

„Senioren bringen Schwung in die Kitas - Bewegung für Kinder in Sachsen- Anhalt“

Im Projekt SeKiB bringen Senioren Kinder in Bewegung und stärken deren soziale und körperliche Entwicklung in Sachsen-Anhalt.

Ein bemerkenswertes Projekt, das Kindern zu mehr Bewegung verhelfen soll, wird in Sachsen-Anhalt umgesetzt. Unter dem Namen SeKiB - «Seniorinnen und Senioren bringen Kinder in Bewegung» haben sich engagierte Frauen und Männer im Alter von 60 Jahren und älter zusammengefunden, um in Kindertagesstätten und Sportvereinen ein gezieltes Bewegungsangebot anzubieten. Diese Initiative wird durch den Verband der Ersatzkassen unterstützt, der im Rahmen der Initiative «Gesunde Lebenswelten» auf die Bedeutung der körperlichen Aktivität hinweist.

Die Motivation für dieses Projekt ist klar. Dr. Christiane Desaive, eine prominente Wissenschaftlerin, hebt hervor, dass Kinder frühzeitig in die Strukturen von Sportvereinen eingebunden werden müssen, um körperlich und sozial gestärkt aufzuwachsen. Besonders alarmierend ist die zunehmende Tendenz zu weniger Bewegung im Alltag. Laut der AOK-Familienstudie von 2023 verbringen gut die Hälfte der Kinder zwischen vier und sechs Jahren unter der Woche mehr als 30 Minuten täglich vor Bildschirmen, sei es Fernseher, Laptop oder andere digitale Geräte. Diese Entwicklung ruft nach Maßnahmen, die dem entgegenwirken.

Ehrenamtliche Trainer für mehr Bewegung

Dank einer Schulung werden die Seniorinnen und Senioren selbst zu Übungsleitern. Die Vereine, oft auf ehrenamtliche Hilfe angewiesen, können am Vormittag keine Trainer an Kitas oder Schulen entsenden. Hier kommen die fitten Seniorinnen und Senioren ins Spiel. Sie bringen nicht nur ihre eigene Fitness, sondern auch Lebenserfahrung und Freude an der Bewegung mit, was für die Kinder von großem Wert ist.

In den kommenden Monaten sucht das SeKiB-Projekt weiterhin Sportvereine sowie engagierte Seniorinnen und Senioren, die bereit sind, ihr Wissen und ihre Begeisterung für Bewegung weiterzugeben. Interessierte können sich direkt bei Prof. Dr. Elke Knisel oder Dr. Christiane Desaive melden. Die Nachfrage nach solchen Angeboten ist hoch, da viele Menschen die Bedeutung von Bewegungsförderung in der frühen Kindheit erkannt haben.

Dieses Projekt stellt nicht nur einen bedeutenden Beitrag zur körperlichen Gesundheit der Kinder dar, sondern fördert auch die soziale Interaktion zwischen den Generationen, was in der heutigen Zeit von immenser Bedeutung ist. Die aktive Einbindung von älteren Menschen in die Bewegungsförderung stellt eine Win-Win-Situation dar, von der sowohl die Seniorinnen und Senioren als auch die Kinder profitieren. Während die Kinder spielerisch lernen, sich zu bewegen, bleibt die Generation 60plus aktiv und eingebunden - ein gelungenes Konzept von gegenseitiger Unterstützung.

Details

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de