Dit document is gedownload door () op November 9, 2026.
Mag alleen gekopieerd worden voor gebruik binnen de school van 'gebruiker'. Zie ook de abonnementsvoorwaarden van Leapo.

The power of green!

In deze les gaan de leerlingen ervaren wat propaganda met ze doet. Tijdens de les krijgen de leerlingen bewust een eenzijdig en positief beeld over vegetarisme voorgeschoteld. Tijdens dit deel van de les ontdekken ze wat de power of green is, wat het ons oplevert om vegetariër te zijn en welke bekende mensen er vegetariër zijn. Op het einde van de les worden ze geconfronteerd met het feit dat er propaganda in de les is verwerkt en wordt er gekeken wat dit met ze heeft gedaan. De les heeft zowel doe- als praatopdrachten en is daardoor afwisselend en interactief. Totale duur: 1 uur.

LESOPBOUW

- Introductie: De leerlingen maken kennis met vegetarisme. (5 min.)
- Verdieping: De leerlingen leren wat de voordelen van vegetarisme zijn. (20 min.)
- Doen: De leerlingen maken een eigen slogan en logo om vegetarisme te promoten. (20 min.)
- Afronding: De leerlingen ontdekken dat de les propaganda bevat en leren wat propaganda inhoudt. (15 min.)

VOORBEREIDING & BENODIGDHEDEN

Van tevoren kun je een aantal dingen doen:

- Lees de handleiding. Er is ook een DIY-opdracht beschikbaar bij deze les. Het is niet nodig om de les te hebben gedaan om de DIY-opdracht te kunnen maken, de opdracht staat los van de les.
- Digibord met internetverbinding: klik door de slides voor op het digibord.
- Regel A4-tekenpapier en kleurpotloden voor elke leerling.
- Bekijk eventueel de video's alvast, zie slide 3 en 5.
- Kijk op De Dag Vandaag of er actuele berichten zijn over vegetarisme om een koppeling te maken met de actualiteit.
- **Let op!** De leerlingen mogen niet weten dat vegetarisme niet het hoofdonderwerp is van deze les. Het is erg belangrijk dat de leerlingen dit zelf op het einde ontdekken. In de docentenhandleiding zijn er stukken tekst **dikgedrukt**, dit zijn de onderdelen waarbij er gebruik wordt gemaakt van propagandatechnieken. Het is dan ook belangrijk dat deze onderdelen voldoende aandacht krijgen tijdens de les.

BURGERSCHAP

In deze les staat de pijler 'democratie' centraal, waarbij de focus ligt op het ontwikkelen van de vaardigheid 'Eenvoudige informatie op hoofdzaken begrijpen' (leerdoel 8 leerplankader SLO burgerschapsonderwijs en mensenrechteneducatie). In deze les leren de leerlingen hoe propaganda in elkaar steekt. Naast dat ze veel leren over vegetarisme, reflecteren ze op de propagandatechnieken die zijn gebruikt in deze les.

Het onderdeel Burgerschap in de Digi-doener is gebaseerd op het Vakportaal burgerschap van SLO. SLO onderscheidt drie domeinen van burgerschapsonderwijs: democratie, participatie en identiteit. Vanuit dit perspectief werken we aan burgerschap in de Digi-doeners, meer informatie vind je hier.

ETHIEK

In deze les staat de volgende ethische stelling centraal: Propaganda is niet weg te denken uit onze maatschappij en daarom is het goed dat leerlingen een moreel kompas leren ontwikkelen voor wat waar en niet waar is.



Stichting FutureNL ontwikkelt onafhankelijk lesmateriaal. © 2022 Iedereen mag deze les downloaden, delen en uitprinten (alleen niet als je er geld mee wilt verdienen). Doen! Creative Commons licence: CC BY-NC-ND 4.0. Deze les is in co-creatie gemaakt met groep 8B van Nutsschool De Meent door Frank Veenstra.

Dit document is gedownload door () op November 9, 2026.
Mag alleen gekopieerd worden voor gebruik binnen de school van 'gebruiker'. Zie ook de abonnementsvoorwaarden van Leapo.

