

23.01.2025

## 9. Stellungnahme des ExpertInnenrats „Gesundheit und Resilienz“

### Gesunde Kinder und Jugendliche, resiliente Gesellschaft: Investieren in faire Chancen und gesunde Lebensumwelten

In Deutschland leben 14,3 Millionen Kinder und Jugendliche. Ihre Gesundheit prägt nicht nur ihre gesamte individuelle Lebensspanne, sondern beeinflusst auch die Gesellschaft als Ganzes: Denn sie beeinflusst ihre aktuelle und künftige soziale und wirtschaftliche Teilhabe und bildet damit eine Grundlage für eine resiliente, zukunftsfähige Gesellschaft.

Gesundheitsförderung bei Kindern und Jugendlichen ist daher eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe, die weit über die Förderung individueller Verhaltensänderungen hinausgeht. Sie erfordert Maßnahmen in allen Politikbereichen sowie das Engagement aller Akteure, die Verantwortung für Kinder und

**Jugendliche tragen – von Eltern und Bildungseinrichtungen bis hin zu sozialen Organisationen und staatlichen Institutionen.**

**Soziale, kulturelle und umweltbedingte Ungleichheiten schränken viele Kinder darin ein, aktiv an der Gestaltung ihrer Lebensbedingungen und ihrer Gesundheit mitzuwirken. Diese Benachteiligungen wirken sich nicht nur auf die individuelle Gesundheit jedes einzelnen Kindes aus, sondern prägen langfristig ihre Lebensperspektiven und ihre Rolle in der Gesellschaft. Angesichts einer alternden Gesellschaft ist es wichtig, die Potenziale der jungen Generation von Anfang an zu fördern.**

**Um das Wohlbefinden und die Gesundheit der jungen Generation zu stärken, muss in Deutschland die kinder- und jugendfreundliche Gestaltung ihrer Lebensumwelten stärker in den Fokus rücken. Dies erfordert eine nationale Strategie, die alle föderalen Ebenen aktiv einbindet. Ziel ist es, Rahmenbedingungen zu schaffen, die allen Heranwachsenden – unabhängig von ihrer Herkunft – gesunde Lebensumwelten garantieren und ihnen zugleich die gesunde Wahl zur einfachen Wahl machen.**

**Diese Stellungnahme gibt Empfehlungen, wie die bislang ungenutzten Potenziale der verhältnisbezogenen Prävention und Gesundheitsförderung für alle Kinder und Jugendlichen besser ausgeschöpft werden können.**

## **Bedingungen und Maßnahmen zur Gestaltung gesunder Lebensumwelten**

Ein gesundes und gelingendes Aufwachsen wird von vielen Faktoren beeinflusst. Neben der Einkommenssituation, dem Bildungsniveau und der Lebensrealität der Eltern haben auch Merkmale der direkten Lebensumwelt der Kinder einen großen Einfluss. Dazu gehören stabile soziale Beziehungen, verlässliche Freizeit- und Unterstützungsangebote sowie ein bewegungsfreundliches Wohnumfeld. Ebenso wichtig sind ein einfacher Zugang zu gesunder Ernährung und Naturräumen sowie der Schutz vor Umweltbelastungen wie Lärm und Feinstaub.

Gesundheitsförderliche Rahmenbedingungen für Kinder und Jugendliche können beispielsweise durch wirksame Gesetzgebung verbessert werden. Erfolgreiche Beispiele sind die Einführung verpflichtender Kindersitze im Auto, das Rauchverbot für Kinder und Jugendliche und der allgemeine Nichtraucherschutz. Auch die gesetzlich geregelte Gruppenprophylaxe in Kindertageseinrichtungen und Schulen hat die Mundgesundheit von Kindern und Jugendlichen deutlich verbessert – wengleich ältere Jugendliche sowie Kinder und Jugendliche aus benachteiligten Verhältnissen oder mit Migrationshintergrund bislang nicht ausreichend spezifisch adressiert wurden. Ein besonders hervorzuhebendes Beispiel ist das der „Frühen Hilfen“, mit dem es erstmals gelungen ist, das komplexe Zuständigkeitsgeflecht zwischen Bund, Ländern und Kommunen in großen Teilen zu

überwinden. Eine vielversprechende Weiterentwicklung der „Frühen Hilfen“ sind Präventionsketten im Rahmen integrierter kommunaler Strategien. Dabei werden kommunale Unterstützungsangebote in einem sektorübergreifenden Prozess strategisch und lösungsorientiert aufeinander abgestimmt, um sie besser an die Bedarfe von Kindern und Jugendlichen sowie Familien anzupassen.

Die COVID-19-Pandemie hat eindrücklich gezeigt, welche unerwünschten Folgen es für Kinder und Jugendliche hat, wenn der Zugang zu förderlichen Lebenswelten und einem unterstützenden sozialen Umfeld eingeschränkt wird. Die fehlende Unterstützung führte zu erheblichen und teilweise andauernden Problemen, darunter problematische Gewichtszunahmen, Gewalt (häusliche Gewalt, Cybermobbing) und psychische Auffälligkeiten. Besonders betroffen sind Kinder und Jugendliche aus prekären Lebensverhältnissen.

