

# Foodzoekers van De Buitenhoeve

*Leren Leven vanuit Innerlijk Weten*

*Leren Leven vanuit Innerlijk Weten, dát is de missie van de Buitenhoeve School in Eesveen. “Door zelf te beleven en ervaren, maken kinderen zich kennis écht eigen en worden ze bewust van de mogelijkheden in zichzelf en de wereld. Door het weten te verinnerlijken staan onze kinderen ook later stevig in hun schoenen, en leren ze om hun leven op een manier in te richten die hij hen past”, vertelt Linda Hollink, directeur van de Buitenhoeve School.*

## Voeding als basis

Voeding en de herkomst ervan is een belangrijk onderdeel van het lesprogramma van de Buitenhoeve School. “Alles begint bij de voeding die je tot je neemt. Letterlijk: de brandstof voor je lichaam, maar ook figuurlijk: de input die je kiest om uit te diepen, de boeken die je leest, de filmpjes die je kijkt op internet, de manier waarop je met jezelf en de ander omgaat. Voeding raakt zoveel facetten in ons leven en het heeft een enorme invloed wanneer je al jong leert hier bewuste keuzes in te maken.

***“Samen zorgdragen voor de lunch en het in huiselijke sfeer opeten vinden we een belangrijk ritueel.”***

Bij ons krijgt niemand een broodtrommel mee, maar wordt iedere dag door de leerlingen zelf de tafel gedekt en het eten klaargezet”, aldus Hetty de Booys, begeleider en adjunct-directeur. “We bieden de kinderen dagelijks een biologische lunch tegen een redelijke vergoeding van de ouders. Naast het voordeel voor de ouders om geen trommels te hoeven vullen in de vroege ochtend, leren kinderen ook de verbinding aan te gaan en zorg te dragen voor elkaar rondom etenstijd in deze vluchtige tijd. Het is een van onze belangrijkste rituelen geworden.”

## Leerlijnen vlechten

Eline Geluk, betrokken ouder en activiteitencoördinator op de school, vertelt hoe zij in samenwerking met de begeleiders en ouders van school nieuwe situaties creëert waarin voeding en onderwijs gecombineerd worden.



“We hebben het doel om de verschillende stadia van voeding van begin tot eind te ontdekken, gerealiseerd in 3 fases: de herkomst van voeding, het verhandelen van voeding en het bereiden/ tot je nemen van voeding. Deze fasen geven een enorme basis waar de oorspronkelijke leerlijnen, met een nieuwe manier van kijken, zo doorheen gevlochten kunnen worden door onze ervaren begeleiders. In de eerste fase wordt onze moestuin uiteraard ingezet om te beleven, te ervaren en te bestuderen hoe uit iets heel nietsigs iets geweldigs en voedzaams kan groeien! Om nieuwe smaken te ontdekken en de oorsprong van groenten te vinden, werken ouders en kinderen samen in de moestuin. Een tuin vól mogelijkheden voor leren aan het echte leven. De leerlijnen vanuit het traditionele onderwijs vallen naadloos in de situaties in te passen. Kinderen kiezen zelf of ze samen of alleen een stukje land willen bewerken. Je eigen plek innemen is hierbij een mooi thema. Hoe groot maak ik mijn tuin (meten en berekenen en vormgeven)? Hou ik daarbij rekening met anderen? Hoe combineren we zaaiwensen als de ruimte op is?

Ook rekenen en taal vliegen ongemerkt voorbij. “Berekenen hoelang je moet wachten tot dit kleine zaadje eetbaar wordt, het vlechten van luizenpotten waarbij flink geteld en gerekend moet worden, naambordjes voor de groenten maken, voorinformatie opzoeken over verzorgen van bepaalde groenten, en ga zo maar door”. En ook blijken veel meer kinderen spruitjes te lusten dan ze zelf dachten. Want alles wat groeit in eigen moestuin wordt door de ouders en kinderen ook weer bij de lunch betrokken. In de klas staat een keukenblok met oven en kookplaat.

De traktaties maken de kinderen ook samen op school. Zo is er nooit gedoe over wat aanvaardbaar gezond is, de kinderen voelen zich uniek die dag want mogen met vriendjes hun eigen traktatie brouwen, en de ouders hebben traktatierust in een drukke verjaardagstijd. Voor iedereen een win-winsituatie.

