

# #Stark<sup>2</sup>

Ich fühle mich wohl!

Ein Gruppenangebot für **JUNGEN\***  
mit Übergewicht und ihre Eltern



Lindenspürstraße 32  
70176 Stuttgart  
Telefon 0711 305685-30  
mail@jub-stuttgart.de

Nähere Informationen unter:  
[www.jungen-im-blick.de](http://www.jungen-im-blick.de)

Telefon 0711 305685-30



#Stark<sup>2</sup> wird gefördert von:

Eine Unterstiftung der

Stiftung  
**Kinderland**  
Baden-Württemberg

Baden-  
Württemberg  
Stiftung  
WER STIFTEN ZUKUNFT

# #Stark<sup>2</sup> – „ICH FÜHLE MICH WOHL!“ IST EIN GRUPPENANGEBOT FÜR JUNGEN\* ZWISCHEN 11 UND 15 JAHREN ZUR GESUNDHEITSFÖRDERUNG VON JUNGEN\* MIT ÜBERGEWICHT UND DEREN ELTERN.

Durch Unterstützung und Information im Umgang mit Übergewicht möchten wir Jungen\* und ihre Eltern dabei begleiten, ein besseres Körpergefühl zu erhalten, sich mit gesunder Ernährung und den Einflüssen von Social Media auseinanderzusetzen.

Neben dem Gruppenangebot für Jungen\*, veranstalten wir zwei Elternabende, bei denen sich über das Thema Übergewicht, Social Media, Pubertät etc. ausgetauscht werden kann. Hinzu kommen individuelle Elterncoachings, um die Jungen\* und Ihre Eltern zusätzlich zu unterstützen.

Wir laden Sie und Ihren Sohn\* herzlich zu einem Vorgespräch ein, welches Voraussetzung für die Teilnahme ist.

**Start:** 19.04.2023 (20 Einheiten)

**Kosten:** 20 € pro Monat, mit Bonuskarte kostenfrei.

Bei #Stark<sup>2</sup> – ich fühle mich wohl, geht es um Ernährung, Bewegung, Stress, Bewältigung und Instagram oder TikTok.

Wir sind eine Gruppe für Jungen\* mit Übergewicht. Mit den Eltern führen wir Gespräche.

Beim gemeinsamen Spielen und Kochen wollen wir Spaß haben und uns gemeinsam gut fühlen.

Wir teilen unsere Erlebnisse und finden heraus, warum es nicht immer leicht ist Übergewicht zu haben.

Wir planen gemeinsam, was wir bei #Stark<sup>2</sup> unternehmen.

Wir laden euch herzlich zu einem Gespräch ein. Das Gespräch ist wichtig, um teilnehmen zu können.