

# Pressemitteilung



## Übergewichtsprävention: Kinder müssen gesunden Lebensstil früh lernen

**Berlin, den 09. Mai 2007 – Die Plattform Ernährung und Bewegung (peb) begrüßt den nationalen Aktionsplan „Gesunde Ernährung und Bewegung“ der Bundesregierung. „Die Ursachen für Übergewicht liegen in allen gesellschaftlichen Bereichen. Deshalb ist ein nationaler Aktionsplan, der das Thema ressortübergreifend anpackt, der einzig Erfolg versprechende Weg“, so Prof. Dr. Erik Harms, Vorsitzender von peb. Der Kinderarzt hält es für richtig, mit dem nationalen Aktionsplan alle Altersgruppen anzusprechen, setzt aber für die Arbeit von peb auf die Aufklärung von Kindern im Vorschulalter. „Einen gesunden Lebensstil kann man lernen, und zwar am besten von klein auf, bevor sich falsches Verhalten einprägt.“ Ein Weg, der sich auch volkswirtschaftlich auszahlt. Denn die Therapie übergewichtiger Menschen ist oftmals sehr teuer, und es stellen sich kaum langfristige Erfolge ein.**

Harms sieht in dem nationalen Aktionsplan eine Bestätigung der Arbeit von peb. Denn mit rund 100 Partnern aus allen gesellschaftlichen Bereichen ist die Plattform Ernährung und Bewegung das europaweit breiteste Netzwerk zur Vorbeugung von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen und verfolgt genau diesen gesamtgesellschaftlichen Ansatz. „Das Thema hat endlich die öffentliche Aufmerksamkeit, die es braucht. Jetzt kommt es darauf an, den Menschen konkrete Anleitungen zu geben, wie sie im Alltag einen gesunden Lebensstil erlernen und verankern können,“ führt der Vorsitzende der Plattform weiter aus.

Wie das aussehen kann, zeigt das im Mai gestartete peb-Projekt „Gesunde KiTas – Starke Kinder“, an dem 50 Kindertagesstätten in Nordrhein-Westfalen und Bayern teilnehmen. Diese werden in den nächsten zwölf bis 18 Monaten von Coaches betreut, die gemeinsam mit den Erziehern für jede KiTa individuelle Wege erarbeiten, wie gesunde Ernährung und Bewegung im KiTa Alltag und im Bewusstsein der Kinder verankert werden kann. Das Projekt wurde von Experten entwickelt und wird durch eine wissenschaftliche Evaluierung begleitet. Zudem soll das Projekt auf weitere Regionen, in viele KiTas ausstrahlen. Die kostenlose ‚KiTa-Arbeitshilfe‘ bietet eine gute Unterstützung für jede KiTa und steht auf der peb-Internetseite

### KONTAKT

#### peb

Dr. Anna Oldenburg

Tel.: 030/278 797 67

FAX: 030/278 767 69

Email: a.oldenburg@pebonline.de

Weitere Informationen und Bildmaterial unter:

**[www.ernaehrung-und-bewegung.de](http://www.ernaehrung-und-bewegung.de)**

[www.ernaehrung-und-bewegung.de](http://www.ernaehrung-und-bewegung.de) als Download zur Verfügung.

Konkrete Tipps für einen gesunden Lebensstil im Alltag geben auch die beiden Fernsehhelden Peb und Pebber. In ihren jeweils dreiminütigen Geschichten zeigen sie Kindern im Vorschulalter spielerisch, wie viel Spaß gesunde Ernährung und ausreichende Bewegung machen kann. Entwickelt wurde das Format im Rahmen einer Kooperation der Plattform Ernährung und Bewegung mit dem TV-Sender Super-RTL, die erste Staffel mit 15 Geschichten wird seit Sommer 2006 ausgestrahlt und erzielt hohe Marktanteile bei Kindern im Vorschulalter. Neue Folgen starten im Herbst 2007 ([www.pebundpebber.de](http://www.pebundpebber.de)).

„Der nationale Aktionsplan wird gute Rahmenbedingungen zur Gesundheitsförderung und Übergewichtsprävention schaffen“, sagt Prof. Harms. „Für die Umsetzung stehen wir alle in der Pflicht.“ Deshalb versteht sich peb auch als offene Plattform und lädt alle zum Mitmachen ein, die aktive Übergewichtsprävention betreiben und dabei ihr Know-how mit dem anderer Akteure austauschen wollen.

#### **Plattform Ernährung und Bewegung e.V.**

Die Plattform Ernährung und Bewegung (peb) ist ein Zusammenschluss von Politik, Wirtschaft, Sport, Eltern und Ärzten. Mit rund 100 Partnern bildet peb das europaweit größte Netzwerk zur Vorbeugung von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen. Alle Mitglieder setzen sich aktiv für eine ausgewogene Ernährung und mehr Bewegung als wesentliche Bestandteile eines gesundheitsförderlichen Lebensstils bei Kindern und Jugendlichen ein. Mehr Infos unter [www.ernaehrung-und-bewegung.de](http://www.ernaehrung-und-bewegung.de)



#### **KONTAKT**

##### **peb**

Dr. Anna Oldenburg

Tel.: 030/278 797 67

FAX: 030/278 767 69

Email: [a.oldenburg@pebonline.de](mailto:a.oldenburg@pebonline.de)

Weitere Informationen und  
Bildmaterial unter:

**[www.ernaehrung-und-bewegung.de](http://www.ernaehrung-und-bewegung.de)**