

# Schüler:innen - Präventionskongress Münster 2026

#Depression #Einsamkeit #Resilienz

19.Mai 2026 - 9:30-12:30 Uhr - Cineplex Münster

Hauptförderer

und Kompetenzpartner

Medienpartner

Partnerschulen

# Premiere: Schüler:innen-Präventionskongress zum 14. Deutschen Diversity Tag 2026

## Thema: Depression, Einsamkeit & Resilienz – Schüler:innen setzen ein Zeichen

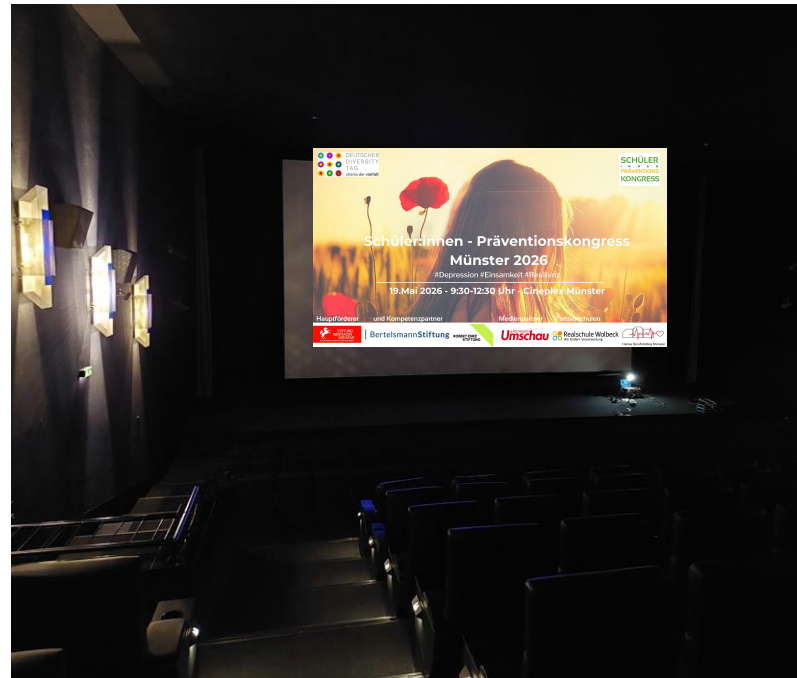
Erstmals gestalten Schüler:innen aus Münster gemeinsam mit Expert:innen aus Medizin, Kommunikation, Sozialarbeit und Schulpsychologie ein starkes Bühnenprogramm zur seelischen Gesundheit junger Menschen. Drei Stunden lang stehen Themen wie **Depression, Einsamkeit und Resilienz** im Fokus – nicht abstrakt, sondern nahbar, bewegend und lösungsorientiert.

Mit persönlichen Geschichten, professionellen Impulsen, Live-Talkrunden und interaktiven Elementen macht der Kongress Mut zum Reden, Verstehen und Handeln. Betroffene, junge Vorbilder, engagierte Schüler-Moderator:innen und renommierte Experten, wie Prof. Dr. Dr. Martin Holtmann, geben Prävention ein Gesicht – und der Jugend eine Stimme.

„**Schüler:innen in der Hauptrolle**“ ist nicht nur Motto, sondern gelebte Praxis: Moderation, Interviews, Diskussionsrunden – alles auf Augenhöhe. So entsteht ein starkes Zeichen für Aufklärung, Mitgefühl und echte Beteiligung – ganz im Sinne des Deutschen Diversity Tages und der Bildung für nachhaltige Entwicklung.

