

Materialen Eetexpert

Voor de setting Onderwijs

Dit is een overzicht van onze materialen op 13 oktober 2021. Op onze website vind je steeds onze recentste materialen via 'materiaal per beroep'. Selecteer 'Onderwijs' om deze materialen te bekijken.

Basismaterialen gezonde leefstijl



Gezonde leefstijl is ALLES

Fiche ter ondersteuning van een gezonde leefstijl



Eetcompetenties

Fiche over evenwichtig eetgedrag



Leuk Bewegen

Fiche over bewegen, en lang stilzitten onderbreken



Lief zijn voor je lichaam

Fiche rond positief lichaamsbeeld



Omgaan met emoties

Fiche over emotieregulatie



Slaap

Fiche over de bijdrage van slaap



Groeiwijzer

Boekje rond de normale ontwikkeling van eetgedrag ([samenvattingsfiche](#))

Versterkende materialen voor schoolteams



Communicatie over gewicht en eetgedrag.

Fiche voor schoolteams rond communicatie over gewicht en eetgedrag.

Ondersteuningstekst leerlingbegeleiders

Jongeren en hun eetgewoonten - kapstukken voor leerlingenbegeleiders

Stappenplan voor preventie van eet- en gewichtsproblemen

Gericht op iedereen die met jongeren werkt of met hen in aanraking komt



Verwijslijn eetproblemen

Raadpleeg de verwijstool om hulpverleners in je buurt te zoeken, of contacteer ons voor advies.

Materialen Eetexpert voor de setting Onderwijs

Lesmaterialen rond lichaamsbeleving en zelfwaardering voor het secundair onderwijs



Lespakket 'Goed in je vel'

Voor leerkrachten van de 1^e graad S.O. die in hun klassen aan het werk willen gaan rond zelfwaardering en mediaweerbaarheid



Lespakket 'Take Off'

Lespakket met als doel jongeren mentaal weerbaarder te maken, zodat ze open en vrij durven spreken over hun gedachten en gevoelens

Materialen ter ondersteuning van ouders



Aan tafel!

Fiche voor ouders rond stimuleren van gezond eetgedrag bij hun kinderen



Gezond Gewicht

Tips voor ouders



Aan de feesttafel

Fiche voor ouders om hun kind te ondersteunen in de feestperiode



Zomer lijf

Fiche voor ouders rond ontwikkeling van lichaamsbeeld



De mythe van het lijnen

Tips voor ouders



Communiceren rond eten en gewicht met je kind



Gezonde leefstijl

Fiche voor ouders ter ondersteuning van een gezonde leefstijl bij hun kinderen



Motivatie

Fiche voor ouders rond motivatie en aanleren van gezonde gewoontes

Wordt verwacht:

Toolbox voor ouders, met tips rond het omgaan met moeilijke eetmomenten aan tafel.