



Ausschreibung Einzelprojekte

Initiative: Bewegt studieren!

Bundesweite Förderung von Projekten zur Bewegungs- und Gesundheitsförderung an Hochschulen

Im Zuge der Entwicklungen in der Gesundheitspolitik und der großen Dynamik der gemeinsamen Initiative von adh und TK „Bewegt studieren – Studieren bewegt!“ unterstützen wir seit 2017 adh-Mitgliedshochschulen maßgeblich auf dem Weg zur Lebenswelt Gesunde Hochschule. Der adh und die TK möchten ihr starkes Engagement im Bereich des Gesundheitsmanagements an Hochschulen weiter ausbauen. Hierbei sollen die gewonnenen Erfahrungen und Rückmeldungen seit dem Beginn der Kooperation im Dezember 2016 genutzt und neue thematische Schwerpunkte gesetzt werden. Ebenso sollen die positiven Entwicklungen hinsichtlich der Wahrnehmung, Rolle und Selbstverständnis des Hochschulsports weiter forciert werden. Insgesamt konnten deutschlandweit bereits 75 Projekte an 58 Hochschulsporteinrichtungen umgesetzt und sieben begleitende Veranstaltungen sowie zwei Durchgänge der Qualifizierungsreihe Gesundheitsmanagement im und durch den Hochschulsport durchgeführt werden.

Was ist neu bei **Bewegt studieren!**

Im Rahmen der neuen Kooperation gibt es diesmal die Möglichkeit, sich für eine Einzelförderung und/oder Verbundprojektförderung zu bewerben. Zudem steht im Fokus dieser Initiative die Bewegungsförderung von Studierenden im Hochschulalltag in Verbindung mit neu gesetzten Schwerpunktthemen wie beispielsweise mentale Gesundheit.

Phase	Zeitraum	Details
Bewerbungszeitraum	01. Juni 2025 – 12. Sept 2025	Projektskizzen müssen bis zum 12. September 2025 als PDF per Mail an gesundheit@adh.de eingereicht werden.
Digitale Infoveranstaltung	02. Juli 2025 & 20. August 2025	Zwei digitale Infoveranstaltung (optional) mit der Möglichkeit für interessierte Hochschulen an adh und TK, Fragen zum Projektantrag abzusprechen.
Bewertungszeitraum	15. Sept 2025 – 28. Nov 2025	Steuergremium prüft die Bewerbungen und entscheidet über Förderung.
Rückmeldung	Bis 12. Dez 2025	Schriftliche Benachrichtigung per Mail über Auswahlverfahren und Förderbescheid.
Auftaktveranstaltung	Mitte März 2026	Einführung und Vernetzung der Projekthochschulen im Rahmen einer Präsenzveranstaltung.

Phase	Zeitraum	Details
Projektumsetzung	1. April 2026 – 31. März 2028	In diesem Zeitraum erfolgt die Umsetzung der Projekte an den Hochschulen.
Zwischenbilanztagung	Sept 2027	Austauschmöglichkeit und Vernetzung zu aktuellen Entwicklungen & Meilensteine im Rahmen einer Präsenzveranstaltung.
Projektabschluss/ Evaluation	1. Juni 2028	Bis 1. Juni sollen die Projekte final evaluiert, nachbereitet und die Dokumentation abgeschlossen und dem adh zugesendet sein.
Abschlussveranstaltung	Sept 2028	Rückblick, Evaluation und Ausblick im Rahmen einer Präsenzveranstaltung.

Ziel der Einzelprojekt-Förderung

Ziel ist es partizipatorische Modelle zur nachhaltigen Bewegungsförderung von Studierenden sowie Mitarbeitenden an Hochschulen – wissenschaftlich fundiert – weiterzuentwickeln, zu verstetigen und neu zu denken. Hierbei sollen jüngere Forschungsergebnisse zu den psychosozialen Wirkungsweisen von Sport und Bewegung sowie die Erfahrungen aus bereits durchgeführten Projekten berücksichtigt werden, um diese für die Konzeption und Ausarbeitung niederschwelliger bewegungsorientierter Angebote für die Zielgruppen zu nutzen.

