**„Länger besser leben.“**

**Jeder kann mitmachen: BKK24 setzt auf Prävention und Gesundheitsförderung**

Die Krankenkasse BKK24 engagiert sich mit ihrer Gesundheitsinitiative „Länger besser leben.“ für Prävention und Gesundheitsförderung. Immer mehr Menschen machen bei dem deutschlandweit einmaligen Programm mit und verbessern damit Gesundheit und Wohlbefinden.

Der unabhängig erstellte Nachweis, dass „Länger besser leben.“ den Teilnehmenden nutzt, liegt seit mehreren Jahren vor. „Fast die Hälfte der befragten Teilnehmer hat ihr Bewegungs-, Ernährungs- und Rauchverhalten verbessert“, führt Jörg Nielaczny Ergebnisse aus dem Evaluationsbericht an. Die erfreuliche Entwicklung begründet der Geschäftsbereichsleiter „Länger besser leben.“ unter anderem mit der niedrigschwelligen Herangehensweise: „Zu den wesentlichen Zielen des Programms gehört es, Menschen für gesundheitsbewusstes Verhalten zu motivieren oder in vorhandenen Aktivitäten zu bestärken. Dies gelingt am besten, wenn Gesundheit mit Aktionen, Kursen und Programmen erlebbar und anfassbar wird.“ Mit der Unterstützung von rund 300 Partnern, davon viele auch im Schaumburger Land, werden die „Länger besser leben.“-Regeln mit Leben erfüllt. „Vitaminreiche Ernährung, körperliche Aktivität, Rauchverzicht und gemäßigter Alkoholkonsum“, zählt Vahdet Soysal die vier zentralen Themenfelder auf. In diesem Zusammenhang, so der Schaumburger Regionalleiter für „Länger besser leben.“, gebe es zum Beispiel die Kerlgesund- und die FITNASS-TOUR, die Frühjahrskur oder den Sportabzeichen-Wettbewerb für Betriebe.

Kann bei „Länger besser leben.“ jeder mitmachen, setzen die über 80 Extraleistungen der BKK24 eine Mitgliedschaft voraus. Es lohnt ein Blick auf www.bkk24.de/extras. Dort sind alle über dem gesetzlichen Standard liegenden Angebote aufgeführt und man sieht, welchen Wert die Leistung hat. Außerdem sind dort die persönlichen Ansprechpartner der BKK24-Servicecenter in Stadthagen, Rinteln und Obernkirchen zu finden.

**Zusatzangebote**

* mindestens 100 Euro „Länger besser leben.“-Bonus
* bis zu 250 Euro für Präventionskurse
* bis zu 360 Euro für Osteopathie
* bis zu 2 x 45 Euro für professionelle Zahnreinigung
* bis zu 160 Euro für Gesundheitsreisen
* und über weitere 80 wertvolle Extras

**BKK24**

Sülbecker Brand 1

31683 Obernkirchen

Tel. 05724 / 971-0

www.bkk24.de