



Promotion santé Valais Gesundheitsförderung Wallis

Übergewicht

Übergewicht wird zum Problem, wenn das Verhältnis zwischen Gewicht und Grösse Jahr für Jahr immer stärker auseinander driftet. Wenn man zusehen kann, wie ein Kind immer runder wird, und es häufig grössere Kleidergrössen benötigt, kann das ein Anzeichen für Übergewicht sein. Bei starkem Übergewicht spricht man von Fettleibigkeit.



Fettleibigkeit kann zu Komplikationen wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, einem negativen Selbstbild und dem Gefühl von Ausgrenzung oder Einsamkeit führen.

Sie möchten mehr erfahren?

- Spass im Alltag, Bewegung und Ernährung machen das Leben lebenswerter
- Tipps und Triscks um mit Freude zu essem
- Leitfaden für die Eltern übergewichtiger Kinder
- *Das Programm Contrepoids des Spitals Wallis*

Offre de sport facultatif (lien CAM à venir)

•