

Menukaart voedseducatie Gemeente Zoetermeer

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 de Gemeente Zoetermeer



gemeente
Zoetermeer



duurzaam kiezen

bewust kiezen

voedselproductie

gezonde voeding

voedselbereiding

smaak

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 gezondheidsonderwijs 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 invalshoeken

Gezonde en duurzame voeding gaat over:



Smaak



Gezonde voeding



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	Smaaklessen	     
Aanvullende activiteiten in de gemeente	Moestuiniëren	    
	Boerderijbezoek	   
	Proeven en koken	    
	Diversen	     

Educatie over gezond en duurzaam voedsel omvat een rijkdom aan onderwerpen, geklusterd 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? En welke keuzes kun je maken?

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, en hoe je voorkomt dat je eten verspilt.



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? Hoe zit het met eten en duurzaamheid?

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 is een van de 8 thema's binnen Gezonde School. Het programma beschrijft [vier pijlers](#) om samen met ouders en kinderen te werken aan gezond voedingsbeleid. Wie voldoet aan de eisen, kan het Vignet Gezonde School – thema Voeding ontvangen. Dat is een kwaliteitskeurmerk voor scholen die werken aan het verbeteren van de gezondheid van hun leerlingen. Eén van de pijlers van de Gezonde School is het invoeren van structurele aandacht voor voedseducatie in het lesprogramma. De volgende invalshoeken moeten hierin in ieder geval aan bod komen:



gezonde voeding



bewust kiezen

Aanbevolen effectieve lesprogramma's voor PO zijn de Smaaklessen via lesportaal Chef! Of te bestellen via het Voedingscentrum. Voor het VO is dit [Weet wat je eet](#), 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

Scholen kunnen in het voorjaar ondersteuning aanvragen via het [Ondersteuningsaanbod Gezonde School](#). Houd de data van de inschrijvingsperiode in de gaten! Ondersteuning houdt in:

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

Meer informatie over de Gezonde School in Zoetermeer vindt u op de website van de [GGD Haaglanden](#) of u kunt mailen naar gezondeschool@ggdhaaglanden.nl (contactpersoon Muriel Weltens).

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 [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 [jonglereneten.nl](#).



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 activiteitsuggesties 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.

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 regio Zoetermeer die aansluiten bij deze Smaakmissies!

Lokaal aanbod:

PO & BSO

- **Op school**
 - [De herkenningstafel](#) (groep 1-8)
 - [Smaakles, voeding en koken](#) (groep 1-8)

- **Biologisch Kempenaar (Leimuiden)**

- [Proef het verschil!](#) (groep 6,7)

VO

- **Op school**

- [De herkenningstafel](#) (alle typen onderwijs klas 1-6)

- **Biologisch Kempenaar (Leimuiden)**

- [Proef het verschil!](#) (alle typen onderwijs klas 1,2)

Landelijk aanbod:

KDV, PO & BSO

- **Op school / BSO**

- [Gastles proeven met al je zintuigen](#) (groep 1-8)
- [Smaaklessen](#) (groep 1-8)
- [Smaakmissies](#) (groep 1-8)
- [Smaakplezier](#) (BSO)
- [Smaakspel](#) (KDV)
- [Workshop Smaakplezier](#) (BSO)

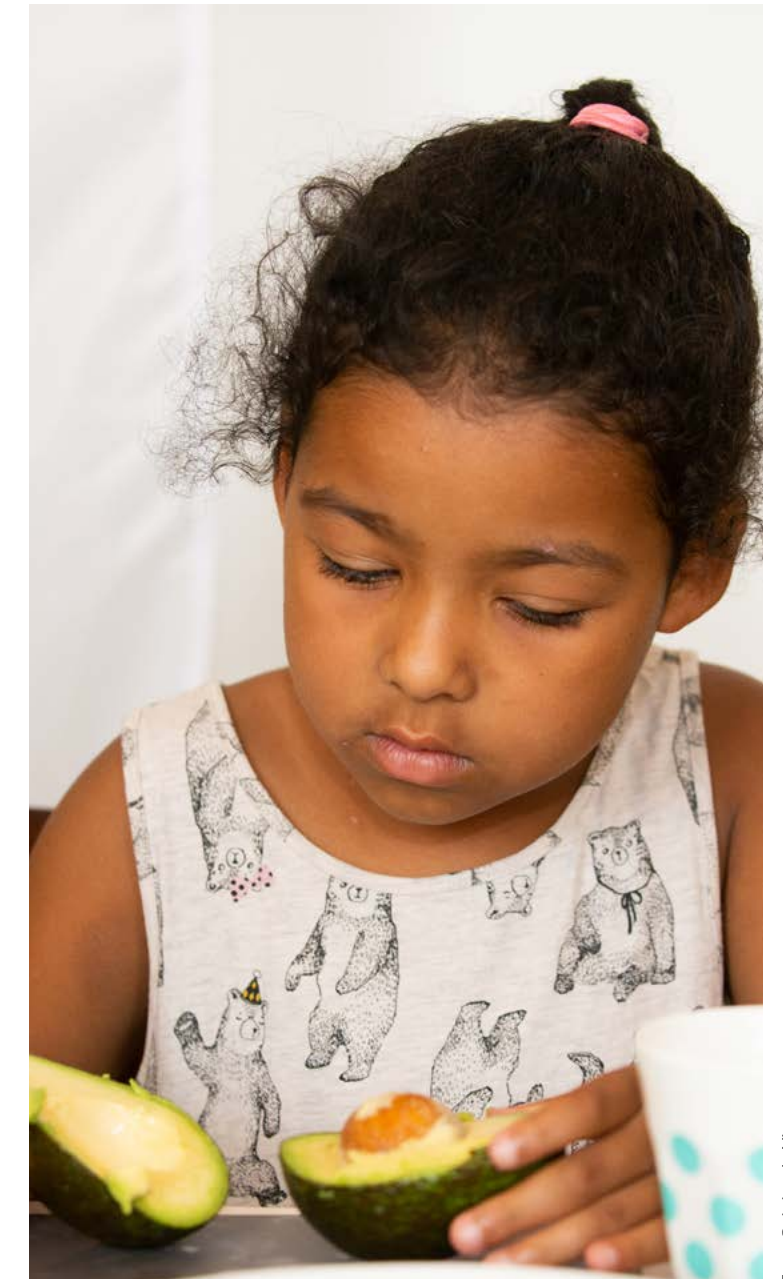


Foto: Reinier de Vlaam

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.

Lokaal aanbod:

PO & BSO

- **Op school/BSO**
 - [Gastles gezonde voeding PO](#) (groep 1-8)
 - [Gastles proeven met al je zintuigen](#) (groep 1-8)
 - [Groente lespakket](#) (groep 5-8)
 - [Kleuter-lespakket 'vitamines eten'](#) (groep 1,2)
 - [Kookworkshops op maat](#) (groep 1-8)
 - [Leer samen met je Torrie over gezond leven](#) (groep 4-5)
 - [Trommel zonder rommel](#) (groep 1-8)
 - [Workshops gezond koken](#) (groep 1-8)
 - [Workshop Smaakplezier](#) (BSO)

VO

- **Op school/BSO**
 - [Gastles gezonde voeding VO](#) (alle typen onderwijs klas 1,2)
 - [Kookworkshops op maat](#) (alle typen onderwijs klas 1-6, MBO)

Landelijk aanbod:

KDV

- **Op het KDV**
 - [Gezonde start](#) (2-4 jaar)
 - [Smaakspel](#) (2-4 jaar)
 - [Workshop Smakelijke eters](#) (2-4 jaar)
 - [Gastlessen gezonde voeding](#) (2-4 jaar)
 - [Groente zet je tanden erin!](#) (2-4 jaar)
 - [Fitgaaf](#) (2-4 jaar)

PO

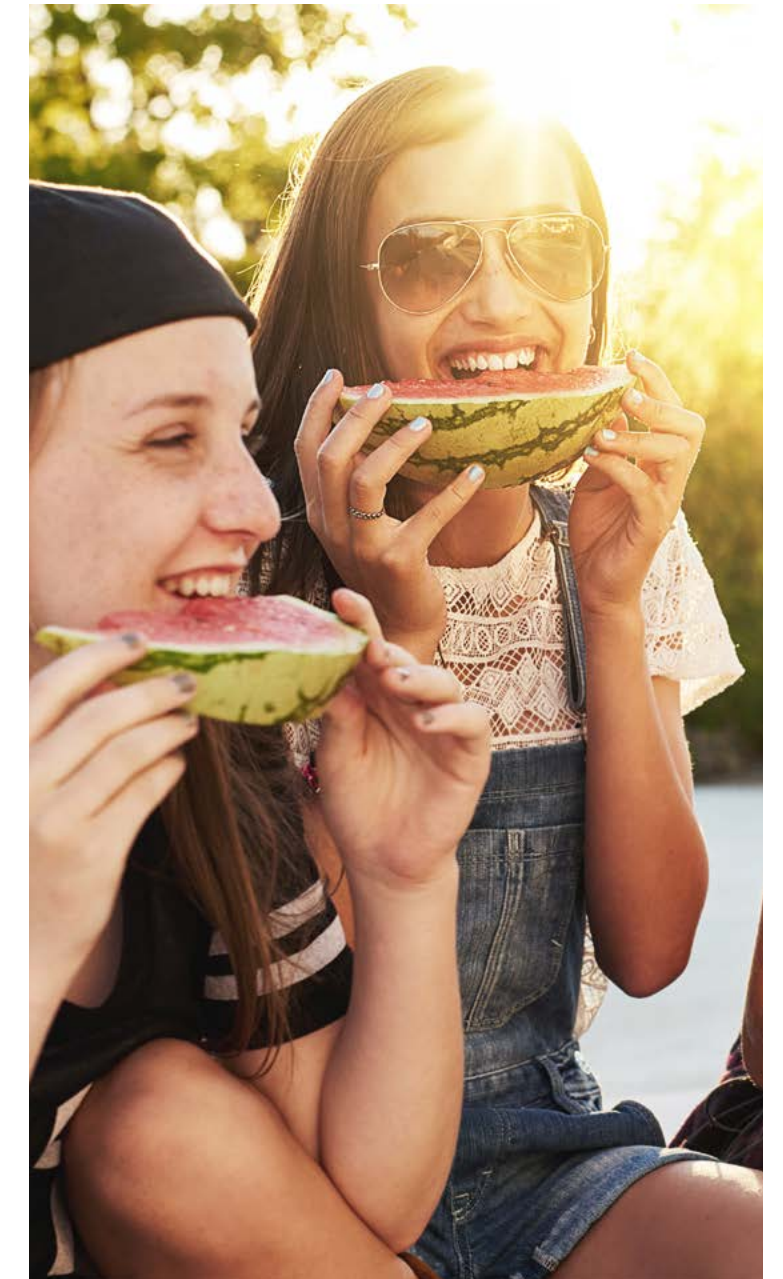
- **Op school**
 - [Gezonde School - vignet Voeding](#) (groep 1-8)
 - [Gastlessen gezonde voeding](#) (groep 1-8)
 - [Kookles](#) (groep 1-8)
 - [Kleuter-lespakket 'vitamines eten'](#) (groep 1,2)
 - [EU schoolfruit](#) (groep 1-8)
 - [Fruit en Veggies challenge](#) (groep 7,8)
 - [Lekker Fit \(Lespakket\)](#) (groep 1-8)
 - [Fruitvriendjes Schoolfruit](#) (groep 1-8)
 - [Groentjessoep, maakt je wijzer!](#) (groep 1-8, SO)
 - [Nationaal Schoolontbijt](#) (groep 1-8)
 - [Kinderen doen mijn eet experiment](#) (groep 5-8)
 - [Brood aan de Basis](#) (groep 1-8)
 - [Compleet moestuinierprogramma](#) (groep 1-8)
 - [Groente zet je tanden erin!](#) (groep 1-8)
 - [Fitgaaf](#) (groep 1-8)

BSO

- **Op de BSO**
 - [Gezonde Kinderopvang BSO](#) (BSO)
 - [Smaakplezier](#) (BSO)
 - [Doe het zelf pakket](#) (BSO)
 - [Gezonde Smikkelweek](#) (BSO)
 - [Verse soep met spelletjes](#) (BSO)
 - [Tailor made lesprogramma's](#) (BSO)
 - [Gastlessen gezonde voeding](#) (BSO)
 - [Groente zet je tanden erin!](#) (BSO)
 - [Fitgaaf](#) (BSO)

VO

- **Op school**
 - [Hack je Snack, EnergyLAB, Poep en Pukkels, Brood in Nood, Op kamers, Burgerschap, Voedselhypes en mythes](#) (alle typen onderwijs klas 1-6, (V)MBO, Praktijkonderwijs, VSO)
 - [Gezonde schoolkantine](#) (alle typen onderwijs klas 1-6, (V)MBO, Praktijkonderwijs, VSO)
 - [Verschillende activiteiten tijdens de Dutch Food Week in oktober](#) (alle typen onderwijs klas 1-6)
 - [Fruit en Veggies challenge](#) (alle typen onderwijs klas 1,2)
 - [Gastlessen gezonde voeding](#) (alle typen onderwijs klas 1-6, (V)MBO, Praktijkonderwijs, VSO)
 - [Krachtvoer](#) (VMBO)
 - [Weet wat je eet](#) (alle typen onderwijs klas 1-6, MBO)
 - Documentairetips (Netflix, NPO): the Biggest Little Farm, Supersize me, Altijd Wat: te veel zout, Zembla: Zoete Verleiders, Food Matters, Vleesverlangen, Cowspiracy, Seaspiracy, Food Choices



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 overal en op elke schaal: van vensterbanktuin tot jaarrond een eigen moestuintje! 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 Lereren eten moestuinen een belangrijk onderdeel van voedselonderwijs.