DOEL VAN DE LES

Domein curriculum 2021	Leerdoelen digitale vaardigheden	Kerndoel vak	21st century skills
1 Digitale economie DG6.2 Digitale marketing.	**1 Mediawijsheid** De leerling reflecteert op de beïnvloeding van de eigen mening door een mediaboodschap.	**1 Oriëntatie op jezelf en de wereld** De leerling leert zorg te dragen voor de lichamelijke en psychische gezondheid van zichzelf en anderen.	**1 Kritisch denken**
	2 Mediawijsheid De leerling herkent of een mediaboodschap gekleurd is.	**2 Nederlands** De leerling leert informatie te beoordelen in discussies en in een gesprek dat informatief of opiniërend van karakter is en leert met argumenten te reageren.	**2 Sociale & culturele vaardigheden**

INTRODUCTIE

Openingsslide



Slide 1, Praten met de klas



Vertel: We gaan het vandaag gaan hebben over de kracht van het geen vlees eten, oftewel het vegetarisme, wat de voordelen hiervan zijn en wat het ons, onze omgeving en de wereld zou opleveren als we minder vlees en meer groen gaan eten. **Want dat vinden we toch allemaal belangrijk? We zullen immers allemaal ons steentje bij moeten dragen aan een duurzamere maatschappij, waarin ook dieren beter worden behandeld.** Is iemand van jullie vegetariër? Waarom ben je vegetariër geworden? (Laat een aantal leerlingen aan het woord over hun mening over dit onderwerp.)

Slide 2, Luisteren / Praten met de klas



Vertel: We gaan vandaag verder inzoomen op vegetarisme. Hoe zouden jullie vegetariërs omschrijven? Waar liggen bij vegetarisme de belangrijkste aandachtspunten? Waarom zouden mensen ervoor kiezen om vegetariër te worden?

Als je vegetariër bent, eet je geen vlees. Vegetarisme is meer dan alleen geen vlees eten: vegetarische voeding is voeding waar niets in zit van een gedood dier. Uit principe eet je naast geen vlees, ook geen vis, insecten, gevogelte. Soms wordt vegetarisme verward met veganisme. Bij veganisme worden alle dierlijke producten vermeden. Dus ook bijvoorbeeld melk, eieren en roomboter. In Nederland wonen op dit moment ongeveer 800.000 vegetariërs. **Dit aantal blijft door de noodzaak ervan, steeds meer stijgen. Dat is natuurlijk alleen maar goed! De grote stijging van vegetariërs in onze maatschappij komt ook door de goede alternatieven voor vlees en vis. Ook de toenemende milieuproblematiek is een belangrijke reden.**

Stichting FutureNL ontwikkelt onafhankelijk lesmateriaal. © 2022 Iedereen mag deze les downloaden, delen en uitprinten (alleen niet als je er geld mee wilt verdienen). Doen! Creative Commons licence: CC BY-NC-ND 4.0. Deze les is in co-creatie gemaakt met groep 8B van Nutsschool De Meent door Frank Veenstra.

Dit document is gedownload door () op November 9, 2026.
Mag alleen gekopieerd worden voor gebruik binnen de school van 'gebruiker'. Zie ook de abonnementsvoorwaarden van Leapo.

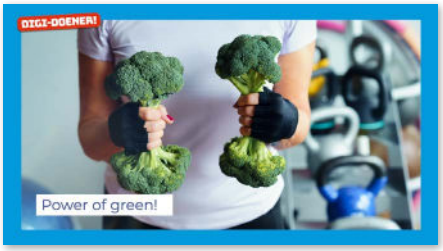
VERDIEPING

Slide 3, Praten met de klas



Vertel: Er zijn veel mensen die best wel vegetariër willen worden, maar bang zijn dat ze vlees gaan missen. Of zelfs denken dat hun voeding niet compleet is, als ze alleen maar vegetarisch eten. Tegenwoordig zijn er op technologisch gebied allerlei ontwikkelingen die je kunnen helpen om vegetariër te worden en te blijven. (Bekijk de video samen met de leerlingen.) In de video zag je een voorbeeld van hoe we met de technologie van vandaag zelf ons vlees kunnen kweken. Vanuit spiercellen van bijvoorbeeld koeien worden er stukjes vlees afgenomen en vervolgens op kweek gezet. Wanneer er voldoende cellen gekweekt zijn, kan er een hamburger van gemaakt worden. Voor deze dure methode hoeven er geen dieren meer geslacht te worden, om aan vlees te komen. In de video vraagt de presentator of we dit in de toekomst allemaal kunnen gaan kopen in de supermarkt. Mark Post, de wetenschapper, geeft aan dat dit zeker het geval is. **Want we kunnen niet zo door blijven gaan met hoe we vlees uit koeien halen, zoals we nu doen. Dat is te schadelijk.** Waarom is het zo belangrijk dat we snel deze switch gaan maken? Wat zou het ons op kunnen leveren?

