

**Handlungsfeld:** Vermeidung und Reduktion von Übergewicht

**Kurs Nr.** 52/

**Kurs Schwere Kinder haben viel zu tragen**

**Kurszusatz** Ein Kurs zur Gewichtsreduktion

**Beschreibung**

Bereits Kinder überschreiten aufgrund des extrem zunehmenden Bewegungsmangels immer häufiger die Grenzen des Normalgewichts. Jedes fünfte Kind in Deutschland ist überpfündig. Durch Übergewicht sind die Organe und der Bewegungsapparat eines Kindes verstärkt belastet.

Gemeinsam wollen wir hier wieder Freude an der Bewegung lernen.

Von den 11 Stunden werden 2 Stunden mit einer Ernährungsberaterin stattfinden, die mit den Kindern das Essverhalten erarbeitet, sowie Alternativen für eine gesunde Ernährung anbietet.

Für die Eltern der Kinder wird ein Infoabend veranstaltet.

Hinweise:

1. Dieser Kurs ist für Kinder im Alter von 5 bis 8 Jahren .
2. Bitte bequeme Kleidung tragen!

**Anmeldung**

Gst. Knappschaft, Geschäftsstelle Kamp-Lintfort, Tel.: 02842 92149-10

**Zeitraum vom:**

**Veranstaltungsort:**

Physiotherapie Bleeck & van Blijshof (Real-Gebäude) Moerser Str. 221  
47475 Kamp-Lintfort

**Kosten:**

**Knappschaftsversicherte:** kostenfrei

**Versicherte anderer Kassen:** 100,00 Euro

**Vorname:** Christel

**Nachname:** Schoneberg

**Qualifikation:** Dipl.-Oecotrophologin

