



Logo Antwerpen

VORMINGSAANBOD

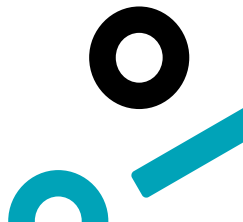
2020

In dit Vormingsaanbod 2020 vind je per thema alle infosessies, workshops en cursussen die je via het Logo kan organiseren. Vind je niet wat je zoekt? Contacteer ons dan voor een vorming op maat.

Dit aanbod is gratis voor bepaalde organisaties, waaronder organisaties die werken met kwetsbare groepen. Heb je interesse? Contacteer ons voor de voorwaarden.

Inhoudstafel

Gezonde voeding & beweging	3
Tabak, alcohol & illegale drugs	6
Geestelijke gezondheid	8
Valpreventie	9
Bevolkingsonderzoeken naar kanker	10
Gezondheid & milieu	12
Over Logo Antwerpen	14





GEZONDE VOEDING & BEWEGING

	INHOUD	DOELGROEP	LESGEVER	DUURTIJD	MINIMUM AANTAL DEELNEMERS	KOSTPRIJS
VOEDINGS- DRIEHOEK	Infosessie over de voedingsdriehoek met praktische tips voor een gezonder leven.	Algemene bevolking	Diëtiste	2 uur	10	€75/uur + verplaatsingskosten
WINKEL- OEFENING	Infosessie waarin deelnemers de informatie op voedingsetiketten leren begrijpen. De sessie gaat door in een winkel of in een zaaltje.	Algemene bevolking	Diëtiste	2 uur	<ul style="list-style-type: none">• 15 (max 25) in een zaaltje• 5 (max 15) in een supermarkt	€75/uur + verplaatsingskosten
KOOKWORK- SHOP	De voedingsdriehoek in de praktijk. Keuze uit 4 thema's: <ul style="list-style-type: none">• Gezond broodbeleg• Gezonde brooddoos• Gezond en budgetvriendelijk• Klassiekers gezonder	Algemene bevolking, Kwetsbare groepen, Ouders	Diëtiste	3 à 4 uur	5 (max 15)	€75/uur + ingrediënten + verplaatsingskosten

	INHOUD	DOELGROEP	LESGEVER	DUURTIJD	MINIMUM AANTAL DEELNEMERS	KOSTPRIJS
GEZOND OPGROEIEN	Infosessie die ouders en opvoedingsverantwoordelijken helpt met voedingsgerelateerde opvoedingsvragen.	Ouders en verzorgers van kinderen van 2,5 tot 12 jaar	Diëtiste	2 uur	10 (max 25)	€75/uur + verplaatsingskosten
KLEURRIJK GEZOND	Interactieve infosessie over gezonde voeding en beweging.	Personen met een migratieachtergrond	Diëtiste of groepswerker	2 uur	10 (max 20)	€75/uur + verplaatsingskosten
GEZOND OUDER WORDEN, GOED ETEN	Vorming over de invloed van ouder worden op de gezondheid en het eetgedrag. Deelnemers krijgen tips en informatie om een gezonde en bewuste keuze te maken wat eten en drinken betreft.	Thuiswonende 60-plussers	Diëtiste	2 uur	10 (max 25)	€75/uur + verplaatsingskosten



	INHOUD	DOELGROEP	LESGEVER	DUURTIJD	MINIMUM AANTAL DEELNEMERS	KOSTPRIJS
BEWEGINGS-DRIEHOEK	Workshop met oefeningen en tips op basis van de bewegingsdriehoek om actief door het leven te (blijven) gaan.	Algemene bevolking	Bewegingsdeskundige	2 uur	10 (max 30)	€75/uur + verplaatsingskosten



Dit aanbod is gratis voor bepaalde organisaties, waaronder organisaties die werken met kwetsbare doelgroepen. Heb je interesse, neem contact op met ons voor de voorwaarden.



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



TABAK, ALCOHOL & ILLEGALE DRUGS

	INHOUD	DOELGROEP	LESGEVER	DUURTIJD	MINIMUM AANTAL DEELNEMERS	KOSTPRIJS
INFOSESSIE ROOKSTOP	Informeer over en motiveer rokers om een stoppoging te ondernemen.	Rokers eventueel met hun partner	Tabakoloog	1 tot 2 uur	15 (max 100)	€75/uur + verplaatsingskosten Voor bedrijven: aanvraag via tabak@logoantwerpen.be
ROOKSTOP- CURSUS	Cursus van 8 lessen in groep om te stoppen met roken. Eventueel voorafgegaan door infosessie.	Rokers	Tabakoloog	8 sessies van 1,5 uur	8	€48 per deelnemer €24 voor deelnemers met VT-statuum
TRAINING GENERATIE ROOKVRIJ	Hoe spreek je rokers aan op een rookvrij terrein?	Sportclubbestuur, speelterreinbeheerders en andere toezichters op rookvrije plaatsen	Trainer Generatie Rookvrij	2 uur	8 (max 20)	€75/uur + verplaatsingskosten

