

Aandacht op consultatiebureau voor gezonde vetten

Start campagne 'Met goed vet bak je er méér van!'

Rijswijk, 2 januari 2012 - Het is belangrijk dat peuters voldoende onverzadigde vetten binnenkrijgen. Gezonde vetten zijn onmisbaar voor de ontwikkeling van jonge kinderen. Deze boodschap brengt de Stuurgroep Kies Gezond Vet vanaf vandaag onder de aandacht van alle consultatiebureaus in Nederland. De campagne wordt ondersteund door diverse organisaties waaronder het Voedingscentrum, Artsen Jeugdgezondheidszorg Nederland en de Nederlandse Vereniging van Diëtisten.

Essentieel

Vetten leveren energie, vitamines A, D en E en essentiële vetzuren. Deze essentiële vetzuren zijn nodig voor de normale groei en ontwikkeling van kinderen. Het lichaam kan deze essentiële vetzuren niet zelf maken. Daarom moeten we ze via de voeding opnemen. Uit onderzoek blijkt dat het type vet in de voeding van veel jonge kinderen niet goed is. Kinderen eten te veel verzadigd vet, terwijl de inname van essentiële vetzuren vaak achterblijft bij de aanbevelingen. Oliën, margarine en halvarine, walnoten en vette vis zijn een bron van essentiële vetzuren.

Overgewicht

Bij een goede gezondheid hoort een gezond gewicht. Soms is het lastig om de positieve aandacht voor gezonde vetten te rijmen met het voorkómen van overgewicht. De campagne maakt duidelijk dat te veel vet niet goed is, maar dat een bepaalde hoeveelheid vet in de voeding wél nodig is.

'Met goed vet bak je er méér van!'

De campagne 'Met goed vet bak je er méér van!' is een initiatief van de Stuurgroep Kies Gezond Vet. Het Voorlichtingsbureau Margarine, Vetten en Oliën is verantwoordelijk voor de ontwikkeling en coördinatie van de campagne. Samen met JGZ professionals zijn de volgende materialen ontwikkeld:

- Een poster voor in de wacht- of spreekkamer van het consultatiebureau als trigger voor ouders;
- Een voorleesboekje voor ouders en peuters;
- Een interactief voorleesverhaal voor thuis, met een koppeling naar consumenteninformatie over het belang



van vetten in de voeding van jonge kinderen;

- Een brochure met achtergrondinformatie en wetenschappelijke onderbouwing voor de JGZ-professional;
- Een 'bewaarkaart' voor op het consultatiebureau met praktische adviezen.

Alle materialen zijn gratis en vanaf vandaag te bestellen via www.kiesgezondvet.nl.

Kijk voor meer informatie op www.kiesgezondvet.nl.

Ook kunt u contact opnemen met Marjolein van der Drift, 070 3195145/ 0610175842 e-mail: drift@mvo.nl