

Pressemitteilung

München, 08. Juli 2026

clever.gesund-Schulwettbewerb 2025/26:

Cooler Animationsfilme, leckere Veggie-Days und zuckerfreie Rezepte

Bayerische Schülerinnen und Schüler für Ideen zu mehr Gesundheit im Schulalltag ausgezeichnet

„Mission Cool“ gegen Stress und ein Gesundheitstag für die fünften Jahrgangsstufen: Die Gewinnerinnen und Gewinner des clever.gesund-Schulwettbewerbs 2025/26 stehen fest. Schülerinnen und Schüler aus ganz Bayern haben Projekte für einen gesünderen Schulalltag entwickelt – kreativ, wissenschaftlich fundiert und mit viel Engagement. clever.gesund ist ein Gesundheitsprojekt von Helmholtz Munich, das von der AOK Bayern gefördert wird.

Am ersten clever.gesund-Schulwettbewerb von Helmholtz Munich hatten insgesamt 22 weiterführende Schulen ab der Jahrgangsstufe 5 aus ganz Bayern teilgenommen. Aufgabe war es, in den Projekten Themen aus den Bereichen Essen und Trinken, Bewegung und Sport oder Schlaf und Stress aufzugreifen.

Ob Podcasts, Videos, interaktive Infografiken oder Events: Die Vielfalt der eingereichten Projekte war überwältigend. Besonders im Fokus standen die Themen Ernährung, Stress und Bewegung.

„Mission Cool“ gegen den Stress

Den ersten Platz in der Gruppe 5. bis 8. Jahrgangsstufe sicherte sich das Oskar-Maria-Graf Gymnasium Neufahrn mit dem Projekt „Mission Cool“. In ihrem Animationsfilm erzählen die Schülerinnen und Schüler der 5. Jahrgangsstufe die Geschichte von Max, der unter großem Stress steht.

Die Schülerinnen und Schüler entwickelten die Figuren selbst. Verschiedene Kinder sprachen den Text für den Film ein. Im Verlauf des Films wird klar, wie Stress entstehen kann – durch

- zu viele Hausaufgaben,
- zu wenig Schlaf und Pausen sowie
- zu viel Zeit am Handy und Computer.

Logisch, dass Max irgendwann wie ein Zombie aussieht. Frische Luft, soziale Kontakte und regelmäßige Pausen wirken den Stressmonstern entgegen.

Gesundheitstag für die 5. Jahrgangsstufe

In der Gruppe 9. bis 13. Jahrgangsstufe gewann das Meranier-Gymnasium Lichtenfels mit seinem P-Seminar „Gesundheitstag“. Schülerinnen und Schüler der 11. Jahrgangsstufe organisierten einen Projekttag für die 5. Jahrgangsstufen.

Mit

- Bewegungsübungen,
- praxisnahen Impulsen zur Stressbewältigung und
- alltagstauglichen Tipps für eine gesunde Ernährung

zeigten sie, wie sich gesundes Verhalten in den Alltag integrieren lässt. Interaktive Quizformate, ein gesundes Buffet sowie kreative Aufgaben, in denen die Kinder eigene Ideen für einen „gesunden Tag“ entwickelten, waren ebenso Teil des Konzepts.

Die beiden Siegerprojekte erhalten jeweils ein Preisgeld von 500 Euro. Die Auszeichnung wird im Rahmen einer Siegerehrung überreicht.

Prof. Martin Hrabě de Angelis, wissenschaftlicher Geschäftsführer von Helmholtz Munich, erklärt: „Wir sind sehr begeistert über die große Beteiligung am clever.gesund-Schulwettbewerb und die hervorragende Qualität der Projekte. Prävention ist heute wichtiger denn je. Für Kinder und Jugendliche ist es oft schwer, verlässliche Gesundheitsinformationen von Falschinformationen zu unterscheiden. Mit unserem Projekt clever.gesund wollen wir ihnen dabei helfen, Informationen immer kritisch zu bewerten und so fundierte Entscheidungen für ihre Gesundheit und damit auch für ihre Zukunft zu treffen.“

Dr. Irmgard Stippler, Vorstandsvorsitzende der AOK Bayern, betont: „Der Schlüssel, um die Gesundheitskompetenz von Kindern und Jugendlichen erfolgreich zu stärken, ist sie aktiv einzubeziehen – das zeigt der erste clever.gesund-Schulwettbewerb eindrucksvoll. Wir sind beeindruckt von der Vielfalt und dem Einfallsreichtum der eingereichten Projekte der bayerischen Schülerinnen und Schüler. Solche Initiativen tragen dazu bei, die Gesundheit und das soziale Miteinander junger Menschen zu stärken.“

Vom Dschungel bis zum bunten Pausenverkauf: Weitere Gewinner-Projekte

Weitere Gewinner waren in der Gruppe 5. bis 8. Jahrgangsstufe:

