



Het idee  
is dat onze  
**leerlingen**  
de kantine  
**runnen**

Op naar gezond en duurzaam:  
hoe betrek je leerlingen daarbij?

## ZONE COLLEGE IN ALMELO: DE HELE KETEN KOMT AAN BOD

Lucas (16) en Loïs (15), beiden student in het vierde leerjaar van het Zone College in Almelo, zijn er duidelijk over: het aanbod in de Gezonde Schoolkantine is eigenlijk altijd lekker.

Loïs: 'Je weet nooit wat je krijgt vooraf, maar het is altijd populair dus je moet er snel bij zijn. Meestal zijn er twee soorten broodjes en dan kan er best al een op zijn als je aan de beurt bent. Bijvoorbeeld laatst een bruin pistoletje rosbief, ei en ijsbergsla voor 1 euro. Dat is dan zo weg.'





## Proeverijen

Net als alle leerlingen van het Zone College draaiden Lucas en Loïs in het eerste jaar verplicht mee in de schoolkantine, vanaf het 2e jaar wordt het een keuzevak. De leerlingen worden begeleid door Dennis Timmer, al sinds 2010 drijvende kracht achter de Gezonde Schoolkantine. 'Het idee is dat de leerlingen de kantine runnen, ik begeleid ze daarin. We hebben een wekelijks wisselend menu van vier of vijf producten zoals vers belegde broodjes en groene smoothies, en die rouleren we. Daarnaast organiseren we regelmatig proeverijen en smaaktestjes. Leerlingen helpen mee met het bereiden en serveren, maar ook met het bedenken van nieuwe gerechten.'

De inspiratie daarvoor kan overal vandaan komen. Dennis: 'Soms heeft iemand iets gezien in een tijdschrift of op TV, maar we nemen de leerlingen ook mee op excursies. Bijvoorbeeld om rood fruit te plukken en ze daar een jam van te laten maken. We hebben daarnaast een kas en een aquaponics systeem op school die beide mede worden onderhouden door leerlingen, en waar ze bijvoorbeeld kruiden of tomaten vandaan kunnen halen om weer te verwerken in een gerechtje.'

'Je komt  
over te wet  
niet alle  
bereiden, v  
om de w







## Circulair systeem

Het aquaponics systeem\* leert leerlingen naast gezondheid ook over duurzaamheid. Dennis: 'We doen dit project samen met de Voedselbank en het Theaterhotel hier in Almelo. Zij nemen de vissen en groentes af die wij hier in het systeem kweken en verbouwen. Dat is nog best lastig: kan je voldoen aan wat ze nodig hebben, en hoe maak je passend onderwijs van een dergelijk project? Het is in ieder geval mooi om leerlingen in aanraking te brengen met een circulair systeem als dit.'

Maar de combinatie van gezondheid en duurzaamheid komt op veel meer manieren in het beroepsgerichte programma van de school terug. Vier jaar terug maakte het Zone College een bewuste omslag naar een meer thematische, geïntegreerde aanpak van het lesprogramma.

Wilco Broekhuis, teamleider op het Zone College: 'We werken sinds twee jaar met vijf 'werelden' waarin dezelfde basisstof wordt ondergebracht, maar waarin de accenten anders liggen. Het eerste jaar is meer een oriëntatiejaar, daarna kunnen leerlingen kiezen uit vijf richtingen: de gezonde wereld, de actieve wereld, de creatieve wereld, de levende wereld en de groen-technische wereld. Aan het eind van de opleiding doet iedereen hetzelfde examen. Iedere wereld heeft zijn eigen accent maar je moet hetzelfde kennen en kunnen.'

*\*Met aquaponics kweek je je eigen verse groente én je eigen vis. Het is een slimme kringloop waarin planten gevoed worden met de mest van de vissen én tegelijk het water voor de vissen zuiveren.*

overal iets  
en. Het draait  
en om het  
maar ook  
eg er naartoe.'





Ontwikkel een  
**gezonde**  
snack met een  
ingrediënt uit de  
schooltuin

## Oogstfeest

Idee hierachter is dat de aangeboden theorie- en praktijkkennis zo veel meer samenhang heeft. Dat wordt ook doorgevoerd in de opdrachten en projecten die leerlingen doen. Dennis: 'Door een vrijere opdracht mee te geven betrek je de leerlingen veel meer. Maar het vraagt ook meer van ze. Bijvoorbeeld: je hebt 4 uur de tijd, je krijgt een iPad mee en een budget van 5 euro: maak hiermee een duurzaam gerechtje en werk dat ook uit in een recept en een instructiekaart. Of: ontwikkel een gezonde snack voor een tankstation en gebruik hierbij een ingrediënt uit de schooltuin. De hele keten komt hierdoor aan bod, niet alleen het bereiden van eten zelf.'

Een mooi voorbeeld is ook het Oogstfeest dat jaarlijks wordt gehouden. Drie weken lang werken leerlingen aan het ontwikkelen van een gezonde, duurzame snack die voldoet aan de Richtlijnen Gezondere Kantines van het Voedingscentrum. Het eindproduct wordt dan door een jury beoordeeld en tijdens het Oogstfeest gepresenteerd.

## Mystery Box

De leerlingen zijn in ieder geval blij met de nieuwe lesmethode. Lucas: 'Als we de opdracht krijgen om een recept te maken dan moet het aan bepaalde eisen voldoen, maar zijn we verder vrij om te bepalen wat we maken en hoe we dat doen. Daar leer je veel van: we moeten nadenken over de inkoop- en verkoopprijs, de winst die je overhoudt, hoe je een gezond of duurzaam recept maakt, enzovoort. Soms halen we zelf ingrediënten uit de kas of de tuin hier op school. Loïs vult aan: 'Je komt overal iets over te weten. Het draait niet alleen om het eten zelf, en het bereiden maar ook om de weg er naartoe. Waar komen de ingrediënten vandaan? Hoe worden ze gemaakt, verpakt? Hoe pak je de marketing aan? Dat komt allemaal samen.'

Binnenkort krijgen Loïs en Lucas de kans om alles wat ze geleerd hebben in praktijk te brengen. Samen met enkele andere leerlingen gaan ze de strijd aan in een kookwedstrijd voor scholen uit de regio. Lucas: 'We krijgen een Mysterybox-opdracht: je krijgt een aantal ingrediënten en anderhalf uur de tijd om daar iets van te maken. We worden beoordeeld op smaak, maar het moet ook gezond zijn, en netjes en hygiënisch zijn bereid. Dan is het heel handig als je al gewend bent om op zo'n manier te werken.'

