

club minu



Gemeinsam bewegen,
Kochen & Spass haben!

10 Samstage voller Bewegung, Kochen,
Austausch und Spass – für kleine
Schritte mit grosser Wirkung.



Bewegung

Fit werden
mit Spiel
& Sport



Kochen

Leckere und
gesunde
Rezepte



Austausch

Tipps &
Motivation
für den Alltag

10 gemeinsame Samstage mit club minu.

✓ Jugendliche mit Übergewicht
und ihre Eltern auf dem Weg zu einem
gesünderen Alltag.

- ✓ Professionell begleitet.
- ✓ Familiennah & wertschätzend.
- ✓ Von der Krankenkasse unterstützt.
- ✓ Von der Krankenkasse unterstützt

Jetzt informieren & anmelden:

www.clubminu.ch

