

# Menukaart Voedseleducatie Amsterdam

Wilt u als school of leerkracht aan de slag met voedsel­educatie? Hier vindt u meer informatie over de thema's en het Amsterdamse aanbod.



## Basis aanbod

Hieronder vindt u de 4 grootste Voedsel (educatie) programma's die gemeente Amsterdam structureel aanbiedt of actief ondersteunt. Hiermee krijgen kinderen een brede basis van kwalitatief goede voedsel­educatie afgestemd op leerdoelen en de onderwijspraktijk.



smaak



gezonde voeding







voedselproductie



consumenten  
vaardigheden



voedselbereiding

	Groep	Waar	Thema's
	1 t/m 8	Op school	
	6 + 7	Buiten school	
	1 t/m 8	Buiten school	
	1 t/m 8	Op school	



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.

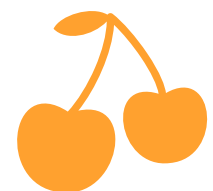


#### **Basis aanbod:**

- [Smaaklessen](#) (alle leerjaren)
- [Schooltuinprogramma](#) (groep 6,7)

#### **Overig aanbod:**

- Jeugdland
  - [Kruidenles](#) (groep 3,4)
- Stadsboerderij Osdorp
  - [Wereldbrood, vriendschapsbrood](#) (groep 4-6)
- De Hortus
  - [Jungle-les](#) (groep 5-8)
- Op school
  - [gezonde voeding: wat eet jij?](#) (groep 1-2)
  - [gezonde voeding: wat eet jij?](#) (groep 3-5)
  - [gezonde voeding: wat eet jij?](#) (groep 6-8)



**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 gezond eten 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.



#### **Basis aanbod:**

- [Jump In - Voedingsbeleid](#)
- [Smaaklessen](#) (alle leerjaren)
- [Schooltuinprogramma](#) (groep 6,7)

#### **Overig aanbod:**

- Stadsboerderij Osdorp
  - [Wereldbrood, vriendschapsbrood](#) (groep 4-6)
- Op school
  - [De medicijnfabriek](#) (groep 5,8)
  - Natuurmediatheek
    - [Inspiratiepakket](#) (groep 1-4)
    - [Inspiratiepakket](#) (groep 5-8)



## 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.

#### Basis aanbod:

- [Smaaklessen](#) (alle leerjaren)
- [Schooltuinprogramma](#) (groep 6,7)
- [Boerderijlessen](#) (alle leerjaren)
  - Diverse kinderboerderijen
    - [Dierenonderzoekers](#) (groep 3)
    - [Houden van dieren Wachterlied](#) (groep 4)
  - [Boerderijeducatie Amsterdam](#) (groep 5-8)

#### Overig aanbod:

- **ANMEC**
  - [Diverse lesmaterialen en leermiddelen](#)
- **Hortus Botanicus**
  - [Groepsspeurtocht Winkelmandje](#) (groep 4-6)
  - [Waar komt de chocola vandaan?](#) (groep 7,8)
- **De Stadshoeve**
  - [Boerderijles](#) (groep 3-5)

- **Natuurspeeltuin het Woeste Westen**
  - [Van graan tot brood](#) (groep 3-5)
  - [Project Overleven in de natuur](#) (groep 5)
  - [Project Het stententijdperk](#) (groep 5 en 8)
- **Kinderboerderij de Pijp**
  - [Koeken bakken](#) (groep 1,2)
  - [De Appeltaartles](#) (groep 3-8)
- **Jeugdland in Oost**
  - [Voedselbosonderzoekers](#) (groep 6 -8)
- **Op school**
  - [De medicijnfabriek](#) (groep 5,8)
  - [Fitbizkids op school](#) (groep 3-8)
  - [Choco ondernemers](#) (groep 3-8)
  - [Boerderij ondernemers](#) (groep 4-5)





## 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.



### Basis aanbod:

- [Smaaklessen](#) (alle leerjaren)

### Overig aanbod:

- **Hortus Botanicus**
  - [Groepsspeurtocht Winkelmandje](#) (groep 4-6)
  - [Waar komt de chocola vandaan?](#) (groep 7,8)



## 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.



#### Basis aanbod:

- [Smaaklessen](#) (alle leerjaren)
- [Schooltuinprogramma](#) (groep 6,7)

#### Overig aanbod:

- **Natuurspeeltuin het Woeste Westen**
  - [Alles in een pannenkoek](#) (groep 4,5)
  - [Van graan tot brood](#) (groep 3-5)
  - [Project 'Overleven in de natuur](#) (groep 5)
- **Stadsboerderij Osdorp**
  - [Wereldbrood, vriendschapsbrood](#) (groep 4-6)
- **Kinderboerderij de Pijp**
  - [Koeken bakken](#) (groep 1,2)
  - [De appeltaartles](#) (groep 3-8)
- **Natuur is een feest**
  - [Oervolk stoervolk Amsterdamse bos](#) (groep 3-8)
  - [Oervolk stoervolk De Natureluur N-W](#) (groep 3-8)
  - [Oervolk stoervolk Het Ruige hof Z-O](#) (groep 3-8)
- **Natuurmediatheek lesmateriaal**
  - [Oervolk stoervolk](#) (groep 3-8)

