

Radicaal ander eetpatroon nodig voor mens en milieu

Weg met ongezond eten, drinken en snoep op school!



Op 16 januari 2019 vinden in de Willem II concertzaal in Den Bosch de eindpresentaties plaats van 72 3^e jaars Fontys Pabo-studenten. Tijdens de bijeenkomst organiseert Ondernemend Onderwijs 'sH een quiz met leerzame vragen onder de titel: 'Petje op en Petje af, maar dan zonder Petje!'. Alle 200 aanwezigen mogen meedoen. Ze krijgen telkens een vraag voorgeschoteld waarbij ze hun rechter- of linkerhand moeten opsteken om het juiste antwoord te geven. Na de vijfde vraag zijn er nog drie 2^e jaars studenten van Pabo Den Bosch over. **Jacques de Vocht** is de enige die de zesde vraag goed weet te beantwoorden en hij is daarmee winnaar van de quiz. Hij kan kiezen uit vier prijzen, te weten:

1. Een gratis training of cursus van Ondernemend Onderwijs 'sH.
2. Een VIP-kaart voor een bijeenkomst van Ondernemend Onderwijs 'sH.
3. Een blog geschreven door Jan van Ondernemend Onderwijs 'sH.
4. Meedraaien in een spannend project van Ondernemend Onderwijs 'sH.

Zonder al te veel na te denken kiest hij voor een blog geschreven door Jan.

Op het einde van de bijeenkomst spreek ik Jacques even en vertel hem dat hij een onderwerp naar keuze mag aanreiken voor mijn blog en dat ik deze dan (voor hem) zal schrijven. Een dag later ontving ik van Jacques al een mail met een onderwerp waar hij graag mijn visie en of mening over wilde zien in de blog. Hij schreef:

'Wat is de rol van een (basis)school m.b.t. voeding, gelinkt aan het klimaat. Steeds vaker hoor je dat vlees eten erg slecht is voor het klimaat (zie bijvoorbeeld [dit artikel van de NOS](#)). Ikzelf merk dat ik steeds bewuster bezig ben met het klimaat en de rol van voeding die daarin meespeelt. Hopelijk kun je iets met dit onderwerp. Ik vind het erg leuk dat ik een suggestie mag geven voor een onderwerp daarom nogmaals bedankt!'

Toeval of niet, maar net die dag stond een [groot artikel in de Volkskrant met de titel: Radicaal ander dieet kan de wereld voeden. Subtitel: Wetenschappers: enige kans op leefbare aarde in 2050.](#)

Voor de zekerheid heb ik bij Jacques nog even nagevraagd waar zijn belangstelling voor het onderwerp vandaan kwam, door hem onderstaande vraag te mailen:

'Heb je zelf, behalve bewust eten en het minder belasten van het klimaat, nog iets met dit onderwerp? Ik denk aan eventuele lessen die je geeft op de basisschool tijdens je stages? Of kom je van een boerenbedrijf? Of anderszins?'

Zijn antwoord hier was: *'Nee, ik heb niet perse veel binding met dit onderwerp. Wel heb ik vorig jaar op een gezonde school stage gelopen, daar werd alleen maar gezond getrakteerd en mochten de leerlingen geen koek of dergelijke mee naar school. Ik had hierbij een dubbel gevoel, enerzijds vind ik het goed, de leerlingen leren gezond te eten, anderzijds vind ik dat een feestje best gevierd mag worden met een lekkere versnapering. Het lijkt mij erg lastig om hier een wijze keuze in te maken als school.'*

Uiteraard heb ik daarop weer kort gereageerd. *'Als ik directeur van een basisschool zou zijn dan zou er bij feestjes ook gezond getrakteerd worden. Kinderen en volwassenen worden veel te dik, bewegen te weinig, met alle gevolgen van dien. Als je nu kinderen vraagt: Waar denk je aan bij je verjaardag, Sinterklaas, Kerst, enz. zit bij de eerste drie antwoorden iets van snoep, eten en cadeaus. Om onze planeet te redden en dus de toekomst van onze kinderen veilig te stellen, zal er echt rigoureus iets moeten veranderen. Dus gewoon een mandarijn met Sinterklaas, tomaatjes met de verjaardag, enz.'*

Nu echt naar het onderwerp voeding. Volgens een artikel in het gezaghebbend medisch tijdschrift de Lancet moeten we drastisch anders gaan eten: minder suiker, minder vet en zuivel en veel minder vlees. Klinkt bekend in de oren! Toch?

Een groot deel van de mensen is ondervoed, zo'n 800 miljoen. En een nog groter deel van de mensen, ruim twee miljard, heeft last van overvloed. Probleem in het westen is vooral hoe we de mensen hier zover krijgen dat ze minder en gezonder gaan eten. Het gaat naast bewustwording om een attitudeverandering, en die is meestal lastig te realiseren. Gaan we snoep, cola en vlees verbieden?

Hier komen we bij een deel van het antwoord. Thuis kunnen ouders een grote invloed hebben op het eten en drinken van hun kinderen. En zelf kunnen de ouders het goede voorbeeld geven. In plaats van cola drink je een glas water bij het eten. Scheelt weer 7,5 klontjes suiker. En op school kunnen bestuur, directie en docenten in overleg met de ouders eveneens besluiten voor een gezonde en in mijn ogen daardoor ook voor een veilige school. Veiligheid gaat verder dan geen wapens mee naar binnen, een antipestprogramma en het niet in elkaar geslagen worden, maar heeft ook te maken met het beschermen tegen ongezond drinken, eten en snoepen. Weg met al die frisdrankautomaten op school. Weg met het broodje frikandel en kroket in de kantine. En ook weg met de mobiele frituur net buiten het schoolplein, zoals in Venlo. Dit hoort bij de opvoeding van onze kinderen, van onze leerlingen, van onze studenten. En als we daarmee in Nederland nu beginnen, dan hebben we in 2050 misschien genoeg te eten voor 10 miljard mensen, zonder dat we het milieu zwaar overbelasten. Een echte win-win situatie zou ik zeggen.

En wat denk jij Jacques?

Mvg Jan

Deze blog is mede tot stand gekomen in samenwerking met Jacques de Vocht, 2^e jaars student van de Fontys HKE (Pabo) in Den Bosch. Hij won als prijs een blog van Jan. Jan schrijft als lid van het Programmeerteam van OO 'SH een à twee blogs per maand over alles wat hem op het gebied van onderwijs opvalt.