

Pressemitteilung

GesundMacher Award 2025 – AOK Bayern vergibt erneut Preis in der Betrieblichen Gesundheitsförderung

München, 9. April 2025

Unter dem Motto „Mentale Gesundheit“ startet der GesundMacher Award der AOK Bayern dieses Jahr in die zweite Runde. Der Wettbewerb richtet sich speziell an Talente unter 35 Jahren und fordert dazu auf, Projekte zu entwickeln, die die mentale Gesundheit der Generation Z (Geburtsjahrgänge zwischen 1995 und 2010) am Arbeitsplatz fördern. Alle bayerischen Unternehmen haben bis Ende August 2025 die Möglichkeit, ihre jungen Mitarbeitenden zu motivieren, sich in Teams zusammenzuschließen und kreative Konzepte für die Förderung der mentalen Gesundheit zu entwickeln. Die drei besten Projektideen werden von einer Fachjury ausgewählt und mit jeweils 5.000 Euro prämiert.

Mehr Prävention am Arbeitsplatz rund um psychische Belastungen

Die zunehmenden psychischen Belastungen, vor allem unter jungen Beschäftigten, sind eine der größten Herausforderungen des modernen Arbeitslebens. Eine aktuelle Auswertung des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WiDO) zeigt, dass die Zahl der psychischen Erkrankungen steigt: Zwar entfallen nur 4,5 Prozent aller Arbeitsunfähigkeitsfälle auf psychische Erkrankungen – und doch machen sie insgesamt 11,5 Prozent aller Arbeitsunfähigkeitstage aus. Der Grund: Mit durchschnittlich 27,5 Arbeitsunfähigkeitstagen je Fall verursachten sie im Vergleich der Krankheitsarten die längsten Ausfallzeiten. Diese Zahlen verdeutlichen, wie wichtig es ist, präventive Maßnahmen zur Förderung der mentalen Gesundheit am Arbeitsplatz zu entwickeln.

GesundMacher Award für gute Ideen im Betrieblichen Gesundheitsmanagement

„Wir wollen jungen Menschen mit dem GesundMacher Award eine Plattform bieten. Dort können sie innovative Ideen einbringen, die konkrete Lösungen für

die mentale Gesundheit am Arbeitsplatz darstellen“, so Annette Lutz, Bereichsleiterin Gesundheitsförderung bei der AOK Bayern. „Es geht darum, die Arbeitswelt positiv zu verändern und gleichermaßen eine Unternehmenskultur zu gestalten, in der mentale Gesundheit eine zentrale Rolle spielt.“

Mehrwert für junge Beschäftigte und Unternehmen

Der GesundMacher Award schafft eine Win-Win-Situation. Junge Talente entwickeln kreative Konzepte, die das Arbeitsumfeld verbessern und dabei helfen, das Bewusstsein für mentale Gesundheit zu stärken. Dadurch fördern sie automatisch Innovation im Unternehmen. Durch die intensive Beschäftigung mit gesundheitsrelevanten Themen erlangen die Teilnehmenden zudem wertvolles Wissen und setzen es in die Praxis um. Gleichzeitig stärken sie damit ihre Gesundheitskompetenzen. Indem Unternehmen die mentale Gesundheit aktiv unterstützen, zeigen sie, dass sie sich für das Wohl ihrer Mitarbeitenden einsetzen – ein wichtiger Beitrag zu einer zufriedenen Belegschaft und einer positiven Unternehmenskultur. Außerdem positionieren sie sich als attraktive Arbeitgeber und gewinnen somit im Wettbewerb um die besten Talente.

Egal ob Workshops zur Stärkung der mentalen Gesundheit oder Stressmanagement-Tools - der Kreativität bei den Projektideen sind keine Grenzen gesetzt. Alle bayerischen Unternehmen können sich ab sofort online bis zum 31. August 2025 mit den innovativen Ansätzen ihrer jungen Mitarbeitenden bewerben. Eine Jury, bestehend aus Expertinnen und Experten des Betrieblichen Gesundheitsmanagements, bewertet alle Einsendungen nach einheitlichen Kriterien und wählt die Preisträgerinnen und Preisträger aus.

Über den GesundMacher Award

Der GesundMacher Award wird seit 2024 von der AOK Bayern ausgerichtet und bietet jungen Beschäftigten eine Plattform, um ihre Ideen zu innovativen Projekten im Bereich der Betrieblichen Gesundheitsförderung umzusetzen. Im vergangenen Jahr haben sich bereits 40 Unternehmen unterschiedlichster Branchen beworben. Der Fokus des diesjährigen Wettbewerbs liegt auf dem Thema „Mentale Gesundheit“ – eine der drängendsten Fragen der modernen Arbeitswelt.

Weitere Informationen und Anmeldung auf www.aok.de/bayern/gesundmacher.