

## KONTAKTOPLYSNINGER

For mere information og deltagelse  
kontakt dit barns  
skolesundhedsplejerske eller  
klinikkens sundhedspersonale:

Sundhedsplejerske  
Anne-Mette Laursen Dam  
Mail: [andam@ikast-brande.dk](mailto:andam@ikast-brande.dk)  
Tlf. 3093 9000

Sundhedsplejerske  
Lill Cederström  
Mail: [liced@ikast-brande.dk](mailto:liced@ikast-brande.dk)  
Tlf. 3093 9007

## KLINIKKENS ADRESSE

Administrationsbygningen  
Ikast Vest  
Kongevejen 66, indgang A  
7430 Ikast

## Er dit barn overvægtigt?

KLINIK FOR  
OVERVÆGTIGE BØRN  
OG UNGE



# Klinik for børn og unge med overvægt i alderen 3-17 år og deres familier

## OVERVÆGT

Et barn med overvægt er i risiko for diabetes, forhøjet blodtryk, fedtlever og forhøjet kolesterol.

Et vægttab kan betyde, at barnet bliver gladere, får mere selvtillid og trives bedre, når det er sammen med andre. At tabe sig kan dog være svært.

Personalet i klinikken for børn og unge med overvægt tilbyder hjælp. Her får I som familie støtte og vejledning til at stoppe vægtøgning hos jeres barn, hvilket på sigt gør, at jeres barn slanker sig, mens det vokser.

I klinikken arbejder vi ud fra **Holbæk modellen** fra Holbæk Sygehus.

Modellen er udviklet af læge Jens Christian Holm.

70% af de børn, der er i gang med et forløb i klinikken, taber sig og får et sundere liv.

## VORES TILBUD

Varigheden på forløbet er ca. 12 måneder.

Familier med børn i alderen 3-17 år kan få et forløb i klinikken.

Barnet/den unge er i fokus, men vi inddrager hele familien.

Barnet/ den unge får en individuel plan i forhold til kost og motion, der er nem at gå til.

Der er samtale/undersøgelse med en sundhedsplejerske ca. hver 8. uge.

Klinikken har åbent mandage fra kl. 8-12.

Tilbuddet er gratis.

## SÅDAN FOREGÅR DET

I klinikken får I rådgivning om vægtregulering, spisemønstre, mad- og drikkevarer, motion, skærmtid og søvn af en sundhedsplejerske

Vi laver en individuel plan og I får hjælp og vejledning til de udfordringer, I står overfor undervejs.

Vi lægger vægt på, at behandlingen bygger på et samarbejde af gensidig tillid, at planerne er realistiske og at de løbende justeres.

