

HANDVEST VOOR Duurzaam en gezond eten in de zorg

1



Eten doet leven

2



Smaak is onze drijfveer

3

Eten is het lekkerste en goedkoopste **medicijn**

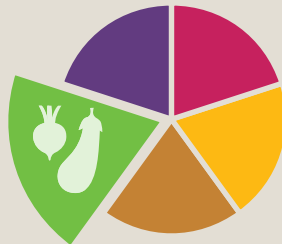


4



Seizoensvers is
echt eten

5



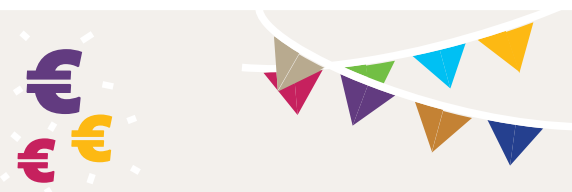
Wij zorgen voor
gezonde balans

6



Wij kiezen
voor **eerlijke
producten**

7



Goed eten =
betaalbaar genieten

8



Verspilling?
Zonde!

Doe ook mee, voor beter eten in de zorg!
duurzaamgezondaantafel.nl



HANDVEST VOOR Duurzaam en gezond eten in de zorg

Wij, zorgorganisaties in cure en care, in heel Nederland,

en

Wij, belanghebbenden en partners van de zorg in Nederland,

Verklaren met dit handvest dat het **eten in de zorg aan verbetering toe is.**

Wij hebben laten zien dat **het kán**, dat het **belangrijk** is, en dat het **iedereen** wat **oplevert.**

We zetten ons hiervoor in en nodigen anderen uit om zich aan te sluiten.

Dit is ons gezamenlijk gedachtengoed.

1



Eten doet leven

Eten is een basisvoorwaarde om gezond te blijven, ziekte te voorkomen, te herstellen, aan te sterken én om je goed te voelen. Eten geeft energie, vervulling, maakt blij, geeft gevoelens van troost, rust en realiteit. Maaltijden zijn ankerpunten in ons dagelijks leven. Momenten van contact met anderen en met onszelf. Met alle zintuigen een maaltijd ervaren is een manier om te voelen dat je leeft. Dit is het verschil tussen 'vullen' en 'voeden'.

Voeding is daarom één van de belangrijke pijlers voor zorg die positieve gezondheid

als uitgangspunt neemt. Wij zijn ons daarvan bewust en passen dat toe in de praktijk.

De relatie tussen voeding en gezondheid - fysieke, emotionele en sociale gezondheid - benoemen wij in onze voedingsvisie. We vertalen dit naar het perspectief van onze cliënt, patiënt, bewoner.

Ons bestuur onderschrijft onze voedingsvisie en draagt hem uit. Onze zorg- en voedingsmedewerkers laten zien wat onze visie betekent in hun gedrag, communicatie en werkwijzen. Dit betekent ook dat de maaltijd een moment is van, voor en met onze cliënten. Het is een belangrijk en gekoesterd onderdeel van onze zorg en hoeft niet 'tussen de bedrijven door'.

2



Smaak is onze drijfveer

Wij herkennen dat smaak voor iedere persoon een unieke en persoonlijke ervaring is. Wat je proeft wordt beïnvloed door associaties, belevingen, herinneringen ... maar ook door wat je níet proeft - dus belemmeringen. Smaak is een kwestie van ... smaak.

Dit weten, betekent dat rekening houden met individuele behoeftes, hóórt bij een goede maaltijd serveren. Wat proeft iemand? Wat vindt iemand lekker? Wat maakt dat je gaat eten? We brengen die behoeftes in kaart (daar zijn

instrumenten voor) en vullen ze in (en verrijken ze zelfs) door het eten dat we aanbieden, de smaaksturing die we daarin toepassen, en het creëren van herkenbare maaltijdbelevingen.

Ook wanneer mensen niet goed proeven, een smaakhandicap hebben, eetlust verliezen, door bijvoorbeeld medicijngebruik of gevorderde leeftijd, weten wij erachter te komen wat hen wel goed smaakt en aan het eten brengt.

Wij zien smaakvolle producten als een concrete manier om positieve gezondheids- welzijns- of duurzame veranderingen te stimuleren.

We zorgen ervoor dat we hier dagelijks meer over kunnen leren van onze doelgroep. Ruimte maken voor de inzet van culinaire expertise en creativiteit hoort daarbij.

Doe ook mee!
Voor beter eten in de zorg

3

Eten is het lekkerste en goedkoopste medicijn



De juiste voedingsstoffen helpen bij ondervoeding, medicijngebruik, allergieën en intoleranties of belemmeringen in smaak. Inzicht in het gezonde effect van voedingsstoffen maakt het mogelijk om smakelijke alternatieven aan te bieden. Onze koks, diëtisten, gastvrijheids/zorgmedewerkers bouwen die kennis samen met elkaar steeds verder op.

