




Logo Oost-Brabant

# VORMINGSAANBOD

2021



In dit vormingsaanbod vind je per thema alle infosessies, workshops en cursussen die je via Logo Oost-Brabant kan volgen of organiseren. Vind je niet wat je zoekt? Contacteer ons dan voor een vorming op maat.

Vormingen die digitaal georganiseerd kunnen worden, krijgen dit symbool naast hun naam: 

## Inhoudstafel

Gezonde voeding & beweging	3
Tabak, alcohol & drugs	6
Geestelijke gezondheid	10
Valpreventie	11
Bevolkingsonderzoeken naar kanker	12
Gezondheid & milieu	13
Over Logo Oost-Brabant	17





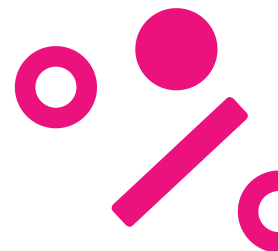
## GEZONDE VOEDING & BEWEGING

	INHOUD	DOELGROEP	LESGEVER	DUURTIJD	MINIMUM AANTAL DEELNEMERS <sup>1</sup>	KOSTPRIJS
<b>VOEDINGS- DRIEHOEK</b>	Infosessie over de voedingsdriehoek met praktische tips voor een gezonder leven.	Algemene bevolking	Diëtiste	2 uur	20	€150 + verplaatsingskosten
<b>WINKEL- OEFENING</b> <input checked="" type="checkbox"/>	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"><li>• 15 (max 25) in een zaaltje</li><li>• max 15 in een supermarkt</li></ul>	€150 + verplaatsingskosten
<b>GROENTE ZKT. KOK</b>	Kookworkshop waarin deelnemers de basisprincipes van groentebereidingen aanleren.	Kwetsbare groepen	Diëtiste	2 of 3 uur	10 (max 15)	€75/uur + ingrediënten (€3/deelnemer) + verplaatsingskosten

<sup>1</sup> Dit wil zeggen dat er bij voorkeur met inschrijvingen gewerkt wordt.

	INHOUD	DOELGROEP	LESGEVER	DUURTIJD	MINIMUM AANTAL DEELNEMERS	KOSTPRIJS
<b>GEZOND OPGROEIEN</b>	Infosessie die ouders en opvoedingsverantwoordelijken helpt met voedingsgerelateerde opvoedingsvragen.	Ouders en verzorgers van kinderen van 2,5 tot 12 jaar	Diëtiste	2 uur	20	€150 + verplaatsingskosten
<b>LEKKER FIT</b>	Groeps cursus waarin volwassenen werken aan gezonde eet- en beweeggewoonten.	Algemene bevolking	Diëtiste	5 x 2 uur	10 (max 20)	€30 per deelnemer + bijdrage organisator
<b>KLEURRIJK GEZOND</b>	Interactieve infosessie over gezonde voeding en beweging	Personen met een migratieachtergrond	Diëtiste of groepswerker	2 uur	10 (max 20)	€150 + verplaatsingskosten
<b>GEZOND OUDER WORDEN, GOED ETEN</b> <input checked="" type="checkbox"/>	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	20 (max 25)	€150 + verplaatsingskosten

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



	INHOUD	DOELGROEP	LESGEVER	DUURTIJD	MINIMUM AANTAL DEELNEMERS	KOSTPRIJS
<b>GEZONDE (BROODJES) LUNCH</b>	Workshop om een gezonde lunch of brooddoos samen te stellen en klaar te maken.	Algemene bevolking	Diëtist	2 uur	10 (max 15)	€150 + ingrediënten (€3/deelnemer) + verplaatsingskosten
<b>BEWEGINGS-DRIEHOEK</b> <input checked="" type="checkbox"/>	Workshop met oefeningen en tips op basis van de bewegingsdriehoek om actief door het leven te (blijven) gaan.	Algemene bevolking	Bewegingsdeskundige	2 uur	10	€150 + verplaatsingskosten
<b>WORKSHOP BEWEGEN (OP MAAT)</b>	Workshop met concrete beweegtips thuis, in de buurt, op school en/of op het werk.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Algemene bevolking</li> <li>Personeel</li> </ul>	Bewegingsdeskundige5	2 uur	10	€150 + verplaatsingskosten

