

Pressemitteilung

Gesundheit und Prävention ins Klassenzimmer bringen: AOK Rheinland/Hamburg startet neuen Schulwettbewerb „Gesundhype“

Weiterführende Schulen im Rheinland und in Hamburg können teilnehmen und ein exklusives Abschluss-Event mit „Fast Boy“ gewinnen

Düsseldorf, 16.10.2025

Die Themen mentale Gesundheit und Bewegung direkt in den Alltag von Jugendlichen bringen: Das ist das Ziel von „Gesundhype“, dem neuen interaktiven Schulwettbewerb der AOK Rheinland/Hamburg. Mit spielerischen Elementen in Form eines Gamification-Ansatzes und dem Gewinn eines exklusiven Abschluss-Event mit dem DJ-Duo „Fast Boy“ will die AOK Rheinland/Hamburg Jugendliche erreichen und für präventive Gesundheitsroutinen begeistern.

Die Idee des Schulwettbewerbs: Die Schülerinnen und Schüler fördern ihre physische und psychische Gesundheit durch eine aktive Teilnahme und lernen, wie wichtig Bewegung und mentale Gesundheit im Alltag sind. Der Wettbewerb läuft über die Microsite gesundhype.vigozone.de, die als zentrales Aktionszentrum dient. Schulklassen aus dem Rheinland und aus Hamburg melden sich über die Website an und sammeln im Zeitraum Oktober 2025 bis März 2026 Punkte, indem sie verschiedene Challenges absolvieren. Jugendliche zwischen 14 und 19 Jahren treten in Klassenverbänden gegeneinander an und bearbeiten Aufgaben aus den Kernbereichen Bewegung und mentale Gesundheit. Die Challenges reichen von sportlichen Foto-Uploads bis hin zu kurzen Selbsttests sowie Aufgaben zur Selbstreflektion und Achtsamkeit. Jede erledigte Aufgabe

bringt Punkte, die in ein öffentliches Klassenranking einfließen, das regelmäßig aktualisiert wird. So behalten Klassen stets den Überblick über ihren Fortschritt und können sich gezielt motivieren. Ergänzt wird der Wettbewerb durch eine aktive Social-Media-Begleitung: Updates und Community-Inhalte sind direkt in der Lebenswelt der Jugendlichen sichtbar. So entsteht eine digitale Erweiterung des Wettbewerbs, die neben den Präsenzaufgaben zusätzliche Inspiration, Motivation und Austauschmöglichkeiten bietet.

Die ausgewählten Themen und die Gestaltung des Wettbewerbs basieren auf einer vorausgegangenen Marktforschung und Befragung von Schülerinnen und Schülern sowie Lehrkräften. Diese hatte ergeben, dass vor allem die Themen mentale Gesundheit und Bewegung im Fokus der Zielgruppe liegen.

„Mit ‚Gesundhype‘ setzen wir bewusst auf einen spielerischen Zugang zu Prävention“, sagt Sabine Deutscher, Vorstandsmitglied der AOK Rheinland/Hamburg. „Unser Ziel ist es, Jugendliche dafür zu begeistern, ihre Gesundheit positiv zu erleben und neue, gesunde Routinen zu entwickeln. Durch die Kombination aus Gamification, digitaler Begleitung und realem Erlebnis schaffen wir eine Initiative, die Prävention dort stärkt, wo sie am meisten bewirken kann – im Alltag junger Menschen.“

Von der Challenge zur Bühne: Live-Event für die erfolgreichsten Klassen

Höhepunkt des Wettbewerbs „Gesundhype“ ist ein exklusives Abschluss-Event für die engagiertesten Klassen im April 2026. Als Belohnung für ihren Einsatz erleben die Gewinnerinnen und Gewinner einen Schultag der besonderen Art – mit einem Gig des DJ-Duos „Fast Boy“ und interaktiven Stationen, die sich mit den Themen des Wettbewerbs befassen. Die 15 besten Klassen des Gesamt-Rankings erhalten zudem Geldpreise in Höhe von insgesamt 5000 Euro.