

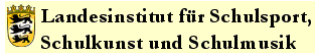
Angebote zur Prävention von Adipositas im Landkreis Ludwigsburg

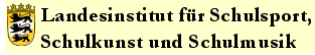


Die vorliegende Sammlung von Angeboten zur Prävention von Adipositas im Landkreis Ludwigsburg erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit, sondern zeigt den Wissensstand des Netzwerks im Jahr 2018. Weitergabe ist erwünscht.



Inhalt

Prävention in der Schule.....	2 - 13
Bewegung.....	2
Ernährung.....	5
allgem. Gesundheitsförderung.....	10
Prävention im Kindergarten.....	14 - 17
Bewegung.....	14
Ernährung.....	14
allgem. Gesundheitsförderung.....	16
Prävention – andere Angebote.....	18 - 24

Prävention in der Schule: Bewegung


Titel	Inhalt	Institution Ansprechpartner	Zielgruppe	Allgemeine Informationen
PFIFFIX die Kindersportoffensive Ludwigsburg	In Kooperation mit Grundschulen + Sportvereinen wurden in Ludwigsburg flächen-deckend PFIFFIX-Gruppen eingerichtet. Die Kindersportoffensive versteht sich als präventives Bewegungsprogramm, dass der Zielgruppe Bewegung als freudvolles Bedürfnis vermittelt. Die Gestaltung des Bewegungsangebotes zielt darauf ab, den Kindern offene Bewegungsmöglichkeiten anzubieten, in denen sie ihrem natürlichen Bewegungsdrang nachkommen können. Berücksichtigt wird dabei der individuelle Entwicklungsstand und die Bedürfnisse der Kinder.	mhplus BKK Franckstr. 8 71636 Ludwigsburg Tel. 07141/9790-951 Infos zu den Gruppen: http://www.pfiffix.de	bewegungsschwache Kinder im Alter von 5 bis 10 Jahren. Dazu zählen überwiegend, motorisch auffällige, verhaltens-auffällige und chronisch kranke Kinder	Qualifikationen der Kursleiter: speziell weitergebildete Übungsleiter der beteiligten Sportvereine; zum Teil erfüllen die Kursleiter die Anbieterqualifikation nach § 20 SGB V Zeitlicher Rahmen: Die Initiative läuft seit 09/2002 Häufigkeit: 1x pro Woche – 1 Std. Ort der Durchführung: Sporthallen der beteiligten Sportvereine Rekrutieren der Kinder: durch Empfehlungen von Lehrkräften der beteiligten Schulen, Ludwigsburger Kinderärzte, Kindergärten und weiteren Multiplikatoren Kooperationspartner: mhplus BKK, Stadt LB, Schulberatung & Schulaufsicht LB, MTV LB Kosten der Angebote: je nach Verein unterschiedlich, eine Erstattung der Kurskosten im Rahmen der Primärprävention nach § 20 SGB V ist zum Teil möglich
Grundschule mit sport- und bewegungs-erzieherischem Schwerpunkt 	Erstellung eines sport- und bewegungserzieherischen Konzeptes, bzw. vorhandene Konzepte ausbauen und verbessern, Erwerb einer Zertifikation, Hilfe-stellung bei der	Landesinstitut für Schulsport Katja Bruns Reuteallee 40 71634 Ludwigsburg Tel.: 07141/140-640 Bruns@schule-auf-dem-laiern.de	Grundschulen	Kooperationspartner: Ministerium für Kultus, Jugend und Sport, AOK Baden-Württemberg




	Umsetzung einer „bewegten Schule“			
Bewegungs-, Spiel- und Sporterziehung im ersten Grundschuljahr, unter Einbeziehung einer Einheit ausgewogenes Ernähren 	Die Inhalte des Projekts haben bzgl. Adipositas präventiven Charakter, da freudvolles intensives Bewegen und Spielen, sowie die Erziehung zum lebenslangen Sporttreiben die Gesundheit der Kinder, später der Jugendlichen und Erwachsenen positiv beeinflusst.	Landesinstitut für Schulsport Baden Württemberg, Reuteallee 40, 71634 Ludwigsburg Roland Kromer, Studiendirektor Tel: 07141-140-622 Fax: 07141-140-639 Roland.kromer@LISkv.bwl.de	Lehrkräfte, die in ersten Klassen unterrichten	Ort der Durchführung: Am Landesinstitut für Schulsport, teilweise in Kindergärten Kosten der Angebote: keine
Trendsportarten 	Im Workshop wird den Schülern aufgezeigt, welche Sportmöglichkeiten es nach der Schule gibt. Es werden die Trendsportarten Pilates, Aerobic, Spinning, Klettern, ev. Gerätetraining aufgegriffen.	AOK Ludwigsburg-Bietigheim Berit Wagner Gottlob-Molt-Str. 1 71636 Ludwigsburg 07141-136-336 Berit.Wagner@bw.aok.de	Klassenstufe 9 bis 12	Qualifikationen der Mitarbeiter: Sport- und Gymnastiklehrerin Ort der Durchführung: Fitness-Studio Zeitaufwand: 3 Schulstunden Kosten: Gebühr für das Studio
AOK-Inline-Sicherheitstraining 	Inline-Skaten macht nicht einfach nur Spaß, sondern fördert - regelmäßig ausgeübt – die Gesundheit. Neben der Fahrtechnik spielen aber vor allem Sicherheitsaspekte eine wesentliche Rolle. Erst die richtigen Brems- Ausweich- und Kurventechniken ermöglichen ein sicheres und gesundheitsorientiertes Skaten.	AOK Ludwigsburg-Bietigheim Berit Wagner Gottlob-Molt-Str. 1 71636 Ludwigsburg 07141-136-336 Berit.Wagner@bw.aok.de	Klassenstufe 2 bis 9	Qualifikationen der Mitarbeiter: Sport- und Gymnastiklehrerin Ort der Durchführung: Schule Zeitaufwand: 2 Schulstunden Kosten: kostenfrei Voraussetzung: Skates und die komplette Schutzausrüstung

