

ZF BKK

Kontakt für Redaktionen:

Marius Fabry

Mitarbeiter Marketing

Telefon: 07541 3908-1074

E-Mail: marius.fabry@zfbkk.de

Pressemitteilung

ZF BKK lädt zum Tag der Prävention ein: Zeitinsel für Familien

Donnerstag, 02. Juni 2026 | Friedrichshafen | 2 Min Lesedauer

Am 08. Juli 2026 lädt die ZF BKK Familien in Friedrichshafen zu einem kostenfreien Nachmittag voller Bewegung, Spiel und kleiner Gesundheitsimpulse ein.

Fast Facts:

- ZF BKK lädt am 08. Juli 2026 zum Tag der Prävention ein
- Von 13:00 bis 16:00 Uhr können Familien nach dem Kindergarten einfach vorbeikommen und gemeinsam die kostenfreie „Zeitinsel für Eltern & Kinder“ erleben.
- Sinnesparcours, Zuckerquiz, Memory und Bewegungsaktionen machen Prävention spielerisch erlebbar
- Ergänzend finden zwei kostenfreie Online-Angebote statt: „Die vielen Gesichter von Gesundheit – und wo sehe ich mich dabei?“ und „Zuckerfallen bei Kinderlebensmitteln aufgedeckt: kindgerechte Ernährung“

Friedrichshafen — Ein bisschen hüpfen, balancieren, staunen und gemeinsam lachen: Am Mittwoch, 08. Juli 2026, schafft die ZF BKK eine kleine Zeitinsel für Familien. Anlässlich des Tags der Prävention lädt die Krankenkasse Eltern und Kinder zu einem kostenfreien Mitmachnachmittag vor der ZF BKK in Friedrichshafen ein.

Von 13:00 bis 16:00 Uhr erwartet Familien auf der **Aktionswiese in der Otto-Lilienthal-Straße 10** ein buntes Programm rund um Bewegung, Ernährung und gemeinsames Entdecken. Die Teilnahme ist kostenfrei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Bei Regen findet das Angebot indoor statt.

Kinder können im Sinnesparcours fühlen, hören und staunen, beim Zuckerquiz spielerisch herausfinden, wie viel Zucker in alltäglichen Lebensmitteln steckt, oder beim Memory passende Paare entdecken. Kleine Bewegungsaktionen laden zum Hüpfen, Balancieren und Ausprobieren ein. So wird Prävention ganz einfach erlebbar – mit Spaß, Neugier und einer gemeinsamen Auszeit nach dem Kindergarten.

Für alle Kinder, die mitmachen, gibt es ein kleines Geschenk. Familien können einfach vorbeikommen, mitmachen und den Nachmittag gemeinsam genießen.

Ergänzend zur Vor-Ort-Aktion bietet die ZF BKK am Tag der Prävention zwei **kostenfreie Online-Angebote** für Eltern und Interessierte an. Um 09:15 Uhr geht es im Angebot „Die vielen Gesichter von Gesundheit – und wo sehe ich mich dabei?“ darum, Gesundheit neu und ganz persönlich zu betrachten. Um 16:00 Uhr folgt der Online-Vortrag „Zuckerfallen bei Kinderlebensmitteln aufgedeckt: kindgerechte Ernährung“. Dabei erhalten Eltern praktische Impulse dazu, wo sich Zucker im Familienalltag versteckt und wie bewusste Ernährung leichter gelingen kann.

„Wir möchten Familien einen Nachmittag schenken, der leicht ist, Freude macht und ganz nebenbei Gesundheit erlebbar werden lässt. Prävention muss nicht kompliziert sein – manchmal beginnt sie schon beim gemeinsamen Ausprobieren, Bewegen und Entdecken. Genau dazu laden wir Eltern und Kinder herzlich ein“, sagt Lisa Striebig, Teamleitung Prävention & BGF bei der ZF BKK.

Der **Tag der Prävention** erinnert daran, wie wichtig es ist, Gesundheit frühzeitig zu stärken und Menschen alltagsnah zu unterstützen. Gerade bei Kindern werden wichtige Grundlagen für ein gesundes Aufwachsen schon früh gelegt. Bewegung, Ernährung und Gesundheitswissen spielen dabei eine zentrale Rolle – nicht abstrakt, sondern mitten im Familienalltag. Mit ihrer Aktion greift die ZF BKK diesen Gedanken auf und macht Prävention spielerisch erlebbar: niedrigschwellig, verständlich und mit Freude am gemeinsamen Ausprobieren. So wird der Aktionstag zu einem positiven Impuls für Familien, Gesundheit bewusst wahrzunehmen und kleine Anregungen mit in den Alltag zu nehmen.

Über die ZF BKK

Die ZF BKK ist eine finanzstarke und kundenorientierte Krankenkasse mit über 100 Jahren Erfahrung. Mehr als 225 Mitarbeitende sind an 12 Standorten bundesweit für über 90.000 Versicherte und rund 15.000 Arbeitgeber ein verlässlicher und engagierter Ansprechpartner. Dabei hält die ZF BKK in jeder Lebenslage die richtigen Gesundheitsleistungen bereit – von Prävention und Früherkennung bis hin zu innovativen Versorgungsmodellen. Eine Krankenversicherung, die wertvolle Leistungen bietet, kann nicht die günstigste sein. Sie setzt deshalb auf ein ausgewogenes Preis-Leistungs-Verhältnis. Als Krankenkasse von Morgen verbindet die ZF BKK persönliche Betreuung mit digitalen Lösungen. Kundenerlebnis und interne Prozesse werden intelligent miteinander vernetzt, um effiziente Abläufe und eine serviceorientierte Kommunikation zu ermöglichen. Die Digitalisierung im Gesundheitswesen und die damit verbundenen Kundenbedürfnisse stellt sie dabei aktiv in den Fokus.