Slide 4, Praten met de klas



Vertel: Vegetarisme kan ons veel kan opleveren op allerlei vlakken. Een vegetarische voeding kenmerkt zich vaak door meer gebruik van plantaardige producten in de voeding. Door meer plantaardige producten te gebruiken in je voeding, werk je aan de power of green. **De power of green zorgt voor voeding die rijker is aan vitaminen, mineralen en voedingsvezels. Er kan dus prima vegetarisch gegeten worden. Doordat er meer plantaardig wordt gegeten, heb je minder kans op hart- en vaatziekten, Parkinson en Alzheimer. Dit komt omdat een vegetarisch voeding weinig verzadigd vet en veel vezels bevat. Ook wanneer je minder vlees gaat eten, kan er al gezondheidswinst worden behaald. Wanneer je minder rood vlees eet, wordt de kans op darmkanker aanzienlijk kleiner.** Zo zijn er nog meer voordelen aan het vegetarisme te ontdekken: **Een vegetariër lijdt minder aan hart- en vaatziekten en suikerziekte. Ook hebben vegetariërs een volledig gezondere leefstijl, bewegen ze meer en zijn ze zich zeer bewust van hun eetgedrag.** Maar er is meer! **Voor de productie van vlees is er veel water en energie nodig. Daarnaast levert de productie van vlees veel CO2-uitstoot op, wat schadelijk is voor het milieu. Vlees in de supermarkt is ook erg duur. Door minder of helemaal geen vlees te eten bespaar je dus veel geld.**

Vraag aan de leerlingen die niet vegetariër zijn: Wat vinden jullie van deze voordelen van vegetarisme? **Krijg je nu niet enorm de behoefte om ook vegetariër te worden?** Wat hebben jullie nog nodig om overtuigd te worden? (Laat een aantal leerlingen aan het woord.)

Stichting FutureNL ontwikkelt onafhankelijk lesmateriaal. © 2022 Iedereen mag deze les downloaden, delen en uitprinten (alleen niet als je er geld mee wilt verdienen). Doen! Creative Commons licence: CC BY-NC-ND 4.0. Deze les is in co-creatie gemaakt met groep 8B van Nutsschool De Meent door Frank Veenstra.

Dit document is gedownload door () op November 9, 2026.
Mag alleen gekopieerd worden voor gebruik binnen de school van 'gebruiker'. Zie ook de abonnementsvoorwaarden van Leapo.

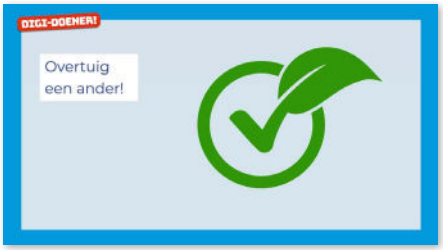
Slide 5, Praten en denken



Vertel: **Niet alleen de 'gewone' mens vindt het belangrijk dat we minder vlees gaan eten. Zo zijn er talloze bekende mensen die dit ook erg belangrijk vinden. Zo zijn Ariana Grande, Josje (oud K3-lid) en Arjen Lubach vegetariër. Zelfs Albert Einstein, een van de slimste mensen op aarde, was al vegetariër. Arjen Lubach vindt het onderwerp zelfs zo interessant dat hij een heel item in zijn show heeft gewijd aan de gevolgen van de vleesindustrie.** (Bekijk de video samen met de leerlingen tot 4:00.) **Hij noemt in zijn show de vleesindustrie als de allergrootste vervuiler van de wereld! Nu je deze video hebt gezien, besef je heel goed waarom eigenlijk iedereen vegetarisch moet eten.**

DOEN

Slide 6, Doen



Vertel: Nu hebben we het belang van de 'power of green' wel ontdekt. Het is belangrijk dat we met elkaar bewust zijn van de voordelen van vegetarisme en dat we dit verder gaan verspreiden. **Hoe meer mensen zuinig zijn op onze aarde, hoe beter!** Daarom krijgen jullie allemaal een A4'tje en gaan we aan de slag met een vijftien minuten challenge. Het is erg belangrijk dat de voordelen van vegetarisme bij een grotere groep bekend worden. Hier hebben we reclamemateriaal voor nodig!

