

UITBLINKERS IS EEN UITGAVE VAN

wij
gastvrij

UITBLINKERS
IN GASTVRIJHEID

UIT BLINK ERS

**Stewardess Michèle
verruilt KLM voor de zorg**

**Uitblinkers viert jubileum
met vijf top 5's**

**Ursulita (87) geniet eindelijk
weer van het eten**

**Zorg buigt zich
over klimaatdoelen**

VAKBLAD OVER ETEN, DRINKEN EN GASTVRIJHEID IN DE ZORG | NR. 20 - NOV 2021



ZO VEEL
MEER



MET DUURZAME KOFFIE

Het We Proudly Serve Starbucks® Coffee Program biedt 99% ethisch verantwoorde Starbucks® koffie. Tot nu toe heeft Starbucks® meer dan \$150 miljoen geïnvesteerd om de welvaart van koffieboeren, arbeiders en hun gemeenschappen te vergroten. Met koffieconcepten die zijn afgestemd op jouw zakelijke behoeften, biedt het We Proudly Serve Starbucks® Coffee Program een hoogwaardige koffiebeleving waar koffiedrinkers van houden.

**SAMEN CREËREN
WE JOUW STARBUCKS®
KOFFIECONCEPT**

+31 (0) 20 5699403
Commercial.Support@nl.nestle.com
www.nestleprofessional.nl/starbucks

Aangeboden door



GENIET VAN EEN MOOIE DAG

WijGastvrij en Uitblinkers bestaan vijf jaar. In dit magazine besteden we daar op bescheiden wijze aandacht aan. Zie onze vijf Top 5's vanaf pagina 34, gebaseerd op de 20 verschenen uitgaven van Uitblinkers. Vermakelijk om te lezen. Kijk maar even wie er op nummer 1 staat in de Top 5 van Uitglijders.

Verder een opvallende reportage over ex-KLM-stewardess Michèle Uni die haar baan in de KLM Royal Businessclass verruilde voor een functie in de zorg. Ze geeft daar op haar eigen wijze invulling aan. Niet afwachten, maar doen. Cliënten plezierige uren bezorgen met een lach op het gezicht. Niet geacteerd, maar echt. Michèle is een bron van inspiratie, vinden wij, voor eenieder die in de zorg werkzaam is.

Ondertussen loopt de werkdruk in de zorg op en wordt het lastiger om iedere dag weer fris en fruitig aan de slag te gaan. Dat veel managers en medewerkers daar toch in slagen, is een groot compliment waard. We hopen daar ook de komende vijf jaar weer verslag van te kunnen doen.

En voor degenen die dit nummer op 16 november op het Festival van de Gastvrijheid in Baarn onder ogen krijgen: zet alle zorgen even opzij en geniet samen met je collega's van een mooie dag.

Jaap de Graaf,
redactie Uitblinkers

wij
gastvrij

UITBLINKERS
IN GASTVRIJHEID



SLUIT JE AAN!

WWW.WIJGASTVRIJ.NL/LEDEN

INHOUD

- 4 Stewardess kiest voor de zorg
- 9 Bedrijfsleden
- 11 Column Michel Overwijk
- 12 Opleider Meinders-Kooi stopt
- 15 Zet de patiënt op 2!
- 16 Step-trend-tour
- 18 Column Lisette Bossert
- 19 Twietjes
- 21 Zorgen om medewerkers
- 22 Colofon en agenda
- 23 Productinformatie
- 26 Remedie tegen smaakverlies
- 32 Bewegen verhoogt kwaliteit
- 34 Vijf jubileum top 5's
- 39 Er valt veel duurzaam te winnen
- 46 Column Geert Hilferink

Michèle Uni: "Ouderen hebben zó veel levenservaring, zúlke leuke verhalen. Ik ben hier op m'n plaats."



Ex-stewardess Michèle Uni verruilde KLM voor de zorg

**"IK VROEG ME AF
WAT IK ECHT
BELANGRIJK
VIND"**

Ruim twintig jaar verleende ze gastvrijheid op hoog niveau. Als KLM-stewardess. Nu doet Michèle Uni (45) dat als activiteitenbegeleider in de zorg. Op haar manier. Met eigen ideeën, durf en inzet. "Enthousiasme is m'n grootste valkuil!"

Beetje op dood spoor

Hoewel Michèle Uni de luchtvaart heeft verlaten, blijft haar hart KLM-blauw. Maar ze zat daar toch wel een beetje op een dood spoor, want haar poging om purser (chef cabinepersoneel) te worden, werd niet gehonoreerd, ondanks twintig jaar lang enkel en alleen goede beoordelingen. "Hier bij Floriande, onderdeel van Amstelring, gaven ze me na twee maanden vrijwilligerswerk al het vertrouwen door me aan te nemen als activiteitenbegeleider. Ik voel me hier gezien. Ze staan me bij Amstelring ook altijd welwillend en vriendelijk te woord, het is makkelijk om de juiste persoon aan de telefoon te krijgen. Bij een grote organisatie als KLM is alles veel onpersoonlijker. Ze werken daar met personeelsnummers."

Tijdens een van de coronalockdowns ging ze als vrijwilliger aan de slag in een woonzorgcentrum van Floriande in Hoofddorp. Om zich tijdelijk nuttig te maken. Ze had geen grote verwachtingen.

Maar wat is dat leuk allemaal, dacht KLM-stewardess Michèle Uni meteen. "Ik had een beeld van de zorg, maar dat klopte niet. Het rook fris, het zag er leuk uit, mensen hadden plezier. Na een aantal maanden vrijwilligerswerk te hebben gedaan, wilde ik hier niet meer weg. En zij wilden me niet kwijt."

**"HET WERK IS LEUK,
MAAR VEELEISEND"**

**"IK WEET ZEKER DAT DIE MENEER
EEN LEUKE DAG HEEFT GEHAD,
OOK AL HERINNERT HIJ ZICH DIE
DAG NIET MEER"**

Er kwam een baan vrij bij dagbesteding. Ze werd in november 2020 aangenomen voor drie dagen in de week van 8.30 tot 16.30 uur. Michèle begeleidt – tussen 10.00 en 15.00 uur – een wisselende groep van zeven thuiswonende senioren die deels afhankelijk zijn van zorg. Collega Els Hoogkamer doet datzelfde met een parallelgroep van gelijke omvang.

Buiten Europa

Michèle was twintig jaar in dienst van KLM. Ze werkte als stewardess op vluchten buiten Europa in de KLM Royal Businessclass. Service op hoog niveau. En dan nu de zorg. Zoek de verschillen.

"Een verschil heeft betrekking op het verbinden van mensen. Praten met iedereen, bij de KLM moest je wel, want je vliegt iedere keer met andere collega's. In de zorg is dat niet zo gebruikelijk, maar ik doe het hier ook. Ik praat met managers, collega's, cliënten, hun familieleden, schoonmakers, monteurs, met iedereen. Ik ben ook hier bezig met verbinden."

Bij de KLM is de klant koning. Nee zeggen gebeurt in principe niet, de vliegreis is een feestje. En zo moet het in de zorg ook zijn, maar dat is lastig, want je bent langer op elkaar aangewezen, stelt ze vast. "En daarom moet je in de zorg wat eerder je grenzen aangeven. Dat was voor mij erg wennen."



Lees verder »



Michèle Uni (l) en collega Els Hoogkamer bezig met een puzzel die er al zes weken ligt. "Wie zin heeft legt een paar stukjes."

Het verhaal erachter

Niet alleen grenzen aangeven, ook uitzoeken wat er met een persoon aan de hand is, als hij of zij met een bedrukt gezicht rondloopt, want er zit altijd een verhaal achter, zegt ze. In de luchtvaart én in de zorg. "Dat ongenoegen heeft een oorzaak. Door te vragen en geduld op te brengen, weet ik vaak al snel wat eraan schort en kan ik erop inspelen."

Haar toekomst lag bij de KLM, dacht ze. Maar er gebeurde iets waardoor dat veranderde. Over de dieperliggende oorzaak van haar carrièreswitch: "Corona heeft veel met de mensen gedaan. Ook met mij. Ik vroeg me af wat ik echt belangrijk vind. Leuk om iedere week naar een andere stad te vliegen, maar mijn populairste bestemming was toch altijd Hoofddorp, mijn woonplaats. Daar ligt m'n geluk, daar woont m'n gezin, niet in New York."

En de doelgroep vindt ze fantastisch. "Ouderen hebben zó veel levenservaring, zúlke leuke verhalen. Ik ben hier op m'n plaats, kan me hier nuttig maken. Geweldig dat ze mij deze kans op basis van twee maanden vrijwilligerswerk gaven, zonder dat ik meteen de juiste vooropleiding had. Het vertrouwen dat ik kreeg, heeft me getriggerd om erin te stappen."

Visje eten

Geregeld stapt ze met haar groep in de bus om attracties te bezoeken of ergens wat leuk te doen, in Volendam aan de haven een visje te eten bijvoorbeeld. Genietend van de zon, de wind door de grijze haren, de vrijheid. "Ik doe die dingen gewoon. Wat kan er misgaan? Die ene meneer die half verlamd is, kan vallen. Dan helpen we hem overeind en heeft 'ie toch een leuke dag gehad."

Opleidingen

Michèle Uni volgde bij Floriande, nadat ze was aangenomen, de interne opleiding Activiteitenbegeleider Plus. Aanvankelijk volgde ze naast haar werk voor één dag in de week een hbo-studie Social Work. Maar ze stopte hier eind augustus mee. "Het gaf me meer stress dan wijsheid. In combinatie met mijn baan, waarin ik elke dag nog aan het leren ben, en mijn gezin werd het te veel. Binnen Amstelring bieden ze veel cursussen aan. Ik hoop langs die weg mijn kennis uit te breiden."

De afdeling activiteitenbegeleiding is zelfsturend. Toen ze ermee begon, lag de afdeling stil. "Ik ben eerst de mensen gaan bellen om uit te vinden waar hun behoeften liggen. We willen ze betekenisvolle dingen laten doen, zodat ze als persoon kunnen groeien. Vaak gaat het om dingen die ze vroeger gedaan hebben. Of ik vraag aan de ene cliënt of hij een ander wil duwen in de rolstoel. Zo helpt hij ons en is hij van betekenis."

Lege ogen

Maar het werk is niet altijd om vrolijk van te worden. Een vrijwilliger had tijdens een tocht op de duofiets een meneer begeleid die lijdt aan dementie. Hij vond het geweldig, die vrouwelijke aandacht, ook zij genoot. Terug op locatie bezocht de man het toilet. Weer op de gang aangekomen, kende hij de vrouw niet meer terug. Met lege ogen keek hij haar aan. Alles vergeten.

Woensdag kookdag

Ook de lunch moet een feestje zijn, zeggen beide activiteitenbegeleiders van Floriande te Hoofddorp, Michèle Uni en Els Hoogkamer. Dat betekent dat ze er iets moois van maken. Lekker gerecht, mooi gepresenteerd. Op dinsdag werken ze overigens samen met een wat grotere groep. Op woensdag wordt er door de twee groepen – 14 personen – zelf gekookt. Els daarover: "Ik doe de inkopen en de cliënten verdelen het zelf. De een doet dit, de ander dat. Grappig om te zien. Veel dames in deze woensdaggroep koken graag. Koken valt binnen hun comfortzone."

Michèle laat zich door deze voorvallen niet weerhouden om ervoor te gaan. "Ik weet zeker dat zo'n meneer een leuke dag heeft gehad, ook al herinnert hij zich die dag niet meer. Daarnaast doen we het voor de mantelzorgers van deze mensen, zodat zij enkele uren per week voor zichzelf hebben. Om even bij te komen."

Rol voeding

De rol die voeding bij dit alles speelt is essentieel, weet Michèle zeker. Ze grijpt terug op haar tijd als vrijwilliger bij Floriande. Een van haar taken was soep rondbrengen. Ze was de langzaamste van het stel.

Minpuntje dus. Nee, juist niet. "Het plateau neerzetten en dan snel doorlopen omdat het zo druk is, deed ik niet. Altijd even de kap eraf, iets vertellen over de soep of een algemeen praatje maken. Dan gaan de mensen eten, is mijn ervaring. De presentatie is ongelooflijk belangrijk."





Ze voegt toe dat dat bij Floriande in Hoofddorp de warme maaltijd perfect geregeld is. Prachtig gedekte tafels, mooie presentatie. “Als een sterrenrestaurant. Het gaat vaak om details, een stukje enthousiasme wat je erin stopt. Neem van mij aan: dat vergt geen tijd.”

Mensen erkennen en herkennen. In de Royal Businessclass schreef ze de namen van de vijftien reizigers op en plakte die op een opvallende plaats aan de trolley. En na afloop wist ze van iedere reiziger nog een bijzonderheid. “Veel plezier bij de bruiloft, zei ik bijvoorbeeld, met als gevolg dat die mensen zich gezien voelen. In de luchtvaart én in de zorg is dat belangrijk.”

Appje naar cliënt

Ze is bovengemiddeld betrokken. Een enkele keer stuurt ze 's avonds een appje naar een cliënt om te vragen hoe het gaat. Of belt ze een mantelzorgverzorger om belangstelling te tonen. “Reageert zo'n man aanvankelijk heel verbaasd en oppervlakkig. Om daarna honderduit te praten en te vragen of hij een keer langs mag komen op de locatie. Zo kun je ook voor hem van betekenis zijn.”

Maar ook de energie van Michèle is eindig. Het werk vereist voortdurende attentie. Keren mensen weer terug als ze het toilet bezoeken? “Dat soort zaken houden we in de gaten. Je staat altijd aan tijdens de dienst. Daarom is het werk niet alleen leuk, maar ook veeleisend. Ik moet mezelf daarom ook af en toe tot de orde roepen: Michèle, doe even rustig, je moet nog langer mee.”

“HET BEELD DAT IK HAD VAN DE ZORG, KLOPTE NIET”

BEDRIJFSLEDEN

wij
gastvrij

UITBLINKERS
IN GASTVRIJHEID



Op deze pagina staan de logo's van de bedrijfsleden van WijGastvrij. Het zijn bedrijven die de doelstellingen van WijGastvrij ondersteunen en geloven in de meerwaarde van de vereniging die zich sterk maakt voor scholing, ontmoeten en vooruitgang. De leden zijn actief op het gebied van eten en drinken en gastvrijheid in de zorg. Ze leveren daaraan met hun producten en diensten een niet geringe bijdrage.

WijGastvrij houdt zich bezig met het organiseren van activiteiten en bijeenkomsten. Bedrijven die partner of sponsor willen worden, kunnen contact opnemen met het secretariaat.

