


ZURÜCK IN DIE (GESUNDE) ZUKUNFT

„Länger besser leben.“ startet Zeitreise zu Fuß ins Germersheim des Jahres 1880

 **Länger besser leben.**



LOS GEHT'S

ZEITREISE DURCH GERMERSHEIM AM 22. MÄRZ

So geht Krankenkasse:

Ziehen Sie bequeme Schuhe an für die Zeitreise zurück ins Germersheim des Jahres 1880.

Start zum historischen Spaziergang mit Stadtführer bei der BKK24 am Nardiniplatz, 22. März, 14.30 Uhr.

Fünf Kilometer, zwei Stunden, drei Euro für alle, kostenlos für „Länger besser leben.“-Teilnehmer und solche, die es werden wollen.

Anmeldung: BKK24 ServiceCenter | Bismarckstr. 12
Fon 07274-5005712 | info@bkk24.de

www.LBL-Stadt.de

GERMERSHEIM. Mehr als 130 Jahre zurück in der Geschichte Germersheims geht die „Länger besser leben.“-Zeitreise, zu der die BKK24 am Samstag, dem 22. März, vom Nardiniplatz aus starten will. „Mitzubringen sind Interesse an der Vergangenheit, Phantasie und vor allem Spaß an gesunder Bewegung“, erklärt Michael Fegus, Leiter des regionalen ServiceCenters der Krankenkasse.

Wie der Bahnbeamte und die Dame aus gutem Hause treffen sich die Teilnehmer im Rahmen von Deutschlands erfolgreichster Vorsorgeaktion um 14.30 Uhr zum gemeinsamen Bummel zurück ins Jahr 1880. Die informative Zeitreise dauert etwa zwei Stunden und führt auf einer Strecke von fünf Kilometern vorbei am facettenreichen Leben in der alten Garnisonstadt. „Es gibt viel zu entdecken“, verspricht Fegus – und damit meint er nicht nur die historischen Ereignisse, von denen der Stadtführer berichten wird. „Wer so etwas noch nicht regelmäßig macht wird staunen, wie gut man sich nach einem Nachmittag an der frischen Luft fühlt.“

Natürlich hat der Mann von der Krankenkasse Hintergedanken: „Mit unserer Zeitreise zu Fuß wollen wir noch mehr Einwohner der Stadt darauf aufmerksam machen, wie sie in der Gegenwart seltener krank und deutlich älter werden können.“ Sein Hinweis gilt „Länger besser leben.“, entwickelt nach den Regeln, die von der Cambridge Universität nach Auswertung der größten europäischen Gesundheits-

studie aufgestellt wurden. Der Einstieg ins Programm, bei dem man diese Regeln der Wissenschaftler leicht erlernen kann, funktioniert mit einem für alle Interessenten kostenlosen Fragebogen. Die Auskünfte zum aktuellen Gesundheitsverhalten werden von der BKK24 ausgewertet. Die Experten machen Vorschläge, die man besser machen kann – und im Internet nennen sie unter www.LBL-Stadt.de auch die Übungsorte und Termine dazu.

„Wer den Fragebogen bereits ausgefüllt hat oder vor Ort ausfüllt, macht die Zeitreise gratis“, verspricht Fegus, „für alle anderen gilt eine Gebühr von drei Euro.“ Mit der Anmeldung sollte man sich allerdings nicht zu lange Zeit lassen, da die Plätze begrenzt sind: Telefon 07274-5005712 oder direkt im ServiceCenter der BKK24, Bismarckstraße 12 in Germersheim.

- Anzeige -



*Dient als Eintrittskarte für ein längeres
besseres Leben und für eine kostenlose
Zeitreise: Der Fragebogen der BKK24.*