

AOK PLUS 



Bis zu
5000 €
für euren
Verein.

**Vorsorge trifft
Vereinsliebe.**

Aus Liebe zur Gesundheit



3 Aktionsbeschreibung

4 Checkliste Vereinsaktion

5 Bereiche der Gesundheit

7 FAQ

10 Sonderpreise

11 Kontakt



Aktionsbeschreibung

Vorsorge trifft Vereinsliebe

✓ Einfach mitmachen

Egal, ob Sport- oder Leseverein – jeder kann mitmachen. Nach der Anmeldung erhaltet ihr ein Starterpaket und könnt direkt loslegen. Dann heißt es: aktiv werden, Gesundheitsmomente sammeln und festhalten.

✓ Eure Chance

Ihr stärkt nicht nur das Miteinander in eurem Verein, sondern habt auch die Chance auf attraktive Preise. Im Rahmen der großen Vereinsaktion könnt ihr euch bis zu 5.000 Euro sichern. Die ersten 100 angemeldeten Vereine erhalten außerdem eine Sofortprämie von 100 Euro.

✓ Los gehts

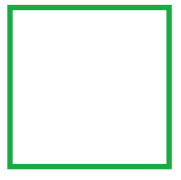
So wird aus eurem Einsatz ein gemeinsames Projekt, das verbindet, motiviert und belohnt. Also wartet nicht länger, macht mit und zeigt, wie viel Gesundheit, Zusammenhalt und Vereinsliebe in euch steckt.



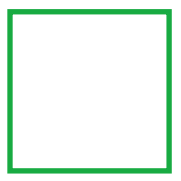
Checkliste Vereinsaktion



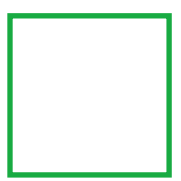
Meldet euch an und erhaltet das „Starterpaket für Vereine“.



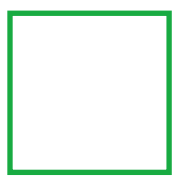
Teilt die **Social-Media-Postings** und hängt das **Plakat** im Vereinsheim auf.



Beschäftigt euch mit den **Themen der Gesundheit (Bewegung, Ernährung, Mentale Gesundheit und Vorsorge)** und entscheidet, in welchen zwei Bereichen ihr als Verein **Gesundheitsmomente sammeln** wollt.



Vermerkt eure Erfolge in der **Aktionskarte**.



Sendet die ausgefüllte Aktionskarte + Foto eures Gesundheitsmomentes oder Screenshot eures Social-Media-Posts bis zum **31.07.2026** an vereinsaktion2026@plus.aok.de

Bitte achtet beim Fotografieren auf Kinder- und Jugendschutz sowie auf ein faires, respektvolles Miteinander. Radikalisierende, anzügliche oder denunzierende Darstellungen sind nicht erwünscht.

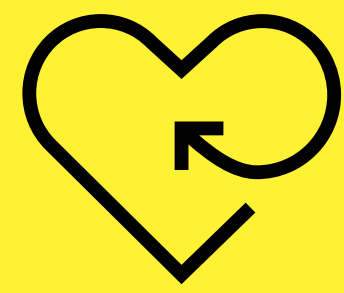
Bis zu
5000 €
für euren
Verein.

Prämiert wird ab dem **31.08.2026**

Die AOK PLUS wünscht allen Teilnehmenden viel Spaß.

Bereiche der Gesundheit

Dein PLUS
fürs gesündere Ich.



Bei unserer Gesundheitsinitiative dreht sich alles um Bewegung, Ernährung, mentale Gesundheit und Vorsorge. Wer diese vier Bereiche stärkt, schafft die Grundlage für mehr Energie, Ausgeglichenheit und ein gesundes Miteinander – im Alltag und im Verein.

Mehr erfahren unter: plus.aok.de/deinplus

Bewegung

Bewegung hält Körper und Kreislauf fit und stärkt das Wohlbefinden. Entdeckt mit der AOK PLUS, wie leicht ihr Bewegung in eurem Verein integrieren könnt, z.B. mit unseren Gesundheitskursen.

Ernährung

Eine ausgewogene Ernährung liefert Energie und stärkt eure Gesundheit langfristig. Mit unseren Tipps und Angeboten unterstützen wir euch dabei – alltagstauglich, genussvoll und gesund. Probiert's Ma(h)l mit unseren Ernährungszielen in der App AOK NAVIDA.

Bereiche der Gesundheit



Mentale Gesundheit

Mentale Gesundheit ist ein wichtiger Bestandteil unseres Wohlbefindens – auch im Vereinsleben. Mit unseren Tipps und Angeboten, wie z.B. Entspannungskurse, helfen wir euch, Stress besser zu bewältigen und ausgeglichen zu bleiben.



Vorsorge

Vorsorge hilft dabei, langfristig gesund zu bleiben. Sie schafft Sicherheit und stärkt das eigene Körperbewusstsein. Gemeinsame Vorsorgeaktionen im Verein machen das Thema erlebbar und motivieren, aktiv zu bleiben. Mit unseren Angeboten, wie z.B. regelmäßige Gesundheits-Check-ups oder gezielte Krebsvorsorge, unterstützen wir euch dabei.

FAQ

1. In welchem Zeitraum findet die Aktion statt?

Die Aktion läuft vom 15.04.2026 bis 31.07.2026.

2. Wie kann ich unseren Verein anmelden?

Die Anmeldung zur Aktion ist ausschließlich online über das Anmeldeformular auf der Website plus.aok.de/vereinsaktion möglich.

