|  |  | Keuzedeel duurzaamheid in het beroepAfbeelding kan het volgende bevatten: de tekst 'MBO College Lelystad'  Opdracht 3.3 Jouw voedselafdruk  **Wat is jouw effect?** |
| --- | --- | --- |

# Leerdoel

* Bewustwording van wat jij eet
* Bewustwording van effecten van jouw eetgedrag
* Reflectie op de keuzes die je maakt

# De opdracht – 30 min

* In deze periode werk je vaste groep van 4 studenten. Splits voor deze opdracht in tweetallen.
* Schrijf voor jezelf op wat je vandaag (of gisteren) hebt gegeten en gedronken. Noteer het in het antwoordformulier.
* Bekijk de lijst met je medestudent en bespreek het volgende:
  + Is deze dag typisch voor hoe je normaal eet?
  + Koos je bewust wat je at?
  + Denk je dat het een duurzaam eetpatroon is? Leg uit waarom.
  + Wat vind je van je eigen eetpatroon?
* Kijk naar je eigen keurmerk én naar de lijst die je maakte in opdracht 3.2. Heb je enig idee of jouw eten hier aan voldoet? Zo niet, hoe zou je hier achter kunnen komen denk je? Zo ja, waarom denk je dat?

Maak individueel de volgende test en neem de resultaten over in het antwoordformulier. Je geeft ook je reflectie op de resultaten. <https://www.voedingscentrum.nl/nl/duurzaam-eten/voedselafdruk.aspx>

# Beoordeling

* De opdracht wordt beoordeeld met onvoldoende/voldoende. Dit is een onderdeel van het examen.
* Dit formulier plaats je in Teams in de map van periode 3.

|  | J | Keuzedeel duurzaamheid in het beroepAfbeelding kan het volgende bevatten: de tekst 'MBO College Lelystad'  Antwoordformulier opdracht 3.3  Jouw voedselafdruk  Portfolio KD duurzaamheid in het beroep  Naam: |
| --- | --- | --- |

* Schrijf voor jezelf op wat je vandaag (of gisteren) hebt gegeten en gedronken. Noteer het in het antwoordformulier.

| Dit heb ik vandaag gegeten/gedronken: |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

* Bekijk de lijst met je medestudent en bespreek hem:
  + Is deze dag typisch voor hoe je normaal eet?
  + Koos je bewust wat je at?
  + Denk je dat het een duurzaam eetpatroon is? Leg uit waarom
  + Wat vind je van je eigen eetpatroon?

| Wat leverde het gesprek over deze vragen op? |
| --- |

* Kijk naar jullie voedselkeurmerk (opdracht 3.2) en naar de lijst uit de vorige opdracht. Heb je enig idee of jouw eten hier aan voldoet? Zo niet, hoe zou je hier achter kunnen komen denk je? Zo ja, waarom denk je dat?

|  |
| --- |

* Je hebt de voedselafdruk-test gedaan. Wat was je resultaat?

|  |
| --- |

* Wat heb je geleerd uit de test? Ga je er wat mee doen? Leg uit waarom

|  |
| --- |