Pressemitteilung

Digitale Ruhe statt Dauerstress

Veranstaltung der IKK classic und der Kreishandwerkerschaft Paderborn-Lippe mit „Dr. Stress“ Sabine Schonert-Hirz

Paderborn, 17. Oktober 2025. Ständig online, immer erreichbar. Digitale Reize bestimmen unseren Alltag. Doch wer konzentriert arbeitet, bleibt gesünder und zufriedener. Wie das gelingt, zeigt die IKK classic gemeinsam mit der Kreishandwerkerschaft Paderborn-Lippe in einer besonderen Veranstaltung am 30. Oktober 2025 ab 18 Uhr in den Räumen der Kreishandwerkerschaft, Forum des Handwerks 1, 33098 Paderborn.

Vortrag mit „Dr. Stress“
Unter dem Motto „Wie Sie digitalen Stress reduzieren und sofort produktiv und gesund arbeiten“ erklärt Dr. med. Sabine Schonert-Hirz, bekannt als „Dr. Stress“ aus Fernsehen und Presse, wie wir uns gegen die digitale Ablenkung wappnen. Die Ärztin und Speakerin zeigt, warum uns Konzentration heute so schwerfällt und wie wir sie gezielt stärken.

Ein Abend voller Impulse
Dirk Langert, Regionaldirektor der IKK classic, eröffnet zusammen mit und Michael Lutter, Hauptgeschäftsführer der Kreishandwerkerschaft Paderborn-Lippe, die Veranstaltung. Im Anschluss spricht Dr. med. Sabine Schonert-Hirz über Wege zu mehr Fokus und gesunder Produktivität. Danach berichtet das Familienunternehmen Kluthe Zahntechnik GmbH aus Paderborn über eigene Erfahrungen im betrieblichen Gesundheitsmanagement mit der IKK classic.

Jetzt anmelden
Die Teilnahme ist kostenfrei, die Plätze sind jedoch begrenzt.
Anmeldung bis zum 27.10.2025 unter www.ikk-classic.de/drstress301025

Fragen beantwortet Vanessa Lesniak unter 05251 87977-1053 oder per E-Mail vanessa.lesniak@ikk-classic.de
.

Die IKK classic ist mit rund drei Millionen Versicherten die führende handwerkliche Krankenversicherung und eine der großen Krankenkassen in Deutschland. Die Kasse hat rund 7.000 Beschäftigte an 159 Standorten im Bundesgebiet. Ihr Haushaltsvolumen beträgt über 15 Milliarden Euro.
www.ikk-classic.de/presse

Juliane Mentz
Pressesprecherin

Viktoria Durnberger
stv. Pressesprecherin

Tel: 0351 4292-281 450
presse@ikk-classic.de