



## VOEDSELVERSPILLING

*De ogen zijn groter dan de maag  
Doelgroep : 8 – 10 jaar*

Voedsel bereiden brengt voedselafval met zich mee. Dat is onvermijdelijk. Wat we wel kunnen vermijden is dat perfect eetbare voeding in de vuilbak verdwijnt. Bij deze actie nemen de leerlingen hun eigen verspilgedrag onder de loep.

### 1. DOCUMENTATIE

Gratis beschikbaar bij Leefmilieu Brussel :

- Brochure "Voeding en milieu": 65 tips om lekker, milieuvriendelijk én gezond te eten
- Foto's over de productie van onze voeding

### 2. VERLOOP

#### 2.1. LEREN

- Met behulp van een **zelfanalyse** worden de leerlingen zich meer bewust van wat ze elke dag eten, drinken en snoepen. Maar hebben ze ook alles leeggegeten, gedronken of opgesnoept? Indien ze effectief voeding weggegooid hebben, wordt samen naar de redenen gezocht. Uit die redenen kunnen ze iets leren om in de toekomst minder voedsel te verspillen! Zo gaat u te werk:  
Vraag aan de leerlingen wat ze de vorige dag gegeten hebben en of ze alles ook echt helemaal opgegeten hebben. De resultaten noteren ze voor zichzelf op een blad papier. Ontbijt, middagmaal, avondmaal, maar ook de tussendoortjes mogen niet vergeten worden. Iedere leerling noteert wat hij van dit alles heeft weggegooid. Vervolgens is er een klasgesprek dat niet de bedoeling heeft om te 'beschuldigen'. De zelfanalyse blijft immers persoonlijk, de leerling bespreekt resultaten maar hoeft zeker geen details te vermelden. Verschillende vragen komen tijdens het klasgesprek aan bod: is de voedselverspilling significant (1/5 van de schoolvuilbak!), wat zijn de redenen, hebben de leerlingen voorstellen om het in de toekomst beter te doen?
- Om de leerlingen aan te moedigen om minder te verspillen, kan er een foto-sessie georganiseerd worden waarbij de productie van voeding geïllustreerd wordt. Neem daarvoor bv. een foto van een akker, een boederij, het vee, de stapel veevoeder, industriële sprinklerinstallaties, het transport, de behandeling en verpakking, een supermarkt, een markt, een keuken, lokale en exotische producten, een vuilbak, enz. Terwijl de leerlingen de foto's in de chronologische volgorde plaatsen, realiseren ze zich dat de productie van voeding veel werk, energie en grondstoffen vergt. Het zou jammer zijn om dit zomaar in de vuilbak te gooien. De discussie kan verder open getrokken worden tot de problematiek van de honger in de wereld.

#### 2.2. ZICH ENGAGEREN

- Wat zullen de leerlingen in de toekomst doen om te vermijden dat ze nog voedsel weggoien? Ze kunnen een contractje opmaken met de beloften die ze doen:
- niet méér meenemen dan nodig is, of het teveel terug mee naar huis nemen
- fruit niet te lang laten liggen vooraleer het op te eten
- zorg dragen voor fruit zodat het niet beschadigd raakt en/of beseffen dat beschadigd fruit even lekker is
- 'beschadigd' fruit verwerken in een ander gerecht (fruitsla, taart,...)
- dezelfde tips thuis toepassen, en ook met feestjes (Kerst, verjaardag,...) niet gulzig zijn..

#### 2.3. IETS DOEN

In de klas:

- De leerlingen schrijven een brief aan hun ouders waarin gevraagd wordt om niet méér mee te geven dan ze opeten om zo minder te verspillen.
- De leerlingen maken zelf een liedje waarin de boodschap duidelijk wordt dat het zonde is om eten weg te gooien en zingen dit sensibiliserend liedje in de andere klassen van de hele school.



- Organiseer comfortabele en rustige 'eetmomenten'. Tijd nemen om te eten gaat vaak gepaard met minder verspilling. Het kan gaan om een minder luidruchtige refter, tussendoortjes die samen genuttigd worden, vooraleer de speeltijd begint, ...

## 2.4. EVALUEREN

- De zelfanalyse wordt opnieuw uitgevoerd, of na het middagmaal wordt er besproken wat de leerlingen gegeten en weggegooid hebben. Op die manier kan de impact van het project nagegaan worden en kan het project eventueel bijgestuurd worden.



