



Pressemeldung

SACHSEN-ANHALT

Stefan Poetig | Beuthstraße 6 | 10117 Berlin
Tel: 030 9819416-1127 | Mobil: 0173 2462071 | E-Mail: stefan.poetig@dak.de

fit4future: Zehnkämpfer Rico Freimuth und Christoph Bernstiel (MdB) machen Schüler fit

Präventionsinitiative der der Cleven-Stiftung und der DAK-Gesundheit startet mit großem Auftakt an Grundschule in Halle

Halle, 12. November 2018. In Halle startet fit4future, die Präventionsinitiative für gesunde Schulen. Zehnkampf-Vizeweltmeister Rico Freimuth übergibt gemeinsam mit dem Bundestagsabgeordneten Christoph Bernstiel (CDU) sowie Vertretern der DAK-Gesundheit und der Cleven-Stiftung die erste fit4future-Spieltonne. Sie ist bis zum Rand mit Sport- und Spielgeräten gefüllt, die im Unterricht und in den Pausen zum Einsatz kommen werden. fit4future erreicht bundesweit zu Beginn dieses Schuljahres bereits 2.000 Schulen. In Sachsen-Anhalt nehmen insgesamt 80 Grund- und Förderschulen teil. Schirmherr der Initiative ist Bundesgesundheitsminister Jens Spahn.

Rico Freimuth, Vize-Weltmeister im Zehnkampf von 2017 und seit zwei Jahren fit4future-Botschafter in Sachsen-Anhalt: „Ich habe, sicher auch bedingt durch meine Disziplin, den Zehnkampf, immer einen hohen Anspruch an mich selbst, will immer der Beste sein. Aber – egal ob im Sport, in der Schule oder allgemein im Leben – es gibt immer Höhen und Tiefen und man muss lernen, damit umzugehen. Das bedeutet vor allem, selbstbestimmt zu sein, auf den eigenen Körper und Geist zu hören. Und dann eine Entscheidung zu treffen. Das ist Mut. Und genau das möchte ich den Kindern als Botschafter für fit4future mit auf den Weg geben - neben der Begeisterung und der Lust an der sportlichen Betätigung natürlich!“

Der Bundestagsabgeordnete Christoph Bernstiel (CDU) sieht im Sport großes Potenzial für die Schüler: „Sportliche Betätigung ist ja nicht nur gut für die Gesundheit, sondern fördert auch das Teamplay und den respektvollen Umgang. Gerade im spielerischen Umgang miteinander fällt es leichter in Bewegung zu bleiben. Dies gilt es zu fördern, denn nur so können wir den erschreckenden Trend der Übergewichtigkeit umkehren.“

Neben Bewegung im Schulalltag sind gesunde Ernährung, konzentriertes Lernen und Stressbewältigung die Schwerpunkte von fit4future, einer der größten Präventionskampagnen an deutschen



Pressemeldung

SACHSEN-ANHALT

Stefan Poetig | Beuthstraße 6 | 10117 Berlin

Tel: 030 9819416-1127 | Mobil: 0173 2462071 | E-Mail: stefan.poetig@dak.de

Schulen. Das bereits bestehende Programm der Cleven-Stiftung wurde gemeinsam mit der DAK-Gesundheit und der Technischen Universität München ergänzt: Die Grundschule Lessing und 79 weitere Grund- und Förderschulen in Sachsen-Anhalt werden drei Jahre lang professionell bei der Umsetzung von Angeboten aus den Bereichen Bewegung, Ernährung und Brainfitness begleitet und persönlich gecoacht. Dazu gehören Workshops für Lehrer, Aktionstage für Schüler und Eltern und eine Vielzahl von Materialien, die Lust auf eine gesunde Lebensweise machen. Darüber hinaus erhalten die Schulen Unterstützung bei ihrer Weiterentwicklung zu einer gesundheitsfördernden Schule. Damit erhöhen sie die Qualität, mit der sie ihren Bildungs- und Erziehungsauftrag erfüllen. Auch die Gesundheitsförderung der Lehrkräfte ist Teil des Programms. „Schon im Grundschulalter wird die Basis für ein gesundes Erwachsenenleben gelegt. Deshalb nehmen wir den Auftrag des neuen Präventionsgesetzes ernst und machen uns für die Schüler in Halle stark“, sagt Steffen Meyrich, designierter Leiter der Landesvertretung der DAK-Gesundheit in Sachsen-Anhalt.

