

'Juf' Sharon schrijft boekje Blijbuikje

'Ik had niet verwacht dat het zoveel teweeg zou brengen'

Aat van Putten

NIEUWKOOP Sharon van Putten is juf op een basisschool. Tijdens 'de gezonde hapdag' op school, merkte ze dat veel kinderen zich niet echt bewust waren van wat 'gezonder' eten en drinken nu eigenlijk is. „Dat kan gezonder“, dacht Sharon, en ze verzorgde een verhaal over een jongetje dat Blijbuikje heet.

Hij raakt zijn ouders kwijt en wordt normaal gesproken getroost met snoepjes.

Via spannende avonturen in een dierenbos leert Blijbuikje gezonde producten eten en hoe de dieren met de natuur omgaan. Daar wordt zijn buikje blij van. „De kinderen uit mijn klas raakten enthousiast, praatten erover en bleven vragen om nog meer avonturen van Blijbuikje. Ik merkte ook dat de kinderen steeds vaker producten mee gingen nemen, die Blijbuikje in het bos heeft leren eten. Al snel hoorde ik: 'Kijk juf, de banaan van Aap Gaap en de druiven van Duif Druif.' Ik had niet verwacht dat het zoveel teweeg zou brengen.”

Toen ik aan een vriend van mij, die tennisleraar is, de verhaaltjes liet lezen, gaf hij aan dat hij het een



Eigen foto

■ Sharon: „Gezond eten gaat niet om 'nooit meer dit en altijd dat', maar om de balans.”

prachtig idee vond voor een boek. „Ik zou deze aanpak direct voor mijn kinderen willen proberen,” gaf hij aan.

„Uiteindelijk heeft dit alles geleid

tot een boek van 68 geïllustreerde pagina's.” Het is een beetje uit de hand gelopen, lacht Sharon. Ze vervolgt: „Omdat de avonturen worden beleefd met dieren, blijft het ook zo

hangen bij kinderen. Op een luchtige en speelse manier probeer ik kinderen iets bij te brengen over het eten en drinken van pure voeding en hoe lekker dit kan zijn.”

Sharon vindt het heel belangrijk dat de verhalen aansluiten bij de beleveningswereld van kinderen. Gezond eten gaat niet om 'nooit meer dit en altijd dat', maar om de balans, geeft Sharon aan. Genieten is vooral heel belangrijk, want ook daar krijg je een blij buikje van.

Net zoals aandacht voor de insecten en natuur om ons heen. Doordat de verhaaltjes zich afspelen in een bos, kon Sharon dan ook de samenhang met de natuur en het milieu er mooi bij gaan betrekken.

Zo gaan de verhaaltjes dus niet alleen over gezond eten, maar ook over het gezond houden van de wereld om ons heen. „Ik ben juf en dan probeer je kinderen ook te leren dat heel veel onderwerpen met elkaar in relatie staan. Het mooie is dat het educatieve duidelijk terug te lezen is in mijn boek.”

Ook veel instellingen zijn erg te spreken over het initiatief van Sharon, vooral omdat er zoveel verschillende en belangrijke onderwerpen aan bod komen.

Maar Sharon vindt het toch het leukste als er iets grappigs in de klas plaatsvindt en kinderen zeggen dat ze daar een blij buikje van krijgen. „Dan weet ik dat de kinderen blij zijn en daar krijg ik dan weer een blij buikje van haha!”

Nieuwsgierig geworden? U kunt het (voor)leesboek bestellen via www.blijbuikje.nl