

Indeni og udenpå PDF

Anne Vibeke Fleischer



Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.



Forfatter: Anne Vibeke Fleischer

ISBN-10: 9788777068317

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 1555 KB

BESKRIVELSE

Denne bog i serien Psykologi for børn 9-13 år handler om børn med overvægt. Man kan definere overvægt ud fra vægtens betydning for barnet. Hvis overvægten er af en sådan størrelse, at den begrænser barnets muligheder for udfoldelse, så er en indsats påkrævet. Formålet med bogen er ikke at give gode råd om vægttab. Der præsenteres ingen slankekure, og man kan mange andre steder finde oplysninger om sund mad og kalorierette opskrifter. Målet er at give en beskrivelse af overvægtens indvirkning på barnets liv. Og videre, at foreslå en række tiltag, som de voksne kan igangsætte for at afbøde overvægtens skadevirkning. Det er tiltag som er rettet mod både de fysiske og psykiske skadevirkninger, og som de voksne nemt kan iværksætte i dagligdagen. Historierne i bogens første del giver et billede af, hvordan børn oplever det at være overvægtig, hvad de tænker, og hvad de føler. Barnet kan læse historierne selv eller få dem læst højt. Undervejs er der forslag til, hvad børnene kan gøre for at få hjælp. Bogens anden del er til de voksne, der omgiver barnet i hverdagen.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Hjælp til vægttab! Føl dig fantastisk indeni - og udenpå! Ønsker du et vægttab? Har du svært ved at holde kuren? Har du svært ved at lade de søde sager ...

Se billigste Indeni og udenpå: Mikkell og Laura vejer for meget, Hæfte Laveste pris kr. 170,- blandt 10 butikker Se anmeldelser ☆ og sammenlign med andre ...

Smuk indeni - smuk udenpå er en personlig bog fra YouTube-stjernen Julia Sofia, som gør op med urimelige skønhedsideal og lærer dig at sætte pris på den måde ...

INDEN OG UDENPÅ

[Læs mere ...](#)