

Nieuwsbrief Kind en Voeding

Zomer 2019

De zomer is alweer van start en sommigen zijn misschien al op pad naar hun vakantiebestemming. Het bestuur is achter de schermen druk bezig om na de zomer voor alle voorlichters van Kind en Voeding weer volop verrassende lessen te promoten.

Zo is naar alle **Jong Leren Eten** Makelaars het aanbod van Kind en Voeding gemaild, waaronder 'Foodzoekers op schoolreisje' en de 'Super Speurneuzen Safari'.

Vanaf 2 september is er weer een nieuwe subsidieronde en we hopen dat vele scholen van ons aanbod gebruik gaan maken.

Meer informatie: <https://www.jonglereneten.nl/subsidie-jong-leren-eten-voor-middelbaar-beroepsonderwijs>.

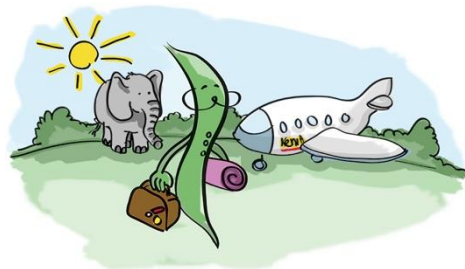


Gastlessen

Vanaf Januari tot aan juli hebben we weer volop gastlessen gegeven. Onder andere hebben Gitta Leenders en Saskia Velthuisen vier gastlessen over suikerverslaving gegeven aan het Beekdal Lyceum in Arnhem, zijn er gastlessen gegeven aan The Kids Compagnie, een gastles aan IKC Floriant, een gastles en proeverij bij SKSG Pinokkio en zijn er een aantal Oké-vignetten uitgereikt. Dit jaar heeft SKSG zelfs recht op 70 Oké-vignetten, omdat ze op alle locaties zorgen voor gezond, natuurlijk voedsel en snacks.



Informatie die op de voorlichtingsmiddag 1 juni werd gepresenteerd.



Op 1 juni dag hebben Stefanie Claassen en Peter Nass van VITAM zichzelf voorgesteld. We hopen na de zomer samen met hen een aantal Harry Cofert lessen te mogen verzorgen op een aantal scholen.

De vorig jaar gestarte uitbreiding met regiocoördinatoren wordt doorgezet, maar zal vanuit het bestuur intensiever begeleid worden. Daarbij krijgen de regiocoördinatoren zelf ook de gelegenheid coachtrainingen te geven aan nieuwe leden of leden die eraan behoefte hebben. Bij de intake van nieuwe leden wordt door de regiocoördinatoren en/of directeur bepaald of, en welke, trainingen noodzakelijk zijn.

Inmiddels is er al samenwerking met een aantal organisaties die kunnen helpen het pakket van kennis en vaardigheden van de voorlichters te verbreden. In de aanbieding zijn o.a. LEFF-trainingen en het Foodzoekersprogramma.

Daarnaast hebben wij op de website een pagina toegevoegd met een webshop waarop passende boeken staan aangeboden, zoals 'Hamburgers uit de Moestuin' van Louise Fresco, die later op de middag van 1 juni over aanleiding en achtergrond voor het schrijven van dit boek heeft verteld. We houden ons aanbevolen voor suggesties voor deze lijst.

Ook hebben we op 1 juni de Speurneuzen Supermarkt Safari (geheime missies van belangrijke geheimagenten Gezond en Co die op zoek gaan naar de verborgen suikers en vetten in de supermarkt), Foodzoekers op schoolreisje, de activiteiten en mogelijkheden met Jong Leren Eten en het Oké-vignet besproken.

Voor Jong Leren Eten werd een YouTube filmpje vertoond te vinden op:

<https://www.youtube.com/watch?v=-qFMpE7gRro&feature=youtu.be>

Tevens presenteerden **Riekske en Saskia**(regiocoördinatoren) hun visie op het Oké-vignet, welke nog verder uitgewerkt gaat worden.

Het aanmelden als voorlichter geschiedt via het invullen van het aanmeldingsformulier, waarna een intakegesprek volgt met regiocoördinator of directeur. In dat gesprek wordt bepaald of, en welke, extra training nodig is. Daarna wordt een samenwerkingsovereenkomst gemaakt.

Je krijgt dan een inlogcode voor de site, waarmee je bij de formulieren, lezingen, lessen en toolkit kunt. Je naam en praktijkgegevens komen op de site. En voor de activiteiten die je onderneemt, maakt de stichting reclame via de site en social media.

Kosten en baten: 100 euro het eerste jaar, daarna jaarlijks 50 euro. Kosten voor eventuele trainingen. Korting op de kosten voor activiteiten vanuit de stichting. Accreditatiepunten bij nascholingen.

Mirjam Veltman, integraal leefstijlcoach en LEFF-coach, presenteerde op de voorlichters bijeenkomst de betekenis en mogelijkheden van het LEFF-programma, zoals we die vanuit de stichting aanbieden. LEFF heeft overigens een mooie informatieve website: <https://www.start-leff.nl/nl/home/> .

