

Keuken, voeding en leefstijl

curio

Jij bent expert
op het
gebied van
ingrediënten



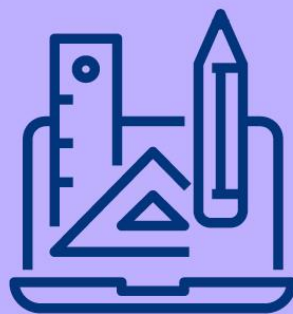
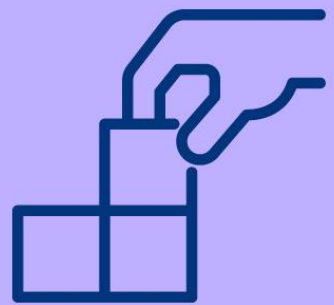


1. Even voorstellen
2. Over Curio
3. Over het mbo
4. Keuken, voeding en leefstijl
5. Studiekeuze stap voor stap
6. Heb je nog vragen?

Over Curio



Wat is het mbo?



**Middelbaar
beroepsonderwijs**



**Veel
praktijkopdrachten**



Veel stages



Je leert een vak



**Werken of
doorstuderen**

Vooropleiding en niveaus

Je bent in het bezit van een:	Entree	Niveau 2	Niveau3	Niveau 4
↗ Diploma vmbo basisberoepsgerichte leerweg		✓		
↗ Diploma vmbo kaderberoepsgerichte leerweg		✓	✓	✓
↗ Diploma vmbo theoretische/gemengde leerweg of mavo		✓	✓	✓
↗ Diploma havo of vwo		✓	✓	✓
↗ Overgangsbewijs havo/vwo klas 3 naar 4		✓	✓	✓
↗ Diploma entree-opleiding (mbo niveau)		✓		
↗ Diploma mbo-niveau 2		✓	✓	✓
↗ Diploma mbo-niveau 3		✓	✓	✓
↗ Diploma mbo-niveau 4		✓	✓	✓
↗ Ik heb geen vmbo-diploma of gelijkwaardig	✓			

Leerwegen: bol of bbl

Bol - beroepsopleidende leerweg

- Leren op school
- 3 à 4 dagen in de week les op school
- Veel contact met studiegenoten; je volgt veel lessen
- Je regelt samen met school een stageplek
- Stageperiodes, met soms een stagevergoeding
- Studiefinanciering en studentenproduct (OV)

Bbl - beroepsbegeleidende leerweg

- Werken en leren
- 1 dag of 2 avonden in de week les op school
- Minder contact met studiegenoten en meer met collega's omdat je voornamelijk aan het werk bent
- Je regelt zelf een baan bij een erkend leerwerkbedrijf
- Geen stage, wel een baan en salaris
- Geen studiefinanciering en studentenproduct

Wat kies jij?

Keuken, voeding en leefstijl

Voeding- en
leefstijladviseur



Kok



Medewerker
foodservice



Zelfstandig
werkend kok



Cas Spijkers
Academie



Leidinggevende
keuken



Keuken, voeding en
leefstijl

curio

Keuken



Keuken



Keuken, voeding en
leefstijl

curio

Over de opleiding

➤ Niveau 2 | bol / bbl | 2 jaar

➤ Waar kun je gaan werken?

- Restaurant
- Brasserie
- Hotelkeuken
- Party-catering

➤ Wat voor een type ben je?

- Discipline
- Doorzetter
- Enthousiast
- Geen 9 tot 5 mentaliteit
- Doener
- Initiatief

Kok

➤ Doorstuderen?

- mbo niveau 3, zoals zelfstandig werkend kok



Keuken, voeding en
leefstijl



Medewerker
foodservice

Over de opleiding

➤ Niveau 2 | bol / bbl | 2 jaar

➤ Waar kun je gaan werken?

- Een fastfoodrestaurant
- Lunchroom
- Bedrijfskantine
- Cafetaria

➤ Wat voor een type ben je?

- Servicegericht
- Enthousiast
- Stressbestendig
- Verantwoordelijk

➤ Doorstuderen?

- Mbo zelfstandig gastheer/gastvrouw
- Mbo leidinggevende bediening
- Mbo manager/ondernemer horeca
- Hbo-opleiding



Keuken, voeding en
leefstijl

curio

Over de opleiding

➤ Niveau 3 | bol / bbl | 3 jaar

➤ Waar kun je gaan werken?

