



Adipositaszentrum Zentralschweiz

Hulahopp

Das zertifizierte Gruppenprogramm für
übergewichtige Kinder und Jugendliche

Hulahopp – das zertifizierte Gruppenprogramm für übergewichtige Kinder und Jugendliche

Hulahopp ist eine Ergänzung zu unserem bestehenden Angebot der Einzeltherapie. Das multidisziplinäre Gruppenangebot für 10- bis 15-jährige Kinder und Jugendliche ist ein zertifiziertes und einzigartiges Gruppentherapieangebot in der Zentralschweiz.

Für wen ist Hulahopp?

Für übergewichtige und stark übergewichtige (adipöse) Kinder und Jugendliche im Alter von 10 bis 15 Jahren, die zusammen mit ihren Eltern bzw. gesetzlichen Erziehungsberechtigten an ihrem Gewicht und ihren Lebensgewohnheiten arbeiten und dabei auch Spass und Freude haben möchten.

Was beinhaltet Hulahopp?

Das einjährige Programm besteht aus Bewegung, Ernährung und psychologischem Coaching und wird ärztlich begleitet. Die Teilnehmenden treffen sich mindestens alle zwei Wochen (ausser während der städtischen Schulferien von Luzern) am Mittwochnachmittag. Die Eltern bzw. gesetzlichen Erziehungsberechtigten begleiten das Kind mindestens einmal pro Monat und nehmen eine aktive und unabdingbare Rolle in der Therapie ein.

Was sind die Ziele von Hulahopp?

- Durch vielfältige Bewegungsmöglichkeiten die Freude an der Bewegung wecken
- Ess- und Trinkverhalten optimieren – Theorie und Praxis
- Lebenskompetenzen und Selbstsicherheit stärken
- Unterstützung durch die Gruppe erhalten und vom Austausch mit anderen profitieren

Wo findet Hulahopp statt?

In einem Schulhaus im Raum Luzern

Wann startet Hulahopp?

Jeweils nach den Frühlings- und Herbstferien

Wie gross ist die Gruppe?

Die Gruppengrösse ist auf maximal 16 Teilnehmende festgelegt.

Wie wird Hulahopp finanziert?

Zu Ihren Lasten fallen der Selbstbehalt von max. CHF 350.– sowie eine allfällige Franchise (keine gesetzliche Vorlage) an. Von der obligatorischen Krankenversicherung (Grundversicherung) wird ein Beitrag von rund CHF 6000.– pro Kind übernommen. Hierfür werden eine Kostengutsprache und eine regelmässige Teilnahme am Programm vorausgesetzt.

Wie erfolgt die Anmeldung zum Hulahopp?

1. Zuweisung durch den Hausarzt an das Adipositaszentrum Zentralschweiz
2. Erstgespräch (interdisziplinäre Adipositas-sprechstunde) inklusive Untersuchung beim Programmarzt
3. Teilnahme des Kindes und der Eltern bzw. gesetzlichen Erziehungsberechtigten am obligatorischen Informationsabend
4. Unterzeichnung des Programmvertrags
5. Gespräch mit der Programmleitung



Wie setzt sich das Hulahopp-Team zusammen?

Das Team besteht aus einer ärztlichen Leitung sowie Fachleuten aus den Bereichen Bewegung, Ernährung und Psychologie.

Weitere Auskünfte

Adipositaszentrum Zentralschweiz

Andrea Ramseier

Telefon 041 205 38 50

adipositaszentrum@luks.ch

www.luks.ch/hulahopp

