

# Eine Stadt bewegt sich

Gesundheitsprogramm für Bad Münde: Mit „Länger besser leben“ 14 Jahre älter werden

**Bad Münde.** „Länger besser leben“ – der Name ist Programm. In Bad Münde ist der Startschuss für ein umfassendes Gesundheitsprojekt gefallen. Mitmachen und profitieren können alle, die hier leben oder arbeiten. Gleichzeitig, so das Ziel der Initiatoren, soll die Kurstadt ihren Ruf als Gesundheitsstandort stärken.

Grundlage ist eine Studie der berühmten Cambridge-Universität. Forscher haben dazu in 17 europäischen Ländern die Lebensgewohnheiten von einer halben Million Menschen untersucht und Erstaunliches herausgefunden. Auf eine einfache Formel gebracht: Wer sich ausgewogen ernährt, sich regelmäßig bewegt, auf Nikotin verzichtet und Alkohol nur in Maßen genießt, halbiert nicht nur sein Krankheitsrisiko; sondern steigert seine Lebenserwartung um durchschnittlich 14 Jahre.

Die BKK 24 hat aus diesen Erkenntnissen das Konzept „Länger besser leben“ entwickelt, das nach der erfolgreichen Pilotphase im benachbarten Landkreis Schaumburg nun auch nach Bad Münde kommt. Die Idee ist es, ein Gesundheits-Netzwerk für die Deisterregion zu schaffen. Kooperationspartner sind neben der Krankenkasse die GeTour, die Neue Deister-Zeitung und das Unternehmen Ardagh Glass.

Dessen Werkleiter Andreas Kehne hatte den Anstoß gege-



Haben eine Kooperation vereinbart, die Bad Münde fit machen soll: GeTour-Geschäftsführer Thomas Heiming, Ardagh-Werkleiter Andreas Kehne, BKK-24-Vorstand Friedrich Schütte, NDZ-Verleger Burkhard Schaper und Chefreakteur Marc Fügmann (v.r.).

ben, nachdem er sich schon geraume Zeit Gedanken über ein professionelles Gesundheitsmanagement für seinen Betrieb gemacht hatte. Denn er weiß: Gesunde Mitarbeiter arbeiten für ein Unternehmen gewinnbringend, während kranke höhere Kosten verursachen. Problem

dabei nur, so Kehne: „Für den einen wäre eine Rückschule sinnvoll, während der gestressten Kollegin ein Entspannungskurs helfen würde.“ Ein einzelner Betrieb sei aber kaum in der Lage ist, alle Vorsorgemaßnahmen selbst anzubieten.

Um ein möglichst breites

Programm gewährleisten zu können, sollen in den nächsten Wochen und Monaten weitere Partner mit gesundheitsrelevanten Angeboten ins Boot geholt werden – von Gymnastik, Judo und Nordic Walking bis zum Nichtraucher-Seminar oder dem Kochkurs für Fitness-

bewusste. Ausdrücklich sollen dazu auch Vereine mit ihren vielfältigen Angeboten angesprochen werden. Denn die könnten selbst auch profitieren, indem sie bei Veranstaltungen neue Mitglieder gewinnen.

Bei „Länger besser leben“ – kurz LBL – soll nicht Zwang, sondern der Spaß an der gemeinsamen Sache im Vordergrund stehen. „Wer beispielsweise partout nicht ganz aufs Rauchen verzichten mag, ist uns trotzdem sehr willkommen“, sagt BKK 24-Vorstand Friedrich Schütte. Schließlich bestehe das Programm aus ganz vielen Bausteinen, sodass es immer ausreichend Ansatzpunkte gebe.

In Schaumburg nehmen schon heute 4000 Menschen regelmäßig an LBL teil. Wohl auch, weil es ein prominentes

Zugpferd gibt: Die frühere Bundesgesundheitsministerin Ulla Schmidt hat die Schirmherrschaft übernommen. In Bad Münde haben die Landtagsabgeordnete Petra Joumaah und Bürgermeister Hartmut Büttner sofort begeistert ihre Unterstützung zugesagt.