

# Aktionsprogramm

## I. Handeln in Aktionsfeldern und Projekten

Die Plattform Ernährung und Bewegung e.V. benennt in ihrem Gründungsprogramm Aktionsfelder, um die Vorbeugung von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen zu verwirklichen:

- Ursachen klären und eine Gute Praxis entwickeln
- Wissen vermitteln und Akteure qualifizieren
- Neue Ansätze erproben
- Öffentlichkeit informieren und die Plattformarbeit verbreiten

Das 1. Aktionsprogramm konkretisiert diese Handlungsfelder über Projekte. Sie knüpfen an die Ergebnisse des Gründungskongresses und des Experten-Workshops zu Chancen des Handelns auf lokaler Ebene an. Die Projekte setzen Schwerpunkte in Bereichen mit besonderem Handlungsbedarf.

Gleichzeitig sieht die Plattform ihre Aufgabe darin, ein Forum zu bieten, um aktuelle Erkenntnisse und unterschiedliche Ansätze in der vorbeugenden Arbeit gegen Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen zu diskutieren. Sie will die unterschiedlichen Akteure aus Bundes- und Landesressorts, Kommunen und von freien Trägern miteinander vernetzen und neue Chancen zur Kooperation eröffnen.

Die Plattform dokumentiert wesentliche Aktivitäten von Ländern und Bund sowie kommunalen und freien Trägern in der Übergewichtsprävention. Diese Informationen stellt sie den Akteuren zur Verfügung. Auch die international verfolgten Vorbeugungsstrategien wertet sie mit Blick auf erfolgreiche Maßnahmen aus. Veranstaltungen zu Schwerpunktthemen gehören ebenfalls in den Handlungsrahmen der Plattform. Ihren Mitgliedern bietet sie ein Forum dafür, ihre eigenen Projekte vorzustellen und zu diskutieren sowie Kooperationsprojekte zwischen Mitgliedern und Plattform zu entwickeln.

Der Schwerpunkt der Plattformarbeit liegt in der primären Prävention und der Gesundheitsförderung. Für die Planung und Durchführung von Aktionen gelten Kriterien und Arbeitsprinzipien der Plattform, die sie gemeinsam mit dem Expertenbeirat entwickelt und aktualisiert. Vor allem ganzheitliche Ansätze, die Ernährung und Bewegung miteinander verbinden und die die Lebenswelt von Kindern, Eltern und beteiligter Berufsgruppen berücksichtigen, sollen verfolgt werden. Die Aktionen werden mit einer Öffentlichkeits- und Pressearbeit unterstützt, die lokale und zielgruppenspezifische Medien sowie die Massenmedien ansteuert.

## **II. Das Aktionsprogramm**

Das erste Aktionsprogramm der Plattform konkretisiert ihr Engagement zu Gunsten eines ausgewogenen Lebensstils aller Kinder und Jugendlichen und ihrer Familien. Im Mittelpunkt stehen Eltern, Kinder, pädagogische Berufsgruppen, Planer und Multiplikatoren.

Besondere Aufmerksamkeit gilt jenen Settings wie Familie, Tageseinrichtungen für Kinder, Grundschule und Wohnumfeld, die für die Entwicklung von Kindern von der Geburt bis zum Einstieg in die Grundschule entscheidend sind. Zehn bis 15 Prozent der Kinder in Deutschland sind bereits bei ihrer Einschulung übergewichtig. Ihre Chancen, ein günstiges Ernährungs- und Bewegungsverhalten zu entwickeln, sind umso besser, je früher sie dazu motiviert werden.

Daher zielen die Projekte auf eine frühe Intervention, um bereits die Entstehung von Übergewicht zu vermeiden. Das bedeutet:

- Ansprache von Kindern und Eltern aus Risikogruppen
- Information und Unterstützung für junge Eltern
- Auseinandersetzung mit Essgewohnheiten und dem Lebensmittelangebot
- Ansprache von Tageseinrichtungen für Kinder
- Direkte Ansprache der Kinder
- Förderung von Netzwerken für Ernährung und Bewegung in Kommunen

Das Programm enthält sowohl Maßnahmen, die kurzfristig greifen, als auch langfristig angelegte Vorhaben. Für letztere müssen Detailkonzepte und konkrete Aktionen schrittweise entwickelt werden. Für „Plattformprojekte“ ist unmittelbar die Plattform Ernährung und Bewegung e.V. verantwortlich. „Kooperationsprojekte“ werden von Mitgliedern initiiert und getragen, die Plattform begleitet ihre Konzeption und inhaltliche Entwicklung. Das Programm ist offen für weitere Beiträge innerhalb und außerhalb der ausgewiesenen Schwerpunkte.

