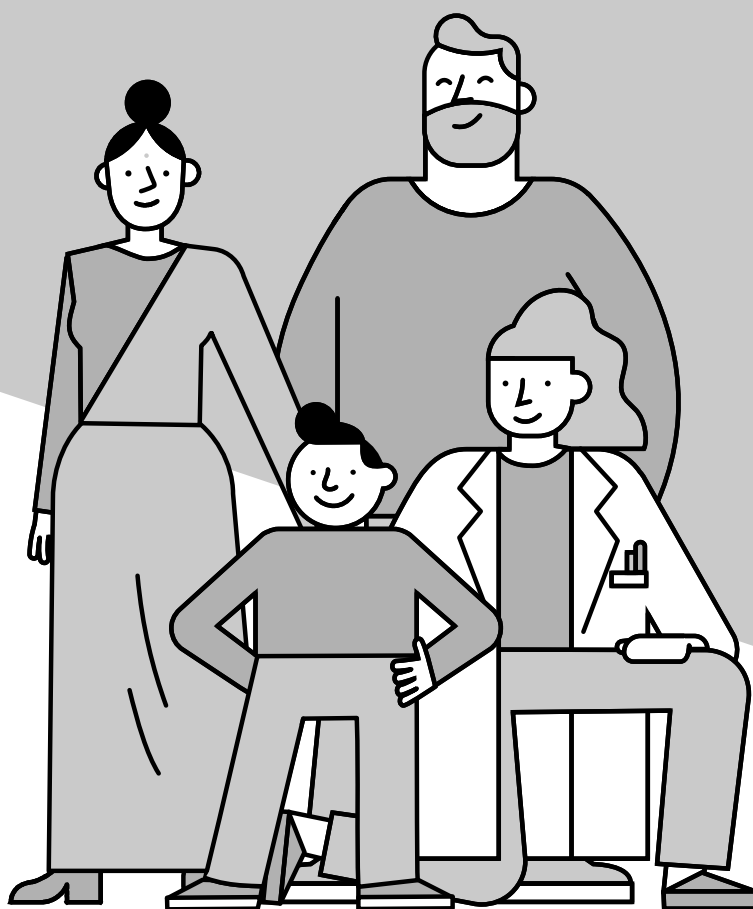




kind naar
gezonder gewicht



IJsselland

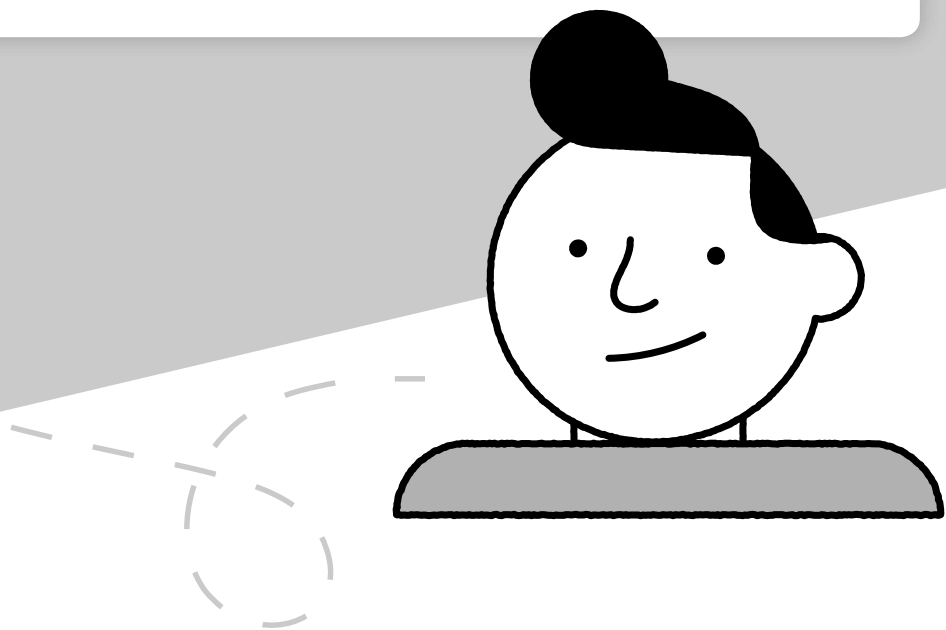


**Samen werken
aan een goede
gezondheid**

- ◆ Wil je dat jouw kind lekker in zijn of haar vel zit?
- ◆ Wil jouw kind een gezondere leefstijl?
- ◆ Heeft jouw kind een boven gezond gewicht?
- ◆ Kunnen jullie daar speciale hulp bij gebruiken?

