

Gezinsbond afdelingen Lovendegem en Vinderhoute

Succesvol “Gezond Ontbijt”

Buitenhuis werkende ouders hebben 's ochtends weinig tijd, kinderen happen snel in een koek of nemen een zakje chips in de hand... Kortom, de 'ontbijtcultuur' dreigt te verdwijnen. En daar wil de Gezinsbond graag verandering in brengen met de organisatie van een “gezond ontbijt”. De afdelingsbesturen van Lovendegem en Vinderhoute sloegen hiervoor de handen in mekaar.

Op zondag 24 oktober 2010 kwamen in de lokalen van “de Bron” 212 ouders en kinderen aanschuiven voor een ontbijt op basis van brood onder verschillende vormen, zuivelproducten, granen, beleg en fruit. Ondertussen informeerden 2 diëtistes de aanwezigen aan de tafels om hen te wijzen op het belang van gezonde voedingsgewoonten om de werk- of schooldag goed te starten en fit door te maken.

Tussendoor werd ook een bewegingsmoment ingeschakeld op basis van een massaal uitgeoefende inline danceparty. Immers is bewegen naast een evenwichtige voeding een noodzaak om de fysieke conditie op peil te houden.

Bijgevoegde foto's geven een beeld van de sfeer en het verloop van deze geslaagde activiteit welke kon rekenen op de milde steun van de lokale warme bakkers Lierman en De Keyser, de delicatessenzaak het Kaashuis, groenten en fruit 't Konijntje, Imperial Meat. Waarvoor een welgemeende dank.

De tevredenheid bij de aanwezigen was zeer duidelijk, eigenlijk iets om iedere zondagmorgen mee te maken. De besturen van Gezinsbond van de afdelingen Lovendegem en Vinderhoute zullen op basis van hun wederzijdse goede contacten u volgend jaar op hetzelfde tijdstip opnieuw uitnodigen.