



Overvægtsindsats o.-6. klasse – i område Vest og Syd

Et kommunalt tilbud til børn med overvægt og deres familier

Hvad ved vi om overvægt hos børn?

Overvægt kan føre til:

- Lav selvtillid
- Mobning
- Dårlig trivsel
- Sygdomme senere i livet
- Øget risiko for overvægt som voksen

Vi vil gerne gøre en forskel for jeres barn og jer

Formålet med Overvægtsindsatsen er derfor, at den skal være med til at forebygge, at børn får livstilssygdomme allerede i barndommen - eller senere i livet.

I kan som forældre få ny viden og støtte til at hjælpe jeres barn i hverdagen.

Samtaler og en plan

- Vi tilbyder samtaler med en Fedt for Fight-sundhedsplejerske i vores overvægtsklinik.
- Jeres barn er midtpunkt for samtalen.
- Sammen lægger vi en plan for hverdagen, som passer til jer.
- Vi følger udviklingen af barnets vækst (højde og vægt).

Som forældre er I nøglepersoner. Det er også vigtigt at andre voksne, som jeres barn er i kontakt med, kender forløbet.

Hele familien er aktiv

Vi vil tale om:

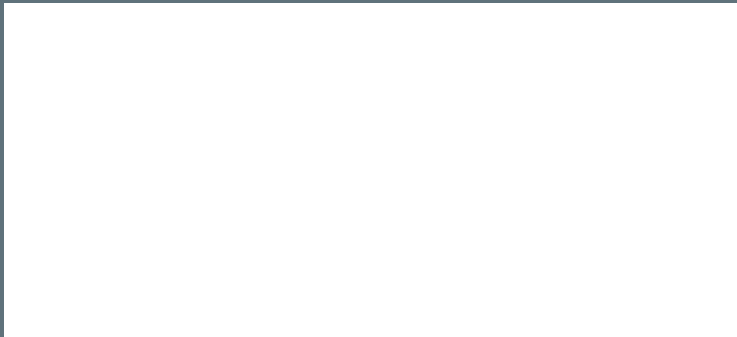
- Barnets trivsel – hjemme, i skolen og i fritiden
- Fysisk aktivitet – for jeres barn og for hele familien
- Mad og måltidsvaner
- Hverdagens fristelser
- Forælderrollen



Overvægtsindsats for 0. - 6. klasses børn

Et kommunalt tilbud til børn med overvægtigt og deres familier. Det er gratis at være med.

Har I spørgsmål, er I meget velkomne til at kontakte skolesundhedsplejersken:



I kan også kontakte Susanne Hede, sundhedskonsulent i Sundhed, på tlf. 51 57 51 57 eller mail suhe@aarhus.dk

Se også www.sundhedsplejen.aarhus.dk