# Smaaklessen

**Smaaklessen is hét effectieve lesprogramma voor op school over eten en smaak voor kinderen op de basisschool. Met Smaaklessen wordt de nieuwsgierigheid en interesse van kinderen naar gezond en duurzaam eten opgewekt.**

## Inhoud

De volgende thema's komen aan bod:

- Voedselproductie
- Voedselbereiding
- Smaak
- Gezonde voeding
- Consumenten vaardigheden



## 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](http://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 je flexibel en op maat aan de slag met voedsel educatie 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 deze lenen bij Stichting ANMEC via een reservering in de [digitale NME-Gids Amsterdam](#). U kunt ook de lesmap (€75,-) of een Smaakleskist (€300,-) kopen via [smaaklessen.nl](http://smaaklessen.nl).

Daar is ook uitgebreidere informatie te vinden over al het educatief aanbod. 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.

## Smaakmissie's

Smaaklessen wordt aangevuld met verdiepende interactieve lesmodules over de herkomst van de diverse voedselproductgroepen. Er zijn twaalf [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.





# Schooltuinprogramma

**Een jaar lang een eigen tuintje voor iedere leerling uit groep 6/7. Tijdens 25 lessen in één kalenderjaar verbouwen en verwerken de leerlingen groenten en kruiden, kweken ze bloemen en leren ze hoe natuur en voedsel met elkaar samenhangen. Al meer dan 100 jaar leren Amsterdamse kinderen hun eigen voedsel verbouwen.**

## Inhoud

De volgende thema's komen in ieder geval aan bod:

- Voedselproductie
- Voedselbereiding en smaak
- Gezonde voeding
- Voedselverspilling

Ook andere educatieve elementen zoals taal, meten, schatten, ruimtelijke oriëntatie en samenwerken komen aan bod.



## Doelen

Iedere leerling 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.

- Leerlingen weten wat klei, zand en tuingrond is en waar het vandaan komt
- Leerlingen weten wat een plant nodig heeft om te groeien
- Leerlingen weten hoe zaad verspreid wordt
- Leerlingen leren met respect om te gaan met de natuur
- Leerlingen leren zorgen voor planten
- Leerlingen weten wat dieren en planten in de winter doen
- Leerlingen krijgen hun oogst mee naar huis om de gezonde voeding ook te ervaren. Voor recepten kunnen leerlingen en ouders terecht op [www.schooltuinrecepten.nl](http://www.schooltuinrecepten.nl).

## Kwaliteit

Honderden leerkrachten evalueren het schooltuinprogramma jaarlijks en waardeerden deze het afgelopen schooljaar gemiddeld met een 8.5.

## Inschrijven?

Wilt u dat uw school net als ongeveer 85% van de Amsterdamse basisscholen ook meedoet met het [Jaarrond Schooltuinprogramma](#)? Schrijf uw groep dan in september in voor het daar op volgend kalenderjaar via de [NME-Gids Amsterdam](#). De voorziening Schooltuinprogramma is voor elke groep 6 in Amsterdam.

## Vervoer

Is er geen schooltuin in de buurt? Geen probleem. Indien de school op hemelsbreed >1,5 km lopen van de schooltuin ligt, is touringcarvervoer of een vergoeding van de kosten voor openbaar vervoer mogelijk.

## Voor meer informatie kijk ook op

[nmegids.nl/amsterdam/schooltuinprogramma](http://nmegids.nl/amsterdam/schooltuinprogramma).

## Lesmateriaal

[Lessen](#) bij de film 'De schooltuin, een jaar rond met je handen in de grond'.

Vraag [hier](#) de schooltuinfilm aan.



# Boerderijlessen

**Boerderijlessen worden aangeboden op kinderboerderijen, stadsboerderijen en boerenbedrijven. Leerlingen ontmoeten de boerderijdieren en steken de handen uit de mouwen.**

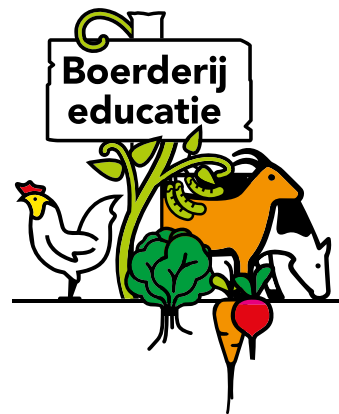
## **Inhoud:**

De volgende thema's komen in ieder geval aan bod:

- Voedselproductie
- Voedselbereiding

## **Voor de kleintjes**

Voor de kleuters is een speurtocht ontwikkeld die beschikbaar is voor alle kinderboerderijen in Amsterdam: [Zorgen voor dieren](#). Deze speurtocht dient vooral als kennismaking met de boerderij en de dieren en gaat niet specifiek over voedsel, hoewel dit natuurlijk wel aan de orde komt.



