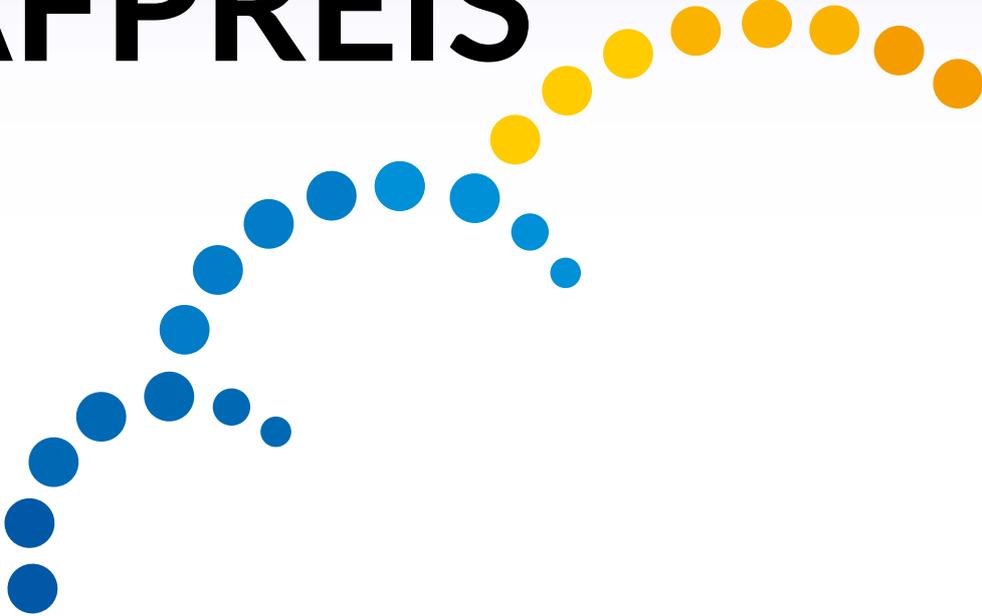


Preisträger DEUTSCHER SCHLAFPREIS 2024



Prof. Dr. Achim Kramer, Charité Berlin – Kategorie „Wissenschaft & Innovation“

Virgile Norvarina, Bildender Künstler – Kategorie „Botschafter des Schlafes“

Volkswagen AG – Kategorie „Arbeitgeber Schlafgesundheit“

Anlässlich des *World Sleep Day* am 15. März 2024 werden heute Abend in einer festlichen Preisverleihung die Gewinner des **DEUTSCHEN SCHLAFPREISES 2024** in Berlin bekannt gegeben. Die Auszeichnung der Deutschen Stiftung Schlaf würdigt in den Kategorien „Botschafter des Schlafes“, „Arbeitgeber Schlafgesundheit“ und „Wissenschaft & Innovation“ herausragende Leistungen auf dem Gebiet der Schlafforschung, der Schlafmedizin sowie der Förderung von Schlafgesundheit. Die Deutsche Stiftung Schlaf vergibt den mit 1.500 Euro je Kategorie dotierten Preis bereits zum dritten Mal. Eine prominente Jury mit Akteuren aus Kultur, Politik, Medien, Sport und Wissenschaft entscheidet über die diesjährigen Gewinner.

Preisträger des DEUTSCHEN SCHLAFPREIS 2024

PROF. DR. ACHIM KRAMER, Charité Berlin – Preisträger „WISSENSCHAFT & INNOVATION“

Das Projekt „Body Time“ des Berliner Chronobiologen **Prof. Dr. Achim Kramer** beschreibt einen chronobiologischen Ansatz zur Verbesserung des Schlafs und zur Prävention von Erkrankungen. Die Forscher der Arbeitsgruppe Chronobiologie der **Charité – Universitätsmedizin Berlin** haben einen weltweit neuartigen, nicht-invasiven Haartest entwickelt, der es ermöglicht, den biologischen Schlaf-Wach-Rhythmus von Menschen anhand einer einzigen Haarprobe zu bestimmen.

Unser wichtigster Zeitgeber und das Schlüsselsignal der Natur ist das Licht, der natürliche Wechsel von Hell und Dunkel. Der circadiane biologische Rhythmus variiert genetisch von Mensch zu Mensch und verändert sich im Laufe des Lebens. Das Projekt „Body Time“ der Charité Berlin strebt nach personalisierten chronobiologischen Empfehlungen für individuell angepasste Lebensrhythmen, um möglichst im Einklang mit der individuellen inneren Uhr zu leben.