Zoekt u informatie en praktische hulp? In Zoetermeer 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.



Lokaal aanbod:

PO

• Op school

- [Vraag het de moestuincoach!](#) (groep 1-8)

• Op locatie

- [Schooltuinieren van Gemeente Zoetermeer](#) (groep 5-8)
- [Schooltuinieren van Zoete Aarde](#) (groep 5,6)

Landelijk aanbod:

KDV, PO & BSO

• Op het KDV, op school en BSO

- [Alliantie Schooltuinen \(Portaal met aanbieders van lesmateriaal en/of ondersteuning moestuinen op school\)](#) (groep 1-8, op locatie)
- [Compleet moestuinierprogramma](#) (groep 1-8)
- [Handleiding schoolmoestuin VELT](#) (groep 1-8)
- [Leerlijn Growwizzkid binnenteeltsysteem](#) (groep 1-8)
- [Lesmateriaal bij film De Schooltuin](#) (groep 4-6, BSO)
- [Lespakket 'Onderzoekend leren met Kiemgroenten](#) (groep 3-5)
- [Maatwerk Moestuinen](#) (groep 1-8)
- [Makkelijke Moestuin Kinderboek](#) (groep 5-8)
- [Makkelijke Moestuin Kinderboek](#) (groep 5-8)
- [Minimoestuin op School](#) (groep 1-8)
- [Moestuintips en lesmateriaal](#) (groep 1-8)
- [Seizoensgroenten](#) (groep 1-8)
- [Seizoenskalender](#) (groep 1-8, BSO)
- [Smaaklessen](#) (groep 1-8)
- [Smaakmissie Moestuin](#) (groep 1-4)
- [Smakelijke Moestuinen](#) (2-4 jaar)
- [Van grond tot mond - moestuinen op maat](#) (groep 1-8)
- Zadenpakket Rijk Zwaan (groep 1-8)

VO

• Op school

- [Handleiding schoolmoestuin VELT](#) (alle typen onderwijs klas 1-6)
- [Leerlijn Growwizzkid binnenteeltsysteem](#) (maatwerk VO)

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. 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 Zoetermeer 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



bewust kiezen



voedselproductie



duurzaam kiezen

Boerderijbezoek in Zoetermeer

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.

Lokaal aanbod

PO

• Op locatie

- [Boerderij-educatielessen](#) (groep 1-2)
- [Boerderij-educatielessen](#) (groep 1-2)
- [Boerderij-educatielessen](#) (groep 1-2)
- [Boerderij-educatielessen](#) (groep 1-8)
- [Boerderij-educatielessen](#) (groep 3-8)
- [Natuur -en boerderijeducatie](#) (groep 1-8)

Landelijk aanbod

PO

• Op school

- [Boerderijbezoek in jouw buurt](#) (groep 1-8)
- [Gastles Insecten Proeverij](#) (groep 7,8)

VO

• Op school

- [Boerderijbezoek in jouw buurt](#) (alle typen onderwijs klas 1-6)



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 voedsel educatie.

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.



Lokaal aanbod

PO & BSO

• Op school, BSO

- [Gastles gezonde voeding PO](#) (groep 1-8)
- [Gastles proeven met al je zintuigen](#) (groep 1-8)
- [Groente lespakket](#) (groep 5-8)
- [Koken op school](#) (groep 1-8)
- [Kookworkshops op maat](#) (groep 1-8)
- [Kookworkshops op maat](#) (groep 3-8)
- [Workshops gezond koken](#) (groep 1-8)
- [Workshop Smaakplezier](#) (BSO)

• Op school of op locatie

- [Gastles gezonde voeding PO](#) (groep 6-8)

VO

• Op school

- [Gastles gezonde voeding VO](#) (alle typen onderwijs klas 1,2)
- [Koken op school](#) (alle typen onderwijs klas 1-6)
- [Kookworkshops op maat](#) (alle typen onderwijs klas 1-6, MBO)

Landelijk aanbod

PO & BSO

• Op school, BSO

- [Compleet moestuinierprogramma](#) (groep 1-8)
- [Gastles insectenproeverij](#) (groep 6-8)
- [Gastles insectenproeverij](#) (groep 6-8)
- [Gastles proeven met al je zintuigen](#) (groep 1-8)
- [Groentjesoep, maakt je wijzer!](#) (groep 1-8, SO)
- [Informatieve filmpjes over diverse thema's](#) (groep 1-8)
- [Koken in de klas](#) (groep 1-8)
- [Kookles](#) (BO)
- [Lunchen met #SuperchefJeroen](#) (groep 1-8, BSO)
- [Spoonny op de BSO](#) (BSO)
- [Superchefs - kookworkshops](#) (groep 7,8)
- [Workshop Smaakplezier](#) (BSO)

VO

• Op school, BSO

- [Gastles insectenproeverij](#) (alle typen onderwijs klas 1-6)
- [Gastles insectenproeverij](#) (alle typen onderwijs klas 1-6)
- [Hack je Snack, EnergyLAB, Poep en Pukkels, Brood in Nood, Op kamers, Burgerschap, Voedselhypes en mythes](#) (VO, VMBO, Praktijkonderwijs)
- [Informatieve filmpjes over diverse thema's](#) (alle typen onderwijs klas 1-6)
- [Lunchen met #SuperchefJeroen](#) (alle typen onderwijs klas 1-6)

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

Lokaal aanbod

PO

• Op school

- [Groen adopteren](#) (groep 1-8)
- [Kom in de Kas](#) (groep 5-8)

PO

• Op school

- [Groen adopteren](#) (alle typen onderwijs klas 1-6)

Landelijk aanbod

PO

• Op school

- [De Voedselbanks](#) (groep 6-8)
- [In het sprookjesbos - natuuractiviteiten](#) (groep 1-3)
- [InStock - Iespakket Voedselverspillings](#) (groep 5-8)
- [Kaartspel over voeding](#) (groep 1,2 en KDV)
- [Iespakket Broodje 2de kans](#) (groep 5-8)
- [Iespakket tegen voedselverspillings](#) (groep 7,8)
- [Iespakket Zonder Vleess](#) (groep 6-8)
- [Overleven als Robinson met natuur- en techniekactiviteiten](#) (groep 3-8)
- [Posters en Brochures over gezond etens](#) (groep 1-8 en KDV)
- [Red de Krommiess](#) (groep 5,6)
- [Tiny Forest](#) (groep 1-8, BSO)
- [Verschillende lesbrieven met het thema etens](#) (groep 1-8)

