

Wij doen mee met de campagne Lekker Lunchen, thuis en op school!

Vanaf maandag 13 januari gaat de campagne Lekker Lunchen, thuis en op school van start! Nunspeet Beweegt wil met deze campagne gezondere keuzes voor de lunch stimuleren, zowel thuis als op school. Ook onze school doet mee!

Waarom deze campagne?

In ons land eten we vaak brood bij de lunch, met kaas, vlees of zoet beleg. Maar er zitten weinig groenten in. Dat kan makkelijk gezonder! Een voedzame lunch draagt bij aan een goede gezondheid helpt je kind beter te concentreren en haalt het beste uit hun schoolprestaties. Hoe ziet jullie lunch eruit? En wat stop jij in de broodtrommel van je kind?

Een lekkere voedzame lunch

In de klas gaan we in de komende tijd op een leuke manier aan de slag met wat kinderen meenemen in hun broodtrommel. Daarnaast krijgt elk kind in groep 1, 2 en 3 een 'Lekker lunchen-lunchboekje' mee naar huis. Dit vrolijke boekje staat vol met leuke weetjes en inspiratie om een gezonde en gevarieerde lunch samen te stellen. Denk aan voedzame producten zoals groenten, fruit, volkorenbrood en andere gezonde snacks. Voor de kinderen (groep 4 en hoger) is het lunchboekje digitaal beschikbaar. Daarnaast wordt bij groep 1 een kleurplatenwedstrijd gehouden, waarbij ze kans maken op leuke gezonde prijzen!

Bent u benieuwd of wilt u direct aan de slag? Klik op de volgende link voor de digitale versie van het lunchboekje:

<https://www.nunspeetbeweegt.nl/userfiles/gemeentemappen/nunspeet/Nunspeet-lunchboekje.pdf>