

Menukaart voedseducatie regio Leiden

Iedereen voedselwijs!

Wilt u als school, leerkracht of pedagogisch medewerker aan de slag met voedseducatie? Hier vindt u meer informatie over de thema's en het aanbod van activiteiten in Leiden en omgeving!



voedselproductie



duurzaam kiezen

gezonde voeding



bewust kiezen



smaak



voedselbereiding

Voedseleducatie - een praktische aanpak

Goed voor jezelf zorgen, voor de ander en voor je omgeving; dat komt allemaal samen in leren over voeding en voedsel. Voedseleducatie verbindt gezondheidseducatie en natuur- en milieueducatie (NME) met elkaar. Het onderwerp biedt een rijke leeromgeving waarin kinderen kennis en vaardigheden verwerven en waarden ontwikkelen die ze al snel zelf kunnen toepassen. Voedseleducatie is bij voorkeur praktisch en ervaringsgericht. Want door zelf te doen en samen te werken wordt theoretische kennis via hoofd, hart en handen pas echt verankerd in de leefwereld van het kind. Zowel school als kinderopvangorganisatie kunnen daarin een belangrijke rol vervullen.

Het landelijk impulsprogramma [Jong Leren Eten](#) werkt daarom met GGD's, JOGG, lokale NME-organisaties en tal van anderen samen, om voor alle kinderen dichtbij huis en school een goed aanbod van educatieve en ervaringsgerichte activiteiten over voedsel te realiseren. Er is al veel, maar hoe vind je daarin je weg? Dit overzicht kan daarbij helpen.

6 thema's

Gezonde en duurzame voeding gaat over:

-  **Smaak**
-  **Gezondheid**
-  **Voedselproductie**
-  **Bewust kiezen**
-  **Voedselbereiding**
-  **Duurzaam kiezen**

We adviseren om tijdens het opgroeien van kinderen aan alle onderwerpen aandacht te besteden. Daarbij kun je het aanbod in deze gids gebruiken. Via de links kom je direct op websites waar je over deze activiteiten meer informatie vindt.

Kwaliteitsborging

De lesmaterialen en activiteiten uit dit aanbod voldoen aan een aantal basiscriteria die door Jong Leren Eten zijn vastgesteld en worden jaarlijks geëvalueerd.

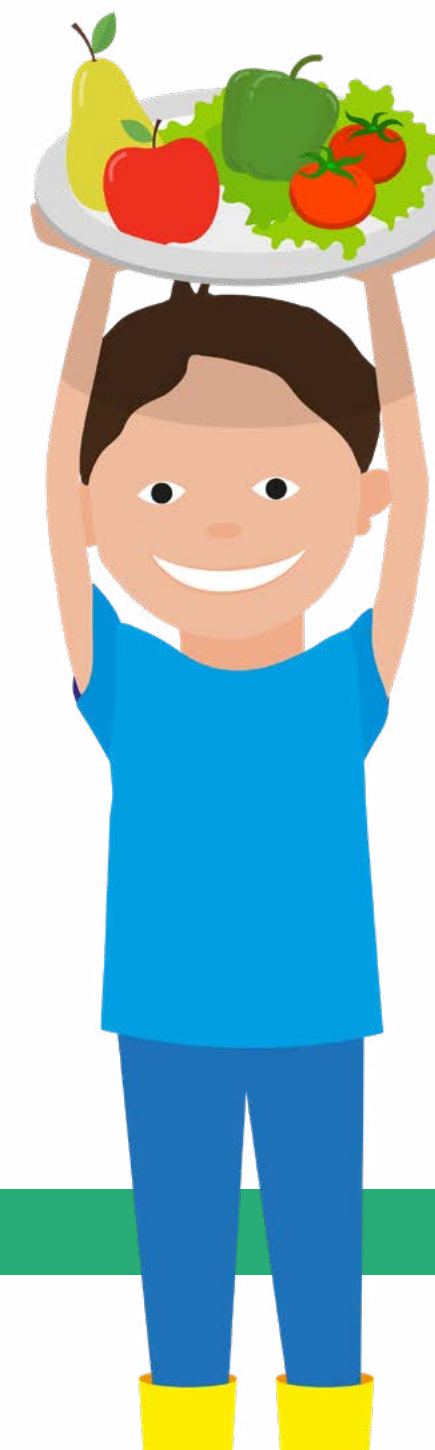
Jong Leren Eten streeft naar structurele verankering van voedingseducatie in het schoolbeleid en lesprogramma. Onderwijsinhoudelijk haakt Jong Leren Eten aan bij het [Leerplankader Sport, Bewegen en Gezonde Leefstijl](#), thema Voeding van het Nationaal Expertisecentrum voor Leerplanontwikkeling (de SLO).

Financiering & kosten

Alle genoemde activiteiten hebben een eigen kostenplaatje. Je vindt hierover meer informatie op de gelinkte website.

Subsidie Jong Leren Eten

Voor ervaringsgerichte activiteiten, zoals moestuin- of kooklessen of een bezoek aan een boerenbedrijf kun je eventueel een [subsidie](#) aanvragen via het programma Jong Leren Eten. Deze subsidie wordt voor het onderwijs opengesteld tussen 1 en 31 september. Voor de kinderopvang zijn er meerdere rondes per jaar.



Toelichting

Een effectieve aanpak om aandacht aan voedsel te geven ziet er als volgt uit:

- kies als organisatie voor structureel werken aan goede voeding: ga voor het vignet Voeding van Gezonde School of Gezonde Kinderopvang;

- zoek daarbij een educatief/activiteitenprogramma waarmee je de komende jaren in alle groepen aan de slag kunt, zoals Smaaklessen, Ik Eet het Beter en EU-Schoolfruit voor het basisonderwijs en Smakelijke Moestuin voor de kinderopvang of Smaakplezier voor de BSO;

- vul dit programma verder in met ervaringsgerichte activiteiten, zoals Moestuiniëren, Boerderijbezoek en Proeven & Koken. Voor een kennismaking daarmee is de subsidieregeling Jong Leren Eten beschikbaar.

Zo bouwen we samen aan brede betrokkenheid van kinderen bij gezonde en duurzame voeding!



smaak



gezonde voeding



voedselproductie































bewust kiezen



voedselbereiding



duurzaam kiezen

Stappen	Activiteit	Thema's
Beleid	Gezonde School / Kinderopvang	 
Structureel educatief programma	Bijvoorbeeld Smaaklessen	     
Aanvullende activiteiten in de gemeente	Moestuiniëren	    
	Boerderijbezoek	   
	Proeven en koken	    
	Diversen	     

Thema's

Educatie over gezond en duurzaam voedsel omvat een rijkdom aan onderwerpen, geclusterd in 6 invalshoeken die terugkomen in de aangeboden activiteiten:



Smaak

Wat is je smaak? Welke zintuigen heb je? Durf je nieuwe soorten eten te proeven?

Smaak is voor kinderen een interessante ingang om met het thema voeding aan de slag te gaan. Onderwerpen binnen het thema Smaak zijn bijvoorbeeld: Praten over wat smaak is, wat je smaak beïnvloedt en over verschil in smaken. Proeven met alle zintuigen. Proeven van nieuwe producten. Zo breiden kinderen hun smaakpalet uit. Ook culturele aspecten van smaak kunnen aan de orde komen.



Gezonde voeding

Waarom heb je eten en drinken nodig? Waarom heeft je lijf meer aan fruit, groente en brood dan aan chips en roze koeken?

Bij Gezonde Voeding gaat het bijvoorbeeld over de Schijf van Vijf (van het Voedingscentrum). Ook leren kinderen over de verhouding tussen eten en bewegen (de energiebalans). Ze leren dat je door te eten energie binnenkrijgt en dat je dit verbruikt door te bewegen. Kinderen leren dat de energie die je eet en de energie die je verbruikt met elkaar in balans moeten zijn.



Voedselproductie

Welke weg heeft je eten afgelegd voor het op je bord kwam?

Hoe zit het met eten en duurzaamheid?

Bij het thema Voedselproductie gaat het om onderwerpen zoals de oorsprong van voedsel en voedselproductie, voedselbewerking en duurzaamheid. Kinderen leren onder andere dat er verschillende manieren zijn om eten te produceren en wat de voor- en nadelen zijn. Ook leren kinderen over dierenwelzijn en over het onderwerp Fairtrade.



