



plattform  
ernährung und  
bewegung e.v.

**Plattform Ernährung  
und Bewegung e.V.**  
Wallstraße 65  
10179 Berlin

Tel. 030 27 87 97-67  
Fax 030 27 87 97-69  
plattform@pebonline.de  
www.pebonline.de

## Pressemitteilung

### peb veröffentlicht Berliner Thesen zur Förderung eines gesunden Aufwachsens

**Anlässlich des Kongresses „Gesund aufwachsen“ stellt die Plattform Ernährung und Bewegung e.V. (peb) Berliner Thesen zur Förderung eines gesunden Aufwachsens vor.**

Berlin, 15. Mai 2017 – Beim Kongress „Gesund aufwachsen – von erfolgreichen Projekten zu festen Strukturen“ kamen heute in Berlin ca. 280 Experten aus Praxis und Wissenschaft der Gesundheitsförderung zu den Berliner Thesen der Plattform Ernährung und Bewegung e.V. (peb) miteinander ins Gespräch.

„Um Übergewicht erfolgreich entgegenwirken zu können, müssen neben ausgewogener Ernährung und ausreichender Bewegung weitere Faktoren, wie z.B. Tagesrhythmik, Schlaf und psychische Gesundheit berücksichtigt werden“, erläutert Prof. Dr. med. Arya Sharma, Direktor des Canadian Obesity Network und Key Note Speaker des Kongresses. peb Vorstandsvorsitzende Prof. Ulrike Ungerer-Röhrich ergänzt: „Somit sind multifaktorielle Bedingungen zu erfüllen, die Verhalten und Verhältnisse gleichermaßen berücksichtigen. Es geht also um weitgehende Veränderungen des Lebensstils, um Übergewicht gar nicht erst entstehen zu lassen. Im Gegensatz zu einfachen und erfolgreichen Präventionsprogrammen, wie z.B. der Anschnallpflicht im Auto oder Kampagnen zur Zahnhygiene, ist beim Kampf gegen die Übergewichtsentwicklung die gesamte Gesellschaft gefragt – von der Politik, über die Wirtschaft und die Wissenschaft bis hin zur Zivilgesellschaft. Diese gesamtgesellschaftliche Bewegung brauchen wir, um die Berliner Thesen in wirkungsvolle Taten zu übersetzen.“

Mit den Berliner Thesen greift die Plattform Ernährung und Bewegung die entscheidenden Erkenntnisse aus Wissenschaft und Praxis auf und gibt Hinweise darauf, wie die Praxis der Gesundheitsförderung verbessert werden kann. Dabei spannen die Berliner Thesen einen Bogen vom Stellenwert des Ernährungs- und Bewegungsverhaltens der ersten 1.000 Tage für die lebenslange Gewichtsentwicklung über die Verknüpfung von Verhaltens- und Verhältnisprävention in den Lebenswelten von Familien bis hin zur stärkeren Verankerung des Alltagsbewegung und von Maßnahmen gegen den Sitzenden Lebensstil in der Gesundheitsförderung. Darüber hinaus werden die Gemeinschaftsverpflegung und Ernährungsbildung sowie die Erreichbarkeit und Beteiligung von sozial Benachteiligten und der Wert von Projekten zur Entwicklung und Erprobung neuer Ansätze der Gesundheitsförderung (≠ sog. Projektitis) berücksichtigt.



plattform  
ernährung und  
bewegung e.v.

Mit Prof. Arya Sharma und Prof. Rolf Rosenbrock versammelte der Kongress „Gesund aufwachsen“ führende Köpfe der Gesundheitsförderung und Übergewichtsprävention. Silke Burmester und nicht zuletzt die peb-Vorstandsvorsitzende Prof. Ulrike Ungerer-Röhrich zeigen weitere Perspektiven auf. Im Rahmen von themenbezogenen Foren wurden am Nachmittag die „Berliner Thesen zur Förderung eines gesunden Aufwachsens“ vorgestellt und diskutiert.

Der Kongress richtete sich an alle, die Gesundheitsförderung gestalten und ging der Frage nach, wie aus erfolgreichen Projekten zur Förderung eines gesunden Lebensstils nachhaltig wirkende Strukturen entwickelt werden können“, erläutert peb-Geschäftsführerin Dr. Andrea Lambeck.

- Prof. Dr. Arya **Sharma** ist einer der führenden Wissenschaftler zu den Themen Übergewicht und Adipositas weltweit. Er ist Professor für Medizin an der University of Alberta (Edmonton, Kanada) und medizinischer Direktor des kanadischen Adipositasnetzwerks sowie Autor des „Obesity Blog“.
- Prof. Dr. Rolf **Rosenbrock** ist einer der renommiertesten Gesundheitswissenschaftler und Präventionsexperten Deutschlands. Er leitete die Forschungsgruppe Public Health am Wissenschaftszentrum Berlin für Sozialforschung (WZB) und ist heute Vorsitzender des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes – Gesamtverband.
- Die Kolumnistin und Journalistin Silke **Burmester** ist freie Journalistin, Buchautorin und Dozentin und schreibt über Gesellschaftspolitik, Kultur und Medien u.a. für „Spiegel Online“, Deutschlandradio, „Die Zeit“, „taz“, „Süddeutsche“ und „Manager Magazin“
- Turmspringerin Maria **Kurjo** ist Mitglied der deutschen Nationalmannschaft. Sie startet für den Berliner TSC und wurde bei den Europameisterschaften 2009 Vierte, bei den Europameisterschaften 2011 erreichte sie mit der Bronzemedaille ihre erste internationale Podestplatzierung. Es folgten weitere EM-Medaillen, sowie Teilnahmen bei Weltmeisterschaften und zwei Olympischen Spielen. Zuletzt wurde sie Europameisterin im Turmsynchronspringen.
- Die Vorstandsvorsitzende der Plattform Ernährung und Bewegung Prof. Ulrike **Ungerer-Röhrich** wird mit ihrem Beitrag „Highway to Health“ - Modellprojekte zur Schaffung von Strukturen zur Förderung der Kindergesundheit“ den Vormittag beschließen.

Die vollständigen Berliner Thesen sind im Anhang und unter [www.pebonline.de](http://www.pebonline.de) zu finden.

**Die Plattform Ernährung und Bewegung e. V. (peb)** ist ein Zusammenschluss von Politik, Wirtschaft, Wissenschaft, Sport, Eltern und Ärzten. Rund 100 Partner setzen sich aktiv für eine ausgewogene Ernährung und mehr Bewegung als wesentliche Bestandteile eines gesundheitsförderlichen Lebensstils bei Kindern und Jugendlichen ein. Das Thema „Sitzender Lebensstil“ wird von peb seit mehreren Jahren bearbeitet und kommuniziert.