

# GORILLA

# GESUNDHEITSFÖRDERUNGS- UND BILDUNGSPROGRAMM

## Let's GO GORILLA

GORILLA ist ein mehrfach ausgezeichnetes Gesundheitsförderungs- und Bildungsprogramm für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene. Gemeinsam mit unseren Partner\*innen engagieren wir uns für eine Welt, in der junge Menschen gesund aufwachsen und selbstbestimmt ihr Potenzial entfalten - für sich und die Gesellschaft.

## Kernthemen



Freude an Bewegung durch Freestyle-Sport vermitteln.

Das Bewusstsein für eine gesunde und saisonale Ernährung schärfen.



Für einen nachhaltigen Lebensstil sensibilisieren.

Halt geben und dabei helfen, den Balanceakt im Leben zu meistern.



## GORILLA macht Schule

Um Gesundheitsförderung im Schulalltag wirksam zu verankern, setzt GORILLA auf ein einzigartiges Konzept: Freestyle-Sport mit Fun-Faktor. Das GORILLA Schulprogramm setzt sich aus individuell abgestimmten Aktivitäten und Modulen zusammen – alles für einen gesunden, nachhaltigen und inspirierenden Schulalltag. Die Angebote sind auch außerhalb des Schulprogramms nutzbar – egal, ob unterwegs auf dem Smartphone oder bei Events.

### GORILLA Schulprogramm

- Tutorials für Action, Food, Green & Balance
- Online-Bildungsplattform mit Offline-Unterrichtsmaterialien
- Kampagnen
- GORILLA Freestyle Day & Workshops
- GORILLA Playground
- GORILLA Powergame
- GORILLA GO TIME:R
- GORILLA Academy

## Facts & Figures

GORILLAs Wurzeln liegen in der Schweiz. Gestartet als Programm der gemeinnützigen Stiftung Schtifti Foundation kam es 2015 nach Deutschland und ist seit 2016 auch in Österreich aktiv.

Mehr als **165 Botschafter\*innen**, darunter viele Welt- und Europameister\*innen, sind glaubwürdige Vorbilder und Coaches. Ihre Freestyle-Skills sind der perfekte „Türöffner“ für die GORILLA Kernthemen. Neben Freestyle-Profis zählen auch Ernährungscoaches, Umweltaktivist\*innen sowie TV- und Musik-Promis zum Team.

GORILLA hat bisher über **800 Schulen** besucht und mehr als **100.000 Kids** in Deutschland, Österreich, Schweiz und im Fürstentum Liechtenstein bewegt.



# Relevanz

## Situation in Deutschland

- Jedes fünfte Kind ist übergewichtig – das sind mehr als 3,5 Millionen Mädchen und Jungen unter 18 Jahren.<sup>1</sup>
- Bei weniger als 1 % der Kinder und Jugendlichen ist eine Erkrankung Grund des Übergewichts. Falsche Ernährung und mangelnde Bewegung sind die Hauptursachen.<sup>2</sup>
- 84 % der deutschen Jugendlichen bewegen sich zu wenig.<sup>3</sup>
- 70 % der deutschen Kinder und Jugendlichen essen zu wenig Obst und Gemüse.<sup>4</sup>
- 80 % der Jugendlichen zwischen 14 und 22 Jahren beunruhigt, in welchen Umweltverhältnissen zukünftige Generationen aufwachsen müssen.<sup>5</sup>
- Jugendliche verbringen durchschnittlich rund 3,5 Stunden pro Tag im Internet.<sup>6</sup>
- 73 % der Kinder und Jugendlichen geben an, psychisch belastet zu sein.<sup>7</sup>

<sup>1-3</sup> Studie Robert Koch-Institut, KiGGS Welle 2, 2014–2017 und Bewegungsstudie WHO, 2019

<sup>4</sup> EsKiMo-Studie, Bestandteil KiGGS Welle 2, 2014–2017.

<sup>5</sup> Studie „Zukunft? Jugend fragen!“ des BMU, Januar 2020.

<sup>6</sup> Shell Jugendstudie 2019.

<sup>7</sup> Bundesregierung: Interministerielle Arbeitsgruppe „Gesundheitliche Auswirkungen auf Kinder und Jugendliche durch Corona“ – Abschlussbericht. Berlin/Bonn, 2023.



# Für noch mehr Power – SBK

Die SBK Siemens-Betriebskrankenkasse ist seit 2019 Hauptpartnerin von GORILLA. Über mehrere Jahre unterstützt und fördert sie die Etablierung des GORILLA Schulprogramms.

GORILLA und die SBK arbeiten gemeinsam an der Umsetzung von gesundheitspräventiven Maßnahmen und teilen neben einer Vision auch den Anspruch an hohe Qualität und überdurchschnittliches Engagement. Dies ist Grundlage und gleichzeitig Erfolgsrezept der starken Partnerschaft.

# Wirkung

## Outcome bei Zielgruppe

- Höheres Aktivitätsniveau ist erreicht.
- Ausgewogener Ernährungs- und nachhaltiger Lebensstil werden aktiv verfolgt.
- Lebens- und Risikokompetenzen sind gestärkt.
- Selbstbewusstsein und –verantwortung sind gesteigert.
- Mehr Lebensfreude und individuelle physische, psychische und soziale Potentialentfaltung prägen Erlebens- und Verhaltensweisen.
- Empowerment ist von jungen Menschen gewachsen.

## Evaluation 2019

- 79 % haben sich neue Skills in den Workshops angeeignet – Freestyle-Skills sowie Skills fürs Leben.
- 70 % wünschen sich Freestyle-Sport im Unterricht – am liebsten dauerhaft.
- rund 53 % wollen ein gesundes GORILLA Rezept mit viel Gemüse ausprobieren.
- 40 % wollen künftig weniger Süßgetränke konsumieren.

Quelle: Nürnberg, Volker: Evaluation GORILLA Schulprogramm. BDO/TU München, 2021.

- 64 % der Lehrkräfte geben an, dass die Gesundheitskompetenz der Schüler\*innen gestiegen ist.
- 34 % der Kinder und Jugendlichen, die sich vor der Intervention wenig bis gar nicht bewegt haben, bewegen sich seit der Intervention mehr.

Quelle: Nürnberg, Volker: Evaluation des Gesundheitsförderungs- und Bildungsprogramms „GORILLA“. BearingPoint/TU München, 2023.

## 17 x Ausgezeichnet

LupoLeo Award 2022, Town & Country Stiftungspreis 2022, Deutscher Award für Nachhaltigkeitsprojekte 2022, Allianz Social Innovation Fund 2018, 1. Platz Münchner Gesundheitspreis 2018, ISPO Social Awareness Award 2016, seif Award 2014, Worlddidac Award 2012 und noch mehr.

 [letsogorilla](https://letsogorilla.de)



[sbk.org/gorilla](https://sbk.org/gorilla)

Hauptpartner



Know-how-Partner



[letsogorilla.de](https://letsogorilla.de)