

PERHEIDEN PAINONHALLINTARYHMÄ



- Ryhmä on tarkoitettu vanhemmille, joilla on ylipainoinen lapsi tai jotka haluavat tukea lastaan terveellisiin elämäntapoihin (lapsen ikä 5-12 vuotta).
- Tavoitteena on löytää keinoja syömiskäyttäytymisen muuttamiseksi sekä liikunnan lisäämiseksi.
- Ryhmätapaamiset sisältävät keskusteluja, ryhmätehtäviä ja ryhmäharjoituksia.
- Ravitsemusterapeutti ja terveydenhoitaja toimivat ryhmän ohjaajina.
- Tapaamisia on viisi kertaa neljän kuukauden sisällä.