

AgriFood Top 6 oktober 2021 (13.45-15.10)

WUR en Voedingscentrum over uitdagingen van gezonde voeding

Wageningen University & Research: Nicole de Wit, Sander Biesbroek
Voedingscentrum: Gerda Feunekes, Liesbeth Velema



1

Wat eet Nederland?



Deze foto is onderdeel van het Hungry Planet project. © Peter Menzel & © Faith D'Aluisio www.menzelphoto.com

2

Goede voeding volgens de wetenschap: Schijf van Vijf.

Gezond én duurzaam.



2/3 van voedsel (grammen) uit Schijf van Vijf
2/3 van calorieën echter buiten de Schijf van Vijf

3

Twee oplossingsrichtingen



- **Individen**
Motiveren om goed te eten & voorzien van kennis en vaardigheden om betere keuzes te kunnen maken
- **Eetomgeving**
Zo inrichten dat de gezonde en duurzame keus vanzelfsprekend en bereikbaar is.

4

Programma

- 13.50 Introductie
 - Gerda Feunekes (Voedingscentrum)
- 14.00 Persoonlijk voedingsadvies
 - Nicole de Wit (WUR)
 - Sander Biesbroek (WUR)
- 14.25 Eetomgeving
 - Liesbeth Velema (Voedingscentrum)
- 14.50 Discussie & wrap up
 - Nicole & Gerda
- 15.10 Close

5

Mentimeter poll www.menti.com 8621 5766

Om een idee te krijgen van de samenstelling van de groep; wat is uw affiliatie?

- Voedingsmiddelenbedrijf
- Retail
- Catering/horeca
- Branchevereniging
- Overheid (Rijk, provincie, gemeente)
- Wetenschap
- NGO
- Anders.....

6

Gezond en duurzaam: hand in hand

Van cola naar water



Vervang je hamburger een keertje voor een bonenburger. Meer bonen eten - zoals bruine bonen, kalkeretten en linzen - is goed voor je cholesterol. Bonen zijn niet alleen maar goed voor jou, maar óók voor het milieu. Ze zijn maar liefst 20 keer zo goed.

Eetrisaal voor de gezondheid, want:
In een glas zit er veel suiker, veel koolhydraten, je raakt er snel van af, het doet pijn in de buik. Je krijgt de vaders die bonen onder je lippen. Ze kan ook zo ook voor zorgen dat je ziekte, vaders weten dat het eten die elke dag 100 kcal afkoken met een kleine, op vaders die 100 kcal (1) tot dat is 100 kcal van een glas voor de bonen. Dit alternatief geeft trouwen ook een glas.

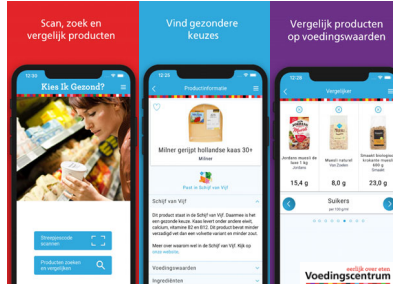
Eetrisaal voor het milieu, want:
Er is veel meer nodig om een glas van glas te krijgen. Alle ingrediënten uit de vaders van een flesje cola. Dat wordt met kleine machines ook gemaakt en in kleine en kleine getreide. Ook het eten van vaders. Het is de vaders die 100 kcal, ook dat. Daarom kan een glas van de vaders 100 kcal in 100.

WAGeningen UNIVERSITY & RESEARCH Voedingscentrum

13

Tools van het Voedingscentrum

'Kies Ik Gezond?'-app



Scan, zoek en vergelijk producten

Vind gezondere keuzes

Vergelijk producten op voedingswaarden

WAGeningen UNIVERSITY & RESEARCH Voedingscentrum

14

Tools van het Voedingscentrum

Mijn Eetmeter-app



Dag- of weekadvies

30 sep. 2021

Vezels 14,5 g

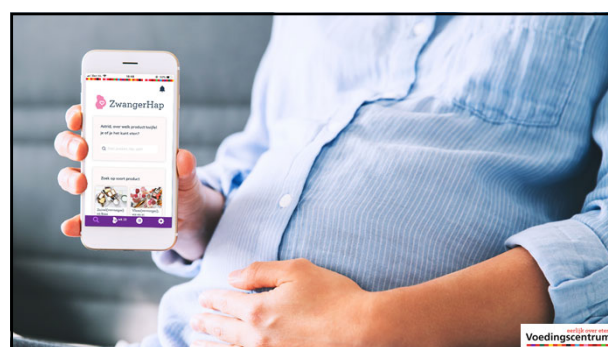
De hoeveelheid vezels in je voeding is aan de krappe kant. Kies wat meer voedingsmiddelen met veel vezels.

Vezels zitten bijvoorbeeld in deze Schijf van Vijf-producten: volkorenproducten, aardappelen, peulvruchten (zoals bruine bonen, kalkeretten en linzen), groente, fruit en ongezoete noten.

Lees meer over vezels

WAGeningen UNIVERSITY & RESEARCH Voedingscentrum

15



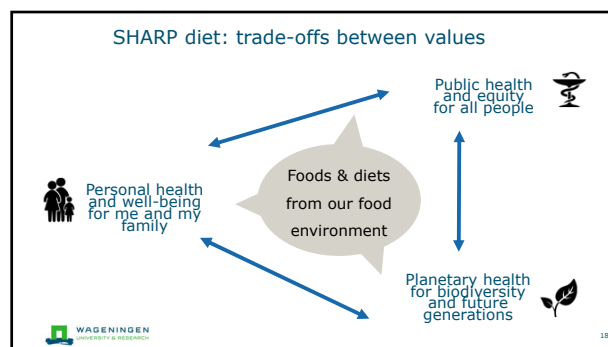
WAGeningen UNIVERSITY & RESEARCH Voedingscentrum

16

SHARP diet: trade-offs between values

WAGeningen UNIVERSITY & RESEARCH

17



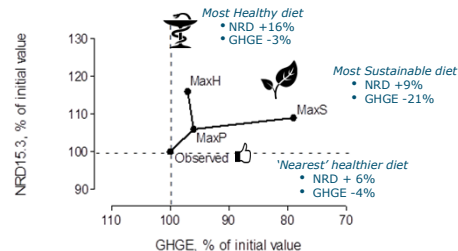
18

Optimising advice for different peer groups and different objectives



- Best practices from peer groups
- Separate for m/f
 - Allow wider EU eating culture
- Optimising advice for different objectives
- Health
 - Sustainability
 - Change

Summary trade-off of P with H and S



Moving forward: what is needed?



Individual level: Personalised dietary advice

Algorithm with specific advice: "...people like you also..."
use of FB DGs for risk groups (CVD risk, obese ...)
Evaluate advice in practice



Nutrition level: Protein quality

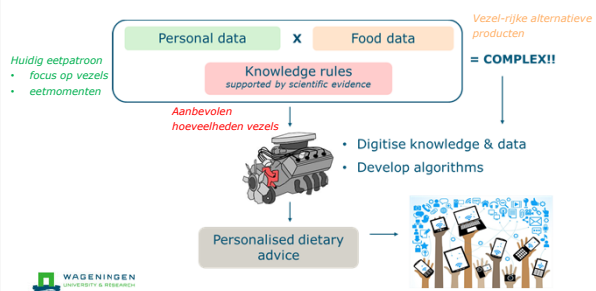
Protein transition and recommended diets on diet quality,
including protein quantity and quality

Behaviour level: Weighing values

Provide weight to personal 'values': taste profile, health, environment, diet-costs, using individual preferences

Persoonlijk advies via Vezel-UP tool

Persoonlijk advies via Vezel-UP tool



Hoe om te gaan met de complexiteit?



