

¿Está preocupado por el peso o la salud de su hijo(a)?

# Regístrese en a la Academia para Familias de Brenner FIT®

## ¿Qué es la Academia para Familias de Brenner FIT®?

La Academia para Familias es una versión en grupo de Brenner FIT, un programa de tratamiento médico y de comportamiento que es parte del Hospital Brenner Children's de Atrium Health Wake Forest Baptist. Este programa es **GRATIS** y guiará a su familia hacia cambios de hábitos sin usar dietas restrictivas ni planes de ejercicio.



## ¿Quién puede asistir?



- Todos los padres y cuidadores con hijos de 2 a 18 años que tienen preocupación del peso o la salud de su hijo/a
- No se requiere un referido médico
- Las sesiones son sólo para adultos; los niños y adolescentes participarán en ciertas actividades

## ¿Cuánto tiempo dura el programa?

- El programa dura 8 semanas
- Las clases son en línea y ocurren en la tarde por una hora cada semana
- Ayuda tener una buena conexión de internet



## ¿Qué aprenderemos?

- Cómo criar hijos(as) que se sientan bien con su cuerpo y su forma de comer
- Ideas para divertirse y estar activos juntos en un mundo de constante pantalla
- Ideas para preparar comidas en casa a bajo costo
- Cómo hacer cambios en familia que duran toda la vida



**Regístrese hoy para guiar a su familia hacia cambios de hábitos que durarán para siempre.**

**Registrarse es obligatorio para participar y guardar un espacio.**



Escanee arriba para aprender más y registrarse para la próxima serie: