**Gute Aussichten für Gesundheit und Wohlbefinden**

**„Länger besser leben.“ mit der BKK24: Die Krankenkasse mit über 90 Extraleistungen**

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. Und das Beste: Der unabhängig erstellte Nachweis, dass „Länger besser leben.“ den Teilnehmenden nutzt, liegt seit mehreren Jahren vor. Wesentliches Ergebnis aus dem Evaluationsbericht: Fast die Hälfte der befragten Teilnehmer haben ihr Bewegungs-, Ernährungs- und Rauchverhalten verbessert.

Diese erfreuliche Entwicklung ist unter anderem in der niedrigschwelligen Herangehensweise begründet. So gehört es zu den wesentlichen Zielen des Programms, Menschen für gesundheitsbewusstes Verhalten zu motivieren oder in vorhandenen Aktivitäten zu bestärken. Dies gelingt immer dann besonders gut, wenn Gesundheit mit konkreten und wortortnahen Aktionen, Kursen und Programmen erlebbar und anfassbar wird. Mit der Unterstützung von über 300 Partnern, davon viele auch im Schaumburger Land, wird dies umgesetzt. Kerlgesund- und FITNASS-Tour, Sportabzeichen-Wettbewerb, Frühjahrskur und Herbstgesund sowie Trainings zur Rauchentwöhnung sind einige der vielen Aktionen, die über das Jahr verteilt stattfinden.

Können bei „Länger besser leben.“ und den damit verbundenen Aktionen alle Interessierten mitmachen, unabhängig von der gewählten Krankenkasse, profitieren BKK24-Mitglieder von 90 besonderen Extraleistungen. Ganz nach dem Motto: Wo die gesetzlichen Leistungen aufhören, geht die BKK24 mit vielen Extras weiter – und das mit einem Zusatzbeitrag von nur 1,0 Prozent (Stand Januar 2020).

**Extraleistungen für BKK24-Mitglieder**

bis zu 90 Euro für professionelle Zahnreinigung bei freier Zahnarztwahl

100 Euro „Länger besser leben.“-Bonus

bis zu 250 Euro für Präventionskurse

bis zu 360 Euro für Osteopathie

und über 90 weitere wertvolle Extraleistungen

***Pressekontakt***

BKK24

Jörg Nielaczny

Telefon: 05724 971 116

E-Mail: [j.nielaczny@bkk24.de](mailto:j.nielaczny@bkk24.de)

Die BKK24 ist eine gesetzliche Krankenkasse mit über 132.000 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 vier Elemente: ausreichend Bewegung, vitaminreiche Ernährung, der Verzicht auf das Rauchen und ein maßvoller Umgang mit Alkohol. 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.