

Presseinfo

Erfolgreicher Auftakt für „Bewegt studieren!“ – 40 Projekte starten bundesweit in die Umsetzungsphase

(5. März 2026) Mit einer zweitägigen Auftaktveranstaltung am 3. und 4. März 2026 in Tübingen ist die neue Förderphase der Initiative „Bewegt studieren!“ offiziell gestartet. Rund 90 Vertreterinnen und Vertreter aus ganz Deutschland kamen zusammen, um ihre Projekte vorzustellen, sich zu vernetzen und gemeinsame Perspektiven für ein nachhaltiges Gesundheitsmanagement an Hochschulen zu entwickeln. Die Initiative wird vom Allgemeinen Deutschen Hochschulsportverband (adh) gemeinsam mit der Techniker Krankenkasse (TK) getragen und ist auf vier Jahre angelegt. Ziel ist es, Gesundheitsförderung und Prävention im Setting Hochschule systematisch zu stärken und nachhaltige Strukturen zu etablieren.

33 Einzel- und sieben Verbundprojekte beteiligt

Insgesamt nehmen bundesweit 33 Einzelprojekte sowie sieben hochschulübergreifende Verbundprojekte an der aktuellen Förderphase teil. Die geförderten Vorhaben von insgesamt 49 adh-Mitgliedshochschulen greifen zentrale gesellschaftliche und hochschulpolitische Herausforderungen auf und bündeln sich insbesondere in vier thematischen Schwerpunkten:

- Mentale Gesundheit
- Klima und Gesundheit
- Gesunde und bewegte Lehre
- Kulturentwicklung und Sensibilisierung auf dem Weg der Verstetigung

Die Bandbreite reicht von niedrigschwelligen Bewegungsangeboten zur Förderung des psychischen Wohlbefindens über Konzepte zur bewegten Hochschullehre bis hin zu strategischen Ansätzen zur nachhaltigen Verankerung von Gesundheit in Leitbildern und Organisationsstrukturen.

Vernetzung als Schlüssel

Im Fokus der Auftaktveranstaltung standen interaktive Austauschformate sowie verschiedene Impulse aus der Praxis. Im Rahmen eines World-Cafés diskutierten die Teilnehmenden zu „Bewegter Lehre“, „Mentaler Gesundheit“, „Naturerleben und Gesundheit“ sowie „Kulturentwicklung“. Am zweiten Veranstaltungstag wurden aus diesen Themenfeldern feste Cluster für regelmäßige digitale Austauschformate gebildet. So können wertvolle Synergien genutzt und der kontinuierliche Austausch sowie die Entwicklung innovativer Ansätze während der Umsetzungsphase gezielt gefördert werden.

Hochschulisches Gesundheitsmanagement strategisch verankern

Markus Kerkhoff, Projektverantwortlicher für die gemeinsame Initiative bei der TK, betonte die strukturelle Dimension der Förderung: „Mit ‚Bewegt studieren!‘ schaffen wir gemeinsam mit dem adh tragfähige Strukturen für ein wirksames Gesundheitsmanagement an Hochschulen. Unser Ziel ist es, Bewegung und Gesundheit als selbstverständlichen Bestandteil des Hochschulalltags zu etablieren und die Hochschulen in ihrer Rolle als gesundheitsfördernde Lebenswelt nachhaltig zu stärken.“

Auch seitens des adh wurde die strategische Bedeutung hervorgehoben. adh-Vorstandsmitglied Paul Nentwig erklärte: „Die große Resonanz zeigt, wie hoch der Bedarf und die Motivation in den Hochschulen sind. Mit 40 Projekten setzen wir ein starkes Signal für die Studierendengesundheit. Entscheidend ist nun, die entwickelten Ansätze nicht nur umzusetzen, sondern langfristig in Strukturen, Kultur und Lehre zu verankern.“

Nachhaltige Perspektive

Seit 2016 unterstützt die gemeinsame Initiative von adh und TK bisher über 120 Projekten an adh-Mitgliedshochschulen bundesweit dabei, Bewegungsförderung und gesundheitsbezogene Strukturen systematisch auszubauen. Mit dem Auftakt in Tübingen beginnt nun eine neue Phase, in der innovative Modelle weiterentwickelt, wissenschaftliche Erkenntnisse integriert und erfolgreiche Ansätze langfristig verstetigt werden sollen. Die Auftaktveranstaltung machte deutlich: Gesundheitsförderung im Hochschulkontext ist ein gemeinsamer Kulturentwicklungsprozess. „Bewegt studieren!“ setzt dafür bundesweit Impulse – bewegend, vernetzend und nachhaltig.

Fotos zur kostenlosen redaktionellen Nutzung

Weitere Infos

Kontakt adh

Julia Frasch
Öffentlichkeitsreferentin
Tel.: +49 163 2086114
E-Mail: frasch@adh.de

Lisa Jung
Projektleiterin Gesundheit
Tel.: +49 6071 208624
E-Mail: jung@adh.de