

Grußwort

Es scheint selbstverständlich – und ist längst auch wissenschaftlich gut belegt: Kinder und Jugendliche brauchen ausreichend Bewegung und körperliche Aktivität, um gesund heranzuwachsen. Leider wird diese Erkenntnis zu wenig beherzigt. Deshalb ist es so wichtig, dass Sie auf diesem Kongress Wege erkunden, Kinder in Bewegung zu bringen. In über 200 Workshops und Seminaren, Vorträgen und Foren tauschen Fachleute aus Wissenschaft und Praxis Erfahrungen aus, berichten aus der Forschung und geben Anregungen für die tägliche Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. In der Fachaussstellung stellen sich Firmen und Institutionen aus den Bereichen Bewegung, Ernährung und Pädagogik vor. Dafür habe ich sehr gerne die Schirmherrschaft übernommen.

Die Zahlen zeigen, dass noch viel Arbeit zu tun ist. Nur 22 Prozent der Mädchen und 29 Prozent der Jungen im Alter von 3 bis 17 Jahren sind mindestens eine Stunde pro Tag körperlich aktiv und erreichen damit die Bewegungsempfehlung der Weltgesundheitsorganisation (WHO). Mit steigendem Lebensalter nimmt die Häufigkeit für das Erreichen der Bewegungsempfehlungen ab: Nur ein Fünftel der Deutschen erfüllt etwa die Empfehlung der WHO, mindestens 2,5 Stunden pro Woche körperlich aktiv zu sein. Wir müssen also auch die Erwachsenen erreichen, damit sie Vorbilder sein können für die Kinder.

Das Bewusstsein für den Zusammenhang von Bewegung und Gesundheit zu schärfen, ist ein Schwerpunkt der Präventionsarbeit auch des Bundesministeriums für Gesundheit. Zusammen mit dem Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft setzen wir seit dem Jahr 2008 den Nationalen Aktionsplan „IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung“ um. Über 200 Projekte wurden gefördert, die versuchen, Fehlernährung, Bewegungsmangel, Übergewicht und damit zusammenhängenden Krankheiten vorzubeugen. Mit Mitteln des Bundesgesundheitsministeriums sind die „Nationalen Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung“ erarbeitet und veröffentlicht worden, die derzeit mit den Beteiligten so aufbereitet werden, dass sie genau dort hinkommen, wo sie gebraucht werden.

Ich danke den Veranstaltern dieses Kongresses für ihr großes und wichtiges Engagement: Bitte bleiben Sie dran, Kinder in Bewegung zu bringen!

A handwritten signature in blue ink, consisting of several loops and a vertical line, positioned below the main text.