VO

• Op school

- [Iespakket tegen voedselverspilling](#) (VSO klas 1-6)
- [Iespakket Voedseltransitie](#) (alle typen onderwijs klas 1-6)
- [Iespakket Zonder Vlees](#) (alle typen onderwijs klas 1-3)
- [Proefielwerkstuk Wereldvoedselvraagstuk](#) (HAVO 4,5 VWO 5,6)
- [Tiny Forest](#) (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	Landelijk/Lokaal	Naam programma	Aanbieder	Omschrijving	Locatie	Thema's	Type onderwijs
Gezonde voeding	Landelijk	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
	Landelijk	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
	Landelijk	Doe het zelf pakket	Spoony	Doe-het-zelf pakketten voor gezonde snacks inclusief spelletje	op de BSO		BSO
	Landelijk	EU schoolfruit	EU Schoolfruit	20 weken gratis groente en fruit voor de leerlingen	op school		PO: groep 1-8
	Landelijk	Fitgaaf	Fitgaaf	Met de erkende FitGaaf!-methode versterken kinderen op speelse wijze gezondheidsvaardigheden op basis van ervaringsleren, intuïtiefleren en reflectie	op de kinderopvang		KOV: 2-4 jaar, PO: groep 1-8 en BSO
	Landelijk	Fruit en Veggies challenge	EU-schoolfruit	Een superinteractieve digibordquiz over fruit en groente in 20 minuten	op school		PO: groep 7, 8, VO: alle typen onderwijs klas 1, 2
	Landelijk	Fruitvriendjes Schoolfruit	Fruitvriendjes	uitbreiding van EU-schoolfruit	op school		PO: groep 1-8
	Landelijk	Gastlessen gezonde voeding	De Voedingsjuf	Interactieve gastlessen over het maken van gezonde(re) keuzes en/of over voedselverleiding	op de kinderopvang		KOV: 2-4 jaar, PO: groep 1-8 en BSO, VO: klas 1-3

Activiteit	Landelijk/Lokaal	Naam programma	Aanbieder	Omschrijving	Locatie	Thema's	Type onderwijs
Gezonde voeding	Landelijk	Gezonde Kinderopvang BSO	Gezonde Kinderopvang	Training voor pedagogisch medewerkers	op de BSO		BSO
	Landelijk	Gezonde School - vignet Voeding	Gezonde School	Gezonde school vignet - Voeding	op school		PO: groep 1-8
	Landelijk	Gezonde schoolkantine	Voedingscentrum / Gezonde School	Programma voor medewerkers van de schoolkantine	op school	  	VO: klas 1-6, (V)MBO, Praktijkonderwijs, VSO
	Landelijk	Gezonde Smikkelweek	Spoony	Een week lang gezond eten, in spelvorm	op de BSO	   	BSO
	Landelijk	Gezonde start	Gezonde Kinderopvang	Training voor pedagogisch medewerkers	op de kinderopvang		KOV: 2-4 jaar
	Landelijk	Groente zet je tanden erin!	JOGG	Alles wat je wilt weten over groente eten. Tips voor KDV	op de kinderopvang	 	KOV: 2-4 jaar, PO: groep 1-8 en BSO,
	Landelijk	Groentjessoep, maakt je wijzer!	Groentjessoep	Verse soep op school inclusief lesmateriaal	op school	  	PO: groep 1-8 (SO, SBO)
	Landelijk	Kinderen doen mijn eet experiment	Voeding Leeft	Lesprogramma om te ervaren en ontdekken wat eten met je doet.	op school	  	PO: groep 5-8
	Landelijk	Kleuter-lespakket 'vitamines eten'	Studio Groot	prentenboek over gezonde voeding voor alle basisscholen	op school	 	PO: groep 1-2
	Landelijk	Kookles	CHEF-KIDS	workshops of lessen om de nieuwsgierigheid bij kinderen op het gebied van voeding te stimuleren	op school	-	PO: groep 1-8
	Landelijk	Krachtvoer	Krachtvoer	Online lessenreeks over gezonde voeding en voedselkeuzes	op school	   	VMBO
	Landelijk	Lekker Fit (Lespakket)	Lekker Fit Op School	lespakket over gezonde leefstijl	op school		PO: groep 1-8
	Landelijk	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
	Landelijk	Smaaklessen	Voedingscentrum	Lesmap vol doe-activiteiten rond eten en proeven	op school	     	PO: groep 1-8

Activiteit	Landelijk/Lokaal	Naam programma	Aanbieder	Omschrijving	Locatie	Thema's	Type onderwijs
Gezonde voeding	Landelijk	Smaakplezier	Voedingscentrum	Lesmap vol doe-activiteiten rond eten en proeven	op de BSO	     	BSO
	Landelijk	Smaakspel	Voedingscentrum	Kaartspel over eten	op de kinderopvang		KOV: 2-4 jaar
	Landelijk	Tailor made lesprogramma's	Spoony	workshops, gastlessen of smikkelweken op maat gemaakt	op de BSO	   	BSO
	Landelijk	the Biggest Little Farm, Supersize me, Altijd Wat: te veel zout, Zembla: Zoete Verleiders, Food Matters, Vleesverlangen, Cowspiracy, Seaspiracy, Food Choices	NPO / Netflix	Films en documentaires over voeding	op school	  	VO
	Landelijk	Verschillende activiteiten tijdens de Dutch Food Week in oktober	Dutch Food Week	Samen en gezond koken en genieten van eten is in onze huidige wereld misschien wel belangrijker dan ooit. Dutch Food Week stimuleert het delen van kennis met elkaar op allerlei vlakken en tonen we nieuwe ontwikkelingen die met ons eten te maken hebben.	op school	     	PO, VO
	Landelijk	Verse soep met spelletjes	Spoony	Levering van verse soep, met spelletjes om uit te dagen om nieuwe smaken te proeven	op de BSO	  	BSO
	Landelijk	Weet wat je eet	Voedingscentrum	Het Voedingscentrum biedt gratis een compleet lespakket over voeding. Wat is nou gezond eten? En hoe eet je ook goed voor het milieu? Hoe kun je ongezonde verleidingen weerstaan en hoe maak je goede keuzes in de supermarkt? Bij Weet wat je eet komt dit allemaal aan bod. Het lespakket bestaat uit 6 online lessen, die leerlingen zelfstandig kunnen volgen.	op school	 	VMBO, HAVO, VWO, MBO
	Landelijk	Workshop Smakelijke eters	Voedingscentrum	Leerlijn waarbij kennis gemaakt wordt met smaakontwikkeling, consumentenvaardigheden, koken en gezond en duurzaam eten. Uitleen van de lesmap en kookkist	op de kinderopvang	 	KOV: 2-4 jaar



















