nieuws

Voetbalgoden onthullen geheimen voor gezonde voeding

nieuws

De Europese voetbalbond UEFA heeft in Brussel samen met de Europese Commissie het boek 'Eat for Goals!' voorgesteld. Het bevat gezonde en evenwichtige recepten die door dertien grote namen uit het mannen- en vrouwenvoetbal voorgesteld worden. Het boek, dat bedoeld is voor kinderen tussen 5 en 11 jaar, moet zwaarlijvigheid bij kinderen bestrijden. Onder meer Miroslav Klose, Ruud Van Nistelrooy en Steven Gerrard onthullen hun recept.

30 SEPTEMBER 2008 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:05

De Europese voetbalbond UEFA heeft in Brussel samen met de Europese Commissie het boek 'Eat for Goals!' voorgesteld. Het bevat gezonde en evenwichtige recepten die door dertien grote namen uit het mannen- en vrouwenvoetbal voorgesteld worden. Het boek, dat bedoeld is voor kinderen tussen 5 en 11 jaar, moet zwaarlijvigheid bij kinderen bestrijden. Onder meer Miroslav Klose, Ruud Van Nistelrooy en Steven Gerrard onthullen hun recept.

De ingrediënten en de verschillende stappen van het recept worden gedetailleerd uitgelegd in het boek. Op die manier moeten kinderen en vooral moeders, ook die met heel weinig kookervaring, evenwichtige maaltijden kunnen bereiden. Het boek geeft ook informatie over de voedingswaarde van voedingsmiddelen om de verbanden tussen gezond voedsel en een goed rendement op het terrein beter te kunnen vatten. Het project wordt gesteund door de World Heart Federation, die schat dat obesitas bij kinderen sinds 1970 maar liefst vertienvoudigd is. De Europese commissaris voor Gezondheid is blij met het initiatief. "Ik twijfel er niet aan dat het boek punten zal scoren in de geesten van de Europese jeugd", verklaarde Androulla Vassiliou. Het boek is beschikbaar in het Frans, Engels en Duits en kost 12,90 euro.(KS)

Meer informatie: Eat for Goals!

Bron: Belga</i>

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

Cookie instellingen aanpassen

Crafted by Brigada