

Natuurvoedingsadviseur ~ Najaar 2026

Nieuwegein



Hoofddocent: Marion Pluimes

Locatie: Vijfhart Opleidingscentrum - Iepenhoeve 9a - 3438 MR - Nieuwegein

Dag en lestijd: zaterdag 09:30 - 16:30 uur

Les	Datum	Inhoud van de lessen	Docent(en)
1	10-10-2026	1. Back to the start - Natuurvoeding, biologische voeding, mindful eten en levenskracht	Marion Pluimes
2	31-10-2026	2. Natuurvoeding als basis voor vitaliteit - Vitaliteitspiramide, voedingspiramide, micronutriënten	Mark van der Galien
3	07-11-2026	3. Groen geluk - Planten als basis voor vitaliteit en gezondheid, bioactieve stoffen	Marion Pluimes
4	28-11-2026	4. Krachtvoer - Plantaardige en dierlijke eiwitten	Mark van der Galien
5	12-12-2026	5. Bron van energie & zoete koek - Koolhydraten, suiker, zoetmiddelen, granen en brood	Marion Pluimes
6	09-01-2027	6. Vet lekker - Vetten en gezondheid, noten en zaden	Mark van der Galien
7	23-01-2027	7. Flexi, vegie, vegan - Voedingsleefstijl, voedingsvisie, vegachecklist en voedingswetenschap	Marion Pluimes
8	06-02-2027	8. Blijde darmen - Darmgezondheid, darmflora, spijsvertering en gefermenteerde producten	Mark van der Galien
9	06-03-2027	9. Smaak (be)leeft - Smaak, kruiden, specerijen en smaakversterkers	Marion Pluimes
10	20-03-2027	EXAMEN (schriftelijk en mondeling)	Marion Pluimes

Let wel:

Dit lesrooster is onder voorbehoud van wijzigingen.

Het herexamen voor deze opleiding vindt plaats op 08-06-2027 in Den Bosch (Hedel).