Activiteit	Landelijk/Lokaal	Naam programma	Aanbieder	Omschrijving	Locatie	Thema's	Type onderwijs
Gezonde voeding	Randstad	Hack je Snack, EnergyLAB, Poep en Pukkels, Brood in Nood, Op kamers, Burgerschap, Voedselhypes en mythes	Future FoodLAB	Future FoodLAB geeft workshops waarin leerlingen (12-18 jaar) als laborant experimenteren met gezond eten & drinken. Naast een standaard reeks workshops organiseert FoodLAB ook kookworkshops op maat met diverse thema's zoals duurzaamheid en burgerschap, maar ook begeleiding van O&O projecten. Voor de bovenbouw stomen ze leerlingen klaar voor het zelfstandige leven als student.	op school	     	VO: klas 1-6, (V)MBO, Praktijkonderwijs, VSO
	Lokaal	Gastles gezonde voeding PO	De voedingsjuf	Smaaklessen, smaakmissies, EU schoolfruit	op school	 	PO: groep 1-8
	Lokaal	Gastles gezonde voeding VO	De voedingsjuf	Interactieve gastles over het maken van gezonde(re) keuzes	op school	    	VO: alle typen onderwijs klas 1,2
	Lokaal	Gastles 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
	Lokaal	Groente lespakket	Rijk Zwaan Nederland B.V.	Met een kist vol groente en een powerpoint wordt middels diverse opdrachten eigenschappen van groente besproken. Gastles op school door medewerkers van Rijk Zwaan.	op school	   	PO: groep 5-8
	Lokaal	Kleuter-lespakket 'vitamines eten'	Studio Groot	prentenboek over gezonde voeding voor alle basisscholen	op school	 	PO: groep 1-2
	Lokaal	Kookworkshops op maat	Cooking for Life	Cooking for life verzorgt kookworkshops op scholen waarbij puur plantaardig duurzaamheid en gezondheid de belangrijkste pijlers zijn. Dit wordt op een speelse manier gebracht in de belevingswereld van de kinderen. Leren door te doen!	op school	    	PO: groep 1-8, VO: alle typen onderwijs klas 1-6, MBO
	Lokaal	Leer samen met je Torrie over gezond leven	Studio Groot	De kinderen worden meegenomen in een verhaal waarbij ze gaan zorgen voor een (knuffel)wezen genaamd Torrie. Middels geluidsfragmenten, verrassingspost en andere interactieve elementen komt het verhaal echt tot leven en vergroten ze hun gezondheidskennis. De kinderen nemen hun 'Torrie' in het weekend mee naar huis, waarbij de ouders betrokken worden bij de opdrachten. In 5 weken tijd gaan de kinderen aan de slag met 5 verschillende gezondheidsthema's; voeding, sociale omgang, slapen, bewegen en invloed van je omgeving.	op school	   	PO: groep 4-5
	Lokaal	Trommel zonder rommel	JOGG en GGD Zuid Holland Zuid	Inspiratiebrochure voor gezonde schoollunch voor kinderen en ouders	op school	   	PO: groep 1-8
	Lokaal	Workshop Smaakplezier	De voedingsjuf	Aan de slag als Smaakprofessor of voeding onderzoeken en ontdekken? Het kan allemaal in deze leuke workshop.	BSO	    	BSO







































Activiteit	Landelijk/Lokaal	Naam programma	Aanbieder	Omschrijving	Locatie	Thema's	Type onderwijs
Smaaklessen	Lokaal	Workshops gezond koken	Out of the Box	Out of the Box verzorgt lesprogramma's en kookworkshops op maat waarbij leerlingen zelf aan de slag gaan: smaak, maak en doen. In de lessen komen verschillende thema's aan bod zoals: smaak, bereiden, consumentvaardigheden, voedselproductie en gezond eten.	op school	     	PO: groep 1-8
	Landelijk	Gastles proeven met al je zintuigen	De Voedingsjuf	Beleef je eten met al je zintuigen; ruiken, proeven, zien, voelen, horen	op school/KDV/ BSO, gastdocent		PO: groep 1-8
	Landelijk	Workshop Smaakplezier	De Voedingsjuf	Aan de slag als Smaakprofessor of voeding onderzoeken en ontdekken? Het kan allemaal in deze leuke workshop.	op school/KDV/ BSO, gastdocent	   	BSO
	Landelijk	Smaaklessen	Smaaklessen	Leerlijn waarbij kennis gemaakt wordt met smaakontwikkeling, consumentvaardigheden, koken, gezond en duurzaam eten.	op school	     	PO: groep 1-8
	Landelijk	Smaakmissies	Smaaklessen	Leerlingen leren van alles over de herkomst van hun eten. Er zijn 12 Smaakmissies beschikbaar!	op school	   	PO: groep 1-8
	Landelijk	Smaakplezier	Smaaklessen	Lesmap vol doe-activiteiten rond eten en proeven	op school	    	BSO
	Landelijk	Smaakspel	Smaaklessen	Kaartspel over eten	op school		KDV
	Lokaal	Proef het verschil!	Biologisch Kempenaar (Leimuiden)	Kinderen gaan blind proeven van verschillende soorten groente. Wat herkennen ze? Hoe komt de groente in de supermarkt? Wat is het verschil tussen biologisch en niet biologisch? Waarom is iets duurzamer of beter voor de aarde?	op tuinderij	   	PO: groep 6-7, VO: alle typen onderwijs klas 1 en 2
	Lokaal	Smaakles, voeding en koken	Vodiservice	Gastles: gezond, lekker en duurzaam, aangeboden in een doorlopende leerlijn.	op school	   	PO: groep 1-8
Moestuinen	Landelijk	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
	Landelijk	Handleiding schoolmoestuin VELT	Velt	Handleiding om een schoolmoestuin aan te leggen met een reeks aan lesideeën	Op school	   	PO: groep 1-8, VO: klas 1-6

Activiteit	Landelijk/Lokaal	Naam programma	Aanbieder	Omschrijving	Locatie	Thema's	Type onderwijs
Moestuinen	Landelijk	Leerlijn Growwizzkid binnenteeltsysteem	GrowWizzKid	Leerlijn van 6 lessen 'Onderzoekend leren met Kiemgroenten'	op school	  	PO: groep 1-8, VO: Maatwerk
	Landelijk	Lesmateriaal bij film De Schooltuin	IVN	Lesmateriaal dat gebruikt kan worden bij vertoning van de Schooltuin film	op school	   	PO: groep 4-6, BSO
	Landelijk	Lespakket 'Onderzoekend leren met Kiemgroenten	GrowWizzKid	Leerlijn met binnenteeltsysteem waar alle vormen van voedseducatie aan bod komen	op school	  	PO: groep 3-5
	Landelijk	Maatwerk Moestuinen	GrowWizzKid	Maatwerk Moestuinen	op school	 	PO: groep 1-8
	Landelijk	Makkelijke Moestuin Kinderboek	Makkelijke Moestuin	Met dit speelse moestuinboek kunnen leerlingen zelf aan de gang	op school	   	PO: groep 5-8
	Landelijk	Makkelijke Moestuin Kinderboek	Makkelijke Moestuin	Met dit speelse moestuinboek kunnen leerlingen zelf aan de gang. Het betreft geen educatief programma, maar handige tips en uitleg om als kind te moestuinen.	op school	  	PO: groep 5-8
	Landelijk	Minimoestuin op School	Velt	Handleiding voor een minimoestuin in potten met een reeks aan lesideeën	Op school	   	PO: groep 1-8
	Landelijk	Moestuintips en lesmateriaal	IVN	Moestuintips en Lesmateriaal	Op school, BSO	  	PO: groep 1-8
	Landelijk	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
	Landelijk	Seizoensgroenten	Velt	Lespakket waarin seizoensgroenten centraal staan. De leerlingen leren spelenderwijs de groenten te koppelen aan het seizoen.	Op school	   	PO: groep 1-8
	Landelijk	Seizoenskalender	Velt	Seizoenskalender waarbij leerlingen leren waar groente en fruit vandaan komt, met een reeks aan lesideeën	Op school	   	PO: groep 1-8, BSO
	Landelijk	Smaaklessen	Voedingscentrum	Lesmap vol doe-activiteiten rond eten en proeven	op school	     	PO: groep 1-8

























