

UITNODIGING WEBINAR EUROFIT

Graag nodigen we u uit om op vrijdagmiddag 18 februari (14.00 - 15.00 uur) meer te weten te komen over EuroFIT, een bewezen effectieve leefstijlinterventie voor voetballiefhebbers. Via een online seminar met professor Erik Scherder, experts van het AmsterdamUMC en een deelnemer aan EuroFIT nemen we u mee in de waarde van het programma.



Voor een korte video over EuroFIT kunt u klikken op de afbeelding of de video bekijken via de volgende link: <https://www.youtube.com/watch?v=CHkbnD8IqZw>

Aanleiding

De sportwereld gaat stapje voor stapje open. Hopelijk kunnen de ruim 8 miljoen voetballiefhebbers in Nederland ook snel weer in het stadion genieten van hun favoriete club. De Eredivisie gebruikt de energie en de verbinding die fans voelen graag om een gezonde leefstijl te ondersteunen. Dat doen we onder meer samen met de clubs via het bewezen effectieve programma EuroFIT.

EuroFIT

EuroFIT is een leefstijlprogramma voor voetballiefhebbers tussen de 30 en 65 jaar met overgewicht. Onder leiding van een clubcoach werken de deelnemers 12 weken bij hun favoriete voetbalclub aan hun leefstijl. Mét resultaat; het programma leidt tot een gezondere

leefstijl, betere gezondheid en hoger welzijn. Dat blijkt uit een [internationale studie](#) geleid door o.a. Amsterdam UMC, Radboudumc en de VU, waaraan ADO Den Haag, FC Groningen, PSV en Vitesse hebben meegewerkt.

Na een jaar zetten EuroFIT-deelnemers gemiddeld 678 stappen per dag meer dan mensen die niet meededen aan het programma. Ook eten ze meer groente en fruit, minder vet en suiker én vallen ze gemiddeld per deelnemer 2,4 kilo af.

Met dit bewezen programma willen we op meer locaties in Nederland meer mensen begeleiden richting een gezondere leefstijl. Daar wilt u toch ook aan bijdragen?

Programma

Het programma van het webinar ziet er als volgt uit:

- Welkom door webinar voorzitter dr. Karine van 't Land (RUG, Menzis)
- Prof. dr. Erik Scherder (VU): Wat is het belang van sport en bewegen?
- Dr. Femke van Nassau (Amsterdam UMC): Wat is EuroFIT?
- Deelnemer (ADO Den Haag): Hoe heeft een deelnemer EuroFIT ervaren?
- Drs. Aukje Geubbels (Eredivisie CV): Hoe kunnen we EuroFIT een landelijk bereik geven?

Praktische informatie

- Wanneer: Vrijdag 18 februari tussen 14.00 - 15.00 uur
- Hoe: Digitaal via Microsoft Teams
- Voor wie: Beleidsmakers, politici, welzijnsorganisaties, zorgverzekeraars, leefstijlcoaches, voetbalclubs, onderzoekers en andere geïnteresseerden.

U kunt uzelf of een collega aanmelden door [dit aanmeldformulier](#) in te vullen: [Eredivisie.nl | Aanmelden webinar EuroFIT](#). Na aanmelding sturen wij u een Microsoft Teams-uitnodiging.

Hopelijk tot vrijdag de 18e!

Met sportieve groet,

