nieuws

Kinderen spelen 'bloemkolleybal' op Veggielympics

nieuws

Door ongezonde voedingsgewoonten en te weinig beweging is één op vijf Belgische kinderen te dik. Daarom organiseert EVA de Veggielympics.

18 SEPTEMBER 2013 – LAATST BIJGEWERKT OM 4 APRIL 2020 15:12

Lees meer over:
gezondheid

Eén op vijf Belgische kinderen is te dik. Ongezonde voedingsgewoonten en te weinig lichaamsbeweging zijn de grootste boosdoeners. Daarom organiseert EVA de Veggielympics. In het Warandepark in Brussel en op de Grote Markt in Mechelen en Sint-Niklaas nemen kinderen het donderdag tegen elkaar op in disciplines zoals bloemkolleybal, wortelspeerwerpen en spruitjeshockey. Bekende topsporters moedigen hen aan.

Donderdag wordt om 14 uur in het Warandepark het startschot gegeven van de Veggielympics. Bekende sporters zoals Tia Hellebaut, Pieter Timmers, Ilse Heylen en de nationale volleybalploeg, de Red Dragons, moedigen de kinderen aan om een partijtje bloemkollybal, witloofroof of spruitjeshockey te spelen. Een 100-tal leerlingen zullen zich ook aan groente-estafette en wortelspeerwerpen kunnen wagen. De winnaars krijgen een gratis veggie kookworkshop in de klas, maar ook de andere deelnemers worden beloond. Alle veggielympiërs krijgen een 'wortelmedaille'.

Na het sporten kunnen zij samen met familie en vrienden aanschuiven aan lange picknicktafels om van lekkere vegetarische gerechten te proeven. Aan de infostand van EVA krijgen de deelnemers en hun supporters proevertjes, info over gezonde veggie voeding en handige recepten. Sporters zoals Tia Hellebaut delen via EVA hun favoriete recept met iedereen. "Ik heb er tijdens mijn carrière altijd op gelet dat ik gezond at en ook nu vind ik dat nog altijd heel belangrijk. Mijn kinderen probeer ik zo veel mogelijk verschillende groenten te laten proeven. Eén van hun favoriete gerechten is wortelpuree", aldus Hellebaut.

EVA wil zo veel mogelijk mensen verleiden om meer plantaardig te eten. De Donderdag Veggiedagcampagne zet mensen al langer aan om meer groenten en minder dierlijke producten eten. De Veggielympics zijn een nieuw en leuk initiatief van EVA om kinderen en hun ouders op een leuke en uitdagende manier kennis te laten maken met gezonde groentegerechten zonder dierlijke producten.
De actie krijgt de steun van voedingsdeskundige Patrick Mullie en bewegingswetenschapper Peter Clarys. "Natuurlijk is het niet altijd evident om kinderen gezond te laten eten. Uit gemakzucht kiezen ze makkelijker voor het stuk vlees of de frietjes op hun bord. Een vleesloze dag per week kan een handig startmiddel zijn om gezondere eet- en leefgewoonten aan te leren", aldus Mullie.
Meer info: favoriete recepten van de sporters & 'bloemkollybal'-video van onze nationale volleybalploeg

VILT vzw

Bd Simon Bolivar 17
1000 Bruxelles

Contact

M • info@vilt.be

Volg ons op:

screenreader.visit us on our facebook page: https://www.facebook.com/vilt.nieuws/
screenreader.visit us on our linkedin page: https://www.linkedin.com/company/vilt-vzw/
screenreader.visit us on our instagram page: https://www.instagram.com/vilt.nieuws
screenreader.visit us on our x page: https://x.com/vilt_nieuws
screenreader.visit us on our bluesky page: https://bsky.app/profile/viltnieuws.bsky.social

---

© 2026 VILT vzw, all rights reserved |
Privacy policy
Copyright
Cookie Policy