

# Gezond en betaalbaar eten

## Doe mee met de receptenwedstrijd!



Sociom



gezondschap

Altijd in de buurt

## Hoe kan ik meedoen?

Het project Gezondschap is van start gegaan in Land van Cuijk! Gezondschap zorgt voor een gezond schap in de supermarkt in de buurt. Om mensen bij hun boodschappen op ideeën te brengen en te laten zien hoe lekker, gemakkelijk en betaalbaar gezond eten kan zijn.

Doe mee met de receptenwedstrijd en laat ons zien dat gezond eten ook betaalbaar kan zijn! Maar nog belangrijker: doe dit met een ander of voor een ander. Kook jij graag samen met je moeder? Is jouw broertje de grootste fan van jouw kookkunsten? Of vind je het leuk om de buurvrouw te verrassen met een lekker gerecht?

Samen koken en eten verbindt. Stuur ons jouw favoriete recept. Uiteraard gebruikmakend van de groente die je van ons gekregen hebt. Beschrijf daarnaast waarom je met of voor iemand gekookt hebt en hoe jullie dit samen hebben aangepakt. Van wie is het recept? Wie heeft er gekookt? Maak er een leuk verhaal van.

De jury bestaat uit vrijwilligers en de koks van Samen Tafelen. Samen Tafelen is een bijeenkomst voor een groep mensen in Boxmeer waar zij voor koken. Deze groep kan zo iedere woensdagavond samen gezond en lekker eten en genieten van het samenzijn.

### **Wat moet er ingezonden worden?**

- De naam van het gerecht
- De ingrediënten
- Bereidingswijze
- Op welke manier heb je met iemand of voor iemand gekookt
- Naam, telefoonnummer en mail adres.

**Datum inzending:** voor 25 maart naar [juliettevanderstap@sociom.nl](mailto:juliettevanderstap@sociom.nl)

**Prijzen:** drie keer een pakket van Wereldtuin Verdeltet t.w.v. 25 euro per stuk

**Bekendmaking:** de winnaars worden op 3 april geïnformeerd.

Centraal Kantoor  
De Raetsingel 5  
5831 KC Boxmeer  
0485 700 500  
[info@sociom.nl](mailto:info@sociom.nl)  
[sociom.nl](http://sociom.nl)

