitgestalten.
Es gibt einen Open Space-Workshop. Das bedeutet:
Sie können selbst Themen vorschlagen.
Zum Beispiel:
Was wünschen Sie sich in Bremerhaven,
damit sich Menschen weniger einsam fühlen?

So bilden sich kleine Gesprächsgruppen.
Diese Gruppen werden von Moderatorinnen begleitet.
Hier können Sie Ideen austauschen und gemeinsam Lösungen finden.
Vielleicht finden Sie auch Mitstreiterinnen und Mitstreiter für Ihr Thema.

Das Netzwerk Inklusives Bremerhaven freut sich auf:
Ihre Gedanken, Ihr Engagement und Ihre Ideen.

Gemeinsam wollen wir dafür sorgen, dass es in Bremerhaven weniger
Einsamkeit gibt und mehr Miteinander entsteht.

Melden Sie sich bitte an.

Mit herzlichen Grüßen
Ihre Veranstalterinnen:
Stiftung Inklusive Stadt
Stadthalle Bremerhaven



#miteinander - gemeinsam gegen Einsamkeit in Bremerhaven



Überblick

Dienstag, 18.11.2025

12.45 bis 17.30 Uhr

Foyer der Stadthalle Bremerhaven

Wilhelm-Kaisen-Platz 1, 27576 Bremerhaven

Moderation: Stefan Burkhardt aus Köln

Impuls-Rednerin: Dr. Nora Becker aus Dortmund

Workshop-Moderatorinnen: Dr. Nora Becker, Regine Bruns, Yana Gebhardt, Christiane Jost, Ann-Cathrin Scheider, Lea Zerbst

Verstehens-Assistentin: Katrin Anders aus Bremen

Graphic Recording: Leefje Roy aus Bremen

Musik: Jendrik Döhring aus Bremerhaven

Film: "Einsamkeit: hat viele Gesichter"

Duc Quang Le

Zentrum Seelische Gesundheit

Netzwerk Inklusives Bremerhaven

Verpflegung: Für einen Snack und Getränke ist gesorgt.



Anmeldung: anmeldung@netzwerk-inklusives-bremerhaven.de

Achtung: Die Teilnehmer:innen-Zahl ist begrenzt.
Die Plätze werden in der Reihenfolge der Anmeldungen vergeben.

Bedarfe: Teilen Sie uns bei der Anmeldung mögliche Unterstützungsbedarfe, wie z. B. eine:n Gebärdendolmetscher:in, mit.
Wir kümmern uns gerne darum.

