



Pressemeldung

NORDRHEIN-WESTFALEN

Rainer Lange | Graf-Adolf-Str. 89 | 40210 Düsseldorf
Tel.: 0211 550415-1120 | Mobil: 0172 4200593 | E-Mail: rainer.lange@dak.de

fit4future startet in Köln: Britta Heidemann und Kristof Wilke machen Schüler fit

Präventionsinitiative der DAK-Gesundheit und der Cleven-Stiftung startet mit großem Auftakt an der GGS Europaring

Köln, 12. Oktober 2017. In Köln startet fit4future, die Präventionsinitiative für gesunde Schulen. Britta Heidemann und Kristof Wilke übergeben gemeinsam mit Peter Mager, Leiter der DAK-Landesvertretung NRW 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. Auch eine fit4future-Brainfitness-Box wird heute an der Schule präsentiert, mit Materialien zu Konzentration und Stressbewältigung. fit4future soll in den nächsten Jahren bundesweit 2.000 Schulen erreichen, 1.500 sind bereits an Bord. In diesem Schuljahr geht es in Nordrhein-Westfalen für insgesamt 176 Grund- und Förderschulen los.

Olympiasiegerin **Britta Heidemann** unterstützt auch in diesem Jahr die Initiative fit4future: „Fitness gehört für mich als Sportlerin natürlich zum täglichen Leben. Dies sollte für jedermann gelten, ganz besonders für Kinder. Ich freue mich sehr, dass ich als fit4future-Botschafterin des Bundeslandes NRW Grundschulern Spaß an Sport und gesunder Ernährung vermitteln kann.“

Auch **Kristof Wilke** (ehemaliger Riemeruderer, Olympiasieger und dreifacher Weltmeister) ist erneut als fit4future-Botschafter dabei: „Als Lehrkraft für das Fach Sport und ehemaliger Profi weiß ich, wie wichtig Bewegung und ein gesunder Lebensstil sind. In der Schule bekomme ich live mit, wie viele Kinder Sport nicht mögen oder wenig Bewusstsein für gesunde Nahrungsmittel haben. Deshalb ist es mir ein besonderes Anliegen, unsere Grundschüler aus NRW mit fit4future frühzeitig zu motivieren.“

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 GGS Europaring und 176 weitere in Nordrhein-



powered by
DAK
Gesundheit

Pressemeldung

NORDRHEIN-WESTFALEN

Rainer Lange | Graf-Adolf-Str. 89 | 40210 Düsseldorf
Tel.: 0211 550415-1120 | Mobil: 0172 4200593 | E-Mail: rainer.lange@dak.de

Westfalen 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 Köln stark“, sagt Peter Mager, Leiter der DAK-Landesvertretung in Nordrhein-Westfalen.

fit4future-Projektmanager Robert Neubauer betont: „Insbesondere die Unterstützung durch prominente Botschafter macht unsere Initiative für die Kinder erlebbarer. Heute sind es sogar zwei Sport-Experten, und mit Kristof Wilke ist noch dazu ein aktiver Lehrer dabei. Besonderes Highlight war die doppelte Überraschung: Die Kids durften nicht nur die Spieltonne inspizieren, sondern auch die fit4future-Brainfitness-Box, die ab dem zweiten Schuljahr zum Einsatz kommt und den Schülerinnen und Schülern dabei helfen soll, mentale Stärke, Konzentration und Entspannung zu trainieren.“

„Wir freuen uns sehr, an der Präventionsinitiative fit4future teilnehmen zu dürfen“, sagt Igor Preuß, Schulleiter der Gemeinschaftsgrundschule Europaring. „Es ist ein besonderes Erlebnis für die Kinder, dass die Spieltonne gleich durch zwei Spitzensportler an unserer Schule persönlich übergeben wird. Sport, Bewegung und Gesundheit sind wichtige Kernthemen in der Grundschule und wir sind überzeugt, dass sich Programme wie fit4future positiv auf die gesamte Lernentwicklung der Schülerinnen und Schüler auswirken.“

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



powered by
DAK
Gesundheit

Pressemeldung

NORDRHEIN-WESTFALEN

Rainer Lange | Graf-Adolf-Str. 89 | 40210 Düsseldorf
Tel.: 0211 550415-1120 | Mobil: 0172 4200593 | E-Mail: rainer.lange@dak.de

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).

Auch bei den Lehrkräften ist die gesundheitliche Belastung hoch. Das ist das Ergebnis einer aktuellen Studie, die das Zentrum für Prävention und Sportmedizin der Technischen Universität München im Auftrag der DAK-Gesundheit durchgeführt hat: Vier von zehn Lehrern sind dauermüde und erschöpft. Ein Viertel leidet häufig an Nacken- oder Rückenschmerzen. Außerdem beeinträchtigen Schlafstörungen, Nervosität und Kopfschmerzen viele Lehrkräfte (17, 15 und 13 Prozent). Die Analyse wurde erstmals im Rahmen der Schulinitiative fit4future durchgeführt und wird jährlich wiederholt.

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 werden die Partner rund 600.000 Schüler an 2.000 Schulen bundesweit für die Initiative gewinnen.

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

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

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