Activiteit	Landelijk/Lokaal	Naam programma	Aanbieder	Omschrijving	Locatie	Thema's	Type onderwijs
Moestuinen	Landelijk	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
	Landelijk	Smakelijke Moestuinen	BuurtLAB	Programma rond moestuinen en gezonde voeding voor pedagogisch medewerkers	op de kinderopvang	   	KOV: 2-4 jaar
	Landelijk	Van grond tot mond - moestuinen op maat	School of Food	School of Food ontwikkelt moestuinlessen op maat waarbij de zintuiglijke beleving van tuinen en verwerken centraal staat. Verwerking van oogs en (on)kruiden van de tuin vormen een rode draad in het lesprogramma en leer dat koken zowel in de klas als buiten in de open lucht heel goed kan.	op school	     	PO: groep 1-8
	Landelijk	Zadenpakket Rijk Zwaan	Jong Leren Eten / Rijk Zwaan	Zadenpakket voor schoolmoestuinen	op school, BSO, KDV	 	PO: groep 1-8
	Lokaal	Schooltuinen op locatie met NME	Gemeente Zoetermeer	Met de klas wekelijks lekker in de tuin werken? Dat kan op een Zoetermeerse wijk tuin bij u in de buurt onder begeleiding van een wijk tuinbeheerder of vrijwilliger. Schooltuinen kan bij de Weidmolen Oosterheem, het Buitenbeest (Voorweg), Rokkeveen of Zegwaartseweg. Uw leerlingen onderhouden elk hun eigen tuintje en zijn hiervoor verantwoordelijk. Ze zaaien, planten en oogsten zelf allerlei gewassen. Het programma omvat zo'n 18 lessen. 6 na de zomervakantie en van april tot de zomervakantie.	op locatie	     	PO: groep 5-8
	Lokaal	Schooltuinen van Zoete Aarde	Kom in de Kas	Vanaf april tot en met oktober zijn leerlingen uit groep 5/6 welkom om te tuinieren bij Zoete Aarde. Ze komen klassikaal met hun leerkracht en hulpouders. De kinderen leren hoe voedsel groeit, hoe ze bv. een aardappel moeten poten en dat ze vervolgens geduld moeten hebben. Dat er veel gewied moet worden, water moet worden gegeven en dat er uiteindelijk kan worden geoogst. De oogst kan geweldig goed zijn, maar soms ook wat minder..... Zo leren ze genieten van tuinieren door een lesje biologie in de open lucht. De praktijklessen worden aangevuld met themalessen, bv. over het weer, over bodemdieren, bijen en andere bestuivers. Hierbij wordt samenwerking gezocht met IVN Z'meer of andere Zoetermeerse natuurverenigingen.	op locatie	     	PO: groep 5-6

Activiteit	Landelijk/Lokaal	Naam programma	Aanbieder	Omschrijving	Locatie	Thema's	Type onderwijs
Moestuiniëren	Lokaal	Vraag het de moestuincoach!	Natuurlijk! Onderwijs (NME)	Kan jouw klas niet naar de schooltuinen, maar wil je de kinderen wel graag laten moestuiniëren? Bekijk de mogelijkheden samen met de moestuincoach. Een moestuin is voor scholen vaak uitdagend en roept veel vragen op: Hoe kies je een geschikte plek voor je moestuin? Hoe organiseer je werk in de moestuin? Op die vragen en meer kan een moestuincoach antwoord bieden. Samen met moestuincoach Evelien Smits zijn wij alvast aan het kijken naar volgend schooljaar. Geïnteresseerd in wat Evelien te bieden heeft? Naam contact op met de gemeentelijke NME adviseur Keri van den Heuvel via nme@zoetermeer.nl .	op school		PO: groep 1-8
Boerderijlessen	Landelijk	Boerderijbezoek in jouw buurt	Boerderij Educatie	Onze educatieboeren nemen je klas mee in de beleving van de boerderij. Basis-, middelbaar of bijzonder onderwijs: we hebben praktijklessen voor ieder gewenst niveau.	op school		PO: groep 1-8, VO: alle typen onderwijs, klas 1-6
	Landelijk	Gastles Insecten Proeverij	Duurzaam Insecten Eten	Les in omgaan met de natuur	op school		PO: groep 7,8, praktijkonderwijs, VMBO-MBO
	Landelijk	Lespakket The Biggest Little Farm	Groen Kennisnet	-	op school		VMBO 2 groen
	Lokaal	Boerderij-educatielessen	Vockestaert (melkveebedrijf Gravesteyn)	Wat is er nu mooier om te kijken op een echte boerderij, niet de kinderboerderij maar hier waar de boer en boerin dagelijks bezig zijn om voor de dieren te zorgen en bij te dragen aan de (kringloop)landbouw. Dat kan met de boerderij-educatielessen die speciaal zijn ontwikkeld voor groep 3 t/m 8.	op locatie		PO: groep 3-8
	Lokaal	Boerderij-educatielessen	Boer in de Klas	Boeren produceren voedsel en brengen daarbij mens, dier en natuur samen. Voor veel scholen is het niet haalbaar om een bezoek te brengen aan de boerderij. Daarom brengt "Boer in de Klas" de boerderij naar school. Met veel boeren en boerinnen door heel Nederland. Dat verhaal willen ze graag vertellen aan alle basisschoolkinderen in Nederland. Kijk op de kaart wie er in je buurt staat te trappelen om een gastles te geven waar je eten vandaan komt of inspeelt op een gewenst thema over bijvoorbeeld duurzaamheid, taal en rekenen. In de buurt van Zoetermeer geeft Wouter Beukeboom een gastles over duurzaam en circulair boeren, maar ook Yvonne Oostdam komt graag vertellen hoe hun melk geproduceerd wordt.	op school		PO: groep 1-8

