

	SCHRIJF JE EIGEN PREVENTIEPLAN EETPROBLEMEN IN DE SPORT
DOEL	Trainers werken met hun achterban hun preventieplan uit rond eetproblemen in de sport
STRATEGIE	Zorg en begeleiding
DOELGROEP	Trainers, vertrouwenspersoon
HOE?	<p>Werk een versterkende aanpak uit in je groep</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hoe wil je werken aan lichaamstevredenheid? (Wat zeg je zelf? Wat wil je wel/niet in de groep?) • Hoe wil je communiceren rond eten en gewicht? (Wat zeg je zelf? Wat wil je wel/niet in de groep?) • Wat is een gezond gewicht voor je sporter? • Hoe werk je aan een positieve groepscultuur? <p>Maak een plan voor vroegdetectie van haperend eetgedrag:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Welke risicofactoren en signalen zijn voor jou knipperlichten? - Met wie check je wanneer je ongerust bent over een sporter? - Hoe voer je het gesprek met de sporter? - Wanneer moeten er verdere stappen genomen worden? <p>De helpdesk van Eetexpert biedt ondersteuning bij de uitwerking van je preventieplan indien er vragen zijn.</p> <p>Bespreek je nieuwe preventieplan eetproblemen in de sport met je bestuur.</p>
WAT HEB JE NODIG?	<ul style="list-style-type: none"> • Trainers hebben een vorming door Eetexpert gehad over preventie en vroege herkenning van signalen en risicofactoren van eetproblemen. • Protocol, uitgewerkt in een schema. • Vertrouwenspersoon waartegen de trainer zijn ongerustheid over een kind/jongere kan uiten.
WIE BETREKKEN ?	<ul style="list-style-type: none"> • Bestuur • Trainers • Helpdesk Eetexpert
TIJD	Naar wens, duurtijd ongeveer een uur.
KOSTPRIJS	Gratis