



01/2012

gleichgewicht

Das Magazin der Plattform
Ernährung und Bewegung e.V.

- 03 Nachgefragt:
Interview mit Prof. Gesine Schwan
- 05 Vernetzt
- 06 Nahaufnahme: Reinhard Mann
von der BZgA

- 07 Neue Mitglieder
- 07 Einblick
- 10 peb-Mitglieder aktiv:
Mission Olympic

Editorial

Liebe Leserinnen und Leser,



Wer sich ausgewogen ernährt und viel bewegt, hat bekanntlich die besten Chancen gesund zu bleiben. Doch manch einem fällt eine gesunde Ernährung nicht so leicht. Nun haben Forscher jüngst festgestellt, dass das Essverhalten auch maßgeblich durch das Genuss- und Belohnungssystem im Gehirn beeinflusst wird. Bei einem Vergleich der Aktivität unterschiedlicher Hirnstrukturen fand ein interdisziplinäres Expertenteam unter der Leitung von Dr. Hubert Preissl an der Universität Tübingen heraus, dass signifikante Unterschiede sowohl zwischen dicken und dünnen Menschen als auch zwischen Frauen und Männern festzustellen sind. So konnte das Forscherteam zeigen, dass ein erhöhter BMI die Hirnaktivität im frontalen Bereich erhöht, der unter anderem für die Verhaltenskontrolle wichtig ist. Die Hirnströme von Frauen veränderten sich im Vergleich zu Männern im Hungerzustand zudem weitaus stärker, wenn ihnen Bilder von hochkalorischen Mahlzeiten gezeigt wurden.

So scheint es Frauen noch schwerer zu fallen als Männern, Hunger oder Appetit zu regulieren, wenn ihnen Speisen vorgesetzt werden. Diese Erkenntnis ist vor allem während einer Schwangerschaft und der nachfolgenden Stillzeit bedeutsam. Gerade in dieser

Zeit ist eine ausgewogene Ernährung für die Frau besonders wichtig. Unser Projekt 9+12 hat daher zum Ziel, werden die Mütter schon zu einem sehr frühen Zeitpunkt der Schwangerschaft an einen gesunden Lebensstil heranzuführen. Wie erfolgreich der Start des Modellprojekts verlief, lesen Sie auf Seite 8.

Ich freue mich besonders, Sie auf ein Interview mit Frau Professor Gesine Schwan hinzuweisen, das sich auf Seite 3 mit der Frage auseinandersetzt, inwieweit Gesundheit ein persönliches Anliegen ist oder in der öffentlichen Verantwortung liegt. Zudem finden Sie Berichte zu den Aktivitäten der Plattform der letzten Monate wie die Öffentliche Anhörung im Bundestag zum Thema Schulverpflegung oder das Engagement von peb auf der Grünen Woche in Berlin.

Nicht zuletzt freuen wir uns darüber, Ihnen die neuen Mitglieder der Plattform vorzustellen und laden Sie herzlich ein, unsere Fachtagung „Stadt – Land - gesund“ am 27.2. in Weimar zu besuchen!

Ihr
Prof. Dr. Aloys Berg
Vorstandsvorsitzender der Plattform
Ernährung und Bewegung e. V.

Berlin/Freiburg, Februar 2012



Nachgefragt

Die zweimalige Bundespräsidentenskandidatin Professor Gesine Schwan ist Präsidentin der Humboldt-Viadrina School of Governance und setzt sich für das Zusammenwirken von Politik, Wirtschaft und Zivilgesellschaft zur Lösung globaler Fragen und lokaler Probleme ein.



Liebe Frau Professor Schwan, sind Gewicht und Gesundheit nicht eigentlich Privatsache? Warum sollten gesellschaftliche Akteure sich um die Ernährung und Bewegung des Einzelnen kümmern? Ist nicht jeder selbst für seinen Lebensstil verantwortlich?

