



Bewegung gegen Diabetes – Prävention beginnt im Kindesalter

Gemeinsam mit dem TC Rot-Weiß Düsseldorf setzt sich die SMS-Initiative dafür ein, Grundschulkindern die Freude an der Bewegung zu vermitteln.

(Düsseldorf, 17.04.2018) Aus den aktuellen Ergebnissen der Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland (KiGGS) geht hervor, dass sich lediglich 22,8% der Mädchen und 30,0% der Jungen im Alter zwischen 7 und 10 Jahren nach den Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) mindestens 60 Minuten pro Tag bewegen. Besonders bei den Mädchen ist ein deutlicher Rückgang der körperlichen Aktivität in den letzten Jahren zu verzeichnen. Um dieser Entwicklung entgegenzuwirken, setzt sich die Initiative „SMS. Sei schlau. Mach mit. Sei fit.“ für ein gesundes Aufwachsen und eine langfristige Prävention von Übergewicht und Lebensstil-bedingten Erkrankungen im Kindesalter ein. Unterstützung erhält die SMS-Initiative dabei von einem der führenden Düsseldorfer Tennisvereine. Der Tennisclub Rot-Weiß Düsseldorf setzt seit Jahren auf eine kontinuierliche Jugendarbeit und ist Leistungsstützpunkt des Tennisbezirks Düsseldorf. Ziel des TC Rot-Weiß ist es, Kinder und Jugendliche für den Tennis-Sport zu begeistern und sie gezielt in ihrer sportlichen Entwicklung zu fördern. Am Mittwoch, den 18. April 2018, bietet der Verein nun den teilnehmenden Schülerinnen und Schüler der KGS Höhenstraße ein Tennis-Schnuppertraining an. In kleinen Gruppen und ausgestattet mit altersgerechten Schlägern und Bällen, erlernen die Kinder unter der Leitung des ehemaligen Bundesligaspielers Michael Heussen die Tennis-Grundschnügel Vor- und Rückhand und erhalten durch eine Kombination aus Koordinations- und Geschicklichkeits-Übungen ein Gefühl für den Ball. Die ehemalige Profi-Tennispielerin und Steffi Graf-Bezwingerin Cornelia Jamin, engagiert sich als Patin in der SMS-Initiative und unterstützt die Grundschulherinnen und -schüler beim Schnuppertraining mit hilfreichen Tipps.

„Zu sehen mit wie viel Freude und Begeisterung die Kinder an den Schnuppertrainings teilnehmen, bestärkt uns in unserem Ansatz, bereits im frühen Alter Kinder durch Freude und Spaß für eine ausgewogene Ernährung und regelmäßige Bewegung begeistern zu können und so langfristig Lebensstil-bedingte Erkrankungen vorzubeugen.“, unterstreicht SMS-Projektleiter Prof. Dr. Karsten Müssig, die Wichtigkeit solcher Angebote. „Als ehemalige



Spielerin ist es eine große Freude den Schülerinnen und Schülern bei ihrer ersten Tennisstunde zuzuschauen und mit ihnen mitzufiebern. Der Sport fördert nicht nur die Bewegung, sondern bietet den Kindern auch eine Möglichkeit sich vom stressigen Schulalltag zu erholen und mit Freunden Zeit zu verbringen.“, unterstreicht die SMS-Patin Cornelia Jamin.

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 Düsseldorfer Kids mit PFIFF e.V. und wissenschaftlich begleitet vom Deutschen Diabetes-Zentrum (DDZ). Die teilnehmenden Kinder absolvieren den aid-Ernährungsführerschein in Kooperation mit der Schule für Diätassistenz 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