Pressemeldung
MECKLENBURG-VORPOMMERN
Sönke Krohn | Gotenstraße 12 | 20097 Hamburg
Tel: 040 8972130-1184 | Mobil: 0172 5173422 | E-Mail: soenke.krohn@dak.de

fit4future: Ruderer Hannes Ocik macht Schüler in MV fit

Präventionsinitiative von Cleven-Stiftung und DAK-Gesundheit startet mit großem Auftakt an der Grundschule „Rudolf-Tarnow“

Rostock, 6. Dezember 2018. In Rostock startet fit4future, die Präventionsinitiative für gesunde Schulen. Hannes Ocik, Doppel-Weltmeister im Rudern übergibt gemeinsam mit Sabine Hansen, Leiterin der DAK-Landesvertretung Mecklenburg-Vorpommern und Malte Heinemann, Geschäftsführer 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. Nun geht es in MV für drei neue Grund- und Förderschulen los, 27 sind bereits seit letztem Jahr dabei. Bundesgesundheitsminister Jens Spahn ist Schirmherr der Initiative.

Der Schlagmann des Deutschland-Achters Hannes Ocik, setzt sich erneut als Botschafter für fit4future in Mecklenburg-Vorpommern ein: „Ich weiß aus eigener Erfahrung wie schwer es ist, sich nach einer Niederlage wieder körperlich und geistig zurück zu kämpfen. Aber ich habe mir angewöhnt, immer das Positive zu sehen und nach vorne zu schauen, weiterzumachen. Nur so kommt man ans Ziel. Egal, ob als Profi-Sportler, Hobby-Athlet in der Schule. Dass eine Initiative wie fit4future Bewegung und mentale Stärke in die Klassenzimmer meiner Heimat bringt, finde ich großartig. Das unterstütze ich sehr gern als Botschafter.“

Neben Bewegung im Schulalltag sind gesunde Ernährung, konzentriertes Lernen und Stressbewältigung die Schwerpunkte von fit4future, einer der größten Präventionskampagnen an deutschen Schulen. Das bereits bestehende Programm der Cleven-Stiftung wurde gemeinsam mit der DAK-Gesundheit und der Technischen Universität München ergänzt: Die Grundschule „Rudolf Tarnow“ in Rostock und 29 weitere in Mecklenburg-Vorpommern 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

Sönke Krohn | Gotenstraße 12 | 20097 Hamburg
Tel: 040 8972130-1184 | Mobil: 0172 5173422 | E-Mail: soenke.krohn@dak.de

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 MV stark“, sagt Sabine Hansen, Leiterin DAK-Landesvertretung Mecklenburg-Vorpommern.

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 die Schulleiterin Anja Schulz. „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 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“

Sönke Krohn | Gotenstraße 12 | 20097 Hamburg
Tel: 040 8972130-1184 | Mobil: 0172 5173422 | E-Mail: soenke.krohn@dak.de

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 allen Disziplinen wurden dabei „signifikante Leistungssteigerungen“ beobachtet.

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

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