

## **Hintergründe und Fakten zu fit4future – der gemeinsamen Präventionsinitiative der DAK-Gesundheit und der Cleven-Stiftung**

Die Kindheit und das Jugendalter sind für die Entwicklung gesundheitsbezogener Einstellungen eine zentrale Phase. Die in dieser Zeit erworbenen Verhaltensweisen – ob positiv oder negativ – beeinflussen die Gesundheitschancen ein Leben lang. Um präventiv wirken zu können, sollten gesundheitsfördernde Maßnahmen daher so früh wie möglich ansetzen.

Die Chancen, gesund aufzuwachsen, sind allerdings ungleich verteilt. Bei Kindern und Jugendlichen mit niedrigem Sozialstatus lassen sich laut KIGGS-Studie (Robert Koch-Institut und Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung 2008) am häufigsten ungünstige Entwicklungen wie Übergewicht, eingeschränkte Bewegungsfähigkeit und psychische Auffälligkeiten feststellen. Deshalb sind Settings wie Schule und Kindertageseinrichtungen ideale Orte, um alle Kinder und Jugendlichen zu erreichen, gerade auch sozial benachteiligte.

Insbesondere im schulischen Setting haben die gesundheitlichen Bedingungen nicht nur Auswirkungen auf die Lebensqualität der einzelnen Schülerinnen und Schüler. Sie sind auch mitentscheidend dafür, mit welcher Qualität die Schule ihren Bildungs- und Erziehungsauftrag erfüllen kann. Das heißt, Gesundheitsförderung ist für die Schulen kein zusätzliches, vom Schulauftrag losgelöstes Aufgabenfeld. Vielmehr leistet sie einen Beitrag zum Erreichen von Bildungserfolgen und zur Schulqualität.

Um die Bildungs- und Gesundheitschancen von Kindern und Jugendlichen zu verbessern, reicht der Blick auf die Schülerinnen und Schüler allerdings nicht aus. Auch engagierte und gesunde Lehrkräfte, eine ausgewogene Verpflegung und angenehme Räumlichkeiten, die ein konzentriertes Arbeiten ermöglichen, sind Voraussetzungen für eine leistungsstarke Schule.

Die DAK-Gesundheit ist mit rund sechs Millionen Versicherten die drittgrößte Krankenkasse Deutschlands. Mit einem umfassenden Leistungsangebot macht sie sich für das Gesundbleiben und Gesundwerden ihrer Kunden stark. Als beste Krankenkasse für Familien engagiert sich die DAK-Gesundheit seit über zehn Jahren unter dem Motto „Gemeinsam gesunde Schule entwickeln“ für die Verhaltens- und Verhältnisprävention an Schulen in Deutschland. Beides, die Gesundheit der Schülerinnen und Schüler sowie Lehrkräfte und die Entwicklung der Einrichtung Schule zu einer gesundheitsfördernden Organisation, werden in den Blick genommen. Dies geschieht ganz im Sinne des neuen Präventionsgesetzes und der Empfehlung der Kultusministerkonferenz vom 15.11.2012, dass Gesundheitsförderung und Prävention integrale Bestandteile von Schulentwicklung sind.

fit4future ist ein Gesundheits- und Präventions-Programm der Cleven-Stiftung mit dem Ziel, die Lebensgewohnheiten und Lebensstile von Kindern im Alter von sechs bis zwölf Jahren nachhaltig positiv zu beeinflussen. fit4future ist im Sinne des Präventionsgesetzes ein ganzheitliches Setting-Programm mit den Modulen Bewegung, Ernährung und Brainfitness sowie Verhältnisprävention/System Schule. Mit einer Vielfalt an Methoden, Medien und Materialien werden Grund- und Förderschulen über drei Jahre unterstützt.