Das ist eine legitime Frage – die für viele Bereiche unseres Gemeinwesens gilt. Gesundheit ist auch Privatsache, ebenso wie z.B. Familie. Grundsätzlich trägt jeder Verantwortung für seine Gesundheit, und auch ich möchte mir nicht sagen lassen, was ich zu essen oder wie ich zu leben habe. Da für die Gesundheit jedoch auch viele Faktoren ausschlaggebend sind, die außerhalb des individuellen Handlungsrahmens liegen, ist Gesundheit eben doch auch ein gesellschaftliches Anliegen, für das eine öffentliche Verantwortung besteht. Das heißt, die Gesellschaft sollte jedem einzelnen die Möglichkeit an die Hand geben, sich für ein gesundes Leben zu entscheiden. Wo dabei die Grenze zwischen privat und öffentlich genau verläuft, das muss politisch immer wieder verhandelt werden – und lässt sich nicht einfach festlegen.

Sie setzen sich mit Ihrer Hochschule für den so genannten trisektoralen Ansatz (Zivilgesellschaft, Wirtschaft, Politik) zur Bearbeitung gesellschaftlicher Herausforderungen

ein. Wie beurteilen Sie aus dieser Perspektive das Bündnis, in dem die Plattform Ernährung und Bewegung zusammenarbeitet?

Grundsätzlich betrachte ich solche trisektoralen Konstellationen nicht als Bündnisse, sondern als so genannte antagonistische Kooperationen, da die Akteure hier prinzipiell unterschiedliche Interessen haben. Dies führt zu Konflikten, die sich nach meiner Ansicht auch ruhig nach außen wahrnehmen lassen dürfen. Dies ist eine unabdingbare Voraussetzung für gute und realitätsnahe Lösungen für komplexe gesellschaftliche Herausforderungen.

Was halten Sie den Kritikern solcher Konstellationen entgegen, die allein staatliche Institutionen in der Pflicht sehen, das gesamtgesellschaftliche Problem der Übergewichtsentwicklung beispielsweise durch gesetzgeberische Maßnahmen in den Griff zu bekommen?

Der Staat alleine wird ein Problem von der Komplexität der gesundheitlichen Entwicklung gar nicht bearbeiten können. Hinzu kommt, dass Politik durch die nationalen und zeitlichen Begrenzungen und das Zusammenspiel von Akteuren mit unterschiedlichen Interessen innerhalb des politischen



Systems auf sich gestellt nicht mehr zu wirksamen gemeinwohlorientierten Lösungen kommt.

Deshalb braucht es auch Akteure, die außerhalb des politischen Systems stehen, wie die Wirtschaft und die Zivilgesellschaft.

Wie beurteilen Sie die Rolle der Wirtschaft in diesem Zusammenhang?

Erst mal gilt es festzustellen, dass die Wirtschaft, genauso wenig wie die Zivilgesellschaft, politisch legitimiert ist. Trotzdem hat die Wirtschaft einen starken Einfluss und kann, anders als nationale Regierungen über die nationalstaatlichen Grenzen hinweg agieren. Sollen die großen gesellschaftlichen Probleme gelöst werden, so müssen auch die Unternehmen ihre Verantwortung wahrnehmen, die über ihre reinen wirtschaftlichen Interessen hinausgeht. Sie sollten auch für die externen Folgen ihres Geschäftsmodells z.B. für Umwelt, Soziales und Gesundheit Verantwortung übernehmen. Aus dieser Verantwortung heraus kann und sollte Wirtschaft auch politische Rahmenbedingungen mitgestalten. Nicht um einseitiges Lobbying zu betreiben, sondern um sich an einem konstruktiven Diskurs zu beteiligen. In diesem Zusammenhang ist es selbstverständlich die Rolle der Wirtschaft, auch ihre partikularen Interes-

sen zu vertreten, um in einem fairen und transparenten Markt agieren zu können. Zahlreiche Unternehmen handeln bereits im Sinne dieser Verantwortung.