Bewust kiezen

Wat kun je in de winkel kopen? Wat staat er op het etiket? Welke invloed heeft jouw voedsel op de aarde? En welke keuzes kun je maken?

Bij dit thema worden leerlingen zich bewust dat er keuzes te maken zijn bij het kopen en bereiden van voedsel. Kinderen leren bijvoorbeeld te analyseren wat er precies in een product zit en hoe je voorkomt dat je eten verspilt. Ook is er expliciet aandacht voor de invloed van ons voedsel op de aarde. Denk aan afwegingen rondom wel of geen dierlijke producten, biologisch voedsel, producten van ver of dichtbij.



Voedselbereiding

Hoe maak je een gezonde, lekkere lunch? Hoe lees je een recept? Welke sociale vaardigheden horen er bij samen eten?

Bij dit thema gaan kinderen zoveel mogelijk praktisch aan de slag met het bereiden van voedsel. Ze leren bijvoorbeeld een recept lezen en aanpassen en diverse kook- en baktechnieken. Ook kan aandacht worden besteed aan de sociale kant, zoals tafelmanieren.

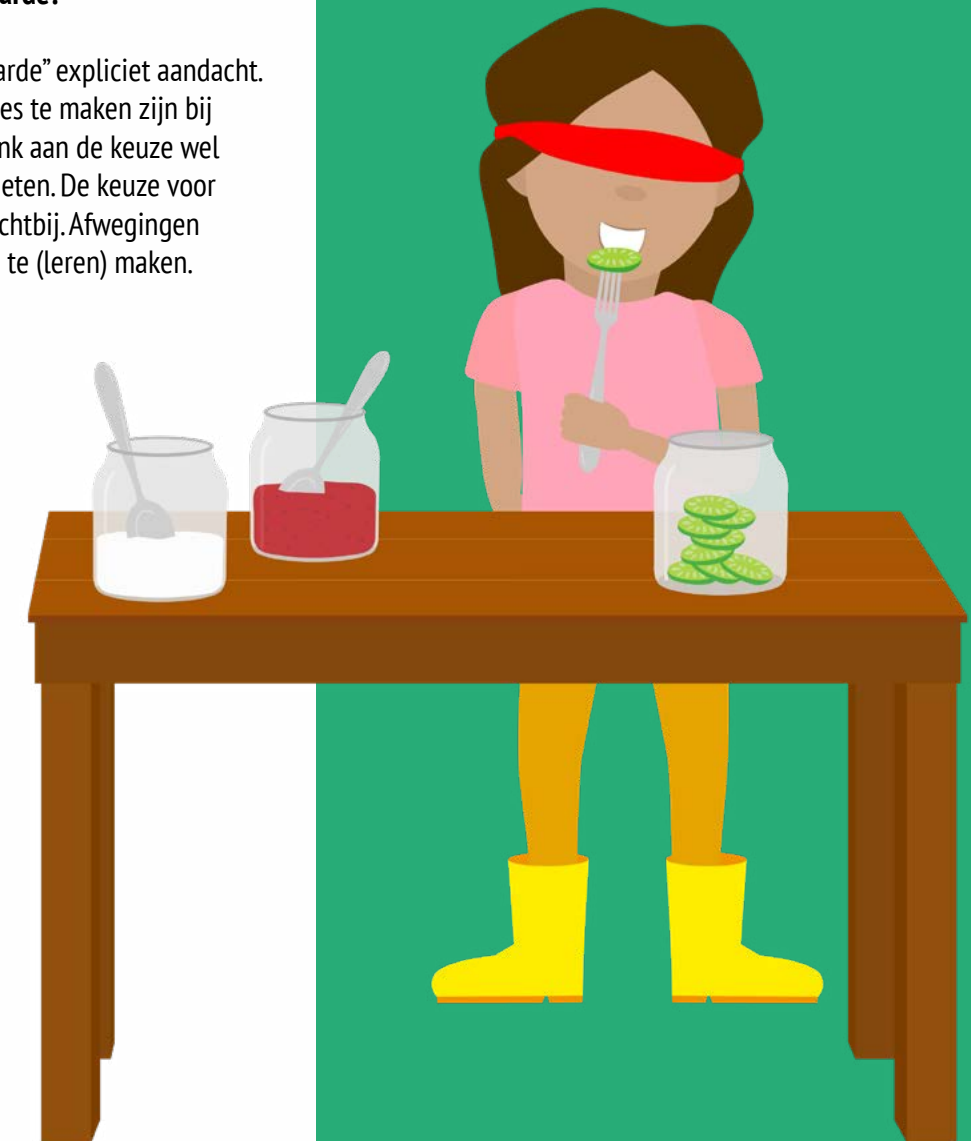


Duurzaam kiezen

Welke invloed heeft jouw voedsel op de aarde?

En welke keuzes kun je maken?

In dit thema krijgt "gezond voor de aarde" expliciet aandacht. Leerlingen worden zich bewust dat er keuzes te maken zijn bij het kopen van voedsel en het bereiden. Denk aan de keuze wel of geen of minder vlees en melkproducten eten. De keuze voor biologisch voedsel, producten van ver of dichtbij. Afwegingen worden besproken om zelf bewuste keuzes te (leren) maken.



Gezonde school

Gezond eten en drinken is voor alle kinderen belangrijk. Via gezonde voeding (basisvoeding) krijgen kinderen voedingsstoffen binnen die van belang zijn voor een gezonde groei en ontwikkeling. Kinderen brengen een groot gedeelte van de dag door op school. Daarom streven we ernaar dat op scholen gezond wordt gegeten en gedronken. Het programma Gezonde School stimuleert scholen om structureel en planmatig te werken aan een gezonde leefstijl op school.

Voeding en Bewegen zijn twee van de 8 thema's binnen Gezonde School. De [GGD Hollands Midden](#) werkt volgens de 'Gezonde School werkwijze'. Door alle pijlers effectief en structureel op te pakken, werkt school op een planmatige manier aan gezondheid en komt ze in aanmerking voor de Gezonde School vignetten 'voeding' en 'bewegen en sport'. De vignetaanvragen worden getoetst en beoordeeld door deskundigen van het Voedingscentrum (voeding) en KVLO (bewegen en sport). Het vignet Gezonde School biedt school erkenning, borging van beleid en een duidelijk kader.



gezonde voeding



bewust kiezen

Aanbevolen erkende lesprogramma's voor PO zijn [Smaaklessen](#) en [Lekker Fit!](#). Voor het VO is dit [Weet wat je eet](#) en [Krachtvoer](#), maar u kunt ook uw eigen programma samenstellen en voorleggen ter goedkeuring. Daarbij kunt u natuurlijk dit overzicht van voedseducatie goed benutten!

Advisering Gezonde School

De GGD Hollands Midden biedt scholen ondersteuning om te werken met de Gezonde School aanpak. Scholen kunnen in de maanden maart en april een subsidie aanvragen via het [Ondersteuningsaanbod Gezonde School](#). Houd de data van de inschrijvingsperiode in de gaten!

Ondersteuning houdt in:

- 10 uur advisering van de adviseur [Gezonde School van de GGD Holland Midden](#)
- een geldbedrag van 3000 euro per school voor taakuren of erkende activiteiten in dit kader.
- (verplichte) scholing voor de Gezonde School coördinator van school.

Meer informatie over de Gezonde School vindt u op de website van de [GGD Holland Midden](#). Contact Kathelijne Hazenoot via gezondeschoolhm@ggdhm.nl.

Gezonde Kinderopvang en BSO

Voor de kinderopvang en buitenschoolse opvang zijn er vergelijkbare programma's die u kunnen ondersteunen bij het structureel inbouwen van aandacht voor gezonde voeding in de organisatie. Neem eens een kijkje op www.gezondekinderopvang.nl. Er is een speciale training om dit onderwerp in de organisatie verder te ontwikkelen.

En ook hier geldt: jong geleerd is oud gedaan! Veel van de activiteiten die in dit overzicht worden aangeboden zijn ook toepasbaar voor de kinderopvang (moestuintjes, smaakactiviteiten) en de buitenschoolse opvang (boerderijbezoek, kookworkshops enz.)! Daarvoor kunt u subsidie aanvragen via www.jonglereneten.nl.

