

Överviktiga barn och ungdomar



Gruppleddarutbildning för sjuksköterskor

som vill starta upp och hålla i:

Föräldrautbildning för föräldrar till barn med fetma

enligt Södertäljemodellen

Dagen leds av **Anna Bolin**, leg sjuksköterska på Barnmottagningen i Södertälje och **Gunilla Carlsson Kendall**, leg psykolog, privatpraktiserande på Anglia AB. De har gemensamt utformat utbildningen baserat på erfarenheter från barnmottagningens barnfetmabehandling och föräldrautbildningsprogrammet Cope. Samarbetet för att ta fram utbildningen uppstod som en följd av att allt yngre barn kom till behandling för barnfetma.

Föräldrautbildningen bör vara en del av långsiktig behandling och bör hållas parallellt med en viktskola riktad till barnen. Viktskolan består av fysisk aktivitet, lek och åldersanpassat lärande om kost och motion. När barn och föräldrar deltar i gruppverksamheter samtidigt, underlättas deltagandet av att de motiverar varandra!

Utbildningens syfte är:

- Att stärka föräldrarna i deras föräldraroll
- Att engagera föräldrarna i förändringsarbete
- Att förmedla kunskap om kost och motion
- Att lära ut tekniker, strategier och förhållningssätt som kan underlätta beteendeförändring

Föräldrautbildningen består av 6 kurstillfällen som beskrivs i en manual. Dagen kommer att vara en praktiskt inriktad kurs, där du får teoretiska bak-

grunden översiktligt och fokusera på hur du som gruppleddare skall kunna genomföra utbildningen.

Bakomliggande teorier

- Empowerment – hur får vi föräldrarna att växa i sin roll som förälder och hitta och använda familjens resurser?
- Kognitiv beteendeterapi – att öva på att göra nytt och dela erfarenheter med andra ger nya perspektiv på tillvaron
- Storgruppsmetodik – att lyssna och bli hörd i en grupp kan ge möjlighet till sociala förebilder och en stärkt tro på att förändring är möjlig

Förberedelser

- Gruppleddarrollen – vad bör du tänka på?
- Lokal, information och andra praktiska detaljer
- Fördjupningsmaterial som bör finnas att tillgå

Praktiskt genomförande

- Introduktionsträff – konkreta råd på hur den ska läggas upp
- Viktskolan – syfte att väcka barnens lust till aktivitet och livsstilsförändring
- Så här går utbildningen till, steg för steg: träff 1-6

Tider under dagen:

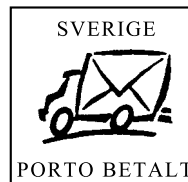
09.00 Dagen startar

10.00 Kaffepaus

12.00 Lunch

14.30 Kaffepaus

16.30 Dagen avslutas

B

Avsändare
Kompetensteamet Stockholm AB
Box 3096
103 61 Stockholm

PRAKTISK INFORMATION:

Tid: 28 mars 2012

Plats: Finlandshuset, Snickarbacken 4, Stockholm.
För vägbeskrivning se vår hemsida.

Pris: 4180 kr. Moms tillkommer.

I priset ingår lunch, förfriskningar, dokumentationsmaterial, samt personligt kursintyg. Anmälningsbekräftelse och faktura sändes efter mottagen anmälan.

Avbokningsregler: Om du får förhinder och inte kan delta kan du alltid överlåta din plats till en kollega. För fullständiga avbokningsregler, se www.kompetensteamet.se

Förbehåll: Vi reserverar oss för förändringar i programmet samt möjlighet att ställa in planerad konferens vid extraordinära händelser.

ANMÄLAN



08-410 281 50



www.kompetensteamet.se