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



## TABAK, ALCOHOL & DRUGS

	INHOUD	DOELGROEP	LESGEVER	DUURTIJD	MINIMUM AANTAL DEELNEMERS	KOSTPRIJS
<b>INFOESSIE ROOKSTOP</b> ☑	Informeert over en motiveert rokers om een stoppoging te ondernemen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Volwassenen</li> <li>• Jongeren</li> </ul>	Tabakoloog	1 tot 2 uur	15	€75/uur + verplaatsingskosten
<b>ROOKSTOP- CURSUS</b> ☑	Cursus van 8 lessen in groep om te stoppen met roken. Eventueel voorafgegaan door infoessie.	Rokers	Tabakoloog	8 sessies van 1,5 uur	8	€48 per deelnemer €24 voor deelnemers met VT-statuu
<b>ME-ASSIST</b>	Introductie van het online screeningsinstrument Me-assist om middelenmisbruik te detecteren, bespreekbaar te maken en er op te interveniëren.	Gezondheids- werkers en hulpverleners	CGG VBO	2 uur	10	Afhankelijk van sector* + verplaatsingskosten

\* Zie pagina 16

	INHOUD	DOELGROEP	LESGEVER	DUURTIJD	MINIMUM AANTAL DEELNEMERS	KOSTPRIJS
<b>ALS KLEINE KINDEREN GROOT WORDEN</b>	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"> <li>• Ouders van kinderen tussen 10 en 15 jaar</li> <li>• Aangepaste versie voor kwetsbare groepen</li> </ul>	CGG VBO	2,5 uur	10	Afhankelijk van sector* + verplaatsingskosten
<b>ALS KLEINE KINDEREN GROOT WORDEN - GAMEN</b>	Sessie over gamen die als aparte workshop doorgaat of als onderdeel van Als Kleine Kinderen Groot Worden.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ouders van kinderen tussen 10 en 15 jaar</li> <li>• Aangepaste versie voor kwetsbare groepen</li> </ul>	CGG VBO	2,5 uur	10	Afhankelijk van sector* + verplaatsingskosten

\* Zie pagina 16

	INHOUD	DOELGROEP	LESGEVER	DUURTIJD	MINIMUM AANTAL DEELNEMERS	KOSTPRIJS
<b>INFOSESSIES OP MAAT OVER TABAK-, ALCO- HOL-, DRUGPRE- VENTIE, GAMEN EN GOKKEN</b>	Afhankelijk van de interesse en behoeften.	Interme- diairs, profes- sionelen	CGG VBO	2 uur	10	Afhankelijk van sector* + verplaatsings- kosten
<b>OUDER WORDEN EN ALCOHOL</b>	Train de trainer waarin deelnemers de risico's van alcohol op latere leeftijd leert kennen. Na de train de trainer kunnen deelnemers zelf infosessies over het thema geven aan 55-plussers	Gezond- heidswerkers, hulpverle- ners...	CGG VBO	2 uur	10	Afhankelijk van sector* + verplaatsings- kosten
<b>VORMING “HET GESPREK OVER ROKEN AANGAAN”</b>	Training om medewerkers vaardigheden bij te brengen hoe ze mensen kunnen aanspreken die roken op een rookvrije plaats. Deze vorming loopt in het kader van 'Generatie Rookvrij' en 'Jouw huis, mijn werkplek'	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mede- werkers van een rookvrije omgeving</li> <li>• Medewer- kers die thuiszorg en/ of hulp verleners</li> </ul>	Tabakoloog	2 uur	6	€75/uur + verplaatsings- kosten

\* Zie pagina 16



	INHOUD	DOELGROEP	LESGEVER	DUURTIJD	MINIMUM AANTAL DEELNEMERS	KOSTPRIJS
<b>INLEIDENDE VORMING OVER EEN TABAK-, ALCOHOL- EN DRUGBELEID</b>	Hoe ga je aan de slag met een tabak-, alcohol- en drugbeleid op school? In enkele stappen helpen we je op weg.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leerkracht</li> <li>• Interne en externe lln-begeleiding</li> <li>• Directies</li> </ul>	CGG VBO	3 - 4 uur	Afhankelijk van vraag	Afhankelijk van sector* + verplaatsingskosten
<b>SPREKEN OVER DRUGS IN DE KLAS</b>	Sessie over spreken over drugs in de klas, met een toelichting van de bestaande VAD-lespakketten.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leerkracht</li> <li>• Interne en externe lln-begeleiders</li> <li>• Directies</li> </ul>	CGG VBO	2 dagen of beknopster (op maat)	8	Afhankelijk van sector* + verplaatsingskosten
<b>VORMING OVER GRENZEN STELLEN</b>	Leren hoe om te gaan met drugsgelateerd grensoverschrijdend gedrag op school.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leerkracht</li> <li>• Interne en externe lln-begeleiders</li> <li>• Directies</li> </ul>	CGG VBO	2 dagen of beknopster (op maat)	8	Afhankelijk van sector* + verplaatsingskosten