VIRGILE NOVARINA – Preisträger „BOTSCHAFTER DES SCHLAFES“

Von der Antike bis zur Moderne haben sich Künstler immer wieder mit dem Thema Schlaf auseinandergesetzt. Sei es als rätselhafter Zustand, als produktive Zeitverschwendung oder der Schlafende als ästhetisches Motiv. Der französische Künstler und Filmemacher **Virgile Novarina** beschäftigt sich seit 1995 leidenschaftlich mit dem Thema Schlaf in seiner künstlerischen Praxis – subjektiv, multidisziplinär und oft in Zusammenarbeit mit Wissenschaftlern. So entstand quasi „im Schlaf“ ein umfangreiches Œuvre an Performances, Büchern und Ausstellungen und Virgile Novarina scheut sich nicht, auch seinen eigenen Schlaf auszustellen – gezeigt wurden seine Arbeiten bisher z.B. im Palais de Tokyo, Paris, in Aarhus Dänemark und in vielen Kunstinstitutionen in Deutschland. Seine Kurzfilme erhielten zahlreiche Preise, u.a. in Southampton (Best short Documentary) und auf dem Festival *Internacional de Cine de Autor*, Mexiko. Seine berufliche Laufbahn begann Virgile Novarina mit einem Studium der Mathematik und Physik, nun wird er für sein künstlerisches Schaffen als „Botschafter des Schlafes“ gekürt.



GESUNDHEITSMANAGEMENT DER VOLKSWAGEN AG Preisträger „ARBEITGEBER SCHLAFGESUNDHEIT“

Die **Volkswagen AG** ist mit über 100.000 Beschäftigten an acht Standorten in Deutschland ein Arbeitgeber mit hohem Anteil an Schichtarbeit - schlechter und gestörter Schlaf werden daher oft beklagt. Das Fokusprojekt vom Team Gesundheitsmanagement der Volkswagen AG in Wolfsburg stellt den gesunden Schlaf als Voraussetzung für das Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit der Mitarbeiter in den Mittelpunkt. Das mehrstufige Gesundheitskonzept von Dr. Lars Nachbar, Leiter Konzern Gesundheitswesen und Arbeitsschutz, folgt dabei einem ganzheitlichen Ansatz: Von der intensiven Qualifizierung der ärztlichen und psychologischen Fachkräfte bis zum Anbieten von Schlafberatungen für die Mitarbeiter. Das Projekt ist 2023 gestartet und wird in 2024 fortgesetzt.



Über die Deutsche Stiftung Schlaf

Die Deutsche Stiftung Schlaf wurde im Jahr 2011 gegründet. Initiatoren der gemeinnützigen Stiftung sind Berliner Schlafmediziner/Schlafforscher um Prof. Dr. Ingo Fietze vom Interdisziplinären Schlafmedizinischen Zentrum der Charité.

Ziel der Stiftung ist es, den Wissenstransfer rund um das Gesundheitsthema Schlaf zu fördern. Die Stiftung unterstützt Initiativen und nachhaltige Projekte im Bereich der Schlafgesundheit. Das Bewusstsein für einen gesunden Schlaf soll in allen Bevölkerungsschichten, vor allem auch bei Kindern und Jugendlichen gesteigert werden - so dass sich eine größere gesellschaftliche Wertschätzung des Schlafes als Quelle für lebenslange Gesundheit entwickelt.

Weitere Informationen [hier](#).

Projektbezogener Pressekontakt

ARTPRESS – Ute Weingarten
Esther Franken
+49 (0) 30 48 49 63
franken.artpress@uteweingarten.de

Danziger Str. 2 | 10435 Berlin

ARTPRESS

UTE WEINGARTEN

Kontakt DEUTSCHE STIFTUNG SCHLAF

Thea Herold
Geschäftsführerin
+49 (0)30 50 17 83 34
thea.herold@schlafstiftung.de

Bildcredits:

1. Deutscher Schlafpreis 2024,
Portrait von Prof. Dr. Achim Kramer,
Preisträger in der Kategorie
„Wissenschaft & Innovation“
© Prof. Dr. Achim Kramer

2. Deutscher Schlafpreis 2024,
Portrait von Virgile Novarina,
Preisträger in der Kategorie
„Botschafter des Schlafes“
© Virgile Novarina

3. Deutscher Schlafpreis 2024,
Portrait von Dr. Lars Nachbar,
Preisträger in der Kategorie
„Arbeitgeber Schlafgesundheit“
© Dr. Lars Nachbar

4. Deutscher Schlafpreis 2024,
Außenansicht von der Volkswagen AG
in Wolfsburg, Preisträger in der Kategorie
„Arbeitgeber Schlafgesundheit“
© Volkswagen AG in Wolfsburg