- Restaurant
- Brasserie
- Hotelkeuken

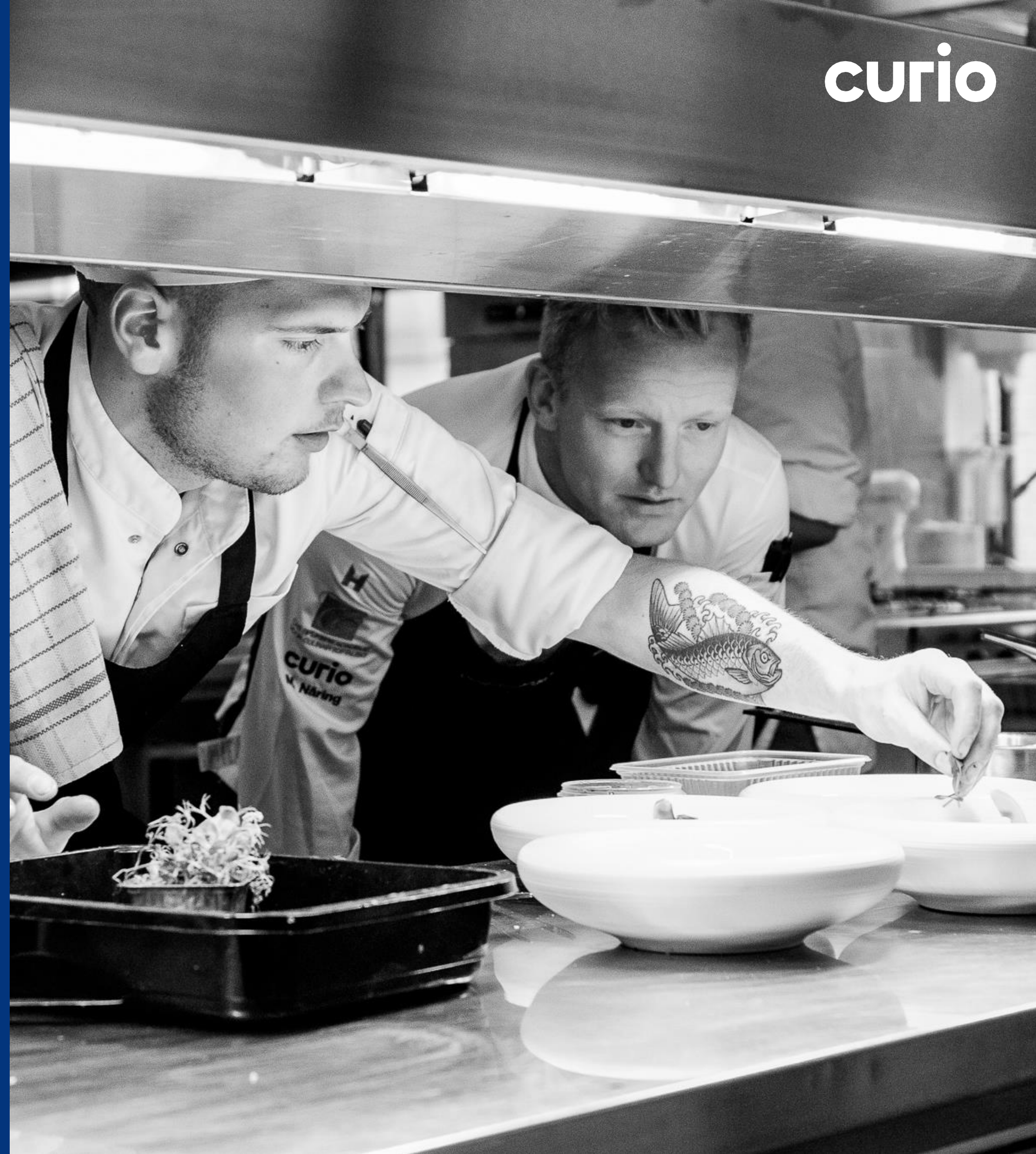
➤ Wat voor een type ben je?