In Deutschland haben Kinder und Jugendliche aus ressourcenarmen Lebensverhältnissen deutlich schlechtere Chancen auf gesundheitsfördernde Lebensumwelten. Sie müssen häufiger die Folgen von Armut, eingeschränkten Bildungschancen und sozialer Isolation bewältigen. Ihre Wohnorte sind öfter von Umweltbelastungen geprägt und ihnen fehlt häufig der einfache Zugang zu Gesundheitsressourcen wie sicheren Freizeit- und Kulturangeboten oder Natur- und Grünflächen. Diese ungünstigen Bedingungen verringern ihre Gesundheits- und Bildungschancen und erschweren gesellschaftliche Teilhabe – Belastungen, die sich im Lebensverlauf kumulieren. Außerdem

haben diese Heranwachsenden oft keine Möglichkeit, ihre Interessen in Entscheidungen einzubringen, die ihre Lebensumwelten betreffen. So werden sie von Prozessen ausgeschlossen, die für sie direkt relevant sind. Das bedeutet nicht nur den Verlust wertvoller Talente und innovativer Ideen, sondern es schwächt auch den sozialen Zusammenhalt und die Resilienz der Gesellschaft. Dies ist eine Herausforderung, die vor dem Hintergrund einer alternden Gesellschaft und einer zunehmenden Spaltung der Gesellschaft an Bedeutung gewinnt.

## **Ungenutzte Chancen zur Förderung der Gesundheit von Kindern und Jugendlichen**

In Deutschland bleiben viele Möglichkeiten zur Gesundheitsförderung von Kindern und Jugendlichen ungenutzt. Sie werden zwar als wichtig erachtet, aber in der politischen Praxis häufig nicht priorisiert, weshalb konsequente Maßnahmen ausbleiben. Beispiele für Potenziale sind:

- Einfacher und kostengünstiger Zugang zu gesunden Lebensmitteln
- Über 90 Prozent der Lebensmittelwerbung für Kinder bewirbt ungesunde Produkte, was nachweislich zu einem erhöhten Kauf- und Konsumverhalten mit schädlichen Auswirkungen auf die Gesundheit der Kinder führt. Dennoch gibt es bislang keine Werbeeinschränkungen. Gleichzeitig mangelt es oft an einem einfachen und

erschwinglichen Zugang zu gesunden Lebensmitteln.

- Datenlage zu Kinder- und Jugendgesundheit

Aktuelle Studien zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen konzentrieren sich oft auf spezifische Gesundheitsaspekte (z.B. psychische Gesundheit) oder beruhen auf Krankenkassendaten und regionalen Erhebungen. Es fehlen jedoch kontinuierlich erhobene, bundesweit einheitliche Daten, die die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen umfassend und im Kontext ihrer verschiedenen Lebenswelten darstellen.

- Schule als gesundheitsfördernder Lebensraum

Schule ist mehr als nur ein Ort zum Lernen. Sie ist zentraler Lebensraum, in dem Bildung und Gesundheit eng miteinander verknüpft sind. Die aktive Beteiligung aller Mitglieder der Schulgemeinschaft sowie die Integration von Bildung und Gesundheit, die die Lebensrealitäten aller einbezieht, stärken sowohl die Gesundheit der Kinder und Jugendlichen als auch ihre Bildungschancen. Dies erfordert eine enge Zusammenarbeit zwischen Schulen, Akteuren der Gesundheitsförderung sowie Bund, Ländern und Kommunen. Analoges gilt für die Kindertageseinrichtungen als gesundheitsfördernder Lebensraum.

- Gesundheitsfördernde Umweltbedingungen

Es mangelt an öffentlichen Räumen, die speziell auf die Bedürfnisse von Kindern und Jugendlichen ausgerichtet sind. Dies schränkt ihre Bewegungsfreiheit und

Entwicklungsmöglichkeiten ein. Vielerorts fehlen sichere und attraktive Rad- und Fußwege, die aktive Mobilität fördern sowie ausreichend Grünflächen und Begegnungsräume. Eine hohe Verkehrsdichte und versiegelte Flächen verschärfen das Problem vor allem im innerstädtischen Bereich.

- Erweiterte gesellschaftliche Mitwirkung  
Angesichts des Personalmangels in vielen sozialen Berufen wird das Potenzial von Freiwilligen aus allen Altersgruppen, sozialen Schichten und Geschlechtern nicht ausreichend genutzt. Ein gezielter Einsatz innerhalb ihrer Netzwerke könnte hier wertvolle Unterstützung leisten. Freiwilliges Engagement stärkt zudem das Gemeinschaftsgefühl, fördert sozialen Zusammenhalt, erleichtert Integration und ermöglicht den Erwerb neuer Fähigkeiten und Kompetenzen. Für eine erweiterte Umsetzung sind jedoch flexible und verlässliche Rahmenbedingungen unerlässlich.