Secretariaat WijGastvrij
Rijswijkseweg 131
2516 HB Den Haag
secretariaat@wijgastvrij.nl

WijGastvrij geeft vier keer per jaar het magazine Uitblinkers! uit. Wil je meer weten over communicatiemogelijkheden in Uitblinkers?

Neem contact op met:
Sonja Rothuis
(06) 39 85 42 34
sales@er-communicatie.nl



**OOK
PROFITEREN?**

van de vele voordelen die WijGastvrij biedt? Meld je aan op www.wijgastvrij.nl/leden



"Vers, vers, afgestemd"
telesuper
 meer dan boodschappen

✓ Meer dan 15.000 producten

Van groothandel- tot supermarktproducten, portie- tot grootverpakkingen en non-food tot dagvers brood. In ons assortiment vind je het allemaal.

✓ Meer tijd voor je werk

Dankzij onze handige tools als een afnamerapportage, budgettool en favorietenlijsten ben je snel klaar met de boodschappen en administratie.

✓ Maaltijden op maat

Bij ons kun je ook terecht voor verse en gezonde kant-en-klaar maaltijden van Eetgemak. Speciale voedings- of dieetwensen? Geen probleem!

✓ Ontdek duizenden recepten

Verras jouw cliënten tijdens het ontbijt, lunch, tussendoor of diner met een nieuw recept. Waarbij je de benodigdheden met één druk op de knop in je winkelmand hebt.

UITBLINKERS AWARDS WEER OPGESTART



Column



Michel Overwijk is voorzitter van WijGastvrij en manager f&b en schoonmaak in OLVG te Amsterdam

Door toedoen van corona zijn ze uitgesteld, maar ze komen er nu toch echt aan: de Uitblinkers Awards voor de zorg. Ken jij één of meer toppers op het gebied van muziek, innovatie of vakmanschap? Of ben je er zelf een?

De finales vinden plaats tijdens Zorgtotaal in Jaarbeurs Utrecht. De nieuwe datums zijn 14 tot en met 16 juni 2022. De aanmeldingen die tot nu toe zijn binnengekomen, blijven staan. Deelnemers krijgen t.z.t. bericht. De jury bestaat uit: Maarten Bijlsma (voorzitter), Dinesh Kesharie, Ignar Rip, Barteld Oppers en Peter Sol.

Drie categorieën

De winnaars van de drie categorieën ontvangen niet alleen een bokaal en een oorkonde, maar ook een geldprijs van €250,-. Ter beschikking gesteld door WijGastvrij. De wedstrijden worden georganiseerd door het vakblad Uitblinkers, de nieuwssite Uitblinkersindezorg.nl en [WijGastvrij](http://WijGastvrij.nl). Dit gebeurt in samenwerking met de Vakbeurs Zorgtotaal. Op die beurs worden – de datum moet nog worden bepaald – tijdens een muzikale finale de winnaars bekendgemaakt.

Het gaat om drie awards: Uitblinkers Music Award 2022, Uitblinkers Innovatie Award 2022 en Uitblinker van het Jaar 2022. Voor informatie en aanmelden, ga naar Awards op www.uitblinkersindezorg.nl.

Vijf jaar verandering, en nu?

Uitblinkers in de zorg is de doelgroep waar wij voor strijden en Uitblinkers is de naam van de glossy waar jullie dit alles in terug kunnen vinden. Vijf jaar nu. Dit betekent dat we als WijGastvrij 20 magazines hebben uitgegeven waarin een veelvoud aan onderwerpen de revue is gepasseerd. Dat alles in een sterk veranderd landschap van eten, drinken en werken in de zorg.

Er is de afgelopen vijf jaar veel veranderd. Denk aan het grote aantal gelanceerde concepten die een bijdrage leveren aan beleving en een aangenaam verblijf van patiënt, bewoner, cliënt. De focus is meer komen te liggen op eten en drinken: duurzamer, herstel

bevorderend, gezonder, verser, minder dierlijk en vooral verleiden en verrassen.

De focus ligt ook op het gedrag van al die uitblinkers en de bewustwording dat dat gedrag een belangrijke bijdrage levert aan het herstel. De professionalisering van de gehele zorg, inclusief ons eigen vakgebied, heeft het vak er niet simpeler op gemaakt. Nee, juist de medewerkers eten, drinken en gastvrijheid zitten in een constante flow van veranderingen en dienen hierin mee te bewegen.

Trainen in gastvrijheid, flexibilisering in taken, nieuwe technieken en concepten, het adviseren van patiënten of cliënten en het streven naar

die 9+-organisatie. En dáár knelt het; al deze eisen stellen aan medewerkers in deze krappe arbeidsmarkt, waar hogere opleidingsniveaus noodzakelijk zijn.

De focus ligt de komende jaren op de vraag: hoe houden we medewerkers geboeid, gebonden en op niveau? Hoe werven we medewerkers voor de toekomst, hoe onderscheiden werkgevers zich? Medewerkers meer verantwoordelijkheid geven? Ja, doen. Maar dat betekent ook hen de regie geven over hun eigen taken.

Een prachtige uitdaging voor de komende vijf jaar. We spreken elkaar.

**AL 20 JAAR LEVERANCIER
 AAN DE ZORG**



“MIJN AANPAK HOEFT NIET DE BESTE TE ZIJN”

BGP, dat sinds 1976 opleidingen, trainingen en examens verzorgt, houdt op te bestaan. Maar directeur-eigenaar Nelleke Meinders-Kooi doet daar niet sentimenteel over. “Het is tijd voor een andere manier van opleiden.”

Opleiding dieetkok

De Opleiding Dieetkok van BGP is overgenomen door Michael Verweij en Elly Baak. Zij zijn werkzaam in de keukens van een academisch ziekenhuis. Zie www.dieetkokopleiding.nl

“IK BEN ZÓ ONGELOOFLIJK BOOS GEWORDEN EN HEB HEM VOOR ALLES WAT LELIJK WAS UITGESCHOLDEN”

Nelleke Meinders-Kooi: “Mijn man en ik hebben de beslissing genomen om niets meer te gaan doen in ons vakgebied.”

Met haar bedrijf BGP (Beroepsopleidingen Grootkeuken Personeel) verzorgde ze honderden opleidingen, trainingen en examens op het gebied van eten en drinken in de zorg. Nelleke Meinders-Kooi (64) stuurde aanvankelijk een team van docenten aan, de laatste jaren deed ze het alleen. Ze doet nog één grote klus – een incompanytraining in een ziekenhuis – en dan is het over en sluiten.

Meinders-Kooi wilde aanvankelijk nog wat langer doorgaan, maar diverse Covid-lockdowns doorkruisten dat plan. De opleidingen lagen een jaar stil, een verliesgevend jaar, want veel kosten liepen door. Om de zaak voor één of twee jaar op te starten, was uit financieel oogpunt niet zo handig, zo concludeerde ze na een gesprek met haar accountant. Dus afbouwen en stoppen aan het eind van dit jaar.

Afslanken

Opgeleid als diëtist begon ze in 1982 haar carrière als vertegenwoordiger van Modifast-producten. Toen de betreffende firma zelf moest afslanken, stapte ze over naar Eurest om op locaties controles uit te voeren en desgewenst verbeteringen aan te brengen.

Daarna trad ze in dienst van het toenmalige psychiatrisch ziekenhuis St. Joris in Delft. Vervolgens begon ze met lesgeven en het verrichten van onderzoek bij het toenmalige Voorlichtingsbureau voor de Voeding en BGP. Haar activiteiten hadden betrekking op hygiëne en kwaliteit.

In 1997 nam ze BGP over. De opleiding Voedingsassistent werd toegevoegd, de opleiding Integraal Management uitgebreid. Tal van trainingen op het gebied van koken (aankomend instellingskok, zelfstandig werkend instellingskok, dieetkok), budgetteren, management, kwaliteit, serveren en presenteren werden aangeboden.

Waar kijk je met de meeste voldoening op terug?

“Dat cursisten het leren leuk begonnen te vinden, terwijl ze er tegenop zagen omdat ze al zo lang niet meer in de schoolbanken hadden vertoefd. Aanvankelijk denken ze dat ze het niet kunnen. Als ze er na een aantal lessen toch aardigheid in krijgen, vervult mij dat met trots.”

Hoe kreeg je dat voor elkaar?

“Ik niet alleen, ook de teamleden die ik aanstuurde. Het heeft te maken met de persoonlijke begeleiding die we gaven. Interesse tonen in de mensen, met ze praten. Ik sta graag tussen de mensen, hoor wat ze moeilijk vinden, om daar ook iets mee te doen zodat ze vooruitgang kunnen boeken. Ik was ook altijd een uur voor aanvang aanwezig op de locatie om voorbereidingen te treffen en met cursisten te praten.”

Je zult de cursisten niet allemaal meer bij naam kennen.

“Nee, maar van veel mensen kan ik me nog wel bijzonderheden herinneren. Iemand die een tweeling kreeg of in een speciale auto reed. Dat je dat nog weet, zeggen die mensen dan als ik ze weer tegenkom. Het tonen van persoonlijke interesse was niet gespeeld. Ik heb ook echt interesse in mensen.”

Je bent ook een keer boos geworden.

“Op een cursist die de ochtend voor het examen mij belde en aangaf dat hij niet durfde. Hij zou het toch niet halen. Ik ben zó ongelooflijk boos geworden en heb hem voor alles wat lelijk was uitgescholden. Als jij niet komt opdagen, draag ik al m'n werkzaamheden over en kom ik je persoonlijk ophalen. Hij is gekomen en heeft me bedankt. En ja, hij slaagde.”

Geschiedenis

BGP, dat aan het eind van dit jaar wordt opgeheven, is oorspronkelijk als stichting in 1967 opgericht onder auspiciën van het voormalige Voorlichtingsbureau voor de Voeding. Het doel was en is het bevorderen van (bij)scholing op het gebied van voeding, eten en drinken. Oorspronkelijk was de naam Bijscholing Grootkeuken Personeel. Na enige tijd is dit gewijzigd in Beroepsopleiding Grootkeuken Personeel.

Jammer dat dit nu verdwijnt. Toch?

“Mijn aanpak hoeft niet de beste te zijn. Het is tijd voor een andere manier van opleiden, die beter aansluit bij de mensen van nu. Meer digitaal. Veel is veranderd. Het koken, het inkopen, de menu's, de consument. Alles is anders.”

Blijf je beschikbaar voor de branche?

“Mijn man die bij de politie werkt en ik gaan tegelijk aan het einde van dit jaar met pensioen. We hebben de beslissing genomen om niets meer te gaan doen in ons vakgebied, want dan blijf je gevraagd worden. We gaan op zoek naar zinvol vrijwilligerswerk waarbij we ruim tijd overhouden voor onze hobby's.”

“AANVANKELIJK DENKEN ZE DAT ZE HET NIET KUNNEN. ALS ZE ER NA EEN AANTAL LESSEN TOCH AARDIGHEID IN KRIJGEN, VERVULT MIJ DAT MET TROTS”

Kauw- en slikproblemen hoeven uw patiënten niet te beperken
#Dysfagie



AANGEPASTE CONSISTENTIE
de hele dag door voor uw patiënten met kauw- en slikproblemen

zin in iets ZOET...



zin in iets HARTIG...



Glad homogeen
Indikbaar op de gepaste consistentie met ThickenUP® Gel Express



Glad homogeen, bereiden volgens de gewenste consistentie



Verdikkingsmiddelen voor uw dranken en gerechten.

Ontdek deze producten, vraag je monster vandaag aan



Glad homogeen, bereiden volgens de gewenste consistentie

IDDSI-niveau op basis van kamertemperatuur van 20°C. Temperatuur en roeren kunnen een impact hebben op de consistentie. Alvorens te serveren dient de consistentie gecontroleerd te worden.

IDDSI International Dysphagia Diet Standardisation Initiative. Zie www.iddsi.com

Voeding voor medisch gebruik moet onder medisch toezicht worden gebruikt.

Nestlé Health Science, Hoevestein 36G, 4903 SC Oosterhout www.NestleHealthScience.nl

* Wenda Linthorst houdt zich al bijna tien jaar bezig met neuromarketing en nudging. Eerst via Consumatics voor diverse markten en nu specifiek gericht op de zorg, met Keukentijgers. In Uitblinkers deelt ze enkele inzichten.



Vergeet je eigen voeding niet

ZET DE PATIËNT OP 2!

Onlangs kreeg ik van Niek van den Adel, een vriend en studiegenoot van mij van de hotelschool, zijn derde boek uitgereikt. Hij schreef samen met Arjan Banach 'Zet de patiënt op 2'. Dat boek heeft me aan het denken gezet.

'Zet de patient op 2' is een prachtig verhaal over hoe goed de mensen in de zorg zorgen voor anderen, hoe ze de lat hoog leggen en het daardoor altijd druk, druk, druk hebben. De ondertitel is 'Zorg voor anderen begint bij jezelf'. Daar besteden de auteurs volop aandacht aan. Die ondertitel raakt me. Ik deel het daarom graag.

Ook las ik deze maand het boek Goed Gevoed! Een van de zaken die de schrijvers in dit boek aanhaalden is de barslechte lunchcultuur in Nederland. We lachen vaak om die twee bammetjes met kaas. Maar zijn die andere landen nu gek of zijn wij dat heel misschien? Tijd om de vertaalslag te maken!

Wat voor eetmomenten verdient jij?

Ga eens na wat jij zelf eet deze week. Hoe tevreden ben je met je eigen eetmomenten? Er wordt in zorgorganisaties steeds vaker een sterke visie neergezet rondom goed eten. We kunnen ons er vast allemaal wel in vinden dat we meer met pure ingrediënten moeten werken, goed eten verdeeld over de dag, minder focus op die ene, warme maaltijd, maar ook stilstaan bij al die andere momenten op de dag.

Maar hoe zit dat met jouzelf? Wat weet je van eten, met welk eten voel jij je eigenlijk goed en hoe kun jij ervoor zorgen dat je de juiste brandstof krijgt?

Door jezelf op nummer één te zetten, kun je ook verwachten dat je de energie hebt om het nog beter te doen voor de bewoners.

Druk, druk, druk

Een handje nootjes, een rijstwafel, een appel, een plakje bananencake uit de diepvries, een handje zwarte bessen of een zakje met snoeptomaatjes. Er zijn genoeg tussendoortjes te bedenken, waardoor jij wat voedzaam en lekkers binnenkrijgt zonder dat het je enorm veel tijd kost.

Lukt dit dan altijd? Welnee, we zijn allemaal niet perfect. Ik ben hier zelf ook absoluut niet het perfecte voorbeeld in en sla ook gerust maaltijden over. Maar wees trots op wat jou wel lukt. Want ook het tevreden zijn met wat er wél lukt, las ik in 'Zet de patiënt op 2', is niet de sterkste kant van zorgmedewerkers.

