



Königswinter, 25.06.2025

Pressemeldung

fit4future-Aktionstag an der Longenburgschule, Königswinter Niederdollendorf: 177 Kinder entdeckten spielerisch Gesundheitsthemen

Am Mittwoch, den 25.06.2025, ließen sich die vielfältigen Inhalte des schuleigenen Faches fit4future, an zahlreichen Erlebnisstationen live erleben. Das Fach fit4future umfasst Achtsamkeit, Bewegung, Ernährung und brainfitness sowie Lernen lernen und ist angeregt durch die Präventionsinitiative fit4future der DAK-Gesundheit.

Ninja-Olympiade, Buchstaben-Memo, ein Quiz zur körperlichen Gesundheit, danach noch eine Atementspannung und vieles mehr. Die gesamte Schule verwandelte sich dafür in einen Gesundheitsparcours mit verschiedenen Erlebnisstationen, die von den Klassen entdeckt wurden. Die Longenburgschule gehört seit dem Jahr 2017 zu den mittlerweile 1.166 Schulen, die aktuell an der bundesweit einmaligen Initiative der DAK-Gesundheit und der fit4future foundation teilnehmen. Insgesamt begleitet fit4future seit dem Jahr 2016 mehr als 2 Millionen Kinder und Jugendliche an 6.250 Kitas und Schulen auf ihrem Weg zu einer gesünderen Lebenswelt.

„Der fit4future-Aktionstag war ein ganz besonderes highlight für unsere Kinder und auch für das Schulpersonal“, berichtet Schulleitung Rita Schonauer. „Auch wenn wir bereits vor 4 Jahren einen Aktionstag hatten und die Themen in den letzten Jahren bereits Bestandteil unseres Schulalltags geworden sind, da wir das Fach fit4future in den Unterrichtskanon mit 1 Std. je Woche je Klasse aufgenommen haben: ein kompletter Tag im Sinne der Kindergesundheit hatte eine ganz besondere Wirkung. Kinder lernen am besten durch Ausprobieren – und das konnten Sie am Aktionstag nach Herzenslust tun. Die Veranstaltung hat auch den Teamgeist unserer Schulgemeinde gefördert.“

Der fit4future Kids-Aktionstag: ein Gesundheits-Event mit vielen Facetten

Bewegung, psychische Gesundheit und geistige Fitness, digitale Medien und Ernährung: in diesen vier Handlungsfeldern werden die Schulkinder von fit4future begleitet und sensibilisiert. Im Rahmen des Aktionstags konnten die Kinder diese Themen an abwechslungsreichen Stationen aktiv erleben. Begleitet wurden sie von Lehrer*innen, Sozialpädagog*innen sowie Eltern und Großeltern. So gab es u. a. eine Ernährungsstation mit einem Quiz zur körperlichen Gesundheit und Lebensmitteln, verschiedene Bewegungsangebote von Tic-Tac-Toe bis zu einer Ninja-Olympiade, Übungselemente zur Förderung von Körperbewusstsein, Teamgeist, Konzentration und Koordination sowie Stationen rund um das Thema Medienkompetenz, Resilienz und Selbst- bzw. Fremdwahrnehmung.

Auch die Eltern zeigten sich begeistert vom Aktionstag, wie Anni Ulitzsch, (Förderverein Longenburgschule), betont: „Ein tolles Angebot, umfangreich vorbereitet mit vielen

Praxistipps, angepasst an das Alter der Kinder. Und jede Station auch für uns mitwirkende Eltern erläutert, da konnten wir die Freude der Kinder genießen. Es hat uns sehr viel Spaß gemacht, fit4future live erleben zu dürfen. Jetzt wissen wir noch genauer, was unsere Kinder lernen und nehmen jede Menge Inspiration für unseren Familienalltag mit nach Hause.“

Kontakt Schule:

Grundschule Longenburgschule
Birgit Dupont
longenburgschule@gs-niederdollendorf.de
02223/ 700 82-12

Pressekontakt fit4future:

fit4future
c/o Cornelia Tiller
ct@fit-4-future.de
089 – 74 66 14 62

Über fit4future: Mehr Bewegung, ausgewogene Ernährung, eine Verbesserung der psychischen Gesundheit und geistigen Fitness, ein verantwortungsvoller Umgang mit Suchtmitteln und die Entwicklung einer gesunden Lebenswelt von Kita bis Schule – das sind die Ziele der bundesweiten Präventionsinitiative fit4future von DAK-Gesundheit und der fit4future foundation. Von der wissenschaftlich entwickelten und fortlaufend evaluierten Initiative profitieren seit 2016 Kinder und Jugendliche von drei Jahren bis zum Schulabschluss in drei eigenständigen Programmen: Zunächst Kinder von Grund- und Förderschulen, seit dem Schuljahr 2019/20 konnten erstmals Schülerinnen und Schüler von weiterführenden Schulen teilnehmen und seit 2020 gibt es fit4future auch für Kindertagesstätten. Nach den Sommerferien 2022 startete die weiterentwickelte Neuauflage der drei Programme und begleitet die Teilnehmenden in drei Kohorten (Start: 2022, 2023, 2024) bis Ende 2026 auf ihrem Weg zu einer gesünderen Schule bzw. Kita. Mehr Informationen: www.fit-4-future.de





