



Zapraszamy mieszkańców Torunia mających problem z otyłością do podjęcia wyzwania i próby redukcji masy ciała pod opieką specjalistów tj. psychologa, dietetyka i trenera rekreacji ruchowej. Zgłoszenia do 21 listopada 2016 r.

- Toruń jako jedno z dwóch polskich miast pozyskał środki finansowe z Ministerstwa Zdrowia na prowadzenie grup wsparcia wśród osób otyłych - **mówi dyrektor Wydziału Zdrowia i Polityki Społecznej Urzędu Miasta Torunia Izabela Miłoszewska.**

W ramach przedsięwzięcia organizowane będą grupy wsparcia dla:

- osób dorosłych w wieku 40-60 lat (zorganizowane będą dwie grupy wsparcia 10-15 osobowe, max. 30 osób),
- dzieci i młodzieży w wieku 5-15 lat przy wsparciu rodziców (zorganizowane będą cztery grupy wsparcia 10-15 osobowe max. 60 osób).

Spotkania grup (prowadzone przez psychologa/dietetyka) będą się odbywały raz w tygodniu w okresie **od listopada 2016 r. do 31 marca 2017 r.**

Każdy z uczestników grupy będzie mógł skorzystać z porad m.in. telefonicznych konsultacji z dietetykiem i psychologiem. W celu utrzymania odpowiedniego poziomu motywacji uczestnika dietetyk/psycholog, którzy będą nadzorować przebieg realizacji programu planu żywieniowego, wspierać w przypadku problemów i w dążeniu do założonego celu.

Dla uczestników projektu stworzona zostanie oferta wspomagająca odchudzanie - zajęcia aktywizujące (np. pilates, nordik-walking.), których intensywność dostosowana będzie do możliwości danej grupy. Zajęcia będą odbywały się dwa razy w tygodniu.

Ze względu na ograniczoną liczbę miejsc pierwszeństwo mają osoby, którym ze względu na zwiększoną masę ciała odroczone zabieg operacyjny bądź mają potwierdzone przez lekarza POZ schorzenia mogące być konsekwencją otyłości.

Warunkiem udziału jest BMI > 30, spełnienie kryterium wieku oraz wypełnienie formularza zgłoszeniowego (w materiałach po pobraniu, pod artykułem) i przesłanie na adres: Wydział Zdrowia i Polityki Społecznej ul. Fałata 39 w Toruniu bądź drogą email: wziips@um.torun.pl do 21 listopada 2016 r.

Jeżeli uważasz, że cierpisz na otyłość (BMI >30), masz za sobą samodzielne, nieudane próby redukcji masy ciała, bądź cierpisz na schorzenia, które mogą być konsekwencją otyłości (np. schorzenia kręgosłupa) i chcesz pod opieką specjalistów zmienić nawyki żywieniowe i schudnąć - zgłoś się! Chcemy służyć Ci pomocą!

Zadanie finansowane jest ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016-2020.

Materiały do pobrania:

- [formularz zgłoszeniowy](#)
- [Powrót](#)
- [Udostępnij na: X](#)
- [Udostępnij na: FB](#)
- [Drukuj](#)
- [PDF](#)