

Alles für die Gesundheit

Am Sonntag führt die BKK24 mit Spaß und Ideen zum längeren besseren Leben

Helpsen. Wenn es beim 3. Gesundheitstag in Helpsen an den Stand der BKK24 geht, könnte das ein fröhlicher Sonntagsausflug werden. Die in Obernkirchen ansässige Krankenkasse will zeigen, wie viel Spaß ihr Programm „Länger besser leben“ macht. Dort geht es unter anderem um das Thema Alkohol. Während eine „Rauschbrille“ die erforderlichen Promille simuliert, sollen die Gäste mit einem kleinen Säckchen ihre Treffsicherheit beweisen.

Klappt das nicht, wäre das Deutsche Sportabzeichen eine Alternative, um dem eventuell mitgebrachten Nachwuchs ein gutes Vorbild zu sein. Als nationaler Förderer dieser Auszeichnung begrüßt die BKK24 sportliche Nichtraucher mit Normalgewicht als neue Kunden mit einer 80-Euro-Prämie. Als Nachweis genügt beispielsweise der Mitgliedsausweis aus



Auch beim Thema gesunde Ernährung will die BKK24 die Besucher des Gesundheitstages auf den Geschmack bringen. pr.

dem Sportverein oder dem Fitness-Studio.

Für alle Noch-Raucher hat die BKK24 derweil bereits einen Termin in Hannover gemacht. Dort sollen sechs Stun-

den ausreichen, damit man sich nach der Erfolgsmethode von Bestsellerautor Allan Carr (Endlich Nichtraucher) vom Nikotin verabschiedet. Das spare schon im ersten Jahr fast 2000 Euro und Sorge für die Wiederbelebung der Geschmacksnerven. Diese benötigt man beispielsweise für die Tipps zum leckeren und gesunden Essen, die Ernährungsberaterin Nina Schulz mit an den Stand der BKK24 bringt.

Das passende Angebot gibt's gleich dazu: Den OnlineCoach, bei dem die Teilnehmer am PC oder Smartphone mit Tipps und 1000 Rezepten innerhalb von zwölf Wochen durchschnittlich sechs Kilo verlieren.

Alle Infos und den Fragebogen zum kostenlosen Einstieg gibt es im Internet unter www.bkk24.de/lbl sowie telefonisch unter der Nummer (057 24) 97 12 17. r