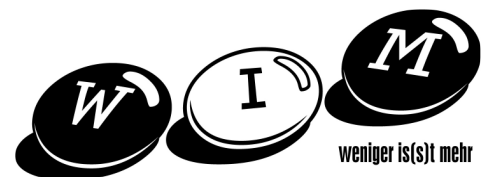


Programm Gruppenkurs

- Start: ab 2012
Genaueres Datum wird bei genügender Anzahl Teilnehmer bekannt gegeben
- Kurstage wöchentliche Treffen, kein Kurs während den Schulferien
19 Treffen jeweils Mittwoch von 15.00 – 17.00 Uhr
5 Treffen an Samstage von 10.00 – 14.00 Uhr
(Einführungstag, Bewegungstag, zwei Kochtage, Abschlusstag)
- An den Treffen muss neben dem Kind mind. ein Elternteil bzw. eine Bezugsperson anwesend sein



KINDERKLINIKEN
Bern

WIM **weniger is(s)t mehr**

**Gruppenprogramm für
übergewichtige Kinder (7 – 16 Jahre)
und deren Eltern**

**in Zusammenarbeit mit der Kinderklinik
des Inselspitals Bern**

WIM – weniger is(s)t mehr

Viele Kinder, die übergewichtig sind, haben gegenüber ihrem Körper negative Gefühle. Sie betrachten sich als unansehnlich. Ihre Beweglichkeit ist eingeschränkt. Viele leiden auch unter den sozialen Folgen, die das Dicksein mit sich bringen kann: Sie werden belächelt, „gehänselt“, und fühlen sich oft ausgeschlossen. Deshalb bietet der Verein WIM in Zusammenarbeit mit der Kinderklinik des Inselspitals Bern ein Jahresprogramm für übergewichtige Kinder (7 bis 16 Jahre) und deren Eltern an.

Was wir in unserem Programm vermitteln

Essen und Trinken soll Freude bereiten, keine negativen Gefühle auslösen und die Kinder sollen Spass an der Bewegung haben. Unser Ziel ist es, Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten längerfristig in der Familie zu verändern. Die regelmässigen Treffen in Gruppen zu den Themen Bewegung, Ernährung und Verhalten und das Engagement der ganzen Familie unterstützen auf dem Weg zur langfristigen Veränderung.

Wer leitet den Kurs WIM

Die Kursleitung besteht aus einem Team, dem ein Kinderarzt spezialisiert auf Hormonstörungen und Diabetes, dipl. Ernährungsberaterinnen FH/HF, ein Kinderpsychiater, eine Kinderpsychologin und dipl. Physiotherapeutinnen angehören.

Teilnehmen können

Kinder (7 bis 16 Jahre), die übergewichtig sind und deren Familie, die gemeinsam eine Gewichtsreduktion /-regulation anstreben wollen. Weitere Voraussetzungen sind Deutschkenntnisse und Bereitschaft am 9-monatigen Programm aktiv mit zu machen. Über die definitive Teilnahme wird nach dem Aufnahmeverfahren entschieden (siehe Ablauf Aufnahmeverfahren). Es können max. 15 Familien aufgenommen werden.

Ablauf des Programms

Eine Überweisung vom Kinderarzt / Hausarzt zur „Adipositasprechstunde“ der Kinderklinik des Inselspitals (031 632 94 11, Dr. med. M. Janner) ist notwendig. Dort erfolgt eine medizinische Abklärung.

Nach Unterzeichnung des Beitrittsvertrags für das Gruppenprogramm finden voraussichtlich ab Februar/März 2012 regelmässige Treffen statt. Definitiver Start des Programms erfolgt bei genügenden Teilnehmern.

Nach Ende des Gruppenprogramms müssen sich die Teilnehmer verpflichten, in den darauf folgenden drei Jahren an einer jährlichen Kontrolle teilzunehmen.

Kursort

Kinderspital Insel und nähere Umgebung. Sie erreichen das Kinderspital mit dem SVB-Bus Nr. 11 ab Hauptbahnhof, Richtung. Im Inse parking (im gleichen Gebäude) gibt es gegen Bezahlung Parkplätze.

Kurskosten für das Programm

Aufnahmeverfahren:

1. Medizinische Abklärung und Erstgespräch
Kosten gehen zu Lasten der Krankenkasse
2. Motivationsgespräch beim Kinderpsychiater
Kosten gehen zu Lasten der Krankenkasse
3. Eintrittsgespräch mit den Kursverantwortlichen (Information, Programmablauf,...) bei Corinne Spahr oder Daniela Fahrni Fr. 100.-

Gruppenprogramm:

Die Kurskosten für das Gruppenprogramm werden von der Krankenkasse übernommen (abzüglich Selbstbehalt/Jahresfranchise), sofern das Programm regelmässig (mind. 90%) besucht wird. Die Therapiekosten werden in 3 Raten zu Fr. 1400.-- in Rechnung gestellt. Diese Kosten können nach Besuch der abgeschlossenen Kursteile von der Krankenkasse zurückerstattet werden.

Falls für das Kind keine Franchise gewählt wurde, beträgt die Kostenbeteiligung Fr. 350.-- für das Gruppenprogramm

Für weitere Informationen und Auskünfte:

Verein WIM
Corinne Spahr
Schwarztorstrasse 11
3007 Bern
corinne.spahr@bluewin.ch
www.corinnespahr.ch
031 372 07 12

Verein WIM
Daniela Fahrni
Dorfstrasse 37
3123 Belp
daniela@erb-fahrni.ch
031 819 86 86