



WGC 't Spoor

Fit & Fun

→ Sport en gezond eten wordt ingezet via de huisarts bij kinderen en jongeren tot 17 jaar met overgewicht ←

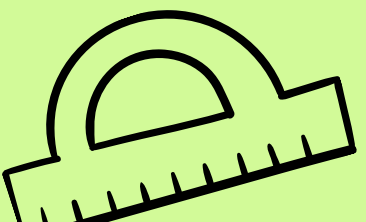
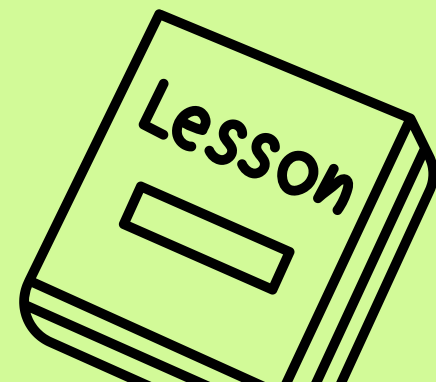
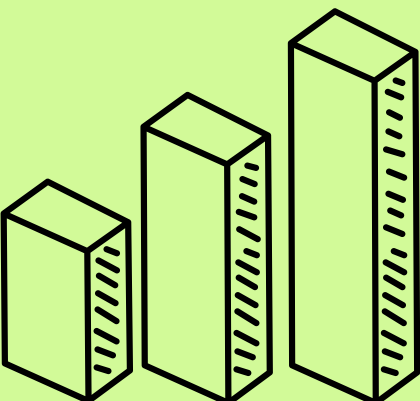
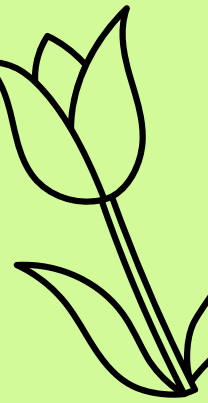
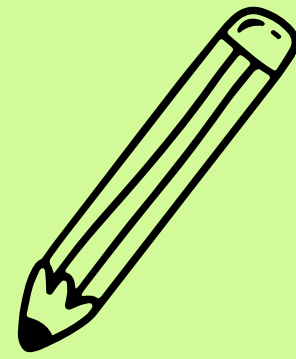
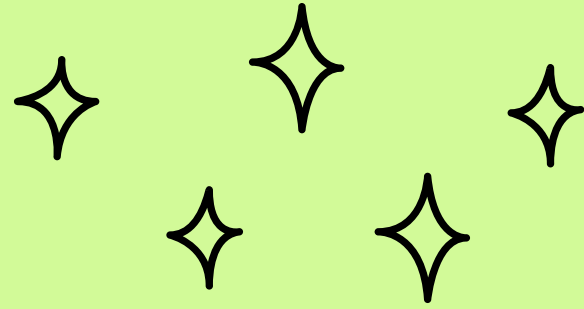
Ontstaan

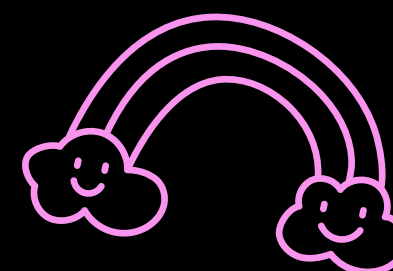
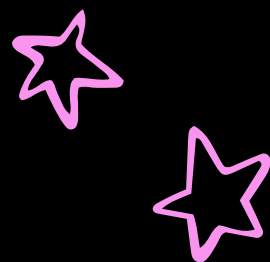
eind 2021

oplossing voor overgewicht

voeding en beweging

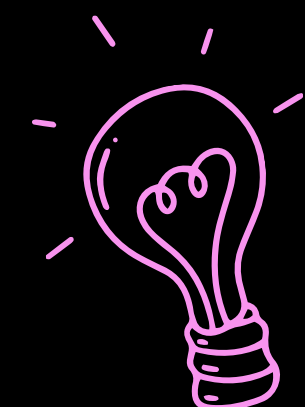
Hoe laagdrempelig maken?





