nieuws

Steeds meer mannen naar Weight Watchers

nieuws

Dieetclubs zoals Weight Watchers zijn hoe langer hoe minder een exclusieve vrouwenaangelegenheid. "We zien een aanzienlijke stijging van het aantal mannen dat onze bijeenkomsten bijwoont", zegt Sjoerd Leeflang, marketingdirecteur van Weight Watchers Benelux. "In de VS zijn er zelfs al speciale online programma's voor mannen. België gaat zeker volgen".

22 SEPTEMBER 2008 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:05

Dieetclubs zoals Weight Watchers zijn hoe langer hoe minder een exclusieve vrouwenaangelegenheid. "We zien een aanzienlijke stijging van het aantal mannen dat onze bijeenkomsten bijwoont", zegt Sjoerd Leeflang, marketingdirecteur van Weight Watchers Benelux. "In de VS zijn er zelfs al speciale online programma's voor mannen. België gaat zeker volgen".

Jarenlang telde Weight Watchers 3 à 5 procent mannelijke deelnemers. Sinds kort zit dat aantal in de lift. Sjoerd Leeflang: "Exacte cijfers hebben we nog niet, maar veel groepen melden ons dat ze nu meer mannen over de vloer krijgen". Dat zorgt niet voor echte problemen, maar soms is het wel aanpassen. "Mannen vallen op een andere manier af", zegt Leeflang. "Als je ze opdrachten geeft, houden ze zich daar heel nauwgezet aan. Bij vrouwen spelen wat meer emoties".

"Mannen boeken ook sneller resultaten. Dat laatste kan soms de balans in zo'n deelnemersgroep wat uit evenwicht brengen. Maar doorgaans verloopt alles vlot. Alleen moeten mannen over een iets hogere drempel om eraan te beginnen. Vergelijk het maar een beetje met een man die voor ballet kiest in plaats van te gaan voetballen", zegt Leeflang.

Carlo Cangelli (26) uit Gent stapte drie jaar geleden als jonge kerel naar de Weight Watchers. Hij verloor ruim 64 kilo. "De eerste keer was ik inderdaad behoorlijk zenuwachtig. Gelukkig was mijn moeder meegegaan. (lacht) Ik was toen nog vaak de enige man - later kwamen er wel anderen bij - in een groep van veertig vrouwen. Vrouwen van wie de meesten tot de leeftijdscategorie van mijn moeder behoorden.

Maar ik kreeg eigenlijk alleen maar positieve reacties. Het was zelfs grappig om te zien hoe ze me bemoederden. Dat onze coach een man was, hielp me ook wel".
"Voor vrouwen zijn die bijeenkomsten meer een sociaal gebeuren", vervolgt Carlo. "Mannen klitten ook wel samen, maar dat is toch anders. Spanningen zijn er zeker niet. Het is juist dat mannen anders en sneller afvallen, maar daar krijg je alleen maar positieve commentaar op. Enfin, dat is toch mijn ervaring".
Toch werkt men bij Weight Watchers aan een aparte aanpak voor mannen. "Zo'n aangepast programma zal zeker werken", zegt Leeflang. "In België bestaat dat nog niet, in de VS is er al een op mannen gericht online programma. In 'mannentaal' geschreven, de begeleiding per e-mail is 'mannelijker', enz. Dat werkt heel goed. Er wordt daar ook overwogen om met mannengroepen te werken".
In de VS steeg het aantal obese mannen van 27,5 procent in 1999 naar 31 procent in 2004. In dezelfde periode bleef het aantal obese vrouwen stabiel op 33 procent.
Leeflang: "We gaan de aparte online aanpak voor mannen in de toekomst ook in België invoeren". Carlo Cangelli ziet daar minder de noodzaak van in. "Ik pleit vooral voor aparte jongerengroepen. Vandaag is 1 op de 5 jongeren zwaarlijvig. Maar naar Weight Watchers stappen, is niet zo evident. Als er gewerkt wordt in groepen voor -26-jarigen, zal dat snel veranderen", aldus Cangelli.(KS)

Bron: Het Laatste Nieuws

VILT vzw
Bd Simon Bolivar 17
1000 Bruxelles

Contact
M • info@vilt.be

Volg ons op:
screenreader.visit us on our facebook page: https://www.facebook.com/vilt.nieuws/
screenreader.visit us on our linkedin page: https://www.linkedin.com/company/vilt-vzw/
screenreader.visit us on our instagram page: https://www.instagram.com/vilt.nieuws

𝕏 screenreader.visit us on our x page: https://x.com/vilt_nieuws
🦋 screenreader.visit us on our bluesky page: https://bsky.app/profile/viltnieuws.bsky.social

---

© 2026 VILT vzw, all rights reserved |
Privacy policy
Copyright
Cookie Policy
Cookie instellingen aanpassen

Crafted by Brigada