"WEES TROTS OP WAT JOU WEL LUKT"

DRIJVENDE MELKVEE- HOUDERIJ VERBAAST DEELNEMERS

Je verwacht het nergens en zeker niet in Rotterdam: een drijvende melkveehouderij. Dit bijzondere bedrijf was een van de speerpunten van de innovatieve step-trend-tour van WijGastvrij en Unilever Food Solutions.

“EEN AARDIGE MEID AAN TAFEL DIE JOU VERTELT WAT JE EET IS WEL ZO LEUK”

Innovatie, duurzaam samenwerken, gedurfd ondernemen, maar vooral elkaar weer ontmoeten na ruim anderhalf jaar te zijn gegijzeld door corona. WijGastvrij en Unilever Food Solutions organiseerden een step-trend-tour door Rotterdam in het teken van duurzame innovatie.

Startpunt was het Keilepand in Merwe-Vierhavens, een voormalig pakhuis, nu onderkomen van innovatieve bedrijven. De tour was volgeboekt. En dat verbaasde Michel Overwijk, voorzitter van WijGastvrij, geenszins. “We zijn de eerste organisatie die sinds maart 2020

een live sessie organiseert. Eindelijk kunnen we elkaar weer ontmoeten. Ik heb dat vreselijk gemist.”

Bewaak het evenwicht

Tourleider en trendwatcher Gijsbregt Brouwer belichtte trends en technologische hoogstandjes zoals het inzetten van robots in de bediening. Makkelijk en efficiënt, maar pas op, houd het wel leuk, waarschuwde hij. “Een aardige meid aan tafel die jou vertelt wat je eet is wel zo leuk. Bewaak het evenwicht tussen het toepassen van technologie en het contact met mensen.”

Stadshaven Brouwerij

Een deel van het voer voor de koeien van de drijvende melkveehouderij is afkomstig uit de Stadshaven Brouwerij. Ook die werd bezocht. Een rondleiding volgde, smakelijke, verkoelende biertjes werden verorberd. De brouwerij bevindt zich in een gerestaureerd fruitpakhuis. De bedrijfsvoering kenmerkt zich door ver doorgevoerde duurzaamheid. Hoe kan het ook anders in dit deel van Rotterdam.



Een deel van het voer voor de koeien van de drijvende melkveehouderij is afkomstig uit de Stadshaven Brouwerij. Ook die werd bezocht.

door ondernemers die maaltijden bereiden en bezorgen, maar zelf niet over zitplaatsen voor hun gasten beschikken. Het pand krijgt overigens de beschikking over een restaurant waar gasten kunnen bestellen bij een van de ondernemers in het pand. Zo ontstaan er nieuwe mogelijkheden en nieuwe samenwerkingsverbanden.

Het duurzame van deze constructies zit hem in het gezamenlijke gebruik van de faciliteiten. Het energieverbruik per ondernemer daalt daardoor en het aantal foodmiles neemt af doordat de ondernemers gezamenlijk een deel van hun inkoop doen.

Drijvende melkveehouderij

Na het betoog van Rijks ging het gezelschap per step langs andere bedrijven. Velen wisten niet wat ze zagen toen ze een drijvende melkveehouderij met 44 roodbonte koeien in het vizier kregen. Fata morgana? Nee, realiteit. Deze Floating Farm is er al sinds mei 2019. Het is de eerste drijvende boerderij ter wereld.

Maar waarom een drijvende boerderij? Het heeft te maken met de aarde die onder druk staat. Het water dat stijgt. Daarom is een

boerderij in de stad dicht bij de consument gewenst, vertelde boerin Minke van Wingerden. Het voer voor de koeien bestaat gedeeltelijk uit gras van sportvelden, bierbostel uit de plaatselijke brouwerij en sinaasappelschillen van een sapjesfabrikant. Afvalproducten dus.

Geen mestprobleem

Een mestprobleem is er niet, zo werd benadrukt. Het droge deel wordt omgezet in verkoopbare korrels, het natte deel wordt op een andere manier milieuvriendelijk verwerkt. De nutriënten worden gescheiden van het vloeibare deel. Het bedrijf verkoopt de melk en de zuivelproducten aan inwoners van de stad. “We hebben dit met nul cent subsidie tot stand gebracht.”

Foto's op site

Op Uitblinkersindezorg.nl vind je meer foto's van de step-trend-tour die WijGastvrij en Unilever Food Solutions organiseerden. Deze zijn terug te vinden onder het bericht 'Innovatieve step-trend-tour door Rotterdam'.



De drijvende melkveehouderij met daarin 44 roodbonte koeien.

“EINDELIJK KUNNEN WE ELKAAR WEER ONTMOETEN. IK HEB DAT VRESELIJK GEMIST”



Met haar bedrijf **Bossert Kookwerken** verzorgt en ontwikkelt **Lisette Bossert** trainingstrajecten.

Samen staan we sterk!

Eten en drinken wordt door veel mensen die in een zorginstelling wonen gezien als een heel belangrijk moment van de dag.

Daarom pleit ik ervoor dat we binnen de ouderenzorg de kwaliteit van de maaltijd én het maaltijdmoment als een gezamenlijke verantwoordelijkheid gaan zien. Niet een klus die alleen bij de huiskamermedewerker ligt, maar een waardevol onderdeel van de dag waar we allemaal vanuit onze specialiteit zorg voor dragen.

Stelt u zich eens voor:

U opent de deur van een woonkamer in een zorginstelling voor ouderen en de heerlijke geuren van groentesoep en versgebakken brood komen u tegemoet. U stapt de kamer

binnen, wat ziet het er gezellig uit; de eettafel is alvast gedekt voor de lunch. U ziet dat verschillende mensen bezig zijn met de maaltijd. Enkele bewoners, een familielid en een medewerker bereiden het eten. Anderen zitten er gezellig bij en genieten zichtbaar van de bedrijvigheid. De geestelijk verzorger van het huis komt binnen en sluit aan voor een fijn gesprek.

Tijdens de lunch eet iedereen lekker mee. Sommige bewoners eten een aangepaste maaltijd en ook die zijn een feest voor het oog en de smaakpapillen. Het is goed te proeven dat de gerechten vers worden bereid, ze zijn zo smakelijk. En vandaag eet ook de directie een hapje mee. Het eten is hier stiekem veel lekkerder dan thuis.



Bent u klaar voor **DE BESTE TECHNOLOGIE** op de markt ?



De hete lucht technologie wordt wereldwijd het meest toegepast binnen de distributiesystemen.

Voor meer informatie:
Bert Müller Grootkeukentechniek BV: info@bertmuller.nl, 036 5367140
H.R. Techniek Grootkeukenservice: info@hrtechniek.nl, 059 4632183

+ VEILIGHEID VOOR UW MEDEWERKERS

Met hete lucht technologie is er tijdens de distributie, door het ontbreken van warmplaten, geen risico op verbranding.

+ EENVOUDIG EN GOED REINIGBAAR

Zeer degelijke wagens, makkelijk schoon te maken en bovendien geschikt automatische wastunnels.

+ INTERESSANT QUA INVESTERING

Verlaging van de TCO door o.a. een optimaal gebruiksgemak en minimale onderhoudskosten.



Sandra Ysbrandy

"Ik ontdekte dat er veel wordt geschreven dat niet klopt en voor verwarring zorgt. Daarom wil ik mijn kennis en ervaring inzetten om jou te leren beter te eten. Om je te inspireren met lekkere en voedzame gerechten die je energie geven en een gezond gewicht."

Sandra Ysbrandy is voedingscoach.

@patriciakager

"Roken, drinken, vet eten en niet sporten kost de maatschappij al heel lang heel veel geld. Daarvoor is een goedkopere oplossing dan een vaccin: verantwoordelijkheid nemen en gezonder gaan leven."

Iris de Vries

"Overweldigend! Dat waren de reacties op mijn post over de voeding in het ziekenhuis waar mijn zontje werd opgenomen!"

Leefstijlarts Iris de Vries kreeg reacties op het bericht dat ze in het ziekenhuis geen gezonde hap kon vinden.

Marty Jacobs

"Goede voeding kan zowel de mentale als de fysieke gezondheid van de ouderen langer op niveau houden. Helaas eten zij vaak kant-en-klaar maaltijden of zelfs helemaal geen warm eten meer."

Marty Jacobs is deskundige infectiepreventie publieke gezondheidszorg bij GGD Amsterdam.

@suzantepas

"Stroopwafels eten. Veel stroopwafels eten. Lekker, joh!"

Nadia El Ghissassi

"Ik blijf het bijzonder vinden dat vers koken in de zorg nieuwswaardig is. Het zou normaal moeten zijn dat er vers gekookt wordt voor mensen waarvan hun lichaam aangeeft aandacht nodig te hebben."

Nadia El Ghissassi reageert op het bericht dat het ziekenhuis in Den Helder weer vers gaat koken.

@HanSmit6

"Ik zorg voor voldoende beweging, zonder te overdrijven en voel me nog steeds prima. Maar ik beseef wel dat het leven een keertje afgelopen zal zijn. Nou en?"





“ZO HOUD IK GELD OVER VOOR NIEUWE DINGEN”

“Ik ben er echt trots op dat we met een team van 15 koks alles zoveel mogelijk vers koken en volledig gericht op de behoeften van onze patiënten. Maar hoe goed we onze patiënten en hun behoeftes ook kunnen inschatten; er verdwijnt altijd eten in de prullenbak.” Om meer zicht op voedselverspilling te krijgen, werkt Elly Baak - hoofd voeding in de centrale keuken van het Leids Universitair Medisch Centrum (LUMC) - sinds enkele maanden met voedselafvalmonitor Orbisk.

GELD BESPAREN

Als non-profitorganisatie heeft Elly te maken met een strikt budget. Een uitdaging, vindt ze: “Als we onder het maximale bedrag blijven, kunnen we weer nieuwe dingen proberen in de keuken. Dat is interessant; want dan kan ik bijvoorbeeld speciale menu’s ontwikkelen voor oncologiepatiënten of mensen met maag-, darm- en leverziektes.”

GERICHTER INKOPEN

Sinds Orbisk in de keuken staat wordt alles dat in de afvalcontainer verdwijnt vooraf door het systeem gefotografeerd.

“Zo kan ik heel makkelijk schakelen in de inkoop en ons dagmenu kritisch evalueren. Want ook aan de restjes kan ik zien wat wel en niet gewaardeerd wordt.” Voordat Elly een concreet doel stelde, moest de nulmeting correct zijn. “Ik wilde het team eerst laten wennen aan deze nieuwe manier van weggooien. Gelukkig pakte iedereen het heel snel op. Dus binnenkort kan ik met heldere cijfers gericht inkopen en aansturen.”



DE VOORDELEN VAN ORBISK

- Tot 50% minder voedselverspilling per jaar; een besparing van tienduizenden euro's
- Objectieve rapportages van je afvalstromen; de slimme camera herkent automatisch wat wanneer wordt weggegooid
- Inzicht in verspilling en eetgedrag van patiënten
- Verduurzaam en draag bij aan een betere wereld; minder voedselverspilling betekent minder impact op het milieu

Ga naar ufs.com/orbisk of scan de QR code voor meer informatie!



ONDERZOEK

Zorgen om zorgmedewerkers

Medewerkers in de zorg die in deeltijd werken, zijn vaker ziek dan collega's die dat voltijds doen. Daarnaast maken zorgmedewerkers te weinig gebruik van de zorg. Er bestaan zorgen met betrekking tot zorgmedewerkers, zo blijkt uit twee onderzoeken.

Het eerstgenoemde onderzoek heeft betrekking op deeltijdwerkers in de zorg. Hen langer laten werken, kan een oplossing zijn, zo blijkt. Veel werkgevers denken dat voltijds werken het ziekteverzuim juist aanwakkert. “Nu blijkt het omgekeerde juist het geval.”

Dit komt naar voren uit een studie onder ruim een half miljoen zorgmedewerkers. De cijfers komen van verzuimbedrijf Vernet en van de stichting Het Potentieel Pakken (HPP), die probeert oplossingen aan te dragen voor personeelstekorten in de zorg.

Zorg meer gebruiken

Het tweede onderzoek wijst uit dat het gebruik van zorg door zorgmedewerkers zelf zorgwekkend laag is. Meer uitval dreigt. Zorgmedewerkers gebruiken voor het eerst in vijf jaar minder fysiotherapie en psychische zorg. Terwijl 37% het afgelopen jaar heeft verzuimd. Deze groep kampt met lichamelijke (75%) en psychische klachten (30%), meldt Stichting IZZ, opgericht door werkgevers en werknemers in de zorg.

WIJGASTVRIJ Jongeren vullen bestuur aan

Tijdens de jaarvergadering over 2020 van WijGastvrij op 14 september in Rotterdam maakte penningmeester Paul Hoogmoed bekend dat het bestuur van WijGastvrij zal worden aangevuld met jongeren. “We willen meer jonge mensen bereiken. Daarom gaan we een aantal jongeren toevoegen die zich gaan bezighouden met specifieke taken zoals sociale media, de Wijs Academie en de Activiteiten Commissie.” Een terugblik op coronajaar 2020 volgde. Zowel het jaarverslag als het financiële overzicht werden goedgekeurd. De kascommissie ging akkoord.

De jaarvergadering vond plaats in het Keilepand in Merwe-Vierhavens na de step-trend-tour in Rotterdam georganiseerd door WijGastvrij en Unilever.



Het bijna voltallige bestuur van WijGastvrij tijdens de step-trend-tour voorafgaand aan de jaarvergadering. Midden Paul Hoogmoed.

“ER IS NIEMAND BIJ TOEVAL GOED, GOED ZIJN IS EEN DEUGD DIE MEN IN ZIJN JEUGD REEDS MOET LEREN”

Lucius Annaeus Seneca, Romeins schrijver en filosoof



wijs

ACADEMIE
VOOR UITBLINKERS

Het vak op peil brengen en houden. Leden helpen zich te ontwikkelen. Dat is een belangrijk doel van WijGastvrij. Daarvoor is de Wijs Academie opgezet. Hieronder staat het aanbod.

E-learning

Onderstaande cursussen en trainingen betreffen e-learning. Deelnemers bepalen zelf waar, wanneer en in welk tempo ze eraan werken.

- Voedingsleer (Threewise)
- Sociale hygiëne (Threewise)
- Voedselveiligheid en schoonmaak (Syndle)
- Voedingsleer (Syndle)
- HACCP (Threewise)

Opleidingen

- Professioneel Leidinggeven

Workshop

- Omdenken

Voor informatie over de verschillende trainingen van Wijs, aanmelden en kortingen voor leden van WijGastvrij, zie www.wijgastvrij.nl/wijs-aanbod.

