



Hauptpartner:

# SUISSE BALANCE

Die Ernährungsbewegung vom Bundesamt für Gesundheit und von Gesundheitsförderung Schweiz  
L'alimentation en mouvement: par l'Office fédéral de la santé publique et par Promotion Santé Suisse  
L'alimentazione in movimento: dell' Ufficio federale della sanità pubblica e di Promozione Salute Svizzera

Partner:



30. November 2006, Pressemitteilung:

## **Jetzt anmelden für die Schtifti Freestyle Tour 2007: Damit Jugendliche nicht übergewichtig werden.**

**Ganze Schulhäuser können sich jetzt einen Platz im Tourplan sichern – und für ein unvergessliches Erlebnis sorgen. Die Schtifti kämpft gegen Übergewicht, unausgewogene Ernährung und Bewegungsmangel. Mit Freestylesportlern und Jungköchen, die in der Sprache der Jugendlichen für ein gesünderes Verhalten werben. Die Schülerinnen und Schüler entdecken Freestyle-Sportarten und kochen mit dem jungen Schtifti Kochteam. In der Deutschschweiz findet die Freestyle Tour bereits zum fünften Mal statt. Nachdem das Projekt auch seit zwei Jahren in der Westschweiz Fuss gefasst hat, wird 2007 der Schritt ins Tessin gemacht. Neu ist auch, dass täglich bis zu 100 SchülerInnen teilnehmen können. Zudem können Schulen, Institutionen und Vereine die einzelnen Programmpunkte individuell als Workshops mieten.**

Das eintägige Programm bringt Schüler- und LehrerInnen in Bewegung und zu mehr Wissen über eine ausgewogene Ernährung: Am Morgen lernen die SchülerInnen mit echten Profis, wie Breakdance, Footbagen, Skaten und Frisbee Spass in die Bewegung bringen kann. Diese Sportarten animieren besonders zum Nachahmen, denn sie können ohne Aufwand von den Jugendlichen selbst und ohne Leistungsdruck in die Freizeit integriert werden. Nach dem gemeinsamen Mittagessen zeigen dann die Jungköche zuerst, wie man auch am Recycling seinen Spass haben kann. Danach folgt mit Hilfe einer grossen Lebensmittelpyramide ein anschaulicher Ernährungsteil. Anschliessend wird gemeinsam ein Birchermüesli zubereitet, damit das Gelernte auch gleich schmackhaft erlebbar gemacht wird. Mit diesem Programm besucht die Schtifti jährlich über 3000 Kinder und Jugendliche in der Schweiz. Als Hauptpartner der Freestyle Tour tritt bereits zum 4. Mal Suisse Balance auf, die Ernährungsbewegung vom Bundesamt für Gesundheit und von Gesundheitsförderung Schweiz ([www.suissebalance.ch](http://www.suissebalance.ch)) sowie als Partner Coop und die SWICA Gesundheitsorganisation.

Die Anmeldungen können unter [www.schtifti.ch](http://www.schtifti.ch) heruntergeladen werden. Bei Fragen kontaktieren Sie bitte den Tourorganisator Flavio Trevisan; [Flavio.Trevisan@Schtifti.ch](mailto:Flavio.Trevisan@Schtifti.ch), Telefon 044 422 06 77, Handy 078 601 68 35

### **Die Schtifti Freestyle Tour 2007:**

Vom 4. bis 15. Juni, sowie vom 20. bis 31. August besucht die Schtifti Schulhäuser in der Deutschschweiz. Vom 18. bis 22. Juni tourt das Team durch die französische Schweiz, vom 3. bis 7. September durch die italienische Schweiz und erteilt dort Ernährungskurse, Breakdance-, Footbag-, Skateboard- und Frisbee-Unterricht. Ausserhalb der Tourdaten haben Schulen, Institutionen und Vereine die Möglichkeit, das Angebot der Schtifti zu mieten: Mit den Schtifti Workshops kann das Programm individuell auf die gewünschten Bedürfnisse angepasst werden.

**Mehr Informationen zur Schtifti, dem Projekt Freestyle Tour 2007 oder der Freestyle Tour 2006 finden Sie auf [www.schtifti.ch](http://www.schtifti.ch). Druckfähige Bilder zum Downloaden gibt es unter Kommunikation > Pressefotos.**