

# 1. Regionale Fachkonferenz

## NRW Bewegt IN FORM:

### Bewegung und Ernährung – vernetzt

Auch in Nordrhein- Westfalen gelten immer mehr Männer und Frauen, Kinder und Jugendliche mittlerweile als übergewichtig. Vorliegende Zahlen aus Schuleingangsuntersuchungen sind alarmierend: 11,2 Prozent der Schulanfänger sind zu dick, fast die Hälfte davon bereits fettsüchtig, mit zunehmender Tendenz. Dieser Trend ist nicht nur eine Belastung für jede und jeden einzelnen, sondern auch für den Generationenvertrag und unser Gesundheits- und Sozialsystem. Das unterstreicht den besonderen Handlungsbedarf.

Mit 5 regionalen Fachkonferenzen im Rahmen der der Landesinitiative **NRW IN FORM** will die Landesregierung Anreize und Hilfestellung bieten, wie man mit ausreichender Bewegung kombiniert mit ausgewogener Ernährung - auch in kleinen Schritten- zu einer Änderung des Lebensstils und so zu mehr Gesundheit und Lebensqualität gelangen kann.

Kennzeichen der der Veranstaltungsreihe ist die Ausgewogenheit von Theorie und erfolgreichen Beispielen aus der Praxis. Sie

- stellt aktuelle Entwicklungen und Erkenntnisse zu Bewegung und Ernährung vor,
- thematisiert die „Überwindung des inneren Schweinehundes“
- und beantwortet kompetent Fragen zur optimalen Vernetzung von Sport- und Ernährungsstrukturen.

Träger sind das Ministerium für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport, der Landessportbund und das Strategiezentrum Gesundheit|Gesundheitscampus NRW. Kooperationspartner sind das Ministerium für Klimaschutz, Umwelt, Landwirtschaft, Natur- und Verbraucherschutz, der KreisSportBund Borken und der Kreis Borken.

Zur 1. Regionalen Fachkonferenz in Nordrhein-Westfalen laden wir Sie herzlich nach Borken ein. Diskutieren Sie mit uns über den Stellenwert von Bewegung und Ernährung unter aktuellen Blickwinkeln der Wissenschaft. Betrachten Sie die psychologischen Seiten „unseres Verhaltens“. Informieren Sie sich über Handlungsempfehlungen und Beispiele guter Praxis und lassen Sie sich zu einer besseren Vernetzung mit anderen Akteurinnen und Akteuren im Handlungsfeld motivieren.

Wir würden uns freuen, wenn Sie mit uns einen Beitrag zur Veränderung der Lebensgewohnheiten und zum Wohlergehen der Menschen in unserem Land leisten würden.

# Programm

Freitag, 19. November 2010

Kreishaus Borken

Moderation: Anke Feller, SWR

## Am Vormittag

10:00 Uhr **Anreise / Anmeldung / Stehempfang**

10:30 Uhr **Begrüßung und Eröffnung**

- Prof. Klaus Schäfer, Staatssekretär im Ministerium für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport des Landes NRW
- Walter Schneeloch, Präsident des Landessportbundes NRW
- Dr. Ansgar Hörster, Kreisdirektor des Kreises Borken

10:45 Uhr **Aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse über Bewegung und Ernährung sowie der Psychologie der Verhaltensänderung**

Prof. Dr. Dr. Winfried Banzer, Uni Frankfurt

**Input „Bewegung und Ernährung“**

**Empfehlungen aus Sicht der Sportmedizin**

11:05 Uhr Prof. Dr. Helmut Heseke, Uni Paderborn

**Input „Ernährung und Bewegung“**

**Empfehlungen aus Sicht der Ernährungsmedizin**

11:25 Uhr **Talkrunde**

**Bewegung und Ernährung – vernetzt**

**Was sind die ‚richtigen‘ Empfehlungen?**

Mit Fragen aus dem Publikum

11:40 Uhr **Bewegte Pause**

Ulrich Kuhnt, Hannover

11:50 Uhr Dr. Arno Schimpf, Edingen  
Psychologe, Sportwissenschaftler, Mental-Coach der Hockey-Nationalmannschaft u. Frauenfußball-Nationalmannschaft u.a.

