



# VOEDSELCAFÉ JONG LEREN ETEN

Kansen creëren in De Bilt 8-11-21

## VERSLAG



# WAAROM?

### Inleiding/samenvatting

Op 8 november 2021 organiseerde Biltsheerlijk voor de derde keer een voedselcafé in de gemeente De Bilt, dit keer samen met het landelijke programma Jong Leren Eten en met het thema 'jeugd en voedseducatie'. We werden verwelkomd in het educatieve bolwerk van de Aeres VMBO in Maartensdijk. Na een inspirerend verhaal van Jaap Seidell gingen de deelnemers aan de slag met ideeën voor meer en betere voedseducatie: beter voor hun eigen gezondheid en beter voor een duurzame wereld. Twee ideeën werden door veel deelnemers omarmd: 'de gezonde school van de toekomst' en 'moestuiniëren voor ieder kind'.

### Jaap Seidell

Het voedselcafé werd afgetrapt door Jaap Seidell, hoogleraar voeding en gezondheid aan de Vrije Universiteit. Tijdens zijn inspirerende verhaal liet hij zien wat volgens onderzoek werkt en wat niet en waar we dus op in zouden moeten zetten om echt een verschil te maken. Hij noemde ten eerste dat het maar niet lukt om kinderen genoeg groenten te laten eten, terwijl bewezen is dat dit een positieve invloed heeft op hun immuunsysteem. Uit een onderzoek in Noord-Brabant blijkt bijvoorbeeld dat meer dan 70% van de 12 tot 18-jarigen niet dagelijks groente eet. De grote vraag is dus hoe we het Nederlandse kind aan de groenten krijgen.



**Hoe krijgen we het Nederlandse kind aan de groenten?** Middels drie projecten is hier onderzoek naar gedaan:

1. De baby groententas: in de gemeenten Purmerend en Beemster kregen ouders van baby's van 4 tot 6 maanden een gratis groententas aangeboden. 94% van de deelnemende ouders was hierover (zeer) tevreden.
2. Schooltuinwerk: op scholen in Amsterdam waren onderzoekers aanwezig bij alle schooltuinlessen. De conclusie was dat kinderen hun zelf geteelde groenten graag eten, omdat ze er zelf voor gewerkt hebben en nieuwsgierig zijn naar de smaak.
3. Gezonde schoollunch: Nederlandse kinderen hebben de kortste lunchpauze van Europa: gemiddeld maar 8 minuten. In veel andere landen is de middagpauze veel langer en krijgen kinderen een warme lunch op school met o.a. groenten. Dit is een sleutel tot een gezonde generatie.

### Conclusies

Kinderen lusten best groenten en ouders willen deze ook geven, maar voor veel ouders ontbreekt het aan kennis, vaardigheden, tijd en geld om hier aan toe te komen. Voorlichten helpt onvoldoende; het ouders en kinderen gemakkelijker maken door ze gezond eten aan te bieden is wel effectief, net als belevingsgericht onderwijs in moestuinen of op boerderijen. Het is meetbaar beter voor mens en aarde als kinderen weten hoe hun voedsel groeit en gezondere keuzes maken. Meer tijd en ruimte creëren om ons voedsel te maken en te eten is dan ook van belang. Het voorkomt welvaartsziekten, draagt bij aan het welzijn van kinderen nu en in de toekomst en zorgt bovendien voor een betere leefomgeving. Het programma Jong Leren Eten besteedt aandacht aan al deze aspecten.

# W A T ?

**Wat kunnen we doen om duurzame en gezonde voedsel educatie de normaalste zaak van De Bilt te maken? In vijf groepen hebben de deelnemers geïnventariseerd wat er goed gaat in onze gemeente, vervolgens wat er beter kan en tenslotte wat we voor de toekomst wensen.**

## Wat gaat er goed?

- Preventie akkoord – EU Schoolfruit op diverse scholen
- Water drinken op school ipv pakjes met suiker
- Er zijn 4 educatieboerderijen (Boerderij in de Kijker)
- Subsidie voor Gezonde School al 8x gebruikt in de Bilt
- Lokale producenten en burgers zijn actief
- Gastdocenten beschikbaar voor les over gezond eten
- Kookles op Aeres VMBO Maartensdijk
- Voedselbosje (incl. les) op Julianaschool
- Aandacht in de lokale krant voor het onderwerp
- Educatieve waarde plukdoolhof en streekmarkt
- Beginnend bewustzijn over seizoensgebonden voedsel



## Wat kan er beter?

- Bekendheid van educatie-subsidie; wordt nu slecht benut
- Fruit op alle scholen ipv enkele
- Leerkrachten plus ouders hebben weinig interesse
- Politiek is niet zo actief op het thema
- Ouder plus kind activiteiten rond voedsel ontbreken
- Eetmomenten zijn te kort
- Boerderij educatie voor VO ontbreekt
- Fietsroutes langs boeren benutten voor fietsexamens
- Krachten van initiatieven bundelen
- Lange termijn programma's bestendigen
- Voorbeelden van elders binnenhalen
- Creativiteit om voedsel educatie aan leerstof te koppelen