<p>Bewegungsprogramme für Kinder</p> 	<p>Bewegungsangebote für Kinder. Die Gruppen treffen sich montags, mittwochs und freitags mit einem Trainer um gemeinsam zu trainieren.</p>	<p>BodyTalk Brigitte Bagosi Uhlandstraße 21, 71638 Ludwigsburg Telefon 07141/921014 oder 07141/921013</p>	<p>Kinder ab 8 Jahren</p>	<p>Qualifikationen der Mitarbeiter: Sport- und Gymnastiklehrer, Sporttherapeuten, Rehatrainer für Kindersport Ort der Durchführung: BodyTalk, Uhlandstraße 21, 71638 Ludwigsburg Zeitaufwand: Mo, Mi und Fr finden angeleitete Kurse statt, je 1 Stunde Kosten: Kurse sind nach §20 Präventionsgesetz zu bezuschussen. Kursgebühr im Monat 49,00 €</p>
<p>Workshops AGs Projekte</p>  <ul style="list-style-type: none"> ♥ adressatenorientiert ♥ individuell ♥ ganzheitlich 	<p>Die Inhalte der Workshops, AGs oder Projekte werden nach Absprache adressatenorientiert zusammengestellt und umgesetzt. Der Fokus richtet sich dabei auf sportbezogene und bewegungs-erzieherische Elemente um eine bestmögliche Nachhaltigkeit erzielen zu können. Die Workshops, AGs, Projekte können nach Vereinbarung in der Schule (vor Ort) oder bei uns im Zentrum (Gerlingen) durchgeführt werden.</p>	<p>Rehabilitations- & Gesundheitszentrum Dr. Wehr • Jordan</p> <p>Bergheimer Weg 45 70839 Gerlingen Tel. 07156-430138 web. www.reha-gerlingen.de</p>	<p>Schülerinnen und Schüler ab 10 Jahren</p> <p>Eltern</p> <p>Lehrkräfte</p>	<p>Qualifikation der Mitarbeiter:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ärztin mit Fachrichtung Kardiologie und Angiologie • Dipl. Sportlehrer mit Zusatzqualifikation Herzsportlizenz, Rückenschullizenz, Medizinische Trainingstherapie (MTT) • Sport- und Gymnastiklehrerin • staatl. geprüfte Ernährungsberaterin • Physiotherapeut/Manualtherapeut <p>Kooperationspartner: Sanitätshaus Glotz</p> <p>Öffnungszeiten: Montag-Donnerstag: 8.00-20.00 Uhr Freitag: 12.00-20.00 Uhr</p> <p>Kosten und Zeiten: nach Vereinbarung!</p>


Prävention in der Schule: Ernährung

Titel	Inhalt	Institution Ansprechpartner	Zielgruppe	Allgemeine Informationen
<p>120 Schulklassen-Projekt z. Zt „Brot - Lehrschau“</p> <p>Ausstellung „ Vom Korn zum Brot im Ernährungszentrum Mittlerer Neckar</p>  	<p>Präventive Ernährungserziehung durch Vermittlung von Handlungskompetenz im Themenfeld Ernährung:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Führung durch die Lernstationen der Brot-Lehrschau • Aneignung des Erlernten mittels Arbeitsblättern und Anwendungsaufgaben • Zubereitung von einfachen Speisen und Getränken • Sensorische Schulung <p>Weitere Infos unter www.ernaehrung-bw.de</p>	<p>Landratsamt Ludwigsburg Fachbereich Landwirtschaft Ernährungszentrum Mittlerer Neckar Beate Ramminger-Guderlei Auf dem Wasen 9 71640 Ludwigsburg Tel.: 07141/144-4925 Beate.Ramminger-Guderlei@landkreis-ludwigsburg.de</p>	<p>Schülerinnen und Schüler aller Schularten und Klassenstufen, PH-Studenten, interessierte Verbraucher</p>	<p>Qualifikationen der Mitarbeiter: Dipl. Oecotrophologen, Dipl. Ernährungswissenschaftler, Technische Lehrer und Beraterinnen, Fachfrauen für Kinderernährung, Meisterinnen der Hauswirtschaft, Diätassistentin</p> <p>Zeitlicher Rahmen der Tätigkeit: <u>Beginn:</u> Projekt seit 1998, Brotausstellung seit Sept. 2013 <u>Angebotsdauer:</u> Brotausstellung bis Juli 2015 <u>Häufigkeit:</u> durchschnittl. 5 Klassen/Woche á 4 UE</p> <p>Ort der Durchführung: Ernährungszentrum</p> <p>Kooperationspartner 1 Oberschulamt, 8 Schulämter, 2 berufliche Schulen</p> <p>Kosten: 1,50 € je Teilnehmer für Lebensmittel und Arbeitsmaterialien</p>
<p>BeKi –Landesinitiative für bewusste Kinderernährung Bereich Schule</p> 	<p>Förderung der Selbständigkeit von Kindern, Kinder sollen lernen, Vielfalt der Lebensmittel zu schätzen und gesundheitsbewusst essen und trinken</p> <p>Angebote</p> <ul style="list-style-type: none"> • Veranstaltung für Eltern und Schüler (Elternabend, Unterricht, Projekte und Aktionen) 	<p>Landratsamt Ludwigsburg Fachbereich Landwirtschaft Ernährungszentrum Mittlerer Neckar Fr. Ramminger-Guderlei Auf dem Wasen 9 71640 Ludwigsburg Tel.: 07141/144-4925 beate.ramminger-guderlei@landkreis-ludwigsburg.de</p>	<p>Schüler, Lehrer, Eltern</p>	<p>Qualifikationen der Mitarbeiter: Dipl. Oecotrophologen, Dipl. Ernährungswissenschaftler, Technische Lehrer und Beraterinnen, Diätassistentinnen, Meisterinnen der Hauswirtschaft werden vom Ministerium für Ländlicher Raum und Verbraucherschutz Ba-Wü als Fachfrauen für Kinderernährung aus- und ständig weitergebildet</p> <p>Zeitlicher Rahmen der Tätigkeit: <u>Beginn:</u> seit 1980 <u>Angebotsdauer:</u> unbefristet <u>Häufigkeit:</u> Klasse 3 UE, zusätzl. Elternabende, Projekte</p>



	<ul style="list-style-type: none"> • Fortbildungen für Lehrer • Schriftl. Info- und Arbeitsmaterial • Infos im Internet: www.ernaehrung-bw.de 			<p>Ort der Durchführung: Schulen, Ernährungszentrum (Fortbildungen)</p> <p>Kooperationspartner: Schulamt, Oberschulamt, Landesinstitut für Schulsport, Bäckerinnung, IKK</p> <p>Kosten Lebensmittelkosten für Teilnehmer</p>
<p>Ernährungsparcours</p> 	<p>Spielstationen rund um das Thema "Gesunde Ernährung"</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die Kinder lernen spielerisch, was gesunde und ungesunde Nahrungsmittel sind • Die Kinder erkennen den Einfluss der Ernährung auf den Körper • Die Kinder reflektieren ihr eigenes Essverhalten • Die Kinder erleben den Parcours mit allen Sinnen 	<p>Landratsamt Ludwigsburg Gesundheitsdezernat Carola Benkert Hindenburgstr. 20/1 71638 Ludwigsburg Tel. 07141/144-41329 praevention@landkreis-ludwigsburg.de</p>	<p>Schulklassen</p>	<p>Zeitlicher Rahmen der Tätigkeit: <u>Beginn:</u> seit 2005 <u>Angebotsdauer:</u> 2 Stunden <u>Häufigkeit:</u> auf Nachfrage</p> <p>Ort der Durchführung: Schulen</p> <p>Kosten Lebensmittelkosten für Teilnehmer</p>
<p>Förderung der Zahngesundheit und zahngesunden Ernährung</p> 	<p>Prophylaxeunterricht mit Inhalt: Info über Mundhygiene und Zähne Ernährungsberatung: zahngesunde Ernährung Elterninfos, Multiplikatorenschulung</p>	<p>AG Jugendzahnpflege Hindenburgstr. 20/1 71638 Ludwigsburg Tel.: 07141/144 41359 anna.leher@landkreis-ludwigsburg.de</p>	<p>Schulen allgemein bis 6. Kl. Förder-/Sonder-Hauptschulen auch bis 9. Kl.</p>	<p>Zeitlicher Rahmen der Tätigkeit: <u>Beginn:</u> seit 1986 <u>Angebotsdauer:</u> laufend <u>Häufigkeit:</u> normalerweise 1x pro Jahr/pro Klasse oder Kiga-Gruppe</p> <p>Ort der Durchführung: in Schulen</p> <p>Kooperationspartner: gesetzliche Verpflichtung der gesetzlichen Krankenkassen und der Kreis-Zahnärzteschaft</p>