COLOFON

Uitblinkers is een kwartaaluitgave van WijGastvrij, de vereniging die zich bezighoudt met eten, drinken en gastvrijheid in de zorg. De doelgroep bestaat uit managers, leidinggevenden, koks en gastvrijheidsmedewerkers. Uitblinkers verschijnt in een oplage van 4000 exemplaren.

REALISATIE, REDACTIE EN EXPLOITATIE:

De Graaf Communicatie

Salemate 34

7006 CC Doetinchem

(0314) 65 08 02

info@uitblinkersindezorg.nl

Redactie: Jaap de Graaf, Geert Hilferink en Elsie Schoorel (eindredactie)

Fotografie: Sjoukje Killian

Columnisten: Lisette Bossert, Geert Hilferink, Wenda Kielstra en Michel Overwijk

Vormgeving: Circa Twee

ISSN: 2667-2855

Druk: Senefelder Misset

website: www.uitblinkersindezorg.nl

Advertentie-exploitatie: ER-Communicatie,

Sonja Rothuis,
(06) 398 542 34,
sales@er-communicatie.nl

Copyright:

De Graaf Communicatie. Alle rechten voorbehouden. Redactionele artikelen mogen worden overgenomen mits met bronvermelding en voorafgaande toestemming van de redactie.

Disclaimer:

Alle informatie in deze uitgave is met grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. De juistheid en volledigheid kunnen we echter niet garanderen. De Graaf Communicatie en de bij deze uitgave betrokken redactie en medewerkers aanvaarden dan ook geen enkele aansprakelijkheid voor schade die voortkomt uit het gebruik van de opgenomen informatie.

Adreswijzigingen:

bedrijfsbureau@wijgastvrij.nl

BESTUUR

Het bestuur van WijGastvrij bestaat uit:

Michel Overwijk (voorzitter)

Paul Hoogmoed (penningmeester)

René van der Gun (secretaris)

Ron van der Laan (algemeen)

Maarten Bijlsma (algemeen)

AGENDA*

21-25
NOV

De Horeca Expo in Gent kan weer eens uitpakken. En doet dat als vanouds gedurende vijf volle dagen met aandacht voor horeca, grootkeukens en eetwinkels. Met de nodige wedstrijden en evenementen. Met de categorie eetwinkels hoopt de organisatie een nieuwe doelgroep aan te boren.

www.horecaexpo.be



10-13
JAN

Als vanouds weer een Horecava met de nodige workshops, evenementen en wedstrijden zoals de Hanos Gouden Koksmuts en de Horecava Innovation Award.

www.horecava.nl

12-13
JAN

De Biobeurs verhuist van de IJsselhallen in Zwolle naar de Brabanthallen in Den Bosch. Het evenement wordt voorafgegaan door enkele digitale Biokennisworkshops. De dag na de beurs – vrijdag 14 januari – is er een rondgang langs biologische bedrijven.

www.bio-beurs.nl

7-9
FEB

De 14e editie van Horeca Eventt in Assen staat in het teken van beleving en innovatie. Culinaire wedstrijden luisteren deze vakbeurs weer op.

www.horecaeventt.nl

22-23
APR

De Zorg en welzijn Carrièrebeurs richt zich op (bijna) afgestudeerde zorg- en welzijnkandidaten. Op deze beurs kunnen zij in contact komen met interessante werkgevers, belooft de beursorganisatie. En andersom is dat natuurlijk ook het geval.

www.carrierebeurs.nl

14-16
JUN

De Vakbeurs Zorgtotaal is vastgesteld van 14 tot en met 16 juni in Jaarbeurs Utrecht. Met als thema: samen werken aan een toekomstbestendige zorg. Het programma staat nog niet vast. Wel staat vast dat op deze beurs de Uitblinkers Awards worden uitgereikt.

www.zorgtotaal.nl

5
NOV

De Parkstad Gezondheidsbeurs 2022 met thema's zoals Zorg & Welzijn, Leren & Werken en Eten & Drinken. Vindt plaats op zaterdag 5 november in het Parkstad Limburg Stadion te Kerkrade.

www.parkstadgezondheidsbeurs.nl

*Deze agenda is op 22 oktober samengesteld. Aanpassingen in verband met coronamaatregelen kunnen zich in de tussentijd voordoen. Wees daarop bedacht. Wees ook bedacht op achterhaalde datums. Mede door toedoen van corona heeft een aantal beursorganisaties haar informatie op internet niet op orde. Zie voor het laatste nieuws ook de agenda op www.uitblinkersindezorg.nl.

HERFSTMENU MAGGI Puree Compleet



Geen herfstmenu is compleet zonder aardappelpuree. Met MAGGI Puree Compleet bereid je in een handomdraai de lekkerste purees voor uw stampotten en andere gerechten. Deze kant-en-klare puree is speciaal ontwikkeld naar de wensen van chef-koks en gemakkelijk koud te bereiden, aldus Nestlé Professional. "Daarnaast kunt u deze puree eenvoudig naar eigen smaak verdunnen of verdikken. Gemaakt van 100% kwaliteitsaardappelen en hoog op smaak, door de toevoeging van melk, boter en kruiden." MAGGI Puree Compleet is verpakt per zak van 3 kilo. De opbrengst per zak bedraagt 15 kilo vegetarische aardappelpuree.

EIWITKAART VERNIEUWD Magere kwark aan kop met 14,1 gram eiwit

Magere kwark naturel bevat per portie van 150 gram maar liefst 14,1 gram eiwit. Dat blijkt uit de vernieuwde eiwitkaart van Voedingindegzorg.nl van FrieslandCampina. Met die 14,1 gram eiwit is magere kwark op de eiwitkaart koploper in de categorieën Tussendoor, Ontbijt & Lunch, Toetjes en Drinkjes. Het gaat in deze vier categorieën om enkelvoudige gerechten.

In de categorie Ontbijt & Lunch gaat het gekookte ei van 50 gram aan kop met 6,2 gram eiwit. Bij de Toetjes staat volle kwark naturel bovenaan met 10,5 gram eiwit per portie van 150 gram. Bij de drinkjes staat halfvolle melk op nummer 1 met 6,8 gram eiwit per 200 milliliter.

Naast deze categorieën bevat de kaart ook nog andere categorieën met gecombineerde gerechten: Leuke ontbijt ideeën, Eiwitrijke tussendoortjes, Smakelijke toetjes en Lekker lanchtsuggesties. Die laatste categorie bevat een opvallende koploper: Salade Niçoise is de winnaar met maar liefst 23 gram eiwit per portie. Informatie vind je op www.voedingindegzorg.nl.



PROACT

Warm en koud op één plateau

Proact is uitgevoerd met een actief verwarmd én een actief gekoeld compartiment, voorzien van een scheidingswand, waarin dienbladen geschoven kunnen worden. Hierdoor kun je warm en koud kant-en-klaar op één plateau presenteren, of een multi-portie, of misschien wel allebei gelijktijdig: met de nieuwe Proact van Rational Production switch je van de ene 'serve' naar de andere in slechts een paar minuten! Geschikt voor patiëntencatering of roomservice, in ziekenhuizen, zorginstellingen en bedrijfsrestaurants. Hofland Grootkeuken, distributeur van Rational Production, biedt de Proact vanaf heden aan. Vanaf januari 2022 leverbaar. Informatie vind je op www.hoflandgrootkeuken.nl/proact.

KEUKEN VERBOUWD

Ziekenhuis Den Helder gaat zelf koken

De Noordwest Ziekenhuisgroep locatie Den Helder verruult kant-en-klaar inkopen voor het zelf bereiden van maaltijden. "De keuken is verbouwd, het menu is uitgewerkt, het keukenpersoneel aangenomen. We zijn er klaar voor", zegt hoofd keuken Rob Kortekaas. De overgang nam jaren in beslag. Vijf jaar geleden startte men met zelf tussendoortjes maken. Een lijn met eiwitrijke producten voor ochtend-, middag- en avondhapjes uit eigen keuken volgde. De nieuwe kaart legt de focus op vegetarische, gezonde voeding.

VISIE AANGENAAM ETEN EN DRINKEN VOOR DE OUDERENZORG

Een visie op eten en drinken voor de ouderenzorg gericht op de persoonlijke voorkeuren van bewoners en op medewerkers, vrijwilligers en bezoekers. Met medewerking van innovatieve partners, afgestemd op de vraag van vandaag. Een kijkje achter de schermen bij Beweging 3.0, dat het horecaconcept 'Geniet 3.0' introduceerde.

“MET HET KLEINE AMBACHT HEEFT ZORGMAALTIJD, ONDERDEEL VAN ZORGBOODSCHAP, KLEINERE PORTIES ONTWIKKELD DIE ERUITZIEN ALS VOLWAARDIGE VLEESGERECHTEN”

Beweging 3.0 speelt in op persoonlijke voorkeuren van bewoners



Beweging 3.0 beschikt over dertien intramurale locaties in de regio Eemland, gesitueerd in de volgende plaatsen: Amersfoort, Baarn, Bunschoten-Spakenburg, Eemnes, Hoevelaken, Leusden, Nijkerk, Soest en Woudenberg.

Daarnaast zijn er kleine kantoren ten behoeve van de thuiszorg. Drie jaar geleden besloot men om de horeca te vernieuwen. Een transitie werd in gang gezet. Deze is op drie locaties – 't Hamersveld in Leusden, Mariënborg in Soest en De Pol in Nijkerk – afgerond. De andere locaties volgen.

Ontmoeten en ontspannen

Beweging 3.0 ging drie jaar geleden aan de slag met de visie Aangenaam Eten en Drinken. Deze strekt zich uit over alle onderdelen van de organisatie: de restaurants en de woongroepen op de afdelingen. Het is gericht op alle geledingen: bewoners, medewerkers, vrijwilligers en bezoekers, zeggen Wim Petersen (Hoofd Facilitair) en Niko Klop (Manager Huisvesting en Facilitair).

Stoere look

De kleding van de medewerkers kenmerkt zich door een stoere look, zegt Wim Petersen. "Helemaal van deze tijd. De koksbuizen zijn gemaakt van een spijkerachtige stof, de schorten eromheen kenmerken zich door een leather look." Het bestek, de borden, de kopjes en schotels zijn vervangen met het introduceren van het nieuwe horecaconcept. Om te zorgen voor een eigen uitstraling kreeg het horecaconcept de naam Geniet 3.0 - maak samen sfeer - met een knipoog naar Beweging 3.0.

Ontmoeten en ontspannen zijn belangrijk. Eten en drinken op maat. Bewoners bepalen zelf wanneer, waar, met wie en wat ze eten. Als familieleden of vrienden aan willen schuiven, kan dat. Wim Petersen over het restaurant van 't Hamersveld: "Dat ziet er ook echt uit als een horeca-restaurant. Gedekte tafels, fraai opgemaakte borden, toppings, prettige ambiance. We bieden eet- en drinkmomenten aan waar iedereen naar uitkijkt. Qua diner, ontbijt en lunch."

Werk even loslaten

Een en ander vloeit voort uit de Koers 2025 van Beweging 3.0, die bestaat uit vier ontwikkelingslijnen: aangenaam wonen, aangenaam leven, aangenaam werken en samen leven, zegt Niko Klop. "Deze lijnen zie je terug in het horecaconcept. Dat is er onder meer op gericht om medewerkers in staat te stellen het werk even los te laten om ontspannen te lunchen. Bewoners, familieleden en mantelzorgers kunnen samen wat eten en drinken."

Ruim 2.000 vrijwilligers zijn actief voor Beweging 3.0. "Ze zijn echt een onderdeel van de organisatie, evenals de mantelzorgers", zegt Petersen. "Sommigen blijven hier terugkomen, ook al is hun partner of ouder al overleden. Dat geldt ook voor sommige vrijwilligers die hier niet meer werken. De binding met de organisatie is groot."



Wim Petersen (l) en Niko Klop: "Eten en drinken zullen altijd aandacht vragen, om te blijven voorzien in de persoonlijke wensen en behoeften van bewoners."

Een dikke 8

Het horecaconcept van Beweging 3.0 is op de locaties De Pol, Mariënborg en 't Hamersveld volledig doorgevoerd. Als we Wim Petersen vragen om het concept met een cijfer te beoordelen, geeft hij een dikke 8. "Het ziet er erg goed uit. We horen dat bewoners blij zijn met de aanpassingen en bezoekers graag in het restaurant komen. Medewerkers zijn als team overal bij betrokken en doen het echt samen. Dat maakt ze trots en het geeft ze energie."

Innovatieve partners

De samenwerking met partners ten behoeve van nieuwe ideeën en slimme oplossingen is een ander sterk punt. Met De Rozelaar bijvoorbeeld, dat zich richt op mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt. Deze organisatie beschikt over een bakkerij. Beweging 3.0 is een van de afnemers. Een staaltje van maatschappelijke betrokkenheid.

Een andere partner is Zorgboodschap, dat een belangrijke rol speelt bij het invullen van het horecaconcept. De totaalleverancier was bijvoorbeeld nauw betrokken bij het samenstellen en introduceren van de kleine kaart waarmee wordt ingespeeld op de behoefte aan meerdere eetmomenten.

Kleine kipfilets

Zorgboodschap dacht daarnaast mee over de vraag hoe de vleescomponenten kleiner gemaakt zouden kunnen worden zonder dat de presentatie daaronder lijdt. Ouderen hebben namelijk behoefte aan kleinere porties, zegt Petersen. "Als je een kipfilet of schnitzel kleiner maakt, ziet die er niet echt aantrekkelijk uit. In haar eigen keuken – Zorgmaaltijd - heeft Zorgboodschap kleinere porties ontwikkeld, genaamd Het Kleine Ambacht, die eruitzien als volwaardige componenten. Een kipfilet van 60 of 80 gram toont als een gebruikelijke kipfilet van 100 gram. Daar zijn wij enorm mee geholpen."

De transitie was en is een enorme klus. Beweging 3.0 is tenslotte een grote organisatie met 2.000 vrijwilligers en 3.000 medewerkers. Niet iedereen is een ster op het gebied van gastvrijheid, eten en drinken. Met behulp van twee adviesbureaus – een voor het restaurant en een voor de woongroepen – werden er stappen gezet.

Medewerkers op de woongroepen krijgen workshops aangeboden waarin ze leren om kwalitatief hoogwaardige maaltijden te bereiden en deze met aandacht te serveren. Daarbij maakt men gebruik van de nodige instrumenten, zoals een Verbeterbord, dat aangeeft waar er aanpassingen moeten worden doorgevoerd.

Niko Klop: "Maar we zijn er nog niet. Eten en drinken zullen altijd aandacht blijven vragen. Belangrijk is dat we het samen doen, met z'n allen."



