



EEN VLIEGENDE START MET  
EEN GEZOND ONTBIJT

**JIMMY'S.**



# EVEN VOORSTELLEN

Lig jij 's ochtends liever wat langer in je bed, dan dat je de dag begint met een ontbijtje? Of misschien zijn er andere redenen waarom je in de ochtend niet eet? Zonde, want de dag beginnen met een gezond ontbijt kent hartstikke veel voordelen!

En wie kan dit nu beter uitleggen dan Gymmeester Daan. Hij heeft vele volgers op TikTok en Instagram en staat bekend om zijn grappige video's.

Ken jij Gymmeester Daan al?

  @Gymmeesterdaan



**JIMMY'S.**





# ONTBIJTEN GEEFT JE ENERGIE

Gymmeester Daan legt graag, op zijn Haagsch, aan jou uit wat deze voordelen zijn. Als gymleraar vindt hij het extra belangrijk dat kinderen gezond zijn en een gezond ontbijtje hoort hierbij!

In deze video laat hij zien wat het met je doet wanneer je wel of juist niet ontbijt.

[BEKIJK VIDEO](#)

**JIMMY'S.**





# GEZOND ONTBIJTEN ZORGT VOOR GOEDE VOEDINGSSTOFFEN

Je weet nu dat ontbijten zorgt voor energie, maar weet je dat het ook belangrijk is wat je precies eet?

Dit heeft alles te maken met voedingsstoffen. Wat dat precies zijn en hoe die jouw lichaam helpen, dat legt Gymmeester Daan jou graag uit.

[BEKIJK VIDEO](#)

**JIMMY'S.**





## DE 5 VOORDELEN VAN ONTBIJTEN

Gezond ontbijten geeft je dus energie om in de klas te zitten en zorgt voor gezonde voedingsstoffen in je lichaam.

Kan jij de andere drie voordelen opnoemen? Bekijk het laatste filmpje van Gymmeester Daan en kom erachter welke jij goed had.

[BEKIJK VIDEO](#)

**JIMMY'S.**



# EET SMAKELIJK!

Hopelijk heb je wat opgestoken van de video's van Meester Daan en heeft het jou geïnspireerd om gezond(er) te gaan ontbijten!

Dit lesmateriaal is tot stand gekomen in samenwerking met het Nationaal Schoolontbijt, Gymmeester Daan en online kids en jongeren marketing agency Jimmy's.

[www.jimmys.agency](http://www.jimmys.agency)

[www.nationaalschoolontbijt.nl](http://www.nationaalschoolontbijt.nl)

  @Gymmeesterdaan

**JIMMY'S.**

