

KiKli Fit

Berner Sport- und Bewegungsangebot
für Kinder und Jugendliche mit
einer Krebserkrankung



Ein Angebot des
Vereins KiKli Fit

in Kooperation mit der Abteilung für
Pädiatrische Hämatologie und Onkologie
(Universitätsklinik für Kinderheilkunde,
Inselspital Bern)

sowie
dem Arbeitsbereich Sportpädagogik
(Institut für Sportwissenschaft)
der Universität Bern

Begrüssung



Liebe Patient*innen, liebe Eltern,

durch die Erkrankung und bevorstehende Therapie kommt eine herausfordernde und anspruchsvolle Zeit auf Euch zu. Es ist uns eine Herzensangelegenheit, Euch in dieser Zeit zu unterstützen.

Zukünftig möchten wir Euch im Behandlungsprozess mit zusätzlichen Sport- und Bewegungsangeboten ergänzend zur Physiotherapie begleiten. Hier möchten wir uns auf Dich, Deine Interessen sowie Dein Wohlbefinden fokussieren. Spass und Ablenkung dürfen natürlich nicht fehlen! Schliesslich hat sich gezeigt, dass körperliche Aktivität positiv auf Körper und Geist wirken.

Wir sind für Euch da und werden aktiv auf Euch zukommen!

Herzlichst,
Team KiKli Fit





Ziel des Angebots



Bewegung, Spiel und Sport sind für Kinder und Jugendliche vielfach Ausdruck purer Lebensfreude und gelten als ausserordentlich wichtig für ihre ganzheitliche Entwicklung.

Eine onkologische Erkrankung geht – aufgrund der psychischen und physischen Belastungen – häufig mit einer Einschränkung von Bewegungsaktivitäten einher. Dabei zeigen wissenschaftliche Untersuchungen auf, dass gerade sportive Aktivitäten das aktuelle Wohlbefinden der betroffenen Kinder und Jugendlichen verbessern und ihnen wertvolle positive psychische und physische Impulse vermitteln können.

Ziel unseres Angebots KiKli Fit ist es, Kindern und Jugendlichen mit einer Krebserkrankung ein altersgerechtes Bewegungsangebot zu unterbreiten, indem sie neues Selbstvertrauen zu sich und ihrem Körper entwickeln können. Hier sollen sie sich während und nach der Therapie wieder aktiv und selbstbestimmt erleben. Ihre sozialen Kontakte sollen erweitert und ein Stück normaler Alltag wiederhergestellt werden.

Wir bieten ein tägliches, individuelles und buntes Sport- und Bewegungsangebot für betroffene Kinder und Jugendliche – aber auch für ihre Geschwisterkinder, Freundinnen und Freunde – an.

Zur Organisation

An wen richten sich die Angebote?

Das Angebot richtet sich an Kinder und Jugendliche mit onkologischen Erkrankungen, die sich in Therapie oder bereits in der Nachsorge befinden.

Wann finden die Angebote statt?

Die Angebote von KiKli Fit finden fortlaufend statt, und ein Einstieg ist jederzeit möglich. Die Sport- und Bewegungsangebote werden täglich zwischen ca. 10 und 17 Uhr sowohl stationär als auch ambulant durchgeführt.

Wo finden die Angebote statt?

Die Angebote finden auf den Zimmern, im Flur, der Lifthalle und in der Turnhalle der Kinderklinik (Freiburgstrasse 15) statt.

Wer leitet die Angebote?

Die Sport- und Bewegungsangebote werden durch sporttherapeutisch ausgebildetes Personal (Lisa Hillebrecht, Ann Christin Schneider, Lars Rehbein und Vivienne Felder) angeleitet/durchgeführt. Medizinisch ausgewiesene Personen sind jederzeit ansprechbar und vor Ort.



KiKli Fit Studie



Zusätzlich zum täglichen Angebot auf der Station gibt es die KiKli Fit Studie.

Was wir wissen:

Bewegung tut gut – nicht nur dem Körper, sondern auch dem Gehirn. Genau hier setzt unsere multizentrische Studie an.

Was wir untersuchen?

In unserer Studie erforschen wir, wie gezielt eingesetzte Bewegung mit Denkaufgaben während der akuten Krebstherapie auf die Denkleistung (z.B. Gedächtnis) von jungen Patient*innen wirkt.

Zusätzlich betrachten wir weitere Aspekte:

- Körperliche Leistungsfähigkeit
- Herz-Kreislauf Parameter
- Lebensqualität
- Freude an Bewegung und mehr

Zielgruppe: 6–17-jährige Patient*innen

Bis zu 3x/Woche trainieren die Teilnehmenden über 12 Wochen in begleiteten Einheiten direkt im Klinikalltag. Und wenn die Kinder nicht stationär behandelt werden, geht's online weiter.

Wir bieten das Training auch digital an, sodass die Übungen flexibel von Zuhause aus durchgeführt werden können. Zusätzlich geben wir Bewegungsempfehlungen und Beratung nach Abschluss der Therapie.

In unserer Studie möchten wir zeigen, dass gezielte, kindgerechte Bewegung mitten in der Therapie möglich ist – und dass sie einen Unterschied machen kann.

Kontakt

Wir werden Euch täglich auf Station besuchen. Gerne dürft Ihr auch bereits vorher Kontakt via Mail aufnehmen.

Auch bei Rückfragen und für weitere Informationen sind wir gerne für Euch da.

Lisa Hillebrecht

Leitung Angebote, Sportwissenschaftlerin, M.A.

lisa.hillebrecht@insel.ch

+41 31 664 34 22

Ann Christin Schneider

Sportwissenschaftlerin, M.Sc.

ann.schneider@unibe.ch



Lars Rehbein

Sportwissenschaftler, M.A.

lars.rehbein@unibe.ch

Vivienne Felder

Physiotherapeutin, B.Sc.

vivienne.felder@insel.ch

PD Dr. med. et Dr. sc. nat. Eva Katharina Brack

Leitung

eva.brack@insel.ch

PD Dr. Valentin Benzing

Leitung

valentin.benzing@unibe.ch

«Während der Chemotherapie hat mich das Sportangebot abgelenkt, als andere Dinge nicht mehr funktioniert haben.»



**Universitäres Zentrum für
Kinder- und Jugendonkologie**
Universitätsklinik für Kinderheilkunde
Freiburgstrasse 15
CH-3010 Bern

0388976_02/26_kfg/sf

