



Crescendo CVO organiseert donderdag 24 april een Buitenlesdag vol actie, campus Mechelen, Vaartdijk 86, van 9.00 en 12.00 uur, i.s.m. Stad Mechelen en vele partners, waaronder BA Stassart en LIGO. Iedereen is welkom.

## **BEZOEKJE AAN GEZONDHEIDSMARKT CRESCENDO CVO BIEDT ALLEEN MAAR VOORDELEN**

**Donderdag 24 april organiseert Crescendo CVO Mechelen samen met collega's van Sociale Cohesie Stad Mechelen een gezondheidsmarkt in de buitenlucht. Er zijn workshops over gezond eten, tandverzorging, stoppen met roken en mentaal welzijn. Bezoekers kunnen testen hoe fit ze zijn met de fit-o-metertest van Buurtsport of zich laten informeren door een diëtist of mondzorgcoach. Wie wil stoppen met roken krijgt een plan van aanpak. Bezoekers maken tevens kennis met het cursusaanbod van Crescendo CVO. "Een opleiding volgen is immers eveneens een investering in je gezondheid. Je blijft mentaal scherp en legt nieuwe sociale contacten. Met onze Buitenlesdag willen we iedereen laten ervaren dat leren en beleven goed is voor je algehele welzijn", zegt Marleen Mast, directeur van Crescendo CVO.**

Openluchtonderwijs heeft een bewezen positieve invloed: concentratie en leerplezier nemen sterk toe. Donderdag 24 april daarom geen les in klaslokalen, maar wel een gezondheidsmarkt in de buitenlucht. Het wordt een dag vol actie. "We kiezen dit jaar bewust voor het thema gezondheid. Een opleiding volgen is ook een investering in je mentaal welzijn. Zowel in onze zorgopleidingen als in opleidingen techniek en ambachten leren cursisten zorgen voor zichzelf én voor anderen. Met de handen werken, iets maken, afwerken en een werkritme opbouwen geven voldoening, structuur en zelfvertrouwen."

Op de gezondheidsmarkt kan iedereen zijn gezondheid onder de loep nemen. Het gaat niet alleen om informeren, maar vooral om uitproberen, bijleren en beleven. Naast Stad Mechelen en cursisten van Crescendo CVO, zullen ook klassen van LIGO en OKAN-leerlingen van BA Stassart aanwezig zijn.

Schepen van Onderwijs in Mechelen, Sabe de Graef, verwelkomt het initiatief: "Onderwijs en gezondheid gaan hand in hand: wie zich goed voelt, leert beter – en wie leert, bouwt aan een gezonde geest in een gezond lichaam. Zeker voor anderstalige nieuwkomers is het belangrijk om op een laagdrempelige manier betrokken te worden bij het schoolleven en bij initiatieven zoals deze gezondheidsmarkt. Superfijn dat dit op deze gezondheidsmarkt zo concreet vorm krijgt."

Tijdens de Buitenlesdag worden de vernieuwde buitenbanken op de campus voorgesteld. "Die zijn meer dan zalige zitplaatsen in de zon: ze zijn een stimulans om vaker naar buiten te trekken, alleen of in groep. Zo wordt buiten leren en beleven nog meer een vast onderdeel van de opleidingen."

### **Voor de journalist:**

Voor meer informatie kan u contact opnemen met Marleen Mast, Vaartdijk 86, 2800 Mechelen +32 15 41 30 45, <https://crescendo-cvo.be/nl/contact/activiteiten-en-infomomenten/buitenlesdag-gezondheidsmarkt-2025>