

## NEUES AUS DEM BTV

Stürzen will keiner, aber Stürzen durch Ausrutschen, Stolpern und Umknicken ist der Unfallschwerpunkt Nummer eins bei der Arbeit, im Haushalt und in der Freizeit. Vor allem sind es die älteren Menschen, die stürzen und sich dabei oft schwer verletzen. Und häufig ist ein Sturz bei älteren Menschen auch das Ende eines selbstbestimmten Lebens. Prognostizierter Anstieg der Oberschenkelhalsbrüche 85 %

Diese Tatsache hat den BTV veranlasst – in Kooperation mit der LBG und LKK Ndb./Opf./Schwaben eine Kursleiter-Ausbildung in ganz Bayern durchzuführen, um möglichst viele Übungsleiter auf dem Gebiet der Sturzprophylaxe zu qualifizieren.

**„STANDFEST UND FIT DURCHS LEBEN“** – diese Ausbildung wird für Mittelfranken am 12./13. Juni und 19./20. Juni 2010 in Hilpoltstein stattfinden. Wir fordern alle Vereine auf, dieses Angebot in unserer Region unbedingt anzunehmen. Vor allem in ländlichen Gebieten wird die Nachfrage nach diesen Kursen groß sein, da die Land- und forstwirtschaftliche Krankenkasse die Kosten dafür zu 100 % übernimmt. Die genaue Ausschreibung wird vom Bayer. Turnverband erstellt und im Bayernturner sowie im Internet ([www.turnverband-bayern.de](http://www.turnverband-bayern.de) und [www.turngaulmittelfranken-sued.de](http://www.turngaulmittelfranken-sued.de)) veröffentlicht.

Kampagne **„FITTE KINDER“**  
 Kongress „Fitte Kinder!“ 15.-18.07.2010 in Augsburg

Der Bayer. Turnverband sieht die dringende Notwendigkeit, sich intensiv mit der Fitness unserer Kinder zu befassen. Da die Vereine allein diese Aufgabe nicht leisten können - weil zu uns nämlich nur die

Kinder kommen, die gerne Sport treiben wollen, aber eben nicht alle - befasst man sich auf diesem Kongress damit, welche Verbindungen zum Wohl unserer Kinder genutzt werden können.

Hier ein Auszug aus dem Konzept des Kongresses:

**VORSTELLUNG DER GRUNDIDEE VON „FITTE KINDER!“**

Ausgangspunkt: Über die Angebote der Turn- und Sportvereine werden bereits viele Kinder und deren Familien erreicht, aber noch lange nicht alle! Insbesondere Kinder aus sozial benachteiligten Familien und Kinder mit Migrationshintergrund müssen deshalb verstärkt berücksichtigt werden.

Der BTV und seine Projektpartner haben es sich zur gemeinsamen Aufgabe gemacht, folgende Ziele zu verwirklichen:

- Gezielte Förderung und Verbesserung einer gesunden und ganzheitlichen Entwicklung der Kinder
- Gesellschaftliche Aufklärung durch gezielte Schulung der betreffenden Multiplikatoren (Eltern, Erzieher/in, Lehrer/in, Übungsleiter/in, Ärzte, Politiker...)
- Aufbau eines starken Netzwerks für die oben genannten Ziele
- Unterstützung des Projekts durch Wirtschaft und Politik

### **DIE KERNBOTSCHAFTEN**

- Ernährung und Bewegung müssen für ein gesundes Leben im Gleichgewicht stehen. So, wie Kinder schreiben und rechnen lernen, können sie eine ausgewogene Lebensweise erlernen. Diese ist ein wichtiger Erfolgsfaktor für einen gesunden Lebensweg.



- Es gibt keine „guten“ und „schlechten“ Nahrungsmittel, sondern wichtig ist, dass die Mischung ausgewogen ist.
- Bewegung, Spiel und Sport machen Spaß und halten fit.
- Kinder sollten sich am Tag mindestens eine Stunde – besser mehr – intensiv bewegen (Sport oder intensive Freizeitbewegung wie rennen, schwimmen, toben)
- Lob macht stark - spielerisch lernen anstelle von Vorschriften.

- Positiv motivieren anstelle verbieten.
- Eltern sind Vorbilder: Kinder ahmen die Ernährungsgewohnheiten der Eltern nach und behalten sie oft auch als Erwachsene bei.
- Auch bei der Bewegung haben Eltern eine Vorbildfunktion. Am besten ist es, wenn sich Eltern und Kinder gemeinsam bewegen, im Alltag und beim Sport.

**ZIELE:**

- Intensivierung und Verankerung der bereits begonnenen Netzwerkarbeit
- Einbindung von Entscheidungsträgern aus Politik und Wirtschaft
- -> ideelle Unterstützung / Finanzierung

Der Kongress wird wissenschaftlich durch das Institut für Sportwissenschaft der Universität Augsburg (Prof. Dr. Helmut Altenberger) begleitet und ausgewerte

*Fanny Seitz*

## Viel Freude und Spass wünscht Ihnen Ihr Autohaus Waldmüller



BMW Vertragshändler  
MINI Vertragshändler  
BMW C1 Partner

**Unser Angebot:**

BMW Neufahrzeuge  
Gebrauchtfahrzeuge  
Dienstfahrzeuge  
Leihfahrzeuge  
KFZ-Zubehör  
Reifen/Felgen

Autotelefon/Einbau von  
Freisprechanlagen und  
Navigationssystemen  
CELLWAY-Vertragspartner  
(Handy's, Telefonkarten)  
BMW Accessoires

**Unser Service:**

Reparaturen  
Karosseriereparatur  
Kundendienste  
Hauptuntersuchung  
Abgasuntersuchung

**Finanzierungen:**

über BMW Bank bzw.  
BMW Leasing GmbH



autohaus **waldmüller**  
GmbH & Co KG



Norisstraße 31  
91154 Roth  
Tel.: 09171/8403-0  
Fax: 09171/8403-33  
Internet: www.waldmueller.de