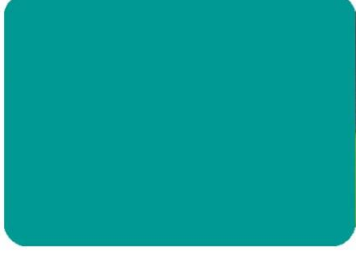


**gent:**

**gezonde stad**



**Gebeten om te weten:  
preventie van overgewicht bij kinderen**



# Studievoormiddag: 'Gebeten om te weten: preventie van overgewicht bij kinderen'

**Save the date: donderdagvoormiddag 10 december 2015 van 8u30 – 13u**

Anno 2015 neemt overgewicht epidemische vormen aan. De cijfers spreken boekdelen: de helft van de Belgen kampt met overgewicht één op vijf kinderen en jongeren tussen 2 en 17 jaar is al te zwaar. De gezondheidsproblemen die overgewicht met zich meebrengt zijn navenant. Heel wat mensen en organisaties zetten dan ook dagelijks in op sensibilisatie en preventie. Speciale aandacht gaat daarbij naar kinderen want zij zijn het kapitaal van onze toekomst. Het aanleren en stimuleren van gezonde leefstijlgewoonten op jonge leeftijd is de beste strategie in de strijd tegen overgewicht op latere leeftijd. Maar welke methodieken werken nu echt? Zijn er ondertussen nieuwe praktijken en tools beschikbaar, ook op maat van mijn organisatie? Hoe kunnen we ouders bereiken? Hoe zitten de mechanismen die overgewicht in de hand werken nu ook weer in elkaar? Wat is de psychologie daarachter?

Deze studievoormiddag wil op een inspirerende en praktische manier een antwoord bieden op al deze vragen.

## Deel 1 - Lezingen

- Vitamines voor groei en gezondheid: Over de motiverende rol van ouders, leerkrachten, en hulpverleners. Prof. Dr. Maarten Van Steenkiste, Vakgroep ontwikkelings-, persoonlijkheid- en sociale psychologie UGent
- Amsterdamse Aanpak Gezond Gewicht: Amsterdam zet volop in op het voorkomen en terugdringen van overgewicht en obesitas bij kinderen. Jan Paddenburg, Programmamanager Scholenaanpak Gezond Gewicht, Amsterdamse Aanpak Gezond Gewicht, Gemeente Amsterdam

## Deel 2 - Good practices infobeurs

Bij de diverse infostanden worden nieuwe, verfrissende methodieken getoond en uitgelegd. Een greep uit het aanbod: Voor je het weet zijn ze groOt, Ratatouille, de Aanschuiftafel, Vitamike, Burger boef, Waterbink en Drinkgriet, de gezonde sportkantine...

## Aansluitend netwerkmoment met gratis gezonde broodjeslunch

### Voor wie?

Deze studiedag richt zich in eerste instantie naar professionelen zoals zorgverstrekkers, wijkwerkers, leerkrachten, sportwerkers, enz., die werken met kinderen en geïnteresseerd zijn in promotie van gezonde leefstijl. Inschrijving is mogelijk via Gentinfo vanaf half november.

### Praktisch

- Datum: donderdagvoormiddag 10 december 2015, 8u30 tot 12u30, aansluitend gezonde broodjeslunch tot 13u30
- Locatie: Zaal Buurtloods, Patrijsstraat 10 (wijk Muide/Meulestede)
- Inschrijvingen via Gentinfo vanaf november, tel. 09 210 10 10, email: gentinfo@stad.gent
- Kostprijs: gratis aangeboden door de Gentse Wijkgezondheidscentra, Logo Gezond+ vzw en de dienst Regie, Samenleven en Welzijn, Stad Gent

