

Ganz einfach „Länger besser leben“

BKK24 präsentiert Gesundheitsinitiative mit Rauschbrille, Fühlboxen und Bewegungsbändern

Obernkirchen. Was „Länger besser leben“ bedeutet, zeigt die BKK24 den Besuchern der Schaumburger Regionalschau auf ihrem Stand in Halle 5 (Nr. 515). Dort stehen die Themenfelder Alkohol, Bewegung, Ernährung und Nikotin im Mittelpunkt: Es wird veranschaulicht, wie man seltener krank und deutlich älter werden kann.

„Wir möchten damit aufräumen, dass man sich für die Gesundheit quälen muss“, formuliert Matthias Liebrecht, „Länger besser leben“-Berater der Krankenkasse, ein Ziel der von Focus Money als „TOP Markeninnovation“ des Jahres ausgezeichneten Gesundheitsinitiative.

Auf der Regionalschau steht der „interaktive Kontakt“ mit „Länger besser leben“ im Vordergrund: Die sogenannte Rauschbrille simuliert ein Geschicklichkeitsspiel unter Alkoholeinfluss, Fühlboxen enthalten zu ertastende Obst- und Gemüsesorten, Bewegungsbänder animieren zu körperlicher Aktivität. Um die letzte Zigarette geht es hingegen an der vierten „Länger besser leben“-Station. Die Möglichkeit zur Teilnahme an einem Gewinnspiel und die Aussicht



Sanny Kostka (links) und Nicole Aldag vom BKK24-ServiceCenter Stadthagen freuen sich mit LBL-Berater Matthias Liebrecht, die Initiative „Länger besser leben“ auf der Schaumburger Regionalschau vorzustellen. pr.

auf wertvolle Preise gibt es nach dem Rundgang über den Messestand.

Hintergrund der deutschlandweit einmaligen BKK24-Initiative ist Europas größte Gesundheitsstudie. Wissenschaftler der Universität Cambridge haben darin festgestellt, dass mit vier einfachen „Regeln“ die Lebenserwartung um bis zu 14 Jahre verlängert werden kann.

„Einstieg ist ein kostenloser Fragebogen zum aktuellen Gesundheitsverhalten“, sagt Lieb-

recht. Er verspricht: „Jeder bekommt von uns nur die Empfehlungen, die ihm auch wirklich helfen.“ Inzwischen machen seinen Angaben zufolge fast 6000 Teilnehmer bei „Länger besser leben“ mit, rund 200 Partner zählt das entsprechende Netzwerk.

Wer mitmachen möchte, kann den Fragebogen auch im Internet ausfüllen (www.lbl-stadt.de). Ein persönliches Exemplar kann telefonisch unter der Nummer (05724) 9710 angefordert werden. r