AOK Bayern
Die Gesundheitskasse.

Pressemitteilung

Gesundmacher-Award 2026: Ideen für mehr gesunde Betriebe in Bayern ausgezeichnet

- **Drei Unternehmen überzeugten die Fachjury**
- **Engagement von Beschäftigten unter 35 Jahren**
- **Mental Health, Frauengesundheit, Ernährung im Fokus**

München, 5. November 2026

Mit dem GesundMACHER-Award hat die Gesundheitskasse am 4. November 2026 zum dritten Mal herausragende Projekte junger Beschäftigter in Betrieben ausgezeichnet. Bei der Preisverleihung in der AOK Direktion Nürnberg wurden drei Unternehmen geehrt, die mit kreativen, praxisnahen und nachhaltigen Konzepten neue Impulse für eine gesunde Arbeitswelt setzen.

24 Projektideen und -konzepte aus ganz Bayern wurden bis Ende August bei der AOK Bayern eingereicht. Drei Initiativen überzeugten die mit Expertinnen und Experten des Betrieblichen Gesundheitsmanagements besetzte Jury besonders.

SPANGLER GmbH aus Töging im Altmühltal
In dem Projekt werden Naturschutz, gesunde Ernährung und mentales Wohlbefinden zu einem nachhaltigem Gesundheitskonzept miteinander verknüpft.
Gesundheitswochen, Kochaktionen, Bewegungsimpulse und Naturschutzprojekte schaffen abwechslungsreiche Lern- und Erlebnisräume, die weit über den Ausbildungsalltag hinauswirken. Ob bei Spaziergängen entlang der Altmühl, kreativen Mitmachaktionen oder beim Bau von Eidechsenburgen und Insektenhotels: Die Auszubildenden erleben Gesundheit auf vielfältige Weise und gestalteten gleichzeitig ihr Umfeld aktiv mit.

Kontakt und Information

Sebastian Küster, Telefon 089 62730-146, presse@by.aok.de
AOK Bayern, Carl-Wery-Str. 28, 81739 München
aok.de/bayern

Indem digitale Lebenswelten bewusst mit Naturerfahrungen verbunden werden, entsteht ein innovativer Gesundheitsansatz, der junge Menschen stärkt und sie für die Herausforderungen der Zukunft befähigt.

Ausbildungszentrum der Hirschvogel Umformtechnik GmbH aus Denklingen
Das Programm „TC.CONNECT Stark durchs Jahr" stellt die Stärkung der mentalen und sozialen Kompetenzen junger Mitarbeitender konsequent in den Mittelpunkt. Durch präventive Maßnahmen, gezielte Gesundheitsbildung und passgenaue Unterstützungsangebote wird Gesundheitsförderung nachhaltig in den Ausbildungsalltag integriert und zahlt auch auf die Persönlichkeitsentwicklung der Auszubildenden ein.
Neben regelmäßigen Reflexionsgesprächen und interaktiven Austauschformaten beschäftigen sich die jungen Beschäftigten in Workshops mit Themen wie Stress, Leistungsdruck, Unsicherheiten und dem Umgang mit herausfordernden Situationen. Ebenso werden die Ausbilder gezielt geschult, Belastungen frühzeitig wahrzunehmen, Entwicklungsgespräche sicher zu führen und junge Menschen auf ihrem Weg noch besser zu begleiten.

Gesundheitsnetz QuE eG aus Nürnberg
Das Konzept setzt mit innovativen und alltagstauglichen Formaten neue Akzente für das Thema Frauengesundheit. Das Projekt greift gesundheitliche Herausforderungen wie hormonelle Veränderungen gezielt auf und macht ein Thema sichtbar, das bislang oft wenig Beachtung findet. Mit Teamimpulsen, Reset-Karten und kurzen Microbreaks schafft es niedrigschwellige Zugänge, fördert den Dialog und unterstützt die nachhaltige Verankerung im Praxisalltag. Gleichzeitig stärkt es Führungskräfte in ihrer Rolle, Gesundheitsthemen offen anzusprechen und passende Rahmenbedingungen für ihre Mitarbeitenden zu schaffen.

„Es ist beeindruckend, mit wie viel Kreativität und Engagement junge Beschäftigte Gesundheitsförderung gestalten. Ihre Projekte zeigen, wie der Weg vom Wissen ins Tun gelingt und damit zu mehr gesunden Lebensjahren beiträgt", sagt Stephan Abele, stellvertretender Vorstandsvorsitzender der AOK Bayern.

Austausch, Inspiration und wissenschaftliche Impulse
Neben der Preisverleihung ermöglichte das Event den Teilnehmenden Austausch und Vernetzung. Im AwardTalk gewährten die Preisträgerinnen und Preisträger spannende Einblicke in ihre Projekte und diskutierten mit den Teilnehmenden über Erfolgsfaktoren einer modernen Gesundheitsförderung.

Kontakt und Information

Sebastian Küster, Telefon 089 62730-146, presse@by.aok.de
AOK Bayern, Carl-Wery-Str. 28, 81739 München
aok.de/bayern

Als weiterer Höhepunkt folgte eine Keynote zum Titel der Veranstaltung „Gesunde Arbeit beginnt im Kopf“ von Dr. Laura Wünsch, Neurowissenschaftlerin, Autorin und Mental-Health-Expertin. Sie skizzierte die Auswirkungen von Stress, Reizüberflutung und dauerhaften Belastungen auf das Gehirn und zeigte auf, welche Strategien helfen können, Fokus, Resilienz und psychische Gesundheit im Arbeitsalltag nachhaltig zu stärken.

Gute Ideen sichtbar machen
„Mit dem Gesundmacher-Award zeigen wir, wie Gesundheitsförderung in Unternehmen ganz konkret aussehen kann. Die ausgezeichneten Beispiele sollen dazu ermutigen, gute Ideen in die Praxis zu übertragen. So entsteht aus Wissen konkretes Handeln“, sagt Annette Lutz, Bereichsleiterin Gesundheitsförderung der AOK Bayern.

Der 2024 ins Leben gerufene Wettbewerb richtet sich an Beschäftigte unter 35 Jahren in bayerischen Unternehmen und Organisationen. Ziel ist es, innovative Gesundheitsprojekte zu fördern und jungen Menschen eine Plattform für ihre Ideen zu geben. Die diesjährigen Preisträgerinnen und Preisträger zeigen erneut eindrucksvoll, dass betriebliche Gesundheitsförderung ein entscheidender Baustein für eine attraktive und zukunftsfähige Arbeitswelt ist.

Kontakt und Information

Sebastian Küster, Telefon 089 62730-146, presse@by.aok.de
AOK Bayern, Carl-Wery-Str. 28, 81739 München
aok.de/bayern