

fit4future startet in Baden-Württemberg: Hochspringerin Jungfleisch und Bürgermeister Schöneboom machen Schüler fit Präventionsinitiative von Cleven-Stiftung und DAK-Gesundheit startet an der Grundschule Sulz in Lahr

Lahr, 5. Oktober 2018. In Lahr startet fit4future, die Präventionsinitiative für gesunde Schulen. Die sechsfache deutsche Meisterin im Hochsprung Marie-Laurence Jungfleisch übergibt gemeinsam mit Guido Schöneboom, Erster Bürgermeister der Stadt Lahr 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. Nun geht es in Baden-Württemberg für 74 neue Grund- und Förderschulen los, acht davon in Lahr. In diesem Bundesland profitieren damit derzeit insgesamt 293 Grund- und Förderschulen von dem bundesweiten Programm. Bundesgesundheitsminister Jens Spahn ist Schirmherr der Initiative.

Marie-Laurence Jungfleisch, EM-Bronzemedaillegewinnerin und sechsfache deutsche Freiluft- sowie Hallen-Meisterin im Hochsprung, ist stolz, bereits im dritten Jahr fit4future als Botschafterin zu unterstützen: „Mein Motto lautet ja: ‚Lach nicht über jemanden, der einen Schritt zurück macht, er könnte Anlauf nehmen.‘ Denn Phasen, in denen es mal nicht so gut läuft, gibt es im Sport wie in der Schule. Trotz aller Schwierigkeiten dennoch dabeizubleiben und die Lust nicht zu verlieren, das ist eine Kunst, die man lernen kann. Und genau das möchte ich den Kindern in Baden-Württemberg gern zeigen. Es ist toll, Teil einer Initiative wie fit4future zu sein, die bereits im Grundschulalter gesunden Lebensstil spielerisch vermittelt.“

Guido Schöneboom, Erster Bürgermeister der Stadt Lahr: „Die Stadt Lahr freut sich sehr, mit acht Schulen an zehn Standorten Teil der fit4future-Familie zu werden. Unsere Kinder auf ihrem Weg zu mehr Bewegung und gesunder Ernährung zu begleiten ist eine wichtige Aufgabe, die vor allem mit starken Partnern an der Seite gelingen kann. Besonders schön ist, dass wir heute außerdem Gastgeber für die landesweite Auftaktveranstaltung

sein dürfen. Mein Dank gilt allen Schulleitern und Lehrkräften, die fit4future an ihren Schulen umsetzen und natürlich der Cleven-Stiftung wie auch der DAK-Gesundheit, ohne die es das Projekt nicht geben würde.“

Neben Bewegung im Schulalltag sind ausgewogene Ernährung, konzentriertes Lernen und Stressbewältigung die Schwerpunkte von fit4future, einer der größten Präventionskampagnen an deutschen Schulen. 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 Sulz in Lahr und 73 weitere in Baden-Württemberg 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. Damit erhöhen die teilnehmenden Schulen die Qualität, mit der sie ihren Bildungs- und Erziehungsauftrag erfüllen. Auch die Gesundheitsförderung der Lehrkräfte ist Teil des Programms. „Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr – dieses Sprichwort trifft nicht nur auf Rechtschreibung zu, sondern auch auf gesunde Lebensweise. 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 Sulz in Lahr stark“, sagt **Udo Westermann** von der DAK-Gesundheit in Offenburg.

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.“

Oliver Bensch, Direktor der Grundschule Sulz in Lahr erklärt: „Es gibt zahlreiche Projekte, die Schulen parallel zum normalen Unterricht durchführen können. Oft bedeutet dies zusätzliche Arbeit für die Lehrkräfte. Die Initiative fit4future funktioniert ganz anders, denn die Inhalte sind sehr praxisorientiert auf den regulären Stundenplan angepasst und lassen sich gut in den Tagesablauf integrieren. Das empfinden wir als einzigartig in der Art der Umsetzung und das hat uns ganz besonders zur Teilnahme motiviert. In Kombination mit Tatsache, dass fit4future der Gesunderhaltung von Schülern und Lehrkräften sowie dem gesamten

System Schule dient, sind wir gespannt auf die nächsten drei Jahre.“

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 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

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