

## Maastrichtse Smaaklessen: voor en door een jonge generatie

De Maastrichtse Coöperatie Blauwdorp by LEFteam zet zich graag in voor duurzaam en gezond koken met kinderen. Sinds een paar jaar worden er o.a. Smaaklessen gegeven voor groep 5 en 6. Dat wordt gedaan door meester-koks, maar ook door jongeren van 18 jaar en ouder. Het doen van dit werk helpt deze jongvolwassenen hun talenten te ontdekken en de draad weer op te pakken met school. Robbert Smeets is de drijvende kracht achter dit project. Hoe heeft hij dit aangepakt?



Copyright: LEFteam

“Met alles wat we doen hanteren we onze ZLA-aanpak. Dit staat voor zorg, liefde en aandacht. Zowel voor het eten als onze doelgroep. Zelf werk ik voor het LEFteam en een aantal jaar geleden hebben we met de Tapijntuin (moestuin in hartje Maastricht) de handen ineen geslagen. Dit is een fantastische samenwerking, aangezien we dezelfde visie delen. Zowel Coöperatie Blauwdorp als de Tapijntuin willen kinderen gezond en duurzaam leren koken, maar dit ook koppelen aan het doel van de **LEF-aanpak**. De LEFjongeren helpen mee met o.a. de Smaaklessen en krijgen zo een beeld van wat voor werk en doelgroep bij hun past. Dat helpt bij het maken van een studiekeuze. Zo snijdt het mes aan beide kanten”, vertelt Robbert Smeets. Hij is founder van Stichting LEFteam, benadert de basisscholen in Maastricht en hij stuurt de LEFjongeren aan.



## Twee workshops: moestuinieren en koken

De Smaaklessen bestaan uit twee workshops die elkaar perfect aanvullen. De eerste workshop is moestuinieren en gebeurt bij de Tapijntuin. De kinderen kunnen zodoende eerst met ogen zien hoe alles groeit en ze mogen meehelpen met moestuinieren. Zodoende hebben ze al wat voorkennis over de groenten en fruit, wat later goed van pas komt bij de kookworkshop. De kookworkshop vindt plaats bij Coöperatie Blauwdorp. Robbert: “De kooklessen spelen zich af in onze oude gymzaal die is omgebouwd tot een groot kookparadijs. Een meester-kok heet de kinderen welkom en daarna mogen ze een biologisch desembrood bakken. Alle ingrediënten worden afgewogen, daarna mogen de kinderen het brood kneden en gaat het de oven in. In de tussentijd gaan we verder met een fruitsalade. De jongeren begeleiden de kinderen met het schoonmaken en schillen van het fruit. Tegen de tijd dat de fruitsalade klaar is, mag het brood de oven uit. Dat is een spannend moment voor de kinderen, want hoe hoog is het brood uiteindelijk geworden?! Het versgebakken, warme brood mogen ze vervolgens meenemen naar huis. “

## Twee uur intensief werken

Robbert: “De hele workshop duurt iets meer dan 2 uur. Om het in dit korte tijdsbestek te kunnen houden, gebruiken we geen aanvullend lesmateriaal en doen we relatief makkelijke dingen. Focus ligt hierbij dus alleen op het brood en de fruitsalade. We doen liever 2 dingen intensief en goed, dan een aantal dingen oppervlakkig. Scholen vinden het programma zo leuk, dat ze vaak voor een tweede keer willen langskomen, maar de Smaaklessen zijn ondertussen zo populair dat we een wachtlijst hebben.”

## Voeling hebben met de herkomst van voedsel

Ook in de toekomst wil Robbert zich blijven inzetten voor voedseleducatie. Wat drijft hem? Robbert: “Ik vind het belangrijk dat de nieuwe generatie kinderen voeling blijft houden met de pure basisgrondstoffen van ons eten. Dat ze weten waar het vandaan komt, hoe het groeit en hoe dat eruit ziet. Het zou jammer zijn als kinderen alleen het 'ultra processed food' van de fabrieken kennen. Daarom hebben we ook gekozen voor het bakken van een brood, daar komt het hele proces van grondstof tot eindproduct mooi terug. Het is daarom ook zo belangrijk dat scholen dit soort activiteiten ondernemen. Als de basis goed is, dan hebben kinderen daar de rest van hun leven profijt van! En kers op de taart is dat deze Smaaklessen jongvolwassenen ook weer helpen met het maken van hopelijk duurzame keuzes rond hun studie of toekomstig beroep.”

- Meer informatie over de Coöperatie Blauwdorp by LEFteam vind je [hier](#).
- Meer weten over de Tapijntuin? Kijk dan [hier](#).

