



ZONE COLLEGE  
niv 4

## Onderwijs- en examenregeling Food & Lifestyle

Naam kwalificatiedossier: Voedings- en leefstijladvies  
Naam kwalificatie: Voedings- en leefstijladvies  
Crebonummer: 25995  
Niveau: 4  
Soort opleiding: BOL  
Duur opleiding: 3 jaar 2025-2028  
Cohort: 2025-2026

## Inhoud

1. Deel A: De opleiding .....	4
1.1 Hoe ziet het beroep eruit? .....	4
1.2 Hoe ziet je opleiding eruit? .....	4
1.3 Beroepsspecifieke onderdelen .....	4
1.4 Generieke onderdelen .....	5
1.5 Loopbaanoriëntatie en – begeleiding (LOB).....	6
1.6 Burgerschap.....	6
1.7 Keuzedelen .....	6
2. BPV.....	7
2.1 Planning BPV .....	7
2.2 Inhoud BPV .....	7
3. Vormgeving .....	8
3.1 Inrichting opleiding .....	8
3.2 Planning.....	8
3.3 Studielast .....	8
3.4 Toetsing.....	9
3.5 BSA .....	9
4. Deel B: Diplomen .....	10
4.1 Wettelijke eisen voor diplomering .....	10
5. Examenplan: overzicht examenonderdelen .....	11
5.1 Beroepsgerichte examens .....	11
5.2 Keuzedeel examens .....	11
5.3 Examenonderdelen generieke eisen voor Nederlands, Rekenen en Engels .....	12
5.4 Beroepspraktijkvorming.....	14
5.5 Loopbaanoriëntatie en -begeleiding.....	14
5.6 Burgerschap.....	14
5.7 Overige eisen.....	14

Graag heten we je van harte welkom bij het Zone.college.

Als je gaat beginnen met een nieuwe opleiding, dan is het misschien best even zoeken voordat je je weg gevonden hebt. Wat kun je verwachten? Hoe gaat alles in z'n werk? In dit document zetten we belangrijke informatie over het onderwijs en de examens voor je op een rijtje.

We beginnen met je te vertellen wat je in grote lijnen zult leren tijdens je opleiding en hoe je leert bij Zone.college. Verder volgt een uitleg over de begeleiding die je krijgt en hoe de stage (beroepspraktijkvorming) is ingericht. Natuurlijk gaat ook over de begeleiding die je krijgt. We leggen uit welke onderdelen van je opleiding je met een voldoende moet afsluiten om het examen te kunnen behalen. Ook komen de regels die gelden bij examinering aan bod.

Als er tijdens je opleiding algemene wijzigingen zijn (bijvoorbeeld wetswijzigingen) die voor alle studenten gelden, dan informeren wij je daarover. Wijzigingen in jouw opleiding worden via een aanvulling op de onderwijs- en examenregeling ('addendum') bekend gemaakt. Naast de informatie in dit document vind je op onze website [www.zone.college](http://www.zone.college) algemene informatie, bijvoorbeeld over schoolvakanties, het examenreglement en het studentenstatuut

We zijn blij met je keuze voor het Zone.college en kijken uit naar een fijne samenwerking.

Veel succes gewenst !

# 1. Deel A: De opleiding

## 1.1 Hoe ziet het beroep eruit?

Als voedings- en leefstijladviseur op mbo niveau 4 begeleid je mensen naar een gezondere leefstijl door advies, coaching en praktische ondersteuning op het gebied van voeding, voedsel en leefstijl. Als voedings- en leefstijladviseur werk je met uiteenlopende doelgroepen zoals kinderen, jongeren, ouderen, sporters of mensen die juist minder vitaal zijn. Je rol is breed en omvat:

- Voorlichting geven over voeding, voedsel en leefstijl;
- Individuele coaching: je stelt samen met de cliënt doelen op en begeleidt hen bij het behalen ervan;
- Opstellen van leefstijlprogramma's: gebaseerd op beginsituatie, doelen en persoonlijke omstandigheden;
- Workshops en groepsessies organiseren over bijvoorbeeld stoppen met roken, stressreductie of gezonde voeding;
- Evaluatie van voortgang en bijsturen van het programma indien nodig.

