

# Pressemitteilung

## peb-Umfrage „Familien in Bewegung“: Eltern verdrängen Vorbildfunktion

Berlin, 26.04.2011 - Mit der peb-Umfrage „Familien in Bewegung“ hat die Plattform Ernährung und Bewegung e.V (peb) weitere Kenntnisse zum Verständnis der Voraussetzungen und Hinderungsgründe für ausreichend Bewegung im Familienalltag gewonnen. Das Marktforschungsinstitut iconKIDS&YOUTH befragte hierfür im Auftrag von peb insgesamt 716 Mütter von Kindern im Alter von sechs bis zwölf Jahren.

Die Ergebnisse der Umfrage zeigen deutlich: Das Wissen ist zwar da – aber die Umsetzung fällt schwer! Die Gründe hierfür sehen die Eltern vor allem im Zeitmangel und zu wenigen Sportangeboten in Schule und Hort, die Bedeutung der elterlichen Vorbildfunktion hingegen wird weit weniger erkannt.

### **Bestens informiert, aber die Umsetzung fällt schwer**

Die Ergebnisse der Umfrage zeigen, dass sich fast alle befragten Mütter gut oder ausreichend informiert fühlen, wenn es um den gesunden Lebensstil von Kindern geht. Die Bedeutung von ausreichender Bewegung im Alltag ist weitgehend bekannt. Dennoch fällt die Umsetzung des Wissens in die Praxis vielen schwer: So gelingt es noch nicht einmal der Hälfte der Befragten, die Erziehung zu einem gesunden Lebensstil auch dann im Alltag umzusetzen, wenn es „mal stressig“ wird.

### **Keine Zeit für viel Bewegung**

Für die meisten Mütter ist der Zeitmangel das größte Hemmnis, ihre Kinder zu mehr Bewegung zu motivieren. 66 Prozent der befragten Mütter geben an, dass zu wenig Zeit im Alltag der Grund dafür ist, einen gesunden Lebensstil nicht immer optimal

#### **KONTAKT**

peb  
Dr. Andrea Lambeck  
Wallstraße 65  
10179 Berlin  
Tel.: 030 278797-67  
Fax: 030 278797-69  
E-Mail:  
plattform@pebonline.de  
[www.pebonline.de](http://www.pebonline.de)

umsetzen zu können. Kaum eine der Befragten teilt jedoch die Erziehungsaufgaben hinsichtlich Bewegung oder Ernährung vorrangig dem Vater zu. Lediglich acht Prozent der Väter kümmern sich laut der befragten Mütter maßgeblich um die Bewegungsförderung der Kinder. Gerade bei den Vätern liegt also ein großes Potenzial, die Mobilität der Kinder im Alltag zu fördern.

### **Vorbildfunktion ist nicht genügend bewusst**

Nur ein Drittel der Eltern sieht die Gründe auch im eigenen Erziehungsstil: Circa 30 Prozent der Mütter geben an, ihr Kind nicht bevormunden zu wollen; gerade einmal elf Prozent sehen in der Verringerung von Fernseh- und Computerzeiten eine Möglichkeit, die Kinder zu mehr Bewegung zu motivieren. Weniger als 20 Prozent erkennen selbstkritisch ihre eigene Vorbildfunktion für die Bewegungsförderung ihrer Kinder. Dafür werden beschränkte finanzielle Mittel, fehlender Platz in der Wohnung oder mangelnde Sportangebote von Schulen oder Kitas als Hinderungsgründe angesehen. Auch der Lärmpegel von spielenden Kindern und die damit verbundene Rücksichtnahme auf die Nachbarn sind mitverantwortlich dafür, dass Eltern nicht immer für genügend Bewegung beim Nachwuchs sorgen. Zwei Drittel der Mütter geben zudem zu, dass es ihnen selber schlichtweg zu anstrengend ist, mit den Kindern zu toben.

Weitere Informationen zur peb-Umfrage „Familien in Bewegung“ finden Sie unter [www.pebonline.de](http://www.pebonline.de)

### **Plattform Ernährung und Bewegung e.V. (peb)**

peb ist ein Zusammenschluss von Vertretern aus öffentlicher Hand, Wirtschaft, Wissenschaft, Sport, Eltern und Ärzten. Über 100 Partner setzen sich aktiv für eine ausgewogene Ernährung und mehr Bewegung als wesentliche Bestandteile eines gesundheitsförderlichen Lebensstils bei Kindern und Jugendlichen ein.

#### **KONTAKT**

peb  
Dr. Andrea Lambeck  
Wallstraße 65  
10179 Berlin  
Tel.: 030 278797-67  
Fax: 030 278797-69  
E-Mail:  
[plattform@pebonline.de](mailto:plattform@pebonline.de)  
[www.pebonline.de](http://www.pebonline.de)