

Voedseleducatie Alkmaar

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



Voedseleducatie – een praktische aanpak

Goed voor uzelf zorgen, voor de ander en voor u 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 u daarin u weg? Dit overzicht kan daarbij helpen.

5 invalshoeken

Gezonde en duurzame voeding gaat over:



Smaak



Gezondheid



Voedselproductie



Bewust kiezen



Voedselbereiding

We adviseren om tijdens het opgroeien van kinderen aan alle onderwerpen aandacht te besteden. Daarbij kunt u het aanbod in deze gids gebruiken. Via de links komt u direct op websites waar u 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](#) (SBGL), thema Voeding van het Nationaal Expertisecentrum voor Leerplanontwikkeling (de SLO).

Financiering & kosten

Alle genoemde activiteiten hebben een eigen kostenplaatje. U 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 kunt u eventueel een [subsidie](#) aanvragen via het programma Jong Leren Eten. Deze subsidie wordt voor het onderwijs opengesteld op 1 september. Voor de kinderopvang zijn er meerdere rondes per jaar.



Overzicht

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

- kies als organisatie voor structureel werken aan goede voeding: kies voor het thema voeding van Gezonde School of Gezonde Kinderopvang;
- zoek daarbij een educatief/activiteitenprogramma waarmee u 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 Moestuinieren, 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

Stappen

Beleid



Structureel educatief
programma



Aanvullende
activiteiten
in de gemeente

Activiteit

Gezonde School/
Kinderopvang

Smaaklessen

Moestuinieren

Boerderijbezoek

Proeven en Koken

Thema's



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 gezondheid. 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 voedseleducatie in het lesprogramma. De volgende invalshoeken moeten hierin in ieder geval aan bod komen:



Aanbevolen effectieve lesprogramma's voor PO zijn [Smaaklessen](#), [Ik Eet het Beter](#) en [Growwizzkids](#). Voor het VO zijn dit [Weet wat je eet](#) en [Do-it](#) en [Krachtvoer](#) voor VMBO. Maar u kunt ook uw eigen programma samenstellen en voorleggen ter goedkeuring. Daarbij kunt u natuurlijk dit overzicht van voedseleducatie in Alkmaar goed benutten!

Advisering Gezonde School

Scholen kunnen in het voorjaar ondersteuning aanvragen via het [Ondersteuningsaanbod Gezonde School](#).

Ondersteuning houdt in:

- advisering van de adviseur [Gezonde School van de GGD Hollands Noorden](#)
- 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 Alkmaar vindt u op de website van de [GGD Hollands Noorden](#).

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](#).

Subsidie gemeente Alkmaar voor schoolmoestuinen

Als je als school op het schoolplein een moestuin wil maken, kun je voor de aanlegkosten ervan in aanmerking komen voor gemeentelijke subsidie in het kader van vergroenen van basisschoolpleinen. Informatie en het aanvraagformulier vind je op: <https://www.alkmaar.nl/belastingen-en-subsidies/subsidie-groen-en-dieren/>



JOGG Alkmaar

Jongeren Op Gezond Gewicht (JOGG) is de aanpak waarbij iedereen in stad, dorp of wijk zich inzet om gezond eten en bewegen voor jongeren gemakkelijk en aantrekkelijk te maken. De JOGG-aanpak is in 2013 gestart in Alkmaar, in de wijken Overdie, Oudorp en West (Hoefplan). Sinds 2018 wordt deze aanpak in de hele gemeente Alkmaar uitgerold.

Kinderen die van jongs af aan leren dat gezond leven leuk en makkelijk kan zijn hebben hier hun hele leven lang baat bij. Daarom zetten JOGG-gemeenten niet eenmalig, maar langdurig in op een, of meerdere themacampagnes waaronder: [DrinkWater](#), [Gratis Bewegen, gewoon doen!](#), [Groente... zet je tanden erin!](#) en/of [Slaap Lekker](#).

In Alkmaar zijn 36 basisscholen aan de slag met 1 of meerdere JOGG thema's en zijn op 11 verschillende kinderopvanglocaties [Smakelijke Moestuinen](#) geïnstalleerd. Daarnaast is JOGG Alkmaar actief met Gezonde Schoolkantine op 5 scholen binnen het voortgezet onderwijs en 2 scholen binnen het middelbaar onderwijs. Meerdere sportverenigingen hebben inmiddels een gezonde sportkantine. JOGG Alkmaar is samen met JOGG Den Helder, JOGG Koggenland, JOGG Medemblik, JOGG Schagen en JOGG Zaanstad samen met GGD Hollands Noorden aangesloten bij de RABO AZ Foodtour. RABO AZ Foodtour is een programma van AZ, Rabobank West-Friesland, Rabobank Zaanstreek-Waterland, Rabobank Noordkop, Rabobank Noord Kennemerland en wordt ondersteund door Greenport NHN. JOGG Alkmaar heeft meer dan 65 Publiek Private Samenwerkingen, waaronder Albert Heijn, Alkmaar Sport NV, GGD Hollands Noorden, Bilal moskee, AZ, Greenport en Rabobank. Ook werkt JOGG Alkmaar nauw samen met Natuurgids Alkmaar als platform voor natuureducatie.