Daag de leerlingen uit om in vijftien minuten een logo met slogan te ontwerpen om een ander te overtuigen vegetariër te worden. Bekijk na een kwartier wie het mooiste logo met slogan heeft gemaakt. Eventueel kan dit gekopieerd en uitgedeeld worden, zodat de winnaar diens boodschap op meerdere plekken kan verkondigen.

Slide 7, Praten en denken



Vertel: We gaan de les bijna afronden, maar er is één woord dat ik niet goed hebt begrepen uit het filmpje van Arjen Lubach. Hij had het over het begrip propaganda in één van de laatste seconden. Is er iemand die kan vertellen wat dit eigenlijk is en waar het voor wordt gebruikt?

Zou het kunnen dat deze les ook propaganda bevat rondom het thema vegetarisme? (Laat een aantal leerlingen aan het woord en geef ze dan het verlossende antwoord.) Ja! Deze les bevatte veel propaganda om jullie te overtuigen om vegetariër te worden. Bij wie is dat gelukt? (Laat een aantal leerlingen nu aan het woord over wat ze hiervan vinden. Bij de volgende slides gaan we eens met elkaar kijken naar wat er nu eigenlijk gebeurd is, want sommige leerlingen zullen wel even in de war zijn.)

Stichting FutureNL ontwikkelt onafhankelijk lesmateriaal. © 2022 Iedereen mag deze les downloaden, delen en uitprinten (alleen niet als je er geld mee wilt verdienen). Doen! Creative Commons licence: CC BY-NC-ND 4.0. Deze les is in co-creatie gemaakt met groep 8B van Nutsschool De Meent door Frank Veenstra.

Dit document is gedownload door () op November 9, 2026.
Mag alleen gekopieerd worden voor gebruik binnen de school van 'gebruiker'. Zie ook de abonnementsvoorwaarden van Leapo.

Slide 8, Luisteren / Praten met de klas



Vertel: De informatie die ik heb verteld is allemaal waar. Jullie hebben niks gehoord wat niet waar was. Alle feiten, informatie en filmpjes waren echt en zijn ingezet om jullie te overtuigen om vegetariër te worden. Propaganda wordt al heel lang wordt ingezet om mensen te overtuigen. Tijdens de Tweede Wereldoorlog werd propaganda bijvoorbeeld ingezet om het eigen (Duitse) volk enthousiast te maken voor de strijd en de vijand in een kwaad daglicht te zetten.

Tijdens propaganda wordt er bewust gebruik gemaakt van teksten die overdreven kunnen zijn en worden mensen bewust beïnvloed en voorgelogen. Wanneer we over propaganda spreken, dan wordt er geprobeerd jouw mening te beïnvloeden. Hoe meer mensen hetzelfde vinden, hoe beter dit uitpakt voor de persoon of de groep die er baat bij heeft. Mensen zijn namelijk geneigd om de mening van de meerderheid over te nemen. Daardoor is propaganda al snel een effectief middel om een boodschap over te brengen en mensen te beïnvloeden!

Tegenwoordig horen we veel vaker de term nepnieuws dan propaganda. Propaganda is dan ook een vorm van nepnieuws. Propaganda kan schadelijk en voordelig zijn. Het wordt ingezet door regeringen en bedrijven om standpunten, waarden en kennis te manipuleren van individuen en groepen in de samenleving. Propaganda werkt op het gevoel! Natuurlijk is niet iedereen die je probeert te overtuigen, bezig met propaganda. Vrienden die je overtuigen om vegetarisch te eten zijn niet (bewust) met propaganda bezig, maar wanneer je een oorlog wilt winnen dan kan propaganda bewust ingezet worden om de doelen te bereiken.

Slide 9, Praten en denken



Vertel: Er is in deze les bewust geprobeerd jullie te beïnvloeden en overtuigen om vegetariër te worden. De onderdelen op de slide kunnen ingezet worden als propagandatechnieken voor bijvoorbeeld politieke doeleinden. In deze les gebeurde dat op een aantal manieren. (Bespreek de punten met de leerlingen. Vertel ook dat de gebruikte punten losstaand van elkaar niet gelijk propaganda zijn.)