JOGG

Lekker in je vel zitten door voldoende bewegen, gezond eten en drinken. Dat is soms makkelijker gezegd dan gedaan; reden waarom de gemeente Leiden het belangrijk vindt om de inwoners daarin te ondersteunen. De JOGG-aanpak is een lokale, integrale en duurzame aanpak rondom kinderen, hun ouders/verzorgers en de omgeving, waarin een gezonde leefomgeving en gezonde leefstijl centraal staat. De JOGG-regisseur zorgt voor meer draagvlak in de lokale politiek, het bevorderen van publiek-private samenwerkingen en het creëren van een gezondheidsnetwerk. Samen met diverse maatschappelijke partners zet de JOGG-regisseur zich dagelijks in om op duurzame wijze de leefomgeving van kinderen en jongeren gezonder te maken. De aanpak is gericht op alle omgevingen waarin het kind zich bevindt, dit zijn o.a. scholen en kinderdagverblijven. Daarnaast richt de regisseur zich op de Gezondere Sportkantine en is er aandacht voor de Gezonde Werkvloer.

JOGG Leiden Regisseur: Lilian Baars
lbaars@solnetwerk.nl
06-14880926



GEZONDE
SCHOOL



Smaaklessen

Smaaklessen is hét effectieve lesprogramma over eten en smaak voor kinderen op de basisschool. Met Smaaklessen wordt de nieuwsgierigheid en interesse van kinderen naar gezond en duurzaam eten opgewekt. Voor de buitenschoolse opvang is er de map Smaakplezier, met tal van activiteitensuggesties over voedsel en voeding!

Inhoud

De volgende thema's komen in het programma Smaaklessen aan bod:



smaak



gezonde voeding



voedselproductie



bewust kiezen



voedselbereiding



duurzaam kiezen

Lesmethode

Het lesmateriaal bestaat uit een leraren-handleiding, 9 lessen voor groep 1/2, 5 lessen per groep voor groep 3 t/m 8 en kopieerbladen. Daarnaast is er ook een online digibordmodule. Alles is volledig uitgewerkt zodat u zo snel mogelijk aan de slag kunt. De lessen duren gemiddeld 60 minuten per les. Het lesmateriaal is gratis te downloaden via smaaklessen.nl.

Er zijn verschillende manieren om Smaaklessen in te zetten:

- Project: Verdeel de lessen over de dagen van de projectperiode.
- Verspreid over het schooljaar: Maak van tevoren een planning, zodat alle lessen aan bod komen.
- In koppeling met andere lesmethoden.

Chef!

[Chef!](#) is het gratis online lesportaal met alle lessen en activiteiten van Smaaklessen en EU-Schoolfruit. In Chef! kan je flexibel en op maat aan de slag met voedseleducatie op school. De interactieve lessen worden via het digibord gegeven.

Smaakleskist

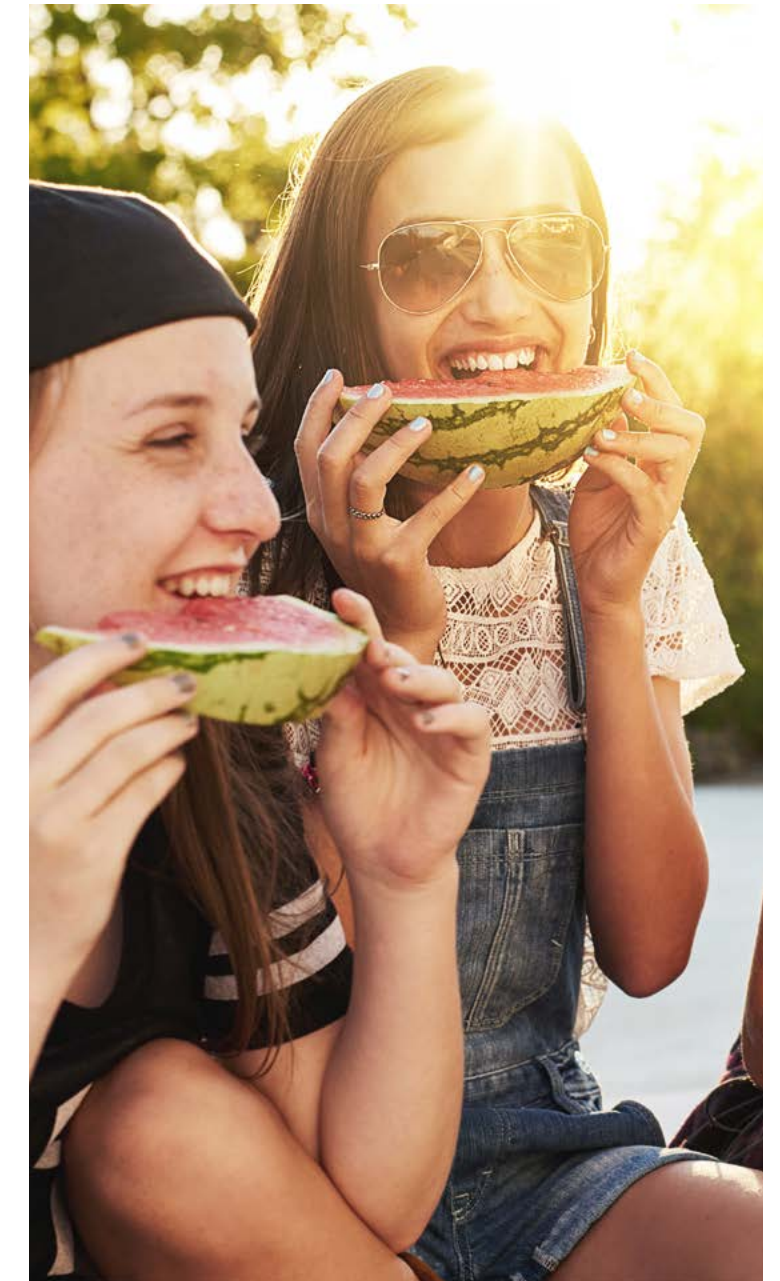
In de Smaakleskist zit de lesmap met het lesmateriaal en alle keukenmaterialen die u kunt gebruiken tijdens het geven van Smaaklessen. U kunt deze lenen bij NDE Leiden door contact op te nemen met nde@leiden.nl en 06-1888976. Ook is deze te leen bij [MEC Leiderdorp](#) en de [De groene bol](#). U kunt ook de lesmap (€75,-) of een Smaakleskist (€300,-) kopen via www.smaaklessen.nl. Daar is ook uitgebreidere informatie te vinden over het programma.

Bij Smaaklessen hoort écht zien, ruiken, voelen en proeven van eten. Dit betekent dat u voor vrijwel alle lessen een aantal echte voedingsmiddelen nodig heeft, die u zelf kunt aanschaffen. Of combineer of vervang een smaakles door een gastles van een aanbieder in de regio.

Smaakmissie's

Smaaklessen wordt aangevuld met verdiepende interactieve lesmodules over de herkomst van de diverse voedselproductgroepen. Er zijn negen Smaakmissies beschikbaar die verdeeld zijn over de groepen van de basisschool. Kinderen gaan zowel binnen als buiten de klas op avontuur. Elke Smaakmissie bestaat uit een introductie van de missie, lessen in de klas, een excursie naar een productiebedrijf, een huiswerkopdracht in de winkel en een kookopdracht.

>In dit overzicht vindt u suggesties voor excursies in de regio Leiden die aansluiten bij deze Smaakmissies!



Gezonde voeding

Waarom heb je eten en drinken nodig? Waarom heeft je lijf meer aan fruit, groente en brood dan aan chips en roze koeken?

Bij Gezonde Voeding gaat het bijvoorbeeld over de Schijf van Vijf (van het Voedingscentrum). Ook leren kinderen over de verhouding tussen eten en bewegen (de energiebalans). Ze leren dat je door te eten energie binnenkrijgt en dat je dit verbruikt door te bewegen. Kinderen leren dat de energie die je eet en de energie die je verbruikt met elkaar in balans moeten zijn.