Communicatie

- Website www.alkmaar.nl/jogg
- JOGG film YouTube
- Facebook JOGG Alkmaar
- Twitter @JOGGAlkmaar
- [Filmpje Samen Eten, Samen Koken met Albert Heijn](#)
- [Filmpje Smakelijke Moestuinen](#)





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.



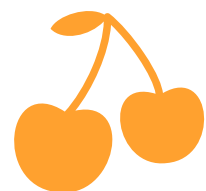
Aanbod:

KO

- **Op de kinderopvang**
 - [Smakelijke Moestuinen](#) (0-4 jaar)
 - [Smaakspel](#) (0-4 jaar)

PO & BSO

- **Op school**
 - [Smaaklessen](#) (groep 1-8)
- **Op de BSO**
 - [Smaakplezier](#) (groep 1-8)
- **Op School & BSO**
 - [Proeven](#) (groep 3-8)



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:

KO

- **Op het kinderdagverblijf**
 - [Gezonde Start](#) (0-4 jaar)

PO & BSO

- **Op school**
 - [De Gezonde School-vignet Voeding](#) (groep 1-8)
 - [RABO AZ Foodtour](#) (groep 7,8)
 - [Lekker Fit!](#) (groep 1-8)
 - [EU Schoolfruit](#) (groep 1-8)
 - [Ik Eet Het Beter](#) (groep 3-8)
 - [Koken onder schooltijd](#) (groep 3-8, BSO)
 - [Op bezoek bij...](#) (groep 1,2)
 - [Fruitvriendjes Schoolfruit](#) (groep 1-8)
 - [Weten wat je eet](#) (groep 3-8, BSO)
- **Op de BSO**
 - [Gezonde Kinderopvang - programma](#) (4-12 jaar)
- **ATV De Volharding**
 - [Gezond Bezig](#) (groep 6-8)
- **Albert Heijn filiaal en wijkcentrum**
 - [Samen Koken, Samen Eten](#) (groep 7,8)
- **Albert Heijn filiaal**
 - [Op bezoek bij...AH](#) (groep 3-6)

VO

- **Op school**
 - [Future FoodLab - gastworkshops](#) (VMBO 1,2)
 - [Do-It - lespakket](#) (alle typen onderwijs klas 1,2)
 - [Gezonde Schoolkantine](#) (alle typen onderwijs (12-18jr)
 - [Gezonde School](#) (alle typen onderwijs (12-18 jaar)
 - [Krachtvoer - Lespakket](#) (VMBO 1,2)
 - [Workshop Gezonde Voeding](#) (alle typen onderwijs (12-18 jaar)
 - [Weet wat je eet](#) (Havo, VWO, MBO, VMBO)
 - [Fruit&Veggie Challenge](#) (alle typen onderwijs (12-18 jaar)



voedsel productie

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.

Aanbod:

KO

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

PO & BSO

- Op school
 - [IVN moestuin lespakket 'Haal meer uit je moestuin'](#) (groep 3-5)
 - [Makkelijke Moestuin op school](#) (groep 5-8)
 - [Growwizzkid - Meerlaags Teeltsysteem](#) (groep 1-8)
 - [RABO AZ Foodtour](#) (groep 7,8)
- Op school of volkstuin
 - [Groenteles op maat](#) (groep 5-8)

- Kaasboerderij Zeilzicht
 - [Zelf kaas maken](#) (groep 3-8)
- Boerderij Natuurlijk Genoegen
 - [Help de biologische boer](#) (groep 3-8)
- ATV De Volharding
 - [Gezond Bezig](#) (groep 6-8)
- Voedselbos De Groene Oase
 - [De natuur kun je eten](#) (groep 3-8)
- Informatieboerderij Zorgvrij
 - [Van graan tot pannenkoek](#) (groep 6-8)
 - [Van koe tot kaas](#) (groep 6-8)

- Enkhuizen
 - [Interactief museum SowtoGrow](#) (groep 7,8)

VO

- Op school
 - [Gastles Insecten met proeverij](#) (Praktijkonderwijs, VMBO, Havo, VWO, MBO)
 - [Growwizzkid - Meerlaags Teeltsysteem](#) (alle typen onderwijs (12-18 jaar)
 - [The Biggest Little Farm](#) (VMBO 2)
- Enkhuizen
 - [Interactief museum SowtoGrow](#) (alle typen onderwijs 12-18 jaar)





consumenten vaardigheden

Wat kun je in de winkel kopen? Wat staat er op het etiket? Hoe voorkom je dat je eten verspilt?

