



Länger besser leben.

BlickPunkt
Für den Landkreis Nienburg



www.LBL-Stadt.de

So bekommen Sie Weihnachten gebacken

„Länger besser leben“ mit der BKK24 in der Plätzchen-Schule

NIENBURG. Wenn es in der Realschule Marklohe nach Apfel, Nuss und Mandelkern duftet, dann ist der 26. November. An diesem Tag, ab 19 Uhr laden BKK24 und Landfrauen alle Interessenten aus dem Landkreis zur Weihnachtsbäckerei Am Schiefen Berg 25 ein.

Schon im April hatten sich vor allem die Männer am Herd getroffen, um in Sachen gesunder Ernährung nichts anbrennen zu lassen. Der Kurs für die sonst als eher kü-

chenscheu bekannten Männer musste wegen des großen Interesses mehrfach wiederholt werden. Doch Achtung: „Butter, Mehl und Milch verrühren sowie zwischendurch einmal probieren“ dürfen dieses Mal nicht nur die „Bengel“, sondern auch die „Engel“!

„Weil neben den Herren auch Damen dabei sind, könnte es in der Weihnachtsbäckerei eng werden“, warnt Frank Herzog, Leiter des ServiceCenters der BKK24 an Nienburgs Langer Straße 9. Seine Empfehlung: „Sofort anmelden, gerne auch telefonisch unter der 05021-603990.“

Für die Rezepte sorgt wieder Margret Lühring von den Landfrauen Nienburg, der

bereits einige männliche Einwohner aus dem Landkreis die Fähigkeit zur selbstständigen Nahrungszubereitung zu verdanken haben. Zum Einstieg in die Adventszeit kitzelt die Küchenexpertin den süßen Zahn mit Christstollen, Lebkuchenkipferln, Früchtebrot, Weihnachtswaffeln mit Bratapfelsoße, gebrannten Mandeln, gefüllten Datteln und italienischen Biscotti. „Wer bei ihr gelernt hat, kann den bunten Teller selbst befüllen“, verspricht Herzog.

Mitzubringen sind Spaß an der Gesundheit und sieben Euro, die in Form von Zutaten anschließend im Backofen landen. Und wer beim Naschen noch mehr Appetit auf „Län-

ger besser leben“ bekommt, kann direkt bei Frank Herzog den persönlichen Fragebogen zum Einstieg in Deutschlands erfolgreichstes Gesundheitsangebot ausfüllen. „Einfach bei der BKK24 anrufen, eMail schreiben oder unter www.LBL-Stadt.de ins Internet gehen.“



PLÄTZCHEN-KURS für „Engel und Bengel“: Am 26. November laden BKK24 und Landfrauen in die Küche der Realschule Marklohe ein.