



plattform
ernährung und
bewegung e.v.

Plattform Ernährung und Bewegung e. V.

Die gesamtgesellschaftliche
Initiative zur Prävention von
Übergewicht und Adipositas
bei Kindern und Jugendlichen



Plattform Ernährung und Bewegung e. V.

Die Plattform Ernährung und Bewegung e. V. (peb) vereint Mitglieder aus allen relevanten gesellschaftlichen Bereichen, die sich für einen gesundheitsförderlichen Lebensstil bei Kindern und Jugendlichen einsetzen. Ihr Ziel ist es, der Entstehung von Übergewicht vorzubeugen. Als gemeinsame Initiative von Politik, Verbänden und Wirtschaft bildet peb mit ihren rund 100 Mitgliedern ein in Europa einzigartiges Netzwerk.

Gegründet wurde peb im September 2004 auf Initiative des Bundesministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz sowie sieben weiterer Gründungsmitglieder. Zu den Mitgliedern zählen heute wissenschaftliche Institutionen, Interessenvertretungen, gesellschaftliche Initiativen und eine Vielzahl an Unternehmen. peb versteht sich als offenes Angebot zur partnerschaftlichen Zusammenarbeit, damit sind auch neue Mitglieder eingeladen, bei peb mitzuwirken. Viele der Mitglieder werden neben ihrem Engagement für peb mit eigenen Projekten und Initiativen für einen gesunden Lebensstil mit mehr Bewegung und ausgewogener Ernährung aktiv.



Verbreitung und Ursachen von Übergewicht und Adipositas bei Kindern und Jugendlichen

Die Ergebnisse der KIGGS-Studie des Robert Koch-Instituts bestätigen das Anwachsen des Übergewichtsproblems bei Kindern und Jugendlichen. In Deutschland sind 15 Prozent der Kinder- und Jugendlichen von 3 bis 17 Jahren übergewichtig – das sind insgesamt ca. 1,9 Mio. Damit ist auf Basis der Referenzdaten 1985–1999 eine Steigerung um 50 Prozent zu verzeichnen. Die Zahl der adipösen Kinder und Jugendlichen hat sich im gleichen Zeitraum sogar auf circa 800.000 – das sind 6,3 Prozent dieser Altersgruppe – verdoppelt.

Der Lebensstil von Kindern, Jugendlichen und ihren Eltern hat sich in den letzten Jahren grundlegend verändert. Bei kaum veränderter Energiezufuhr (Ernährung) hat die körperliche Bewegung und damit der Energieverbrauch stark abgenommen. Dies führt zu Übergewicht und Adipositas. Entscheidenden Anteil an der Entwicklung von Übergewicht hat aber auch die persönliche Veranlagung des Einzelnen. Darüber hinaus beeinflussen sozioökonomische Faktoren und die Herkunft die Entwicklung von Übergewicht wesentlich; Migrationshintergrund und ein niedriger sozioökonomischer Status können das Übergewichtsrisiko für Kinder und Jugendliche vervielfachen.



Prävention vor Therapie

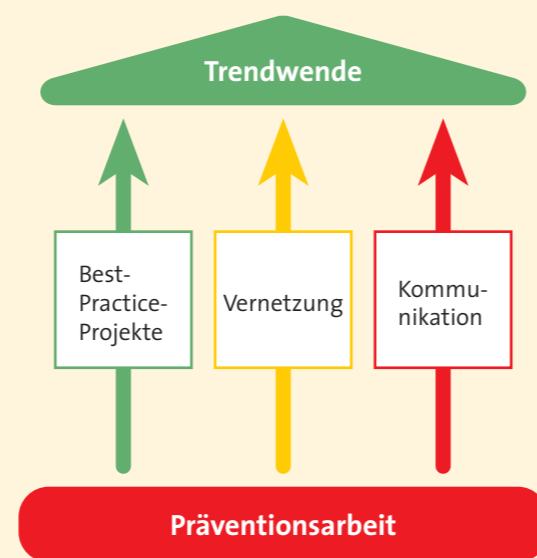
Einmal übergewichtige Kinder tragen ein hohes Risiko, auch als Erwachsene übergewichtig zu bleiben. Sind Übergewicht oder Adipositas erst einmal eingetreten, so sind die Erfolge einer Therapie zur Gewichtsreduktion leider gering – und vor allem nur selten von Dauer. Der Prävention im frühen Kindesalter kommt daher im Kampf gegen Übergewicht die Schlüsselrolle zu. Aus diesem Grund hat die Plattform Ernährung und Bewegung e.V. einen präventiven und mehrdimensionalen Lösungsweg gewählt.

Ziele

Mit diesem Ansatz hat peb es sich zum Ziel gesetzt, einen entscheidenden Beitrag zu leisten, das weitere Ansteigen von Übergewicht und Adipositas bei Kindern und Jugendlichen bis zum Jahr 2010 zu stoppen (Trendwende) und den BMI unserer Kinder bis 2020 auf den Stand des Jahres 1990 zurückzuführen. peb und ähnliche Initiativen können jedoch nur dann erfolgreich wirken, wenn alle gesellschaftlichen Kräfte ihre Verantwortung wahrnehmen.