	INHOUD	DOELGROEP	LESGEVER	DUURTIJD	MINIMUM AANTAL DEELNEMERS	KOSTPRIJS
MOTIVEREN TOT ROOKSTOP	Hoe patiënten en cliënten aanspreken op rookgedrag. Wat zijn de verschillende mogelijkheden om te stoppen en hoe motiveer ik een roker om te stoppen?	Hulpverleners vb. LOK-groepen	Tabakoloog	1,5 uur	10	€75/uur + verplaatsingskosten
ALS KLEINE KINDEREN GROOT WORDEN	Interactieve workshop om tabak-, alcohol- en ander druggebruik te voorkomen of uit te stellen. Deelnemers versterken hun beschermende opvoedingsvaardigheden.	<ul style="list-style-type: none"> Ouders van kinderen tussen 10 en 15 jaar 	Drugspreventiewerker <u>Vagga</u>	2,5 uur	10	Afhankelijk van sector + verplaatsingskosten
JOUW HUIS MIJN WERKPLEK	Hoe het gesprek aangaan met een rokende klant?	Thuis- en poetshulp	Tabakoloog	2 uur	Min 10 (max 20)	€75/uur + verplaatsingskosten

Dit aanbod is gratis voor bepaalde organisaties, waaronder organisaties die werken met kwetsbare doelgroepen. Heb je interesse, neem contact op met ons voor de voorwaarden.

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



GEESTELIJKE GEZONDHEID

	INHOUD	DOELGROEP	LESGEVER	DUURTIJD	MINIMUM AANTAL DEELNEMERS	KOSTPRIJS
GOED GEVOEL STOEL	3 praatsessies over draagkracht en draaglast voor een betere geestelijke gezondheid.	Exclusief voor kwetsbare groepen	Divers	3 uur	10	€75/uur + verplaatsingskosten
ZILVERWIJZER	Basissessie + 5 optionele sessies over de uitdagingen van het ouder worden en hoe daarmee om te gaan voor een betere geestelijke gezondheid.	60+ers	Divers	2 uur	15	€75/uur + verplaatsingskosten
WORKSHOP FIT IN JE HOOFD	Interactieve workshop over de 10 stappen om je veerkracht te vergroten. Met handvaten om thuis aan de slag te gaan.	Algemene bevolking	Divers	3 uur	20	€75/uur + verplaatsingskosten
NOK NOK - OPPEPPERS VOOR EEN TIENERHOOFD	Interactieve workshop om veerkracht en mentaal welzijn bij jongeren te bevorderen.	(Semi-)professionelen of vrijwilligers die met jongeren werken	Divers	2 à 3 uur	10	€75/uur + verplaatsingskosten

Dit aanbod is gratis voor bepaalde organisaties, waaronder organisaties die werken met kwetsbare doelgroepen. Heb je interesse, neem contact op met ons voor de voorwaarden.

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



VALPREVENTIE

	INHOUD	DOELGROEP	LESGEVER	DUURTIJD	MINIMUM AANTAL DEELNEMERS	KOSTPRIJS
VORMING PRAKTIJK- RICHTLIJN VALPREVENTIE	Vorming over de richtlijnen voor het voorkomen van valongevallen bij thuiswonende ouderen of ouderen in een woonzorgcentrum	<ul style="list-style-type: none">• Huisartsen• Thuisverpleegkundigen• Kinesitherapeuten• Ergotherapeuten	Expert valpreventie	2 uur	15	Op aanvraag
INFOESSIE VALPREVENTIE	Infosessie waarin deelnemers de risicofactoren van vallen leren kennen	Senioren en mantelzorgers	Lesgever valpreventie	2 uur	15	€75/uur + verplaatsingskosten
VORMING 'LAAT ANGST OM TE VALLEN JE LEVEN NIET BEPALEN'	Informatie over het voorkomen, de gevolgen en de belangrijkste risicofactoren van een val. De vorming bevat oefeningen, stellingen, tips,...	65-plussers en mantelzorgers	Lesgever valpreventie	5 sessies van 2 uur	5 (max 15)	€75/uur + verplaatsingskosten

Dit aanbod is gratis voor bepaalde organisaties, waaronder organisaties die werken met kwetsbare doelgroepen. Heb je interesse, neem contact op met ons voor de voorwaarden.

