

→ A. MOESTUINIEREN VOOR HET PRIMAIR ONDERWIJS

Je hebt ervoor gekozen om samen met de leerlingen een moestuin in te richten. De lespakketten 'Smaaklessen' en 'Lekker Fit!' zijn uitermate geschikt om kinderen kennis en vaardigheden aan te leren over het belang van gezonde voeding en dagelijks bewegen. In deze pakketten zit lesstof, een uitgebreide docentenhandleiding, actieve thuis- en groepsopdrachten en leuke weetjes over onder meer voeding. Groenten en fruit uit de eigen moestuin kunnen daar bij helpen. 'Smaaklessen' geeft advies en uitleg bij het moestuinieren als onderdeel van de extra activiteit Smaakmissie. Het programma Gezonde School beveelt deze erkende activiteiten dan ook van harte aan. Kijk op www.gezondeschool.nl voor meer informatie over deze lespakketten en over werken met de Gezonde School-aanpak.

→ B. KOKEN VOOR HET PRIMAIR ONDERWIJS

Je hebt ervoor gekozen om samen met de leerlingen te gaan koken. In het lespakket van 'Smaaklessen' staat advies hoe een kookles te organiseren en uit te voeren. Het doel van het lespakket is om leerlingen van 4-12 jaar via smaakopvoeding te interesseren voor voeding en hen voedselvaardigheden aan te leren. Hierdoor kunnen zij op latere leeftijd mee bewuste keuzes maken voor een gevarieerd, gezond en duurzaam eetpatroon.

In lespakket 'Lekker Fit!' zit een mini-handleiding 'Koken' met veel verschillende gezonde recepten om op school te bereiden. Het programma Gezonde School beveelt deze erkende activiteiten voor het primair onderwijs dan ook van harte aan. Kijk op www.gezondeschool.nl voor meer informatie over deze lespakketten en over werken met de Gezonde School-aanpak.

→ C. EXCURSIE - GASTLES VOOR HET PRIMAIR ONDERWIJS

Je hebt gekozen voor een gastles over voeding of wil graag samen met de leerlingen op excursie naar een locatie waar ze meer leren over voeding. Op www.groengelinkt.nl vind je veel educatieve activiteiten en locaties in de buurt voor een excursie. Een breed aanbod is ook te vinden op de website van boerderij educatie www.boerderijeducatienederland.nl. Een excursie is een mooie aanvulling op een lespakket. Het programma Gezonde School beveelt verschillende lespakketten aan voor leerlingen in het primair onderwijs. Zij raken daardoor nog meer geïnteresseerd in gezonde voeding en leren voedselvaardigheden. Hierdoor zullen zij op latere leeftijd bewustere keuzes maken voor een gevarieerd, gezond en duurzaam eetpatroon. Bijvoorbeeld de lespakketten 'Lekker Fit!', 'Smaaklessen' en 'Ik Eet Het Beter'. Kijk op www.gezondeschool.nl voor meer informatie over deze lespakketten en over werken met de Gezonde School-aanpak.

→ A. MOESTUINIEREN VOOR HET VOORTGEZET ONDERWIJS

Je hebt ervoor gekozen om samen met de leerlingen een moestuin aan te schaffen, te maken en in te richten. Een moestuin voor de school sluit goed aan bij het profiel Natuur en Gezondheid. Het programma Gezonde School heeft een compleet overzicht van lesprogramma's die aandacht schenken aan gezonde voeding. Zoals 'Weet Wat Je Eet' waarbij leerlingen inzicht krijgen in hun voedingsgedrag. Of 'Dolt' dat aanzet tot gezond eten en bewegen. Een moestuin bij school kan ook ingrediënten leveren voor [de Gezonde Schoolkantine](#). Kijk op www.gezondeschool.nl voor meer informatie over deze lespakketten en over werken met de Gezonde School-aanpak.

