

Lionsbewegen Schulen

Die Gesundheits-Initiative für Volksschul-Kinder

Etwa ein Drittel unserer Kinder – beginnend schon im Volksschulalter – ist übergewichtig und macht zu wenig Sport! Dies führt verstärkt zu Krankheiten, Haltungsschäden und in weiterer Folge auch zu schlechteren schulischen Leistungen. Grund genug für uns Lions Distrikt Mitte etwas dagegen zu unternehmen: So unterstützen wir Volksschulen dabei, sportliche Aktivitäten in den Unterricht zu integrieren und helfen im Kampf gegen die Zivilisationskrankheit Adipositas.

Mehr Bewegung in den Volksschulen

Zusammen mit unseren Kooperationspartner Sport Thieme wurde daher ein einfaches wie effizientes Übungsprogramm entwickelt. Die Kinder machen täglich zu Beginn des Unterrichts 5 Minuten lang Übungen zur Verbesserung der Koordination, des Gleichgewichts und zur Kräftigung. Außer einem Sessel sind keine weiteren Hilfsmittel notwendig. Für jede Bewegungseinheit darf die Klasse eine Löwentatze auf einen Wandkalender kleben und hat ihren Fortschritt immer im Auge. So werden diese regelmäßigen Bewegungseinheiten Teil der täglichen Routine der Kinder. Und belohnt werden sie obendrein: Jede Klasse, die alle 150 Tatzen auf ihren Wandkalender geklebt hat, bekommt einen Gutschein in Höhe von € 100,- zum Kauf von Sportartikeln.

Wir wollen ganz Europa bewegen

Im Distrikt Mitte setzen bereits 85 Schulen bzw. Klassen auf dieses einfache Bewegungsprogramm. Mittlerweile wurde „Lions bewegen Schulen“ auch schon in anderen Distrikten sehr gut aufgenommen: Bereits mehr als 200 Schulen sind Teil unserer Bewegung. Und wir arbeiten daran, dass sich immer mehr Schulen beteiligen – auch über die Grenzen Österreichs hinaus. So werden wir „Lions bewegen Schulen“ beim Europaforum in Bordeaux präsentieren.

Werde Teil unserer Initiative

Wir sind überzeugt, dass wir mit diesem Programm einen wertvollen Beitrag zur Gesundheit unserer Kinder leisten werden und auch das Image der Lions bei den Eltern, Lehrkräften und Kindern stärken können. Zudem sind wir guter Dinge, dass sich so auch neue Mitglieder finden werden, die aktiv bei uns mitarbeiten wollen. Wir freuen uns auf viele Lions, die Teil von „Lions bewegen Schulen“ werden und wünschen viel Erfolg bei der Umsetzung!



Was hat der einzelne Lions Club dabei zu tun?

So einfach die Übungen gestaltet sind, so überschaubar möchten wir auch den Organisationsaufwand für die ausführenden Lions halten. Hier die wichtigsten Schritte:

- Nominierung Verantwortliche/r (z. B. Jugend- oder Friedensplakat-Beauftragte/r)
- Kontaktaufnahme mit der Volksschule
- Bestellung der Startersets (Übungskarten, Jahreskalender & Löwentatzen) im MD Büro Wien, € 50,- pro Set
- Nach erfolgreicher Durchführung (150 Tage) bekommt die Schule vom Lions Club einen Einkaufsgutschein im Wert von € 100,- (bei Sport Thieme 30% Ermäßigung, daher € 70,- effektive Kosten)
- Bestellung Folgepakete (Jahreskalender & Löwentatzen € 25,-)
- Information des Elternvereins und der Eltern über die Initiative