Aanbod:

KDV

- **Op KDV**
 - [Gezonde start](#) (KDV)

PO & BSO

- **Op school of BSO**
 - [Brood aan de Basis](#) (groep 1-8)
 - [EU schoolfruit](#) (groep 1-8)
 - [Fitgaaf](#) (groep 1-8)
 - [Fruitvriendjes Schoolfruit](#) (groep 1-8)
 - [Gastlessen gezonde voeding](#) (groep 1-8)
 - [Gezonde kinderopvang BSO](#) (BSO)
 - [Gezonde school](#) (groep 1-8)
 - [Gezonde School - vignet Voeding](#) (groep 1-8)
 - [Groente zet je tanden erin!](#) (groep 1-8)
 - [Groentjessoep, maakt je wijzer!](#) (groep 1-8, SO)
 - [Kinderen doen mijn eet experiment](#) (groep 5-8)
 - [Lekker Fit \(Lespakket\)](#) (groep 1-8)
 - [Nationaal Schoolontbijt](#) (groep 1-8)
 - [Smaaklessen](#) (groep 1-8)
 - [Smaaklessen](#) (groep 1-8, BSO)
 - [Smaakmissies](#) (groep 1-8)
 - [Smaakplezier](#) (BSO)

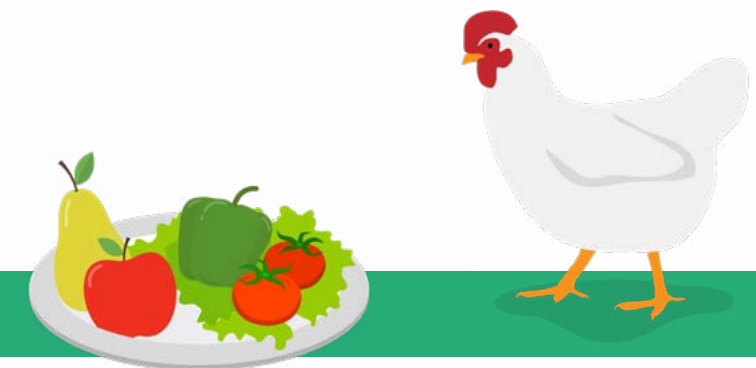
- **MEC Oegstgeest**

- [Wat zit er in ons eten?](#) (groep 5-8)

VO

- **Op school**

- [Gastlessen gezonde voeding](#) (alle typen onderwijs, klas 1, 2)
- [Gezonde school](#) (alle typen onderwijs, klas 1-6)
- [Gezonde schoolkantine](#) (alle typen onderwijs, klas 1-6)
- [Gezonde School - vignet Voeding](#) (alle typen onderwijs, klas 1-6)
- [Krachtvoer](#) (VMBO 1, 2)
- [Lespakket Voedseltransitie](#) (alle typen onderwijs, klas 1-6)
- [Lespakket Zonder Vlees](#) (alle typen onderwijs, klas 1-3)
- [Weet wat je eet](#) (alle typen onderwijs, klas 1-6)
- [Workshops gezond eten en drinken](#) (alle typen onderwijs, klas 1-6)



Moestuinen

Het is wetenschappelijk aangetoond: moestuinen draagt bij aan een positieve houding van kinderen tegenover gezond voedsel. Het zelfgekweekte worteltje en radijsje wil je natuurlijk ook wel eens proeven! Tuinieren doe je met hoofd, hart en handen. Een geweldige beleving voor een kind om het hele proces van zaaien tot oogsten tot een smakelijk einde te brengen!

Moestuinen kan in Leiden bij schooltuinenleiden.nl. Het mooiste is het als de moestuinlessen integraal deel uitmaken van het lesprogramma. Dan komt het er niet 'ook nog eens bij', maar worden de mogelijkheden volop benut. Groei, bloei en andere natuurprocessen liggen voor de hand, maar ook binnen rekenen en taal zijn veel mogelijkheden. Dankzij de dwarsverbanden blijft kennis beter hangen. Daarom vindt het programma Jong Leren Eten moestuinen een belangrijk onderdeel van voedselonderwijs. Er zijn ook gecertificeerde [moestuincoaches](#) die gastlessen kunnen verzorgen op of rond en schoolplein of een bezoek kunnen brengen aan een moestuin.

Zoekt u informatie en praktische hulp? In Leiden zijn er een aantal ondersteuningsmogelijkheden voor moestuinen: u vindt ze in dit overzicht onder het thema 'Voedselproductie'.

Inhoud

De volgende thema's komen in ieder geval aan bod in alle geboden vormen van moestuinen:



smaak



gezonde voeding



voedselproductie



voedselbereiding



duurzaam kiezen

Ook andere educatieve elementen zoals taal, meten, schatten, ruimtelijke oriëntatie en samenwerken maken doorgaans onderdeel uit van moestuinlessen.

Doelen

Iedere kind doet praktische kennis en ervaring op met tuinieren en ecologie ter stimulering van een gezonde levensstijl en een duurzame en evenwichtige relatie met de natuurlijke omgeving.

- kinderen weten wat klei, zand en tuingrond is en waar het vandaan komt
- kinderen weten wat een plant nodig heeft om te groeien • kinderen weten hoe zaad verspreid wordt
- kinderen leren met respect om te gaan met de natuur
- kinderen leren zorgen voor planten
- kinderen weten wat dieren en planten in de winter doen
- kinderen leren hoe verschillende groenten en kruiden smaken en krijgen hun oogst mee naar huis om de gezonde voeding ook te ervaren. Voor recepten kunnen leerlingen en ouders terecht op www.schooltuinrecepten.nl.

Voor meer informatie over moestuinen kunt u zich laten inspireren door de brochure **Moestuinen met kinderen**, te downloaden op www.jonglereneten.nl.

Aanbod:

KDV

- Op KDV
 - [Smakelijke Moestuinen](#) (KDV 2-4 jaar)

PO & BSO

- Op school of BSO
 - [Compleet moestuinprogramma](#) (groep 1-8)
 - [Handleiding schoolmoestuin](#) (groep 1-8)
 - [Leerlijn met binnenteeltsysteem](#) (groep 5-8)
 - [Lesmateriaal bij film De Schooltuin](#) (groep 4-6, BSO)
 - [Lespakket 'Onderzoekend leren met Kiemgroenten'](#) (groep 3-5)
 - [Maatwerk Moestuinen](#) (groep 1-8)
 - [Methode makkelijke moestuin op school](#) (groep 5-7)
 - [Minimoestuin op school](#) (groep 1-8)
 - [Moestuinlessen](#) (groep 3-8)
 - [Moestuintips en lesmateriaal](#) (groep 3-5, BSO)
 - [Portaal met aanbieders van ondersteuning en lesmateriaal schooltuinen](#) (1 t/m 8)
 - [Schooltuinprogramma](#) (groep 6, 7)
 - [Schooltuinprogramma of ontdektocht met opdrachten](#) (groep 6, 7 en BSO)
 - [Seizoensgroenten](#) (groep 1-8)
 - [Seizoenskalender](#) (groep 1-8 en BSO)
 - [Smaakmissie Moestuin](#) (groep 1-4)

VO

- Op school
 - [Leerlijn met binnenteeltsysteem](#) (alle typen onderwijs, klas 1-6)



Boerderijbezoek

Door een bezoek aan een boerenbedrijf krijgen kinderen meer inzicht in de productie van voedsel, het werk van een tuinder of boer en de functie van dieren op de boerderij. Boerderijlessen worden in verschillende vormen aangeboden op boerderijen in de omgeving van Leiden. Naar buiten! regio Leiden werkt met het project 'De boer op!' en in samenwerking met boeren en scholen aan meer samenhang en versterking van dit netwerk. Leerlingen leren waar voedsel vandaan komt en leggen een relatie tussen het boerenbedrijf en het dagelijks eten op hun bord. Moeilijke onderwerpen zoals over leven en dood, ethische kwesties en milieuvraagstukken worden niet geschuwd. Leerlingen kunnen onbevangen uit de hoek komen en dat maakt een gesprek op een boerderij zo uniek. Ze ontmoeten de boer, ervaren het boerenlandschap, leren de dieren kennen en steken de handen uit de mouwen. Zo maken kinderen ook kennis met het unieke karakter van Leiden als voedselproducerende regio. En misschien zien ze daarin ook een toekomst voor zichzelf. Ook voor kinderen 'van het platteland' is dit bezoek nog vaak een eye-opener!

Inhoud

De volgende thema's komen bij ieder bedrijfsbezoek in ieder geval aan bod:



smaak



voedselproductie



bewust kiezen



duurzaam kiezen

Boerderijbezoek in Leidse regio

Boerderijlessen worden in verschillende vormen aangeboden op kinderboerderijen, stadsboerderijen en boerenbedrijven in de regio. Een aantal boerenbedrijven is aangesloten bij het landelijk platform www.boerderijeducatienederland.nl. De educatieboeren die via deze website genoemd zijn, voldoen aan een aantal kwaliteitseisen en hebben een training gevolgd om leerlingen te blijven boeien en het verhaal van het leven en werken op een boerderij te vertellen. Daarnaast zijn er in de regio een aantal voedselproducerende bedrijven en organisaties actief, die excursies voor schoolklassen aanbieden. U vindt ze in de kolom 'Aanbod' op deze pagina.