### **III. Die Projekte**

#### *III.1. Ansprache von Kindern und Eltern aus Risikogruppen*

Hintergrund und Ziel: Familien in benachteiligter sozialer Lage, Familien mit Migrationshintergrund und die in ihnen lebenden Kinder sind besonders häufig von Übergewicht betroffen. Gleichzeitig sind diese Familien und Kinder durch gesundheitsorientierte Ernährungs- und Bewegungsempfehlungen schwer zu erreichen. Migranten können Beratungsangebote zudem oft aufgrund von Sprachbarrieren nicht wahrnehmen. Ziel der Plattform ist es, geeignete Wege und Inhalte zu identifizieren, auf und mit denen die betroffenen Familien und Kinder ansprechbar sind, um so vorbeugende Projekte anzustoßen.

Plattformprojekt: Die Plattform baut ein Expertenforum mit Akteuren aus Wohlfahrtsverbänden, Kirchen, und dem Migrations- und dem Gesundheitssektor auf. Vorhandene Kenntnisse und Erfahrungen zur Lebenssituation und den Zugangsmöglichkeiten zu den betroffenen Familien lassen sich so zusammen führen. Im nächsten Schritt sind Empfehlungen dafür zu formulieren, wie Vorbeugen konkret aussehen kann und Präventionsprojekte vorzuschlagen.

#### *III.2 Information und Unterstützung für junge Eltern*

Hintergrund und Ziel: Angesichts der heutigen Lebensbedingungen ist ein bewusster Lebensstil mit ausgewogener Ernährung und regelmäßiger Bewegung wünschenswert. Dieser aber ist in der Lebenspraxis vieler Familien noch nicht fest verankert. Die vorhandenen Informationsangebote und konkreten Hilfestellungen für Eltern sind

häufig nicht koordiniert und nicht langfristig genug angelegt. Auch haben sich die Wege, auf denen das Wissen zur Erziehung von Kindern vermittelt wird, in den meisten sozialen Gruppen verändert. Beratung und Unterstützung, traditionell von Großeltern, Verwandten und einem gewachsenen nachbarschaftlichen Bekanntenkreis wahrgenommen, leisten nun in erheblichem Maße professionelle Akteure. Um Eltern bereits vor der Geburt des ersten Kindes regelmäßig mit Informationen und praktischen Hilfen für einen gesunden Lebensstil ihrer Kinder zu erreichen, müssen diese Akteure einbezogen und mit geeigneten Informationen und Handlungsoptionen versorgt werden.

Plattformprojekt: Die Plattform entwickelt eine langfristig angelegte, vielseitige Kampagne „Im Gleichgewicht – für ein gesundes Leben“. Ihr Ziel ist es, regelmäßig Informationen und konkrete Hilfen für Eltern zugunsten der Entwicklung eines gesunden Lebensstils in der Familie anzubieten. Besondere Aufmerksamkeit gilt der Ansprache von Risikogruppen. Zudem werden die professionellen Akteure, die mit ihrer Arbeit in die Familien hineinwirken, qualifiziert und vernetzt.

Die Plattform sucht für die Kampagne die Zusammenarbeit mit Vertretern aller Berufsgruppen, mit denen junge Eltern regelmäßig Kontakt haben. Um die unterschiedlichen Zielgruppen optimal zu erreichen, spricht die Plattform bei der Entwicklung der Kampagne unter anderem Ärzte, Geburtsabteilungen, Hebammen, Familienbildungsstätten, Apotheken, Jugendplaner, Sportvereine und Ernährungsberater an. Gleichzeitig lassen sich so Inhalte und Verfahrensweisen in die Arbeit der beteiligten Berufsgruppen integrieren und konkrete Hilfen für die betroffenen Zielgruppen entwickeln und propagieren.

Jene Einrichtungen des täglichen Lebens, die von Eltern und Kinder aller sozialen Gruppen regelmäßig aufgesucht werden, wie Banken und Sparkassen, Einzelhandelsgeschäfte und Medienmärkte, Schulen, Sozial- und Arbeitsämter oder Betriebskantinen werden in die Kampagne einbezogen. Um auch die Massenmedien anzusteuern, baut die Plattform Medienpartnerschaften mit Printmedien, TV, und Hörfunk auf.

