



## Tips voor voedseducatie

Toolkit voor kwalitatieve excursies en (gast)lessen in het primair onderwijs

De school is de perfecte plek om over voedsel en gezond en duurzaam eetgedrag te leren. Met voedseducatie maken kinderen spelenderwijs kennis met smaakontwikkeling, consumentenvaardigheden, gezond en duurzaam eten en koken.

### ► Waarom deze Toolkit?

- ✓ Er is veel aanbod van lessen en activiteiten over voeding, deze Toolkit geeft scholen richtlijnen voor de keuze van het beste aanbod.
- ✓ Om informatie op te doen over kwaliteitseisen die er bestaan voor voedseducatie.
- ✓ Om tips te ontvangen over de juiste vindplaatsen van kwalitatieve lessen en activiteiten.
- ✓ Om scholen te stimuleren met kwalitatieve lessen en activiteiten aan de slag te gaan.



## ► Waarom lessen over voedsel?

Weten waar je voedsel vandaan komt en wat je lichaam nodig heeft om te groeien levert kennis en vaardigheden op om later duurzame én gezonde keuzes te kunnen maken!

- ✓ Iedereen moet eten, kennis over voedsel (over de groei en keten van voedsel) en voeding (wat heeft je lichaam nodig om te groeien) is basiskennis.
- ✓ Maar 5% van de kinderen eet dagelijks de aanbevolen hoeveelheid groente & fruit die nodig is voor een gezonde groei ([richtlijn](#) is 1,5 - 2 stuks fruit en 100 - 200 gr. groenten afhankelijk van leeftijd). Ook de richtlijnen voor suikerhoudende dranken en zout worden niet goed [nageleefd](#).
- ✓ Veel kinderen hebben overgewicht of juist ondergewicht, dus is het echt relevant.
- ✓ Eten is sociaal cultureel bepaald en dat maakt het een mooi thema in de klas.

## ► Kies voor kwaliteit in lessen en excursies

Hoe weet je dat je met kwalitatief goed lesmateriaal aan de slag gaat?

**De les is praktisch:**

- ✓ Er is een handleiding aanwezig met informatie over vorm, volgorde, frequentie, duur, timing, locatie en werkwijze.
- ✓ De les is haalbaar qua uitvoering in tijd, kosten, begeleiding en middelen.
- ✓ De les biedt evt. extra informatie over benodigde kennis, vaardigheden, begeleiding of middelen.

**De les benoemt de leerlijn/kerndoelen:**

- ✓ Past bij de doorlopende leerlijn voeding in het leerplankader sport, bewegen en gezonde leefstijl, die opgesteld is door de SLO. Het thema voeding is geschreven in nauwe samenwerking met het Voedingscentrum en staat ook uitgebreid beschreven in het [Voorstel voor de doorlopende leerlijn Voeding](#).



### De les is inhoudelijk kloppend en verantwoord:

- ✓ De les is 'goed beschreven', en bij voorkeur 'goed onderbouwd' in de database van Centrum Gezond Leven (CGL) van het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM): [Database Centrum Gezond Leven \(CGL\) van het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu.](#)

### De les is objectief:

- ✓ Informatie is juist en wetenschappelijk correct: In alle lesmaterialen en activiteiten worden de [Richtlijnen goede voeding](#) van de Gezondheidsraad gehanteerd.
- ✓ De les bevat geen merk- en productpromotie, conform de [Reclame Code](#) alsmede het [convenant sponsoring op scholen](#).
- ✓ Voors en tegens worden gegeven (geen mening of beïnvloeding).

### De les benut de 5 pijlers van voedseleducatie:



## ► Zoek naar kwalitatief lesmateriaal

### Waar vind je lessen die voldoen aan deze kwaliteitscriteria?

De beste voedseleducatie lessen zijn te vinden via:

- ✓ [www.gezondeschool.nl](http://www.gezondeschool.nl), zoek erkende interventies op thema Voeding in de [database](#).
- ✓ In het gratis lesportaal Chef! op [www.voedseleducatie.nl](http://www.voedseleducatie.nl) staan de erkende lessen van de programma's Smaaklessen, Smaakmissies en het EU-Schoolfruit- en groenteprogramma. Meer informatie over Chef! op [www.smaaklessen.nl](http://www.smaaklessen.nl).
- ✓ Voor een leerzaam boerderijbezoek, zoek naar gecertificeerde boerderijen op [www.boerderijeducatienederland.nl](http://www.boerderijeducatienederland.nl).
- ✓ Kijk ook in het aanbod van lokale organisaties, zoals bij Jongeren op Gezond Gewicht, Natuur en Milieu Educatie-centra en IVN natuureducatie.
- ✓ Inspiratieverhalen van andere scholen bij jou in de regio vind je op <https://www.jonglereneten.nl/inspiratie>.

## ► Zoek naar kwalitatieve gastlessen en excursies

### Waar vind je kwalitatieve gastlessen en excursies?

Kies voor een aanbieder die:

- ✓ een didactische training heeft gevolgd.
- ✓ een veiligheidstraining heeft doorlopen (BedrijfsHulpVerlening) met BHV certificaat.
- ✓ een 'Verklaring omtrent het Gedrag' (VOG) kan tonen.
- ✓ een aanvullende verzekering heeft om een groep kinderen verzekerd te ontvangen.
- ✓ een vorm van (intercollegiale) toetsing op kwaliteit georganiseerd heeft.
- ✓ een leerkracht gevraagd heeft aanwezig te blijven tijdens de les.
- ✓ in overleg met de leerkracht voldoende groepsbegeleiders geregeld heeft.





## ► Een kwalitatief goede les laat de kinderen zelf ervaren, zowel binnen als buiten de klas

Ervaren in en rondom de school:

Moestuiniëren



Koken



Proefjes & innovatieve spellen



En op excursie naar een:

Boerderij



Kas



Supermarkt



Bezoek ook [www.jonglereneten.nl](http://www.jonglereneten.nl) voor educatieve activiteiten in jouw buurt.

## ► Contact

Deze Toolkit is tot stand gekomen in samenwerking met Team Smaaklessen & EU-Schoolfruit, Wageningen University & Research.

Vragen over de Toolkit? Mail ons via [smaaklessen@wur.nl](mailto:smaaklessen@wur.nl)

