

Startschuss für „Länger besser leben“

VfL Bückeberg steigt als inzwischen 100. Partner in die Vorsorgeaktion der BKK24 ein

Bückeberg (rc). Kann auch ein Hundertjähriger länger besser leben? Eine Frage, die der VfL Bückeberg eindeutig mit „Ja“ beantwortet hat. Bückebergs größter Verein ist daher mit Überzeugung in die Vorsorgeaktion der BKK24 „Länger besser leben“ eingestiegen. Zum Jahreswechsel unterzeichneten VfL-Präsident Martin Brandt, Fußballchef Uwe Völkening und Krankenkassenvorstand Friedrich Schütte den entsprechenden Vertrag. „Für unsere Mitglieder ein interessantes Projekt mit einem erheblichen Mehrwert“, freuten sich die VfL-Verantwortlichen. Der Verein könne das Thema Gesundheitsprävention stärker betonen, neue Mitglieder gewinnen und die „Bückeburger vom Sofa holen“.

Wie Krankenkassenvorstand Friedrich Schütte erläuterte, geht das Angebot der BKK „Länger besser leben“ auf eine Studie der Universität Cambridge zurück. Dabei sei festgestellt worden, dass man mit einer halben Stunde Bewegung, fünf abwechslungsreichen Essen am Tag mit viel Gemüse und Obst sowie Nichtrauchen seine Lebenserwartung um 14 Jahre verlängern kann. Ergebnisse, die die BKK24 als einzige Krankenkasse aufgegriffen hat. Sie entwickelte ein Programm, mit dem nach eigenen Aussagen fast allen Krankheiten – von der einfachen Erkältung bis zum Krebsleiden – vorgebeugt werden könne.

Der Einstieg dazu ist ein Fragebogen zum aktuellen Gesundheitsverhalten. Wer ihn ausfüllt, erhält vom Expertenteam der Krankenkasse individuelle und „oft überraschende einfache Vorschläge“, wie er mit kleinen Korrekturen in seinem Alltagsverhalten seine persönliche Le-



In den Startblöcken für „Länger besser leben“: Martin Brandt (von links), Lena Völkening, Uwe Völkening und Friedrich Schütte.

Foto: rc

benserwartung um bis zu 14 Jahre steigern kann. Angemessene Bewegung als Ausgleich zu einseitigen Belastungen in Haushalt und Beruf, so wie sie der VfL mit seinen 30 Sparten anbietet, in denen mehr als 1800 Menschen Sport treiben. „Alles kann, nichts muss“, erläuterte Schütte: „Wir wollen Gesundheitsfürsorge mit Spaßgarantie.“ Und davon haben wir eine Menge zu bieten“, betonen Brandt und Völkening sowie Lena Völkening von der VfL-Geschäftsstelle unisono: „Die Philosophien, die dahinter stehen, passen gut zusammen.“

Der VfL ist der 100. Partner

im regionalen Gesundheitsnetzwerk. Bisher gab es in Bückeberg keinen entsprechenden Partner, der sich um Prävention vor Ort durch praktische Arbeit vor Ort gekümmert hat. Das wird jetzt anders werden, wie die VfL-Verantwortlichen versprechen. „Wir wollen als Verein unsere gesellschaftliche Verantwortung wahrnehmen.“ Und der Klub sieht die Aktion durch die Vereinsbrille nicht nur unter dem Präventionsaspekt. In zehn Jahren werden sich alle Vereine wegen der demografischen Entwicklung wandeln – und wandeln müssen. Von dem prognostizierten Bevölkerungsrückgang

von um die 30 Prozent würden insbesondere die Mannschaftssportarten betroffen sein, so VfL-Präsident Brandt. Gleichzeitig werde die Bevölkerung immer älter, für die der VfL Freizeitangebote schaffen wolle und müsse: „Wir müssen Sozialisation schaffen, um zukunftsfähig zu sein, und unser Angebot optimieren, weil wir im Wettbewerb mit anderen Vereinen stehen.“

Angelegt ist die Zusammenarbeit – und die Aktion – auf Jahre. „Es muss uns gelingen, in die Köpfe der Menschen zu kommen. Und das dauert“, so Schütte.

Die Angebote des VfL werden ab sofort im Terminkalender auf der Internetseite „www.LBL-Stadt.de“ zu finden sein und dort so manche Lücke schließen. Auf dieser Seite kann übrigens auch der Fragebogen online ausgefüllt werden. Der Einstieg in das Programm ist kostenlos, egal, bei welcher Krankenkasse man versichert ist.

► Der Fragebogen kann zudem in der Geschäftsstelle des VfL (Dienstag und Donnerstag von 10 bis 12, Dienstagabend von 17.30 bis 19.30 Uhr), Telefon (05722) 891752, und bei der BKK24, Telefon (05724) 9710 angefordert werden.