



fit4future Teens

Erfolgreiches Präventionsprogramm startet ab Herbst 2019 für Jugendliche und junge Erwachsene

fit4future kids, die gemeinsame Präventionsinitiative von der DAK-Gesundheit und der Cleven-Stiftung, unterstützt Grund- und Förderschulen dabei, Kinder in ihrer gesundheitlichen Entwicklung spielerisch und nachhaltig zu fördern. Das für 6- bis 12-jährige Kinder entwickelte Programm basiert auf den vier Modulen Bewegung, Ernährung, Brainfitness und Verhältnisprävention/System Schule.

Nach der Etablierung von fit4future Kids an bundesweit 2.000 Grund- und Förderschulen ist fit4future Teens die logische Erweiterung des ganzheitlichen Gesundheits- und Präventionsprogramms der Cleven-Stiftung und der DAK-Gesundheit. Ab dem Schuljahr 2019/20 startet das zweijährige Programm an weiterführenden Schulen.

Stressbewältigung und Material für Unterricht und Pause

Da ein Großteil der Jugendlichen und jungen Erwachsenen unter Stress leidet, so die Ergebnisse des DAK-Präventionsradars 2016/2017, bietet fit4future Teens verhaltens- und verhältnispräventive Maßnahmen in den Bereichen Stressbewältigung, ausgewogene Ernährung und Bewegung an. Ein weiterer Fokus liegt auf der Gesundheit der Lehrkräfte der Schulen, auch Eltern erhalten flankierend Informationen rund um die Gesundheit ihrer Kinder. Im Rahmen der Partnerschaft erhalten die teilnehmenden Schulen Unterstützung in Form von einem Live-Workshop, digitalen Inhalten sowie hochwertigen Spiel- und Sportgeräten für den Einsatz in Unterricht und Pause. Insbesondere der fit4future-Blog dient einer gezielten Ansprache der Jugendlichen und jungen Erwachsenen.

Der wissenschaftliche Anspruch

Als ganzheitliches Setting-Projekt wurde fit4future Teens in Zusammenarbeit mit Prof. Dr. Ingo Froböse (Deutsche Sporthochschule Köln) und seinem Team fischimwasser sowie der DAK-Gesundheit entwickelt.

Bewerbung für Schulen

Teilnehmen können alle weiterführenden Schulen, die den qualifizierten Sekundarabschluss 1 bzw. Hochschulreife anbieten. Bewerbungsschluss ist der 20.10.2019. Weitere Informationen und die Anmeldemodalitäten zu fit4future Teens erhalten Sie unter <https://teens.fit-4-future.de>. Für Fragen steht Ihnen das fit4future-Team gerne unter Tel. 089 7466 1456 zur Verfügung.