

## **ÖGK „Enorm in Form“ – Anmeldung für Februar startet**

### **Gesundheitsprogramm für Kinder und Jugendliche mit Übergewicht und Adipositas in Wien**

Das erfolgreiche Gesundheitsprogramm „Enorm in Form“ der Österreichischen Gesundheitskasse (ÖGK) geht 2026 in die nächste Runde. Seit vielen Jahren unterstützt das Programm Kinder und Jugendliche mit Übergewicht und Adipositas dabei, gemeinsam mit ihren Familien langfristig gesündere Lebensgewohnheiten zu entwickeln. Für die im Februar 2026 beginnenden Kurse sind aktuell noch Plätze frei.

Im Mittelpunkt des Gesundheitsprogramms steht die nachhaltige Veränderung der Lebensführung im Alltag: mehr Freude an der Bewegung, eine bewusstere Ernährung und ein lebensnaher Umgang mit gesundheitlichen Herausforderungen. Ziel ist nicht das schnelle Abnehmen, sondern eine stabile, positive Entwicklung des Gesundheitszustands und der Lebensqualität. Die medizinische und diätologische Betreuung erfolgt in den Wiener Gesundheitszentren der ÖGK. Ergänzend begleiten Psychotherapeut\*innen der Sigmund Freud Universität die Familien auf dem Weg zu neuen Gewohnheiten.

Das Bewegungsangebot wird gemeinsam mit Sportunion, ASKÖ und ASVÖ organisiert. Für die sportlichen Einheiten, die zweimal pro Woche stattfinden, ist bei den teilnehmenden Sportvereinen ein einmaliger Beitrag von 90 Euro pro Semester zu entrichten. Wer regelmäßig dabei bleibt, profitiert von Ermäßigungen bei Folgekursen. Alle weiteren Programmleistungen werden vollständig von der ÖGK übernommen und sind für die Familien kostenfrei. Am Ende des Programms gibt es ein gemeinsames Abschlussfest und die Kinder werden mit einem Pokal und einer Urkunde motiviert, mit Freude ihre gesunden Lebensgewohnheiten weiterzuführen.

#### **Freie Plätze in mehreren ÖGK-Gesundheitszentren**

Für die Altersgruppe 10 bis 14 Jahre stehen in den ÖGK-Gesundheitszentren in Wien Favoriten, Landstraße und Mariahilf noch wenige Restplätze zur Verfügung.

Kinder im Alter von 6 bis 9 Jahren können sich für freie Plätze in den ÖGK-Gesundheitszentren Floridsdorf und Favoriten anmelden.

Anmeldungen sind über die „Enorm in Form“-Hotline +43 5 0766-113838 (Mo–Do, 13:00–14:30 Uhr) möglich. Weitere Informationen finden Sie unter [www.oegk.at/enorminform](http://www.oegk.at/enorminform).

# Presseaussendung

Neben dem Enorm in Form-Angebot in Wien stellt die ÖGK mit easykids ein zusätzliches, österreichweit kostenloses Unterstützungsangebot für Kinder und Jugendliche mit Übergewicht bereit. Expert\*innen aus den Bereichen Ernährung, Bewegung und Psychologie begleiten die jungen Teilnehmer\*innen auf ihrem Weg zu einem gesunden Lebensstil und mehr Wohlbefinden. Die nächsten Kurse starten im Frühjahr 2026. Details zum Angebot und zur Anmeldung finden Sie unter [www.gesundheitskasse.at/easykids](http://www.gesundheitskasse.at/easykids).

**Rückfragehinweis:**

Österreichische Gesundheitskasse  
presse@oegk.at  
www.gesundheitskasse.at