<p>MannOhMann</p> <p>Mädchen machen sich stark Gemeinsam durch dick und dünn</p> 	<p><u>Jungenseminar</u> zum Thema Mannsein, pos. Körperbewusstsein, Beeinflussung durch Ernährung, Selbstbewusstsein <u>Mädchenseminar</u> zum Thema Ernährung und weibliche Schönheit <u>In Planung</u>: Erweiterung der Leistungen für Schüler zum Thema gemäß dem Settingansatz</p>	<p>mhplus BKK Fr. Andrea Neid Frankstr. 8 71636 Ludwigsburg Tel. 07141/9790-429 Andrea.Neid@mhplus.de</p>	<p>Schüler der Sekundarstufe 1 und 2</p>	<p>Qualifikationen der Mitarbeiter: Dipl.-Soz. mit verschiedenen Zusatzausbildungen Zeitlicher Rahmen der Tätigkeit: 3-Tagesseminar, Häufigkeit: 2 mal Jährlich Ort der Durchführung: Räume der Pro Familia Stuttgart, möglich auch in LB Rekrutieren der Kinder: Mitglieder der KK, neue Kunden durch Presse und Netzwerk Kooperationspartner: Pro Familia Kosten der Angebote: Kurskosten</p>
<p>5 am Tag für Kids</p> 	<p>Den Schülern wird vermittelt, wie wichtig Obst und Gemüse ist, damit die Versorgung von Vitaminen, Mineralstoffen und sekundären Pflanzenstoffen gewährleistet ist. Anschließend werden gemeinsam leckere Rezepte zubereitet.</p>	<p>AOK LB - Bietigheim Gottlob – Molt - Str. 1 71636 Ludwigsburg Eva-Maria Oehler 07141/136-309 Eva-Maria.Oehler@bw.aok.de</p>	<p>Lehrer, Klassenstufe 3 bis 4, sowie 5 bis 7</p>	<p>Qualifikationen der Mitarbeiter: Dipl.-Ing. für Ernährungstechnik (FH) bzw. Diätassistentin Ort der Durchführung: Schule Zeitaufwand: 3 bis 4 Schulstunden Kosten: kostenfrei, Lebensmittel werden von der Schule gestellt</p>
<p>Je schneller, je besser - schnell im Biss -</p> 	<p>Neben der allgemeinen Information über Fastfood werden die Schüler anhand einer individuellen Ernährungsanalyse oder dem Thema "5 am Tag" in das Thema eingeführt. Die Schüler sollen in der Lage sein ihre tägliche Ernährung sinnvoll und bedarfsgerecht zu ergänzen. Deshalb wird im praktischen Teil eine schnelle Zubereitung von</p>	<p>AOK Ludwigsburg-Bietigheim Gottlob-Molt-Str. 1 71636 Ludwigsburg Eva-Maria Oehler 07141/136-309 Eva-Maria.Oehler@bw.aok.de</p> <p>Berit Wagner 07141/136-319 Berit.Wagner@bw.aok.de</p>	<p>Lehrer, Klassenstufe 7 bis 9</p>	<p>Qualifikationen der Mitarbeiter: Dipl.-Ing. für Ernährungstechnik (FH) bzw. Diätassistentin Ort der Durchführung: Schule Zeitaufwand: 3 bis 4 Schulstunden Kosten: kostenfrei Lebensmittel werden von der Schule gestellt</p>


	Nahrungsmitteln als Alternative zu Fast-Food-Gerichten ausprobiert.			
Ernährungsberatung 	Die AOK-Ernährungsberaterinnen unterstützen Sie individuell je nach Lehrplan in Ihrer Unterrichtsgestaltung mit einem Vortrag und auf Wunsch mit einem praktischen Teil.	AOK Ludwigsburg-Bietigheim Gottlob-Molt-Str. 1 71636 Ludwigsburg Eva-Maria Oehler 07141/136-309 Eva-Maria.Oehler@bw.aok.de Berit Wagner 07141/136-319 Berit.Wagner@bw.aok.de	Lehrer, Klassenstufe 9 bis 12	Qualifikationen der Mitarbeiter: Dipl.-Ing. für Ernährungstechnik (FH) bzw. Diätassistentin Ort der Durchführung: Schule Zeitaufwand: 2 bis 3 Schulstunden Kosten: kostenfrei Lebensmittel werden von der Schule gestellt
 PowerKids Kochklub Fit for Cooking	PowerKids ist ein Programm für Kinder zwischen 8 und 12 Jahren, die ein bisschen schlanker werden möchten. Alles was dazu benötigt wird, ist ein Koffer mit bunten Spielen, Aufklebern und Postern. Wie und wo Sie den Koffer bestellen können, erfahren Sie unter www.powerkids.de . Ergänzend zu diesem Programm bietet die AOK den PowerKids-Kochklub an. Nähere Informationen zu den monatlichen Treffen erhalten Sie unter Tel. 07141 136-307.	AOK LB-Ludwigsburg-Rems-Murr Gottlob-Molt-Str. 1 71636 Ludwigsburg Sigrid Lyhr - 07151 139-300 - Sigrid.Lyhr@bw.aok.de	Kinder 8-12 Jahre für 10-13 Jährige	Qualifikationen der Mitarbeiter: Ernährungswissenschaftlerin bzw. Dipl.-Ing. für Ernährungstechnik (FH) Zeitaufwand: 12 Wochen 2 bis 3 Schulstunden

Relax-Kids		AOK Ludwigsburg-Rems-Murr Sigrid Lyhr Tel. 07151 139-300 Sigrid.Lyhr@bw.aok.de	für Kinder von 6-10 Jahren	
Workshops AGs Projekte  <ul style="list-style-type: none"> ♥ adressatenorientiert ♥ individuell ♥ ganzheitlich 	<p>Die Inhalte der Workshops, AGs oder Projekte werden nach Absprache adressatenorientiert zusammengestellt und umgesetzt. Der Fokus richtet sich dabei auf sportbezogene und bewegungs-erzieherische Elemente um eine bestmögliche Nachhaltigkeit erzielen zu können.</p> <p>Die Workshops, AGs, Projekte können nach Vereinbarung in der Schule (vor Ort) oder bei uns im Zentrum (Gerlingen) durchgeführt werden.</p>	Rehabilitations- & Gesundheitszentrum Dr. Wehr • Jordan Bergheimer Weg 45 70839 Gerlingen Tel. 07156-430138 web. www.reha-gerlingen.de	Schülerinnen und Schüler ab 10 Jahren Eltern Lehrkräfte	Qualifikation der Mitarbeiter: <ul style="list-style-type: none"> • Ärztin mit Fachrichtung Kardiologie und Angiologie • Dipl. Sportlehrer mit Zusatzqualifikation Herzsportlizenz, Rückenschullizenz, Medizinische Trainingstherapie (MTT) • Sport- und Gymnastiklehrerin • staatl. geprüfte Ernährungsberaterin • Physiotherapeut/Manualtherapeut Kooperationspartner: Sanitätshaus Glotz Öffnungszeiten: Montag-Donnerstag: 8.00-20.00 Uhr Freitag: 12.00-20.00 Uhr Kosten und Zeiten: nach Vereinbarung!

