



Sportprogramm für Kinder und Jugendliche nach einer onkologischen Therapie

der Deutschen Sporthochschule Köln
im Kinderkrankenhaus Amsterdamer Straße

Teilnahmevoraussetzungen

- onkologische Behandlung im Kinderkrankenhaus Amsterdamer Straße, Kinder- und Jugendmedizin, Kinderonkologie/-hämatologie
- Alter zwischen 4 und 17 Jahren
(langfristig ist eine Ausweitung des Programms auch für jüngere Kinder geplant)
- Abschluss der stationären medizinischen Therapiephase
- unterschriebene medizinische Unbedenklichkeitsbescheinigung von Dr. Dr. A. Prokop

Auch Geschwisterkinder haben die Möglichkeit am Sportprogramm teilzunehmen.

Organisatorisches

Wann?

- 1x/Woche, 60 Minuten
- Montag: 16.30 - 17.30 Uhr & 17.30 - 18.30 Uhr
- Donnerstag: 16:30 - 17:30 Uhr & 17:30 - 18:30 Uhr

Wo?

- Sporthalle der Physiotherapieabteilung des Kinderkrankenhauses Amsterdamer Straße (Untergeschoss)

Wie lange?

- zunächst 6 Monate, ggf. Verlängerung möglich

Interesse?

Sie haben Interesse mit Ihrem Kind am Sportprogramm der Deutschen Sporthochschule Köln im Kinderkrankenhaus Amsterdamer Straße teilzunehmen? Dann füllen Sie bitte das Kontaktformular aus und senden es an unten stehenden Kontakt. Wir werden zeitnah telefonisch mit Ihnen Kontakt aufnehmen und einen ersten gemeinsamen Termin vereinbaren.

Kontakt

Dipl.-Sportwiss. Julia Beulertz
Deutsche Sporthochschule Köln
Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin
Abteilung Molekulare und Zelluläre Sportmedizin
AG „Bewegung, Sport und Krebs“
Am Sportpark Müngersdorf 6, 50933 Köln
Telefon: 0221-4982-5450
Mail: j.beulertz@dshs-koeln.de



Kliniken der Stadt Köln gGmbH



Deutsche
Sporthochschule Köln
German Sport University Cologne





Sportprogramm für Kinder und Jugendliche nach einer onkologischen Therapie der Deutschen Sporthochschule Köln im Kinderkrankenhaus Amsterdamer Straße

Liebe Eltern,

vor einiger Zeit ist ihr Kind an Krebs erkrankt und musste aufgrund der intensiven medizinischen Therapie eine lange Zeit im Krankenhaus verbringen. Nun möchten wir Ihrem und anderen Kindern, die an Krebs erkrankt sind, wieder „auf die Beine helfen“. Bislang gibt es bereits einige wissenschaftliche Ansätze die zeigen, dass vor allem Bewegung und Sport den Kindern helfen kann wieder schnell und erfolgreich zurück in ihren Alltag zu gelangen.

Seit Mai 2012 gibt es im Kinderkrankenhaus Amsterdamer Straße für alle onkologisch erkrankten Kinder und Jugendlichen sowie deren Geschwisterkinder die Möglichkeit regelmäßig an einem Sportprogramm teilzunehmen.

Unser Ziel ist es den Kindern und Jugendlichen den Übergang von der intensiven medizinischen Therapiephase zurück in den Alltag zu erleichtern. Der Sport in der Gruppe soll dabei als Unterstützung auf dem Weg in ein aktives, selbstbestimmtes Leben dienen.

Mit freundlichen Grüßen,

Julia Beulertz

Aram Prokop

Freerk Baumann

Hintergrund

Bewegung und Sport sind eine grundlegende Voraussetzung für die physische und psychosoziale Gesamtentwicklung von Kindern und Jugendlichen. Deshalb sind Bewegung und Sport bei einer Krebserkrankung im Kindes- und Jugendalter besonders wichtig. Die Kinder und Jugendlichen können somit den therapiebedingten Folgen aktiv entgegen wirken, ihre Erkrankung besser verarbeiten und neue Lebensfreude gewinnen. Nach heutiger Erkenntnis gilt, dass Sport auch Jahre und Jahrzehnte nach überstandener Krebserkrankung weitere (körperliche und psychische) Folgeschäden verhindern und zur Erhaltung der Selbstständigkeit beitragen kann.

Rahmenbedingungen

- kleine Sportgruppen (3-6 Kinder) entsprechend des Alters der Kinder und Jugendlichen
- regelmäßige motorische Testungen zur Ermittlung der aktuellen körperlichen Leistungsfähigkeit
- Auswertung der Testverfahren mit individuellen Bewegungsempfehlungen
- individuell angepasstes, bewegungstherapeutisches Training
- ggf. Möglichkeit eines Einzeltrainings

Kinder und Jugendliche, die aus verschiedenen Gründen nicht regelmäßig am Sportprogramm teilnehmen können, haben die Möglichkeit an den motorischen Testungen teilzunehmen und individuelle Bewegungsempfehlungen zu erhalten.

Inhalte

Das spielerische und altersgerechte Training umfasst die verschiedenen motorischen Bereiche und ermöglicht eine zielgerichtete Bewegungsförderung, die an individuellen Defiziten und Potentialen ansetzt. Neben den „klassischen“ Sportspielen wie Volleyball, Fußball, Basketball oder auch Rückschlagspielen wie Badminton oder Tischtennis stehen Lauf- und Fangspiele, Abenteuerparcours und Bewegungsbaustellen im Mittelpunkt des wöchentlichen Trainings. Doch auch eine spezielle Fußgymnastik und Gangschulung sind Bestandteile der Bewegungsförderung.

Ziele

- Erhalt bzw. Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit und der gesundheitsbezogenen Lebensqualität
- Egalisierung motorischer Einschränkungen, um die Kinder und Jugendlichen so nah wie möglich an den Gesundheitszustand eines Gleichaltrigen heran zu führen
- Ausleben des natürlichen Bewegungsdrangs
- schnelle Rückkehr in Familie, Kindergarten, Schule und Ausbildung
- Entwicklung neuen Vertrauens in sich selbst und in den eigenen Körper
- Motivation zu einem aktiven Lebensstil und langfristigen Sporttreiben
- Unterstützung bei der (Re-)Integration in einen Sportverein