Ist die Wissenschaft in ihrem trisektoralen Ansatz bewusst nicht berücksichtigt? Brauchen wir diese nicht, um z.B. der Übergewichtsentwicklung wirkungsvoll zu begegnen?

Die Wissenschaft ist nicht ausdrücklicher Repräsentant eines bestimmten Gesellschaftssegments. Dies unterscheidet die Wissenschaft von der Wirtschaft, der organisierten Zivilgesellschaft und der Politik. Die Wissenschaft sollten wir jedoch immer hinzuziehen, da diese die neuesten Erkenntnisse und Analysen in die Lösungssuche einbringen kann. Ebenso wie die Medien, da Veränderungen immer intensive gesellschaftliche Kommunikation brauchen.

Abschließend noch die Frage, ob Sie der Plattform Ernährung und Bewegung vor dem Hintergrund Ihrer Erfahrungen besondere Empfehlungen mit auf den Weg geben können?

Zu einer Organisation wie der Plattform Ernährung und Bewegung

gehört zwangsläufig der Konflikt. Wenn alle Beteiligten darum wissen, ihre Interessen offenlegen und diese auch vertreten, können auf dieser Grundlage konstruktive und belastbare Lösungen entwickelt werden. Davor, Konflikte dauerhaft auszuklammern oder unter den Teppich zu kehren, kann ich nur warnen. Konflikt gehört zur Demokratie! Das Offenlegen der Interessensgegensätze bietet die Chance, mehr Gemeinsamkeiten wahrzunehmen, als man es vielleicht vor der Zusammenarbeit erwartet hätte. Deshalb sollten von vornherein die legitimen Interessen aller Partner ernst genommen werden. Und dies heißt in meinen Augen genau nicht, z.B. Wissenschaftler als Stellvertreter für die eigenen Interessen zu entsenden, wie es in solchen Zusammenhängen viel zu oft üblich ist. Wir haben in Deutschland noch immer zu wenig Erfahrungen darin, die eigenen Interessen so reflektiert vorzutragen, dass man diskursfähig bleibt.

Vernetzt

Öffentliche Anhörung im Bundestag

Zum Thema Schulverpflegung war Dr. Andrea Lambeck am 30. November 2011 zu einer Öffentlichen Anhörung im Bundestag eingeladen. Die peb-Geschäftsführerin konnte den Abgeordneten wichtige Impulse dazu geben, wie sich das Thema Ernährung in den Schulalltag integrieren lässt und welche Potenziale die Ernährungsbildung und die Verpflegung in Schulen für das Ernährungsverhalten, die Leistungsfähigkeit und die gesunde Entwicklung von Schülern bieten.

In ihrer Stellungnahme machte sie jedoch auch deutlich, dass eine ausgewogene Schulernährung zwar großes Potenzial für die Gesundheitsförderung biete, dies aber nur entfalten könne, wenn die Schulernährung in ein überzeugendes Gesamtkonzept eingebunden sei. Ein solches Konzept müsse in besonderer Weise auch Bewegungsaspekte berücksichtigen, denn viel Bewegung und ausgewogene Ernährung bilden das Fundament eines gesunden Schulalltags. Neben

Dr. Lambeck waren mit Prof. Koletzko für die Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin und Sabine Lauxen für das Land NRW zwei weitere peb-Vorstandsmitglieder vertreten. Mit Dr. Margit Böltz für die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) und Dr. Michael Polster für das Deutsche Netzwerk Schulverpflegung standen zwei weitere Vertreter von peb-Mitgliedern dem Ausschuss Frage und Antwort.

