



**VOEDSEL  
KRINGLOOP**

**VOEDSEL  
KETEN**

**VOEDSEL  
VERSPILLING**

**VOEDSEL  
BEREIDING**

**VOEDSEL  
PRODUCTIE**

**Flevo  
land**

# Voedsel Educatie



**ivn** natuur  
educatie



**STAD &  
NATUUR  
ALMERE** werkt aan  
een groene en  
gezonde stad



Veel kinderen en hun ouders weten niet waar hun voedsel vandaan komt en waarom gezond eten belangrijk is. Basisscholen zijn een fantastische plek om kinderen actief in contact te brengen met gezond eten, bijvoorbeeld door paddenstoelen te kweken, boerenkoolwafels te bakken of op bezoek te gaan bij de fruitteler.

Om voedsel educatie voor scholen zo laagdrempelig mogelijk te maken, hebben IVN Flevoland, Stad & Natuur, Jong Leren Eten Flevoland, Aeres en GGD Flevoland dé Flevolandse top zes voor voedsel educatie gemaakt en voor heel Flevoland beschikbaar gesteld.

Ons doel? Alle kinderen in Flevoland gaan op voedselontdekkingstocht, zodat zij leren om later zelf gezonde en duurzame voedselkeuzes te maken.



VOEDSEL  
KRINGLOOP

VOEDSEL  
KETEN

## UPZWAM

Wat weet jij van paddenstoelen? Ze zijn belangrijk voor de natuur waar ze als natuurlijke vuilnisman belangrijk werk doen. Sommige soorten zijn ook nog eens heel smakelijk en gezond! Ga aan de slag om je eigen zwammen te kweken.



VOEDSEL  
KRINGLOOP

VOEDSEL  
KETEN

## Alles voor een pannenkoek

Met de materialen uit deze leskist ontdekken we wat er allemaal nodig is voor een pannenkoek, zoals eieren (en die komen van kippen), melk (van koeien) en meel (dat van graan wordt gemaakt). Veel boeren werken hard om de kippen en koeien te verzorgen en graan te verbouwen. Zonder graan geen meel en dus geen pannenkoeken. Alles wat nodig is om pannenkoeken te bakken, zetten we klaar, en dan gaan we aan de slag: we bakken onze eigen pannenkoeken en proeven hoe ze smaken.

## Kookworkshop

Koken met de klas? Leren over voeding, verwerking en herkomst? Ga dan met de klas culinair aan de slag. Je kunt elk willekeurig thema bespreken, van buitenlands tot hollandse pot, en van ontbijt tot aan diner! Werk in groepjes aan een gerecht of kook met elkaar aan één schotel.

**Locatie Almere.** Deze les ook in een andere gemeente dan Almere? Neem contact op met IVN



VOEDSEL  
BEREIDING

VOEDSEL  
PRODUCTIE



VOEDSEL  
BEREIDING

VOEDSEL  
PRODUCTIE

## Moestuintjes

Deze lessen gaan over zaaien, kiemen, groeien en bloeien. Over de bij die bloemen zoekt. En ruiken en proeven. Kinderen ontdekken hoe een kiemplantje eruit ziet. Dat een boom licht, lucht, warmte, water en aarde nodig heeft om te ontkiemen en te groeien. Dat compost voeding is voor planten en waarom bijen belangrijk zijn.

**Locatie: Dronten, Zeewolde, Noordoostpolder en Lelystad.**

## Wintergroenten

De winter is het koudste seizoen, maar dat betekent niet dat er niets groeit! Tijd om te genieten van lokale seizoensgroenten vers van het land, verwerkt in heerlijke winterse gerechten. Ontdek welke groenten er alleen in de herfst en winter groeien en maak de lekkerste bruine beren, pompoenpoffertjes en boerenkoolwafels.

Het lespakket Wintergroenten laat de leerlingen kennis maken met groenten, die oorspronkelijk alleen in het herfst en winterseizoen beschikbaar waren. Aan de hand van kookopdrachten gaan de leerlingen aan de slag met verse wintergroenten zoals rode bieten, prei, boerenkool, wortelen, spruitjes, pompoen, knolselderij, uien en aardappelen.



VOEDSEL  
BEREIDING

VOEDSEL  
PRODUCTIE

VOEDSEL  
KRINGLOOP

VOEDSEL  
PRODUCTIE

VOEDSEL  
KETEN

VOEDSEL  
VERSPILLING

VOEDSEL  
BEREIDING



## De boer op!

Het is tijd om met je laarzen door de klei te stampen en kennis te maken met een van de vele boerderijen die Flevoland rijk is! Ontdek waar groentes vandaan komen, hoe Beter Leven kippen worden gehouden, hoe fruit wordt geoogst en hoe de boer dit alles van de boerderij op jouw bord krijgt.

Bezoek een van de Flevolandse akkerbouwers of melkveehouders en help zelf vooral een handje mee.

## Smaaklessen



VOEDSEL  
BEREIDING

Smaaklessen is hét lesprogramma over eten. Door te proeven, voelen, horen, ruiken en kijken, verkennen leerlingen hun eten. Hierdoor wordt de nieuwsgierigheid naar gezond en duurzaam eten opgewekt. Vijf pijlers komen terug in de lessen; Gezond eten, smaak, voedselproductie, koken, consumentenvaardigheden.

STAD &  
NATUUR  
ALMERE werkt aan  
een groene en  
gezonde stad

Werkwijze S&N, inschrijven Almere  
Schrijf je voor de lessen in op de website van Stad & Natuur.

- ▶ Ga naar [www.stadennatuur.nl/inschrijven](http://www.stadennatuur.nl/inschrijven)
- ▶ Log in
- ▶ Filter links het thema Voedsel educatie
- ▶ Reserveer

ivn natuur  
educatie

Werkwijze IVN, inschrijven Zeewolde, Dronten, Noordoostpolder en Lelystad

- ▶ Ga naar de NDE gids van jouw gemeente
- ▶ Log in
- ▶ Kies het thema Voeding
- ▶ Filter op DD, je herkent het aanbod aan de vermelding: Top 6
- ▶ Reserveer

Vraag advies aan de makelaars van Jong Leren Eten Flevoland:

[www.jonglereneten.nl/provincie/flevoland](http://www.jonglereneten.nl/provincie/flevoland)  
[jonglereneten@ggdflevoland.nl](mailto:jonglereneten@ggdflevoland.nl)



Neem contact op met de Gezonde Schooladviseurs:

[www.gezondeschoolflevoland.nl](http://www.gezondeschoolflevoland.nl)  
[gezondeschool@ggdflevoland.nl](mailto:gezondeschool@ggdflevoland.nl)



Dit project is mede mogelijk gemaakt door kennisprogramma DuurzaamDoor en in samenwerking met Flevolandse gemeenten.