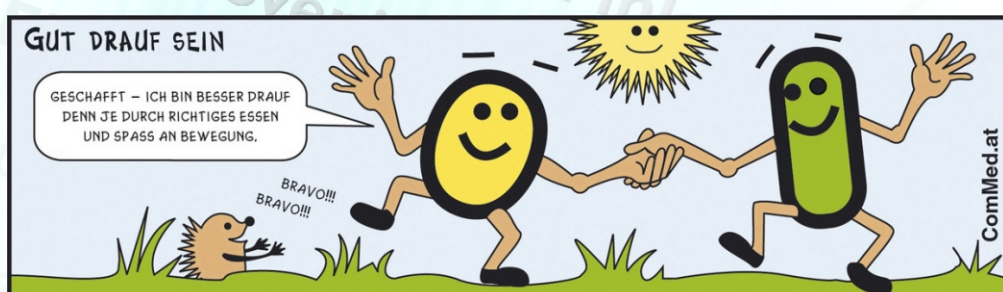




FAMILIENPLANER



Monat/ Tag	Jana	Daniel	Mama	Papa
1.				
2.		18°° gemeinsam Kochen		
3.				
4.	15°° Schwimmen			
5.				
6.				
7.		16°° Fußball		
8.				
9.	18°° Spieleabend	18°° Spieleabend		
10.				
11.	11°° Radtour	11°° Radtour	11°° Radtour	11°° Radtour
12.				

**IN FORM
KOMMEN
IN FORM
BLEIBEN**

**gemeinsam
In form**



The In Form project receives funding from the European Union in the framework of the public health programme.





Laut einer Studie der Europäischen Kommission sind rund 14 Millionen Kinder in der Europäischen Union (EU) übergewichtig, davon 3 Millionen fettleibig (adipös). Eine aktuelle Schätzung für Österreich lautet: rund 25% der Kinder und Jugendlichen sind übergewichtig (1% leidet an massiver Adiposität, 3% haben Essstörungen, 2% weisen Vorläufer-Syndrome der Adiposität auf).

Im Bewusstsein über diese besorgniserregende Lage begann Ende Oktober 2008 das europäische Projekt "In Form EU-Bekämpfung der Adipositas bei Kindern und Jugendlichen", das von der EU-Exekutivagentur für Gesundheit und Verbraucher (EAHC) unterstützt wird.

Das Ziel des dreijährigen Projektes ist es, eine Strategie zur Vorbeugung des Übergewichtes und der Fettleibigkeit bei Kindern und Jugendlichen zu entwickeln. Diese sollte auch nach dem Projektende in den teilnehmenden Ländern anwendbar sein und so zur Bekämpfung der Epidemie der Kinder-Fettleibigkeit in Europa beitragen.

Im Projekt soll ein europäisches interdisziplinäres Handbuch mit Standards und Leitlinien zur Vorbeugung und Behandlung der Kinder-Fettleibigkeit entstehen, und es wird auch ein interdisziplinärer Lehrgang entwickelt werden, um Interessierte aus den Gesundheitsberufen (Ärzte, Psychologen, Ernährungs- und Sportwissenschaftler) zu staatlich anerkannten Trainern für übergewichtige und fettleibige Kinder und Jugendliche auszubilden.

Die wichtigsten Ziele des Projektes sind, durch soziale Marketing-Aktionen auf örtlicher Ebene in allen teilnehmenden Ländern ein Problembewusstsein zu bewirken, Kinder, Jugendliche, ihre Eltern und ihr unmittelbares Lebensumfeld zu erreichen und ein Netzwerk fachkundiger Zentren zu schaffen, welches auch nach dem Projektende das Handbuch und das Trainer-Ausbildungsprogramm anwenden wird.

Elf Partner aus acht Ländern (Österreich, Bulgarien, Slowenien, Finnland, Norwegen, Großbritannien, Ungarn und Italien) sind im Projekt vereint, welches die "SANICADEMIA - Internationale Fortbildungsakademie für Gesundheitsberufe" mit Sitz in Österreich leitet.

