Pressemitteilung

# Magdeburg: Gesundheitsförderung aktiv gestalten

## Kostenfreier Workshop der AOK zeigt Methoden, um mehr Gesundheit ins Unternehmen zu integrieren

Magdeburg, 2. April 2025

Wie gelingt es, gesundheitsfördernde Maßnahmen nicht nur zu kennen, sondern sie auch wirklich umzusetzen? Ein praxisnaher und kostenfreier Workshop der AOK Sachsen-Anhalt gibt am 23. April in Magdeburg Unternehmen wertvolle Impulse, wie sie ein gesundheitsförderliches Verhalten unter ihren Mitarbeitenden unterstützen können.

In dem Workshop „Methoden für mehr Motivation zu gesunden Entscheidungen“ am **23. April von 9 bis 16 Uhr** an der **Hochschule Magdeburg-Stendal** lernen die Teilnehmenden bewährte Methoden wie Nudging kennen. Nudges sind kleine „Anstupser“, die den Rahmen für Entscheidungen so gestalten, dass gesunde, nachhaltige oder generell wünschenswerte Entscheidungen wahrscheinlicher werden – ohne dabei die Entscheidungsfreiheit einzuschränken. Dabei geht es nicht um Manipulation, sondern um wirkungsvolle Entscheidungshilfen, die dabei helfen, gesundheitsfördernde Maßnahmen im Unternehmen auch umzusetzen.

Anhand von Praxisbeispielen zeigen Experten auf, wie sich diese Methoden schrittweise in den Unternehmensalltag integrieren lassen. Die Teilnehmer erhalten Anregungen, um ihre betriebliche Gesundheitsförderung effektiver zu gestalten und somit das Wohlbefinden und die Gesundheit ihrer Mitarbeitenden zu stärken.

Das Seminar findet statt am **23. April von 9 bis 16 Uhr** an der **Hochschule Magdeburg-Stendal, Breitscheidstraße 51** und richtet sich exklusiv an Unternehmen mit einem Standort in Sachsen-Anhalt.

Zur Anmeldung geht es unter <https://www.deine-gesundheitswelt.de/bgm/bgm-wissenstage>

Zur AOK Sachsen-Anhalt:

Die AOK Sachsen-Anhalt betreut rund 840.000 Versicherte und 50.000 Arbeitgeber online und vor Ort im ganzen Land. Mit einem Marktanteil von 41 Prozent ist sie die größte regionale Krankenkasse in Sachsen-Anhalt.



QR-Code zur Anmeldeseite