



Länger besser leben.

BlickPunkt
Für den Landkreis Nienburg



www.LBL-Stadt.de

„Länger besser leben“ macht topfit

Am 16. August
Infoabend zu neuen
Trainingsangeboten
von aktiva
Gesundheitszentrum
und BKK24

NIENBURG. Unter anderem mit Gewichtsreduktion, Nikotinstopp und Kursen zur gesunden Ernährung hat die „Länger besser leben“-Aktion in Nienburg einen starken Start hingelegt. Jetzt geht's weiter mit einem Angebot, das die Krankenkasse BKK24 und Ihr Partner, das aktiva Gesundheitszentrum, für noch bessere Vorsorge entwickelt haben: Am 16. August sind alle Interessenten eingeladen zu einem Infoabend im Meerbachboden 28, bei dem unter anderem das neue Herz-Kreislauftraining vorgestellt wird.

Unterstützt durch spezielle Fitnessgeräte werden die Teile des Körpers auf Vordermann gebracht, die sonst für viele gesundheitliche Probleme ver-



HERZ UND KREISLAUF bringt der neue „Länger besser leben“-Kurs ab dem 19. August auf Vordermann.

antwortlich sind. Das reduziert zudem Stressbelastungen, stärkt die Abwehrkräfte

und sorgt dafür, dass man (wieder) zwei Treppenstufen auf einmal nehmen kann. „Dieser Kurs ist für Vorsorge und Wohlbefinden so wichtig, dass er vom Gesetzgeber nach Paragraph 20 anerkannt ist“, sagt Frank Herzog vom BKK24 ServiceCenter. „Deshalb können wir unseren Kunden die Teilnahmegebühren auch in voller Höhe erstatten.“

Doch auch den Versicherten anderer Kassen ist der Weg in ein längeres besseres Leben nicht ver-

baut. „Auf Nachfrage klären wir gern, ob die Kosten von der jeweiligen Versicherung zumindest teilweise übernommen werden“, verspricht Herzog. Kursstart ist voraussichtlich bereits am 19. August.

Übrigens: „Wer dabei ist, bekommt von uns noch besonders attraktive Angebote on top“, kündigt aktiva Chef Thorsten Beyer an. Damit haben „Länger besser leben“-Teilnehmer die Chance, sich auch nach dem Herz-Kreislauftraining nachhaltig um ihre Gesundheit oder speziell um ihr Gewicht zu kümmern.

Wer bisher noch keine kostenlose Expertenanalyse zum persönlichen Gesundheitsverhalten bekommen hat, kann den Fragebogen zum Einstieg gleich online unter www.LBL-Stadt.de ausfüllen oder bei der BKK24 bestellen. Im ServiceCenter (Lange Straße 9, 31582 Nienburg, Telefon 05021-603990) werden ab sofort auch die Anmeldungen für das Herz-Kreislauftraining entgegen genommen.