

„(U25) Online-Suizidprävention“ aus Lingen gewinnt Wettbewerb für ein gesundes Miteinander in Niedersachsen

- **Ministerpräsident Lies und DAK-Gesundheit ehren Menschen für besonderes Engagement für Prävention und Gesundheitsförderung**
- **Sonderpreis Pflege geht nach Lilienthal**

Hannover, 7. November 2025. „Gesichter für ein gesundes Miteinander“: Unter diesem Motto haben bundesweit rund 500 Projekte und Initiativen an einem Wettbewerb für besonderes Gesundheits-Engagement teilgenommen. In Niedersachsen gewann das Projekt „(U25) Online-Suizidprävention“ aus Lingen den Landeswettbewerb 2025. Platz zwei ging an das Projekt „Akutbegleitung für Sternenealtern“ aus Achim. Den dritten Platz belegten die „Pinken Zitronen“ aus Hannover mit ihrem Projekt „Paddeln gegen Brustkrebs“. Der Sonderpreis Pflege ging an das Projekt aus Lilienthal „Begleitung von Menschen mit Demenz während eines Klinikaufenthaltes“. Unter der Schirmherrschaft von Niedersachsens Ministerpräsident Lies zeichnete die DAK-Gesundheit nun die Gewinnerinnen und Gewinner aus. Sozialminister Philippi gratulierte den Preisträgerinnen und Preisträgern per Videobotschaft.

Ministerpräsident Olaf Lies und Schirmherr der Kampagne, betonte: Ich freue mich sehr darüber, dass es in Niedersachsen zahlreiche Menschen und Vereine gibt, die tolle Ideen und Projekte zur Verbesserung der körperlichen und seelischen Gesundheit entwickeln und sich für ein gesundes Miteinander einsetzen. Die Preisträgerinnen und Preisträger des diesjährigen DAK-Wettbewerbs stehen einmal mehr dafür, dass Krisen und schwierige Situationen nicht allein bewältigt werden können, sondern dass Zusammenhalt, Unterstützung und Hilfe wichtig sind. Herzlichen Dank für das Engagement und herzlichen Glückwunsch!“

Sozialminister Dr. Andreas Philippi ehrte die Siegerinnen und Sieger per Videobotschaft und erklärte: „Wir brauchen in unserem Land Menschen wie Sie, die sich für ein gesundes Miteinander stark machen. Ihr Engagement wird durch diesen Wettbewerb sichtbar gemacht und Sie zeigen damit ihr Gesicht für ein gesundes Miteinander.“

Dirk Vennekold, Leiter der DAK-Landesvertretung Niedersachsen, betonte: „Die vielen Projekte in Niedersachsen machen deutlich: Zusammenhalt und Respekt sind das Herzstück unserer Gesellschaft. Unsere Landessiegerinnen und -sieger sind inspirierende Beispiele dafür, wie stark gelebte Solidarität unsere Gesundheit und ein gesundes Miteinander fördern.“

„(U25) Online-Suizidprävention“ – kostenlose Mailberatung für unter 25-Jährige in Krisen

Gesucht waren im fünften Wettbewerbsjahr Initiativen und Projekte, die sich in den Bereichen Gesundheit, Prävention sowie Pflege engagieren und so ein gesundes Miteinander fördern. Christina Jaspers reichte das Projekt „(U25) Online-Suizidprävention“ beim Wettbewerb ein und überzeugte die Landesjury. Das Projekt, mit dem Sitz in Lingen, ist eine online Mailberatung für Menschen bis 25 Jahren in suizidalen Krisen. Die Beratung ist vertraulich, kostenlos und unbefristet. Junge Menschen nutzen in Krisen und bei schambesetzten Themen, eher einen geschützten, anonymen „Raum“ als die örtlichen Beratungsstellen. Die Ratsuchenden werden von speziell geschulten Ehrenamtlichen beraten. Die Themen reichen von Alltagsproblemen, psychische Erkrankungen bis hin zu Trauma Erfahrungen. Christina Jaspers sagte über ihr Projekt: „Junge Menschen in Krisen und mit Suizidgedanken trauen sich oft nicht Kontakt zu konventionellen Beratungsstellen aufzunehmen, sondern melden sich eher bei anonymen und niedrigschwelligen Hilfsangeboten wie (U25). Auch wenn unsere Ehrenamtlichen häufig mit schwierigen und belasteten Situationen konfrontiert werden, begleiten sie die Ratsuchenden auch durch gute Phasen und bekommen viel Dankbarkeit zurück.“ Weitere Informationen unter <https://www.u25-emsland.de/>

Stefanie Gebers, von der Initiative „Akutbegleitung für Sternenealtern“ aus Achim, belegte mit dem Verein Platz zwei. Die Akutbegleitung bietet betroffenen Eltern dessen Kind vor, während oder direkt nach Geburt verstorben ist, psychosoziale und emotionale Unterstützung. Ehrenamtliche begleiten, trösten, hören zu und geben Orientierung in einer Ausnahmesituation. Viele der Ehrenamtlichen sind selbst betroffen und wissen, wie heilsam es sein kann, nicht allein zu sein. Weitere Informationen unter <https://www.sternenelternachim.de/>.

Die auf Platz drei gewählte Initiative der „Pinken Zitronen“ aus Hannover „Paddeln gegen Brustkrebs“ unterstützt junge Brustkrebspatientinnen während und nach der Krebstherapie mit Drachenboot fahren. Mit gemeinsamen Unternehmungen, Workshops, Sportangeboten und Aktionen wird Abwechslung und Lebensfreude in den Therapiealltag gebracht. Weitere Informationen unter <http://www.pinkezitronen.de/>.

Sonderpreis Pflege für Projekt aus Lilienthal

Einen herausragenden Beitrag für ein gesundes Miteinander leistet nach Jury-Ansicht auch ein Projekt, das die Pflege in den Mittelpunkt stellt.

Petra Reiß von der „Alzheimer Gesellschaft Lilienthal und Umzu e.V.“ hat mit dem Projekt „Begleitung von Menschen mit Demenz während eines Klinikaufenthaltes“ eine Möglichkeit geschaffen, Menschen mit Demenz während ihres Aufenthaltes im Krankenhaus zu begleiten. Durch eine der Demenz angepassten Begleitung werden überfordernde Situationen während des Krankenhausaufenthaltes vermindert oder gar verhindert. Im Fokus steht die Abwechslung vom Krankenhausaufenthalt und Ablenkung von der akuten Erkrankung. Es wird außerdem vorgelesen, gesungen, Spiele gespielt oder sich unterhalten. Dafür erhält das Projekt den Sonderpreis Pflege. Weitere Informationen unter <https://www.alzheimer-gesellschaft-lilienthal.de/>

Im Dezember kürt eine namhafte Bundesjury um DAK-Vorstandschef Andreas Storm aus den Gewinnerprojekten aller Bundesländer die Bundessiegerinnen und -sieger.

Die DAK-Gesundheit ist mit 5,5 Millionen Versicherten eine der größten Krankenkassen in Deutschland. Sie war mit ihrem Wettbewerb „Gesichter für ein gesundes Miteinander“ auch beim diesjährigen Bürgerfest des Bundespräsidenten in Berlin vertreten. Weitere Informationen zu den Preisträgerinnen und Preisträgern 2025 gibt es unter: www.dak.de/gesichter.