

Siegen, 15. Juli 2011

Fit in die Ferien dank „Fit Kids“ Aktionstag Präventionstag der DRK-Kinderklinik Siegen traf auch 2011 auf große Begeisterung bei den Drittklässlern

121 Schülerinnen und Schüler der dritten Klassen einiger Siegener Grundschulen absolvierten beim großen Aktionstag „Fit Kids – Klasse in Bewegung“ am Freitag, 15. Juli 2011, einen Fitnessstest und genossen das bunte Rahmenprogramm. Bewegung und gesunde Ernährung standen dabei im Mittelpunkt der Veranstaltung.

Bereits zum 6. Mal veranstaltete die DRK-Kinderklinik Siegen den „Fit Kids – Klasse in Bewegung“ Aktionstag. Die Präventionsveranstaltung möchte bei den Grundschulern Bewusstsein schaffen für Themen wie Bewegung und gesunde Ernährung.

Aus diesem Grund absolvierten die Schülerinnen und Schüler zunächst im Vorfeld an ihren Schulen einen Fitnessstest, der dann am Aktionstag zum Vergleich nochmals durchgeführt wurde. Ziel ist die individuelle Leistungssteigerung der jungen Aktiven. Die Besten bei der Aktion sind also nicht diejenigen Schüler, die absolut am weitesten Springen oder eine Übung in der vorgegebenen Zeit am häufigsten von allen Teilnehmern wiederholen, sondern diejenigen, die ihre individuelle Leistung von der erstmaligen Durchführung des Tests bis zur Wiederholung der Übungen am Aktionstag prozentual am meisten steigern. So gewinnen am Aktionstag immer wieder Kinder, die im Sportunterricht nicht unbedingt zu den besten gehören. Neben dem Test bietet ein buntes Rahmenprogramm mit Kletterwand, Nordic Walking, Tanzworkshop, Bewegungsspielen, mobiler Bewegungsschule und Ernährungsschulung den Schülern jede Menge Gelegenheit, sich auszupowern, mit verbundenen Augen den Geschmack von Lebensmitteln zu erraten und bei einem Schätzspiel einen Eindruck davon zu bekommen, wie viel Zucker in manchen Lebensmitteln versteckt ist.

Den Abschluss der Veranstaltung bildeten ein gemeinsamer, gesunder Mittagssnack sowie die Siegerehrung, bei der sowohl den drei besten Schülern als auch den drei besten Klassen ein Pokal und Preise überreicht

wurden. Möglich ist der Aktionstag, der ausschließlich mit Personal der Kinderklinik und ehrenamtliche Akteure durchgeführt wird, durch das große und begeisterte Engagement engagierter Sponsoren wie der Transdev SZ GmbH, die den Bustransfer der Schülerinnen und Schüler zur Kinderklinik in diesem Jahr kostenlos durchführte, der AOK NORDWEST (Regionaldirektion Siegen) sowie den Anbietern des Rahmenprogramms :anlauf, MoBIS und Tanzpädagogin Kathrin Ising, die den Aktionstag ebenfalls ehrenamtlich unterstützten.

Bild: 121 Schülerinnen und Schüler der dritten Klassen Siegener Grundschulen gehen nach dem „Fit Kids“ Aktionstag gestärkt und fit in die großen Ferien.

Hintergrund:

Die Idee zu unserem Aktionstag entstand vor sechs Jahren aufgrund der Tatsache, dass die Zahl der Kinder, die aufgrund von Bewegungsmangel und Fehlernährung immer übergewichtiger werden, dramatisch und kontinuierlich zunimmt. Adipositas bei Kindern und Jugendlichen ist nicht nur in Deutschland, sondern weltweit ein zunehmendes Problem. Laut der Studie zur Kinder- und Jugendgesundheit des Robert-Koch-Instituts (KIGGS) sind 15 % der untersuchten Kinder und Jugendlichen übergewichtig, davon sind 6,3 % adipös. Infolgedessen erhöht sich die Anzahl von Folgeerkrankungen, die psychophysische Belastung der betroffenen Kinder und ihrer Familien steigt entsprechend an, die Lebensqualität verschlechtert sich langfristig erheblich.

Dieser Entwicklung möchte die DRK-Kinderklinik Siegen mit Präventionsmaßnahmen und Aufklärungsprogrammen begegnen. Eine dieser Maßnahmen ist der Aktionstag „Fit Kids – Klasse in Bewegung“, der das Bewusstsein der teilnehmenden Schülerinnen und Schüler und auch der Schulen als solche im Hinblick auf Bewegung, sportliche Betätigung und ausgewogene Ernährung schärfen soll. Für adipöse Kinder und Jugendliche gibt es an der Kinderklinik darüber hinaus ein Adipositas-Schulungsprogramm. Nähere Informationen hierzu erhalten Interessierte auf der Homepage der Kinderklinik www.drk-kinderklinik.de.

Informationen zur DRK-Kinderklinik Siegen gGmbH:

- Die DRK-Kinderklinik Siegen gGmbH ist eine Einrichtung des Deutschen Roten Kreuzes.
- „Wir wollen die Lebensqualität für Kinder und Jugendliche verbessern und sie mit ihren Familien in medizinischer, sozialer und persönlicher Hinsicht optimal versorgen.“
- Wir sind eine hoch spezialisierte Fachklinik für Kinder- und Jugendmedizin, die **jährlich über 6.000 Patienten stationär und etwa 40.000 Patienten ambulant** versorgt.
- 138 Betten im stationären Bereich sowie 10 Plätze in der Tagesklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie.
- Etwa **700 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter** - Ärzte, Pflegekräfte, Psychologen und Therapeuten sorgen für ihre bestmögliche medizinische, pflegerische und therapeutische Versorgung.
- **Interdisziplinarität** ist eine unserer Stärken. Denn unsere Kinderklinik ist mit ihrem umfangreichen Leistungsspektrum so breit aufgestellt, dass wir für nahezu jedes Krankheitsbild einen eigenen Spezialisten im Haus haben. Bei komplexen Erkrankungen können wir so jederzeit auch fachbereichsübergreifende Teams bilden, die unsere Patienten mit dem nötigen Know-how ganzheitlich betreuen. Für die optimale Versorgung einiger besonderer Krankheitsbilder, wie z.B. Lippen-Kiefer-Gaumenspalten, gibt es an unserer Kinderklinik sogar ein fest eingerichtetes Kompetenzzentrum.
- Zum multiprofessionellen Team der DRK-Kinderklinik Siegen gehören Kinder- und Jugendärzte verschiedener Fachrichtungen, Kinderchirurgen und -anästhesisten, Kinder- und Jugendpsychiater, das Pflegepersonal, ein breites Spektrum an Therapeuten unterschiedlicher Fachrichtungen, Mitarbeiter des sozialen Dienstes, Seelsorger, Lehrer und Erzieher sowie unsere Klinikclowns.

Die Lebensqualität für Kinder verbessern.

Das ist unser Auftrag.