



Spitzensportler machen Schule

Die teilnehmenden Schülerinnen und Schüler der SMS-Initiative erfahren aus erster Hand, warum eine ausgewogene Ernährung und regelmäßige körperliche Bewegung zu einem gesunden Leben dazugehören.

(Düsseldorf, 26.06.2019) Derzeit verdoppelt sich die Anzahl übergewichtiger Kinder während der Schulzeit. Diese Beeinträchtigungen beschränken sich nicht nur auf das Kindesalter, sondern haben auch erheblichen Einfluss auf die weitere Entwicklung bis hin zum Erwachsenenalter. Um dieser Entwicklung entgegenzuwirken und den teilnehmenden Schülerinnen und Schülern Freude an der Bewegung und einem gesunden Lebensstil zu vermitteln, erhält die Initiative „SMS. Sei schlau. Mach mit. Sei fit.“ Unterstützung von aktiven und ehemaligen Spitzensportlerinnen und -sportlern.

Die Paralympics-Bronzemedallengewinnerin im Schwimmen Tanja Gröppler machte den Anfang und stellte sich am 13. Juni 2019 den zahlreichen Fragen der Grundschülerinnen und -schüler der St. Rochus-Schule. Neben den größten Erfolgen und ihren Erlebnissen bei den Paralympics, wurde auch nach ihren Hobbies, dem wöchentlichen Trainingsumfang und dem Beginn ihrer Schwimmkarriere gefragt. Zur Veranschaulichung brachte Tanja Gröppler den Kindern zusätzlich ihre Paralympics-Bronzemedaille mit und auch signierte sie Autogrammkarten.

Am 19. Juni 2019 besuchte Sabine Thomaskamp, Olympia-Bronzemedallengewinnerin im Siebenkampf, die teilnehmenden SMS-Klassen der KGS Josef-Kleesattel-Straße. Die ehemalige Siebenkämpferin, die selbst auch im Düsseldorfer Stadtteil Garath aufgewachsen ist und für den Garather SV ihren ersten Deutschen Meistertitel gewinnen konnten, absolvierte gemeinsam mit den Schülerinnen und Schülern eine Trainingseinheit und berichtete aus ihrer aktiven Sportlerzeit.

Hendrik Beyer, mehrfacher Deutscher Meister und Olympiateilnehmer im Hochsprung, übernahm am 25. Juni 2019 erneut den Sportunterricht in der Mosaikschule. Bei den gemeinsamen Spielen „Linienfangen“ und „Rüben ziehen“ stand besonders der Spaß und die Freude an der Bewegung im Vordergrund. Um den Kindern die Sportart Hochsprung besser



zu verdeutlichen, brachte Hendrik Beyer den Kindern spezielle Sportschuhe mit Spikes aus seiner aktiven Sportlerzeit sowie eine Medaille mit.

„Die Komponenten Ernährung und Bewegung haben einen starken Einfluss auf die Gesundheit und Leistungsfähigkeit. Es ist mir wichtig, Kindern zu vermitteln, wie sehr regelmäßige Bewegung und gesunde Ernährung zum körperlichen Wohlbefinden beitragen. Deshalb unterstütze ich die SMS-Initiative sehr gerne.“, begründet Tanja Gröpper ihr Engagement. „Für die Grundschülerinnen und -schüler ist es immer etwas ganz besonderes, wenn eine prominente Sportlerin oder ein prominenter Sportler zu ihnen in die Schule kommt. Daher eignen sich unsere Paten hervorragend, um die Kinder für einen aktiven Lebensstil zu begeistern.“, freut sich Projektleiter Prof. Dr. Karsten Müssig über die zahlreiche Unterstützung der SMS-Paten.

Die von Prof. Dr. Karsten Müssig geleitete Initiative „SMS. Sei schlau. Mach mit. Sei fit.“ an Düsseldorfer und Neusser Grundschulen möchte Übergewicht und anderen Lebensstilbedingten 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 Ernährungsführerschein in Kooperation mit der Schule 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. Des Weiteren wird in den teilnehmenden Schulklassen in Kooperation mit der Techniker Krankenkasse der Kurs „Bleib locker! – Stressbewältigung für Kinder“ durchgeführt.

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 mit dem Unterstützerlogo von IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung, und mit dem GUT DRAUF-Label der



Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) ausgezeichnet und in die Landesinitiative „Gesundes Land Nordrhein-Westfalen“ als beispielhaftes Projekt und Mitglied aufgenommen.

Weitere Informationen zu der Initiative erhalten Sie unter: www.sms-mach-mit.de