Zadbaj o zdrową przyszłość swojego dziecka i skorzystaj z udziału w bezpłatnym programie dla mieszkańców Województwa Mazowieckiego.

„Program polityki zdrowotnej w zakresie profilaktyki i wczesnego wykrywania nadwagi i otyłości wśród dzieci i młodzieży na terenie województwa mazowieckiego”
Okres realizacji: 2026-2028.

Program bezpłatny dla dzieci z nadwagą i otyłością w wieku 6-18 lat.

Realizatorem programu jest Centrum Medyczne w Łomiankach.

Program jest finansowany ze środków Samorządu Województwa Mazowieckiego

Czy wiesz, że małe zmiany rodzą wielkie efekty?

W ramach programu pomożemy Twojemu dziecku polubić aktywność fizyczną i zdrowe nawyki – bez stresu i rygorystycznych diet!

Każdy uczestnik otrzyma indywidualną opiekę wielospecjalistyczną obejmującą:

- **Regularne konsultacje** z dietetykiem, psychologiem oraz trenerem/fizjoterapeutą
- **Warsztaty praktyczne** - Naukę komponowania zbilansowanych posiłków i budowania zdrowych relacji z jedzeniem bez restrykcyjnych diet.
- **Zajęcia ruchowe** - Bezpieczne, dopasowane do możliwości dzieci z nadmierną masą ciała, ukierunkowane na zaszczepienie radości z aktywności fizycznej.
- **Wsparcie psychologiczne** - Pomoc w radzeniu sobie z emocjami, stresem rówieśniczym oraz wzmacnianie motywacji do zmiany nawyków w całym środowisku domowym.
- **Konsultację medyczną** - Lekarz podsumuje efekty przeprowadzonych konsultacji i zaproponuje kolejne działania

Konsultacje i zajęcia ze specjalistami odbywają się z udziałem rodziców.

Konsultacje będą realizowane w Centrum Medycznym STARTMED w Łomiankach.

Dla kogo program?

W programie może wziąć udział dziecko i jego rodzice/opiekuni prawni, które w dniu kwalifikacji musi spełniać następujące warunki:

1) mieć ukończony 6 rok życia i nie ukończony 18 rok życia;

2) mieć wskaźnik BMI na poziomie w co najmniej 97. centylu dla płci i wieku zidentyfikowany w wyniku badania przesiewowego przeprowadzonego w ramach programu (w przypadku wystarczających środków finansowych kwalifikowane są osoby z BMI w co najmniej 90. centylu dla płci i wieku),

Uwaga: Jeżeli rodzice nie mają przeprowadzonej oceny nadwagi i otyłości wg BMI i aby dowiedzieć się czy dziecko spełnia warunki włączenia do programu prosimy skontaktować się z Centrum Medycznym STARTMED w celu umówienia się na badanie przesiewowe (pomiar wzrostu i masy ciała).

3) rodzic/opiekun prawny aplikującego dziecka musi mieszkać na terenie województwa mazowieckiego, tj. być osobą fizyczną mieszkającą na terenie województwa mazowieckiego w rozumieniu Kodeksu cywilnego,

4) rodzic/opiekun prawny aplikującego dziecka musi przedłożyć wypełniony druk świadomej zgody na udział w programie (w przypadku osób powyżej 16 roku życia wymagana jest także zgoda osoby aplikującej do programu),

5) rodzic/opiekun prawny aplikującego dziecka musi złożyć pisemne oświadczenie, że aplikujące dziecko nie jest obecnie uczestnikiem innego programu o podobnym charakterze finansowanym ze środków publicznych oraz nie korzysta w momencie aplikowania do programu ze zbieżnych świadczeń finansowanych ze środków publicznych (np. NFZ).

Dlaczego warto do nas dołączyć?

- **Działamy rodzinnie:** Uczymy zdrowego stylu życia w sposób, który angażuje i wspiera całą rodzinę.
- **Brak kosztów:** Pełen cykl porad specjalistycznych, badań i warsztatów jest całkowicie darmowy.
- **Przyjazna atmosfera:** Nasi specjaliści mają ogromne doświadczenie w pracy z dziećmi i młodzieżą – dbamy o komfort psychiczny każdego uczestnika.

Jak się zapisać?

Jeśli widzisz potrzebę wsparcia specjalistów, skontaktuj się z nami!

- Telefon: 572 66 00 66
- E-mail: talia@startmed.eu
- Strona: www.startmed.eu
- Miejsce realizacji porad: Centrum Medyczne STARTMED w Łomiankach, ul. Partyzantów 23