

Jugendliche sind nicht übergewichtig

Die Schitfi Freestyle Tour 2007 nimmt den Kampf gegen das Übergewicht unter Jugendlichen auf. Sport und Kochen stehen auf dem Programm.

Ganze Schulhäuser können sich jetzt einen Platz im Tourplan sichern – und für ein unvergessliches Erlebnis sorgen. Die Schitfi kämpft gegen Übergewicht, un-

PRÄVENTION

ausgewogene Ernährung und Bewegungsmangel mit Freestylesportlern und Jungköchen, die in der Sprache der Jugendlichen für ein gesünderes Verhalten werben. Die Schülerinnen und Schüler entdecken Freestyle-Sportarten und kochen mit dem jungen Schitfi-Kochteam. In der Deutschschweiz findet die Freestyle Tour bereits zum fünften Mal statt. Nachdem das Projekt auch seit zwei Jahren in der Westschweiz Fuss gefasst hat, wird 2007

der Schritt ins Tessin gemacht. Neu ist

auch, dass täglich bis zu 100 Schülerinnen und Schüler teilnehmen können. Zudem können Schulen, Institutionen und Vereine die einzelnen Programmpunkte individuell als Workshops mieten. Das einjährige Programm bringt alle in Bewegung und zu mehr Wissen über eine ausgewogene Ernährung. Am Morgen lernen die Schülerinnen und Schüler mit echten Profis, wie Breakdance, Footbaggen, Skaten und Frisbee Spass in die Bewegung bringen können. Diese Sportarten animieren besonders zum Nachahmen, denn sie können ohne Aufwand von den Jugendlichen selbst und ohne Leistungsdruck in die Freizeit integriert werden. Nach dem gemeinsamen Mittagessen zeigen dann die

Jungköche zuerst, wie man auch am

Recycling seinen Spass haben kann. Danach folgt mit Hilfe einer grossen Lebensmittelpyramide ein anschaulicher Ernährungsteil. Anschliessend wird gemeinsam ein Bircher Müesli zubereitet, damit das Gelernte auch gleich schmackhaft erlebbar gemacht wird. Mit diesem Programm besucht die Schitfi jährlich über 3000 Kinder und Jugendliche in der Schweiz. Als Hauptpartner der Freestyle Tour tritt voraussichtlich bereits zum 3. Mal Suisse Balance auf, die Ernährungsbewegung vom Bundesamt für Gesundheit und von Gesundheitsförderung Schweiz (www.suissebalance.ch) sowie als Partner Coop und die SWICA Gesundheitsorganisation. Die Anmeldungen können unter

www.schitfi.ch heruntergeladen werden. Bei Fragen kontaktieren Sie bitte den Tourorganisator Flavio Trevisan, E-Mail Flavio.Trevisan@Schitfi.ch, Telefon 044 422 06 77, Handy 078 601 68 35.

Schitfi Freestyle Tour 2007

Vom 4. bis 15. Juni sowie vom 20. bis 31. August besucht die Schitfi Schulhäuser in der Deutschschweiz. Vom 18. bis 22. Juni tourt das Team durch die französische Schweiz, vom 3. bis 7. September durch die italienische Schweiz und erteilt dort Ernährungskurse, Breakdance-, Footbag-, Skateboard- und Frisbee-Unterricht. Ausserhalb der Tourdaten haben Schulen, Institutionen und Vereine die Möglichkeit, das Angebot der Schitfi zu mieten: Mit den Schitfi-Workshops kann das Programm individuell auf die gewünschten Bedürfnisse angepasst werden.

Pressemittteilung

Informationen: www.schitfi.ch.