Je kunt werken in een afslankstudio, voedingsklinieken, sportcentrum, gemeente (sociale domein), gezondheidspraktijk, ziekenhuis, welzijnsorganisatie of als zelfstandig adviseur voor particuliere klanten.

## 1.2 Hoe ziet je opleiding eruit?

De opleiding voedings- en leefstijladviseur is een 3-jarige voltijd opleiding. Dit betekent dat je over het algemeen vijf dagen in de week met je opleiding bezig bent. Je leert mensen begeleiden naar een gezonde leefstijl via voeding, beweging en coaching. De opleiding bestaat uit verschillende onderdelen:

- BPV (Beroeps Praktijk Vorming): praktijkervaring bij een erkend leerbedrijf. Je loopt meerdere keren stage bij erkende leerbedrijven zoals voedingsklinieken, sportcentra, gezondheidspraktijken of welzijnsorganisaties.
- Vakgerichte lessen: theorie en praktijk die direct aansluiten op het werkveld.
- Keuzedelen: verdiepende modules naar keuze.
- Loopbaan en algemene vakken (AVO): ontwikkeling van professionele vaardigheden en algemene kennis.

De opleiding is opgebouwd uit periodes van circa 8 weken. Als BOL-student ben je gemiddeld 3 dagen per week op school en 2 dagen per week werkzaam bij een erkend BPV-bedrijf.

Elke periode wordt afgesloten met een integrale eindopdracht, gekoppeld aan een thema vanuit het kwalificatiedossier en vraag vanuit het werkveld. Daarnaast leg je gedurende de opleiding meerdere Proeven van Bekwaamheid (PvB) af, waarmee je aantoont dat je volledig bekwaam bent als voedings- en leefstijladviseur.

## 1.3 Beroepsspecifieke onderdelen

De minister van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap heeft voor elke opleiding een kwalificatiedossier vastgesteld. In dit kwalificatiedossier staat wat je moet kennen en kunnen als beginnend beroepsbeoefenaar. Voor jouw opleiding geldt het kwalificatiedossier Voedings- en leefstijladviseur (crebonummer 25995).

In het kwalificatiedossier staan beroepsspecifieke en generieke eisen. De beroepsspecifieke eisen zijn beschreven in kerntaken en werkprocessen. Kerntaken zijn de belangrijkste werkzaamheden van een medewerker in dit beroep. Een kerntaak bestaat uit een aantal werkprocessen. Een werkproces bestaat uit een aantal samenhangende activiteiten.

In tabel 1 is aangegeven welke kerntaken en werkprocessen bij jouw opleiding horen.

Kerntaak	Werkproces	
B1-K1 Adviseren, informeren en ontwikkelen op het gebied van voeding, voedsel en leefstijl	B1-K1-W1	Oriënteert zich op de vraag van de opdrachtgever
	B1-K1-W2	Adviseert opdrachtgever/cliënt bij vragen over voedsel, voeding en leefstijl
	B1-K1-W3	Geeft voorlichting en informatie over voedsel, voeding en leefstijl in relatie tot gezondheid
	B1-K1-W4	Ontwikkelt en verbetert gerechten of menu's
B1-K2 Begeleiden bij een gedragsverandering op het gebied van voeding en leefstijl	B1-K2-W1	Stelt de beginsituatie en doelstellingen van de cliënt/deelnemer vast
	B1-K2-W2	Stelt een voeding- en leefstijlprogramma op
	B1-K2-W3	Begeleidt en coacht de cliënt/deelnemer
	B1-K2-W4	Evalueert het uitgevoerde voeding- en leefstijlprogramma

Tabel 1: Overzicht kerntaken en werkprocessen Voedings- en leefstijladviseur

#### 1.4 Generieke onderdelen

De generieke onderdelen van jouw opleiding zijn: Nederlands, rekenen, Engels (alleen niveau 4), Loopbaanoriëntatie en – begeleiding (LOB) en Burgerschap. We noemen dit ook wel de algemeen vormende vakken, afgekort AVO.

##### Nederlands

Bij het vak Nederlands wordt er aandacht besteed aan de volgende vaardigheden:

- lezen
- luisteren
- spreken
- gesprekken voeren
- schrijven

Deze vaardigheden moet je afronden op 3F.

