

# GESUNDE KIDS IN DUISBURG

# Ein Gemeinschaftsprojekt der AWO-Integration in Kooperation mit dem Gesundheitsamt der Stadt Duisburg

gefördert vom



In Kooperation mit



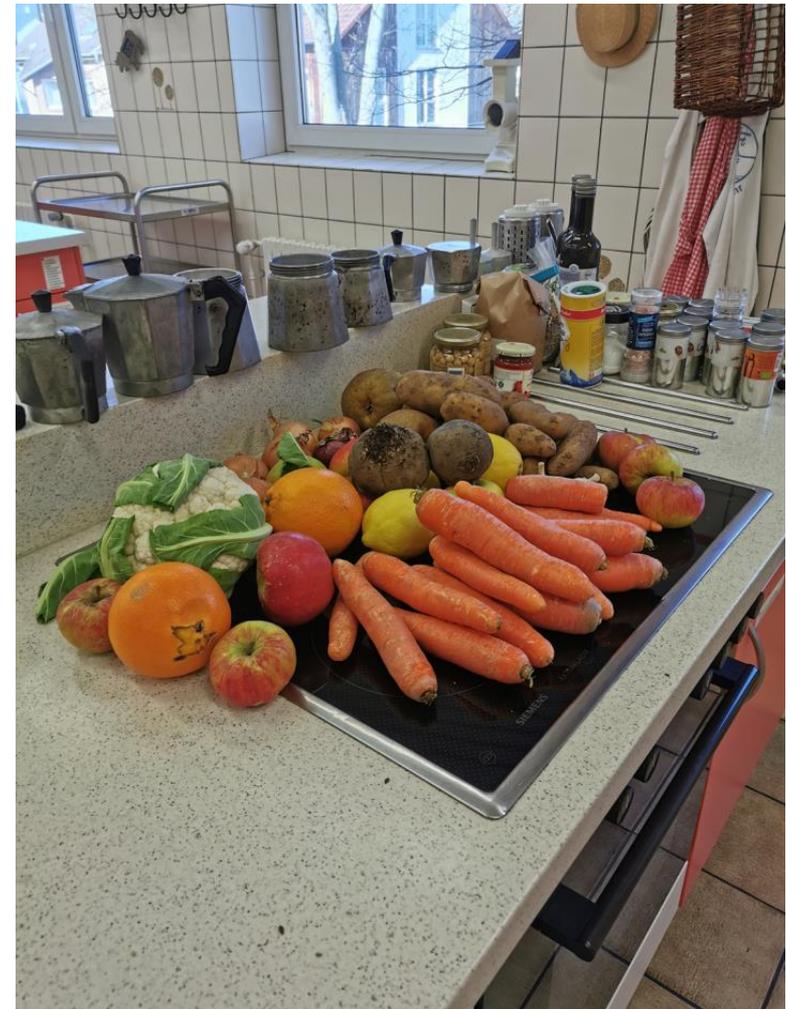
# Agenda

1. Gruppenangebote vor der Corona-Krise
2. Das Projekt in der Corona-Krise/ Lock-Down/Schulschließung
3. Gruppenangebote in der Corona-Krise
4. Corona-Folgen bei Kinder
5. Ziele und Wiederaufnahme für das neue Schuljahr
6. Planung und Zielsetzung bis zur Beendigung des Projektes
7. Vorstellung der Clearingstelle von Frau Niyazieva

# 1. Gruppenangebote vor der Corona-Krise

- Wöchentliche kostenlose Angebote in der Schule
- Vermittlung- und Begleitung in Sportvereine
- Infoveranstaltungen für Eltern und Kinder
- Offene Sprechstunden direkt in der Schule und persönliche Termine

# 1. Gruppenangebote vor der Corona-Krise



# 1. Gruppenangebote vor der Corona-Krise



# 1. Gruppenangebote vor der Corona-Krise Infoveranstaltungen für Eltern und Kinder



- 1. Gruppenangebote vor der Corona-Krise  
Bewegungsangebote in der Schule



## 2. Das Projekt in der Corona-Krise Lock-Down/Schulschließung

Auseinandersetzung mit:

- Home-Schooling
- Coronaschutzverordnung
- Corona-Regeln/Kontaktsperre

## 3. Gruppenangebote in der Corona-Krise

**Aktiv** und **Kreativ** in der Corona-Pandemie

- Digitale Angebote - Videos mit gesunden Rezepten und kreativen Übungen für Kinder und ihre Familien
- Interaktive Mappe mit kreativen Ideen
- Gesunde Lunchpakete
- Fitnesspläne für die Schulen
- Sommerferienaktion unter freiem Himmel: Hochbeete, Picknick und Sport im Park
- Schultüten Aktion

## 3. Gruppenangebote in der Corona-Krise

Digitale Angebote - Videos mit gesunden Rezepten und kreativen Übungen für Kinder und ihre Familien



# 3. Angebote in der Corona-Krise

Fitnesspläne für die Schulen

**GESUNDE KIDS  
ZU HAUSE**

**8 Wochen Fitnessplan**

www.fitnessplan.awo-integration.de

Montag	Kräftigen	Kumpelmann	Kräfte	Windstille	Vorbeuge	Einbeugen
Dienstag	Kumpelmann	Vorbeuge	In die	Kumpelmann	Windstille	Einbeugen
Mittwoch	Kräfte	Windstille	Kräfte	Kumpelmann	In die	Einbeugen
Donnerstag	Kumpelmann	In die	Einbeugen	Windstille	Vorbeuge	Kräfte
Freitag	Einbeugen	Vorbeuge	Kumpelmann	Kräfte	Windstille	In die
Samstag	Kumpelmann	Einbeugen	Windstille	In die	Kräfte	Vorbeuge
Sonntag	Kräfte	In die	Kräfte	Kumpelmann	Einbeugen	Windstille

