

## Voedselonderwijs voor alle basisschoolleerlingen: hoe krijg je dat voor elkaar?

**Alle klassen van O.B.S. Hannie Schaft in Zandvoort krijgen les in voedseleducatie. Drijvende kracht hierachter is juffrouw Karina Veeren, die hiervoor handig haar netwerk inzet, zoals ouders, supermarkten en andere middenstand. Ook de Gezonde School adviseur en GGD speelden een rol hierbij. Wat voor activiteiten rond voedseleducatie heeft de school allemaal ondernomen?**

"We zijn al 5 jaar druk bezig met voedseleducatie, maar sinds een paar jaar hebben we dit gekoppeld aan het vignet Voeding van de Gezonde School. Dat was het officiële haakje om onze voedselactiviteiten groter te gaan aanpakken", vertelt leerkracht Karina Veeren. Haar geheim voor de grotere aanpak van de activiteiten? "Houd het contact warm met alle mensen die enthousiast zijn over voedseleducatie en tegelijkertijd een bijdrage kunnen leveren!"



### Keuringsdienst van Waren in een strandtent

Want dat is grotendeels hoe Karina de insteek heeft gerealiseerd. De groepen 5 en 8 gingen vorig schooljaar langs bij een strandtent, omdat de ouders van leerlingen daar werken als chefkok. De Jong Leren Eten subsidie werd hiervoor gedeeltelijk gebruikt. Karina: "De hele strandtent was even omgetoverd tot een paradijs voor voedselonderwijs, waar de leerlingen een Keuringsdienst van Waren naspeelden. Er waren verschillende 'eilandjes', waar ze iets konden proeven. Denk hierbij aan een dranken eiland, met o.a. thee, bio sapjes en kokosnootmelk. Maar ook een eiland waar de kinderen verse groenten en diepvriesgroenten konden vergelijken en een eiland waar ze kennismakten met vlees. Proefden ze verschil tussen bewerkt vlees en vers vlees? De mossels van de BBQ vonden ook gretig hun aftrek en de waaghalzen mochten ook een oester opensteken en die opeten. De kinderen vonden het fantastisch!"



## Op bezoek bij de imker en gezonde traktaties

Daarnaast heeft Karina ook geregeld dat de kinderen op bezoek kunnen bij een imker in het dorp waarmee ze bevriend is. De imker vertelt meer over honing en de kinderen mogen de bijenkasten en bloementuin bezoeken. De lokale supermarkt benaderde Karina zelf of ze de school konden bijstaan, vanuit hun maatschappelijke betrokkenheid. Karina: "We hebben een wedstrijd gehouden onder de kinderen wie de gezondste traktatie kon bedenken. De winnende traktatie werd vervolgens gesponsord door de supermarkt. Dat is een tip die ik sowieso mee wil geven aan scholen: ga eens vragen bij een nabij gelegen supermarkt of zij vanuit hun maatschappelijke betrokkenheid willen bijdragen. Als je het niet vraagt weet je het niet en als het doorgaat, is dat een mooie aanvulling op je activiteiten."

## Gastlessen over tandverzorging en Schijf van Vijf

Ook wat betreft gastlessen heeft de basisschool een leuk programma. Er komen regelmatig tandartsen of tandartsassistenten langs om meer te vertellen over tandenpoetsen en het belang van goede voeding hierbij. En via haar kennissenkring kreeg Karina contact met studenten van de Hogeschool van Amsterdam, die de opleiding Diëtiëk volgen. Deze studenten verzorgen lessen over de Gezonde Schijf van Vijf, wat mooi past binnen hun stage- en onderzoeksopdrachten.

## Tips voor het organiseren van voedseleducatielessen

Karina is één dag in de week ingeroosterd om zich bezig te houden met voedseleducatie. Ze heeft dan bijvoorbeeld contact met de Gezonde School adviseur. Als aanvulling daarop volgt ze ook workshops die worden aangeboden rond de vignetten. Naast Voeding, heeft haar school ook het vignet Sport en Welbevinden. Karina: "Het geeft mij voldoening dat we als team ons steeds blijven door ontwikkelen rond de vignetten. Dingen die goed gaan blijven erin en anders blijven we het verbeteren. En ik kan het niet genoeg benadrukken, we boffen enorm met alle aardige mensen hier in het dorp die willen helpen met activiteiten. Dat is direct de tip die ik aan leerkrachten meegeef: kijk welke samenwerking je kunt aangaan met bedrijven, winkels en ouders van de kinderen rond voedseleducatie. De drempel ligt dan niet al te hoog, het is een lage kostenpost en vaak kun je veel voor elkaar krijgen".

## Ondersteuning vanuit Jong Leren Eten

Vanuit haar rol als Jong Leren Eten makelaar en Gezonde School adviseur hielp Nienke Chantrel mee met de verwezenlijking van de voedseleducatie op O.B.S. Hannie Schaft. Nienke: "Regelmatig heb ik met juffrouw Karina rond de tafel gezeten om te overleggen over wat de beste stappen waren voor de school, waar de potjes met geld zaten om dit te subsidiëren (Jong Leren Eten) en ik overleg vaak met de gemeente om te zien of er iets extra's te regelen valt voor de school. Daarnaast heb ik Karina ook geattendeerd op de masterclasses van de Gezonde School, zodat ze daarmee ook up-to-date blijven."

