

Liebe Mitglieder des Aktionsbündnisses Seelische Gesundheit,

wir, der Verein **jungagiert e.V.**, möchten hiermit unsere Mitarbeit und Unterstützung in der Steuerungsgruppe des Aktionsbündnisses Seelische Gesundheit anbieten.

Repräsentantin: Anna Frey,
Vorsitzende jungagiert e.V.



Stellvertreter: Ronny Türk (Vorstand)
Leiter DISEKO



Unsere Motivation:

72% der Jugendlichen stufen ihr aktuelles emotionales Wohlbefinden als negativ ein. **Rund die Hälfte der jungen Menschen spricht nicht darüber, wenn es ihnen nicht gut geht.** Nahezu alle Befragten (97%) sehen Hindernisse für junge Menschen, die Hilfe suchen – **Scham ist dabei einer der Top-Gründe.** Das sind Zahlen aus dem [YEP Jugendbericht Mentale Gesundheit](#) (April 2025), an dem wir als Wirkungspartner beteiligt sind.

Seit zehn Jahren engagieren wir vom [jungagiert e.V.](#) uns für die seelische Gesundheit von Jugendlichen und jungen Erwachsenen und leisten mit unserer Präventions- und Unterstützungsarbeit einen wichtigen Beitrag zur Entstigmatisierung. Mit unseren bundesweiten Projekten schaffen wir

- **digitale**
- **niedrigschwellige und**
- **lebensnahe Angebote für**
- **junge Menschen.**



In psychischen Belastungssituationen sind wir da und unterstützen, klären auf, vernetzen und bieten eine **wertvolle Ergänzung zu wichtigen analogen Angeboten.**

[InCogito](#) ist beispielsweise unser digitales Präventions- und Selbsthilfeprojekt für junge Erwachsene mit psychischen Belastungen mit dem Schwerpunkt Körper, Essen, Selbstwert. Jedes Jahr erzielen wir **350 Teilnehmer:innen in unseren offenen Selbsthilfegruppen**, über **15.000 Nachrichten in unserer ehrenamtlichen Messenger-Peer-Beratung** und fast **150.000 Nutzer:innen auf unserem InCogito Blog** – mit der Unterstützung von rund 30 ehrenamtlichen Gruppenleiter:innen, Peer-Berater:innen und Autor:innen.

Mit [DISEKO](#) – **der ersten digitalen Selbsthilfekontaktstelle in Deutschland** – bieten wir eine kostenfreie und praxisnahe Unterstützung für aktive Bürger:innen, chronisch Erkrankte, Selbsthilfegruppen und andere Selbsthilfeorganisationen. Unsere Beratungsschwerpunkte liegen insbesondere in den Themen junge und digitale Selbsthilfe.

Mit aufgebaut haben wir außerdem **AufeinanderAchten** – ein 2018 von Psychologiestudierenden aus Dresden initiiertes Projekt, das sich (zunächst in unserer Trägerschaft) mit einem gemeinschaftsorientierten Ansatz für die **Entstigmatisierung psychischer Belastungen und Erkrankungen** eingesetzt und kürzlich einen eigenen Verein gegründet hat.

Die Ziele und Werte des Aktionsbündnisses Seelische Gesundheit teilen wir aus voller Überzeugung. Wir möchten unser lebendiges **Netzwerk** (Engagierte, Betroffene, Akteur:innen, Behörden, etc.), unsere **Perspektiven und Erfahrungen** aktiv in die Steuerungsgruppe einbringen, um gemeinsam dafür zu sorgen, dass mentale Erkrankungen kein Tabuthema mehr sind.

Als Mitglied der Steuerungsgruppe möchten wir:

- 
- Three yellow pencils are positioned diagonally on the left side of the page, pointing towards the bulleted list.
- uns konstruktiv an der inhaltlichen Weiterentwicklung und strategischen Ausrichtung des Aktionsbündnisses beteiligen,
 - unsere Expertise aus der digitalen Selbsthilfe und Arbeit mit jungen Menschen einbringen,
 - die Stimme junger Betroffener und engagierter Ehrenamtlicher stärken,
 - und die Umsetzung neuer, zielgruppenorientierter Projekte mitgestalten.

Wir sind bereit, uns aktiv in die Arbeit der Steuerungsgruppe einzubringen, Verantwortung zu übernehmen und gemeinsam daran zu arbeiten, seelische Gesundheit als gesellschaftliche Querschnittsaufgabe dauerhaft im öffentlichen Bewusstsein zu verankern – insbesondere mit Blick auf die Bedürfnisse junger Generationen.

Angaben zur Organisation:

Der jungagierte e.V. ist ein gemeinnütziger Verein mit Sitz in Dresden und Projektbüro in Berlin, welcher sich seit 2014 dafür einsetzt, junges Engagement zu fördern und sichtbar zu machen. Als freier Träger der Kinder- und Jugendhilfe engagieren wir uns mit 15 Mitarbeitenden und vielen Ehrenamtlichen in den Bereichen Bürger:innenbeteiligung sowie Prävention und Selbsthilfe. In enger Zusammenarbeit mit jungen Aktiven und anderen Organisationen entwickelt jungagierte e.V. innovative Projekte, die junge Menschen nachhaltig unterstützen und stärken.

www.jungagierte.de

