



# Stichting Smaakcentrum



## Wat?

- ▶ kinderen laten kennismaken met **gezond eten**

## hoe?

- ▶ door uitleg te geven over **voeding**
- ▶ door 'gewoon' te gaan **koken**

## Waarom?

- ▶ Wij wensen iedereen een **gezonde toekomst**

## Waar?

- ▶ **4 locaties** in Land van Cuijk

de 1e 1000 dagen...



Goede voeding van een kind is bepalend voor

▶ ontwikkeling

▶ groei

▶ kansen

op latere leeftijd

Wij helpen (aanstaande) ouders

▶ bewust worden van het belang van voeding & smaakontwikkeling

▶ geven tips & advies over voeding & koken & eten

zodat ze kunnen zorgen voor een optimale ontwikkeling van hun kind

# OVER het PROJECT



KARTREKKERS:

Martien bos

Monique nelson

ingeschakelde experts:

GGD

verloskundigen

kinder- & jeugdartsen

lactatiekundigen

babyconsulenten

kraamverzorgers

consultatiebureaus

kinderdietisten

jeugdverpleegkundigen

kinderopvang & speelzalen

meesterkok Dutch Cuisine

## Waarom gezond eten?



- om gezond, energiek & fit te blijven
- om ziektes te voorkomen & sneller te herstellen

## Wat is gezonde voeding?

- gevarieerd eetpatroon
- voldoende voedingsstoffen binnen krijgen
- kies bij voorkeur voor biologische, duurzame, lokale & seizoens-producten

# Gezonde voeding



## VOLG DE SCHIJF VAN VIJF

- ONTWIKKELD DOOR VOEDINGSCENTRUM
- ZORGT VOOR GOEDE VERHOUDING VOOR GEVARIEERD & GEZOND ETEN

## WAAROM IN DE 1E 1000 DAGEN?

- EEN VROEGE START VAN DE SMAAKONTWIKKELING ZORGT VOOR FIJNE KENNISMAKING STRUCTUREN EN HET GOED ONTVANGEN VAN VERS VOEDSEL



## ons aanbod

min 9 maanden tot  
6 maanden

- ▶ gezonde voeding voor moeder & ongeboren kind
- ▶ borstvoeding & flesvoeding

6 maanden tot 1 jaar

- ▶ smaakontwikkeling
- ▶ de 1e hapjes tot mee-eten met de pot

1 tot 2 jaar

- ▶ eetgedrag
- ▶ gezonde voeding

# ons aanbod

## hoe?

- informatie delen door deskundige met interactieve deelname
- koken
- na afloop hand-outs
- toegang tot online bibliotheek





# 1e 1000-box



## Afnemers:

VERLOSKUNDIGPRAKTIJKEN

KRAAMZORGINSTELLINGEN

CONSULTATIEBUREAUS

KINDERDAGVERBLIJVEN

PEUTERSPEELZALEN

SCHOLEN

ZIEKENHUIZEN

BIBLIOTHEKEN

KOOKSCHOLEN

GEMEENTEHUIZEN

BUURTHUIZEN

OF ANDERE LOCATIES

MET AANDACHT VOOR

VOEDSELGEZONDHEID IN

DE SAMENLEVING



# Vragen?

[www.smaakcentrum.nl](http://www.smaakcentrum.nl)