Prävention in der Schule: allgemeine Gesundheitsförderung

Titel	Inhalt	Institution Ansprechpartner	Zielgruppe	Allgemeine Informationen
Klasse 2000 	Suchtprävention und Gesundheitsförderung in der Schule, Unterrichtsstunden mit dem Ziel der Gesundheitserziehung, Festigung der Persönlichkeit durch Information und Training	Verein Programm Klasse 2000, Bienweg 14, 90425 Nürnberg info@klasse2000.de Gerald Bauer, Hindenburgstr. 40 71638 Ludwigsburg Tel.: 07141/144-42784 gerald.bauer@landkreis-ludwigsburg.de oder Dr. Martin Otter Daimlerstr. 14 71254 Ditzingen 07156/8918 martotter@web.de	Grundschul Kinder	Qualifikationen der Mitarbeiter: Speziell ausgebildete Gesundheitsförderer, Lehrer Zeitlicher Rahmen der Tätigkeit: Grundschulzeit Angebotsdauer: 12 Unterrichtseinheiten jährlich Ort der Durchführung: in den Schulen Kosten: Beitrag für eine Schulklasse/Schuljahr 260€, häufig durch Sponsoren finanziert z.B. Lions Club
JobFit Gesundheitsförderung für berufsbildende Schulen im Handwerk	Vier-Phasen-Modell mit verschiedenen Modulen im Bereich Ernährung, Bewegung, Entspannung, Stressmanagement, Sucht (Alkohol, Nikotin)	Innungskrankenkasse Baden Württemberg und Hessen, Regionaldirektion Ludwigsburg Martin Heck Saarstr. 13-15 71636 Ludwigsburg Tel.: 07141/9416-109 Petra.Heinle-Hettig@ikkbw.de	Auszubildende an Berufsschulen des Handwerks	Qualifikationen der Mitarbeiter: Dipl. Sportpädagoge, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Psychologin, Diätassistentin, Dipl. Ernährungswissenschaftlerin, Gesundheitswissenschaftlerin Zeitlicher Rahmen der Tätigkeit: <u>Beginn:</u> je nach Bedarf <u>Häufigkeit:</u> je nach Bedarf Ort der Durchführung: an den Berufsschulen Kosten: Für IKK-Versicherte kostenfrei
Stups Selbstbehauptungstraining 	Stups ist ein ganzheitlich orientiertes Konzept auf entwicklungspsychologischer Grundlage und ein Trainingsprogramm der emotionalen Intelligenz,	Gerald Bauer, Kommunaler Suchtbeauftragter Hindenburgstr. 40 71638 Ludwigsburg Tel.: 07141/144-42784 gerald.bauer@landkreis-ludwigsburg.de	Klasse 4/5/6 Für Mädchen und junge Frauen	Kooperationspartner: Büro für Frauenfragen LB; Schulen im OSA-Bezirk Stuttgart

	zur Stärkung der personalen Kompetenzen, zur Sucht- und Gewaltprävention.			
 <p>Is(s) was?!</p>	<p>Präventionsprojekt zu den Themen Körper, Schönheit, Selbstwertgefühl, Ernährung, Essverhalten und Essstörungen; Arbeit in geschlechts-spezifischen Gruppen und angeleiteter Austausch zwischen den Geschlechtern</p>	<p>Landratsamt Ludwigsburg Gesundheitsdezernat Ronja Böhringer Hindenburgstr. 20/1 71638 Ludwigsburg Tel. 07141/144-41342 praevention@landkreis-ludwigsburg.de</p> <p>Frauen für Frauen e.V. Sigrid Fandi-Kurz Abelstraße 11 71634 Ludwigsburg Tel. 07141/220833</p>	<p>Schülerinnen und Schüler ab der 7. Klassenstufe</p>	<p>Qualifikationen der Mitarbeiter: B.A. Gesundheitsförderung Dipl. Sozialpädagogin (FH)/ Systemische Therapeutin (SG) Zeitlicher Rahmen der Tätigkeit: nach Anfrage Angebotsdauer: 2 ganze oder halbe Tage Ort der Durchführung: in den Schulen</p>
 <p>Size Down</p> 	<p>Internetangebot Stufenprogramm zum Abnehmen</p> <p>www.size-down.de</p>	<p>Landratsamt Ludwigsburg Gesundheitsdezernat Ronja Böhringer Hindenburgstr. 20/1 71638 Ludwigsburg Tel. 07141/144-41342 praevention@landkreis-ludwigsburg.de</p>	<p>Übergewichtige Jugendliche ab 12 Jahren</p>	<p>Qualifikationen der Mitarbeiter: B.A. Gesundheitsförderung</p>
<p>Fortbildungsseminar Für Multiplikatorinnen, Multiplikatoren und Interessierte zum Thema Essstörungen</p>	<p>Informationen über Essstörungen, Prävention und Umgang mit Betroffenen</p>	<p>Landratsamt Ludwigsburg Gesundheitsdezernat Ronja Böhringer Hindenburgstr. 20/1 71638 Ludwigsburg Tel. 07141/144-41342 praevention@landkreis-ludwigsburg.de</p>	<p>Lehrer, Sozialpädagogen, Interessierte</p>	<p>Qualifikationen der Mitarbeiter: B.A. Gesundheitsförderung Dipl. Sozialpädagogin (FH)/ Systemische Therapeutin (SG) Zeitlicher Rahmen der Tätigkeit: nach Anfrage Angebotsdauer: nach Absprache Ort der Durchführung: Frauen für Frauen e.V.</p>



		Frauen für Frauen e.V. Sigrid Fandi-Kurz Abelstraße 11 71634 Ludwigsburg Tel. 07141/220833		
<p>Elternabende</p> <p>1. „Zu dick, zu dünn oder total normal?“</p>  <p>2. Essen und kein Ende</p>	<p>- Verdeutlichen von Ursachen von Ess-Störungen, Erkennen präventiver Möglichkeiten, Anregungen zum Überdenken des eigenen erzieherischen Verhaltens</p> <p>- Gestörtes Essverhalten – Ess-Störungen</p>	<p>Gerald Bauer, Kommunaler Suchtbeauftragter Hindenburgstr. 40 71638 Ludwigsburg Tel.: 07141/144-42784 gerald.bauer@landkreis-ludwigsburg.de</p>	Eltern	
<p>ALF</p> <p>allgemeine Lebenskompetenzen und Fertigkeiten</p>	<p>Durch das Training schützender Lebensfertigkeiten soll die Persönlichkeit von Schülern gestärkt werden. ALF bietet Lehrkräften ein suchtpreventives Konzept, das leicht in den Unterricht integriert werden kann.</p>	<p>IFT Institut für Therapieforschung München</p>	5. und 6. Klassen	<p>Materialien: ALF Programm für Schüler der 5. Klasse Lehrermanual Schneider Verlag Hohengehren ISBN 3-89676-080-7</p> <p>ALF: Programm für Schüler der 6. Klasse Lehrermanual Schneider Verlag Hohengehren ISBN 3-89676-080-7</p>
<p>Lions-Quest-Programm</p> <p>„Erwachsen werden“</p>	<p>Förderung sozialer Kompetenzen junger Menschen in der Schule, wie z.B. Selbstvertrauen, kommunikative Kompetenz, Kontaktfähigkeit konstruktive Konflikt- und Problemlösung</p>	<p>Hilfswerk der Deutschen Lions-Quest e.V. Bleichstraße 3 65183 Wiesbaden Tel.: 0611/9915481 Fax 0611/9915483 Info@Lions-Hilfswerk.de</p>	Schüler von 10-15 Jahren	


