



Arteveldehogeschool
Campus Sint-Amandsberg
J. Gerardstraat 18, 9040 Sint Amandsberg

Bachelor in de pedagogie van het jonge kind

PlantAARDIG opgroeien een gift... op weg naar een betere wereld met de eiwitshift

Een onderzoek naar een duurzame implementatie van de eiwitshift
in kinderdagverblijven van de stad Gent

Bachelorproefbegeleider

Mevrouw An Raes

Bachelorproef voorgedragen door:
Marijke Goeman

Academiejaar

2022-2023

Tot het bekomen van de graad van
Bachelor in de pedagogie van het
jonge kind

Woord vooraf

Toen ik vijf jaar geleden startte aan deze opleiding had ik nooit gedacht dat ik mijn parcours zou eindigen met mijn eerste grote passie: voeding. Het was dan ook een verrassing toen vorig jaar het project “de eiwitshift op ons bord” figuurlijk op mijn bord terechtkwam. Enigszins voorzichtig verkende ik de wereld van plantaardige voeding en alle voordelen die plantaardige voeding met zich meebrengt. Hoe meer ik in het onderwerp dook, hoe meer ik erdoor begeistert raakte. Na de ontwikkeling van het Veggiehuisje, eind vorig jaar, was de keuze dan ook snel gemaakt om dit thema verder te onderzoeken. Voor mezelf en mijn gezin is het alvast geslaagd, zij hebben nooit eerder zoveel plantaardig gegeten als het voorbije jaar. Een eiwitshift is dus wel degelijk mogelijk voor iedereen! Dit gezegd zijnde wil ik graag enkele mensen bedanken zonder wie het schrijven van deze bachelorproef niet mogelijk was:

Allereerst wil ik de docenten uit de opleiding bedanken. Dankzij deze opleiding ben ik niet alleen professioneel gegroeid, ik ben ook als persoon gegroeid. Ik ben dankbaar voor de inspirerende lessen en de fijne leermomenten. Dank jullie wel allemaal!

Een speciaal woordje nog van dank aan mijn docente en bachelorproefbegeleidster An Raes: Bedankt om jouw kennis te delen, voor de vele goede tips en de rijkge vulde ondersteuningsmomenten. Elke les was een opkikker en een fijn leermoment. Dank je wel!

Vervolgens wil ik graag Elena Lievens bedanken. Met jouw expertise en enthousiasme heb je me vorig jaar op sleeptouw genomen in de plantAARDIGE wereld om dit vervolgens dit jaar met veel plezier verder te zetten. Je hebt me een paar keer naar de juiste richting geleid en me in contact gebracht met mensen en organisaties die hebben bijgedragen om deze proef te kunnen schrijven. Het was een eer. Dank je wel!

Ook een dank je wel aan Tineke Devens. Jij maakte het mogelijk dat ik het vragenlijstenonderzoek kon uitvoeren en bezorgde me met plezier de nodige info om mijn onderzoek binnen de stad Gent naar behoren te kunnen uitvoeren. Dank je wel!

Dank je wel ook aan mijn stagementor, Lisa Degrève. Je bent een inspiratiebron en een vat vol vrolijke kennis. Jij maakte het mogelijk dat ik de tijd kon nemen om deze proef naar behoren uit te schrijven en hebt me omringd met jouw ervaringen en goede tips & tricks als rasechte vegetariër. Dank je wel!

Dank je wel aan mijn lieve familie en vrienden. Jullie zorgden voor de deugddoende ontspanningsmomentjes en de vele reflectiemomentjes. Jullie weten wie jullie zijn, dank jullie wel!

Tot slot wil ik graag mijn partner en kinderen bedanken. Freiko, dank je wel om mijn steun en toeverlaat te zijn. Zonder jou was dit nooit mogelijk geweest. Je maakte mijn dagen lichter en zorgde er vijf jaar lang voor dat ik elke examenperiode en elk project het beste van mezelf kon geven. Dank je wel! Aan mijn kinderen, dank je wel voor jullie liefde en begrip en om de vele pedagogisch goedbedoelde verhalen aan te horen. Ik beloof dat er nog vele zullen volgen! Ik ben er niet altijd geweest, maar daar komt snel verandering in, beloofd! Dank jullie wel!!

De dienst kinderopvang van de stad Gent, de organisatie waar voorliggend onderzoek heeft plaatsgevonden, geeft de toestemming voor de vermelding van hun naam en de beschrijving van de verzamelde gegevens in deze tekst.
--

Inhoud

Woord vooraf	2
Abstract Nederlands.....	5
Abstract English.....	6
1. Inleiding.....	7
1.1 De impact van dierlijke eiwitten op de planeet	7
1.2 PlantAARDIGE voordelen.....	7
1.3 Project: Green Deal Eiwitshift op Ons bord	8
1.4 Het Veggieshuisje als educatieve tool in de kinderopvang	9
2. Methode en proces	14
2.1 Literatuurstudie.....	14
2.1.1 Voorbereiding.....	14
2.1.2 Dataverwerking van de literatuurstudie	14
2.2 Online vragenlijstonderzoek	14
2.2.1 Voorbereiding.....	14
2.2.2 Dataverwerking van de online vragenlijsten.....	15
2.3 Diepte-interviews	17
2.3.1 Voorbereiding.....	17
2.3.2 Dataverwerking van de diepte-interviews	17
3. Resultaten	19
3.1 Algemeen.....	19
3.2 Literatuurstudie.....	19
3.3 Onlinevragenlijsten	22
3.3.1 Kennis van de respondenten over de eiwitshift.....	22
3.3.2 Persoonlijke voedingsvoorkeuren van de respondenten.....	23
3.3.3 Informatie over de voedingsgewoonten in de kinderdagverblijven van de stad Gent.....	24
3.3.4 Inspraak in het voedingsbeleid van de stad Gent	24
3.3.5 Eigen rol in voedingsbeleid, meer bepaald op teamniveau en ouderparticipatie	25
3.3.6 Pedagogische aanpak rond voeding en voedingsbeleid	26
3.4 Diepte-interviews	28
3.4.1 Waarom is verandering nodig?	28
3.4.2 Hoe kan verandering gecreëerd worden?.....	28
3.4.3 Wat wordt reeds gedaan?	30
4. Conclusie	32
4.1 Algemeen.....	32

4.2 Kennis eiwitshift	32
4.2 Bewustzijn verhogen	33
4.3 Gedragsveranderende factoren en pedagogische factoren.....	33
4.4 Aanbevelingen.....	34
5. Blik op de toekomst.....	36
5.1 De ouders	36
5.2 Cultureel diverse groepen	36
6. Bronnenlijst	38
7. Illusterende poster.....	44
8. Bijlagen	45
8.1 Bijlage A: Informatieformulier m.b.t. vragenlijstonderzoek bij kinderbegeleiders.....	45
8.2 Bijlage B: Online vragenlijstonderzoek bij kinderbegeleiders	46
8.3 Bijlage C: Informatieformulier m.b.t. vragenlijstonderzoek bij teamverantwoordelijken.....	67
8.4 Bijlage D: Online vragenlijstonderzoek bij teamverantwoordelijken.....	68
8.5 Bijlage E Voorbereidende vragenlijst diepte-interview Nele Desmet.....	85
8.6 Bijlage F Voorbereidende vragenlijst diepte-interview Karin Roskams	85
8.7 Bijlage G Voorbereidende vragenlijst diepte-interview Tobias Leenaert	85
8.8 Bijlage H Voorbereidende vragenlijst diepte-interview Lisa Degrève.....	85
8.9 Bijlage I Terugkerend lentemenu voor peuters en kleuters van de kinderdagverblijven en scholen van de stad Gent	87
8.10 Bijlage J Toestemmingsformulier diepte-interview Nele Desmet.....	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
8.11 Bijlage K Toestemmingsformulier diepte-interview Karin Roskams	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
8.12 Bijlage L Toestemmingsformulier diepte-interview Tobias Leenaert	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
8.13 Bijlage M Toestemming diepte-interview Lisa Degrève.....	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
8.14 Bijlage N Toestemming gegevensverwerking dienst kinderopvang Stad Gent..	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.

Abstract Nederlands

Titel	PlantAARDIG opgroeien een gift... op weg naar een betere wereld met de eiwitshift
Subtitel	Een onderzoek naar een duurzame implementatie van de eiwitshift in kinderdagverblijven van de stad Gent
Auteur	Marijke Goeman
Stagementor	Lisa Degrève
Bachelorproefbegeleider	An Raes
Bachelorproefmentoren	Elena Lievens, Tineke Devens
Academiejaar	2022 - 2023
Kernwoorden	Eiwitshift, Plantaardig, Veggiehuisje, gedragsveranderende factoren, pedagogische factoren

Aanleiding

Er is nood aan een eiwitshift waarbij minstens zestig procent plantaardige voedselconsumptie en maximum veertig procent dierlijke eiwitconsumptie de norm wordt (Elena Lievens, z.d.). Dit komt de toekomst van onze planeet ten goede inzake milieu, armoedebestrijding, dierenwelzijn, biodiversiteit en de gezondheid van onszelf en onze kinderen (*THE 17 GOALS | Sustainable Development*, z.d.). Vanuit de maatschappelijke functies van kinderopvang kan deze een betekenisvolle rol opnemen om de eiwitshift duurzaam te introduceren en implementeren.

Methode

Er werd gekozen voor een combinatie van kwantitatief onderzoek en kwalitatief onderzoek waarin gedragsveranderende factoren en pedagogische factoren worden onderzocht door middel van literatuurstudie, online vragenlijstonderzoek en diepte-interviews. Subthema's die worden belicht zijn: kennis van de respondenten over de eiwitshift, persoonlijke voedingsvoorkeuren van de respondenten, informatie over de voedingsgewoonten in de kinderdagverblijven van de stad Gent, inspraak in het voedingsbeleid van de stad Gent, pedagogische aanpak rond voeding en voedingsbeleid en aanvullende elementen voor het Veggiehuisje.

Resultaat

De eiwitshift is een verschuiving van het nuttigen van dierlijke eiwitten naar meer plantaardige eiwitten. Deze shift kan heel wat voordelen opleveren voor onszelf en onze planeet (*Wat is een eiwitshift?*, z.d.). Ongeveer de helft van de kinderbegeleiders en teamverantwoordelijken, werkzaam voor de dienst kinderopvang van de stad Gent heeft al gehoord van de eiwitshift. Elementen inzake gedragsveranderende factoren en pedagogische factoren hebben aangetoond dat in eerste instantie het doel van de eiwitshift duidelijker gesteld dient te worden. Ook omgevingsinvloeden spelen een grote rol, zowel voor de kinderen als hun begeleiders. Om kinderbegeleiders te overtuigen moet de meerwaarde om plantaardig te eten voor hen als individu duidelijk worden gesteld.

Conclusie

Om kennis, bewustzijn en vaardigheden inzake voedingsactiviteiten via het Veggiehuisje bij kinderbegeleiders te verhogen is het van belang om de bestaansreden van het Veggiehuisje duidelijk te stellen en een begrijpelijk kader te scheppen over het belang van de eiwitshift. De elementen die nodig zijn om kinderbegeleiders en teamverantwoordelijken aan te zetten tot gedragsveranderende

factoren leiden ertoe dat een nieuwe campagne nodig is en het Veggiehuisje uitbreiding vindt in een Veggie-KENNIS-Huisje, een Veggie-DOE-Huisje en een Veggie-INSPIRATIE-Huisje.

Abstract English

Title	Growing up plant Aware is a gift...to root for a better world with the protein shift
Subtitle	A study on sustainable implementation of protein shift in day-care centers of the city of Ghent
Author	Marijke Goeman
Supervisor	Lisa Degrève
Bachelor thesis supervisor	An Raes
Bachelor thesis mentors	Elena Lievens, Tineke Devens
Academic Year	2022 - 2023
Keywords	Protein shift, Plant-based, Veggie house, behavior changing factors, educational factors

Cause

There is a need for a protein shift where at least sixty percent vegetable food consumption and no more than forty percent animal protein consumption becomes the norm (Elena Lievens, s.d.). This will benefit the future of our planet in terms of environment, poverty reduction, animal welfare, biodiversity and our own health and that of future generations (THE 17 GOALS | Sustainable Development, s.d.).... Day-care centres can take on a meaningful role to sustainably introduce and implement the protein shift given their profound role in society nowadays.

Method

A combination of quantitative research and qualitative research was chosen in which behavior changing factors and pedagogical factors are investigated through literature review, online questionnaire survey and in-depth interviews. Subthemes highlighted are: respondents' knowledge about the protein shift, respondents' personal food preferences, information about the food habits in the daycare centers of the city of Ghent, participation in the nutrition policy of the city of Ghent, Pedagogical approach around nutrition and nutrition policy and additional elements for the Veggie House.

Results

The protein shift is a shift from consuming animal protein to consuming plant protein. This shift can have many benefits for ourselves and our planet (What is a protein shift?, s.d.). About half of the child supervisors and team leaders working for the childcare service of the city of Ghent have already heard of the protein shift. Elements on behavior changing factors and pedagogical factors have shown that initially the objective of the protein shift needs to be stated more clearly. Environmental influences also play a major role, both for the children and their supervisors. In order to convince child supervisors, the added value of eating plant-based foods for them as individuals must be stated clearly.

Conclusion

In order to increase the knowledge, awareness and skills on nutritional activities among child supervisors by means of the Veggie House, it is important to clearly state the reason why the Veggie House was created and implement a clear and understandable framework on the importance of the protein shift. The elements needed to encourage child supervisors and team leaders to change their nutritional behavior lead to the need for a new campaign in which the Veggie House expands into a Veggie-KNOWLEDGE-House, a Veggie-ACT-House and a Veggie-INSPIRATION-House.

1. Inleiding

1.1 De impact van dierlijke eiwitten op de planeet

In september 2000 engageerden 189 landen zich tot het ondertekenen van acht concrete doelstellingen om in eerste instantie armoede wereldwijd tegen te gaan, de zogenaamde “Milleniumdoelstellingen” (Wikipedia-bijdragers, 2022). In 2015 besliste men om deze doelstellingen uit te breiden tot zeventien doelen voor duurzame ontwikkeling, wereldwijd gekend als “The Sustainable Development Goals”. En niet alleen de doelstellingen werden uitgebreid, ook het aantal deelnemende landen breidde uit. “193 landen beslisten zich te engageren en ondertekenden de zeventien voorziene duurzame ontwikkelingsdoelen. Armoede tegengaan blijft nog steeds een hoofddoel, maar men is ervan overtuigd dat dit enkel kan als ook andere domeinen worden aangepakt zoals ontwikkelen van strategieën om gezondheid en onderwijs te verbeteren, de ongelijkheid in de wereld te verminderen en economische groei te stimuleren. Uitdagende doelen waar de aanpak van klimaatverandering en het behoud van oceanen en bossen een precieze rol kunnen spelen om de andere doelen te realiseren en versterken.” De timing om deze ambitieuze doelen te behalen is 2030. Dat betekent dus dat de tijd dringt en dat is niet zo verwonderlijk, want de klimaatverandering heeft een impact voor de natuurlijke en menselijke systemen op alle continenten en oceanen (*THE 17 GOALS | Sustainable Development, z.d.*).

Ook volgens Van Rompaey en Snoeck (2021) worden mens en planeet ernstig bedreigd door de huidige voedselproductie en -consumptie. De groeiende wereldbevolking maakt het lastig iedereen te blijven voeden. Strategieën om duurzamere en gezondere voedingsproductie en -consumptie te voorzien dringen zich dan ook op.

Tijdens de internationale klimaatconferentie van eind 2019 (COP25 in Madrid) lanceerde de Europese Commissie haar ambitieus "European Green Deal"-plan. “Dit plan moet van Europa tegen 2050 het eerste **klimaatneutrale** continent maken, met een netto-uitstoot van broeikasgassen die nul is” (Dienst Klimaatverandering, z.d.-b). Maar wat houdt dit dan specifiek in? De bedoeling is dat de Europese landen samenwerken op alle relevante beleidsterreinen om de klimaatdoelstellingen te realiseren. De samenwerkingsverbanden omvatten initiatieven rond klimaat, milieu, energie, vervoer, industrie, landbouw en duurzame financiering (Europese unie, 2019).

1.2 PlantAARDIGE voordelen

In dit onderzoek wordt vertrokken vanuit een blik op de toekomst door te focussen op de positieve bijdrage die de productie en consumptie van meer plantaardige eiwitbronnen kunnen leveren aan gezondheid, milieu, dieren en de medemens

Allereerst heeft de productie van plantaardige eiwitten een positieve impact op het **milieu**. Volgens de Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO) “vermindert de productie van plantaardige eiwitten ten aanzien van dierlijke eiwitten de uitstoot van broeikasgassen, veroorzaakt door de veehouderij met 14,5 procent.” Deze broeikasgassen ontstaan ten gevolge van de mestproductie van vee. Bovendien verbruikt landbouw een enorme hoeveelheid water. Zo wordt voor 1 kg eiwitten van rundsvlees 10 keer meer water verbruikt dan 1 kg eiwitten geproduceerd uit kikkererwten. Daarnaast vormen klimaatverandering en ontbossing een bedreiging voor vele dier- en plantensoorten. “Ook in België zijn al een heel aantal diersoorten bedreigd of verdwenen. Op die manier heeft de productie van plantaardige eiwitten ook een gunstig effect op de **biodiversiteit**.” (*Waarom plantaardig · EVA maakt het plantaardig, z.d.*).

Daaropvolgend heeft de productie van plantaardige eiwitten volgens ProVeg Nederland (2022) ook een gunstig effect op onze **gezondheid**. Plantaardige eiwitten zijn terug te vinden in groenten, fruit, granen. Ze bevatten veel vezels wat gunstig is voor de darmflora. Maar ook de aanwezigheid van mineralen waaronder kalium en magnesium blijken een gunstig effect te hebben op onze gezondheid, meer bepaald ter preventie van osteoporose, hart- en vaatziekten en diabetes type 2. Plantaardige eiwitten bevatten “goede” onverzadigde vetten die gunstiger zijn voor ons lichaam dan de verzadigde vetten die vaak terug te vinden zijn in dierlijke eiwitbronnen.

