



# Voedseleductie stichting Kind en Voeding



## Moestuiniëren

Titel	Doelgroep	Omschrijving	Kosten	Aanbieder
Eten uit de (school)moestuin	Groep 4 t/m 8	<p>In deze kookles gaan wij gezamenlijk aan de slag om met ingrediënten uit de (school)moestuin een gezonde lunch te maken. De gerechten zijn afhankelijk van het seizoen en de beschikbare oogst.</p> <p>De kookles is bedoeld om door te proeven, voelen, horen, ruiken, kijken en vooral doen(!) gezonde voeding te laten ervaren.</p> <p>(Alleen als de school een moestuin heeft!)</p>	€175,- per klas (duur 1,5 uur) exclusief reiskosten (€0,19 p/km)	regiocoördinator stichting Kind en Voeding via <a href="mailto:info@kind-en-voeding.nl">info@kind-en-voeding.nl</a> <a href="http://www.kind-en-voeding.nl">www.kind-en-voeding.nl</a>

Voor scholen, kinderdagverblijven en buitenschoolse opvang is eventueel subsidie van Jong Leren Eten. mogelijk voor deze activiteiten Informeer hiervoor bij de regionale makelaars van JLE. Deze makelaars vindt u op de website [www.jonglereneten.nl/provincie](http://www.jonglereneten.nl/provincie).



## Koken

Titel	Doelgroep	Omschrijving	Kosten	Aanbieder
Feest op je bord	Groep 1 t/m 6 en BSO's	Versiertrucs en knutseltips zodat zelfs gezond eten een feestje wordt (60 min)	€ 100,00 per klas (+/- 15 kinderen) exclusief boodschappen en reiskosten (€0,19 p/km)	regiocoördinator stichting Kind en Voeding via <a href="mailto:info@kind-en-voeding.nl">info@kind-en-voeding.nl</a> <a href="http://www.kind-en-voeding.nl">www.kind-en-voeding.nl</a>
Gezonde lunch box	Groep 4 t/m 8 en BSO's	Samen aan de slag om een gezonde lunch te maken: boekweitpannenkoeken met wortel & besmeerd met rijpe banaan, wrap met zelfgemaakte hummus en een blaadje sla, knabbelgroente en fruitwater met limoen, sinaasappel en munt. Zelfs het handje ongezouten noten ontbreekt niet! (90 min)  (Alleen als de school een keuken heeft!)	€ 150,00 per klas (+/- 15 kinderen) excl. voedingsmiddelen en reiskosten (€0,19 p/km)	regiocoördinator stichting Kind en Voeding via <a href="mailto:info@kind-en-voeding.nl">info@kind-en-voeding.nl</a> <a href="http://www.kind-en-voeding.nl">www.kind-en-voeding.nl</a>
De Groentjes Mini Workshop	Groep 4 t/m 8	Mini workshop: wat zijn gezonde en lekker snacks. We werken natuurlijk met streekproducten en gaan dit met de kinderen bereiden.	€150,- per klas (excl. voedingsmiddelen) exclusief reiskosten (€0,19 p/km)	regiocoördinator stichting Kind en Voeding via <a href="mailto:info@kind-en-voeding.nl">info@kind-en-voeding.nl</a> <a href="http://www.kind-en-voeding.nl">www.kind-en-voeding.nl</a>
Smaak Parcours	Groep 3 t/m 8	Educatief parcours, waarbij de kinderen (buiten) spelenderwijs alles over streekproducten en gezonde voeding leren.	€200,- per uur (2 voorlichters) exclusief reiskosten (€0,19 p/km)	regiocoördinator stichting Kind en Voeding via <a href="mailto:info@kind-en-voeding.nl">info@kind-en-voeding.nl</a> <a href="http://www.kind-en-voeding.nl">www.kind-en-voeding.nl</a>
Voorlichting 'De eerste hapjes!'	Ouders en verzorgers, pedagogische mdw. KDV's en peuterspeelzalen	Informatie over natuurlijke en gezonde voeding voor baby's van het eerste hapje tot het volledig mee-eten met de pot. Wat biedt je baby's aan, in welke hoeveelheden en welke voedingsmiddelen in het bijzonder geef je in beperkte mate. Alle voedingsmiddelen komen aan bod inclusief een proeverij	€150,- per uur (excl. voedingsmiddelen) exclusief reiskosten (€0,19 p/km)	regiocoördinator stichting Kind en Voeding via <a href="mailto:info@kind-en-voeding.nl">info@kind-en-voeding.nl</a> <a href="http://www.kind-en-voeding.nl">www.kind-en-voeding.nl</a>

Suikerverslaving	7,8 en VO	Interactieve workshop Voeding en suikerverslaving	€150,- per klas (excl. voedingsmiddelen) exclusief reiskosten (€0,19 p/km)	regiocoördinator stichting Kind en Voeding via <a href="mailto:info@kind-en-voeding.nl">info@kind-en-voeding.nl</a> <a href="http://www.kind-en-voeding.nl">www.kind-en-voeding.nl</a>
Foodzoekers op (school)reis	Groep 4 t/m 8, BSO en VO	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.(120 min incl. voorbereiding)	Per leerling € 12,00 exclusief reiskosten en voedingsmiddelen (€0,19 p/km)	regiocoördinator stichting Kind en Voeding via <a href="mailto:info@kind-en-voeding.nl">info@kind-en-voeding.nl</a> <a href="http://www.kind-en-voeding.nl">www.kind-en-voeding.nl</a>

## Excursie-gastles

Titel	Doelgroep	Omschrijving	Kosten	Aanbieder
Supermarktsafari voor Super Speurneuzen	Groep 5, 6, 7, en 8 en VO	Geheime missies van een belangrijke geheimagent 'Gezond en Co' die op zoek gaat naar de verborgen suikers en vetten in de supermarkt.	€200,00 per klas incl. certificaat (2 voorlichters) exclusief reiskosten (€0,19 p/km)	regiocoördinator stichting Kind en Voeding via <a href="mailto:info@kind-en-voeding.nl">info@kind-en-voeding.nl</a> <a href="http://www.kind-en-voeding.nl">www.kind-en-voeding.nl</a>