



## easykids fix

### Gruppenprogramm für Kinder und Jugendliche mit Übergewicht

„easykids fix“ ist ein kostenloser Gruppenkurs für Kinder und Jugendliche im Alter von 6 bis 14 Jahren mit (beginnendem) Übergewicht, die gemeinsam mit ihren Eltern oder Bezugspersonen den ersten Schritt zu einem gesünderen Leben machen wollen.

Mit Unterstützung von Expert\*innen aus den Bereichen Ernährung, Bewegung und Psychologie lernen Familien spielerisch, wie sie gesündere Alltagsgewohnheiten entwickeln und ihr Ernährungs- und Bewegungsverhalten Schritt für Schritt verändern können. Ganz ohne Druck, dafür mit viel Spaß und neuen Ideen für den Familienalltag.

Der Gruppenkurs besteht aus 8 Wochen Basiskurs, mit jeweils einem Präsenztermin pro Woche (plus 2 Online-Terminen), und 8 Wochen Nachbetreuung mit insgesamt 3 Terminen.

Im Herbst 2025 starten Kurse an zwei Standorten im Burgenland.

**Eisenstadt:** SPORTUNION Burgenland, Neusiedlerstraße 58, 7000 Eisenstadt

	6–10-Jährige	11–14-Jährige
18.09.2025	15:15 – 16:45 Uhr	17:15 – 18:45 Uhr

**Oberschützen:** BG/BRG/BORG Oberschützen, Hauptplatz 7, 7432 Oberschützen

17.09.2025	16:00 - 17:30 Uhr
------------	-------------------

Am **20.08.2025** findet um **18:00** Uhr ein **Info-Webinar** zum Programm der Österreichischen Gesundheitskasse statt. Nähere Informationen dazu sowie die Möglichkeit zur Anmeldung finden Sie mit dem QR-Code oder unter [www.oegk.at](http://www.oegk.at).



Anmeldungen zum Programm bitte an:

E-Mail: [easykids.burgenland@proges.at](mailto:easykids.burgenland@proges.at)

Telefon: +43 699 1766 6666

**Starte mit uns das Abenteuer Gesundheit!**