



# Les 4

## Wat een verspilling!



### Doelen

De leerlingen:

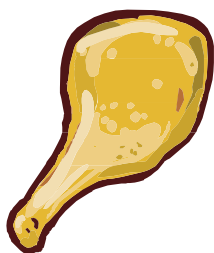
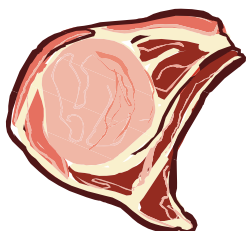
- ontdekken dat er veel eten verspild wordt
- leren dat verspilling voorkomen kan worden

### Materialen

- grote doorzichtige zak of bak
- personenweegschaal

### Vooraf

- Bij deze les is het belangrijk dat de ouders vooraf goed geïnformeerd worden.
- Deze les wordt in tweeën gegeven. De uitleg over verspilling is op de ene dag, daarna verzamelen de leerlingen thuis het eten dat in de prullenbak zou verdwijnen. De volgende dag nemen ze dit mee naar de klas.



### Inleiding

#### Uitleg over verspilling

Prat met de leerlingen over het weggooien van eten. Waarom gooien mensen eten weg dat je nog gewoon kunt eten? U kunt de inbreng van de leerlingen als het nodig is aanvullen. Mensen gooien eten weg:

- als het oud is, bijvoorbeeld brood
- als ze bang zijn dat het bedorven is
- als ze het hun gewoonte is om een eetbaar deel niet te gebruiken, zoals een appelschil
- omdat ze te veel gekocht hebben
- omdat ze ineens zin krijgen om iets anders te eten dan wat ze van plan waren. Ze moeten dan later vaak weggooien wat ze al hadden, omdat dit bedorven is.

Wat gebeurt er met weggegooid eten? Dat is verschillend, denk aan:

- de gft-bak
- de prullenbak
- de hond

Vertel dat bedrijven die eten weggooien, zoals supermarkten en restaurants soms eten dat nog goed is naar de Voedselbank, daklozenopvang of veevoerfabriek brengen. Tijdens de vorige les hebben de leerlingen ontdekt dat als je eten niet goed bewaart, het sneller bederft. Je moet het dan weggooien.

#### Afvalonderzoek

Gooien jullie thuis veel weg? Laat de leerlingen deze vraag beantwoorden. Vertel daarna dat de hele klas gaat uitzoeken hoe het echt zit. Vraag de leerlingen een dag lang al het eten dat weggegooid wordt te verzamelen in een plastic tas. Van 's ochtends vroeg tot 's avonds laat. Ze kunnen deze tas bijvoorbeeld bij de vuilnisbak hangen. Het gaat hier om alles wat je normaal gesproken nog had kunnen eten: bedorven eten, restjes, appelschillen, oud brood enzovoort. Dit nemen ze de volgende dag mee naar school.

#### Kern

##### Wat gooi jij eigenlijk weg?

Laat de leerlingen het verspilde eten in een grote doorzichtige zak of bak in de klas gooien. Weeg de totale hoeveelheid daarna op de weegschaal. Vraag de leerlingen wat ze hiervan vinden. Hoeveel gooien we op één dag gemiddeld per persoon dan weg? Hoeveel mensen zouden van het verspilde eten van de klas kunnen eten? Hoe kunnen we dat uitrekenen? Laat op het digibord zien hoeveel een kind van negen jaar volgens de aanbevolen hoeveelheden van het Voedingscentrum elke dag moet eten. Maak dan de som samen met de leerlingen op het bord: 

## Wat heb je ongeveer nodig op een dag?

groente	150 gram
fruit	200 gram
aardappelen, pasta of rijst	200 gram
vijf boterhammen	175 gram
een plak kaas	20 gram
zuivel, zoals melk en yoghurt, drie bekertjes	600 gram
vlees, vis, eieren, peulvruchten en vleesvervangers	100 gram
bak- en braadproducten	15 gram
halvarine	25 gram
handje ongezouten noten	25 gram +
.....	
Totaal Schijf van Vijf	1510 gram
Producten buiten de Schijf van Vijf zoals koekjes	200 gram +
.....	
Totaal nodig per kind van tien per dag	1710 gram
Dat is 1,7 kilo	

Hoeveel kinderen zouden er van het weggegooid voedsel kunnen eten? Deel het aantal kilo afval hiervoor door 1,7. Wat vinden de leerlingen hiervan? Hadden ze dat verwacht?

Als je eten weggooit, gooi je meer weg dan je denkt. Voor het maken van eten is grond, energie en water nodig. Voor het groeien van bijvoorbeeld een komkommer in een kas is water, licht (lampen) en warmte (verwarming) nodig. Dit gooi je dus eigenlijk ook allemaal weg als je een komkommer weggooit. Voor het milieu is dat niet goed. Praat hierover na.

## Afsluiting

### Minder weggooien!

Laat de leerlingen in tweetallen of viertallen nadenken over hoe je ervoor kunt zorgen dat er minder eten verspild wordt. Bespreek daarna de ideeën klassikaal. Denk bijvoorbeeld aan:

- Bewaar eten dat je over hebt en vries dit in. Dan kun je het langer bewaren.
- Bewaar eten dat over blijft in de koelkast en wijs één dag per week aan als "klikjesdag": dan worden alle restjes opgewarmd en opgegeten.
- Koop niet te veel eten in.
- Kijk thuis in de kasten wat er is en maak dan pas een boodschappenlijstje, zodat je echt weet wat je nodig hebt.
- Laat je niet te veel verleiden door reclames en aanbiedingen. Dan koop je vaak te veel in.

Laat de leerlingen hier eventueel een poster over maken. Vraag de leerlingen wat zij ervan vinden dat jullie de vorige les expres eten hebben laten bederven. Dat zit in Smaaklessen om te zien hoe dit werkt.

## Werkvormen

### Klassikaal

groepsgesprek, rekenen, nabespreken

### Groepjes

discussiëren

### Individueel

thuisopdracht

## Combinatietip +

Vraag de leerlingen of ze weten hoe mensen vroeger probeerden zo weinig mogelijk eten te verspillen. Hoe deden ze dat bijvoorbeeld in de tijd van de tweede wereldoorlog? Laat ze met elkaar brainstormen. (Vak: geschiedenis)

## Lessuggesties uit het online inspiratieboek

Doe de Voedselverspillingstest of bekijk diverse filmpjes over voedselverspilling.