En wat met de stelling dat plantaardige eiwitten een positieve invloed kunnen uitoefenen op het voedselverdelingsstelsel in onze maatschappij? Vandaag de dag komen nog steeds mensen om van de honger omdat ze ondervoed zijn, terwijl er anderzijds heel wat mensen kampen met overgewicht en obesitas door een te grote inname van, al dan niet gezonde, voedingsmiddelen. Meer dan de helft van de gewassen worden ingezet om dieren te voederen. Dieren die op die manier worden vetgemest om vervolgens te kunnen slachten. Indien de gewassen rechtstreeks zouden worden geoogst voor menselijke consumptie stelt ProVeg Nederland (2022) dat er een verhoging van calorie-innames kan plaatsvinden van liefst zeventig procent wereldwijd. Dat zou al een effectievere stap kunnen zijn richting **armoedebestrijding**.

Vanuit onderzoek is gebleken dat de impact op de dieren zelf ook heel groot is. Of het nu gaat over kippen, koeien, varkens, vissen of andere dieren, onderzoek van De Cleene (2023) toont aan dat deze dieren gelijkaardige emoties, gevoelens en stress waarnemen als honden of katten. Hun levensduur wordt echter bewust significant ingekort om hen zo snel mogelijk vet te mesten en te slachten om onze vleesindustrie te bevoorraden. En ook al bestaat er een Europese regelgeving om de procedures rond het slachten van dieren vast te leggen, toch gebeurt het soms nog dat dieren onnodig afzien omdat het proces soms niet of niet goed wordt uitgevoerd. Wanneer er dus meer plantaardige eiwitten geproduceerd zouden worden, en men, zoals voorzien wordt, in de toekomst meer zou inzetten op de productie van kweekvlees, dan draagt de maatschappij ook ten aanzien van dierenwelzijn haar steentje bij (technopolis, group, Blonk Consultants, 2018).

1.3 Project: Green Deal Eiwitshift op Ons bord

De stad Gent en Arteveldehogeschool hebben de nood aan een eiwittransitie alvast goed begrepen. Zij ondertekenden de **Green Deal Eiwitshift op Ons Bord**, van de Vlaamse Overheid. “Deze Green Deal beoogt tegen 2030 een vermindering van dierlijke eiwitconsumptie en wil het verbruik van plantaardige eiwitten stimuleren. De vooropgestelde verhouding bedraagt een consumptie van zestig procent plantaardige eiwitten en veertig procent dierlijke eiwitten, daar waar dit nu exact het tegenovergestelde bedraagt” (Lievens, 2022). Uit het missionstatement dat de stad Gent vooropstelt blijkt ook duidelijk hoe de stad aan haar toekomst wil bouwen.

Gent is een open, solidaire, wijze en kindvriendelijke stad. Zij verbindt alle krachten om de stad uit te bouwen tot een blijvend leefbaar geheel en zo de toekomst verder vorm te geven. Gent wil op creatieve wijze voorloper zijn in de transitie naar een klimaatneutrale stad. We bouwen verder aan een milieuvriendelijke en gediversifieerde economie die welvaart brengt voor iedereen. Zo ontwikkelen we ons tot een gemeenschap van verantwoordelijke burgers die zich vrij kunnen ontplooiën en op de nodige ondersteuning kunnen rekenen (Termont, 2021,p.7).

De stad Gent probeert haar missionstatement, o.a. dankzij de eiwitshift, zoveel mogelijk waar te maken in de praktijk. De stad Gent engageerde zich daarom als partner van Arteveldehogeschool om een onderzoek te voeren naar de manier waarop de Gentse kinderopvanginitiatieven een bijdrage

kunnen leveren tot het behalen van de doelstelling die de *Green Deal Eiwitshift op Ons Bord* voor ogen heeft. En gezien het maatschappelijk en educatief belang om kinderen zo jong mogelijk kennis te laten maken met gezonde en plantaardige voeding kan er geconcludeerd worden dat de kinderopvang hier de ideale partner is om de eiwitshift te introduceren.

Maar wat maakt nu precies dat kinderopvang een ideale partner is om de eiwitshift te introduceren?

De meeste onderzoeken zijn het erover eens dat plantaardige voeding heel gezond kan zijn voor kinderen en volwassenen. Toch is voorzichtigheid aangewezen bij uitsluitend veganistische voeding bij zuigelingen en peuters. Volgens een rapport van de hoge gezondheidsraad zijn zuigelingen en peuters het meest gevoelig voor elk tekort, zelfs gedeeltelijk, omdat vroege fysieke of intellectuele vertragingen nooit volledig zullen worden gecompenseerd door latere pogingen om de achterstand in te halen. Deze leeftijd is dus niet compatibel met voedingswijzen die beperkt zijn in hoeveelheid of kwaliteit. Men kan dus stellen dat een evenwichtig voedingspatroon voor kinderen, maar ook volwassenen idealiter bestaat uit voldoende gevarieerde voedingsmiddelen, waarbij extra aandacht wordt besteed aan de inname van voedingsbestanddelen waarvan anders mogelijk een tekort kan ontstaan zijn. Meer bepaald gaat het over eiwitten, sommige vetzuren, vitamine D, calcium, vitamine B12, ijzer, zink en jodium, alsook mineralen” (*Vegetarische voeding*, 2021). De American Dietetic Organisation geeft aan dat een vegan of vegetarische, gevarieerde en gebalanceerde voedingswijze gezond is voor elke leeftijdscategorie (Craig & Mangels, 2009)

Kortom, een evenwichtig, gevarieerd voedingspatroon is belangrijk. Een eiwittransitie waarbij wordt overgegaan naar een verhouding van zestig procent plantaardig eiwitverbruik en veertig procent dierlijk eiwitverbruik kan men dan ook als gezond, nutritioneel waardig en klimaatvriendelijk aanschouwen, ook voor jonge kinderen.

1.4 Het Veggiehuisje als educatieve tool in de kinderopvang

Een groep studenten uit de opleiding pedagogie van het jonge kind aan Arteveldehogeschool ontwierpen in 2022 een Veggiehuisje¹, inzetbaar als educatieve tool voor de kinderopvang. Het theoretische ontwerp van het Veggiehuisje kwam tegemoet aan de verschillende functies die kinderopvang volgens Kind en Gezin in onze maatschappij vervult:

Figuur 1: Veggiehuisje



“Allereerst heeft kinderopvang een economische functie. Het stelt ouders in staat om te gaan werken, een opleiding te volgen of sollicitaties uit te voeren.” (Kind en Gezin beleid kinderopvang, 2022). Deze functie kan gelinkt worden aan het maatschappelijk belang dat de eiwitshift op ons bord voorop stelt. Plantaardige eiwitten hebben een gunstig effect op onze gezondheid, de voedingszekerheid en scoort beter als impact op het milieu. Ook Fevia, de federatie voor de Belgische voedingsindustrie heeft dit begrepen en wil de groene transitie omarmen. Zij doet dit door haar duurzaamheidsroadmap die concrete acties bevat over verschillende thema’s die de consument ten goede komt. Duurzame, gezonde voeding zal op lange termijn zeker bijdragen tot een beter economisch leven. Mensen worden minder snel ziek, voelen zich energiever waardoor extra dokterskosten vermeden kunnen worden en er meer geld te besteden valt, wat op zijn beurt belangrijk is voor onze economie.

Grote aanbieders van kinderopvang zoals o.a. de stad Gent, met een vertegenwoordiging van 1299 opvangplaatsen in Gent (Gent, 2022) en Helan kinderopvang, met een vertegenwoordiging van meer

¹ *Figuur Veggiehuisje: Foto genomen door Marijke Goeman*

dan 2000 opvangplaatsen in Vlaanderen (Helan, z.d.) werken in de praktijk met vaste traiteurs die de maaltijden aanleveren. Hoewel ze zoveel mogelijk inzetten op gezonde en gevarieerde maaltijden kan het aanbod van plantaardige eiwitten zeker nog uitgebreid worden. Gemiddeld wordt er 1,5 keer per week een vast vegetarisch aanbod voorzien (Our Vision, n.d.). Indien kinderen buiten de kinderopvang geen extra plantaardig voedingsaanbod nuttigen, betekent dit percentagegewijs dat ze slechts 21 procent plantaardig eten, op voorwaarde dat het kind voltijds naar de opvang komt. Om aan de beoogde doelstelling van zestig procent te geraken zou een kind 4,25 dagen per week plantaardig moeten eten.

“Ten tweede heeft kinderopvang een sociale functie. Kinderopvang kan de uitsluiting van kansengroepen tegengaan en hun integratie bevorderen. Onderzoek heeft aangetoond dat kinderopvang veel kansen biedt aan kinderen in armoede. Kinderopvang biedt ouders ook een vangnet waar ze met vragen terecht kunnen over verschillende opvoedingsvaardigheden” (Kind en Gezin beleid kinderopvang, 2022). Dankzij kinderopvang kunnen kwetsbare gezinnen voor wie de aankoop van gezonde voeding niet altijd een evidentie is, toch rekenen op een gezond voedingspatroon. Op die wijze leert het kind diverse producten en smaken kennen. De sociale functie van kinderopvang kan ook letterlijk genomen worden tijdens de eetmomenten in de kinderopvang. “Vanuit het pedagogisch raamwerk streeft men ernaar dat het eetgebeuren als aangenaam wordt ervaren door kinderen. Interactie met andere kinderen en kinderbegeleiders maakt van het eetmoment een moment waarin vele opportuniteiten schuil gaan om kinderen te stimuleren in hun sociale vaardigheden” (Vakgroep Sociale Agogiek UGent en Expertisecentrum Ervaringsgericht Onderwijs KULeuven, 2014). “Anderen met smaak hetzelfde zien eten, een gezellige tafelsfeer, een complimentje krijgen bij het proeven, een leuke presentatie,... werkt stimulerend” (Eetexpert, 2022). In de praktijk blijkt het echter niet altijd evident om veel aandacht te besteden aan een gezellig eetmoment. Dit komt voornamelijk door de hoge werkdruk en de vele openstaande vacatures in de sector waardoor de kinderbegeleiders handen tekort komen (DPG Media Privacy Gate, z.d.).

“Ten derde heeft kinderopvang ook nog een pedagogische functie” (Kind en Gezin beleid kinderopvang, 2022). Deze functie kan gelinkt worden aan de invloed die voeding uitoefent op de ontwikkeling van kinderen. Gezonde voeding wordt als essentieel gezien om de ontwikkeling van kinderen op positieve wijze te stimuleren. “Bovendien is het makkelijker om een nieuwe goede gewoonte aan te leren van bij de start dan later een slechte gewoonte te moeten afleren” (*Werken aan gezonde voeding*, z.d.). Maar ook de smaakontwikkeling van kinderen en de wijze waarop kinderbegeleiders daarop inspelen, spelen een belangrijke rol. Baby's hebben van nature een voorkeur voor zoete smaken. Tijdens hun ontwikkeling in de baarmoeder proeven ze al door kleine beetjes vruchtwater te drinken. Baby's zullen de meeste voeding die ze krijgen zonder problemen opeten. Een echte smaakvoorkeur ontwikkelen ze pas vanaf 18 maanden (*Proeven*, 2021). Aansluitend tijdens deze leeftijdsfase ontwikkelt de peuter een angst (neofobie) om nieuw voedsel te proeven dat hij niet herkent. Het kind houdt halsstarrig vast aan zijn perceptie van hoe voedingsmiddelen er volgens hem dienen uit te zien. Alles wat dus nieuw is zal wantrouwend onthaald worden.

Dit kan vervelend zijn voor kinderbegeleiders en ouders die het kind een evenwichtige en gevarieerde maaltijd willen aanbieden, maar tegelijk is het ook heel 'slim'. Het kind kan op deze leeftijd namelijk zelfstandig rondlopen om zo zelf de wereld te verkennen, en door de hoge neofobie loopt de onderzoekende peuter minder risico om iets giftigs te eten (Eetexpert, 2022).

Om dit te begrijpen is kennis en begrip nodig van ouders en kinderbegeleiders om hier gepast naar te handelen.

En wat dan met de rol die de medewerkers dienen op te nemen in de kinderopvang? Zij hebben een voorbeeldfunctie ten aanzien van kinderen en hun ouders. Een gezond en doordacht voedingsbeleid hoort daar bij. Vanuit het pedagogisch raamwerk kan men hier ook inzetten op de zintuiglijke ontwikkeling van kinderen en hen daar bewuster mee leren omgaan. Zo kunnen ruiken en proeven van voedingsmiddelen, voelen aan voedingsmiddelen en kijken naar voedingsmiddelen hun nieuwsgierigheid aanwakkeren en betrokkenheid verhogen. Ook binnen de dimensie diversiteit en gezinnen kan men aan de hand van het voedingsbeleid aandacht schenken aan de diversiteit aan voedingsgewoonten binnen verschillende culturen (*MeMoQ zelfevaluatie-instrument voorbeelden en oefeningen*, 2021). “Kinderopvang kan ertoe bijdragen dat kinderen en ouders elkaars voedingsgewoonten leren kennen evenals de emotionele en maatschappelijke waarden binnen verschillende culturen” (*Sociaal-culturele aspecten van de voedselomgeving | Gezond Leven*, z.d.).

Hoe kan het bewustzijn van medewerkers rond gezonde voeding worden aangemoedigd? In België nam kinderopvangaanbieder Helan haar voedings- en bewegingsbeleid onder de loep via een interactief bordspel, *het Gezond Gedacht bordspel, ontwikkeld door Gezond Leven (Groepsopvang schoolgaande kinderen | Gezond Leven*, z.d.). Het is een interactief spel dat medewerkers tot reflectie aanzet d.m.v. verschillende stellingen en opdrachten rond gezonde en minder gezonde voedingsprincipes. Of het gebruik van dit bord ook effectief aanzet tot een hoger bewustzijn rond plantaardige voeding bij medewerkers, of voor verandering in eetgedrag zorgt, is echter niet onderzocht of aangetoond. Verder voorziet Helan ook nog in een visueel tips-and-tricksdocument voor kinderbegeleiders voor de bestelling van gezonde tussendoortjes en integreert Helan in haar gezond voedingsbeleid ook een bewegingsbeleid voor al haar medewerkers (Helan kinderopvang, 2019).

Ook bij de kinderdagverblijven van de stad Gent toonde onderzoek aan dat er al heel wat inspanningen worden geleverd om voeding zo gevarieerd en gezond mogelijk aan te bieden. Zo werken ze nauw samen met de cateraars en wordt het voedingsbeleid regelmatig afgestemd op de visie en het beleid dat de stad voor haar kinderdagverblijven en scholen voor ogen heeft. Maar ook hier geeft dat geen concreet beeld weer van het bewustzijn van gezonde plantaardige voeding bij kinderbegeleiders en het eventuele eetgedrag dat men daaraan kan koppelen.

Hoe zit het met buitenlandse voorbeelden? “In het kader van “gezonde voeding leren eten” werd in Nederland “de gezonde smikkelweken van Spooky op de buitenschoolse opvang” georganiseerd. Spooky is een sociaal voedingsmiddelenbedrijf met als missie het stimuleren van gezond eten bij kinderen tussen 4 en 12 jaar. Spooky zet in op visuele aspecten die groenten aantrekkelijker maken voor kinderen en koppelt er een beleving aan door middel van een spel- en activiteitsaanbod. Het bedrijf heeft aandacht voor biologische producten en zet in op duurzaamheid door milieuvriendelijke verpakkingsmaterialen aan te bieden. De buitenschoolse opvang in Nederland vertegenwoordigt ruim een half miljoen kinderen die binnen de onderzoeksdoelgroep van Spooky en haar partners behoren en zo ook een representatieve weergave kunnen tonen van het resultaat van het onderzoek. Tijdens de gezonde smikkelweken werd gebruik gemaakt van vier reguliere groenteactiviteiten: een zintuigenspel, een brownie van zwarte bonen maken, letterpretsoep maken en een mini moestuin ontwikkelen. De belangrijkste conclusies uit dit onderzoek gaven weer dat het aantal kinderen dat groenten durfden te proeven hoger werd gescoord. Er werd geen significant verschil gezien op groenteconsumptie en er werden niet meer groentesoorten aangeboden, maar er werden wel vaker groenten aangeboden als tussendoortje in de ochtend en bij de lunch” (Femke Hoefnagels MSc., 2022).

Ook de ouders werden niet vergeten. Er werd immers ook ingezet op bewustwording van gezonde voeding bij de ouders van deze kinderen door educatieve materialen te voorzien die de kinderen

kunnen meenemen naar huis zoals het kook- en spelspel. Hier werd echter geen onderzoek verricht of de acties meer bewustzijn rond gezonde en plantaardige voeding gecreëerd hebben bij deze ouders.

Uit een masterscriptie voor de universiteit van Gent met thema “*Het effect van een internetinterventie over gezonde voeding bij de ouders van lagere schoolkinderen*” kon echter wel geconcludeerd worden dat de kennis van ouders die deelnamen aan het onderzoek over gezonde voeding wel significant was toegenomen.

Ouders vinden gezonde voeding belangrijk voor hun kind, maar hun perceptie over de hoeveelheden die hun kind at binnen de verschillende voedingsdomeinen van de voedingsdriehoek verschilt met de werkelijkheid. Zo hadden ouders de perceptie dat hun kinderen voldoende groenten, fruit en zuivel aten, terwijl de realistische besteding onder de dagelijks aanbevolen hoeveelheden vertoefde. Voor voedingsmiddelen uit de restgroep, zoals snoep en koeken, aten kinderen ook meer dan hun ouders dachten (2012).

Voorgaande theorieën en onderzoeken tonen aan dat het inzetten van een educatieve tool zoals het Veggieshuisje dus best doordacht en vanuit een duurzaamheidsbril dienen te gebeuren om succes te kunnen oogsten en de vooropgestelde doelen te bereiken, namelijk aanzetten tot een eiwitshift voor kinderen en hun omgeving.

Het Veggieshuisje zoals in 2022 ontwikkeld, zet in op gezonde, plantaardige en milieuvriendelijke voedingsmiddelen. Het stelt een echt huisje voor waar kamer per kamer verschillende educatieve tools worden aangeboden om plantaardige voeding bij kinderen op speelse wijze bespreekbaar te maken. Zo bevat het spel- en receptenfiches, groenten- en fruitknuffels, zaadjes om een moestuin aan te leggen en kijk- en leesboekjes. Dit alles om kinderen kennis te laten maken met plantaardige en gezonde voeding en bewustzijn te creëren over de impact die het consumeren van dierlijke eiwitten heeft op de dieren zelf. Wat dit laatste betreft hebben dieren een positieve invloed op kinderen. Welk kind gaat immers niet graag naar de dierentuin? In tekenfilms of andere kinderprogramma's worden dieren vaak als karakterfiguur gebruikt. Kinderen voelen zich verbonden met dieren, merken de gevoelens op die gecreëerd worden door de filmmakers en aanschouwen dieren vaak als een van hun vriendjes (*licg.nl - Invloed van dieren op kinderen, z.d.*).