3. Was enthält das Starterpaket?

Im online verfügbaren Starterpaket findet ihr alle Infos zur Aktion, die Aktionskarte, eine Checkliste mit allen wichtigen Infos, ein A4-Plakat zum Download mit QR-Code zur Landingpage und Vorlagen für Social Media Posts zum Bekanntmachen der Aktion.

4. Wie kann mein Verein an der Verlosung teilnehmen?

Nach der Anmeldung muss jeder Verein eine Aktionskarte mit mindestens 2 ausgefüllten Feldern und ein Foto einer Aktion oder einen Screenshot eines Social Media Posts per E-Mail an vereinsaktion2026@plus.aok.de senden.

5. Wie groß dürfen die Dateien sein, die ans Postfach geschickt werden?

In einer E-Mail dürfen Dateianhänge mit einer Größe von max. 20 MB enthalten sein.

6. Erhöhen mehrere E-Mails pro Verein die Gewinnchancen?

Je Verein reicht eine E-Mail für die Teilnahme an der Aktion. Ihr müsst uns nicht mehrfach kontaktieren.

FAQ

7. Welche Aktivitäten zählen als „Aktion“ im Verein?

Zum Beispiel der gemeinsame Zieleinlauf, die Trinkpause, Meditations- oder Yoga-Sessions, die Organisation eines Erste-Hilfe-Kurses, die Hilfe beim Schachspielen, der gemeinsame Torjubel, die Obstplatte oder Bananenpause beim Kinderturnier oder gemeinsame Kochabende mit gesunden Rezepten. Eurer Phantasie sind hier keine Grenzen gesetzt.

8. Was muss ich beim Fotografieren beachten?

Bitte achtet beim Knipsen der Fotos auf Kinder- und Jugendschutz. Für Radikalisierung, anzügliche Posen und denunzierende Gesten haben wir kein Verständnis. Bitte achtet auf ein faires und respektvolles Miteinander. DANKE!

9. Wie erhalten die ersten 100 teilnehmenden Vereine die Prämie?

Die ersten 100 Vereine, die sich für die Vereinsaktion 2026 registrieren, erhalten jeweils einmalig je Verein 100 €. Diese Ermittlung erfolgt losgelöst vom Verlosungszeitraum – die Gewinner werden zeitnah, nach Erreichen der 100 Registrierungen, benachrichtigt.

10. Wann werden die Sieger ermittelt und wie geht es danach weiter?

Bis 31.08.2026 ermitteln wir die Siegervereine. Danach werden diese kontaktiert und in gemeinsamen Terminen das weitere Vorgehen (Event, symbolische Scheckübergabe, Fototermin, Interview usw.) abgestimmt.

FAQ

11. Was muss unser Verein tun, um einen der zwei Sonderpreise zu gewinnen?

Im Rahmen der Vereinsaktion 2026 werden über Social Media-Kampagnen zwei Sonderpreise (siehe Seite 10) verlost. Die Gewinner der Sonderpreise werden durch eine interne Jury der AOK PLUS ermittelt. Grundlage bilden Kommentare des Vereins unter den entsprechenden Postings via Social Media für diesen Sonderwettbewerb.

12. Wer darf offiziell an der Aktion teilnehmen?

Das Mindestalter für die Teilnahme am Gewinnspiel beträgt 18 Jahre. Mitarbeitende der AOK PLUS sind von der Teilnahme ausgeschlossen.

13. Welche Vereine dürfen an der Aktion teilnehmen?

Die teilnehmenden und registrierten Vereine müssen gemäß Eintrag ins Vereinsregister „eingetragene Vereine (e.V.)“ sein und ihren Sitz und primären **Tätigkeitsbereich in Sachsen oder Thüringen** haben.

Folgende Vereine werden von der Vereinsaktion 2026 ausgeschlossen: Vereine, die nicht auf Basis der demokratischen Grundordnung beruhen; politische Vereine; Fanclubs.

Empfeht die AOK PLUS weiter und sichert euch zusätzlich 30 Euro für euren Verein. Das geht ganz einfach unter: plus.aok.de/empfehlung/verein

Dein PLUS
fürs gesündere Ich.

Sonderpreise

Sonderpreis 1:

Fünf Hotelgutscheine für jeweils zwei Übernachtungen à zwei Personen in einem Ahorn-Hotel warten auf die guten Seelen eurer Vereine. Die kreativsten Kommentare auf Social Media, in denen ihr begründet, warum die eigene gute Vereinsseele gewinnen sollte, werden belohnt.

Sonderpreis 2:

Wir verlosen fünf Jahresabos von Lichtenauer Mineralquellen für je einen Verein (Mineralwasser=400 Kästen à 12x 1,0l PET Mehrweg), der uns in den Kommentaren am kreativsten und emotionalsten begründet, warum der jeweilige Verein eine Erfrischung verdient hat.



Die Sonderpreise werden ausschließlich über Social Media verlost.

WhatsApp

Instagram

Facebook

TikTok

Los gehts

Alle Details zur Aktion findet ihr auf:
plus.aok.de/vereinsaktion



**AOK PLUS. Die Gesundheitskasse
für Sachsen und Thüringen.**

Sternplatz 7
01067 Dresden

Servicetelefon: 0800 1059000*
 Service E-Mail: service@plus.aok.de
 Internet: plus.aok.de

*deutschlandweit kostenfrei und das rund um die Uhr aus allen Netzen

Stand: April 2026 – AOK PLUS