peb auf der Internationalen Grünen Woche in Berlin

Auf Einladung von peb-Mitgliedsland Nordrhein-Westfalen erhielt peb dieses Jahr die Gelegenheit neben den Walking Acts Peb & Pebber auch mit einem Informationsstand auf der Grünen Woche die Arbeit und die Projekte der Plattform einem großen Publikum vorzustellen. Zudem richtete peb auf einem Parcours Bewegungsspiele für Kinder (und Erwachsene) aus und konnte so auf spielerische Weise zeigen, dass Bewegung kein lästiges „Muss“ ist, sondern vor allem

viel Spaß macht. Mit dem Moderator David Wilms traten die Walking Acts auf verschiedenen Bühnen wie etwa auf dem ErlebnisBauernhof oder in den NRW-Shows auf und sorgten auch beim Besuch der Messestände der peb-Mitglieder für viel Aufsehen. In vielen konstruktiven Gesprächen mit Abgeordneten aller Fraktionen des Bundestags sowie den beiden Parlamentarischen Staatssekretären Ursula Heinen-Esser und Peter Bleser und den Landesministern Ulrike Höf-

ken (Rheinland-Pfalz) und Johannes Remmel (NRW) konnte Dr. Andrea Lambeck über aktuelle Projekte der Plattform berichten und die Arbeit von peb vorstellen.



› [Peb & Pebber freuen sich über jedes "Gefällt mir" auf facebook!](#)



Nahaufnahme

Reinhard Mann, Leiter des Referats Prävention von ernährungsbedingten Krankheiten, der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) und Mitglied des peb-Expertenbeirats.



› Die Publikation kann kostenfrei bei der BZgA bestellt werden und steht online als Download zur Verfügung.

Seit über dreißig Jahren ist der Diplom Psychologe mit dem Schwerpunkt Verhaltenstherapie, Familientherapie und Gruppendynamik als Referatsleiter bei der BZgA, einer Behörde im Geschäftsbereich des Bundesgesundheitsministeriums, tätig.

In seinem Referat „Prävention von ernährungsbedingten Krankheiten; Gesundheitsförderung“ betreut Mann diverse Studien zur Prävention von Übergewicht und Adipositas, und ist als Projektleiter verantwortlich für zahlreiche Veröffentlichungen und Broschüren. Bei seiner Arbeit verfolgt Mann stets den Präventionsansatz „Ernährung, Bewegung und Stressregulation“: Maßnahmen in der Gesundheitsförderung können nur dann erfolgreich sein, wenn sie nicht einzelne Themenbereiche wie die Ernährung isoliert behandeln, sondern wenn sich beeinflussende und ergänzende Themen miteinander verbinden und die Themen Bewegung und Stressregulation miteinbeziehen.

Um den in der Übergewichtsprävention tätigen Akteuren eine Hilfestellung bei der Planung und Umsetzung ihrer Konzepte zu

geben, wurde unter Manns Leitung gemeinsam mit einer interdisziplinären Arbeitsgruppe ein Kriterienkatalog für Maßnahmen der Gesundheitsförderung und Adipositasprävention entwickelt. Kernstück des Katalogs, der in der BZgA-Reihe „Gesundheitsförderung KONKRET“ erschienenen ist, bildet eine Checkliste mit 20 Qualitätskriterien, deren Notwendigkeit und Bedeutung in den dazugehörigen Hintergrundinformationen ausführlich erläutert werden. Die Kriterien sollen den Verantwortlichen in der Gesundheitsförderung helfen, neue Projekte besser zu planen und umzusetzen zu können sowie bereits bestehende Programme zu verbessern. In den Qualitätskriterien ist immer auch der integrierte Ansatz berücksichtigt. Ob bei Themen wie „Besonderheiten der Zielgruppe“ oder „Bestimmung der Haupt- und Teilziele“ weist Mann stets darauf hin, dass immer *alle* Handlungsbereiche der Lebenswelt miteinbezogen werden sollten.

Neue Mitglieder



ZEITGEIST Media GmbH

Neben verschiedenen Projekten, die der Verlag für Einrichtungen der Bundesregierung umsetzt, erscheinen bei Zeitgeist Media Bücher und Kalender zu den Themen Freizeit, Reise, Vor- und Grundschule. Zudem realisiert der Verlag Konzepte für das Fernsehen und betreut redaktionell Internetauftritte wie etwa www.nrwhts.de.