Arbeitsweise

peb hat neben der Entwicklung eigener Best Practice-Projekte die wirksame Verbreitung von Informationen zum gesunden Lebensstil sowie den Austausch und die Vernetzung bereits bestehender Initiativen und engagierter Akteure in den Mittelpunkt ihrer Arbeit gestellt. Durch die Vernetzung der beteiligten Akteure werden Impulse für mehr Abstimmung und Kooperation gesetzt sowie vorhandene Strukturen gefördert. Zur Entwicklung wirksamer Projekte und Maßnahmen hat peb eine Vorgehensweise entwickelt, bei der im interdisziplinären Austausch mit Praxis und Wissenschaft das relevante Know-how eingebunden und auf die Erfahrungen erfolgreicher Projekte zurückgegriffen wird. Auf diese Weise werden Best-Practice-Projekte geschaffen, an denen sich auch andere Akteure orientieren können. Der peb-Expertenbeirat aus namhaften Wissenschaftlern begleitet die Arbeit der Plattform mit wissenschaftlicher Expertise.



Projekte und Arbeitsschwerpunkte

Projekt gesunde kitas "starke kinder"

Mit dem Pilotprojekt 'gesunde kitas – starke kinder', das im Zusammenspiel zwischen Wissenschaft und Praxis entwickelt wurde, setzt peb auf vorhandene Strukturen und Projekterfahrungen im Primarbereich auf. Im ersten Schritt unterstützt peb ca. 50 Kindertageseinrichtungen in vier regionalen Clustern dabei, einen Schwerpunkt ihrer Arbeit auf die Gesundheitsförderung auszurichten, indem viel Bewegung und Entspannung sowie ausgewogene Ernährung im KiTa-Alltag verankert werden. Mit diesem Pilotansatz erprobt peb ein Konzept, das auch auf andere Träger und Regionen ausstrahlen soll.

50 Kitas in vier regionalen Clustern

Gemeinsam mit dem Kindersender Super RTL hat peb die TV-Clips 'Peb und Pebber – Helden privat' mit Impulsen von Ernährungswissenschaftlern, Pädagogen, Sportlern und TV-Experten entwickelt. Zentrale Botschaften wie 'Bewegung, Spiel und Sport machen Spaß' oder 'Es ist schön, das Essen gemeinsam zu genießen' vermittelt das Puppenformat kindgerecht und ohne mahnenden Zeigefinger. Die Clips gehen über die bloße Vermittlung von Sachinformationen hinaus und regen die Kinder zum Nachspielen und genussvollen wie ausgewogenen Umgang mit Essen, Trinken, Bewegung und Sport an.

Handlungsfeld „Bewegungs(t)räume“

Das Spiel im Freien – im selbstständig zu erschließenden Außenraum – ist der Schlüssel zu mehr Bewegung im Alltag und damit ein entscheidender Baustein der gesundheitlichen Prävention. Auf dem Symposium „Bewegungs(t)räume“ der Plattform Ernährung und Bewegung tauschten sich kommunale Akteure aus den Bereichen Stadtentwicklung, Sport, Kinder- und Jugendarbeit sowie Wissenschaftler und Vertreter freier Träger gemeinsam über Hemmnisse bei der Einrichtung von Bewegungsräumen aus und erarbeiteten neue Lösungswege. Mit ihren aktuellen und zukünftigen Aktivitäten wird peb zur Förderung kommunaler Bewegungsräume beitragen und sich langfristig und nachhaltig in diesem Bereich der Gesundheitsprävention engagieren.

Handlungsfeld „Junge Familien“

In der Lebenspraxis vieler Familien ist ein gesunder Lebensstil mit ausgewogener Ernährung und regelmäßiger Bewegung nicht ausreichend verankert. Der Kontext „Familie“ ist jedoch ein bisher kaum berücksichtigter aber sehr einflussreicher Faktor bei der Ausbildung individueller Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten. Die Förderung des Gesundheitsbewusstseins und -verhaltens junger Familien ist eine zentrale Entwicklungsaufgabe für nachhaltig wirksame Konzepte auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung. peb hat es sich daher zum Ziel gesetzt Maßnahmen zu entwickeln, die eine Verbesserung des Ernährungs- und Bewegungsverhaltens schon zu einem frühen Zeitpunkt der kindlichen Entwicklung einleiten. Diese Maßnahmen will peb in einem Pilotprojekt erproben, das auf der Basis wissenschaftlicher Erkenntnisse zum Ernährungs- und Bewegungsverhalten in jungen Familien durchgeführt wird.

Kontakt

Plattform Ernährung und Bewegung e. V. (peb)

Wallstraße 65

10179 Berlin

Tel: +49 (0) 30 27 87 97 67

Fax: +49 (0) 30 27 87 97 69

plattform@ernaehrung-und-bewegung.de

www.ernaehrung-und-bewegung.de

