

Ik eet  
het  
beter



Ondersteund  
door het  
Voedingscentrum



## Over de Tong voor groep 6

### Beste ouders,

Op 7 april doet de groep van uw kind mee aan *Over de Tong*, een lesprogramma van *Ik eet het beter*. *Ik eet het beter* is een educatief platform van Albert Heijn. Binnen dit platform ontwikkelt Albert Heijn, in samenwerking met het Voedingscentrum, verschillende initiatieven die leerlingen van de basisschool actief aanzetten tot een gezonde leefstijl.

### Leerlingen proeven met smaak

Met *Over de Tong* ontdekken leerlingen van groep 6 alles over smaak. Zoet, zuur, zout, bitter en zelfs umami weten de leerlingen letterlijk blindelings te herkennen. Zo leren ze bewust te proeven en maken ze kennis met nieuwe smaken. Uiteindelijk ervaren ze hoe leuk en lekker het is om te kiezen voor gezond!

### Meer informatie

Meer informatie over *Over de Tong* en andere initiatieven van *Ik eet het beter* vindt u op [www.ikeethetbeter.nl](http://www.ikeethetbeter.nl).

Wij wensen u en uw kind veel plezier met *Over de Tong*!

### Het Ik eet het beter-team

De lesprogramma's die *Ik eet het beter* ontwikkelt sluiten alle aan bij de kerndoelen voor het basisonderwijs (OC&W) en bij de leerlijnen van de Stichting Leerplanontwikkeling (SLO).

In 2015 deden 537000 leerlingen in heel Nederland mee aan de verschillende lesprogramma's van *Ik eet het beter*.

Wortel  
en banaan  
zijn dol op  
elkaar!



GEZONDE  
SCHOOL

eerlijk over eten  
Voedingscentrum

zwijzen

ah Albert Heijn