Seit 1996 produziert der Verlag eine Verkehrssicherheitsbroschüre, die vom Bundesministerium für Verkehr, Bau- und Stadtentwicklung herausgegeben wird. In den Verkehrsbroschüren werden auch die Themen Ernährung und Bewegung aufgegriffen um zu verdeutlichen, wie wichtig körperliche Fitness ist, um sich im Straßenverkehr sicher zu bewegen. Die Broschüre „Käpt'n Blaubärs fantastische Verkehrsfiabel“ wird in hoher Auflage in Kindergärten und Schulen verteilt.

Jörg Tomczak

von der Arbeitsgemeinschaft Wissenschaft e.V., einem allgemeinen Verein von Wissenschaftlern und Experten aus dem Gesundheitsbereich, verstärkt peb künftig als Fördermitglied. Ziel der Arbeitsgemeinschaft ist es, Fachwissen in verständlicher Form darzustellen und dem „Normalbürger“ zu vermitteln. Das Engagement des Vereins ist international ausgerichtet.

Einblick

Wissensmanagement in der peb-Geschäftsstelle

Mit einer neu geschaffenen Stelle will peb künftig ein systematisches Wissensmanagement installieren. Ziel ist es, die wissenschaftlichen Evaluationsergebnisse von Projekten der Übergewichtsprävention zu verarbeiten und in die Fachcommunity weiter zu verbreiten. Darüber hinaus soll die Entwicklung des wissenschaftlichen

Erkenntnisstands im Bereich der Übergewichtsprävention systematisch beobachtet und aufbereitet werden. Es sind bereits zahlreiche Bewerbungen eingegangen, die derzeit gesichtet werden. Die Bewerbungsgespräche werden mit Unterstützung der Sprecherin des peb-Expertenbeirats, PD Dr. med. Ulrike Korsten-Reck, Anfang März geführt.





9+12 Einführungsveranstaltung

Nach einer erfolgreichen Auftaktveranstaltung des peb-Projekts „9+12 Gemeinsam gesund in Schwangerschaft und erstem Lebensjahr“ fanden ab dem 12. Januar die Projektworkshops in Ludwigsburg statt. Rund 100 Frauenärzte, Hebammen und Kinder- und Jugendärzte nahmen an den Projektschulungen teil und konnten sich zu den Themen „Ernährung und Bewegung in Schwangerschaft und erstem Lebensjahr“ informieren. Mit Informationen und Übungen zu Themen wie positive Beratung und Gesprächsführung werden die Beteiligten dabei unterstützt, möglichst viele junge Familien für eine Teilnahme am Projekt zu gewinnen.

Ziel des Modellprojektes "9+12" ist es, schon zu einem sehr frühen Zeitpunkt der Schwangerschaft eine Verbesserung des familiären und insbesondere des kindlichen Ernährungs- und Bewegungsverhalten zu fördern. In diesem Sinne werden die Vorsorgeuntersuchungen in Ludwigsburg auch für präventive Beratung genutzt und die Ergebnisse in einem Präventionspass, ähnlich dem Mutterpass oder Kindervorsorgeheft, festgehalten.

Ludwigsburgs Erster Bürgermeister hob die Vorreiterrolle von „9+12“ hervor: „Mit dem Projekt wird eine Lücke geschlossen und die Gesundheit der Kinder wird von Anfang an begleitet und gefördert.“ Auch die Presse lobte in längeren Beiträgen im lokalen TV und in den regionalen Tageszeitungen den innovativen Ansatz des Projekts.



› Das Projekt „9+12 Gemeinsam gesund - in Schwangerschaft und erstem Lebensjahr“ wird gefördert durch das Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages.

