



Kinder am Asthma-Tag

MEILEN Zum Welt-Asthma-Tag organisiert Lunge Zürich jedes Jahr einen Sportanlass für Kinder. Dieses Jahr war Valérie Reggel dabei, dreifache Schweizer Meisterin im Siebenkampf – die selber von Asthma betroffen ist.

Während Kindern mit Asthma früher vom Sport abgeraten wurde, weiss man heute: Sie können genauso gut Sport treiben wie alle anderen. Sport kann sogar helfen, die Asthma-Symptome zu lindern.

Um Kinder mit und ohne Asthma zu motivieren, gemeinsam Sport zu machen, organisiert Lunge Zürich jedes Jahr einen Sportanlass. Über 100 Kinder haben dieses Jahr in Meilen mitgemacht und sich in kleinen Gruppen in sechs Disziplinen gemessen. Der Anlass wurde vom

Skiclub Meilen unterstützt, der mit kreativen Ideen aufwartete und die Posten betreute: Neben Weitsprung und Stafette absolvierten die Kinder einen Geländelauf, einen Parcours mit Sprossenwand, Pedalo und Trampolin, ein Wurfspiel mit Stofffrüchten und sich bewegenden Zielen sowie einen Slalom, durch den sie sich zu dritt auf einem Mega-Ski manövrierten. Die oft unbekannteren Aufgaben sorgten für viel Lachen und lustige Situationen.

Und auch wenn die Teilnehmerinnen und Teilnehmer immer wieder nachrechneten, auf welchem Platz ihr Team wohl liegen würde, stand der Spass doch klar im Vordergrund.

Spitze trotz Leistungsasthma

Ein Highlight war Special Guest Valérie Reggel: Die dreifache Schweizer Meisterin im Sieben-

kampf und diesjährige WM-Teilnehmerin machte mit den Kindern ein Warm-up, half bei der Postenbetreuung, gab Autogramme und zeigte selbst einen Weitsprung. Und sie erzählte aus ihrem Leben als Spitzensportlerin – trotz Asthma: «Ich leide unter Leistungsasthma. Aber wenn man es richtig behandelt, ist auch Sport auf hohem Niveau kein Problem», erklärte sie. Ebenfalls zugegen war der Arzt Christian Alfaré, der Fragen zu Asthma beantwortete.

Der Verein Lunge Zürich setzt sich seit mehr als 100 Jahren für gesunde Lungen und saubere Innen- und Aussenluft ein. Er erbringt umfassende Dienstleistungen in der Beratung und Betreuung von Menschen mit Lungenkrankheiten wie COPD, Asthma, chronischer Bronchitis oder Schlafapnoe. e



Kinder werfen Stofffrüchte als Zeichen, dass Asthmakranke auch Sport treiben können.