



## **SMS-Initiative erfolgreich evaluiert**

**Die Gesundheitsinitiative des Deutschen Diabetes-Zentrums (DDZ) „SMS. Sei schlau. Mach mit. Sei fit.“ führt bei den teilnehmenden Grundschulkindern zu verbesserten sportmotorischen Fähigkeiten.**

(Düsseldorf, 27.01.2017) Die 2012 gestartete SMS-Initiative sensibilisiert Düsseldorfer Grundschülerinnen und -schüler für eine ausgewogene Ernährung und mehr Bewegung. Im Fokus stehen Grundschulen mit einem hohen Migrationshintergrund, da Kinder mit einem Migrationshintergrund ein besonders hohes Risiko für lebensstilbedingte Erkrankungen wie Übergewicht aufweisen. „Junge Menschen sollen erfahren, dass es möglich ist, ohne viel Aufwand und mit Spannung, Spaß und Abwechslung gesund aufzuwachsen und zu leben.“, erläutert Prof. Dr. Karsten Müssig, Leiter der SMS-Initiative.

Im Rahmen der einjährigen Pilotphase der Initiative wurden die Kinder zu Beginn, nach der Hälfte und am Ende mit dem CHECK!-Test sportmotorisch getestet. In dem, in Kooperation mit dem Sportamt Düsseldorf, durchgeführten CHECK! werden die fünf sportmotorischen Grundeigenschaften Schnelligkeit, Koordination, Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit getestet. Der CHECK! wird seit 2003 an Düsseldorfer Grundschulen jährlich durchgeführt.

Im Vergleich zu Kindern, die nicht an der SMS-Initiative teilnahmen, zeigten sich bei den teilnehmenden Kindern positive Effekte auf die körperliche Fitness. Insgesamt verbesserten sich die Kinder in fünf der acht Kategorien des CHECK!-Testes: Hindernislauf, Standweitsprung, Sit-ups, Rumpftiefbeuge und 6-Minuten-Lauf. „Dank des Düsseldorfer Modells, zu dem auch die SMS-Initiative gehört, verzeichnen wir in den letzten Jahren rückläufige Zahlen übergewichtiger Kinder in Düsseldorf.“, zeigt sich Schul- und Sportdezernent Burkhard Hintzsche erfreut über die Ergebnisse.

Das Manuskript mit allen Ergebnissen der Evaluation wird 2017 in der renommierten Fachzeitschrift „Experimental and Clinical Endocrinology & Diabetes“ unter dem Titel: „Positive effects of promoting physical activity and balanced diets in a primary school setting with a high proportion of migrant school children“ veröffentlicht.



Die von Prof. Dr. Karsten Müssig geleitete Initiative „SMS. Sei schlau. Mach mit. Sei fit.“ an Düsseldorfer Grundschulen möchte Übergewicht und anderen Lebensstil-bedingten Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter entgegenwirken. Die SMS-Initiative wird getragen vom Verein Düsseldorf Kids mit PFIFF e.V. und wissenschaftlich begleitet vom Deutschen Diabetes-Zentrum (DDZ). Die teilnehmenden Kinder absolvieren den aid-Ernährungsführerschein in Kooperation mit dem Bildungszentrum für Diätassistenten der Kaiserswerther Diakonie und das von der Sportwissenschaftlerin Prof. Dr. Kerstin Ketelhut für Grundschulen entwickelte Bewegungsprogramm „Fitness für Kids“. Zusätzlich erhalten die Schülerinnen und Schüler eine Anleitung zur Stressregulation im Rahmen eines Sinnesklassenzimmers des Weiterbildungsganges Motopädie der Präha Weber-Schule sowie Entspannungsübungen in Kooperation mit der Initiative „Die bewegte Schulpause“ der Dietrich Grönemeyer Stiftung und dem Unternehmen Deichmann. Die beiden Krankenkassen IKK classic und KKH, diabetesDE - Deutsche Diabetes-Hilfe, das Sportamt Düsseldorf sowie weitere namhafte Partner und Persönlichkeiten unterstützen die Initiative und ermöglichen den teilnehmenden Schülern weitere attraktive außerschulische Lernorte. Schirmherr ist Thomas Geisel, Oberbürgermeister der Landeshauptstadt Düsseldorf. Die SMS-Initiative wurde 2015 mit dem Unterstützerlogo von IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung, und 2016 mit dem GUT DRAUF-Label der BZgA ausgezeichnet.

Weitere Informationen zu der Initiative erhalten Sie unter: [www.sms-mach-mit.de](http://www.sms-mach-mit.de)