**udek**

**Deutsche  
Länderlotterie**

**AWO**

# 3. Angebote in der Corona-Krise

Sommerferien Aktion 2021



Gesundheitsförderung und Prävention für Kinder im Alter von 6 bis 10 Jahren und ihre Eltern in den Duisburger Stadtteilen Marxloh und Hochfeld



mit dem Gesundheitsamt der Stadt Duisburg

## Kostenfreies Programm für die Sommerferien

Was?	Wann ?	Wo?
Bewegung, Spiel und Spaß Sommerfest	09.07.2021 (12-14 Uhr) 15.07.2021 (11-15 Uhr)	AWO Bauspielplatz Alexstr. 8, 47167 Duisburg AWO Bauspielplatz Alexstr. 8, 47167 Duisburg
Ein Tag im Gemüsegarten	21.07.2021 (12-14 Uhr)	Am Ingenhammshof 1, 47137 Duisburg
Bewegung und Picknick	26.07.2021 (13-15 Uhr)	Böninger Park, Heerstraße 180, 47053 Duisburg
Bewegung, Spiel und Spaß	03.08.2021 (12-14 Uhr)	Schulhof, Brückenstr. 98, 47053 Duisburg

gefördert vom:



in Kooperation mit:



# 3. Angebote in der Corona-Krise

Sommerferien Aktion 2021

Heute bei den **GESUNDEN KIDS:**  
**Sommer Eistee**



## Zutaten

Roter  
Früchtete  
4 Erdbeeren  
1 Zitrone  
Basilikum  
Wasser  
Eiswürfel

## Rezept

-1L Wasser aufkochen und Teebeutel hinzufügen  
-10 Minuten ziehen lassen, danach kaltstellen  
in den kalten Tee die Erdbeeren hereinschneiden  
Zitrone teilen. Eine Hälfte in Scheiben schneiden und dem Tee zufügen, die andere Hälfte in den Tee pressen  
Eiswürfel hinzufügen und mit Basilikum garnieren



gefördert vom VDEK und en Ersatzkassen in NRW

**vdek**  
Die Ersatzkassen

Gesunde  
Lebenswelten  
IN KÖLN UND UMGEBUNG

**GESUNDE KIDS**  
IN DUISBURG

**AWO** INTEGRATION  
in Kooperation mit  
**DUISBURG**  
am Rhein

# 3. Angebote in der Corona-Krise

## Sommerferien-Aktion 2021



# 3. Gruppenangebote in der Corona-Krise

Sommerferien-Aktion unter freiem Himmel: Hochbeete und Sport im Park




**GESUNDE KIDS  
IN DUISBURG**

**1**



**klettere das rote Seil hoch, laufe über die Brücke und rutsche die Rutsche herunter.**

gefördert vom:




**GESUNDE KIDS  
IN DUISBURG**

**2**



**versuche 10 Sekunden auf der Rolle zu laufen.**

gefördert vom:



in Kooperation mit:  
**DUISBURG**  
am Rhein

in Kooperation mit:  
**DUISBURG**  
am Rhein

# 3. Gruppenangebote in der Corona-Krise

Sommerferien-Aktion unter freiem Himmel: Hochbeete und Sport im Park



**GESUNDE KIDS  
IN DUISBURG**



**3**

**klettere über beide Reifen**



**GESUNDE KIDS  
IN DUISBURG**



**4**

**klettere an dem roten Netz  
hoch, berühre die Stange und  
klettere wieder herunter.**



**GESUNDE KIDS  
IN DUISBURG**



**5**

**krieche durch den  
Tunnel.**



## 3. Angebote in der Corona-Krise

### Gesunde Lunchpakete



# 3. Angebote in der Corona-Krise

Sommerferien-Aktion 2020



# 3. Angebote in der Corona-Krise

Sommerferien-Aktion 2021



# 3. Angebote in der Corona-Krise

Wöchentliche Angebote in Hochfeld und Marxloh



## 4. Corona-Folgen bei Kindern

„Alarmierende Folgen für Kinder und Jugendliche“

### **Psychische Folgen:**

- Stress
- Schulunlust
- Traurigkeit, Interessensverlust
- Sozialer Rückzug

### **Körperliche Folgen:**

- Adipositas/Übergewicht
- Essstörungen
- Diabetes
- Infektionen

Quelle: Sonderanalyse der DAK 2020

## 5. Wiederaufnahme und Ziele für das neue Schuljahr

- Gruppenangebote
- Angebot „Ernährungskurs“
- Angebot Bewegungskurs
- Angebote „Kinderyoga“ und „Ernährungskurs“
- Schultüten

# 5. Wiederaufnahme und Ziele für das neue Schuljahr

Schultüten



# 5. Wiederaufnahme und Ziele für das neue Schuljahr

Bewegungsangebote in der Grundschule



## 6. Planung & Zielsetzung bis zur Beendigung des Projektes

- Weiterführung der Bewegungsangebote an den Schulen
- Infoveranstaltung und Kochkurse zum Thema gesunde und kostengünstige Ernährung für Mütter
- 2 km-Kindermarathon in Marxloh
- Nachhaltigkeit gewährleisten
- Adventskalender 2021
- Podcastsbeiträge

# Zeit für Fragen, Feedback, Kritik



# Danke für Ihre Aufmerksamkeit

Thank you for your Attention

Gracias por su atención

Merci pour votre attention

Dikkatiniz için teşekkürler

Vă mulțumim pentru atenție

Bedankt

Благодаря ви за вниманието

Спасибо за внимание

Dziękuję za uwagę

شكرا لكم على اهتمامكم