Stadt – Land – gesund

Unter der Schirmherrschaft des Staatssekretärs, Dr. Hartmut Schubert, des Thüringer Ministeriums für Soziales, Familie und Gesundheit, findet am 27. Februar in Weimar eine von peb und der Landesvereinigung für Gesundheit Thüringen e.V. (AGETHUR) gemeinsam ausgerichtete Fachtagung statt. Im Mittelpunkt der Tagung stehen Gesundheitsfragen auf Kreis- und kommunaler Ebene: Gesundheitszieleprozesse, Netzwerke und Kooperationen, ressortübergreifende

Zusammenarbeit sowie der richtige Weg, die Zielgruppe zu erreichen, sollen in insgesamt acht Foren gemeinsam erarbeitet und diskutiert werden. Auf einem „Markt der Möglichkeiten“ haben Unternehmen und Vereine die Möglichkeit, sich und ihre Präventionsaktivitäten vorzustellen.

Alle Interessierten können sich noch **bis zum 22. Februar** für die Fachtagung anmelden: anmeldung@regionen-mit-peb.de



› Das Projekt „Regionen mit peb“ wird gefördert durch das Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages.

peb-Mitglieder aktiv

Mission Olympic

Mit dem Kooperationsprojekt „Mission Olympic“ stärken der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) und Coca-Cola das Bewusstsein für einen aktiven Lebensstil und fördern regelmäßige Bewegung im Alltag. Bewerben können sich für den Wettbewerb, bei dem die aktivste Stadt Deutschlands gesucht wird, Gruppen, Teams, Organisationen oder Initiativen aus ganz Deutschland, die durch ehrenamtliches Engagement Menschen aller Generationen dazu motivieren, sich mehr zu bewegen. Die Initiativen der Teilnehmer können sich sowohl für mehr Bewegung einsetzen als auch neue Bewegungsräume schaffen oder die Integration durch den gemeinsamen Sport fördern.

Mit dem Wettbewerb Mission Olympic zeigen Coca-Cola und der DOSB, dass das sportliche Engagement in Deutschland weit

über die Vereinslandschaft hinaus geht: Ob Initiativen für den Bau eines Sportplatzes oder die Laufgruppe aus der Nachbarschaft – bisher haben sich bereits über 170 Städte mit vielfältigen und kreativen Bewegungsangeboten beteiligt und über 1,4 bewegungsbegeisterte Menschen an den Finalevents Sport getrieben. Professor Wolf-Dietrich Brettschneider vom Lehrstuhl für Sportwissenschaft an der Universität Paderborn, der peb als Mitglied des Expertenbeirats in wissenschaftlichen Fragen unterstützt, ist Jurymitglied von Mission Olympic und freut sich über den großen Erfolg der Initiative: „Mission Olympic hat in den letzten Jahren die Grenzen eines Wettbewerbs überschritten und ist selbst zu einem bedeutsamen Projekt für den Sport in Deutschlands Städten herangewachsen!“



» Fördern gemeinsam einen aktiven Lebensstil: Coca Cola und der DOSB

peb-Tipp

Unter dem Motto „Kinderwelt ist Bewegungswelt“ stellt die Deutsche Sportjugend im Bewegungskalender 2012 verschiedene Spiele und Übungen vor, die überwiegend ohne den Einsatz von großen Sportgeräten durchgeführt werden können. Mit den Spie-

len soll die Freude an der Bewegung und der Umgang der Kinder miteinander gefördert werden. Der Kalender kann für einen Unkostenbeitrag von 5 Euro über www.dsj.de/publikationen bestellt werden.



Plattform Ernährung und Bewegung e.V.

Wallstraße 65

10179 Berlin

Telefon: 030 27 87 97-67

Telefax: 030 27 87 97-69

plattform@pebonline.de

www.ernaehrung-und-bewegung.de

Vertretungsberechtigter: Prof. Dr. Aloys Berg

Redaktion & Text: Wiebke Kottenkamp, Mirko Eichner

Satz & Gestaltung: www.haas-images.de

Fotos: © Matthias Martin (Titel, S. 2/4/7)

Eintrag Vereinsregister: VR 24014 Nz