Het Veggieshuisje is inzetbaar in zowel voorschoolse kinderopvang, buitenschoolse opvang en het onderwijsveld (Goeman et al., z.d.). Over de impact van de inzet van het Veggieshuisje in de kinderopvang is voorlopig echter nog niets bekend omdat het zich nog volop in de onderzoeksfase bevindt. In die zin is dus ook niet bekend of dit Veggieshuisje effectief aanzet tot het nuttigen van meer plantaardige voeding en een hoger bewustzijn creëert rond de voordelen van plantaardige voeding bij bijvoorbeeld medewerkers in de kinderopvang.

Samenvattend kunnen we stellen dat er nood is aan een eiwitshift waar minstens zestig procent plantaardige voedselconsumptie en maximum veertig procent dierlijke eiwitconsumptie de norm wordt. Dit komt de toekomst van onze planeet ten goede inzake milieu, armoedebestrijding, dierenwelzijn, biodiversiteit en de gezondheid van onszelf en onze kinderen. Er is momenteel echter weinig bewezen op welke wijze binnen de kinderopvangsector kinderbegeleiders voldoende kennis bezitten over smaakontwikkeling bij kinderen en hoe het bewustzijn rond plantaardige voedingsconsumptie kan worden aangewakkerd. Vervolgens is onderzoek nodig betreffende gedragsveranderende factoren inzake gezonde plantaardige voeding om de eiwitshift te kunnen maken.

Vertrekkende vanuit de mogelijkheden die het Veggiehuisje op de eiwitshift zou kunnen bieden luidt de onderzoeksvraag: “Hoe kan de eiwitshift duurzaam geïntroduceerd en geïmplementeerd worden bij kinderbegeleiders van kinderen in de peuterleeftijd in de voorschoolse kinderopvang van de stad Gent via het Veggiehuisje?” De daaraan gekoppelde deelvragen luiden:

1. “Op welke wijze zijn kinderbegeleiders van kinderen in peuterleeftijd in de voorschoolse kinderopvang van de stad Gent reeds vertrouwd met de term eiwitshift?”
2. “Welke elementen spelen een rol om het bewustzijn rond plantaardige voeding te verhogen bij kinderbegeleiders en hun teamverantwoordelijken in de voorschoolse opvang van de stad Gent?”
 - “Hoe kunnen deze elementen geïntegreerd worden in het Veggiehuisje?”
3. “Welke elementen spelen een rol om verandering naar meer plantaardig eetgedrag bij kinderen van 18 maanden tot 2,5 jaar te verwezenlijken?”
 - “Hoe kunnen deze elementen geïntegreerd worden in het Veggiehuisje?”

2. Methode en proces

Om een antwoord te vinden op de onderzoeksvraag: “Hoe kan de eiwitshift duurzaam geïntroduceerd en geïmplementeerd worden bij kinderbegeleiders van kinderen in de peuterleeftijd in de voorschoolse kinderopvang van de stad Gent via het Veggiehuisje?” wordt in dit onderzoek gekozen voor een combinatie van kwantitatief onderzoek en kwalitatief onderzoek. In deze onderzoeksmethode wordt een leidraad gevolgd waarin 2 hoofdthema's de rol spelen, nl; **gedragsveranderende factoren** en **pedagogische factoren**. Binnen deze hoofdthema's worden verschillende subthema's bespreekbaar gemaakt om uiteindelijk de onderzoeksvraag te beantwoorden en een conclusie te kunnen vormen. De onderzoeksmethoden die worden toegepast zijn literatuurstudie, online vragenlijstonderzoek en diepte-interviews.

2.1 Literatuurstudie

2.1.1 Voorbereiding

Aangezien het thema “de eiwitshift” als relatief nieuw thema kan worden aanschouwd binnen de kinderopvangsector was het van belang om vooraf een grondige literatuurstudie uit te voeren over de eiwitshift en de impact van dierlijke en plantaardige eiwitten op de planeet (Van Der Donk & Van Lanen, 2010). Diverse bronnen werden geraadpleegd om de relevantie van dit thema voor de kinderopvangsector aan te tonen. Omdat het praktijkonderzoek gevoerd werd voor de kinderdagverblijven van de stad Gent was het tevens opportuun om een algemeen inzicht te krijgen in het beleid van de stad en de toekomstvisie die ze voor ogen heeft (Termont, 2021). Omdat dit onderzoek polst naar kennis, inzichten en reflectie over de eiwitshift bij kinderbegeleiders en teamverantwoordelijken in de kinderopvang, maar tevens ook een verandervraag vormt, wordt dit onderzoek volgens de “waarderende onderzoeksmethode” gevoerd. Er zal onder andere op positieve wijze gepolst worden naar de motivatie van kinderbegeleiders en teamverantwoordelijken om mee te werken aan de eiwitshift, zonder afbreuk te doen aan andere voorkeuren of meningen. Het idee is dat een positieve vraagstelling ook positieve energie genereert. Mensen voelen zich betrokken, reflecteren sneller en er ontstaat meer verbinding en plezier met de situatie (Janssen, 2019).

2.1.2 Dataverwerking van de literatuurstudie

Gedragsveranderende factoren

In de inleiding werden reeds verschillende topics aangebracht over het belang van de eiwitshift. Om tijdens dit onderzoek een antwoord te kunnen vinden op de onderzoeksvraag is het echter ook van belang om de doelgroep te kunnen begrijpen. Dit wordt in kaart gebracht door stil te staan bij de gewoontes en emoties die mensen in het algemeen ervaren en wat nodig is om hen te kunnen aanzetten tot verandering.

Pedagogische factoren

Hoewel er in de literatuurstudie weinig linken terug te vinden zijn naar relevante pedagogische kaders om de eiwitshift in kinderopvang mogelijk te maken kan tijdens de gegevensverwerking wel rekening gehouden worden met eventuele pedagogische kaders die een invloed kunnen uitoefenen op het al dan niet slagen van de eiwitshift in kinderopvang.

2.2 Online vragenlijstonderzoek

2.2.1 Voorbereiding

De online vragenlijst voor dit onderzoek sluit volgens De Boer (2005) aan bij het type van “mixed method” onderzoek. Deze praktijkgerichte onderzoeksmethode leent zich prima voor de

onderzoeksvraag die in dit onderzoek beantwoord dient te worden. Bij “mixed method” onderzoek staat namelijk vooral de dominantie van de onderzoeksvraag en het type kennis dat verkregen wordt centraal. De theoretische invalshoek is minder aan de orde tijdens het onderzoek zelf. Omdat dit onderzoek zich ook richt naar veranderingsbeleid vormt het “mixed method” onderzoek een belangrijk motief om innovatie te kunnen realiseren in de praktijk. Door kwantitatieve gegevens aan te vullen met kwalitatieve gegevens kan innovatie adequaat op de praktijknood worden afgestemd.

De keuze om gebruik te maken van een vragenlijstenonderzoek zit voornamelijk vervat in de hoeveelheid gegevens die op korte tijd verzameld kunnen worden. Bovendien geeft deze methode een goede representatie van meerdere respondenten weer, ongeacht hun culturele en sociale achtergrond of bepaalde voorkeuren in levensvisie. Het vragenlijstenonderzoek in dit onderzoek bevat naast gesloten vragen ook open vragen om zo ook de werkwijze en persoonlijke meningen van de respondenten in kaart te kunnen brengen. Door de mix van open- en gesloten vragen kan verdieping in de antwoorden gecreëerd worden waardoor de analyse van de data in dit geval makkelijker gelinkt kan worden aan de onderzoeksvraag.

2.2.2 Dataverwerking van de online vragenlijsten

De gesloten vragen werden door middel van kwantitatieve dataverwerking geanalyseerd. De open vragen werden door middel van thematische codering geanalyseerd en samengevat.

Online bevraging kinderbegeleiders

Op vrijdag 28 april 2023 werd een informatiedocument (bijlage A) samen met de online vragenlijst (bijlage B) voor kinderbegeleiders door de dienst kinderopvang van de stad Gent verstuurd naar 310 kinderbegeleiders uit 32 kinderdagverblijven. De vragenlijst heeft als doel een antwoord te bieden op de deelvragen: “Op welke wijze zijn kinderbegeleiders van kinderen in peuterleeftijd in de voorschoolse kinderopvang van de stad Gent reeds vertrouwd met de term eiwitshift?”, vervolgens: “Welke elementen spelen een rol om het bewustzijn rond plantaardige voeding te verhogen bij kinderbegeleiders in de voorschoolse opvang van de stad Gent?”, en tot slot: “hoe kunnen deze elementen geïntegreerd worden in het Veggiehuisje?” De huidige situatie zal via onderstaande thema’s in kaart worden gebracht:

Gedragsveranderende factoren

Kennis van de respondenten over de eiwitshift

Persoonlijke voedingsvoorkeuren van de respondenten

Informatie over de voedingsgewoonten in de kinderdagverblijven van de stad Gent

Inspraak in het voedingsbeleid van de stad Gent

Pedagogische factoren

Pedagogische aanpak rond voeding en voedingsbeleid

Aanvullende elementen voor het Veggiehuisje

De respondenten kregen oorspronkelijk dertien dagen de tijd om de vragenlijsten in te vullen. Na één week bleek dat de online vragenlijst door slechts drie respondenten werd ingevuld. Er volgde een herinneringsmail via de dienst kinderopvang van de stad Gent om de respondenten te stimuleren. Tegen de deadlinedatum hadden vijf respondenten geantwoord. Om toch nog voldoende gegevens te kunnen verzamelen werden de kinderdagverblijven telefonisch gecontacteerd, dit in combinatie met een nieuwe mailing naar de rechtstreekse adressen van het kinderdagverblijf, waartoe ook ouders mailen om contact te leggen met de kinderbegeleiders. Tijdens het telefoongesprek werden de

respondenten nogmaals gestimuleerd om alsnog de bevraging in te vullen. Dit leverde uiteindelijk een verdrievoudiging aan antwoorden op. De respondenten werden telefonisch ook bevraged over wat het moeilijk maakte om de vragenlijst in te vullen. Dit waren de antwoorden, waarbij 1 het meest gegeven antwoord is:

1. *“De kinderbegeleiders hebben onvoldoende tijd omwille van de hoge afwezigheidsgraad van collega’s in de kinderdagverblijven van de stad Gent.”*
2. *Een aantal gaven aan dat ze het telkens vergeten waren.*
3. *Sommige respondenten antwoordden dat ze de vragenlijst niet ontvangen hadden via hun teamverantwoordelijke.*
4. *Een teamverantwoordelijke vond het niet relevant voor zichzelf of de kinderbegeleiders en stuurde de vragenlijst door naar de logistiek medewerker, werkzaam in het kinderdagverblijf.*
5. *Een teamverantwoordelijke vulde zelf de vragenlijst voor teamverantwoordelijken in, maar weigerde haar team te belasten met de vragenlijst voor kinderbegeleiders omdat ze deze niet relevant genoeg vond in tijden van crisis.*

Uiteindelijk werd de bevraging afgerond op 30 mei 2023, wat de responstijd uiteindelijk op 32 dagen plaatst. De responsgraad bij de kinderbegeleiders kan hierbij vastgelegd worden op 15 deelnemers of 4,84%.

Online bevraging teamverantwoordelijken

Op vrijdag 28 april 2023 werd een informatiedocument (bijlage C) samen met de online vragenlijst (bijlage D) voor teamverantwoordelijken door de dienst kinderopvang van de stad Gent verstuurd naar 45 teamverantwoordelijken uit 32 kinderdagverblijven. De vragenlijst heeft als doel een antwoord te bieden op de deelvragen: “welke elementen spelen een rol om het bewustzijn rond plantaardige voeding te verhogen bij teamverantwoordelijken in de voorschoolse opvang van de stad Gent?”, vervolgens: “Hoe kunnen deze elementen geïntegreerd worden in het Veggiehuisje?”, aansluitend: “welke elementen spelen een rol om verandering naar meer plantaardig eetgedrag bij kinderen van 18 maanden tot 2,5 jaar te verwezenlijken?”, en tot slot: “hoe kunnen deze elementen geïntegreerd worden in het Veggiehuisje?” De huidige situatie zal ook hier via onderstaande thema’s in kaart worden gebracht:

Gedragsveranderende factoren

Kennis van de respondenten over de eiwitshift

Persoonlijke voedingsvoorkeuren van de respondenten

Informatie over de voedingsgewoonten in de kinderdagverblijven van de stad Gent

Inspraak in het voedingsbeleid van de stad Gent

Pedagogische factoren

Pedagogische aanpak rond voeding en voedingsbeleid

Aanvullende elementen voor het Veggiehuisje

Om de responsgraad bij de teamverantwoordelijken te bepalen kan een onderscheid gemaakt worden op respondentenniveau en locatieniveau. Sommige locaties hebben een hogere vergunningscapaciteit en een hoger aantal kinderbegeleiders dan andere locaties. Zo kan het zijn dat één locatie met een vergunningscapaciteit van honderd kindplaatsen twee teamverantwoordelijken tewerkstelt, terwijl twee locaties met elk achttien kindplaatsen éénzelfde teamverantwoordelijke tewerkstelt. Als we de

verdeling zo opmaken dan bedraagt de responsgraad op respondentenniveau 35,5%, de responsgraad op locatieniveau bedraagt dan 50%. In de resultaten van het onderzoek wordt voor alle duidelijkheid de responsgraad geanalyseerd.

2.3 Diepte-interviews

2.3.1 Voorbereiding

Aanvullend op het vragenlijstenonderzoek vonden ook diepte-interviews plaats om diepgaandere informatie te achterhalen en zicht te krijgen op motieven en betekenisverlening die respondenten aanhalen over de eiwitshift in de kinderopvang. Het diepte-interview is een semi - gestructureerd kwalitatief onderzoek waarbij gebruik wordt gemaakt van op voorhand vastliggende punten (*Diepte-interview - Onderzoeksmethoden | Alles over Marktonderzoek, 2023*). Voor elke respondent werd een korte lijst met vragen voorbereid (bijlage E tot en met bijlage H) om vervolgens verdiepend te kunnen ingaan op wat de respondent aankaart.

Er werden minder respondenten bevestigd en dit kwalitatief onderzoek is eerder een actiegericht onderzoek binnen kwalitatief onderzoek (Boeije & Bleijenbergh, 2019). Door middel van dit onderzoek wordt geprobeerd een antwoord te formuleren op de onderzoeksvraag zelf: “Hoe kan de eiwitshift duurzaam geïntroduceerd en geïmplementeerd worden bij kinderbegeleiders van kinderen in de peuterleeftijd in de voorschoolse kinderopvang van de stad Gent via het Veggiehuisje?”, en, op de deelvraag: “Welke elementen spelen een rol om verandering naar meer plantaardig eetgedrag bij kinderen van 18 maanden tot 2,5 jaar te verwezenlijken?” De bevestigde respondenten zijn respectievelijk volgende personen:

1. Fysiek interview met Nele Desmet
Gewezen medewerker voor de dienst kinderopvang van de stad Gent
Pedagogisch coach en transitiebegeleider wendbare teams bij Helan Kinderopvang
2. Online interview met Karin Roskams
Strategisch Expert Talent Development bij Helan
3. Online interview met Tobias Leenaert
Belgisch dierenrechtenactivist, opiniemaker, auteur en spreker.
Oprichter van Eva vzw, vandaag beter gekend onder de naam ProVeg
4. Online interview met Lisa Degrève
Vegetariër en Pedagogisch manager bij Helan Kinderopvang

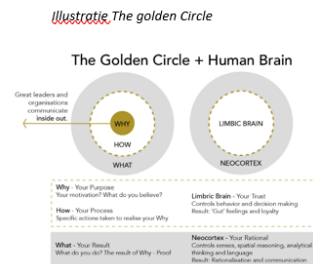
2.3.2 Dataverwerking van de diepte-interviews

Elk interview werd mits goedkeuring opgenomen om de dataverwerking achteraf makkelijker te laten verlopen. Om de data te verwerken werd gebruik gemaakt van thematische codering, vertrokken vanuit gedragsveranderende factoren en pedagogische factoren. Bij de gedragsveranderende factoren

wordt “The Golden Circle²” (Chaffey, 2022) als leidraad genomen om de resultaten in kaart te brengen. Simon Sinek, de bedenker van de Golden Circle stelt het duidelijk voor: Wanneer mensen geloven in wat ze doen, en deze boodschap vanuit dit intrinsieke geloof overbrengen, worden andere mensen aangesproken op hun gevoelens, in plaats van het rationele denken. Hierdoor willen mensen sneller deel uitmaken van dit geloof.

Deze theorie stoelt op wetenschappelijke bewijzen van hoe ons brein werkt en communiceert en de wijze waarop beïnvloedende elementen worden aangebracht en deze al dan niet zullen communiceren met ons limbisch brein (gevoelens aanspreken) of onze neocortex (rationele denken).

Wanneer het onderzoek op deze wijze in kaart wordt gebracht, kan stilgestaan worden of de leidraadelementen: “waarom, hoe en wat” voldoende vanuit die volgorde werden benaderd en aanpassingen dienen te gebeuren om het bewustzijn van kinderbegeleiders en teamverantwoordelijken over plantaardige voeding aan te wakkeren. Dit levert hopelijk ook nieuwe inzichten op met het oog op eventuele innovatieve actiepunten om via het Veggiehuisje de eiwitshift duurzaam te realiseren in de kinderdagverblijven van de stad Gent.



Chaffey, D. (2022, 4 november). Golden Circle model:

Sinek's theory value proposition : start with why.

Smart Insights. <https://www.smartinsights.com/>

digital-marketing-strategy/online-value-proposition/

start-with-why-creating-a-value-proposition-with-the-golden-circle-model/

² The Golden Circle, Simon Sineks theory value proposition: www.smartinsights.com

3. Resultaten

3.1 Algemeen

De eiwitshift is een verschuiving van het nuttigen van dierlijke eiwitten naar meer plantaardige eiwitten. Deze shift kan heel wat voordelen opleveren voor onszelf en onze planeet (*Wat is een eiwitshift?*, z.d.). In kinderopvang spelen gedragsveranderende factoren en pedagogische factoren een rol om de eiwitshift te realiseren.