Meld je dan aan voor gratis deelname aan Kind naar Gezonder Gewicht!

Wij staan klaar voor kinderen en hun gezin. Na aanmelding krijgen jullie een vaste contactpersoon (de gezondheidscoach). Deze gaat samen met jullie kijken waar jullie hulp bij kunnen en willen gebruiken. En hoe jullie dit aan kunnen pakken.



**Kind naar Gezonder Gewicht is een
aanpak voor kinderen met overgewicht
of obesitas en hun gezin. Samen werken
we er naartoe dat kinderen zich prettiger
voelen en een gezondere leefstijl krijgen.**

We kijken hierbij naar de persoonlijke situatie. Kind naar Gezonder Gewicht gaat om meer dan het gewicht. Zo werken we ook samen met bijvoorbeeld maatschappelijk werkers. Het is een aanpak waarbij deelnemers zelf bepalen welke doelen zij belangrijk vinden. En dus ook waar zij aan willen werken. We doen dit samen met één vaste contactpersoon, de gezondheidscoach.

Wat doet de gezondheidscoach?

De gezondheidscoach bespreekt samen met jullie wat er allemaal speelt in het gezin en wat invloed heeft op jullie leefstijl. Denk aan bijvoorbeeld de thuissituatie, financiële situatie of iets wat op school speelt. We kijken wat het beste werkt in jullie situatie en wat past bij jullie gezin. Dit worden jullie persoonlijke doelen.

Soms is het nodig om samen te werken met een andere professional. De gezondheidscoach brengt jullie dan met elkaar in contact. Dit gebeurt alleen met jullie toestemming. Voorbeelden zijn:

- ◆ kinderleefstijlcoach
- ◆ maatschappelijk werker
- ◆ fysiotherapeut
- ◆ sportcoach

De gezondheidscoach blijft altijd jullie vaste contactpersoon voor al jullie vragen. Ook neemt hij/zij regelmatig contact met jullie op.

Hoe lang duurt het en wat kost het?

Hoelang de begeleiding duurt hangt af van jullie persoonlijke keuzes en wensen.

Deelname is altijd gratis. Kost ondersteuning van een andere professional geld? Dan bespreekt de gezondheidscoach dit altijd vooraf.

Wanneer kun je deelnemen?

Om mee te kunnen doen moet je kind:

- ◆ 2-17 jaar zijn;
- ◆ wonen in de gemeente Olst-Wijhe of Raalte;
- ◆ overgewicht of obesitas hebben;
- ◆ actief mee willen doen tijdens het hele programma.

Twijfel je of de aanpak Kind naar Gezonder Gewicht bij jouw kind past? Neem dan contact op met de jeugdverpleegkundige of je huisarts.



kind naar
gezonder gewicht

Meld je aan

Meld je aan via de website op:

www.ggdijsseiland.nl/kind-naar-gezonder-gewicht

Of neem contact met ons op. De gezondheidscoach van jullie gemeente neemt na aanmelding contact op om kennis te maken.

Contactgegevens

Hebben jullie nog vragen?

Stuur dan een berichtje naar de gezondheidscoach:

Raalte:

Miranda Reimink: 06-20325630

kindnaargezonderegewichtraalte@ggdijsseiland.nl

Olst-Wijhe:

Thera Kolkman: 06-30728637

Mirjam Wichink: 06-51244169

kindnaargezonderegewichtolst-wijhe@ggdijsseiland.nl



Gemeente Raalte



IJsselland