Eigenständig werden	Programm zur Persönlichkeitsentwicklung, Gesundheitsförderung, Förderung der Lebenskompetenzen, Sucht- und Gewaltprävention in der Schule	Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung, IFT-Nord Frau Dr. Gudrun Wiborg Düsternbrooker Weg 2 24105 Kiel Tel.: 0431-570 2960 Fax: 0431 570 2929	Grundschule Klasse 5-6 Lehrer	Materialien: Es liegen zwei Manuale mit allen zur Durchführung notwendigen Materialien vor Ein Manual für Klassenstufen 1-4, ein weiteres für die Klassenstufen 5-6. An die Ausgabe der Materialien ist eine Fortbildungsveranstaltung (2,5 Tage) für Lehrkräfte gekoppelt.
----------------------------	---	--	-------------------------------------	---

Prävention im Kindergarten: Bewegung




Titel	Inhalt	Institution Ansprechpartner	Zielgruppe	Allgemeine Informationen
Bewegungs-, Spiel- und Sporterziehung im Kindergartenalter unter Einbeziehung einer Einheit ausgewogenes Ernähren  Landesinstitut für Schulsport, Schulkunst und Schulumusik	Die Inhalte des Projekts haben bzgl. Adipositas präventiven Charakter, da freudvolles intensives Bewegen und Spielen, sowie die Erziehung zum lebenslangen Sporttreiben die Gesundheit der Kinder, später der Jugendlichen und Erwachsenen positiv beeinflusst.	Landesinstitut für Schulsport Baden Württemberg Reuteallee 40 71634 Ludwigsburg Roland Kromer, Studiendirektor Te. : 07141-140-622 Fax : 07141-140-639 Roland.kromer@LISkv.bwl.de	Sozialpädag. / Fachkräfte des Kindergartenalters	Ort der Durchführung: Am Landesinstitut für Schulsport, teilweise in Kindergärten Kosten der Angebote: keine

Prävention im Kindergarten: Ernährung

Titel	Inhalt	Institution Ansprechpartner	Zielgruppe	Allgemeine Informationen
Förderung der Zahngesundheit und zahngesunden Ernährung 	Prophylaxeunterricht mit Inhalt: Info über Mundhygiene und Zähne Ernährungsberatung: zahngesunde Ernährung Elterninfos, Multiplikatoren-schulung	AG Jugendzahn-pflege Hindenburgstr. 20/1 71638 Ludwigsburg Tel.: 07141/144 41359 anna.leher@landkreis-ludwigsburg.de	alle Kindergärten	Zeitlicher Rahmen der Tätigkeit: <u>Beginn:</u> seit 1986 <u>Angebotsdauer:</u> laufend <u>Häufigkeit:</u> normalerweise 1x pro Jahr/ pro Kiga Gruppe Ort der Durchführung: in Kiga Kooperationspartner: gesetzliche Verpflichtung der gesetzlichen Krankenkassen und der Kreis-Zahnärzteschaft
Ernährungs-Parcours 	Spielstationen "Gesunde Ernährung" <ul style="list-style-type: none"> • Die Kinder lernen spielerisch, was gesunde und ungesunde Nahrungsmittel sind • Die Kinder erkennen den Einfluss der Ernährung auf den Körper • Die Kinder reflektieren ihr eigenes Essverhalten • Die Kinder erleben allen Sinne 	Landratsamt Ludwigsburg Gesundheitsdezernat Carola Benkert Hindenburgstr. 20/1 71638 Ludwigsburg Tel. 07141/144-41329 praevention@landkreis-ludwigsburg.de	Kinder und Eltern	Zeitlicher Rahmen der Tätigkeit: <u>Beginn:</u> Frühjahr 2005 <u>Angebotsdauer:</u> 2 Stunden <u>Häufigkeit:</u> auf Nachfrage Ort der Durchführung: Kindertagesstätten Kosten: Lebensmittelkosten für Teilnehmer



<p>BeKi</p> <p>die Landesinitiative für bewusste Kinderernährung Bereich Kindergarten</p> 	<p>Förderung der Selbständigkeit von Kindern, Kinder sollen lernen, Vielfalt der Lebensmittel zu schätzen und gesundheitsbewusst essen und trinken</p> <p>Angebote</p> <ul style="list-style-type: none"> • Veranstaltung für Eltern (Elternabend, Projekte und Aktionen) • Fortbildungen für Erzieher und hauswirtschaftliches Personal • Schriftl. Info- und Arbeitsmaterial • Infos im Internet: www.ernaehrung-bw.de 	<p>Landratsamt Ludwigsburg Fachbereich Landwirtschaft Ernährungszentrum Mittlerer Neckar Fr. Ramminger-Guderlei Auf dem Wasen 9 71640 Ludwigsburg Tel.: 07141/144-4925 beate.ramminger-guderlei@landkreis-ludwigsburg.de</p>	<p>Eltern, Erzieher, hauswirtschaftl. Personal</p>	<p>Qualifikationen der Mitarbeiter: Dipl. Oecotrophologen, Dipl. Ernährungswissenschaftler, Technische Lehrer und Beraterinnen, Diätassistentinnen, Meisterinnen der Hauswirtschaft werden vom Ministerium für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz Ba-Wü als Fachfrauen für Kinderernährung aus- und weitergebildet</p> <p>Zeitlicher Rahmen der Tätigkeit: <u>Beginn:</u> 1980 <u>Angebotsdauer:</u> unbefristet <u>Häufigkeit:</u> Pro Kindertagesstätte 2 Elternabende, Fortbildung von Erzieherinnen und hauswirtschaftlichem Personal in Absprache mit den Trägern</p> <p>Ort der Durchführung: Kindertagesstätten, Ernährungszentrum Mittlerer Neckar (Fortbildungen für Erzieher und hauswirtschaftlichem Personal)</p> <p>Kooperationspartner: Träger von Kindertagesstätten, Fachberater, Landesinstitut für Schulsport, Jugendamt</p> <p>Kosten: Lebensmittelkosten für Teilnehmer</p>
--	--	---	--	---


