

Opdracht 3.3 Jouw voedselafdruk Wat is jouw effect?

LEERDOEL

- Bewustwording op wat jij eet
- Bewustwording op effect van jouw eetgedrag
- Reflectie op de keuzes die je maakt

DE OPDRACHT – 30 MIN

- In de periode werk je vaste groep van 4 studenten. Splits voor deze opdracht in tweetallen.
- Schrijf voor je zelf 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. 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>

PORTFOLIO

- Het antwoordformulier wordt opgenomen in het portfolio
- Het wordt beoordeeld met onvoldoende/voldoende in het portfolio. Dit is een onderdeel van het examen
- Dit formulier kan je uploaden in teams in de map van periode 3

Antwoordformulier opdracht 3.3

Jouw voedselafdruk

Portfolio KD duurzaamheid in het beroep

Naam:

- Schrijf voor je zelf 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 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?

Wat leverde het gesprek over deze vragen op?

- Kijk naar je eigen keurmerk. 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 voedselafdruktest gedaan. Wat was je resultaat?

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