

## **„fit4future“ trotz Corona: Präventionskampagne unterstützt Lehrkräfte, Erzieher und Schüler zu Hause** **Gemeinsame Initiative von Cleven-Stiftung und DAK-Gesundheit begleitet Kinder und Jugendliche online**

Hamburg/München, 25. Mai 2020. „fit4future“, die Präventionsinitiative von Cleven-Stiftung und DAK-Gesundheit, weitet in der Corona-Krise ihr Angebot aus, um Lehrkräfte, pädagogische Fachkräfte, Erzieherinnen und Erzieher sowie Schülerinnen und Schüler zu Hause zu unterstützen. Mit Videos, Podcasts und Blogbeiträgen leistet das Programm einen Beitrag dazu, die Herausforderung dieser Zeit gemeinsam zu meistern. Zudem erhalten Lehrkräfte, Erzieherinnen und Erzieher sowie pädagogische Fachkräfte durch Webinare wichtige Hilfestellung. Die Präventionsinitiative „fit4future“ begleitet bundesweit Kinder und Jugendliche bereits an 2.600 Schulen und Kitas beim gesunden Aufwachsen. Durch die Einschränkungen im Zuge der Corona-Krise kann das Programm nicht wie gewohnt in den Schulen und Kitas stattfinden.

„Mit ‚fit4future‘ unterstützen wir Schülerinnen und Schüler sowie Lehrkräfte und Erzieherinnen und Erzieher in dieser schwierigen Zeit auch zu Hause“, sagt Thomas Bodmer, Mitglied des Vorstandes der DAK-Gesundheit. „Denn gerade jetzt sind Themen wie Bewegung, Ernährung und Stressbewältigung besonders wichtig.“ Hans-Dieter Cleven, Gründer der Cleven-Stiftung, erklärt: „Lehrkräfte und Familien stehen vielen neuen Herausforderungen gegenüber. Wir möchten ihnen dabei bestmöglich helfen, denn auch ihre Gesundheit liegt uns am Herzen.“

### **Sportler geben Tipps**

Entspannungs-, und Bewegungsübungen, Ernährungstipps sowie Indoor-Spielideen in regelmäßig aktualisierten Blogs, Podcasts und Lernvideos sollen dabei helfen, mit Stress umzugehen und in Bewegung zu bleiben. Dazu gibt es in den kommenden Wochen zahlreiche Motivations- und Bewegungsvideos mit „fit4future“-Head-Coaches und -Botschaftern, darunter bekannte Sportlerinnen und Sportler wie Ruderer Hannes Ocik (Olympia-Silbermedaillengewinner, mehrfacher Weltmeister und Europameister) und Hochspringerin Marie-Laurence Jungfleisch (mehrfache deutsche Freiluft- und Hallenmeisterin).

Erzieherinnen und Erziehern, Lehrkräften und pädagogischen Fachkräften werden halbstündige Webinare zu Themen angeboten, die in der Zeit rund um Corona hilfreich sind. Dazu gehören: Bewegungs-, Ernährungs- und Entspannungstipps für zu Hause, die neue Lernmethode E-Teaching und Tipps für einen Neustart nach Corona. Durch die Webinare führen „fit4future“-Head-Coaches und hochkarätige Referenten wie Prof. Dr. Ingo Froböse, der wissenschaftliche „fit4future“-Berater.

Auch nach einer Wiedereröffnung von Kitas sowie Grund-, Förder- und weiterführenden Schulen können die an „fit4future“ teilnehmenden Kinder und Jugendlichen, deren Eltern und Lehrkräfte, die Erzieherinnen und Erzieher sowie das pädagogischen Fachpersonal zu Hause von den Inhalten auf [www.fit-4-future.de](http://www.fit-4-future.de) profitieren.

Details zu den Webinaren, Videos und Inhalten von „fit4future“ gibt es hier:

<https://kita.fit-4-future.de/blog/fit4future-kita-fuer-zu-hause>

<https://kids.fit-4-future.de/blog/fit4future-kids-fuer-zu-hause>

<https://teens.fit-4-future.de/blog/fit4future-teens-fuer-zu-hause>