



Briefträger durch Aktion in Bewegung

„Länger besser leben“: Rücklauf überwältigend

NIENBURG. Ausreichend Bewegung ist eine der vier Säulen des „Länger besser leben“-Programms, das BlickPunkt und BKK24 in der vergangenen Woche für den Landkreis Nienburg gestartet haben. Doch Bewegung bekommen zunächst einmal die Briefträger. Deutlich mehr Fragebogen zum aktuellen Gesundheitsverhalten als von den Initiatoren erwartet, mussten sie bereits im ServiceCenter der Krankenkasse abliefern. Parallel dazu glühen im Internet die Drähte, weil fast noch einmal so viele Einwohner aus der Region die Möglichkeit zum Online-Ausfüllen unter der Adresse www.LBL-Stadt.de nutzen.

„So haben wir uns das vorgestellt“, freut sich Frank Herzog vom Aktionsbüro, das im ServiceCenter der BKK24 an Nienburgs Langer Straße 9 untergebracht ist. Gleich nach Eintreffen der ersten Rücksendeschläge, schon einen Tag nach der Verteilung an die Haushalte im Landkreis, haben die Experten der Krankenkasse mit der streng vertraulichen Auswertung begonnen. „Wegen der ausgezeichneten Beteiligung müssen wir schon jetzt um Verständnis bitten, wenn das im Einzelfall einige Zeit in Anspruch nimmt“, so Herzog weiter.

Die „Länger besser leben“-Aktion basiert auf der europaweit größten Gesundheitsstudie über den Zusammenhang zwischen Bewegungs- und Ernährungsverhalten sowie Sucht- und Genussmittelkonsum mit der individuellen Lebenserwartung. Wissenschaftlich wurde von der berühmten Cambridge Universität bewiesen, dass Jedermann durch das Einhalten von vier einfachen Regeln bis zu 14 Jahre älter werden kann.

BlickPunkt-Chefin Sabine Düßmann war auf das entsprechende Programm aufmerksam geworden, das die BKK24 als einzige Krankenkasse für Deutschland entwickelt hat und in einem bundesweit viel beachteten Pilotprojekt testet. Sogar die frühere Gesundheitsministerin Ulla Schmidt zeigte sich von der Chance auf ein längeres bes-

seres Leben begeistert. Sie übernahm spontan die Schirmherrschaft, als der BlickPunkt die Aktion in den Landkreis geholt hat. „Ich ermuntere jeden Einwohner, den Fragebogen auszufüllen und sein individuelles Präventionsprogramm zu starten“, schrieb die Politikerin in einer Botschaft an die Haushalte.

Frank Herzog allerdings hat kaum Zeit, den Erfolg in der Startphase des auf viele Jahre angelegten Projekts zu genießen. Nach Auswertung der ersten Fragebogen war nämlich schon klar, dass es in Nienburg und Umgebung überdurchschnittlich viele Raucher gibt. „Das ist der einzige der vier Punkte, bei dem die Wissenschaftler eine generelle Warnung aussprechen.“ Deshalb hat er spontan das Team von Bestsellerautor Allen Carr (Endlich Nichtraucher) in die Stadt geholt. Wer mitmacht, kann in sechs Stunden ohne Hilfsmittel und Entzugserscheinungen mit der Maxi-Erfolgsquote von 50 Prozent vom Nikotin loskommen. „Abgesehen von den gesundheitlichen Aspekten spart man allein 1 400 Euro im Jahr, wenn man bisher 15 Zigaretten täglich geraucht hat“, rechnet Sabine Düßmann vor. Noch gibt es Plätze für den ersten Termin am Samstag, 3. November. Für ihre Kunden übernimmt die BKK24 die Kosten von 249 Euro. Wer woanders versichert ist, sollte vorher mit seiner Kasse Rücksprache halten. Anmeldungen werden unter Tel. 05021/603990 entgegen genommen.

Rege Kontakte gibt es mittlerweile übrigens zu den Vereinen sowie vielen Geschäften und Firmen im Landkreis. Sie sollen in einem Gesundheitsnetzwerk verbunden werden, dass laufend attraktive Angebote für die „Länger besser leben“-Teilnehmer entwickelt. Unmittelbar nach dem Aktionsstart ließ sich bereits der VC Nienburg in die Partnerliste eintragen. Aus dem Pilotort ist bekannt, wie erfolgreich eine solche Zusammenarbeit auch für Vereine, Gesundheitsdienstleister und Gewerbetreibende sein kann. Von dort wird von deutlich höheren Teilnehmerzahlen bei Kursen und Veranstaltungen berichtet, vor allem aber von steigenden Mitgliederzahlen nach oftmals vielen Jahren der Stagnation.