

In Germersheim ist alles im „grünen Bereich“

Am 24. Mai startet im Café Allegro die „Länger besser leben.“-Küche mit tollen Salatideen

BKK24 Länger besser leben.

LECKER.

AB 24. MAI MIT „LÄNGER BESSER LEBEN.“-GESUND ESSEN

So geht Krankenkasse:

Zum Start der „Länger besser leben.“-Küche im Café Allegro gibt es Sonderpreise auf alle Vital-Salate.

Kommen Sie am 24. Mai zwischen 10 und 18 Uhr zum Königsplatz 11, füllen den Fragebogen zum aktuellen Gesundheitsverhalten aus und genießen gesunde Rezeptideen für nur noch 3,50 Euro!

Infos und Fragebogen: BKK24 Germersheim
Bismarckstr. 12 | Fon 07274-5005712 | info@bkk24.de

www.LBL-Stadt.de

GERMERSHEIM. Wenn der kleine Hunger kommt, geht die Gesundheit in Deckung. Fettige Burger, Pizza oder ein Schokoriegel stehen noch zu oft auf dem „Notfallplan“, wenn in den Arbeitspausen oder beim Einkaufen zu wenig Zeit für ausgewogene Ernährung bleibt. Das will die erste „Länger besser leben.“-Küche in Germersheim ändern, die ab dem 24. Mai im Café Allegro gesunde Salatideen anbietet.

Hinter den mediterranen Variationen mit Hühnchen, Fisch oder auf griechische Art steht die BKK24. Sie hat die nach 20 Jahren europaweiter Forschung abgeleiteten Gesundheitsregeln in ein Programm auch für die Kunden anderer Kassen umgesetzt. Bei Auswertungen an der Cambridge Universität fanden Wissenschaftler heraus, warum manche Menschen seltener krank und deutlich älter werden. Wesentlicher Faktor dafür ist ausgewogene Ernährung. „Das hat nichts mit Currywurst-Verbot zu tun“, erläutert Michael Fegus vom ServiceCenter am Nardiniplatz. „Vielmehr geht es darum, welche Zutaten zusätzlich auf den Speiseplan gehören.“ Hält man sich daran, bleibt die Leistungsfähigkeit nach dem Essen erhalten und: „Man verliert wie von selbst über-

flüssige Pfunde“, versichert Fegus. Ist der Body Mass Index dann unter 25, zahlt die Kasse sogar eine Prämie an ihre Versicherten.



Dabei zu sein ist einfach und wird belohnt, auch wenn man noch nicht Kunde der BKK24 ist: Am 24. Mai erwartet Michael Fegus alle Gäste mit dem „Länger besser leben.“-Fragebogen im Café Allegro am Königsplatz 11. Wer ihn ausfüllt, bekommt einen Gutschein und darf bis zum 31. Mai einmalig einen der Vital-Salate für nur 3,50 statt 6,50 Euro testen, die dort fortan auf der Speisekarte stehen.

Neben dem Rabatt auf den leckeren Snack gibt es dann nach kurzer Bearbeitungszeit die Expertenauswertung mit Tipps zum Optimieren des Gesundheitsverhaltens. „Oft müssen nur Kleinigkeiten korrigiert werden, damit die Lebenserwartung um bis zu 14 Jahre steigt“, zitiert Michael Fegus aus dem Forschungsbericht der Universität.