

Anmeldung

Um an der **Adipositaschulung** teilzunehmen, lassen Sie Ihr Kind bitte über Ihre Kinderarztpraxis per Fax (06151 402-883100) überweisen.

Danach können Sie Ihr Kind zu unserer **Adipositasprechstunde** anmelden.

Die **Anmeldung** erfolgt unter
Tel.: 06151 402-3100
e-mail: ambulanzen@kinderkliniken.de
oder www.termine.kinderkliniken.de



Nach dem Termin erhalten Sie ein **Ernährungsprotokoll**, das Sie bitte ausgefüllt an die **Abteilung für Ernährungsberatung** senden (siehe e-mail).

Wir kontaktieren Sie, sobald uns dieses Protokoll vorliegt, um einen Gesprächstermin für die Ernährungsberatung zu vereinbaren. Bitte denken Sie daran, eine **Überweisung** an das **Sozialpädiatrische Zentrum (SPZ)** mit der Gewichtsdiagnose mitzubringen.

Bei Rückfragen stehen wir Ihnen gerne per e-mail zur Verfügung.

Der Weg zu uns

Darmstädter Kinderkliniken Prinzessin Margaret
Dieburger Straße 31
64287 Darmstadt

e-mail: ernaehrungsberatung@kinderkliniken.de
www.kinderkliniken.de/patienten/schulungen/primadrauf

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln:
Buslinie F bis Haltestelle Alice-Hospital



www.kinderkliniken.de



PriMa drauf!

Adipositaschulung



Darmstädter Kinderkliniken
Prinzessin Margaret

Willst Du

- Dich in Deinem eigenen Körper wohl fühlen?
- neue Freunde finden?
- Dich mit Spaß bewegen?
- gerne zur Schule gehen?
- gesund und fit in die Zukunft blicken?
- deine Ess- & Trinkgewohnheiten verändern?

Ist Deine Familie motiviert

- Dich bei der Gewichtsreduktion zu unterstützen?
- die Ess- und Trinkgewohnheiten in der Familie umzustellen?
- sich gemeinsam mit Dir mehr zu bewegen?

Wir unterstützen Dich und Deine Familie dabei!

Wir sind

ein professionelles Team aus Fachärzt:innen für Kinder- und Jugendmedizin, Ernährungs- und Sportwissenschaftler:innen und Psycholog:innen.

Wir bieten

- Betreuung für die Dauer von bis zu 12 Monaten
- umfassende ärztliche Unterstützung
- professionelle Hilfe bei der Umstellung der familiären Ernährungsgewohnheiten durch individuelle Beratung
- psychologische Beratung zur Motivationsförderung
- Hilfe und Therapie der psychischen Belastungsfaktoren und beim Transfer in den Alltag

Bei uns erfährst Du

- alles über Essen und Trinken, das uns gut tut
- wie Du Dich ausreichend und mit Spaß bewegen kannst
- wie Du belastende Situationen bewältigen kannst

Wir treffen uns etwa 1 x pro Monat zu Gruppenschulungen und üben gemeinsam, wie man clever einkauft und eine gesunde, abwechslungsreiche Mahlzeit gestalten kann.

Zusätzlich bieten wir 1 x pro Woche Spaß und Bewegung beim „PriMa-drauf!“ Bewegungsprogramm.

Übersicht

	Einstiegsphase	Intensivphase	Abschlussphase
Medizin	Erstuntersuchung Sonografie und Blutuntersuchung	Kontrolluntersuchung Medizinischer Elternabend	Abschlussuntersuchung
Psychologie	Familiengespräch Einzelgespräche	Familiengespräch Psychologischer Elternabend Gruppentraining Essverhalten	Abschlussgespräch
Ernährung	Familiengespräch Ernährungstherapeutischer Elternabend	Familiengespräche Ernährungsschulung Theorie Ernährungsschulung Praxis	Familiengespräch
Bewegung	Gruppensport	Gruppensport	Gruppensport

