

## **Übergewicht und Adipositas bei Kindern und Jugendlichen**

Der Lebensstil von Kindern, Jugendlichen und ihren Eltern hat sich in den letzten Jahren grundlegend verändert. Bei kaum veränderter Energiezufuhr (Ernährung) hat die körperliche Bewegung und damit der Energieverbrauch stark abgenommen. Dies führt zu Übergewicht und Adipositas. Wie die KIGGS-Studie des Robert Koch Instituts aus dem Jahr 2006 zeigt, sind in Deutschland 15 Prozent der Kinder und Jugendlichen von 3 bis 17 Jahren übergewichtig – das sind insgesamt ca. 1,9 Millionen.

Damit ist auf Basis der Referenzdaten 1985-1999 eine Steigerung um 50 Prozent zu verzeichnen.

### **Prävention vor Therapie**

Einmal übergewichtige Kinder tragen ein hohes Risiko, auch als Erwachsene übergewichtig zu bleiben. Sind Übergewicht oder Adipositas erst einmal eingetreten, so sind die Erfolge einer Therapie zur Gewichtsreduktion leider gering – und vor allem nur selten von Dauer.

Der Prävention im frühen Kindesalter kommt daher im Kampf gegen Übergewicht die Schlüsselrolle zu.

Aus diesem Grund hat die Plattform Ernährung und Bewegung e.V. einen präventiven und mehrdimensionalen Lösungsweg gewählt.

### **Plattform Ernährung und Bewegung e.V. (peb)**

peb ist ein offenes Bündnis mit über 100 Mitgliedern aus öffentlicher Hand, Wirtschaft, Wissenschaft, Sport, Gesundheitswesen und Zivilgesellschaft.

Sie alle setzen sich bei peb aktiv für eine ausgewogene Ernährung und mehr Bewegung als wesentliche Bestandteile eines gesundheitsförderlichen Lebensstils bei Kindern und Jugendlichen ein.

### **Plattform Ernährung und Bewegung e.V. (peb)**

Wallstraße 65

10179 Berlin

Tel. 030 27 87 97 67

Fax. 030 27 87 97 69

E-Mail: [plattform@pebonline.de](mailto:plattform@pebonline.de)

[www.pebonline.de](http://www.pebonline.de)



**Plattform Ernährung  
und Bewegung e.V.**  
*Gemeinsam für einen  
gesunden Lebensstil  
von Kindern*

# Ziele

## Ziel von peb ist es

- › der Entstehung von Übergewicht vorzubeugen.
- › eine gesunde Lebensführung durch ausgewogene Ernährung und Bewegung zu fördern.
- › Präventionsarbeit zu qualifizieren.
- › Netzwerke zu Bewegung und Ernährung zu unterstützen.

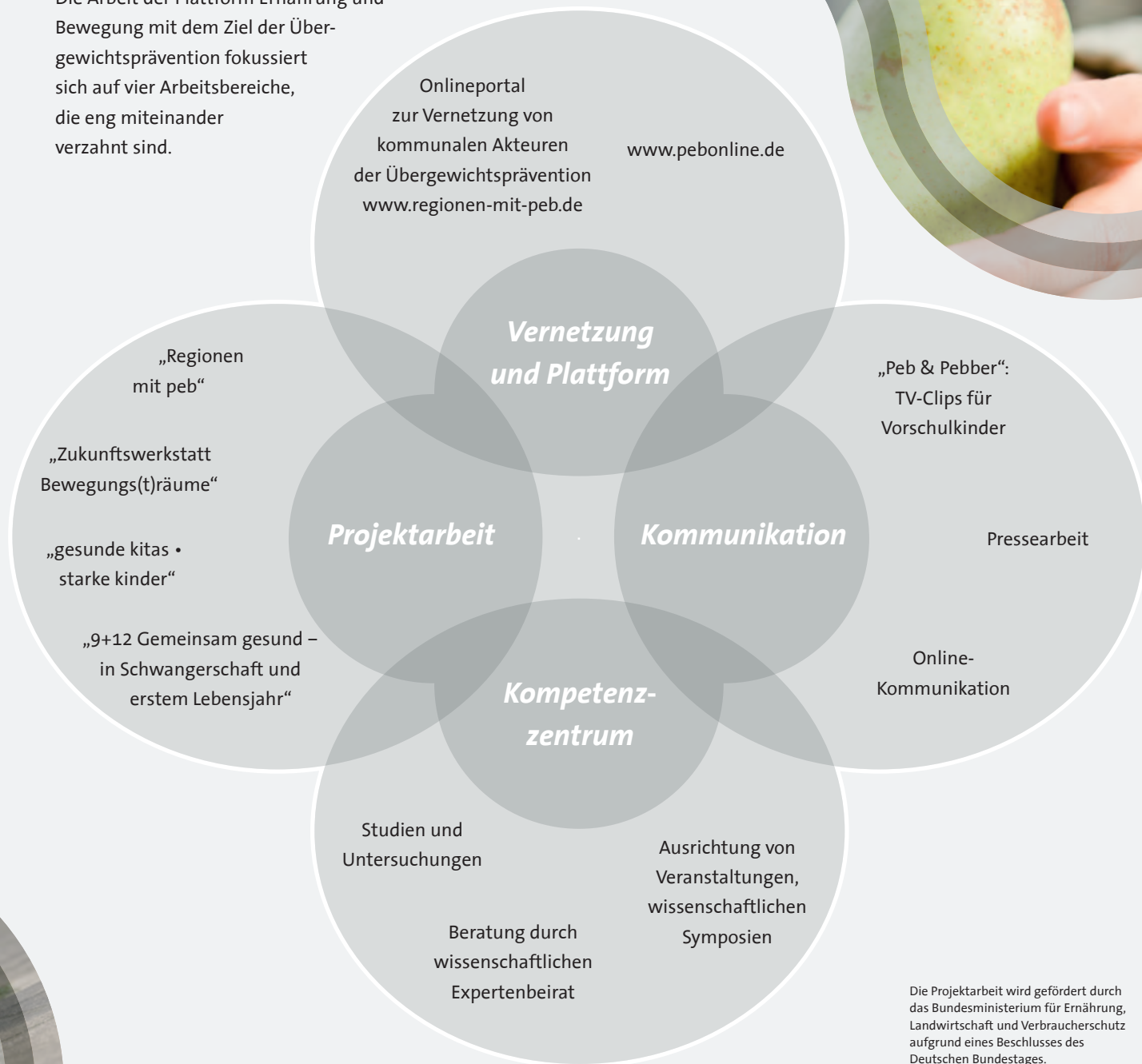
# Arbeitsweise

## Die Plattform

- › setzt in partnerschaftlicher Zusammenarbeit mit IN FORM, dem Nationalen Aktionsplan der Bundesregierung, eigene Best-Practice-Projekte um.
- › unterstützt den interdisziplinären Austausch und die Vernetzung zwischen Wissenschaft und Praxis.
- › entwickelt Kommunikationsinstrumente zur direkten Zielgruppenansprache.
- › gibt alltagspraktische Handlungshilfen.
- › berücksichtigt soziale Risikofaktoren.
- › evaluiert die Projekte durch unabhängige wissenschaftliche Institute.

# Arbeitsbereiche

Die Arbeit der Plattform Ernährung und Bewegung mit dem Ziel der Übergewichtsprävention fokussiert sich auf vier Arbeitsbereiche, die eng miteinander verzahnt sind.



Die Projektarbeit wird gefördert durch das Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages.

