

## **Österreichische Liga für Kinder- und Jugendgesundheit: Kinder brauchen mehr freie Zeit und Raum und nicht nur die tägliche Turnstunde**

**Am 20. September ist Österreichs UNICEF-Weltkindertag, diesmal unter dem Motto „Kinder brauchen Zeit“. Die Österreichische Liga für Kinder- und Jugendgesundheit nützt diesen Tag und das diesjährige Motto für einen Appell, Kinder und Jugendlichen mehr freie Zeit und Raum in unserer Gesellschaft zu geben.**

Wien, 19.9.2012 - Kinder und Jugendliche brauchen Zeit für eine gesunde seelische, geistige und körperliche Entwicklung. Wie viel Zeit ein Kind dafür braucht, ist ganz individuell und hängt von vielen Faktoren ab. Genau darauf sollte laut der Experten der Österreichischen Liga für Kinder- und Jugendgesundheit Rücksicht genommen werden. Die derzeitigen gesellschaftlichen Rahmenbedingungen erlauben jedoch immer weniger Individualität. Bestes Beispiel dafür ist der Ruf nach der täglichen Turnstunde. „Es ist beinahe Zynismus, Kindern zuerst jeden Raum und Zeit für freie Bewegung weg zu nehmen, ihnen die Lust am Ungestüm sein, am Toben und Laufen abzugewöhnen und sie dann „künstlich“ mit Turnstunden „zur Bewegung zu animieren“ um den Leistungssport anzukurbeln,“ meint Dr. Klaus Vavrik, Präsident der Österreichischen Liga für Kinder- und Jugendgesundheit. Das diesjährige Motto des UNICEF-Weltkindertags in Österreich „Kinder brauchen Zeit“ nützt die Österreichische Liga für Kinder- und Jugendgesundheit, um auf die Wichtigkeit des Faktors Zeit für Kinder und Jugendliche hinzuweisen. Der Aspekt Zeit spielt in vielen Bereichen des Lebens eine wichtige Rolle, sowohl für die Entwicklung als auch in der Betreuung gesunder wie kranker Kinder.

Dabei geht es nicht um ein straff durchorganisiertes Freizeitprogramm mit strengem Stundenplan, der Kinder in ihrer Freizeit zusätzlich unter Druck setzt, sondern um freie Zeit für Neugierde, Kreativität, Entdeckerlust und ungeplante Erlebnisse, um ihre Potentiale zu entwickeln. Kinder brauchen Raum und Zeit für freie Bewegung, zum Toben und Laufen. In diesen Zeiten des freien Spielens mit anderen lernen Kinder soziales Verhalten und aufeinander zu achten. Was die einen zu sehr in ein straffes Zeitkorsett gezwängt sind, sind andere Kinder und Jugendliche zu sehr sich selbst überlassen, verbringen sehr viel Zeit vor dem PC und Fernseher und vernachlässigen ihre sozialen Kontakte. Kinder brauchen Zeit und Zuwendung von ihren Eltern statt Gameboy und DVD. Sie brauchen Zeit mit Bezugspersonen, um sich zu orientieren. Sie brauchen Zeit mit Familie und Freunden, um Sicherheit und Gemeinschaft zu erleben und um Zuversicht und Selbstvertrauen zu entwickeln. Sie brauchen mehr Zeit als wir Ihnen heute geben. Familien brauchen Zeit, um auch Familie zu sein und gemeinsam etwas erleben zu können. Dafür müssen die entsprechenden Rahmenbedingungen geschaffen werden. Dies gilt ganz besonders in Zeiten, in denen Kinder krank sind. Um Kindern Zeit zu geben, in Ruhe gesund zu werden, müssten die für erwerbstätige Eltern gesetzlich geregelten Pflegezeiten erweitert werden.

Wie wichtig Kindern und Jugendlichen Familie und Freunde sind, zeigt eine Befragung, die die Österreichische Liga für Kinder- und Jugendheilkunde Anfang 2012 bei Kindern und Jugendlichen im Alter von 5 bis 15 Jahren durchgeführt hat. Auf die Frage „Was brauchst du, um dich wohl zu fühlen?“ antwortete der überwiegende Teil: Meine Familie, meine Freunde, im Freien spielen.

Es ist höchste Zeit, dass unsere Gesellschaft erkennt, dass der Faktor Zeit wertvoller ist als Wirtschaftswachstum. „Immer größer, immer schneller, immer mehr in immer kürzerer Zeit“ ist das Ziel der gewinngetriebenen Wirtschaftselite. Kinder macht das krank. Und Erwachsene auch!

Besonderes Anliegen, wenn es um Zeit für Kinder geht, sind der Österreichischen Liga für Kinder- und Jugendgesundheit die Bereiche Kinderbetreuung und Therapieangebote:

Schon in der Kleinkinderbetreuung ist Zeit ein knappes Gut: Kinder brauchen mehr Zeit und individuelle Betreuung, als zwei Pädagoginnen für 18 Kinder in der Krippe aufbringen können.

Kranke Kinder brauchen ganz besonders Zeit und ausreichend Angebot an Therapie, das sich ihre Eltern auch leisten können. Sie brauchen Zeit und Angebot für Rehabilitation.

Vavrik bringt es auf den Punkt: „Kinder sind unsere Zukunft! Aber wir sind und gestalten ihre Gegenwart! So wie wir heute unsere Kinder behandeln, so werden sie morgen die Welt gestalten.“

[www.kinderjugendgesundheit.at](http://www.kinderjugendgesundheit.at)

Rückfragehinweis:  
Verena Bittner-Czettl  
Tel. 0650/7101373  
presse@kinderjugendgesundheit.at