



BODYTALK PEP

Ein Projekt von Suisse Balance – Ernährung und Bewegung kinderleicht.
Unterstützt von Bundesamt für Gesundheit und Gesundheitsförderung Schweiz



INHALT / ZIELE

Das Projekt *BodyTalk PEP* vermittelt jungen Menschen gerade in einer Zeit, in der Figur und Gewicht überall thematisiert werden, einen selbstbewussten Umgang mit sich und der eigenen Schönheit. *BodyTalk PEP* möchte die Körperzufriedenheit und das Selbstwertgefühl von Kindern und Jugendlichen fördern. Neben der Durchführung von Workshop-Programmen in Schulen werden die Inhalte von *BodyTalk PEP* auch in bestehende Ernährungs- und Bewegungsprojekte, Aus- und Weiterbildungsinstitutionen sowie Organisationen und Vereine im pädagogischen oder gesundheitsfördernden Bereich integriert.

ZIELGRUPPEN

BodyTalk PEP ist ausgerichtet auf die Bedürfnisse und Besonderheiten sowohl von Kindern (9-12 Jahren / *BodyTalk Junior*) als auch von Jugendlichen und jungen Erwachsenen (13-20 Jahren / *BodyTalk*). Die Inhalte von *BodyTalk PEP* werden zudem an Lehrpersonen und andere MultiplikatorInnen sowie an die Eltern der Kinder und Jugendlichen herangetragen.

MASSNAHMEN

- Anpassung der bereits bestehenden thematischen Inhalte und Materialien von *BodyTalk PEP* für Jugendliche auf die Altersgruppe der 9-12 Jährigen
- Durchführung von professionell betreuten Workshops für SchülerInnen in der Deutschschweiz
- Schulung von Lehrpersonen und MultiplikatorInnen sowie Integration der *BodyTalk PEP* Inhalte in Aus- und Weiterbildungsinstitutionen
- Anpassung des Workshop-Programms für Schulen auf die Bedürfnisse und Besonderheiten von Vereinen und Projekten
- Information und aktiver Einbezug der Eltern
- Erstellung eines Leitfadens zur Durchführung von *BodyTalk PEP* in Schulen und zur Integration der Inhalte in ausserschulischen Settings

WEITERE INFORMATIONEN

www.pepinfo.ch (Rubrik Prävention > *BodyTalk PEP*)

Das Projekt wird unterstützt von:



MIGROS
kulturprozent



In Kooperation mit:

PAPPERLA PEP
Ein Kooperationsprojekt der Gesundheits- und Prävention des Kantons Bern und Suisse Balance - Ernährung und Bewegung kinderleicht

feelreal
stop smoking, feel real!