##### Rekenen

Bij het vak rekenen leer je jouw rekenkennis en –vaardigheden functioneel in te zetten tijdens realistische (probleem)situaties. We noemen dit ook wel gecijferd handelen.

Voor jouw opleiding moet je het vak rekenen afronden op mbo rekenniveau 4.

##### Engels

Bij het vak Engels leer je verschillende vaardigheden. Aan deze vaardigheden worden verschillende eisen gesteld:

- lezen: B1
- luisteren: B1
- spreken: A2
- gesprekken voeren: A2
- schrijven: A2

## 1.5 Loopbaanoriëntatie en – begeleiding (LOB)

Bij LOB staat jouw persoonlijke ontwikkeling centraal. Je gaat werken aan een aantal loopbaancompetenties die je helpen om bewuste loopbaan- en studiekeuzes te maken:

- kwaliteitenreflectie: beschouwing van de kwaliteiten die van belang zijn voor de loopbaan,
- motievenreflectie: beschouwing van de wensen en waarden van belang voor de loopbaan,
- werkexploratie: onderzoek naar werk en mobiliteit in de loopbaan,
- loopbaansturing: loopbaangerichte planning en beïnvloeding van het leer- en werkproces,
- netwerken: contacten opbouwen en onderhouden op de arbeidsmarkt, gericht op loopbaanontwikkeling.

Daarnaast heb je minimaal 2 keer per jaar een individueel loopbaangesprek. De ervaringen die je opdoet en de keuzes die je maakt staan centraal tijdens dit gesprek.

## 1.6 Burgerschap

Bij burgerschap gaat het over jouw ontwikkeling als burger, nu en in de toekomst. Je bent burger van Nederland, Europa en de wereld. Daarin leef je met anderen samen.

Bij burgerschap leer je om kritisch na te denken, onder meer over de vraag of en hoe jij wilt bijdragen aan het samenleven in de maatschappij. Er wordt van je verwacht dat je vraagstukken vanuit verschillende kanten bekijkt, je mening vormt en deze kan onderbouwen met argumenten. Openstaan voor andere meningen hoort ook bij kritisch denken.

Burgerschap bestaat uit vier dimensies:

- politiek – juridisch
- economisch
- maatschappelijk - sociaal
- vitaal burgerschap

## 1.7 Keuzedelen

Een deel van je opleiding mag je zelf invullen met keuzedelen. Met deze keuzedelen kun jij je verbreden of verdiepen of je kunt je voorbereiden op doorstroom naar een opleiding in het mbo of het hbo.

Hoeveel keuzedelen je moet kiezen, hangt af van de opleiding die je volgt en de omvang van de keuzedelen die je wilt volgen. Voor jouw opleiding geldt een keuzedeelverplichting van een aantal studiebelastingsuren (SBU) om te voldoen aan de diploma-eis (zie deel B).

Je volgt de keuzedelen in het 2<sup>e</sup> en 3<sup>e</sup> studiejaar van jouw opleiding.

Elk jaar stellen we een keuzedelenaanbod op waaruit jij een keuze kunt maken.

Wil je een keuzedeel volgen dat niet aan jouw opleiding gekoppeld is, dan kun je hiervoor een aanvraag indienen bij de examencommissie. Bij de beoordeling van je aanvraag kijkt de examencommissie of het uitvoerbaar is en/of er geen overlap is tussen het keuzedeel en jouw opleiding.

## 2. BPV

De BPV (Beroepspraktijkvorming, oftewel: 'stage' vormt een belangrijk onderdeel van je opleiding. Op deze manier maak je kennis met het werk in de beroepspraktijk en word je voorbereid op de uitoefening van je toekomstig beroep.

### 2.1 Planning BPV

Gedurende de opleiding loop je als BOL student BPV bij een leerbedrijf. De leerbedrijven dienen voor de opleiding erkent te zijn. Deze bedrijven zijn terug te vinden op [stagemarkt.nl](http://stagemarkt.nl). In je BPV-rooster kun je zien op welke dagen je precies BPV hebt.

