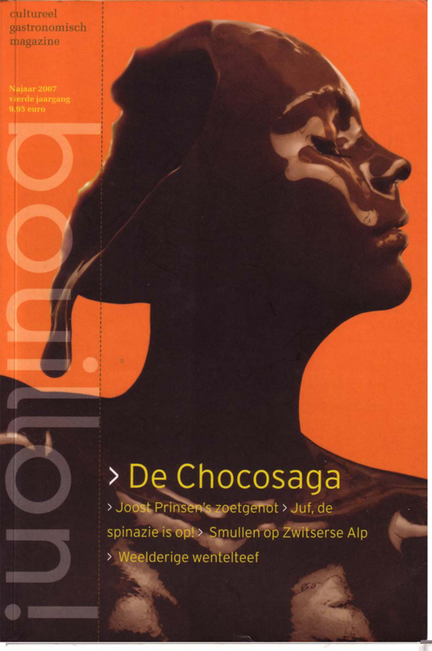


tekst **Bonita van Lier** | foto **Gabriela Henqeveld**

*'Als er iets is dat met de paplepel wordt ingegoten, dan is het natuurlijk smaak. Kinderen moet je voor hun eigen plezier en beleving leren eten. Fantaseren, kijken, ruiken, proeven: eten kan een feest zijn. Maar neem er ook de tijd voor. Tijd voor samen eten vooral. Het lijkt zo vanzelfsprekend, maar dat is het vandaag de dag niet. Snel & gemakkelijk, kant-en-klaar: het zijn formules voor de dood in de pot. Voor een treurige vorm van smakeloosheid. En zo groeien onze kinderen op met het idee dat een koe Milka-blauw is, dat spinazie in bevroren blokjes uit de diepvries komt dobbelen en dat vissticks iets zijn uit het bizarre universum van Sponge Bob. Maar dat in een simpele knol meer wonderlijks schuilgaat dan in een opgespiepte diepvriespizza uit een cellofaantje, die notie ontgaat ze. We zijn rijker dan ooit en hebben nog nooit zo armoedig gegeten, en wat het ergste is, we weten het heus wel. Daar wringt dus iets. Koken is verworden tot een belabberde bezigheid. Voedsel tot noodzakelijke maagvulling, om de hongerknaag weg te poetsen. Het is geen avontuur meer. Daarom is het initiatief van Doris Voss zo lovenswaardig. En haar liefdevolle volharding – tegen de druk-druk-druk klippen op – zo bewonderenswaardig. Neem de tijd, hou van eten!*
*Marc Schoorl, freelance kok.*
*Uit het gastenboek van Tijd voor Eten.*



Een kleffe boterham met Nutella, Fristi of een ander mierzoet drankje om de hap mee weg te spoelen, en misschien, heel misschien een stukje fruit. En dat alles weggehapt in een krap kwartier. Ziedaar het gemiddelde middagmaal van de gemiddelde basisscholier. Doris Voss was dat meer dan beu. Als initiatiefneemster van het project Tijd voor Eten in Amsterdam had ze maar een doel voor ogen: kinderen kennis laten maken met lekkere, gezonde voeding.

# Juf de spinazie IS op!



Deze reactie uit het gastenboek van Tijd voor Eten geeft in essentie weer waarom een project als dit zo noodzakelijk is. Geen slappe boterhammetjes tussen de middag, maar een bonenschotel in groentebouillon, hangop met kweepeerengelei, koude spinazie met een oosterse dressing en geroosterde sesamzaadjes. En als toetje een ijskoude risotto met slagroom, stukjes appel en appelstroop. Dat alles nu eens niet weggespoeld met een pakje Fristi, maar met vers geperst biologisch appelsap. Een menu als dit krijgen de kinderen van de Amsterdamse Europaschool, en sinds kort ook die van de 2e Daltonschool pakweg eenmaal in de maand voorgezet. Initiatiefneemster Doris Voss zou de kinderen dagelijks zo'n aantrekkelijke en uitdagende maaltijd gunnen, maar vooralsnog ontbreekt het haar aan middelen en menskracht.

