

07.02.2007 – 10:15 Uhr

Migros-Kulturprozent: Neuer Kurs von club minu beginnt im Frühling 07

Zürich (ots) -

Im Mai 2007 startet ein weiterer Kurs des club minu, dem Verhaltenstraining für übergewichtige Kinder und Jugendliche des Migros-Kulturprozent. Das Programm bezieht die ganze Familie mit ein und motiviert übergewichtige Elf- bis Sechzehnjährige zu einer gesunden Ernährung und mehr Bewegung.

Viele Kinder und Jugendliche leiden unter ihrem Übergewicht und entwickeln negative Gefühle ihrem Körper gegenüber. Oft geht Übergewicht auch mit eingeschränkter Beweglichkeit und vermindertem Selbstwertgefühl einher. Für diese Kinder und Jugendliche wurde 1990 der club minu gegründet. Der club minu hilft Kindern von 11 bis 16 Jahren, langfristig abzunehmen und ein gesundes Ess- und Bewegungsverhalten zu entwickeln.

Der Kurs dauert neun Monate und beginnt im Mai 2007 in Zürich. Er umfasst 13 für Kinder und Eltern separat durchgeführte Gruppentreffen sowie zwei Familiengespräche. Im Sommer findet ein zweiwöchiges Sommerlager für die Kinder statt und im Herbst ein Familientag. Vorgängig zur definitiven Anmeldung wird mit jeder Familie ein Aufnahmegespräch durchgeführt. Eine wichtige Voraussetzung für die Teilnahme ist die Bereitschaft der Eltern, ihr Kind während des Kurses aktiv zu unterstützen. Geleitet wird der club minu von einem Fachteam, bestehend aus einem Ernährungspsychologen, einer Ernährungsberaterin, einer Hauswirtschaftslehrerin und einem Sportlehrer. Anmeldeschluss für den club minu 2007 ist der 23. März 2007.

Der club minu wird organisiert und mitfinanziert durch das Migros-Kulturprozent. Das Programm ist vom Schweizerischen Fachverein Adipositas im Kindes- und Jugendalter (akj) anerkannt.

Weitere Informationen zum club minu 2007 sowie das Verzeichnis der regionalen Anbieter eines Verhaltenstrainings für übergewichtige Kinder und Jugendliche sind erhältlich bei:

Gabriela Brunner, Direktion Kultur und Soziales, Migros-Genossenschafts-Bund, Zürich,
Tel. 01/277 20 05, gabriela.brunner@mgb.ch

www.minuweb.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100009795/100524152> abgerufen werden.