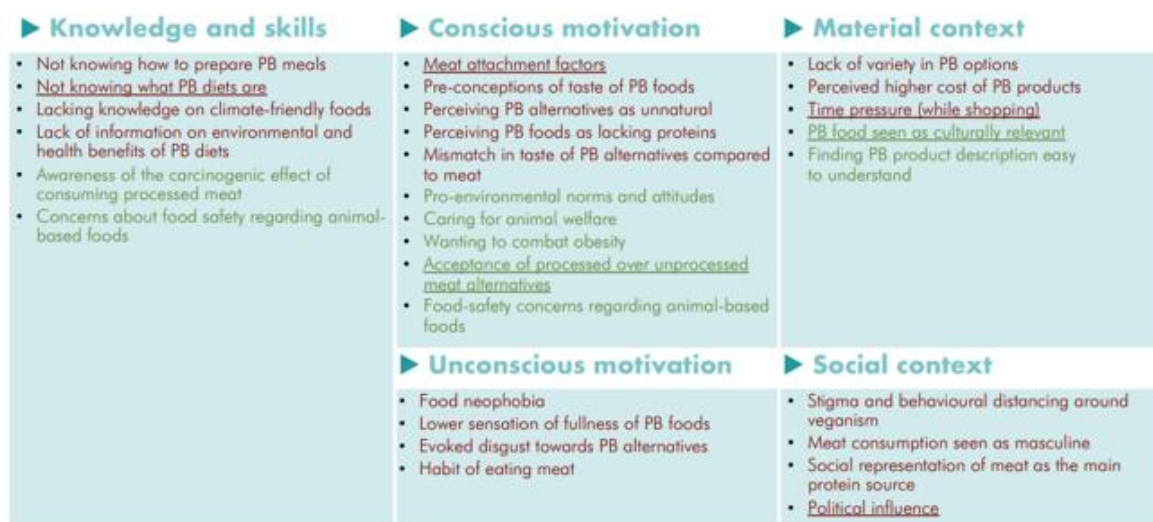
3.2 Literatuurstudie

Gedragsveranderende factoren

Elk levend wezen heeft voedsel nodig. Naast ademen, slapen en voortplanten is het één van de vier basisfuncties van het leven. Onze voedingsgewoontes zijn afhankelijk van maatschappelijke en economische factoren zoals cultuur, geschiedenis, religie, het aanbod van voeding en de welvaart in onze maatschappij. *“Al in de Griekse oudheid zei Hippocrates dat voeding onze gezondheid bepaalt en onze voedingsmiddelen zowel de oorzaak als de genezing van kwalen kunnen zijn.”* (Pauwels, 2021).

Een studie van Behaven³ stelt de meest voorkomende drempels en de mogelijkheden voor in plantaardige voeding, verwijzend naar bovenstaande afhankelijkheidsfactoren:

Overview of barriers and enablers



Barriers and enablers. The ones that are underlined are detailed in the next few pages.

BEHAVEN © Behaven.

8

Behaven. (z.d.). Behaven: the behavioural science of plant-based diets. In www.behaven.com.

³ Behaven, behaviour change for sustainability: [www. Behaven.com](http://www.Behaven.com)

Verdere toelichting van de onderliggende drempels en mogelijkheden uit bovenstaande illustratie worden verder verdiept:

1. Niet weten wat bedoeld wordt met een plantaardig dieet:

De bevroegde respondenten uit het Behaven onderzoek waren in de war over wat een plantaardig dieet nu precies inhoudt. Gaat het over verminderen van dierlijke voeding, maar dit wel af en toe nog mogen nuttigen of gaat het om een strikt vegan dieet waarbij alle dierlijke eiwitten worden vermeden en dus ook zuivel geproduceerd uit dierlijke eiwitten? Duidelijkheid in het concept zou de bereidheid van mensen om te participeren verhogen (Behaven, z.d.).

2. Tijdsdruk tijdens het winkelen:

Tijdsdruk tijdens het winkelen zou een invloed kunnen hebben op de producten die mensen kiezen. Mensen hebben onbewust de neiging om automatisch gedrag te vertonen als ze onder tijdsdruk staan. Ze zouden meer kunnen vertrouwen op merkinformatie die ze reeds kennen waardoor hun intenties om biologische of milieuvriendelijke producten te verminderen verloren gaat (Behaven, z.d.).

3. Plantaardige voeding wordt gezien als cultureel relevant:

De aanvaarding van plantaardige voedingsmiddelen kan worden overgenomen door verschillende sociale groepen door ze cultureel relevant te maken. Mensen kunnen terughoudend zijn omdat vleesconsumptie centraal staat in hun cultuur en tradities. Mensen cultureel relevante maaltijden aanbieden in de vorm van plantaardige voeding vermindert hun gepercipieerde barrières om plantaardig te eten. Culturele relevantie kan het makkelijker maken om plantaardige voeding aan te moedigen bij verschillende groepen (Behaven, z.d.).

4. Politieke invloed:

Individuele mensen hebben de neiging om voedingskeuzes te maken die overeenkomen met hun politieke ideologie. Mensen kunnen terugvallen van vegetarisme/veganisme naar vleesconsumptie afhankelijk van hun politieke voorkeur. De invloed van politieke ideologieën op het zijn van een huidige of voormalige vegetariër/veganist werd bestudeerd bij Amerikanen. Individuele mensen met conservatieve neigingen waren eerder voormalige dan huidige vegetariërs/veganisten, wat erop wijst dat deze mensen in eerste instantie kozen om, om te schakelen naar een plantaardig dieet vanuit redenen die waarschijnlijk niet gecentreerd waren rond bezorgdheid over het milieu, rechtvaardigheid en ethiek (Behaven, z.d.).

5. Vleeshechtingsfactoren:

De vier factoren van vleeshechting maken het moeilijk om over te stappen op een plantaardig dieet. De vier factoren van vleeshechting zijn hedonisme⁴, affiniteit, aanspraak en afhankelijkheid. Sommige mensen vinden het plezierig om vlees te eten en vinden het moeilijk om het te minderen of te elimineren uit hun dieet omdat ze een sterke affiniteit hebben met conventioneel voedsel. Sommige mensen geloven ook dat ze het recht hebben om vlees te consumeren en zijn ervan afhankelijk dat vlees het centrale element van hun maaltijden vormt (Behaven, z.d.).

6. Acceptatie van verwerkte alternatieven:

Consumenten zijn selectief in het accepteren van verschillende plantaardige alternatieven. Consumenten die bereid waren om vlees in hun dieet te vervangen, gaven de voorkeur aan plantaardige alternatieven voor verwerkt vlees in vergelijking met onverwerkt vlees. Verwerkte vleesalternatieven, zoals worsten, zijn vaak overtuigender in termen van smaak. Dit soort vleesalternatieven hadden dus de beste kans om conventioneel vlees te vervangen (Behaven, z.d.).

⁴ Hedonisme is een stroming die zegt dat je het meest gelukkig kunt worden, wanneer je alle vervelende dingen uit de weg gaat, en zoveel mogelijk leuke dingen doet (*Stroming - Hedonisme | Tilburg University, z.d.*)

Een aantal strategieën werden vooropgesteld om de drempels weg te werken:

1. Leren hoe plantaardige maaltijden kunnen worden bereid en er de voordelen van erkennen. Dit kan bekomen worden door kennis te vergroten, vaardigheden bij te brengen en hulpmiddelen aan te reiken.
2. Plantaardige maaltijden moeten als een smakelijk alternatief worden gezien waarvan mensen ook echt genieten. Zo worden positieve gevoelens opgewekt en negatieve gevoelens over plantaardig eten gereduceerd.
3. Maak plantaardige voeding toegankelijk in prijs en gemakkelijker toepasbaar.
4. Vertegenwoordig plantaardige voeding als wijdverspreid, populair en ambitieus. Verander de sociale context en geef een voorbeeld voor mensen om te volgen (Behaven, z.d.).

Hermsen en Renes (2016) stellen dat gedragsveranderende factoren gemakkelijker te bewerkstelligen zijn, wanneer de hele omgeving, mensen op een natuurlijke manier leidt naar de gewenste optie. Voordelige omstandigheden creëren in een poging invloed uit te oefenen via impliciete informatieverwerkingsprocessen. Dit wordt ook wel gedefinieerd als “landscaping” of “pre-persuasion”. Hermsen en Renes (2016) stellen het zo voor: “Landscaping is iedere vorm van manipulatie van de aanwezigheid, de zichtbaarheid en/of de aantrekkelijkheid van keuzemogelijkheden. Er wordt een prikkel gecreëerd bij de gebruiker die een automatische respons uitlokt.” Via landscaping kunnen emoties bij een doelgroep worden uitgelokt met het idee dat deze emoties uiteindelijk tot het gewenste gedrag zullen leiden. Zo bleek uit de promotiestudie van Mario Keer dat mensen voldoende fruit eten, sporten, en minder alcohol drinken als dat gedrag een plezierig gevoel oproept. Of het ook verstandig is om te doen speelt amper een rol (Hermsen & Renes, 2016).

Pedagogische factoren

De verschillende elementen uit de voorbereidende literatuurstudie die weergegeven worden in de inleiding kunnen zeker getoetst worden aan relevante pedagogische kaders. Zo kan bijvoorbeeld het pedagogisch kader van Loris Malaguzzi niet ontbreken om de link tussen de eiwitshift en de positieve invloed op de ontwikkeling van kinderen te maken. Belangrijke factoren die een invloed uitoefenen op de ontwikkeling van kinderen en die complementair aan de eiwitshift kunnen worden gelinkt zijn de 3 pedagogen die de visie van Loris Malaguzzi omschrijven: het kind zelf, de opvoeders van het kind en de ruimte of omgeving van het kind (De pedagogische visie van Loris Malaguzzi, z.d.). In dit onderzoek komen vooral de tweede pedagoog, in dit geval de opvoeders of concreter in dit onderzoek de kinderbegeleiders aan bod, evenals de derde pedagoog, namelijk de ruimte of omgeving waarin het kind zich bevindt.

Het resultaat van dit onderzoek zal idealiter echter een impact teweegbrengen op de eerste pedagoog: het kind zelf. Kinderen bestuderen de mensen en de ruimte of omgeving om zich heen en ontwikkelen door te onderzoeken en na te bootsen. Wanneer vervolgens de opvoeders van een kind zich bewust zijn over de positieve impact van plantaardige eiwitten op toekomstelementen van dit kind zullen zij hier mogelijks sneller naar handelen. Elke volwassene wil toch immers het beste voor zijn of haar kinderen? Kinderen zullen bovendien ook niet missen wat ze nooit gekend hebben. In die zin kan je stellen dat de eiwitshift in de kinderopvang een interessant uitgangspunt vormt om de beweging richting een algemene eiwitshift in Vlaanderen of zelfs de wereld mogelijk te maken.

Kind en gezin informeert op haar website gezinnen over vegetarische en veganistische opvoedingsstijlen en de link met de ontwikkeling van kinderen. Zij stelt dat vegetarische voeding kan, maar kinderen ook dierlijk eiwitten nodig hebben. Op de website wordt geïnformeerd vanuit het voorzichtigheidsprincipe, eerder dan voordelen te benoemen:

Het is soms moeilijk om een evenwichtige nutritionele balans te bereiken wanneer alle dierlijke producten weggelaten worden.

- Risico's zijn een vertraagde groei, rachitis (een botandoening) en bloedarmoede.
- Het kan een tekort aan energie, eiwit, calcium, ijzer, vitamine D en vitamine B12 veroorzaken.
- Extra vitaminen, mineralen en verrijkte voedingsmiddelen zijn noodzakelijk om de tekorten op te vangen.

Wist je dat?

Veganisme wordt niet aanbevolen voor zuigelingen en peuters. Als je voor veganistische voeding kiest, is begeleiding nodig door gezondheidswerkers (arts, diëtist, ...) met kennis van veganisme. Extra vitaminen, mineralen en verrijkte voedingsmiddelen zijn noodzakelijk om de tekorten op te vangen (Vegetarische voeding, 2021a).

3.3 Online vragenlijsten

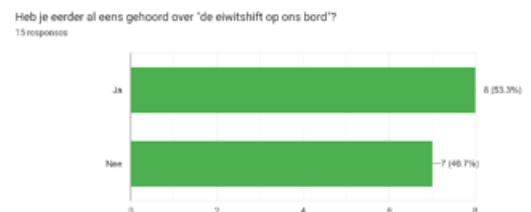
Wanneer tijdens de resultatenweergave gebruik wordt gemaakt van grafieken, wordt een onderscheid gemaakt tussen grafieken van de kinderbegeleiders en grafieken van de teamverantwoordelijken. De grafieken van de kinderbegeleiders worden in het groen weergegeven. De grafieken van de teamverantwoordelijken worden in het paars weergegeven.

Gedragsveranderende factoren

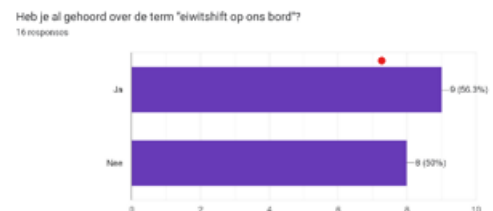
3.3.1 Kennis van de respondenten over de eiwitshift
 53% van de kinderbegeleiders (1) die deelnamen aan de online vragenlijst had al eens eerder gehoord over de eiwitshift. Dit resultaat is vergelijkbaar met de antwoorden die gegenereerd werden van de teamverantwoordelijken, (2) waar 56,3% reeds gehoord had over de eiwitshift. Op de vraag "via welke weg heb je al eens gehoord over de eiwitshift op ons bord?" gaf 40% van de kinderbegeleiders een werkgerelateerd antwoord. 6,67% van de kinderbegeleiders gaf aan zelf uitsluitend plantaardig te eten en was vooral bekend met de eiwitshift omwille van eigen ervaringen. Ook hier zijn gelijkaardige resultaten op te merken bij de teamverantwoordelijken waar 43,7% aangaf de eiwitshift vooral te kennen vanuit het werkveld en 6,25% omwille van een grote eigen interesse in voeding.

43,8% (3) van de teamverantwoordelijken vindt dat kinderbegeleiders voldoende kennis hebben over gezonde voeding in het algemeen. Op de vraag welke kennis begeleiders dan missen komen vooral volgende dingen aan bod: gewoontepatronen, gebrek aan kennis

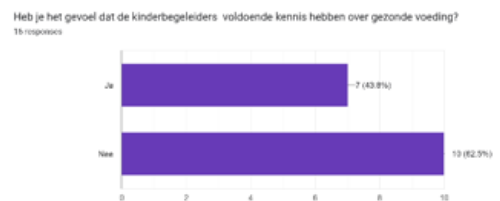
Grafiek 1



Grafiek 2



Grafiek 3



en inzichten over plantaardige voeding, evenals een degelijk kader: “waarom” kiest de stad Gent om in te zetten op een meer plantaardig voedingsbeleid?” Eén teamverantwoordelijke vatte de meeste antwoorden mooi samen in volgende uitspraak:

Ik zou niet zo zeer zeggen dat de begeleidsters echt informatie missen. De vraag is welke verwachting er is omtrent de informatie de [sic] begeleidsters hierover zouden moeten hebben. Aangezien de voeding van buitenaf (externe firma) komt. Voor vieruurtjes merk ik dat begeleidsters zeer gevarieerd op zoek gaan naar gezonde alternatieven. De kennis van gezonde voeding hangt ook sterk af van individu tot individu, hoe staat de persoon zelf in het eigen leven ? [sic] Sommige gewoontes zijn ook moeilijk te doorbreken, maar voor de kinderen gaan de begeleidsters effectief uit hun eigen comfortzone.

3.3.2 Persoonlijke voedingsvoorkeuren van de respondenten

Rekening houdend met de persoonlijke voorkeuren in voedingsgewoonten bij kinderbegeleiders toont de grafiek (4) aan dat 20% van de kinderbegeleiders altijd plantaardig eet. 80% eet minder dan 3 keer tot nooit plantaardig. De motivatie om plantaardig te eten schuilt bij kinderbegeleiders voornamelijk in de variatie van voedingsmiddelen en omdat het lekker wordt bevonden. Om de beoogde doelstelling van “de eiwitshift op ons bord” te behalen waarbij 60% plantaardige voeding de norm wordt, zouden kinderbegeleiders minstens 3 dagen per week plantaardig maaltijden moeten kunnen nuttigen.

Grafiek 4



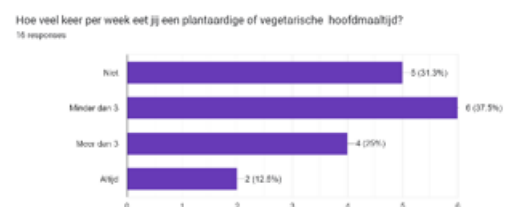
Op de vraag “wat is jouw belangrijkste motivatie om over te schakelen naar een meer plantaardig voedingspatroon?” (5) zijn milieu, dierenwelzijn, het lekker bevinden van plantaardige voeding en gezondheid belangrijke motivators.

Grafiek 5



Wanneer de vergelijking wordt gemaakt met de teamverantwoordelijken geeft 37,5% (6) van de teamverantwoordelijken aan meer dan drie keer, tot altijd plantaardig te eten. 50% van de teamverantwoordelijken geeft als huidige motivatie om plantaardig te eten vooral milieu, dierenwelzijn, ecologie voorop. Op de tweede plaats met 31,25% wordt het lekker bevinden van plantaardige voeding als motivatie aangewend.

Grafiek 6



Op de vraag “wat is jouw belangrijkste motivatie om over te schakelen naar een meer plantaardig voedingspatroon?” (7) zijn het net als bij de kinderbegeleiders eveneens milieu, dierenwelzijn, het lekker bevinden van plantaardige voeding en gezondheid welke als belangrijkste factoren naar voor worden geschoven.

Grafiek 7



3.3.3 Informatie over de voedingsgewoonten in de kinderdagverblijven van de stad Gent

De dienst kinderopvang van de stad Gent beweert een realisatie van 50% aangeboden plantaardige maaltijden te behalen in haar kinderdagverblijven. Dit betekent dat kinderen minstens 2,5 opvangdagen op 5 opvangdagen een plantaardige maaltijd aangeboden krijgen.

Alle maaltijden zijn evenwichtig en gezond. Standaard wordt een vegetarisch menu aangeboden, maximum 4 van de 5 dagen ook een vlees- of vis menu (in de vorm van een fleximaaltijd). Op weekbasis is minimaal 50% van de eiwitten in de fleximaaltijden plantaardig (dat wil zeggen peulvruchten, vleesvervanger -zoals soja, gele erwten of quorn- en paddenstoelen). Minimaal 20% van de maaltijden is biologisch. Alle maaltijden zijn gemaakt met respect voor mens en dier. Alle maaltijden zijn en blijven betaalbaar.” (Lekkere, gezonde maaltijden op school en in de kinderopvang, z.d.)

