



PRESSEMITTEILUNG

Nr. 179/GP

11.09.2018

Huml wirbt zum Schuljahresanfang für mehr Bewegung bei Kindern und Jugendlichen - Bayerns Gesundheitsministerin unterstützt generationenübergreifendes Projekt zur Bewegungsförderung

Bayerns Gesundheitsministerin Melanie Huml will Kinder und Jugendliche zu mehr Bewegung motivieren. Huml betonte am Dienstag anlässlich des Beginns des neuen Schuljahres in Bayern: "Studien haben ergeben, dass sich viele Kinder und Jugendliche nicht ausreichend bewegen. Dabei ist körperliche Aktivität ganz entscheidend für die Gesundheit. Regelmäßige Bewegung beugt zahlreichen späteren Krankheiten wie Adipositas, Diabetes mellitus Typ 2 und Herz-Kreislauf-Erkrankungen vor."

Die Ministerin fügte hinzu: "Sport und Bewegung fördern nicht nur das körperliche, sondern auch das seelische Wohlbefinden. Kinder, die sich ausreichend bewegen, können sich besser konzentrieren und sind bei der Reaktionsfähigkeit sowie bei der Entwicklung von Motorik, Gleichgewichts- und Orientierungssinn im Vorteil. So begünstigt eine aktive Lebensweise auch die Leistungen in der Schule."

Mit der Unterstützung von Projekten aus Mitteln der Initiative Gesund.Leben.Bayern. möchte die Ministerin den Nachwuchs in Bayern zu mehr Bewegung motivieren. Dieses Ziel verfolgt beispielsweise auch das Projekt "Aschauer Frischluft-Bus" in Aschau im Chiemgau, das mit rund 74.800 Euro gefördert wurde.

Huml erläuterte: "Bei dem Projekt 'Aschauer Frischluft-Bus' handelt es sich um ein generationenübergreifendes Projekt zur Bewegungsförderung für Jung und Alt. Senioren begleiten Grundschul Kinder zu Fuß zur Schule und sorgen damit in ihrem Alltag und dem Alltag der Kinder für mehr Bewegung und zugleich für einen sicheren Schulweg. Darüber hinaus können generationsübergreifende Freundschaften entstehen. So kann die gesellschaftliche Teilhabe von älteren Menschen gestärkt werden."

An dem Projekt haben im ersten Schuljahr rund 30 Senioren und knapp 60 Schüler teilgenommen. Mit einem digitalen Schrittzähler konnten die Teilnehmer ihre Bewegungsaktivität messen und wurden motiviert, das tägliche Ziel von mindestens 10.000 Schritten (Erwachsene) und 12.000 Schritten (Kinder) zu erreichen.

Nach den Bewegungsempfehlungen der WHO sind Kinder und Jugendliche ausreichend körperlich aktiv, wenn sie täglich mindestens 60 Minuten mäßige bis sehr



anstrengende körperlich-sportliche Aktivität ausüben. In Deutschland sind demnach nur 22,4 Prozent der Mädchen und 29,4 Prozent der Jungen im Alter von drei bis 17 ausreichend aktiv, wie die Langzeitstudie "Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland" (KiGGS) des Robert Koch-Instituts ergeben hat (Erhebung von 2014 bis 2017). Bei Kindern und Jugendlichen im Alter von 11 bis 13 Jahren erfüllen sogar nur 16,5 Prozent der Mädchen und 21,4 Prozent der Jungen die Bewegungsempfehlungen.

Im Rahmen der Initiative Gesund.Leben.Bayern. fördert das bayerische Gesundheitsministerium mehrere Projekte, die einen gesunden Lebensstil unterstützen. Im Jahr 2015 hatte das bayerische Gesundheitsministerium darüber hinaus mit einer Schwerpunktkampagne zur Kindergesundheit zahlreiche Aktionen in den Bereichen Ernährung und Bewegung bei Kindern unterstützt.

Weitere Informationen, speziell für Kinder und Jugendliche, gibt es auch unter:

<https://www.stmgp.bayern.de/meine-themen/fuer-kinder-und-jugendliche/>