

Vorwort

Nunmehr zum dritten Mal findet ein Kinderkongress hier in Karlsruhe statt, diesmal der Kinderturn-Kongress „Kinder bewegen, besser essen – SynEnergien nutzen“.

Ernährung und Bewegung – Essen und Trinken sowie Springen, Rennen, Hüpfen – alles macht Kindern Spaß. Doch die Verlockung, falsch und zuviel zu essen und die Freizeit überwiegend sitzend zum Beispiel vor dem Fernseher und Computer zu verbringen, ist unter den heutigen Lebensbedingungen groß. Die Folgen sind auch bei Kindern immer öfter Übergewicht oder Adipositas. Immer häufiger erkranken bereits Kinder an lebensstilbedingten Krankheiten, wie etwa Diabetes mellitus Typ 2.

Welche Faktoren beeinflussen das Ernährungsverhalten von Kindern und Jugendlichen? Wie kann man auf verschiedenen Handlungsfeldern einen gesunden Ernährungsstil fördern? Welche Rolle spielt Bewegung bzw. Bewegungsmangel für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen? Wie lässt sich das Bewegungsverhalten beeinflussen?

Es ist Anspruch und Aufgabe dieses Kongresses, dazu beizutragen, dass die Qualität und Quantität von Energieaufnahme und Energieverbrauch bei Kindern wieder in ein vernünftiges Gleichgewicht gebracht werden. Dass die Freude an Bewegung erhalten bleibt und das Interesse an gesunden – und dabei leckeren – Nahrungsmitteln geweckt wird. Dazu gibt es viele Ideen, zahlreiche Modelle und erprobte Beispiele. Beim Kongress haben die Akteure die Möglichkeit, sich auszutauschen, neue Kooperationswege zu suchen und Synergien zu nutzen. Es wird höchste Zeit, dass längerfristige und nachhaltigere Erfolge erzielt werden. Ernährungsbildung und Bewegungsförderung sind kein Selbstzweck, sondern lebenswichtig für alle Kinder.

Wir bedanken uns bei allen Partnern und Sponsoren, die diese Veranstaltung ermöglicht haben.

Ein besonderer Dank gilt dem Kongress-Team unter der Leitung von Sarah Baadte mit Marc Fath, Kristine Gramkow, Florian Rauch und allen weiteren fleißigen Helfern im Hintergrund für ihre engagierte Arbeit bei der Vorbereitung des Kongresses.

Karlsruhe, März 2009

Die Herausgeber