

## Weitere Informationen:

Falls Sie Interesse haben, halten Sie bitte vorher mit Ihrem zuständigen Kinder- oder Hausarzt Rücksprache.

Zur Anmeldung und für genauere Informationen wenden Sie sich bitte an das Sekretariat des Sozialpädiatrischen Zentrums.

Ihre Ansprechpartner sind:  
Dr. Günter Steidle und Renate Krüger



Ein Teil unsers Teams

### Kontakt:

#### Sozialpädiatrisches Zentrum

(SPZ) Traunstein  
am Klinikum Traunstein  
Schierghoferstraße 5  
83278 Traunstein



**Telefon:** 0861/ 705 - 1560  
**Fax:** 0861/ 705 - 1564  
**E-Mail:** [spz@klinikum-traunstein.de](mailto:spz@klinikum-traunstein.de)  
**Web:** [www.klinikum-traunstein.de](http://www.klinikum-traunstein.de)

Sozialpädiatrisches Zentrum  
(SPZ) Traunstein



## Klinikum Traunstein

Akademisches Lehrkrankenhaus der Ludwig-Maximilians-Universität München

# BAHLU

ein ambulantes Programm für  
übergewichtige Kinder und  
Jugendliche



**B**ewegung und Sport

**A**ufklärung und Begleitung

**H**ilfen im psychosozialen Bereich

**L**ernen eines gesunden Essverhaltens

**U**mfeld und Elternarbeit



**BAHLU** ein ambulantes Adipositas-Programm soll über eine langfristige Begleitung der Kinder/Jugendlichen und deren Familien helfen, das Körpergewicht der übergewichtigen Patienten zu reduzieren bzw. zu stabilisieren.

Ein persönlicher Betreuer plant und begleitet ein individuell zugeschnittenes Therapieprogramm, welches auf den anschließend beschriebenen Säulen basiert.

Für die verschiedenen Therapiemodule steht ein interdisziplinäres Team aus Ernährungsberatern, Sporttherapeuten, Erziehern, Psychologen und Kinderärzten zur Verfügung.

Ergänzt werden die wöchentlichen therapeutischen Maßnahmen durch gelegentlich stattfindende Tages- oder Wochencamps.



**BAHLU** basiert auf 5 Säulen

### **Säule 1: Bewegung und Sport**

- Vermittlung von Freude an Bewegung
- Wecken von Motivation für neue Sportarten
- Verbesserung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten

### **Säule 2: Aufklärung und Begleitung**

- Abklärung von Gesundheitsrisiken vor Beginn des Programms
- Koordination der einzelnen therapeutischen Maßnahmen
- Kontinuierliche Beratung durch den Betreuer

### **Säule 3: Hilfen im psychosozialen Bereich**

- Stärkung des Selbstwertgefühls
- Verbesserung der sozialen Integration
- Aktivierung von persönlichen Ressourcen

### **Säule 4: Ernährungsberatung**

- Erlernen von gesundem und dabei genussvollem Essverhalten
- Entwicklung eines eigenverantwortlichen kontrollierten Essverhaltens
- Praktische Übungen zur Ernährungszubereitung

### **Säule 5: Umfeld und Elternarbeit**

- Elternabende zur Ernährung wie auch zur psychosozialen Situation der Kinder
- Versuch der Anbindung an Sportvereine
- Vermittlung von Hilfen bezüglich weiterer Problembereiche

