

WEBINAR

een gezond (zelf)beeld over eten

woensdag 30 november 2022, 14u tot 15u30



Als tiener verandert er veel: o.a. je lichaam en emoties, je sociale leven, je structuur en je behoeften. Weerbaarheid en veerkracht helpen jongeren hierbij om zichzelf niet te verliezen. De juiste informatie en praktische handvatten aangereikt krijgen, is met andere woorden onmisbaar.

» Daarom organiseren de Logo's samen met Eetexpert vzw een webinar voor iedereen die professioneel werkzaam is in het secundair onderwijs en rond de thema's van voeding en eten, gezonde leefstijl, geestelijke gezondheid, eet- en gewichtsproblemen e.d. wil werken.

! De focus ligt op het bevorderen van gezond eetgedrag met concrete tips en acties. Dit wordt ook gekaderd in de ruimere domeinen van preventieve gezondheid.

? Het Logo kan jouw school namelijk ook ondersteunen over andere thema's: geluk in de klas, gevarieerde voeding en beweging, alcohol en drugs, gezonde binnenlucht en nog veel meer.

Maak samen met Logo Mechelen, Logo Oost-Brabant en Eetexpert vzw de connectie tussen een gezonde leefstijl, evenwichtig eetgedrag en mentaal welzijn in het secundair onderwijs.



PROGRAMMA

14u - 14u20

Verwelkoming en kader

14u20 - 15u15

toelichting gezond eetgedrag, levensstijl bij veranderende behoeften en emoties

15u15 - 15u30

Vragen en afsluiting

Deelname is gratis. Inschrijven ten laatste 29/11/2022 via Microsoft Forms
Na inschrijving krijg je de deelnamelink.

