

HET BEWEEG EN EET GEZOND PROGRAMMA

Voor kinderen tussen de 6 en 12 jaar met overgewicht en obesitas

OVERGEWICHT EN OBESITAS ZIJN EEN GROOT PROBLEEM ONDER DE NEDERLANDSE JEUGD

Het **B**
EN
W
EET
E
GEZOND Programma

Uit diverse onderzoeken blijkt dat ongeveer 13% van de jongeren van 2-18 jaar overgewicht heeft en dat er bij 3% zelfs sprake is van obesitas (ernstig overgewicht). Overgewicht en obesitas wordt voornamelijk veroorzaakt door verkeerde voedingsgewoonten en te weinig bewegen. Overgewicht en obesitas vergroten de kans op het ontstaan van psychische- en lichamelijke klachten (gepest worden, een hoge bloeddruk, slechte longfunctie, slaapapneu, vroegtijdige menstruatie, pijnklachten in gewrichten en een verhoogde kans op diabetes mellitis en hart- en vaatziekten).

Gemiddeld blijft driekwart van de kinderen met obesitas last houden van overgewicht als ze volwassen zijn, als er geen behandeling plaatsvindt om het eet- en beweggedrag aan te passen.

MET HET BEWEEG EN EET GEZOND PROGRAMMA SAMEN NAAR EEN GEZOND GEWICHT

In de Ooijpolder was tot op heden nog geen specifiek interventieprogramma voor kinderen met overgewicht waarin bewegings- en voedingspecialisten samenwerken, maar daar gaat nu verandering in komen.

De kinderfysiotherapeut Kitty Langens en (sport)diëtist en voedingskundige Edith van Etteger hebben de handen in een geslagen en het Beweeg en eet gezond programma opgezet.

Kinderen tussen de 6 en 12 jaar met overgewicht en/ of obesitas gaan in dit programma samen met hun ouders werken aan een actieve en gezonde leefstijl, met als doel weer een gezond gewicht te bereiken. Het één jaar durende programma bestaat uit beweeg/fitnesslessen en een individueel en groepgericht voedingsinterventieprogramma. Kosten voor het programma worden afhankelijk van uw zorgverzekering geheel of gedeeltelijk vergoed. Voor meer informatie, over de kosten en de inhoud van het programma, verwijzen we u naar het interventieplan dat gedownload kan worden op onze websites:

www.fysiomillingen.nl

www.dietistenpraktijk-eve.nl

Start programma
Januari 2015

Intake
November-december 2014

Aanmelding kan alleen met een verwijzing van huis- of jeugdarts via het invullen van het formulier op

Of door de mailen of bellen naar;
info@fysiomillingen.nl / 0481-431573

HET BEWEEG EN EET GEZOND PROGRAMMA

Mocht u nog vragen hebben of aanvullende informatie willen ontvangen over het programma kunt u contact met ons opnemen via onderstaande contactgegevens

Telefoon Diëtistenpraktijk EvE
06-44330885
Telefoon Fysiotherapie Millingen
0481-431573
/info@fysiomillingen.nl