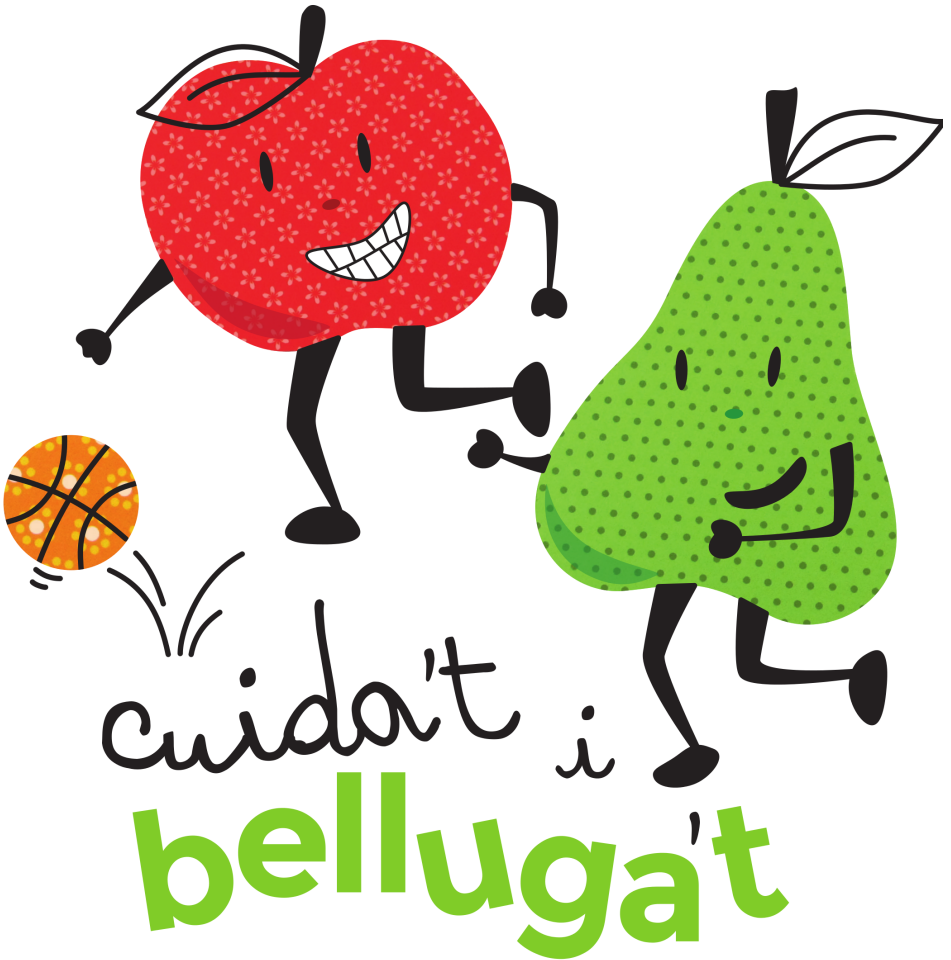


AFIS PEDIÀTRIC



PROMOCIÓ D'ESTILS DE VIDA SALUDABLE
PER A INFANTS, DE 6 A 12 ANYS, AMB EXCÉS DE PES

Programa gratuït que combina l'activitat física en grup, l'educació nutricional i el reforç conductual tant individual com familiar, per abordar la problemàtica del sobrepès i l'obesitat infantil a la ciutat de Granollers.

QUÈ PRETÉN?

- Millorar els hàbits alimentaris i d'activitat física de l'infant, així com la seva autoestima.
- Aconseguir una millora dels paràmetres relacionats amb el sobrepès i l'obesitat (índex de massa corporal i perímetre abdominal) i la seva condició física.
- Introduir canvis a nivell familiar relacionats amb l'alimentació i l'activitat física.

DURADA 2 anys

ADREÇAT

a nens i nenes de 6 a 12 anys de Granollers que compleixin els criteris clínics de sobrepès o obesitat, així com a les seves famílies.

EN QUÈ CONSISTEIX?

- 2 sessions setmanals d'1.30 h d'activitat esportiva.
- Tallers mensuals en família referits a aspectes emocionals relacionats amb l'autoestima, l'alimentació i els hàbits alimentaris.
- Entrevistes i seguiment nutricional individualitzat.

COM ACCEDIR AL PROGRAMA?

Podeu contactar directament amb el **Servei de Salut Pública** (C. Portalet, 4, 2a planta - Tel. 93 842 66 68 - salutpublicaiconsum@ajuntament.granollers.cat) o bé adreçar-vos al vostre **equip de pediatria**.

ORGANITZA:



Ajuntament de Granollers

COL-LABORA:

