

NETZWERK

KIDS

Zielsetzung

KIDS ist ein ambulantes Schulungsprogramm für adipöse Kinder im Alter von 8 - 17 Jahren. Über einen Zeitraum von einem Jahr erhalten die Kinder und deren Familien eine intensive Unterstützung in den Bereichen Ernährung und Bewegung, sowie eine regelmäßige medizinische und psychologische Betreuung. Die Behandlung erfolgt mit einem interdisziplinären Team aus Kinderarzt, Sporttherapeut, Diätassistentin und Psychologe. KIDS zielt darauf ab, dem einzelnen Kind und der Familie die Selbstverantwortung für ein individuelles Ess- und Bewegungsverhalten zu vermitteln.

Die Ziele im Einzelnen:

- Langfristige Gewichtsreduktion und Stabilisierung
- Verbesserung des aktuellen Ess- und Bewegungsverhaltens
- Reduktion der Energiezufuhr - Einübung und Stabilisierung eines flexibel kontrollierten Essverhaltens (OptimiX)
- Erlernen von Problembewältigungsstrategien
- Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit und des Körperbewusstseins Steigerung des Selbstbewusstseins und Selbstwertgefühls
- Verbesserung der Adipositas assoziierten Komorbidität durch gezielte Ernährungsumstellung
- Vermeidung von unerwünschten Schulungseffekten
- Förderung einer normalen körperlichen, psychischen und sozialen Entwicklung und Leistungsfähigkeit

Umsetzung

In altersentsprechenden Gruppen lernen die Teilnehmenden Schritt für Schritt das neu erlernte Wissen im Familienalltag umzusetzen. Durch konkrete verhaltenstherapeutische Aufgabenstellungen an die Eltern wird ein aktiveres Ernährungs- und Bewegungsverhalten in der



KONTAKT

Ursula Schäfer
Hauptstraße 299
26639 Wiesmoor
Telefon:
04944-915442
E-Mail:
**ernaehrungspraxis-
vital@t-online.de**

Helga Bielenberg-
Rabe
Hauptstraße 20
26639 Wiesmoor
Telefon:
04944-912380
E-
Mail: **h.bielenberg@
ewetel.net**

Familie gefördert mit dem Ziel, das neue Verhalten zu festigen und damit die Familienzusammengehörigkeit sowie die Vorbildfunktion der Eltern zu stärken.

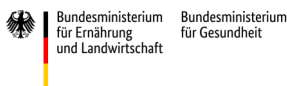
Eine handlungs- bzw. erlebnisorientierte Schulung weckt die Neugier der Kinder und lässt sie mit allen Sinnen erleben. Das selbst Erlebte wird von den Kindern verarbeitet und umgesetzt und zeigt somit einen nachhaltigen Erfolg. Durch das Sportprogramm wird das Selbstbewusstsein gesteigert und die Freude an der individuellen Bewegung gestärkt.

In der gemeinsamen Kochpraxis erfahren die Kinder und Eltern neue Geschmackserlebnisse in angenehmer Atmosphäre. Nach Beendigung der Maßnahme steht dem Teilnehmer eine große Auswahl an Sportgruppen im Verein zur Verfügung.



Dieses Projekt trägt das Logo "Wir sind IN FORM". Wenn auch Sie ein Projekt kennen, dass sich für gesunde Ernährung und/ oder mehr Bewegung einsetzt, können Sie das Logo ebenfalls beantragen.

Alle nötigen Informationen finden Sie unter **IN FORM Partner werden.**



Link zur Webseite:

<https://www.in-form.de/netzwerk/projekte/kids/>