

Initiative „Tanz mit dem Rollator“ der Diakonie Bremerhaven gewinnt Wettbewerb für ein gesundes Miteinander in Bremen

DAK-Gesundheit und Bürgermeister Bovenschulte ehren Menschen für besonderes Engagement für Prävention und Gesundheitsförderung

Bremen, 12. November 2025. „Gesichter für ein gesundes Miteinander“: Unter diesem Motto haben bundesweit rund 500 Projekte und Initiativen an einem Wettbewerb für besonderes Gesundheitsengagement teilgenommen. Die Initiative „Tanz mit dem Rollator“ aus Bremerhaven gewann den Landeswettbewerb 2025. Platz zwei ging an den Verein Brynja e.V. aus Bremen, mit dem Projekt „Raum für Psyche und Gesundheit“. Den dritten Platz belegte das Projekt „Bremen bunt gemixt“. Der Sonderpreis Pflege geht an die Initiative „Gesund leben in Vielfalt – Pflege neu denken“. Die DAK-Gesundheit zeichnete gestern die Gewinnerinnen und Gewinner aus.

Bremens Bürgermeister Andreas Bovenschulte, der Schirmherr der Kampagne ist, betont: "Unsere Gesundheit ist uns allen wichtig. Und wohl jede und jeder hat Ideen, was es dafür zu tun gilt. Doch die meisten merken schnell: Allein im stillen Kämmerlein klappt es selten. In der Gemeinschaft geht das besser. Die ausgezeichneten Projekte stehen für genau diesen Gedanken. ‚Tanz mit dem Rollator‘ macht aus der Gehhilfe für Menschen, denen vieles, aber sicher kein sportliches Engagement mehr zugetraut wird, ein Sportgerät. Ein grandioser Ansatz, gesellschaftspolitisch wie auch – natürlich – gesundheitlich. Gratulation! Als Fitnessstudio für die Seele lässt sich das Angebot ‚Raum für Psyche und Gesundheit‘ bezeichnen. Denn die Psyche ist für unser Wohlbefinden ebenso wichtig wie jedes Körperteil. Vor allem jüngere Menschen, die irgendetwas aus der Kurve trägt oder belastet, bekommen hier in unterschiedlichen Formaten Unterstützung.

Inklusion und Prävention finden schließlich bei ‚Bremen bunt gemixt‘ eine wundervolle Kombination. Barkeeperinnen und Barkeeper mit und ohne Beeinträchtigungen mixen alkoholfreie Drinks bei öffentlichen Veranstaltungen. Da ergeben sich gute Gespräche über wichtige Themen

wie von selbst. Und dass Sexualität und geschlechtliche Vielfalt allein wegen eines pflegerischen Bedarfs nicht an ihrer Bedeutung verlieren, liegt auf der Hand. Das Überraschende an den Ansätzen der mit dem Sonderpreis ausgestatteten 'vielfältig GmbH' ist daher, dass sie nicht längst Standard in der Pflege sind. Mein Dank gilt allen an diesen vier Projekten und ich wünsche weiter viel Erfolg."

Michael-Niklas Rühle, Leiter der DAK-Landesvertretung Bremen, erklärt: „Auch im fünften Jahr unseres Wettbewerbes wird erneut deutlich, dass Zusammenhalt und ein gutes Miteinander von zentraler Bedeutung für unsere Gesellschaft sind. Ehrenamtliche halten unsere Gesellschaft zusammen, mit Respekt, Solidarität und Herz. Sie zeigen, was ein gesundes Miteinander wirklich bedeutet. Unsere Landessiegerinnen und -sieger sind mit ihren bemerkenswerten Projekten würdige Gesichter für ein gesundes Miteinander.“

Fit durch Tanz mit dem Rollator

Gesucht waren im vierten Wettbewerbsjahr Menschen, die sich in den Bereichen Gesundheit, Prävention und Pflege engagieren und so ein gesundes Miteinander fördern. Den ersten Platz belegte das Projekt „Tanz mit dem Rollator“. Mit dem besonderen Bewegungsprojekt wird der Rollator neu entdeckt, nicht nur als Gehhilfe, sondern als Sportgerät. Nach einer Einführung zur richtigen Einstellung des Rollators trainieren die Teilnehmenden zu Musik Kraft, Koordination und Gleichgewicht. Im Mittelpunkt stehen Freude an Bewegung, Gemeinschaft und Lebenslust. Der Rollator wird zum Symbol für Aktivität und Selbstbestimmung im Alter. Weitere Informationen gibt es hier diakonie-bhv.de/tanzmitrollator

Den zweiten Platz belegte der Verein Brynja e.V. mit dem Projekt „Raum für Psyche und Gesundheit“. Mit dem Angebot bietet der Verein einen geschützten Raum für mentale Gesundheit, Selbsthilfe und Gemeinschaft. In vielfältigen Gruppenangeboten, die Körper und Geist verbinden, finden vor allem junge Erwachsene in belastenden Lebensphasen Unterstützung. Mit der Arbeit der 40 Ehrenamtlichen möchte der Verein mehr Verständnis, Offenheit und mentale Gesundheit in der Gesellschaft fördern. Informationen zu der Initiative unter brynja-raum.de

Auf den dritten Platz schaffte es die Aktion „Bremen bunt gemixt“. Beim Verein Martinsclub Bremen e.V. gestalten ehrenamtliche BarkeeperInnen mit und ohne Behinderung öffentliche Veranstaltungen aktiv mit. Sie bieten alkoholfreie Drinks an und setzen auf suchpräventive Aktionen. Ziel ist die Begegnung auf Augenhöhe, gesellschaftliche Teilhabe und die Stärkung der Teilnehmenden, damit sie selbst aktiv mitgestalten und Verantwortung übernehmen können. In Zusammenarbeit mit der ambulanten Suchthilfe wird fachliche Qualität gewährleistet, Barrieren werden abgebaut und inklusive Räume geschaffen. Weitere Informationen finden Sie hier martinsclub.de

Sonderpreis Pflege für „Gesund leben in Vielfalt“

Einen herausragenden Beitrag für ein gesundes Miteinander leistet nach Jury-Ansicht auch ein Projekt, das die Pflege in den Mittelpunkt stellt. Mit dem Projekt „gesund leben in Vielfalt“ startet die vielfältig. GmbH, Deutschlands erster ambulanter Pflegedienst mit Schwerpunkt auf Sexualität und geschlechtlicher Vielfalt, eine Initiative, die Pflege, Gesundheit und Diversität innovativ verbindet. Dafür erhält das Projekt den Sonderpreis Pflege.

Das Projekt richtet sich an Menschen im Pflegeumfeld wie beispielsweise Pflegebedürftige, Angehörige, Wahlfamilien und Pflegefachpersonen. Es setzt sich für ein ganzheitliches Verständnis von Gesundheit ein. Im Fokus stehen pflegebedürftige Menschen, insbesondere LGBTQIA+ Personen. Ziel ist der Aufbau von Strukturen, die Vielfalt selbstverständlich mitdenken, Respekt und Rücksichtnahme in der Pflege fördern und pflegende Angehörige stärken. Mehr Informationen zum Projekt gibt es hier [vielfältig. GmbH – Pflege in allen Facetten. | Bremen](#)

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

Die DAK-Gesundheit ist 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