

Pressemitteilung AOK Niedersachsen

Die Ackerpause: Neues AOK-Angebot für Betriebe

Mit dem innovativen Angebot „Ackerpause“ macht die AOK Niedersachsen Gesundheitsförderung im Betrieb zum nachhaltigen Erlebnis: In angeleiteten Workshops können Beschäftigte einer Firma gemeinsam Gemüse anbauen und so vom Acker bis zum Teller alle Aspekte einer gesunden Ernährung erleben. Gleichzeitig stärkt der gemeinsame Ernteerfolg den Zusammenhalt im Team. Alle erforderlichen Materialien, wie z.B. Pflanzkästen, Gemüsesaat und Gerätschaften, werden gestellt, so dass dem gemeinsamen Ackern nichts mehr im Wege steht. Dies kann draußen im Hof, auf einer Dachterasse oder einem Balkon sein. Auch indoor und damit ganzjährig kann Gesundes in Pflanzkästen angebaut werden. Um das Gesundheitserlebnis auch während der Pandemie für Betriebe möglich zu machen, bietet die AOK das Ernährungsprojekt zusätzlich als Homeoffice-Variante an, bei der die gemeinsamen Workshops digital durchgeführt werden.

Als wichtigster Präventionspartner für über 150.000 Betriebe in Niedersachsen möchte die AOK damit gerade auch auf kleine und mittlere Unternehmen zugehen. Die Ackerpause ist überall umsetzbar, macht betriebliche Prävention zum Gemeinschaftserlebnis und zeigt gleichzeitig, wie einfach eine gesunde, nachhaltige und umweltgerechte Lebensweise ist.

Die AOK Niedersachsen führt dieses Angebot in Kooperation mit der Firma AckerCompany durch. Fachkundig und praxisnah begleiten und unterstützen die Agrar- und Ernährungsexperten der AckerCompany die Teams in drei Workshops innerhalb einer Projektzeit von ca. acht Wochen. Neben Grundwissen zu Gemüseanbau und Beetpflege lernen die Teilnehmenden verschiedene Gemüsesorten kennen, ihre besonderen Eigenschaften im Anbau, Nährstoffgehalte und auch ihre saisonale und regionale Verfügbarkeit. Alltagstaugliche Tipps und Rezeptideen helfen dabei, aus der eigenen Ernte leckere und gesunde Mahlzeiten herzustellen. Unterstützt wird die Wissensvermittlung durch die spezielle Ackerpause App, die während der gesamten Zeit zur Verfügung steht.

Interessierte Betriebe können sich unter 0511/1676-16188 bzw. 0441/93641-16187 melden oder eine Mail an angebot.bgm@nds.aok.de senden. Wie alle Präventionsleistungen der AOK ist auch dieses Angebot für Betriebe kostenfrei. Weitere Informationen sind auf aok.de/arbeitgeber/nds zu finden.