Twee bewoners van Catharinahof vertellen hun verhaal

SMAAK WEER TERUG

Er is hoop voor mensen die hun smaak verliezen. Hun probleem kan geheel of gedeeltelijk worden opgelost. Twee bewoners van Catharinahof in Grave vertellen hoe zij erin slaagden om hun smaak weer terug te krijgen. Chef gastro-engineering Wilko Lichtevelde begeleidde hen daarbij.

Meerdere smaakcentra

Het smaakcentrum Allesvoordesmaeck in Grave is een van de vier smaakcentra van Chefs Gastro-engineering: twee in België, twee in Nederland. Deze centra zetten zich in voor patiënten die lijden aan smaak- en reukstoornissen. Het andere smaakcentrum van de genoemde organisatie in Nederland is gevestigd in Schiedam.

Allesvoordesmaeck werkt mee aan een wetenschappelijk begeleid project met de steun van het Nationaal Fonds Tegen Kanker. Patiënten met kanker die kampen met geuren en smaakproblemen als gevolg van een chemobehandeling, worden gratis begeleid. Zoals blijkt uit het hoofdverhaal worden in Grave ook cliënten behandeld die hun smaak verloren door andere oorzaken.

De vier smaakcentra worden geleid door Chefs Gastro-engineering, die een opleiding genoten aan de School of Gastrologic Sciences and Primary Food Care te Leuven. De centra worden ondersteund door een team van experts en wetenschappers.

Los van Chefs Gastro-engineering bestaan er in Nederland overigens meerdere smaakcentra. In Ede is het Nederlands Reuk & Smaakcentrum actief dat onderzoek doet naar smaakverlies door corona. Onder de naam Het Smaakcentrum zijn verschillende centra actief in het zuiden des lands. Deze richten zich onder meer op de smaakontwikkeling van schoolkinderen.

Prettig gezelschap

Veel factoren bepalen of mensen wel of niet lekker eten. Ten aanzien van het koken – zie het hoofdverhaal – en ten aanzien van andere factoren zoals borden, bestek, omgeving, gezelschap aan tafel. Wilko Lichtevelde: "We gebruiken ronde borden, lange borden, diepe kommen, we werken echt aan de context. Het is ook van belang dat mensen goed zitten, gerieflijk. En dat ze gezelschap hebben waarbij ze zich thuis voelen."

"IEDEREEN GAAT WEER ANDERS OM MET SMAAK EN MET ZIEK ZIJN"

Het is van alle tijden: mensen die hun smaak en hun reuk verliezen en daardoor nauwelijks nog trek hebben. Ze eten weinig, verzwakken en glijden af.

Maar er zijn oplossingen, zo blijkt als we een bezoek brengen aan Catharinahof van BrabantZorg in Grave. Hier is het smaakcentrum Alles voor de Smaeck gevestigd. Het centrum – een van de vier in België en Nederland – wordt geleid door chef gastro-engineering Wilko Lichtevelde. Opgeleid aan de School of Gastrologic Sciences and Primary Food Care te Leuven. Een team van experts en wetenschappers ondersteunt hem en de andere chefs gastro-engineering.

Achtergrond

We vragen aan Lichtevelde om uiteen te zetten hoe hij te werk gaat. Stap voor stap. Graag met één of twee praktijkvoorbeelden. Dat kan. Maar eerst een stukje achtergrond, want om smaak te kunnen veranderen, moet je smaak kunnen begrijpen, zegt hij.

Om toe te voegen dat er sinds de uitbraak van corona, dat smaakverlies met zich mee kan brengen, een run is op smaak-

en reukoplossingen. Maar zoals gemeld: smaakverlies is niet iets van de laatste jaren. Behalve door corona kan het veroorzaakt worden door hartfalen, griep, kanker en chemokuren. En je kunt ook zonder smaak ter wereld komen. "Smaakverlies grijpt diep in", zegt Lichtevelde. "Ieder individu reageert anders. Sommigen eten ondanks smaakverlies gewoon door, anderen eten niet of nauwelijks meer en worden zelfs zwaarmoedig."

Wetenschappelijk onderzoek

Lichtevelde is in 2018 afgestudeerd als Chef Gastro Engineering LT. Hij kreeg vorig jaar de vraag of hij mee wilde doen aan een wetenschappelijk onderzoek en een smaakcentrum wilde openen. Door de bijbehorende aanvullende opleiding met succes te volgen en dankzij de medewerking van BrabantZorg, locatie Catharinahof te Grave, en de ondersteuning van de eerstelijns zorgprofessionals, haalde hij onlangs de benodigde autorisatie binnen.

Intussen heeft de chef drie cliënten met smaakverlies weer aan het eten gekregen. Anderen zullen volgen. De basis van de 'behandeling' is de smaaktest, de zogeheten smaakanamnese. De cliënt krijgt een aantal flesjes te proeven. Per smaak geeft hij of zij aan: lekker of niet lekker. Zo ontstaat er een top drie van preferente smaken.

Daarna wordt de concentratie bepaald. Daarop worden de basissmaken zoet, zuur, zout, bitter en umami losgelaten. De cliënt proeft opnieuw. De uitkomsten worden verwerkt in een computersysteem. Er rollen twee rapportages uit: een voor de cliënt en een voor de chef, het smaakprofiel.

"SOMMIGEN ETEN ONDANKS SMAAKVERLIES GEWOON DOOR, ANDEREN ETEN NIET OF NAUWELIJKS MEER EN WORDEN ZELFS ZWAARMOEDIG"

Smaakanamnese

De behandeling kan dan beginnen. Lichtevel: “Ik moet het vertrouwen van de cliënt krijgen. De cliënt moet het verkocht krijgen aan zijn of haar lichaam. Vervolgens moet ik ook de medewerking van de collega-koks krijgen. Ook zij moeten eraan mee willen werken.”

De smaakanamnese wordt omgezet in receptuur. Door bypasses – het betreft vaak kleine veranderingen – toe te passen, worden de menu’s geschikt gemaakt voor de persoon. “Is het een keer voor de betreffende cliënt niet toepasbaar in het menu, dan bereiden we wat anders.”

“Het is keihard werken omdat iedere cliënt anders is”, zegt Lichtevel. “Niet commercieel te maken, deze aanpak. Iedere cliënt heeft zijn eigen inzichten, iedereen gaat weer anders om met smaak en met ziek zijn. Sommigen proeven bijna niets, anders proeven een metaalsmaak of een kartonsmaak.”

Wortelstampot

De uiteenzetting is nog niet compleet. Het doorvoeren van aanpassingen gaat nog verder dan hiervoor geschetst. Neem wortelstampot. Wortels, uien en aardappelen. Koken, stampen en klaar is Kees.

Nee! Je kunt veel meer kanten op, blijkt uit de uiteenzetting van Lichtevel. “Snijd je die wortel dun, lang, kort of maak je er blokjes van? Hoe lang kook je die wortel? Gaar of niet helemaal gaar? Snij je die uien in hele ringen of halve ringen? Of maak je er grote of kleine blokjes van? Fruit je ze aan of geef je ze een kleurtje? Welke kruiden en specerijen voeg je toe? Gebruik je aardappelvocht met wat melkpoeder? Tijd, temperatuur, techniek. Alles heeft invloed bij de bereiding.”

“HET IS KEIHARD WERKEN OMDAT IEDERE CLIËNT ANDERS IS”

Ad Kocken (91) vond niets meer lekker

“ZONDER DIE SMAAKANAMNESE HAD IK HIER NIET GEZETEN”

De eerste cliënt die we spreken is Ad Kocken (91), woonachtig in een van de appartementen van Catharinahof. Hij viel tijdens de coronaperiode 15 kilo af. Werd zwakker en zwakker. Dokter en diëtist geraadpleegd. Kocken bleek een tekort aan koolhydraten te hebben.

Het eten smaakte niet. Niets was lekker, zeker de klinische voeding uit flesjes niet, zegt de voormalige ondernemer, hoewel hij er toch een beetje van dronk, nadat de voeding was aangevuld met Karvan Cévitam. Maar lekker? Nee, echt niet!

Waarschijnlijk was het smaakverlies het gevolg van corona. Begin april onderging Kocken de smaakanamnese. Proeven en nog eens proeven. De basissmaak umami (hartig) smaakte het best en al snel wist Lichtevel spek met uitjes te bereiden die de cliënt kon waarderen. Kocken daarover: “Fantastisch, heerlijk, m’n eten begon weer te smaken. Zuurkool met worst, op een gegeven moment smaakte dat weer net als vroeger.”

Opgeslagen in brein

Lichtevel over die bewuste zuurkool: “Zo’n gerecht zit in het brein van meneer opgeslagen. De hersenen weten hoe zijn zuurkool smaakt, maar zijn geur

en smaak zetten hem op het verkeerde been. Door aanpassingen kun je daar, uitgaande van zijn smaakprofiel, heel langzaam, stapje voor stapje, verbetering in brengen.”

Iedere keer werd geprobeerd of Kocken toe was aan iets anders, een andere smaak. “Tegelijkertijd bouwden we ook zijn klinische voeding af. We gaven hem puree, groenten, soep, we gingen steeds een stapje verder. Het waren aanpassingen op basis van het keuzemenu.”

En als dat niet lukte, gaven ze hem wat anders, een stukje vlees of bouillon. Of ze pasten de soep aan met kruiden, zegt Lichtevel. “Verder voegden we eiwitten toe aan de puree zodat meneer extra kon aansterken. We zijn net zolang doorgedaan totdat meneer weer gewoon kon eten. Dat punt hebben we na een traject van zes maanden begin oktober bereikt.”

Recht voor de raap

Kocken is een man die graag zijn mening geeft. Recht voor de raap is hij. Dat heeft bij het oplossen van zijn smaakproblemen geholpen. Lichtevel: “Doordat we precies te horen kregen wat meneer ervan vond, konden we snel reageren en ook snel de nodige stappen zetten.” Kocken is er blij mee. “Ik ben dankzij deze aanpak een gezelligere en gelukkiger mens geworden.”

Was dit ook gelukt zonder de smaakanamnese en de doorgevoerde aanpassingen? “Nee”, zegt Kocken, “als Wilko en die Belgische dame (Lobke van den Wijngaert van het Centre for Gastrology, red) die test niet hadden afgenomen, had ik hier beslist niet gezeten.”

“FANTASTISCH, HEERLIJK, M’N ETEN BEGON WEER TE SMAKEN”

Cliënten krijgen een aantal smaakjes te proeven.

Foto: Nick Gerrits

Ook voor mensen thuis

Smaakcentrum Allesvoordesmaeck staat ook open voor mensen die elders woonachtig zijn. Ook zij kunnen in het centrum terecht met hun smaak- en/of geurverlies. Wilko Lichtevel: “Mensen die thuis wonen krijgen van ons handvatten waar ze zich op kunnen baseren bij het kiezen en bereiden van gepersonaliseerde recepten. Daarnaast kunnen ze desgewenst een beroep op ons doen voor coaching en verdere begeleiding.”



Ad Kocken: “Zuurkool met worst smaakte op een gegeven moment weer net zo als vroeger.”

Een kleine greep uit ons assortiment van meer dan 1.000 artikelen



Gebakken kibbeling



Vis-zalmrolletjes in Hollandaisesaus



Gerookte zalm getrancheerd



Gegaarde zalmfilet met grillstreep



Diepvries kreeftensoep



Diverse vistapas



AMfish

convenience

AMfish is een grote totaalleverancier op de Nederlandse vismarkt en binnen Foodservice marktleider op het gebied van bereide visproducten (gebakken vis, gepocheerde vis en visspecialiteiten).

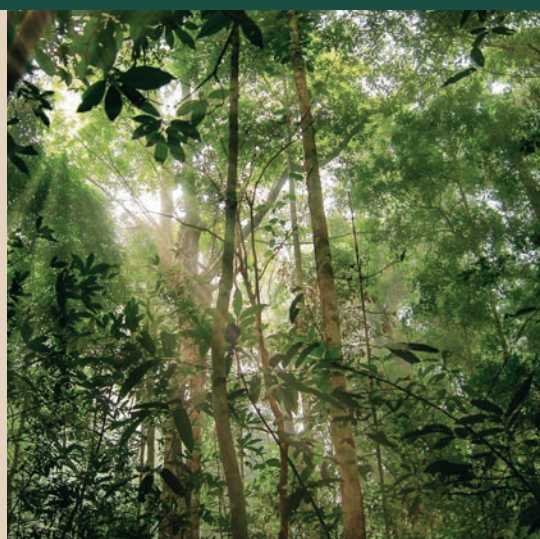
AMfish beschikt over een eigen bakafdeling, kookafdeling, portioneerafdeling, inpakafdeling en vrieshuis.

Productontwikkeling en innovaties staan hoog in het vaandel, maar ook maatwerk behoort tot onze mogelijkheden.

Heeft u interesse en/of vragen: informeer bij onze afdeling verkoop naar de mogelijkheden. Tel. 071 4080808 of e-mail verkoop@amfish.nl Wij zijn u graag van dienst.

ARLA BIOLOGISCH IS NU KLIMAATNEUTRAAL

Door compensatie en reductie. Alle broeikasgassen die we nog niet reduceren, compenseren we door de aanplant van bossen en het behoud van regenwoud.



ELKE KEUZE MAAKT EEN VERSCHIL

Meer weten? arla.nl/klimaatneutraal



Ursulita Tromp-Ridderstap (87) verloor smaak door cultuurschok

"ALS IK ZIE HOE HIJ WERKT, DAN MAAKT MIJ DAT BLIJ"

Ursulita Tromp-Ridderstap (87) kwam 37 jaar geleden vanuit Aruba naar Nederland. Het eten ging minder en minder, totdat ze twee jaar geleden bijna niets meer durfde te eten. Een groot probleem dat schreeuwde om een oplossing.

De overgang van Aruba naar Nederland veroorzaakte een soort cultuurschok bij de voormalige assistent-verpleegkundige. "Elke keer als ik at moest ik overgeven. Ik zat vol angst aangaande het eten."

De problemen laten zich raden. Keer op keer overgeven leidt tot een geïrriteerde maag en een geïrriteerde slokdarm waardoor deze organen overprikkeld raakten. Een oplossing werd aanvankelijk niet gevonden. Tot voor kort was die oplossing er ook niet. Sinds dit jaar dus wel.

Blij mens

Tijdens de smaakanamnese kwam ze smaken tegen die ze herkende van vroeger. Opgeslagen vanuit het kind zijn, zegt Lichtevelde. "Kip en vis bijvoorbeeld. Langzamerhand is ze steeds meer gaan eten. Vorige week hebben we kipgehakt uitgeprobeerd. Had ze nog nooit gegeten, maar ze vond het lekker. Het was een variatie op de dingen die we uit de smaakanamnese hebben kunnen opmaken. En zo voegen we steeds meer gerechten toe."

Ursulita lacht erbij. Ze een blij mens.

