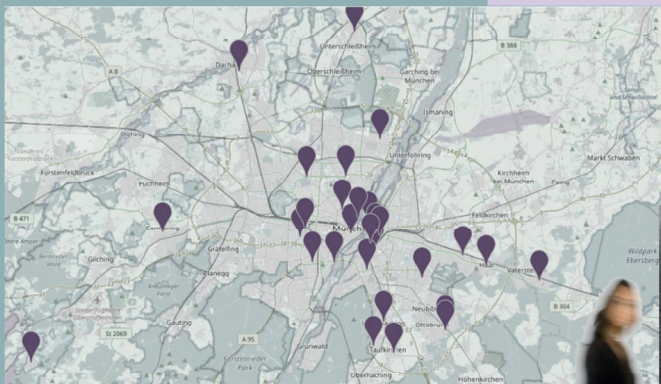




Freunde alter Menschen e.V.  
les petits frères des Pauvres



**BESSER ZUSAMMEN**  
Freude in Gesellschaft

INITIATIVE  
**GEM EINSAMKEIT**

**Mütter TELEFON**  
ZUHÖREN  
MIT MACHEN  
WEGE SUCHE  
0800 / 333 2 111

gemeinsam  
herausfinden &  
gemeinsam handeln



# weniger EINSAM in der Stadt



## 1. Title of the Project: Urban Loneliness

### 2. Please select one from each column of the following table

#### Topic of the project

We are dealing with this ...

site: Fokus auf den Stadtraum München  
p.e. ideas to prevent the destruction of a certain building, biological feature, or social context; or ideas to build/grow such a feature

type:

e.g. cooperative dwellings, suburban office estates, single family houses

Initiative: Einsamkeits-Initiative mit räumlich that works towards new, non-polluting and non-exploitative living patterns, and that is anchored in space (cooperative, NGO, ...)

#### planetary boundary (Stockholm Resilience Center)

With our project we want to help fixing ...

Climate change  
Increased greenhouse gases and aerosols in Earth's atmosphere trap heat that would otherwise escape into space. The climate change planetary boundary assesses the change in the ratio of incoming and outgoing energy of the Earth. More carbon dioxide in the atmosphere and more trapped radiation causes global temperatures to rise and alters climate patterns.

Freshwater change

The alteration of freshwater cycles, including rivers and soil moisture, impacts natural functions such as carbon sequestration and biodiversity, and can lead to shifts in precipitation levels.

Land system change

The transformation of natural landscapes, such as through deforestation and urbanization, disrupts habitats and biodiversity and diminishes ecological functions like carbon sequestration and moisture recycling.

Biosphere integrity

The diversity, extent, and health of living organisms and ecosystems affects the state of the planet by co-regulating the energy balance and chemical cycles on Earth. Disrupting biodiversity threatens this co-regulation and dynamic stability.

#### type of project

We want to do this with a ...

plan

An urban design proposal on a certain site. As a matter of principle, we avoid land take and the creation of impervious surfaces as well as demolition.

strategy

develop a framework or strategy outlining principles and guidelines for the desired change in a given spatial setting

intervention

create an intervention in urban space through iteration and reflection that addresses an urbanistic issue. Only BA Thesis, only Summer semester ("Interventionsklasse").

start-up

develop an urbanistic business idea, or an idea for a new institution.

### 3. What is the occasion? Why is your project necessary and why now?

Einsamkeit ist kein individuelles Schicksal, sondern eine gesamtgesellschaftliche Herausforderung. Das Einsamkeitsbarometer 2024 verdeutlicht die Dringlichkeit: Während Personen über 75 Jahren stark betroffen sind, weist die Gruppe der 18- bis 29-Jährigen mit 14,1 % (2021) die höchste Belastung auf. Besonders betroffen sind zudem Frauen, pflegende Angehörige sowie LSBTIQ\*-Personen. Die Folgen sind gravierend: Chronische Einsamkeit erhöht das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Depressionen und Demenz. Zudem gefährdet sie den gesellschaftlichen Zusammenhalt, da einsame Menschen häufiger das Vertrauen in die Politik verlieren und anfälliger für Verschwörungserzählungen sind.