Relevante eindtermen:

De leerlingen

- 1.18: tonen zich in hun gedrag bereid om in de eigen klas en school zorgvuldig om te gaan met papier, water, afval en energie.
- 3.1: drukken in een niet-conflictgeladen situatie, eigen indrukken, gevoelens, verlangens, gedachten en waarderingen spontaan uit.
- 3.4: kunnen in concrete situaties verschillende manieren van omgaan met elkaar herkennen, erover praten en aangeven dat deze op elkaar inspelen.
- 5.3: kunnen in een kleine groep voor een welomschreven opdracht een taakverdeling en planning in de tijd opmaken.

Nederlands

De leerlingen

- 1.1: kunnen (verwerkingsniveau = beschrijven) de informatie achterhalen in een voor hen bestemde mededeling met betrekking tot het school- en klasgebeuren.
- 1.5: kunnen (verwerkingsniveau = structureren) de informatie op een persoonlijke en overzichtelijke wijze ordenen bij een uiteenzetting of instructie van de leerkracht.
- De leerlingen kunnen (verwerkingsniveau = beoordelen) op basis van, hetzij de eigen mening, hetzij informatie uit andere bronnen, de informatie beoordelen die voorkomt in
- 1.8: een discussie met bekende leeftijdgenoten.
- 1.9: een gesprek met bekende leeftijdgenoten.
- 1.10: een door leeftijdgenoten geformuleerde oproep.
- 2.3: kunnen (verwerkingsniveau = beschrijven) het gepaste taalregister hanteren als ze over een op school behandeld onderwerp aan de leerkracht verslag uitbrengen.
- De leerlingen kunnen (verwerkingsniveau = structureren) het gepaste taalregister hanteren als ze
- 2.5: vragen van de leerkracht in verband met een behandeld onderwerp beantwoorden.
- 2.6: van een behandeld onderwerp of een beleefd voorval een verbale/non-verbale interpretatie brengen, die begrepen wordt door leeftijdgenoten.
- 2.7: bij een behandeld onderwerp vragen stellen die begrepen en beantwoord kunnen worden door leeftijdgenoten.
- 4.2: kunnen (verwerkingsniveau = beschrijven) een oproep, een uitnodiging, een instructie richten aan leeftijdgenoten.
- 4.3: kunnen (verwerkingsniveau = structureren) een brief schrijven aan een bekende om een persoonlijke boodschap of belevenis over te brengen.

Lichamelijke opvoeding

De leerlingen

- 1.26: kunnen klein-motorische vaardigheden in verschillende situaties voldoende nauwkeurig gedoseerd en ontspannen uitvoeren.
- 3.1: zijn bereid een opdracht vol te houden en af te werken.
- 3.2: kunnen hun eigen inspanning en die van anderen inschatten en waarderen.

Muzische vorming

De leerlingen kunnen

- 1.2: door betasten en voelen (tactiel), door kijken en zien (visueel) impressies opdoen, verwerken en erover praten.
- 1.3: beeldinformatie herkennen, begrijpen, interpreteren en er kritisch tegenover staan.
- 1.5: beeldende problemen oplossen, technieken toepassen en gereedschappen en materialen hanteren om beeldend vorm te geven op een manier die hen voldoet.
- 1.6: tactiele, visuele impressies, ervaringen, gevoelens en fantasieën op een beeldende manier weergeven.
- 5.1: beeldsignalen waarnemen zodat men opvallend goede en minder geslaagde dingen kan doorzoeken en herkennen.
- 6.1: blijvend nieuwe dingen uit hun omgeving ontdekken.
- 6.4: vertrouwen op hun eigen expressiemogelijkheden en durven hun creatieve uitingen tonen.
- 6.5: respect betonen voor uitingen van leeftijdgenoten, behorend tot eigen en andere culturen.

Sociale vaardigheden

De leerlingen kunnen

- 1.2: in omgang met anderen respect en waardering opbrengen.
- 1.3: zorg opbrengen voor iets of iemand anders.
- 1.4: hulp vragen en zich laten helpen.
- 1.5: bij groepstaken leiding geven en onder leiding van een medeleerling meewerken.
- 1.6: kritisch zijn en een eigen mening formuleren.
- 1.7: zich weerbaar opstellen naar leeftijdgenoten en volwassenen toe door signalen te geven die voor anderen begrijpelijk en aanvaardbaar zijn.
- 3. samenwerking met anderen, zonder onderscheid van sociale achtergrond, geslacht of etnische origine.

