



Bundesministerium für  
Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

Bundesministerium  
für Gesundheit

**in FORM**  
Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung  
und mehr Bewegung



**IN FORM –**

**Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung  
und mehr Bewegung**

**Martin Köhler**  
Unterabteilungsleiter  
Bundesministerium für Ernährung,  
Landwirtschaft und Verbraucherschutz

# I. Ausgangslage

## Erwachsene:

- 37 Millionen Erwachsene in Deutschland sind übergewichtig (51% Frauen, 66% Männer)
- Jeder fünfte Bundesbürger ist adipös, d.h. hat einen BMI von über 30 ( ein BMI von 19 bis 24 gilt als normalgewichtig)
- Nur 8 % können ihren persönlichen Energiebedarf richtig einschätzen
- 63 % der männlichen und 34 % der weiblichen Singles zwischen 20 und 59 Jahren machen sich „nicht sonderlich viele Gedanken was sie essen“
- Für 70 - 80 % ist Bewegungsmangel gelebter Alltag; 37 % der Männer und 38 % der Frauen treiben keinerlei Sport



# I. Ausgangslage

## Kinder und Jugendliche:

- 2 Millionen der Kinder und Jugendlichen sind zu dick (15%)
- Motorische Leistungsfähigkeit in den letzten Jahren um 10 % verschlechtert
- Anteil fettleibiger Mädchen hat sich von 2001 bis 2006 fast verdoppelt
- 74 % der Oberstufenschüler können nach eigenen Angaben nicht kochen



# I. Ausgangslage

## Folgen:

- Krankheiten, die durch die Ernährung mit verursacht sind, nehmen zu
- Die Betroffenen/Patienten werden immer jünger (Typ 2 Diabetes ist kein „Altersdiabetes“ mehr, sondern eine Volkskrankheit)
- Einschränkung der Lebensqualität bis hin zu einer verminderten Lebenserwartung
- Kostenexplosion im Gesundheitssystem (30 Milliarden alleine für Diabetes) und Belastung für Volkswirtschaft (mehr Fehltage, geringere Leistungsfähigkeit)



# I. Ausgangslage

85%

der Deutschen können Wunsch und Wirklichkeit  
gesunder und ausgewogener Ernährung nicht in Einklang bringen.

(Quelle: Nestlé Studie 2009 „So is(s)t Deutschland“ )



# I. Ausgangslage

## Die Folge: Die Energiebilanz stimmt nicht

Das Verhältnis von Energieaufnahme (Ernährung) und Energieverbrennung (Bewegung) stimmt nicht mehr =  
Zu energiereiche Nahrung bei zu wenig Bewegung



## II. IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung

Das **Bundeskabinett** hat im Juni 2008 den **Nationalen Aktionsplan** zur Prävention von Fehlernährung, Bewegungsmangel, Übergewicht und damit zusammenhängenden Krankheiten beschlossen.

- Erstmals eine **Gesamtstrategie des Bundes** unter gemeinsamer Federführung BMELV und BMG in Zusammenarbeit mit allen **relevanten Akteuren**
- Lang angesetzte **Laufzeit bis 2020** statt kurzfristiger Aktionen



### **III. Ziele von IN FORM**

1. Erwachsene sollen gesünder leben, Kinder gesünder aufwachsen und von einer höheren Lebensqualität und einer gesteigerten Leistungsfähigkeit in Bildung, Beruf und Privatleben profitieren.
2. Krankheiten, die durch einen ungesunden Lebensstil mit einseitiger Ernährung und Bewegungsmangel mit verursacht werden, sollen zurückgehen.

