

Ihr leckerstes Sommerprogramm:

# Grillkurs am Heerhof

**Am 28. August bitten Jörg Obermeier und BKK24 zum mediterranen Küchentaining**

HERFORD. Geben Sie gern Rauchzeichen, wenn im Sommer das Essen fertig ist? Dafür können Sie beim „Länger besser leben.“-Grillkurs trainieren, den die Krankenkasse BKK24 für den 28. August im Restaurant am Heerhof organisiert hat. Ihr Gastgeber beim vierstündigen Ausflug in die mediterrane Küche ist übrigens Jörg Obermeier persönlich. Der Inhaber hat schon mit Tim Mälzer gekocht und ist für seine Cocktail-Kreationen weit über Herford hinaus bekannt. „Wir zeigen unseren Gästen, wie man mit den selbst geschneibbelten und vorbereiteten Zutaten ganz viel Genuss auf den Grillteller bringt“, verspricht Katharina Sander vom Bielefelder ServiceCenter der Krankenkasse.

Was man neben leckerem Essen sonst noch für ein langes und gesundes Leben braucht, können die Teilnehmer durch die Auswertung eines persönlichen Gesundheitsfragebogens erfahren. Er basiert auf wissenschaftlichen Erkenntnissen der Cambridge

Universität, wie man mit vier einfachen Regeln seltener krank und bis zu 14 Jahre älter wird. Dazu bietet die BKK24 ein Programm mit hohem Spaßfaktor, in das auch Versicherungste anderer Kassen kostenlos einsteigen können. „Den Fragebogen gibt



Jörg Obermeier

es unter [www.bkk24.de/lbl](http://www.bkk24.de/lbl) im Internet oder direkt beim Grillkurs“, informiert Katharina Sander. „Wer ihn ausgefüllt hat oder das spätestens am 28. August nachholt, bekommt zehn Euro der Kursgebühr geschenkt.“ Alle anderen Gäste zahlen inklusive Begrüßungsgetränk und einem Aperitif 30 Euro Teilnahmegebühr.

Der Kurs startet dann um 18.00 Uhr im Restaurant Golf am Heerhof, an der Finnebachstraße 31 in Herford. Anmeldungen werden erbeten per Mail unter [aktionsbuero@bkk24.de](mailto:aktionsbuero@bkk24.de) oder direkt an der Telefon-Hotline: 0521-9276303.