## Welke ideeën zijn er?

- De gezonde school van de toekomst ontwikkelen (organiseer een pilot!)
- Moestuiniëren voor alle kinderen op Biltse basisscholen
- Maak sportkantines gezonder
- Start met voeding als vak op school (BO en VO)
- Met scholen in gesprek gaan (en met de ouders via bv. ouderavonden)
- Online kookworkshops met streekproducten
- Geef supermarktles: het gezonde schap (Julianaschool ervaring)
- Kinderboerderij De Schaapskooi doorontwikkelen tot Bilts educatiecentrum
- Bezoek de boer: betaal de boer voor een uitje met acties
- School verleiden met een samenwerkingsverband (educatieprogramma)
- Maak ruimte en tijd voor spontane natuurbeleving
- Moestuin in de klas (binnen)
- Spreek kinderen aan met de tools van nu, bijv. TikTok
- Lokale producten: vertel kinderen het verhaal erachter

# HOE?

Rondom de bovenste twee ideeën met de meeste stemmen zijn enthousiaste groepen gevormd met deelnemers die dit verder wilden uitwerken, niet alleen op dat moment maar wellicht ook daarna!

## Gezonde school van de toekomst (filmpje)

Op deze voorbeeldschool wordt integraal nagedacht over de gezondheid van kind en klimaat. Belangrijke speerpunten zijn:

- een klimaatneutrale schoolomgeving, met zonnepanelen op het dak en schaduw op het plein.
- voldoende bewegen op school, minimaal een half uur per dag, en bewegend leren.
- een langere lunchpauze met een gezonde maaltijd. Deze (warme) maaltijd bevat volop verse groenten en wordt door een lokale organisatie buiten de school geregeld; de broodtrommel verdwijnt. Zo worden zowel ouders als de school ontzorgd, terwijl de kinderen gezonder leren eten.



## Alle kinderen in de moestuin (filmpje)

Het tweede idee wat door veel deelnemers gedragen werd, was moestuinonderwijs voor alle Biltse basisschoolleerlingen. Ook hier was het ontzorgen van scholen een uitgangspunt: met een 'meerkeuzemenu' kan op alle scholen moestuinonderwijs komen. De school kan dan kiezen wat bij hen past: tuintjes op school of elders? Eigen schooltuin of professionele educatietuin? Begeleiding door moestuincoach of eigen leerkracht? Kern van het idee is om aan te sluiten bij de mogelijkheden van de school, door het moestuinonderwijs op maat te maken. Wellicht is het ook mogelijk om het BSO bij de activiteiten te betrekken.



De komende tijd wordt onderzocht hoe we de twee favoriete ideeën met gebundelde krachten handen en voeten kunnen geven. De energie is er en de tijd is er rijp voor. Samen met Biltsheerlijk en Jong Leren Eten kunnen partners uit De Bilt dit mogelijk maken!



## VOEDSELCAFÉ JONG LEREN ETEN

Kansen creëren in De Bilt 8-11-21

## VERSLAG

**Deelnemerslijst Voedselcafé Jong Leren Eten 8 nov. 2021 :**

Aart van der Linden  
 Anne Brommersma  
 Bertien van de Kerk  
 Christianne Hennipman  
 Christien Broecheler  
 Elke Rabé  
 Fleur Kuiper  
 Geetje van Dijk  
 Gitta van Eick  
 Heleen Eilander  
 Izaak Westeneng  
 Jaap Seidell  
 Jannie Baron  
 Joanne Ronhaar  
 Judith Boezewinkel  
 Leontien Ridder  
 Linda Kuijt  
 Lisa Verbruggen  
 Marcel Wijnen  
 Margo Boogaard  
 Margriet van Vianen  
 Martine Wismeijer  
 Niels van Veelen  
 Sebastiaan Klok  
 Thera Knopperts  
 Thijs van den Bosch  
 Willy Douma



**Biltsheerlijk** draagt actief bij aan het verduurzamen van het voedselsysteem in gemeente de Bilt. Dit initiatief van inwoners wil lokaal de beschikbaarheid vergroten van gezond en milieuvriendelijk geproduceerd voedsel, voor iedereen, in álle lagen van de bevolking, met activiteiten die dit stimuleren. Meer informatie: [www.biltsheerlijk.nl](http://www.biltsheerlijk.nl)

**Jong Leren Eten** wil zoveel mogelijk kinderen en jongeren meer structureel in aanraking laten komen met informatie en activiteiten over voedsel. De aanpak steunt op drie pijlers, te weten moestuinieren, koken en boerderij-educatie. Het programma Jong Leren Eten 2017-2024 is een initiatief van het ministerie van Landbouw Natuur en Voedselkwaliteit (LNV) en wordt uitgevoerd in samenwerking met het ministerie van VWS. Meer informatie: [www.jonglereneten.nl](http://www.jonglereneten.nl)

Vragen of opmerkingen? Mail ons: [info@biltsheerlijk.nl](mailto:info@biltsheerlijk.nl)