

# MoveXL

## Aanbod voor kinderen met overgewicht en hun ouders

### Wat?

Move XL zet kinderen wekelijks aan tot bewegen via sport en spel (uitgezonderd tijdens schoolvakanties). Het brengt hen op een speelse manier bij wat gezonde voedingsgewoonten zijn. Zo leren ze hoe ze beweging kunnen inschakelen in hun dagelijks leven. Het Logo organiseert een oudertraining (6 sessies van 2 uren) omtrent voeding, opvoeding en beweging voor de ouders.

Move XL wordt georganiseerd in Brugge en Oostende. Vraag de folder op bij het Logo om hem indien nodig mee te geven met de ouders.

VOEDING &  
BEWEGING

### Voor wie?

Kinderen met overgewicht tussen 6 en 12 jaar en hun ouders.

### Inschrijven

**Wanneer?** Instappen kan tot en met de kerstvakantie, daarna wordt bekeken of instappen mogelijk is.

**Hoe?** Via [www.movexl.be](http://www.movexl.be) of mail naar [ingeborg.vandenbussche@logobrugge-oostende.be](mailto:ingeborg.vandenbussche@logobrugge-oostende.be).

EXTRA INFO

[www.logobrugge-oostende.be/movexl](http://www.logobrugge-oostende.be/movexl)  
[ingeborg.vandenbussche@logobrugge-oostende.be](mailto:ingeborg.vandenbussche@logobrugge-oostende.be)