Logo Kempen

Vormingsaanbod 2023

SAMEN WERKEN WE AAN EEN GEZONDE KEMPEN

GEZONDHEID TROEF

Plan je een vorming of workshop?

In overleg met Logo Kempen hebben organisaties die werken met kansengroepen en sociale economiebedrijven (niet verbonden aan een lokaal bestuur) recht op 2 keer een bijdrage van 50% (max. 200 euro). De tegemoetkoming is geldig voor activiteiten die doorgaan voor 31 december 2023 en zolang het budget strekt. Heb je vragen, aarzel niet om contact op te nemen met ons.

Maak je vorming bekend op www.gezondekempen.be

Maak je vorming bekend op www.gezondekempen.be en wij verspreiden het mee via sociale media.
Plaats het op Uitdatabank en voeg het label gezondekempen toe.
Je evenement verschijnt automatisch in de gezonde agenda.

Niet gevonden wat je zocht?

Contacteer ons voor een vorming op maat.

De tarieven in deze brochure gelden voor non-profitorganisaties en zijn exclusief BTW.

INHOUD

MAAK EEN SNELKEUZE NAAR VORMINGEN OVER

Gezonde voeding en beweging

Tabak, alcohol en andere drugs

Geestelijke Gezondheid

Valpreventie

Bevolkingsonderzoeken naar kanker

Gezondheid en Milieu

GEZONDE VOEDING EN BEWEGING

	Inhoud	Doelgroep	Lesgever	Duur	Aantal deel-nemers	Kostprijs
WINKELOEFENING	Infosessie Deelnemers leren de informatie op voedingsetiketten begrijpen. > Meer info	• Algemene bevolking • Kansengroepen • Secundair onderwijs • Allochtone ouders • Ouders van jonge kinderen • Onthaalouders	Diëtiste	2 uur	Afh. van de locatie	€ 85/uur + verplaatsings-kosten Mits tussenkomst Avansa Kempen: € 50/sessie*
KOOKWORKSHOP (OP MAAT)	Kookworkshop op maat van de doelgroep.	• Algemene bevolking • Kansengroepen	Diëtiste	2 tot 4 uur	Afh. van de locatie	€ 110/uur + verplaatsings-kosten + ingrediënten
GEZOND UIT EIGEN GROND	Kookworkshop over gezond tuinieren > Meer info	Tuiniersverenigingen, lokale besturen, organisatoren van volksmoestuinen...	Lesge-verspool Logo Kempen	2 tot 3 uur	Afh. van de locatie	€ 85/uur + 1 uur voorbereiding + verplaat-singskosten + ingrediënten

* Informeer vooraf bij Avansa Kempen of je in aanmerking komt voor de korting.

Vorming op maat nodig? Contacteer ons.

GEZONDE VOEDING EN BEWEGING

	Inhoud	Doelgroep	Lesgever	Duur	Aantal deelnemers	Kostprijs
GEZOND OPGROEIEN	Infosessie. Deelnemers leren hoe ze een kind motiveren om te proeven, hoe omgaan met weerstand en welke afspraken je als ouder/ verzorger maakt. > Meer info	Ouders en verzorgers van kinderen van 2 tot 12 jaar	Diëtiste	2 uur	nvt	€ 85/uur + verplaatsings-kosten
GEZONDE BROODDOOS	Workshop. Deelnemers krijgen tips voor een gezonde en lekkere broodmaal-tijd voor hun kind op school. Proevertjes inspireren de deelne-mers. > Meer info	Kinderen en/of ouders en grootouders	Diëtiste	1u30 tot 2 uur	15 (max 25)	€ 85/uur + verplaatsings-kosten + voorbereidings-tijd + kosten ingrediënten
INFOSESSIE DE BEWEGINGS-DRIEHOEK	In een gezonde bewegingsmix wissel je zitten, staan en bewegen af. Hoe je dat het beste aanpakt, geeft de infosessie bewegen je helder weer. > Meer info	Algemene bevolking/ Bedrijven	Beweeg-expert	2 uur	nvt	€ 85/uur + verplaatsings-kosten

GEZONDE VOEDING EN BEWEGING

	Inhoud	Doel-groep	Lesgever	Duur	Aantal deel-nemers	Kostprijs
KLEURRIJK GEZOND	Kleurrijk Gezond wil gezondheid bevorderen bij etnisch-culturele minderheden (ECM). Kleurrijk Gezond geeft op een interactieve manier de basiskennis over gezond eten en bewegen. > Meer info	Kansen-groepen	Diëtiste/ vormings-werker	2u	Max. 15	PROMO 50% KORTING € 85/sessie door tussenkomst van Logo Kempen* + verplaatsingskosten
DE VOEDINGS-DRIEHOEK	Tijdens deze voordracht krijg je niet enkel een inhoudelijke toelichting bij het nieuwe model, maar ook praktische tips om ermee aan de slag te gaan. > Meer info	Algemene bevolking	Diëtiste	2 uur		€ 85/uur + verplaat-singskosten
GEZOND OUDER WORDEN, GOED ETEN	Interactieve sessie met nadruk op praktijk en oefeningen over gezonde voeding. > Meer info	Senioren	Diëtiste	2 uur	nvt	€ 85/uur + verplaatsingskosten

* Zolang het budget strekt, dus check best vooraf.