Prävention im Kindergarten: allgem. Gesundheitsförderung



Titel	Inhalt	Institution Ansprechpartner	Zielgruppe	Allgemeine Informationen
 <p>Spielzeugfreier Kindergarten</p>	<p>Kinder beschäftigen sich ¼ -Jahr ohne Spielzeug und werden selbst kreativ Elternabende zum Thema Essverhalten und –kultur oder wie viel Spielzeug ist nötig</p>	<p>Gerald Bauer, Kommunaler Suchtbeauftragter Hindenburgstr. 40 71638 Ludwigsburg Tel.: 07141/144-42784 gerald.bauer@landkreis-ludwigsburg.de</p>	<p>Kinder, Eltern, Erzieherinnen</p>	
 <p>Prima Klima in der Kita</p>	<p>Kindergärten werden über 1 Jahr begleitet und entwickeln ein individuelles, bedürfnisorientiertes Programm zur Gesundheitsförderung in ihrer Einrichtung, das die Kinder, Eltern Erzieherinnen und das Umfeld mit einbezieht. Dabei werden sie vom Gesundheitsdezernat unterstützt und begleitet.</p>	<p>Landratsamt Ludwigsburg Gesundheitsdezernat Carola Benkert Hindenburgstr. 20/1 71638 Ludwigsburg Tel.: 07141/144-41329 praevention@landkreis-ludwigsburg.de</p>	<p>Erzieherinnen, Kinder, Eltern</p>	<p>Qualifikationen der Mitarbeiter: Pädagogin, Soziologin Zeitlicher Rahmen der Tätigkeit: <u>Beginn:</u> Herbst 2004 <u>Angebotsdauer:</u> 1 Jahr Ort der Durchführung: in Kindergärten des Landkreises Kooperationspartner: Fachberaterinnen, Institutionen, die mit Kindergärten kooperieren</p>
 <p>Früh übt sich. Von klein auf gesund.</p>	<p>Das Ludwigsburger Netzwerk zur Gesundheitsförderung in Tageseinrichtungen für Kinder unterstützt bedarfsorientiert die Einrichtungen in fünf Themenfeldern:</p>	<p>mhplus BKK Franckstr. 8 71636 Ludwigsburg Tel. 07141/9790-951</p>	<p>Kinder im Vorschulalter, Eltern, ErzieherInnen</p>	<p>Kooperationspartner: mhplus BKK, Stadt Ludwigsburg, Landesinstitut für Schulsport Baden Württemberg, Schulberatung & Schulaufsicht, Kreis-Gesundheitsamt, Fachbeirat Tageseinrichtungen für Kinder, Stadtverband für Sport, Ernährungszentrum Mittlerer Neckar, Verkehrspolizei Zeitlicher Rahmen der Tätigkeit: Beginn: ab Kindergartenjahr 2005/2006 Angebotsdauer: unbefristet</p>


	<p>Angebote zum Thema Bewegung: Betreuung/Beratung der Kindertageseinrichtungen, Fortbildungsangebote, Bewegungsangebote durch Fachkräfte</p> <p>Angebote zum Thema Ernährung: Fortbildungen, Aktionen/ Elternveranstaltungen der Fachfrauen für Kinderernährung</p> <p>Angebote zum Thema Elterninformation: Unterstützung von Elternabenden und -aktionen; Kleingruppengespräche</p> <p>Angebote zum Thema Verkehrserziehung: Lerngänge, Elternabende/ Nachmittage; Fortbildungen</p> <p>Angebote zum Thema Gesundheitsförderung der ErzieherInnen: Stressprävention</p>			<p>Ort der Durchführung: Ludwigsburg Kosten für Kindertageseinrichtungen: keine</p>
--	---	--	--	---

Prävention – andere Angebote


Titel	Inhalt	Institution Ansprechpartner	Zielgruppe	Allgemeine Informationen
Babyprogramm Empfehlungen zur gesunden Ernährung von Mutter und Kind 	Präventive Ernährungserziehung mittels Vorträgen und Workshops zu den Themen Ernährung in Schwangerschaft und Stillzeit <ul style="list-style-type: none"> • Ernährung im 1. Lebensjahr • Kindgerechte Kost nach dem 1. Lebensjahr 	Landratsamt Ludwigsburg Fachbereich Landwirtschaft Ernährungszentrum Mittlerer Neckar Beate Ramminger-Guderlei Auf dem Wasen 9 71640 Ludwigsburg Tel.: 07141/144-4925 Beate.Ramminger-Guderlei@landkreis-ludwigsburg.de	Stillende, Eltern von Kleinkindern	Qualifikationen der Mitarbeiter: Dipl. Oecotrophologen, Dipl. Ernährungswissenschaftler, Technische Lehrer und Beraterinnen, Fachfrauen für Kinderernährung Zeitlicher Rahmen der Tätigkeit: <u>Beginn:</u> seit 2004 <u>Angebotsdauer:</u> ganzjährig <u>Häufigkeit:</u> Jahresprogramm mit 22 Veranstaltungen, zusätzlich für Gruppen auf Nachfrage Ort der Durchführung: Ernährungszentrum in Ludwigsburg Kosten: Vorträge kostenfrei, Kostenbeitrag für Lebensmittel
BeKi die Landesinitiative für bewusste Kinderernährung Bereich Kleinkind 	Förderung der Selbständigkeit von Kindern, Kinder sollen lernen, Vielfalt der Lebensmittel zu schätzen und gesundheitsbewusst essen und trinken Angebote <ul style="list-style-type: none"> • Veranstaltung für Eltern von Kindern im Alter von 6 Monate bis 3 Jahre und Kinder (Elternabende, Info-Stände bei Babymessen) • Fortbildungen für Erzieher und hauswirtschaftliches 	Landratsamt Ludwigsburg Fachbereich Landwirtschaft Ernährungszentrum Mittlerer Neckar Fr. Ramminger-Guderlei Auf dem Wasen 9 71640 Ludwigsburg Tel.: 07141/144-4925 beate.ramminger-guderlei@landkreis-ludwigsburg.de	Eltern, Erzieher, hauswirtschaftl. Personal	Qualifikationen der Mitarbeiter: Dipl. Oecotrophologen, Dipl. Ernährungswissenschaftler, Technische Lehrer und Beraterinnen, Diätassistentinnen, Meisterinnen der Hauswirtschaft werden vom Ministerium für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz Ba-WÜ als Fachfrauen für Kinderernährung aus- und weitergebildet Zeitlicher Rahmen der Tätigkeit: <u>Beginn:</u> 1980 <u>Angebotsdauer:</u> unbefristet Ort der Durchführung: Räume von Mutter-Kind-Gruppen, Familienbildungsstätten, Jugendämter, Ernährungszentrum Mittlerer Neckar (Fortbildungen für Erzieher und hauswirtschaftlichem Personal)


