



plattform
ernährung und
bewegung e.v.

HERZLICH WILLKOMMEN!

Gemeinsame Tagung der DDG und der DAG
Berlin, 5.-7. November 2009

**Satellitensymposium
der Plattform Ernährung und Bewegung e.V. (peb)**

**Prävention von Übergewicht und Adipositas in
der KiTa – Ernährung, Bewegung, Entspannung**

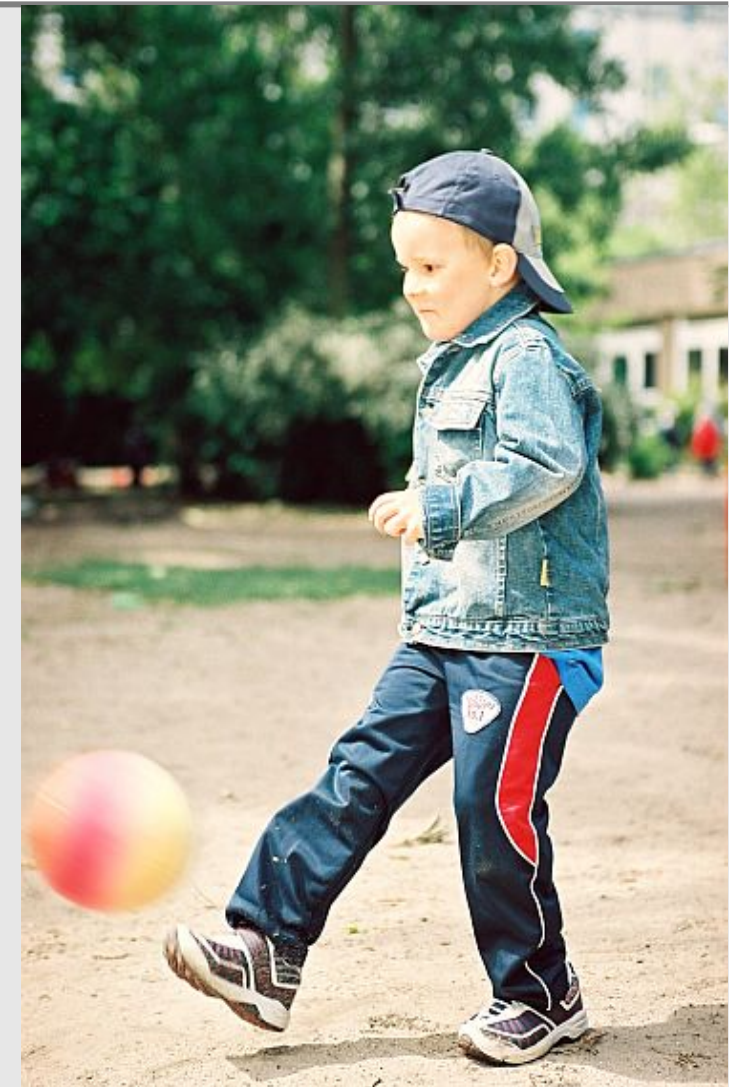
Andrea Lambeck, Berlin
Wolfgang Tietze, Berlin
Aloys Berg, Freiburg/Berlin

Fakten

KIGGS-Studie des RKI (2003-06) zeigt **Ausmaß** des **Übergewichtsproblems** bei Kindern und Jugendlichen:

- **15 %** der Kinder und Jugendlichen in D sind **übergewichtig** oder adipös
- **6,3 %** adipös
- **Anstieg** der Häufigkeit von **Übergewicht** um **50 %** und **Anstieg** von **Adipositas** um **100 %**

Damit sind derzeit ca. **1,9 Millionen Kinder und Jugendliche übergewichtig** oder adipös.



Fakten

Kraft und Motorik

Die **motorische Leistungsfähigkeit** der Kinder und Jugendlichen hat erheblich **abgenommen** (MoMo – Motorik-Modul).

- Zwei oder mehr Schritte **rückwärts balancieren** gelingt 22 % der 15-jährigen.
- 86 % können nicht eine Minute **auf einem Bein stehen**.
- 43 % erreichen mit den Händen beim **Rumpfbeugen** nicht das **Fußsohlenniveau**.

Standweitsprung [cm ± Körperlänge (KL)]

	Mädchen	Jungen
vor 1976	KL + 9 cm	KL + 16 cm
2006	KL - 7 cm	KL ± 0 cm



Risiken & Ursachen

Übergewicht entsteht dann, wenn das **Verhältnis** von **Energieaufnahme** (Ernährung) und **Energieverbrauch** (Bewegung) aus dem Gleichgewicht gerät.

Besonders hohes Risiko hierfür haben Kinder

- deren **Eltern übergewichtig** sind.
- aus **sozial schwachen** Schichten.
- aus Familien mit **Migrationshintergrund**.

