



Menukaart workshops gezonde leefstijl

Wij bieden de volgende interactieve en educatieve workshops aan over gezonde voeding en leefstijl voor kinderen en jongeren van vier tot eenentwintig jaar en hun ouders. Bijvoorbeeld op basisscholen, kinderdagverblijven, middelbare scholen, MBO en bij social fit work. Alle workshops duren 45-60 minuten en worden gegeven door een diëtist of voedingsdeskundige. Aan de standaard workshops zijn voor scholen in Leidschendam-Voorburg geen kosten verbonden.

Standaard workshops:

Middelbare scholieren / MBO

- Supermarktrondleiding / etiketten lezen (in de supermarkt en duur 1 uur)
- Suiker in dranken en tussendoortjes (suikerklontjes les)
- Wat is gezonde voeding?
- Hoe blijf/word ik fit en gezond

Kinderen groep 3 tot en met 8, hun ouders of begeleiders:

- Suiker in dranken (suikerklontjes les)
- Wat is gezonde voeding?
- Wat zijn gezonde traktaties?
- Hoe blijf/word ik fit en gezond?
- Smaaklessen
- Les over moestuinieren

Bestellen?

Keuze gemaakt voor één van bovenstaande workshops?

U kan contact met ons opnemen met Liesbeth Smit via info@primavoeding.nl.

Graag willen wij dan weten welke keuze er gemaakt is, voor welke leeftijdsgroep, voor hoeveel personen dat zal zijn en de voorkeur voor wanneer dit ingepland kan worden. We stemmen dan samen de laatste details af en verzorgen de workshop op locatie of online, indien gewenst. Mocht u een workshop wensen, die we niet in de het standaard aanbod hebben, zullen we op basis van uw vraag, kijken wat we voor u kunnen doen.

De workshops zijn mogelijk gemaakt door het Lokale Preventieakkoord gemeente Leidschendam-Voorburg en worden uitgevoerd in samenwerking met Goed bezig! door de Voedingsjuf, Hart voor voeding, Diëtistenpraktijk Leemborg en Diëtistenpraktijk Prima Voeding.