

Voorjaar 2023
Kinderopvang en BSO

Het voorjaar staat voor de deur. De dagen worden langer, de sneeuwkllokjes bloeien en de krokussen en narcissen komen op. Binnenkort kunnen de eerste gewassen weer gezaaid worden. In deze nieuwsbrief vind je weer nieuws, tips en informatie rondom voedsel educatie:

- Moestuincoaches klaargestoomd
- Grunnegs Toentje
- Gezonde Kinderopvang van start
- Smakelijke moestuin Peuterproef
- Week zonder Vlees en zuivel
- Meld je aan voor de Gezonde Smikkelweken!
- Zadenbibliotheek

Moestuincoaches klaargestoomd

Op vrijdag 10 februari is de opleiding tot moestuincoach van start gegaan. De cursus wordt georganiseerd door Jong Leren Eten Groningen en wordt verzorgd door IVN en Velt. Als kinderopvang kun je een moestuincoach inzetten ter ondersteuning bij het moestuinieren. Met een groep van meer dan 20 deelnemers is er straks een poule van coaches die elk in hun eigen regio actief zijn. De deelnemers hebben al kennis van en ervaring met moestuinieren en worden in de opleiding geschoold in didactische vaardigheden rondom het moestuinieren. De coaches komen na de opleiding (eind april) op de website van Jong Leren Eten, zodat je direct contact kunt opnemen. Dit kan natuurlijk ook via ons.

Meer informatie: <https://www.oogtv.nl/2023/01/tuin-in-de-stad-en-ivn-zoeken-groningers-die-moestuincoach-willen-worden/>

Grunnegs Toentje

Met het 'Grunnegs toentje' komen vergeten gewaande Groninger groentes weer tot leven

Auteur, historica en ondernemer Sanne Meijer uit Roodeschool is een Grunnegs Toentje gestart. Met de Oldambster Witte en nog negen andere typisch oud Groningse gewassen is Sanne aan het moestuinieren geslagen.

Veel van deze gewassen zijn in de loop der jaren uit de mode geraakt, vergeten en verdwenen. In de afgelopen 100 jaar is 90% van alle groentevariëteiten verdwenen. Zonde, vond Sanne, want ze horen bij ons cultureel erfgoed. Er komt gelukkig steeds meer aandacht voor duurzaam geproduceerd, lokaal, onbewerkt en seizoensgebonden eten.



Kunnen deze groentes weer hip worden door de bereiding er van aan te passen naar onze huidige smaak? Lees mee! Sanne doet via haar website www.sannemeijeronderweg.nl en via social media verslag van haar experiment en deelt inzichten, recepten en manieren van bewaren.

Als Jong Leten Eten juichen wij experimenten als deze van harte toe. Want als wij al niet weten wat 'het Wonder van Scheemda' is en in welke gerechten je ze kunt verwerken, hoe moeten kinderen dat dat weten?

Meer info: <https://www.rtvnoord.nl/nieuws/993008/het-grunnegs-toentje-van-sanne-meijer-alle-hulp-is-welkom>

Gezonde Kinderopvang van start

Hoe zorg je dat de opvang een gezonde, actieve en veilige omgeving biedt, waar pedagogisch medewerkers en gastouders zelf het gezonde voorbeeld geven? En hoe betrek je ouders en kinderen hierbij? Dat doe je met Een Gezonde Start, de scholing van Gezonde Kinderopvang. Bij de scholing hoort een tweedaagse train-de-trainer, die een stafmedewerker uit jullie organisatie opleidt tot coach Gezonde Kinderopvang. De coach wordt hét aanspreekpunt voor gezonde leefstijl binnen de organisatie en schoolt de eigen collega's structureel in Een Gezonde Start.

Schrijf je in voor de train-de-trainer in 2023:

<https://aanmelden.eengezondestart.nl/aanmelding-train-de-trainer-scholing-een-gezonde-start-2023/>

De training wordt momenteel zowel fysiek als online training aangeboden. De online training hanteert hetzelfde programma als de fysieke training. Voor de fysieke training ben je in het Fletcher Hotel in Amersfoort en bij de online training thuis of op een rustige werkbare plek. Wel zullen enkele werkvormen aangepast zijn.

Deelname is **gratis**. Per kinderopvangorganisatie kunnen twee (staf)medewerkers zich kosteloos laten opleiden tot coach Gezonde Kinderopvang. Als je wilt meedoen, dien je aan een aantal voorwaarden te voldoen. Meer informatie:

<https://www.gezondekinderopvang.nl/scholing/gezonde-start>

Smakelijke Moestuin Peuterproef

Maak groente dagelijkse kost op jouw kinderdagverblijf of voorschool en doe mee aan het programma van de Smakelijke Moestuinen!

De Smakelijke Moestuinen heeft als doel kinderen, ouders, pedagogisch medewerkers op peuterspeelzalen en kinderdagverblijven bewust te maken van de waarde van groenten en het belang van een gezond voedingspatroon bij kinderen jonger dan 4 jaar.

Door middel van 'Smakelijke Moestuinen Peuterproef' raken peuters en hun verzorgers al spelenderwijs bekend met het natuurlijke groeiproces en de voedingswaarde van groenten.



