

Wieder fit! Wieder dabei!



**Beratungs-
und Vernetzungsstelle
für übergewichtige Kinder,
Jugendliche
und deren Eltern
Kreisgesundheitsamt
Neunkirchen**



LANDKREIS
NEUNKIRCHEN

Liebe Eltern,

wir alle wollen, dass es unseren Kindern gut geht.

Eine ausgewogene Ernährung, viel Bewegung und seelisches Wohlbefinden sind dafür grundlegende Voraussetzungen.

Wenden Sie sich an uns, wenn

- Sie sich Sorgen machen, weil Ihr Kind übergewichtig ist
- Ihr Kind heimlich und zu viel nascht
- Ihr Kind gehänselt wird
- Ihr Kind sich nicht gern bewegt
- Sie Fragen zur Ernährungsumstellung haben
- Sie möchten Ihrem Kind helfen, wissen aber nicht genau wie.

In kleinen Schritten unterstützen wir übergewichtige Kinder, Jugendliche & deren Eltern mit folgenden Angeboten:

- Ernährungsberatung in Form von Einzelgesprächen
- Vermittlung in bereits bestehende Adipositasprogramme
- Kursangebot „Wieder fit! Wieder dabei!“

8-wöchiges Programm für Kinder und Jugendliche mit leichtem bis mittlerem Übergewicht. Nach Beendigung des Kurses folgt eine Nachbetreuung von drei Monaten. Kennenlernen von Wegen zu einer gesunden und langfristigen Gewichtsstabilisierung. Es geht hier nicht um Diätpläne und Hungerkuren.

Fragen-Termine-Anmeldung:

Kreisgesundheitsamt Neunkirchen

Beratungs- und Vernetzungsstelle für übergewichtige Kinder, Jugendliche und deren Eltern

Ansprechpartnerin: Jutta Schäfer

Telefon: (06824) 906-8842

E-mail: j.schaefer@landkreis-neunkirchen.de