



Met kinderen en hun ouders praten over gewicht en leefstijl

Training voor professionals die
met gezinnen werken

TRAINING PRATEN OVER GEWICHT EN LEEFSTIJL

Om een bijdrage te kunnen leveren aan het bereiken van een gezondere leefstijl en een gezonder gewicht door gezinnen, is het belangrijk dat professionals een gesprek over gewicht en leefstijl niet vermijden. Door hier open en respectvol met gezinnen over te praten, zullen zij makkelijker de stap nemen om te werken aan een gezonder gewicht en een gezondere leefstijl. Het gesprek aangaan over deze onderwerpen met kinderen en ouders vraagt om een specifieke aanpak. Deze training beoogt professionals handvatten te geven om hun vaardigheden op het gebied van communicatie over deze onderwerpen te verbeteren en het bespreekbaar maken eenvoudiger te maken.

DOEL VAN DE TRAINING

Handreikingen bieden om op een behulpzame manier met kinderen en hun ouders te praten over gewicht en leefstijl.

INHOUD OP HOOFDLIJNEN

- Wat maakt dat gewicht en leefstijl gevoelige zaken zijn om te bespreken?
- Welke rol spelen vooroordelen?
 - Onderzoeken eigen opvattingen
 - Wat kun je doen om vooroordelen te voorkomen?
- Houding, taalgebruik en focus
 - Wat helpt wel en wat helpt niet bij het praten over gewicht en leefstijl?
 - Welke termen kun je gebruiken of beter vermijden?
 - Hoe kun je het gesprek aangaan?
- Gesprekstechnieken
- Rollenspellen en kennis in praktijk brengen

VOOR WIE?

Deze training is geschikt voor professionals die in hun dagelijkse werkzaamheden te maken hebben met kinderen en ouders.

DUUR & KOSTEN

De training betreft een dagdeel (ochtend of middag). De kosten worden in overleg bepaald.

MEER INFORMATIE?

Neem contact op met Sanne Niemer via s.niemer@vu.nl