Voor meer informatie over boerderijeducatie kunt u zich laten inspireren door de brochure Tips voor boerderijbezoek voor basis- en voortgezet onderwijs, te downloaden op www.jonglereneten.nl.

Voor de kleintjes

Voor de kleuters is een bezoek aan een kinderboerderij vaak al een hele belevenis. Hoewel voedsel daar niet direct aan de orde komt, is dit een goede gelegenheid voor een kennismaking met boerderijdieren, de functie daarvan en de zorg die deze dieren vragen.

Aanbod:

PO

- Op de boerderij/tuinderij
 - [De boer op!](#) (groep 7, 8)

VO

- Op de boerderij/tuinderij
 - [De boer op!](#) (alle typen onderwijs, klas 1, 2)



Proeven en Koken

Wist je dat je een smaak gemiddeld 10 keer moet proeven voordat je het gaat waarderen? En dat kinderen veel makkelijker proeven van iets wat ze zelf gemaakt hebben - en het dan vaak lekkerder vinden? Zelf gemaakt kan zelf gekweekt zijn (groentes en kruiden), zelf bewerkt (boter, kaas) of zelf gekookt. Zelf koken nodigt kinderen uit tot experimenteren met smaken en ingrediënten en wekt hun interesse voor herkomst en gebruiken rondom voedsel. Hoe koop je in? Hoe maak je het en hoe eet je het? En wat doen we met de restjes?

Zelf koken maakt kinderen zich meer bewust van wat ze eten en ze oefenen ook nog eens met rekenen en taal en met sociale vaardigheden. Kortom: proeven en koken zijn waardevolle onderdelen van voedseleducatie.

Inhoud

In activiteiten met proeven en koken komen de volgende thema's altijd aan bod:



smaak



gezonde voeding



bewust kiezen



voedselbereiding



duurzaam kiezen

Activiteitsaanbod

Landelijk en regionaal zijn er diverse aanbieders van gastlessen en kookworkshops, zowel op school als op een locatie met kookvoorzieningen. In onze regio zijn een aantal goede aanbieders, die voornamelijk koken met streekproducten. Met hun activiteiten willen ze hun passie voor het streekproduct overbrengen op de kinderen. Bovendien vermindert het werken met producten van dichterbij ook de voedselvoetafdruk. U kunt daar met de klas of BSO naar toe, of een chef uitnodigen bij u op school, die alle materialen meeneemt.

Voor meer informatie over het geven en begeleiden van kooklessen kunt u zich laten inspireren door de brochure Tips voor koken met kinderen, te downloaden op www.jonglereneten.nl. Daarnaast zijn veel tips en leuke video's te vinden op de website van het Voedingscentrum.

Aanbod:

PO

• Op school

- [Clara Kip is jarig](#) (groep 1, 2 en KDV)
- [De spreads van Colette \(groep 3-8\)](#)
- [Gastlessen Insecten Proeverij](#) (groep 1-8)
- [Gastlessen proeven met al je zintuigen](#) (groep 1-8)
- [Kooklessen met insecten](#) (groep 7, 8)
- [Lekker eten van het land](#) (groep 6, 7)
- [Alles voor een pannenkoek](#) (groep 1, 2)
- [Lunchen met #Superchefleroen](#) (groep 1-8)
- [\(On\)kruiden](#) (groep 2, 3)
- [Op wildpluk-avontuur in de wijk](#) (groep 4-8, BSO)
- [Workshop gezonde maaltijd](#) (groep 1-8)
- [Workshop Smaakplezier](#) (BSO)

• Op Fututre FoodLAB

- [Proeven en ontdekken](#) (groep 8)

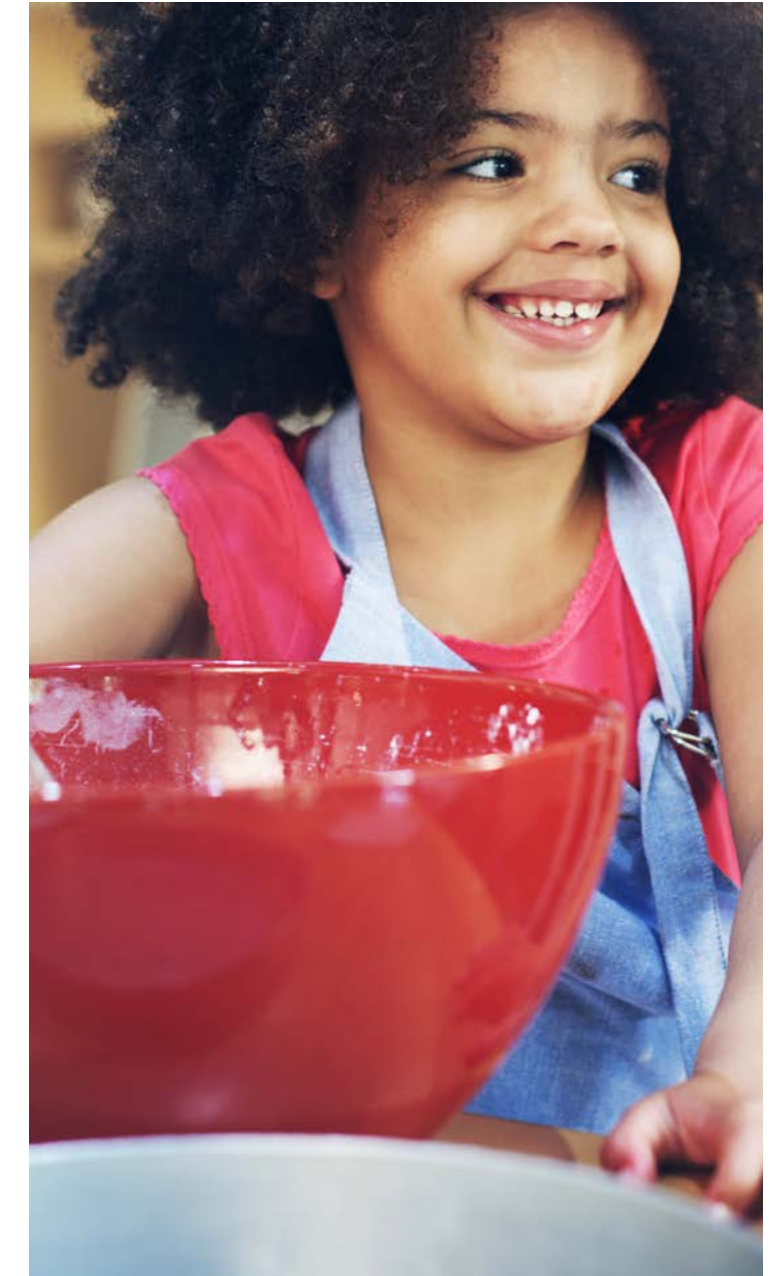
VO

• Op school

- [Gastlessen Insecten Proeverij](#) (alle typen onderwijs, klas 1-6)
- [Kooklessen met insecten](#) (alle typen onderwijs, klas 1-6)
- [Lunchen met #Superchefleroen](#) (alle typen onderwijs, klas 1-6 en BSO)
- [Workshop gezonde maaltijd](#) (alle typen onderwijs, klas 1-6 en BSO)

• Op Fututre FoodLAB

- [Proeven en ontdekken](#) (alle typen onderwijs, klas 1, 2)



Diversen

Naast het eerder genoemde aanbod zijn er nog een aantal lessen die niet onder de overige kopjes kon worden geschaard. Deze lessen gaan onder andere over voeding en duurzaamheid, eetcultuur, voedselverspilling en de scheikundige kant van voedsel.



smaak



gezonde voeding



voedselproductie



bewust kiezen



voedselbereiding



duurzaam kiezen

Aanbod:

