



**aktion  
orthofit**

## Informationen für die Schule

Fachärzte des Berufsverbandes für Orthopädie und Unfallchirurgie e.V. (BVOU) gehen mit den Kampagnen „Zeigt her Eure Füße“ und „Haltung zeigen“ gezielt auf Schulen zu, um dort eine Schulstunde mit den Kindern zu gestalten. Ziel der Aktion Orthofit ist es, das Bewusstsein in der Bevölkerung und insbesondere der Kinder und Eltern für eine gesunde Entwicklung des Bewegungsapparats zu schärfen. Dabei spielt die Motivation zu mehr Bewegung und zur kontinuierlichen Vorsorge eine besondere Rolle.

### Kampagne „Zeigt her Eure Füße“



Die Kampagne: „Zeigt her Eure Füße“ ist eine seit 2010 stattfindende bundesweite Aufklärungsaktion. Ziel der Kampagne ist es, das Bewusstsein in der Bevölkerung und insbesondere der Eltern von Kindern im Grundschulalter für eine gesunde Fußentwicklung zu schärfen. Dabei spielt die Motivation zu mehr Bewegung und zur kontinuierlichen Vorsorge eine besondere Rolle. Fehlentwicklungen sowie daraus resultierende Erkrankungen und bleibende Schäden können so vermieden werden.

Im Fokus der orthopädischen Vorsorge stehen regelmäßige Untersuchungen. Unsere Füße bilden das „Fundament des Körpers“ und Fußerkrankungen können zu Hüft-, Knie und Rückenbeschwerden führen, wenn diese nicht früh erkannt und behandelt werden. Vorsorgeuntersuchungen sind allerdings nicht Teil der Kampagne sondern lediglich eine Empfehlung. Die Kampagne informiert und sensibilisiert in Kindergärten, Grundschulen und Vereinen Kinder, Eltern und Lehrer mit spielerischen Mitteln. Mit Übungen für die Füße und Informationen vom richtigen Schuh über einen Barfußpfad bis zum Tanz „Zeig her, wozu Du Füße hast!“ regen wir zum Mitmachen an.

### Kampagne „Haltung zeigen“



Nach zehn erfolgreichen Jahren haben wir uns 2020 entschlossen die Aktion Orthofit um die Kampagne „Haltung zeigen“ zu erweitern, dass Lehrerinnen und Lehrer die Aufklärungsstunde auch ohne den Besuch eines Orthopäden veranstalten können. Dafür haben wir Übungsvideos mit dem bekannten Fernsehmoderator Christian Bahrmann produziert sowie Karteikarten für den Unterricht.

Ziel ist es, das Bewusstsein der Lehrer, Kinder und Eltern für eine gesunde Entwicklung der Wirbelsäule zu schärfen, um spätere Haltungsschäden zu vermeiden.

Kinder werden mit leicht verständlichen Rückenübungen motiviert, sich zu bewegen und auf eine korrekte Körperhaltung zu achten. Zusätzlich erhalten Schüler und Eltern wertvolle Tipps für z.B. das Packen eines Schulrucksacks oder das richtige Sitzverhalten.



**aktion  
orthofit**

## **Ablauf der Aktion Orthofit**

Der Orthopäde sucht sich eine Institution in seiner Nähe, die Interesse an der Ausrichtung einer Informationsstunde für ihre Kinder hat. Es wird ein Termin für die Aktion Orthofit vereinbart. Dieser sollte in der Aktionswoche vom 20. – 24.11.2023 liegen und findet in Form einer Schulstunde (45 min.) statt.

Die Aktion ist für Schulen kostenlos und wird aus den Mitteln unseres Verbandes finanziert.

Im Vorfeld werden der ausrichtenden Institution Einverständniserklärungen für die Eltern übergeben, die diese ausfüllen und dem Kind wieder mitgeben sollten. Hier wird sowohl das grundsätzliche Einverständnis der Eltern zur Teilnahme ihrer Kinder, als auch die Zulassung von Journalisten abgefragt, die über die Aktion in den regionalen und überregionalen Medien berichten wollen. In der Vergangenheit war das Medieninteresse jedes Jahr sehr hoch.

Der Orthopäde motiviert mit speziellen Übungen zur Bewegung und informiert die Kinder z.B. über die Beschaffenheit des Fußes, der Wirbelsäule und gesundheitsförderndes Verhalten.

Für die Gestaltung der Schulstunde erhält der Orthopäde Tipps und Informationsmaterialien vom Berufsverband als zentralem Koordinator der Kampagne. Eine enge Abstimmung zwischen Schule und Orthopäde bei der Gestaltung der Schulstunde ist das Ziel. Die aktive Einbindung der Lehrer wird angestrebt.

Am Ende der Aktionsstunde erhält jedes Kind eine Infomappe, in der weitergehende Informationen für die Eltern enthalten sind.

Es besteht die Möglichkeit, dass Journalisten, Fotografen oder ein Fernseheteam vor Ort sind, um einen Beitrag über diese Stunde zu produzieren. Ob dies erlaubt wird, muss die Schule oder Institution gemeinsam mit den Eltern der Kinder entscheiden und frühzeitig an den teilnehmenden Orthopäden zurückmelden. Die Eltern müssen dafür ebenfalls ihr Einverständnis erklären.

**Wir würden uns freuen, Sie als teilnehmende Schule begrüßen zu dürfen.**

<https://www.aktion-orthofit.de/schulen>

Aktion Orthofit  
Berufsverband für Orthopädie  
und Unfallchirurgie e.V.  
Straße des 17. Juni 106-108  
10623 Berlin  
T 030 797 444-44  
F 030 797 444-45  
M [bvou@bvou.net](mailto:bvou@bvou.net)  
[www.bvou.net](http://www.bvou.net)  
[www.aktion-orthofit.de](http://www.aktion-orthofit.de)