	Personal <ul style="list-style-type: none"> • Schriftl. Info- und Arbeitsmaterial • Infos im Internet: www.ernaehrung-bw.de 			Kooperationspartner: Träger von Eltern-Kind-Gruppen, freie Elternkindgruppen, Familienbildungsstätten, Kinderärzte, Pekipgruppen, Jugendamt Kosten Lebensmittelkosten für Teilnehmer
AOK Kochwerkstatt 	Fit for cooking:- Step by Step (Grundkurse): <ul style="list-style-type: none"> ○ Quer über den Markt – Salat, Gemüse und Hülsenfrüchte ○ Super Sattmacher – salz oder süß ○ Die fantastische Vier: Fisch, Geflügel, Fleisch und Dips Viel Genuss fürs Wohlbefinden (Aufbaukurse) <ul style="list-style-type: none"> ○ Gesund und lecker – Lust auf Meer! ○ Genießen wie im Urlaub ... ○ Da sind sie wieder: Die Hülsenfrüchte ○ Aus dem Wok aufs Stäbchen ○ Pasta basta! ○ Für Freunde und Zwischendurch ○ PfundsFit durch die Ostertage bzw. Feiertage (je nach Saison) 	AOK Ludwigsburg-Rems-Murr Sigrid Lyhr - 07151 139-300 Sigrid.Lyhr@bw.aok.de	Erwachsene	Qualifikationen der Mitarbeiter: Dipl.-Ing. f. Ernährungstechnik (FH), Dipl. Oecotrophologen, Diätassistentinnen, Dipl. Ernährungswissenschaftler Kosten: 30 € + Lebensmittelkosten ca. 8-10€. AOK Versichte sind kostenfrei (Ausnahme Lebensmittelkosten) Ort der Durchführung: Bietigheim, Ditzingen, Ludwigsburg

<p>Fit Ess Programm</p> 	<p>Ernährungsberatung und Bewegungstraining, einzeln oder in der Gruppe</p>	<p>Barmer Ersatzkasse Ruth Noppeney Solitudestr. 49/3 71638 Ludwigsburg Tel.: 0151/18369589 Fax 07141/921397 Ruth.Noppeney@web.de</p>	<p>Erwachsene</p>	<p>Qualifikationen der Mitarbeiter Dipl. Oecotrophologin Gymnastiklehrerin Angebotsdauer: mind. 1 Stunde Ernährungsberatung und/oder Bewegungstraining, Häufigkeit je nach Bedarf. Ort der Durchführung: Ludwigsburg. Kosten: Einzelberatung 60€ pro Stunde, Bewegungstraining nach Absprache. Der Gruppentarif ist abhängig von der Gruppengröße.</p>
<p>Ernährungsberatung</p> 	<p>Individuelle Ernährungsberatung Informationen und Tipps zur optimalen Ernährung der Familie Vortragsveranstaltungen zum Thema Ernährung</p>	<p>Barmer Ersatzkasse Ludwigsburg Ursula Winzig Wilhelmstr. 22 71638 Ludwigsburg Tel.: 018/500-326500</p> <p>Ditzingen Silvia Kiefer, Markstr. 24 71254 Ditzingen Tel.: 018/500-326540</p> <p>Marbach Renate Höss Güntterstr. 21 71672 Marbach Tel.: 018/500-326600</p>	<p>Erwachsene</p>	<p>Qualifikationen der Mitarbeiter: Staatl. Geprüfte Ernährungsberaterin Diätassistentin Zeitlicher Rahmen der Tätigkeit: <u>Angebotsdauer:</u> in der Regel 1 Std. <u>Häufigkeit:</u> gefördert werden max. 3 Termine Ort der Durchführung: Barmer Ludwigsburg Barmer Marbach Barmer Ditzingen Kosten der Angebote: Für die Erstberatung werden 80% max. 35 €, für die zwei Folgeberatungen jeweils 80% max. 23 € erstattet.</p>
<p>Ernährungs- und Diätberatung</p>		<p>Corinna Bonn-Schäkel Wieselweg 15 71638 Ludwigsburg 07141/972873 corinna.bonn-schaekel@t-online.de</p>	<p>Kinder und Erwachsene</p>	<p>Qualifikationen: Dipl. Ing. Milch- und Molkereiwirtschaft (FH), Gesundheits- und Ernährungsberaterin (RFA), Fachfrau für Kinderernährung (MLR), Neurodermitis-Trainerin für Kleinkinder und Säuglinge (AGNES) Zeitlicher Rahmen der Tätigkeit: <u>Angebotsdauer:</u> ¼- 1 Std. <u>Häufigkeit:</u> je nach Bedarf</p>

				Ort der Durchführung: Wieselweg 15 in Ludwigsburg Kosten: Erstgespräch 45 min. für 45 €, Folgegespräche 60 min für 50 €
IKKimpuls – Beratungen 	Individuelle Gesundheitsberatungen zu den Themen Ernährung, Bewegung, Entspannung, Stress	IKK classic Regionaldirektion Ludwigsburg Martin Heck Saarstr. 13-15 71636 Ludwigsburg Tel.: 07141/9416-109 Petra.Heinle-Hettig@ikkbw.de	Versicherte der Innungskrankenkasse	Qualifikationen der Mitarbeiter: Dipl. Sportpädagogin, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Psychologin, Diätassistentin, Dipl. Ernährungswissenschaftlerin, Gesundheitswissenschaftlerin Zeitlicher Rahmen der Tätigkeit: <u>Beginn:</u> je nach Bedarf <u>Angebotsdauer:</u> je nach Bedarf <u>Häufigkeit:</u> je nach Bedarf Ort der Durchführung: in den Räumen der IKK Ludwigsburg Rekrutieren der Klienten: auf Anfrage der Klienten oder durch Präventionsempfehlung des behandelnden Arztes Kosten der Angebote: für Versicherte der IKK kostenfrei
Persönlichkeitsförderung Soziale Kompetenz mit kreativen Mitteln Eltern-Kind-Genusstraining	<ul style="list-style-type: none"> • Ausdrucksförderung, Aktivierung mit kreativen Mitteln • Persönlichkeitsstärkung, Soziales Kompetenztraining • Umgang mit Gefühlen/Belastungen • Elternsensibilisierung • Wahrnehmung, Genuss und Gestaltungslust 	JULIUSGARTEN Zentrum für Lebensgestaltung und Therapie Wilhelmstr. 16, 71254 Ditzingen Dr. med Berthold-Brecht 07156/95260 (Praxis) annette.berthold@gmx.de Frau Socher-Neuner 0174/2454206 brigittesocheerneuner@gmx.de	Gruppen sowie Einzelpersonen aller Altersstufen – je nach Anfrage	Zeitlicher Rahmen der Tätigkeit: je nach Bedarf, fortlaufende Angebote sowie Tages- und Wochenendangebote <u>Häufigkeit:</u> gefördert werden max. 3 Termine Ort der Durchführung: Juliusgarten Kosten der Angebote auf Anfrage
Yoga XXL	Yoga kann jeder praktizieren. Die Gruppe wird von einer Yogalehrerin geleitet, die selbst Erfahrungen mit Übergewicht hat. Jede	Yogastudio „Yoga im Leben“ Schorndorfer Str. 136 71638 Ludwigsburg 07141/2391813 info@yoga-im-leben.de	Übergewichtige Jugendliche und Erwachsene	Qualifikationen der Kursleiter: zertifizierte Yogalehrer/ -therapeuten mit Ausbildung bei der Paracelsus-Schule in Stuttgart Häufigkeit: 1x pro Woche – 90 min., z.Zt. Mo, 18 - 19.30 Uhr (zusätzliche Stunden können bei entsprechender Nachfrage