Niet gevonden wat je zocht? Contacteer ons voor een vorming op maat.

TABAK, ALCOHOL EN ANDERE DRUGS

	Inhoud	Doel-groep	Lesgever	Duur	Aantal deelnemers	Kostprijs
INFOSESSIE ROOKSTOP	Infosessie over de zin en onzin van rookstop en de werking van een rookstopcursus. Het doel is deelnemers motiveren tot het volgen van een rookstopcursus in groep. > Meer info	Rokers	Tabakoloog	1 tot 2 uur	Max. 100	€ 85/uur + verplaatsingskosten
ROOKSTOPCURSUS	Cursus van 8 lessen in groep om te stoppen met roken. > Meer info	Rokers	Tabakoloog	8 sessies van 1.5u	Min. 8 Max. 20	De Vlaamse overheid vergoedt grotendeels de cursus. Rokers betalen € 48 of € 24 als ze recht hebben op verhoogde tegemoetkoming voor 8 lessen. Vraag naar onze formules voor bedrijven.
TENT EN PROMO-MATERIAAL	De tent, bemand door een tabakoloog, zet je op tijdens evenementen om voorbijgangers aan te spreken over roken en hen te motiveren tot rookstop.	Rokers	Tabakoloog	Volgens afspraak	-	€ 85/uur + verplaatsingskosten

TABAK, ALCOHOL EN ANDERE DRUGS

	Inhoud	Doelgroep	Lesgever	Duur	Aantal deelnemers	Kostprijs
ALS KLEINE KINDEREN GROOT WORDEN	Interactieve workshop ter preventie van tabak, alcohol, drugs en gamen die deelnemers hun opvoedingsvaardigheden versterkt. De inhoud van de workshop wordt afgestemd op de vraag. > Meer info	Ouders van kinderen tussen 10 en 15 jaar	Drugpreventiewerker van CGG Kempen	2,5 uur	Min 10	€ 80/uur + verplaatsingskosten
ROOKVRIJE PLEK? ZO GA JE HET GESPREK AAN ALS IEMAND ROOKT.	Meer en meer plekken worden rookvrij. Hoe spreek je iemand aan die dan toch een sigaret opsteekt? Op een rustige en positieve manier? > Meer info	Iedereen	Tabakoloog	2 uur	10	€ 85/uur + verplaatsingskosten
OUDER WORDEN EN ALCOHOL	Train de trainer waarin deelnemers de risico's van alcohol op latere leeftijd leren kennen. Na de train de trainer kunnen deelnemers zelf infosessies over het thema geven aan 55-plussers.	Gezondheidswerkers en hulpverleners	Drugpreventiewerker van CGG Kempen	2 uur	10	€ 80/uur + verplaatsingskosten

TABAK, ALCOHOL EN ANDERE DRUGS

	Inhoud	Doelgroep	Lesgever	Duur	Aantal deelnemers	Kostprijs
VLUCHT NAAR AVATAR	Vorming waarin deelnemers leren hoe ze met Vlucht naar Avatar, over gamen, aan de slag gaan. > Meer info	Leerkrachten 3e graad basis-onderwijs	Drugpreventiewerker van CGG Kempen	2 uur	5	€ 80/uur + verplaatsingskosten
INFOSESSIES OVER VERSCHILLENDE METHODIEKEN (Maat in de shit, Crush, Rock Zero …)	Afhankelijk van de methodiek	Afhankelijk van de methodiek	Drugpreventiewerker van CGG Kempen	2 uur	10	€ 80/uur + verplaatsingskosten
VORMING OP MAAT	Naar keuze: Over alcohol, drugs, gamen, gokken en/of psychoactieve medicatie	Afh. van de vraag	Drugpreventiewerker van CGG Kempen	Afh. van de vraag	Afh. van de vraag	Te bepalen

Niet gevonden wat je zocht? Contacteer ons voor een vorming op maat.

