

## „Gesund leben darf kein Strafprogramm sein“

### **Betriebliches Gesundheitsmanagement als Gewinn für Arbeitgeber und Beschäftigte – Unterhaltsamer Impulsabend der IKK classic sowie der Kreishandwerkerschaften Fürstentfeldbruck und Dachau**

**Augsburg, 25.06.2026.** Die Gesundheit der Mitarbeitenden entwickelt sich immer mehr zum entscheidenden Erfolgsfaktor für Unternehmen. Um dieses Thema drehte sich alles am 17. Juni im Veranstaltungsforum Fürstentfeld, wo rund 100 Unternehmerinnen und Unternehmer, überwiegend aus dem Handwerk, zusammenkamen. Die IKK classic verdeutlichte gemeinsam mit den Kreishandwerkerschaften Fürstentfeldbruck und Dachau, wie Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) mit neuen Perspektiven und praxisnahen Ansätzen im Alltag wirken kann.

Welchen Stellenwert das Thema einnimmt, machte Stephan Rauch, Regionaldirektor der IKK classic aus Augsburg, in seiner Begrüßungsrede deutlich: „Gesundheitsmanagement ist weit mehr als ein Apfel im Pausenraum. Entscheidend sind Bewusstsein, Haltung und die Bereitschaft, Gesundheit aktiv zu fördern.“

#### **Gesundheit darf Spaß machen**

Für den inhaltlichen Höhepunkt sorgte der aus dem Fernsehen bekannte WDR-Moderator „Doc Esser“. Mit seinem Vortrag „Gesund gestorben ist trotzdem tot“ nahm er die Gäste mit auf eine ebenso unterhaltsame wie fundierte Reise durch die Welt der Gesundheit. Seine Kernbotschaft: Gesundheit hat wenig mit Verzicht und Perfektion zu tun, dafür umso mehr mit Ausgewogenheit.

Weder exzessiver Sport noch strenge Ernährungsregeln oder sozialer Rückzug führten langfristig zu einem gesunden Leben. Stattdessen stellte Doc Esser, mit bürgerlichem Namen Dr. med. Heinz-Wilhelm Esser, Oberarzt für Innere Medizin und Leiter der Pneumologie am Klinikum Remscheid, drei zentrale Säulen in den Mittelpunkt: Bewegung, Ernährung und psychische Stabilität. „Gesund leben darf kein Strafprogramm sein. Es muss Freude machen“, brachte er seine Philosophie auf den Punkt.

Mit zahlreichen Praxisbeispielen zeigte der Mediziner auf, wie regelmäßige Bewegung das Risiko für Erkrankungen wie Bluthochdruck, Typ-2-Diabetes oder Arteriosklerose senken kann. Besonders eindrucksvoll war sein Appell, soziale Kontakte und geistige Aktivität nicht zu

unterschätzen. Für ein leistungsfähiges Gehirn brauche es mehr als Kreuzworträtsel. Entscheidend seien Austausch, Neugier, Bewegung und positive Erlebnisse.

### **BGM als Erfolgsfaktor**

Angela Ritter, Geschäftsführerin von Ritter + Bader Cooling Systems, berichtete aus der Praxis, wie ein Betriebliches Gesundheitsmanagement gemeinsam mit der IKK classic im Unternehmen Schritt für Schritt eingeführt wurde. Entscheidend seien das Vorleben durch die Führung, geringe Einstiegshürden und eine offene Unternehmenskultur. „Gesundheit lässt sich nicht verordnen, sie entsteht gemeinsam“, sagte Ritter. Seitdem gibt es weniger krankheitsbedingte Ausfälle, auch das Betriebsklima habe sich noch weiter verbessert.

Dr. Matthias Schönberger, Geschäftsführer der Innung für Elektro- und Informationstechnik München, sieht im Thema einen wichtigen Zukunftsfaktor für seine rund 700 Mitgliedsbetriebe. „Die Gesundheit der Mitarbeitenden ist eine wesentliche Voraussetzung für Leistungsfähigkeit und Erfolg. Deshalb sollten wir das Thema noch stärker in die Betriebe tragen.“

Auch Georg Auer, Obermeister der Innung für Elektro- und Informationstechnik München, nahm konkrete Impulse für seinen eigenen Betrieb mit und kündigte an, das Thema Betriebliches Gesundheitsmanagement künftig stärker zu verankern.

Bettina Zellhuber, Kreishandwerksmeisterin der Kreishandwerkerschaft Fürstenfeldbruck, die zugleich für die mitveranstaltende Kreishandwerkerschaft Dachau sprach, brachte den Erfolg des Abends auf eine einfache Formel: „Wenn heute nur ein Gedanke mit nach Hause genommen und anschließend umgesetzt wird, dann hat sich die Veranstaltung bereits gelohnt.“

**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 über 150 Standorten im Bundesgebiet. Ihr Haushaltsvolumen beträgt über 15 Milliarden Euro.**

[www.ikk-classic.de/presse](http://www.ikk-classic.de/presse)