



## Pressemeldung

SAARLAND

Claus Uebel | Wilhelm-Theodor-Römheld-Str. 32 | 55130 Mainz  
Tel: 06131 21736-1162 | Mobil: 0162 2540407 | E-Mail: claus.uebel@dak.de

### **fit4future startet im Saarland:**

**Tischtennis-Nationalspieler Patrick Franziska und designierter Bürgermeister Michael Forster machen Homburger Schüler fit**  
Präventionsinitiative der Cleven-Stiftung und der DAK-Gesundheit startet an der Grundschule Langenäcker

Homburg, 7. September 2018. In Homburg startet fit4future, die Präventionsinitiative für gesunde Schulen. Patrick Franziska, Tischtennis-Nationalspieler, übergibt gemeinsam mit dem designierten Bürgermeister der Stadt Homburg, Michael Forster, sowie Vertretern von Cleven-Stiftung und DAK-Gesundheit die erste fit4future-Spieltonne. Sie ist bis zum Rand mit Sport- und Spielgeräten gefüllt, die im Unterricht und in den Pausen zum Einsatz kommen werden. fit4future erreicht bundesweit zu Beginn dieses Schuljahres bereits 2.000 Schulen. Nun geht es im Saarland für weitere 13 Grund- und Förderschulen los. Damit gibt es im Saarland derzeit 32 Grund- und Förderschulen, die von der Initiative profitieren. Schirmherr ist Bundesgesundheitsminister Jens Spahn.

Der deutsche Tischtennis-Nationalspieler, Team-Vizeweltmeister und Doppel-Europameister Patrick Franziska engagiert sich bereits zum zweiten Mal als Botschafter für die fit4future-Schulen im Saarland: „Wenn man Leistungssport betreibt, muss man sehr intensiv trainieren, seine Ernährung anpassen, mentale Stärke beweisen. Diese Disziplin fällt mir leicht, da Sport schon als Kind meine Leidenschaft war. Aber auch wenn sich nicht alles um Turniere dreht: Nach einem langen Tag in der Schule sollten Kinder aktiv sein, am besten draußen. Wenn eine Initiative wie fit4future bereits in Klassenzimmer und Pausenhof mit gezielten Bewegungsangeboten ansetzt, ist das vorbildlich. Da bin ich gern als Motivator mit dabei.“

Michael Forster, designierter Bürgermeister der Stadt Homburg unterstützt fit4future, weil die Kampagne am richtigen Punkt ansetzt: „Prävention und Gesundheitsförderung müssen dort stattfinden, wo Menschen einen großen Teil ihrer Zeit verbringen. Das heißt mit Blick auf Kinder und Jugendliche: natürlich auch in der Schule. Deshalb freue ich mich sehr darüber, dass die Zahl der Schulen beständig steigt, an denen die fit4future-Tonnen zur Verfügung stehen.“

Neben Bewegung im Schulalltag sind ausgewogene Ernährung, konzentriertes Lernen und Stressbewältigung die Schwerpunkte von fit4future, einer der größten Präventionskampagnen an deutschen Schulen. Das bereits bestehende



## Pressemeldung

SAARLAND

Claus Uebel | Wilhelm-Theodor-Römheld-Str. 32 | 55130 Mainz  
Tel: 06131 21736-1162 | Mobil: 0162 2540407 | E-Mail: claus.uebel@dak.de

Programm der Cleven-Stiftung wurde 2016 gemeinsam mit der DAK-Gesundheit und der Technischen Universität München erweitert und um das neue Modul „Verhältnisprävention“ ergänzt: Die Grundschule Langenäcker und zwölf weitere im Saarland werden ab sofort drei Jahre lang professionell bei der Umsetzung von Angeboten aus den Bereichen Bewegung, Ernährung und Brainfitness begleitet und persönlich gecoacht. Dazu gehören Workshops für Lehrkräfte, Aktionstage für Schüler und Eltern sowie eine Vielzahl von Materialien, die Lust auf eine gesunde Lebensweise machen. Darüber hinaus erhalten die Schulen Unterstützung bei ihrer Weiterentwicklung zu einer gesundheitsfördernden Einrichtung. Damit erhöhen die teilnehmenden Schulen die Qualität, mit der sie ihren Bildungs- und Erziehungsauftrag erfüllen. Auch die Gesundheitsförderung der Lehrkräfte ist Teil des Programms. „Schon im Grundschulalter wird die Basis für ein gesundes Erwachsenenleben gelegt. Deshalb nehmen wir den Auftrag des neuen Präventionsgesetzes ernst und machen uns für die Schüler in Homburg stark“, sagt Jürgen Günther, Leiter der Landesvertretung Saarland der DAK-Gesundheit.

