

# Structureel met voedsel educatie aan de slag

Blijvend leren over gezonde en duurzame voeding. Van het basisonderwijs tot het mbo.  
Deze lespakketten kun je inzetten:

## Smaaklessen



Kinderen leren spelenderwijs alles over eten! Dit lespakket is ontwikkeld door de Wageningen Universiteit in samenwerking met het Voedingscentrum.



## Primair onderwijs

- Wat eet ik?
- Hoe eet ik gezond?
- Hoe kies ik goed voor de aarde?
- Waar komt mijn eten vandaan?
- Hoe koop en kook ik?
- Wat eten anderen?



## Voortgezet onderwijs

- Waarom is gezond eten belangrijk?
- Hoe kies ik gezond en duurzaam?
- Hoe blijf ik in energiebalans?
- Hoe kook ik gezond, veilig en duurzaam?
- Hoe ga ik om met verleidingen?
- Hoe ga ik respectvol om met hoe anderen eten?

## Krachtvoer



vmbo

De Universiteit Maastricht biedt een gratis lesprogramma om leerlingen te helpen gezond te leven en om gezonde voedingskeuzes te maken. In samenwerking met het Voedingscentrum.

## Weet Wat Je Eet



vmbo TL – havo - vwo - mbo

Het gratis, online lespakket bestaat uit zes lessen van ongeveer 30 minuten. Jongeren leren alles over gezond, veilig en duurzaam eten, en ze gaan aan de slag met hun eigen eetpatroon.

## Lessen Burgerschap over voeding



Speciaal voor het mbo zijn gratis klassikale lessen ontwikkeld. Studenten brengen hun eetgedrag in kaart. Ook leren ze over voedselverspilling en eetverleidingen.

## Mbo

- Welke gevolgen heeft mijn eetgedrag voor mij en mijn omgeving?
- Hoe ga ik om met verleidingen?
- Hoe zorg ik voor een gezonde en duurzame leefstijl voor mijzelf en anderen?



Al deze lessen voldoen aan het SLO leerplankader Voeding en kun je inzetten binnen de Gezonde School-aanpak. Ga voor alle lesmaterialen naar [www.voedingscentrum.nl/onderwijs](http://www.voedingscentrum.nl/onderwijs)