PO

• Op school

- [Champignonpakket](#) (groep 1-8)
- [Gastles voedsel, innovatie en duurzaamheid](#) (groep 5-8)
- [In het sprookjesbos](#) (groep 1-3)
- [Interactieve les: Een kijkje in ons eten](#) (groep 7,8)
- [Interactieve les: Een kijkje in ons eten](#) (groep 7,8)
- [Interactieve workshop 'gezonde voeding voor kinderen'](#) (pedagogisch medewerkers)
- [Interactieve workshop over het implementeren van Smaaklessen](#) (leerkrachten, ped. medewerkers en intermediairs PO en BSO)
- [Lespakket over bijen en voedsel](#) (groep 1-8)
- [Lespakket over de voedselbank met een les over voedselverspilling](#) (groep 7,8)
- [Lespakket Zonder Vlees](#) (groep 6-8)
- [Koken met restjes](#) (groep 6-8)
- [Ondersteuning & advies beleid gezonde voeding](#) (leerkrachten, docenten, ped. medewerkers en directie)
- [Op een onbewoond eiland](#) (groep 3-8)
- [Red de Krommies](#) (groep 5,6)
- [Voedselverspilling](#) (groep 7,8)
- [Voorlichting 'gezonde voeding en voedsel educatie, hoe doe je dat op school en binnen de kinderopvang?'](#) (leerkrachten PO en docenten (S)VO)
- [Workshop Power Pannenkoek](#) (groep 6-8)
- [Workshop Power Smoothie](#) (groep 4-8)
- [Workshops gezonde en duurzame voeding](#) (groep 5-8)
-

• Op boerderij/tuinderij

- [Smaak van de polder, fietstocht](#) (groep 5-8)

• CORPUS

- [Rondleiding 'Reis door de mens'](#) (groep 6-8)

• Junior Science Lab

- [Les Eten en Drinken](#) (groep 7,8)

• MEC Oegstgeest

- [Grassen en granen](#) (groep 4-6)

VO

• Op school

- [Gastles voedsel, innovatie en duurzaamheid](#) (alle typen onderwijs, klas 1-6)
- [Lespakket over bijen en voedsel](#) (alle typen onderwijs, klas 1-6)
- [Lespakket Voedseltransitie](#) (alle typen onderwijs, klas 1-6)
- [Lespakket Zonder Vlees](#) (alle typen onderwijs, klas 1-3)
- [Lespakket Zonder Vlees](#) (VWO 1-2, HAVO 1-3, VMBO 3-4)
- [Workshop Power Pannenkoek](#) (alle typen onderwijs, klas 1-4)
- [Workshop Power Smoothie](#) (alle typen onderwijs, klas 1-4)
- [Workshops gezonde en duurzame voeding](#) (alle typen onderwijs, klas 1-6)

• CORPUS

- [Rondleiding 'Reis door de mens'](#) (alle typen onderwijs, klas 1-6)



Foto: Reinier de Vlaam

Overzicht

Op de volgende pagina's volgt een overzicht van de lesprogramma's per onderwerp. Ook maakt dit overzicht duidelijk welke les voor uw groep of klas geschikt is. Ook ziet u welke thema's er aan bod komen.



smaak



voedselproductie



voedselbereiding



gezonde voeding






































bewust kiezen



duurzaam kiezen

Activiteit	Programma	Aanbieder	Omschrijving	Locatie	Thema's	Type onderwijs
Gezonde voeding	Brood aan de Basis	Brood aan de Basis	Brood aan de basis is een lesprogramma voor groep 1 t/m 8. Er zijn lessuggesties, achtergrondinformatie, spelletjes, werkbladen en filmpjes te vinden om les te geven over brood	op school		PO: groep 1-8
	EU schoolfruit	EU Schoolfruit	EU Schoolfruit: 20 weken gratis groente en fruit voor de leerlingen	op school		PO: groep 1-8
	Fitgaaf	Fitgaaf	Met de erkende FitGaaf!-methode versterken kinderen op speelse wijze gezondheidsvaardigheden op basis van ervaringsleren, intuïtief leren en reflectie	op school		PO: groep 1-8
	Fruitvriendjes Schoolfruit	Fruitvriendjes	Uitbreiding van EU-schoolfruit	op school		PO: groep 1-8
	Gastlessen gezonde voeding.	De voedingsjuf	Smaaklessen, Smaakmissies, Lessen EU-Schoolfruit	op school		PO: groep 1-8
	Gastlessen gezonde voeding.	De voedingsjuf	Interactieve gastlessen over het maken van gezonde(re) keuzes en/of over voedselverleidingen	op school		PO: groep 1, 2
	Gezonde kinderopvang BSO	Gezonde Kinderopvang	Gezonde voeding op de BSO	op de BSO		BSO
	Gezonde school	GGD Hollands Midden	Programma Gezonde school - schoolbreed	op school		PO: groep 1-8, VO: alle typen onderwijs, klas 1-6

Activiteit	Programma	Aanbieder	Omschrijving	Locatie	Thema's	Type onderwijs
Gezonde voeding	Gezonde schoolkantine	Voedingscentrum	Programma voor medewerkers van de schoolkantine	op school	   	VO: alle typen onderwijs, klas 1-6
	Gezonde School - vignet Voeding	GGD Hollands Midden	Gezonde school - vignet Voeding	op school		PO: groep 1-8, VO: alle typen onderwijs, klas 1-6
	Gezonde start	GGD Holland Midden	Training voor pedagogisch medewerkers	op het KDV		KDV
	Groente zet je tanden erin!	JOGG	Alles wat je wilt weten over groente eten. Tips voor KDV	op school	 	PO: groep 1-8
	Groentjesoep, maakt je wijzer!	Groentjesoep	Verse soep op school inclusief lesmateriaal	op school	  	PO: groep 1-8 (SO)
	Kinderen doen mijn eet experiment	Voeding Leeft	Lesprogramma om te ervaren en ontdekken wat eten met je doet.	op school	  	PO: groep 5-8
	Krachtvoer	Universiteit Maastricht i.s.m. Voedingscentrum	Online lessenreeks over gezonde voeding en voedselkeuzes	online	 	VO: VMBO klas 1, 2
	Lekker Fit (Lespakket)	Kenmerk Educatief	Lespakket over gezonde leefstijl	op school	 	PO: groep 1-8
	Lespakket Voedseltransitie	Groen Kennisnet	Lespakket over de voedseltransitie	op school	 	VO: alle typen onderwijs, klas 1-6
	Lespakket Zonder Vlees	Nationale Week Zonder Vlees	Interactieve lessen over impact van vleesconsumptie	op school	  	VO: alle typen onderwijs, klas 1-3
Nationaal Schoolontbijt	Schoolontbijt	Landelijk, jaarlijks terugkerend evenement. Kinderen schuiven in heel Nederland op school aan tafel voor een gezond ontbijt en een leuke les over de beste start van de dag. Zo leren kinderen op een feestelijke manier hoe belangrijk het is om elke dag gezond te ontbijten.	op school	 	PO: groep 1-8	
Smaaklessen	Smaaklessen	Leerlijn waarbij kennis gemaakt wordt met smaakontwikkeling, consumentenvaardigheden, koken en gezond en duurzaam eten.	op school	     	PO: groep 1-8	











Activiteit	Programma	Aanbieder	Omschrijving	Locatie	Thema's	Type onderwijs
Gezonde voeding	Smaaklessen	Voedingscentrum	Ervaringsgerichte proefjes en smaakexperimenten in lesmap vol doe-activiteiten	op school	    	PO: groep 1-8
	Smaakmissies	Voedingscentrum	Leerlingen worden uitgedaagd een missie op te lossen	op school	    	PO: groep 1-8
	Smaakplezier	Smaaklessen	Lesmap vol doe-activiteiten rond eten en proeven	op de BSO	     	BSO
	Wat zit er in ons eten?	MEC Oegstgeest	Aan de hand van etiketten leren leerlingen wat er in hun eten zit en wat wel/niet gezond is voor je lichaam.	MEC Oegstgeest	   	PO: groep 5-8
	Weet wat je eet	Voedingscentrum	Online lessenreeks over gezonde voeding	online	     	VO: alle typen onderwijs, klas 1-6
	Workshops gezond eten en drinken	Future FoodLAB	Een reeks workshops waarin leerlingen (12-14 jaar) als laborant experimenteren met gezond eten & drinken	op school	     	VO: alle typen onderwijs, klas 1, 2
Moestuïneren	Compleet moestuinierprogramma	Onderzoekend tuinieren	Het lesprogramma Onderzoekend Tuinieren is voor schooltuinieren met alle groepen van de basisschool. De kinderen ontdekken, onderzoeken, onderhouden, verzorgen en bereiden alles zelf. De schooltuin is het buitenlokaal en vast onderdeel binnen het aanbod op school. De lessen doorlopen elk jaar weer de kringloop van de natuur en volgen een opbouwende leerlijn.	op school	     	PO: groep 1-8
	Handleiding schoolmoestuin	Velt	Handleiding om een schoolmoestuin aan te leggen met een reeks lesideeën	op school	   	PO: groep 1-8
	Leerlijn met binnenteeltsysteem	GrowWizzKid	Leerlijn van 6 lessen 'Onderzoekend leren met Kiemgroenten'	op school	    	PO: groep 5-8, VO: alle typen onderwijs, klas 1-6
	Lesmateriaal bij film De Schooltuin	IVN	Lesmateriaal dat gebruikt kan worden bij vertoning van de Schooltuin film	op school	    	PO: groep 4-6, BSO
	Lespakket 'Onderzoekend leren met Kiemgroenten'	GrowWizzKid	Leerlijn met binnenteeltsysteem waar alle vormen van voedsel educatie aan bod komen	op school	     	PO: groep 3-5
	Maatwerk Moestuïneren	GrowWizzKid	Maatwerk Moestuïneren	op school	   	PO: groep 1-8

