



Baden-Württembergischer Landesverband für
Prävention und Rehabilitation gGmbH

Weniger streamen und daddeln, mehr spielen und sporteln AKimba will den Medienkonsum von Kindern verbessern

Bad Krozingen, 17. Juli 2023 – Der Baden-Württembergische Landesverband für Prävention und Rehabilitation (bwlv) und die BARMER möchten gemeinsam den ungesunden Medienkonsum von Grundschulern in Bad Krozingen, Biengen, Schlatt, Tunsel und Hausen reduzieren. Dafür hat der bwlv das Projekt AKimba ins Leben gerufen. AKimba ist die Abkürzung für "Aktive Kinder & Medienberatung". „Über AKimba möchten wir die Medienkompetenz der Kinder stärken und sie für alternative Freizeitbeschäftigungen begeistern. Zusätzlich beraten wir die Eltern und Lehrkräfte. Wir geben ihnen Tipps, wie sie eine zu hohe Mediennutzung verhindern, erkennen und eindämmen zu können“, sagt Klaus Limberger, Leiter der bwlv Fachstelle Sucht Freiburg. Das Projekt ist an der Fachstelle angegliedert. Die BARMER fördert das Präventionsprojekt mit 42.000 Euro. „Medien gehören zum Alltag der Kinder. Mit verschiedenen Medien umgehen zu können, ist eine wichtige Kompetenz. Eine unkontrollierte Mediennutzung kann sich aber negativ auf das Wohlbefinden der Jungen und Mädchen auswirken. Das möchten wir durch die Unterstützung des Projekts AKimba verhindern. Die Kleinen sollen einen gesunden Umgang mit den Medien lernen, damit sie gesund aufwachsen können“, sagt Jonas Zinser, Geschäftsführer der BARMER in Freiburg. AKimba läuft bis zum Jahr 2025. Über 250 Grundschulkindern und deren Eltern wurden bereits mit dem neu entwickelten Programm und einem Elternbrief erreicht sowie Lehrer und Schulsozialarbeiterinnen und –sozialarbeiter sensibilisiert.

An der Grundschule Bad Krozingen läuft AKimba bereits

Bei AKimba gehen Schulsozialarbeiterinnen und –sozialarbeiter in die Grundschulklassen. Dort ermitteln sie gemeinsam mit den Schülerinnen und Schülern deren Medienkonsum. Auf spielerische Art lernen die Dritt- und Viertklässler, warum es nicht gut für sie ist, wenn sie zu viel Zeit mit verschiedenen Medien verbringen. Ebenso, welche Apps und Spiele für ihr Alter geeignet sind und was sie bei der Kommunikation im Netz beachten müssen. „Für Kinder mit einem erhöhten Bedarf bieten wir einmal wöchentlich eine aktive Freizeitgestaltung an. Zum Beispiel auf Michels Kleinsthof in Bad Krozingen“, so Projektleiterin Kathrin Winkel. An der Johann-Heinrich-von-Landeck Schule in Bad Krozingen ist das Projekt AKimba bereits angelaufen. 250 Kinder und deren Lehrerinnen und Lehrer nehmen daran teil. „Wir sind derart von dem Projekt AKimba überzeugt, dass wir das Projekt als festes, wiederkehrendes Programm in unserem schulischen Präventionskonzept verankern werden“, sagt Dennis Dietrich, Leiter der Johann-Heinrich-von-Landeck Schule.



Baden-Württembergischer Landesverband für
Prävention und Rehabilitation gGmbH

Von Adipositas bis Schlafstörung: Die Folgen des Medienkonsums

Wenn Kinder zu viel Zeit an ihrem Handy, im Internet oder vor dem Fernseher verbringen, dann kann das gesundheitlich Folgen haben. Eine hohe Mediennutzung könne zu Schlafproblemen führen. Außerdem gehe sie nicht selten mit einer körperlichen Inaktivität einher.

Bewegungsmangel und vor allem eine zu kalorienreiche Ernährung während der Mediennutzung können zu Übergewicht führen. Laut BARMER-Arztreport wurde im Jahr 2021 bei 4,3 Prozent der baden-württembergischen Kinder im Alter von sechs bis zwölf Jahren eine Adipositas ärztlich festgestellt. Das sind rund 26.700 Jungen und Mädchen, die krankhaft übergewichtig sind. „Die Zahl der adipösen Kinder steigt seit Jahren. Dabei ist Übergewicht mehr als nur ein paar Kilos zu viel auf den Hüften. Adipöse Kinder haben ein höheres Risiko, Krankheiten zu entwickeln, die sonst im Erwachsenenalter bei einer ungesunden Lebensführung auftreten. Dazu gehören neben Typ-2-Diabetes und Bluthochdruck auch Herz-Kreislauf-Erkrankungen“, sagt Jonas Zinser. Problematisch sei auch, dass die Kinder ihren ungesunden Lebensstil häufig auch als Erwachsene beibehalten würden. Eine unkontrollierte Mediennutzung könne sich zudem auf das seelische Wohlbefinden der Mädchen und Jungen auswirken. Etwa, weil sie Bilder oder Videos sehen, die für ihr Alter ungeeignet sind. Oder aber, weil sie Opfer von Cybermobbing werden.

Weitere Informationen:

Kathrin Winkel, Fachstelle Sucht Freiburg, Basler Str. 61, 79100 Freiburg

Handy: 0172 4099058