Ihr In Form - Team:

LKH Villach

Abteilung für Kinder- u. Jugendheilkunde

Univ.-Prof. Prim. Dr. Robert Birnbacher
Nikolaigasse 43
9500 Villach
Austria
Tel.: +43/(0)4242/208-2356
Mail to: robert.birnbacher@lkh-vil.or.at

Sanicademia

Internationale Fortbildungsakademie
für Gesundheitsberufe EWIV
MMag. Kathrin Brugger
Nikolaigasse 43
9500 Villach
Austria
Tel.: +43/(0)4242/22400
Mail to: info@sanicademia.eu

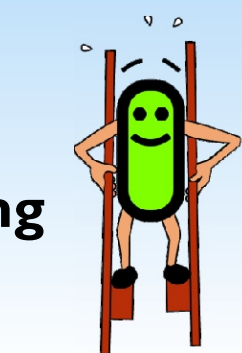


Regional Association of Hospitals "Stara planina"



JÄNNER

Bewegung
macht

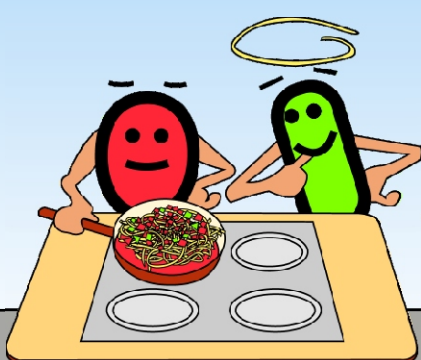


Spaß

Tag	Name	Name	Name	Name
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				

FEBRUAR

Kochen
ist

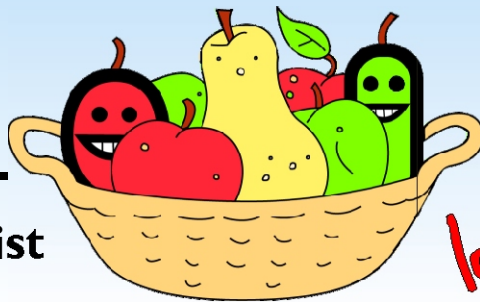


lustig

Tag	Name	Name	Name	Name
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				

MÄRZ

**Obst als
Zwischen-
mahlzeit ist**



lecker

Monat/ Tag	Name	Name	Name	Name
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				

APRIL

**Sport
bringt**



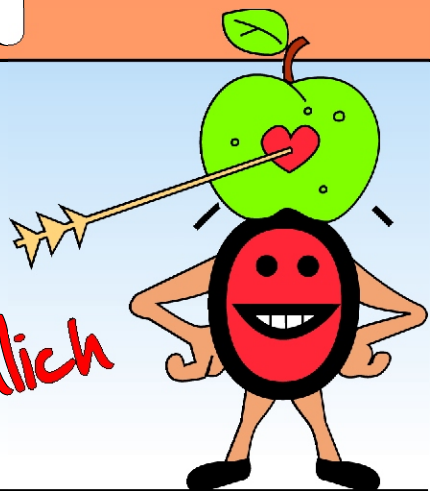
*gute
Laune*

Tag	Name	Name	Name	Name
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				

MAI

**Schön dekorierte
Speisen machen
einen beim Essen**

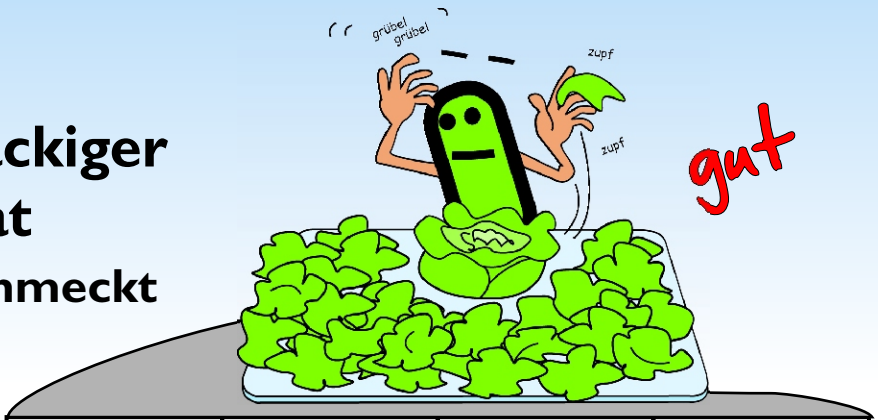
fröhlich



Monat/ Tag	Name	Name	Name	Name
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				

