

Presseinformation

Rostock/Lübeck, 13.06.2012

Präventionsprogramm der IKK Nord wird ausgebaut *Mit Gesundheits-Qigong Neuland betreten*

Die IKK Nord bietet im Rahmen ihrer Prävention weitere qualifizierte Angebote zum Stressabbau an. Neu sind Kurse aus dem Gesundheits-Qigong.

„Wir machen uns für Angebote aus der Primärprävention stark. Mit dem Gesundheits-Qigong betreten wir im Grunde Neuland, sind aber zuversichtlich, dass unsere Versicherten die Kurse unserer frisch geprüften Lehrerinnen annehmen. Die Kurse helfen, Stress abzubauen“, so Ralf Hermes, Vorstand der IKK Nord.

Gesundheits-Qigong ist eine Kombination aus Bewegungsübungen, Atmung und mentalen Prozessen und wurde von der Chinese Health Qigong Association auf der Grundlage traditioneller Qigong-Formen entwickelt.

Die IKK Nord hat einigen Mitarbeiterinnen aus den IKK Präventionscentern ermöglicht, den zweieinhalb-jährigen Studiengang „Gesundheits-Qigong“ an der Hochschule Neubrandenburg zu absolvieren.

Gesundheits-Qigong wird für Versicherte der IKK Nord und Interessierte in den sechs Vertriebsregionen der Kasse angeboten, z.B. im Frühjahrs- und Herbstprogramm der Präventionscenter und in der Betrieblichen Gesundheitsförderung, beispielsweise in der „Gesundheitswerkstatt intensiv“.

Weitere Informationen bieten wir an unter:

www.ikk-nord.de/gesundheit/kurse.html

Pressesprecherin

Angelika Stahl
Tel. 0381 367-2806
Fax 0381 367-1500
Handy: 0160 96 3213 37
angelika.stahl@ikk-nord.de