- In de hele les wordt er geen negatief effect van vegetarisme genoemd. Zo wordt er niet verteld dat vegetarisch eten soms eenzijdig kan zijn. Veel vegetarische mensen moeten dan ook supplementen eten om de juiste voedingsstoffen binnen te krijgen. Zo hebben vegetariërs risico op tekorten aan ijzer, eiwitten, vitamine B12 en vitamine B1. De informatie werd dus bewust eenzijdig gebracht.
- In de les worden er feiten en voorbeelden genoemd die je moeten overtuigen dat het goed is om vegetariër te zijn. Zo wordt er verteld dat je minder kans hebt op hart- en vaatziekten, Parkinson en Alzheimer.

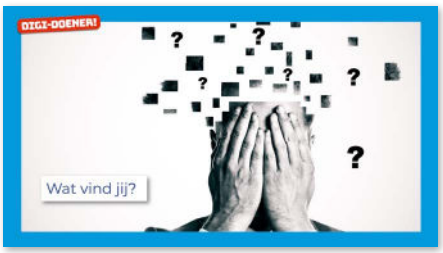
Stichting FutureNL ontwikkelt onafhankelijk lesmateriaal. © 2022 Iedereen mag deze les downloaden, delen en uitprinten (alleen niet als je er geld mee wilt verdienen). Doen! Creative Commons licence: CC BY-NC-ND 4.0. Deze les is in co-creatie gemaakt met groep 8B van Nutsschool De Meent door Frank Veenstra.

Dit document is gedownload door () op November 9, 2026.
Mag alleen gekopieerd worden voor gebruik binnen de school van 'gebruiker'. Zie ook de abonnementsvoorwaarden van Leapo.

- Op de slides wordt er veelal gebruik gemaakt van blije mensen op foto's. Dit wekt de indruk dat vegetarische mensen gelukkiger zijn.
- In de les worden er bekende mensen gebruikt om je te overtuigen. Veelal zijn dit populaire of bijzondere mensen waar we tegenop kijken. Wie wil daar niet op lijken? Zij hebben veel invloed.
- In de les wordt er meerdere malen een beroep gedaan op ons gevoel gedaan. We willen toch allemaal een betere wereld? We willen toch allemaal een fijn leven voor dieren? Dat wil jij toch ook?
- In de les hebben we zelfs geprobeerd om tijdens de vijftien minuten challenge andere leerlingen te overtuigen van het belang van vegetarisme door het maken van een slogan en symbool.

AFRONDING

Slide 10, Praten met de klas



Vraag aan de leerlingen wat deze les nu met ze gedaan heeft. Zijn ze verbaasd, boos of voelen zij zich nu voor de gek gehouden? Waren ze zich ervan bewust dat deze les wel heel erg positief was over vegetarisme en dat er constant een beroep werd gedaan op hun gevoel en geweten? Vertel: Het is niet erg als je bent overtuigd tijdens de les. Hiervoor is propaganda juist bedoeld en minder vlees eten is echt goed voor de maatschappij. Propaganda vindt op dit moment op veel plekken plaats over de hele wereld. Overal waar grote groepen mensen beïnvloed moeten worden in tijden van onvrede, verkiezingen of zelfs oorlog, wordt er propaganda ingezet om het publiek te overtuigen. Dit kan gebeuren door een politieke leider, president of zelfs koning van een land. Belangrijk is dus ook dat jullie je hiervan bewust zijn en daar draagt deze les aan bij.

Wat vinden jullie, is het nodig dat iedereen leert over propaganda, aangezien het niet weg te denken is uit onze maatschappij? Vinden jullie het belangrijk om hierover te leren? Zouden alle leerlingen uit de bovenbouw hier les over moeten krijgen?

Stichting FutureNL ontwikkelt onafhankelijk lesmateriaal. © 2022 Iedereen mag deze les downloaden, delen en uitprinten (alleen niet als je er geld mee wilt verdienen). Doen! Creative Commons licence: CC BY-NC-ND 4.0. Deze les is in co-creatie gemaakt met groep 8B van Nutsschool De Meent door Frank Veenstra.