

## Presseinformation

Rostock/Schwerin/Lübeck/Kiel, 18.06.2020

Lust auf mehr Gesundheit im Alltag? Eine Kursdatenbank bietet zertifizierte wohnortnahe und reichlich digitale Angebote an  
Die IKK Nord unterstützt mit 180 Euro pro Jahr

Wer mehr für die eigene Fitness tun möchte, kann ab sofort aus der Kursdatenbank der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZZP) schöpfen. Sie bietet den Versicherten der IKK Nord zahlreiche wohnortnahe, aber auch vielfältige digitale Kurse und Kompaktangebote an.

„Neu ist, dass unsere Versicherten aus einem großen Pool von praktischen und digitalen Angeboten wählen können. Wir haben dabei die Nähe zum Wohnort vor Augen. So können Anreize geschaffen werden, sich mehr zu bewegen. Alternativ haben wir digitale Zugangswege für diejenigen ausgebaut, die nicht regelmäßig am Kurs teilnehmen können, weil sie beispielsweise im Schichtdienst arbeiten. Jeder, der es möchte, kann digitale Angebote und Kompaktkurse nutzen. Wir freuen uns, dass wir mit der Datenbank das Spektrum ab sofort deutlich erweitern können“, so Ralf Hermes, Vorstand der IKK Nord. Hermes verweist auch darauf, dass die IKK Nord die Gesundheitskurse für ihre Versicherten jährlich mit bis zu 180 Euro für zwei Kurse bezuschusst.

Die zertifizierten Angebote sind aus den Bereichen: Sport und Bewegung, Stressbewältigung/Entspannung, Ernährung und Suchtmittelkonsum zusammengestellt.

[www.ikk-nord.de/leistungen/vorsorgeleistungen/praeventionskurse](http://www.ikk-nord.de/leistungen/vorsorgeleistungen/praeventionskurse)

Pressesprecherin  
Angelika Stahl  
Tel. 0381 367-2806  
mobil: 0160 96 3213 37  
angelika.stahl@ikk-nord.de