

Zehnkämpfer Rico Freimuth macht Grundschüler in Bamberg fit

Gemeinsame Sportstunde an der Hugo-von-Trimberg-Schule – Staatsministerin Melanie Huml begrüßt Initiative fit4future

Bamberg, 11. Januar 2018. Seit Beginn des Schuljahres gehört die Hugo-von-Trimberg-Schule zu den mehr als 280 Einrichtungen, die in Bayern an fit4future teilnehmen, der Präventionsinitiative für gesunde Schulen von DAK-Gesundheit und Cleven-Stiftung. Der Zehnkämpfer und fit4future-Botschafter Rico Freimuth besucht heute gemeinsam mit Sophie Schwab (DAK-Gesundheit) und Malte Heinemann (Cleven-Stiftung) die Schule. In einer gemeinsamen Sportstunde testen sie mit den Kindern die Spiel- und Sportgeräte aus der fit4future-Tonne, die im Unterricht und in den Pausen zum Einsatz kommen. Die Initiative soll in den nächsten Jahren bundesweit 2.000 Schulen erreichen, 1.500 sind bereits an Bord.

Rico Freimuth, Vizeweltmeister im Zehnkampf, ist bereits zum zweiten Mal als Botschafter der Präventionsinitiative vor Ort: „Ich freue mich sehr, nach meinem Auftakt in Magdeburg nun auch in Bamberg mit dabei sein zu dürfen und mit den Kids die Materialien aus der fit4future-Spieltonne auszuprobieren. Motivation ist wichtig, um langfristig fit zu werden – und ich hoffe, diese heute vermitteln zu können.“

Für die **bayerische Gesundheitsministerin Melanie Huml** ist die Gesundheit von Kindern eine Herzensangelegenheit. Sie war schon mehrfach Schirmherrin des jährlichen fit4future-Kongresses und freut sich besonders über die Übergabe einer Spieltonne an einer Schule in ihrer Heimatstadt Bamberg: „Wir müssen alles dafür tun, Kindern einen guten Start ins Leben und ein gesundes Aufwachsen zu ermöglichen - auch an den Schulen“, betonte die Ministerin in einem schriftlichen Grußwort anlässlich der Übergabe. „Mit der Spieltonne kommen die Angebote und Anregungen für mehr Bewegung direkt dorthin, wo die Kinder einen großen Teil ihres Tages verbringen. fit4future, die Präventionsinitiative von Cleven-Stiftung und DAK-Gesundheit – übrigens beide Partner unseres Bündnisses für Prävention in Bayern –, bietet einen ganzheitlichen Ansatz. Sie verbindet Bewegung, Ernährung sowie geistige Fitness und kann damit im Schulalltag umfassend zum Einsatz kommen.“

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 Hugo-von-Trimberg-Schule und zwei weitere in Bamberg 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 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 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 Bamberg und ganz Bayern stark“, sagt **Sophie Schwab**, Leiterin der Landesvertretung Bayern der DAK-Gesundheit.

Malte Heinemann, Geschäftsführer der Cleven-Stiftung, betont: „fit4future hat mit der Förderung durch die DAK-Gesundheit eine neue Dimension erreicht. Im letzten Jahr waren es 500 Schulen, nun weitere 1.000, die mit unserer in dieser Form einmaligen Präventionsinitiative etwas für die Gesundheit der Kinder tun. 2018/19 sollen erneut 500 Bildungseinrichtungen dazu kommen. Wir sind auf dem richtigen Weg.“

Und der Schulleiter der Hugo-von-Trimberg-Schule **Bernhard Ziegler** erklärt: „Es gibt zahlreiche Projekte, die Schulen parallel zum normalen Unterricht durchführen können. Bei uns sind das ein gesundes kostenloses Schulfrühstück für 30 Kinder der Grundschule oder Hugo`s Mittagstisch einmal pro Woche mit gesundem Mittagsessen. Oft steckt da viel zusätzliche Arbeit der Lehrkräfte drin. Die Initiative fit4future empfinden wir als einzigartig in der Art der Umsetzung: Die Inhalte dienen der Gesunderhaltung von Schülern und Lehrkräften sowie dem gesamten System Schule. Das ganze praxisorientiert auf den regulären Stundenplan angepasst. Das hat uns dazu motiviert, an dem dreijährigen Programm teilzunehmen.“

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).

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 dauerermüdet 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>