Ablauf

12.45 Uhr

Einlass, Ankommen und Rahmenprogramm zur Konferenz

Snack und Getränke stehen bereit

Einführung in die Konferenz in Leichter Sprache

13.30 Uhr

Begrüßung und Einführung in die Konferenz

Impulsvortrag

Vorstellung der Open Space-Workshops

Themensammlung

PAUSE

Open Space-Workshops

Es gibt 2 Workshoprunden mit jeweils 6 Workshops

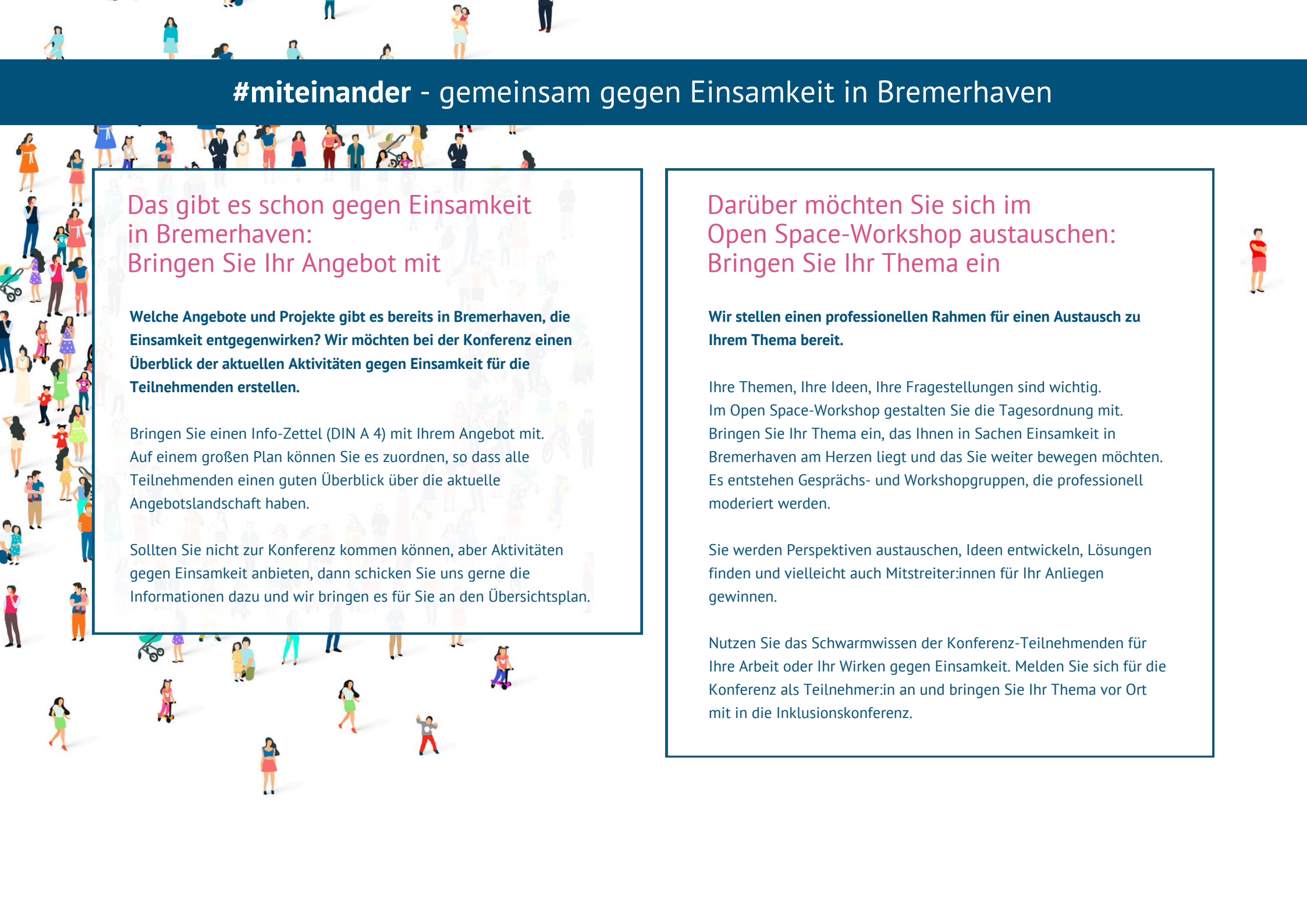
(Sie können also 2 Workshops besuchen.)

Austausch im Plenum

17.30 Uhr Ende der Konferenz

Rahmenprogramm während der gesamten Konferenz

- Graphic Recording - Ihre Momente der Einsamkeit
- Café der Fakten - Snacks und Netzwerken
- Gemeinsam-Lounge - in Kontakt kommen
- Überblick - Bremerhavener Angebote gegen Einsamkeit
- Spiel(e)platz - Gesellschaftsspiele für mehr Miteinander
- allein, einsam, gemeinsam - Impulskarten gegen Einsamkeit
- Stiller Raum - Rückzug bei Reizüberflutung



#miteinander - gemeinsam gegen Einsamkeit in Bremerhaven

Das gibt es schon gegen Einsamkeit in Bremerhaven: Bringen Sie Ihr Angebot mit

Welche Angebote und Projekte gibt es bereits in Bremerhaven, die Einsamkeit entgegenwirken? Wir möchten bei der Konferenz einen Überblick der aktuellen Aktivitäten gegen Einsamkeit für die Teilnehmenden erstellen.

Bringen Sie einen Info-Zettel (DIN A 4) mit Ihrem Angebot mit. Auf einem großen Plan können Sie es zuordnen, so dass alle Teilnehmenden einen guten Überblick über die aktuelle Angebotslandschaft haben.

Sollten Sie nicht zur Konferenz kommen können, aber Aktivitäten gegen Einsamkeit anbieten, dann schicken Sie uns gerne die Informationen dazu und wir bringen es für Sie an den Übersichtsplan.

Darüber möchten Sie sich im Open Space-Workshop austauschen: Bringen Sie Ihr Thema ein

Wir stellen einen professionellen Rahmen für einen Austausch zu Ihrem Thema bereit.

Ihre Themen, Ihre Ideen, Ihre Fragestellungen sind wichtig. Im Open Space-Workshop gestalten Sie die Tagesordnung mit. Bringen Sie Ihr Thema ein, das Ihnen in Sachen Einsamkeit in Bremerhaven am Herzen liegt und das Sie weiter bewegen möchten. Es entstehen Gesprächs- und Workshopgruppen, die professionell moderiert werden.

Sie werden Perspektiven austauschen, Ideen entwickeln, Lösungen finden und vielleicht auch Mitstreiter:innen für Ihr Anliegen gewinnen.

