

## Tempelhof-Schöneberg

Aktivität	Projekt	Ansprechpartner/Kontakt	Telefon	Mail/Internetadresse
Ernährung	Schildkröte/KiKo (Kinderkost)	Frau Liedholz	284 72 42 27 253 59 942	<a href="mailto:Liedholz@schildkroeteberlin.de">Liedholz@schildkroeteberlin.de</a>
	AOK - Übergewichtige Kinder und Angehörige	(nur für Mitglieder)	25 31 61 41/42/46	<a href="http://www.aokberlin.de/kurse">www.aokberlin.de/kurse</a>
	Arbeitskreis Neue Erziehung e. V. Beratung für Eltern	Arbeitskreis Neue Erziehung e. V.	25 90 06 28	<a href="mailto:Lfb@ane.de">Lfb@ane.de</a> <a href="http://www.ane.de">www.ane.de</a>
	Ferienprogramm "Pepes Restaurant" in Kooperation mit Nahariya □ Grundschule	Frau Bernard Kinder- und Jugendgesundheitsdienst Tempelhof-Schönberg	90277 81 07	<a href="mailto:Bernard@ba-ts.berlin.de">Bernard@ba-ts.berlin.de</a>
	Schülerclub Oase Schwerpunkt "Gesunde Ernährung" Kooperation mit Schule	Schülerclub	90277 49 91/92	<a href="mailto:Schuelerclub-oase@nbsh.de">Schuelerclub-oase@nbsh.de</a> <a href="http://www.nachbarschaftsheimschoeneberg.de">www.nachbarschaftsheimschoeneberg.de</a>
	OGB "Tempelherren" Kooperation mit Ufabrik e. V.	Herr Fiedler	90277 26 69	<a href="http://www.nusz.de">www.nusz.de</a> <a href="mailto:info@nusz.de">info@nusz.de</a>

## Bewegung

St. Joseph □ Krankenhaus/Gesunde Ernährung von Anfang	Kinderklinik/Elternschule	7882 22 91 7882 27 38	<a href="mailto:Elternschule@sjk.de">Elternschule@sjk.de</a> <a href="http://www.sjk.de">www.sjk.de</a>
Landessportbund/Sportjugend	Frau Richter	30 002 168	<a href="mailto:Info@sportjugend-berlin.de">Info@sportjugend-berlin.de</a> <a href="mailto:Kids@sportjugend-berlin.de">Kids@sportjugend-berlin.de</a>
TIB Turngemeinde Berlin-Sportzentrum Columbiadamm 111 Ges.Programm für Kinder	Sportzentrum Herr Pasche	61 10 10 14/22	<a href="http://www.tib1848ev.de">www.tib1848ev.de</a>
Ester Berliner Judoclub "Rangeln & Raufen" Bewegungstraining im Vorschulalter	Frau Westphal	606 95 80	<a href="http://www.ebjc.de">www.ebjc.de</a>
Berliner Turnerschaft Kinderturnen/ Mädchen & Jungen	Frau Ina Maria Tetzner	0162 34 31 507	<a href="mailto:Info@turn-ina.de">Info@turn-ina.de</a> <a href="http://www.TURN-INA.de">www.TURN-INA.de</a> oder <a href="http://www.berlinerturnerschaft.de">www.berlinerturnerschaft.de</a>
A & QUA gGmbH Projekt Bewegung und Ernährung (bis 11/2010)	Herr Schütze Frau Kaminska Frau Mickeleit	797 30 97	<a href="mailto:Aqua.steglitz@gmx.de">Aqua.steglitz@gmx.de</a>
Tempelhof-Schöneberg Sportvereine mit diversen Sportangeboten für Kinder und Jugendliche	Sportamt Frau Thiele	90 277 6203	<a href="http://www.berlin.de/ba-tempelhofschoeneberg/abteilung/familie-jugend-sport/Sportamt.html">www.berlin.de /ba-tempelhofschoeneberg/ abteilung/familie -jugend-sport/Sportamt.html</a>

### Ambulantes Therapieprogramm Moby Dick für übergewichtige Kinder/Jugendliche und ihre Familien

Das Moby Dick Programm ist ein Gesundheitsprogramm für übergewichtige und adipöse Kinder und Jugendliche und ihre Familien. Wir wollen durch ein verändertes Freizeit- und Ernährungsverhalten bei den Betroffenen eine langfristige Gewichtsstabilisierung erreichen und somit die ganzheitliche gesundheitliche Situation verbessern. Persönliche Ressourcen sollen aktiviert und das Vertrauen auf die eigenen Fähigkeiten gefestigt werden.

Die Kinder und Jugendlichen treffen sich einmal in der Woche am Nachmittag zum gemeinsamen Ernährung- und Verhaltenstraining sowie zum Bewegungstraining. Begleitend finden für die Eltern Elternabende statt und werden Einzelgespräche gemeinsam mit dem Kind/Jugendlichen geführt.

Das Programm wird in Berlin vom Berliner Jugendrotkreuz angeboten und ist Teil des bundesweiten Moby Dick Netzwerks ([www.mobydicknetzwerk.de](http://www.mobydicknetzwerk.de)).

Ansprechpartnerin: Lisa Kaspar

Tel. 030 600 300 1173

E-Mail: [mobydick@jrk.de](mailto:mobydick@jrk.de)

Termine: Mittwochs von 16.00h bis 19.30h

Ort: Ernährungs- und Verhaltenstraining: St. Joseph Krankenhaus, Wintgensstraße, 12101 Berlin  
Bewegungstraining: Turnhalle des Robert Blum Gymnasiums, Kolonnenstraße 21, 10827 Berlin

Dauer des Programms: Insgesamt 12 Monate

Kosten: 1800€

Das Programm ist vom Medizinischen Dienst der Spitzenverbände der Krankenkassen anerkannt. Die Krankenkassen übernehmen in der Regel einen Anteil der Kosten. Es ist uns ein Anliegen, Familien in schwierigen finanziellen Lebenslagen zu unterstützen. Können Familien den Teilbetrag nicht leisten, versuchen wir über verfügbare Sponsorengelder, Familien mit geringem Einkommen zu unterstützen.

### **Stressbewältigung**

TK-Projekt "Bleib locker"  
(nur in Pankow)

TK vor Ort  
Frau Lindner

Service-Nr.: 0800  
28 58 585  
48 62 89 46

[TK@online.de](mailto:TK@online.de)  
Gesundheitskurse

Schulstation  
"Wunderinsel"

Frau Endress

76 58 79 39

[www.nusz.de](http://www.nusz.de)