



Verwijsinformatie Fun & Health Summer Camp 2017: Beweeg, Eet met mate & Geniet!

10 weken durende interventie voor kinderen met (ernstige) obesitas

Versie: 4-5-2017

In het kort:

- Fun & Health Summer Camp voor kinderen, 9-16 jaar, met obesitas graad 1, 2 of 3;
- Integrale benadering: aandacht voor sport, voeding, gedrag en systeem (ouderbetrokkenheid);
- Duurzame benadering: uitgebreid nazorgtraject;
- Unieke kans met beperkte ruimte: vol = vol;
- 'Cadeau' voor kinderen en gezinnen die extra steun kunnen gebruiken.
- Data:
 - **18-8 t/m 1-9: 2 weken zomerkamp te Alphen (Gelderland) inclusief overnachtingen;**
 - 26 augustus: ouderdag inclusief broertjes en zusjes te Alphen;
 - 1 september – 21 oktober: Woensdagavond: 7x sportles kinderen, 3x ouderavond te Amsterdam
 - 21-27 oktober: terugkomweek deelnemende kinderen te Alphen;
 - Vervoer naar locatie vanaf Amsterdam is inbegrepen voor zowel kinderen als ouders.

Omschrijving:

De Fun & Health Summer Camp is een integrale leefstijlinterventie voor kinderen met (ernstige) obesitas. Het is een programma waarbij plezier in de zoektocht naar een gezondere leefstijl centraal staat.

Deelnemende kinderen komen naar een locatie waar ze voor een periode van 2 weken verblijven en sporten, slapen, eten en leerzame en leuke activiteiten ondernemen. Het team dat ze begeleidt is ook het altijd aanwezig.

Het aanleren en systematisch toepassen van een set aan vaardigheden om gezonder te leven is de kracht van het programma. Op basis van een groei- en beloningssysteem wordt dit gestimuleerd.

De interventie is gebaseerd op verschillende (wetenschappelijke) inzichten en besteedt aandacht aan problemen zoals sedentair gedrag, emotie-eten, gebrekkige kennis over gezonde leefstijl, sociale emotionele achterstanden, gebrekkig zelfbeeld, gebrekkige zelfwaarde en sociale isolatie.

Te verwachten resultaten voor deelnemers zijn o.a.:

- Vergroting van fitheid, gezondheid en kwaliteit van leven
- Meer zelfvertrouwen
- Gewichtsverlies
- Meer plezier in het leven

De ontwikkelpunten voortgekomen uit de procesevaluatie van 2016 zijn meegenomen in de editie 2017.

Bijvoorbeeld de betrokkenheid van een centrale coach die het kind begeleidt met persoonlijke doelen.

Doelgroep op leeftijd

Jongens en meisjes van 9 t/m 14 jaar (primair onderwijs) en 12-16 jaar (voortgezet onderwijs). Beheersing van de Nederlandse taal is vereist.

Doelgroep op BMI:

Obesitas graad 1, 2 en 3.

Voor obesitas graad 1 is expliciet advies van de verwijzer noodzakelijk.

Groeps grootte

Er kunnen maximaal 22 kinderen deelnemen: Er is beperkte ruimte: vol = vol.

Kosten

Er zijn voor de deelnemers geen kosten. De ouder wordt bij de intake of per bank om een borg gevraagd. Deze wordt in 2 stappen terugverdiend: Stap 1 is na afronding van het zomerprogramma: €25,- (minimaal 1 ouder aanwezig bij ouderweekend). Stap 2 is na deelname aan de terugkomweek en het begeleidingstraject: €25,-

Instream

Instream is mogelijk tot het programma vol zit of tot en met uiterlijk 11 augustus 2017.

Wanneer

- Juni/juli: Intake
- 18 augustus t/m 1 september : 2 weken zomerkamp te Alphen inclusief overnachtingen;
- 26 augustus: ouderdag inclusief broertjes en zusjes te Alphen;
- 1 september – 21 oktober: Woensdagavond: 7x sportles kinderen en 3x ouderavond;
- 21-27 oktober: terugkomweek deelnemende kinderen te Alphen;
- November: Exitgesprek, instroom lokaal programma;
- Omstreeks kerst: Reünie.

Activiteiten invulling

De meeste activiteiten worden in groepsverband gedaan. Er zijn geregeld informele coachmomenten. Er is wekelijks een excursie om de nieuwe vaardigheden in de buitenwereld te testen.

Voorbeeld van een dag 1:

07:30 Opstaan, ochtendwandeling
08:00 Ontbijt
09:00 Boksen
10:30 Workshop basiskennis voeding
12:30 Lunch
13:30 Sportles: oriënteren
15:00 Sportles: voetbal
16:30 Workshop supermarktbezoek
18:00 Diner
19:00 Avondactiviteit: Talentenshow

Voorbeeld van een dag 2:

07:30 Opstaan, yoga & stretching
08:00 Ontbijt
09:00 Spel
10:00 Workshop ontspanningstechnieken
11:30 Workshop koken, lunch & relax
14:00 Middagactiviteit: roeien
18:00 Diner
19:00 Avondactiviteit: Speurtocht

Vervoer en bereikbaarheid kamplocatie

Kinderen: De kinderen worden op de eerste dag verwacht naar een opstappunt te komen in een van de stadsdelen. De opstappunten worden na aanmelding gecommuniceerd.

Ouders: Idem.

Locatie

Groepsaccommodatie De Schansehoeve, Nieuweweg 9/17, 6626 KS Alphen (Gelderland)

Locatie activiteiten Amsterdam: volgt na aanmelding.

Coördinatie uitvoering:

The BootClub: <http://www.the-bootclub.com>.

Contactpersoon: Sjoerd de Bruijn, e-mail: sjoerd@the-bootclub.com, Tel: +31641400849.

Aanmelden via <http://www.the-bootclub.com>, per e-mail of telefoon. Na aanmelding volgt een telefoongesprek met verdere toelichting. Voor het zomerkamp heeft een fysieke intake plaats.