

„Hör Dich fit!“ - Podcast bringt Kinder in Bewegung

München – 27.05.2024 – Die zweite Staffel des beliebten Podcasts „Hör dich fit!“ ist ab heute verfügbar. In fünf neuen Folgen dreht sich alles um das Thema Bewegung. Der Podcast richtet sich an Kinder im Vor- und Grundschulalter und erscheint alle zwei Wochen auf gängigen Plattformen wie Spotify, Apple Podcasts und Google Podcasts.

Wie viel sollte ich mich bewegen? Wie wirkt sich Bewegung auf meinen Körper und meine Laune aus? Wie kann ich meinen Alltag aktiv gestalten? Diesen Fragen gehen die Geschwister Lina und Milo zusammen mit ihrem Papa und dem sprechenden Vitamin Corbi auf den Grund. Gemeinsam lernen sie Neues rund um das Thema Bewegung und erhalten praktische Tipps für einen aktiveren Lebensstil. Die jungen Zuhörerinnen und Zuhörer erfahren dabei, warum Bewegung glücklich macht und warum zu viel Sitzen schlecht für die Konzentration ist.

„Wir freuen uns sehr, dass wir mit unserem Podcast auf unterhaltsame Weise die Grundlagen einer gesunden Lebensweise vermitteln können“, sagt Professor Dr. Dr. Berthold Koletzko, Vorsitzender der Stiftung KinderGesundheit. „Durch die neue Staffel möchten wir Kindern die Bedeutung von regelmäßiger Bewegung nahebringen und ihnen zeigen, wie viel Spaß es machen kann, aktiv zu sein.“

Zusätzlich zur Podcast-Veröffentlichung werden die Inhalte deutschlandweit auf fünf Familien-Events in einem Medienzelt mit Videos, einem Quiz und einem Gewinnspiel präsentiert. Den erfolgreichen Anfang machte bereits Frankfurt am 26. Mai. Diese weiteren Städte folgen:

- **01. Juni 2024:** Berlin – FEZ Kindertagswochenende, FEZ-Gelände
- **09. Juni 2024:** Stuttgart – Stuttgarter Kinderfest, Marktplatz Schillerstr./Kirchenstr.
- **22. September 2024:** Köln – Weltkindertag, Rheinauhafen
- **29. September 2024:** München – JuKi Festival, Werksviertel-Mitte

Die Stiftung KinderGesundheit setzt sich seit mehr als 25 Jahren mit ihren präventiven Maßnahmen für einen gesunden Lebensstil von Kindern und Jugendlichen ein. Die zweite Staffel des Podcasts wurde erneut in Kooperation mit der BNP Paribas Cardif entwickelt. „Wir sind überwältigt vom Erfolg der ersten Podcast-Reihe aus dem Jahr 2023 und haben nicht gezögert, die Stiftung KinderGesundheit auch bei der Produktion weiterer Folgen zu unterstützen. Jedes Mittel, mit dem wir Kinder und Jugendliche effektiv erreichen, um sie über die Folgen ungesunder Ernährung und mangelnder Bewegung aufzuklären, ist uns mehr als recht“, so Nicolas Pörtl, CEO von der BNP Paribas Cardif in Deutschland. Das Unternehmen gehörte gemeinsam mit anderen Wirtschaftsvertretern zu den Förderern des diesjährigen World Obesity Day’s im März und kämpft weltweit gegen Übergewicht und seine Folgen.

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen, den Podcast „Hör dich fit!“ zu abonnieren. Pädagoginnen und Pädagogen können den Podcast zur Unterstützung ihrer Bildungsarbeit in Kindergarten und Grundschule nutzen.

[Hier geht’s direkt zum Podcast “Hör dich fit!”](#)

Presse-Information

Die Stiftung Kindergesundheit

Als gemeinnützige Organisation mit direkter Anbindung zur Ludwig-Maximilians-Universität München und der dortigen Kinderklinik und Kinderpoliklinik agiert die Stiftung Kindergesundheit an der Schnittstelle zwischen Wissenschaft und Praxis. Sie vernetzt wissenschaftliche Erkenntnisse mit praktischer Anwendung innerhalb ihrer Programme und Projekte. Mit ihren evidenzbasierten Programmen gestaltet sie zielgruppengerechte Prävention - von der Schwangerschaft über den Kindergarten, von der Grundschule bis hin zum Jugendlichen. Ziel ist es, Erkenntnisse aus der Wissenschaft für die Praxis nutzbar zu machen. Gegründet wurde die Stiftung 1997 von Prof. Dr. Dr. h.c. mult. Berthold Koletzko, Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin mit Tätigkeit am Dr. von Haunerschen Kinderspital der Ludwig-Maximilians-Universität München. Er ist bis heute ihr Vorstandsvorsitzender.

Über BNP Paribas Cardif in Deutschland

In Deutschland ist das Versicherungsunternehmen BNP Paribas Cardif seit dem Jahr 1996 aktiv und hat seinen Sitz in Gerlingen. Das Unternehmen ist Anbieter von Produkten wie Restkredit- und Reparaturkostenversicherungen, Baufinanzierungsabsicherungen, Einkommenschutz sowie Rundum-Absicherung von Mobilität. Als Tochtergesellschaft von BNP Paribas verfügt das Versicherungsunternehmen über ein einzigartiges Geschäftsmodell, das in Partnerschaften verankert ist. Mit einer Präsenz in über 30 Ländern und starken Standorten in Europa, Asien und Lateinamerika ist BNP Paribas Cardif ein globaler Spezialist für Personenversicherungen und leistet einen wichtigen Beitrag zur Finanzierung der Realwirtschaft. Weltweit beschäftigt BNP Paribas Cardif 8.000 Mitarbeitende. BNP Paribas Cardif ist über die Cardif Lebensversicherung und Cardif Allgemeine Versicherung in Deutschland tätig.

Pressekontakt Stiftung Kindergesundheit:

Anna Philippi
Leitung Politik & Wissenschaftskommunikation
Stiftung Kindergesundheit
Telefon: +49 | 151 614 808 92
E-Mail: philippi@kindergesundheit.de
www.kindergesundheit.de

Mehr über die Stiftung Kindergesundheit erfahren:

[Webseite](#) | [Facebook](#) | [LinkedIn](#) | [Twitter](#) | [Instagram](#)

Pressekontakt BNP Paribas Cardif:

BNP Paribas Cardif in Deutschland
Nicole Kieser
Leiterin Unternehmenskommunikation
Telefon: +49-711-82055-114
E-Mail: nicole.kieser@cardif.com