### 2.2 Inhoud BPV

Tijdens de BPV periodes wordt een actieve houding van je verwacht. Je houdt je aan regels en voorschriften van het bedrijf. Je communiceert met je stagebegeleider over je leerdoelen. Ieder leerjaar werk je aan tenminste 3 persoonlijke leerdoelen waarop je na afloop gaat reflecteren. Ook met feedback van de praktijkopleider probeer je jezelf steeds verder te ontwikkelen. Je krijgt per leerjaar een BPV begeleidingsmap mee. Hierin staat de leerdoelen- en reflectieopdracht de tussen- en een eindbeoordeling. Ook het urenregistratieformulier is aanwezig.

Voordat de stageperiode begint lever je een getekende BPV-overeenkomst in bij de administratie van jouw schoollocatie.

Als BOL student dien je tijdens de opleiding op minimaal 4 verschillende leerbedrijven stage te lopen. Voor elke BPV-periode krijg je te horen welke vaardigheden je hier moet kunnen uitoefenen.

Tijdens iedere BPV-periode is er contact met het leerbedrijf vanuit school. Je dient gedurende de opleiding 1200u stage te lopen bij erkende leerbedrijven.

#### Erkend leerbedrijf

Je BPV voer je uit bij een erkend leerbedrijf. Dit is een bedrijf dat volgens de SBB geschikt is om stagiair(e)s van een bepaalde opleiding te begeleiden en te beoordelen. Op de site [Stagemarkt.nl](http://Stagemarkt.nl) | [Stages bij erkende leerbedrijven](#) kun je zien welke bedrijven erkend zijn voor jouw opleiding.

Wil je stage lopen bij een bedrijf dat nog niet erkend is, dan kan het bedrijf een erkenning aanvragen bij de SBB. Of deze erkenning wordt toegekend, hangt af van of de SBB vindt dat het bedrijf geschikt is als omgeving om de vaardigheden aan te leren die passen bij jouw opleiding.

## 3. Vormgeving

### 3.1 Inrichting opleiding

Het onderwijsprogramma is samengesteld volgens het Leerlijnen model van De Bie. Ieder schooljaar is ingedeeld in vijf periodes waarin je aan je opleiding werkt. In iedere periode werk je individueel en/of in groepjes aan een integrale opdracht. Die opdracht gaat over een thema. In elke periode wordt alle informatie die je nodig hebt om de integrale opdracht uit te werken aangeboden in theorielessen (kennisleerlijn) en vaardigheidslessen (vaardighedenleerlijn). Tijdens de BPV-periode werk je ook aan onderdelen van de integrale opdrachten. Tijdens iedere periode werk je daarnaast individueel aan evaluatie en reflectie op jouw voortgang en handelen. Tijdens de opleiding werk je naast vakkennis, -vaardigheden en communicatie ook aan algemene ontwikkeling en de extra ontwikkeling van je beroepshouding. Daarvoor zijn in het programma excursies opgenomen in binnen- en buitenland, en neem je deel aan projectweken. Ook werk je aan een lees- en ervaringsdossier, en neem je deel aan open dagen van de eigen en andere onderwijsinstellingen en organisaties.

### 3.2 Planning

De opleiding is opgedeeld in periodes. Elk studiejaar bestaat uit 6 periodes, waarvan de laatste periode van elk studiejaar de vakantie is. Een periode duurt gemiddeld 8 lesweken.

#### Leerjaar 1 (wijzigingen voorbehouden)

Periode 1	Periode 2	Periode 3	Periode 4	Periode 5	Periode 6
I.O. Lang zal je leefstijl!	I.O. De Voedingsjungle	I.O. Time to relax	I.O. I like to move it	I.O. Leefstijlwijs	Vakantie

#### Leerjaar 2 (wijzigingen voorbehouden)

Periode 7	Periode 8	Periode 9	Periode 10	Periode 11	Periode 12
I.O. Dat maakt naar gezondheid	I.O. Zet gezondheid op de kaart	I.O. Leefstijl à la carte	BPV blokstage	BPV blokstage	Vakantie
Leerlijn K1: adviseren, informeren en ontwikkelen op het gebied van voeding, voedsel en leefstijl			PvB leerlijn K1		
Leerlijn K2: begeleiden bij een gedragsverandering op het gebied van voeding, voedsel en leefstijl					

Leerjaar 3 (nog in ontwikkeling)

