

Thematisch „Gesundheit und Ernährung – Prävention von Übergewicht“

In diesem Themenfeld geht es um die Darstellung der Zusammenarbeit von Akteuren für Familien und dem Sport mit dem Ziel, Familien eine gesunde Lebensweise/Ernährung zu vermitteln und Übergewicht zu vermeiden.

Die Dokumentation dieses Themenfeldes ist wie folgt aufgebaut:

- I Wichtige Erkenntnisse
- I Beispiele zu Kooperationen zu diesem Thema

Wichtige Erkenntnisse/Diskussionspunkte:

- I Um Übergewicht vorzubeugen/zu bekämpfen sollten Sportangebote mit zusätzlichen Angeboten, wie z.B. einer Ernährungsberatung kombiniert werden.
- I Bei Sportveranstaltungen sollten gesunde Nahrungsmittel angeboten werden, da dort die Zielgruppe besonders gut erreicht werden kann. Durch „Fitness-Buffets“ mit „Action-Faktor“ (die Nahrungsmittel müssen gut und besonders aussehen und schmecken) kann die Zielgruppe leichter dafür begeistert werden.
- I In Familienbegegnungsstätten können Sportangebote für die Familien angeboten werden.
- I Durch gesonderte Sportgruppen als eigenes Angebot könnte der Stigmatisierung Übergewichtiger im Verein entgegengewirkt und deren Motivation erhöht werden (Prinzip der Selbstwirksamkeit nutzen).
- I Kommunale Ansprechpartner erleichtern den Zugang zu und die Ansprache von Kindern.
- I Eine Vernetzung sollte mit Ärzten/Krankenkassen erfolgen
- I Die Institution Schule wird als Ansatz für eine Ansprache der Zielgruppe und auch Projektansätze gesehen.
- I Es bedarf einer „Win-Win-Situation“ für alle Verantwortlichen (Ärzte, Vereine, Krankenkassen, etc.).

- | Die unterschiedlichen Handlungslogiken der Akteure aus Gesundheitswesen, Familienorganisationen und Sport müssen berücksichtigt werden.
- | Die Vereine dürfen nicht mit sozialen Themen „überfrachtet“ werden.
- | Die Übungsleiter/innen und Sportlehrer/innen sind als Bezugspersonen und Vorbilder der Kern solcher Projekte.
- | Es gibt vielfältige Beispiele/Möglichkeiten von Kooperationen um Übergewicht vorzubeugen/zu bekämpfen:
 - „NRW bewegt seine Kinder“ (Kooperationen von Sportvereinen mit Kindertagesstätten/Kindertagespflege und Schulen). Weitere Informationen erhalten Sie hier unter <http://www.lsb-nrw.de/sportinteressierte/nrw-bewegt-seine-kinder/>
 - Reha Sport für Kinder: Die Übungsleiter/innen werden gezielt zu diesem Themenfeld ausgebildet. Durch die Verordnung über die Ärzte wird die Teilnahme am Sportangebot von den Krankenkassen übernommen.
 - Kooperationen von Landfrauenverbänden und Schulen (z.B. „AID-Ernährungsführerschein“ <http://www.aid.de/lernen/ernaehrungsfuehrerschein.php>)
 - Kooperationen mit den Jugendämtern im Bereich der „Hilfen zur Erziehung“ als Unterstützung für die Familien
 - Koordinierung und Weiterverbreitung der Angebote über Familienbüros, Frühe Hilfen, Allgemeinen Sozialdienst, etc.

Vernetzungsworkshop – Neue Perspektiven in der Familienarbeit

Gesundheit und Ernährung – Prävention von Übergewicht

Daidalos

Kooperationspartner:

- | Condrops e.V.
- | Hochschule München - Fakultät für angewandte Sozialwissenschaften
- | Euro-Trainings-Centre ETC e.V.
- | Bayerisches Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit
- | Bayerisches Staatsministerium für Umwelt, Gesundheit und Verbraucherschutz
- | Bernays Hauptschule
- | Kultur und Spielraum e.V.
- | Münchner Sportjugend
- | Referat für Gesundheit und Umwelt
- | Schul- und Kultusreferat - Sportamt der Stadt München
- | Ernährungsinstitut KinderLeicht



Quelle: <http://www.daidalos-muenchen.de>

Projektstart: 2008

Projektdauer: Derzeit noch aktuell

Standort des Projektes: Bayern

Kurzbeschreibung des Projektes:

Ziel von Daidalos ist es, Kindern und Jugendlichen aus sozial benachteiligten Familien in einem gesamtpädagogischen Konzept Bewegung und Sport sowie gesunde Ernährung und Stressbewältigungsstrategien nahe zu bringen. Die Durchführung des Projekts erfolgt an der Bernays Hauptschule, einem sozialen Brennpunkt in München. Zu den Präventionsmaßnahmen zählen unter anderem eine einjährige Adipositas-Schulung, Entspannungstraining und Sportförderunterricht. Die Eltern sind durch eine Ernährungs-Multiplikatoren-Schulung mit einbezogen. Das Projekt läuft auch nach Ablauf der Förderung durch das Bundesministerium für Gesundheit (BMG) weiter.

