



HEALTHY LIVING CHALLENGE 2022

Gezond opgroeien in de regio Utrecht

Besmet of niet, de pandemie laat zijn sporen na.

Minder beweging, meer zorgen, weinig contact: het leven af en toe op pauze.

Hoe kunnen we jongeren en jongvolwassenen ondersteunen om weer in beweging te komen?

Tijdens deze challenge dagen we jou uit om gezonde oplossingen te ontwerpen voor jongeren.

Om mentaal en fysiek weer energie te krijgen en iedereen de kans te geven om gezond (verder) op te groeien.

Je werkt, met hulp van gezondheidsexperts, in een team met studenten vanuit MBO, HBO en WO met behulp van design thinking en gezonde ontwerpprincipes aan een oplossing, gericht op de volgende thema's:

Gezonde omgeving

Welke mogelijkheden zijn er voor rust en beweging, ontspanning en ontmoeting.

Mentaal welzijn

Minder stress, angst of eenzaamheid zorgt ook voor een betere gezondheid

Actieve buurten

Bewegen is leuk en gezond, maar niet altijd en overal goed mogelijk

Slimme straten

Hoe technologie kan helpen bij gezond leven in de stad

Je werkt op vier (hele) woensdagen samen met je team:

9, 16, 23, 30 maart 2022

En je werkt samen met experts vanuit **Health Hub Utrecht**, onder meer:

Gemeente Utrecht, Gemeente Nieuwegein, GROZUtrecht, GGD regio Utrecht, UMC Utrecht, Hogeschool Utrecht, Universiteit Utrecht, ROC Midden Nederland



www.utrechtchallengealliantie.nl