- Goede planner
- Organisator
- Enthousiast
- Geen 9 tot 5 mentaliteit
- Verantwoordelijk
- Initiatief

Zelfstandig
werkend kok

➤ Doorstuderen?

- Mbo gespecialiseerd kok
- Mbo leidinggevende keuken
- Hbo-opleiding



Keuken, voeding en
leefstijl

curio

Over de opleiding

➤ Niveau 4 | bbl | 3 jaar

➤ Waar kun je gaan werken?

- Restaurant
- Brasserie
- Hotelkeuken

➤ Wat voor een type ben je?

- Goede planner
- Organisator
- Leider
- Stressbestendig
- Verantwoordelijk
- Echte regelaar



Leidinggevende keuken

➤ Doorstuderen?

- Hbo-opleiding, zoals docentenopleiding



Gespecialiseerd kok Cas Spijkers

Over de opleiding

➤ Niveau 4 | bbl | 3 jaar

➤ Waar kun je gaan werken?

- Horecabedrijven in het hogere segment, waaronder exclusieve (sterren)restaurants

➤ Wat voor een type ben je?

- Gepassioneerd kok
- Organisator
- Leider
- Stressbestendig
- Verantwoordelijk
- Geen 9-5 mentaliteit

➤ Doorstuderen?

- Hbo-opleiding



Keuken, voeding en
leefstijl

curio

Voeding- en leefstijladviseur



➤ Voeding- en leefstijladviseur

Voeding- en leefstijladviseur is iemand die alles weet over voeding, beweging en leefstijl.

Keuken, voeding en
leefstijl

curio

Over de opleiding

➤ Waar kun je gaan werken?

- In dienst of als ZZP'er:
- Gezondheidscentra en ziekenhuizen
- Sportscholen en fitnesscentra
- Voeding- en dieetadviespraktijken
- Scholen en onderwijsinstellingen
- Voedselindustrie
- Overheidsinstanties en non-profitorganisaties

➤ Wat voor een type ben je?

- Interesse in gezonde, duurzame voeding en leefstijl
- Anderen willen helpen
- Positieve impact op gezondheid van mensen
- Leergierige geest
- Je ziet de waarde van gezonde keuzes: zowel voor individuen als groepen



Voeding- en leefstijladviseur

Waar staat voeding- en leefstijladviseur voor?

- Gezond eten en bewegen. Praktijkervaring opdoen in keuken, sportzaal, excursies en stage
- Advies geven aan mensen om gezonder te leven, zowel individueel als in groepen
- Je leert hoe alles met elkaar samenhangt: eten, bewegen en levensstijl
- Hoe begeleid je anderen naar gezondere keuzes?

A young woman with glasses and a man, both wearing olive green chef uniforms, are in a kitchen. The woman is stirring a large pot with a red-handled spoon, while the man stands beside her, looking on. The kitchen has stainless steel surfaces and a range hood in the background.

Voeding- en leefstijladviseur

Leefstijlcoach (sport en bewegen)

- Je wordt opgeleid tot een bewegingscoördinator waarbij je kijkt naar leefstijlfactoren met als vaste factor bewegen.
- Je bent een leefstijlcoach en een lesgever op sportvlak.
- Je hebt coördinerende competenties om toernooien / projecten te draaien.

Leefstijladviseur (voeding)

- Je wordt opgeleid tot een bewegingscoördinator waarbij je kijkt naar leefstijlfactoren met als vaste factor voeding.
- Je hebt kennis en inzicht over de laatste wetenschappelijk informatie op voedingsgebied.
- Je draait programma's met name één op één.

➤ Doorstuderen?

Doorstuderen hbo:

- Voeding en diëtiëk
- Gezondheidsmanagement
- Lifestyle
- Voeding en gezondheid
- Sportkunde



Open dagen

20 november 2025

22 januari 2026

26 maart 2026



Curio keuken, voeding en leefstijl



**Markendaalseweg 35
Breda**



**Meeussenstraat 13
Bergen op Zoom**

Bedankt

Infopunt

Op werkdagen bereikbaar van
8.00-17.00 uur

infopunt@curio.nl

088 – 209 8000

06 220 89 133

➤ Open dagen:

20 november 2025

22 januari 2026

26 maart 2026

➤ Wil jij deze presentatie ontvangen?

Scan dan de QR-code

