

**Eröffnung des „Jugendgesundheitstages 2006“
am 11. Oktober 2006 um 10.30 Uhr
durch Herrn Dr. Reinhold Kassing**

Sehr geehrte Frau Jabs-Kiesler,
sehr geehrte Damen und Herren,
sehr geehrte Gäste des Jugendgesundheitstages.

Gesund leben – weil's Freude macht! Oder, um es in
der Sprache der Jugendlichen zu sagen: Fit - 'is mein
Slogan.

Gesundheit ist leider keine Selbstverständlichkeit. Ge-
sundheit hat keinen Autopiloten, den man einfach ein-
schalten kann. Für unsere eigene Gesundheit können
wir aber selbst eine ganze Menge tun.

Und genau **das** möchten wir gerne den vielen Kindern
und Jugendlichen hier vor dem Dom am heutigen Tage
anschaulich in Workshops, Life-Präsentationen und
vielen Dingen zum Ausprobieren und Mitmachen näher
bringen.

Im Namen des Landkreises Osnabrück möchte ich Sie
recht herzlich zu unserem diesjährigen Jugendgesund-
heitstag willkommen heißen.

Den letzten Jugendgesundheitstag haben wir vor 2
Jahren im Landkreis und zwar in der Stadt Melle aus-
gerichtet. Es war ein „Bomben-Erfolg“. Die Nachfrage
war teilweise so groß, dass wir nicht alle interessierten
Kinder in den Zelten unterbringen konnten.

Und auch hier in Osnabrück zeichnet sich durch die vielen Voranmeldungen eine gewaltige Nachfrage ab. Also bin ich zuversichtlich, dass unser Organisationssteam mit dem bunten Strauß von Themen wie Fitnesdrinks über Piercings und Tattoos bis hin zur Kariesprophylaxe auch in diesem Jahr mit dem Informationsangebot wieder ins Schwarze getroffen hat.

In dieser Stelle möchte ich ganz besonders den beiden Projektleiterinnen, Frau Rosensträter-Harig und Frau Schwertmann-Nicolay, ein Kompliment für die tolle Organisation machen.

Und das, obwohl eine der beiden Damen – ich sage jetzt extra keinen Namen – eventuelle sogar noch in dieser Woche zwei neue potenzielle Teilnehmer

zukünftiger Jugendgesundheitstage auf die Welt bringen wird ...

Meine Damen und Herren,
Landkreis und Stadt Osnabrück verfolgen mit dem Jugendgesundheitstag ein wichtiges Ziel: Nämlich die Gesundheit unserer Kinder so früh wie möglich zu fördern.

Eine alte Volksweisheit besagt: „Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr.“

Deshalb fordern wir bereits die Zielgruppe der Kinder und Jugendlichen zu einem aktiven Lebensstil auf.

Wir unterstützen Kinder und Jugendliche auf ihrem Weg zu einem gesunden Lebensstil, ohne sie zu beormunden und definieren sie als kompetente Partner in gesundheitlichen Fragen.

Immer Jugendgesundheitstag informiert und motiviert.

Wir weckt in den Kindern die eigene Kreativität und zeigt dabei: Gesunde Lebensweise muss weder fad noch anstrengend sein. Sie kann sogar viel Freude machen.

Vielleicht lassen Sie mich an dieser Stelle nur kurz auf ein paar besorgniserregende Gesundheitsaspekte bei Kindern und Jugendlichen hinweisen.

Da ist zum einen das Übergewicht.

(Scherzhafte Anmerkung:) Ich weiß, dass ich selber „etwas“ von meinem Idealgewicht entfernt bin.

Aber leider ist es Fakt, dass auch immer mehr Kinder und Jugendliche zu viel wiegen.

Zu viele Kalorien, zu wenig Bewegung: Folge Übergewicht!

Allein 33 % der Deutschen Jugendlichen leiden unter Übergewicht. Und Übergewicht hat die unterschiedlichsten Gründe, wie falsche Ernährung, Bewegungsmangel, psychische Ursachen, aber auch die genetische Veranlagung.

etzt gibt es immer wieder Leute die sagen: Übergewichtig – ja und? Wo ist das Problem? Ein übergewichtiges Kind sieht vielleicht „dick“ aus, aber wenn es sich so wohl fühlt ...

leider können wir es uns aber nicht so einfach machen und als Gesellschaft einfach wegsehen. Denn Übergewicht kann ernsthafte Folgeerkrankungen wie Diabetes Mellitus oder auch vorzeitigen Gelenkverschleiß sowie auch große psychische Probleme bei einem Kind nach sich ziehen.

