PORADNA PRO DĚTI S NADVÁHOU A OBEZITOU

POZNÁVÁTE NĚKTERÉ VLASTNOSTI U SVÝCH DĚTÍ?

- Nárůst hmotnosti.
- Dojídání se nezdravými potravinami.
- Přetrvávající únava a nechuť dělat nové věci.
- Minimum pohybové aktivity.
- Čas strávený u obrazovky delší než 2 hodiny.



Pokud jste na některé nebo všechny body odpověděli ANO, máte doma buď puberťáka, nebo dítě trpící nadváhou... nebo kombinaci obou.

Pojďme jim pomoci společně!

V rámci projektu **FITKID** (více na **www.fitkidkolin.cz** nebo na **www.kidsmed.cz**) zakládáme **Poradnu pro děti s nadváhou a obezitou**.

V rámci této poradny spolu s **dětskou lékařkou** (MUDr. Lenka Karbanová) budete mít možnost zkonzultovat jídelníček a stravovací návyky Vašeho dítěte.

Na růstovém grafu si ukážeme, kde nastal zásadní problém v nárůstu hmotnosti a **stanovíme si základní návyky**, pomocí nichž dáme všemu ten správný směr. Dále rozebereme **denní režim, pohybové aktivity, kvalitu spánku** a další faktory, které se na rozvoji obezity podílí.

Pro aktuální informace a inspiraci sledujte:

@fitkid.kolin

facebook.com/groups/fitkid.kolin

www.kidsmed.cz

www.fitkidkolin.cz

Projekt FITKID vzniká v rámci ambulance "Kidsmed" MUDr. Lucie Jechové v Kolíně. Více na www.kidsmed.cz

Pokud Vás naše nabídka zaujala, neváhejte nás kontaktovat na:
fitkidkolin@gmail.com



Konzultační hodiny:

Úterý **16:00-18:00**
Středa **16:00-19:00**



Kde nás najdete:

Antonína Kaliny 1351, Kolín



Ceník

Vstupní konzultace (**1 hodina**)	**1000** Kč
Následná kontrola (**30 minut**)	**500** Kč

Příspěvky pojišťoven

ZP ministerstva vnitra	Max **1500** Kč/ rok
ČPZP	Max **300** Kč/ rok
RBP - revírní bratrská pojišťovna	Max **500** Kč/rok
OZP - oborová zdravotní pojišťovna	Max **1000** Kč/rok
ZP Škoda	Max **500** Kč/rok

- platné k 1.12.2021

Spolupracujeme s Benefity.cz

POJĎTE PROTI OBEZITĚ BOJOVAT SPOLU S NÁMI!

Pro aktuální informace a inspiraci sledujte:

@fitkid.kolin

facebook.com/groups/fitkid.kolin

www.kidsmed.cz

www.fitkidkolin.cz

Projekt FITKID vzniká v rámci ambulance "Kidsmed" MUDr. Lucie Jechové v Kolíně. Více na www.kidsmed.cz