






AQVITAL - CJD Gesundheitszentrum bietet eine Vielzahl von Kursen und Programmen zu Prävention, Rehabilitation und Gesundheit an. 30 Jahre Erfahrung in der medizinischen und sportpädagogischen Betreuung im Jugenddorf-Berufsbildungswerk der CJD Homburg/Saar gemeinnützige GmbH fließen in unsere Angebote mit ein.

Ein kompetentes Team von Therapeuten, Fitnesstrainern und Sportlehrern, ein neuer Trainingsraum mit modernen Geräten der Firma Proxomed, eine Sporthalle, ein Schwimmbad mit zwei Becken, ein Saunabereich und ein riesiges Außengelände sorgen für effektive und (ent-)spannende Trainingsbedingungen.

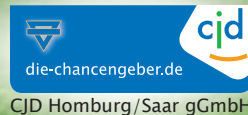


FitKids ist ein Angebot von AQVITAL in Kooperation mit:

-  Gesundheitsamt Saarpfalz-Kreis
-  Berufsverband der Kinder- & Jugendärzte BVKJ
-  Universitätskinderklinik Homburg/Saar

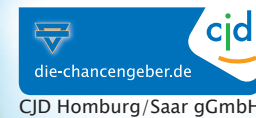
Ärztliche Leitung: Dr. med. Angelika Thönnies
Organisatorische Leitung: Dipl.-Sportl. Regina Raskopp

AQVITAL
Einöder Straße 80
66424 Homburg/Saar
06841 691 - 218
info@aqvital.de
www.aqvital.de



CJD Homburg/Saar gGmbH

AQVITAL ist Teil der
CJD Homburg/Saar gemeinnützige GmbH



CJD Homburg/Saar gGmbH

FIT KIDS

Ambulante Adipositas-Schulung
für stark übergewichtige Kinder
und Jugendliche

Herausgeber: CJD Homburg/Saar gGmbH - Ukom 06/06/2011 | Fotos: Fotolia, CJD Homburg



Gemeinsam geht's besser!



www.aqvital.de



FitKids ist ein einjähriges Schulungsprogramm für Kinder und Jugendliche zwischen 8 und 16 Jahren, die unter starkem Übergewicht (Adipositas) leiden. Adipositas ist nicht nur ein medizinisches Risiko, sondern meist auch ein psychosoziales Problem für die Betroffenen.

In der Gruppe erfahren die TeilnehmerInnen und deren Eltern auf unterschiedliche Weise, ihre Gewohnheiten zu ändern und werden zu einem gesünderen Lebensstil motiviert.

Um ein individuelles und effektives Training zu gewährleisten, bestehen die Gruppen aus maximal 12 TeilnehmerInnen, aufgeteilt in Kids (8-12 Jahre) und Teens (13-16 Jahre).





Wann ist die nächste Infoveranstaltung?

→ informieren Sie sich jetzt!




06841 691 - 218
www.aqvital.de



Die aufeinander abgestimmten Therapiebausteine* von FitKids fügen sich zu einem geschlossenen und strukturierten Behandlungskonzept zusammen:

-  Körperliche Aktivität im Alltag und beim Sport
-  Übungen zu praktischem Kochen, Essverhalten & Einkaufstraining
-  Medizinische Grundlagen
-  Verhaltenstraining und Elterstraining

Dadurch wollen wir gemeinsam erreichen:

-  Gewichtsverlust durch Veränderung des Ess- und Bewegungsverhaltens
-  Verbesserung der Lebensqualität
-  Verringerung der Begleiterkrankungen

Der genaue Trainingsplan richtet sich nach den individuellen Bedürfnissen der neuen Gruppen. Zusätzlich wird für alle TeilnehmerInnen ein eigener Zielplan erstellt.

* Modulaufbau gemäß den Richtlinien der „Arbeitsgemeinschaft Adipositas im Kindes- und Jugendalter“ - AGA



In einer Gruppe von TeilnehmerInnen mit gleichen Erfahrungen, macht das Training viel mehr Sinn. Die Gruppe nimmt zusammen ab, geht gemeinsamen Aktivitäten nach, lernt neue Ernährungsmöglichkeiten kennen und erfährt, dass Bewegung Spaß machen kann! So können ungünstige Verhaltensweisen erkannt und dauerhaft verbessert werden. Ein erfahrenes Trainerteam unterstützt und begleitet die Gruppe während der ganzen Zeit.

Aber auch die Eltern erfahren, wie sie ihr Kind bei seinen Bemühungen optimal unterstützen können. In speziellen Trainingseinheiten werden die Eltern geschult, die Alltagsprobleme rund um das Gewicht des Kindes zu meistern.



Das Trainingsprogramm FitKids dauert ein Jahr. Ein Großteil der Kosten wird in der Regel von der jeweiligen Krankenkasse auf Antrag übernommen; ein kleiner Eigenanteil ist jedoch zu zahlen und kann bei regelmäßiger Teilnahme am Ende rückerstattet werden – bitte informieren Sie sich vorab bei ihrer Kasse.

Für Ihre Fragen rund um FitKids stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.