Over Lichtevelde: "Hij is goed. Als ik zie hoe hij werkt, dan maakt mij dat blij. Ik weet dan zeker dat ik lekkere gerechten krijg, gerechten die goed zijn voor mij. Je bent mijn zoon, zeg ik wel eens tegen hem. Ik houd van hem als mijn zoon."

Lange weg

Lichtevelde laat weten een lange weg met Ursulita afgelegd te hebben. Maar het resultaat mag er zijn. Daarover: "Zij waardeert het en haar kinderen waarderen het, want ze krijgen een andere moeder terug. Een moeder die minder snel angstig is, minder snel belt, die gelukkiger is. Haar kwaliteit van leven is enorm toegenomen dankzij de aanpak van haar smaakprobleem."

Ze krijgt nu meer gerechten die een link hebben met haar bakermat Aruba: rijst, kip, vis, af en toe rauwkost. Maar ze is er nog niet. Persoonlijke begeleiding blijft noodzakelijk. Lichtevelde: "We hebben nog elke dag contact met haar. Zo haal je de onzekerheid bij haar weg. De laatste maand zegt ze vaak: jij weet wat goed voor me is. Dat is de grootste winst, het mooiste wat je als chef kunt horen van een cliënt."

Ursulita Tromp-Ridderstap (87) durfde twee jaar geleden bijna niets meer te eten



"JE BENT MIJN ZOON, ZEG IK WEL EENS TEGEN HEM. IK HOUD VAN HEM ALS MIJN ZOON"

BEWEGEN VERHOOGT KWALITEIT VAN LEVEN

Drie keer per week bewegen heeft een positief effect op de kwaliteit van leven van bewoners met een psychogeriatrische aandoening binnen het verpleeghuis. Niet bewegen leidt daarentegen tot achteruitgang. Dit blijkt uit het afstudeeronderzoek Krachtig 80 van Sanne Veldkamp (21).

Effect van voeding

Uit eerder onderzoek is gebleken dat een combinatie van eiwitten en bewegen de spiermassa bij ouderen kan vergroten of terugloop ervan kan tegengaan. In de special 'Pit uit Eiwit' in Uitblinkers 5 (zie digitale versie van het magazine op Uitblinkersinzorg.nl) wordt dat beschreven. Dit heeft betrekking op het fysieke functioneren van ouderen. Het onderzoek van Sanne Veldkamp heeft uitsluitend betrekking op bewegen. "Maar we gaan wel na of we voeding hierbij ook kunnen betrekken. Dit gaan we doen in samenwerking met onze diëtisten. De eerste gesprekken zijn gevoerd. Het zou ideaal zijn als mensen iedere dag bewegen en iedere dag de juiste voeding binnenkrijgen. Ik verwacht dat we op dit terrein nog veel meer dingen gaan ontdekken."



"DANKZIJ HET BEWEGEN BEGON DE MAN 'S NACHTS WEER BETER TE SLAPEN"

Sanne Veldkamp verrichtte haar onderzoek als student Sportkunde aan de Hogeschool Arnhem en Nijmegen op twee locaties bij Stichting Zorgcentra Rivierenland: Vrijthof in Tiel en Ravestein in Geldermalsen. Ze betrok hierbij 30 bewoners: 16 in de controlegroep en 14 in de experimentele groep. Die laatste groep bewoog volgens een schema drie keer per week. Voor de bewoners in de controlegroep veranderde er niets.

Beide groepen bewoners – gemiddeld ouder dan 80 – werden gedurende acht weken beoordeeld met de Welzijnsmeter Dementie op basis van 74 stellingen met betrekking tot gedrag en functioneren. De antwoorden werden met behulp van de 'eerst verantwoordelijke verzorgenden' vastgelegd. Beide groepen ondergingen eerst een nulmeting, na acht weken volgde een tweede meting.

Mentaal welbevinden

De resultaten wijzen uit dat drie keer per week bewegen het mentaal welbevinden, een van de domeinen van de Welzijnsmeter Dementie, aanzienlijk verbetert. Dit ging van 3,23 naar 3,64 op een schaal van 0 tot en met 4. Bij de controlegroep daalde het mentaal welbevinden met 0,27.

De verschillen bij het domein lichamelijk welbevinden waren iets minder groot: een stijging van 0,19 bij de experimentele groep en een daling van 0,27 bij de controlegroep. Ook de domeinen participatie (+0,27) en woon- en leefomstandigheden (+0,19) werden onderzocht en vastgelegd. Deze resultaten waren minder in het oog springend.

Voetballen

De activiteiten van de experimentele groep bestonden uit twee keer per week 45 tot 60 minuten bewegen op de stoel in groepsverband. Het ging om oefeningen zoals armen strekken en heffen. De derde beweegsessie – individueel – was gericht op het opbouwen van conditie en bestond uit wandelen en aangepast fietsen, sporten op de hometrainer, voetballen vanuit de stoel of spelen met ballonnen. Deze sessies namen 15 tot 30 minuten in beslag.

Vrouw nu vrolijker

Sanne Veldkamp is als bewegingsagoog inmiddels voor drie dagen in de week in dienst van Stichting Zorgcentra Rivierenland op locatie Ravestein. Wat betekenen deze resultaten voor de cliënten? Ze noemt twee voorbeelden. "Een mevrouw was voor het experiment erg onrustig en angstig. Ze had last van haar knie. Dankzij die structurele beweegmomenten is ze nu mobieler geworden, ze heeft minder last van haar knie. Ze werd ook rustiger en vrolijker, vertelde ze mij. En dat straalde ze ook uit."

DE RESULTATEN WIJZEN UIT DAT DRIE KEER PER WEEK BEWEGEN HET MENTAAL WELBEVINDEN AANZIENLIJK VERBETERT

Bewegen verlaagt zorgkosten

Uit eerdere onderzoeken blijkt dat bewegen voor ouderen veel positieve effecten met zich meebrengt, meldt Sanne Veldkamp in haar onderzoeksverslag. Het heeft een goede invloed op participatie, zelfredzaamheid, kwaliteit van leven en het verlagen van de zorgkosten. Daarnaast heeft bewegen positieve gevolgen voor de aanspreekbaarheid, de lichamelijke conditie en het terugdringen van depressieve gevoelens.

Man slaapt beter

Het andere voorbeeld betreft een man. Daarover: "Hij lag hele nachten wakker. Was dan onrustig. Dankzij het bewegen begon de man 's nachts weer beter te slapen. Nog niet de volle acht uur, maar toch stukken beter dan eerst. Ook een mooi resultaat."

Besloten werd om de man ook na het onderzoek te laten bewegen. Iedere avond een kwartier 'fietsen' na het eten. Dat had resultaat.

Hoe nu verder?

Het onderzoek Krachtig 80 verdwijnt niet onder een laagje stof in een bureaulade, nee, er wordt wat mee gedaan. Veldkamp mocht de resultaten presenteren aan zorgmedewerkers en paramedici binnen de organisatie. "We gaan na wat we in de praktijk met de resultaten van dit onderzoek kunnen doen", zegt ze.

Om toe te voegen dat de organisatie ook voor haar onderzoek al bezig was om ouderen aan de beweegnorm te laten voldoen: "Ook het bevorderen van zelfredzaamheid en het verhogen van kwaliteit van leven van cliënten stond hoog op de agenda. Dat sprak me aan. Daarom ben ik hier dit onderzoek gaan doen."

VIJF TOP 5's WEGENS VIJFJARIG BESTAAN

WijGastvrij en het vakblad Uitblinkers bestaan vijf jaar. In deze editie 20 hebben we ter gelegenheid van dit jubileum vijf top 5's samengesteld die betrekking hebben op de verschenen uitgaven van Uitblinkers. De organisatie en het vakblad kwamen voort uit het samengaan van foodcare professionals en vHMN, organisaties die zich richten op medewerkers, leidinggevenden en managers die zich in de zorg bezighouden met eten, drinken en gastvrijheid. WijGastvrij en Uitblinkers doen dat ook.



Top 5 uitglijd'ers

1) Nr. 18 werd nr. 20

Op de cover van Uitblinkers 18 staat Uitblinkers 20. De rest klopt en we hebben het foutje in de digitale uitgave meteen hersteld. En er geen klachten over gekregen. Maar toch: een uitglijder!

2) kok met kleine letter, Directeur met hoofdletter

Het kan eigenlijk niet en toch vinden velen het heel gewoon. Hogere functies zoals Directeur, Voorzitter van de Raad van Bestuur, Manager Gastvrijheid worden vaak voorzien van een hoofdletter. Andere functies, zoals kok, voedingsassistent en gastvrijheidsmedewerker, moeten het doen zonder. Zijn zij minder belangrijk? Nee! Laten we dit onderscheid de wereld uit helpen.

3) 'Communicatie' blokkeert interview

We komen ze nog steeds tegen: communicatiemedewerkers van zorginstellingen en ziekenhuizen die het medewerkers moeilijk maken om hun verhaal te vertellen aan journalisten. Of dat zelfs blokkeren. Ook als het om onderwerpen met een positieve invalshoek gaat. Deze 'communicatiemedewerkers' staan communicatie in de weg en frustreren goedwillende collega's. Weg ermee!

4) "Uitblinkers is niet voor jou bestemd"

Een goede leidinggevende zorgt ervoor dat medewerkers hun werk naar behoren kunnen uitvoeren en zich kunnen ontwikkelen. Bijvoorbeeld door ze in staat te stellen om relevante vakbijeenkomsten te bezoeken, trainingen te volgen en vakbladen te lezen. Dat gebeurt niet overal. Toppunt was een gastvrijheidsmedewerker die van haar chef te horen kreeg dat Uitblinkers niet voor haar bestemd is, maar een vakblad is voor leidinggevenden. Zelf heeft deze leidinggevende het genoemde vakblad in ieder geval niet goed gelezen.

5) 20 koffie per dag voor hartpatiënt

Een patiënt met hartritmestoornissen die in het ziekenhuis ongeveer 20 koppen koffie per dag krijgt geserveerd. Het overkomt Bart Chabot drie dagen lang, vertelt hij in Uitblinkers 7. Kan echt niet. Maar hij had zelf ook beter moeten opletten, zegt hij.



Top 5 quotes

1) Angelique Lombarts:

"HOSPITALITY LEIDT TOT SNELLERE GENEZING EN DALENDE KOSTEN"

In Uitblinkers 4 een interview met dr. Angelique Lombarts over haar onderzoek naar de invloed van gastvrijheid op genezing en welbevinden. Ze strooit met suggesties om de hospitality in de zorg naar een hoger plan te tillen. Met de uitspraak "Hospitality leidt tot snellere genezing en dalende kosten" trekt ze de aandacht.

2) Thérèse Boer:

"WERKDRUK ZIT IN JE HOOFD"

In het eerste nummer van Uitblinkers een interview met Thérèse Boer, topgastvrouw en samen met haar man Jonnie eigenaar van driesterrenrestaurant De Librije in Zwolle. Ze laat weten dat veel mensen al heel snel zeggen dat ze het druk hebben. Maar daar gaat ze niet in mee. Vandaar haar uitspraak: "Werkdruk zit in je hoofd."

3) Paul Hoogmoed:

"UITBLINKERS MOET DE LINDA VAN DE ZORG WORDEN"

December 2017 worden wij – Jaap de Graaf en Sjoukje Kilian van De Graaf Communicatie – samen met enkele andere bedrijven benaderd met het verzoek of we eventueel het nieuwe vakblad van de nieuwe organisatie – de naam was nog niet bekend – willen gaan uitgeven. De nadruk moet liggen op gastvrijheid, eten en drinken. De voorkeur gaat uit naar een frisse, verrassende aanpak, laat Paul Hoogmoed, de latere penningmeester van WijGastvrij, ons weten. "Uitblinkers moet de Linda van de zorg worden", zegt hij. Nu, vijf jaar later, is het een mooi moment om deze uitspraak alsnog in Uitblinkers mee te nemen.

4) René Hilhorst:

"VAN EEN WARMTE MAALTIJD KUN JE DRIE UUR BELEVING MAKEN"

Boerenzoon René Hilhorst richtte samen met zijn vrouw particulier verzorgingshuis de Eemhorst in Soest op. Het samen met bewoners voorbereiden en bereiden van maaltijden krijgt daar veel aandacht, vandaar zijn uitspraak in Uitblinkers 18: "Van een warme maaltijd kun je drie uur beleving maken."

5) Jeanine Huijbregts:

"VERHALEN OVER STREEKPRODUCTEN WORDEN VAAK VERSPREID DOOR ADVISEURS DIE VER VAN HET BED STAAN"

Jeanine Huijbregts, adviseur gastvrijheid, laat in een interview in Uitblinkers 17 weten dat medewerkers op woongroepen druk zijn en niet bezig zijn met de herkomst van de producten. Haar uitspraak "Verhalen over streekproducten worden vaak verspreid door adviseurs die ver van het bed staan", sluit daar op aan.



Top 5 gastheren/gastvrouwen

1) Geke Booi

Steun en toeverlaat tijdens corona

Tijdens de coronaperiode in het heetst van de strijd ging voedingsassistent Geke Booi keer op keer vrijwillig 'achter de deur' van de corona-afdeling van het Antonius Ziekenhuis in Sneek. Zwaar werk in beschermende kleding, riskant. Maar ze deed het, zo melden we in Uitblinkers 14.

2) Michèle Uni

KLM-stewardess verrijkt de zorg

Michèle Uni is een voormalig KLM-stewardess die nu haar plaats heeft gevonden als activiteitenbegeleider in de zorg. Zeer gastvrij, zeer betrokken, zo blijkt uit de reportage in dit nummer van Uitblinkers. Misschien wel té betrokken, denkt ze wel eens. "Enthousiasme is m'n grootste valkuil."

3) Dinesh Kesharie

Optimistische vakman

In Uitblinkers 14 laat voedingsassistent Dinesh Kesharie van OLVG Amsterdam weten de mooiste baan ter wereld te hebben. Hij is een energieke, optimistische vakman die veel praat en veel lacht.

4) Ayşegül Sayar

Slim en betrokken

Ze was de eerste gastvrijheidsmedewerker die we interviewen voor Uitblinkers. Op 17 november 2017 werd Ayşegül Sayar, destijds werkzaam in het Spaarne Gasthuis, uitgeroepen tot Slimste Gastvrijheidsmedewerker. Ze is niet alleen slim, maar ook betrokken en behulpzaam.

5) Colinda Blokzijl

"Er zou meer waardering moeten zijn"

In Uitblinkers 16 vertelt Colinda Blokzijl, voedingsassistent in het Diaconessenhuis, dat ze haar werk erg leuk vindt. "Maar als voedingsassistenten hangen wij er maar een beetje bij." En even verderop: "Er zou meer waardering en erkenning moeten zijn." En zo is het.