Grafiek 8



Uit de bevraging van de kinderbegeleiders blijkt dat zij hier een andere perceptie op nahouden. De grafiek (8) toont aan dat slechts 13,4% van de kinderen volgens de kinderenbegeleiders minstens 2,5 keer per week een plantaardige maaltijd aangeboden krijgen.

Bij de omgekeerde vraag “hoe vaak per week wordt er in het kinderdagverblijf waar je werkt voor de hoofdmaaltijd dierlijke eiwitten in de vorm van vlees of vis aangeboden?” geeft de grafiek (9) aan dat op minstens 3 dagen per week dierlijke eiwitten op het menu staan onder de vorm van vlees of vis.

Grafiek 9



3.3.4 Inspraak in het voedingsbeleid van de stad Gent

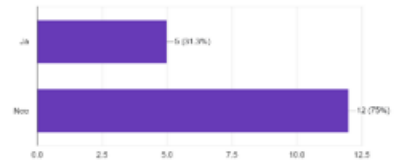
25% (10) van de teamverantwoordelijken geeft aan inspraak te hebben in het voedingsbeleid van de stad Gent. Van de kinderbegeleiders ervaart 20% enige inspraak. Op de vraag “Op welke wijze ervaar jij dat je inspraak hebt?” omschrijft volgende uitspraak het gemiddelde van de gegeven feedback:

“Voornamelijk feedback over de maaltijden die aangeboden worden, de dienst staat hier open voor om deze door te geven. Het is natuurlijk dan nog een stapje verder om deze feedback ook toegepast te zien. Al vonden, ik en mijn team, het wel fijn dat er vorig jaar een bevraging werd gelanceerd over de maaltijden (zeer specifieke bevraging over een bepaalde periode per maaltijd). Op die manier kon je zeer gerichte feedback geven. Na die bevraging konden we wel opmerken dat er zaken toegepast werden bv: veggie spaghetti.”

Grafiek 12

Grafiek 10

Heb je als teamverantwoordelijke inspraak in het voedingsbeleid dat de stad Gent vooropstelt voor haar kinderdagverblijven?
18 respondenten



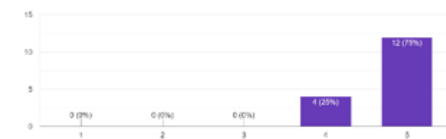
3.3.5 Eigen rol in voedingsbeleid, meer bepaald op teamniveau en ouderparticipatie

Teamniveau:

100% van de teamverantwoordelijken vindt het de taak van kinderopvang om gezonde voeding te voorzien in de kinderopvang en 50,1% (11) van de teamverantwoordelijken is enthousiast tot zeer enthousiast om plantaardige eiwitten meer aan bod te laten komen dan dierlijke eiwitten van vlees of vis. Op de vraag “Welke positieve elementen zie jij in een aanbod van meer plantaardige eiwitten in plaats van dierlijke eiwitten van vlees of vis in de kinderdagverblijven?” gaf 64,29% van de teamverantwoordelijken aan dat ze hier vooral het belang zien om kinderen van jongs af aan vooral nieuwe en gevarieerde smaken te laten leren kennen zodat dit voor de kinderen een gewoonte wordt.

Grafiek 11

In welke mate vind jij het de taak van kinderopvang om kinderen in peuterleeftijd gezonde maaltijden aan te bieden?
18 respondenten

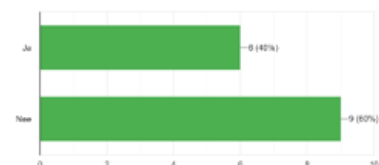


Opmerkelijk wel als je dan bekijkt dat slechts 37% (12) van de teamverantwoordelijken het uitgesproken de taak van kinderopvang vindt om kinderen in de peuterleeftijd meer plantaardige maaltijden aan te bieden.

Op de vraag “vind jij dat je als kinderbegeleider een rol kan opnemen om kinderen in de peuterleeftijd bewust te maken over het nut van plantaardige voeding?” (13) geeft 40% van de kinderbegeleiders aan dat ze vinden dat ze hier een rol kunnen opnemen. Voor de wijze waarop ze meer aandacht zouden kunnen besteden aan plantaardige voeding vindt 53% dat er reeds voldoende aandacht wordt geschonken aan plantaardige maaltijden en ze dus voor zichzelf niet echt nog een bijdrage zien. Kinderbegeleiders die wel nog mogelijkheden zien geven vooral de tussendoortjes als verbeteroptie aan.

Grafiek 13

Vind jij dat je als kinderbegeleider een rol kan opnemen om kinderen in de peuterleeftijd bewust te maken over het nut van plantaardige voeding?
15 respondenten



41,18% van de teamverantwoordelijken probeert kinderbegeleiders te ondersteunen inzake voeding van kinderen in de peuterleeftijd. Ze doen dit oa. via vorming, bespreking tijdens teamoverleg en verwijzen naar het gezond voedingsbeleid. Eén teamverantwoordelijke geeft ook aan dit moeilijk bespreekbaar te vinden omwille van extreme visies die kinderbegeleiders hebben over voeding, zo worden voorbeelden aangehaald waarin peuters soms met volwassenen vergeleken worden en zal de

visie van de kinderbegeleider dan weerspiegelt worden op wat ze kinderen zelf zouden willen aanbieden zoals meer klassieke gerechten (vlees, groenten, aardappelen) en ongezontere tussendoortjes zoals chocolade.

Ouderniveau:

Er wordt op zich niet erg veel feedback ontvangen over de maaltijden. Uit de antwoorden blijkt dat ouders het vooral belangrijk vinden dat hun kind effectief eet en de tussendoortjes worden af en toe benoemd. Eén teamverantwoordelijke omschrijft een overzicht aan feedback die ook terug te lezen valt in de antwoorden van andere teamverantwoordelijken:

Voornamelijk bij de ouders die de verandering hebben waargenomen in de laatste jaren, ontvang ik feedback omtrent de alternatieve die aangeboden worden. Deze feedback is zeer uiteenlopend. Er zijn ouders die aangeven dat ze de alternatieven (bv: zero kip) niet duidelijk vinden. Wat bevat de voeding? Sommige kinderen hebben het met sommige menu's ook wat moeilijker bv: menu's waar groenten/vlees/saus samen zit, dit zorgt er namelijk voor dat kinderen niets van voeding kunnen scheiden. Ouders werden geïnformeerd dat de menu's duurzamer en gevarieerder zou zijn, echter hebben ouders ook de feedback dat er af en toe eens wat meer 'vlaamse [sic] kost' mag zijn (bourgondiërs zoals we zijn). Daar tegenover hebben we ook ouders die weinig/geen belang eraan hechten. Van deze hoor je natuurlijk minder waardoor die informatie gemist wordt. Is het omdat ze niet bewust zijn van de verandering in maaltijden? Is het omdat ze dit positief vinden?

Pedagogische factoren

3.3.6 Pedagogische aanpak rond voeding en voedingsbeleid

Wat de pedagogische aanpak betreft werden drie verschillende sub-thema's aangekaart: het pedagogisch handelen tijdens het eetmoment, het organiseren van activiteiten rond voeding bij peuters en aanvullende opties voor het Veggiehuisje.

Pedagogisch handelen tijdens het eetmoment

81% (14) van de teamverantwoordelijken geeft aan dat het eetmoment minstens één keer per jaar wordt besproken. In 31% van de gevallen staat het zelfs regelmatig op de agenda tijdens teambesprekingen. Topics die het meest aan bod komen tijdens de bespreking zijn: uitdagendere eetsituaties met de kinderen, te laag aanbod van vlees of vis en de portiegroottes.

Grafiek 14



Op de vraag "Op welke wijze probeer jij de kinderen in de peuterleeftijd uit jouw leefgroep te stimuleren om groenten, fruit en granen te eten?" antwoorden de meeste kinderbegeleiders dat ze dit vooral doen door de kinderen te stimuleren om te proeven, door zelf het voorbeeld te geven en mee te eten en door voldoende variatie te voorzien. De wijze waarop kinderbegeleiders ervoor zorgen dat het eetmoment door de kinderen als een plezierig moment wordt ervaren gebeurt voornamelijk door er een rustig moment van te maken, als kinderbegeleider mee aan tafel te gaan, participatie van de kinderen voor- tijdens- en na het eetmoment te stimuleren en kinderen geen verplichtingen op te leggen om te moeten eten. Op de vraag "Wat maakt dat je naar jouw gevoel tijdens het organiseren van een eetmoment eerder veel of eerder minder aandacht kan

schenken aan alle kinderen in jouw leefgroep” kan afgeleid worden dat de begeleider-kind ratio een grote rol speelt. Tot slot, op de vraag “Wat hebben kinderen uit de peuterleeftijd volgens jou nodig om voedingsprincipes aangeleerd te krijgen?” kan uit de meeste antwoorden afgeleid worden dat kinderen goede rolmodellen nodig hebben zoals volwassenen of elkaar, maar dat ook structuur en consequentie een belangrijk kader vormen. 20% van de kinderbegeleiders gaven geen antwoord of zijn ervan overtuigd dat peuters te jong zijn om reeds voedingsprincipes aangeleerd te krijgen.

Organiseren van activiteiten rond voeding

Teamverantwoordelijken geven vooral aan activiteiten te organiseren waar participatie van kinderen en ouders centraal kan staan, zoals bv. het organiseren van kookactiviteiten met de kinderen of een ontbijtmoment of tuinfeest te organiseren waar samen gegeten en gedronken kan worden.

Als het bij kinderbegeleiders gaat over de vraag: *“Op welke wijze organiseer jij gerichte activiteiten in je leefgroep om kinderen in de peuterleeftijd kennis te laten maken met voeding?”* dan doet 40% van de kinderbegeleiders dit door een kookactiviteit te organiseren, 47% doet geen activiteiten om kinderen kennis te laten maken met voeding, of vindt dat kinderen dit oppikken tijdens de eetmomenten en 13% voorziet een aanbod van boeken over voeding die kinderen kunnen inkijken of kinderbegeleiders kunnen voorlezen. Ook een aansluitende vraag over *“Welke elementen zou jij inzetten om activiteiten rond plantaardige voeding voor kinderen in de peuterleeftijd te organiseren?”* sluit aan bij bovenstaande resultaten, met dat verschil dat er ook nog mogelijkheden gezien worden in het organiseren van fantasiespelletjes en proefspelletjes. 7% van de kinderbegeleiders vindt peuters te jong om principes rond voeding te kunnen snappen.

Aanvullende opties voor het Veggiehuisje

Om de ideeën van kinderbegeleiders en teamverantwoordelijken te analyseren, werden deze onderverdeeld in verschillende categorieën waartoe ze kunnen behoren. Uiteindelijk levert dit volgend resultaat op:

Ideeën aangereikt door de kinderbegeleiders:

- Extra materiaal voor de moestuin
- Uitbreiden met een groentekraam dat als “levend marktkraam” kan dienen om kinderen hun fruit te laten kiezen tijdens het fruitmoment. Buiten dit moment kan het groentekraam met extra spelmateriaal worden uitgebreid
- Usb stick met spelvoorstellen en creatieve opdrachten
- Muziek

Ideeën aangereikt door de teamverantwoordelijken:

- Receptenfiches voor ouders
- Info avond voor ouders
- Knuffels eerder inzetten tijdens het eetmoment om het eetmoment nog beter bespreekbaar te maken en kinderen makkelijker linken te laten leggen.
- Voeldoosjes met plantaardige eiwitten zoals bonen, linzen, noten, zaden
- Fotoboek

Op de vraag: *“Op welke wijze zou jij het Veggiehuisje aantrekkelijk maken voor kinderen zodat ze er zelf ook kunnen mee spelen?”* kwamen volgende antwoorden aan bod:

- Er een echt speelhuis van maken met groentepoppen

- Het huis door de kinderen laten inkleuren met natuurlijke kleurstoffen
- Uitbreiden met een groentekraam met boodschappenmand en producten
- Beroepen in de kijker zetten die werkzaam zijn in plantaardige voeding, bv. medewerker supermarkt
- Uitbreiden met een klaspop

De kinderbegeleiders geven aan dat ze het belangrijk vinden dat het huis en de materialen die toegevoegd worden in de juiste proportie zijn en dat het huis en zijn materialen makkelijk te behouden moeten zijn om te vermijden dat het stuk gaat.

3.4 Diepte-interviews

In dit onderzoek wordt vanuit expertise dieper ingegaan op de noden die mensen ervaren om nieuwigheden toe te laten in hun leven. Dit onderzoek stelt de resultaten uit het online vragenlijstonderzoek scherper.

Gedragsveranderende factoren

3.4.1 Waarom is verandering nodig?

Alle respondenten zijn het erover eens dat gedragsveranderende factoren betreffende de eiwitshift pas bekomen kan worden als het doel duidelijk is, ofwel: “Waarom!?” moeten kinderbegeleiders en teamverantwoordelijken in de kinderopvang geloven in de eiwitshift? De “waarom!?” vormt als het ware de bestaansreden van de eiwitshift en stelt het belang ervan duidelijk. Om hen te overtuigen moet de meerwaarde voor hen als individu duidelijk worden gesteld. Alleen dan kunnen zij de situatie als een win zien en zal het verlangen om deel te nemen groeien. De wijze waarop het “waarom” van de eiwitshift naar de kinderbegeleiders en teamverantwoordelijken duidelijk wordt gemaakt is heel belangrijk. Meerdere van de respondenten geven aan dat je de “waarom!?” kan versterken door de grote “Believers”, uit de organisatie mee te laten participeren aan de bekendmaking van de eiwitshift. In dit geval wordt dan nagegaan welke kinderbegeleiders en teamverantwoordelijken binnen de dienst kinderopvang van de stad Gent er reeds vegetarische gewoontes op nahouden. Maar ook influencers van buiten de eigen organisatie kunnen waardevol zijn, zoals bedrijven, overheden,... die de eiwitshift promoten. De stad Gent is dan in dit geval een influencer voor de medewerkers van de dienst kinderopvang van de stad Gent.

3.4.2 Hoe kan verandering gecreëerd worden?

Het bottom-up systeem

Om verandering binnen een organisatie als kinderopvang te creëren is het belangrijk om in eerste instantie de kinderbegeleiders en teamverantwoordelijken mee te hebben in het verhaal. Inspraak en betrokkenheid over het voedingsbeleid zal voor meer draagkracht zorgen van de eiwitshift binnen de dienst kinderopvang van de stad Gent. Idealiter wordt er gewerkt volgens het “bottom-up” systeem waarbij individuele noden en verlangens van de kinderbegeleiders kunnen worden meegenomen richting het grotere verhaal. Volgens een van de respondenten worden op die manier obstakels vanuit een vroeg stadium gedetecteerd en aangepakt. De kinderbegeleiders zullen mogelijks daardoor ook meer geloof hechten aan het belang van de eiwitshift. Bovendien wordt het thema meer bespreekbaar gemaakt op de werkvloer wat voor kruisbestuiving zorgt onder alle medewerkers.

Weerstand

Uiteraard zullen er ook kinderbegeleiders en teamleiders zijn die de winsituatie van het belang van de eiwitshift nog niet helemaal zien. Zij gaan dan mogelijks in weerstand. Wanneer weerstand optreedt zijn emotionele behoeftes meestal niet ver weg. Een van de respondenten gaf aan dat emoties bespreekbaar kunnen gemaakt worden tijdens coaching sessies aan de hand van matroesjkapoppetjes of het ijsbergmodel⁵ (*De ijsberg van David McClelland, z.d.*). Op die manier kan de behoefte achter het gestelde gedrag of de weerstand worden achterhaald. Door hier voldoende aandacht voor te hebben en de emoties toe te laten, wordt deze medewerker erkend als evenwaardig meetellend individu binnen de organisatie. Eén van de respondenten stelde ook letterlijk: *“Iedereen verandert op een ander moment en op een andere manier, en dat is oké. Belangrijk is om aan te geven dat ieder zijn eigen weg kan en mag bewandelen”* Een andere respondent gaf aan dat zij vanuit haar ervaringen als gewezen teamverantwoordelijke tijdens teammomenten altijd iets om te eten voorzorg voor haar teamleden. Zij stelt:

Werken aan teamdynamieken kan je vergelijken met werken aan een basis en fundering. Eerst werk je aan de eerste basisbehoefte: hechting. Hechting is ook gelaagd aan de tweede behoefte eten en onze derde behoefte warmte. Dat is een natuurlijk proces vanuit ontwikkeling opgebouwd. Door hierin te voorzien creëer je rust. Wanneer er rust is zal je merken dat medewerkers sneller openstaan voor nieuwe ideeën.

Een andere respondent gaf aan dat men kan verwachten dat weerstand minder wordt als mensen een positieve ervaring aangeboden krijgen met plantaardige voeding. Die weerstand wordt veroorzaakt door “motivated reasoning”, ze willen dan bv. niet overtuigd worden van plantaardige voeding omdat ze het leuk vinden om vlees te eten en daar geen afstand van willen nemen. Activisten blijven, volgens deze respondent, soms te veel vasthangen in de feiten terwijl een aangename beleving met plantaardige voeding net effectiever zal zijn.

