

VIEL SPASS MIT DER ORTHOKIDS APP

Mit der OrthoKids App bleiben Du und Deine Eltern immer auf dem Laufenden.

Die App bietet:

- Alltagsübungen und Tipps, die Deinen Bewegungsapparat fit und stark machen
- Tipps, wie Du Sportverletzungen und -unfällen vorbeugen kannst
- Informationen zu Diagnosen und Therapien
- Terminerinnerungen, Bewegungstraining und Fragebögen
- Gewinnverlosungen
- und vieles mehr

**WISSEN
TRAINIEREN
GEWINNEN**



Wenn Du am OrthoKids Programm teilnimmst, können Du und Deine Eltern die OrthoKids-App kostenfrei aus dem App Store herunterladen: www.ortho-kids.de/appstore



Laden im
App Store

JETZT BEI
Google Play



MACH JETZT DEIN DATE MIT DEINER ZUKUNFT

MITMACHEN UND ORTHOKIDS ARZT ODER ÄRZTIN FINDEN

Für die Untersuchung und Beratung können Du und Deine Eltern unter den Fachärzt*innen wählen, die das OrthoKids Programm anbieten. OrthoKids Fachärzt*innen in Eurer Nähe findet ihr hier:

www.ortho-kids.de

FRÜHERKENNUNG IST DAS BESTE REZEPT

Mit der Initiative OrthoKids wollen wir die Gesundheitsvorsorge für Kinder und Jugendliche weiter verbessern. Mit Deiner Teilnahme tragen Du und Deine Eltern dazu bei – und Du selbst hast am meisten davon. Es ist wichtig, Fehlentwicklungen früh zu erkennen und zu behandeln, denn in jungen Jahren geht das noch leichter – später wird das aufwändiger. Das wollen wir verhindern und erreichen, dass künftig auch eine Untersuchung durch Orthopädie-Fachärzt*innen in die J-Untersuchungen aufgenommen wird. Dazu wird das Projekt wissenschaftlich begleitet und ausgewertet.

Alles zum OrthoKids Projekt findet Ihr auch unter:

www.ortho-kids.de



OrthoKids ist ein Präventionsprojekt
der Kassenärztlichen Vereinigung
Baden-Württemberg (KV BW)

ALLES FIT? LASS MAL SCHAUEN!

**GUT
DURCHGEHECKT
DURCHSTARTEN**

OrthoKids ist ein orthopädisches Vorsorge-Programm für alle von 10 bis 14 Jahren: Nutze die Chance und lass mal schauen, wie gut Dein Körper drauf ist.

DAMIT DU IM LEBEN ALLES MITMACHEN KANNST

DEIN KÖRPER –
DEINE ZUKUNFT

Mit 13 eine Hüftfehlstellung, mit 21 Topspieler in der US-Profiliga – Dirk Nowitzki hatte Glück. Weil sein Handicap frühzeitig erkannt und behandelt wurde, konnte er einer der größten Basketballstars aller Zeiten werden.



Glück haben ist gut –
Vorsorge mit Plan ist besser.

Wenn Du zwischen 10 bis 14 Jahre alt bist,
können Deine Eltern Dich anmelden.



DAS ORTHOKIDS PROGRAMM

MACH MIT, DAMIT DU IM LEBEN ALLES MITMACHEN KANNST.

Mit einem gründlichen orthopädischen Check-up, allen eventuell nötigen Behandlungen und vielen Informationen für Dich und Deine Eltern. Und das alles kostenlos.

Im Bewegungs- und Stützapparat Deines Körpers müssen jede Menge große und kleine Knochen, Muskeln, Sehnen und Bänder im Team zusammenspielen. Klar, dass da auch einiges schiefgehen kann.

DER CHECK-UP, DER DICH STÄRKER MACHT

DAMIT DU EINFACH MACHEN KANNST, WAS DU WILLST

Im OrthoKids-Programm untersuchen orthopädische Fachärzt*innen systematisch Deine Wirbelsäule, Hüfte, Beine und Füße. Werden dabei Fehlstellungen oder andere Auffälligkeiten festgestellt, können sie gezielt behandelt werden. Ergibt die Untersuchung, dass alles in Ordnung ist – umso besser.

In jedem Fall beraten die Ärzt*innen Dich und Deine Eltern rund um alles, was wichtig ist, damit Dein Körper in Topform bleibt.

