

Bewegungsarme Kids

12.04.2011, 17:51 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Supress*

Presseagentur: *Supress*

Inaktivität muss transparent gemacht werden

sup.- Dass sie sich viel zu wenig bewegen, meist aufgrund hohen Medienkonsums, ist vielen Kids gar nicht bewusst. Schrittzähler plus das Führen eines Bewegungs-Tagebuches können laut Dr. Ralf Schiel (Chefarzt der Inselklinik Haus Gothensee auf Usedom) dazu beitragen, Kindern und Jugendlichen ihre körperliche Passivität vor Augen zu führen. Denn erst eine realistische Selbstwahrnehmung macht es möglich, die Sprösslinge dann Schritt für Schritt zu mehr Bewegung im Alltag zu motivieren. Hier sind ganz klar nicht nur die Kindergärten und Schulen gefordert, sondern vor allem auch die Eltern. Tipps und Anregungen, wie der Nachwuchs zu mehr körperlicher Aktivität angeregt werden kann, gibt z. B. das Internetportal www.komm-in-schwung.de. Es wird von der Plattform für Ernährung und Bewegung (peb) und der Stiftung "Motivation zur Lebensstil-Änderung" empfohlen.

Portrait

Supress ist ein Dienstleister für elektronisches Pressematerial zur schnellen und kostenfreien Reproduktion. Unsere Seiten bieten ein breites Spektrum an Daten und Texten zu Themen wie modernes Bauen, Umwelt, Medizin und Lifestyle. Passende Grafiken und Bilder stehen ebenfalls zur Verfügung. Unser Webauftritt ist für eine Auflösung von 1024 x 768 Bildpunkte optimiert. Bei Abdruck wird die Zusendung eines Belegexemplars erbeten.

News-ID: 528671 • Views: 1388 (Stand: 16.05.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/528671/Bewegungsarme-Kids.html>