- Voorbereiding op PvB leerlijn K2

### 3.3 Studielast

Per leerjaar is de totale studielast 1600 studielast uren (SBU). Dit is inclusief de onbegeleide leeractiviteiten in projecten of huiswerk. Hieronder wordt een indicatie gegeven van de afspraken binnen Zone.college over de verdeling van de uren begeleide onderwijstijd (BOT) en beroepspraktijkvorming (BPV) die minimaal worden ingepland per leerjaar (\*)

	leerjaar	BOT	BPV
BOL opleiding	1	804	248
	2	604	488
	3	550	500

(\*) Voorafgaand aan ieder leerjaar wordt een jaarrooster gepubliceerd. Hierin wordt weergegeven welke onderwijsactiviteiten in welke periodes van het jaar en op welke dagen van de week gepland staan.

### **3.4 Toetsing**

Tijdens jouw opleiding krijg je per periode een of meerdere toetsen. Deze toetsen hebben tot doel jouw voortgang in kaart te brengen en te achterhalen op welke punten je je nog kunt/moet ontwikkelen.

Het toetsplan van jouw opleiding kun je vinden in CumLaude. Per periode worden de cijfers geregistreerd in cumlaude. Je hebt continue inzage in jouw studievoortgang. Tevens bespreek je jouw studievoortgang met je coach.

### **3.5 BSA**

Zoals hierboven beschreven wordt jouw voortgang gemeten en vastgelegd. Tijdens je opleiding word je begeleid. Periodiek wordt jouw studievoortgang besproken en vastgelegd. Op deze manier houden we goed met elkaar in beeld of de voortgang nog voldoende is. Wanneer dit niet het geval is gaan we hierover met elkaar in gesprek. Indien nodig maken we met elkaar afspraken over de extra inspanning die jij moet leveren en de extra begeleiding die je hierbij van ons kunt verwachten.

Voor het einde van het eerste leerjaar ontvang je van ons een advies over het voortzetten van je opleiding. Dit advies is bindend. Dit betekent dat je bij een negatief advies de opleiding moet verlaten. Het advies komt nooit zomaar uit de lucht vallen.

De precieze procedure van het BSA staat in het Studentenstatuut beschreven.

## 4. Deel B: Diplomen

### 4.1 Wettelijke eisen voor diplomering

Om in aanmerking te komen voor een diploma moet de student voldoen aan alle kwalificatie-eisen. Het gaat om de volgende onderdelen.

Onderdeel	Beslisregel/bewijzen
Beroepsgerichte eisen	Alle kerntaken die voor de betreffende opleiding in het kwalificatiedossier staan, moeten minimaal voldoende zijn.
Keuzedelen	Voldoen aan de keuzedeelverplichting van 720 SBU voor niveau 4, waarbij voor de examenresultaten het volgende geldt: <ul style="list-style-type: none"><li>• Het gemiddelde van de resultaten van de geëxamineerde keuzedelen binnen de keuzedeelverplichting moet tenminste een 6 of "voldoende" zijn.</li><li>• Voor minimaal de helft van deze keuzedelen moet het resultaat tenminste een 6 of "voldoende" zijn.</li><li>• Een keuzedeelresultaat mag nooit lager zijn dan een 4 of een overeenkomende eindwaardering.</li></ul> De omvang van een keuzedeel wordt niet meegewogen in de weging van het gemiddelde.
Generieke taal- en rekenvaardigheden	Voor één van de generieke examenonderdelen, Nederlandse taal, Rekenen en Engels, een eindwaardering van ten minste het cijfer 5, voor de andere genoemde generieke examenonderdelen ten minste het cijfer 6.
Loopbaanorientatie en begeleiding	De eindopdracht moet zijn afgerond.
Burgerschap	Het eindproduct moet zijn afgerond.
Beroepspraktijkvorming (BPV)	Het eindoordeel van de BPV is een voldoende.
Wettelijke beroepsvereisten	Indien van toepassing voldoen aan de wettelijke beroepsvereisten die voorwaardelijk zijn voor het behalen van het diploma.

