



«fit4future»: Gesundheitsförderung an unserer Schule

2005 hat die gemeinnützige Cleven-Stiftung das Programm «[fit4future](#)» ins Leben gerufen. Knapp 900 Primarschulen profitieren in der Schweiz unterdessen kostenlos vom vielseitigen Angebot zu den Themen Bewegung, Ernährung und Brainfitness. Das Ziel der wissenschaftlich begleiteten Initiative lässt sich einfach zusammenfassen: Das Programm soll die Lebensgewohnheiten von Kindern nachhaltig prägen und sie spielerisch zu einem gesunden Lebensstil motivieren.

Das Konzept von «fit4future» funktioniert: In der Schweiz nehmen von 450'000 statistisch erfassten Primarschulkindern bereits über 165'000 am Projekt teil. Auch unsere Schule ist vom Angebot und der Qualität von «fit4future» überzeugt. Die Spiel- und Sportmaterialien für einen bewegten Unterricht und aktive Pausen kommen bei den Klassen sehr gut an. Diverse Printmaterialien inspirieren Lehrpersonen, Eltern und Kinder. Zudem stehen allen teilnehmenden Schulen jährlich rund 350 Veranstaltungen zur Auswahl wie zum Beispiel Sport- und Bewegungstage, Workshops, Kochkurse, Lehrer-Weiterbildungen oder Elternabende. «fit4future» setzt seit Beginn auf fachliche Begleitung. Das Programm wird unterstützt vom Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit der Universität Basel, der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung und von Gesundheitsförderung Schweiz. Ebenfalls zentral sind die Kooperationen mit zahlreichen Kantonen und nationalen Sportverbänden. Zudem engagieren sich über 30 aktuelle und ehemalige Spitzenathlet/innen als Botschafter für das Programm. Dank der finanziellen Unterstützung durch Wirtschaftspartner und Stiftungen kann «fit4future» jedes Jahr wachsen und sich weiterentwickeln.

Wertvolle Inputs und Informationen für einen gesunden Alltag gibt's übrigens auch im monatlichen «fit4future» Input: Hier geht's zur [Anmeldung](#).