

## Informatie groepsbegeleiding: “Met zijn allen op weg naar een gezond voedingspatroon”



**DPSdieetkunde** biedt voor kinderen van **DeKinderKliniek** een groepsbegeleiding aan voor kinderen met overgewicht. Uw zoon of dochter komt in aanmerking voor dit programma.

### Wat kunt u verwachten?

Uw zoon of dochter zal een jaar begeleid worden door een van onze diëtisten in een groep met leeftijdsgenoten. In deze groep leren de kinderen samen hoe hun lichaam werkt en wat hun lichaam nodig heeft. Door het samen maken van leuke en uitdagende opdrachten, spellen en activiteiten krijgen zij ook inzicht in hun eigen krachten en keuzes. De kinderen worden stap voor stap begeleid naar een gezond eetpatroon. Diverse onderwerpen komen aan bod, zoals het ontbijt, de lunch, het avondeten en tussendoortjes. Maar ook traktaties, feestjes en nee durven zeggen worden behandeld.

De begeleiding is zeer praktisch gericht en biedt kinderen en ook u als ouder handvatten die thuis direct kunnen worden ingezet. Het werken aan het zelfvertrouwen en zelfbeeld van het kind vinden wij binnen dit programma erg belangrijk. Onze insteek daarbij is, dat een kind met voldoende zelfvertrouwen beter bestand is tegen verleidingen en beter in staat is om voor zichzelf op te komen en de juiste keuzes te maken.

### Voor wie is dit programma?

Voor alle kinderen tussen de 9 en 12 jaar met overgewicht.

### Data groepsbijeenkomsten:

1ste bijeenkomst	vrijdag 22 april 2022	15.30 uur – 16.30 uur
2de bijeenkomst	vrijdag 1 juli 2022	15.30 uur – 17.00 uur <b>(met ouders)</b>
3de bijeenkomst	vrijdag 23 september 2022	15.30 uur – 16.30 uur
4de bijeenkomst	vrijdag 18 november 2022	15.30 uur – 16.30 uur
5de bijeenkomst	vrijdag 27 januari 2023	15.30 uur – 16.30 uur
6de bijeenkomst	vrijdag 7 april 2023	15.30 uur – 16.30 uur

*Naast de groepsbijeenkomsten zullen er ook 2 individuele bijeenkomsten met de diëtist zijn.*

*Het is van belang dat alle bijeenkomsten worden gevolgd.*

### Waar vinden de groepsbijeenkomsten plaats?

De groepsbijeenkomsten worden gehouden op de 4<sup>de</sup> etage (Magnolia) in De KinderKliniek.

### Vergoeding

Alle groepsbijeenkomsten en de 2 individuele bijeenkomsten worden volledig vergoed via de basisverzekering.

### Wat gebeurt er na de aanmelding voor de groepsbegeleiding?

U krijgt via de balie op de 2de verdieping een telefonische afspraak met de diëtist. Tijdens deze telefonische afspraak zal zij alle evt. vragen beantwoorden en u meer uitleg geven over de bijeenkomsten.

*Noteert u alvast de data in uw agenda?*

