



JONG  
LEREN  
ETEN

Zuid-Holland

**SAVE THE DATE - 5 APRIL 19.00 - 21.30 UUR**

## Online inspiratiesessie Voedingseducatie voor kinderopvang

We weten allemaal dat gezond eten belangrijk is voor opgroeiende kinderen. Maar wat is nou precies gezond? Hoe kun je kinderen op een speelse manier in contact brengen met gezonde voeding? Dat en meer hoor je tijdens de online inspiratiebijeenkomst over voedingseducatie op woensdag 5 april van 19.00 tot 21.30 uur! De sessie is bedoeld voor medewerkers van kinderopvanglocaties in Zuid-Holland. Zet de datum alvast in je agenda, binnenkort volgt meer informatie over hoe je je kan aanmelden.

### Programma

19.00 – 19.15 uur	Digitale inloop
19.15 – 19.25 uur	Welkom
19.25 – 19.40 uur	Lezing door <i>Jaap Seidell</i> , Hoogleraar voeding en gezondheid.
19.40 – 19.55 uur	Werken aan Gezonde Kinderopvang en een introductie op het thema voeding. Door <i>Kristy Hamberg</i> van het Voedingscentrum
19.55 – 20.05 uur	Pauze
20.05 – 20.15 uur	Intermezzo door diëtist <i>Leroy van de Ree</i> van <a href="#">@Voedingsweetjes</a>
20.15 – 21.15 uur	Inspiratiesessies
21.15 – 21.30 uur	Afsluiting

*Het programma is onder voorbehoud van wijzigingen*



#### Voor wie?

Medewerkers van de kinderopvang uit de provincie Zuid-Holland (kinderdagverblijf, peuterspeelzaal en BSO).



#### Wanneer?

Woensdagavond  
5 april 2023  
van 19.00 tot 21.30 uur.



#### Zet de datum in je agenda!

Binnenkort ontvang je de uitnodiging met aanmeldinformatie.

## Plenaire sprekers



*Jaap Seidell*

*Hoogleraar voeding en gezondheid*

Over het belang van gezonde en duurzame voeding in de kinderopvang.



*Kristy Hamberg*

*Voedingscentrum*

Wat is gezonde voeding? En hoe pas je dit toe in jouw organisatie?



*Leroy van de Ree*

*Bekend van Instagram -*

*@Voedingsweetjes (224K volgers)*  
Geeft tips voor gezondere keuzes en makkelijke recepten.

## Een greep uit de inspiratiesessies

### Samenwerken met ouders aan gezonde en duurzame voeding

*Claartje van Eijden, expert partnerschap met ouders*

Ouders vinden de gezondheid van hun kind het belangrijkste wat er is. Samen kunnen jullie zorgen voor een omgeving waarin gezond en duurzaam eten vanzelfsprekend is voor kinderen. Toch gaat de samenwerking met ouders niet altijd vanzelf en loop je soms tegen vragen aan. In deze workshop neemt Claartje je in vogelvlucht mee in de samenwerking met ouders. Je gaat weg met praktische tips en tools.



### Moestuinen; hoe doe je dat?

*Roxanne Koesveld en Evelien Smits, moestuincoaches*

Wil je bij jouw kinderopvang aan de slag met moestuinen? In potten, een moestuinbak of in de volle grond? In deze workshop geven moestuincoaches Evelien en Roxanne je advies en inspiratie over hoe je moestuinen op jouw locatie een succes maakt! In de moestuin plant je letterlijk en figuurlijk zaadjes, waardoor kinderen bewustere voedselkeuzes leren maken.

### Omgaan met verjaardagen en trakteren

*Diëtist Liesbeth van Prima Voeding*

Je herkent het vast wel; het ene na het andere kindje op jouw kinderopvang is jarig. Traktaties zijn echter niet altijd even gezond. Hoe ga je daarmee om? Zijn er alternatieven? Diëtist Liesbeth neemt je mee in de mogelijkheden en afwegingen die je kan maken.



**En nog veel meer! Het volledige programma volgt in de officiële uitnodiging**