

Pressemitteilung

Langfristige Präventions-Kampagne gestartet

Landeshauptstadt und BARMER wollen die Magdeburger bewegen

Magdeburg, 2. Mai 2017 - Wie kann man die Bewegungsfreude und einen gesundheitsbewussten Lebenswandel der Magdeburger fördern? Wie lassen sich Jung und Alt in Bewegung bringen, sei es beim Walken, Laufen, Radfahren oder in Mannschaftssportarten? Das sind zentrale Fragen, die die Landeshauptstadt Magdeburg und die BARMER mit der Präventionskampagne „Magdeburg bewegt sich!“ beantworten wollen. Die Kooperation wurde mit der Entscheidung des Oberbürgermeisters Dr. Lutz Trümper zu Jahresanfang begonnen und erstreckt sich zunächst über ein Jahr, wissenschaftlich begleitet wird sie von der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg. Mit „Magdeburg bewegt sich!“ will die BARMER ganz gezielt Strukturen zur Gesundheitsförderung im Sinne des Präventionsgesetzes fördern. Für dieses Projekt stellt die BARMER in den kommenden 12 Monaten mehr als 40.000 Euro zur Verfügung. Magdeburg ist eine von bundesweit zwei Städten, mit denen die BARMER diese Kooperation als Pilotprojekt durchführt.

„Wir haben zunächst ein kommunales Bündnis mit Verantwortlichen aus Kitas, Schulen, Unternehmen, Sportvereinen, Verwaltung und Politik gegründet. Hier werden in regelmäßigen Treffen gemeinsame Handlungsansätze lokalisiert, diskutiert und zu Entscheidungen geführt, die in der Landeshauptstadt bessere Voraussetzungen für mehr Bewegung und gesunden Lebenswandel schaffen sollen“, sagt der Magdeburger BARMER-Hauptgeschäftsführer Thomas Flieger. Dabei wird auch erfasst, ob und in welcher Form die Lokalpolitik Sport und Bewegungsförderung auf der Agenda hat. „Durch den moderierten Austausch aller Akteure gibt es einen Blick über den eigenen Tellerrand hinaus. So entsteht ein gemeinsames Verständnis der Sache und damit eine fundierte und nachhaltige Entscheidungsgrundlage“, so Flieger.

Als Stadt mit einer großen Sporttradition, vielen Parks, Schwimmhallen und Sportvereinen hat Magdeburg eigentlich gute Voraussetzungen für Sport und Gesundheitsförderung. Dennoch sind bei den Magdeburgern – wie auch landesweit – Übergewicht, Diabetes, Kreislauf- und Stoffwechselkrankheiten

Landesvertretung

Sachsen-Anhalt

Postanschrift
39086 Magdeburg

www.barmer.de/presse-sachsen-anhalt
www.twitter.com/BARMER_ST

Thomas Nawrath
Landespressesprecher
Tel.: 0391 – 56 93 83 30
Mob.: 0170 – 30 87 065
thomas.nawrath@barmer.de

überdurchschnittlich häufig verbreitet. Und das hat nach Einschätzung von Medizinern und Gesundheitsexperten auch damit zu tun, dass sportliche Betätigung und gesunde Ernährung in vielen Familien ein stiefmütterliches Dasein erleben. Thomas Flieger ergänzt: „Leider steigt die Zahl übergewichtiger Kinder bereits im Kita-Alter. Hier gilt es, mit einer besseren Vernetzung bestehender Angebote und neuen Ideen die Magdeburger aller Generationen nachhaltig zu bewegen.“

„Prävention ist eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Und wenn wir langfristig etwas ändern wollen, dann müssen wir die Menschen da abholen, wo sie leben, lernen oder arbeiten, in ihren Lebenswelten. Deshalb haben wir beim Kommunalen Bündnis mit der BARMER von Anfang an Kindereinrichtungen, Schulen, Hochschulen und Unternehmen eingebunden.“ sagt Dr. Eike Hennig, Leiter des Gesundheitsamtes der Stadt Magdeburg.

„Durch die regionale Gesundheitsförderung in den Lebenswelten können alle Bürger im Alltag erreicht werden, auch die sozial Benachteiligten. Denn leider wird es durch Studien immer wieder bestätigt, dass der soziale Status einen merklichen Einfluss auf Gesundheit und Lebenserwartung hat.“

Zum Hintergrund

Körperliche und sportliche Aktivität kann das Risiko verringern, an Krankheiten wie Diabetes mellitus, Osteoporose, Depressionen, Brust- oder Darmkrebs zu erkranken. Zudem beugt regelmäßige Bewegung gesundheitlichen Risikofaktoren wie Adipositas (Fettleibigkeit) vor. Besondere Bedeutung haben körperliche Aktivitäten auch mit Blick auf die Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, die in Deutschland Todesursache Nummer eins sind. Von den positiven physischen und psychischen Effekten von regelmäßiger Bewegung profitieren Menschen jeder Altersgruppe. So ist nachgewiesen, dass regelmäßiger Sport und Bewegung an frischer Luft zu einem Rückgang von Schlafproblemen, Kopfschmerzen und psychischen Erkrankungen wie ADHS führen.

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt Erwachsenen, wöchentlich mindestens 2,5 Stunden mäßig anstrengend oder mindestens 75 Minuten sehr anstrengend körperlich aktiv zu sein. An mindestens zwei Tagen pro Woche sollten die großen Muskelgruppen gekräftigt werden. Laut Robert-Koch-Institut sind in Deutschland jedoch lediglich knapp 40 Prozent der 18- bis 64-Jährigen und etwa 28 Prozent der 3- bis 17-Jährigen ausreichend aktiv.