Vernetzungsworkshop – Neue Perspektiven in der Familienarbeit

Gesundheit und Ernährung – Prävention von Übergewicht

Fühl dich Wohl

Kooperationspartner:

- | Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Sachsen-Anhalt
- | Stadtverbund Dessau-Rosslau
- | AdipoHilfe e.V. Dessau-Rosslau
- | Der Paritätische Sachsen-Anhalt
- | Diverse Wirtschaftsförderer



Quelle: <http://www.adipohilfe.de>

Projektstart: Januar 2008

Projektende: November 2008

Standort des Projektes:

Sachsen-Anhalt

Kurzbeschreibung des Projektes:

Das Projekt „Fühl Dich Wohl“ hat sich zur Aufgabe gemacht, Selbsthilfegruppen für Adipositasbetroffene im Kindes-, Jugend- und Erwachsenenalter zu bilden. Diese sollen mit Unterstützung von AdipoHilfe e.V. installiert werden, um so durch Sport und richtige Ernährung, dem Übergewicht rechtzeitig entgegenzuwirken, bzw. um typische Adipositaserkrankungen frühzeitig zu vermeiden. Die Betroffenen werden sowohl bei der sportlichen Aktivität, als auch im Hinblick auf ihren physischen und psychischen Zustand durch eine intensive Betreuung unterstützt.

Vernetzungsworkshop – Neue Perspektiven in der Familienarbeit

Gesundheit und Ernährung – Prävention von Übergewicht

Lale

Kooperationspartner:

- | Landessportbund Nordrhein-Westfalen
- | Ministerium für Klimaschutz, Umwelt, Landwirtschaft, Natur- und Verbraucherschutz
- | Regionale Arbeitsstellen zur Förderung von Kindern und Jugendlichen aus Zuwanderfamilien in NRW
- | Landesintegrationsrat NRW
- | Landeszentrum Gesundheit NRW
- | BKK-Landesverband NORDWEST
- | Verbraucherzentrale NRW
- | Plattform Ernährung und Bewegung e.V.
- | Deutsche Sporthochschule Köln
- | Wirtschaftspartner



Quelle: <http://www.lale-nrw.de>

Projektstart: 2011

Projektdauer: Drei Jahre

Standort des Projektes:

Nordrhein-Westfalen

Kurzbeschreibung des Projektes:

Die Initiative „Lale – iss bewusst & sei aktiv“ möchte dabei helfen, Übergewicht in türkischstämmigen Familien vorzubeugen. Beweggrund für das Engagement ist der vergleichsweise hohe Anteil übergewichtiger Jugendlicher in der türkischstämmigen Bevölkerungsgruppe. Zunächst werden im Rahmen der Initiative qualifizierte zweisprachige (deutsche und türkische) Ernährungs- und Bewegungsfachkräfte anhand eines eigens entwickelten Trainer- und Kursmanuals geschult. Durch praxisnahe Übungen erfahren Eltern Wege, die gelernten Tipps im Alltag anzuwenden.

Die Kurse unterstützen Eltern dabei, eine ausgewogene Ernährung und einen aktiven Lebensstil in den Familienalltag und in die Freizeitgestaltung zu integrieren.

Vernetzungsworkshop – Neue Perspektiven in der Familienarbeit

Gesundheit und Ernährung – Prävention von Übergewicht

Bewegungsangebot

Kooperationspartner:

- | TuS Eisern (Tennis-Abteilung)
- | Gmünder Ersatzkasse
- | Bundesärztekammer
- | Landesärztekammer
- | örtliche Grundschule



Quelle: <http://www.kinderwelt-bewegungswelt.de>

Projektstart: 2009

Projektdauer: Derzeit noch aktuell

Standort des Projektes:

Nordrhein-Westfalen

Kurzbeschreibung des Projektes:

Ziel des Bewegungsangebots des TuS Eisern ist es, übergewichtigen Kindern im Alter zwischen acht und vierzehn Jahren Freude an Bewegung zu vermitteln. Die Kinder sollen ihre Hemmungen, die sie aufgrund ihrer körperlichen Verfassung gegenüber sportlicher Aktivität haben, abbauen und ihre Scham gegenüber normalgewichtigen Kindern verlieren. Das Projekt des TuS Eisern spricht gezielt übergewichtige Kinder an, um ihnen die Sportausübung unter Gleichgesinnten zu ermöglichen. Ziel ist es, das Selbstbewusstsein der Kinder während des Projektes nachhaltig zu stärken, so dass ihnen der spätere Einstieg in Sportgruppen von Normalgewichtigen erleichtert wird. Neben der Bewegung spielt auch der Aspekt der Ernährung eine große Rolle. Um die Kinder an eine ausgewogene Ernährung heranzuführen, werden in den Pausen ausschließlich gesunde Snacks gereicht.