



Weet en eet gezond



Vorming rond gezonde voeding voor personen met een verstandelijke handicap en hun begeleiders (Tievo vzw ism Het Grote Plein vzw)

Wat:

Groep 1: personen met een verstandelijke handicap spelen het educatief spel. De deelnemers krijgen informatie over gezonde voeding en de actieve voedingsdriehoek. Ze denken na over hun eigen gedrag en voedingsgewoontes. Tussendoor worden tips duidelijk die de principes van gezonde voeding ondersteunen. Als afsluiter maken we gezonde hapjes die we op een receptie aanbieden aan de begeleiders.

Groep 2: begeleiders nemen de begeleidersmap door. Het is belangrijk dat personen met een verstandelijke handicap vanuit hun omgeving ondersteund worden in het realiseren van een gezond voedingspatroon. In deze map worden de principes van gezonde voeding en de actieve voedingsdriehoek uitgelegd en wordt het belang van preventief en ondersteunend werken toegelicht. Concrete tips en werkbladen verduidelijken de visie.

Wanneer en waar:

Dinsdag **28 februari** 2012 van 13u30 tot 16u30 **Gent-st Amandsberg**: VMG, Groot Begijnhof 10.

Dinsdag **13 maart** van 13u30 tot 16u30 **St. Gillis**, De Pianofabriek, Rue du Fortstraat 35.

Dinsdag **20 maart** van 13u30 tot 16u30 **Brugge**, Hof van Watervliet, Oude Brug 27.

Dinsdag **27 maart** van 13u30 tot 16u30 **Moorsele**, OC De Stekke, Sint-Maartensplein 12.

Inschrijven: Tievo, Pastorijstraat 118, 3300 Tienen, 016/804616 info@tievo.be (www.tievo.be).

Cursusprijs:

Groep 1: €15 (inbegrepen brochure, materiaal, hapjes)

Groep 2: €45 (inbegrepen begeleidersmap, brochure, hapjes)

Voor wie:

Voor personen met een verstandelijke handicap en hun begeleiders.