Malte Heinemann, Geschäftsführer der Cleven-Stiftung, betont: „Es ist großartig, wie fit4future mit der Förderung durch die DAK-Gesundheit in den letzten zwei Jahren gewachsen ist. Mittlerweile haben wir unser eingangs gesetztes Ziel erreicht: 2.000 Schulen sind mit dem Beginn dieses Schuljahres Teil der in dieser Form einmaligen Präventionsinitiative. Insgesamt 600.000 Kinder profitieren derzeit von den Inhalten und tun etwas für ihre Gesundheit. Auch die Unterstützung durch prominente Sportler trägt einen Teil zur Motivation aller bei. Wir können zu Recht gemeinsam stolz auf diese tolle Bilanz sein.“

„Das Konzept von fit4future hat uns sofort überzeugt, weil es die Gesundheit jedes einzelnen Kindes breitgefächert und nachhaltig fördert. Außerdem hilft uns die Initiative dabei, unsere Schule zu einem gesunden Ort weiterzuentwickeln“, sagt Birgit Kuhn, Schulleiterin der Grundschule Lessing „Wir freuen uns, dass wir dabei sein dürfen.“

Bedarf nach Gesundheitsförderung an Schulen ist groß

Dass der Bedarf nach gesundheitsfördernden Maßnahmen für Schüler und Lehrer groß ist, zeigt die DAK-Studie „Gesundheitsfalle Schule – Probleme und Auswege“ für die das Forsa-Institut 500 Lehrkräfte im gesamten Bundesgebiet befragt hat. Hauptergebnisse: Rund 70 Prozent der Lehrer stellten mit Blick auf die vergangenen zehn Jahre einen Anstieg von Gesundheitsproblemen bei den Schülern fest. So leiden



Pressemeldung

SACHSEN-ANHALT

Stefan Poetig | Beuthstraße 6 | 10117 Berlin

Tel: 030 9819416-1127 | Mobil: 0173 2462071 | E-Mail: stefan.poetig@dak.de

immer mehr Kinder an Konzentrationsproblemen – dieser Meinung sind mehr als 50 Prozent der Lehrkräfte. Außerdem beobachteten die Lehrer einen starken Anstieg von Schülern mit Verhaltensauffälligkeiten (45 Prozent), motorischen Defiziten (36 Prozent) und psychosomatischen Beschwerden (27 Prozent).

Hier setzt das Präventionsprogramm fit4future an: In den drei Bereichen Bewegung, Ernährung und Stressbewältigung werden die Teilnehmer sensibilisiert. Auch Themenkomplexe wie Internetnutzung und Computerspiele werden behandelt. Neben der Förderung der körperlichen und geistigen Fitness für Kinder beinhaltet fit4future zusätzlich Ansätze zur Verhältnisprävention in sechs Themenbereichen. Ebenso spielt die Einbindung der Lehrkräfte eine zentrale Rolle.

Positive Auswirkung auf die Kindergesundheit

Und dieser Ansatz zeigt bereits Wirkung, wie die jüngste Evaluation der TU München vom Mai 2018 aufzeigt. Der Anteil der Schüler, die täglich oder fast täglich mehr als 60 Minuten körperlich aktiv sind, stieg demnach in einem Schuljahr von 18 auf 24 Prozent an. Gleichzeitig ging der Anteil der Kinder, die täglich Süßigkeiten essen, von 40 Prozent auf 34 Prozent zurück. Auch die körperliche Verfassung der Kinder wurde durch die Wissenschaftler mit einem Fitnesstest untersucht. So absolvierten Kinder aus 25 Schulen jeweils sechs verschiedene Übungen zu motorischen Grundeigenschaften wie Gleichgewicht, Beweglichkeit, Sprungkraft und Schnelligkeit. In fünf von sechs Disziplinen wurden dabei „signifikante Leistungssteigerungen“ beobachtet.

Die Cleven-Stiftung ist seit 2005 mit dem Projekt fit4future für gesunde Schulen im Einsatz. Innerhalb von drei Jahren wurden rund 600.000 Schüler an 2.000 Schulen bundesweit für die Initiative gewonnen. Die DAK-Gesundheit ist eine der größten gesetzlichen Kassen in Deutschland und versichert rund 5,8 Millionen Menschen.

Mehr zu fit4future: www.fit-4-future.de und www.dak.de/fit4future

Mehr zu den DAK-Studien: www.dak.de/presse

Facebook: <https://www.facebook.com/fit4futurepoweredbydak>