

# COMMUNICATIEKIT

## Aankondiging in de nieuwsbrief - BSO

Deze week starten de Nationale Gezonde Smikkelweken: het grootste groente-activiteiten programma voor kinderen op de kinderopvang!

Wij doen – samen met zo'n 900 andere kinderopvanglocaties in het land - mee, waardoor jouw kind een week lang spelenderwijs groente gaat ontdekken. Bakken, koken én proeven dus.

Extra leuk: jouw kind kan de hele zomer via het online platform [www.nationalegezondesmikkelweken.nl](http://www.nationalegezondesmikkelweken.nl) mee doen aan allerlei challenges en daarmee toffe prijzen winnen. Dat is nog eens een zomer vol groentepret!



## Aankondiging in de nieuwsbrief - KDV

Deze week starten de Nationale Gezonde Smikkelweken: het grootste groente-activiteiten programma voor kinderen op de kinderopvang!

Wij doen – samen met zo'n 900 andere kinderopvanglocaties in het land - mee, waardoor jouw kind een week lang spelenderwijs groente gaat ontdekken. Bakken, koken én proeven dus.

Extra leuk: jij kan met jouw kind op smaakavontuur! Bekijk leuke tekenfilmpjes over het ontdekken van groenten, maak lekkere recepten en vul het smaakpaspoort door samen te ontdekken welke smaak-mijlpalen jouw kindje al heeft gehaald. Doe actief mee en maak kans op 750,- Landall tegoed.



## Aankondiging Social media / ouderapp - BSO

Samen met 900 andere kinderopvanglocaties in Nederland doen wij mee aan de Nationale Gezonde Smikkelweken. We ontdekken, spelen en proeven erop los! Siemon maakt van onze kinderen superproevers, we maken pimpelpaarse taartjes en vechten een wereldse bonenbattle uit. Op deze manier ontwikkelt jouw kind spelenderwijs voedselvaardigheden en kennis over gezonde en duurzame voeding.

Heeft jouw kind de smaak te pakken? Dan kan het thuis lekker verder ontdekken. Op het gloednieuwe platform [www.nationalegezondesmikkelweken.nl](http://www.nationalegezondesmikkelweken.nl) vind je nog meer gezonde recepten, quizzes en challenges. Daarmee zijn toffe prijzen te winnen! Dat is zeker het groente avontuur waard!



## Aankondiging Social media / ouderapp - BSO

Deze week starten de Nationale Gezonde Smikkelweken: het grootste groente-activiteiten programma voor kinderen op de kinderopvang!

Wij doen – samen met zo'n 900 andere kinderopvanglocaties in het land - mee, waardoor jouw kind een week lang spelenderwijs groente gaat ontdekken. Bakken, koken én proeven dus.

Extra leuk: jij kan met jouw kind op smaakavontuur! Bekijk leuke tekenfilmpjes over het ontdekken van groenten, maak lekkere recepten en vul het smaakpaspoort door samen te ontdekken welke smaak-mijlpalen jouw kindje al heeft gehaald. Doe actief mee en maak kans op 750,- Landall tegoed.



## Tijdens de gezonde smikkelweken - Zintuigenspel

Vandaag stond één vraag centraal: wie wordt Siemons Superproever?

De kinderen gingen op ontdekkingsstocht met hun zintuigen. Ze voelden, roken, bekeken én proefden allerlei bijzondere groenten. Van bimi en rettich tot augurk en olijven: sommige smaken waren al bekend, andere zorgden voor verbaasde gezichten.

Het spannendste onderdeel? Blind proeven met een masker op! Zonder te kijken moesten de kinderen raden wat ze aten. Dat zorgde voor veel gelach én verrassend veel goede antwoorden.

Zo ontdekken kinderen spelenderwijs dat proeven begint met nieuwsgierig zijn.



## Tijdens de gezonde smikkelweken – Citrus Challenge

Wat krijg je als je een citroen, grapefruit en bloedsinaasappel op tafel legt? Heel veel nieuwsgierige kinderen én nog meer grappige gezichten!

Vandaag gingen de kinderen tijdens de Gezonde Smikkelweken de Citrus Challenge aan. Eerst voorspelden ze welke citrusvrucht het zoetst zou zijn. Daarna was het tijd om écht te proeven.

En dat leverde verrassende ontdekkingen op! Wist je bijvoorbeeld dat pure chocolade juist heel lekker smaakt met bloedsinaasappel?

Door te kijken, ruiken en proeven ontdekken kinderen dat nieuwe smaken helemaal niet spannend hoeven te zijn. Sterker nog... soms zijn ze verrassend lekker!



## Tijdens de gezonde smikkelweken – Wereldse Bonen battle

Vandaag veranderden de kinderen in echte chef-koks!

Tijdens de Wereldse Bonen Battle maakten ze hun eigen bonenspread. Iedereen begon met dezelfde basis, maar daarna mochten de kinderen zelf bedenken welke kruiden en smaken erbij zouden passen.

Er werd volop geëxperimenteerd, geproefd en natuurlijk met elkaar vergeleken. Welke spread was het lekkerst? Daar waren de meningen nog behoorlijk over verdeeld!

Zo ontdekken kinderen dat gezond eten vooral heel creatief én ontzettend lekker kan zijn.



## Tijdens de gezonde smikkelweken – Pimpelpaarse pudding

Een knalpaars toetje... én een eetbaar bakje!

Vandaag maakten de kinderen een bijzondere pudding van blauwe bessen en chiazaad. Daarna maakten ze ook nog hun eigen eetbare bakje van dadels, havermout, wortel en zaden.

Toen de blauwe bessen de pudding langzaam paars kleurden, keken de kinderen vol verwondering toe. Het mooiste moment? Natuurlijk toen iedereen zijn eigen creatie mocht opeten.

Zelf maken, proeven en ontdekken: dat smaakt altijd nét een beetje lekkerder.



## Tijdens de gezonde smikkelweken – Vri-vra-vrolijke Focaccia

Roze brood of oranje brood... welk team zou winnen?

Vandaag gingen de kinderen aan de slag als echte bakkers. Team Oranje maakte focaccia met wortel, Team Roze koos voor rode biet. Er werd gekneed, gewacht tot het deeg gerezen was en natuurlijk mochten de kinderen zelf de bekende kuiltjes in het brood drukken.

Toen de focaccia's goudbruin uit de oven kwamen, was het tijd voor de grote smaaktest.

En één ding was duidelijk: zelfgebakken brood smaakt extra lekker!