- Agile approach (in stappen)
- Leren van 'living labs' → optimaliseren advies

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

Twee beslissystemen

Rationeel

- Langzaam
- Bewust
- Nadenken/overwegen
- Moeilijkere beslissingen

Automatisch

- Snel
- Onbewust
- Automatisch
- Dagelijkse eenvoudige beslissingen

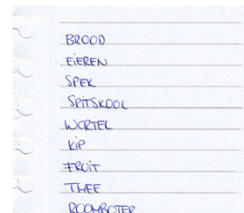
eerlijk over eten
Voedingscentrum

37

Twee beslissystemen

Rationeel

- Langzaam
- Bewust
- Nadenken/overwegen
- Moeilijkere beslissingen



eerlijk over eten
Voedingscentrum

38

Twee beslissystemen

Automatisch

- Snel
- Onbewust
- Automatisch
- Dagelijkse eenvoudige beslissingen



eerlijk over eten
Voedingscentrum

39



Foto: Jan Dirk van der Burg

40

Small, medium, large

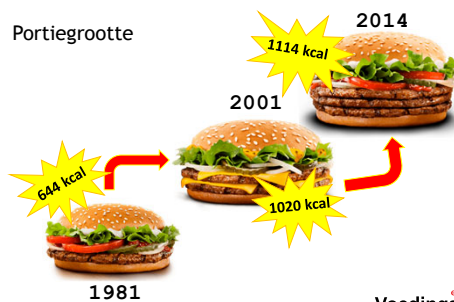


‘standaard’

eerlijk over eten
Voedingscentrum

41

Portiegrootte

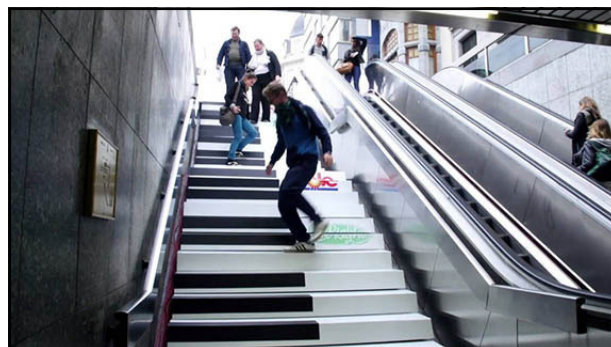


eerlijk over eten
Voedingscentrum

42



43



44



45



46



47



48

De essentie van de Richtlijn Eetomgevingen

Aanbod
Presentatie



eerlijk over eten
Voedingscentrum

49

De Checklist geeft inzicht: waar sta je?



Partijen bepalen vervolgens zelf hun ambitie

eerlijk over eten
Voedingscentrum

50

Interventies en programma's in de Eetomgeving



eerlijk over eten
Voedingscentrum

51

Hele keten kan helpen met keuze consument

Wat is nodig?





Bewuste aanbieder Groter aanbod gezonde en duurzame snacks

eerlijk over eten
Voedingscentrum

52

Mentimeter poll www.menti.com 8621 5766

Waar ligt volgens **U** de verantwoordelijkheid voor de (versnelling van de) transitie gezonde en duurzame voeding?

- Voedingsmiddelenbedrijven
- Retail
- Catering/horeca
- Brancheverenigingen
- Overheid
- Voedingscentrum
- Wetenschap
- Consument
- (Social) media
- Anders.....

Meerdere antwoorden mogelijk

WAGENINGEN
UNIVERSITY & RESEARCH

53

Mentimeter poll www.menti.com 8621 5766

Hoe kunt **U** bijdragen aan gezonde (en duurzame) voeding?

- Open vraag - woordenwolk

WAGENINGEN
UNIVERSITY & RESEARCH

54

Mentimeter poll www.menti.com

8621 5766

Wat heeft **U** daarvoor nodig?

- Open vraag - woordenwolk



55

Wrap up



56