Louise Fresco schetste op 1 juni de achtergrond waarom zij nadat ze enkele boeken voor volwassenen had geschreven zoals 'Hamburgers in het Paradijs' ook een boek voor kinderen heeft geschreven. Zij vindt dat juist de kinderen een belangrijke doelgroep zijn om te bereiken (in lijn met stichting Kind en Voeding).

'Hamburgers uit de moestuin' is een (voorlees)boek met een educatieve inslag en gaat over de voedselketen, de oorsprong van eten en de omgang met voedsel. Het verhaal gaat over Merel en haar nieuwe buurjongen Dayo, die uit Nigeria komt. In korte hoofdstukken van zo'n vier pagina's, die ook afzonderlijk van elkaar gelezen kunnen worden, worden verschillende vragen beantwoord: wat het verschil is tussen "ten minste houdbaar tot" en "te gebruiken tot", maar ook welke producten op ooghoogte staan in de supermarkt. Ook wordt antwoord gegeven op vragen als waarom alle appels in de supermarkt even groot zijn, terwijl aan een appelboom een appel soms een ander vorm heeft. Merel gaat met haar ouders en Dayo op pad om antwoord te krijgen op al deze vragen. Die vinden ze op de boerderij van de opa en oma van Merel, op school en in de supermarkt. Zo komen ze erachter wat goede, gezonde en duurzame voeding is, waar het eten vandaan komt en hoe het komt dat mensen verschillend over eten denken.

Al met al een geslaagde en warme middag en volgens de reacties voor herhaling vatbaar.

Trainingen

Stichting Kind en Voeding wil zich in de toekomst op een heel specifieke, eigen manier gaan profileren. We onderscheiden ons al enigszins met het Oké-vignet, maar er moet meer gebeuren om ons in de markt te zetten. Meer werk, meer voorlichters, meer verrassende lessen, anders dan anders, helemaal passend bij de manier waarop wij als Stichting Kind en Voeding bekend willen worden in heel Nederland.

Een aantal nieuwe workshops waarvoor een training is vereist zijn:

1. Supermarkt Safari voor Speurneuzen:
Vrolijke ontdekkingsstocht in de supermarkt vanuit de vernieuwde voedingsinzichten en nieuwe schijf van 5.
2. Feest op je bord:
Nu ook versies voor 1-2 jarigen en 3-4 jarigen. Voor de volwassenen soms ook een ontdekking hoe de kleintjes er een feest van maken.
3. Suikerverslaving:
Interactieve workshop over voeding en suikerverslaving.
4. Suiker-sleutel spel:
Met een levensgrote spijsvertering ontdekken hoe suiker en insuline werken, en hoe vezels, vet en eiwit je een handje helpen. Met live-voorbeelden en puzzelen om eigen slimme oplossingen te vinden. Leer luisteren naar je lijf en vertrouwen in je lijf.
5. Rijkgevulde keuzes:
Ontdek hoe rijkgevuld deze ontbijtjes-lunches of-tussendoortjes (keuze in overleg) zijn. Elk duo gaat aan de slag met materialen voor de suikers, vezels, vit&min. Evt. ook vetten. Wat valt jullie op? Kan je raden welk bord de andere groepjes gemaakt hebben?
BO vanaf groep 6 & VO & MBO (op maat)
6. Vet Cool:
Goede vetten zijn broodnodig. Spel om te ontdekken waar je die vindt en waarom.
7. Groentegriebels en fruitbuit
Levend fotofruitkwartet, groente zintuigen, megagroente van wortel tot zaad en/of lunchgroente opties.
8. Wereldwijd – wereldwijs.
Mooie foto's hoe (anders) mensen over de hele wereld eten. Verbaas je en laat je inspireren! Plus spel waar 'onze' producten vandaan komen. Enig idee? Evt. aangevuld met schijf van 5 spel.

Deze trainingen worden in oktober verspreid over het land gegeven.

Meer informatie volgt na de zomer.

De eerste training voor een nieuwe workshop 'Foodzoekers op schoolreisje' staat al wel in de planning en wel op donderdag 29 augustus. Het programma en aanmelding voor de training staan op de website: <http://kind-en-voeding.nl/training-foodzoekers-op-schoolreisje-29-augustus/>

Aan de hand van een proefschriftje voeren de kinderen allerlei opdrachten uit, zoals boter karnen, graan malen, aardappels rooien, kruiden ruiken, mosterd maken, appels met peren vergelijken, boontjes doppen, gras determineren, wormen zoeken, groenten herkennen, granen raden, bijen spotten. In het proefschriftje schrijven of tekenen ze hun ervaringen. Als afsluiting gaan de kinderen crêpes bakken, pannenkoekjes op z'n Bretons.



Wens ik jullie allen een mooie zomer en dat we na de zomer veel kinderen kunnen gaan genieten van de leuke gezonde workshops en lezingen die voorlichters van Stichting Kind en Voeding geven!

Een zonnige groet,
Anita van der Noord