

Abfrageliste Präventionsangebote für Kinder und Jugendliche im LK Ansbach und in der Stadt Ansbach



Titel Angebot Jumbo Kids light



Schwerpunkt: Präventionsprogramm für übergewichtige Kinder und deren Bezugspersonen

Anbieter / Umsetzende Einrichtung im Landkreis oder Stadt

Kontakt: medi-ANSbach Präventiv- und Reha-Zentrum GmbH

Telefon:0981-9716638 oder 0981-971660

Mail: christina.weber@medi-ansbach.de

Projektdauer bzw. -laufzeit

11 Termine je 60 Minuten + 1 Elternabend (60 Minuten)

Zielsetzung

Erkennung des Essverhaltens und Beibehaltung der Veränderung

Stärkung des Selbstbewusstseins

Spiel, Spaß sowie Bewegung

Kreatives Kochen

u. v. m.

Zielgruppe

Kinder 8 – 12 Jahre

Inhalte und Methodik

Elterninformationsabend

Was ist Übergewicht?

Tischregeln

Essfallen

Ernährungspyramide

Portionsgröße bestimmen

Versteckte Fette

Einkaufstraining

Umgang mit Süßigkeiten

Sättigungstraining

Zielsetzung

Rahmenbedingungen

Küche

Gruppenraum

Kosten, Unterstützungs- und Finanzierungshinweise

180,00 € Kursgebühr

Übernahme von Krankenkassen möglich