GEESTELIJKE GEZONDHEID

	Inhoud	Doel-groep	Lesgever	Duur	Aantal deel-nemers	Kostprijs
GELUK ZIT IN EEN KLEIN HOEKJE	Interactieve workshop waarbij je kennismaakt met de verschillende bouwstenen uit de Geluksdriehoek. > Meer info	Volwassenen (vanaf 16 jaar), kwetsbaren en ouderen	Lesgevers-pool Logo Kempen	Standaard 3u. 1u of 2x2.5u ook mogelijk afh. van doelgroep	Fysiek: Max. 20 Online: Max. 10	Prijs afhankelijk van keuze workshop (1u, 2x2.5u of standaard 3u).
GOED GEVOEL STOEL	3 praatsessies over draagkracht en draaglast en werken aan een betere geestelijke gezondheid. > Meer info	Exclusief voor kwetsbare groepen	Lesgevers-pool Logo Kempen	3 x 2.5 uur	Min. 6 Max. 12	€ 765 voor 3 sessies + verplaatsingskosten Avansa Kempen geeft een korting van € 200.
ZILVERWIJZER	Basissessie + 5 optionele sessies over de uitdagingen van het ouder worden en hoe daarmee om te gaan voor een betere geestelijke gezondheid. > Meer info	60+ers	Lesgevers-pool Logo Kempen	2 uur per sessie	Min. 6 Max. 15	€ 170/sessie + verplaatsingskosten. Mits tussenkomst Avansa Kempen: € 85 voor de basis-sessie en € 175 per vervolgsessie.
TEAM(VEER) KRACHT	In 4 sessies werk je aan het verhogen van de veerkracht van je team.	Teams uit alle sectoren	Lesge-ver van Instituut Gezond Leven	4 sessies van 3 uur	Max. 15	Richtprijs: € 1.500 tot € 2.500 (excl BTW). Concrete prijs af te spreken met lesgever.

VALPREVENTIE

	Inhoud	Doelgroep	Lesgever	Duur	Aantal deelnemers	Kostprijs
VORMING PRAKTIJK-RICHTLIJN VALPREVENTIE	Aanleren van de richtlijnen over het voorkomen van valongevallen bij thuiswonende ouderen of ouderen in een woonzorgcentrum.	• Huisartsen • Thuisverpleeg-kundigen • Kinesitherapeuten • Ergotherapeuten	Expert val-preventie	2 uur	Onbeperkt	Afhankelijk van expert + verplaat-singskosten
INFOSESSIE VALPREVENTIE	Infosessie waarin deel-nemers de risicofactoren van vallen leren kennen. > Meer info	50-plussers en iedereen die met deze doelgroep in contact komt.	Lesgever valpreventie	2 uur	Onbeperkt	€ 85/uur + verplaat-singskosten
VALPREVENTIE PARCOURS MET INFORMATIE OVER DE RISICOFACTO-REN	Interactieve infosessie waarin deelnemers de risicofactoren van vallen leren kennen aan de hand van het valpreven-tieparcours.	50-plussers en iedereen die met deze doelgroep in contact komt.	Lesgever valpreventie	2 uur	Max. 20	€ 85/uur + verplaat-singskosten
LAAT ANGST OM TE VALLEN JE LEVEN NIET BEPALEN	Vorming met oefeningen over valangst. Nuttig om toekomstige valpartijen te voorkomen. > Meer info	Ouderen	Lesgever valpreventie	2 uur	Onbeperkt	€ 85/uur + verplaat-singskosten
BLIJF VALANGST DE BAAS	5 Groepssessies om de bezorgdheid van vallen te verminderen, de kans op een val te verkleinen en meer te bewegen. > Meer info	Ouderen	Lesgever valpreventie	2 uur per sessie	Max. 12	€ 750 voor 5 sessies + ver-plaatsings-kosten.

BEVOLKINGSONDERZOEKEN NAAR KANKER

	Inhoud	Doelgroep	Lesgever	Duur	Aantal deelnemers	Kostprijs
MAMMOBOX	Educatief groepsspel over borstkanker en de vroegtijdige opsporing ervan. > Meer info	Vrouwen. Heel geschikt voor kwetsbare groepen.	Lesgevers-pool Logo Kempen	2 uur	Min. 8 Max. 15	€ 170 * + verplaatsings-kosten
BEVOLKINGS-ONDERZOEK NAAR KANKER, IS DIT IETS VOOR MIJ?	Infosessie over het bevolkingsonderzoek naar: > borstkanker > baarmoederhals-kanker > dikkedarmkanker	Maatschappelijk kwetsbare mannen, vrouwen en hun partners.	Logo Kempen traint een eigen begeleid(st)er **	1.5 uur	Kleine groep van 6 tot 8 personen	€ 170 + verplaatsings-kosten
INFOSESSIE BEVOLKINGS-ONDERZOEK NAAR KANKER	Infosessie over het bevolkingsonderzoek naar: > borstkanker > baarmoederhals-kanker > dikkedarmkanker	Vrouwen, mannen en partners	Lesgevers-pool Logo Kempen	1.5 uur	Onbeperkt	€ 170 *** + verplaatsings-kosten

