



plattform
ernährung und
bewegung e.v.

Ohne Eltern geht es nicht!

6. fit4future-Kongress nimmt das Thema Elternkommunikation und Gesundheitsförderung in den Fokus

Berlin, September 2018 – Vom 08. bis 11. Oktober 2018 findet der sechste fit4future-Kongress der **Cleven-Stiftung und der planero GmbH** in Bad Griesbach statt, der in Kooperation mit der **Plattform Ernährung und Bewegung (peb)** als strategischem und inhaltlichem Partner sowie mit der DAK-Gesundheit als Kompetenzpartner ausgerichtet wird. Schirmherrin ist die Bayerische Staatsministerin für Gesundheit und Pflege, Melanie Huml. Inhaltlicher Fokus des dreitägigen Kongresses wird in diesem Jahr das Thema „Eltern (Kommunikation) als Schlüssel für erfolgreiche Maßnahmen der Gesundheitsförderung“ sein. Der Kongress bildet eine Plattform für Experten und Praktiker aus den Bereichen Erziehung, Ernährung, Sport und Psychologie, um einen intensiven fachlichen Austausch und Vernetzung zu fördern.

Hochkarätige Referenten wie u.a. **Mathias Voelchert**, der eng mit dem dänischen Familientherapeuten **Jesper Juul** zusammenarbeitet oder der Ernährungspsychologe **Prof. Dr. Johann Christoph Klotter** von der Hochschule Fulda, beleuchten in diesem Jahr die Rolle der Eltern. Denn sie sind es, die von Beginn an die wichtigsten Bezugspersonen für ihre Kinder sind und die Verantwortung tragen – nicht nur für ihr gesundes Aufwachsen. Eltern prägen den Tagesablauf der Familie und sind die maßgeblichen Orientierungspunkte für ihre Kinder. „Insbesondere in den ersten Lebensjahren nehmen Eltern maßgeblich Einfluss darauf, was und wann gegessen wird, wie Entspannung und Schlaf in den Tagesablauf integriert werden und welchen Stellenwert Sport, Spiel, Spaß und Alltagsbewegung haben. Vor diesem Hintergrund gilt es, Eltern bei allen Maßnahmen der Gesundheitsförderung mitzunehmen – und vor allem zu beteiligen!“, so Prof. Dr. Ulrike Ungerer-Röhrich, Vorstandsvorsitzende der Plattform Ernährung und Bewegung e.V. (peb).

Neben dem fachlichen Input von Wissenschaftlern verschiedener Professionen stehen in unterschiedlichen Formaten wie Podiumsdiskussionen oder Workshops alltagsnahe Fragen im Vordergrund wie „Wie lassen sich Konflikte am Esstisch vermeiden und Kinder für eine ausgewogene Ernährung begeistern?“,

**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

„Sind die Kinder automatisch entspannt, wenn die Eltern ausgeglichen sind?“
oder „Warum ist gesunder Schlaf so wichtig?“.

Die Verleihung des fit4future-Awards für herausragende Praxisprojekte wird
auch in diesem Jahr den Abschluss des Kongresses bilden.

„Der fit4future-Kongress bietet Raum und Zeit das jeweilige Kongressthema
aus unterschiedlichen Perspektiven zu betrachten und mit Referenten, Exper-
ten sowie Kongressteilnehmern in den Dialog zu treten. Daher konnten wir den
gemeinsamen Kongress in den vergangenen Jahren als Netzwerk- und Aus-
tauschplattform etablieren, der bei vielen Beteiligten inzwischen einen festen
Platz im Terminkalender hat.“ stellt peb-Geschäftsführer Mirko Eichner fest.

Informationen zum Programm und Anmeldung auf www.pebonline.de und
<https://www.fit-4-future.de/de/events/fit4future-kongress>

Kontakt bei Rückfragen:

Plattform Ernährung und Bewegung e.V. (peb)

Wiebke Kottenkamp

w.kottenkamp@pebonline.de

Tel. 030- 27879765

Wallstraße 65

10179 Berlin

Die Plattform Ernährung und Bewegung e. V. (peb) ist ein Zusammenschluss
von Politik, Wirtschaft, Wissenschaft, Sport, Eltern und Ärzten. Rund 100 Part-
ner setzen sich aktiv für eine ausgewogene Ernährung und mehr Bewegung als
wesentliche Bestandteile eines gesundheitsförderlichen Lebensstils bei Kindern
und Jugendlichen ein.