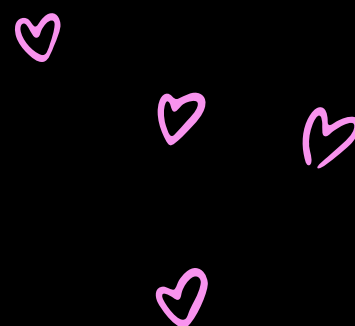
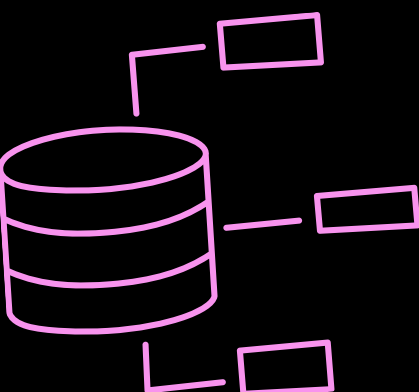
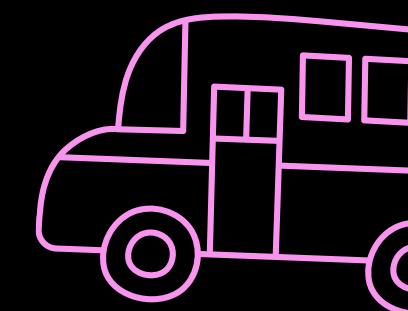
**betaald door
riziv**

**(dicht)bij
de dokter**

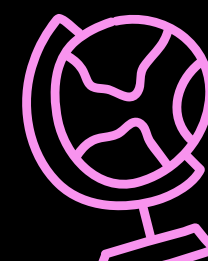
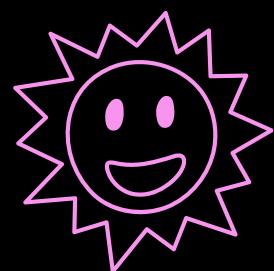
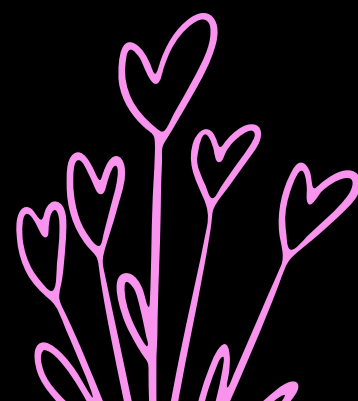
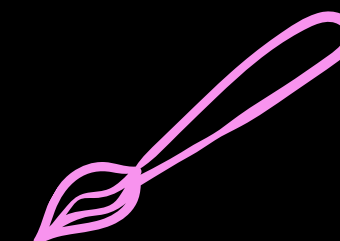
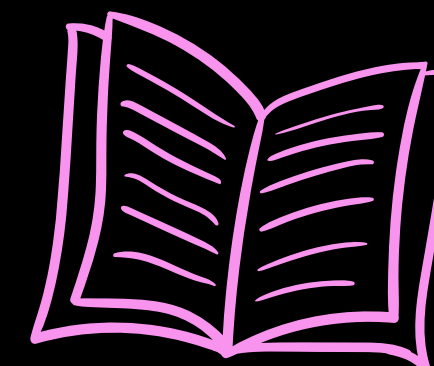
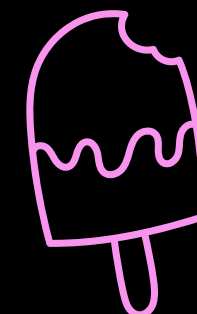


**Betrokken
heid**

**duurzame
opvolging**



Unieke kanten



Hoe verloopt het?

1

kinderen en jongeren tot 17 jaar.
Toegeleid door arts op basis van statistieken

2

kandidaten worden aangesproken
en doen een startsessie

3

6/4 dieetsessies per jaar +
wekelijkse sportsessie tot ze
klaar zijn voor toeleiding

4

nauwe samenwerking tussen
coaches en rest van team WGC
waar nodig.

Wie zijn wij?

Fatima – Diëtist

Willem – Sportcoach

Evelyne – Sportcoach

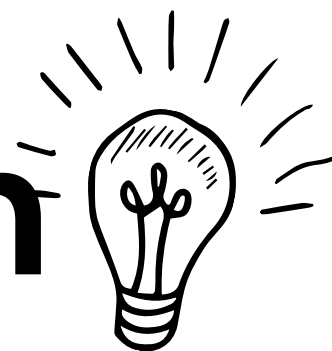


Willem

Fatima

Evelyne

Wijsheid van de groep



1

Schrijf al jullie ideeën op en leg ze uit aan elkaar. Let the ideas flow.



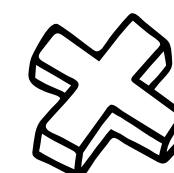
2

Zet een ster bij de ideeën die je graag zou toepassen. Je hebt 2 sterren.

