

## GEMEINSAME PRESSEINFORMATION

Dresden/München, 14. Mai 2020

**Das Präventionsprogramm „DIE RAKUNS – Das gesunde Klassenzimmer“ sorgt jetzt auch Zuhause mit abwechslungsreichen, kreativen und spaßbringenden Spielideen, Rezepten, Bewegungspausen und Experimenten für mehr Gesundheit im Alltag.**

Aktuell verbringen Kinder viel Zeit zu Hause, denn Schulen sind geschlossen und Freizeitmöglichkeiten eingeschränkt. Sowohl für Eltern als auch für Kinder stellt diese ungewohnte Situation eine große Herausforderung dar.

Um Anreize für einen gesunden Alltag zu schaffen, gibt es auf der Homepage des Programms „DIE RAKUNS – Das gesunde Klassenzimmer“ viele Spielideen, Rezepte und weitere Tipps. Auf spielerische Art und Weise lernen Kinder die Bedeutung von Hygiene kennen, lustige Bewegungspausen bringen mehr Schwung in den Alltag und bei der Anpflanzung eines eigenen „Gemüse-Urwalds“ bekommen sogar Gemüse-Muffel Lust auf Gesundes. Des Weiteren stehen verschiedene Übungen zur Entspannung und Stressbewältigung zur Verfügung, die einen Beitrag zu mehr Ruhe und Gelassenheit im Alltag leisten.

Die Gesundheitstipps sind eine optimale Ergänzung zum Präventionsprogramm „DIE RAKUNS – Das gesunde Klassenzimmer“, welches bundesweit bereits in über 2.800 Schulen und über 16.000 Klassen eingesetzt wird. Mit dem Programm fördert die Stiftung Kindergesundheit gemeinsam mit ihrem Partner, der IKK classic, die Gesundheit in Grundschulen, indem die Gesundheits- und Handlungskompetenz von Grundschulkindern gestärkt wird.

Eltern und Lehrer können die Gesundheitstipps auf der RAKUNS-Website unter folgendem Link finden: <https://www.rakuns.de/fuer-eltern/gesundheitsstipps.html>.

### **Pressekontakte:**

Stiftung Kindergesundheit  
Tel.: 089 4400 57768  
E-Mail: [info@kindergesundheit.de](mailto:info@kindergesundheit.de)

IKK classic  
Maren Soehring  
Tel.: 0351 4292 105513  
E-Mail: [Maren.Soehring@ikk-classic.de](mailto:Maren.Soehring@ikk-classic.de)

### Über die Stiftung Kindergesundheit

Die Stiftung Kindergesundheit engagiert sich seit 1997 aktiv für ein gesundes Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen. Stifter und Vorstandsvorsitzender Univ.-Prof. Dr. Berthold Koletzko und sein Team informieren die Öffentlichkeit zu wichtigen Gesundheitsfragen und erarbeiten in Kooperation mit Kompetenzpartnern und anerkannten Spezialisten Präventionsmaßnahmen, welche alle Alters- und Lebensbereiche vom Säugling bis zum Jugendlichen umfassen. Darüber hinaus fördert die Stiftung den fachlichen Austausch von Ärzten und Wissenschaftlern und liefert Expertise auf dem Gebiet der pädiatrischen Prävention.

Die Stiftung wurde für gleich drei Präventionsprojekte von „IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung“ des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft ausgezeichnet und ist Partner des Bündnisses für Prävention.

Weitere Informationen über die Stiftung finden Sie unter: [www.kindergesundheit.de](http://www.kindergesundheit.de)

### Über die IKK classic

Die IKK classic ist mit mehr als drei Millionen Versicherten das führende Unternehmen der handwerklichen Krankenversicherung und eine der großen Krankenkassen in Deutschland. Die Kasse hat rund 8.000 Beschäftigte an 160 Standorten im Bundesgebiet. Ihr Haushaltsvolumen beträgt rund 10 Milliarden Euro.

Mehr Informationen über die IKK classic finden Sie unter: [www.ikk-classic.de](http://www.ikk-classic.de)