Activiteit	Programma	Aanbieder	Omschrijving	Locatie	Thema's	Type onderwijs
Moestuiniëren	Methode makkelijke moestuin op school	Makkelijke Moestuin	Methode voor een makkelijke moestuin op school	op school	   	PO: groep 5-7
	Minimoestuin op school	Velt	Handleiding voor een minimoestuin in potten met een reeks aan lesideeën	op school	  	PO: groep 1-8
	Moestuinlessen	MEC Oegstgeest	18 moestuinlessen van april - oktober	schooltuinen	   	PO: groep 4-8
	Moestuintips en lesmateriaal	IVN	Moestuintips en lesmateriaal	op school	  	PO: groep 3-5 en BSO
	Portaal met aanbieders van ondersteuning en lesmateriaal schooltuinen	Alliantie Schooltuinen	De Alliantie Schooltuinen zet zich in om elk kind in de basisschooltijd toegang te geven tot een schooltuin. Zelf zaaien, verzorgen en oogsten van groente, fruit en bloemen, draagt bij aan meer kennis over en betrokkenheid bij voeding en natuur. Een schooltuin is een plek waar alle kinderen tot bloei kunnen komen.	op school, op locatie	 	PO: groep 1-8
	Schooltuinprogramma	Schooltuin Leiderdorp	18 moestuinlessen van april - oktober	schooltuinen	   	PO: groep 6,7
	Schooltuinprogramma of ontdektocht met opdrachten	Leidse schooltuinen	Schooltuinprogramma met 18 lessen, april - oktober	schooltuinen	    	PO: groep 6,7 en BSO
	Seizoensgroenten	Velt	Lespakket waarin seizoensgroenten centraal staan. De leerlingen leren spelenderwijs de groenten te koppelen aan het seizoen.	op school	   	PO: groep 1-8
	Seizoenskalender	Velt	Seizoenskalender waarbij leerlingen leren waar groente en fruit vandaan komt, met een reeks aan lesideeën	op school	   	PO: groep 1-8 en BSO
	Smaakmissie Moestuin	Voedingscentrum	Help de tuinvrouw en start samen met leerlingen uit groep 1 t/m 4 de Smaakmissie Moestuin!	op school	   	PO: groep 1-4
Smakelijke Moestuinen	Buurtlab	Programma rond moestuiniëren en gezonde voeding voor pedagogisch medewerkers	op het KDV	  	KDV 2-4 jaar	
Boerderij bezoek	De boer op!	Naar buiten!	Diverse boerderijbezoeken, activiteiten en workshops op boerderijen in de regio waarbij gefocust wordt op voedseleducatie	boerderij/tuinderij	    	PO: groep 7,8, VO: alle typen onderwijs, klas 1,2

Activiteit	Programma	Aanbieder	Omschrijving	Locatie	Thema's	Type onderwijs
Proeven en koken	Clara Kip is jarig	Natuur is een feest	Er wordt een taart gemaakt voor de jarige Clara Kip.	op school	  	PO: groep 1, 2 en KDV
	De spreads van Colette	Velt	Lespakket om te ontdekken wat ecologische voeding is. Samen bereiden leerlingen groentespreads voor op de boterham zoals preispri, wortelwolk, of rodebietenhumus. Dit lespakket kan ook als begeleide workshop geboekt worden.		    	PO: groep 3-8
	Gastlessen Insecten Proeverij	Insectsforall	Gastless insecten-proeverij: Jongeren vertrouwd maken met insecten als duurzame eiwitbron.	op school	   	PO: groep 1-8, VO: alle typen onderwijs, klas 1-6
	Gastlessen proeven met al je zintuigen	De voedingsjuf	Beleef je eten met al je zintuigen; ruiken, proeven, zien, voelen, horen	op school	    	PO: groep 1-8
	Kooklessen met insecten	Insectsforall	Gastless insecten-proeverij en kooksessie: Jongeren vertrouwd maken met insecten als duurzame eiwitbron.	op school	    	PO: groep 7, 8; VO: alle typen onderwijs, klas 1-6
	Lekker eten van het land	Naar buiten! en schooltuinen	Gastless lekker en duurzaam eten, combinatie met ontdektocht op de schooltuin	op school, op schooltuin	     	PO: groep 6, 7
	Alles voor een pannenkoek	MEC Leiderdorp	Lespakket waarbij leerlingen leren waar de ingrediënten voor een pannenkoek vandaan komen en zelf pannenkoeken kunnen bakken	op school	  	PO: groep 1, 2
	Lunchen met #Superchefleroen	Onderwijs gezond	Educatief programma gericht op een gezonde schoollunch voor en door kinderen onder leiding van een chefkok	op school	   	PO: groep 1-8, VO: alle typen onderwijs, klas 1-6 en BSO
	(On)kruiden	Velt	Lespakket waarbij je duikt in de wereld van de wilde kruiden en ontdekt wat het nut is van deze planten, met een reeks les-ideeën.	op school		PO: groep 2, 3
	Op wildpluk-avontuur in de wijk	Naar buiten!	De leerlingen leren planten herkennen, plukken en proeven. Ze verzamelen hun eigen thee-blaadjes en bereiden een wildpluk-hapje op school.	op school	  	PO: groep 4-8, BSO
Proeven en ontdekken	Future FoodLAB	Een reeks workshops waarin leerlingen (12-14 jaar) als laborant experimenteren met gezond eten & drinken.	Fututre FoodLAB	   	PO: groep 8, VO alle typen onderwijs, klas 1, 2	

Activiteit	Programma	Aanbieder	Omschrijving	Locatie	Thema's	Type onderwijs
Proeven en koken	Workshop gezonde maaltijd	Onderwijs gezond	Workshop waarin met de groep een maaltijd wordt bereid waarin gezondheid een belangrijk aandeel heeft.	op school	  	PO: groep 1-8, VO: alle typen onderwijs, klas 1-6 en BSO
	Workshop Smaakplezier	De voedingsjuf	Aan de slag als Smaakprofessor of voeding onderzoeken en ontdekken? Het kan allemaal in deze leuke workshop.	op de BSO	    	BSO
Diversen	Paddenstoelen in de klas	MEC Leiderdorp	Kweekpakket paddenstoelen / champignons	op school	  	PO: groep 1-8
	Smaak van de polder, fietstocht	MEC Leiderdorp	Leerlingen maken een fietstocht langs bedrijven en boeren in de Boterhuyspolder	boerderij/tuinderij	     	PO: groep 5-8
	Gastles voedsel, innovatie en duurzaamheid	Beter (W)eten	Gastles 'Verborgene suikers'	op school	 	PO: groep 5-8, VO: alle typen onderwijs, klas 1-6
	Grassen en granen	MEC Oegstgeest	Leerlingen gaan grassen en granen zoeken, graankorrels proeven en malen en er een pannenkoek van bakken	MEC Oegstgeest	  	PO: groep 4-6
	In het sprookjesbos	Bloeiend	Bekende sprookjes vormen thema's voor natuuractiviteiten 'In het Sprookjesbos'. Er wordt gekookt en geproefd, onderzocht en ontdekt.	op school, op de BSO	 	PO: groep 1-3
	Interactieve les: Een kijkje in ons eten	Beter (W)eten	Interactieve les: Een kijkje in ons eten	op school	 	VO: 12 t/m 18 jaar
	Interactieve workshop 'gezonde voeding voor kinderen'	De voedingsjuf	Pedagogisch medewerkers krijgen meer kennis m.b.t. het belang van gezonde voeding voor opgroeiende kinderen. Met div. werkvormen om deze kennis in de praktijk toe te kunnen passen.	op de BSO	   	Pedagogisch medewerkers
	Interactieve workshop over het implementeren van Smaaklessen	Smaaklessen	Workshop vol praktische informatie en tips over voedsel educatie voor jouw doelgroep	op school, op de BSO	   	Leerkrachten, ped. medewerkers en intermediairs PO en BSO
	Les Eten en Drinken	Junior Science Lab	Scheikunde-practicum over suiker, zetmeel, speeksel en enzymen.	Junior Science Lab		PO: groep 7, 8
Lespakket over bijen en voedsel	Nederland Zoemt	Lespakket over bijen en voedsel	op school	 	PO: groep 1-8, VO: alle typen onderwijs, klas 1-6	

