

## **„fit4future“: 1.200 neue Schulen und Kitas**

**Das Präventionsprogramm von Cleven-Stiftung und DAK-Gesundheit wird auf weitere Altersgruppen ausgeweitet**

**Hamburg/München, 22. Februar 2019. Nach dem erfolgreichen Start an 2.000 Grund- und Förderschulen wird das Präventionsprogramm „fit4future“ ab Herbst 2019 erstmals auch für Kitas und weiterführende Schulen angeboten. Das bundesweite Angebot von Cleven-Stiftung und DAK-Gesundheit steht dann insgesamt 3.200 Schulen und Kitas zur Verfügung – die Zahl steigt damit um 1.200 Einrichtungen in den kommenden drei Jahren. Bereits jetzt profitieren mehr als 600.000 Schüler vom wissenschaftlich begleiteten und erfolgreich evaluierten Präventionsprojekt unter der Schirmherrschaft von Bundesgesundheitsminister Jens Spahn.**

Mit den neuen Angeboten reagiert „fit4future“ auf aktuelle Studien zur Gesundheit von Mädchen und Jungen. Laut Kinder- und Jugendreport der DAK-Gesundheit ist jedes vierte Kind chronisch krank. Immer häufiger diagnostizieren Ärzte Rückenschmerzen oder Adipositas. Zwischen neun und 13 Jahren sind bereits fünf Prozent der Kinder übergewichtig. „Auf Grundlage des Reports werden wir die bestehende Versorgung von Kindern und Jugendlichen weiter optimieren und unsere Präventionsarbeit an Kitas und Schulen intensivieren“, sagt Thomas Bodmer, Mitglied des Vorstands der DAK-Gesundheit. „Wir beginnen ‚fit4future‘ deshalb jetzt schon in der Kita und weiten das Angebot bis zum Abitur aus. Gesundheit kennt keine Altersbegrenzung.“

Bundesgesundheitsminister Jens Spahn fordert: „Fitness und Gesundheit müssen wichtige Themen für jede Schule und Kita werden. Es geht darum, unseren Kindern und Jugendlichen frühzeitig einen gesunden Lebensstil zu vermitteln und dafür gute Projekte zu entwickeln. Das Präventionsgesetz ermöglicht eine stärkere Förderung solcher Projekte. ‚fit4future‘ ist hier beispielhaft, deshalb habe ich gerne die Schirmherrschaft übernommen.“

### **Gemeinsam neue Wege**

Mit der Erweiterung geht das bewährte Programm nun ganz neue Wege. So sollen die Jugendlichen und jungen Erwachsenen im Alter von 15 bis 19 Jahren auch durch einen eigenen Blog samt Challenges, Videos und interaktiven Angeboten zum Mitmachen auch außerhalb der Schule

animiert werden. Ähnliches gilt für die Erweiterung auf die Kitas. „Je früher Prävention ansetzt, desto langfristiger sind Erfolge im Gesundheitsverhalten. ‚fit4future‘ ist der gesunde Wegbegleiter durch das junge Leben.“, freut sich Dr. Hans-Dieter Cleven, Gründer der Cleven-Stiftung, über diese Erfolgsgeschichte im Jubiläums-Jahr „10 Jahre Cleven-Stiftung Deutschland“.

Die bisherige Evaluation von „fit4future“ durch die TU München zeigt, dass Kinder durch das Programm nachweislich gesünder leben: Bereits ein Jahr nach Beginn bewegen sich die Teilnehmer mehr, ernähren sich ausgewogener und sind generell fitter. Deshalb verlängern die Initiatoren auch das Programm für die teilnehmenden Grund- und Förderschulen. Damit kann ein Großteil der 2.000 Einrichtungen bis zum Schuljahr 2020/21 nachhaltig von den Inhalten profitieren.

### **Gegen Schulstress, für bewusstere Ernährung und mehr Bewegung**

Ab dem Schuljahr 2019/2020 beginnt die Erweiterung des erfolgreichen Präventionsprogramms mit „fit4future Teens“. Insgesamt 800 weiterführende Schulen können in den kommenden beiden Jahren an dem Programm teilnehmen. Zu Beginn des Jahres 2020 wird dann mit dem Start von „fit4future Kita“ der letzte Baustein für das ganzheitliche Präventionsprogramm vom Kindergarten bis zum Schulabschluss gelegt. Im bewährten Muster von „fit4future“ werden an insgesamt 400 Kitas mit einem altersgerechten Programm die Weichen für bewusste Ernährung, Bewegung und einen gesunden Geist gestellt. Teilnehmen können alle weiterführenden Schulen mit Abschluss Hochschulreife oder Mittlere Reife sowie alle Kitas, eine Anmeldung ist online möglich.

Die Cleven-Stiftung ist seit 2016 mit dem Projekt „fit4future“ zusammen mit der DAK-Gesundheit im Einsatz für gesunde Schulen. Die DAK-Gesundheit ist eine der größten gesetzlichen Kassen in Deutschland und versichert rund 5,6 Millionen Menschen. Mit „fit4future“ wurden bislang 2.000 Grund- und Förderschulen dabei unterstützt, ihre sechs- bis 12-jährigen Kinder in ihrer gesundheitlichen Entwicklung spielerisch und nachhaltig zu fördern.

Mehr zu „fit4future“: [www.dak.de/fit4future](http://www.dak.de/fit4future), [www.fit-4-future.de](http://www.fit-4-future.de)  
Facebook: <https://www.facebook.com/fit4futurepoweredbydak>