Die Kampagne spricht besondere Zielgruppen wie auch die Gesamtbevölkerung an und sucht immer die Verknüpfung mit der Lebenswelt von Eltern und den hier wichtigen Strukturen. Grundsätzlich für einen Zeitraum von zehn Jahren konzipiert, wird sie im Rahmen der übergeordneten Zielsetzung etappenweise und mit jeweils ausgewählten

Schwerpunkten weiter entwickelt, laufend evaluiert und neuen Erkenntnissen angepasst.

Für die Schirmherrschaft gewinnt die Plattform prominente Persönlichkeiten aus dem Bereich Politik, Sport und Unterhaltung.

Um die Finanzierung zu sichern und die notwendigen langfristigen Kooperationen für die Kampagne zu gewinnen, wird in einem ersten Arbeitsschritt eine detaillierte Konzeption erarbeitet. Kick-Off für die Konzeptentwicklung ist ein Ideenwettbewerb für Eltern, den die Plattform gemeinsam mit dem Bundeselternrat durchführt.

### *III.3 Auseinandersetzung mit Essgewohnheiten und dem Lebensmittelangebot*

Hintergrund und Ziel: Heute sind oft beide Elternteile der modernen Kernfamilie berufstätig. Viele Eltern sind Alleinerziehende. Vor diesem Hintergrund haben sich die Essgewohnheiten zu Gunsten des verstärkten Einsatzes von halbfertigen und Fertigprodukten sowie Verpflegungsangeboten außer Haus verschoben. Die Plattform setzt sich mit diesem Trend, seinen Konsequenzen für eine ausgewogene Ernährung und den Möglichkeiten auseinander, ihn in der Übergewichtsprävention zu nutzen.

Kooperationsprojekt: Das Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz, die Lebensmittelwirtschaft und die Plattform veranstalten gemeinsam eine Konferenz zur Zukunft der Lebensmittel unter anderem mit Vertretern aus den Bereichen Wissenschaft und Lebensmittelwirtschaft. Ziel der Konferenz ist die Diskussion von Entwicklungstrends im Lebensmittelangebot und möglicher Beiträge der Anbieter von Lebensmitteln und außerhäuslicher Verpflegung zur Prävention von Übergewicht.

### *III.4 Ansprache von Tageseinrichtungen für Kinder*

Hintergrund und Ziel: Mehr als 90 Prozent der Kinder zwischen drei und sechs Jahren besuchen Kindertagesstätten (KiTas). In derzeit noch geringem, aber wachsendem Umfang besuchen Kinder bis drei Jahre auch Krippen oder werden von Tagesmüttern betreut. Kinder und ihre Eltern sind für Präventionsansätze gut erreichbar, wenn

Erzieherinnen und Erzieher ein ausgewogenes Ernährungs- und Bewegungsverhalten in ihre Ziele und die pädagogische Alltagspraxis integrieren.

Die Plattform greift die Ansätze und Erfahrungen aus Modellprojekten und vorhandenen Initiativen auf und engagiert sich für die Verbreitung erfolgversprechender Modelle. Sie fördert die Zusammenarbeit zwischen Trägern und Spezialisten – so lassen sich etwa die Kompetenzen von Sportvereinen und der Ernährungsberatung vor Ort für die KiTa-Arbeit nutzen. Sie entwickelt Vorschläge für eine ganzheitliche Vorbeugung von Übergewicht. Und sie setzt sich dafür ein, einheitlich entsprechende Ziele in der Regelarbeit der Kindertagesstätten und der Einrichtungen der Tagespflege zu verankern.

Plattformprojekt: Die Maßnahmen zur Vorbeugung von Übergewicht in der Regelarbeit von Kindertageseinrichtungen und Krippen verankern. Die Plattform wertet die Erfahrungen aus Modellprojekten und Initiativen sowie vorhandene Handreichungen zur Ernährung und Bewegung für die Einrichtungen aus. Sie entwickelt Empfehlungen, wie Präventionsziele in die Qualitätskriterien der Trägerverbände von Kindertageseinrichtungen und auch in die Qualifizierungsmaßnahmen der Erzieher zu integrieren sind. Sie informiert über qualifizierte Handreichungen zur Ernährungs- und Bewegungspraxis für die Erzieherinnen und Erzieher. Gemeinsam mit den Trägern diskutiert ein Experten-Workshop der Plattform diese Empfehlungen mit dem Ziel, sich über die Umsetzung in die gute fachliche Praxis zu verständigen.

