

Wir laden Sie herzlich nach Bielefeld ein:

Erfahren Sie aus sport- und ernährungspsychologischer Sicht, warum Appelle und Wissen allein noch keine Verhaltensänderung bewirken.

Informieren Sie sich über Handlungsempfehlungen der Wissenschaft und Beispiele guter Praxis für die verschiedenen Zielgruppen.

Vernetzen Sie sich mit anderen Akteurinnen und Akteuren im Handlungsfeld.

Denn:

Etwa jeder zweite Erwachsene in Nordrhein-Westfalen ist übergewichtig. Von den Kindern und Jugendlichen bringen 15 Prozent zu viele Kilos auf die Waage, mit steigender Tendenz. Die Folgeerkrankungen sind gravierend und belasten den Generationenvertrag und unser Gesundheits- und Sozialsystem enorm.

Ohne die Bedeutung genetischer, psychosozialer und sozioökonomischer Faktoren bei der Entstehung von Übergewicht und Adipositas außer Acht lassen zu wollen, wissen wir doch eines heute sicher: Die Ursachen liegen vielfach im Bewegungsmangel und in falschen Ernährungsgewohnheiten.

Die 2. Regionale Fachkonferenz Bewegung und Ernährung – gezielt! im Rahmen der Veranstaltungsreihe NRW Bewegt IN FORM nimmt diesmal schwerpunktmäßig die verschiedenen Zielgruppen der Gesellschaft in den Blick. Das Programm ist durch die Ausgewogenheit von Theorie und erfolgreicher Praxis gekennzeichnet.

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

Anmeldung

Bitte melden Sie sich **online** bis zum

1. März 2011 unter folgender Adresse an:

<http://veranstaltungen.mfkjks.nrw.de> (ohne www.)

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Die Teilnehmezahl ist auf 200 Personen begrenzt.

Sie erhalten eine Anmeldebestätigung.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an:

Carmen Plischke

Ministerium für Familie, Kinder
und Jugend, Kultur und Sport
des Landes NRW

Tel.: 0211/871-2426

Mail: carmen.plischke@mfkjks.nrw.de



Tagungsstätte

Ravensberger Spinnerei, Großer Saal (VHS Bielefeld)

Ravensberger Park 6, 33607 Bielefeld,

Tel.: 0521/96688-0

info@ravensberger-park.de

www.ravensberger-park.de/index.html

Anfahrtsbeschreibung

www.ravensberger-park.de/kontakt/kontakt.html

Mit ÖPNV

Der Fußweg vom Bahnhof zu Ravensberger Spinnerei beträgt 10 – 15 Minuten.

Mit dem Auto

Achtung: Navigationsadresse: Hermann-Delius-Str.
Dort ist das Parkhaus.

In Kooperation mit:

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



Ministerium für Gesundheit,
Emanzipation, Pflege und Alter
des Landes Nordrhein-Westfalen



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



Einladung



NRW Bewegt IN FORM
Bewegung und Ernährung –
gezielt!



Lebensbildung

2. Regionale Fachkonferenz
Freitag, 11. März 2011
Ravensberger Spinnerei
VHS Bielefeld



LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



www.mfkjks.nrw.de



Moderation: Anke Feller, SWR

Am Vormittag

10:00 Uhr Anreise/Anmeldung/Stehempfang

10:30 Uhr Eröffnung und Begrüßung

- ⊙ **Werner Stürmann,**
Abteilungsleiter Sport, Sportstätten
im Ministerium für Familie, Kinder,
Jugend, Kultur und Sport NRW
- ⊙ **Detlef Helling,**
Bürgermeister der Stadt Bielefeld

**10:40 Uhr Motivation zu ausreichender Bewegung
und gesunder Ernährung**

Interview mit
**Univ.-Prof. mult. Dr. med. Dr. h. c. mult.
Wildor Hollmann,**
Deutsche Sporthochschule Köln

**11:00 Uhr Bewegungs- und Ernährungsverhalten
aus Sicht der Wissenschaft und Praxis
PD Dr. Thomas Ellrott,**

Universität Göttingen
Institut für Ernährungspsychologie

**Input: „Barrieren für die Änderung
des Essverhaltens“**

11:40 Uhr Bewegte Pause

mit Ulrich Kuhnt, Hannover

11:50 Uhr Dr. Arno Schimpf, Edingen
Psychologe und Sportwissenschaftler,
Mental-Coach u. a. Hockey-National-
mannschaft, Frauenfußball-National-
mannschaft

**Input „Wann ist das Bewegungs-
verhalten beeinflussbar“?**

**Methodische Praxis: „Beeinflussung
des Verhaltens durch Schulung der
mentalenen 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 Vernetzung braucht Wissen um
Sport- und Ernährungsstrukturen**

Interview mit
Bärbel Dittrich,
Vizepräsidentin
,Breitensport/Sporträume'
des Landessportbundes NRW
Harry von Bargaen,
Referatsleiter im Ministerium für
Klimaschutz, Umwelt, Landwirtschaft,
Natur- und Verbraucherschutz NRW

**14:10 Uhr Sportstrukturen
Filmische Darstellung
Ernährungsstrukturen**

Monika Vogelpohl,
Verbraucherzentrale NRW

14:25 Uhr Workshops in Theorie und Praxis

Motto: Bewegung und Ernährung
zielgruppenspezifisch

Workshop 1: Zielgruppe Ältere

- ⊙ **Gunnar Geuter,**
Zentrum für Bewegungsförderung NRW
- ⊙ **Anke Borhof,**
Landessportbund NRW

**Workshop 2: Zielgruppe Erwachsene
in der Ausbildungs- und Berufsphase**

- ⊙ **Kathrin Bührmann,**
- ⊙ **Uli Kussin,**
Landeskonferenz Hochschulsport NRW

**Workshop 3: Zielgruppe
Kinder und Jugendliche**

- ⊙ **Dr. Klaus Balster,**
- ⊙ **Angela Buchwald-Röser,**
Landessportbund NRW

**Workshop 4: Zielgruppe Menschen
mit Zuwanderungsgeschichte**

- ⊙ **Ahmet Kimil,**
Projekt MiMi NRW
- ⊙ **Kamuran Sezer,**
futureorg Institut

**Workshop 5: Zielgruppe
Männer und Frauen**

- ⊙ **Christiane Droste,**
- ⊙ **Christian Raschke,**
GenderPlus Berlin

16:20 Uhr Fazit und Ausblick

PD Dr. Andreas Meyer-Falcke,
Leiter des Strategiezentrums
Gesundheit | Gesundheitscampus NRW

16:30 Uhr Ende der Veranstaltung

Sie erhalten ein motivierendes
Geschenk der besonderen Art.