\* Zie pagina 16





## GEESTELIJKE GEZONDHEID

	INHOUD	DOELGROEP	LESGEVER	DUURTIJD	MINIMUM AANTAL DEELNEMERS	KOSTPRIJS
<b>GELUK ZIT IN EEN KLEIN DRIEHOEKJE</b> <input checked="" type="checkbox"/>	Interactieve workshop: je leert de geluksdriehoek van dichtbij kennen. Van de bauwklokken van gelukt tot de oranje bol die ons soms uit balans brengt. Daarna kan je zelf aan de slag met je geluksgevoel.	Algemene bevolking vanaf 16 jaar	Gediplomeerde psychologen of pedagogen	3 uur	10	€225 + verplaatsingskosten
<b>NOK NOK - OPPEPPERS VOOR EEN TIENERHOOFD</b> <input checked="" type="checkbox"/>	Interactieve workshop om veerkracht en mentaal welzijn bij jongeren te bevorderen.	(Semi-)professionelen of vrijwilligers die met jongeren werken	Divers	2,5 uur	10	€187,50 + verplaatsingskosten
<b>ZILVERWIJZER</b>	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	10	€150/sessie + verplaatsingskosten
<b>GOED GEVOEL STOEL</b>	3 praat sessies over draagkracht en draaglast voor een betere geestelijke gezondheid.	Exclusief voor kwetsbare groepen	Divers	3 uur	10	€225/sessie + verplaatsingskosten

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



## VALPREVENTIE

	INHOUD	DOELGROEP	LESGEVER	DUURTIJD	MINIMUM AANTAL DEELNEMERS	KOSTPRIJS
<b>VORMING PRAKTIJK- RICHTLIJN VALPREVENTIE</b>	Vorming over de richtlijnen voor het voorkomen van valongevallen bij thuiswonende ouderen of ouderen in een woonzorgcentrum	<ul style="list-style-type: none"><li>• Huisartsen</li><li>• Thuisverpleegkundigen</li><li>• Kinesitherapeuten</li><li>• Ergotherapeuten</li></ul>	Een expert valpreventie	2 uur	15	€100/uur + verplaatsingskosten
<b>LAAT ANGST OM TE VALLEN JE LEVEN NIET BEPALEN</b>	De vorming bevat oefeningen, stellingen, vragen en antwoorden over valpreventie waarbij er dieper wordt ingegaan op valangst	Ouderen en mantelzorgers	Lesgever valpreventie	2 uur	15	€150 + verplaatsingskosten
<b>INFOESSIE VALPREVENTIE</b>	Deze vorming behandelt de valproblematiek en de belangrijkste risicofactoren van vallen. Er worden tips meegegeven om het eigen valrisico te verkleinen.	Ouderen en mantelzorgers	Lesgever valpreventie	2 uur	15	€150 + verplaatsingskosten

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



## BEVOLKINGSONDERZOEKEN NAAR KANKER

	INHOUD	DOELGROEP	LESGEVER	DUURTIJD	MINIMUM AANTAL DEELNEMERS	KOSTPRIJS
<b>INFOESSIE BVO NAAR KANKER</b> <input checked="" type="checkbox"/>	Hoe en waarom organiseert de Vlaamse Overheid een bevolkingsonderzoek? Ga aan de slag met lokale cijfers!	<ul style="list-style-type: none"><li>• Algemene bevolking</li><li>• Mandatarissen en personeel</li><li>• Voorzitters verenigingen</li><li>• Huisartsen en zorgverstrekkers</li></ul>	Em. Prof. Dr. E. Van Limbergen en Dr. Eliane Kellen	2 uur	min. 10 en max. 30	Gratis indien 10 deelnemers

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



## GEZONDHEID & MILIEU

	INHOUD	DOELGROEP	LESGEVER	DUURTIJD	MINIMUM AANTAL DEELNEMERS	KOSTPRIJS
<b>GEZOND BINNEN, KLEIN BEGINNEN</b>	Interactieve workshop over de kwaliteit van het binnenmilieu in de kinderopvang (ventileren, verluchten, vocht, schimmel, schoonmaken, ongedierte...).	<ul style="list-style-type: none"><li>• Onthaalouders</li><li>• Kinderverzorg(st)ers</li><li>• kinderdagverblijven</li><li>• (buitenschoolse) Opvanginitiatieven</li></ul>	Medisch milieukundige (MMK)	2,5 uur	15	Verplaatsingskosten
<b>GEZOND WONEN</b>	Infosessie/vorming op maat over de link tussen gezondheid en het binnenmilieu. Algemeen of één/enkele thema's meer uitgediept, bijvoorbeeld . ventileren en verluchten, vocht en schimmel, schoonmaken, ongedierte in en om de woning, loden waterleidingen, CO, asbest...	<ul style="list-style-type: none"><li>• Algemene bevolking</li><li>• Eerstelijnsgezondheidswerkers</li><li>• Thuiszorg</li></ul>	MMK	2 uur	15	€75/uur (burgers); gratis voor eerstelijnsgezondheidswerkers (intermediairs) + verplaatsingskosten

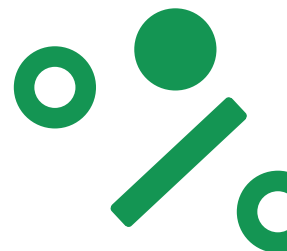
Niet gevonden wat je zocht? Contacteer ons voor een (online) vorming op maat.