Activiteit	Programma	Aanbieder	Omschrijving	Locatie	Thema's	Type onderwijs
Diversen	Lespakket over de voedselbank met een les over voedselverspilling	Voedselbanken Nederland	Lespakket over de voedselbank met een les over voedselverspilling	op school	 	PO: groep 7,8
	Lespakket Voedseltransitie	Groen Kennisnet	Lespakket over de voedseltransitie	op school	 	VO: alle typen onderwijs, klas 1-6
	Lespakket Zonder Vlees	Nationale Week Zonder Vlees	Lespakket Zonder Vlees	op school	   	PO: groep 6-8, VO: VWO 1-2, HAVO 1-3, VMBO 3-4
	Lespakket Zonder Vlees	Nationale Week Zonder Vlees	Interactieve lessen over impact van vleesconsumptie	op school	 	VO: alle typen onderwijs, klas 1-3
	Koken met restjes	MEC Leiderdorp	Lessenserie over voedselverspilling. Leerlingen leren koken met restjes.	op school/MEC Leiderdorp	   	PO: groep 6-8
	Ondersteuning & advies beleid gezonde voeding	De voedingsjuf	Samen zetten we stappen op weg naar een gezondere school of kinderopvanglocatie. Programma op maat.	op school		Leerkrachten, docenten, ped. medewerkers en directie PO, BSO en VO
	Op een onbewoond eiland	Bloeiend	Kinderen spoelen aan op een onbewoond eiland, net als Robinson Crusoe, en moeten zien te overleven. Leerlingen gaan zelf kweken, ontdekken dat eten ook te vinden is in de natuur, gaan proeve en bereiden.	op school, op de BSO	 	PO: groep 3-8
	Red de Krommies	Stichting Kromkommer	Red de Krommies is een kosteloos lespakket voor kinderen van groep 5-6 over de verspilling van kromme groente en fruit. De kinderen leren op een speelse manier waarom kromme groente en fruit niet in de supermarkt ligt terwijl het wel vers, veilig en lekker is.	op school	 	PO: groep 5,6
	Rondleiding 'Reis door de mens'	CORPUS	Rondleiding 'Reis door de mens'	CORPUS	 	PO: groep 7,8, VO: alle typen onderwijs, klas 1-6
Voedselverspilling	Velt	Lespakket over voedselverspilling, leerlingen leren de keten van zaad tot product kennen en hoe voedselverspilling te voorkomen	op school	  	PO: groep 7,8	

Activiteit	Programma	Aanbieder	Omschrijving	Locatie	Thema's	Type onderwijs
Diversen	Voorlichting 'gezonde voeding en voedseducatie, hoe doe je dat op school en binnen de kinderopvang?'	De voedingsjuf	Wat zijn de mogelijkheden voor het geven van Voedseducatie aan diverse doelgroepen. Dit door gebruik te maken van bestaande programma's.	op school, op de BSO		Leerkrachten PO en docenten (S)VO
	Workshop Power Pannenkoek	Beter (W)eten	Workshop Power Pannenkoek	op school	   	PO: groep 6-8, VO: alle typen onderwijs, klas 1, 2
	Workshop Power Smoothie	Beter (W)eten	Workshop Power Smoothie	op school	   	PO: groep 3-8, VO: alle typen onderwijs, klas 1-4
	Workshops gezonde en duurzame voeding	Beter (W)eten	Workshops gezonde en duurzame voeding	op school		PO: groep 5-8, VO: alle typen onderwijs, klas 1-6

Partners

GGD Hollands Midden

Scholen zien tegenwoordig steeds meer leerlingen die met de auto naar school gebracht worden zonder ontbeten te hebben en pakjes sap en snoep meekrijgen als tussendoortje. Mede hierdoor neemt het aantal leerlingen met over- en ondergewicht, beweegarmoede en/of beweegachterstand toe. Dit maakt dat de overheid samen met het bedrijfsleven het Nationaal Preventieakkoord heeft gesloten om een gezonde leefstijl voor kinderen/jongeren de norm te maken en zo ongezond gedrag te voorkomen en terug te dringen. De GGD Hollands Midden geeft aan dat akkoord praktische uitvoering door onder andere scholen te adviseren over een gezonde leefstijl.

Ook basisscholen willen hier een bijdrage in leveren door gezonde voeding en voldoende beweging de standaard te maken in en rond de school. Maar hoe pak je dat nou aan als school? Via de Gezonde School aanpak helpt de GGD Hollands Midden scholen om een gezonde leefstijl te integreren in het DNA van de school.

Interesse om ook op uw school met gezonde leefstijl aan de slag te gaan? Contact Kathelijne Hazenoot via gezondeschoolhm@ggdhm.nl

Naar buiten! Regio Leiden

Naar buiten! regio Leiden organiseert het hele jaar rond activiteiten in de natuur, zowel binnen als buiten schooltijd. Het doel is om kinderen te stimuleren meer buiten te spelen. Verwonderen, bewegen, zelf ontdekken en kinderen nieuwsgierig maken naar de natuur staan bij Naar buiten! centraal. Naar buiten! organiseert en verzorgt diverse lessen en excursies voor basisscholen o.a. over de herkomst van voedsel. Denk hierbij aan boerderij bezoeken, wildplukken of je eigen graan malen en een broodje bakken boven vuur. Daarnaast werkt Naar buiten! graag vraaggericht en levert dus maatwerk. Voor scholen is ons aanbod te reserveren via [Verwonder om de Hoek](#).

De BSO kan ons aanbod als activiteit direct bij Naar buiten! boeken. Heb je als school of BSO een vraag of wens op het gebied van duurzaamheidseducatie, bijvoorbeeld op het gebied van voedsel? Neem dan contact met ons op! info@naarbuitenleiden.nl

Buiten beleef je altijd iets bijzonders!

NDE Gemeente Leiden (natuur- en duurzaamheidseducatie)

Team NDE van de gemeente Leiden heeft een verbindende rol in natuur- en duurzaamheidseducatie in Leiden en regio voor 0-24 jarigen. Ze ondersteunt partners, enkele met subsidie, en vertaalt de gemeentelijke doelen naar de stad.

Team NDE draagt bij aan voedsel educatie door de samenwerking tussen partners te bevorderen, koppelt hen aan scholen en begeleidt hen in het uitdragen van de gemeentelijke visie op natuur- en duurzaamheidseducatie. Zo wordt gebouwd aan een infrastructuur die natuur- en duurzaamheids onderwijs blijvend faciliteert.

Aanspreekpunt en doorgeliefd voor het onderwijs

Verder is Team NDE het aanspreekpunt voor (advies)vragen vanuit scholen die handvatten zoeken voor duurzaamheidseducatie, of zoeken naar passend aanbod voor hun leerlingen.

Contact: nde@leiden.nl en 06-18889760



Colofon

Dit overzicht is tot stand gekomen onder verantwoordelijkheid van Jong Leren Eten Leiden.

Juni 2023

In de regio Leiden zijn de volgende partijen betrokken bij educatie over voedsel en voeding: Jong Leren Eten Zuid-Holland, GGD Holland Midden, NDE Gemeente Leiden en Naar buiten! Leiden.

Geïnteresseerden zijn van harte welkom hierbij aan te sluiten:
www.naarbuitenleiden.nl