Methodieken

Om verandering te realiseren wordt best gebruik gemaakt van wetenschappelijke methodieken passend bij de verandervraag. Goede methodieken zijn een hulpmiddel om te blijven focussen op het vooropgestelde doel en integreren meestal ook een manier om tussentijds te kunnen reflecteren, evalueren en indien nodig bij te sturen. Een veelgebruikte methodiek van een van de respondenten bij veranderingsmanagement is de ADKAR⁶ methodiek. Deze methode brengt als eerste het belang in beeld **waarom** verandering nodig is. In dit onderzoek wordt verwezen naar de maatschappelijke noodzaak om de eiwitshift te realiseren. Onze kinderen hebben nog een lange toekomst voor zich, dus is het belangrijk dat zij kunnen opgroeien in de best mogelijke omstandigheden. De omgevingsfactoren, waaronder voornamelijk ook de maatschappij, spelen een grote rol om dit te kunnen realiseren en het is onze taak als individuen binnen de maatschappij om de voorwaarden hiervoor te scheppen. Wanneer de kinderbegeleiders en de teamverantwoordelijken geloven in het “waarom”, zal het **verlangen** om deel

Figuur 5 Het ijsbergmodel van McClelland



Figuur 6 ADKAR methode



⁵ Figuur: De ijsberg van David McClelland via www.coachingtheshift.com

⁶ Figuur: ADKAR methodiek voor change management via www.prosci.com

te nemen groeien. Dit is de tweede pijler in de methodiek. Zij zullen invloed uitoefenen op anderen. Om de mate van “verlangen” en de kennis over het “waarom” in te schatten is het belangrijk dat dit gemeten wordt. Het online vragenlijstonderzoek brengt dit in kaart. Zolang de resultaten van deze pijlers onvoldoende geacht worden, heeft het geen zin om door te schuiven naar de volgende pijler. In dit geval is reflectie, evaluatie en bijsturing nodig. De volgende pijler gaat over de **kennis** om het zelf te kunnen doen. Een kinderbegeleider kiest ervoor om voortaan plantaardig te eten, dan is het ook belangrijk dat deze weet wat plantaardige ingrediënten zijn, waar ze te vinden zijn en hoe ze bereid kunnen worden. Een hulpmiddel kan hierin ondersteuning bieden zoals bijvoorbeeld receptenfiches. De vierde pijler gaat over de mogelijkheden, het in staat zijn om de **verandering** te kunnen uitvoeren. Elementen bij de eiwitshift zijn hier dan bv. de prijs van voedingsmiddelen of de tijd die gespendeerd kan worden om gerechten te bereiden. De laatste en vijfde pijler gaat erover of de verandering **duurzaam** is. Een verandering is pas succesvol als die blijvend is en als medewerkers gemotiveerd blijven om dit vol te houden. Voor de dienst kinderopvang van de stad Gent is de implementatie van de eiwitshift in het voedingsaanbod gerealiseerd omdat de menu's vooraf vastliggen en enkel daaruit gekozen kan worden. Om de duurzaamheid aan te tonen moeten de resultaten uit het online vragenlijstonderzoek worden meegenomen.

3.4.3 Wat wordt reeds gedaan?

Om verandering te creëren is het belangrijk om binnen de organisatie te kijken wat er al aanwezig is, vertrekken vanuit een positieve blik binnen de organisatie, de “good practices” in de verf zetten en behouden. Deze mening wordt door alle respondenten gedeeld. Een andere respondent geeft ook aan dat het kan zijn dat iemand wil veranderen, maar het nog moeilijk vindt. In dat geval is het belangrijk om even na te gaan welk argument gekozen wordt om deze medewerker te overtuigen. Probeer interesses te achterhalen en van daaruit een passend voorstel te doen. Maak de eerste stap dan ook niet te groot. Het is best oké om te starten met bv. één veggiedag en van daaruit opnieuw in te zetten op die positieve beleving. Op termijn is dit vaak effectiever. Ook kunnen handvatten worden aangereikt om datgene wat al gedaan wordt te versterken: bv. nog meer inzetten op communicatie over plantaardige voeding, eigen krachtverandering, geld in de vorm van donaties eventueel,...

Pedagogische factoren

Algemeen

Een respondent stelt zich de bedenking of het wel de taak van kinderbegeleiders hoeft te zijn om plantaardige voeding te introduceren en implementeren in de kinderopvang. De kinderopvang is in crisis waardoor dit thema momenteel toch eerder een ver-van-mijn-bedshow is en dit ook meer de taak van de maatschappij dient te zijn of een andere autoriteit binnen kinderopvang: nl. “het agentschap opgroeien”. Plantaardige voeding zou in eerste instantie vanuit een positiever verhaal moeten gebracht worden naar ouders en opvoeders. Het agentschap staat hier nog te wantrouwig tegenover. Nochtans oefenen zij wel een grote invloed uit op de hele kinderopvangsector, dus de beweging richting een eiwitshift zou vanuit die insteek al moeten starten.

Omgevingsfactoren

Indien de taak dan toch bij kinderopvang wordt gelegd vormt modeling het vertrekpunt: “*Kinderen doen niet wat we zeggen dat ze moeten doen. Kinderen doen wat wij doen*”. Deze respondent stelt dat volwassenen een rolmodel dienen te zijn voor kinderen. Vandaag gebeurt dit nog te weinig. Ook zou er meer kunnen stilgestaan worden bij de taal die kinderen aangeboden krijgen, bv.: In plaats van te zeggen “*Dit kind eet geen vleesje,*” zou dit concreter benoemd kunnen worden als: “*dit kind eet geen dieren*”. Maar dit wordt niet gedaan want mensen voelen zich geschoffeerd wanneer de boodschap op die manier wordt gebracht. Vooral omdat ze het als een oordeel naar zichzelf zien. Ook in het medewerkersbeleid van organisaties is verbetering mogelijk. Zo wordt opgemerkt dat er tijdens

teamactiviteiten soms onvoldoende aandacht wordt geschonken aan een alternatief voor vlees. Indien er toch aandacht wordt geschonken aan een vegetarisch alternatief, wordt dit enkel ter beschikking gesteld van de vegetariër. Nochtans kan een open aanbod aan vegetarische maaltijden een invloed hebben op de beleving van het eten van plantaardige voeding, voor de vleeseter.

Ontwikkelingsfactoren

Een respondent geeft aan dat klassieke voedingseducatie voor haar niet echt hoeft, belangrijker is dat kinderen het proces leren kennen. Het proces van bv. groenten zaaien, ze verzorgen, daarna oogsten en bereiden. Daar leert een kind meer uit dan de klassieke boekjes die soms ook onrealistisch worden voorgesteld: *“dit is een appel, dit is een peer,...”*.

Verschillende respondenten vinden vooral een positieve beleving aan tafel belangrijk. Een positieve beleving aan tafel heeft een positieve invloed op de ontwikkeling van kinderen. Een rustige en gezellige sfeer zijn belangrijk voor het welbevinden van kinderen. Als het welbevinden goed zit, gaan peuters meer ontdekken, ook wat betreft voeding. Een respondent stelt :

Het kind de vrijheid geven om te proeven en smaken te ontdekken zonder enige verplichting stimuleert een kind in zijn keuzevrijheid en zelfstandigheid. Proeven hoeft ook niet gelijkgesteld te worden met het doorslikken van voedsel. Een smaak wordt al geproefd door het even op de tong waar te nemen. Dus een kind dat even de smaak heeft waargenomen en het voedsel nadien terug uit de mond duwt heeft in theorie geproefd.

Aanvullende elementen voor het Veggieshuisje vanuit de respondenten:

- Een handleiding of vormingsmoment voorzien over het doel en de werking van het Veggieshuisje
- Een toegankelijk verhaal brengen rond het Veggieshuisje met vooral focus op gezondheid en duurzaamheid om dit beter op de markt te kunnen brengen
- Vanuit doelstellingen incentives aan koppelen
- Vooral het thema bespreekbaar maken tussen kinderbegeleiders en ouders
- Spelplezier voor kinderen
- Spelplezier voor kinderbegeleiders
- Workshops rond gezonde, plantaardige alternatieven met proevortjesborden, zowel voor teams als ouders
- Proefactiviteiten zodat kinderen op jongere leeftijd ook al eens een zure of bittere smaak leren kennen
- Humor

4. Conclusie

4.1 Algemeen

Vanuit het vragenlijstenonderzoek, en dan met name vooral de responsgraad van de kinderbegeleiders op het onderzoek kan geconcludeerd worden dat de eiwitshift voor bijna de helft van de kinderbegeleiders als minder precair wordt aanschouwd. Vanuit een telefonische bevraging over de responsgraad blijkt dat de druk in kinderopvang groot is en vele kinderdagverblijven van de stad Gent al enige tijd onderbemand werken. Hierdoor wordt weinig tijd en energie gevonden om actief aan de slag te gaan rond het voedingsbeleid. Anderzijds blijkt uit het vragenlijstenonderzoek dat de wil van kinderbegeleiders en teamverantwoordelijken wel aanwezig is om te participeren aan het voedingsbeleid. Er kan dus gesteld worden dat allereerst aan de basisvereisten zoals voldoende personeel en minder werkdruk voldaan moeten zijn, om vervolgens actief te kunnen en willen participeren aan het voedingsbeleid.

4.2 Kennis eiwitshift

Bij de eerste deelvraag, “op welke wijze zijn kinderbegeleiders van kinderen in peuterleeftijd in de voorschoolse kinderopvang van de stad Gent reeds vertrouwd met de term eiwitshift?” kan vanuit het online vragenlijstsonderzoek geconcludeerd worden dat iets meer dan de helft van de respondenten vertrouwd is met de term eiwitshift. De meeste respondenten kennen de term vanuit hun werkcontext. Er kan echter ook gesteld worden dat bijna de helft van de respondenten de term niet kent, zowel bij teamverantwoordelijken als kinderbegeleiders. Dit maakt de eiwitshift wellicht niet zo gedragen in de kinderdagverblijven van de stad Gent zoals bedoeld. Bij de voorstelling van het Veggiehuisje werd in het voorgaande onderzoek door een respondent aangegeven dat de stad Gent de kinderopvangsector vergeten mee te nemen was in haar campagne om de eiwitshift te promoten. (Goeman et al., z.d.). Wellicht heeft dit een effect op de mate van bekendheid en kennis van de eiwitshift in de Gentse kinderdagverblijven.

Kennis over plantaardige eiwitten houdt meer in dan enkel de term eiwitshift kennen. Dat blijkt uit een ander opmerkelijk resultaat waarin de perceptie die kinderbegeleiders hebben over de voedingsgewoonten in de kinderdagverblijven van de stad Gent niet stroken met de reële voedingsgewoonten. Volgens de dienst kinderopvang van de stad Gent en volgens het lentemenu (bijlage I) heeft de stad een eiwitshift gerealiseerd van 50% plantaardige- en 50% dierlijke eiwitten consumptie. Het resultaat uit het online vragenlijstsonderzoek bij kinderbegeleiders toont aan dat slechts 13,4% van de kinderen volgens de kinderbegeleiders minstens 2,5 keer per week een plantaardige maaltijd aangeboden krijgen. Dit resultaat wordt ook bevestigd door de omgekeerde vraagstelling over de dierlijke eiwit consumptie. Daaruit blijkt dat ongeveer 74% van de kinderen drie tot vier keer per week dierlijke eiwitten consumeren. Dit resultaat kan enkele vragen oproepen:

Ten eerste wordt kip in het lentemenu voor de kinderopvang en scholen van de stad Gent als “zerokip” omschreven. Zerokip is vegetarische kip. Het zou kunnen dat kinderbegeleiders de vleesvervangers als onvoldoende vegetarisch aanschouwen waardoor de perceptie leeft dat de kinderen vlees aangeboden krijgen. Ten tweede kan het ook zijn dat de menuschema’s beïnvloed worden door de teamverantwoordelijken wanneer zij eventuele aanpassingen in bestellingen doorgeven aan de maaltijdenaanbieder, bv. om aan wensen van ouders te voldoen? De teamverantwoordelijken geven nog steeds zelf de bestellingen door en dienen dan menukeuzes door te geven. En tot slot kan de vraag gesteld worden of er een ander resultaat gegenereerd zou worden indien er een hogere responsgraad was gekomen op het vragenlijstenonderzoek? De responsgraad was laag bij kinderbegeleiders. De kans dat de resultaten hierdoor beïnvloed werden is reëel.

4.2 Bewustzijn verhogen

Wanneer gekeken wordt naar de tweede deelvraag in dit onderzoek “welke elementen spelen een rol om het bewustzijn rond plantaardige voeding te verhogen bij kinderbegeleiders en hun teamverantwoordelijken in de voorschoolse opvang van de stad Gent?” wijst het onderzoek uit dat het “Waarom” een heel belangrijk element is om het kader duidelijk te scheppen. Zowel de resultaten uit de literatuurstudie als het online vragenlijstenonderzoek wijzen dit uit. In de literatuurstudie geven 2 theoretische kaders het belang van die waarom weer: De Golden Circle en Het ADKAR model. Op de vraag “wat is jouw belangrijkste motivatie om over te schakelen naar een meer plantaardig voedingspatroon?” worden zowel door de kinderbegeleiders als door de teamverantwoordelijken milieu, dierenwelzijn, het lekker bevinden van plantaardige voeding en gezondheid als belangrijke motivators gezien. Meerdere respondenten die geïnterviewd werden gaven echter aan dat bewustzijn verhogen vanuit dierenwelzijn meestal minder effectief verloopt omdat mensen zich dan soms veroordeeld voelen in het feit dat zij er wel voor kiezen om vlees te eten. Men kan dus stellen dat kinderbegeleiders en teamverantwoordelijken op zich wel enige motivatie zien, maar de nood op deze elementen wordt vandaag onvoldoende belicht. Om hen te overtuigen zal dus meer ingezet moeten worden op het belang van plantaardige voeding op deze elementen. Het waarom kader duidelijk scheppen en de boodschap brengen vanuit een overtuigende gevoelsmatige en geloofsmatige blik. Om dit te realiseren kunnen kinderbegeleiders en teamverantwoordelijken die reeds in de “believersgroep” zitten, ingezet worden om deze boodschap te versterken.

Een andere versterkende boodschap is de visie die de stad Gent vooropstelt. Deze visie samensmelten in het waaromkader van de eiwitshift zal de doelgroep aanspreken op de eigen keuze die ze gemaakt hebben, namelijk werken in de kinderdagverblijven van de stad Gent in plaats van een andere voorziening te kiezen. Inzetten op de visie van de dienst kinderopvang en de stad Gent en haar voedingsbeleid en het fiere gevoel van de medewerkers in de verf zetten zal een gunstig effect creëren op het verlangen en samenhorigheidsgevoel naar andere medewerkers.

Om de vervolgvraag op deze deelvraag, te verduidelijken, namelijk “hoe kunnen deze elementen geïntegreerd worden in het Veggiehuisje?” gaven respondenten aan dat een toegankelijke boodschap over de bestaansreden van het Veggiehuisje een hulpmiddel zou kunnen zijn. Ook een duidelijke handleiding of vorming over de werking van het Veggiehuisje wordt als nodig gezien om met het Veggiehuisje aan de slag te kunnen. Idealiter wordt dit op een speelse en luchtige wijze aangebracht zonder afbreuk te doen aan de ernst

Figuur 7 Vegan Life



van het belang. Humor⁷ op de juiste wijze aangebracht kan hierin een meerwaarde vormen.

4.3 Gedragsveranderende factoren en pedagogische factoren

Om een antwoord te bieden op de vraag “welke elementen spelen een rol om verandering naar meer plantaardig eetgedrag bij kinderen van 18 maanden tot 2,5 jaar te verwezenlijken?” moet eerst de omgeving van het kind mee zijn in het verhaal. De omgeving heeft een erg grote invloed op het kind omdat het kind zijn gedrag aanpast aan wat het ziet in zijn omgeving, het zogenaamde modeling. Positief gedrag van de omgeving zal eenzelfde gedrag bewerkstelligen bij het kind (*De pedagogische visie van Loris Malaguzzi, z.d.*). Ook de respondenten gaven aan dat rolmodellen belangrijk zijn voor kinderen en hun ontwikkeling.

Om de omgeving van het kind mee te hebben in het verhaal van de eiwitshift dient gekeken te worden dat het belang voor de doelgroep duidelijk is en er bewustzijn gecreëerd is. Daarna kan een vervolgstap gezet worden naar het veranderingsproces zelf. Eén van de elementen uit het ADKAR model stelt dat de doelgroep een meerwaarde voor zichzelf moet zien om uiteindelijk het verlangen om te willen deelnemen ook effectief in te zetten (Prosci Inc., z.d.). Het onderzoek van Behaven sluit hierbij aan en stelt dat de doelstelling concreet en duidelijk moet zijn, zo weet de doelgroep wat specifiek van hen verwacht wordt en hoe dit doel aansluit bij de wensen van de doelgroep. Om het belang te zien voor elk individu in de maatschappij moet ook worden ingezet op culturele relevantie (Behaven, z.d.). Uit het diepte-interview met een van de respondenten blijkt dat het veranderingsproces voor elk individu een eigen verloop kent. Indien respect en aanvaarding van dit tempo als waarde wordt meegenomen in het proces, zal dit op lange termijn zijn vruchten afwerpen indien ook de voorwaarden van het veranderingsproces worden gevolgd. Namelijk; het waarom duidelijk stellen, verlangen creëren en de meerwaarde of de rol die de doelgroep voor zichzelf ziet.

Op de vraag: “hoe kunnen deze elementen geïntegreerd worden in het Veggieshuisje?” kan verder gekeken worden dan enkel het veranderingsproces zelf. Eén van de respondenten ziet hier een rol weggelegd voor het Agentschap Opgroeien. Vanuit de overheidsfunctie die het agentschap bekleedt vormt zij in dit verhaal op haar beurt een deel van de omgeving van de kinderbegeleiders en teamverantwoordelijken. De informatie die zij delen over plantaardige voeding op hun website zal een invloed uitoefenen op kinderbegeleiders, teamverantwoordelijken en de ouders van de kinderen.

Om de overige omgevingselementen in kaart te brengen worden mogelijkheden gezien om het Veggieshuisje in te zetten tijdens ouderparticipatiemomenten en hier onmiddellijk “good practices” aan te koppelen zoals het aanbieden van proevertjesborden.

Voor de kinderbegeleiders en teamverantwoordelijken zelf is het eveneens belangrijk om de “good practices” in kaart te brengen. In kaart brengen wat goed loopt en waarvan men wenst dat het zeker behouden blijft. Ook kunnen incentives ervoor zorgen dat het thema nog meer gaat leven binnen de organisatie. Hier kan zeker een rol weggelegd zijn voor de “believers” uit de doelgroep. Tot slot, wat zeker niet mag vergeten worden is de positieve beleving die de doelgroep moet ervaren om de slaagkansen te verhogen. Dit kan voornamelijk gerealiseerd worden door middel van een groter en vrij te kiezen aanbod aan plantaardige maaltijden en een iets beperkter aanbod aan dierlijke maaltijden voor kinderbegeleiders en teamverantwoordelijken, bijvoorbeeld tijdens teammomenten, personeelsfeesten,... Hierin schuilt ook een kans om kinderbegeleiders en teamverantwoordelijken

⁷ Figuur: humoristische afbeelding Vegan life via instagram

beter te ondersteunen en de werkdruk te verlagen door ervoor te zorgen dat ze thuis niet meer hoeven te koken.

