Beste ouder,

 “Ik laat ze zien hoe het moet. Met broccoli en wortels, ja, dan komt het zeker goed”.

Hoorde jij dit liedje al op de radio? Zong je zelf al eens mee? En zag je de grappige animatieclip al? ‘Broccoli en wortels’, het liedje van Tom Helsen, maakt deel uit van een nieuwe campagne voor ouders. Het doel? Ouders bewustmaken van hun voorbeeldrol naar kinderen als het gaat om gezond eten en voldoende beweging.

Naast het lied en verrassende radiospots, pakt Dag Allemaal vanaf 20 september vijf weken lang uit met leuke reportages over gezond opvoeden. Hoe ziet een gezonde brooddoos eruit? Welke activiteit kan je doen met je kinderen op zondag? Ontdek hoe andere ouders het aanpakken. Ben je nu al op zoek naar inspiratie en advies? Neem dan eens een kijkje op [www.gezondopvoeden.be](http://www.gezondopvoeden.be) en ontdek tips & tricks, filmpjes, doe-opdrachten en getuigenissen van andere ouders. Deze website voor ouders van kinderen tussen 2 en 18 jaar laat je nadenken over concrete situaties en is de ideale basis om je opvoedingsvaardigheden aan te scherpen. Zo kan jij je kinderen laten zien hoe het moet (met broccoli en wortels natuurlijk)!

Nog vragen? Je kan ze stellen via [www.gezondopvoeden.be/content/contact](http://www.gezondopvoeden.be/content/contact)

Vriendelijke groeten.