



**Kostenfrei**  
für Ihren  
Betrieb

## Betriebliche Gesundheitsförderung

# Mission Gesundheit – AOK Escape Game

**Gesunde und motivierte Beschäftigte** sind die Basis für den nachhaltigen Erfolg eines Unternehmens. Mit Betrieblicher Gesundheitsförderung können Unternehmen die Gesundheit ihrer Beschäftigten gezielt unterstützen. Dabei kann es hilfreich sein, zunächst grundsätzliches **Interesse für das wichtige Thema Gesundheit** zu wecken. Mit dem AOK Escape Game Rätselkoffer gelingt dies **auf spielerische Weise**.

### Inhalt

Spielerische Sensibilisierung für Grundlagen der Betrieblichen Gesundheitsförderung in den Bereichen:

- Bewegung und Ergonomie
- Gesunde Ernährung
- Stressbewältigung
- Suchtprävention

### Zielgruppe

Beschäftigte Ihres Unternehmens, die sich für das Thema Betriebliche Gesundheit interessieren

besonders geeignet als Teamaktion und für Ausbildungsgruppen

### Kontakt

AOK Niedersachsen  
Die Gesundheitskasse.  
Unternehmensbereich BGM  
Herrenstraße 9  
30159 Hannover

Fachlich begleitet begeben sich die Teams auf die „**Mission Gesundheit**“, bei der sie knifflige Rätsel lösen und Schlösser knacken. Auf ihrem Weg zur Lösung lernen sie grundlegende Gesundheitsfragen kennen und können **Wissen, Teamgeist und Kombinationsgeschick** unter Beweis stellen – auf ihrer Mission, die Formel für einen **gesünderen Lebensstil** herauszufinden.

### Fachliche Begleitung

Fachkräfte für Betriebliche Gesundheitsförderung der AOK Niedersachsen

### Dauer

ca. 1 Stunde pro Durchgang  
(45 Min. Spielzeit und 15 Min. Umbauzeit)

### Organisatorisches

4-8 Personen pro Durchgang  
mehrere Gruppendurchgänge sind möglich,  
auch kann parallel mit 2 Teams gespielt werden

### Räumliche Voraussetzungen

Abgetrennter Raum, 2 Tische, (Stell-)Wände für  
4 Poster

### Wir beraten Sie gern persönlich!

0511 1676 - 16188 oder  
0441 93641 - 16187

[angebot.bgm@nds.aok.de](mailto:angebot.bgm@nds.aok.de)

[aok.de/arbeitgeber/nds](https://aok.de/arbeitgeber/nds)

**Wir machen Niedersachsen gesünder.**