ADIPOSITASAMBULANZ
FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

UNIKLINIKUM SALZBURG

Herzlich Willkommen!
Dich beschäftigt dein Gewicht?
Sie haben Sorgen um die Gesundheit Ihres Kindes?
Wir bieten Hilfe auf dem Weg in ein gesünderes Leben!

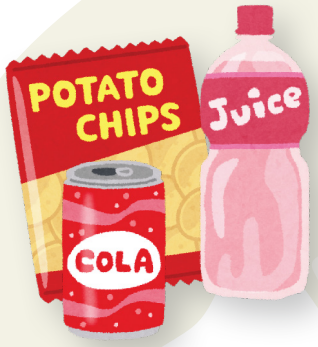
Wusstest du ...
... dass ca. 1 von 3 Kindern von Übergewicht oder starkem Übergewicht (Adipositas) betroffen ist?
... dass wir die Vorgänge im Körper, die zu Adipositas führen, inzwischen sehr gut verstehen und es wirksame Therapien gibt?
... ein gesundes Leben mit kleinen Schritten beginnt?



Unser Motto:
DIE GESUNDHEIT STEHT IM VORDERGRUND









Genetik

Ernährung

Erkrankungen

Umfeld

Adipositas

zu wenig Schlaf

zu viel Medienkonsum

zu wenig Bewegung

Psychische Gesundheit







Für Übergewicht und Adipositas gibt es viele Gründe

Zu wenig Bewegung und zu viel Essen sind nur ein Teil davon. Deshalb gibt es auch viele Möglichkeiten, die Gesundheit zu fördern.

Wie gesund dein Körper ist, sehen wir an einer Blutabnahme. Diese ist wichtig für deine ÄrztInnen, um mit dir und deinen Eltern die richtige Therapie für dich zu finden.



Das kann Euch helfen







Sport und Bewegung:

- Bewegte Stadt Salzburg
- Fit Sport Austria
- Sportunion Österreich
- Volkshochschule Salzburg

Ernährung:

- Portionsgrößen (Kinder)
- Ernährung: 6-11 Jährige
- Portionsgrößen (Jugendliche)
- Ernährung: 12-18 Jährige
- Österreichische Ernährungsempfehlungen
- Gesunde Rezepte

Ambulante Programme:

- Easy Kids (6-14 Jahre)
- InForm Individuell (0-18 Jahre)



Psychische Unterstützung:

- Freie Psychotherapieplätze
- Gesund aus der Krise (bei akuten Belastungssituationen)
- Ambulatorium am Ball (Psychosoziales Versorgungs- und Beratungszentrum)

Rehabilitation:

- Leuwaldhof, St. Veit im Pongau
- KOKON, Bad Erlach (Schwerpunkt Mental Health)

Allgemeines:

- Ratgeber für Eltern
- Jugendcoaching (Beratung zu Schule und Beruf)

Kontakt:

+43 (0) 57255 26222
sekretariat-kinderklinik@salk.at
Adipositasambulanz der Kinderklinik