Activiteit	Landelijk/Lokaal	Naam programma	Aanbieder	Omschrijving	Locatie	Thema's	Type onderwijs
Boerderijlessen	Lokaal	Boerderij-educatielessen	Boerderijles op Speelboerderij het Buitenbeest	Kinderen houden van dieren. Deze doe-het-zelf les maakt kleuters vertrouwd met dieren op de stadsboerderij. Aan de hand van vragen en doe-opdrachten mogen de kleuters de dieren bekijken, aanraken en vasthouden.	op locatie	-	PO: groep 1-2
	Lokaal	Boerderij-educatielessen	Boerderijles op Stadsboerderij de Balijhoeve	Kinderen houden van dieren. Deze doe-het-zelf les maakt kleuters vertrouwd met dieren op de stadsboerderij. Aan de hand van vragen en doe-opdrachten mogen de kleuters de dieren bekijken, aanraken en vasthouden.	op locatie	-	PO: groep 1-2
	Lokaal	Boerderij-educatielessen	Boerderijles op Stadsboerderij de Weidemolen	Kinderen houden van dieren. Deze doe-het-zelf les maakt kleuters vertrouwd met dieren op de stadsboerderij. Aan de hand van vragen en doe-opdrachten mogen de kleuters de dieren bekijken, aanraken en vasthouden.	op locatie	-	PO: groep 1-2
Proeven en Koken	Landelijk	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
	Landelijk	Gastles insectenproeverij	Duurzaam Insecten Eten	Gastles Insecten als eiwitbron met Proeverij	op school	   	PO: groep 6-8, VO: alle typen onderwijs, klas 1-6
	Landelijk	Gastles proeven met al je zintuigen	De Voedingsjuf	Beleef je eten met al je zintuigen; ruiken, proeven, zien, voelen, horen	op school, BSO, KDV		PO: groep 1 -8
	Landelijk	Groentjessoep, maakt je wijzer!	Groentjessoep	Verse soep op school inclusief lesmateriaal	op school	  	PO: groep 1-8 (SO)
	Landelijk	Hack je Snack, EnergyLAB, Poep en Pukkels, Brood in Nood, Op kamers, Burgerschap, Voedselhypes en mythes	Future FoodLAB	Future FoodLAB geeft workshops waarin leerlingen (12-18 jaar) als laborant experimenteren met gezond eten & drinken. Naast een standaard reeks workshops organiseert FoodLAB ook kookworkshops op maat met diverse thema's zoals duurzaamheid en burgerschap, maar ook begeleiding van O&O projecten. Voor de bovenbouw stomen ze leerlingen klaar voor het zelfstandige leven als student.	op school	   	HAVO, VWO, VMBO, Praktijkonderwijs, MBO
	Landelijk	Informatieve filmpjes over diverse thema's	SchoolTV	-	op school	-	PO: groep 1-8, VO: klas 1-2

Activiteit	Landelijk/Lokaal	Naam programma	Aanbieder	Omschrijving	Locatie	Thema's	Type onderwijs
Proeven en Koken	Landelijk	Koken in de klas	School of Food	School of food zet voedsel educatie op de kaart. Of het nu gaat om een doorlopende leerlijn, workshops door gastdocenten of advies, met School of food krijg je voedsel educatie in het DNA van je school	op school	    	PO: groep 1-8
	Landelijk	Kookles	CHEF-KIDS	workshops of lessen om de nieuwsgierigheid bij kinderen op het gebied van voeding te stimuleren	op school	  	PO: groep 1-8
	Landelijk	Lunchen met #Superchefleroen	Onderwijsgezond	-	op school	   	PO: groep 1-8, VO: alle typen onderwijs, klas 1-6 en BSO
	Landelijk	Spoony op de BSO	Spoony	Doe mee met de gezonde smikkelweken van Spooony, waarbij gezonde eetgewoonten met groenten in de hoofdrol de boventoon voeren. Spooony levert kant-en-klare pakketten waarmee kinderen koken, bakken, proeven en spelen met groenten. Elk pakket bevat 4 activiteiten om spelenderwijs voedselvaardigheden op te doen en samen lekker te smikkelen. Elk pakket is voor in totaal ongeveer 50 kinderen.	op de BSO	   	BSO
	Landelijk	Superchefs - kookworkshops	Smaaklessen	SuperChefs is een serie van acht wekelijkse kookworkshops. Leerlingen ontdekken hoe gezond, lekker en gemakkelijk koken kan zijn. De jonge koks leren hoe ze zelf een gezonde maaltijd kunnen klaarmaken en iets voor tussendoor. Het programma is een verdieping van Smaaklessen.	op school	  	PO: groep 7-8
	Lokaal	Workshop Smaakplezier	De Voedingsjuf	Aan de slag als Smaakprofessor of voeding onderzoeken en ontdekken? Het kan allemaal in deze leuke workshop.	op school, BSO, KDV	  	BSO
	Lokaal	Gastles gezonde voeding PO	De voedingsjuf	Smaaklessen, smaakmissies, EU schoolfruit	PO	 	PO: groep 1-8
	Lokaal	Gastles gezonde voeding VO	De voedingsjuf	Interactieve gastles over het maken van gezonde(re) keuzes	VO	    	VO: alle typen onderwijs klas 1,2
	Lokaal	Gastles proeven met al je zintuigen	De voedingsjuf	Beleef je eten met al je zintuigen: ruiken, proeven, zien, voelen, horen	PO	    	PO: groep 1-8
	Lokaal	Groente lespakket	Rijk Zwaan Nederland B.V.	Met een kist vol groente en een powerpoint wordt middels diverse opdrachten eigenschappen van groente besproken. Gastles op school door medewerkers van Rijk Zwaan.	op school	   	PO: groep 5-8