- Stärkung von Teilhabe

Es fehlt die finanzielle Sicherstellung von Maßnahmen, die die Lebensbedingungen von Kindern und Jugendlichen verbessern und ihre Teilhabe am gesellschaftlichen Leben stärken. Beispiele sind: Ganztagschulen oder -kindertageseinrichtungen mit gesundem Mittagessen, Nachmittagsbetreuung und Freizeitangeboten; kostenlose oder vergünstigte Tickets für den öffentlichen Nahverkehr, um den Zugang zu Bildungs- und Freizeitangeboten zu erleichtern; der Aufbau von Jugendparlamenten; der Ausbau von Jugendzentren mit

Beratungsangeboten, Freizeitmöglichkeiten und psychologischer Betreuung; kostenfreie Theater-, Konzert- oder Kinobesuche. Bei Personalknappheit sollten in allen Bereichen geschulte Freiwillige unterstützend eingebunden werden.

- Effektive Zusammenarbeit

Die Umsetzung gesundheitsfördernder Maßnahmen in Kindertageseinrichtungen und Schulen wird oft durch sich gegenseitig behindernde Zuständigkeiten von Bund, Ländern und Kommunen erschwert. Die interministerielle Arbeitsgruppe „Gesundheitliche Auswirkungen auf Kinder und Jugendliche durch Corona“ zeigt, dass solche Konflikte überwunden werden können; entsprechende Ansätze müssen jedoch dauerhaft etabliert, weiter ausgebaut und von einer regelmäßigen Evaluation begleitet werden.

## Empfehlungen

### 1. Verbesserung der Datenlage zur Kindergesundheit durch

- Wiederaufnahme und Verstetigung einer bundesweiten, einheitlichen (Panel-)Erhebung zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland, die an die Kinder- und Jugendgesundheitsstudie (KIGGS) anknüpft

### 2. Förderung gesunder Ernährung u.a. durch

- Werbebeschränkungen für fett-, salz- und zuckerreiche sowie hochverarbeitete Lebensmittel, die sich an Kinder und Jugendliche richten

- Einführung einer Mehrwertsteuer-Staffelung auf Lebensmittel nach Gesundheitsaspekten, orientiert an den Empfehlungen der Deutschen Allianz Nichtübertragbarer Erkrankungen

### 3. Stärkung der Bildungseinrichtungen als gesundheitsfördernde Lebensräume u.a. durch

- adäquate Bereitstellung von Mitteln für gesundheitsfördernde Baumaßnahmen an Schulen, die bewegungsförderliche und barrierefreie Ausgestaltung von Schulhöfen, Förderung von inklusiven und kooperativen Gesundheits- und Bewegungsprojekten; Analoges gilt für Kindertageseinrichtungen
- Ausreichende Finanzierung für personelle Unterstützung, z.B. Schulsozialarbeit, Integrationshilfe, Sprachförderkräfte, Projektbetreuung

### 4. Förderung von übergreifender Zusammenarbeit und Infrastrukturmaßnahmen

- Maßnahmen zur Vermeidung von Ungleichheiten u.a. durch Ausbau und Verstetigung der „Frühen Hilfen“ (auch über den Alterszeitraum von 0 bis 3 Jahren hinaus), Jugendarbeit und Familienförderung (langfristige Absicherung und Ausbau der Kinder- und Jugendarbeit, der Jugendsozialarbeit sowie niedrigschwelliger und verlässlicher Freizeit- und Unterstützungsangebote für Kinder und Jugendliche)
- Umsetzung ressortübergreifender Maßnahmen zur Bekämpfung von Ressourcenarmut bei Kindern und Jugendlichen u.a. durch einfacheren Zugang zu Bildung, gesunden Umwelten und sozialen Netzwerken (wie

Nachbarschafts-/peer-to-peer-  
Netzwerken, Stadtteil- und  
Jugendzentren, Sportvereine)

- Förderung einer gesunden Umwelt u.a. durch Verkehrsberuhigung (z.B. an das Kindeswohl angepasste Geschwindigkeit), Berücksichtigung und Beteiligung von Heranwachsenden in der Stadtplanung (bundesweite Verankerung des „Spilleitplans“ als Planungsinstrument, kinder- und jugendfreundliche Bau- und Verkehrsplanungen wie kindersichere Radwege und Gehwege); Analoge Verbesserungen für Kinder mit Wohnort im ländlichen Bereich
- Verbesserung der ressortübergreifenden Zusammenarbeit u.a. durch eine ständige interministerielle Arbeitsgruppe „Gesundheit von Kindern und Jugendlichen“ mit Bund, Ländern, Kommunen, Fortsetzung „Runder Tisch Bewegung und Gesundheit“ und dessen Erweiterung auf die Berücksichtigung der spezifischen Bedürfnisse von Klein-, Vorschul- und Schulkindern

Zustimmung im ExpertInnenrat: 21/21