	INHOUD	DOELGROEP	LESGEVER	DUURTIJD	MINIMUM AANTAL DEELNEMERS	KOSTPRIJS
<b>PROPER THUIS</b>	Workshop over het gezond en veilig omgaan met schoonmaakproducten en pesticiden in de woning. Aan de hand van een productenbox wordt ingezoomd op het lezen van etiketten. Deelnemers krijgen tips om zelf gezondere keuzes te maken.	Professionelen die actief zijn rond het aspect wonen of die regelmatig aan huis komen (bv. poetspersoneel, thuiszorgdiensten, OCMW's, Wijkgezondheidscentra)	MMK	1 à 2 uur	10	Verplaatsingskosten
<b>GEZONDHEID &amp; VERKEER</b>	Infosessie en/of interactieve workshop over de gezondheidsimpact van verkeer.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Algemene bevolking</li> <li>Intermediairs</li> </ul>	MMK	2 uur	15	Verplaatsingskosten voor intermediairs, €75/uur (burgers) + verplaatsingskosten
<b>VORMINGEN OP MAAT</b>	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...	Aangepast aan de doelgroep	MMK	Variabel	15	€75/uur + verplaatsingskosten

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

	INHOUD	DOELGROEP	LESGEVER	DUURTIJD	MINIMUM AANTAL DEELNEMERS	KOSTPRIJS
<b>BINNENMILIEU- DOKTER</b>	<p>Interactieve opleiding over de invloed van het binnenmilieu op je gezondheid. Volgende thema's komen aan bod:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• CO-vergiftiging</li> <li>• Ventileren en verluchten</li> <li>• Asbest</li> <li>• ...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Algemene bevolking</li> <li>• Prof. die actief zijn binnen het thema of bij mensen aan huis komen (thuiszorg, OCMW, maatschappelijk werker, WGC ...)</li> </ul>	Medisch milieukundige (MMK)	2 uur	15	€75/uur + verplaatsingskosten

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



**\* TARIEVEN CGG VBO:**

- **Advies, coaching, consult, intervisie**

- reductie\*: gratis
- standaard\*\*: 150 euro per uur

- **Vorming**

- reductie\*: 75 euro per uur, 200 euro per dagdeel, 375 euro per dag
- standaard: 150 euro per uur, 400 euro per dagdeel, 750 euro per dag

(\*) Reductie: CLB, CAW, BZJ, scholen, BOEK, Efrem, Tussenstap vzw, huisartsen, jeugdverenigingen, ziekenhuizen, holebi- en transverenigingen, politionele diensten, gevangenissen, lokale overheden zoals sociale centra, OCMW en aanvragende steden en gemeenten

(\*\*) Standaard: commerciële bedrijven met winstoogmerk, multinationals, KMO's, autonome gemeentebedrijven met commerciële insteek (vanuit lokale overheden), externe diensten ter preventie en bescherming op het werk





# OVER LOGO OOST-BRABANT

---

Logo Oost-Brabant zet als regionale netwerkorganisatie in het oostelijke deel van Vlaams-Brabant 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 wetenschappelijk onderbouwde methodieken, actie- en campagnemateriaal aan.

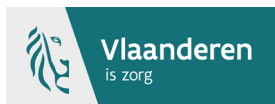
We nodigen lokale besturen, scholen, organisaties, verenigingen en zorgactoren uit om mensen aan te moedigen tot een gezonde levensstijl en in te grijpen in de leef-, werk- of schoolomgeving zodat de gezonde keuze de meest voor de hand liggende keuze wordt. Samen stimuleren we gezond gedrag en promoten 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 Oost-Brabant vzw • Kloosterweg 9 • 3020 Herent  
T 016 89 06 50 • E [info@logo-oostbrabant.be](mailto:info@logo-oostbrabant.be) • W [www.logo-oostbrabant.be](http://www.logo-oostbrabant.be)  
Ondernemingsnummer 0478 42 25 09 • RPR Leuven



Volg ons ook op [facebook.com/LogoOostBrabant](https://facebook.com/LogoOostBrabant)



SAMEN WERKEN  
WE AAN EEN  
*gezonde*  
REGIO

