

De Smakelijke Moestuin

Een voedings- en leefstijlprogramma voor peuters en opvoeders.

Smakelijke Moestuinen Peuterproef is een succesvol programma voor peuters in kinderdagverblijven. Een gezond gewicht begint met gezonde voeding. Kinderen ontwikkelen in die periode hun smaak en staan niet te trappelen om te experimenteren.

Door middel van de Smakelijke moestuin leren peuters veel over groente; hoe groenten groeien, hoe zij ruiken, eruit zien en vooral hoe zij smaken. Smakelijke moestuin is een speelse manier om kinderen te leren dat groenten bij de dagelijkse maaltijd horen en hoe lekker en gezond ze zijn!

Uit de evaluatie van de Smakelijke Moestuin kwam het volgende naar voren;

1. Een toename in kennis bij ouders en pedagogisch medewerkers over gezonde voeding met de focus op groenten en de effecten hiervan op de gezondheid van kinderen;
2. Een toename in het eten van groenten en fruit door peuters.

In het najaar van 2019 organiseren wij samen met GGD Haaglanden, zij zijn ook vertegenwoordigt in het project de Smakelijke Moestuin, een ouderavond om ook de ouders mee te nemen in dit project.





PIG