

Volwassenen en kinderen in Nederland worden steeds dikker. Dit treft ook kinderen met een lichamelijke en/of verstandelijke beperking en is een groeiend probleem. Binnen Basalt zien wij dit ook bij kinderen in poliklinische revalidatiebehandeling en bij de kinderen van de Maurice Maeterlinck School. Omdat deze kinderen al niet makkelijk bewegen en een meer zittende leefstijl hebben is er voor deze snel groeiende doelgroep een aanbod van bewegen en gezonde leefstijl gecreëerd in samenwerking met een diëtiste en Stichting VTV (Vrije Tijd en Vorming) regio Delft.

Doel

Het realiseren van een beweeg- en leefstijlverandering voor obese kinderen met een lichamelijke of verstandelijke beperking. Met als langere termijn doel het gewicht stabiliseren en een gezondere leefstijl ontwikkelen en behouden.

Voor wie?

Het programma is bedoeld voor kinderen in de leeftijd van 6 tot 18 jaar en hun ouders/verzorgers:

- waarvan de kinderen overgewicht hebben.
- die gemotiveerd zijn om aan hun conditie en gewicht te willen werken.
- die bereid zijn om naast het interne programma ook buiten het revalidatiecentrum te bewegen.
- die gemotiveerd zijn om hun leefstijl aan te passen.

Voor wie niet?

Het programma is niet geschikt voor kinderen en ouders/verzorgers:

- die geen of onvoldoende motivatie hebben.
- waar de tijd ontbreekt om het programma in het dagelijks gezinsleven in te passen.

Wat kunt u verwachten?

Een fysiotherapeut en een bewegingsagoog leiden het interne bewegingsprogramma. Maatschappelijk werk begeleidt de ouders.

Een diëtiste verricht alle metingen en geeft voedingsadviezen.

Stichting Vrije Tijd en Vorming (VTV) verzorgt een extern bewegingsprogramma. Het programma is gericht op:

- het stabiliseren van het gewicht.
- het verbeteren van het uithoudingsvermogen en de conditie.
- het toenemen van bewegingsactiviteiten.
- voedingsadviezen van de diëtiste.
- begeleiding van een maatschappelijk werker.
- extern sport- en beweegadvies.

Hoe zit het programma in elkaar?

- voorlichting aan ouders/kind.
- beweegprogramma gedurende 3 maanden.
- individuele gesprekken met maatschappelijk werk en een diëtiste.
- sport- en beweegadvies.
- counseling (telefonische nagesprekken; of alles lukt zoals besproken.

De frequentie is drie maal per week, waarvan twee per week bij Basalt en één keer per week extern. Tijdens schoolvakanties zijn er geen oefendagen. Na twee maanden verschuiven we naar één keer per week bij Basalt en twee keer per week extern. De laatste vier weken komt uw kind nog één keer per week naar Basalt. Er wordt dan door een externe sportvereniging een proefles (clinic) gegeven om zo kennis te kunnen maken met de betreffende sport.

Interesse of vragen?

Neem contact op met de behandelend fysiotherapeut, bewegingsagoog, revalidatiearts of maatschappelijk werker van uw kind.

Fysiotherapie kinderen: 015 - 278 03 72

Bewegingsagogie kinderen: 015 - 278 02 75

Maatschappelijk werk: 015 - 278 03 00

