Executive Summary

September 2025

Empfehlungen für eine gesündere und resilientere Gesellschaft

»Bewegung, Sport und Gesundheit«

Die BVPG auf einen Blick

Die Bundesvereinigung Prävention und Gesundheitsförderung e.V. (BVPG) setzt sich mit ihren mehr als 130 Mitgliedsorganisationen seit 1954 als unabhängiger Dachverband für die Stärkung der Prävention und Gesundheitsförderung in Deutschland ein. Die BVPG vernetzt, berät und begleitet zentrale Entwicklungen in Prävention und Gesundheitsförderung, fördert den interdisziplinären Austausch, stärkt Strukturen und bringt Empfehlungen aktiv in die politische Diskussion ein, um diese Themen dauerhaft im politischen Handeln zu verankern. Damit ist die BVPG seit über 70 Jahren eine verlässliche Plattform für Zusammenarbeit, Beratung und Transfer zwischen Politik, Wissenschaft und Praxis.

Empfehlungen für eine gesündere und resilientere Gesellschaft

Die großen Herausforderungen unserer Zeit – demografischer Wandel, Klimawandel, geopolitische Konflikte und demokratiegefährdende Entwicklungen – wirken sich unmittelbar auf die Gesundheit aus und erfordern entschlossenes, gemeinsames Handeln. Um Leitlinien dafür zu entwickeln, richtete die BVPG 2024 vier Arbeitsgruppen zu den Themen »Gesundheitliche Chancengerechtigkeit«, »Bewegung, Sport und Gesundheit«, »Klimawandel und Gesundheit« sowie »Psychische Gesundheit« ein, um die zentralen Zukunftsfragen aus der Perspektive des »Health in and for All Policies«-Ansatzes zu bearbeiten. Auf dieser Grundlage veröffentlichte die BVPG zur Bundestagswahl 2025 das Policy Paper »Herausforderungen und Chancen zur Weiterentwicklung von Prävention und Gesundheitsförderung in der 21. Legislaturperiode«, das Prävention und Gesundheitsförderung als Schlüssel zur Stärkung von Gesundheit, Resilienz, Gemeinwohl und Demokratie herausstellt.

Executive Summaries – konkrete Leitlinien für Politik und Praxis

Die vorliegenden Executive Summaries knüpfen an diese Ergebnisse an. Sie konkretisieren die Empfehlungen der Arbeitsgruppen, damit diese in Gesetzgebung, Förderprogramme und praktische Umsetzung einfließen können.

Bundesvereinigung Prävention und Gesundheitsförderung e.V. (BVPG)

Heilsbachstraße 30 | 53123 Bonn | Telefon 0228 – 9 87 27 0

info@bvpraevention.de BVPG e.V. @bvpg.bsky.social

www.bvpraevention.de

Gefördert durch:

Bundesministerium für Gesundheit

aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

Executive Summary der Empfehlungen zu »Bewegung, Sport und Gesundheit«

Regelmäßige Bewegung und Sport sind – wissenschaftlich belegt – essenziell für die Gesundheit und die Lebensqualität. Sie senken das Risiko zahlreicher Erkrankungen und verringern die Sterblichkeit deutlich. In Deutschland bewegt sich jedoch ein Großteil der Bevölkerung zu wenig, was gravierende gesundheitliche, soziale und wirtschaftliche Folgen hat. Darüber hinaus trägt aktive Mobilität zum Klimaschutz bei. Bewegungsförderung ist daher von zentraler Bedeutung für Prävention, Therapie, soziale Integration und die nachhaltige Entwicklung unserer Gesellschaft. Besonders benachteiligte Gruppen müssen dabei gezielt unterstützt werden.

Zentrale Herausforderungen

Trotz der bekannten Vorteile regelmäßiger Bewegung mangelt es an Transparenz, belastbaren Daten und klaren Zuständigkeiten. Dies erschwert sowohl die Koordination als auch die Legitimation von Maßnahmen. Personelle und finanzielle Ressourcen sind insbesondere für die frühe Bewegungsförderung und die Entwicklung inklusiver, lebensphasenorientierter Konzepte unzureichend. Zudem fehlt es an sektorübergreifender Zusammenarbeit, nachhaltiger politischer Verankerung, Forschung sowie an der gezielten Nutzung digitaler Potenziale.

Empfehlungen an die Politik

- **Schaffung einer nationalen Agenda für Bewegungsförderung:** Die Bundesregierung sollte eine nationale Agenda für Bewegungsförderung mit klaren Verantwortlichkeiten und Strukturen auf Bundes- und Landesebene entwickeln.
- **Verankerung der Bewegungsförderung in der Gesetzgebung:** Bewegungsförderung muss in allen relevanten Politikbereichen wie Gesundheit, Verkehr, Stadtplanung, Bildung und Sport gesetzlich verankert werden.
- **Fortführung des Runden Tisches Bewegung:** Der Runde Tisch Bewegung sollte fortgeführt und intensiviert werden, ggf. durch Reaktivierung und Ausbau der IN FORM-Arbeitsgruppe »Bewegungsförderung im Alltag«.
- **Aufbau eines nationalen Kompetenzzentrums für Bewegungsförderung**: Ein nationales Kompetenzzentrum für Bewegungsförderung sollte Maßnahmen entwickeln, koordinieren, evaluieren und als zentrale Anlaufstelle fungieren.
- **Nationales Gesundheitsziel »Bewegungsförderung«:** Es ist ein nationales Gesundheitsziel »Bewegungsförderung« mit ausreichender finanzieller Ausstattung und messbaren Zielen zu entwickeln.
- **Nationales Bewegungsmonitoring:** Ein regelmäßiges nationales Bewegungsmonitoring sollte Daten zum Bewegungsverhalten und zur Wirksamkeit von Maßnahmen systematisch erfassen.
- **Schaffung von geeigneten Rahmenbedingungen:** Es sind geeignete rechtliche und finanzielle Rahmenbedingungen für digitale und hybride Versorgungsangebote sowie deren Anbindung an die elektronische Gesundheitsversorgung (EPA, E-Rezept etc.) zu schaffen.
- **Verstärkte intersektorale Zusammenarbeit:** Die intersektorale Zusammenarbeit zwischen den Bereichen Gesundheit, Bildung, Verkehr und Sport ist zu intensivieren und der »Health in and for All Policies«-Ansatz mit Fokus auf Bewegung muss institutionalisiert werden.
- **Finanzierung und politische Unterstützung:** Es sind ausreichende finanzielle Mittel und politische Unterstützung notwendig, um Bewegungsförderung effektiv umzusetzen und Projekte auszubauen.

Nur durch ein entschlossenes, ressortübergreifendes Handeln und eine nachhaltige politische Priorisierung kann es gelingen, Bewegung und Sport als festen Bestandteil eines gesunden und chancengerechten Lebens für alle Menschen in Deutschland zu verankern. Damit würden die Weichen für eine gesündere Zukunft unserer Gesellschaft gestellt.