* Bij meer dan 8 deelnemers is de Mammobox GRATIS.
**Logo Kempen zorgt voor de opleiding van een begeleid(st)er uit de eigen organisatie die vertrouwd is met de deelnemers.
*** Bij meer dan 20 deelnemers is de infosessie GRATIS.

Niet gevonden wat je zocht? Contacteer ons voor een vorming op maat.

GEZONDHEID EN MILIEU

	Inhoud	Doelgroep	Lesgever	Duur	Kostprijs
VORMINGEN OP MAAT ***- OOK MOGELIJK ONLINE***	Workshop, infosessie of vorming op maat over één of meerdere aspecten van gezondheid en milieu. Bijvoorbeeld ventileren en verluchten, hitte en ozon, CO en stoken, fijn stof…	Aangepast aan de doelgroep	MMK	Afh. van de vraag	Afh. van de vraag
MEEROKEN IS GEEN BINNENPRETJE, PRAAT EROVER	Een vorming die tools aanreikt om in dialoog te gaan met je patiënt of cliënt over meeroken.	Zorgverleners die in contact komen met rokende ouders (bv. huisartsen, kinderartsen, verpleegkundigen, apothekers, maatschappelijk werkers, …)	MMK	2 tot 3 uur	Gratis
GEZOND ONDERWEG	Infosessie over de gezondheidsimpact van verkeer.	Lokale besturen, leden van adviesraden	MMK	1 tot 2 uur	Gratis
GEZOND UIT EIGEN GROND	Kookworkshop over gezond tuinieren. > Meer info	Tuiniersverenigingen, lokale besturen, organisatoren van volksmoestuinen...	Lesgeverspool Logo Kempen	2 tot 3 uur	€ 85/uur + 1 uur voorbereiding + verplaatsingskosten + ingrediënten

	Inhoud	Doelgroep	Lesgever	Duur	Aantal deelnemers	Kostprijs
GEZOND BINNEN, KLEIN BEGINNEN	Interactieve workshop over de kwaliteit van het binnenmilieu in de kinderopvang (vocht, ventileren, verluchten, schimmel, schoonmaken, ongedierte, …) > Meer info	• onthaalouders • kinderdagverblijven • (buitenschoolse) opvanginitiatieven	Medisch milieukundige (MMK)	2 uur		Gratis
GEZONDHEID EN MILIEU: EEN HOT ITEM IN DE HUISARTSENPRAKTIJK?	Voordracht voor een huisartsenkring of LOK over de medische milieukunde in Vlaanderen en in de huisartsenpraktijk. > Meer info	Huisartsen	MMK	1 tot 2 uur		Gratis

Niet gevonden wat je zocht? Contacteer ons voor een vorming op maat.

OVER LOGO KEMPEN

Logo Kempen zet als regionale netwerkorganisatie de schouders onder het behalen van de Vlaamse gezondheidsdoelstellingen. Je kan bij ons terecht voor informatie, ondersteuning, coaching en advies op maat. Daarnaast bieden we betaalbare, wetenschappelijk onderbouwde methodieken en actie- en campagnemateriaal.

We nodigen lokale besturen, scholen, organisaties, verenigingen en zorgactoren uit om mensen aan te moedigen tot een gezonde levensstijl en in te grijpen in de leef-, werk- of schoolomgeving. Samen stimuleren we gezonde keuzes en gezond gedrag en promoten we kwalitatieve en efficiënte bevolkings- en screeningsonderzoeken van de Vlaamse overheid.

De kracht van het Logo zit in de netwerkfunctie. We brengen lokaal en regionaal mensen samen en zetten de neuzen in dezelfde richting. Meer levenskwaliteit en gezonde levensjaren voor iedereen. Daar gaan we voor.

Samen werken we aan een Gezonde Kempen.

SAMEN WERKEN
WE AAN EEN
gezonde
KEMPEN

Vragen of een vorming reserveren? Niet gevonden wat je zocht? Contacteer ons.

Logo Kempen vzw • Stationstraat 60 • 2300 Turnhout
T 014 44 08 34 • E info@logokempen.be • W www.logokempen.be

Je vindt ons ook op Facebook en LinkedIn.