

# Vereinsmitgliedschaft als „Kassenleistung“

Für „Länger besser leben“ spendiert die BKK24 ihren Kunden ein Jahr lang den Beitrag zum Kneipp-Verein

**Germersheim:** Er gilt als Erfinder der Naturmedizin und hat schon vor über 120 Jahren gewusst, dass man sich ein langes und gesundes Leben nicht vom Arzt verschreiben lassen kann. Jetzt gibt es seine „Rezepte“ für Körper und Geist gratis. Für „Länger besser leben“ spendiert die Krankenversicherung BKK24 ihren Kunden ein Jahr lang die Mitgliedschaft in allen Kneipp-Vereinen bei uns in der Pfalz.

Warum die BKK24 neben Kursen zur Nikotinentwöhnung und Gewichtsreduktion auch in diesem Fall die Kosten übernimmt, erläutert Michael Fegus vom ServiceCenter in Germersheim: „Die Kneipp-Vereine bieten Kurse für mehr Bewegung und ausgewogene Ernährung. Das sind bereits zwei der vier Voraussetzungen, durch die manche Menschen seltener krank und deutlich älter werden.“

Der wissenschaftliche Hintergrund von „Länger besser leben“ stammt von der Universität Cambridge. Aus 20 Jahren Forschungs-



**Power Gymnastik oder Bauch-Beine-Po: Wer bei den Kneipp-Vereinen nur Angebote zum Wassertreten vermutet, sollte sich durch „Länger besser leben“ überraschen lassen.** Foto: ps

arbeit mit einer halben Million Testpersonen wurden vier einfache Alltagsregeln abgeleitet. Wer sie erlernt und sich daran hält, kann durchschnittlich 14 Jahre länger leben. Daraus hat die BKK24 als einzige Krankenkasse ein Gesundheitsangebot entwickelt, das von der früheren Gesundheitsministerin

Ulla Schmidt und einem hochkarätigen Beirat wissenschaftlich begleitet wird. Wer dabei sein möchte, füllt einen persönlichen Fragebogen zum aktuellen Gesundheitsverhalten aus und gibt ihn zur Analyse an die Experten der BKK24. „Dieser erste Schritt ist auch für Mitglieder anderer Krankenkassen kostenlos“, bestätigt Michael Fegus.

Wie erfolgreich die BKK24 damit ist, bestätigen Zahlen aus den Pilotregionen im Norden Deutschlands: Weil „Länger besser leben“ mit sehr viel Spaß und ganz wenig Verzicht möglich ist, sind dort schon weit über 4.000 Frauen und Männer dabei. Für über 70 Prozent von ihnen hat sich das Gesundheitsverhalten durch die Teilnahme nachhaltig geändert!

## Info

Mehr Informationen zu „Länger besser leben“ und den Fragebogen zum Ausfüllen direkt am Computer gibt es auf [www.LBL-Stadt.de](http://www.LBL-Stadt.de) oder direkt bei Michael Fegus im ServiceCenter der BKK24: Nardiniplatz, 76726 Germersheim, Telefon 07274-500570.