

Kinder spielerisch für Gesundheitsthemen begeistern Springer Medizin Charity Award für „Komm mit in das gesunde Boot“

Gesunde Ernährung, eine aktive Freizeitgestaltung mit mehr Bewegung und Achtsamkeit: Das will die Initiative „Komm mit in das gesunde Boot“. Das Ulmer Gesundheitsförderprogramm, das für Krippen, Kindergärten und Grundschulen entwickelt wurde, hat den 1. Preis des Springer Medizin Charity Awards erhalten. Übergeben wurde die Auszeichnung an die Projektleiterin Professorin Susanne Kobel bei der großen Springer Medizin Gala 2025 am Dienstag, 28. Oktober, in Berlin.

„Mit unserer Initiative ‚Komm mit in das gesunde Boot‘ wollen wir Kinder für Bewegung, Ernährung und Wohlbefinden begeistern“, sagte Kobel. „Wir freuen uns sehr über diese großartige Auszeichnung. Der renommierte Preis wird unser Projekt noch bekannter machen!“, so die Preisträgerin von der Universität Ulm. Mit dem Charity Award zeichnet der Wissenschaftsverlag Springer Medizin Stiftungen, Organisationen und Einrichtungen aus, die sich in besonderer Weise der Gesundheitsversorgung in Deutschland verpflichtet fühlen. Dotiert ist der 1. Preis mit 30 000 Euro und einem zusätzlichen Medienpaket im Wert von 50 000 Euro. Vorgestellt wurden die Preisträger-Initiativen von Professorin Monika Kellerer, der Jury-Präsidentin für den Charity Award. Bundesgesundheitsministerin Nina Warken war mit einer Videobotschaft zugeschaltet. Den 2. Preis bekam die Initiative „First Aid For All“, den 3. Preis erhielt die Stiftung Lebensspur e.V.

Das Siegerprojekt, das „Gesunde Boot“, gehört zu den größten strukturierten Gesundheitsprogrammen in Europa und ist das größte in Deutschland. Es wurde 2007 gemeinsam von der Baden-Württemberg Stiftung und der Sektion Sport- und Rehabilitationsmedizin des Uniklinikums Ulm ins Leben gerufen und von der Baden-Württemberg Stiftung bis September 2025 finanziert. Allein in diesem Bundesland haben mittlerweile mehr als 12 500 Lehr- und pädagogische Kräfte an rund 3500 Einrichtungen teilgenommen. Das Landesprogramm, das ursprünglich am Universitätsklinikum Ulm entwickelt wurde und vor kurzem an die Universität Ulm übergegangen ist, soll auf Bundesebene ausgeweitet werden. Dafür sorgt nun die Techniker Krankenkasse (TK), die seit Oktober die Finanzierung übernommen hat. „Bei der Förderung von Gesundheitsprogrammen in Kitas und Schulen ist uns als TK besonders wichtig, dass die Maßnahmen nachhaltig wirken und möglichst auch die Eltern miteinbezogen werden. Das Gesunde Boot hat seine Wirksamkeit unter Beweis gestellt und wird über die ausgebildeten Multiplikatoren immer weiterverbreitet. Wir freuen uns, dass es gemeinsam mit dem ZNL Ulm künftig bundesweit angeboten werden kann“, erklärt Nadia Mussa, Leiterin der TK-Landesvertretung Baden-Württemberg.

„Wir freuen uns auch sehr darüber, dass dieses erfolgreiche und nachweislich wirkungsvolle Programm nun langfristig und auf Bundesebene fortgeführt werden kann“, betont Projektleiterin Professorin Susanne Kobel. Die promovierte Sportwissenschaftlerin, die sich an der Universität Ulm in der experimentellen Sportmedizin habilitierte, hat das Programm – das in der Sektion für Sport- und Rehabilitationsmedizin unter der Leitung von Professor Jürgen Steinacker entwickelt und wissenschaftlich evaluiert wurde – seit Projektbeginn begleitet.

Zwei Piratenkinder zeigen: Ein gesundes Leben macht Spaß!

Von Anfang an zur Mannschaft des „Gesunden Boots“ gehören auch zwei kleine gemalte Piratenkinder: Finn und Fine. In ihren Abenteuergeschichten geht es um Gesundheitsthemen wie Bewegung, Ernährung und Achtsamkeit, die spielerisch im Alltag integriert werden. „Finn und Fine möchten Kindern zeigen, wieviel Spaß ein gesundes Leben macht“, erklärt Kobel. Das Projekt unterstützt pädagogische Fachkräfte und Lehrkräfte mit Weiterbildungen und einem umfangreichen Angebot an Lern- und Lehrmaterialien dabei, den Kindern eine gesunde Lebensweise zu vermitteln. Das Besondere: Auch die Eltern werden ins Boot geholt; beispielsweise mit speziellen Broschüren, Themen-Elternabenden oder Familienhausaufgaben. Ursprünglich konzipiert wurde das Präventionsprogramm für Grundschulen, später wurde es stufenweise auf Kindergärten, Krippen und die Erwachsenenengesundheit übertragen, letzteres mit dem Ziel, die Stressresilienz und Gesundheit auf Erzieher- und Lehrerseite zu verbessern.

Das Programm wird regelmäßig wissenschaftlich evaluiert. So zeigen Wirksamkeitsuntersuchungen an Grundschulen und Kindergärten, dass das „Gesunde Boot“ nachweislich das Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Kinder verbessert und dass in den teilnehmenden Gruppen auch das Gewicht der Kinder weniger stark gestiegen ist. Das Erfolgsrezept liegt nicht

zuletzt in der Alltagstauglichkeit der Maßnahmen, von denen viele spielerisch und motivierend sind. Die Mannschaft, die das „Gesunde Boot“, auf Kurs gebracht hat, ist interdisziplinär. Im Team arbeiten Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler aus der Medizin, der Sportwissenschaft, der Pädagogik und Psychologie sowie den Gesundheitswissenschaften.

Springer Medizin Gala 2025

Das Verlagshaus Springer Medizin ist ein Teil der wissenschaftlichen Verlagsgruppe Springer Nature. Bei der feierlichen Springer Medizin Gala in Berlin werden jährlich hochdotierte Preise vergeben. Darunter waren in diesem Jahr der Galenus-von-Pergamon-Preis sowie der Springer Medizin Charity Award. Den 1. Preis des Charity Awards erhielt das Ulmer Gesundheitsförderprogramm für Kinder „Komm mit in das gesunde Boot“, den 2. Preis bekam die Initiative „First Aid For All“ und den 3. Preis die Stiftung Lebensspur e.V.

Pressemitteilung

29.10.2025

Quelle: Universität Ulm

Weitere Informationen

► [Universität Ulm](#)