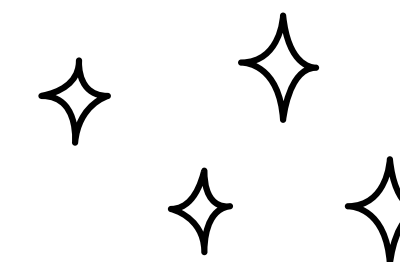
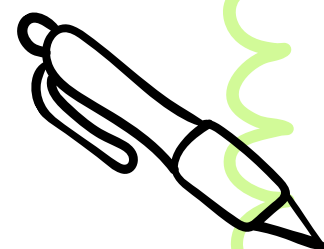


3

Kies jullie toppers.



Vier topics – vier groepjes



Hoe kunnen we sport coöperatief maken i.p.v. competitief?

Heel wat kinderen in ons programma hebben gesport, maar geven vaak aan dat ze omwille van het competitieve karakter afhaken. Ze kunnen of willen niet mee, maar houden wel van de sport en zouden wel graag verder spelen.

Mentaliteitsverandering: clubs begeleiden in visievorming

Speltechnieken trainen op ludieke manieren en regels bedenken om wel met de sport bezig te zijn, maar niet in termen van beste ploeg, mindere ploeg: 1 ploeg samen.

Verschillende competenties

Lokale besturen: zetten vooral in op competitie, iedereen wil topsportgemeente zijn. Subsidies hangen af van prestatie. Ook daar mentaliteitswijzigingen nodig om dat te ondersteunen...

Divers aanbod aanbieden: mogen meedoen, niet moeten. Niks kosten (vb. Jespo).

Inzetten op gemoedelijkheid en plezier.

Signalen doorgeven aan clubs.

Lesgevers spelenderwijs doen aanpassen aan groep.

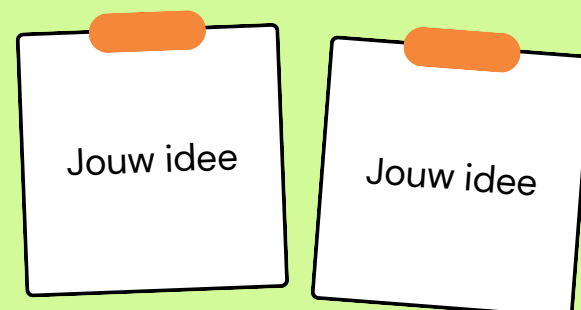
Evenwicht tussen techniek en spelplezier.

Communicatie: aanbod recreatief. Taal verwerven.

Intakes: wat zijn de wensen van de sporter: inspelen

1

Schrijf alle ideeën op een post-it in het eerste vak



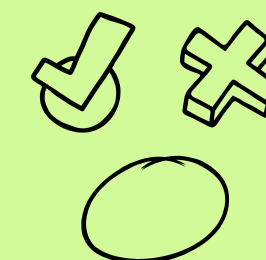
2

Zet een ster bij de ideeën die je graag zou toepassen. Je hebt 2 sterren.



3

Schuif de toppers naar deze kolom



Hoe kunnen sportclubs kinderen met verschillende sportieve interesses aan het sporten houden?

Vaak meerdere interesses maar geen centen en/of bandruimte om in verschillende sporten te doen door te groeien.

Op scholen werken: initiaties

Samenwerken met scholen: sport na school, nabij zijn en blijven

Zoek naar ruimte en materiaal voor heel veel sporten: samen iets doen.

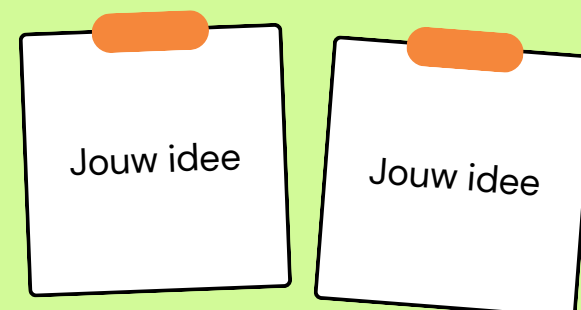
Steunen op multisport-federaties

Van alles doen proberen.

Samenwerking tussen clubs in een sporthal stimuleren of afwisselend aanbod in te vullen voor wie verder wil door groeien in verschillende sporten, maar niet in verschillende clubs kan aansluiten.