→ B. KOKEN VOOR HET VOORTGEZET ONDERWIJS

Je hebt ervoor gekozen om samen met de leerlingen te gaan koken. Koken kan als ervaringsles een bijdrage leveren aan het vergroten van kennis over gezond, veilig en bewust eten. Het lespakket 'Weet wat je Eet' werkt in 9 lessen toe naar zelf een gezonde duurzame maaltijd koken. Het lesonderdeel 'Koken' van het lesprogramma 'Dolt' gaat over het kiezen van een gerecht, boodschappen doen, de voorbereiding en het daadwerkelijke koken. Het programma Gezonde

School beveelt deze erkende activiteiten dan ook van harte aan. Kijk op www.gezondeschool.nl voor meer informatie over deze lespakketten en over werken met de Gezonde School-aanpak.

→ C. EXCURSIE - GASTLES VOOR HET VOORTGEZET ONDERWIJS

Je hebt voor een gastles over voeding gekozen of wil samen met de leerlingen op excursie naar een locatie waar ze meer leren over voeding. Op www.groengelinkt.nl staan veel educatieve activiteiten en locaties in de buurt voor een excursie. Een breed aanbod staat ook op de website van boerderij educatie www.boerderijeducatienederland.nl. Een excursie kan ook een mooie aanvulling op een lespakket zijn. Het programma Gezonde School adviseert om de excursie of gastles in te bedden in een lesprogramma, zoals 'Dolt' dat aanzet tot gezond eten en bewegen of het lesprogramma 'Weet Wat Je Eet', waarbij leerlingen inzicht krijgen in hun voedingsgedrag. Door de inbedding van de excursie in een volledig lesprogramma zullen kinderen op latere leeftijd bewustere keuzes maken voor een gevarieerd, gezond en duurzaam eetpatroon. Kijk op www.gezondeschool.nl voor meer informatie over deze lespakketten en over werken met de Gezonde School-aanpak.

→ A. MOESTUINIEREN VOOR HET MIDDELBAAR BEROEPSONDERWIJS

Je hebt ervoor gekozen om samen met de studenten een moestuin aan te schaffen, te maken en in te richten. Het programma Gezonde School heeft een mooi overzicht van lesprogramma's die aandacht schenken aan gezonde voeding. Zoals 'Ik Eet Het Beter', waarbij studenten inzicht krijgen in hun voedingsgedrag of de [ondersteunende lesmaterialen van Vitaal MBO](#). Een moestuin bij school kan ook ingrediënten leveren voor de Gezonde Schoolkantine. Kijk op www.gezondeschool.nl voor meer informatie over deze lespakketten en over werken met de Gezonde School-aanpak.

→ B. KOKEN VOOR HET MIDDELBAAR BEROEPSONDERWIJS

Je hebt ervoor gekozen om samen met studenten te gaan koken. Het programma Gezonde School heeft een mooi overzicht van lesprogramma's die aandacht schenken aan gezonde voeding. Zoals het programma 'Ik Eet Het Beter' waarbij leerlingen inzicht krijgen in hun voedingsgedrag of de ondersteunende lesmaterialen over [Voeding van Vitaal MBO](#). Een moestuin bij school kan ook ingrediënten leveren voor de Gezonde Schoolkantine. Kijk op www.gezondeschool.nl voor meer informatie over deze lespakketten en over werken met de Gezonde School-aanpak.

→ C. EXCURSIE - GASTLES VOOR HET MIDDELBAAR BEROEPSONDERWIJS

Je hebt gekozen om een excursie of gastles te gaan organiseren voor/ met studenten. Op www.groengelinkt.nl vind je aanbieders van excursies of gastlessen op scholen. Voor boerderij bezoek bevelen we de boerderijen aan die vermeld staan op www.boerderijeducatie.nl. Gezonde School adviseert om de excursie of gastles in te bedden in een lesprogramma, zoals 'Ik Eet Het Beter'. Hierbij krijgen studenten meer inzicht in hun voedingsgedrag. Het [gratis lesmateriaal van Vitaal MBO, samengesteld door het Voedingscentrum](#), is mogelijk ook interessant. Kijk op www.gezondeschool.nl voor meer informatie over deze lespakketten en over werken met de Gezonde School-aanpak.