

# Vitalis

GESUND & FIT e.V.



Moby  
★ Kids

Ambulantes Gesundheitsprogramm

für übergewichtige und  
adipöse Kinder und Jugendliche



## Kurse für übergewichtige und adipöse Kinder und Jugendliche in Brandenburg

.....➤ Moby Kids ist ein ambulantes Gesundheitsprogramm für 8- bis 15-jährige Kinder und Jugendliche zusammen mit ihren Eltern.

Dieser Jahreskurs ist zertifiziert und wird bei ärztlicher Verordnung von den Krankenkassen zwischen 60% – 100% bezuschusst.

Die Teilnehmer werden von unserem Team ein Jahr in den Räumlichkeiten der ambulanten Rehaklinik Vitalis Brandenburg geschult. In wöchentlich 90 Minuten lernen alle wie man mit einfachen Schritten seinen Alltag gesünder gestalten kann.

### Der Fokus liegt vor allem auf:

- **Ernährungsschulungen**, mit Themen wie Zuckerfallen oder Portionsgrößen, so wird gelernt wie man mit wenigen Umstellungen im Alltag aktiv überflüssige Kilos angehen kann
- **Verhaltenstrainings**, zur Unterstützung der Gewohnheitsveränderung und Selbstbewusstseinsstärkung
- **Eltern-Kind-Sport**, der Bewegung und Spaß für alle bringt
- **Starke Einbindung der Eltern**, dadurch Unterstützung der ganzen Familie, so werden gemeinsam Erfolge erzielt

.....➤ **Für Beratungsgespräche, Fragen und weitere Infos steht Ihnen Lina Krüger zur Verfügung:**  
Vereinbaren Sie Ihren Termin unter 03381 799 190 oder per Mail unter [mobykids@vitalis-brandenburg.de](mailto:mobykids@vitalis-brandenburg.de)

Wir freuen uns auf Sie!

.....➤ Vitalis Gesund & Fit e. V., Kirchhofstraße 3 – 7,  
14776 Brandenburg an der Havel