	<p>Übung kann so abgewandelt bzw. mit Hilfsmitteln geübt werden, dass diese auch von Menschen mit Übergewicht ausgeführt werden können.</p>	<p>www.yoga-im-leben.de</p>		<p>angeboten werden) Ort der Durchführung: Yogastudio „Yoga im Leben“ Kosten der Angebote: 10er-Karte 110 Euro, Einzelkarte 13 Euro, kostenlose Schnupperstunde</p>
<p>ADiFiT Kids</p>	<p>Bewegungsangebot für übergewichtige Kinder von 6 - 10 Jahren</p>	<p>Ansprechpartner MTV-Geschäftsstelle, Bebenhäuser Str. 41, 71638 Ludwigsburg, Tel.: 07141/91188-0</p>	<p>übergewichtige Kinder von 6 - 10 Jahren</p>	<p>dienstags 16.30 – 17.30 Uhr MTV Bewegungsland</p>
<p>ADiFiT Junior</p>	<p>Bewegungsangebot für übergewichtige Jugendliche von 11 - 16 Jahren</p>	<p>Ansprechpartner MTV-Geschäftsstelle, Bebenhäuser Str. 41, 71638 Ludwigsburg, Tel.: 07141/91188-0</p>	<p>übergewichtige Jugendliche von ca. 11 - 16 Jahren</p>	<p>donnerstags 18.30 – 19.30 MTV Sporthalle UG</p>
<p>Rehabilitations- & Gesundheitszentrum Dr. Wehr • Jordan</p> <p>Präventionskurse:</p> <ul style="list-style-type: none"> • HerzKraft • Sweetheart • RückenMix <p>weitere Kurse (u.a.):</p> <ul style="list-style-type: none"> • FettWeg • Nordic Walking • Pilates • InBalance- 	<p>Gruppentraining Prävention von: Kardiologischen Beschwerden, Stoffwechselerkrankungen, Orthopädischen Defiziten</p> <p>Leistungsdiagnostik (inkl. Trainingsempfehlung):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Laktat-Stufentest • VO_{2max}-Test <p>Freies Training: freies individuelles defizitorientiertes Muskeltraining an modernen Trainingsgeräten mit elektronischer Trainingsplan-</p>	<p>Rehabilitations- & Gesundheitszentrum Dr. Wehr • Jordan</p> <p>Bergheimer Weg 45 70839 Gerlingen Tel. 07156-430138 web. www.reha-gerlingen.de</p> <p><u>Ansprechpartner:</u> Christian Spangenberg (Dipl.- Sportwissenschaftler) eMail. spangenberg@reha-gerlingen.de</p>	<p>Personen ab 10 Jahren, Personen mit kardiologischen Erkrankungen, Personen mit orthopädischen Defiziten, Personen mit Stoffwechselerkrankungen, ambitionierte Freizeitsportler</p>	<p>Qualifikation der Mitarbeiter:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ärztin mit Fachrichtung Kardiologie und Angiologie • Dipl. Sportlehrer mit Zusatzqualifikation Herzsportlizenz, Rückenschullizenz, Medizinische Trainingstherapie (MTT) • Sport- und Gymnastiklehrerin • staatl. geprüfte Ernährungsberaterin • Physiotherapeut/Manualtherapeut <p>Kooperationspartner: Sanitätshaus Glotz</p> <p>Öffnungszeiten: Montag-Donnerstag: 8.00-20.00 Uhr Freitag: 15.00-20.00 Uhr</p> <p>Kosten: <u>für Kurse (Zuschuss über GKV möglich!):</u> Termine nach Vereinbarung! 12 Einheiten à 60 min</p>

<p>Entspannung</p> <p>Leistungsdiagnostik</p> <p>Freies gesundheitsorientiertes Training</p> <p>Orthopädische Funktionsanalysen</p> <p>Ernährungsberatung</p> <p>Gesundheitsvorträge</p>	<p>dokumentation</p> <p>biomechanische Funktionsanalyse, Erhebung des orthopädischen IST-Zustandes</p>			<p>mit Arzt: 228,00 €/Kurs ohne Arzt: 65,00-180,00 €/Kurs <u>für freies Training:</u> Montag, Mittwoch, Freitag 40,00 €/Monat oder 440,00 €/Jahr</p>
<p>Adipositas - Zentrum Bietigheim</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Integratives Konzept mit Bioimpedanz-Analyse • Ärztliche Gruppenberatung und Vorträge • Ernährungsworkshop • Bewegungsprogramm 	<p>Adipositas-Zentrum Dr. Jürgen Herbers Im Vogelsang 1 74385 Pleidelsheim Tel 0174/6938490 jherbers@gmx.de</p>	<p>Personen ab 14 Jahren mit BMI 25 - 30</p>	<p>Qualifikationen der Mitarbeiter: Arzt mit Zusatzqualifikation „Ernährungsmedizin BDEM“, Diätassistentin mit DGE-Anerkennung, Sportlehrer, Medizinische Fachangestellte Zeitlicher Rahmen der Tätigkeit: Beginn: Kursbeginn jeden 3. – 4. Monat Angebotsdauer: 3 Monate Häufigkeit: Wöchentl. Angebot an Messungen, Vorträgen, Workshops, 2 x pro Woche Bewegungstherapie Ort der Durchführung: im Reha-Zentrum HESS (Steinheimer Str. 7, 74321 Bietigheim) Kooperationspartner: Reha-Zentrum HESS, Bietigheim Kosten: 375,- Euro pro Jahr incl. Bewegungstraining, Zuschuss von Krankenkassen möglich (i.d.R. 150,-)</p>

<p>Biggest Winner – box dich schlank!</p> <p>Gezieltes Gewichtsreduktions-training</p> 	<p>Die hohe Trainingseffizienz durch abwechslungsreiche Trainingselemente gibt den Kursteilnehmern die Gelegenheit sich schon nach kurzer Zeit spürbar besser zu fühlen. Eine Kombination von Muskel-stimulation und Ernährungsumstellung lässt die Pfunde schmelzen und erhöht die Lebensqualität.</p> <p>Ziele:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gewichtsreduzierung • vorteilhafte Körperformung • Steigerung Kraft und Ausdauer • Stärkung des Herz-Kreislaufsystems und des Immunsystems • Verbesserung des Stoffwechsels • Zunahme der Leistungsfähigkeit im Alltag • Erhöhung der Konzentration • positive Wirkung auf die Psyche und Verminderung von Stress 	<p>Schlag Brücken e. V. Adlerstr. 17 70806 Kornwestheim Ansprechpartner: Evelyn Venzke Telefon: 07154 - 15 64 42 E-Mail: info@schlagbruecken.de http://www.schlagbruecken.de</p>	<p>Kinder und Jugendliche</p>	<p>Zeitlicher Rahmen des Angebots: Kursdauer: 6 Monate / 1x wöchentlich 60 min. Kursstärke: mind. 6 und max. 14 Teilnehmer pro Gruppe Beginn: ab Mai 2015 Angebotsdauer: fortlaufend Trainingsort: Kornwestheim und Ludwigsburg Kosten: Je Teilnehmer 18,-- € pro Trainingseinheit. 72 € pro Monat</p>
--	--	---	-------------------------------	--

Für Anregungen und Ergänzungen wenden Sie sich bitte an:

Landratsamt Ludwigsburg
Dezernat Gesundheit und Verbraucherschutz
Gesundheitsförderung
Ronja Böhringer
Hindenburgstr. 20/ 1
71638 Ludwigsburg
praevention@landkreis-ludwigsburg.de
Tel: 07141 – 144 41342