

Cooling Down

Het is zomer, momenteel geen tropische temperaturen. Maar het zonnetje is lekker als hij er is. Helaas zie ik momenteel meer regen dan zon. Maar als het zonnetje nog even terug komt is het ook leuk om er buiten van te genieten.

Vroeger als kind vond ik het leuk als we op de camping stonden, lekker een water gevecht te houden. We kochten dan van die waterballonnen, en vulde die met water. Zo leuk die tegen een ander kapot te gooien, zodat diegene nat wordt. Dit is mij zomer tip om met je kindjes te doen op warme dagen. (sorry de zomervakantie zit er bijna alweer op, hier in het noorden is het alweer voorbij)

Mocht het nou echt te warm worden en je wilt liever binnen zitten... Nou dan zijn er nog wat verkoelende films in de aanbieding. Die kan je natuurlijk ook gewoon kijken zonder dat het warm weer is...

Wat dacht je van Frozen, nog maar net uit en nu al te zien op Netflix. Zelf wil ik hem graag zien, maar nog niet de kans gehad. Helaas ook voor mij ondersteund mijn tablet Netflix niet. Anders kon ik op de momenten dat Daan slaapt, ik kijken aangezien we nog in het ziekenhuis zijn. Dus ik moet nog even wachten om deze film te zien.



Ijs

tip!!!

Wat kan je nog meer doen om je hoofd koel te houden... Een lekker gezond ijsje maken voor jouw en je kindje. Neem wat yoghurt en pureer jouw gewenste bevroren fruit er door. Ik vind het heerlijk met banaan. Dan zorg je ervoor dat die al wat licht bevroren is, en die pureer je dus door je yoghurt. Een lekkere, simpele en gezonde snack.

Je kan je ijsje natuurlijk ook nog lekkerder maken, maar dan ook iets ongezonder om er chocolade door te doen of m&m,s... Maar als je echt pure chocolade erdoor doet is dat nog niet zo heel slecht voor je. Hoe puurder de chocolade hoe gezonder die is.