**Input „Sind Bewegungs- und Ernährungsverhalten beeinflussbar?“**

**Methodische Praxis: „Beeinflussung des Verhaltens durch Schulung der mentalen Kompetenz“**

Aktion mit dem Publikum

12:40 Uhr **Mittagspause**

Markt der Vernetzung – Institutionen stellen sich mit ihren Projekten vor – aktive Vernetzung

## Am Nachmittag

14:00 Uhr **Sport- und Ernährungsstrukturen als Möglichkeit zur Vernetzung**

14:15 Uhr **Beispiele zur institutionellen und inhaltlichen Vernetzung vor Ort – Wie geht das?**

- ‚Unser Verein in Form‘  
Bernd Ahlers, Kneipp-Verein Gronau e. V.
- ‚Gesund aufwachsen in Berg Fidel‘  
Christine Menke,  
Gesundheitsamt Münster

14:45 Uhr **Sportpolitik trifft Akteure/Akteurinnen vor Ort Tipps zur erfolgreichen Vernetzung vor Ort Sie fragen, wir antworten!**

- Werner Stürmann, Abteilungsleiter Sport, Sportstätten im Ministerium für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport des Landes NRW
- PD Dr. Andreas Meyer-Falcke, Leiter des Strategie zentrums Gesundheit|Gesundheitscampus NRW
- Joachim Sommer, Vorstandsmitglied des Landessportbundes NRW
- Projektleitungen der Beispiele guter Praxis
- Publikum

15:30 Uhr **Ende der Veranstaltung**

Sie erhalten ein motivierendes Geschenk der besonderen Art!

# Anmeldung

Bitte senden Sie Ihre Anmeldung bis zum  
**3. November 2010**  
vorzugsweise **per E-Mail** (Anmeldung per Fax und Post sind  
selbstverständlich auch möglich) an:

## Ministerium für Familie, Kinder, Jugend und Sport des Landes Nordrhein-Westfalen

Carmen Plischke

Abteilung Sport, Sportstätten – Referat Breitensport

Horionplatz 1, 40213 Düsseldorf

Telefon: 0211.871-2426

Fax: 0211.871-162426

E-Mail: carmen.plischke@mfkjks.nrw.de

Website: www.mfkjks.nrw.de

Informationen auch beim **KreisSportBund Borken:**

Waldemar Zaleski, Telefon: 02862.4187941

E-Mail: waldemar.zaleski@ksb-borken.de

Name, Vorname

Institution

Straße/Postfach

PLZ/Ort

Telefon/Fax

E-Mail-Adresse bitte unbedingt angeben

Datum, Unterschrift

- Ja, ich bin damit einverstanden, dass meine nachfolgenden Angaben in einer Netzwerkliste allen Teilnehmenden zur Verfügung stehen.

Die Teilnahme ist kostenfrei. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Nur bei Überbuchung werden Sie benachrichtigt. Teilnahmebestätigungen sind nicht vorgesehen.

# Tagungsstätte und Anfahrt

## Kreishaus Borken

Burloer Straße 93

46325 Borken

Website: <http://www.kreis-borken.de/kreisverwaltung.html>



## Mit ÖPNV

Für eine Anreise zur Kreisverwaltung Borken können Sie in der Regel die Haltestelle „Kreishaus“ auswählen. Bei Verwendung der Buslinie S75 („Sprinterbus“) aus Richtung Bocholt/Rhede oder Münster/Maria-Veen können Sie alternativ die Haltestelle „Nordring“ (+ 10 min. Fußweg) nutzen.

## Mit dem Auto

Eine Anfahrtskizze zum Kreishaus finden Sie unter:  
<http://www.kreis-borken.de/kreisverwaltung/kontakt-anreise/anreise.html>



LANDESPORTBUND  
NORDRHEIN-WESTFALEN



Ministerium für Familie, Kinder,  
Jugend, Kultur und Sport  
des Landes Nordrhein-Westfalen



Gestaltung, Layout, Titelbild: www.naumilkat.com

# Einladung

1. Regionale Fachkonferenz  
NRW Bewegt IN FORM  
Bewegung und Ernährung – vernetzt

**Freitag, 19. November 2010**  
**Kreishaus Borken**

In Kooperation mit:

Ministerium für Klimaschutz, Umwelt,  
Landwirtschaft, Natur und Verbraucherschutz  
des Landes Nordrhein-Westfalen



[www.mfkjks.nrw.de](http://www.mfkjks.nrw.de)