1

Schrijf alle ideeën op een post-it in het eerste vak



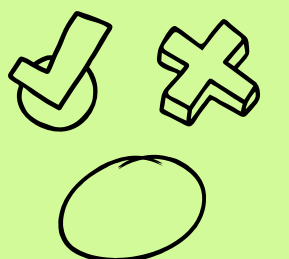
2

Zet een ster bij de ideeën die je graag zou toepassen. Je hebt 2 sterren.



3

Schuif de toppers naar deze kolom



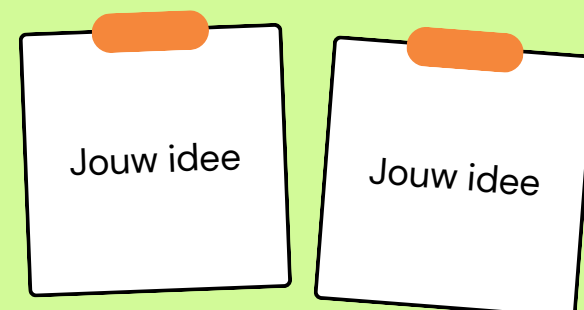
Hoe kunnen sportclubs kinderen met emotionele moeilijkheden beter ondersteunen?

Vlaamse trainerschool: basisopleiding voor psychoeducatie en positieve coaching
Sportclub = vindplaats => psycholoog op vindplaatsen (eerstelijnswerking)
Brugfiguur welijn
Samenwerking met trainer en wijkteam: na de training vrijblijvend binnenstappen
Link met scholen: opvolgingen samen doen
Sociale kaart
Gevoelsplekken

Beleid: al heel veel voor vrijwilligers...
Enkel projectmatig: niet verduurzaamd

1

Schrijf alle ideeën op een post-it in het eerste vak



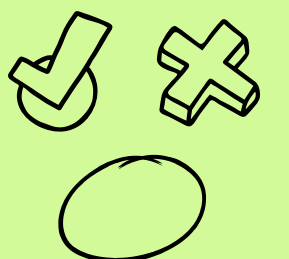
2

Zet een ster bij de ideeën die je graag zou toepassen. Je hebt 2 sterren.



3

Schuif de toppers naar deze kolom



Hoe kan gezonde voeding "cool" worden binnen school of sportclub?

Sociale norm beïnvloeden: gewoon normaal om gezond te eten

Goede voorbeeld van bekende mensen: bv. Ronaldo die coca-cola wegzet en water neemt => fans volgen voorbeeld

Enkel gezond aanbod geven of ongezond eten duurder maken

Van hogeraf regels: zoals de regels op school

Cultureel gebonden

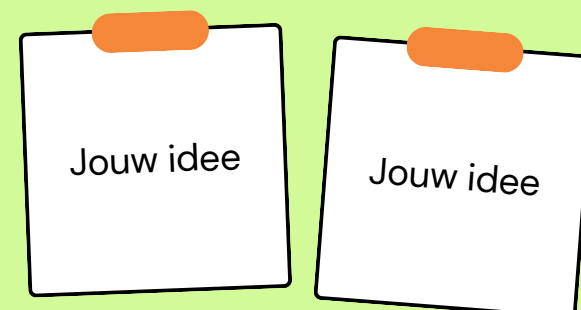
Aantrekkelijk: met plezier gezonde voeding eten

Struikelblok: gezonde voeding krijgt veel meer aandacht, met grotere budgetten.

Leren gezond kijken.

1

Schrijf alle ideeën op een post-it in het eerste vak



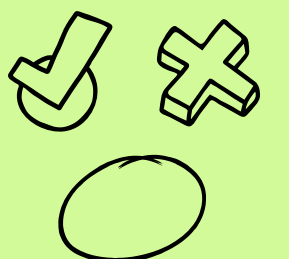
2

Zet een ster bij de ideeën die je graag zou toepassen. Je hebt 2 sterren.



