|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |

Ansprechpartnerin HSW:

**Pauline Schneiders**

Veranstaltungsmanagement

Tel.: +49 5151 9559-63

Ansprechpartner BKK24:

**Jörg Nielaczny**

Vorsitzender des Vorstandes

Tel.: +49 5724 971-116

**PRESSEINFORMATION**

**Gesundheit in Zeiten des Klimawandels**

**Frühjahrskur des „Länger besser leben.“-Instituts setzt neuen Schwerpunkt**

**(Hameln/Obernkirchen, im April 2022) Der Klimawandel stellt die größte Herausforderung für die Bevölkerungsgesundheit dar. Steigende Durchschnittstemperaturen, häufiger auftretende und länger anhaltende Hitzeperioden, Dürren oder Starkregenereignisse haben vielfältige Auswirkungen auf die menschliche Gesundheit. Mit der diesjährigen Frühjahrskur will das „Länger besser leben.“-Institut der BKK24 und der Hochschule Weserbergland (HSW) die Teilnehmenden für das Thema sensiblisieren.**
Seit 2017 hat sich die Frühjahrskur für viele Menschen zu einem festen Bestandteil im Jahreszyklus der Gesundheitsförderung entwickelt. Auch in diesem Jahr startet die Frühjahrskur der BKK24 mit einer neuen Auflage. Neu ist dabei mit dem „Länger besser leben.“-Institut der Hochschule Weserbergland nicht nur der neue wissenschaftliche Partner, sondern auch der Themenfokus der Frühjahrskur: Mit dem Thema „Klima und Gesundheit“ steht die Frühjahrskurwieder unter einem ganz speziellen Thema.

Teilnehmende erhalten sechs Wochen „eine geballte Ladung positiver Energie in Form von Videos, Vorträgen, Rezeptideen, Infografiken und Einladungen zu Vor-Ort-Aktionen“, so der wissenschaftliche Leiter des „Länger besser leben.“-Instituts Prof. Dr. med. Peter Schulte. „Thematisch geht das Spektrum dabei von klimafreundlicher Ernährung über Achtsamkeit bis hin zum Selbstschutz vor Klimaveränderungen und vielem mehr“, blickt BKK24-Vorstand Jörg Nielaczny auf einige Inhalte. Dabei werden die wissenschaftlichen Erkenntnisse stets mit konkreten und alltagstauglichen Tipps kombiniert.

Bei der Teilnahme an der „Frühjahrskur“ geht es nicht darum, das eigene Leben komplett umzukrempeln, ist es Prof. Schulte und Nielaczny wichtig zu betonen. Stattdessen würden die gelieferten Denkanstöße und die daraus möglichen Veränderungen des eigenen Verhaltens dafür sorgen, dass sich die Gesundheit und das Wohlbefinden der Teilnehmenden nachhaltig verbessern können. Die Frühjahrskur sei somit „ein Frühjahrsputz für Körper und Seele, der insbesondere dem Klimaschutz hilft!”

Mitmachen können nicht nur Kunden der BKK24, sondern auch alle anderen Interessierten. Anmeldungen sind ab sofort auf der Internetseite [www.bkk24.de/fruehjahrskur](http://www.bkk24.de/fruehjahrskur) möglich.

Die **Hochschule Weserbergland (HSW)** ist eine staatlich anerkannte und vom Wissenschaftsrat akkreditierte private Fachhochschule in Trägerschaft eines gemeinnützigen Vereins. Sie bietet im niedersächsischen Hameln duale und berufsbegleitende Studiengänge in den Bereichen Betriebswirtschaftslehre, Wirtschaftsinformatik, Wirtschaftsingenieurwesen und General Management an. Dabei bindet die HSW insbesondere die Gestaltung der digitalen Transformation in ihre Lehrinhalte mit ein.

In enger Zusammenarbeit mit Partnerunternehmen und Fördermitgliedern entwickelt und realisiert die HSW in ihrem Zentrum für Personalentwicklung und Lebenslanges Lernen zudem Weiterbildungsprogramme für Fach- und Führungskräfte. Darüber hinaus gibt es im Bereich Forschung und Entwicklung ein Institut für Wissensmanagement, ein Interdisziplinäres Energieinstitut sowie das „Länger besser Leben.“- Institut. Alle drei Institute ermöglichen einen wertvollen Transfer zwischen Wissenschaft und Wirtschaft. Mit dem Zentrum für digitale Transformation und neue Arbeit (zedita) befindet sich im Kaisersaal am Hamelner Bahnhof der Transfer- und Innovationsknotenpunkt der HSW, ein Ort für neues Lernen und Arbeiten.

Die **BKK24** ist eine gesetzliche Krankenkasse mit über 120.000 Versicherten. Mit der bundesweit einmaligen Gesundheitsinitiative „Länger besser leben.“ engagiert sich die BKK24 für Prävention und Gesundheitsförderung. Vor diesem Hintergrund werden gemeinsam mit mehr als 300 Partnern diverse Kurse, Programme und Aktionen angeboten.

Im Mittelpunkt stehen dabei sechs Elemente: ausreichend Bewegung, vitaminreiche Ernährung, der Verzicht auf das Rauchen, ein maßvoller Umgang mit Alkohol, das Schaffen passender Bedingungen für eine mentale Gesundheit sowie klimabewusstes Handeln zum Schutz der eigenen Gesundheit. Zu den wesentlichen Zielen von „Länger besser leben.“ gehört es, Menschen für gesundheitsbewusstes Verhalten zu motivieren oder in vorhandenen Aktivitäten zu bestärken.

Unterstützt wird der präventionsorientierte Ansatz der BKK24 durch über 90 Extraleistungen, die oberhalb des gesetzlichen Leistungskataloges liegen. So gibt es beispielsweise hohe Zuschüsse für Präventionskurse, sportmedizinische Untersuchungen und alternative Heilmethoden – außerdem den jährlichen „Länger besser leben.“-Bonus in Höhe von 100 Euro.

**Bild**

Fit in den Frühling: BKK24-Vorstand Jörg Nielaczny und Mitarbeiterin Christina Steinmann freuen sich auf den Start der beliebten Frühjahrskur.