

[U25] – Online-Suizidprävention aus Hammerbrook gewinnt Wettbewerb für ein gesundes Miteinander in Hamburg

DAK-Gesundheit und Staatsrat Tim Angerer ehren Menschen für besonderes Engagement für Prävention und Gesundheitsförderung

Hamburg, 17. November 2025. „Gesichter für ein gesundes Miteinander“: Unter diesem Motto haben bundesweit rund 500 Projekte und Initiativen an einem Wettbewerb für besonderes Gesundheitsengagement teilgenommen. Das Projekt [U25] aus Hammerbrook gewann den Landeswettbewerb 2025. Platz zwei ging an die „KALLE Beratungsstelle“ aus St. Georg. Den dritten Platz belegte die Initiative „Alzheimer Telefon“ aus Wandsbek. Der Sonderpreis Pflege geht an „Radeln mit LUISA und ELISA“ aus Eppendorf. Die DAK-Gesundheit zeichnete die Gewinnerinnen und Gewinner aus.

Staatsrat Tim Angerer, der Schirmherr der Kampagne ist, betont: „Gesundheit und gesellschaftlicher Zusammenhalt sind untrennbar miteinander verbunden. Als Sozialbehörde ist es unser Ziel, allen Menschen die Möglichkeit zu geben, gleichberechtigt am gesellschaftlichen Leben teilzuhaben – unabhängig vom Gesundheitszustand oder dauerhaften Beeinträchtigungen. Besonders wichtig ist es auch, diejenigen zu stärken, die sich ehrenamtlich für andere einsetzen und Verantwortung übernehmen. Gerade im Bereich der Gesundheitsförderung sowie in der Versorgung und Pflege sind es oft die Ehrenamtlerinnen und Ehrenamtler, die mit ihrem Einsatz Projekte und Hilfsangebote erst möglich machen. Deshalb begrüße ich es sehr, dass der DAK-Wettbewerb ehrenamtliches Engagement dieser Handlungsfelder in Hamburg sichtbar macht. In diesem Jahr feiern wir bereits das fünfjährige Bestehen dieses bedeutsamen Wettbewerbs. Es ist mir eine große Freude, auch in diesem Jubiläumsjahr wieder die Schirmherrschaft zu übernehmen und bin gespannt auf die inspirierenden Projekte, die uns erwarten.“

Jens Juncker, Leiter der DAK-Landesvertretung Hamburg, erklärt: „Auch im fünften Jahr unseres Wettbewerbs wird erneut deutlich, dass Respekt und Solidarität das Fundament eines gesunden Miteinanders sind. Wir alle tragen Verantwortung füreinander, denn nur gemeinsam können wir eine Gesellschaft gestalten, in der jeder Mensch gesehen und wertgeschätzt wird.“

[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. Nina von Ohlen reichte das Projekt [U25] Online-Suizidprävention beim Wettbewerb ein und überzeugte die Landesjury. Das in Hamburg ansässige Projekt bietet eine Online-Mailberatung für junge Menschen bis 25 Jahre, die sich in suizidalen Krisen oder seelischen Belastungssituationen befinden. Die Beratung ist vertraulich, kostenlos und zeitlich unbefristet. Vielen junge Menschen suchen in Krisenzeiten oder bei schambesetzten Themen lieber Unterstützung in einem geschützten und anonymen digitalen Raum. Statt sich direkt an eine örtliche Beratungsstelle zu wenden. Bei [U25] werden junge Menschen von engagierten und speziell geschulten Ehrenamtlichen beraten, die ihnen auf Augenhöhe begegnen. Die Anliegen sind vielfältig und reichen von Alltagsproblemen und seelischen Belastungen bis zu Erfahrungen mit psychischer Krankheit oder Trauma. Nina von Ohlen sagte über ihr Projekt: „Wir schaffen einen Raum, in dem junge Menschen sich trauen, ehrlich über ihre tiefsten Gedanken zu sprechen und das anonym, sicher und verstanden. Es ist wichtig, jemanden zu haben, der einfach zuhört. Die Dankbarkeit der Ratsuchenden zeigt uns täglich, wie wichtig unsere Arbeit ist.“ Weitere Informationen unter www.u25-hamburg.de

Die „KALLE Beratungsstelle“ des Vereins Sucht & Wendepunkt e.V. aus St. Georg belegte Platz zwei. Etwa jedes fünfte Kind in Deutschland wächst mit einem suchtkranken Elternteil auf. Diese Kinder tragen oft zu früh Verantwortung, erleben Vernachlässigung oder Gewalt und leiden unter den Folgen eines suchtbelasteten Familienlebens. Seit 2023 bietet die Beratungsstelle einen sicheren Ort für betroffene Kinder und ihre Angehörigen. Hier finden sie Unterstützung, Beratung und Wege, um Belastungen zu bewältigen und eine selbstbestimmte Zukunft zu entwickeln. Ziel ist es, Kinder zu stärken und ihnen Mut für einen eigenständigen Lebensweg zu geben. Weitere Informationen zu der Initiative unter www.kalle-beratungsstelle.de

Die auf Platz drei gewählte Initiative „Alzheimer-Telefon“ aus Wandsbek ist eine Anlaufstelle für Menschen, die Fragen oder Sorgen im Umgang mit Demenz haben. Seit über 20 Jahren engagieren sich ehrenamtliche Gesprächspartnerinnen und -partner, die selbst Erfahrung im Umgang mit Demenz besitzen, sei es als Angehörige, Betroffene oder durch ihre Arbeit

in Selbsthilfegruppen. Sie hören zu, geben Orientierung und vermitteln bei Bedarf Kontakte zu regionalen Unterstützungsangeboten oder professionellen Stellen. Das Angebot ist vertraulich, kostenfrei und anonym. Weitere Informationen gibt es hier www.alzheimer-hamburg.de

Sonderpreis Pflege für „Radeln mit LUISA und ELISA“

Einen herausragenden Beitrag für ein gesundes Miteinander leistet nach Jury-Ansicht auch das Projekt „Radeln mit LUISA und ELISA“. Die über 20 ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Eppendorfer Soziokultur e.V. bringen seit 2021 Seniorinnen und Senioren in Hamburg-Eppendorf in Bewegung. Mit zwei E-Bike-Rikschas ermöglichen sie älteren und mobilitätseingeschränkten Menschen kostenlose Ausfahrten durch ihr Viertel. Mit ihrer Aktion wird die gesellschaftliche Teilhabe gefördert und soziale Isolation im Alter entgegengewirkt. Dafür erhält das Projekt den Sonderpreis Pflege. Information zum Projekt sind hier www.martinierleben.de/rikscha

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

Die DAK-Gesundheit ist die drittgrößte Krankenkasse 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