

# HUB

die Keure  
Onderwijs doet ertoe

## DE VOORDELEN VAN BEWEGEN

KLEUTERS



KINDEREN



JONGEREN



Sterkere  
ontwikkeling  
hersenen



Gezonde groei en  
ontwikkeling



Gezond gewicht



Versterkt spieren en  
botten



Betere sociale  
vaardigheden en  
interactie met  
anderen



Meer zelfvertrouwen  
en onafhankelijkheid



Minder  
luchtvervuiling



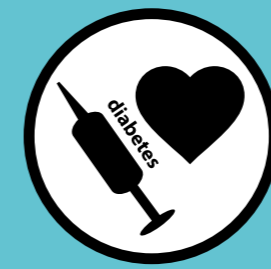
Verbeterd evenwicht,  
coördinatie en  
motoriek



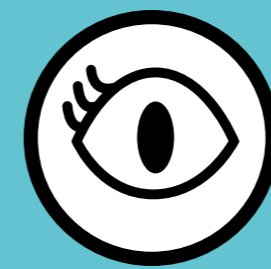
Betere aanpak van  
stress en angst



Plezier met vrienden



Op volwassenen  
leeftijd minder kans  
op Diabetes type 2  
Hart- en vaatziekten



Betere concentratie



Betere  
schoolresultaten

© Vlaams Instituut Gezond Leven, 2007. gezondleven.be

# HUB

magazine over mens en samenleving

Komt uit Grinta

GRINTA | IN DIT NUMMER



850000992