

Gesundheits-Projekt „Iss das Leben schön“ für Kölner Grundschulen

Pressestelle Nordrhein

Die IKK classic startet mit Unterstützung der Kölner Haie, der Fleischer-Innung Köln und dem Fußball-Verband Mittelrhein das Projekt „Iss das Leben schön“ an Kölner Grundschulen. Das Ziel: Durch ein positives Ernährungs- und Bewegungsverhalten soll unnötigen Krankheiten vorgebeugt werden. Grundschulen können sich jetzt für das Projekt bewerben.

Die Zahlen sind dramatisch: Seit den 80er Jahren hat laut Studien die Zahl der von Übergewicht und Adipositas betroffenen Kinder und Jugendlichen zwischen 3 und 17 Jahren um rund 50 Prozent zugenommen - mit entsprechenden gesundheitlichen Folgen: Immer mehr Kinder leiden unter Diabetes, Bluthochdruck oder Gelenkproblemen.

Dabei kommen die Kinder in den seltensten Fällen zu dick zur Welt, die meisten nehmen erst später zu, im Kindergarten, in der Schule und während der Pubertät. Die Gründe sind schon lange bekannt: ungesundes Essen und zu wenig Bewegung. Anstatt zu toben, Fußball oder Verstecken zu spielen, sitzen die Kinder heute lieber vor dem Computer oder dem Fernseher und geraten in einen Teufelskreis: Weil sie sich zu wenig bewegen und falsch essen, nehmen sie zu. Und weil sie zugenommen haben, bewegen sie sich noch weniger und essen noch mehr. Hinzu kommt, dass viele Kinder und Jugendliche lieber fettige und süße Sachen essen, statt Obst oder Müsli. Wie Lebensmittel in rohem Zustand aussehen, wie sie riechen und wie sie schmecken, wissen viele Kinder heute auch nicht mehr. Anstatt selber zu kochen, greifen auch ihre Eltern immer häufiger zu Fertiggerichten und verarbeiteter Nahrung wie Hamburger und Fischstäbchen.

Genau bei diesen Problemen setzt das Projekt der IKK classic „Iss das Leben schön“ für die Kölner Grundschulen an. Das Präventionsprogramm, abgestimmt auf den Unterrichtsstoff der 3. und 4. Klasse, sorgt dafür, dass Schulen, Kinder und Eltern Einfluss auf das Ernährungs- und Bewegungsverhalten nehmen. In praxisbezogenen Unterrichtseinheiten erlernen und erleben die Schüler den Zusammenhang zwischen gesunder Ernährung, ausreichender Bewegung und ihrem allgemeinen Wohlbefinden. Das Thema Ernährung wird

Kontakt:

Michael Lobscheid
Pressereferent Nordrhein
Tel. 02204 912-104
Fax 02204 912-102
michael.lobscheid@ikk-classic.de

dabei nicht nur theoretisch vermittelt, sondern die Kinder sollen das Thema mit allen Sinnen erfahren, beispielsweise bei Ausflügen auf einen Bio-Bauernhof, zum Bäcker oder Fleischer. Zusätzlich werden die Eltern in eigenen Informationsveranstaltungen geschult. Unterstützt wird das Projekt von den Kölner Haien, der Fleischer-Innung Köln und dem Fußball-Verband Mittelrhein. Die Fleischer-Innung übernimmt die ideelle Schirmherrschaft des Projekts und die Fleischerfachgeschäfte vor Ort begleiten die Aktion und geben Tipps und Anregungen für eine ausgewogene Ernährung. Die Kölner Haie laden die Klassen zu einem Trainingsspiel ein und ein Spieler der Mannschaft wird die Schulklassen besuchen und dort vermitteln, wie viel Spaß Sport und Bewegung machen können.

„Sechs Kölner Grundschulen nehmen bereits an dem Projekt teil, wir würden uns aber freuen, wenn es noch viele mehr werden“, so IKK-Landesgeschäftsführer Thomas Lambez. Interessierte Schulen können unter www.iss-das-Leben-schoen.de oder der Telefonnummer 02204 912-481 weitere Informationen einholen.

Die IKK classic ist mit rund 3,6 Millionen Versicherten die größte IKK und die sechstgrößte Krankenkasse in Deutschland. Das Unternehmen mit Hauptsitz in Dresden unterhält bundesweit neun Landesdirektionen, mehrere hundert Geschäfts- und Servicestellen und ist Arbeitgeber für rund 7.000 Beschäftigte.

Kontakt:

Michael Lobscheid
Pressereferent Nordrhein
Tel. 02204 912-104
Fax 02204 912-102
michael.lobscheid@ikk-classic.de