## **Kinderboerderijen & Stadsboerderijen**

Voor de middenbouw is een drietal lessen ontwikkeld waarin de thema's voedsel, dierenwelzijn en duurzaamheid als rode draad doorheen lopen:

- [dierenonderzoekers](#)

## **Boerderijeducatie Amsterdam**

Onder de noemer '[Boerderijeducatie](#) Amsterdam' bieden 8 boerenbedrijven in en rond Amsterdam leerlingen van groep 5-8 de unieke kans om een dagdeel mee te werken met de boer en/of boerin. Door een dag belevend leren op de boerderij krijgen leerlingen een reëel beeld van de oorsprong van voedsel, de landbouw, de natuur en hun omgeving. Meer informatie?

[www.boerderijeducatie-amsterdam.nl](http://www.boerderijeducatie-amsterdam.nl)

## **Overig aanbod**

De hiervoor genoemde educatieve activiteiten worden op meerdere locaties in de stad aangeboden. Daarnaast is er uniek aanbod dat ontwikkeld is door specifieke (kinder)boerderijen. Dit kunt u vinden in de digitale [NME-Gids Amsterdam](#).

## **Vervoer**

Het vervoer naar de (kinder)boerderijen dient u zelf te organiseren. Voor vervoer naar de boerenbedrijven geldt een vast tarief van €100,- tenzij u dit natuurlijk zelf organiseert. Meer informatie vindt u bij het reserveren van de boerderijlessen.



## Voedingsbeleid Jump-in

**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 Voedingsbeleid Jump-in](#) bestaat uit een aantal stappen die een school kan ondernemen om samen met ouders en kinderen te komen tot een gezond voedingsbeleid. Het voedingsbeleid is conform de Schijf van Vijf.

De volgende thema's komen in ieder geval aan bod:

- Gezonde voeding
- Consumenten vaardigheden



# Basis Voedseleducatie – een praktische leerlijn

**Door zelf te doen en daarbij samen te werken wordt theoretische kennis in de praktijk gebracht en via hoofd, hart en handen verankert in de leefwereld van het kind. Daarom is er voor scholen en leerkrachten in Amsterdam een breed aanbod beschikbaar om met de leerlingen praktisch aan de slag te gaan.**

## Aansluiting bij [kerndoelen](#)

Het Basis aanbod Voedseleducatie is het afgestemd op de volgende kerndoelen:

34: Zorgdragen voor lichamelijk en psychische gezondheid van henzelf en anderen

35: Redzaam gedragen in sociaal opzicht als verkeersdeelnemer en als consument

37: Leerlingen leren zich te gedragen vanuit respect voor algemeen aanvaarde waarden en normen

39: De leerlingen leren met zorg om te gaan met het milieu

40: Leerlingen leren om veel voorkomende planten en dieren te onderscheiden

41: Leren over de bouw van planten, dieren, mensen en over de vorm en functie van hun onderdelen.

## Kwaliteitsborging

De lesmaterialen en activiteiten uit de basis Voedseleducatie Amsterdam worden onafhankelijk geëvalueerd en geactualiseerd.

## Financiering & kosten voor de school

Alle onderdelen van de Basis Voedseleducatie Amsterdam ontvangen structurele financiering van de Gemeente of het Rijk:

- Deelname aan het schooltuinprogramma wordt volledig betaald vanuit de Gemeentelijke [VLOA](#). Vervoer naar de schooltuinen wordt bij een loopafstand van meer dan 20 minuten door de Gemeente geregeld en betaald.
  - Elke schoolgroep kan tenminste één keer per jaar deelnemen aan een boerderijles, daarvoor zijn alleen de eventuele reiskosten voor eigen rekening.
  - De smaaklessen zijn gratis te downloaden, wel dient rekening te worden gehouden met uitgaven voor de benodigde materialen op school.

## Jump-in

De materialen voor het Voedingsbeleid Jump-in zijn online beschikbaar of aan te vragen via de website van Jump-in. Voor sommige scholen is extra ondersteuning mogelijk.

## Overig aanbod Voedseleducatie

Naast het basisaanbod dat op meerdere locaties in Amsterdam beschikbaar is, is er ook veel uniek aanbod ontwikkeld door specifieke aanbieders! Kijk daarvoor op de [NME-Gids Amsterdam](#).



# Colofon

Dit overzicht is tot stand gekomen middels een samenwerking van de [Gemeente Amsterdam](#) (de [GGD](#) en Team Schooltuinen en Natuureducatie) en [Jong Leren Eten](#).

Februari 2023

✘ Gemeente  
✘ Amsterdam  
✘

