



## Voeding en Natuur

# Gezond eten



### STAP 1 OPDRACHT

Je gaat ontdekken wat bewerkte en onbewerkte voeding is.

### STAP 2 VOORBEREIDING

Pak een onderzoeksblad en vul samen stap 1,2,3 en 4 alvast in.

### STAP 3 HET ONDERZOEK

Nu ga je bezig met het onderzoek. Wanneer noemen we iets bewerkte voeding en wanneer onbewerkte voeding? Hoe wordt voeding bewerkt? Is veel voeding bewerkt? Is dit gezond of ongezond? Vul ondertussen stap 5 op het onderzoeksblad in.



### STAP 4 HET RESULTAAT

Wat is het resultaat?  
Kijk ook eens naar wat jij eet vandaag. Valt het onder bewerkte of onder onbewerkte voeding?

Vul dit in bij stap 6 op het onderzoeksblad.

### STAP 5 CONCLUSIE

Conclusie

Wat is jullie conclusie? Ga met elkaar in debat hierover.  
Vul dit in bij stap 7 op het onderzoeksblad.