JUNI

**Knackiger
Salat
schmeckt**

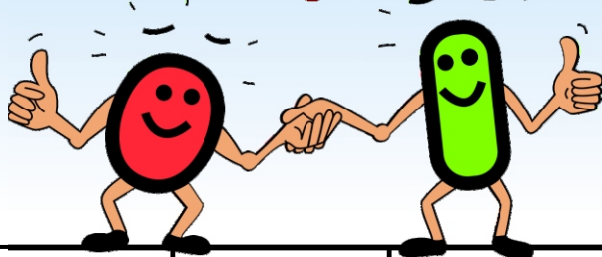


Tag	Name	Name	Name	Name
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				

JULI

Gemeinsame Aktivitäten machen

glücklich



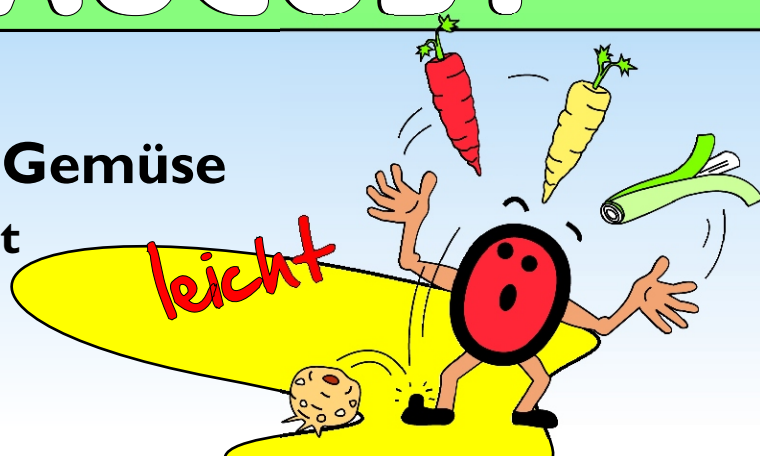
Monat/ Tag	Name	Name	Name	Name
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				

AUGUST

Buntes Gemüse

ist

leicht



Monat/ Tag	Name	Name	Name	Name
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				

SEPTEMBER

**Gemüse
macht**



Tag	Name	Name	Name	Name
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				

OKTOBER

**Wasser als
Getränk
ist**

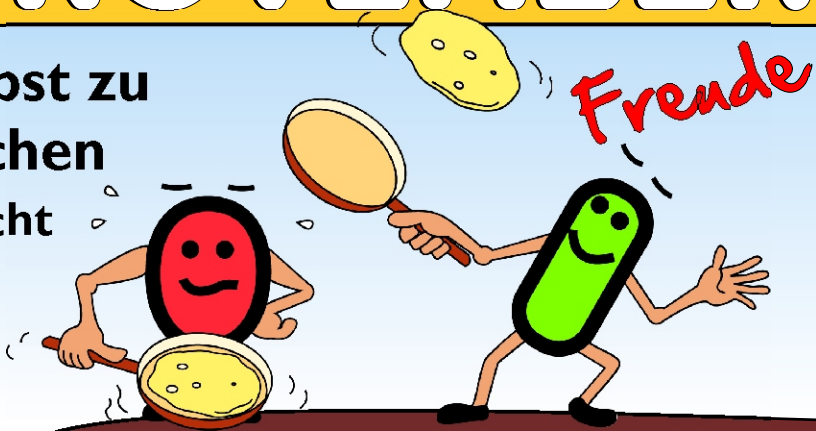
cool



Monat/ Tag	Name	Name	Name	Name
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				

NOVEMBER

**Selbst zu
Kochen
macht**



Tag	Name	Name	Name	Name
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				

DEZEMBER

**Neue
Sportarten
auszuprobieren
ist**



mutig

Monat/ Tag	Name	Name	Name	Name
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				