- Platz 2: Benedikt-Stattler-Gymnasium Bad Kötzing, Projekt: Wasser macht Schule! – mit Aktionen wie „Pimp up your Waldwasser“ und Wassertropfen als Erinnerungshilfe spielerisch und nachhaltig das Trinkverhalten an der Schule stärken
- Platz 3: Konrad Mittelschule Regensburg, Projekt: Mission Dschungel – Aktionstag mit Bewegungsspielen, gemeinsamem Zubereiten von ausgewogenen Snacks und Atemübungen für einen gesunden Lebensstil
- Platz 4: Röntgen-Gymnasium Würzburg, Projekt: Sugar-free – more energy – digitales Kochbuch mit ausgewogenen und alltagstauglichen Rezepten für einen bewussten Umgang mit Zucker
- Platz 5: Staatliche Realschule Langenzenn, Projekt: Stress away – der Entspannungspodcast mit Tipps für weniger Stress im Alltag

Weitere Gewinner in der Gruppe 9. bis 13. Jahrgangsstufe:

- Platz 2: Gymnasium Tutzing, Projekt: Rebowlution bei der Schulverpflegung – Einführung vegetarischer und veganer Rebowls sowie eines Veggie-Days für eine ausgewogene und nachhaltige Ernährung im Schulalltag
- Platz 3: Gymnasium Neutraubling, Projekt: SMV Gesundheitstage 2026 – abwechslungsreiches Programm mit Schnitzeljagd, Workshops und praktischen Übungen zu Bewegung, Ernährung, Stressbewältigung und Digital Detox für einen gesunden Lebensstil
- Platz 4: Mittelschule Friedberg, Projekt: Gesunder Bauch, gesunder Kopf – mit einem bunten Pausenverkauf und Präsentationen zu verschiedenen Ernährungsformen eine ausgewogene Ernährung im Schulalltag erlebbar machen
- Platz 5: Riemenschneider-Gymnasium Würzburg, Projekt: Gesunder Pausenverkauf – mit Obstspießen, ausgewogenen Snacks und fair gehandelten Zutaten zeigen, wie lecker und nachhaltig eine gesunde Pause sein kann

Gesundheitskompetenz früh stärken

Der Schulwettbewerb fand im Rahmen des Projekts clever.gesund statt, einem Programm von Helmholtz Munich, gefördert durch die AOK Bayern. Ziel ist es, die Gesundheitskompetenz von Schülerinnen und Schülern zu stärken. Dafür unterstützt das kostenfreie Angebot weiterführende Schulen in Bayern bei der Umsetzung von Gesundheitsprojekten mit praxisnahen Materialien, Schulungen und einer Informations- und Lernplattform. Weitere Informationen unter www.clever-gesund-info.de.

Nach dem Wettbewerb ist vor dem Wettbewerb

Der nächste clever.gesund-Schulwettbewerb startet im Herbst 2026. Weiterführende Schulen aus ganz Bayern sind herzlich eingeladen, sich erneut zu beteiligen und kreative Projekte rund um Gesundheit einzureichen. Weitere Informationen finden Sie zeitnah auf www.clever-gesund-info.de/lehrkraefte/clevergesund-schulwettbewerb.

Abbinder

Über Helmholtz Munich

Helmholtz Munich ist ein biomedizinisches Spitzenforschungszentrum. Seine Mission ist, bahnbrechende Lösungen für eine gesündere Gesellschaft in einer sich schnell verändernden Welt zu entwickeln. Interdisziplinäre Forschungsteams fokussieren sich auf umweltbedingte Krankheiten, insbesondere die Therapie und die Prävention von Diabetes, Adipositas, Allergien und chronischen Lungenerkrankungen. Mittels künstlicher Intelligenz und Bioengineering transferieren die Forschenden ihre Erkenntnisse schneller zu den Patient:innen. Helmholtz Munich zählt mehr als 2.555 Mitarbeitende und hat seinen Sitz in München/Neuherberg. Es ist Mitglied der Helmholtz-Gemeinschaft, mit mehr als 48.000 Mitarbeitenden und 18 Forschungszentren die größte Wissenschaftsorganisation in Deutschland. Mehr über Helmholtz Munich (Helmholtz Zentrum München Deutsches Forschungszentrum für Gesundheit und Umwelt GmbH): www.helmholtz-munich.de

Die AOK Bayern betreut mit rund 11.000 Mitarbeitenden mehr als 4,6 Millionen Versicherte und ist in 34 Direktionen mit rund 200 persönlichen Beratungsstellen in Bayern vor Ort präsent. Die größte gesetzliche Krankenkasse Bayerns baut auf innovative Modellvorhaben und Verträge, um die medizinische Versorgung ihrer Versicherten ständig zu verbessern. Als Gesundheitskasse setzt die AOK Bayern einen starken Fokus auf die Gesundheitsförderung.

[AOK Bayern | Presse | AOK Bayern](#)

Kontakt:

Helmholtz Munich

Frank Horlbeck, Leiter Kommunikation und strategische Beziehungen (komm.) und
Leiter Wissenschaftskommunikation

Helmholtz Munich, Ingolstädter Landstraße 1, 85764 Neuherberg

Tel: +49 89 318749008

E-Mail: frank.horlbeck@helmholtz-munich.de

AOK Bayern – Die Gesundheitskasse

Sebastian Küster, Pressesprecher

Zentrale, Carl-Wery-Straße 28

81739 München

Tel: 089 62730-146

E-Mail: presse@by.aok.de