

# Pressemitteilung

Lfd. Nr.: 71 / 16. September 2024

## 70 Jahre Weltkindertag: Seelisch gesund in die Zukunft

Am 20. September 2024 wird der 70. Weltkindertag begangen. Dieser besondere Tag, der in über 145 Ländern gefeiert wird, steht dieses Jahr unter dem Motto „Mit Kinderrechten in die Zukunft“. Ziel des Weltkindertages ist es, weltweit Themen wie Kinderschutz, Kinderrechte und die glückliche sowie friedliche Zukunft aller Kinder ins öffentliche Bewusstsein zu rufen.

Eines der zentralen Rechte ist das Recht auf Gesundheit. Jedes Kind hat ein Recht auf die bestmögliche Gesundheit, medizinische Behandlung, sauberes Trinkwasser, gesundes Essen sowie eine saubere und sichere Umgebung. Dabei ist nicht zu unterschätzen, dass auch die psychische Gesundheit ein essenzieller Bestandteil der allgemeinen Gesundheit ist.

Mentale Gesundheit ist für Kinder entscheidend, um alltägliche Herausforderungen erfolgreich zu bewältigen und dabei in der Schule sowie im sozialen Umfeld zu gedeihen. Eine starke psychische Gesundheit fördert die Entwicklung und das volle Ausschöpfen der individuellen Fähigkeiten von Kindern. Es ist wichtig, ein Bewusstsein für psychische Gesundheit zu schaffen, um Kinder in ihrer Resilienz zu stärken. Indem frühzeitig die emotionalen Stärken von Kindern und Jugendlichen gefördert werden und ihnen dabei geholfen wird, gesunde Bewältigungsmechanismen zu entwickeln, können sie selbstbewusst ins Erwachsenenleben starten und ihre Potenziale voll entfalten.

Um die psychische Gesundheit ihrer Kinder zu stärken, können Eltern verschiedene Maßnahmen ergreifen. Ein tägliches, offenes Ohr für die Sorgen und Ängste der Kinder ist essenziell, um ihnen zu zeigen, dass ihre Gefühle – Sorgen genauso wie Freude – ernst genommen werden. Kindern sollten auch Erfahrungen machen dürfen, die ihr Selbstbewusstsein stärken. Wenn Eltern ihren Kindern vertrauen und Dinge zutrauen, werden Kinder zur Selbständigkeit und Selbstwirksamkeit ermutigt. Ein weiterer wichtiger Aspekt ist der Umgang mit sozialen Medien. Eltern sollten nicht dem Zufall überlassen, wie ihre Kinder diese Plattformen nutzen. Stattdessen ist es hilfreich, sie dabei zu unterstützen, einen kompetenten und gesunden Umgang damit zu entwickeln.

Weil psychische Belastungen auch im Schulalltag präsent sind, führt die Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. in Kooperation mit der IKK gesund plus im Landkreis Börde das Projekt „Let's be mindful! Psychische Gesundheit von Schüler\*innen stärken“ durch. Ziel dieses Projektes ist es, Schüler und Schülerinnen in ihrer psychischen Gesundheit zu stärken und Lehrende und Schulsozialarbeitende für das Thema der psychischen Gesundheit zu sensibilisieren und mit Fortbildungen zu unterstützen.

Ihr\*e Ansprechpartner\*innen:

Lisa-Marie Brand, Tamara Stroh, LVG, Telefon 0391/ 288 683 – 0