Activiteit	Landelijk/Lokaal	Naam programma	Aanbieder	Omschrijving	Locatie	Thema's	Type onderwijs
Proeven en Koken	Lokaal	Kinderresto	Kinderresto van Harte	KinderResto is de plek waar alle kinderen mogen meedoen. Ieder kind mag aanschuiven aan onze eettafels en meehelpen met het klaarmaken van lekkere en gezonde maaltijden. Ze leren over gezond eten, ze werken samen en ontwikkelen zelfvertrouwen. Het is een plek waar kinderen sterker worden, meer zelfbewust en hun talenten ontwikkelen. En ze maken nieuwe vrienden.	op locatie / op school	  	PO: groep 6-8
	Lokaal	Koken op school	Dynamic Activities	Zelfstandig leren een gerecht/gerechten te bereiden	op school	  	PO: groep 1-8, VO: alle typen onderwijsklas 1-6
	Lokaal	Kookworkshops op maat	Stichting Piëzo	Stichting Piëzo organiseert kookworkshops op maat waarbij zelf doen, experimenteren en gezondheid centraal staan. Cultuur is een belangrijk aspect en de gebruikte recepten zullen dan ook allerlei windstreken komen. Voor meer informatie graag mailen met Wendy.	op school	   	PO: groep 3-8
	Lokaal	Kookworkshops op maat	Cooking for Life	Cooking for life verzorgt kookworkshops op scholen waarbij puur plantaardig duurzaamheid en gezondheid de belangrijkste pijlers zijn. Dit wordt op een speelse manier gebracht in de belevingswereld van de kinderen. Leren door te doen!	op school	    	PO: groep 1-8, VO: alle typen onderwijsklas 1-6, MBO
	Lokaal	Workshop Smaakplezier	De voedingsjuf	Aan de slag als Smaakprofessor of voeding onderzoeken en ontdekken? Het kan allemaal in deze leuke workshop.	BSO	    	BSO
	Lokaal	Workshops gezond koken	Out of the Box	Out of the Box verzorgt lesprogramma's en kookworkshops op maat waarbij leerlingen zelf aan de slag gaan: smaak, maak en doen. In de lessen komen verschillende thema's aan bod zoals: smaak, bereiden, consumentvaardigheden, voedselproductie en gezond eten.		    	PO: groep 1-8
Diversen	Landelijk	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
	Landelijk	De Voedselbank	De Voedselbank	Lespakket over de voedselbank met een les over voedselverspilling	op school	 	PO: groep 6-8

Activiteit	Landelijk/Lokaal	Naam programma	Aanbieder	Omschrijving	Locatie	Thema's	Type onderwijs
Diversen	Landelijk	In het sprookjesbos - natuuractiviteiten	Bloeiend	Bekende sprookjes vormen thema's voor natuuractiviteiten 'In het Sprookjesbos'. De activiteiten zijn zowel binnen als buiten uit te voeren en zijn wisselend van lengte en van karakter. Er zijn knutselideeën er wordt gekookt en geproefd, gespeeld, onderzocht en ontdekt. De meeste activiteiten kunnen met gratis, natuurlijk- of hergebruikt materiaal uitgevoerd worden. Ze zijn gericht op zintuiglijke beleving, het stimuleren van sociale vaardigheden en het ontwikkelen van creativiteit. Natuurbeleving en milieubewustzijn lopen als groene draden door het sprookjesbos. Kinderen leren 'In het Sprookjesbos' dat zij onderdeel zijn van de natuur en leren er goed voor te zorgen; spelenderwijs, gezond en veilig; ook in een stedelijke omgeving; dat is het uitgangspunt.	op school KOV, BSO	  	PO: groep 1-3
	Landelijk	InStock - lespakket Voedselverspilling	InStock	Lespakket over voedselverspilling en gezond eten	Op school	   	PO: groep 5-8
	Landelijk	Kaartspel over voeding	Jong Lekker Fit	Kaartspel over voeding	op school		PO: groep 1-2 en KOV
	Landelijk	Lespakket Broodje 2de kans	Het groene wiel	Wat is er allemaal gebeurd en nodig voordat een boterham op je bord ligt? Wat gebeurt er met brood als het oud is? Kun je er misschien iets anders mee doen dan weggooien?	op school	   	PO: groep 5-8
	Landelijk	Lespakket tegen voedselverspilling	Too good to go	Reeks lessen over voedselverspilling: herkomst, de voedselketen, poster, quiz, challenge, logboek en koken met restjes	op school	   	KDV, PO: groep 1-2, VO: alle typen onderwijs, klas 1-6
	Landelijk	Lespakket Voedseltransitie	Groen Kennisnet	Lespakket over de voedseltransitie	op school	  	VMBO, MBO, HBO
	Landelijk	Lespakket Zonder Vlees	Nationale Week Zonder Vlees	Interactieve lessen over impact van vleesconsumptie	Op school	 	PO: groep 6-8, VO: alle typen onderwijs, klas 1-3
	Landelijk	Overleven als Robinson met natuur- en techniekactiviteiten	Bloeiend	Kinderen spoelen aan op een onbewoond eiland, net als Robinson Crusoe, en moeten zien te overleven. Door het eilandverhaal te volgen komen ze steeds nieuwe uitdagingen tegen die hen inspireren oplossingen te zoeken. Ze doen uitvindingen door te experimenteren en lossen problemen op door gebruik te maken van de natuur en van techniek. Leerlingen leren dat eten ook te vinden is direct in de natuur, maar ook zelf te kweken en bereiden.	op school KOV, BSO	  	PO: groep 3-8

Activiteit	Landelijk/Lokaal	Naam programma	Aanbieder	Omschrijving	Locatie	Thema's	Type onderwijs
Diversen	Landelijk	Posters en Brochures over gezond eten	GLOS educatief	Posters en Brochures over gezond eten	op school		KOV, PO: groep 1-8
	Landelijk	Proefielwerkstuk Wereldvoedselvraagstuk	WUR	Het Wageningen Youth Institute inspireert en activeert leerlingen in het wereldvoedselvraagstuk. "Hoe voeden we de wereld in 2050 op een eerlijke, duurzame en gezonde manier wanneer de wereldbevolking stijgt naar 10 miljard?"	op school	  	VO: HAVO 4-5 VWO 5-6
	Landelijk	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
	Lokaal	Tiny Forest	IVN	Een Tiny Forest® is een dichtbegroeid, inheems bos ter grootte van een tennisbaan. Dit bos is niet alleen een prettige plek voor vlinders, vogels, bijen en kleine zoogdieren, maar ook voor mensen. Kinderen leren in het buitenlokaal over de Nederlandse natuur en buurtbewoners ontmoeten elkaar op een prettige en gezonde plek.	omgeving school	    	PO: groep 1-8 en BSO, VO: alle typen onderwijs klas 1-6
	Landelijk	Verschillende lesbrieven met het thema eten	Natuurwijs	Verschillende lesbrieven met het thema eten	op school	    	PO: groep 1 -8
	Lokaal	Groen adopteren	Gemeente Zoetermeer	Scholen kunnen stukjes groen adopteren die in de buurt van de school liggen. Ze kunnen worden ingericht als leer-, speel-, pluk- of gebruiksnatuur.	PO	   	PO: groep 1-8, VO: alle typen onderwijs klas 1-6
	Lokaal	Kom in de Kas	Kom in de Kas	Met je klas (vanaf groep 5 basisschool) kun je nu het hele jaar op groepsbezoek in een kas! Enthousiaste telers in het hele land laten jou en je groep tijdens een privé-rondleiding zien én ervaren wat er allemaal komt kijken bij het kweken van de mooiste bloemen en planten en de allerlekkerste groenten en fruit.	op locatie		PO: groep 5-8

Colofon

Dit overzicht is tot stand gekomen onder verantwoordelijkheid van Jong Leren Eten Zuid – Holland.

Novmeber 2023

Geïnteresseerden zijn van harte welkom hierbij aan te sluiten.
Adresgegevens vindbaar via www.jonglereneten.nl.



gemeente
Zoetermeer

