

## Eltern haben Vorbildfunktion

02.05.2012, 09:42 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Supress*

Presseagentur: *Supress*

---



### Wenn Mama und Papa Bewegungsmuffel sind

sup.- Fast jeder zweite Deutsche (48,8 Prozent) legt in der Freizeit lieber die Füße hoch, statt körperlich aktiv zu sein. Zu diesem Ergebnis kommt eine repräsentative Umfrage der GfK Marktforschung Nürnberg bei 2.000 Männern und Frauen ab 14 Jahren. 39,2 Prozent von ihnen bestätigten sogar, sich innerhalb einer Woche nicht einmal zehn Minuten lang mehr als nötig bewegt zu haben. Als Gründe für ihre Bewegungsfaulheit nennen 24,9 Prozent, dass sie einfach zu bequem seien und 21,3 Prozent, dass sie Sport schlichtweg für unnötig halten.

Erschreckende Resultate: Da verwundert es auch nicht, dass selbst schon Kinder und Jugendliche heute oft einen sehr bewegungsarmen Alltag haben. Dabei spielt körperliche Aktivität für alle Entwicklungsprozesse der Heranwachsenden eine enorm wichtige Rolle. Vielen Eltern scheint jedoch der Stellenwert eines bewegungsfreudigen Lebensstils nicht bewusst zu sein - nicht für sich selbst und auch nicht für ihren Nachwuchs. Wie wichtig es auch in dieser Hinsicht ist, die Vorbildfunktion wahrzunehmen, wird vielfach einfach nicht gesehen. "Deutschland hat ein großes Übergewichtsproblem. Aber es ist leichter, die Lebensmittelindustrie dafür verantwortlich zu machen als die Bürger dazu aufzufordern, sich mehr zu bewegen", sagt der Düsseldorfer Diabetologe Prof. Stephan Martin, Herausgeber des Ratgeberportals [www.komm-in-schwung.de](http://www.komm-in-schwung.de). Angesichts der Umfrageergebnisse liegt hier aber das eigentliche Problem: Viele Deutsche sind viel zu bequem für einen aktiven Lebensstil.

## **Portrait**

Supress ist ein Dienstleister für elektronisches Pressematerial zur schnellen und kostenfreien Reproduktion. Unsere Seiten bieten ein breites Spektrum an Daten und Texten zu Themen wie modernes Bauen, Umwelt, Medizin und Lifestyle. Passende Grafiken und Bilder stehen ebenfalls zur Verfügung. Unser Webauftritt ist für eine Auflösung von 1024 x 768 Bildpunkte optimiert. Bei Abdruck wird die Zusendung eines Belegexemplars erbeten.

---

News-ID: 628935 • Views: 118 (Stand: 18.05.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/628935/Eltern-haben-Vorbildfunktion.html>