



MINISTER VERBURG REIKT PEUTERS HUN ALLEREERSTE DIPLOMA UIT

Smeren van boterham is belangrijke stap naar zelfstandig en gezond eten



Rotterdam, 20 april 2009 – Vandaag is de aftrap gegeven voor ‘de Week van het Smeerdiploma’. Deze week zullen naar verwachting 165.000 peuters hun allereerste diploma in ontvangst nemen. Het ‘Smeerdiploma’ is in 2007 geïntroduceerd door het Voorlichtingsbureau Margarine, Vetten en Oliën (MVO). Sindsdien hebben honderdduizenden peuters aan het Smeerdiploma deelgenomen. Het Smeerdiploma bestaat uit drie eenvoudige stappen waarbij peuters zelf leren hun boterhammen met margarine te besmeren. Minister Verburg van Landbouw, Natuur en Voedselkwaliteit reikte vanmiddag het 400.000-ste Smeerdiploma uit aan één van de peuters van kinderdagverblijf Petje Pitamientje, onderdeel van de organisatie kindeRdam, in Rotterdam.

Smeer je Groot!

Het Smeerdiploma is onderdeel van de campagne ‘Smeer je Groot’ van het Voorlichtingsbureau



Margarine, Vetten en Oliën. Kinderen, ouders en leidsters worden ervan bewust gemaakt dat het verstandig en gezond is om elke boterham te besmeren met margarine of halvarine. In de aanloop naar het Smeerdiploma leren jonge kinderen stapsgewijs een boterham te besmeren en worden ze spelenderwijs geholpen in het aanleren van een gezonde eetgewoonte. Ook worden ze gestimuleerd bij de ontwikkeling van hun fijne motoriek. "Het is bijzonder om de peuters zo bezig te zien. Het is goed dat ze op jonge leeftijd al leren wat gezond en gevarieerd eten is. En dan die trotse gezichtjes als ze hun Smeerdiploma in ontvangst nemen", aldus minister Verburg van Landbouw, Natuur en Voedselkwaliteit.

Ik zag twee beren....

In de week van 20 – 24 april kunnen peuters op 2750 kinderdagverblijven en 1000 peuterspeelzalen in Nederland hun Smeerdiploma halen. Het Smeerdiploma voor peuters bestaat uit drie stappen:

1. Zing het smeerlied met elkaar: 'Ik zag twee beren broodjes smeren...'
2. Besmeer de 'papieren' boterham met witte vingerverf.
3. Besmeer een échte boterham met margarine.

Als de peuters alle stappen doorlopen hebben, wordt het Smeerdiploma uitgereikt.

- einde bericht -

Over gezonde vetten

De meeste mensen denken bij gezond eten aan 'weinig vet'. Lang niet iedereen weet dat het belangrijk is om wel goede onverzadigde vetten binnen te krijgen. Zeker voor kinderen in de groei is vet onmisbaar. Peuters eten weinig gezonde onverzadigde vetten, zo blijkt uit TNO-onderzoek. Onverzadigde vetten zijn belangrijk voor de celopbouw en de stofwisseling. Daarnaast bevat margarine de in vet oplosbare vitamines A, D en E. Uit het onderzoek van TNO blijkt verder dat peuters die altijd hun boterham besmeren met margarine of halvarine gemiddeld gezien de aanbeveling voor vitamine D halen. Peuters die niet smeren hebben eerder een tekort aan vitamine D. Vitamine D zorgt ervoor dat calcium goed opgenomen kan worden, vandaar dat je ook vitamine D nodig hebt voor sterke tanden en botten. Het Voedingscentrum adviseert dan ook om elke boterham met halvarine te besmeren, zowel kinderen als volwassenen.

Noot voor de redactie

Voor meer informatie over het Smeerdiploma of de 'Week van het Smeerdiploma' kunt u contact opnemen met Marjolein van der Drift van het Voorlichtingsbureau Margarine, Vetten en Oliën via T 070 3195145 / 06 10175842 of E drift@mvo.nl.

[Klik hier voor meer informatie over het Voorlichtingsbureau MVO](#)