Presseinformation

15. September 2005

„Gemeinsam mehr bewegen“ des Gesundheitsforums NÖ

Programm für übergewichtige Kinder

Das Gesundheitsforum NÖ bietet ab sofort im Rahmen des Langzeitprogramms „Durch Dick und Dünn“ die Aktion „Gemeinsam mehr bewegen“ für übergewichtige sechs- bis elfjährige Kinder und deren Eltern an. Diese neuartige Initiative umfasst Bewegungstage für Jugendliche und ein umfassendes Kursprogramm für die Erziehungsberechtigten. Die Trainer für das Projekt kommen aus den Bereichen Ernährungswissenschaften, Psychologie/Psychotherapie, Pädagogik und Sportwissenschaften. Im Rahmen des Angebots erhält jeder Teilnehmer individuelle, auf seine spezielle Situation zugeschnittene Empfehlungen.

Das Programm vermittelt vor allem Freude am Spielen und an der Bewegung sowie das Gefühl, sich wohl zu fühlen. Die Kinder lernen verschiedene Spielmöglichkeiten kennen und können herausfinden, welcher Bewegungsablauf ihnen besonders gefällt. Parallel dazu erarbeiten die Mütter und Väter in einzelnen Modulen Tagesabläufe, um das Ernährungsverhalten sowie das Selbstwertgefühl ihrer Kinder positiv zu beeinflussen.

Dicksein bei Kindern und Jugendlichen hat – wie auch bei Erwachsenen – nicht nur eine Ursache. Meistens ist es eine Mischung aus Vererbung, ungünstigem Essverhalten, zu wenig Bewegung und schlechter seelischer Verfassung. Die Hoffnung vieler Eltern, das Übergewicht würde sich auswachsen, ist meist ein Irrtum.

Nähere Informationen: Gesundheitsforum NÖ, Mag. Karin Lobner, Telefon 02742/214 50-16, www.gesundheitsforum.at.

Zu diesem Artikel gibt es eine unterstützende Audiodatei. Diese ist zum Download nicht mehr verfügbar. Bitte wenden Sie sich an: presse@noel.gv.at

E-Mail: presse@noel.gv.at