Top 5 aanjagers



1) Michel Overwijk

Lanceert suggesties

Michel Overwijk is als voorzitter van WijGastvrij in ieder nummer van Uitblinkers aanwezig. Hij poneert ideeën, lanceert suggesties en vervult een aanjaagfunctie, zoals in zijn column van nr.19. Daarin spoort hij de zorg aan om een voortrekkersrol op te pakken ten aanzien van gezondheid. Overwijk ziet daarin een grote rol weggelegd voor eten en drinken.



2) Ignar Rip

Muziek op maat

Hij houdt van muziek en gelooft daar ook in. Lanceerde in Uitblinkers 15 het muziekdoosje, de Joy, met daarin muziek op maat voor ouderen die kampen met dementie. Ze gaan er beter door eten en de zorgzwaarte vermindert. Wat wil je nog meer?



3) Coosje Schaank

Kritisch interview

Op de valreep van haar carrière trekt ze de stoute schoenen aan en werkt ze mee aan een kritisch interview in Uitblinkers 19. Zorgassistent Coosje Schaank (66) is van oordeel dat voeding meer aandacht moet krijgen in het ziekenhuis. En ze licht dat ook toe. Ze pleit voor een landelijke opleiding voor voedingsassistenten op niveau 3 of 4.



4) Hugo Borst

Voorstander versbereid

Onder de titel 'Mijn ma' schreef Hugo Borst over het verblijf van zijn moeder in een verpleeghuis. In Uitblinkers 13 brengen we een interview met Borst, wiens manifest ervoor zorgt dat de regering €2,1 miljard extra ter beschikking stelt voor aanvullende zorg. Hij is voorstander van kleinschalige woonvoorzieningen waar bewoners kunnen genieten van versbereide maaltijden.



5) Milo Berlijn

De humor van het vak

Milo Berlijn duikt keer op keer op in de zorg als entertainer, cabaretier en gastvrijheidstrainer. Zijn Pimp Theatershow leert managers en medewerkers om zo nu en dan een geintje uit te halen en de humor van het vak in te zien. "Zo houd je het langer vol en bezorg je gasten en cliënten prettige uren", zegt hij in Uitblinkers 10.

Top 5 smaakmakers

1) Wilko Lichtevelde

Helpt mensen met smaakverlies

Wilko Lichtevelde is een chef die erin slaagt om mensen, die hun smaak en reuk verloren, weer met smaak te laten eten. Dat is een hele klus, bewerkelijk, verre van eenvoudig. Lichtevelde beheerst dit moeilijke onderdeel van het vak. En hij kan het uitleggen. Hij is een topsmaakmaker. Zie de reportage vanaf pagina 26.

2) Shoja Hamidi

Bedenker 7 Kruiden Soep

Shoja Hamidi is een chef die zijn vak graag uitdraagt. Ten behoeve van de reportage in Uitblinkers 17 ontvangt hij ons thuis omdat dit in zorgcentrum Vredenoord, waar hij werkt, op dat moment lastig is. Hij laat zien hoe zijn 7 Kruiden Soep tot stand komt. De receptuur krijgen we cadeau.

3) Niels Majoor

Nagerechten op basis van groenten

Hij bedacht en bereidde nagerechten op basis van groenten met vruchten en noten. We hebben zelf kunnen vaststellen dat ze behalve gezond ook lekker zijn. Teamleider keuken Niels Majoor vertelt zijn verhaal in Uitblinkers 12. Hij werkte destijds in het Flevoziekenhuis te Almere, thans werkt hij elders.

4) Peter Sol

Vers koken, veel keus

Zeven dagen in de week vers koken en toch een groot, divers aanbod waaruit de patiënt enkele uren voor etenstijd kan kiezen. 's Morgens koken ze voor medewerkers, 's middag voor patiënten. Weinig waste, lekkere gerechten. Peter Sol, manager voedingsproductie in het Tergooi, ziekenhuis met locaties in Hilversum en Blaricum, doet dat goed met zijn kundige team.

5) Eric-Jan de Smaakman

Kennis, kunde en kruiden

Eric-Jan de Smaakman ofwel Eric-Jan Wissink is een van de chefs die zijn stempel op Uitblinkers heeft gedrukt. In diverse nummers kwam de zelfstandig ondernemer aan bod. Thans deelt hij graag zijn kennis, kunde en kruiden met vakgenoten en vrijwilligers die dagelijks werken voor mensen met smaak- of geurverlies. En dat doet hij goed.



Alle maaltijdtransportoplossingen onder één dak!
Wij bedienen u van A tot aan Bed en terug met het juiste advies

hofland
GROOTKEUKEN &
CATERING EQUIPMENT

SDX

NIEUW: TEMPTAINER 3rd GENERATION

2 x dubbelwandig rvs

TOUCH
DISPLAY

PROACT houdt actief warm & koud op 1 dienblad

roomservice "on demand"

temptainer®

SDX: Verwarmd, gekoeld of neutraal maaltijdtransport

DE INNOVATIE VAN 2021

ook verkrijgbaar hybride en met RVS buitenzijde!

www.hoflandgrootkeuken.com/proact

rational
PRODUCTION

Bekijk de PROACT en onze andere innovatieve maaltijdtransportoplossing tijdens HORECAVA 2022 of vraag een demo aan!

Bel of mail ons voor een overzicht aan opties of referenties. It's all about good | food logistics

T: +31(0)180 417 533

E: verkoop@hoflandgrootkeuken.nl

W: www.hoflandgrootkeuken.com



**ON THE WAY TO
PLANETPROOF**
DE DUURZAMERE KEUZE*

Wat is het On the way to
PlanetProof keurmerk?

Het onafhankelijke keurmerk On the way to PlanetProof bewijst ('Proof') dat je een product koopt dat duurzamer is geproduceerd en daardoor een betere keuze voor natuur, klimaat én dier. Met het keurmerk werken boeren, tuinders en andere bedrijven toe naar een productie die in evenwicht is met de draagkracht van onze planeet. Zij zetten steeds verdere stappen om de aarde minder te belasten. ('On the way to...'). Er is een groot aanbod van producten met dit keurmerk, dat je kunt tegenkomen op zuivel, groenten en fruit, eieren, bloemen en planten.



*On the way to PlanetProof is een keurmerk van Stichting Milieukeur, voor meer informatie kijk op www.planetproof.nl

Zorg buigt zich over klimaatdoelen

ER VALT VEEL TE WINNEN

De zorg is vanaf maart 2020 tot het uiterste gegaan om corona het hoofd te bieden. En nu spelen tekorten aan medewerkers de sector parten. Behoorlijk ziekteverzuim, hoge werkdruk en dan moeten er ook nog een paar klimaatdoelen worden gehaald. Uiteraard doet de zorg daar als maatschappelijk partner aan mee. We moeten het land met z'n allen beschermen tegen klimaatverandering en de uitstoot van broeikasgassen verminderen. Nationale en internationale afspraken zijn gemaakt. Nederland wil de Europese doelstelling zelfs verhogen tot 55% minder uitstoot van broeikasgassen in 2030. Dat duurt nog even, maar het komt eraan en er wordt aan gewerkt. Ook ten aanzien van eten en drinken zal er verduurzaamd moeten worden en daarom streven we naar minder CO₂-uitstoot, minder voedselverspilling, minder dieronvriendelijke producten en meer Fairtrade. Er valt veel te winnen, zo blijkt uit onze duurzaamheidsspecial.



Product zonder keurmerk

Een keurmerk laat zien dat een product aan bepaalde eisen voldoet, maar een product zonder keurmerk is niet per se slechter, meldt Milieu Centraal. Een fabrikant kan verschillende redenen hebben om geen keurmerk aan te vragen. Misschien vindt hij de aanvraag en de controle van het keurmerk te duur, of de eisen die het keurmerk stelt te laag. Of hij ziet geen meerwaarde van het keurmerk omdat het te onbekend is. Het ontbreken van een keurmerk wil dus niet zeggen dat het product niet duurzaam is. Het is alleen lastiger te beoordelen voor consumenten.

“WIJ WILLEN HET GEBRUIK VAN KEURMERKEN NIET ONTMOEDIGEN”

Maar excessen komen nog steeds voor. Pesticiden op biologische rozijnen bijvoorbeeld. Hoe kan dat? En er zijn tegenstrijdige belangen. Een biologische kip die meer ruimte krijgt en een langere opgroeitijd kent, is vanuit dierenwelzijn toe te juichen. Maar deze kip heeft een grotere impact op het milieu dan een kip die sneller opgroeit op een kleinere ruimte. Dat zijn dilemma's.

Vleesvervangers

Een soortgelijk dilemma is aanwezig ten aanzien van vleesvervangers. Bevorderlijk voor het dierenwelzijn en het milieu, maar ze kunnen wel relatief veel zout en suiker bevatten, met als gevolg dat ze minder gezond zijn.

Toch wint vegetarisch terrein. KLM overweegt zelfs om er wereldwijd op over te stappen. April jongstleden ging de luchtvaartmaatschappij al over op 'vega' in de Economy Class op Europese vluchten.

Voor het milieu is het beter als KLM helemaal niet meer vliegt, maar als het dan toch gebeurt, is vegetarisch een goed alternatief. Ook in de lucht. De productie van vlees vergt veel water en zorgt voor een grote uitstoot van broeikasgassen. Voor de productie van één kilo rundvlees is zelfs 15.000 liter water nodig, meldt Voedinginzorg.nl.

Keurmerkenwijzer

Terug naar de keurmerken. Milieu Centraal verstrekt op haar site Keurmerkenwijzer.nl heldere informatie over pakweg 300 keurmerken voor onder meer voeding en verpakkingen. De keurmerken worden per categorie beschreven.

Ze worden beoordeeld op de aspecten milieu, dier, mens, controle en transparantie. Ze variëren van een zeer hoog tot een zeer laag ambitieniveau. Dit wordt per aspect weergegeven. De best beoordeelde keurmerken staan voorin de rij, de keurmerken die minder hoog worden aangeslagen, staan achterin.

In de categorie vlees – 25 keurmerken – staat het Demeter-keurmerk als eerste vermeld. Deze producten voldoen in Nederland altijd aan de eisen van de biologische landbouw en dragen dus het Europese keurmerk voor biologisch, zo meldt de Keurmerkenwijzer. Daar bovenop heeft Demeter aanvullende voorwaarden ten aanzien van dierenwelzijn.

Geaccrediteerde organisatie

Het Demeter-keurmerk is bestemd voor biologisch-dynamische landbouw en komt voort uit de antroposofie, een levensbeschouwing die uitgaat van samenhang tussen mens, plant, dier, bodem en kosmos. Een onafhankelijke, geaccrediteerde organisatie is verantwoordelijk voor de controle. Het beeldmerk van Demeter is terug te vinden op allerlei soorten biologisch-dynamische producten, dus niet alleen op vlees.

Onderaan in de lijst staat het beeldmerk 'Beter voor Kip, Natuur en Boer'. Dit heeft betrekking op niet-biologisch kippenvlees van Albert Heijn. Er is op moment van schrijven – 14 oktober – nog geen eisenpakket gepubliceerd. Milieu Centraal laat weten dat het ambitieniveau van dit programma nog niet beoordeeld kan worden.

Controle onduidelijk

Ook in de categorie zuivel – elf keurmerken – staat Demeter op de eerste plaats. Achteraan in de rij treffen we 'Beter voor de koe' aan, een bedrijfslogo van Melkunie. Hier worden geen harde eisen aan het keurmerk gesteld, aldus Milieu Centraal. Het is bovendien onduidelijk hoe de controle geregeld is, aldus de organisatie.

Melkunie geeft aan dat er wel enkele maatregelen worden gehanteerd. Zo gaan de koeien bij goed weer naar buiten in weides met bloemen en kruiden. Als ze binnen zijn, hebben ze volgens Melkunie ruimere stallen dan wettelijk verplicht en kunnen de koeien zelf bepalen wanneer ze eten, drinken en liggen. De boerderijen maken volgens Melkunie gebruik van 100% groene energie.

Andere rubrieken die je naast vlees en zuivel ten aanzien van voeding aantreft in de Keurmerkenwijzer zijn koffie/thee/chocolade, eieren, groenten/ fruit en voeding overig.

“IEDEREEN KAN ALLES ZEGGEN ALS HET GAAT OM DUURZAAMHEID”

Inkopers gebaat bij heldere, onafhankelijke informatie

WAT ZEGGEN KEURMERKEN?

Hoe duurzaam is de voeding die je verstrekt? En hoe betrouwbaar is de informatie afkomstig van leveranciers? De antwoorden op die vragen blijven vaak een beetje in de lucht hangen. Tal van aspecten spelen een rol en je kunt niet alles zelf controleren. Daarom zijn er keurmerken.

Keurmerken zeggen iets over de producten. Dat is al wat. Toch kun je ook niet blind afgaan op de informatie die keurmerken verstrekken. Niet ieder keurmerk is onafhankelijk. Een aantal is in het leven geroepen door bedrijven met directe commerciële belangen bij het betreffende product.

“Iedereen kan alles zeggen en schrijven als het gaat om duurzaamheid”, zegt een woordvoester van Foodwatch, een maatschappelijke organisatie die zich sterk maakt voor ‘eerlijk, veilig en gezond eten’.

Keurmerken niet ontmoedigen

Dat niet alle keurmerken onafhankelijk en zuiver zijn, wil overigens niet zeggen dat Foodwatch de keurmerken verwerpt. Nee, elke stap in de richting van meer duidelijkheid en duurzaamheid is er een, zegt de organisatie. “Wij willen het gebruik van keurmerken daarom niet ontmoedigen.”

Kleine aanpassingen kunnen acceptatie duurzaamheid vergroten

ZO MAAK JE HET MENU GROENER

Het introduceren van vegetarische gerechten biedt uit het oogpunt van milieu en dierenwelzijn voordelen. Maar pas op: het begrip vegetarisch schrikt nog steeds veel mensen af. Bedenk leuke, aantrekkelijke namen voor vegetarische gerechten.

De pilot Verduurzaming voeding

Vlees, zuivel en kaas staan in Nederland, en ook in de zorg, veel op het menu. De dierlijke eiwitten in deze producten belasten het milieu, meer dan plantaardige eiwitten, door de hoge CO₂-uitstoot en door water, elektriciteit en grondstoffen die nodig zijn voor de productie, meldt Intrakoop.

In de pilot van deze inkooporganisatie stond centraal hoe we de hoeveelheid dierlijke eiwitten in het menu kunnen verlagen met als gevolg minder CO₂-uitstoot, zonder dat dit ten koste gaat van de gezondheid en smaakbeleving van bewoners, cliënten en patiënten. Vier deelnemers deden mee aan de pilot: Dijklander Ziekenhuis, Lucrato Werkbedrijf, Martini Ziekenhuis en St. Pieters en Bloklands Gasthuis.

