



Pressemeldung

SCHLESWIG-HOLSTEIN

Sönke Krohn | Gotenstraße 12 | 20097 Hamburg
Tel: 040 8972130-1184 | Mobil: 0172 5173422 | E-Mail: soenke.krohn@dak.de

Ein Jahr fit4future in Lübeck: Segler-Duo macht Schüler fit Präventionsinitiative der Cleven-Stiftung und der DAK-Gesundheit zieht an der Luther-Schule in Lübeck Bilanz

Lübeck, 5. September 2019. An der Luther-Schule in Lübeck startete vor einem Jahr fit4future, die Präventionsinitiative für gesunde Schulen. Das erfolgreiche Segler-Duo Justus Schmidt und Max Böhme übergibt gemeinsam mit Stadtpräsidentin Gabriele Schopenhauer die fit4future-Spieltonne und die Brainfitness-Box als Symbol für ein Jahr fit4future. Die Spieltonne ist bis zum Rand mit Sport- und Spielgeräten gefüllt, die im Unterricht und in den Pausen zum Einsatz kommen. fit4future erreicht bundesweit zu Beginn des vergangenen Schuljahres bereits 2.000 Schulen. In Schleswig-Holstein haben insgesamt 25 Grund- und Förderschulen das Programm in ihrem Schulalltag fest integriert und können von der Initiative insgesamt drei Jahre lang profitieren. Bundesgesundheitsminister Jens Spahn ist Schirmherr der Initiative.

„Die Mission von fit4future an unseren Schulen ist einfach fantastisch. Sport ist ein so wichtiger Bestandteil unseres Lebens und wir geben sehr gerne unsere Begeisterung an Kinder weiter“, begründen Max Böhme und Justus Schmidt, Europameister in der 49er-Klasse, ihr Engagement für fit4future.

Gabriele Schopenhauer, Stadtpräsidentin von Lübeck: „Ich freue mich sehr darauf, ein Projekt zu unterstützen, das an Grund- und Förderschulen neben Bewegung und Ernährung auch das Thema geistige Fitness in den Mittelpunkt stellt. Bewegung hält gesund. Es ist aber mindestens genauso wichtig, mental fit zu sein,“ so Schopenhauer weiter.

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 Luther-Schule und 24 weitere in Schleswig-Holstein werden zwei weitere 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



Pressemeldung

SCHLESWIG-HOLSTEIN

Sönke Krohn | Gotenstraße 12 | 20097 Hamburg

Tel: 040 8972130-1184 | Mobil: 0172 5173422 | E-Mail: soenke.krohn@dak.de

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 Lübeck stark“, sagt Cord-Eric Lubinski, Leiter der DAK-Landesvertretung in Schleswig-Holstein.

Malte Heinemann, Geschäftsführer der Cleven-Stiftung, betont: „Es ist großartig, wie fit4future mit der Förderung durch die DAK-Gesundheit im letzten Jahr gewachsen ist. Mittlerweile haben wir unser eingangs gesetztes Ziel erreicht: 2.000 Schulen sind mittlerweile 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.“

„Das Konzept von fit4future hat uns sofort überzeugt, weil es die Gesundheit jedes einzelnen Kindes breitgefächert und nachhaltig fördert. Außerdem hilft uns die Initiative dabei, unsere Schule zu einem gesunden Ort weiterzuentwickeln“, sagt Martina Montag, Schulleiterin der Luther-Schule. „Wir freuen uns sehr, Teil dieser tollen Präventionsinitiative sein zu dürfen. Es ist eine ganz besondere Ehre für uns, dass die Brainfitness-Box heute durch die Spitzensportler Justus Schmidt und Max Böhme persönlich übergeben wird.“

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 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).



Pressemeldung

SCHLESWIG-HOLSTEIN

Sönke Krohn | Gotenstraße 12 | 20097 Hamburg

Tel: 040 8972130-1184 | Mobil: 0172 5173422 | E-Mail: soenke.krohn@dak.de

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, 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 wurde durch die Wissenschaftler mit einem Fitnesstest untersucht. So absolvierten Schüler 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>