

Område Nord

Område Nord består af de tidligere områder Nordøst og Nordvest. Det er afgrænset af Limfjorden mod syd og den røde linje mod nord. Se kortet herunder.



Balance for livet

For 2 til 10-årige børn og deres familier
i Område Nord



Balance for livet

For 2 -10-årige børn og deres familier i Område Nord

Er dit barn mellem 2 og 10 år (inkl. 3. klasse) og er du bekymret for barnets vægtudvikling? Har du lyst til at gøre noget ved det? Så er der hjælp at hente i et nyt tilbud for børnefamilier, der bor i Aalborg Kommunes område Nord.

I tilbuddet får hele familien hjælp og støtte til at lægge livsstilen om, så barnets fremtidige liv bliver sundere. Ændringerne i livsstilen vil ske med **små skridt** og helt i jeres eget tempo. Det hele tilrettelægges i et nært samarbejde med jer, så alt bliver tilpasset netop jeres familie.

Der er mulighed for at vælge mellem flere tilbud:

- Samtaler i familien med en sundhedsplejerske både inden opstart og undervejs i forløbet.
- Samtaler i familien med en børnediætist.
- Madværksted, hvor vi sammen prøver at lave forskelligt mad.
- Alders-opdelt sjov leg og motion hver uge.
- Opfølgning på hvordan det går.

Har du og dit barn lyst til at deltage i projektet, kan du kontakte sundhedsple-

I projektet tilbereder vi sund og sjov mad sammen.



Foto: Colorbox



Foto: Colorbox

ersken, jeres egen læge eller barnets daginstitution. Du kan også henvende dig til:

Sundhedsplejerske
Jytte Møller Christensen
Aalborg Kommune, Område Nord
 Borgergade 39
 9362 Gandrup
 Tlf. 99 31 14 14
 Mobil 41 31 88 36
 Mail jemc-fb@aalborg.dk

Vi laver sjov leg og motion for hele familien i aldersgruppen 2 til 6 år....



og sjov leg og motion for de større børn.....