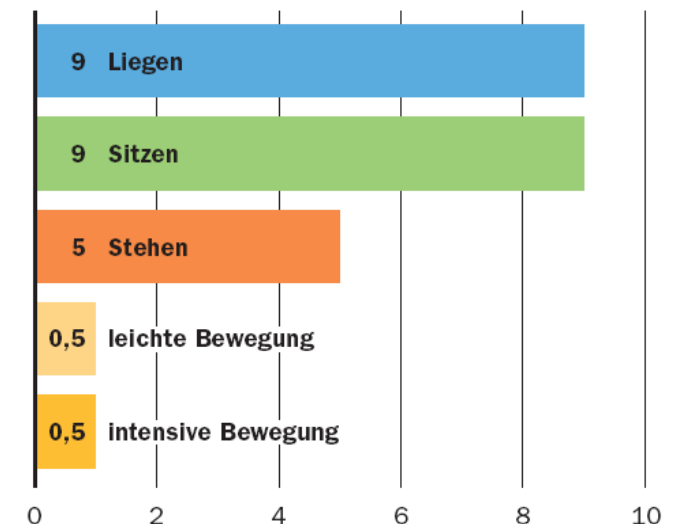


Risiken & Ursachen

Einer der wichtigsten Faktoren für die Ausbildung von Übergewicht ist der zunehmende **Bewegungsmangel**.

- **23 Stunden** des Tages verbringen Kinder liegend, sitzend oder stehend.
- Nur **eine Stunde** wird mit leichter oder intensiver Bewegung verbracht.

Während sich das **Ernährungsverhalten** von Kindern und Jugendlichen im Durchschnitt in den letzten Jahren nur **geringfügig verändert** hat, hat die **Bewegung massiv abgenommen**.



Bös, Klaus: Bewegungsverhalten von Schulkindern in Deutschland (Std./Tag), Ernährungs-Umschau 51/2004

Lösungsansatz: Gründung von peb - 2004

- Nur eine **breite gesellschaftlichen Initiative**, bietet **Lösungsmöglichkeiten**, dem aufgezeigten „Ursachenbündel“ nachhaltig zu begegnen.
- Wirksame Maßnahmen der Übergewichtsprävention müssen **alle gesellschaftlichen Bereiche** umfassen, die Verantwortung für Kinder und Jugendliche tragen.

Politik



Wirtschaft



Sport



Eltern



Bundeselternrat

Gewerkschaften



Medizin/Wissenschaft



Deutsche Gesellschaft für
Kinder- und Jugendmedizin

Plattform Ernährung und Bewegung e.V.

- **gemeinsame** Initiative von **Politik, Verbänden** und **Wirtschaft** mit über **100** Mitgliedern
- das europaweit **größte Netzwerk** zur Vorbeugung von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen
- **offenes** Angebot für alle Organisationen und Gruppen, die für die Verbreitung eines gesunden Lebensstils aktiv sind
- berücksichtigt **Ernährung** u n d **Bewegung** gleichgewichtig
- ist **keine temporäre Kampagne**.
- umfasst Aspekte der **Vernetzung**, **Kommunikation** und praktischen **Projektarbeit**



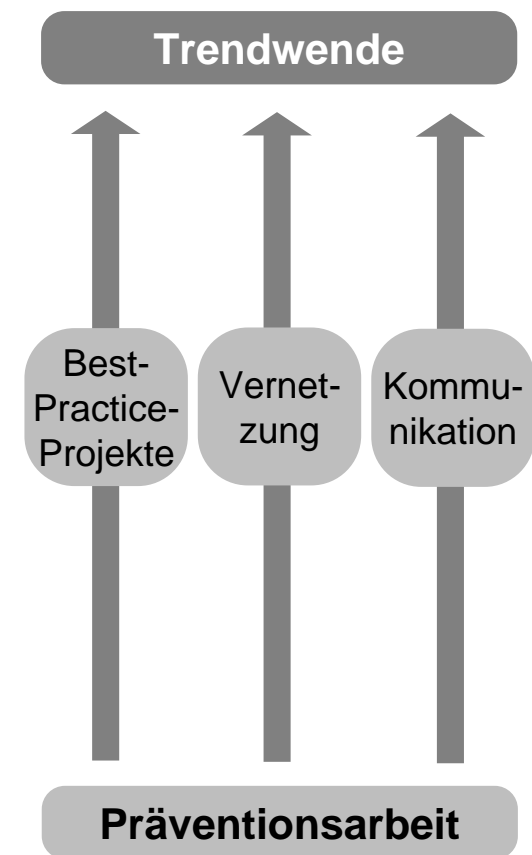
Arbeitsweise

Zur **Erreichung** dieser **Ziele** arbeitet peb auf **drei Ebenen**.

Die Plattform

- unterstützt den interdisziplinären Austausch und die **Vernetzung** innerhalb der Fach-Community,
- setzt eigene **Best-Practice-Projekte** um.
- und entwickelt **Kommunikationsinstrumente** zur direkten Zielgruppenansprache.

Mit der **Kombination** dieser Stränge der Präventionsarbeit leistet peb einen Beitrag zur Trendwende in der Übergewichtsentwicklung.





peb-Aktionsprogramm (2005)

Entsprechend dem Aktionsprogramm verfolgt die Plattform mit ihren Projekten folgende **Schwerpunkte**:

1. **Ansprache von Tageseinrichtungen für Kinder**
2. Direkte **Ansprache** der **Kinder**
3. Ansprache von Kindern und Eltern aus **Risikogruppen**
4. Information und Unterstützung für **junge Eltern**
5. Auseinandersetzung mit **Essgewohnheiten** und dem **Lebensmittelangebot**
6. Förderung von **Netzwerken** für Ernährung und Bewegung in **Kommunen**