



Länger besser leben.

**BlickPunkt**  
Für den Landkreis Nienburg

www.LBL-Stadt.de



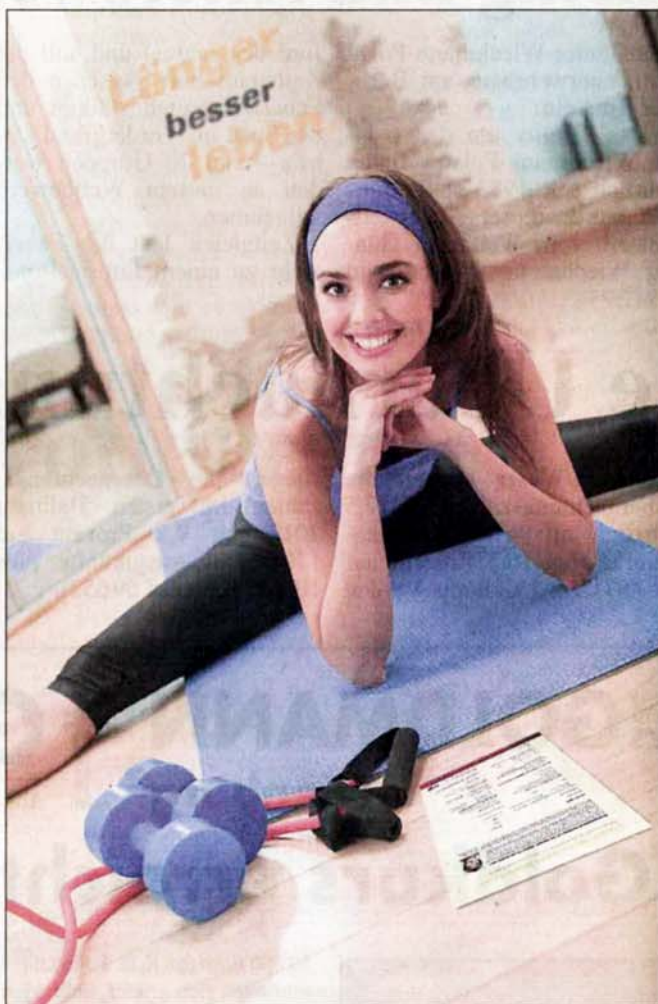
# „Jetzt bauen wir das Gesundheitsnetzwerk auf“

## Vereine, Firmen, Handel, Gastronomie in Aktion einbinden

NIENBURG. Erst Mitte der Woche haben alle Haushalte Post von BlickPunkt und Krankenkasse bekommen. Doch schon am Donnerstag brachte der Briefträger die ersten verschlossenen Umschläge mit den ausgefüllten „Länger besser leben“-Fragebogen zurück in die Langen Straße 9 in Nienburg. „Die Aktion läuft an“, freut sich Frank Herzog vom dortigen ServiceCenter der BKK24. Und parallel zu diesem verheißungsvollen Start entsteht ein Partner-Netzwerk, wie es der Landkreis noch nicht gesehen hat.

„Wenn möglichst alle Vereine mitmachen, der Handel, die Gastronomie und die Firmen, dann wird diese Aktion die Stadt und ihr Umland verändern“, erwartet BlickPunkt-Chefin Sabine Düßmann. Gemeinsam mit der BKK24 hat sie nun auch die ersten potentiellen Partner in der Region angeschrieben, um zunächst Kurse und Veranstaltungen aus dem Themenfeld Bewegung zu sammeln. Bereits in den nächsten Tagen werden die ersten Termine unter der Adresse [www.LBL-Stadt.de](http://www.LBL-Stadt.de) im Internet veröffentlicht. Besonders attraktive Kurse oder Veranstaltungen werden zudem, für die Anbieter kostenlos, mit Anzeigen und redaktionellen Veröffentlichungen beworben.

Was hinter dem „Länger besser leben“-Programm steckt, erläuterte Frank Herzog: „Die Cambridge Universität hat nach 20 Jahren Forschung vier einfache Re-



BEI DER „Länger besser leben“-Aktion im Landkreis Nienburg geht nicht um Leistungssport, sondern um eine angemessene und zu den individuellen Möglichkeiten jedes einzelnen Teilnehmers passende Bewegung. Entsprechende Angebote der Vereine werden derzeit gesammelt.

geln aufgestellt. Wer sich mit unserer Hilfe daran hält, kann nachweislich bis zu 14 Jahre länger leben.“ Um so viel älter zu werden, soll man sich unter anderem angemessen bewegen und abwechslungsreich ernähren. Doch bisher fehlte vielen Frauen und Männern aus dem Landkreis der Anreiz für den ersten Schritt. „Aber das ändern wir gerade“, verspricht Düß-

mann.

Am Pilotort Obernkirchen, dessen Erfahrungen nun auf die Region Nienburg übertragen werden, sind selbst die Optimisten vom Erfolg des dort ebenfalls aufgebauten Gesundheitsnetzwerkes überrascht. Auf einmal hat nämlich die Bevölkerung Spaß an Dingen, die zuvor niemanden vom Sofa holen konnten. Es wird gewalkt, getanz, ge-

turt und vitaminreich gekocht. „Früher waren wir in unserem Kurs nie mehr als zehn Mann“, sagte der Übungsleiter eines Sportvereins gegenüber dem Fernsehsender SAT1, „jetzt sind wir 16.“ Denn ebenso individuell wie die Vorschläge der Experten an die einzelnen Teilnehmer sind die Gründe fürs Mitmachen. Sich vitaler zu fühlen und auszusehen, seltener eine Erkältung zu bekommen oder eine beneidenswerte Figur, zählt für die einen. Das Risiko für die schlimmsten Krebsarten um 40 Prozent zu senken, Rückenschmerzen loszuwerden, ohne Entzugerscheinungen das Geld für Zigaretten zu sparen oder sich vor Herzinfarkten zu schützen, für die anderen.

Ein längeres besseres Leben für die Bevölkerung, mehr Besucher bei den Veranstaltungen der Vereine, steigende Mitgliederzahlen und sogar Umsatzperspektiven für Handel und Gastronomie sind für Partner und Teilnehmer der „Länger besser leben“-Aktion eine Win-win-Situation. „Um weitere bedarfsgerechte Angebote schaffen zu können, kommt es nun auf einen möglichst großen Rücklauf an“, erläutert Frank Herzog. Auch im Internet, unter [www.LBL-Stadt.de](http://www.LBL-Stadt.de), können sich Interessenten per Online-Formular melden. „Das kostet nichts und ist auch nicht mit bestimmten Verpflichtungen verbunden.“ Als persönlicher Ansprechpartner für Vereine, Firmen, Händler und Gastronomen ist Herzog auch direkt im ServiceCenter Nienburg der BKK24 an der Langen Straße 9 oder unter Telefon 05021 603990 erreichbar.