

Renate Lieberknecht
Esskonzept – Praxis für
Allergie- und Ernährungsberatung
Zum Geisborn 1
65812 Bad Soden

Kursleiterin:

Renate Lieberknecht
Diplom-Oecotrophologin (Univ.)

Selbständig in eigener Praxis als Ernährungsberaterin, Kursleiterin und Referentin. Ständige Kooperation mit einer psychotherapeutischen Praxis für Essstörungen in Wiesbaden bzw. einer dermatologischen Praxis in Bad Soden. Mehrjährige Erfahrung in der Beratung von Kindern und Familien.

Anerkannte Leistungen der Krankenkassen.

Kontakt:

Renate Lieberknecht
Diplom-Oecotrophologin
Esskonzept – Praxis für Allergie-
und Ernährungsberatung
Zum Geisborn 1, 65812 Bad Soden/Ts.
Tel.: 06196-524 88 25
Fax: 06196-524 88 26
info@esskonzept.de
www.esskonzept.de

So finden Sie zur Praxis:

Mit dem Auto:

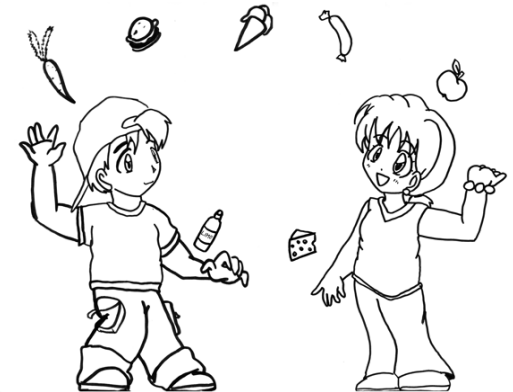
Über die Königsteiner Straße Richtung Neuenhain/Königstein. Die Praxis befindet sich neben der Königsteiner Str. 107.

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

S 3 bis Bad Soden. Bus 801, 802 oder 803
Richtung Königstein. Haltestelle Parkstraße



Leicht und fit - mit Clever Kids !



Kurs für übergewichtige
Kinder von 8 bis 12 Jahren

Leitung:
Dipl.oec.troph.
Renate Lieberknecht

Ist Ihr Kind für sein Alter und seine Größe zu schwer? Wird es in der Schule wegen seines Aussehens aufgezo- gen? Sie fragen sich, ob Sie jetzt handeln sollen, bevor es zu spät ist?

„**Leicht und fit – mit Clever Kids**“ ist ein Kurs für übergewichtige Jungen und Mädchen zwischen 8 und 12 Jahren. Auf kindgerechte Art und Weise lernen die Kinder in diesem Kurs ihre Essgewohnheiten langfristig zu verändern.

Beim gemeinsamen Einkaufen, Kochen und Essen wird das Gelernte geübt und vertieft. Spiel und Spaß kommen durch eine bewegte Pause nicht zu kurz. Die Eltern erfahren in den begleitenden Elternabenden, wie sie ihr Kind unterstützen und motivieren können.

Der Kurs basiert auf den Empfehlungen der Fachgesellschaften für Ernährung. Zusätzlich sind Methoden aus „Ich schaff's“, einem lösungsorientierten Programm für Kinder (Ben Furman), integriert.

Werden Sie jetzt aktiv!

- Vor der Pubertät ist ein günstiger Zeitpunkt, das Gewicht zu halten oder leicht abzunehmen, so dass das Kind sich „streckt“.
- Günstiges Ess- und Bewegungsverhalten lässt sich einfacher aufbauen.
- Gemeinsam macht es mehr Spaß und jeder profitiert von den Erfahrungen der Anderen.

Informationen zum Kurs:

Kinder:

8 Treffen von 16–17.45 Uhr an einem Wochentag (z.B. donnerstags): Ernährungsschulung mit Spiel- und Bewegungspause sowie Zubereitung von kleinen Snacks und Mahlzeiten.

Eltern:

1 Vorgespräch vor Beginn des Kurses sowie 2 begleitende Elternabende während des Kurses.

Gruppe: 6 bis 8 Kinder von 8 – 12 Jahren mit leichtem/mäßigem Übergewicht

Gebühr:

225 € inklusive aller Materialien (Mappen für Eltern bzw. Kinder mit Informations- und Arbeitsblättern, alle Lebensmittelkosten und Pausengetränke sowie ein Abschlussgeschenk). Zahlbar in einem Betrag bis zum 2. Kurstag oder in 3 Monatsbeiträgen à 75,00 Euro.

Kursbeginn:

Der Kurs startet sobald genügend Kinder angemeldet sind (meistens nach den Weihnachts-, Oster- bzw. Sommerferien). Dann wird auch ein Wochentag festgelegt.

Kostenübernahme durch Krankenkassen:

Viele Krankenkassen beteiligen sich an den Kosten nach § 20 SGB V (Prävention). Auch Bonuspunkte sind möglich. Nähere Informationen erhalten Sie bei mir oder bei Ihrer Kasse. .

Wir packen es jetzt an!

Wir melden unseren Sohn/unsere Tochter für den Kurs „Leicht und fit – mit Clever Kids!“ verbindlich an.

Sobald genügend Anmeldungen vorliegen, erhalten Sie eine Information zum Kursstart. Bitte trennen Sie diesen Abschnitt ab und schicken oder faxen Sie die Anmeldung an die umseitig genannte Adresse.

Name _____

Name des Kindes: _____

Alter _____ Klasse: _____

Größe: _____ Gewicht: _____

Anschrift _____

Telefon tagsüber _____

E-mail _____

Krankenkasse: _____

Gewünschter Wochentag: _____

Unterschrift: _____

Sie haben die Möglichkeit Ihre Anmeldung **vor Kursbeginn** wieder zu stornieren, wenn eine Teilnahme Ihres Kindes nicht mehr möglich ist.