Schadelijke voedingsstoffen zoals

(te veel) zout en suiker kunnen we vervangen door gebruik te maken van kruiden, specerijen of andere bereidingswijzen. Ook wanneer mensen niet goed proeven weten we daar vanuit ons vakmanschap oplossingen voor. Deze doelgroep-specifieke toepassingen delen we graag met (familie van) patiënten of vakgenoten.

Zo investeren, in kennis en in voeding en in de waarde van eten bij preventie -en nazorg, leidt tot besparing van zorgkosten en verhoging van positieve gezondheid en klanttevredenheid.

4

Seizoensvers is echt eten



Wij eten zo vers mogelijk, volgen de seizoenen en kiezen voor minimaal bewerkte voedingsproducten.

verhogen en de kosten en het milieu impact verlagen.

Kleine stapjes hebben een grote impact. Verse kruiden(tuin), (seizoen) thema's, bezoek aan een gepassioneerd teler versterken de verbondenheid met wat we eten.

Hiervoor kiezen we vanuit de overtuiging dat de voedingswaarden, herkenbaarheid en beleving

Door koken leuk en gemakkelijk te maken ontstaat enthousiasme en energie bij medewerkers en bewoners/patiënten en kan voeding in de zorg een voorbeeld worden voor thuis.

5

Wij zorgen voor gezonde balans



Wij willen toe naar een meer plantaardig voedingspatroon, met minder, maar beter vlees en meer andere, (groene) bronnen van eiwit. Met als leidraad de Schijf van 5.

Eigen regie is het uitgangspunt, maar onze verantwoordelijkheid wordt daar niet minder om. Als zorgorganisatie hebben we een voorbeeldverantwoordelijkheid. Juist wij nemen daarom een voortrekkersrol in bewustwording en het stimuleren van smakelijke en betere keuzes.

Bij het dagmenu worden eerst de groenten bepaald en daarna de eiwit (vlees) component.

Dit stimuleert tot een gezond voedingspatroon met oog voor het effect op onze gezondheid en de gezondheid van onze planeet.

6



Wij kiezen voor eerlijke producten

Wij zijn transparant over herkomst en bereidingswijze. Best practices in de voedselproductie hebben bij ons een streepje voor: duurzame (vis)vangst, fairtrade, regionaal, biologisch.

Met deze informatie ontstaat bewustwording over de impact van ons voedingspatroon. Samen

met onze doelgroep(en), leveranciers en partijen in onze regio zoeken we naar kansen om positieve stappen te zetten.

Door samen te werken in een gezonde korte voedselketen ontstaan betaalbare oplossingen en stijgen de kwaliteit van producten, de beleving van onze cliënten en de duurzame innovatiekracht in onze keten.

Door als organisatie bewust te kiezen voor een duurzamere invulling creëren we een positieve en krachtige positie naar onze doelgroep, medewerkers en de regio.

7



Goed eten = betaalbaar genieten

Eten is genieten van een vertrouwde, alledaagse gezonde maaltijd met ruimte voor individuele invulling, culturele eigenheid en verrassingen.

Ons budgettaire kader is een belangrijk uitgangspunt. We houden dan ook goed bij welke kosten we maken voor onze maaltijden. Dat is niet alleen de inkoopprijs, maar ook de bijkomende kosten van personeel, vervoer, bereiding en verspilling/afval.

De waarde van onze maaltijd drukken we niet enkelvoudig uit in de kostprijs, maar we kijken naar de verhouding tussen kosten en opbrengst. We kijken naar het integrale beeld van prijs, kwaliteit, flexibiliteit, transparantie en maatschappelijke impact. Eten is namelijk niet alleen 'wát'. Het is ook hoe, hoe laat, waar, met wie... enzovoort. Herkomst, herkenbaarheid en informatie over de maker is wat ons betreft onderdeel van het product en bepaalt mede de waarde en onze keuze.

Dit maken we mogelijk door onze medewerkers de ruimte te geven voor interactie, inkoopprocessen flexibel in te richten en culinaire begeleiding en inspiratie te bieden.

8



Verspilling? Zonde!

Wij houden bij wat onze voedselverspilling is. Ook meten we de belasting van onze verpakkingen en het transport. We blijven die impact structureel meten en voeden daarmee ons eigen bewustzijn en dat van anderen.

We delen onze inzichten met cliënten en medewerkers. Zo betrekken we iedereen in onze

organisatie bij de verantwoordelijkheid die we voelen. Hierdoor kunnen we keuzes maken die gezamenlijk gedragen worden.

We gaan met onze ketenpartners, zoals onze leveranciers, het gesprek aan over de impact die we veroorzaken. We beoordelen dit in het inkoopproces. Met onze ketenpartners kunnen we verspilling en milieubelasting substantieel terugbrengen; we nemen hiermee gezamenlijk verantwoordelijkheid voor de keten.

Door het terugdringen van voedselverspilling besparen we geld. Dat gebruiken we om ruimte te geven voor investeringen in nog duurzamere, gezondere, lekkerder en gezelliger maaltijden.