

Hvorfor gøre det surt at leve sundt? ... se muligheder frem for begrænsninger!

Der er mange måder at sætte sundhed på dagsordenen for børn, forældre og pædagoger.

- **Foredrag**
- **Events ved store arrangementer**
- **Udarbejdelse af Mad og Måltidspolitik**
- **Mad- og aktivitets værksted**

Tag f.eks. på rejse med Diætistteamet og den lille nysgerrige drage YUM-YUM. Undervejs vil det vrirle med spændende, sjove og lærerige oplevelser for både børn og voksne.

Sunde vaner grundlægges tidligt – derfor skal børnene have en positiv oplevelse med sundhed, så det for forældrene bliver både sjovere og nemmere, at fastholde sundheden i hverdagen.

Dette er den lille nysgerrige drage YUM-YUM den helt rigtige til. Børnene vil elske at lege med YUM-YUM – med ham bliver sundhed en leg.

Sådan skrev Budstikken, Haderslev, Uge 10

Yum yum i Nustrup

Der kom sund mad på dagsordenen i Kridthuset.

Yum Yum besøgte Kridthuset i Nustrup og satte for en dag sundhed på programmet for børn og forældre. Ialt 60 personer, børn, forældre og pædagoger var samlet hvor de tog på rejse med dragen Yum Yum fra Legdigsund.dk til sunde madpakker i både teori og praksis. Der blev svinget med grydeskeer i det lille køkken, hvor børn og forældre i samarbejde tilberedte fiskerikadeller, lækre grove madpakkebolter, hjemmelavet leverpostej og meget mere.

På rejsen skulle børn og forældre lege, klippe, klidre og lave mad. Arrangementet var sat op af Diætistteamet ved Malene Iskov og Ditte-Marie Rosenlund Jespersen.

Engagementet var stort og en sjov og god oplevelse for alle. Diætistteamet oplever at positive oplevelser omkring sund mad har stor effekt og derfor er ønsket fra Diætiste-



Børnene var helt med da der gik yum yum i børnehaven.

amet at andre børnehaver går i fodsporene på Kridthuset i Nustrup. Sunde kostvaner grundlægges tidligt, så det er

vigtigt, at der sættes tidligt ind.
pra



Tilmeld dig gratis nyhedsmail

Få aktuelle kursustilbud sendt direkte. www.diaetist-iskov.dk

Kontakt os

Vi sammensætter gerne et program, der passer til jeres behov. Ring og få et uforpligtende tilbud.

Diætistteamet er en privat virksomhed ved Klinisk Diætist Malene Iskov.

Diætist-teamet tilbyder personlige vejledninger, madkurser, slankekurser og livsstilskurser.

Diætist-teamet leverer produkter, hvor vi kobler teori og praksis. Det sker aldrig med løftede pegefingre men nærmere med humor og et "glimt" i øjet.

Vi har stor erfaring fra samarbejde med private og offentlige virksomheder, foreninger, kommuner, amter, undervisningsinstitutioner og private personer.

