Eet lokaal

GOODPLANET challenges

INLEIDING: Waarom lokaal en seizoensgebonden eten?

Wie is er niet verzot op een lekker stuk fruit of groente? Ze zitten boordevol vitamines en zijn goed voor onze gezondheid. In de winkel vinden we ze in alle vormen, kleuren en smaken terug. Maar ze komen niet zomaar vanzelf in de winkel terecht… Sommige groeien zelfs helemaal niet in België. Denk maar eens aan sinaasappels of bananen. Zij komen vanuit warme landen, meestal heel ver hier vandaan. Ze worden tot bij ons gebracht per vliegtuig, boot of vrachtwagen. Deze lange rit vergt veel energie en dat is niet zo goed voor onze planeet.

Maar ook groenten en fruit van bij ons kunnen een grote invloed hebben op de planeet. Dit is bijvoorbeeld zo voor aardbeien en tomaten. We vinden ze zo lekker dat we ze het hele jaar door eten. Maar tomaten en aardbeien houden van de warmte en groeien enkel in de zomer wanneer het aangenaam en warm is. Hoe komt het dan dat we ze toch ook in de winter in de winkel terugvinden ?

Wanneer het buiten te koud is voor de groenten en fruit om te groeien, worden ze in grote plastieken huizen, dit zijn serres, gekweekt. Deze serres worden verwarmd door heel grote verwarmingstoestellen. Deze toestellen verbruiken een heleboel energie. Ook dit is niet goed voor onze planeet.

FOCUS

Deze pedagogische fiche ondersteunt jullie bij de uitwerking van de actie « Eet Lokaal » in jullie school of klas. Voor de tweede graad van het lager onderwijs raden we aan voornamelijk te werken rond het seizoensgebonden zijn van fruit en groenten, de oorsprong van onze voeding en de transportmiddelen die gebruikt worden.
De verschillende fiches komen tegemoet aan de eindtermen voor het basisonderwijs : leergebied wiskunde (5.1), Nederlands (4.1), wetenschap en techniek (1.26). De verschillende fiches komen tegemoet aan de Leerlijn voeding (Instituut Gezond Leven) en/of de vakoverschrijdende eindtermen ‘leren leren’ en ‘sociale vaardigheden’.

ACTIEFICHE : Memory

1. Download de « Memory » kaarten en druk ze recto-verso af. Knip ze in 18 stukken en lamineer indien gewenst.
2. Verdeel de leerlingen in kleine groepjes om de memory te spelen.
3. Deel, zodra ze klaar zijn met spelen, de oefenpagina’s uit (deze kan je ook zelf afdrukken, liefst recto-verso ☺)
4. Indien nodig, hang je de seizoensgroenten- en fruitkalender aan het bord.

GOODPLANET.be

Met de steun van: bruxelles environnement leefmilieu brussel .brussels Vlaanderen verbeelding werkt

Bekijk de Memory kaarten aandachtig. Wat is het verschil tussen de groenten- en fruitkaarten ? Vul onderstaande tabel verder aan.

2 verschillen :	seizoen	en	oorsprong
	.....zomer.....	.....België.....	
	.....herfst/winter/lente.....	... Spanje	
	.....	.....	
	.....	.....	
	.....	.....	
	.....	.....	
	.....	.....	
	.....	.....	
	.....	.....	
	.....	.....	
	.....	.....	
	.....	.....	
	.....	.....	
	.....	.....	
	.....	.....	
	.....	.....	
	.....	.....	
	.....	.....	

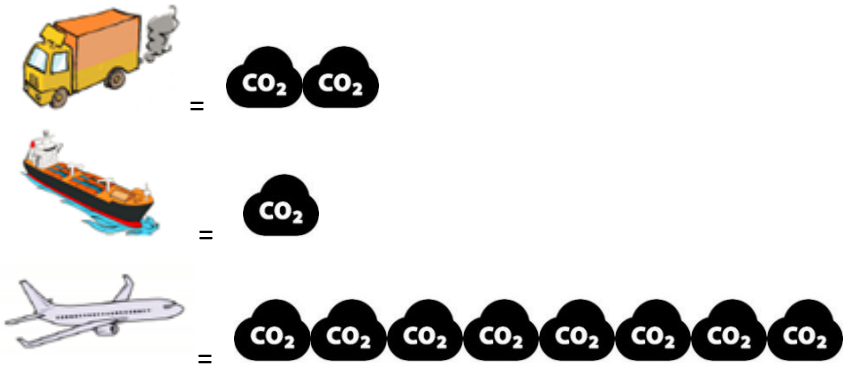
Omcirkel de groenten en fruit die in België in de herfst groeien.

Om te evalueren of een fruit/groente goed is voor de planeet moeten we op 2 dingen letten :

- **1 : het transportmiddel**

Met welk vervoersmiddel is het aangekomen in België? Niet elk voertuig is even vervuilend…

Zet de transportortmiddelen in de juiste volgorde, van minste naar meest vervuilend :



- **2 : de afstand**

Hoeveel kilometer heeft mijn fruit/ groente afgelegd voor het in de winkel aankwam ? Hoe groter de afstand hoe slechter voor het milieu.

Omcirkel in onderstaande tabel telkens welke van de 2 groenten/fruit het <u>minst</u> vervuilend is.

	0 tot 50 km		1720 km
	9030 km		9030 km
	9460 km		0 tot 50 km
	0 tot 50 km		1720 km
	6450 km		9130 km

Het beste wat je kan eten zijn dus groenten en fruit uit België EN in het juiste seizoen.
Wil je weten in welk seizoen je welke groente kan nuttigen, vul dan onderstaande tabel aan :

LENTE	ZOMER	HERFST	WINTER
Radijs	Au . . rgi . .	Pom . . . n	Pr . .
Spin	B . . . tjes	Br . cco . .	W . . . oof
. . perge	K . . ko . . er	Bl . . mk . . l	W . . t . l
Rab	Cour	A . p . .	Spr . . . . .
Aar . . ei	Sl .	P . er	R . de B . . t
	Fra . b . . .	W . l n . . t	Ap . . l
	T . m . . .		