

Moby Dick – einjähriges Therapieprogramm

Zielgruppe:

Adipöse und übergewichtige Kinder mit Gesundheitsrisiko / Begleiterkrankungen. Kinder im Alter von 8 bis 17 Jahren

Beschreibung:

Gemeinsam mit anderen Kindern Bewegung und Ernährung neu erleben. Gruppentherapie und Einzelgespräche mit individuellen Zielformulierungen; Ernährungsberatung mit Kochen

- Gemeinsame Zubereitung und Genießen der Mahlzeiten
- Eltern-Kind-Nachmittage
- Elternfortbildung

Ziele:

Persönlichkeitsstärkung, Abnehmen oder Gewichtsstabilisierung, Änderung des Ernährungs- und Freizeitverhaltens

Dauer des Programms:

1 Jahr (Erfolgsquote von ca. 70 %)

Umfang der Gruppentreffen:

1x in der Woche am Nachmittag
max. 12 Teilnehmer

Kosten:

150,- € monatlich
Kostenerstattung durch Krankenkassen
(bis zu 100 %) möglich

Moby Dick – halbjähriges Präventionsprogramm

Zielgruppe:

Übergewichtige Kinder und Jugendliche

Beschreibung:

Gemeinsam mit anderen Kindern Bewegung und Ernährung neu erleben

- Gemeinsame Zubereitung und Genießen der Mahlzeiten
- Ernährungsschulung
- Bewegungs-, Entspannungs- und Kreativtherapie
- Eltern-Kind-Nachmittage
- Elternfortbildung

Ziele:

Umstellung des Ernährungs- und Freizeitverhaltens

Dauer des Programms:

½ Jahr

Umfang der Gruppentreffen:

1x in der Woche am Nachmittag

Kosten:

103,- € monatlich
Kostenerstattung durch Krankenkassen
(bis zu 100 %) möglich

Informationen über sämtliche Programme

www.mediclin.de

MediClin Beratungszentrum Moby Dick

Gudesstraße 8, 29525 Uelzen
Tel. 0 58 24/21 111, Fax 0 58 24/21 118
E-Mail mobydick@seepark-mediclin.de

Weitere Informationen finden Sie unter:
www.seepark-klinik.de

Vereinbaren Sie einen Termin für sich
und Ihr Kind zu einem kostenlosen
Infogespräch im MediClin Beratungszentrum.

Netzwerk Partner Moby Dick

www.mobydicknetzwerk.de



© MediClin, 10/2008; Satz und Layout: Tine Klußmann, Karlsruhe



MediClin Seepark Klinik

Uelzen | Bad Bodenteich

Moby Dick im Beratungszentrum der

MediClin Seepark Klinik

Prävention, Nachsorge und Therapie

*Wer clever is(s)t, beugt vor
und geht zu Moby Dick!*

„Cook doch mal!“ Präventions-Erwachsenenkurs

Zielgruppe:

Eltern, Großeltern und Betreuer von Kindern

Beschreibung:

Management von Ernährungs-, Bewegungs- und Freizeitgewohnheiten in der Familie

- Einkaufstraining
- Kühlschrankcheck
- Zubereitung der Speisen
- Bewegter Alltag



Ziele:

Unterstützung bei der Einführung gesunder und kostengünstiger Ernährung

Umfang und Dauer des Kurses:

8 Termine à 2 Std.

Gruppengröße:

10-12 Teilnehmer

Kosten:

150,- € pro Teilnehmer, pro Kurs

Kostenerstattung durch Krankenkassen nach § 20 SGB V bis zu 75,- € möglich.

Dieser Kurs wird zum Teil in der MediClin Seepark Klinik in Bad Bodenteich durchgeführt, die über eine Lehrküche verfügt.



„Dschungelradieschen“ Präventionskurs

Zielgruppe:

Eltern, Betreuer, Großeltern und deren Kinder/Enkel im Alter von 3 bis 6 Jahren

Beschreibung:

Essen in der Familie, Ernährung im Alltag

- Essensregeln/gemeinsame Zubereitung der Speisen
- Sinnesschulung, Neues probieren
- Motivation für ein bewegtes Leben

Ziele:

Aufklärung über gesunde Ernährung, Stärkung von Erziehungskompetenzen

Umfang und Dauer des Kurses:

8 Termine à 2 Std.

Gruppengröße:

10-12 Teilnehmer

Kosten:

150,- € pro Teilnehmer (Erw. + Kind)

Kostenerstattung durch Krankenkassen nach § 20 SGB V bis zu 75,- € möglich.

Dieser Kurs wird zum Teil in der MediClin Seepark Klinik in Bad Bodenteich durchgeführt, die über eine Lehrküche verfügt.

„Cook doch mal!“ Präventions-Kinderkurs

Zielgruppe:

Kinder und Jugendliche verschiedener Altersklassen

Beschreibung:

„Learning by doing!“ Kinder kochen: frisch, lecker, gesund und kostengünstig

Ziele:

Umstellung des Ernährungsverhaltens, einfache Gerichte selber kochen lernen

Dauer des Kurses:

8 Termine zum Kochen mit Theorie

Gruppengröße:

10-12 Teilnehmer

Umfang der Gruppentreffen:

Kurs findet 1x wöchentlich für 2 Std. statt

Kosten:

150,- € pro Teilnehmer, pro Kurs inkl. Arbeitsmaterialien

Kostenerstattung durch Krankenkassen nach § 20 SGB V bis zu 75,- € möglich. Dieser Kurs wird in der MediClin Seepark Klinik in Bad Bodenteich durchgeführt, die über eine Lehrküche verfügt.