Bij dit thema leren kinderen bijvoorbeeld te analyseren wat er precies in een product zit. Ze leren ook hoe je eten goed bewaart en hoe je voorkomt dat je eten verspilt.



Aanbod:

PO & BSO

• Op school

- [Foodtrailer](#) (groep 6-8)
- [InStock - lespakket Voedselverspilling](#) (groep 5-8)
- [Globaal Lokaal](#) (groep 3-8, BSO)
- [Lespakket Zonder Vlees](#) (groep 6-8)
- [De Voedselbank](#) (groep 6-8)

VO

• Op school

- [De Voedselbank](#) (alle typen onderwijs 12-18 jaar)
- [Gastles Voedsel, innovatie en duurzaamheid](#) (alle typen onderwijs 12-18 jaar)
- [Lespakket Voedseltransitie](#) (alle typen onderwijs 12-18 jaar)
- [Lespakket Zonder Vlees](#) (alle typen onderwijs 12-18 jaar)



voedsel bereiding

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.



Aanbod:

PO & BSO

- **Op school**
 - [Koken onder schooltijd](#) (groep 3-8, BSO)
 - [Koken met groente en fruit uit het seizoen](#) (groep 3-8, BSO)
 - [#Superchef Jeroen](#) (groep 1-8)
 - [Gastles insectenproeverij](#) (groep 5-8)
- **Wijkcentrum**
 - [Samen Koken, Samen Eten](#) (groep 7,8)
- **Voedselbos De Groene Oase**
 - [De natuur kun je eten](#) (groep 3-8, BSO)
- **Informatieboerderij Zorgvrij**
 - [Van graan tot pannenkoek](#) (groep 3-8, BSO)
 - [Van koe tot kaas](#) (groep 6-8)

VO

- **Op school**
 - [Foodlab](#) (Praktijkonderwijs en VMBO (12-14 jaar)
 - [Gastles insectenproeverij](#) (alle typen onderwijs 12-18 jaar)

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

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.
- Koppeling met andere lesmethoden.

Chef!

