

| VORMING VOOR TRAINERS: PREVENTIE EETPROBLEMEN IN DE SPORT | |
|--|--|
| DOEL | Trainers krijgen de basis voor het uitwerken van hun plan rond preventie van eetproblemen in de sport. Zij weten na dit trainerslab wat zij kunnen doen ter versterking van sporters in de groep. Zij herkennen verstoord eetgedrag en zweten hoe ze een gesprek kunnen voeren bij beginnende eetproblemen. |
| STRATEGIE | Zorg en begeleiding |
| DOELGROEP | Bestuur, trainers en eventueel ouders |
| HOE? | <p>In een trainerslab wordt de basis uitgewerkt voor de uitbouw van een preventieplan eetproblemen in de sport:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trainers leren wat ze kunnen doen om hun sporters te versterken: werken aan een positief lichaamsbeeld, reageren op eetissues van sporters, uitwerken van een aanpak rond gewichts- en vetmetingen, tussenkomen bij stigmatisering in de groep. • Daarnaast leren trainers risicofactoren en signalen van eetproblemen herkennen tijdens het sporten. • In een derde blok wordt een aanpak uitgewerkt om met de sporter aan het werk te gaan bij beginnende probleemsignalen. <p>Na het trainerslab hebben trainers de ingrediënten voor hun eigen preventieplan: enerzijds een versterkende aanpak in de groep en anderzijds een zorgtraject achter de schermen voor wie beginnend probleemgedrag vertoont.</p> <p>Je kan deze infosessie aanvragen bij het Logo (www.vlaamselogos.be) of rechtstreeks bij Eetexpert (www.eetexpert.be).</p> |
| WAT HEB JE NODIG? | <ul style="list-style-type: none"> • Brief of e-mail om de trainers uit te nodigen voor de vorming. • Ruimte met stoelen, een tafel en een beamer. |
| WIE BETREKKEN ? | <ul style="list-style-type: none"> • Trainers • vertrouwenspersonen • Bestuur • Eventueel ouders |
| TIJD | De infosessie duurt ongeveer 2 uur. Er wordt gezorgd voor gerichte fiches en voor een sjabloon preventieplan eetproblemen in de sport. |
| KOSTPRIJS | € 250 |