

Presseinfo

„Komm dazu“: Aktion für Kaffeepausen & weniger Einsamkeit

Neu-Isenburg, 25.06.2026 – Neu am Start: gemeinschaftsstiftende Mitmachaktion „Komm dazu“ für Bistros, Cafés, Restaurants, Bäckereien, Kantinen, Pausenräume u.v.m. – passend zur bundesweiten Aktionswoche gegen Einsamkeit. Betriebe haben ab jetzt die Möglichkeit, sich bei der Salus BKK kostenfreie Sets, bestehend aus pfiffigen Aufstellern, Postern und Postkarten, zu bestellen und teilzunehmen. Gäste können die Aufsteller dann auf ihrem Tisch platzieren und anderen zeigen: „Komm dazu, hier ist noch Platz für ein nettes Gespräch“. So können – ganz unerwartet und zwanglos – interessante Unterhaltungen und eventuell sogar neue Freundschaften entstehen. Unter dem Jahresmotto „Gemeinsam statt einsam“ ist „Komm dazu“ eines der vielen Präventionsangebote der Salus BKK gegen Einsamkeit.

Denn sie zieht sich durch alle Altersklassen und belastet Menschen in jeder Lebenslage: Einsamkeit ist DIE Volkskrankheit unserer Zeit und verbreitet sich schnell und mit fatalen Folgen. Laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) ist **jeder sechste Mensch weltweit betroffen**. Einsamkeit kann sowohl auf die psychische, als auch auf die körperliche Gesundheit erhebliche negative Auswirkungen haben, und es werden jährlich rund 871.000 Todesfälle mit ihr in Zusammenhang gebracht. Sie begünstigt nicht nur Rückzug, Traurigkeit, Depressionen, Angstzustände, Schlaf- und Selbstwertprobleme sowie Suizidgedanken, auch schwere körperliche Erkrankungen, wie Hirnschläge, Diabetes und Herzinfarkte können die Folge sein. Und doch gibt es effektiven Schutz, der auf den ersten Blick beinahe banal wirkt: Kontakt, Bindung und gemeinsame Aktivitäten. Kleine Momente können viel bewegen – z. B. ein nettes Gespräch mit einer neuen Bekanntschaft. Doch genau das fällt vielen Menschen zunehmend schwer. Hier setzt „Komm dazu“ an und bietet einen unkomplizierten und gleichzeitig spannenden Einstieg.

Auf charmante Weise Gesprächsbereitschaft signalisieren

Kennen Sie das? Im Café oder Lokal sind viele Tische besetzt, und doch sitzen meist nur eine oder zwei Personen am Tisch. Oder im Wartezimmer beim Arzt oder im Zugrestaurant: viele Menschen sind beisammen, aber jeder bleibt für sich. Kaum jemand unterhält sich, die Hemmschwelle scheint ziemlich hoch. Die Idee von „Komm dazu“ ist, diese Hürde zu durchbrechen und Menschen einen Anknüpfungspunkt zum Gespräch zu bieten. Ein Aktions-Plakat am Eingang, witzige Aufsteller und Postkarten, die neugierig machen und sagen: „Macht mit, nehmt euch einen Aufsteller, springt über euren Schatten, signalisiert, dass ihr plauschbereit seid.“ Vielleicht sind andere nur schüchtern, vielleicht sind sie einsam. Die Aufsteller erleichtern die Kontaktaufnahme und alle Gastronomen und Locations sind eingeladen, sich die Materialien kostenfrei zu bestellen und mitzumachen. „Einsamkeitsprävention ist aktuell von höchster gesundheitlicher Relevanz. Diese Aktion ist eine echte Chance, um dahingehend etwas zu bewegen. Teilnehmende Läden und Betriebe profitieren zudem von den positiven Erfahrungen ihrer Gäste. Über das laufende Jahr sind außerdem auch noch weitere Gemeinschaftsaktionen für unsere Versicherten und Menschen aus deren Umfeld geplant: darunter Wochenend-Yoga-Retreats und Koch-Workshops“, so Ute Schrader, Vorständin der Salus BKK. Interesse, die Aktion „Komm dazu“ umzusetzen? Melden Sie sich per Mail an marketingundpresse@salus-bkk.de oder telefonisch unter 06102 2909-1705.

Über die Salus BKK:

Die Salus BKK wurde 1895 als Betriebskrankenkasse der Philipp Holzmann AG gegründet. Heute gehört sie mit über 300 Mitarbeitenden an 15 Standorten und über 170.000 Versicherten zu den bundesweit 25 größten Betriebskrankenkassen.

Weitere Informationen zur Aktion unter www.salus-bkk.de/gemeinsam

Pressekontakt und Information:

Salus BKK, Hauptverwaltung, Siemensstraße 5a, 63263 Neu-Isenburg

Andreas Neubeck, Abteilungsleiter Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Telefon: 06102 2909-26, andreas.neubeck@salus-bkk.de, www.salus-bkk.de/presse