

Gesundheit · Freizeit und Kultur

# FreizeitFit4Kids

Ein Programm für Kinder- und Jugendfreizeiteinrichtungen zur Förderung des gesunden Aufwachsens von Kindern und Jugendlichen

*#Adipositas #Bewegung #Bewegungsförderung #DDZ #Diabetes #Ernährung  
#Gesundes Aufwachsen #Gesundheit #Gesundheitsförderung  
#Gesundheitskompetenz #Jugendarbeit #Jugendliche #Kinder #Prävention  
#Stressregulation*



FreizeitFit  
4KIDS

Die primäre Zielsetzung des FreizeitFit4Kids-Programms besteht in der Gesundheitsförderung und Prävention lebensstilbedingter Erkrankungen wie Adipositas und Diabetes in der offenen Kinder- und Jugendhilfe. Im Fokus steht, die Gesundheitskompetenz von sozial benachteiligten und von Armut bedrohten Kindern und Jugendlichen in Düsseldorf weiter zu fördern

Das Programm verbessert im Setting Kinder- und Jugendfreizeiteinrichtungen und Häusern für Kinder, Jugendliche und Familien einerseits das Wissen über ausgewogene Ernährung, Stressregulation und körperliche Aktivität sowie andererseits die Umsetzung des gesundheitsförderlichen Verhaltens in den Alltag. Andererseits wird zum Thema Diabetes aufgeklärt und Kinder und Jugendliche mit Diabetes werden konkret unterstützt. Zudem sollen nachhaltige Strukturen zur Gesundheitsförderung und Prävention lebensstilbedingter Erkrankungen in den jeweiligen Kinder- und Jugendfreizeiteinrichtungen und Häusern für Kinder, Jugendliche und Familien aufgebaut werden.

Gemeinsam mit den Einrichtungen, Partner\*innen sowie Fachkräften werden Angebote entwickelt, die individuell auf die jeweilige Einrichtung sowie die Bedarfe und Bedürfnisse der Zielgruppe zugeschnitten sind und die Kinder und Jugendliche zu mehr Bewegung, einer ausgewogenen Ernährung und einem gesunden Umgang mit Stress animieren sollen.

Die teilnehmenden Einrichtungen werden vom Projektteam am Deutschen Diabetes-Zentrum in Zusammenarbeit mit dem Erzieherischen Kinder- und Jugendschutz des Amt für Soziales und Jugend Düsseldorf ausgewählt.

Das FreizeitFit4Kids-Programm ist aus einem Pilotprojekt des Regionalen Innovationsnetzwerkes (RIN) Diabetes im Setting Kinder- und Jugendfreizeiteinrichtungen und Häusern für Kinder, Jugendliche und Familien entstanden. Der Aufbau des Programms und die Entwicklung und Anpassung der Module erfolgte in enger Abstimmung mit dem Jugend- und Gesundheitsamt der Landeshauptstadt Düsseldorf und den teilnehmenden Kinder- und Jugendfreizeiteinrichtungen und Häusern für Kinder, Jugendliche und Familien sowie weiteren Partner\*innen des RIN Diabetes. Unter Berücksichtigung sowie Anpassung und Einbezug bereits bestehender Projekte und Strukturen entwickelte sich aus dem Pilotprojekt das FreizeitFit4Kids-Programm, welches seit 2016 an mehr als 30 Kinder- und Jugendfreizeiteinrichtungen und Häusern für Kinder, Jugendliche und Familien in Düsseldorf erfolgreich durchgeführt wurde. Bei der Entwicklung der Angebote wird seit Projektstart ein interdisziplinäres Team, bestehend aus Ernährungsberater\*innen, Sportwissenschaftler\*innen sowie Pädagog\*innen eingebunden.

**Angebotsformat**

Gruppensetting

<b>Durchführungsort</b>	Kinder- und Jugendfreizeiteinrichtung
<b>Stadtbezirk</b>	SB 1, SB 2, SB 3, SB 4, SB 5, SB 6, SB 7, SB 8, SB 9, SB 10
<b>Stadtteile</b>	alle Stadtteile
<b>Zielgruppe</b>	6-9 Jahre, 10-17 Jahre, 18-26 Jahre und 27-66 Jahre
<b>Teilnehmerzahl</b>	pro Jahr nehmen ca. 4 Einrichtungen mit ungefähr 20 Kids
<b>Angebot besteht seit</b>	2016
<b>Geplante Laufzeit</b>	31.12.2030
<b>Evaluation des Angebots</b>	Nein
<b>Trägerkategorie</b>	Sonstige
<b>Träger</b>	Deutsche Diabetes-Forschungsgesellschaft e.V. Auf'm Hennekamp 65 40225 Düsseldorf
<b>Ansprechpartner*in</b>	Lukas Schmidt, Tel. 0211-33-82-550 <a href="mailto:lukas.schmidt@ddz.de">lukas.schmidt@ddz.de</a> Lara Paus, Tel. 0211 89-22019 <a href="mailto:lara.paus@duesseldorf.de">lara.paus@duesseldorf.de</a>
<b>Weitere Informationen</b>	<a href="http://www.freizeitfit4kids.de">www.freizeitfit4kids.de</a>