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



BEVOLKINGSONDERZOEKEN NAAR KANKER

	INHOUD	DOELGROEP	LESGEVER	DUURTijd	MINIMUM AANTAL DEELNEMERS	KOSTPRIJS
INFOESSIE BAARMOEDERHALSKANKER	Info over oorzaken, symptomen en het bevolkingsonderzoek naar baarmoederhalskanker	Vrouwen tussen 25 en 64 jaar	Lesgever-spool Logo Antwerpen	1,5 uur	-	€75/uur + verplaatsingskosten Gratis indien 20 deelnemers
INFOESSIE BORSTKANKER	Info over de anatomie van de borst, symptomen en vroegtijdige opsporing van borstkanker via het bevolkingsonderzoek	Vrouwen tussen 40 en 70 jaar	Lesgever-spool Logo Antwerpen	2 uur	-	€75/uur + verplaatsingskosten Gratis indien 20 deelnemers
INFOESSIE DIK-KEDARMKANKER	Info over symptomen en het vroegtijdig opsporen van DDK via het bevolkingsonderzoek	Mannen en vrouwen tussen 45 en 74 jaar	Lesgever-spool Logo Antwerpen	2 uur	-	€75/uur + verplaatsingskosten Gratis indien 20 deelnemers

	INHOUD	DOELGROEP	LESGEVER	DUURTIJD	MINIMUM AANTAL DEELNEMERS	KOSTPRIJS
MAMMOBOX	Groepsspel over de preventie van borstkanker	Vrouwen tussen 40 en 70 jaar	Lesgeverspool Logo Antwerpen	2 uur	8 (max 15)	€75/uur + verplaatsingskosten Gratis indien 8 deelnemers
HET BEVOLKINGSONDERZOEK. IS DIT IETS VOOR MIJ?	Laagdrempelige manier om mensen in kwetsbare situaties (anderstaligen, lage taalvaardigheid, migratieachtergrond,...) te informeren over 1 van de 3 bevolkingsonderzoeken. Aan de hand van vertelplaten en voorbeeldmateriaal wordt het verloop van het bevolkingsonderzoek toegelicht.	Vrouwen en/of mannen, tussen de 25 en 74 jaar (afhankelijk van het bevolkingsonderzoek) met een kwetsbare positie	Begeleiders kunnen hier zelf mee aan de slag gaan (na een korte vorming). Of de sessie kan gegeven worden door een lesgever uit de lesgeverspool.	30 tot 45 minuten	-	Gratis met interne begeleider €100 met externe lesgever, maar terugbetaling is mogelijk.

Dit aanbod is gratis voor bepaalde organisaties, waaronder organisaties die werken met kwetsbare doelgroepen. Heb je interesse, neem contact op met ons voor de voorwaarden.

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

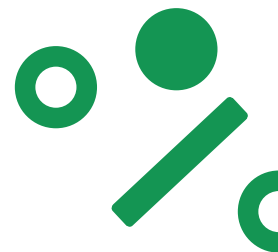


GEZONDHEID & MILIEU

	INHOUD	DOELGROEP	LESGEVER	DUURTijd	MINIMUM AANTAL DEELNEMERS	KOSTPRIJS
GEZOND BINNEN, KLEIN BEGINNEN	Interactieve workshop over de kwaliteit van het binnenmilieu in de kinderopvang (ventileren, verluchten, vocht, schimmel, schoonmaken, ongedierte...).	<ul style="list-style-type: none">• Onthaalouders• Kinderverzorg(st)ers• kinderdagverblijven• (buitenschoolse) Opvanginitiatieven	Medisch milieukundige	2 uur	-	gratis
MEEROKEN IS GEEN BINNEN-PRETJE, 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	Medisch milieukundige	2 à 3 uur	-	gratis

	INHOUD	DOELGROEP	LESGEVER	DUURTIJD	MINIMUM AANTAL DEELNEMERS	KOSTPRIJS
GEZONDHEID EN MILIEU: EEN HOT ITEM IN DE HUISARTSEN-PRAKTIJK?	Voordracht voor een huisartsenkring of LOK over de medische milieukunde in Vlaanderen en in de huisartsenpraktijk	Huisartsen	Medisch milieukundige	1 à 2 uur	-	gratis
VORMINGEN OP MAAT	Workshops, infosessie of vorming op maat over één of meerdere aspecten van gezondheid en milieu. Bijvoorbeeld over hitte en ozon, CO en stoken, elektromagnetische straling, fijn stof...	Professionelen	Medisch milieukundige	Afhankelijk van de vraag	-	Afhankelijk van de vraag

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



OVER LOGO ANTWERPEN

Logo Antwerpen zet als regionale netwerkorganisatie de schouders onder het behalen van de Vlaamse gezondheidsdoelstellingen. Je kunt bij het Logo 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.

Logo Antwerpen vzw - Jodenstraat 44 - 2000 Antwerpen
03 605 15 82 • info@logoantwerpen.be • www.logoantwerpen.be
Ondernemingsnummer 0.478.639.768 - RPR Antwerpen, afd. Antwerpen

[Volg ons ook op Facebook](#)



SAMEN WERKEN
WE AAN EEN
gezonde
REGIO

logo ^{ANT}
GEZONDHEID
TROEF