Malte Heinemann, Geschäftsführer der Cleven-Stiftung betont: „Es ist großartig, wie fit4future mit der Förderung durch die DAK-Gesundheit in den letzten zwei Jahren gewachsen ist. Mittlerweile haben wir unser eingangs gesetztes Ziel erreicht: 2.000 Schulen sind mit dem Beginn dieses Schuljahres Teil der in dieser Form einmaligen Präventionsinitiative. Insgesamt 600.000 Kinder profitieren derzeit von den Inhalten und tun etwas für ihre Gesundheit. Auch die Unterstützung durch prominente Sportler trägt einen Teil zur Motivation aller bei. Wir können zu Recht gemeinsam stolz auf diese tolle Bilanz sein.“

„Wir freuen uns sehr, Teil dieser tollen Präventionsinitiative sein zu dürfen“, so Anabelle Herzog Schulleiterin der Grundschule Langenäcker. „Es ist eine ganz besondere Ehre für uns, dass die Spieltonne heute durch Patrick Franziska persönlich übergeben wird. Das motiviert und begeistert das gesamte Kollegium, die Eltern und allen voran natürlich die Schülerinnen und Schüler für die kommenden drei Jahre.“

### **Bedarf nach Gesundheitsförderung an Schulen ist groß**

Dass der Bedarf nach gesundheitsfördernden Maßnahmen für Schüler und Lehrkräfte groß ist, zeigt die DAK-Studie „Gesundheitsfalle Schule – Probleme und Auswege“ für die das Forsa-Institut 500 Lehrkräfte im gesamten Bundesgebiet befragt hat. Hauptergebnisse: Rund 70 Prozent der Lehrkräfte stellten mit Blick auf die vergangenen zehn Jahre einen Anstieg von Gesundheitsproblemen bei den Schülern fest.



## Pressemeldung

SAARLAND

Claus Uebel | Wilhelm-Theodor-Römheld-Str. 32 | 55130 Mainz  
Tel: 06131 21736-1162 | Mobil: 0162 2540407 | E-Mail: claus.uebel@dak.de

So leiden immer mehr Kinder an Konzentrationsproblemen – dieser Meinung sind mehr als 50 Prozent der Lehrkräfte. Außerdem beobachteten die Lehrkräfte einen starken Anstieg von Schülern mit Verhaltensauffälligkeiten (45 Prozent), motorischen Defiziten (36 Prozent) und psychosomatischen Beschwerden (27 Prozent).

Hier setzt das Präventionsprogramm fit4future an: In den drei Bereichen Bewegung, Ernährung und Stressbewältigung werden die Teilnehmer sensibilisiert. Auch Themenkomplexe wie Internetnutzung und Computerspiele werden behandelt. Neben der Förderung der körperlichen und geistigen Fitness für Kinder beinhaltet fit4future zusätzlich Ansätze zur Verhältnisprävention in sechs Themenbereichen. Ebenso spielt die Einbindung der Lehrkräfte eine zentrale Rolle.

### **Positive Auswirkung auf die Kindergesundheit**

Und dieser Ansatz zeigt bereits Wirkung, wie die jüngste Evaluation der TU München vom Mai 2018 aufzeigt. Der Anteil der fit4future-Schüler/-innen, die täglich oder fast täglich mehr als 60 Minuten körperlich aktiv sind, stieg demnach in einem Schuljahr von 18 auf 24 Prozent an. Gleichzeitig ging der Anteil der Kinder, die täglich Süßigkeiten essen, von 40 Prozent auf 34 Prozent zurück. Auch die körperliche Verfassung der Kinder wurde durch die Wissenschaftler mit einem Fitnessstest untersucht. So absolvierten Kinder aus 25 Schulen jeweils sechs verschiedene Übungen zu motorischen Grundeigenschaften wie Gleichgewicht, Beweglichkeit, Sprungkraft und Schnelligkeit. In fünf von sechs Disziplinen wurden dabei „signifikante Leistungssteigerungen“ beobachtet.

Die Cleven-Stiftung ist seit 2005 mit dem Projekt fit4future für gesunde Schulen im Einsatz. Innerhalb von drei Jahren wurden rund 600.000 Schüler an 2.000 Schulen bundesweit für die Initiative gewonnen. Die DAK-Gesundheit ist eine der größten gesetzlichen Kassen in Deutschland und versichert rund 5,8 Millionen Menschen.

Mehr zu fit4future: [www.fit-4-future.de](http://www.fit-4-future.de) und [www.dak.de/fit4future](http://www.dak.de/fit4future)

Mehr zu den DAK-Studien: [www.dak.de/presse](http://www.dak.de/presse)

Facebook: <https://www.facebook.com/fit4futurepoweredbydak>