



## Pressemeldung

HESSEN

Claus Uebel | Wilhelm-Theodor-Römheld-Str. 32 | 55130 Mainz  
Tel: 06131 21736-1162 | Mobil: 0162 2540407 | E-Mail: claus.uebel@dak.de

### **fit4future startet in Hessen:**

### **Vize-Siebenkampf-Weltmeisterin Carolin Schäfer und Stadtrat Lothar Plappert machen Fuldaer Schüler fit**

**Präventionsinitiative der Cleven-Stiftung und der DAK-Gesundheit startet an der Bardoschule in Fulda**

**Fulda, 4. September 2018. In Fulda startet fit4future, die Präventionsinitiative für gesunde Schulen. Carolin Schäfer, Vize-Weltmeisterin und EM-Bronzesiegerin im Siebenkampf, übergibt gemeinsam mit dem Fuldaer Stadtrat Lothar Plappert und Vertretern der DAK-Gesundheit 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 Hessen für weitere 37 Grund- und Förderschulen los. Damit gibt es in Hessen derzeit 105 Grund- und Förderschulen, die von der Initiative profitieren. Schirmherr der Initiative ist Bundesgesundheitsminister Jens Spahn.**

Carolin Schäfer, frisch gekürte EM-Bronzegewinnerin im Siebenkampf, unterstützt zum dritten Mal als fit4future-Botschafterin die Grund- und Förderschulen in Hessen: „Wenn man in sieben Disziplinen vorne mit dabei sein möchte, sind regelmäßiges Training, Ausdauer und auch der Wille, sich immer wieder aufzurappeln, unumgänglich. All das lässt sich aber auch gut auf die Schule übertragen – ob nun im Fach Deutsch, Mathe oder Sport. Den Mut und die Motivation, mit Spaß auch an schwierige Aufgaben heranzugehen und sich ein Ziel zu setzen, möchte ich den Kids als Botschafterin gern vermitteln.“

Lothar Plappert, Stadtrat der Stadt Fulda unterstützt fit4future, weil die Kampagne am richtigen Punkt ansetzt: „Prävention und Gesundheitsförderung müssen dort stattfinden, wo Menschen einen großen Teil ihrer Zeit verbringen. Das heißt mit Blick auf Kinder und Jugendliche: natürlich auch in der Schule. Deshalb freue ich mich sehr darüber, dass die Zahl der Schulen beständig steigt, an denen die fit4future-Tonnen zur Verfügung stehen.“

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



## Pressemeldung

HESSEN

Claus Uebel | Wilhelm-Theodor-Römheld-Str. 32 | 55130 Mainz  
Tel: 06131 21736-1162 | Mobil: 0162 2540407 | E-Mail: claus.uebel@dak.de

„Verhältnisprävention“ ergänzt: Die Bardoschule und 36 weitere in Hessen 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 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. „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 Fulda stark“, sagt Sötkin Geitner, Leiterin der Landesvertretung Hessen der DAK-Gesundheit.

Malte Heinemann, Repräsentant 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.“

„Wir freuen uns an der Grundschule der Bardoschule sehr über die Möglichkeit am Präventionsprogramm „fit4future“ der Cleven-Stiftung und der DAK-Gesundheit teilnehmen zu dürfen. Das Konzept, Lernen durch Bewegung zu unterstützen und zu fördern, hat uns überzeugt. Das Zusammenspiel von Bewegung einerseits und der individuellen Lernleistung andererseits steht noch immer viel zu wenig im Fokus. Die Spieltonne und besonders ihr Inhalt stellen dafür eine gute Möglichkeit dar. Nun liegt es an uns, die schulischen Bedingungen für eine erfolgreiches Arbeiten zu schaffen. Die Gesundheit jedes einzelnen Kindes kann dann breitgefächert und nachhaltig gefördert werden. Außerdem hilft uns die Initiative dabei, unsere Schule zu einem gesunden Ort weiterzuentwickeln“, sagt Martin Aschenbrücker, stellvertretender Schulleiter der Grundschule an der Bardoschule in Fulda.

### **Bedarf nach Gesundheitsförderung an Schulen ist groß**

Dass der Bedarf nach gesundheitsfördernden Maßnahmen für Schüler 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



## Pressemeldung

HESSEN

Claus Uebel | Wilhelm-Theodor-Römheld-Str. 32 | 55130 Mainz  
Tel: 06131 21736-1162 | Mobil: 0162 2540407 | E-Mail: claus.uebel@dak.de

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 Fitnessstest 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](http://www.fit-4-future.de) und [www.dak.de/fit4future](http://www.dak.de/fit4future)

Mehr zu den DAK-Studien: [www.dak.de/presse](http://www.dak.de/presse)

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