Eén dag per week heeft de school een vleesloze dag. Zo leert iedereen wat het kan schelen in energie als je vlees een beetje mindert. De rest van de week is er voldoende vleesbeleg op tafel. Eline: “We willen geen moraalridders zijn die anderen opleggen wat goed of fout is. We vinden het wel belangrijk dat iedereen zijn eigen keuze leert maken, te midden van al die mogelijkheden en andere wensen. We creëren situaties waarin gesprek kan ontstaan. Vaak gaan die gesprekken onderling tijdens de lunch door. Daar hebben we geen lesbox voor nodig. We creëren alleen de randvoorwaarden, de ervaring, om breed na te denken en in gesprek te gaan met elkaar.”

## Netwerken

Maar voeding stopt niet bij de klas of de tuin. De Buitenhoeve gaat regelmatig op pad om ook de oorsprong van andere voedingsmiddelen te beleven. Daarvoor hoeven ze niet heel ver van huis. Er zijn ontdekmogelijkheden genoeg in iedere omgeving. “Veel mensen met een passie vinden het geweldig om kinderen te kunnen inspireren”, vertelt Eline. “We hebben erg veel leuke





samenwerkingen en inmiddels een netwerk vol mogelijkheden die niet veel hoeven te kosten. Bijvoorbeeld: in de lente appelbloesems ruiken en in de herfst diezelfde appels plukken in de boomgaard van de Fruithof. Berekenen hoeveel appels we deze week nodig hebben, wegen hoeveel kilo we geplukt hebben en de prijs berekenen samen met de vrijwilligers van de Fruithof. De appels zijn op deze manier betaalbaar en de kinderen ontdekken met hun begeleiders veel mogelijkheden om het geleerde in de praktijk te beleven. Deze appels gebruiken we weer als schoolfruit, van de mindere appels maken we zelf appelsap met een sapcentrifuge die ik al in de kast had staan. Zo leren we al een hele cyclus van grond tot mond, met weinig middelen en veel opbrengst."

***"We krijgen vaak de opmerking: zijn jullie vandaag vrij? Nee meneer, we zijn aan het leren, in het echte leven."***

Eline: "We werken ook graag samen met boerderijen in de omgeving. Een rondleiding over het boerenbedrijf. Het is niet moeilijk om daar een opdrachtenblad bij te maken wat dan weer aansluit bij de verschillende leerlijnen. De melkveehouderij De Wulpenhoeve van Siert en Femmy heeft naast koeien en paarden ook kippen waarvan we de eieren mogen rapen. Het is fijn om te merken dat er zoveel mensen hun kennis willen delen met de kinderen en openstaan voor uitwisseling en inspiratie!"



### Winkel

Sinds februari 2018 heeft de Buitenhoeve School een eigen winkel, gerund door de kinderen onder begeleiding van Eline. Ouders kunnen een wekelijks abonnement nemen op een gezonde groente- of fruittas. Oogst uit de eigen moestuin of die van een ouder wordt verhandeld en ze verkopen eieren van de dubbeldoelkippen van de boerderij. Eline: "Deze winkel biedt eindeloze mogelijkheden om talenten te ontdekken, vaardigheden te ontwikkelen en zelfvertrouwen op te bouwen. Het was voor ons de verbindende schakel tussen het begin- en eindproduct van voeding: waar komt het vandaan en waar eindigt deze cyclus? Bij de groentetassen worden bij belangstelling recepten opgezocht die thuis dan weer uitgetest worden. "Zo hadden we ineens een succesrecept met witlof en wilden sommige kinderen iedere dag wel witlof eten. Juist als je ze zelf zo'n recept laat uitkiezen en proberen, leer je kinderen vanuit innerlijke motivatie voedingsmiddelen kiezen."



### Foodzoekers

Afgelopen zomer heeft de school samengewerkt met de Foodzoekers van de Koloniehof. Een leerzaam ervaringsprogramma waar weer andere soorten voedingsfacetten de hoofdrol hebben: zwijntjes in het bos, verschillende soorten granen, wormen naar boven lokken, vergeten groenten herkennen, je eigen insectenhotel bouwen en leren over de functie van bijen. De populairste activiteiten tijdens Foodzoekers: zelf je eigen graan malen, zelf je eigen boter karnen, waar dan vervolgens je eigen pannenkoek van gemaakt wordt. De kinderen konden er geen genoeg van krijgen!

