



LYNGBY-TAARBÆK
KOMMUNE

TILBUD TIL

OVERVÆGTIGE SKOLEBØRN
& DERES FORÆLDRE

Tilbud til overvægtige skolebørn og deres forældre

Hvem kan deltage?

Det kan barnet/den unge sammen med sin familie.

Krav

- Henvisning fra skolesundhedsplejersken eller egen læge
- At barnet /den unge er motiveret for at ændre livsstil
- At barnet /den unge kan komme til samtale - samt måling af højde og vægt - hos sundhedsplejersken ca. hver anden måned.

Metode

I vil blive inviteret til en samtale, hvor vi vil gennemgå barnets / den unges livsstils-vaner. Ud fra det I fortæller, vil vi lave en handlingsplan, som er vigtig at følge for at behandle overvægten.

Efterfølgende vil der være samtaler ca. hver anden måned, og forløbet afsluttes, når I føler, at I er klar til det.

Ved at lave en indsats allerede nu og have fokus på sund livsstil, forebygges lavt selvværd, mobning og følgesygdomme.

Der er ikke tale om en slankekur, men en fornuftig og sund måde at leve på.

En vellykket indsats kræver, at hele familien bakker op.

Hvis I er interesseret i en aftale eller vil vide mere, kan I kontakte en af os:

Sundhedsplejerske Lone Wind	24 20 93 37
-----------------------------	-------------

Sundhedsplejerske Daniela Fallenkamp	20 41 16 23
--------------------------------------	-------------

Sundhedsplejerske Pia Jønsson	24 20 93 47
-------------------------------	-------------

Sundhedsplejerske Mette Hvelplund	40 15 85 22
-----------------------------------	-------------

Sundhedsplejen

Lyngby-Taarbæk Kommune

Telefon 45 97 30 80



LYNGBY - TAARBÆK
KOMMUNE

Sundhedsplejen
45973080
www.ltk.dk