

Weet wat je eet & Eet wat je weet

Inleiding



Waarom gaan de kroketten in de schoolkantine als warme broodjes over de toonbank? En blijft tegelijkertijd het fruit in de fruitschaal liggen? Het project 'Weet wat je eet & Eet wat je weet' gaat over voedselkeuzes en manieren om deze te beïnvloeden. Weten wat gezond is en dit ook doen!

Olievlekprincipe

'Weet wat je eet & eet wat je weet' begint klein en breidt het werkgebied steeds verder uit (het zogenaamde olievlekprincipe): Eerst wordt samen met de cateraar het eetgedrag in eigen schoolkantine onder de loep genomen en 'gezond' wordt aantrekkelijker gemaakt. Studenten van MBO en HBO besteden in de les aandacht aan projecten over gezonde voeding. Samen met bedrijven in de regio werkt men aan gezonde lunchproducten. Tijdens het hele traject speelt voorlichting en communicatie een hoofdrol. Zo wordt actief gebruik gemaakt van sociale media en krijgt de website Fooddata een nieuwe impuls. Tenslotte zal het 'Weet-wat-je-eet concept' worden aangeboden aan andere scholen.

Gezond magazine



**MAGAZINE OVER
GEZOND ETEN
EN SPORTEN**
ALLES OVER ETEN!
GEZONDE EN
ONGEZONDE
VOEDING

Kiezen voor een gezonde lunch vereist allereerst kennis van wat gezond is en wat niet. Docenten van Hogeschool Van Hall Larenstein (HBO) en Nordwincollege (MBO) ontwikkelen lesstof waarin studenten vanuit hun eigen discipline werken aan een casus over gezonde voeding. Zo combineerden dertien eerstejaars studenten MBO Design kennis over voeding met design. Het resultaat is een tijdschrift over gezond eten en sporten.

- » Nummer 1 - Gezond, magazine over gezond eten en sporten
- » Nummer 2 - Lekker gezond, magazine over gezond leven

Food for Thought



Het KIGO project 'Weet wat je eet & Eet wat je weet' is afgesloten met een symposium, op 9 oktober 2013 in Leeuwarden: '[Eetprikkel... hoe je eetgedrag onbewust beïnvloed wordt](#)'. Het symposium vormde tegelijkertijd ook de eerste bijeenkomst in de reeks 'Food for

Deelnemers

'Weet wat je eet & Eet wat je weet' is een KIGO-project van het GKC Programma Voeding en Gezondheid waarin studenten en docenten van HBO en MBO samenwerken met bedrijven en Wageningen Universiteit:

- » Hogeschool Van Hall Larenstein (projectleider)
- » Nordwin College
- » Cormet (eerste deel project: Albron)
- » Innexus
- » Wageningen Universiteit

Meer informatie

- » Projectbeschrijving
- » Fooddata

Deelactiviteiten

Het project 'Weet wat je eet & Eet wat je weet' kent verschillende deelactiviteiten:

- » Inventarisatie eetgedrag in de kantine
- » Testen verschillende methoden van beïnvloeding eetgedrag
- » Opzetten intern informatiesysteem
- » Opzetten website voor bedrijven en consumenten
- » Ontwikkelen gezonde(re) producten
- » Samenwerking met andere scholen om het 'Weet-wat-je-eet concept' in te voeren

Contact

Reageren op dit dossier?
Stuur uw reactie of document naar:
servicedesk@groenkennisnet.nl

Thought', een serie bijeenkomsten die wordt georganiseerd vanuit de Innovatiewerkplaats Health, Food & Technology van het [Centre of Expertise Healthy Ageing](#).

- » Eetgewoonten zijn te sturen (Groen Kennisnet nieuws 17-10-2013)

Voor meer informatie over het project 'Weet wat je eet & Eet wat je weet' kunt u contact opnemen met:

- » Tjitske van der Meulen (projectleider)

Dit project is uitgevoerd binnen het GKC-programma Voeding en gezondheid

Meer dossiers vindt u op:
[Groen Kennisnet Dossiers](#)

Laatste wijziging: 28 mei 2014