- Das bisherige fit4future-Programm (Bewegung, Ernährung, Brainfitness) wurde in Zusammenarbeit mit der Präventionsabteilung der DAK-Gesundheit und dem Lehrstuhl für Präventive und Rehabilitative Sportmedizin der Technischen Universität München an neueste wissenschaftliche Erkenntnisse angepasst und um Inhalte zur Stressbewältigung und das Modul Verhältnisprävention/System Schule ergänzt.
- Durch das Engagement der DAK-Gesundheit ist es der Cleven-Stiftung möglich, von 2016 an in den nächsten fünf Jahren an 2.000 Schulen in Deutschland „fit4future powered by DAK-Gesundheit“ umzusetzen. Damit können zusätzlich rund 600.000 Kinder, deren Lehrer und Eltern in das in der Form einmalige Gesundheits- und Präventionsprogramm aufgenommen werden und von den gesundheitspräventiven Maßnahmen profitieren. Darüber hinaus erhalten die Schulen Unterstützung bei ihrer Weiterentwicklung zu

gesundheitsfördernden Schulen und erhöhen damit die Qualität, mit der sie ihren Bildungs- und Erziehungsauftrag erfüllen.

- „fit4future powered by DAK-Gesundheit“ soll zudem fortlaufend und umfassend von dem Lehrstuhl für Präventive und Rehabilitative Sportmedizin der Technischen Universität München evaluiert werden.
- Die Programm-Umsetzung erfolgte bis heute in engem Austausch mit dem Bundesgesundheitsministerium. Bundesminister Hermann Gröhe hat die bundesweite Schirmherrschaft der Kampagne übernommen.
- Ebenso werden relevante Entscheidungsträger, Schulbehörden und Organisationen eingebunden.

Die Programm-Umsetzung startet im Mai 2016. Geplant ist, im ersten Jahr 500 Schulen für die Initiative zu gewinnen. Die 500 Schulen verteilen sich zunächst auf die Städte Berlin, Hamburg, Hannover, Dresden, Hannover, Stuttgart, Bremen, Düsseldorf, Köln und Dortmund. Grund- und Förderschulen aus diesen Städten können sich für die Aufnahme in das Programm bewerben. Ab 2017 werden weitere Regionen im gesamten Bundesgebiet dazukommen.

Für die Cleven-Stiftung und fit4future bedeutet die Partnerschaft mit der DAK-Gesundheit das Erreichen einer neuen Dimension. Dank der Gesundheits- und Präventions-Kompetenz der DAK-Gesundheit konnte das fit4future-Programm optimiert und um neue Erkenntnisse aus dem Bereich Gesundheitsförderung und Prävention für Kinder sowie der gesundheitsfördernden Schulentwicklung ergänzt werden. Dank der Unterstützung durch die DAK-Gesundheit ist es möglich, die Anzahl der teilnehmenden Schulen signifikant zu erhöhen. Damit kann das wertvolle Programm fit4future einer hohen Zahl von Schulen mit all den beteiligten Personengruppen, insbesondere natürlich den Kindern, deren Eltern und Lehrkräften, zugutekommen.

Die DAK-Gesundheit hat die drei Kernbestandteile von fit4future – Bewegung, Ernährung und Brainfitness – um das Modul Verhältnisprävention/System Schule mit sechs neuen Bausteinen erweitert. Jede Schule kann daraus zwei Bausteine wählen, die für sie

besonders relevant sind. fit4future orientiert sich damit am Bedarf der Schulen und geht auf die unterschiedlichen Situationen ein:

- Gesunde Schule als Leitbild
- Lehrer\*gesundheits
- Netzwerk Bewegung
- Gesunde Schulverpflegung
- Schule als gesunder Raum
- Erfolgreiche Elternarbeit

Von den Schulen benannte Lehrkräfte, die fit4future-Coaches, werden zu den Inhalten von fit4future geschult, erhalten Materialien und bekommen personelle sowie Online-Unterstützung bei der Umsetzung und Integration der Inhalte in den Schulalltag.

Die DAK-Gesundheit versteht fit4future als lernendes System: Durch die Evaluation der TU München ist ein Prozess installiert, mit dem der Einfluss der Kampagne gemessen werden kann. Bereits nach einem Jahr soll die Umsetzung erstmalig geprüft werden. Zeigen sich Schwachstellen, wird der Präventionsansatz entsprechend weiterentwickelt. Ziel ist es, die Schulen soweit zu fördern, dass sie über den Kampagnenabschluss hinaus eigenständig gesunde Schulentwicklung weiterführen können.

Die DAK-Gesundheit freut sich über das Engagement der Schulleitungen, Lehrkräfte, Kinder und Eltern und wünscht diesem Weg zur gesundheitsfördernden Schule viel Erfolg!