



Good Food uitgelegd aan jonge kinderen



HOE PRAAT U EROVER MET UW LEERLINGEN?

Zaken als broeikasgassen, CO₂ en methaan zijn waarschijnlijk te complex voor de leerlingen. Voor **Jim Wortel** gaat het erom dat iedereen zich ervan bewust is waar ons eten vandaan komt. Hoeveel jongeren denken niet dat melk uit een fles in de winkel komt? Wanneer kinderen hun tanden in een appel zetten, dan moeten ze een boomgaard voor zich zien en geen rayon in de supermarkt. Het is die nieuwsgierigheid die **Jim Wortel** graag wil prikkelen, zodat elk kind de kans krijgt om de waarde van de natuur voor onze voeding te ontdekken. Zo leren ze ook dat er water, aarde en energie nodig is om dat eten meerdere keren per dag op ons bord te krijgen.

Een goede manier om de impact van voeding uit te leggen aan kinderen is via verhalen en afbeeldingen. Misschien raken ze op die manier ook geboeid door milieuvraagstukken. We adviseren om te werken met gratis beeldbanken om illustraties te vinden bij uw verhalen¹.

NEEM BIJVOORBEELD EIWITTEN

Minder vlees eten voor het milieu, dat is een van de adviezen van **Jim Wortel**.

Maar hoe legt u aan uw leerlingen uit dat alle eiwitrijke voedingsstoffen niet dezelfde impact hebben op onze planeet? Hoe motiveert u hen om peulvruchten te eten omdat dat beter is voor het klimaat?

Hierbij vindt u enkele belangrijke feiten om de productie, verwerking en verdeling te volgen van drie bronnen van eiwitten: peulvruchten, eieren en biefstuk.

We zetten al deze feiten op een rijtje, zodat u een globaal beeld hebt van de impact van deze voedingsstoffen op het milieu. Als u echt volledig wil zijn, dan kan u dit koppelen aan feiten over de gezondheid, waarover u meer leest in de fiche "Good Food, een kwestie van evenwicht (voeding en milieu)".

Deze informatie gaat verder dan wat de kinderen kunnen leren. Hiermee hebt u als leerkracht een overzicht van het geheel. Kies de informatie uit die u wil behandelen in de klas en die volgens u overeenkomt met de leeftijd van uw leerlingen. Bedenk verhalen op basis van deze selectie en illustreer die met afbeeldingen.

Voorbeeld: Waarom heeft een steak uit Argentinië meer impact op het milieu dan eieren? Beperk u misschien vooral tot de grotere hoeveelheid graan die een koe moet eten (het is een groter dier dat langer leeft dan een kip) of het lange traject dat het stuk vlees moet afleggen van het land van herkomst tot op ons bord, zonder het te hebben over de uitstoot van methaan.

¹ www.pixabay.com, www.picography.co, www.freepik.com ...



• Peulvruchten



Voor de teelt van peulvruchten moet eerst het land worden bewerkt met tractoren, vervolgens bemest en daarna gezaaid. Biologische teelt gebruikt alleen water en natuurlijke producten. De “klassieke” landbouw gebruikt water en synthetische, chemische producten. Daarna worden de peulvruchten geoogst met weer andere grote machines, verpakt en naar de winkels vervoerd.

WIST-U-DATJE

De toverkracht van peulvruchten

De planten van peulvruchten halen stikstof uit de lucht en hebben dus geen extra minerale stikstof nodig. Ze geven die stikstof vervolgens door aan de volgende of nabijgelegen teelt. Daardoor spelen ze een centrale rol in de vermindering van de uitstoot van broeikasgassen door de landbouw. Ze brengen plantaardige diversiteit in de teeltsystemen, ze dragen bij aan de controle van parasieten en ze zijn goed voor het behoud van de biodiversiteit.

• Eieren



In 4 maanden tijd groeit een kuikentje uit tot een kip die één ei per dag kan leggen gedurende twee tot drie jaar. Legkippen eten granen die soms biologisch zijn en die vooral afkomstig zijn uit Europa of Latijns-Amerika. De eieren worden verpakt en met vrachtwagens naar het verkooppunt gebracht.

WIST-U-DATJE

Industriële kippenkwekerijen

Een kip die haar ei legt, goed beschermt in haar kippenhok: de realiteit is vaak heel anders. Industriële kippenkwekerijen, waar de meeste verkochte eieren vandaan komen, steken miljoenen legkippen in kleine hokjes en voeden die met granen die zijn geïmporteerd uit het andere einde van de wereld, terwijl ze meerdere antibioticakuren krijgen in hun korte leven.

Deze industrialisatie van de vlees- en eierproductie voor zo laag mogelijke kosten heeft een grote impact op onze gezondheid, maar ook op het milieu. Een steak die afkomstig is van een koe die is geteeld op een Belgische weide, zonder chemische productiemiddelen, heeft zelfs minder milieu-impact dan een industrieel geteelde legbatterijkip die wordt gevoed met geïmporteerde granen.





• Biefstuk



Biefstuk komt van koeien. Die leven 1 tot 2 jaar en in die tijd eten ze enorme hoeveelheden graan en veevoeder. Naar schatting is voor 1 kg biefstuk 13 kg graan en 30 kg veevoeder nodig. Ter vergelijking: een kip heeft maar 2,3 kg graan nodig voor 1 kg. Naast het intensieve verbruik van energie en water is deze herkauwer ook nog eens verantwoordelijk voor de uitstoot van methaan, een broeikasgas. Deze eigenschap van runderen komt niet voor bij varkens, schapen of kippen.

WIST-U-DATJE

Vee of vee-ivraat?

De soja, maïs en vlas die kippen eten en de granen voor runderen, varkens en schapen zijn soms afkomstig uit Europa, maar hoofdzakelijk uit een van de landen die de “graanschuur van de wereld” worden genoemd. Ze krijgen die naam omdat ze het grootste deel produceren van de granen en zaden die ter wereld worden geconsumeerd (zoals Brazilië en Argentinië). De productie van diervoeding heeft een zeer grote impact op de planeet en haar grondstoffen. Om plaats te maken voor de teelt wordt er massaal ontbost, een van de grootste bedreigingen van het klimaat. Elk jaar gaat 6,5 miljoen hectare natuurlijk bos verloren, dat is het equivalent van 17 voetbalterreinen per minuut². Daarna volgen de klassieke fasen van het telen die ook een impact hebben op het milieu: de velden bewerken, zaaien, planten voeden (met water en voedingsstoffen), oogsten, verpakken en vervoeren naar België (met vrachtwagens en boten).



² <https://wwf.be/nl/focus/ontbossing-en-voeding/beperk-impact-van-soja/>

De 3 verhalen vergelijken = de 3 eiwitbronnen begrijpen

Deze tekening kan dienen als inspiratie om de milieu-impact van een steak van 150 g, 2 eieren of 250 g groenten te begrijpen.



2550 L water



420 L water



75 L water



48 m² graan



5 m² graan



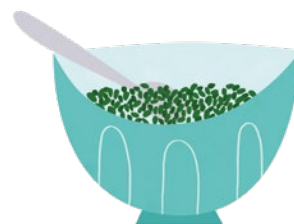
1 m² graan



Voor de productie van **150 gr** biefstuk



Voor de productie van **2 eieren**



Voor de productie van **250 g** peulvruchten