



## Ratgeber für Eltern und Kinder

### Für Eltern:

Thomas Reinehr, Michael Dobe, Mathilde Kersting  
Abnehmen mit Obeldicks und OptimiX – Der Ratgeber für Eltern übergewichtiger Kinder  
Hogrefe-Verlag, 2. Auflage 2009  
ISBN 978-3-8017-2271-5

Forschungsinstitut für Kinderernährung  
Empfehlungen für die Ernährung von übergewichtigen Kindern – Gemeinsam abnehmen mit optimiX  
Eigenverlag, Bezug: FKE Broschürenvertrieb  
Tel.: 01805-798183 oder unter [www.fke-shop.de](http://www.fke-shop.de)

Forschungsinstitut für Kinderernährung optimiX – Empfehlungen für die Ernährung von Kindern und Jugendlichen  
Eigenverlag, Bezug: FKE Broschürenvertrieb  
Tel.: 01805-798183 oder unter [www.fke-shop.de](http://www.fke-shop.de)

### Für Jugendliche

Forschungsinstitut für Kinderernährung  
optimix Kochbuch für Kinder  
Eigenverlag, Bezug: FKE Broschürenvertrieb  
Tel.: 01805-798183 oder unter [www.fke-shop.de](http://www.fke-shop.de)