DAK Gesundheit

Pressemeldung

HESSEN

Sandra Scheuring | Wächtersbacher Str. 89 | 60386 Frankfurt
Tel: +49 (0) 69 98559131135 | Mobil: + 49 (0) 175 3470834 | E-Mail: sandra.scheuring@dak.de

„46von100“ aus Kassel gewinnt Landeswettbewerb für ein gesundes Miteinander in Hessen

- **Ministerpräsident Rhein und DAK-Gesundheit zeichnen besonderes Engagement für Gesundheit, Pflege und Prävention aus**
- **Der Sonderpreis Pflege geht nach Wölfersheim im Wetteraukreis**

Frankfurt, 12. November 2026. „Gesichter für ein gesundes Miteinander“: Unter diesem Motto haben sich bundesweit zahlreiche Projekte und Initiativen an einem Wettbewerb für besonderes Gesundheits-Engagement beteiligt. In Hessen überzeugte das Projekt „46von100“ aus Kassel die Landesjury und sicherte sich den ersten Platz beim Landeswettbewerb 2026. Platz zwei ging an die „Tiergestützte Trauerbegleitung“ der Johanniter aus Rödermark. Den dritten Platz belegte das Projekt „Kommt, lasst uns in Bewegung kommen“ des Vereins piano e.V. aus Kassel. Den Sonderpreis Pflege gewann das Haus Atemzeit aus Wölfersheim. Hessens Ministerpräsident Boris Rhein hat die Schirmherrschaft des Wettbewerbs übernommen. Im Wiesbadener Rathaus wurden nun die Gewinnerinnen und Gewinner ausgezeichnet.

Hessens Ministerpräsident und Schirmherr der Kampagne in Hessen, Boris Rhein, betont: „Der Wettbewerb ‚Gesichter für ein gesundes Miteinander‘ macht sichtbar, wie körperliche und mentale Gesundheitsförderung aussehen kann und wie wichtig Zusammenhalt und ein wertschätzender Umgang für unsere Gesundheit sind. Die hessischen Preisträgerinnen und Preisträger zeigen auf beeindruckende Weise, wie viel jeder Einzelne für ein gutes und gesundes Zusammenleben beitragen kann. Ihr Engagement macht Mut und ist ein starkes Beispiel für gesellschaftlichen Zusammenhalt im Alltag. Ich bin sehr stolz darauf, dass sich in Hessen so viele Ehrenamtliche für Gesundheitsförderung, Pflege und Prävention einsetzen. Mit ihrem Engagement leisten sie einen wertvollen Beitrag zur gesellschaftlichen Teilhabe. Als Schirmherr des Wettbewerbs gratuliere ich allen Gewinnerinnen und Gewinnern sehr herzlich und danke ihnen für ihren wichtigen Einsatz.“

Britta Dalhoff, Leiterin der DAK-Landesvertretung Hessen, ergänzt: „Die zahlreichen Bewerbungen zeigen eindrucksvoll, wie vielfältig sich Menschen in Hessen für Gesundheit, Zusammenhalt und gegenseitige Unterstützung engagieren. Wir alle tragen Verantwortung für ein Zusammenleben, das nicht krank macht. Die ausgezeichneten Projekte zeigen in besonderer Weise einen Beitrag für ein gesundes Miteinander in unserer Gesellschaft."

Kasseler Projekt gegen Einsamkeit junger Menschen überzeugt Jury
Im mittlerweile sechsten Wettbewerbsjahr haben sich bundesweit rund 350 Projekte und Initiativen beworben, die Gesundheit, Prävention oder Pflege mit gesellschaftlichem Engagement verbinden. Den Landessieg in Hessen erzielte das Projekt „46von100" aus Kassel. Es ist eine Kooperation von „Hier im Quartier" im Kulturzentrum Schlachthof und der Katholischen Hochschulgemeinde. Der Name ist Programm: Laut einer Bertelsmann-Studie aus dem Jahr 2024 fühlen sich 46 Prozent der jungen Menschen zwischen 16 und 30 Jahren regelmäßig einsam. Über die Website 46von100.de sammelt das Projektteam Geschichten und Erfahrungsberichte junger Menschen zum Thema Einsamkeit. Daraus entstehen wechselnde Plakate auf dem Campus der Universität Kassel, die das Thema enttabuisieren und mit Klischees brechen. Im zweiten Schritt entwickelt das Team gemeinsam mit der Zielgruppe offene Begegnungsformate – von der Pralinenwerkstatt über einen Linoldruck-Workshop bis zur Reihe „Boot & Brot", bei der die Teilnehmenden gemeinsam Kanu fahren und anschließend zusammen zu Abend essen. „Junge Menschen werden als Betroffene häufig übersehen und nicht ernst genommen, obwohl gerade ihre Lebenssituation mit beruflichen Neubeginnen ein erhöhtes Einsamkeitsrisiko bedeutet. Deshalb entwickeln wir unsere Angebote gemeinsam mit denen, die uns ihre Geschichten anvertrauen. Einsamkeit präventiv zu begegnen und Isolation zu überwinden, fördert ein gutes und gesundes Leben in Gemeinschaft", sagt der Projektverantwortliche Daniel Krooß. Weitere Informationen zum Projekt unter www.46von100.de

Den zweiten Platz belegte die „Tiergestützte Trauerbegleitung" von Lacrima, dem Trauerbegleitungsangebot der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. in Rödermark. Das spendenfinanzierte Projekt richtet sich an Kinder und Jugendliche mit und ohne Behinderung in schwierigen Lebenssituationen. Gemeinsam mit dem ausgebildeten Therapiebegleithund Coffy begleitet das Team um Christina Homann Trauernde behutsam durch belastende Lebensphasen. Der Hund wird dabei oft zum stillen Türöffner: Durch ihn fällt es leichter, Gefühle zu zeigen und ins Gespräch zu kommen. In den Gruppen entsteht Verbundenheit, im Einzelkontakt gelingt häufig ein erster Schritt aus der Sprachlosigkeit. „Coffy ist da, wenn Worte fehlen. Er hört zu, ohne zu werten, und schenkt Nähe, Ruhe und Vertrauen", sagt Christina Homann. „Besonders für Kinder, Jugendliche und Menschen mit Einschränkungen eröffnet er Zugänge, die über Worte hinausgehen. Die Erfahrungen zeigen, wie wertvoll diese Arbeit ist. Kinder fassen schneller

Vertrauen, öffnen sich behutsam und erleben sich selbst wieder als wirksam. Mit ihm an ihrer Seite fällt es ihnen leichter, über Gefühle zu sprechen, Trauer zuzulassen, aber auch wieder zu lachen und unbeschwerte Momente zu erleben."
Weitere Informationen zum Projekt unter www.johanniter.de/juh/lv-hrs/rv-offenbach/unsere-standorte-und-einrichtungen-im-regionalverband-offenbach/standorte-einzelansicht/lacrima-rodgau-3830/

Auf Rang drei landete die Initiative „Kommt, lasst uns in Bewegung kommen" des Vereins piano e.V. aus Kassel. Sie engagiert sich für ältere Menschen und setzt dabei auf gemeinsame Bewegung. Das kostenfreie Angebot nahm im Stadtteiltreff Kassel Mitte seinen Anfang. Unter Anleitung der lizenzierten Gesundheitstrainerin Andrea Frömming stehen Mobilisierungsübungen für die Gelenke und moderate Muskelübungen im Mittelpunkt, ergänzt durch Sturzprophylaxe und Entspannung. Ebenso wichtig sind die sozialen Kontakte – denn wer gemeinsam in Bewegung bleibt, beugt auch Vereinsamung im Alter vor. „Es ist offensichtlich, dass der physische und psychische Alterungsprozess heute später beginnt. Daher ist es so wichtig und sinnvoll, Gesundheitsprävention zu leben und Menschen im Alter zu motivieren, sich zu bewegen und etwas für Ihre Gesundheit zu tun. Bewegt bleiben bis ins hohe Alter ist möglich. Mit unserem Projekt leben wir ‚gesundes Miteinander'", sagt Andrea Frömming. Weitere Informationen zum Projekt unter www.piano-kassel.de.

Sonderpreis Pflege für Projekt Atemzeit aus Wölfersheim
Einen besonderen Akzent für ein gesundes Miteinander setzte nach Jury-Ansicht ein Projekt, das die Pflege in den Mittelpunkt stellt. Ausgezeichnet wurde das Projekt „Wenn Kinder wieder atmen lernen und Familien endlich aufatmen dürfen" des Hauses Atemzeit aus Wölfersheim. Die Einrichtung ist nach eigenen Angaben deutschlandweit einzigartig in der ambulanten, häuslichen Beatmungsentwöhnung von Kindern. Ein Team aus Pflege, Pädagogik, Ergo- und Physiotherapie, Logopädie und Ehrenamt begleitet jedes Kind. Genauso wichtig sind die Eltern: In Schulungen lernen sie den sicheren Umgang mit dem Beatmungsgerät und erkennen Notfälle frühzeitig. So gelingt es, Rückverlegungen auf die Intensivstation zu vermeiden und Familien dauerhaft ein Leben zu Hause zu ermöglichen. Seit 2016 hat das Team 90 Familien begleitet. 70 Prozent der Kinder sind teilweise oder vollständig von der Beatmung entwöhnt, 75 Prozent benötigen zu Hause keine weitere Unterstützung mehr. „Vor allem aber gewinnen die Familien ein Stück Freiheit zurück: Sie gehen mit ihrem Kind in den Zoo, auf den Spielplatz, in den Supermarkt – mitten hinein ins Leben. Technisch ist vieles möglich, die wahren Grenzen entstehen im Kopf", sagt Anett Wiese, Gründerin und Vorsitzende des Hauses Atemzeit. Weitere Informationen zum Projekt unter https://atemzeit.org/haus-atemzeit.

Im Dezember kürt eine namhafte Bundesjury um DAK-Vorstandschef Andreas Storm aus den Gewinnerprojekten aller Bundesländer die Bundessiegerinnen und -sieger. Schirmherrin des bundesweiten Wettbewerbs „Gesichter für ein gesundes Miteinander“ ist Bundesfamilienministerin Karin Prien. Weitere Informationen zu den ausgezeichneten Initiativen gibt es unter **www.dak.de/gesichter.**