



VlaardingsFIT leefstijlprogramma

**Jouw
kind fitter,
gezonder
& blijer!**

**Doen jullie
met ons mee?**

Stuur dan een mail naar
info@moveogezondheid.nl
of bel naar 010 474 82 00,
dan maken we een afspraak!



Leuk leefstijlprogramma voor kinderen van 4-18 jaar, die op een gezond gewicht willen komen samen met hun ouder(s)/verzorger(s).

12 weken lang gaat uw kind 2 uur per week aan de slag samen met u en andere ouders en kinderen.

Doel van het programma

- gezonde leefstijl ontwikkelen,
- gezonder leren eten,
- kinderen enthousiast maken voor bewegen,
- het zelfbeeld van uw kind verbeteren.

Dit onder deskundige begeleiding van een orthopedagoog, kinderfysiotherapeut, kinderdieëtist en beweegprofessional.

Na afloop kan uw kind wekelijks blijven sporten met elkaar of met andere kinderen.

Maakt u zich zorgen over het gewicht van uw kind?
Of heeft een zorgverlener gezegd dat 't belangrijk is om te werken aan een gezond gewicht?
Maak dan een afspraak!

Mede mogelijk gemaakt door:



Gemeente Vlaardingen

Komt u kind in aanmerking voor het JeugdSportfonds?
Vraag dan naar de mogelijkheden.