Übergewichtige Kinder werden gehänselt und dann schnell zu Außenseitern.

Einer Studie der Stiftung Adipositas nach zu urteilen, liegen die Folgekosten in Deutschland jährlich bei ca. 70 Mrd. €. Tendenz steigend!

Wenn wir nicht rechtzeitig handeln und Kindern nicht vorleben, wie man sich gesund ernährt, dann werden sich unsere gesellschaftlichen Probleme noch verschärfen.

In einigen persönlichen Gesprächen mit Sportlehrern habe ich erfahren, dass noch nie so viele Kinder motorisch so auffällig waren wie heute. Probleme tauchen schon bei den Grundfertigkeiten wie Laufen, Klettern, Werfen oder auch Springen auf.

Von 5 Kindern schaffen 4 keinen Klimmzug mehr. Vor 10 Jahren war das Verhältnis noch umgekehrt.

Das Hauptproblem ist der Bewegungsmangel.

Die Schuljugend ist leider heute durch ständiges Sitzen geprägt: Schulbus – Unterricht – Hausaufgaben – und in der Freizeit Computer oder Fernsehen. Echte Bewegung erfolgt bei einigen Kindern zusammengerechnet nur in 30 Minuten pro Tag.

Wer kann da fit und gesund bleiben?

Kinder müssen klettern, Ball spielen und ihren Bewegungsdrang ausleben. Wie sollen sie sonst ein gesun-

des Verhältnis zwischen Verstand und Körper entwickeln?

„Starke und gesunde Kinder“ – das ist mein größter Wunsch und mein zentrales Anliegen für unser Osnabrücker Land.

Und deshalb richte ich den Fokus unseres Gesundheitsdienstes für Stadt und Landkreis Osnabrück auch nicht nur auf gesunde Ernährung und gesunde Zähne. Nein!

Auch Such- und Drogenprävention gehören für mich dazu.

Meine sehr geehrten Damen und Herren,

Die offiziellen Zahlen schockieren mich:

- Rund 20 % aller Jungen und Mädchen rauchen und diese Zahl hat sich allein in den vergangenen 5 Jahren nahezu verdoppelt!
- Und beim Alkohol wird es noch dramatischer: 40 % der Jungen und 26 % der Mädchen trinken **regelmäßig** Alkohol.

Das löst eine ganze Lawine von Schäden aus. Deshalb ist es wichtig, unsere Jugend vor Sucht zu bewahren.

Wissen Sie, glauben Sie, dass ich lebensfremd bin: Meine beiden ältesten Töchter sind 15 und 13 Jahre alt.

Zigaretten sind die Einstiegsdroge Nr. 1!

Je früher Jugendliche in das Rauchen einsteigen, desto gravierender sind die Folgen. Und das Einstiegsalter sinkt dramatisch. Es liegt aktuell bei Jungen und Mädchen bei gut 11 Jahren.

Genau deshalb setzen wir mit dem Jugendgesundheitstag hier auch auf Aufklärung.

Alkoholmissbrauch ist die zweite große Gefahr!

Etliche 16 bis 17jährige trinken täglich riskante Mengen Alkohol. Und mitverantwortlich sind auch die sogenannten Alcopops. Sie sind süß und geschmacklich scheinbar harmlos. Aber in jeder Flasche steckt ein „doppelter“ Schnaps.

Meine Damen und Herren,
in Gesundheitswesen mit Zukunft muss die Jugend-
gesundheit stärker fördern. Und dies am besten von
Einrichtungen und Initiativen, mit denen sich unsere
Jugend gern identifiziert.

Jugendliche suchen Vorbilder und haben Idole, denen
sie nacheifern. Deshalb haben wir z.B. die Basketballer
der Artland Dragons und die Fußballer des VfL Osna-
brück für eine Kampagne gegen Qualm motiviert.

Bitte tragen auch Sie die Idee unseres Jugendgesund-
heitstages in Ihre Schulen, in Ihre Heimatgemeinde, in
Einrichtungen aller Art.

Gesunde Kinder von heute – sind die gesunde Gesell-
schaft von morgen!

Die Förderung der Jugendgesundheit ist eine Investiti-
on in die Zukunft. Und der Landkreis investiert in seine
Zukunft!

Ich wünsche Ihnen einen sehr informativen Tag.