



Ville de Fribourg

## MULTISPORT

Ein interdisziplinäres Programm  
zur Prävention von Übergewicht



6H - 8H      Mittwoch 13h15 bis 14h15 in der Turnhalle der Schönbergschule  
3H - 5H      Mittwoch 14h15 bis 15h15 in der Turnhalle der Schönbergschule

Schulärztlicher Dienst  
Spitalgasse 2  
1700 Freiburg  
medecine.scolaire@ville-fr.ch

Gratis für Schulkinder der  
Stadt Freiburg

- **KÖRPERLICHE AKTIVITÄTEN**

Jeden Mittwoch Spiel und Spass drinnen und draussen

- **INTERDISZIPLINÄRE ARBEIT MIT VERSCHIEDEN FACHPERSONEN**

Ärztin

Ernährungsberaterin

1, 2, 3 Solei: INTERAKTIVES THEATER zum Thema Kindswohl

Theodora Stiftung: Dr. Flash und Dr. Méli Mélo

Selbstverteidigung

- **INDIVIDUELLE TREFFEN MIT EINER PFLEGEFACHFRAU**

Für eine flexible und angepasste Betreuung der Familie

- **MEDIZINISCHE BETREUUNG DURCH DIE SCHULÄRZTIN**

Medizinische Betreuung, da das Übergewicht Konsequenzen auf die Gesundheit haben kann

- **FERIENPASS (1. Woche der Sommerferien)**

Eine Woche voller interessanter und abwechslungsreicher Aktivitäten. Sich bewegen, Spass haben und neue Freunde finden!

- **ZIELE**

→ Freude am Bewegen, sich im eigenen Körper gut fühlen

→ Die körperliche Leistungsfähigkeit, Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit verbessern

→ Selbstvertrauen erhöhen

→ Ausgewogen ernähren

