

# Eine Stadt kommt auf Trab

Aktion soll Bewusstsein für gesünderes Leben schärfen / In Obernkirchen ist fast jeder Zweite auf dem Trimpfad

**Bald die Hälfte der Obernkirchner – rund 4000 der 9300 Einwohner – wollen „Länger besser leben“. Das unter diesem Motto von der in dem Weserbergland-Städtchen ansässigen Krankenkasse BKK 24 initiierte Präventionsprojekt läuft inzwischen seit zwei Jahren. Gesundheitswissenschaftler der Universität Bielefeld sind dabei zu untersuchen, ob die Obernkirchner auf dem rechten Trimpfad sind.**

VON JUSTUS RANDT

**Obernkirchen.** Als „Deutschlands größtes regionales Vorsorgeprojekt“ bezeichnet die Krankenkasse BKK 24 die Aktion „Länger besser leben“, die sie vor zwei Jahren am Ort ihres Sitzes gestartet hat. Immer mehr Einwohner Obernkirchens machen mit – als Freizeitsportler, die aktiv werden, aber auch als Unterstützer, wie gegenwärtig rund 150 Vereine und Firmen.

Seien es Grundschulen, deren Lehrerinnen sich als gesundheitsbewusste Vorbilder für Kinder präsentieren, seien es Blumenhändlerinnen, die „wissen, dass Blumen Balsam für die Seele sein können“. Mit dabei sind unter anderem das Kosmetikinstitut „Hautnah“, die „Fuß-Oase“ und ein Küchenzentrum, das die Zubereitung gesunder und abwechslungsreicher Kost in einer angegliederten Kochschule vermittelt. Nicht zu vergessen das Bettenhaus, das mit dem Spruch wirbt: „Zu einem längeren besseren Leben gehört ein gesunder Schlaf.“ Betriebliche Gesundheitsförderung haben sich alle auf die Fahnen geschrieben.

Das gilt selbstverständlich auch für die Stadtverwaltung. „Das Bewusstsein für das

Thema Gesundheit und dass man etwas dafür tun muss, ist größer geworden“, sagt Bürgermeister Oliver Schäfer (SPD). „Allerdings hinken wir im Rathaus ein bisschen hinterher“, räumt der Verwaltungschef ein. „einen Masterplan Gesundheitsvorsorge“ gebe es jedenfalls noch nicht im Rathaus. „Aus meiner Sicht ist das ein sehr lebendiges Projekt“, sagt Schäfer. Die Sportvereine jedenfalls verzeichneten regen Zulauf. „Und die Sparkasse ist derzeit Spitzenreiter, was Sportabzeichen angeht.“

Um die Medaille kämpft neuerdings auch Sabine Schütte aus der Marketing-Abteilung der BKK 24. „Obwohl ich immer schon vor der Arbeit gejoggt habe“. Neun ihrer Kollegen machen mit. Und ihr Mann Friedrich, Vorstand der Krankenkasse, habe sogar schon das goldene Sportabzeichen. „Er macht aber trotzdem weiter, denn man baut damit ja auch Stress ab“, sagt Sabine Schütte.



Oliver Schäfer, der Bürgermeister von Obernkirchen, steigt seit dem vergangenen Jahr häufiger mal aufs Rad – so hat er sein Gewicht zumindest gehalten.

FOTO: DPA

Basis von „Länger besser leben“, sind die Erkenntnisse der europaweiten Epic-Studie, die Regeln zum Gesundheitsschutz und zur Verlängerung der Lebenserwartung aufgestellt hat. Nachahmer sind die benachbarte Kreisstadt Stadthagen und Nienburg. Weitere Kommune im Kreis Schaumburg wollen im Herbst mit „Länger besser leben“ beginnen. Das Projekt der früheren Betriebskrankenkasse der Nienburger Glasfabrik soll zur „individuellen und zielgerichteten Vorsorge“ führen.

Seit Neuestem sitzt Petra Kolip, Professorin für Prävention und Gesundheitsförderung an der Universität Bielefeld, im wissenschaftlichen Beirat des Projekts, um nach zwei Jahren Ergebnisse sichtbar und messbar zu machen. „Das ist ein Riesenspektakel, das auf vielen Ebenen funktioniert“, lautet Kolips erste Einschätzung. Zunächst sollen Interviews mit Obernkirchnerern geführt werden. Am Ende jedenfalls soll viel

mehr herauskommen als beispielsweise die persönliche Erkenntnis von Bürgermeister Oliver Schäfer, die lautet: „Ich habe zwar nicht abgenommen, aber mein Gewicht ist konstant geblieben.“

Vor Jahren, sagt Petra Kolip, hätten die Bundesministerien für Gesundheit und für Landwirtschaft einen „Aktionsplan für gesunde Lebensstile“ herausgegeben, bei dem es ebenfalls um Bewegung und gesunde Ernährung ging. „Eines der elf Aktionsbündnisse war in Oldenburg“, weiß die Professorin. Beim bundesweit angelegten Versuch einer „kleinen Nachbefragung“ habe sie aber feststellen müssen, dass die Strukturen sich wieder aufgelöst hätten. Bei den meisten Krankenkassen, sagt Kolip, bestehe das Präventionsprogramm hauptsächlich darin, Ernährungskurse anzubieten. „Insofern ist es schon bemerkenswert, wenn, wie in Obernkirchen, so eine Kasse sagt, wir machen das mitgliederübergreifend, wir holen die Zielgruppe und andere Akteure mit ins Boot“, sagt die Gesundheitswissenschaftlerin. „Und das ist ja ein tragfähiges Netzwerk.“

Ob beispielsweise die Krankenstände in Obernkirchner Firmen sinken, ist also noch unklar. Fest steht bislang, was die Gemeinschaft davon hat: „Wir haben vier beschlossene Rundwander-Parcours bekommen, die gemeinsam von der Stadt, von Betrieben und der BKK finanziert worden sind“, sagt Bürgermeister Schäfer, „das war damals eine Aktion mit der Schirmherrin, der früheren Gesundheitsministerin Ulla Schmidt.“ Und auf diesen jeweils 3000 Schritte langen Wegen wandern die Obernkirchner nun rund, ihrer Gesundheit zuliebe.

Kommentar Seite 2