

Grußwort

Mit dem Ball auf die Wiese oder auf den Bolzplatz, draußen sein, so lange rennen und kämpfen, bis man völlig außer Atem war – das war für mich als Kind das Größte. Wenn der Ball dann noch in ein selbstgebasteltes Tor ging, war das Glück vollkommen.

Solche Kindheitserfahrungen bleiben vielen Kindern und Jugendlichen heutzutage leider verwehrt und ein gesundes Aufwachsen ist keine Selbstverständlichkeit. Grund dafür sind Bewegungsmangel, unausgewogene Ernährung und oftmals auch seelische Probleme.

Mit meiner Stiftung möchte ich vor allem an den beiden ersten Punkten ansetzen. Ziel aller unterstützten Projekte ist es, durch Sport soziale Werte zu vermitteln und Bildungsangebote vor allem Kindern und Jugendlichen aus sozial benachteiligten Familien zugänglich zu machen.

Mit der AOK habe ich einen Partner gefunden, der sich mit seiner Initiative „Gesunde Kinder – gesunde Zukunft“ für dieselben Ziele einsetzt. Deshalb musste ich auch nicht lange überlegen, als ich gefragt wurde, ob ich mich als Botschafter für diese bundesweite Präventionsaktion für den Nachwuchs engagieren möchte.

Ein Baustein der Initiative ist das KiTa-Programm „JolinchenKids – Fit und gesund in der KiTa“. Neben der Familie nehmen auch KiTa und Kindergarten großen Einfluss auf die Entwicklung von Kindern. Gemeinsam kann hier spielerisch der Grundstein für ein gesundes Leben mit ausgewogener Ernährung und Freude am Sport gelegt werden.

Besonders wichtig finde ich dabei, dass auch das seelische Wohlbefinden in den Fokus der KiTa-Arbeit gestellt wird. Kinder sollen emotional gestärkt werden, damit sie ihre eigenen Ressourcen erkennen und dabei einerseits lernen, ihre Schwächen zu akzeptieren, und andererseits, ihre Stärken auszubauen und an sich zu glauben. Ein positives Selbstbild stärkt das Selbstvertrauen von Kindern und hilft, vielen Herausforderungen im Alltag besser zu begegnen.

Aber nur wenn auch die Erzieherinnen im Berufsalltag zufrieden sind, können diese gute Arbeit leisten und unsere Kinder auf das Leben vorbereiten. Dieser Aspekt wird von JolinchenKids zusätzlich berücksichtigt und zeichnet das Programm damit in meinen Augen besonders aus. Gleichzeitig werden auch die Eltern aktiv einbezogen, was mir persönlich als Vater sehr wichtig ist. Damit wird gewährleistet, dass Eltern auch außerhalb des eigenen Haushalts am Leben des Kindes teilhaben können.

Ich wünsche JolinchenKids einen großen Erfolg, indem sich möglichst viele Kindergärten an dem Programm beteiligen. Denn jedes Kind hat eine glückliche Kindheit verdient.

Mit herzlichen Grüßen

Philipp Lahm

Vorstand der Philipp Lahm-Stiftung und Botschafter der AOK-Initiative „Gesunde Kinder – gesunde Zukunft“

