

# #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)



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

Stiftung  
**Kinderland**  
Baden-Württemberg

# #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 Social Media und Gaming möchten wir Jungen\* und ihre Eltern dabei begleiten, ein besseres Körpergefühl zu erhalten.

Insbesondere geht es um die Einflüsse von Social Media und einen gelingenderen und sicheren Umgang im Alltag.

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.

**Start:** März 2024

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

Bei **#STARK<sup>2</sup>** – ich fühle mich wohl!, geht es um die Wechselwirkung von Übergewicht, Zocken, 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 Sprechen 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 und wie wir eventuell das Gewicht reduzieren können.

Wir planen gemeinsam was wir bei **#STARK<sup>2</sup>** unternehmen.

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