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

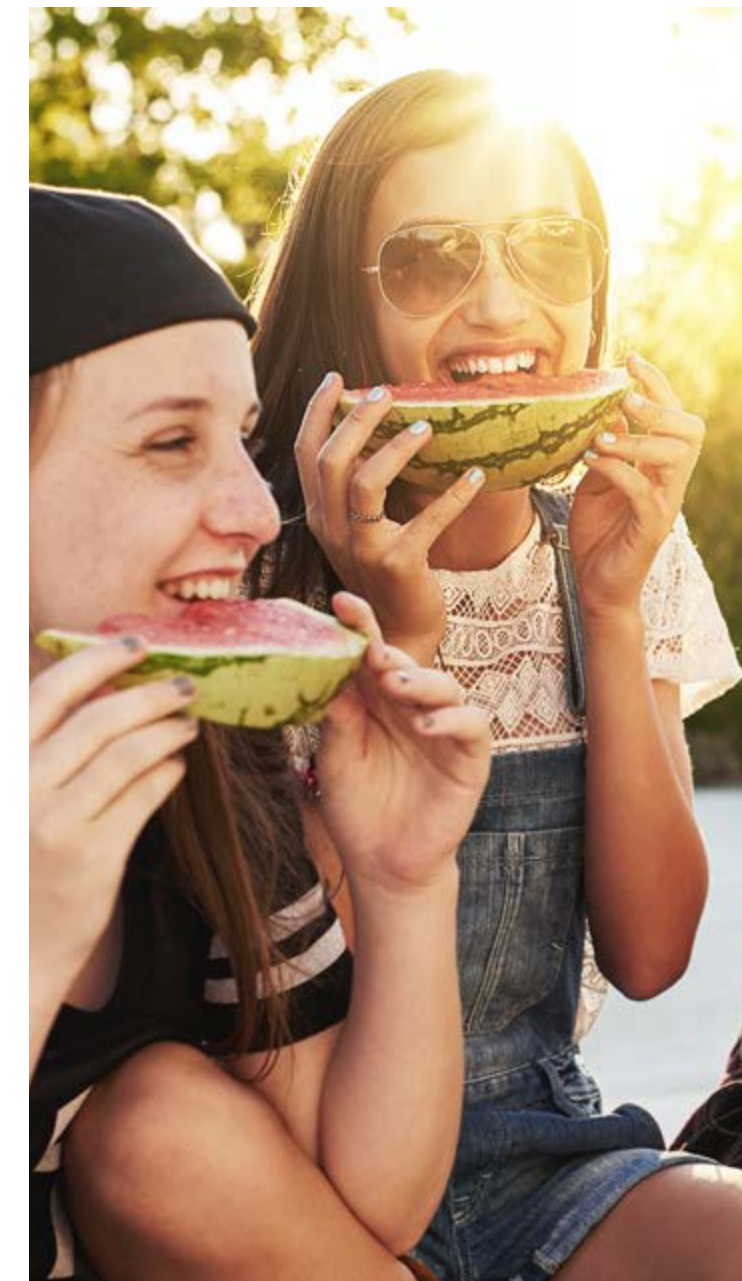
Smaakleskist

In de Smaakleskist zit de lesmap met het lesmateriaal en alle keukenmaterialen die u kunt gebruiken tijdens het geven van Smaaklessen. U kunt 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 gemeente.

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 gemeente Alkmaar die aansluiten bij deze Smaakmissies!



Moestuinen

Het is wetenschappelijk aangetoond: moestuinieren 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 belevenis 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 Leren Eten het moestuinieren een belangrijk onderdeel van voedseleducatie.

Zoekt u informatie en praktische hulp? In Alkmaar zijn er een aantal ondersteuningsmogelijkheden voor moestuinieren: 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 moestuinieren:
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



smaak



gezonde voeding



voedselproductie



voedselbereiding

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 moestuinieren kunt u zich laten inspireren door de brochure **Moestuinen met kinderen**, te downloaden op www.jonglereneten.nl

Voor activiteiten en lessen over de moestuin kunt u contact opnemen met [Natuurgids Alkmaar](http://NatuurgidsAlkmaar.nl), het platform voor natuureducatie. Zij geven advies over moestuinieren en maken een voorstel op maat dat aansluit bij uw groep.

Subsidie gemeente Alkmaar voor schoolmoestuinen

Als je als school op het schoolplein een moestuin wil maken, kun je voor de aanlegkosten ervan in aanmerking komen voor gemeentelijke subsidie in het kader van vergroenen van basisschoolpleinen. Informatie en het aanvraagformulier vind je op: <https://www.alkmaar.nl/Subsidie-groen-en-dieren.html>



Boerderijlessen

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. 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

Boerderijbezoek in Alkmaar

Boerderijlessen worden in verschillende vormen aangeboden op kinderboerderijen, stadsboerderijen en boerenbedrijven in de Alkmaar en omgeving. Jong Leren Eten werkt aan meer samenhang en versterking van dit netwerk. Op dit moment kunt u in ieder geval terecht bij de bedrijven die op de pagina voedselproductie in dit overzicht genoemd zijn. Maar klop gerust eens aan bij een voedselproductiebedrijf bij u in de buurt: veel boeren vertellen graag over hun werk!

- Het landelijk platform www.boerderijeducatienederland.nl. De educatieboeren die via deze website genoemd zijn, hebben onder andere een training gevolgd om leerlingen te blijven boeien en het verhaal van het leven en werken op een boerderij te vertellen.
- www.proevkantoor.nl en www.datlustikwel.nl: via deze Noord-Hollands boer-burgerinitiatieven komt u in contact met telers die graag laten zien hoe hun bedrijf werkt!
- Doet uw school volgend jaar mee aan de [RABO AZ Foodtour](#) in Noord-Holland? Dan is het ook de bedoeling dat de klas een boerenbedrijf bezoekt – zodat ook hier weer leuke vlogs gemaakt kunnen worden door de kinderen!

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.

Een educatief bezoek aan Stadsboerderij De Hout kunt u reserveren via [Natuurgids Alkmaar](#).



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

Activiteitenaanbod

Landelijk en regionaal zijn er diverse aanbieders van gastlessen, zowel op school als op een locatie met kookvoorzieningen. In Alkmaar zijn een aantal goede aanbieders, zoals [Samen koken, samen eten](#). U kunt daar met de klas naar toe, of een kok/gastdocent uitnodigen bij u op school, die alle materialen meeneemt.

Maar dichterbij huis kunt u ook zelf aan de slag. Veel tips en leuke video's zijn te vinden op de website van het [Voedingscentrum](#)!



Colofon

Dit overzicht is tot stand gekomen onder verantwoordelijkheid van [Jong Leren Eten Noord-Holland](#), in samenwerking met JOGG Alkmaar, GGD Hollands Noorden en Natuurgids Alkmaar.

Juni 2020

Geïnteresseerden zijn van harte welkom bij het netwerk rondom Jong Leren Etenaan te sluiten. Adresgegevens vindbaar via www.jonglereneten.nl.



Alkmaar