### Wichtige Hinweise zur Teilnahme:

- Die Veranstaltung thematisiert persönliche Erfahrungen mit Depression und seelischen Krisen
- Inhalte können emotional intensiv sein
- Keine Teilnahme bei aktueller oder zurückliegender depressiver Erkrankung



- Für Schüler:innen ab Kl. 8 aller Schulformen
- Die Teilnahme ist limitiert
- Kostenlos
- Anmeldung & Einverständnis-Erklärung hier: [www.zukunft-und-ich.de/Muenster](http://www.zukunft-und-ich.de/Muenster)

oder per QR-Code zur Anmeldung:



# Sechs zentrale Ziele der Motivationsveranstaltung



## Enttabuisierung

Psychische Erkrankungen, insbesondere Depression, offen ansprechen. #AntiStigmatisierung



## Sensibilisierung

Typische Symptome und Erlebensweisen verstehen lernen. Für #Fairständnis



## Empathieförderung

Verständnis für betroffene Mitschüler:innen entwickeln  
#MitGefühl gegen #Einsamkeit



## Prävention

Schutzfaktoren für die eigene mentale Gesundheit stärken.  
#Resilienz



## Dialogförderung

SchülerInnen mit Schulpsychologie; Schulsozialarbeit, ExpertInnen



## Beitrag zum Fachkräftemangel

in den Bereichen Mentale Gesundheit, Psychologie, Psychotherapie, Pflege  
#BerufsOrientierung mit Zukunft

# Programm

Intro #inoffiziell

**Grußwort**

**Auftakt und  
Welcome**

„**Welcome**“ – Schüler-Moderator:innen begrüßen die Impulsgeberin Dr. Elisa Franz und Christoph Dammermann

**Keynote**

„**Depression - Update**“ – Interview mit Prof. Dr. Dr. Martin Holtmann

„**Wakeup Call**“

„**Einsamkeit junger Menschen in Deutschland**“ – Interview mit Dr. Anja Langness

**Mental Health**

„**Uns geht's gut? – Das sagt die Bundesschülerkonferenz** – Interview mit Amy Kirchhoff

**Kopfkino**

„**Grau ist keine Farbe**“ – Interview mit dem Film-Produzenten Alexander Spöri

**Antistigmatisierung**

„**So fühlt sich das an**“ – Interview mit der Betroffenen Janine Berger\*

„**Dialog-Pause**“

„**Dialog-Pause**“ - Infostände, Anlaufstellen inkl. Praktikumsangeboten (z.B. Pflege)

**Berufe mit Zukunft**

„**Mit Herz und Haltung - Berufe mit Sinn**“ – Interview mit Sharane Respondek

**Gefühle**

„**Wie fühlt sich das an?**“ – Interview und Präsentation mit Gianluca Maione

**Einblicke**

„**MitGefühl**“ - Die SchülerInnen-Talkrunde mit Betroffenen Sanja Röleke & Anke Garrell

\* Anfragen zu allen Akteuren laufen. Kontakte zu allen Akteuren bestehen. Programmänderung vorbehalten

# Programm

#Resilienz

„Das ist Deine Meinung!“ Gelassen bleiben bei Sprüchen & Co.“ – Lern-Inter-Aktion mit Dr. Elisa Franz

"Dialog-Pause"

„Dialog-Pause" - Infostände, Anlaufstellen inkl. Praktikumsangeboten

Zusammenhalt

„An Deiner Seite“ – Interview mit der Angehörigen Laura

Lösungswege

„Was können wir tun?" - SchülerInnen-Talkrunde mit Sharane Respondek, Jonathan Schwering und Eva Lessin

Positive Psychologie

„Hope" - Motivational Speach vom "Glücksstifter" Dominik Dallwitz-Wegner aus Hamburg

Abschlussfoto

„Together for future“

\* Anfrage ist raus. Kontakte zu allen Akteuren bestehen. Programmänderung vorbehalten

## Förderer & Kompetenzpartner



ROBERT ENKE  
STIFTUNG

**Outlaw**  
Kinder- und Jugendhilfe

Medienpartner:

APOTHEKEN  
**Umschau**

Partnerschulen:

 Realschule Wolbeck  
Wir fördern Verantwortung

Konzeption &  
Realisation:

| BertelsmannStiftung

**LWL**  
Für die Menschen.  
Für Westfalen-Lippe.

  
Hanse Berufskolleg

**GetPeople**  
Nachhaltige Kommunikation

# Akteure



**Helen Alichmann**  
Schüler-Moderatorin  
Hansa Berufskolleg  
**Münster**



**Lora Walhof**  
Schüler-Moderatorin  
Hansa Berufskolleg  
**Münster**



**Lena Westphal**  
Schüler-Moderatorin  
Hansa Berufskolleg  
**Münster**



**Dr. Elisa Franz**  
DGSS-zertifizierte  
Rhetoriktrainerin,  
Moderatorin  
Impulsgeberin  
**Münster**



**Christoph Dammermann**  
Geschäftsführer Stiftung Westfalen-  
Initiative für Eigenverantwortung  
und Gemeinwohl  
Staatssekretär a.D. (Wirtschafts-  
und Klimaschutzministerium NRW)  
**Münster**



**Prof. Dr. Dr. Martin Holtmann**  
Ärztlicher Direktor  
LWL-Universitätsklinik  
**Hamm**



**Dr. Anja Langness**  
Senior Project Manager  
Bildung und  
Next Generation  
Bertelsmann Stiftung  
**Gütersloh**



**Gianluca Maione**  
Projektmanager  
Robert-Enke-Stiftung  
**Barsinghausen**



**Alexander Spöri**  
Filmemacher des Filmes  
Grau ist keine Farbe  
Redakteur  
Abendzeitung München  
**München**

Foto-Credit: Abendzeitung München



**Amy Kirchhoff\***  
Generalsekretärin  
Bundesschülerkonferenz  
**Berlin**

\*Zusage. Abstimmung läuft

# Akteure\*



**Sanja Röleke**  
Betroffene  
**Marsberg**



**Anke Garrell\***  
Betroffene  
**Paderborn**



**Sharane Respondek**  
Sozialarbeiterin B.A.  
Realschule Wolbeck  
**Münster**



**Jonathan Schwering**  
Sozialarbeiter B.A.  
Realschule Wolbeck  
**Münster**



**Eva Lessin**  
Dipl. Psychologin  
Schulpsychologische  
Beratungsstelle  
**Münster**



**Janine Berger\***  
Betroffene  
Ehem. Deutsche  
Kunstturnerin  
**Bubenheim**



**Laura Tenkhoff**  
Angehörige  
**Bad Salzuflen**

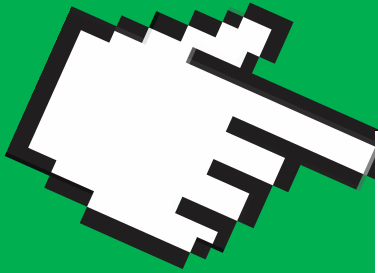


**„Glücksstifter“**  
**Dominik Dallwitz-Wegner**  
Diplom Soziologe und  
Sozialpsychologe  
**Hamburg**

# Weitere Infos

- 3 Min. Video
- Referenzen
- Kurz-Profil
- Anmeldung etc.

mit einem Klick



[www.zukunft-und-ich.de/Muenster](http://www.zukunft-und-ich.de/Muenster)

## Ihre Ansprechpartner:innen



**Impulsgeberin in Münster und Kompetenzpartnerin #Resilienz**

Dr. Elisa Franz [www.elisa-franz.com](http://www.elisa-franz.com) / [kontakt@elisa-franz.com](mailto:kontakt@elisa-franz.com)



**Öffentlichkeitsarbeit**

Dr. Lars Kiesling; Stiftung Westfalen-Initiative #Förderer  
[kiesling@swi.nrw](mailto:kiesling@swi.nrw) ; [www.swi.nrw](http://www.swi.nrw)



**Ansprechpartner für Schulleitungen, Kooperationspartner  
und Akteure**

Markus Tenkhoff – Konzeption

Mobil: 0172 2337337; [mt@get-people.de](mailto:mt@get-people.de) [www.zukunft-und-ich.de](http://www.zukunft-und-ich.de)



20 <

SchülerInnenZukunftGipfel

als hybride Präsenz-Events

In Schulen u. außerschulischen Lernorten

100 <

SchülerInnenThemenKongresse

#Gesundheit#Klimaschutz

Vielfältige Themen-Schwerpunkte

und SDGs: 1, 2, 3, 5, 8, 13, 14\*\*

Vom Bodensee  
- über Münster  
- bis Sylt