4.4 Aanbevelingen

Voorgaande deelvragen bieden een antwoord op de onderzoeksvraag: *“Hoe kan de eiwitshift duurzaam geïntroduceerd en geïmplementeerd worden bij kinderbegeleiders van kinderen in de peuterleeftijd in de voorschoolse kinderopvang van de stad Gent via het Veggiehuisje?”*. In de volgende aanbevelingen wordt het oorspronkelijke Veggiehuisje aangepast naar de verschillende doelstellingen die het dient:

1. Het VEGGIE-kennis-HUIS

De focus van het Veggiehuisje moet in eerste instantie liggen bij het bijbrengen van kennis over plantaardige voeding bij kinderbegeleiders en teamverantwoordelijken door de bestaansreden van het Veggiehuisje te verduidelijken. Dit kan gerealiseerd worden door middel van een gerichte campagne, gevoerd door de stad Gent en de dienst kinderopvang en haar “believers”, waarin het Veggiehuisje vanuit symboliek de medewerkers informeert en ondersteunt. Ook tijdens het onboardingsproces van nieuwe medewerkers kan de dienst kinderopvang elke nieuwe medewerker meenemen in haar visie en de bestaansreden van het Veggiehuisje. Dit huisje bevat alle praktische kennis over de visie op de eiwitshift en hoe deze visie wordt uitgedragen door de medewerkers en wat er van hen verwacht wordt. De ondersteuning en informatie die het huisje kan bieden, wordt eenvoudig en begrijpelijk duidelijk gemaakt. Het VEGGIE-kennis-HUIS kan een online tool zijn waar medewerkers rondgeleid worden doorheen alle kamers en zo de nodige info verzamelen.

2. Het VEGGIE-doe-HUIS

Om vervolgens de “educatieve doelstellingen” van het Veggiehuisje beter in kaart te brengen kunnen deze gesplitst worden in doelstellingen voor de medewerkers van kinderopvang en doelstellingen voor de kinderen die gebruik maken van kinderopvang. Beide doelstellingen belichten vooral de positieve en speelse beleving van plantaardige voeding in de kinderopvang. Dit huisje bevat verschillende basiselementen om activiteiten speels, praktisch en niet-belerend aan te brengen bij kinderen en hun begeleiders. Het huisje kan fysiek en digitaal een zichtbare plaats innemen in de opvang, waardoor ouders ook onmiddellijk betrokken worden en zij meegenomen kunnen worden in het verhaal.

3. Het VEGGIE-inspiratie-HUIS

Omgevingsfactoren die een invloed uitoefenen op het gedrag van kind en medewerkers in de kinderopvang dienen in rekening worden gebracht. Het evalueren van het voedingsbeleid, de huidige werking errond en het meenemen en bespreken van de “good practices” van het voedingsbeleid bij de dienst kinderopvang zal de intrinsieke motivatie van de medewerkers en hun kennis en bewustzijn verhogen. Tot slot zijn positieve belevingen met plantaardige voeding noodzakelijk om de eiwitshift echt te kunnen laten plaatsvinden. Zo kan het Veggiehuisje daarna als inspiratiebron zijn weg vervolgen doorheen Vlaanderen. In dit huis zijn elementen aanwezig om ook andere organisatoren te inspireren. Door middel van workshops waarin bijvoorbeeld een evaluatietool aanwezig is om het voedingsbeleid van kinderdagverblijven onder de loep te nemen, een leidraad om te werken rond “good practices”, proeversborden met aanbod van plantaardige voeding, enz... Dit huisje bemachtigt ook zijn plaats op elk teamevent en zet het voedingsaanbod in de kijker met extra focus op het plantaardige aanbod.

5. Blik op de toekomst

Dit onderzoek richtte zich vooral op de kinderbegeleiders en teamverantwoordelijken van de dienst kinderopvang van de stad Gent. In dit onderzoek bleven heel wat partijen onderbelicht die gerust aansluiting en participatie kunnen vinden bij de verdere ontwikkeling van de drie verschillende Veggiehuisjes, met name: de ouders en cultureel diverse groepen.

5.1 De ouders

Uit het vragenlijstenonderzoek blijkt dat ouders op zich weinig communiceren met de kinderbegeleiders of teamverantwoordelijken over het voedingsbeleid van de opvang, en/ of de voeding algemeen van hun kind. Wat ouders wel belangrijk vinden is, of hun kind voldoende heeft gegeten. Er zouden meer kansen genomen kunnen worden om ouders dus meer te betrekken bij het voedingsbeleid van de dienst kinderopvang van de stad Gent. Zo zou onderzocht kunnen worden of de gezinnen zelf de shift al maakten naar meer plantaardige voeding. Ook valt er iets te zeggen over de keuzevrijheid van kinderen inzake voeding. Kind en gezin stelt op haar website dat kinderen zelf beslissen wanneer ze eten en dat kinderen niet gedwongen dienen te worden om te eten (*Als eten moeilijk gaat*, 2021). Een interessante invalshoek kan zijn om te onderzoeken wanneer een kind kan beslissen wat het eet. Een kind dat op heel jonge leeftijd in contact komt met plantaardige voeding zal misschien sneller zelf willen beslissen om meer plantaardig te eten. Een Brits onderzoek bij kinderen tussen 5 en 16 jaar oud toonde aan dat 8% van de kinderen vegan is en 15% het zou willen zijn. 13% van de kinderen is vegetarisch en 21% wil het zijn (*Videos - The Vegan Strategist*, 2023). Een interessante link aan dit thema is de opvoedingsstijl die ouders hanteren en die misschien maakt of kinderen deze keuzevrijheid krijgen. Een mogelijke onderzoeksvraag zou dan kunnen luiden: “Op welke wijze heeft de opvoedingsstijl die ouders hanteren een invloed op de keuzemogelijkheid van hun kind om over te schakelen naar plantaardige voeding?” Om deze onderzoeksvraag te beantwoorden kan een bevraging in combinatie met waarderend onderzoek uitkomst bieden. Vanuit de bevraging kan een grote groep ouders bevroegd worden om zo de hedendaagse opvoedingsstijlen en persoonlijke voedingsvoorkeuren van ouders in kaart te brengen. Het waarderend onderzoek zal de bevraging krachtiger maken en aanvullende kwalitatieve informatie opleveren. Door middel van het stellen van kritische vragen kan een positieve verandering teweeggebracht worden. Bovendien kan het antwoord op deze vraag versterkend werken op de ontwikkeling van de Veggiehuisjes. Voor deze onderzoeksvraag kan vertrokken worden vanuit het positieve principe: *“De gedachte hierachter is dat “alles wat je aandacht geeft groeit”. Er wordt dan aandacht gegeven aan datgene waarvan we meer willen. Niet om problemen te negeren, maar om ze uit een andere invalshoek te benaderen (Van Kesteren, 2022).”*

5.2 Cultureel diverse groepen

Nog uit dit onderzoek bleek dat het belangrijk is om in te spelen op de culturele relevantie van plantaardige voeding (Behaven, z.d.). Dit aspect werd in het onderzoek niet verder belicht. Een artikel van de Katholieke Werklieden Bond (KWB) stelt:

Sociaal-economische, culturele, politieke, historische, religieuze en ecologische factoren hebben een invloed op onze voeding en waarom men kiest om al dan niet iets te eten. Door te eten en te drinken tonen mensen aan tot welke cultuur ze behoren. Voeding staat daarom sterk in verbinding met iemands identiteit (KWB, z.d.).

Elke cultuur houdt er dus eigen gewoontes op na. Door deze gewoontes te onderzoeken kan in het kader van de eiwitshift gezocht worden naar relevantie binnen de verschillende culturen. Onderzoek wees immers al uit dat de doelgroep waarvoor verandering gewenst is, eerst voor zichzelf ook de meerwaarde moet kunnen ontdekken (Prosci Inc., z.d.). Die meerwaarde kan pas gevonden worden wanneer men kennis en informatie heeft over de culturele gewoonten. Er zullen dus heel veel diverse antwoorden verzameld kunnen worden. Het in kaart brengen van de culturele relevantie beoogt mogelijk ook een hogere betrokkenheid van culturele doelgroepen die vandaag moeilijker te bereiken zijn door kinderbegeleiders en teamverantwoordelijken. Anderzijds biedt dit onderzoek de mogelijkheid om ook medewerkers, afkomstig uit andere culturen te bevragen. Door de verbinding en het samenhorheidsgevoel dat voeding kan teweegbrengen kunnen toekomstige activiteiten worden aangepast zodat ze beter aansluiten bij de doelgroepen. Ook de Veggiehuisjes kunnen hier een rol in opnemen. Een mogelijke onderzoeksvraag binnen dit thema zou kunnen zijn: “Welke meerwaarde kan plantaardige voeding bieden aan diverse culturele groepen en welke voorwaarden moeten hieraan gekoppeld worden?” Om deze onderzoeksvraag te beantwoorden lijkt actiegericht onderzoek door middel van een participerende observatie een geschikte methode te zijn. Door deze keuze van onderzoek kan de onderzoeker actief deelnemen aan verschillende activiteiten van de groep, bijvoorbeeld kookactiviteiten, boodschappen doen,... Op die manier worden de voedingsgewoonten onmiddellijk dieper uitgelicht (Dingemane, 2021). Aansluitend bij deze methode kunnen ook diepte-interviews worden afgenomen (Van Der Donk & Van Lanen, 2010). Deze methode verkiest de voorkeur boven een bevraging, omdat een bevraging voor deze doelgroepen vaak een drempel vormt. Door persoonlijk in gesprek te gaan met de deelnemers uit de doelgroep zal veel meer informatie verzameld kunnen worden. Bovendien zal dit in combinatie met de participatieve observatie zorgen voor verbinding. Door deze onderzoeksmethoden te kiezen zal het onderzoek zelf wellicht meer tijd vragen dan wanneer een bevraging zou gebeuren aan de hand van vragenlijsten.

6. Bronnenlijst

- Als eten moeilijk gaat.* (2021, 22 april). Kind en Gezin.
<https://www.kindengezin.be/nl/thema/voeding/vaste-voeding/als-eten-moeilijk-gaat>
- Behaven. (z.d.). Behaven: the behavioural science of plant-based diets. In *www.behaven.com*.
- Beleid kinderopvang.* (2021, 1 juni). Kind en Gezin.
<https://www.kindengezin.be/nl/professionelen/sector/kinderopvang/beleid-kinderopvang>
- Boeije, H., & Bleijenbergh, I. (2019). *Anlyseren in kwalitatief onderzoek denken en doen* (3e druk). Boom uitgevers.
https://www.boom.nl/media/21/9789024425945_inkijkexemplaar_analyseren_in_kwalitatief_onderzoek.pdf
- Chaffey, D. (2022, 4 november). *Golden Circle model: Sinek's theory value proposition : start with why*. Smart Insights. <https://www.smartinsights.com/digital-marketing-strategy/online-value-proposition/start-with-why-creating-a-value-proposition-with-the-golden-circle-model/>
- Clear, J. (2018). *Atomic Habits: An Easy & Proven Way to Build Good Habits & Break Bad Ones*. National Geographic Books.
- Craig, W. J., & Mangels, A. R. (2009). Position of the American Dietetic Association: Vegetarian Diets. *Practice guideline*, 109(7), 1266–1282. <https://doi.org/10.1016/j.jada.2009.05.027>
- De Boer, F. (2008). Essay, debat en dialoog: de nadruk op de onderzoeksvraag. *Kwalon*, 32(2), 6. https://www.aup-online.com/docserver/fulltext/18757324/11/2/KW_2006_011_002_002.pdf?expires=1685712568&id=id&accname=guest&checksum=50E81F52206ABF0DADA1F555626B5C7F

De Cleene, D. (2023, 14 februari). *Verdoofd of onverdoofd slachten: wat zegt de wetenschap?*
EOS Wetenschap. https://www.eoswetenschap.eu/natuur-milieu/verdoofd-onverdoofd-slachten-wat-zegt-de-wetenschap?gclid=Cj0KCQjw27mhBhC9ARIsAIFsETEfUBuiPsx4hm5lwFIipC0tRIYYa82rf07XOzoKNwPV6ZwzN4DGB2EaAg1kEALw_wcB

De ijsberg van David McClelland. (z.d.). Coaching The Shift.
<https://www.coachingtheshift.com/nl/ijsbergmodel-mcclelland-gedragsveranderende-factoren>

De pedagogische visie van Loris Malaguzzi. (z.d.). EXPOO.
<https://www.expoo.be/themas/pedagogische-visies/de-pedagogische-visie-van-loris-malaguzzi>

Dienst Klimaatverandering. (z.d.-a). *Gevolgen.* Klimaat | Climat.
<https://klimaat.be/klimaatverandering/gevolgen>

Dienst Klimaatverandering. (z.d.-b). *Green Deal.* Klimaat | Climat.
<https://klimaat.be/klimaatbeleid/europees/green-deal#:~:text=Tijdens%20de%20internationale%20klimaatop%20van,van%20broeikasgassen%20die%20nul%20is.>

Diepte-interview - Onderzoeksmethoden | Alles over Marktonderzoek. (2023, 9 maart).
allesovermarktonderzoek. <https://allesovermarktonderzoek.nl/onderzoeksmethoden/diepte-interview/>

Dingemanse, K. (2021). Observatie als onderzoeksmethode in je scriptie. *Scribbr.*
<https://www.scribbr.nl/onderzoeksmethoden/observaties/>

DPG Media Privacy Gate. (z.d.). <https://www.demorgen.be/snelnieuws/vacatures-in-vlaamse-kinderopvang-bereikt-recordhoogte-ik-dacht-dat-we-de-bodem-bereikt-hadden~bf642365/?referrer=https%3A%2F%2Fwww.google.be%2F>

Eetexpert. (2022, 13 oktober). *Normale ontwikkeling eetgedrag - Eetexpert.*
<https://eetexpert.be/info/ontwikkeling-eetgedrag/>

Elena Lievens. (z.d.). *De eiwitshift op ons bord* [Presentatieslides]. Arteveldehogeschool, Sint Amandsberg, Gent.

Europese unie. (2019, 12 december). © Europese Unie, 2023. Geraadpleegd op 5 april 2023, van <https://www.consilium.europa.eu/nl/policies/green-deal/>

Femke Hoefnagels MSc., Dr. Ir. Marieke Battjes-Fries. (2022). *Gezonde smikkelweken*. Lous Bolk instituut.

Full steam & ahead. (z.d.). <https://www.deliva.be/en/our-vision>

Goeman, M., Westyn, K., Vogels, J., Van Hoe, S., & Maesen, E. (z.d.). *Veggiehuisje* [Presentatie]. Proud to present, Arteveldehogeschool, Gent, Sint-Amandsberg, België.

Groepsopvang schoolgaande kinderen | Gezond Leven. (z.d.).

<https://www.gezondleven.be/settings/kinderopvang/groepsopvang-schoolgaande-kinderen>

Helan. (z.d.). *Helan Kinderopvang*. <https://www.helan.be/nl/ons-aanbod/kinderopvang/>

Helan kinderopvang. (2019). Kwaliteitshandboek: Voedingsbeleid. In *Intranet Helan kinderopvang*.

Hermsen, S., & Renes, R. J. (2016). *Draaiboek gedragsveranderende factoren: De psychologie van beïnvloeding begrijpen en gebruiken* (1ste editie) [E-book].

Janssen, C. (2019, 20 augustus). *Waarderend onderzoek als hulpmiddel bij verandervragen - voor de verandering*. voor de verandering. <https://www.verandering.org/2019/02/20/waarderend-onderzoek/>

KWB. (z.d.). Sociale en culturele rol van voeding. In www.kwbeensgezind.be. Geraadpleegd op 4 juni 2023, van https://www.kwbeensgezind.be/documenten/eten/Samen_Eten_gedragscodes_in_andere_landen.pdf

Lahaye, F. (2021, 30 november). *“Wat eten we morgen?” Fevia lanceert nieuwe duurzaamheidsroadmap van*. Fevia. <https://www.fevia.be/nl/pers/wat-eten-we-morgen-fevia-lanceert-nieuwe-duurzaamheidsroadmap-van-de-belgische-voedingsindustrie>

Larsen, J. K. (2019). *Eetgedrag in balans: een gezonde eetopvoeding thuis en in de kinderopvang*.

Lekkere, gezonde maaltijden op school en in de kinderopvang. (z.d.). Stad Gent.

<https://stad.gent/nl/groen-milieu/klimaat/duurzaam-eten/lekkere-gezonde-maaltijden-op-school-en-de-kinderopvang>

licg.nl - Invloed van dieren op kinderen. (z.d.). <https://www.licg.nl/invloed-van-dieren-op-kinderen/#invloed-op-sociaal-emotionele-ontwikkeling>

MeMoQ zelfevaluatie-instrument voorbeelden en oefeningen. (2021, 18 mei). Kind en Gezin. <https://www.kindengezin.be/nl/professionelen/sector/alles-over-kinderopvang/kwaliteit-de-opvang/pedagogische-aanpak/memoq>

Met Gent en Garde naar een duurzamer voedselsysteem. (z.d.). Stad Gent.

<https://stad.gent/nl/groen-milieu/klimaat/klimaatneutraal-tegen-2050-een-gezamenlijke-ambitie/met-gent-en-garde-naar-een-duurzamer-voedselsysteem>

Pauwels, I. (2021, 22 januari). *Het belang van voeding voor mens en dier • Toscanzahoeve*. Toscanzahoeve. <https://www.toscanzahoeve.be/het-belang-van-voeding-voor-mens-en-dier/#:~:text=Juiste%20voeding%20is%20van%20het,de%20werking%20van%20ons%20immuunsyst eem.>

Proeven. (2021, 19 mei). Kind en Gezin. <https://www.kindengezin.be/nl/thema/ontwikkeling-en-gedrag/zintuigen/proeven>

Prosci Inc. (z.d.). *The Prosci ADKAR® Model | Prosci*.

<https://www.prosci.com/methodology/adkar>

ProVeg Nederland. (2022, 9 augustus). *Over ons - ProVeg Nederland*.

<https://proveg.com/nl/over-ons/>

Scharwächter, V. (2022). *Literatuuronderzoek of literatuurstudie doen in 4 stappen*. *Scribbr*.

<https://www.scribbr.nl/scriptie-structuur/literatuuronderzoek/>

Sociaal-culturele aspecten van de voedselomgeving | Gezond Leven. (z.d.).

<https://www.gezondleven.be/themas/voeding/wat-bepaalt-ons-eetgedrag-volgens-het-gedragswiel/de-context-aspecten-van-de-voedselomgeving-die-ons-eetgedrag-bepalen/sociaal-culturele-aspecten-van-de-voedselomgeving>

Stroming - Hedonisme | Tilburg University. (z.d.). Tilburg University.