Neben persönlichen Umständen wirken vor allem raumbezogene Faktoren isolierend. Fehlende konsumfreie Begegnungsorte, mangelnde soziale Infrastruktur und die Vernachlässigung von Räumen für „passives Dabeisein“ erschweren informelle Kontakte. Urbane Räume sind oft entweder durch Lärm und Reizüberflutung überfordernd oder so funktional segmentiert, dass zufällige Begegnungen ausbleiben. Beides begünstigt den Rückzug ins Private und verstärkt die soziale Isolation. Obwohl Studien den Zusammenhang zwischen gebauter Umwelt und Einsamkeit belegen, fehlen bislang praxisnahe Leitlinien für Planung und Entwurf. Hier eröffnet sich ein wichtiges Handlungsfeld für die Urbanistik. Unsere Professur kann und muss durch die Gestaltung inklusiver, krisenfester Räume einen entscheidenden Beitrag leisten, um Einsamkeit proaktiv zu reduzieren und der sozialen Fragmentierung unserer Gesellschaft präventiv entgegenzuwirken.

Don't forget the second page!

# EMERGENCY MEASURES THEME REQUEST SHEET

## 4. How do you want to accomplish this? Which scientific or artistic methods do you want to use and with which partners do you want to work?

### Methoden:

- Literatur- und Fallstudienanalyse: Aufarbeitung des aktuellen Forschungsstandes zu urbaner Einsamkeit sowie Evaluierung bestehender Best-Practice-Projekte
- Akteursmapping: Systematische Erfassung bestehender Akteure im Stadtraum München, die Einsamkeit adressieren
- Räumliche Analyse: Wo besteht die höchste Priorität, aktiv zu werden? Welche räumlichen Faktoren begünstigen Einsamkeit? Wo bestehen Potenziale für räumliche Interventionen?
- Identifizierung von Fokusräumen: Auswahl und Kategorisierung von Interventionsräumen basierend auf der Analyse
- Strategieentwicklung: Übertragung der Analyseergebnisse in strategische Handlungsempfehlungen, konkrete Maßnahmen und Design-Vorschläge
- Räumliche Interventionen: Aktivierung der Bürgerschaft, Bewusstseinsbildung und Prototyping
- Interviews: Gespräche mit einsamkeitsbelasteten Gruppen, um subjektive Erlebnisse, Belastungen und Bedürfnisse verstehen
- Partizipativer Workshop: Einsatz von Emotional Mapping, um die emotionale Wahrnehmung des Stadtraums durch Betroffene visuell fassbar zu machen

### Partner:innen:

- Kooperation mit lokalen Initiativen, die Einsamkeit adressieren: z.B. "Freunde alter Menschen e. V.", "Ois inklusiv!", "Das Hallo Projekt", "Patenschaftsprojekt des Sub"
- Institutionelle Partner: Sozialreferat – Amt für soziale Sicherung, Seniorenzentren, Studierendenwerk München

## 5. Participants:

name	Matrikelnummer	e-Mail	program	semester
Lilian Ch. Schildt	03819932	lilian.schildt@tum.de	M. Sc. Urbanistik	2
Jessica Isaré Ubogu	03739605	jessica.ubogu@tum.de	M. Sc. Urbanistik	2
Johanna Charlotte Wiester	03814846	johanna.wiester@tum.de	M. Sc. Urbanistik	2

## 6. Are you open for more Participants?

yes  no

Der inhaltliche Schwerpunkt der Arbeit liegt auf städtischen Freiräumen. Architekturstudierende sind ausdrücklich willkommen, sollten jedoch ein besonderes Interesse an stadtplanerischen Fragestellungen und einem kontextbezogenen Arbeiten im urbanen Maßstab mitbringen.

## 7. Sent everything to [info.ud\(at\)ed.tum.de](mailto:info.ud(at)ed.tum.de)