Pressemeldung 20.05.2026

# KKH und Special Olympics Niedersachsen bilden 14 neue Gesundheitslots*innen aus

**Gemeinsames Programm stärkt Gesundheitskompetenz von Menschen mit Behinderung**

**Hannover, 20. Mai 2026** – Die KKH Kaufmännische Krankenkasse und Special Olympics Niedersachsen haben die fünfte Runde ihres gemeinsamen Programms „Gesundheitslotsen – Gesund Essen, Bewegen, Leben!" erfolgreich abgeschlossen. 14 Menschen mit geistiger Behinderung haben die Fortbildungsreihe absolviert und sind mit einem Zertifikat ausgezeichnet worden. In ihrer neuen Funktion unterstützen und beraten sie zukünftig ihre Mitbewohner*innen und Kolleg*innen zu Themen wie gesunder Ernährung, Bewegung, Entspannung und Stressbewältigung.

Susanne Nabereit aus Seelze ist eine der Absolventinnen. Sie wollte Gesundheitslotsin werden, „weil ich lernen möchte, was gesund ist – und andere motivieren möchte." Besonders wichtig sei ihr, „dass alle gesund sind und Spaß haben." Gemeinsam mit anderen Teilnehmenden der Lebenshilfe Seelze hat Susanne bereits erste Gesundheitsangebote umgesetzt. Dazu gehören kleine Vorträge und Aktionen wie Atemübungen. Geplant sind bereits weitere Aktivitäten: Susanne und ihre Kolleg*innen wollen beim Tag der offenen Tür der Lebenshilfe Seelze mit einem Mitmachangebot Lust auf gemeinsames Bewegen machen.

Das Programm setzt dabei auf mehr als die reine Wissensvermittlung zu Ernährung, Bewegung und Gesundheit. Auch die persönliche Entwicklung der Teilnehmenden ist ein wichtiger Bestandteil. Durch die Ausbildung gewinnen sie an Selbstvertrauen und lernen, Verantwortung für sich und andere zu übernehmen. „Die gesundheitliche Versorgung von Menschen mit Behinderungen ist vielerorts noch mit hohen Hürden verbunden. Durch unser Projekt ‚Gesundheitslotsen – Gesund Essen, Bewegen, Leben!', welches durch die KKH gefördert wird, wird die gesundheitliche Teilhabe von Menschen mit Behinderungen nachhaltig gestärkt", sagt Holger Stolz, Präsident von Special Olympics Niedersachsen.

Diese Erfahrung teilt die KKH: „Wir sind davon überzeugt, dass Gesundheitsförderung dann am meisten bewirkt, wenn sie nah am Menschen ist. Genau hier setzt unser Gesundheitslotsen-Programm an. Denn die Teilnehmenden tragen ihr Wissen und ihre Motivation weiter in ihre

Pressemeldung 20.05.2026

Wohn- und Werkstätten: Sie organisieren selbstständig Sporteinheiten, kochen gesunde Mahlzeiten und sprechen mit Mitbewohner*innen oder Kolleg*innen offen über Themen wie Stressbewältigung“, betont Dr. Wolfgang Matz, Vorstandsvorsitzender der KKH. „Das wirkt sich positiv auf die Lebensqualität und Lebensfreude aller aus. Nach fünf gemeinsamen Ausbildungsrunden mit Special Olympics Niedersachsen sehen wir, wie viel in Bewegung geraten ist – in den Einrichtungen, aber vor allem bei den Menschen selbst.“

Gemeinsam bilden die KKH und Special Olympics Niedersachsen seit 2019 Menschen mit geistiger Behinderung zu Gesundheitslots*innen aus. Nach dem Abschluss der Ausbildung erhalten alle Teilnehmenden Materialien und Hilfsmittel für ihre praktische Arbeit vor Ort und bleiben in regelmäßigem Austausch mit anderen Lots*innen. Um sicherzustellen, dass das Programm stets an die Bedürfnisse der Beteiligten angepasst bleibt, wird es kontinuierlich evaluiert und weiterentwickelt.

**Fotos**

Foto1:
Anleitung von Bewegungsübungen Gesundheitslotsen

Foto2:
Gruppenbild Gesundheitslots*innen mit Projektträgern

Foto3:
Susanne Nabereit (Gesundheitslotsin der Lebenshilfe Seelze)

Credit: Special Olympics Niedersachsen / Helge Krückeberg

Die Fotos stehen zur kostenfreien Verwendung bei Nennung des Credits zur Verfügung

Pressemeldung 20.05.2026

**Medienkontakte**

Elisabeth Gebler
Referentin Öffentlichkeitsarbeit
Special Olympics Niedersachsen
015560 / 327091
0511 / 35 39 79 98

presse@specialolympics-nds.de
www.specialolympics.de/niedersachsen

Anna Beckmann
Redakteurin Pressestelle
KKH Kaufmännische Krankenkasse
0511 2802-1640
anna.beckmann@kkh.de
www.kkh.de

Über Special Olympics Niedersachsen
Special Olympics Niedersachsen ist Teil von Special Olympics Deutschland. Special Olympics ist die Sportorganisation für Menschen mit geistiger Behinderung. Wir schaffen für Menschen mit geistiger Behinderung gleichberechtigten Zugang zu Sport und Gesundheitsversorgung. Weitere Informationen unter specialolympics.de/niedersachsen

Über die KKH
Mit rund 1,5 Millionen Versicherten, einem Haushaltsvolumen von rund 8,7 Milliarden Euro und rund 4.000 Mitarbeitenden zählt die KKH Kaufmännische Krankenkasse als eine der größten bundesweiten Krankenkassen zu den leistungsstarken Trägern der gesetzlichen Krankenversicherung. Nähere Informationen gibt es unter kkh.de/presse/portraet.