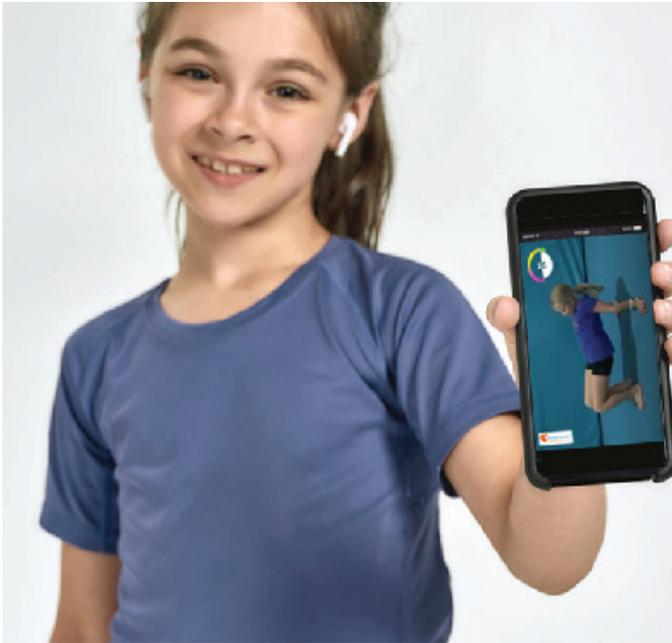


Die Sport-App für Kinder mit angeborenem Herzfehler



Die Sport-App ist kinderleicht zu bedienen und hält junge Herzen mit ausgewählten Übungen spielerisch fit.

*Sport und Bewegung mit Herzfehler sind in Zukunft kein Problem. Damit diese Vision wahr wird, fördert **kinderherzen** die Entwicklung einer App am Deutschen Herzzentrum München, die herzkranken Kinder zu mehr sicherer Bewegung ermutigt und ihnen somit ein aktives und gesundes Leben ermöglicht. In Form einer alltagstauglichen App wird den Kindern ein Programm sprichwörtlich in die Hand gegeben, mit dem sie eigenverantwortlich Übungen durchführen können und gleichzeitig den Eltern die Sorge bei diesem Thema genommen.*

Ausreichend Bewegung spielt eine zentrale Rolle bei der Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen. In diesem Zusammenhang empfiehlt die Weltgesundheitsorganisation (WHO), dass Kinder und Jugendliche mindestens 60 Minuten am Tag körperlich aktiv sein sollten. Doch gilt das auch für ein Kind mit angeborenem Herzfehler? Ja, sagt die WHO seit letztem Jahr auch offiziell!

Oft sind Eltern von Herzkindern aber verunsichert, weil sie einerseits nicht wissen, wie viel Sport für ihr Kind gesund ist und andererseits wo passende Sportkurse angeboten werden. Insbesondere in ländlichen Regionen sind solche Angebote häufig nicht zu finden und aufgrund der Corona-Pandemie finden momentan selbst in Großstädten keine Sportkurse mehr statt.

Überall und jederzeit bereit

Die zu entwickelnde Sport-App löst alle diese Probleme auf Knopfdruck. Mit ihr bringen die Kinderherzmediziner in München ein Sportprogramm zu ihren Patienten nach Hause und erreichen sie in ihrem alltäglichen Leben. Auf dem Smartphone holen sie betroffene Kinder und Jugendliche dieser Generation genau dort ab, wo sie sich ohnehin im Alltag befinden.



**kinderherzen bringt junge Herzen
in Schwung.**

kinderherzen-Forschung

Im Zeitraum von 24 Monaten haben die Münchner Experten unter dem Motto „One Hour a Week, Brings Mobility, Power and Speed“ bereits ein webbasiertes Bewegungsprogramm getestet, welches sicher von allen Patienten durchlaufen wurde. Sie erhoffen sich, mithilfe einer leicht bedienbaren App nun einem breiten Publikum Zugang zu diesem erfolgreichen Programm zu ermöglichen – und zwar unabhängig von Ort und Zeit. Die App-basierte Version bietet aufgrund ihrer mobilen Einsatzmöglichkeit die Chance, Kinder und Jugendliche mit Herzfehlern optimal im Alltag zu unterstützen.

Daten & Fakten

Wichtiges auf einen Blick

Projektnummer:

A-M-022/2020 KH M

Ausführlicher Projekttitlel:

Entwicklung eines App-basierten Bewegungsprogramms für Kinder und Jugendliche mit angeborenem Herzfehler – powered by **kinderherzen**

Projektlaufzeit:

01.02.2021 – 30.04.2022

Kosten:

8.400,00 €

Projektstandort:

Deutsches Herzzentrum München

Therapieziele auf einen Blick:

- bessere Nachbehandlung von Patienten mit angeborenem Herzfehler durch Bewegung
- speziell für Kinder und Jugendliche mit angeborenem Herzfehler entwickeltes Bewegungsprogramm zur eigenverantwortlichen Durchführung
- orts- und zeitunabhängiges Programm für breites Publikum
- App als zeitgemäße Lösung

kinderherzen-Experte Dr. Jan Müller, wissenschaftlicher Mitarbeiter Lehrstuhl für Präventive Pädiatrie

„Digitale Möglichkeiten spielen in der Versorgung der Patienten mit angeborenem Herzfehler bisher kaum eine Rolle. Unser für die Zielgruppe speziell entwickeltes Bewegungsprogramm soll als App bequem in die Wohn- und Kinderzimmer dieser Patienten gelangen und nach Lust und Laune zu jeder Tages- und Nachtzeit durchführbar sein.“



Ansprechpartnerin:

Linda Röß

Stiftungsleitung

Telefon: 089 / 21817 98

E-Mail: linda.roess@kinderherzen.de

www.kinderherzen-muenchen.de



Ihre Hilfe macht den Unterschied Spenden Sie für Kinderherzen

Mit der Sport-App können Herzkinder orts- und zeitunabhängig ein auf sie zugeschnittenes Bewegungsprogramm bequem und eigenverantwortlich nutzen. Helfen Sie uns, damit die Entwicklung dieser mobilen und modernen Hilfe vorangebracht wird. Gemeinsam können wir die Lebensqualität von Herzkindern verbessern.

Spendenkonto:

Commerzbank München

IBAN: DE67 7008 0000 0954 5451 00

BIC: DRESDEFF700