Het begon allemaal in 2004 met een grote pan eenvoudige soep. Doris Voss kreeg van haar dochter Emma steeds vaker signalen dat ze met tegenzin naar de overblijf ging. Als Duitse had Doris op school altijd echte warme maaltijden tussen de middag genuttigd. Ze ontdekte dat Nederland er heel andere eettradities op na houdt. Om haar dochter en klasgenootjes te verrassen, schoof ze op een dag in het lokaal een paar tafels tegen elkaar aan en schotelde ze de kinderen bij wijze van lunch een bord zelfgemaakte soep voor. Die bleken het heerlijk te vinden. Hun enthousiasme werkte zo aanstekelijk, dat Doris besloot zich sterk te maken voor het structureel aanbieden van verantwoorde maaltijden. Dat lukte echter niet van de ene op de andere dag.

De leiding van de Europaschool stond in principe welwillend tegenover Doris' ideeën, maar de praktische invulling ervan vergde meer dan alleen wat sympathie. Zo was er binnen de schoolmuren geen ruimte voor een keuken waarin op grotere schaal maaltijden konden worden bereid. En dan was er nog de vraag wie voor de kosten zou opdraaien. Alleen dankzij haar doorzettingsvermogen en haar vermogen mensen te enthousiasmeren, lukte het Doris Voss Tijd voor Eten in 2006 daadwerkelijk van de grond te tillen. Combiwel, een stichting voor gecombineerd welzijnswerk in Amsterdam, stelde de keuken van een buurthuis ter beschikking, en hielp de aangrenzende ruimte te transformeren tot een heus restaurant. Om de kinderen kennis te laten maken met echte, gevarieerde smaken, werd contact gezocht met De Groene Hoed, een organisatie voor samenwerkende vee- en akkerbouwboeren, tuinders en fruittelers in de polders boven het IJ. Die sponsort tot op heden een groot deel van de groente- en fruitsoorten die Tijd voor Eten serveert: vers van het land en veelal biologisch geteeld. Ook Organic for You, een lokale supermarkt in biologische producten, bleek bereid ingrediënten te leveren. De firma Duikelman sponsorde keuken- en eetgerei.

Essentieel was het vinden van goede koks, die in staat waren de kinderen iets te vertellen over de herkomst van producten en bereidingswijzen. Al snel ontstond een lijst met namen als Gert Jan Hageman, Diny Schouten, Sándor Schiferli (Slow Food) en René Ameling



(ROCvA), allen enthousiast over het idee kinderen op andere gedachten te brengen als het om eten gaat.

Doris Voss is, twee jaar na de oprichting van Tijd voor Eten, nog net zo overtuigd van het belang van het project als in het prille begin. 'We spelen in op het tijdgebrek dat veel ouders en kinderen tegenwoordig zeggen te hebben. Agenda's zijn overvol door school, werk, carrière, hobby's en sociale verplichtingen. Er is geen tijd en aandacht voor het samen koken en genieten van een gezonde maaltijd. Eten wordt steeds vaker kant-en-klaar gekocht. Behalve dat conserveringsmiddelen en geur-, kleur- en smaakstoffen een gezond en gevarieerd eetpatroon in de weg staan, wordt ook de sociale betekenis van de gezamenlijke maaltijd beperkt. Kinderen lopen een achterstand op in kennis over gezonde voeding, koken, maar ook tafelmanieren.'
Volgens Doris werkt het doorsnee lunchmenu van de Nederlandse jeugd obesitas, tandbederf en *druk gedrag* in de hand. 'Veel schoolkantines bieden tegenwoordig zoetigheid en vette snacks aan. Frits- en fruitdrankjes bevatten veel suikers en kunstmatige toevoegingen. Ze horen gewoonweg niet thuis in het rijtje van gezonde voedingsmiddelen.' Doris benadrukt dat Nederland een van de weinige Europese landen is waar de lunch op school niet professioneel is geregeld. 'De opvang wordt vaak verzorgd door welwillende en goedbedoelende vrijwilligers, die er voornamelijk zijn om de tijd tussen kwart over 12 en half 2 te overbruggen. Het wordt aan de individuele kwaliteiten van de overblijfkrachten overgelaten of zij erop toezien dat kinderen een uitgebalanceerde maaltijd eten en tot rust komen.' Het is volgens haar te gemakkelijk om dit alleen de scholen in de schoenen te schuiven. 'Tegenwoordig wordt van de scholen verwacht, dat zij een deel van de opvoeding voor hun rekening nemen. Dat ze kinderen basisvaardigheden bijbrengen waar thuis geen tijd en ruimte voor is. Scholen hebben daar vaak de expertise, mankracht en middelen niet voor. Dat is het moment waarop Tijd voor Eten in beeld komt.'