3

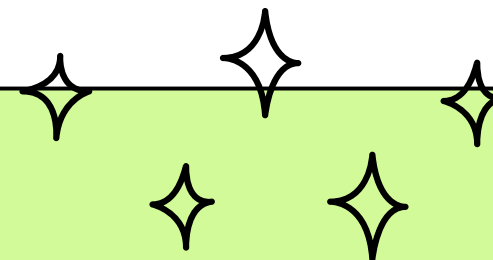
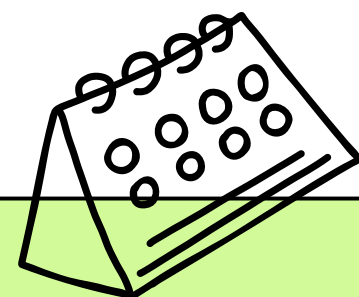
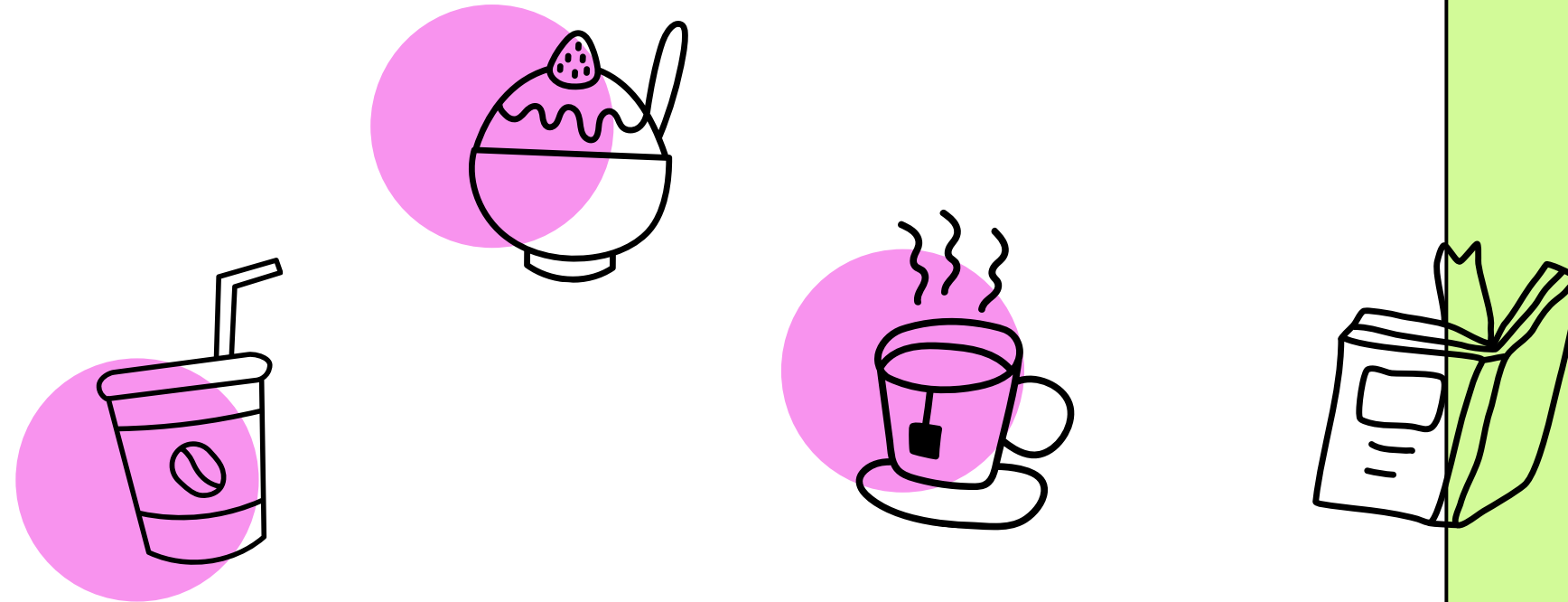
Schuif de toppers naar deze kolom





Energizer

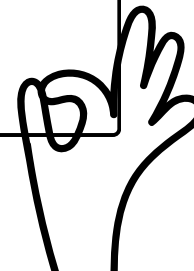
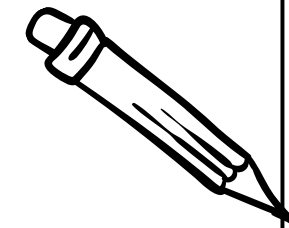
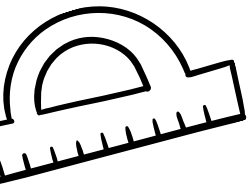
Shake off the bad thoughts! :)



Actiepunten

1

Welk eerste actiepunt neem jij mee uit elk topic?

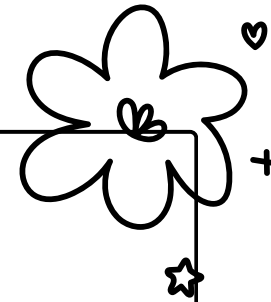
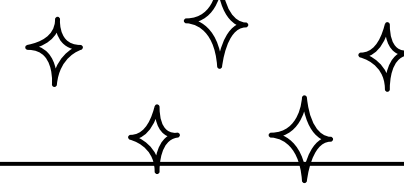


Action 1

Action 2

Action 3

Action 4





That's a wrap!

Merci om mee te doen!