

Prominente motivieren Kinder zu gesundem Leben

Der Verein «Fitness for Kids» besucht mit prominenten Botschafterinnen und Botschaftern Primarschulen in der ganzen Schweiz und sensibilisiert sie für Bewegung und Ernährung.

Die Fitness von Kindern ist ein soziales Problem: Bewegungsarmut, Übergewicht sowie mangelnder Respekt vor sich selber gefährden die Zukunft unserer Kinder. Das Ziel des Projekts «Fitness for Kids» ist es, die Kinder nachhaltig anzuspornen sich gesund zu ernähren, aktiv zu sein und dem eigenen Körper Sorge zu tragen. Gründer und Initiator von «Fitness for Kids» ist Franco Carlotto, der bekannte Gesundheits- und Fitness-experte. Das vom Bundesamt für Gesundheit geförderte Programm läuft bereits über fünf Jahre.

Das «Fitness for Kids»-Team besucht unter dem Motto «Einstellung, Bewegung und Ernährung» Primarschulen nachhaltig zwei Mal. Beim Kick-off-Event bringt der gut ausgebildete «Fitness for Kids»-Instruktor den Kindern auf spielerische Art und Weise das Bewusstsein für ihren Körper bei. Fünf bis acht Wo-

chen später kehrt das «Fitness for Kids»-Team zum Check-up zurück, bei dem ein prominenter Botschafter oder eine prominente Botschafterin die Kinder zusätzlich motivieren soll, auch in Zukunft einen gesunden Lebensstil zu verfolgen. Nachhaltigkeit steht beim Programm «Fitness for Kids» an erster Stelle. Der Inhalt des Programms ist mit der fachlichen Unterstützung von Suisse Ba-

lance, der Ernährungsbewegung vom Bundesamt für Gesundheit und der Gesundheitsförderung Schweiz, entstanden. Das Projekt ist für Schulen kostenlos dank der Unterstützung von Firmen und Gönnern.

Weitere Informationen unter Telefon 044 726 28 28, E-Mail: info@fitnessforkids.ch und www.fitnessforkids.ch

B.S.



Die Siebenkämpferin Linda Züblin – Botschafterin für Fitness und gesunde Ernährung.