



Zaanstreek-Waterland

PERSUITNODIGING

Zaandam, 04 februari 2019

Wethouder Noordzij schuift aan bij grande finale van *Kook je fit* cursus voor kinderen

Op donderdag 14 februari vindt de afsluiting plaats van de cursus *Kook je fit*: een cursus voor kinderen waarin zij meer leren over gezonde voeding én zelf leren koken. De 12 deelnemende kinderen weten nu alles over de schijf van vijf en welke gezonde voedingsstoffen er zitten in groente & fruit. Ook zijn het echte superchefs die geweldig samenwerken. Tijdens de grande finale koken zij in buurtcentrum de Pelikaan in Krommenie voor hun eigen ouders, een aantal senioren uit de wijk, de wijkwethouder Rita Noordzij en sponsor Albert Heijn. Wij nodigen u van harte uit om hierbij aanwezig te zijn.

Gezonde én lekkere keuzes maken

De cursus *Kook je fit* is een initiatief van buurtcentrum de Pelikaan, Alimentum diëtisten, Sociaal Wijkteam Krommenie en JOGG-Zaanstad. Gedurende vijf lessen leren kinderen meer over gezonde voeding én leren zij zelf koken. De deelnemende kinderen maakten tijdens de cursus al onder andere: volkoren wentelteefjes, groentenwraps en bananenijs. De kennis en ervaring die ze tijdens de cursus opdoen, helpt de kinderen om gezonde en lekkere voedingskeuzes te maken.

Deze eerste cursus is een pilot, die zeker een vervolg gaat krijgen in 2019. Bij de werving voor de volgende cursus ligt de focus op de kwetsbare groep kinderen uit de lagere sociale klasse met kans op overgewicht. Kinderen worden uitgenodigd voor deelname via het Sociaal Wijkteam Krommenie, Alimentum diëtisten en Centrum Jong in Krommenie.

Noot voor de redactie:

U bent van harte welkom om de afsluiting van *Kook je fit* bij te wonen. Wij horen graag van u of u er bij bent. Voor vragen of aanmelden kunt u terecht bij Annelijn de Ligt, JOGG-Zaanstad: 06-11650090 en adeligt@ggdzw.nl.

Programma:

Donderdag 14 februari om 16.00 uur starten de kinderen met koken. De kinderen dienen de maaltijd op om 18.00 uur.

Locatie:

Stichting Buurtcentrum De Pelikaan, Kervelstraat 185-A, 1562 AJ Krommenie