

De kinderfysiotherapeut

De kinderfysiotherapeut richt zich op gezond bewegen. Wij informeren en begeleiden ouders naar een gezonde beweegstijl voor ouder en kind. Wij geven u adviezen over hoe u spelenderwijs voldoende beweging kunt aanbieden. Daarnaast onderzoeken wij uw kind op zijn motorische ontwikkeling en vaardigheden en geven we gericht op de doelgroep Peuter Power lessen. In deze lessen staan plezier, motorische vaardigheden en zelfvertrouwen door bewegen centraal. Kinderfysiotherapie wordt vergoed door uw zorgverzekeraar.



Careyn Jeugd en Gezin
CB Noorderlicht
088-1239926



Diëtiek Kinderpraktijk
Breda
Laan van Mertersem
61B
4812 PR Breda
06-53631373



Groepspraktijk voor
fysiotherapie Monné
Kinderfysiotherapie
Terheydensweg 110
4816 AA Breda
076- 581 0491



Contact

Voor meer informatie of om uw kind aan te melden kunt u terecht bij de jeugdverpleegkundige van uw consultatiebureau via: 088-1239926.

Peuter Power



*Een programma voor
kinderen van 2t/m4 jaar met
overgewicht en hun ouders*

Inleiding

Via het consultatiebureau, uw huisarts of kinderarts heeft u het advies gekregen om deel te nemen aan Peuter Power. Uw kind is te zwaar en dit is niet gezond. Overgewicht komt veel voor, het begint vaak al op jonge leeftijd en zorgt voor allerlei gezondheidsproblemen, nu en later. Het programma Peuter Power is bedoeld voor kinderen tussen de 2 en 4 jaar met overgewicht en hun ouders. Met adviezen en extra begeleiding bij de voeding, het bewegen en de opvoeding kan hier vaak verandering in gebracht worden.

Deze folder vertelt u meer over het programma Peuter Power. U, als ouders, werkt samen met een fysiotherapeute, een diëtiste en een jeugdverpleegkundige aan het bereiken van een gezonder gewicht van uw kind. Hieronder zullen we vertellen wat het inhoudt.



Op het consultatiebureau wordt de groei van uw kind bijgehouden door te wegen en te meten. Zo kunnen we goed zien of uw kind een gezond gewicht heeft of niet. Kleine veranderingen kunnen al veel resultaat opleveren. Vaak lukt dit, maar soms is dit toch wel heel moeilijk om alleen te doen. Dan adviseren we u om mee te doen aan het programma Peuter Power. U krijgt dan een periode extra begeleiding.

Welke problemen komt u tegen? We maken samen een plan waar we aan gaan werken. We maken een afspraak bij de diëtiste, de fysiotherapeute en de jeugdverpleegkundige. U krijgt een map waarin we steeds opschrijven wat de volgende stap is en de afspraken die we samen maken. Ook doen we er informatie in die u thuis zelf kunt lezen.

Jeugdverpleegkundige

De **begeleiding van de jeugdverpleegkundige** is gericht op **opvoedondersteuning**. Opvoeding en opvoedingsvaardigheden van ouders spelen een belangrijke rol bij het ontstaan en in stand houden van bepaalde eet- en beweegpatronen. Daarom gaan we samen praten over uw kind en hoe u de opvoeding ervaart. Wat gaat er goed? En welke dingen zijn toch best moeilijk? Wat vindt u van het gedrag van uw kind? Hoe gaat u om met straffen en belonen? Bent u het vaak eens met uw partner of is dit lastig? Misschien spelen andere familieleden of uw cultuur een grote rol? Geeft u zelf een goed voorbeeld? Dit soort onderwerpen bespreken we samen. Natuurlijk is elke situatie anders en houden we daar rekening mee in het zoeken naar oplossingen.

Kinderdiëtiste

Het is niet de bedoeling dat uw kind op dieet gezet wordt. Het is volop in de groei en heeft veel voedingsstoffen nodig. Een gezonde voeding is daarvoor belangrijk. De kinderdiëtiste kan u informeren over wat goede voeding is en samen met u de voeding van uw kind zodanig aanpassen dat het niet tot overgewicht leidt en toch lekker is. Het eerste consult van de kinderdiëtiste zal, samen met de jeugdverpleegkundige, in een vertrouwde omgeving plaatsvinden, namelijk bij u thuis. De volgende afspraken worden op het spreekuur gepland. Het aantal consulten wordt in overleg met u bepaald. Kinderdiëtiëk wordt vergoed door uw zorgverzekeraar.