

Liebe Bürgerinnen und Bürger der Gemeinde Bad Schönborn,

Seit über 25 Jahren ist die Gemeinde Bad Schönborn Partner des Karlsruher Instituts für Technologie (KIT) in Sachen „Sport und Gesundheit“. Neben zahlreichen praktischen Angeboten konnte in den vergangenen Jahren, erfolgreich und für Deutschland einzigartig, die wissenschaftliche Längsschnittstudie „Gesundheit zum Mitmachen“ etabliert werden.

Die Studie hätte im Mai 2020 zum sechsten Mal starten sollen. Angesichts der aktuellen Ausbreitung des Coronavirus (COVID-19) und den damit verbundenen Maßnahmen musste die Studie jedoch leider um ein Jahr verschoben werden. Die Durchführung ist nun von Mai bis Juli 2021 geplant.

Bisher gab es in Bad Schönborn fünf Erhebungswellen: 1992, 1997, 2002, 2010 und 2015. Vielleicht haben Sie schon an ein, zwei oder sogar mehreren Erhebungen teilgenommen. Für dieses Engagement bedanken wir uns sehr und wir würden uns freuen, wenn Sie uns auch 2021 mit Ihrer Teilnahme unterstützen.

Zusätzlich zu den bisherigen Teilnehmer*innen werden auch 2021 neue Studienteilnehmer*innen zufällig aus der Bad Schönborner Bevölkerung ausgewählt und eingeladen. Im Laufe dieses Jahres erhalten alle diese Personen Post von uns, in der wir Sie über den Studienablauf und die genauen Termine informieren. Wir würden uns freuen, wenn Sie daraufhin Kontakt mit uns aufnehmen und damit zu einer erfolgreichen Durchführung der Studie beitragen.

Die Teilnahme an der Studie ist kostenlos. Neben einer umfangreichen medizinischen Untersuchung durch einen Arzt bzw. eine Ärztin erhalten Sie auch detaillierte Informationen über Ihre körperliche Leistungsfähigkeit (Fitness). Der Untersuchungsort wird die Schönbornhalle im Ortsteil Mingolsheim sein.

Sporttreiben, aber auch schon einfaches Spazierengehen, hat positive Auswirkungen auf Gesundheit, Lebensqualität und Selbständigkeit bis ins hohe Alter. Nicht zuletzt hat regelmäßige Bewegung auch positive Auswirkungen auf die geistige Leistungsfähigkeit, die Stimmung und das psychische Wohlbefinden. Dabei hat die hochdynamische Ausbreitung des Coronavirus große Auswirkungen auf das Sporttreiben. Allein in Deutschland ist der Trainings- und Wettkampfbetrieb in den 90.000 Sportvereinen, wenn überhaupt, nur sehr eingeschränkt möglich.

Um Sie in dieser außergewöhnlichen Zeit trotzdem zu unterstützen, werden wir bis zum Studienbeginn im nächsten Jahr verschiedene Themenartikel hier im Mitteilungsblatt veröffentlichen. Dabei werden wir Ihnen auch über Ergebnisse anderer Studien am Institut für Sport und Sportwissenschaft des KIT und daraus abgeleitete Empfehlungen berichten. Unter anderem haben wir deutschlandweit repräsentative Daten zur körperlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen vor und während der Corona-Krise erhoben und entwickeln auf der Basis der Ergebnisse Empfehlungen für Politik und Sport. Halten Sie Ausschau nach diesen hochaktuellen Ergebnissen in einer der kommenden Ausgaben des Mitteilungsblatts.

Informationen rund um das Thema Sport und Gesundheit finden Sie jederzeit unter unserer Projektseite www.gesundheit-zum-mitmachen.de oder auf www.sport.kit.edu. Falls Sie Lust bekommen haben und noch ein paar Ideen brauchen um selbst aktiv zu werden, finden Sie auf der Startseite der Projektseite unter der Rubrik „Active at home“ eine Sammlung von Übungen/ Bewegungstipps, die wir für Sie zusammengestellt haben. Wir laden Sie herzlich ein sich zu informieren, das eigene Verhalten zu reflektieren und passende Angebote zum Schutz der eigenen Gesundheit wahrzunehmen.

Sportliche Grüße,

Ihr Gesundheitsteam

Bürgermeister Klaus Detlef Hüge

Prof. Dr. Alexander Woll

Prof. Dr. Klaus Bös

Dr. Steffen Schmidt