## 5. Examenplan: overzicht examenonderdelen

### 5.1 Beroepsgerichte examens

Naam: Voedings- en leefstijladviseur

Code	Kerntaken/werkproces	Examenvorm	Afnameperiode	Afnameplaats	Weging	Resultaat
25995.25.P1	B1-K1-W1 B1-K1-W2 B1-K1-W3	Proeve	Eind leerjaar 2	BPV		Eindoordeel per kerntaak: O/V/G
25995.25.P1	B1-K1-W4	Proeve	Eind leerjaar 2	School		O/V/G
25995.25.P2	B1-K2-W1 B1-K2-W2 B1-K2-W3 B1-K2-W4	Proeve	Leerjaar 3	BPV/School		Eindoordeel per kerntaak: O/V/G

### 5.2 Keuzedeelexamens

Je maakt een keuze uit het keuzedelenaanbod van de opleiding. Voor elk keuzedeel is een afzonderlijk examenplan beschikbaar.

Voor alle gekozen keuzedelen doe je examen.

### 5.3 Examenonderdelen generieke eisen voor Nederlands, Rekenen en Engels

Niveau 4

Nederlands								
Examenvorm		Vaardigheid	Niveau	Duur examen	Plaats afdname	Afdname periode	Resultaat (1 decimaal)	Eindresultaat
Centraal examen	Digitaal	Lezen/Luisteren	3F	120 minuten	School	Leerjaar 2	Cijfer 1x	Cijfer
Instellings-examen	Schriftelijk/digitaal	Schrijven	3F	60 minuten	School	Leerjaar 2	Cijfer 1x	
Instellings-examen	Mondeling	Spreken	3F	10 minuten	School	Leerjaar 2	Cijfer 1x	
Instellings-examen	Mondeling	Gesprekken voeren	3F	10 minuten	School	Leerjaar 2	Cijfer 1x	

Rekenen								
Examenvorm		Vaardigheid	Niveau	Duur examen	Plaats afdname	Afdname periode	Resultaat (1 decimaal)	Eindresultaat (geheel cijfer)
Instellings-examen	Digitaal	Grootheden en eenheden, oriëntatie in de twee- en driedimensionale wereld, verhoudingen herkennen en gebruiken, procenten gebruik en omgaan met kwantitatieve informatie	mbo rekenniveau 4	120 minuten	School	Leerjaar 2	Cijfer 1x	Cijfer

Engels								
Examenvorm		Vaardigheid	Niveau	Duur examen	Plaats afname	Afname periode	Resultaat (1 decimaal)	Eindresultaat
Centraal examen	Digitaal	Lezen/Luisteren	B1 of B2	90 minuten	School	Leerjaar 2	Cijfer 1x	Cijfer
Instellings-examen	Schriftelijk/digitaal	Schrijven	A2	60 minuten	School	Leerjaar 2	Cijfer 1x	
Instellings-examen	Mondeling	Spreken	A2	7,5 minuten	School	Leerjaar 2	Cijfer 1x	
Instellings-examen	Mondeling	Gesprekken voeren	A2	7,5 minuten	School	Leerjaar 2	Cijfer 1x	

## 5.4 Beroepspraktijkvorming

Beoordelings-onderdelen	Bewijsstuk	Resultaat
Het functioneren in de BPV	Eindbeoordeling BPV	Voldaan/niet voldaan

## 5.5 Loopbaanoriëntatie en -begeleiding

Om je diploma te kunnen behalen, moet je voldoen aan de inspanningverplichting voor loopbaanoriëntatie en -begeleiding. Dit houdt in dat je in het eindexamenjaar de eindopdracht in de vorm van een gespreksverslag inlevert waaruit blijkt hoe je je hebt ontwikkeld aan de hand van loopbaancompetenties gedurende jouw opleiding. .

## 5.6 Burgerschap

Om je diploma te kunnen behalen, moet je voldoen aan de inspanningverplichting voor burgerschap.

Dit houdt in dat je in het eindexamenjaar een eindproduct in de vorm van een reflectieverslag inlevert over de dimensies die gedurende jouw opleiding aan bod zijn geweest.

## 5.7 Overige eisen

Onderdeel	Bewijsstuk
Wettelijke beroepsvereisten	n.v.t.

**Zone.college Lochem**

Hoeflingweg 9  
7241 CJ Lochem  
(088) 26 20 700

zone.college

