



kind naar
gezonder gewicht



Gelderland-Zuid

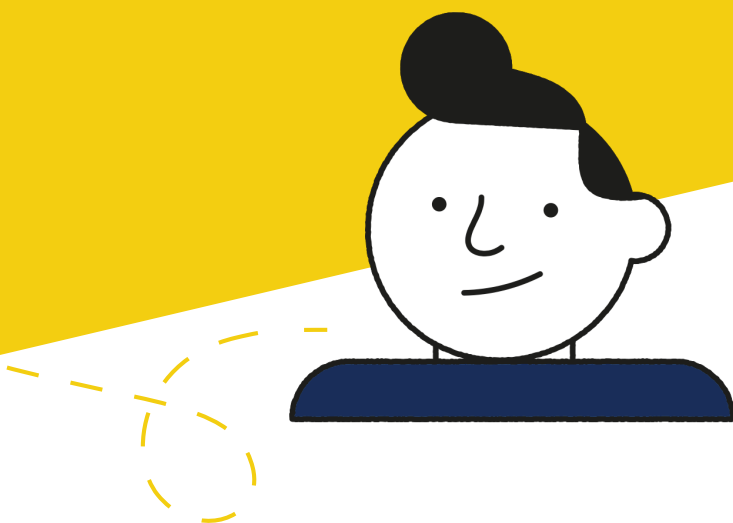


Samen werken aan een goede gezondheid

Samen werken aan een gezonder leven

Gezond leven is niet altijd makkelijk. Er zijn zoveel dingen die meespelen: (on)gezonde voeding, sporten, schermtijd, slaap, weinig tijd of geld en opvoeding.

Maak jij je wel eens zorgen over het gewicht of de leefstijl van je kind? Heb je al adviezen gekregen, maar merk je weinig verschil? Wil je graag iets veranderen, maar weet je niet waar je moet beginnen?



GGD Gelderland-Zuid ondersteunt gezinnen met kinderen die overgewicht of obesitas hebben. We helpen kinderen zich beter te voelen en gezonder te leven. Dit doen we stap voor stap, dichtbij huis, persoonlijk en zonder oordeel. Met aandacht voor je kind én het hele gezin.

We kijken altijd naar jullie persoonlijke situatie. Gezondheid gaat over meer dan alleen gewicht. In dit programma bepalen jullie zelf welke doelen belangrijk zijn en waar jullie aan willen werken. Dat doen jullie samen met één vaste contactpersoon: de centrale zorgverlener.

Wat doet de centrale zorgverlener?

De centrale zorgverlener is een jeugdverpleegkundige van de GGD. Zij bespreekt met jullie wat er speelt en wat invloed heeft op jullie leefstijl. Dat kan gaan over thuis, school of geldzaken. Samen kijken we wat past bij jullie gezin en situatie.

Soms is extra hulp van een andere professional nodig. De centrale zorgverlener brengt jullie dan met deze professional in contact. Dit gebeurt alleen als jullie dat goed vinden. Denk bijvoorbeeld aan:

- ◆ een kinderleefstijlcoach;
- ◆ een maatschappelijk werker;
- ◆ een fysiotherapeut;
- ◆ een sportcoach.

Tijdens het hele traject blijft de centrale zorgverlener jullie vaste contactpersoon. Jullie kunnen altijd bij haar terecht met vragen. Zij neemt ook regelmatig contact met jullie op.

Hoe lang duurt het en wat kost het?

De begeleiding duurt meestal 2 jaar. Dit hangt af van jullie persoonlijke wensen en keuzes. Meedoen is gratis.

Wanneer kun je deelnemen?

Om mee te kunnen doen moet je kind:

- ◆ 2 - 18 jaar zijn (leeftijd kan per gemeente verschillen);
- ◆ overgewicht of obesitas hebben.

Daarnaast is het belangrijk dat ouders en kind actief meedoen tijdens het hele programma.



kind naar
gezonder gewicht

Aanmelden

Wil je je aanmelden of twijfel je of dit programma bij jullie past? Neem dan contact op met de jeugdverpleegkundige van de school of het consultatiebureau van je kind.

Dat kan via:

jeugdgezondheidszorg@ggdgelderlandzuid.nl
of 088 - 144 71 11.

Meer informatie

Bezoek onze website:

ggdgz.nl/kngg

Of scan de QR code.



Gelderland-Zuid