Nutzen Sie das Schwarmwissen der Konferenz-Teilnehmenden für Ihre Arbeit oder Ihr Wirken gegen Einsamkeit. Melden Sie sich für die Konferenz als Teilnehmer:in an und bringen Sie Ihr Thema vor Ort mit in die Inklusionskonferenz.

#miteinander - gemeinsam gegen Einsamkeit in Bremerhaven

Impuls-Rednerin



Dr. Nora Becker
Technische Universität Dortmund

Dr. Nora Becker arbeitet als Politikwissenschaftlerin an der Technischen Universität Dortmund. Am liebsten forscht sie zu gesellschaftlich bewegenden Themen unserer Zeit – zum Beispiel zu Privatsphäre, sozialem Zusammenhalt oder Einsamkeit.

Bei der Bundeszentrale für politische Bildung hat sie dazu einen Sammelband gemeinsam mit Studierenden herausgegeben: Einsam in Gesellschaft (2023).

Dr. Nora Becker über ihre Arbeit, gesellschaftliche Fragen und Antworten:

Als Politikwissenschaftlerin schaue ich mir die Zusammenhänge unseres gesellschaftlichen Lebens ganz genau an: Warum passiert etwas wo und wann? Wieso entscheiden sich Menschen auf die eine oder andere Weise? Wie wünschen wir uns eine Gesellschaft in den nächsten Jahrzehnten?

Wir brauchen die Wissenschaft nicht nur, um diese Fragen zu beantworten. Wir brauchen die Wissenschaft auch, um die Fragen so zu stellen, dass eine Antwort möglich und für alle nachvollziehbar ist: Damit die Fragen und Antworten kritisierfähig und diskutierbar sind. Damit wir über sie in Austausch treten können.

Für Einsamkeit können wir zum Beispiel fragen:

Warum sind Menschen einsam?

Mit zahlreichen Unterfragen ergibt sich ein größeres, komplexeres Bild: Was bedeutet es, einsam zu sein? Worin unterscheiden sich Einsamkeitsformen? Ist es schlimm, einsam zu sein?

Diese Fragen aus der Theorie herauszuarbeiten und immer tiefergehende, detailliertere Fragen zu stellen, ist meine Leidenschaft.

Gleichzeitig finde ich es wichtig, sie mit möglichst vielen unterschiedlichen Menschen zu diskutieren, zu überdenken und gegebenenfalls zu verwerfen – neue, andere zu stellen.

Für das Finden der richtigen Fragen und Antworten brauchen wir die Verbindung und das gegenseitige Vertrauen von Menschen innerhalb und außerhalb der Wissenschaft.

#miteinander - gemeinsam gegen Einsamkeit in Bremerhaven

Unsere Kooperations- und Projektpartner:innen in alphabetischer Reihenfolge

**Aktion
MENSCH**

**Albert
Schweitzer**
Wohnen und Leben
gümbH
wohnen. leben. teilhaben.

AWO | Bremerhaven

afz
DAS ARBEITSNETWORK

Autismus-Therapiezentrum
Autismus Bremen e.V.

**Blinden- und
Sehbehindertenverband
Niedersachsen e.V. (BVN)**

**BREMERHAVEN
BARRIEREFREI**

BREMERHAVENBUS

Bremerhavener Gesellschaft
für Investitionsförderung
und Stadtentwicklung mbH
bis



M Deutsches
Schiffahrts
Museum

Monika Eberlein

eww.
Elbe-Weser Welten



förderwerk
Für einander wirksam.

geschmackslabor
sports & events

GEWOBA

HAND IN HAND
FÜR NORDDEUTSCHLAND
HIER KOMMEN WIR ZUSAMMEN
EINE BEWEGUNG FÜR DIE MIT DEN BÜRGERSTIFTUNGEN

**Integrationsfachdienst
Bremerhaven/Wesermünde**

Inklusionsbeirat
Bremerhaven

Lebenshilfe
Bremerhaven

DER PARITÄTISCHE
BREMERHAVEN

**die
raum
werkerei**
Vielfalt schafft was.

SPD **Aktiv**
Arbeitsgemeinschaft
Selbstaktiv Bremerhaven

stadthalle
BREMERHAVEN

STÄWOG
UNTERNEHMENSGRUPPE

**Stiftung
Inklusive
Stadt**

Zentrum
seelische Gesundheit
ZsG

#miteinander - gemeinsam gegen Einsamkeit in Bremerhaven



Kontakt

Netzwerk Inklusives Bremerhaven
c/o Stiftung Inklusive Stadt
Alexandra Göddert
anmeldung@netzwerk-inklusives-bremerhaven.de
Dieselstraße 5 | 27574 Bremerhaven
0163-7082024
www.netzwerk-inklusives-bremerhaven.de