Pressemeldung
BAYERN
Stefan Wandel | Haidenauplatz 3 | 81667 München
Tel: 089 9090198-1128 | Mobil: 0160 5320898 | E-Mail: stefan.wandel@dak.de

fit4future: Rennrodlerin Natalie Geisenberger macht Schüler in Bayern fit

Gemeinsame Sportstunde an der Grundschule Reichersbeuern – Martin Bachhuber MdL unterstützt Initiative von DAK-Gesundheit und Cleven-Stiftung

Reichersbeuern, 23. Oktober 2018. Die Präventionsinitiative fit4future wird in Bayern auf weitere 86 Grund- und Förderschulen ausgeweitet. Natalie Geisenberger, vierfache Olympiasiegerin und siebenfache Weltmeisterin im Rennrodeln sowie die fit4future-Botschafterin für Bayern, übergibt der Grundschule Reichersbeuern gemeinsam mit Martin Bachhuber MdL die erste fit4future-Spieltonne. In einer gemeinsamen Sportstunde testet sie mit den Kindern die zahlreichen Sport- und Spielgeräte, die im Unterricht und in den Pausen zum Einsatz kommen werden. Damit profitieren im Freistaat insgesamt 360 Einrichtungen von fit4future – der gemeinsamen Initiative von DAK-Gesundheit und Cleven-Stiftung. Bundesweit erreicht das Programm bereits 2.000 Schulen.

Natalie Geisenberger, vierfache Olympiasiegerin und siebenfache Weltmeisterin im Rennrodeln ist neue fit4future-Botschafterin für Bayern. Sie sagt: „Erfolg ist ein Puzzle aus verschiedenen Teilen. Natürlich braucht es ein gewisses Talent, Ausdauer und Willen. Aber ganz besonders wichtig sind die Eltern als Ratgeber und Vorbilder. Ohne die intensive Unterstützung meines Vaters hätte ich ‚meinen' Sport nicht gefunden, wäre ich nie so weit gekommen. Deshalb freue ich mich sehr darauf, als Botschafterin der Initiative fit4future diesmal selbst die Rolle der Motivatorin für eine Vielzahl von Kindern zu übernehmen."

Für **Martin Bachhuber**, für den Stimmkreis Bad Tölz-Wolfratshausen und Garmisch-Partenkirchen im Bayerischen Landtag, ist die Gesundheit von Kindern eine Herzensangelegenheit. „Wir müssen Kindern ein gesundes Aufwachsen ermöglichen", betonte der Politiker. „fit4future, die Präventionsinitiative von Cleven-Stiftung und DAK-Gesundheit bietet einen ganzheitlichen Ansatz. Sie verbindet Bewegung, Ernährung sowie geistige Fitness und kann damit im Schulalltag einen wertvollen Beitrag leisten."

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

Stefan Wandel | Haidenauplatz 3 | 81667 München
Tel: 089 9090198-1128 | Mobil: 0160 5320898 | E-Mail: stefan.wandel@dak.de

Das bereits bestehende Programm der Cleven-Stiftung wurde 2016 gemeinsam mit der DAK-Gesundheit und der Technischen Universität München erweitert und um das neue Modul „Verhältnisprävention“ ergänzt: Die Grundschule Reichersbeuern und alle weiteren in Bayern werden ab sofort drei Jahre lang professionell bei der Umsetzung von Angeboten aus den Bereichen Bewegung, Ernährung und Brainfitness begleitet und persönlich gecoacht. Dazu gehören Workshops für Lehrkräfte, Aktionstage für Schüler/innen und Eltern sowie eine Vielzahl von Materialien, die Lust auf eine gesunde Lebensweise machen. Darüber hinaus erhalten die Schulen Unterstützung bei ihrer Weiterentwicklung zu einer gesundheitsfördernden Einrichtung. 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/-innen in Bayern stark“, sagt **Sophie Schwab,** Leiterin der Landesvertretung Bayern der DAK-Gesundheit.

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.“

„Uns ist sehr daran gelegen, den Kindern neben den Kulturtechniken auch ein Bewusstsein für die eigene Gesundheit nahezubringen“, sagt **Heidi Dodenhöft**, Schulleiterin der Grundschule Reichersbeuern. „Damit es bei den Kindern wirklich zu einer Verhaltensänderung kommt, braucht es stetige Wiederholung, Spaß und Zeit. Das gut durchdachte Konzept der Initiative „fit4future“ und die sehr praxisorientierten Inhalte lassen sich gut in den Stundenplan integrieren. Unsere Schulkinder motiviert es zusätzlich, dass die Spieltonne durch die Rennrodlerin Natalie Geisenberger übergeben wird.“

Bedarf nach Gesundheitsförderung an Schulen ist groß

Dass der Bedarf nach gesundheitsfördernden Maßnahmen für Schüler/-innen und Lehrkräfte groß ist, zeigt die DAK-Studie „Gesundheitsfalle Schule – Probleme und Auswege“ für die das Forsa-Institut 500 Lehrkräfte im

Stefan Wandel | Haidenauplatz 3 | 81667 München
Tel: 089 9090198-1128 | Mobil: 0160 5320898 | E-Mail: stefan.wandel@dak.de

gesamten Bundesgebiet befragt hat. Hauptergebnisse: Rund 70 Prozent der Lehrkräfte stellten mit Blick auf die vergangenen zehn Jahre einen Anstieg von Gesundheitsproblemen bei den Schülern fest. So leiden immer mehr Kinder an Konzentrationsproblemen – dieser Meinung sind mehr als 50 Prozent der Lehrkräfte. Außerdem beobachteten die Lehrkräfte 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 fit4future-Schüler/-innen, 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