Spruitjes, spinazie, witlof: in het restaurant van Tijd voor Eten is niets *vies*. Een van de gouden regels is dat je overal een beetje van proeft, en dan pas aangeeft dat je iets niet lust. Zelfs de ook voor een volwassen smaak *lastige* groente radicchio komt op tafel. Kort gegrild en besprenkeld met een beetje balsamico verandert de smaak van bitter in zoet, en dan vinden de meeste kinderen die spannende paarse blaadjes opeens wel lekker. 'Gewoon een kwestie van even over nadenken. Je moet de kinderen een stukje op weg helpen, dat is de truc', zegt kok Tim die gewend is op filmsets te koken en vandaag voor kinderen van groep 2 de lunch bereidt. De tafels staan gedekt op de binnenplaats van buurthuis Olympus. Kleurrijke placemats, borden, bestek en glazen: het ziet er feestelijk uit. De kinderen zitten al ongeduldig te draaien op hun stoelen. Hier eten voelt aan als een feestje. Na afloop is Tim tevreden. De kinderen hebben goed gegeten. Halverwege de maaltijd roept een jongetje zelfs teleurgesteld dat er geen



spinazie meer is. Vrijwel alle schalen met gegrilde groenten en pasta zijn leeg. Alleen de radicchio gaat niet helemaal op, maar niemand heeft zelfs maar gefluisterd dat die niet lekker was. In dit restaurant heeft iedereen respect voor het eten, en voor de kok. Als een echte popster deelt Tim handtekeningen uit, want dat is je beloning als je overal van hebt geproefd. 'Jammer dat we hier niet elke dag kunnen eten,' klinkt het nog voor ze weer teruggaan naar de klas.

Hoogstens eenmaal per maand kunnen de leerlingen van de Europaschool en de 2e Daltonschool aanschuiven voor een Tijd voor Eten-maaltijd, tegen een bijdrage van 3,50 euro per kind. Het budget is niet toereikend om de kinderen vaker mee te laten eten, ook al verstrekt het stadsdeel Oud-Zuid kleine subsidies voor de meest noodzakelijke onkosten en investeringen. Doris Voss leeft als alleenstaande ouder van een bijstandsuitkering, maar zou zich zo langzamerhand graag als betaalde kracht willen inzetten voor het project. Zonder de onbetaalde inspanningen van moeders, vaders, leerlingen van het ROC Amsterdam en sympathiserende koks zou Tijd voor Eten niet kunnen bestaan. Maar er is meer nodig om ook in de toekomst en op grotere schaal kinderen te laten profiteren van gezonde maaltijden tussen de middag. Lokale en landelijke overheden hebben de middelen om dit soort projecten van een stevig fundament te voorzien. Alleen: zien ze het belang ervan in? Doris verhaalt zuchtend over ambtenaren die wel willen participeren, maar niet kunnen. Echt ontmoedigend zijn echter de ambtenaren die wel kunnen participeren, maar niet willen.
De realiteit is dat Tijd voor Eten zonder substantiële en structurele subsidies nauwelijks kan blijven bestaan, laat staan dat men kan uitbreiden naar andere scholen. 'Verschillende stichtingen en instanties zijn enthousiast, maar als het erop aankomt blijvend geld te investeren klappen de meeste deuren dicht.'
In feite is Tijd voor Eten een project dat rust op de schouders van een vrouw: Doris Voss. Ze hoopt dat de nieuwe wet voor de tussen- en naschoolse opvang tot meer aandacht voor deze initiatieven leidt, maar of dat ook meer geld oplevert, is nog maar de vraag. En dus zullen de kleffe boterhammetjes met Nutella voorlopig nog wel even worden weggespoeld met mierzoete Fristi.

*Lieve mensen van Tijd voor Eten,*
*Dank voor jullie uitnodiging. Ik was er trots op dat Restaurant De Kas een lunch mocht koken voor jullie kinderen. Sterker nog, ik zie uit naar een volgende gelegenheid. Een prachtkans om kinderen kennis te laten maken met eerlijke, lekkere en goede voeding. Prachtig initiatief waar we graag aan mee werken. Hadden we maar meer tijd, dan deden we het elke dag!*
*Veel succes!*
*Gert Jan Hageman*
*Restaurant De Kas, Amsterdam*
*Uit het gastenboek van Tijd voor Eten.*

Meer informatie op www.tijdvooreten.nl