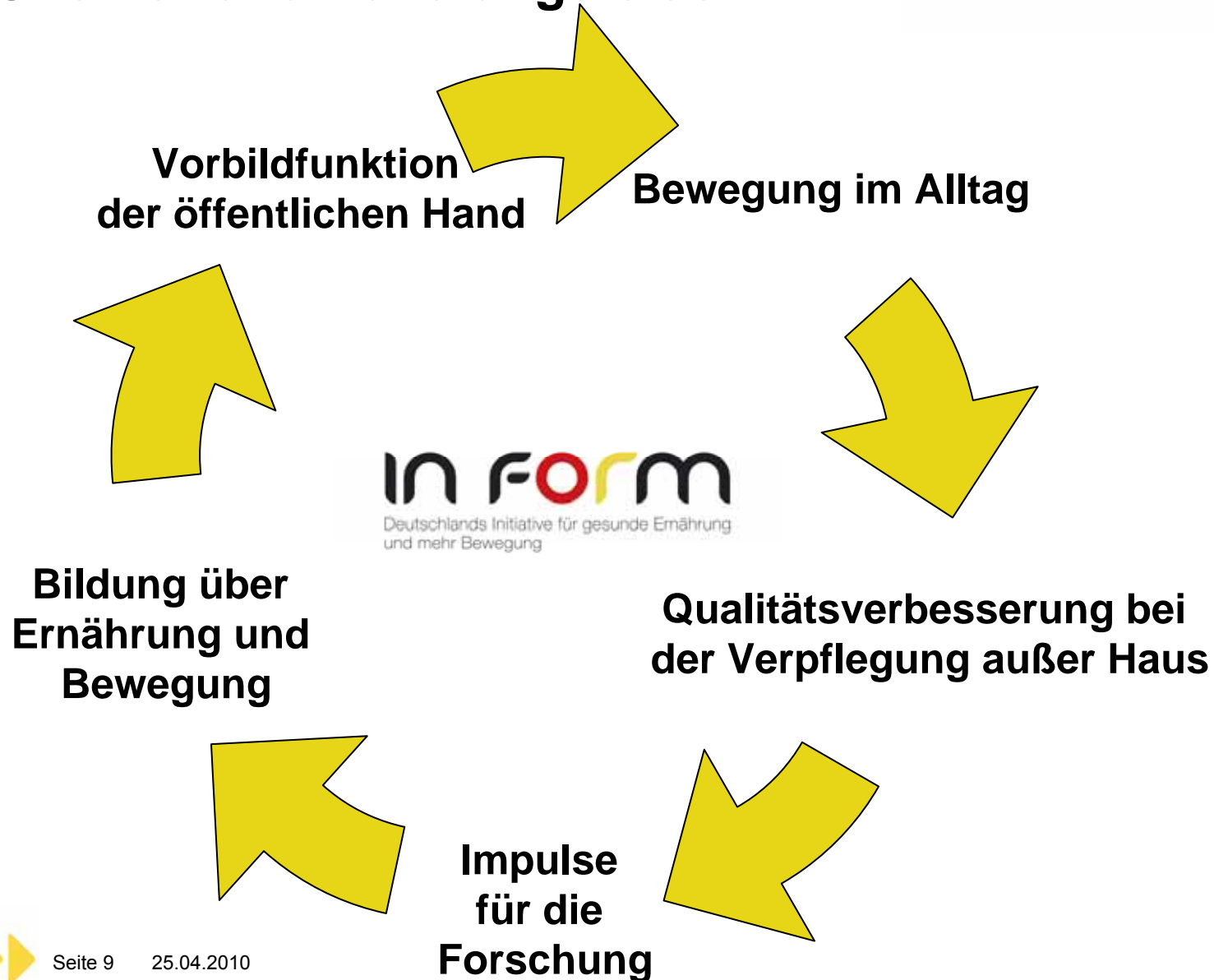


**Umkehr des Trends zu Fehlernährung  
und Bewegungsmangel bis 2020 !**

**Vision: Ein gesunder Lebensstil der Bevölkerung ist gelebter Alltag**



## IV. Struktur und Handlungsfelder



## V. Wie funktioniert IN FORM?

- **Motivation und Überzeugung** statt Vorschriften und Reglementierung
- Eine große „Ernährungs-Bewegung“ für **alle Menschen in ihren Lebenswelten** (Kita, Schule, Arbeitsplatz, Stadtteil, Familie, Freizeit)
- Einheitliche **Qualitätsstandards** und **einheitliche Ernährungs- und Bewegungsempfehlungen**



## V. Wie funktioniert IN FORM?

- **Zentrales Dach**, unter das sich Akteure subsumieren können; gute Ansätze werden identifiziert, vernetzt und gebündelt
- Alleine rund **70 Modellprojekte, Kampagnen und Aktivitäten** mit verschiedensten individuell angepassten Maßnahmen und spezifischen Zielgruppen und Themenfeldern laufen seitens BMELV unter dem Dach von IN FORM



Motto:

# Jeder Anfang zählt!

**So macht IN FORM kommen  
Spaß!**



# VI. Maßnahmen

## Beispiele für Handlungsfeld 4

### Qualitätsstandards für die Verpflegung außer Haus

Qualitätsstandards für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder wurden im April 2009 veröffentlicht



---

**Qualitätsstandards für die Schul- und Betriebsverpflegung** wurden beide im August/September 2009 überarbeitet



---

Qualitätsstandards für die Verpflegung in Senioreneinrichtungen wurden im September 2009 veröffentlicht



# VI. Maßnahmen

## Weitere Beispiele



Küchen für Deutschlands Schulen: Pilotküchen sind bereits eingerichtet



□

### 16 Vernetzungsstellen zur Schulverpflegung

#### Aufgaben:

- Unterstützung bei der Umsetzung der Qualitätsstandards
- Aufbau eines Informations- und Kommunikationsnetzwerk
- Vernetzung im Bereich Schul- und Kitaverpflegung



### Der AID Ernährungsführerschein - ein Erfolgskonzept

- Medienpaket **8.000** x bestellt
- Einsatz von **270** Landfrauen und **120** Gesundheitsförderern
- Bisher haben **50.000** Kinder den Ernährungsführerschein erworben
- Bis 2011 werden **135.000** Kinder erreicht
- In Planung: Modul für Klassen 5 und 6



## VII.Ausblick

### 1. Entwicklung von Qualitätsstandards

- für Rehakliniken und Krankenhäuser
- Essen auf Rädern

### 2. Logo für Projekte und Maßnahmen anderer Akteure – „unterstützt die Ziele von IN FORM“

- Kriterien für die Vergabe und Fragebogen werden erarbeitet
- Bewerbung voraussichtlich ab Frühjahr 2010 möglich

### 3. [www.in-form.de](http://www.in-form.de)

- regelmäßige Schwerpunktthemen
- Einbindung der Akteure
- Newsletter





## Hauswirtschaft bringt IN FORM

- die Vielfältigkeit der Hauswirtschaft bietet Chancen der Vernetzung
- Hauswirtschafter/innen sind wichtige Multiplikatoren
- Hauswirtschafter/innen erreichen eine breite Zielgruppe



## Zusammenfassung: Das kann IN FORM!

- Mit gutem Beispiel voran – Bund, Länder und Kommunen
- Rundum informiert – verlässliches Wissen für den Alltag
- Jeder Schritt ist ein guter Anfang – Bewegung im Alltag
- Gesund essen – auch unterwegs
- Schritt für Schritt zu neuen Erkenntnissen – durch Forschung

**Nicht vergessen: Besuchen Sie uns auf [www.in-form.de](http://www.in-form.de) !**



Bundesministerium für  
Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

Bundesministerium  
für Gesundheit

**in FORM**  
Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung  
und mehr Bewegung

# Vielen Dank!

## Viel Erfolg bei Ihrer Fachtagung!