Kooperationsprojekt: Verbreitung erfolgversprechender Praxismodelle. Gemeinsam mit Trägern von Kindertageseinrichtungen, Ländern und Kommunen engagiert sich die Plattform für die Verbreitung von Praxismodellen, die mit ganzheitlichen Vorbeugungsansätzen arbeiten und wissenschaftlich begleitet werden.

### *III.5 Direkte Ansprache der Kinder*

Hintergrund und Ziel: Neben den Eltern und den durch sie vermittelten Vorbildern und Rahmensetzungen prägen schon früh auch Gleichaltrige Einstellungen und Verhalten von Kindern. Um auch hier Impulse für einen präventiven Lebensstil zu setzen, sucht die Plattform nach Wegen für die direkte Ansprache von Kindern in ihren Bezugsgruppen.

Kooperationsprojekt: Ernährungs- und Bewegungstipps für Grundschüler und zehn- bis vierzehnjährige Schüler. Gemeinsam mit dem Plattformmitglied BildungsCent e.V.

informiert die Plattform Schülerinnen und Schüler über ausgewählte Themen zu Ernährung und Bewegung. Diese Tipps werden im Schuljahr 2005/2006 in zehn Millionen Schulheften kommuniziert.

### *III.6 Förderung von Netzwerken für Ernährung und Bewegung in Kommunen*

Hintergrund und Ziel: Die vielfältigen Informations-, Beratungs- und Aktivitätsangebote zum Thema Ernährung und Bewegung in Kommunen können Kinder und Familien besser erreichen, wenn sie koordiniert und in ihrer Entwicklung aufeinander abgestimmt werden. Gerade für sozial benachteiligte Familien sind gezielte Maßnahmen, wie z.B. die Verbesserung des Ernährungsangebotes und der Bewegungsförderung in KiTas und Schulen sowie Aufklärung und Informationen über einen gesunden Lebensstil von besonderer Bedeutung. Kinder brauchen zudem ein Wohnumfeld, das Anreize und Möglichkeiten zur täglichen Bewegung bietet. Sie sollten selbständig von zu Hause aus Spiel- und Freizeitangebote (Sportvereine, KiTas und Schulen) erreichen können. Die Plattform unterstützt die Entwicklung gemeinsamer Aktionen aller kommunalen Akteure, die auf einen gesunden Lebensstil von Kindern und ihren Eltern einwirken.

Kooperationsprojekt: Das Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz führt gemeinsam mit der Plattform einen Konzeptwettbewerb durch. Ziel ist es, dauerhaft regionale Strukturen zu schaffen oder zu stärken, die der Vorbeugung von Übergewicht bei Kindern dienen. Für das zweistufige Auswahlverfahren können sich Zusammenschlüsse lokaler Akteure mit ihren Aktionskonzepten bewerben. Eine Jury bewertet die eingereichten Konzepte und wählt etwa 25 Standorte aus. Die geplanten Aktionen werden für die Dauer von drei Jahren gefördert.

Plattformprojekt: Interdisziplinäres Symposium „Bewegungs(t)räume“ für Stadtplaner, Jugendplaner, Kommunalpolitiker, Sportvereine und Sportwissenschaftler, Sport- und Spielplatzausstatter, Gemeindeunfallversicherung und weitere Interessierte. Ziel des Symposiums ist es, Möglichkeiten zu erarbeiten, wie die Rahmenbedingungen für die regelmäßige Bewegung und motorische Förderung von Kindern auf lokaler Ebene zu verbessern sind. Erfahrungen mit der Beteiligung von Kindern an der Stadtentwicklungsplanung sollen einfließen.

#### **IV. Grundlegende Arbeitsstrukturen der Plattform**

Aktuelle Veranstaltungen und langfristig angelegte Projekte – beides fußt auf der kontinuierlichen Arbeit in den Plattform-Gremien. Den geschäftsführenden und den erweiterten Vorstand unterstützen dabei Arbeitskreise, die bei Bedarf gebildet werden. Die Plattform baut zudem einen interdisziplinär zusammengesetzten Expertenbeirat auf. Seine Mitglieder kommen aus Wissenschaft und Praxis in Medizin, Psychologie, Epidemiologie, Bildungswesen und Sozial-, Gesundheits-, Sport- und Ernährungswissenschaften.

Stand: 22. Juni 2005