

Easy Kids Programm

Gemeinsam gesund aufwachsen – mit den Programmen der Österreichischen Gesundheitskasse (f. alle Kassen) für Familien mit übergewichtigen und adipösen Kindern und Jugendlichen. Wir begleiten Familien ein Stück auf ihrem Weg zu einem gesunden und aktiven Lebensstil.

Die „easykids“-Gruppenprogramme unterstützen Familien dabei, ihren Lebensstil und damit ihr Wohlbefinden positiv zu verändern. Im Fokus stehen Ernährung, Bewegung und psychische Gesundheit. Die Kinder und Jugendlichen erfahren, wie ein ausgewogenes Ernährungs- und Bewegungsverhalten aussieht. Ihre Eltern bzw. Bezugspersonen sind dabei wichtige Partner, die in die Programme involviert sind. Ziel ist es, die Lebensqualität zu steigern, die Gesundheit zu erhalten und langfristig das Gewicht zu reduzieren bzw. zu stabilisieren – im Idealfall bei der ganzen Familie!

Es gibt **2 kostenlose** Programme, diese unterscheiden sich von der Länge an Wochen

*) Easy Kids Fix : Der **8-wöchige Gruppenkurs** mit anschließender Nachbetreuung richtet sich an **Kinder und Jugendliche im Alter von 6 bis 14 Jahren, die beginnendes Übergewicht haben**, und an ihre Eltern oder Bezugspersonen. Hierfür ist eine einfache Anmeldung ausreichend!

*) Easy Kids Intensiv: Für Kinder und Jugendliche mit **stärkerem Übergewicht und Adipositas**: Das easykids Intensivprogramm unterstützt rund **zwölf Monate** auf dem Weg zu einem gesunden Lebensstil und mehr Wohlbefinden – in enger Zusammenarbeit mit Ärztinnen und Ärzten sowie Fachpersonal aus den Bereichen Ernährung, Bewegung und Psychologie. Für das Intensiv Programm wird eine Fachärztliche Überweisung benötigt!

Für weitere Fragen wenden Sie sich bitte an das Ordinationsteam!