Wat biedt het programma van de Smakelijke Moestuinen? Onder andere:

- a) Een Toolbox vol educatief materiaal en activiteiten over groente;
- b) Een moestuin (squarefootgarden) met 16 vakjes waarin 16 gewassen gekweekt gaan worden;
- c) Een Moestuinbox met handige gereedschappen en materialen voor bij de moestuin;
- d) Gedurende 3 jaar bij de start van het nieuwe moestuinseizoen een zadenpakket en handig boekje;
- e) Ondersteuning: website Smakelijke Moestuinen, bezoek moestuinvrouw, digitale nieuwsbrieven etc.;
- f) Ondersteuning van ouderavonden over het thema verse groente.

Per regio is een speciaal aanbod, waarbij we vanuit Jong Leren Eten Groningen € 600,- van de benodigde € 1350,- per locatie (voor drie jaar gebruik van het programma) bijdragen. Locaties betalen zelf nog € 750,- excl. btw voor het programma van 3 jaar.

Meer informatie of opgave via Fennie.munneke@ggd.groningen.nl.

Nationale week zonder vlees en zuivel, 6 t/m 12 maart

Wanneer je als volwassene deze week geen vlees en zuivel eet bespaar je wel 193 liter water en 80 kilometer autorijden*. Dat is 18% minder water en 41% minder kilometer autorijden aan CO2 uitstoot dan iemand die wél vlees en zuivel eet. Als je je inschrijft op de website www.weekzondervlees.nl ontvang je recepten zonder vlees en zuivel, en daarnaast tips en informatie.

*Het aantal kg CO2-equivalenten dat je bespaart door een week geen vlees en zuivel te eten is voor de verbeelding omgerekend naar kilometer autorijden aan de hand van de CO2-emissiefactoren personenwagens van Milieu Centraal.

Meld je nu aan voor de Gezonde Smikkelweken - voor BSO's

De inschrijving voor de Gezonde Smikkelweken - het grootste groenten inspiratie programma voor kinderen - is geopend. Tijdens deze 3e editie gaan maar liefst 90.000 kinderen op 1.000 bso's op groenten ontdekkingstocht. Het grote succes van de afgelopen twee jaar smaakte naar meer. Daarom kunnen dit jaar bso's in heel Nederland zich inschrijven voor de tweede week van de zomervakantie in hun regio.

Wat houdt het in? Bso's ontvangen groenten activiteiten om samen met de kinderen een week lang te koken, bakken en spelen met groenten. Spelenderwijs ontwikkelen ze voedselvaardigheden, werken ze aan hun smaakontwikkeling en leren ze over gezonde en duurzame voeding. Ook hebben we een online platform met bso activiteiten voor de rest van de zomervakantie. Tenslotte krijgen alle kinderen een Kook- en Speelboek mee naar huis voor een zomer lang gezonde en duurzame pret.



Het mooie is dat alles krakend vers bij jullie op locatie wordt bezorgd, zodat het geen gedoe oplevert. En alles is in lijn met de richtlijnen van het Voedingscentrum en Gezonde Kinderopvang.

Initiatiefnemer Stichting Spoony, Jong Leren Eten en vele andere partners zorgen ervoor dat het programma niet alleen barst van de gezonde en duurzame pret, maar ook financieel zeer laagdrempelig is voor alle bso's. Locaties betalen slechts een eigen bijdrage van € 39,95 per locatie, ongeacht het aantal deelnemende kinderen. Meld jouw locatie dus snel aan op <https://gezondesmikkelweken.nl/bso-inschrijven/>, want de plekken zijn beperkt en vol = vol!

PS: Ben je benieuwd naar de ervaringen van vorig jaar of het wetenschappelijke onderzoek dat Jong Leren Eten samen met het Louis Bolk Instituut gedaan heeft?

Check www.gezondesmikkelweken.nl

Zadenbibliotheek

Steeds meer Groningse bibliotheken hebben een eigen zadenbibliotheek: een plek waar je kosteloos zaden voor bloemen, groenten of fruit kunt komen halen én brengen. Vroeger was het heel normaal dat zaden binnen de eigen omgeving werden uitgewisseld, uiteraard inclusief tips over zaaien, opkweken, verzorgen en oogsten. Met de Zadenbibliotheek doen we precies hetzelfde. Want wat is er leuker dan het delen van kennis en ervaring rondom (moes)tuinieren?

Biblionet Groningen heeft inmiddels zes bibliotheken met een eigen zadenbibliotheek: Bedum, Hoogezand, Leens, Uithuizen, Winsum en Stadskanaal. De zadenbibliotheek hebben een paar vierkante meter in een Bibliotheek. Daar vind je zakjes met de meest uiteenlopende zaden. Je mag ze gratis meenemen en natuurlijk is het fijn als je ook je eigen zaden brengt. Zo helpen we elkaar én vergroten we onze kennis over gewassen die het blijkbaar goed doen in onze provincie. Lees meer: <https://www.biblionetgroningen.nl/collectie/zadenbibliotheek.html>

Over Jong Leren Eten

Neem voor vragen en meer informatie met ons contact op:

[Fennie Munneke](#) | 06 256 340 91

[Karlien Meijer](#) | 06 211 435 28

Jong Leren Eten staat voor: zoveel mogelijk kinderen en jongeren structureel in aanraking laten komen met informatie en activiteiten over voedsel/voeding met als uiteindelijk doel dat zij leren om gezonde én duurzame keuzes te maken. Het programma is een initiatief van het ministerie van Landbouw Natuur en Voedselkwaliteit (LNV) en wordt uitgevoerd in samenwerking met het ministerie van VWS. In 2021 is een tweede programmaperiode gestart voor opnieuw vier jaar tot 2024! Bekijk de [website](#) voor meer informatie en inspiratie!