Schwerpunktthemen für eine Förderung

Im Zentrum des eingereichten Projekts sollte mindestens eines der folgenden Schwerpunktthemen stehen. Gerne können auch mehrere Schwerpunkte miteinander verknüpft werden, um Synergien zu schaffen. Unabhängig von der Schwerpunktwahl muss dabei stets die Förderung von Bewegung integraler Bestandteil des Projekts sein.

1. **Mentale Gesundheit:** Förderung von Programmen zur Unterstützung der mentalen Gesundheit von Studierenden und Mitarbeitenden durch körperliche Aktivität.
2. **Klima und Gesundheit:** Initiativen zur Verbindung von Klimaschutz und Gesundheitsförderung, z.B. durch umweltfreundliche Bewegungsangebote.
3. **Gesunde und bewegte Lehre:** Entwicklung und Implementierung von gesundheitsförderlichen Lehrinhalten an der Hochschule zur Kompetenzerweiterung und Schlüsselqualifikation von Studierenden.

Wer kann ein Projekt einreichen?

- Interessierte adh-Mitgliedshochschulen, die noch keine oder wenig Erfahrung im Bereich der Gesundheitsförderung und im Rahmen der bisherigen Initiative gesammelt haben.
- adh-Mitgliedshochschulen, die bereits Erfahrung mit partizipatorischen Konzepten des Gesundheitsmanagements haben und beispielsweise innerhalb der Initiative „Bewegt studieren – Studieren bewegt!“ gefördert wurden.
- Interessierte Nichtmitgliedshochschulen, die sich für die Förderung der Gesundheit an Hochschulen engagieren möchten und bis zum Zeitpunkt des Förderbeginns (bis spätestens 1. März 2026) dem adh als Mitglied beitreten.

Ebenso können Studierende eigenständig Projektideen entwickeln, sich zusammenschließen und bewerben, sofern sie die genannten Voraussetzungen erfüllen und der Hochschulsport in die Umsetzung eingebunden ist. Damit wird die Möglichkeit geschaffen, dass studentische Initiativen direkt als Ideengeber und Antragsteller auftreten können, solange die enge Zusammenarbeit mit dem Hochschulsport und die Einbindung in die Koordinierungsstruktur gewährleistet sind.

Darüber hinaus wird die studentische Partizipation in den Einzelprojekten durch ein Bonussystem weiter vorangetrieben und fokussiert. Gelingt die Partizipation von Studierenden in Form von Mitwirkung im Projektkernteam, gibt es eine entsprechende Aufstockung der Fördersumme:

- 4 beteiligte Studierende: 5.000€
- 3 beteiligte Studierende: 3.000€
- 2 beteiligte Studierende: 2.000€

Die Projekte müssen nicht zwingend vom Hochschulsport selbst eingereicht werden, sondern können ebenso federführend aus anderen Organisationen der Hochschulen kommen. Voraussetzung ist, dass der Hochschulsport in der Umsetzung involviert ist und – ebenso wie die jeweils Verantwortlichen von TK und adh – fester Bestandteil des Projektkernteams ist.

Staffelung der Projektförderung

Die Höhe der möglichen Fördersumme richtet sich neben dem inhaltlichen Projektvorhaben danach, ob und in welchem Umfang Ihre Hochschule bereits zuvor gefördert wurde.

- Hochschulen, die bisher keine Förderung im Rahmen der Initiativen erhalten haben: bis zu 35.000€
- Hochschulen, die bereits einmal gefördert worden sind: bis zu 25.000€
- Hochschulen, die bereits zweimal gefördert worden sind: bis zu 15.000€

Interessierte Nichtmitgliedshochschulen, die Gesundheitsförderung an ihrer Hochschule platzieren möchten und bis zum Zeitpunkt des Förderbeginns (bis spätestens 1. März 2026) dem adh als Mitglied beitreten erhalten eine um 2.500€ erhöhte Fördersumme.