Presentatie en naamgeving spelen een grote rol bij de acceptatie van vegetarische gerechten. Ook de plaats op het keuzemenu is van belang.

Wie vegetarische gerechten wil introduceren bij cliënten en medewerkers zal zich moeten realiseren dat kleine aanpassingen in de presentatie grote gevolgen kunnen hebben voor de acceptatie. Dat bleek tijdens een webinar van Intrakoop, gericht op verduurzaming, circulair werken en het terugdringen van CO₂-uitstoot.

Verrassende factoren

Om de CO₂-uitstoot te verminderen is het noodzakelijk om de vleesconsumptie terug te dringen ten faveure van plantaardig. De zorg is daarmee bezig, zo bleek. Twee ziekenhuizen, een organisatie voor ouderenzorg en een werkbedrijf namen deel aan de pilot van Intrakoop.

Uit die pilot kwam naar voren dat de acceptatie van vegetarische maaltijden samenhangt met verschillende factoren, verrassende factoren soms. Een daarvan is de presentatie. Een deelnemer maakt gebruik van twee keuzemenu's: A en B. Als je het vegetarische gerecht in menu A plaatst, kiezen meer cliënten ervoor dan wanneer je het in B plaatst.

Aantrekkelijke naam

Een andere tip had betrekking op de naamgeving. Noem vegetarische gerechten bij voorkeur niet vegetarisch, want dat schrikt af. Bedenk een aantrekkelijke naam. Huisgemaakte soep in plaats van vegetarische soep. Groentelasagne in plaats van vegetarische lasagne. In dat geval zijn mensen eerder geneigd om voor het vegetarische gerecht te kiezen.

De deelnemers maken gebruik van de zorgmonitor Gezond en Duurzaam. Deze biedt inzicht in het antwoord op de vraag hoe gezond en duurzaam een bepaalde organisatie bezig is. De deelnemers streven naar het verstrekken van meer plantaardige eiwitten en minder dierlijke.

**“HET IS EEN UITDAGING OM DE KOKS
MEE TE KRIJGEN IN DIT VERHAAL”**



Weerstand wegnemen

Maar dat levert hier en daar weerstand op, zo bleek. Mensen hebben snel het idee dat iets niet meer mag, zei een deelnemer. Daarom werkt verleiden beter dan verbieden.

Een ander mogelijk struikelblok is beïnvloeding. Sommige cliënten zijn faliekant tegen vegetarische gerechten en steken dat niet onder stoelen of banken. De kans bestaat dat ze anderen beïnvloeden. Een ander onderdeel dat aandacht verdient is de keuken. De koks die daar werken, moeten het streven naar meer plantaardige eiwitten ondersteunen. Een deelnemer: “Het is een uitdaging om hen mee te krijgen in dit verhaal. Het zijn koks met een eigen expertise en je gaat toch een beetje op hun stoel zitten.”

Kleine stappen

Het doorvoeren van duurzaamheid kan het best in kleine stappen gebeuren, zeker in het begin. Je zou bijvoorbeeld kunnen beginnen met Meatless Monday, geen vlees op maandag voor de medewerkers.

De deelnemer die dat had doorgevoerd, had daaraan voorafgaand een enquête laten invullen. Daaruit kwam naar voren dat de medewerkers welwillend stonden tegenover het plan om minder vlees te serveren.

Aangeraden werd om de doelgroep te betrekken bij het hoe en waarom van het terugdringen van de vleesconsumptie en andere maatregelen die de duurzaamheid ten goede komen. “Laat ze meedenken, de weerstand zal dan verdwijnen.”

Vleesvervangers

Ten aanzien van de vleesvervangers klonken er positieve en kritische geluiden. Mooi dat ze er zijn, want hoe meer alternatieven voor vlees, hoe beter, maar ze zijn vaak aan de dure kant en worden niet altijd even goed gewaardeerd.

Bovendien is het zoutgehalte vaak aan de hoge kant, aldus een deelnemer. Haar tip: “Kies daarom bij voorkeur gerechten die van nature geen vlees bevatten. Bijvoorbeeld champignonragout of een omelet.”

PLANTAARDIGE MAALTIJDEN EN SNACKS VOOR DE ZORG



“Ik denk dat het belangrijk is om ook aandacht te besteden aan het plantaardige voedingsaanbod in de transitie naar een gezonder ziekenhuis. Zo kan de patiënt die door dieet, levens- of geloofsovertuiging (sommige) dierlijke producten niet consumeert ook uit een breed scala aan maaltijden kiezen om aan zijn of haar wensen en behoeften te voldoen.”

Laura Zantman - Projectmedewerker Goede Zorg Proef Je

Door vaker duurzamere producten te gebruiken kan de zorg bijdragen aan minder CO₂-uitstoot.

Leveranciers en instanties helpen een handje

VERKLEIN JE VOETAFDRIJK IN HET MILIEU

Wat kunnen zorginstellingen en ziekenhuizen doen om eten en drinken te verduurzamen? En hoe kunnen leveranciers en instanties daarbij helpen?

E-learning

Huuskes biedt de e-learning 'Duurzaam eten en drinken in de zorg' aan. In deze online training – breed inzetbaar binnen zorgorganisaties – doen medewerkers kennis op over hoe zij duurzamer om kunnen gaan met eten en drinken in hun dagelijkse werk.

GARDEN GOURMET® en **Health Food Wall** ontwikkelen een veganistisch menu van maaltijden en snacks voor de zorg.

De recepten zijn speciaal ontwikkeld om de zorg te ondersteunen in de groeiende behoefte aan smakelijke en volwaardige veganistische maaltijden. Een grote groep ziekenhuizen in Nederland heeft de intentieverklaring 'Voorhoedeziekenhuizen in Voeding' getekend. Hiermee verklaren de ziekenhuizen dat ze in 2022 een volledig gezond en duurzaam voedingsaanbod hebben voor patiënten, bezoekers en medewerkers. Het aanbieden van veganistische maaltijden en snacks helpt ziekenhuizen om dit doel te bereiken.

Het assortiment bestaat uit een volledig weekmenu, met 7 diverse maaltijden en 3 heerlijke snacks. Elk product is apart te bestellen en wordt kant-en-klaar en vriesvers aangeleverd. Alle maaltijden en snacks zijn met veel zorg ontwikkeld en voldoen aan de richtlijnen voor de zorg. Alle ingrediënten zijn samengesteld om een herkenbaar, voedzaam en zeer smakelijk product te maken. De maaltijden en snacks zijn uitermate geschikt voor de veganistische patiënt. De zorg kan een duurzame stap maken door de gerechten op een vaste dag van de week aan te bieden aan een groot deel van de patiënten. Denk bijvoorbeeld aan het introduceren van een 'Meatless Monday' of 'Veganistische Vrijdag'.

Anno 2021 is iedere zorgleverancier bezig met duurzaamheid. Met als doel zelf duurzamer te gaan werken en afnemers te helpen hun beleid ten aanzien van eten en drinken te verduurzamen. De beoogde resultaten zijn onder andere: minder CO₂-uitstoot, minder voedselverspilling, minder dieronvriendelijke producten en meer Fairtrade. Ofwel, je voetafdruk in het milieu verkleinen.

De Green Deal Duurzame Zorg helpt daarbij. Datzelfde kan gezegd worden over de Milieu Thermometer Zorg van het Milieu Platform Zorg. Zorgaanbieders kunnen zich hierbij aansluiten om kenbaar te maken dat ze over de volle breedte een duurzaam beleid voeren. Met

eten en drinken als onderdeel. Ze kunnen de niveaus brons, zilver en goud behalen.

Drie hoofdlijnen

Als het gaat om duurzaamheid ten aanzien van eten en drinken in de zorg, zijn de volgende drie hoofdlijnen van belang: voedselverspilling verminderen, de inkoop van duurzame producten stimuleren en het gebruik van plantaardige producten bevorderen.

Een bedrijf dat hier concreet invulling aan geeft is Huuskes. Deze leverancier van maaltijden en boodschappen heeft een eigen duurzaamheidsprogramma ontwikkeld en geïntroduceerd: de Huuskes Green Deal.

Gemeld wordt dat jaarlijks ongeveer 30 tot 40% van het ingekochte eten en drinken in zorginstellingen en ziekenhuizen in de vuilnisbak belandt. Dit hoge percentage is vastgesteld op basis van onderzoek van Wageningen Universiteit uit 2016. Mogelijk is het percentage verspilling inmiddels teruggebracht, maar het is nog altijd te hoog.

“WE KUNNEN DE WERELD NIET VERBETEREN, MAAR WE KUNNEN WEL BIJDRAGEN AAN EEN BETERE WERELD”



Bent u ook klaar voor een duurzame stap voor uw patiënten en bent u benieuwd naar het aanbod? Neem dan contact op via info@healthfoodwall.com of scan de QR-code en bekijk onze brochure!

Wilt u meer informatie over de producten van GARDEN GOURMET®? Kijk dan op www.nestleprofessional.nl/garden-gourmet.



Voedselverspillingmeter

De voedselverspillingmeter van Huuskes stelt afnemers in staat de verspilling in kaart te brengen. De rapportage die hieruit voortkomt, geeft binnen diverse processtappen aan waar de pijnpunten liggen. Dit leidt tot een verbeterplan waarmee de organisatie de verspilling terug kan dringen. Een projectmanager van Huuskes ondersteunt de klant daarbij middels een overzichtelijk stappenplan, zegt duurzaamheidsspecialist Marc Nefkens. “Het instrument dat we hebben ontwikkeld, is gebruiksvriendelijk. Voor de zorg is dat een voorwaarde omdat de werkdruk op veel plaatsen hoog is.”

Duurzaam inkopen

Door vaker duurzamere producten te gebruiken kan de zorg bijdragen aan minder CO2-uitstoot. Dit kan door te kiezen voor producten met duurzaamheidskeurmerken. Huuskes biedt hiervoor een speciaal Fresh & Fair assortiment aan en geeft klanten inzicht in het percentage duurzame inkoop. De tien topkeurmerken van Milieu Centraal zijn daarbij leidend.

Onder Fresh & Fair vindt de klant biologische, Fairtrade, diervriendelijke en milieuvriendelijke artikelen. Nefkens: “Zo kunnen afnemers eenvoudig duurzame keuzes maken in ons assortiment. Hiermee sluiten we aan op de voorschriften van Milieu Thermometer Zorg, waarbij 10% van het ingekochte eten & drinken duurzaam moet zijn, om zo meer punten voor een hoger niveau te halen.”

Minder vlees

Ook het eten van plantaardige alternatieven in plaats van dierlijke producten krijgt aandacht. De uitgebreide menucyclus van Huuskes biedt elke dag een maaltijd zonder vis en vlees, daarnaast biedt men een breed assortiment vleesvervangers aan.

Nefkens laat weten dat afnemers in het westen van ons land al verder zijn met het terugdringen van de vleesconsumptie dan afnemers elders. Er is nog veel te doen rondom duurzaamheid; om te besluiten met: “Mijn slogan is: we kunnen de wereld niet verbeteren, maar we kunnen wel bijdragen aan een betere wereld.”

COLUMN



Geert Hilferink schrijft als redacteur voor verschillende uitgaven, waaronder *Uitblinkers*. In deze column beschrijft hij zijn eigen ervaringen als patiënt met gastvrijheid in de zorg.

Verlies nooit je enthousiasme

Of het nu om de horeca, de dienstverlenende sector of de zorg gaat, gastvrijheid begint in mijn ogen altijd met een vriendelijke glimlach. Liefst gevolgd door een enthousiast ‘Hoe gaat met je?’ en ‘Kan ik je ergens mee helpen?’ Vooral dat enthousiasme vind ik belangrijk. Daar word ik namelijk blij van en ik ben ervan overtuigd dat ik niet als enige die ervaring heb.

Het is daarom dat ik met enige verbazing de uitspraak van Michèle Uni elders in deze uitgave lees. ‘Enthousiasme is mijn grootste valkuil’, zegt de voormalig stewardess, die inmiddels in de zorg werkt.

Hoe kan enthousiasme nu een valkuil zijn? Ik zie het als één van de mooiste karaktereigenschappen die een mens kan hebben. Enthousiaste mensen brengen energie in de ruimte en zorgen vaak voor een vrolijke sfeer. Bedoeld of onbedoeld. En het mooie is dat ze dit zelf niet bewust doen, maar gewoon door zichzelf te zijn anderen opfleuren. Zeker in de zorg een zegen, zou ik zeggen. Of het nu een verpleegster is die de kamer binnenkomt voor wat onderzoekjes of de gastvrijheidsmedewerker die het eten komt brengen. Op het moment dat enthousiasme en vrolijkheid een kamer instappen of aan je tafel komen staan, word je daar blij van. Toch?

Michèle heeft het zeker niet zo bedoeld, maar haar uitspraak lokt bij mij een soort tegenreactie op. Een waarschuwing en tegelijk een noodkreet. Verlies nooit je enthousiasme!

Want daarmee zou een enorm belangrijk deel van de gastvrijheid verloren gaan. Een deel dat – zeker in de zorg – voor heel veel mensen zo enorm belangrijk is. Voor patiënten, bewoners, collega’s en gasten. Koester jouw enthousiasme en blijf mensen blij maken met jouw energie!

Samen maken we de zorg duurzamer



Voedselverspilling verminderen



Inkoop van duurzame producten stimuleren



Gebruik plantaardige producten stimuleren

Huuskes Green Deal is het duurzaamheidsprogramma voor klanten van Huuskes. Het doel van het programma is om samen de zorg- en ziekenhuissector op gebied van eten en drinken te verduurzamen.

Kijk voor meer informatie op: huuskes.nl/green-deal
Of neem contact op met jouw accountmanager van Huuskes.



HUUSKES
GREEN DEAL



Meander

locatie Hoeve Overhuizen



Landelijk; zowel binnen als buiten

Omgeven tussen de weilanden met koeien en fruitbomen ligt Meander Hoeve Overhuizen. Een leefomgeving voor mensen met dementie. Het prachtige omringende landschap is doorgetrokken in de stijl van de kleinschalig wonen keukens. Van Gestel heeft vijf keukens mogen leveren, allen in dezelfde stijl maar voorzien van een andere kleur. De keukens beschikken over een MedSparkle vaatwasmachine van Rhima, inbouwapparatuur van Siemens en een combiteamer van MKN.

Is uw locatie toe aan een nieuwe keuken of vervanging van apparatuur? Onze adviseurs denken graag mee.

Scan de QR-code en laat u inspireren!

van
gestel

GROOTKEUKENTECHNIEK

055 - 526 33 33

www.vangestelhoreca.nl

scan hier!

