

---

**Justus Randt**zur Gesundheitsvorsorge

---

**W**er sind die Guten? Wenn auf diese Frage alle die Hand heben können, ist viel geschafft. Mehr, als dass nur für ein bisschen Bewegung gesorgt wäre. Wie in Obernkirchen, wo eine Krankenkasse, die Politik, Betriebe und vor allem die Bevölkerung den einmal genommenen Anlauf zum großen Schwung verstärkt haben, dem Gesundsein zu einem Gesundheitsbewusstsein zu verhelfen. Fünf Portionen Gemüse und Obst pro Tag, ausreichend Bewegung, nicht rauchen und Alkoholkonsum in Maßen – die Verhaltensgrundregeln, die sich aus der zugrunde liegenden Epic-Studie ergeben, sind Weltwissen. Beherzigt werden sie deshalb längst noch nicht. Hand aufs Herz, Hand auf den Bauch – wer wüsste das nicht?

Die Obernkirchner haben es geschafft, der persönlichen Gesundheitsvorsorge Geltung im alltäglichen Leben zu verschaffen. Das Thema ist präsent in Betrieben und in Schulen. Die mittlerweile vier Wandelwege im Zentrum der Kleinstadt lassen sich nicht nicht so einfach ignorieren. Und wenn selbst das lokale Geschäftsleben den neuen Gesetzen gehorcht und Küchenstudios wie Blumenhändler es schaffen, in

ihre Werbung Gesundheitsaspekte einzubauen, ohne dass es komisch wirkt, ist doch einiges geschafft.

Wenn Mitarbeiter plötzlich – wie um die Wette – Prüfungen zum Sportabzeichen abzulegen beginnen, dürfte es nicht mehr lange dauern, bis beispielsweise der Pamps von der Speisekarte der Firmenkantine verbannt ist. Solche kleinen, aber wichtigen Schritte zu Nachhaltigkeit dürfte es viele geben auf dem Obernkirchner Weg. Der Mitmachereffekt scheint zu funktionieren, ohne dass Zwanghaftigkeit die Vorzüge ins Gegenteil verkehrte.

Der betrieblichen Gesundheitsvorsorge, die längst nicht in jedem Unternehmen selbstverständlich ist, dürfte bald neue Geltung zukommen. Das wird einer der spannenden Aspekte sein, wenn die Universität Bielefeld das Fitness-Treiben auf seine Wirksamkeit hin untersucht. Nicht minder interessant ist, ob die Krankenkasse kostenmindernde Vorsorgeerfolge feststellt, oder ob sie einfach besonders erfolgreich für sich Reklame gemacht hat. Auf jeden Fall hat sie es geschafft, weit größere Kreise als die ihrer Kundschaft einzubeziehen. Die Momentaufnahme im Städtchen sieht aus, als wären alle Gewinner bei dieser bewegten Aktion. Alle können sich wie die Guten fühlen – wenn der Wille zählt und das Bewusstsein das Sein bestimmt.

[justus.randt@weser-kurier.de](mailto:justus.randt@weser-kurier.de)