

Nowitzki gratuliert Projekt *Seilspringen* ausgezeichnet

Sinann Al Najem

Die Deutsche Herzstiftung hat Grund zum Feiern. Ihr Bewegungsprojekt *Skipping Hearts – Seilspringen macht Schule* wusste zu überzeugen und wurde als eines von 22 Sport- und Bewegungsangeboten mit dem *Wirkt-Siegel* von PHINEO ausgezeichnet. Für die Herzstiftung eine wichtige Auszeichnung. Denn sie zeigt, dass Spenden an die Herzstiftung optimal angelegt sind und effizient verwendet werden.

Die Auszeichnung wurde im Rahmen einer gemeinsamen Veranstaltung der *Dirk Nowitzki Stiftung* und des Analysehauses PHINEO am 21. September 2015 im English Theatre in Frankfurt verliehen. Der Basketballstar Dirk Nowitzki, der vor 10 Jahren seine eigene Stiftung gründete, um vielen Kindern weltweit positive Entwicklungen durch Sport zu ermöglichen, gratulierte jeder Organisation persönlich und freute sich mit Sinann Al Najem, Projektleiter *Skipping Hearts*, über die Auszeichnung. Über ein Jahr lang hat das unabhängige arbeitende Analysehaus PHINEO 104 Sport- und Bewegungsangebote auf ihre Wirksamkeit überprüft. Dabei ging es vor allem um die Fragen, unter welchen Bedingungen sich positive soziale Effekte des Sports zeigen und was erfolgreiche Sportprojekte ausmacht. Wer ausgezeichnet werden wollte, musste umfangreiche Fragebögen ausfüllen, Unterlagen einreichen und wurde von dem Analyseteam vor Ort besucht. Im letzten Schritt entschied eine unabhängige Kommission, welche Organisation das *Wirkt-Siegel* erhält. Für die Verantwortlichen der 22 ausgezeichneten Projekte bot die Veranstaltung Gelegenheit, andere

wirksame Projekte kennenzulernen, sich auszutauschen und voneinander zu lernen.

Was wirkt?

„Die Deutsche Herzstiftung setzt auf die ansteckende Wirkung des Seilspringens. Gerade dieser niederschwellige Zugang zum Thema Bewegung eignet sich perfekt für die Verbreitung des Angebots und kann so eine enorme Reichweite entfalten“, beschreibt PHINEO-Vorstand Dr. Andreas Rickert den erfolgreichen Handlungsansatz. Eine Evaluation aus dem Jahr 2011/12 konnte bereits zeigen, dass *Rope Skipping*, die sportliche Form des Seilspringens, an Schulen Koordination, Ausdauer und Kraft, vor allem auch Geschicklichkeit und Gleichgewicht der Kinder verbessert. Besonders deutlich wurde das Wirkungspotential, wenn *Skipping Hearts* langfristig umgesetzt wurde. Nebenbei erfahren die Kinder Wissenswertes über das Thema Gesundheit. „Mit dem Wirkt-Siegel sehen wir uns in den positiven Effekten unseres Seilspringprojekts an Grundschulen bestätigt, indem wir Kinder frühzeitig an einen gesunden Lebensstil durch regelmäßige Bewegung und gesunde Ernährung heranführen, um dadurch ihr Risiko zu verringern, später am Herzen zu erkranken“, betont Prof. Dr. med. Thomas Meinertz, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Herzstiftung.

Aktuell wird *Skipping Hearts* in Baden-Württemberg, Bayern, Berlin, Hessen,





Im Rahmen der Feier zum 10. Geburtstag seiner Stiftung gratuliert Basketballstar Dirk Nowitzki Sinann Al Najem, Deutsche Herztiftung, zum Wirkt-Siegel.

Niedersachsen, Rheinland-Pfalz, Schleswig-Holstein und im Saarland durchgeführt und hat seit dem Projektstart im Jahr 2006 bis heute mit mehr als 8300 Workshops und 1800 Materialpaketen schätzungsweise über 400000 Kinder erreicht.

Als ausgezeichnetes Projekt wurde Skipping Hearts im PHINEO Themenreport *Mit Sport mehr bewegen!* vorgestellt. Ziel der Veröffentlichung ist, einen Überblick über sinnvolle Bewegungs- und Sportangebote gemeinnütziger Organisationen zu geben. Der Report beleuchtet die Wirkung ehrenamtlichen Engagements und gibt Spendern Antworten auf die wichtigen Fragen: Worum geht es? Wer macht was? Was wirkt?

Interessierte können den Report unter www.phineo.org/themen/wirksame-sportprojekte einsehen und herunterladen.