Projektantrag

Beschreiben Sie Ihr Vorhaben innerhalb Ihres Projektes mit Hilfe folgender Unterlagen:

- [Vorlage Leitfragen für Einzelprojektantrag](#)
- [Förderkriterien Einzelprojekte](#)
- [Orientierungshilfe – 10 Gütekriterien für die Durchführung](#)

Die Steuerungsgruppe entscheidet bis zum 12. Dezember 2025, welche Projekte auf Basis der im Kriterienkatalog definierten Anforderungen ausgewählt werden. Projekte mit einer Zusage erhalten eine finanzielle Unterstützung, deren Umfang sich am eingereichten Finanzplan sowie der vorgesehenen Staffelung orientiert. Während der gesamten Projektlaufzeit stehen die TK-Gesundheitsexpertinnen und Experten beratend zur Seite. Zusätzlich profitieren die beteiligten Hochschulen von begleitenden Fachveranstaltungen, die den Austausch und die Vernetzung mit weiteren Akteurinnen und Akteuren der Initiative ermöglichen.

Einreichungsfrist:

Die Anträge sind bis einschließlich 12. September 2025 als PDF-Datei per E-Mail an gesundheit@adh.de einzureichen. Im Betreff der E-Mail bitte folgende Formulierung verwenden:
Bewerbung Bewegt studieren! *Hochschule XY* | Einzelprojekt

Dokumentation:

Hochschulen, die sich für eine Förderung bewerben, verpflichten sich mit Antragsstellung folgende Dokumentationsanforderungen zur transparenten Darstellung des Projektverlaufs, Verbreitung von Best-Practice sowie zur Erreichung der Förderziele vorzulegen:

Dokumentation/Ergebnis	Deadline/Zeitraum
Ergebnisprotokolle der Projektkernteamsitzungen: wichtige Beschlüsse, Verantwortlichkeiten und zentrale Daten der Projektumsetzung	Regelmäßig nach Projektkernteamsitzungen
Bilder von Treffen und Veranstaltungen im Rahmen des Projekts für Veröffentlichungen im adh-Magazin/Newsletter/DUZ Abschlussbroschüre	04/2026 – 06/2028
Videoproduktion und Mitschnitte über gesamte Laufzeit des Projektes zur Erstellung eines Abschlussvideos (siehe Anforderungen Videoerstellung)	04/2026 – 06/2028
Zwischenbericht, Poster und/oder Kurzpräsentation (PPT)	09/2027
Evaluationsbögen und Tools zur Auswertung gesetzter Ziele	1. Juni 2028
Abschlussbericht und Aufbereitung der Materialien für DUZ Publikation	1. Juni 2028
Einreichung Endabrechnung	1. Juni 2028
Poster und/oder Kurzpräsentation (PPT) für Abschlussveranstaltung	bis 09/2028

Kontakt für Rückfragen:

Allgemeiner Deutscher Hochschulsportverband e.V.
 Team Gesundheit
 Mail: gesundheit@adh.de
 Telefon: +49-6071-2086-24

Die TK-Gesundheitsexpertinnen und Experten aus den jeweiligen Marktregionen stehen vorab und während der Bewerbungsphase für die Beratung zum Projekt und Fragen zum Projektantrag zur Verfügung. Sie stehen noch nicht in Kontakt mit einer Gesundheitsexpertin oder einem Gesundheitsexperten der TK? Schreiben Sie uns gerne unter gesundheit@adh.de, wir stellen den Kontakt für Sie her.

Wir freuen uns auf innovative und kreative Projektideen, die einen nachhaltigen Beitrag zur Gesundheitsförderung an Hochschulen leisten!