



Aktionstage mit den ActiveOncoKids

Erfolgreiche Kooperation im Kletterpütt geht ins zweite Jahr



Auch im Jahr 2020 ist die Sektion Essen des DAV Kooperationspartner des ActiveOncoKids Zentrum Ruhr. Mit einem breiten Angebot an Sportarten, individueller Beratung und Strukturausbau hilft die Initiative ActiveOncoKids krebserkrankten Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen während ihrer Krebstherapie und -nachsorge. Die ActiveOncoKids sind ein bundesweites Netzwerk, das sich die Unterstützung der Therapie durch Bewegung auf die Fahne geschrieben hat. Die Kernaufgabe des Netzwerks ist die Beratung von Betroffenen, deren Familien, Ärzten, Therapeuten, Lehrern und Trainern bei Unsicherheiten und Problemen rund um die Themen Sport und Bewegung in Schule, Freizeit, Verein und Therapie. Weitere Schwerpunkte sind die Forschung, Vernetzung und der Ausbau von Bewegungsangeboten in ganz Deutschland. Ein großer zusammenhängender Standort in diesem Verbund, zugleich einer der aktivsten und mit einem breiten Angebot, das sind die ActiveOncoKids Zentrum Ruhr, vertreten durch die Westfälische Wilhelms-Universität Münster, die Kinderklinik des Universitätsklinikums Essen und die Fakultät für Sportwissenschaft der Ruhr-Universität Bochum.

Das Konzept setzt den Fokus auf die Phase nach Abschluss der intensiven Therapie, mit dem Ziel, den Kindern und Jugendlichen mit und nach Krebserkrankungen und diversen körperlichen oder psychischen Spätfolgen eine aktive Teilhabe am sportlichen Leben zu ermöglichen. Der Schwerpunkt des ActiveOncoKids Zentrum Ruhr liegt in der Organisation und Durchführung von Natursportangeboten. Neben dem Klettern und Bergwandern zählen Wassersportarten, wie Windsurfen, Segeln, Kanu, Rudern, Stand-Up-Paddling (SUP) und Tauchen sowie Schneesport hinzu.

Die Sportangebote werden in Form von Schnuppertagen und Freizeiten für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene im gesamten Ruhrgebiet und Münsterland angeboten. Die Schnuppertage eignen sich dazu, neue Sportarten kennenzulernen und auszuprobieren. Bei Gefallen kann die lieb gewonnene Sportart durch ein- oder mehrtägige Freizeiten vertieft werden. Des Weiteren werden durch Kooperationspartner Möglichkeiten angeboten, die Sportarten auch in der Freizeit lebensbegleitend ausüben zu können.

Die Sportart Klettern ist mittlerweile fester Bestandteil im Angebot des ActiveOncoKids Zentrum Ruhr. Nach zwei Aktionstagen im Jahr 2019 sind für 2020 drei Schnuppertage im Kletterpütt sowie ein Klettertag am Isenberg in Hattingen geplant. Michael Cronrath, Fachübungsleiter des DAV, selbst Mitglied der Sektion Essen und als wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Ruhr-Universität Bochum verantwortlich für die Lehre im Klettern und Bergwandern, unterstützt das Zentrum Ruhr bei der Umsetzung der Aktionstage.

Im letzten Jahr konnten 18 Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene inklusive ihrer Buddys für das Klettern begeistert werden. Buddys sind Freund/innen und/oder Familienmitglieder, die gerne an den angebotenen Maßnahmen teilnehmen dürfen, um

die Hemmschwelle der Teilnahme zu senken und eine nachhaltige Sportausübung zu unterstützen.

Klettern als Sportart eignet sich wunderbar für das Konzept, da es physisch und psychisch stark macht und das Körpergefühl schult. Alles Probleme, mit denen ehemalige Krebspatienten nach der Erkrankung zu kämpfen haben.

Selbst die Eltern gesichert

An den Aktionstagen haben die Teilnehmenden gelernt, Probleme als Herausforderung zu sehen und sich selbst etwas zuzutrauen, und zwar sowohl beim Klettern als auch beim Sichern. Denn da nicht nur die Teilnehmenden von den Buddys gesichert wurden, sondern auch umgekehrt, waren die typischen Rollenzuschreibungen wie gesund und eingeschränkt für die Zeit des Kletterns aufgelöst. Kinder haben an den Aktionstagen sogar ihre Eltern gesichert und so waren es nicht die Eltern, die ihre Kinder unterstützt und ihnen Mut zugesprochen haben, sondern die Kinder, die ihre Eltern angefeuert haben, die Wand hinauf zu klettern. Die Eltern haben sich dabei vertrauensvoll in die Seilsicherung durch die Kinder gegeben und waren selbst einmal wieder Anfänger. So verbreitete sich schnell eine sehr positive Stimmung, bei der es nicht nur um das Ausloten der eigenen Grenzen an der



Wand ging, sondern auch das Miteinander und Füreinander. Durch die Toprope-Sicherung, sowie die Betreuung in Zweiertteams durch einen Sportstudierenden, konnten die Teilnehmenden, je nach Handicap, individuell unterstützt, wie auch die Einschränkungen durch den ausgewogenen Einsatz von Arm- und Beintechnik ausgeglichen werden. Dadurch konnten immer neue Herausforderungen gestellt, Ängste und Stress reduziert sowie das Selbstbewusstsein nach der langwierigen Erkrankung wieder gestärkt werden. Außenstehenden Personen war es letztlich meist gar nicht ersichtlich, bei wem es sich um einen Betroffenen und bei wem um einen Buddy gehandelt hat.

Die Klettertage sind insgesamt sehr erfolgreich gelaufen und bei Wunsch wurden im Anschluss die Familien hinsichtlich der weiteren Ausübung des Sports in Wohnortnähe beraten. Ziel ist es, die Teilnehmenden langfristig an Gruppen in ihrer Heimat zu vermitteln, damit sie ihren Sport mittel- und langfristig in den Alltag integrieren können. Dabei eignet sich das Indoorklettern ganz besonders, da es bei richtiger Sicherung mittels Toprope eine vergleichsweise geringe Verletzungsanfälligkeit zu anderen Sportarten aufweist. Gleichzeitig lässt sich diese natürliche Bewegungsform recht einfach auf individuelle Bedürfnisse ausrichten, ohne dass es dafür einer Gruppe unter ganz spezieller Anleitung bedarf. Die dazu nötigen modernen Kletterhallen gibt es mittlerweile in fast jeder Großstadt. Die Sportart Klettern kann somit im Rahmen des Netzwerks ActiveOncoKids rundum als Erfolg gewertet werden.

Ein besonderer Dank gilt der Sektion Essen des DAV, die uns ihre Halle und Material zur Verfügung stellt und allen Helfern des Universitätsklinikums Essen sowie der Ruhr-Universität Bochum, die an den Tagen dabei waren.

Ansprechpartner für Fragen und weitere Informationen sind Dr. Miriam Götte (miriam.goette@uk-essen.de) und Dr. Arno Krombholz (arno.krombholz@rub.de) oder direkt an activeoncokids-ruhr@rub.de.