<https://www.tilburguniversity.edu/nl/onderwijs/junior/junior-kennisbank/filosofie-op-de-basisschool/wat-filosofie/stromingen/hedonisme#:~:text=Het%20woord%20hedonisme%20is%20afgeleid,zoveel%20mogelijk%20leuke%20dingen%20doet.>

technopolis, group, Blonk Consultants. (2018). *Eiwit-transitie Vlaanderen: Studie naar de status en het potentieel van (hoog-) technologische oplossingen om vleeseiwitten te vervangen in het dagelijks dieet.*

Termont, D., Burgemeester. (2021). *BELEIDSNOTA Communicatie, Onthaal, Beleidsparticipatie en Stadsmarketing 2014-2019.* <https://stad.gent.be>. Geraadpleegd op 13 april 2023, van <https://stad.gent/sites/default/files/page/documents/ontwerpbeleidsnota%20communicatie%20onthaal%20beleidsparticipatie%20en%20stadsmarketing%202013-2019.pdf>

THE 17 GOALS | Sustainable Development. (z.d.). <https://sdgs.un.org/goals>

Vakgroep Sociale Agogiek UGent en Expertisecentrum Ervaringsgericht Onderwijs KULeuven. (2014). Pedagogisch raamwerk. In *Kind en Gezin*. <https://www.kindengezin.be/sites/default/files/2021-05/pedagogische-raamwerk.pdf>

Van Der Donk, C., & Van Lanen, B. (2010). *Praktijkonderzoek in zorg en welzijn* (herziene druk 2019) [Boek]. Couthino.

Van Kesteren, B. (2022). Appreciative Inquiry: een introductie. *Instituut voor Interventiekunde*. <https://instituutvoorinterventiekunde.nl/appreciative-inquiry/>

Van Rompaey, S., & Snoeck, J. (2021). *The future of food: A New Recipe for the Food Sector*. Lannoo Meulenhoff - Belgium.

Vegetarische voeding. (2021a, mei 25). Kind en Gezin.
<https://www.kindengezin.be/nl/thema/voeding/vaste-voeding/vegetarische-voeding>

Vegetarische voeding (HGR NR 9445). (2021b). Hoge gezondheidsraad.

Videos - The Vegan Strategist. (2023, 6 april). The Vegan Strategist.
https://veganstrategist.org/vegan-strategy/?doing_wp_cron=1685913594.1162519454956054687500

Voedingscentrum. (z.d.). *Ouders betrekken*.
<https://www.voedingscentrum.nl/professionals/gezond-op-school/gezond-eten-op-de-basisschool/ouderparticipatie.aspx>

Waarom plantaardig · EVA maakt het plantaardig. (z.d.). EVA maakt het plantaardig.
<https://www.evavzw.be/waarom-plantaardig#voor-het-milieu>

walk me. (z.d.). A complete guide to change management: all you need to know for seamless change management. In *www.walkme.com*.

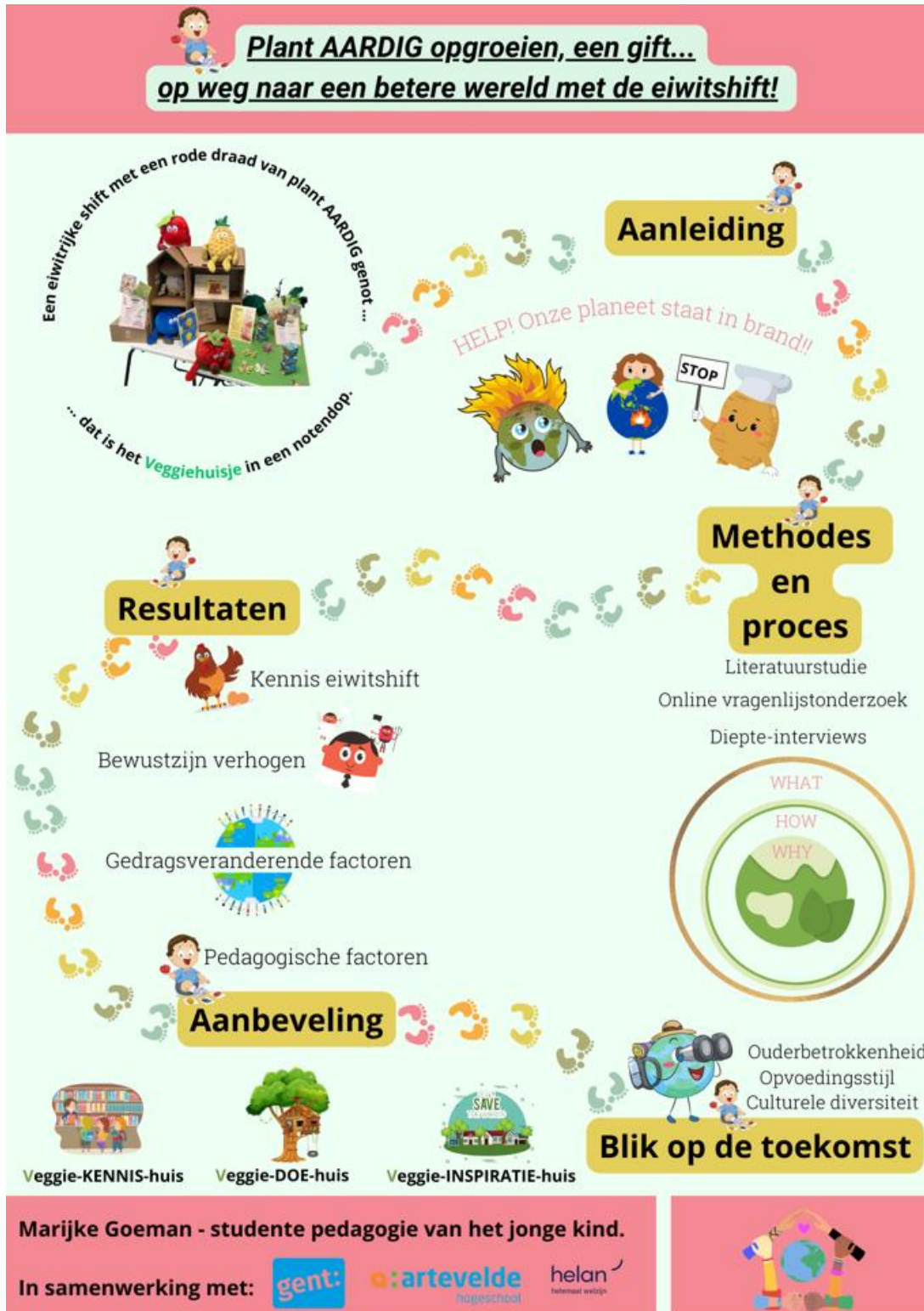
Wat is een eiwitshift? (z.d.). Departement Omgeving - Vlaamse overheid.
<https://omgeving.vlaanderen.be/wat-is-een-eiwitshift#:~:text=In%20een%20meer%20plantaardig%20en,evolutie%20wordt%20de%20eiwitshift%20genoemd.>

Werken aan gezonde voeding. (z.d.). Gezonde Kinderopvang.
<https://www.gezondekinderopvang.nl/themas-0-4-jaar/voeding>

Wikipedia-bijdragers. (2022, 23 juni). *Millenniumdoelstellingen*. Wikipedia.
https://nl.wikipedia.org/wiki/Millenniumdoelstellingen#7._De_bescherming_van_een_duurzaam_leefmilieu

(2012). *Gezonde voeding, een kinderspel?! Het effect van een internetinterventie over gezonde voeding bij de ouders van lagere schoolkinderen* [Masterscriptie]. Gent.

7. Illustrerende poster



8. Bijlagen

8.1 Bijlage A: Informatieformulier m.b.t. vragenlijstonderzoek bij kinderbegeleiders

De eiwitshift op ons bord - Kinderbegeleiders bevraging

Beste kinderbegeleider,

Ben jij een kinderbegeleider van een groep waarin peuters worden opgevangen in een kinderdagverblijf van de stad Gent? Dan ben ik op zoek naar jou!

Naar aanleiding van mijn bachelorproef voor de Arteveldehogeschool over het thema "De eiwitshift op ons bord" wil ik graag het volgende onderzoeken:

- **"Hoe kan de eiwitshift duurzaam geïntroduceerd en geïmplementeerd worden bij kinderbegeleiders van kinderen in de peuterleeftijd in de voorschoolse kinderopvang van de stad Gent via het Veggiehuisje."**

De eiwitshift gaat over een verschuiving van dierlijke eiwitten (geproduceerd door dieren) en plantaardige eiwitten (geproduceerd door granen en planten).

Het veggiehuisje is een educatieve tool in ontwikkeling om op een speelse wijze plantaardige voeding te integreren in de werking van het kinderdagverblijf zodat kinderen in de peuterleeftijd vertrouwd raken met plantaardige voeding en de positieve gevolgen die daaraan gekoppeld kunnen worden.

Om mijn onderzoek te onderbouwen wil ik nagaan:

- Hoe bekend de eiwitshift is bij kinderbegeleiders
- Welke elementen kinderbegeleiders belangrijk vinden om mee te helpen schrijven aan dit duurzame verhaal.
- Op welke wijze kinderbegeleiders deze elementen zouden kunnen integreren in de dagelijkse werking van het kinderdagverblijf via het veggiehuisje.

Daarom vraag ik een kwartier van jouw tijd om deze vragenlijst in te vullen.

Jouw deelname aan deze vragenlijst zal me enorm vooruit helpen in mijn onderzoek.

De vragenlijst kan anoniem worden ingevuld tot en met **donderdag 11 mei 2023 - 16u.**

De antwoorden van de vragenlijst zullen anoniem verwerkt worden vanaf 12 mei 2023.

Bij invullen van deze vragenlijst ga je akkoord dat de antwoorden uit deze vragenlijst geanalyseerd en verwerkt worden binnen een eventueel adviserend kader.

Alvast hartelijk dank!

Vriendelijke groeten,
Marijke Goeman
Student pedagogie van het jonge kind
Arteveldehogeschool Gent

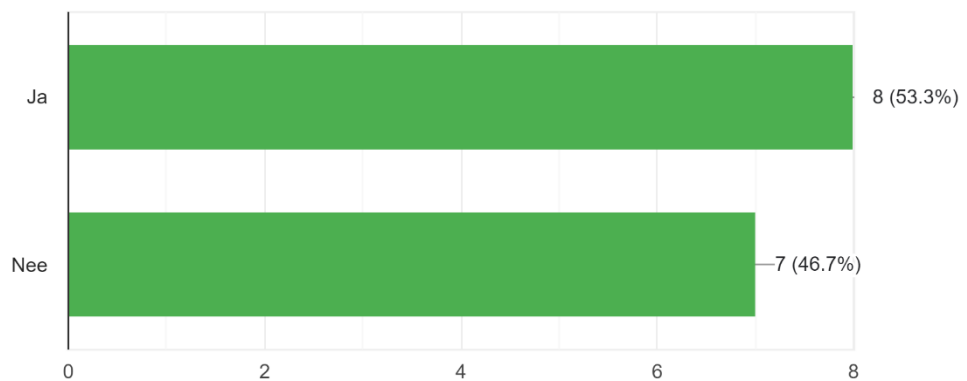
8.2 Bijlage B: Online vragenlijstonderzoek bij kinderbegeleiders

De eiwitshift: Bevraging van kinderbegeleiders over plantaardige voeding in peutersgroepen van de voorschoolse Gentse Kinderopvang



Heb je eerder al eens gehoord over "de eiwitshift op ons bord"?

15 responses



Via welke weg heb je al eens gehoord over de eiwitshift op ons bord?

15 responses

Ik ben zelf vegetariër dus ik ben er algemeen bekend mee

via de dienst kinderopvang

Niet

Vanuit eigen organisatie en interne communicatie van de Dienst Kinderopvang

via het werk

Dit is de eerste keer

Nog niet van gehoord

.

-

Geen antwoord

Culinor stad Gent

Werk

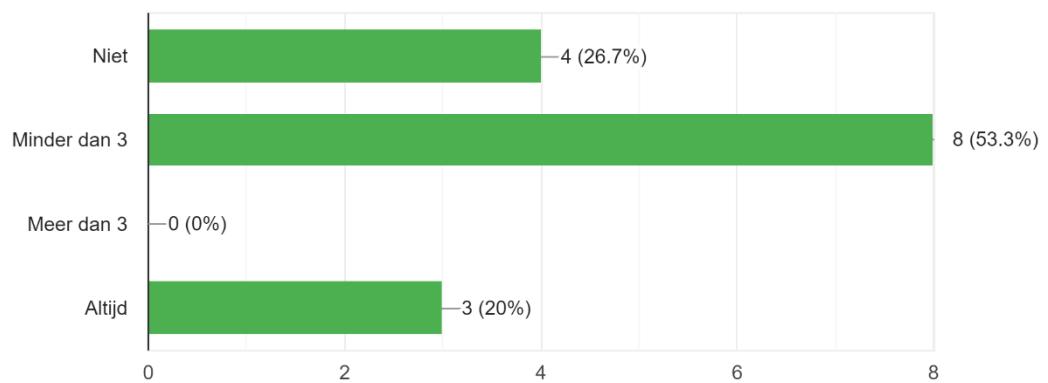
de verantwoordelijke

/

via Studente PJK

Hoeveel keer per week eet jij een plantaardige of vegetarische hoofdmaaltijd?

15 responses



Wat is je motivatie om dierlijke eiwitten (vlees en/of vis) te eten?

15 responses

Voor de planeet en het dierenleed

om de nodige voedingsstoffen binnen te krijgen.

Ik ben nogal bourgondisch opgevoed en mis echt mijn vleesje in mijn eten

Belang van gezonde voeding

de nodige vitaminen eruit te halen / ijzer ...

Omdat ik het graag eet

Door mijn opvoeding heb ik geleerd om dierlijke eiwitten te eten.

dierlijke eiwitten heeft je lichaam nodig. Ik eet meer vis dan vlees

Omdat het lekker is en met mate is het gezond

Het is lekker

Ons lichaam heeft het nodig en het is lekkerder en goedkoper

Gewoonte, is lekker

zo opgevoed

Omdat het lekker is

Het is gekend en makkelijke keuze

Wat is je motivatie om plantaardige alternatieven te eten?

15 responses

Idem

voor het ecologische evenwicht

Wij eten thuis maaltijden van Hello fresh en soms zijn de vegetarische opties gewoon lekkerder

Gevarieerd voedingspatroon en merkbaar positief resultaat van plantaardige producten

GEEN

Deze heb ik niet

Mijn grootste motivatie is omdat mijn vriend veganistisch is. Een andere is omdat veganistische recepten zo leuk en creatief is om te maken (en volgens mij minder vies om klaar te maken omdat ik een karkas niet moet voorbereiden en koken). Ik weet hoe vlees smaakt en ik vind het zeer boeiend om op een creatieve wijze te werken met plantaardige vleesvervangers.

variatie in de menu

Als ik geen andere keuze heb

Geen

Ik wil het wel eens proberen

Minder dierenleed, ook lekker

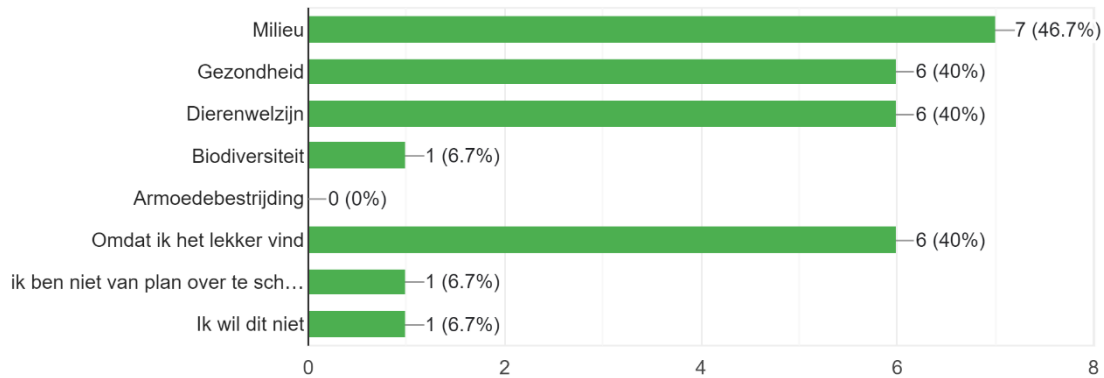
gezondheid

Omdat ik die ook lekker vind

Voor onze ecologische voetafdruk

Wat is jouw belangrijkste motivatie om over te schakelen naar een meer plantaardig voedingspatroon?

15 responses



Hoeveel kinderen in de peuterleeftijd worden in totaal in jouw groep opgevangen ongeacht hoeveel dagen per week ze naar de opvang komen?

(bv. 22 kinderen in totaal, waarvan dagelijks max 18, want niet iedereen komt elke dag).

15 responses

9

18 peuters, de andere zijn kleuters

9kinderen

2 groepen van 25 peuters

18 kinderne op de lijst warvan dagelijks tot max 14 /15 kinderen komen

16

7 peuters in totaal. Ze komen vaak alle dagen.

16 en 18

7

17

17 kinderen in totaal waarvan 16 en soms 17 aanwezig zijn

15

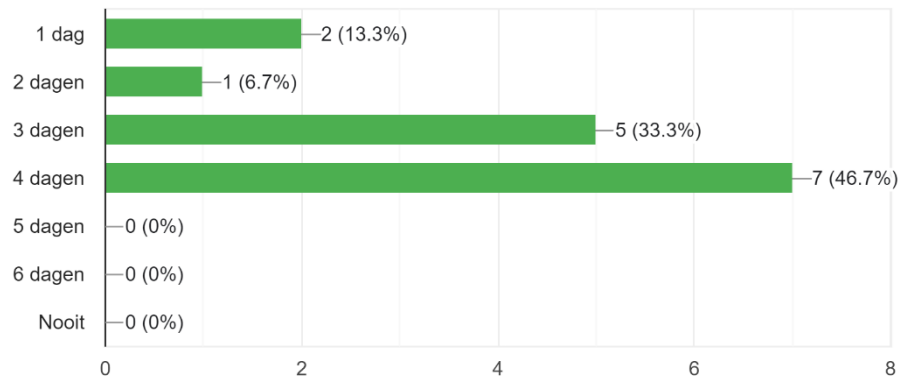
12 peuters, 5 baby's

10

20

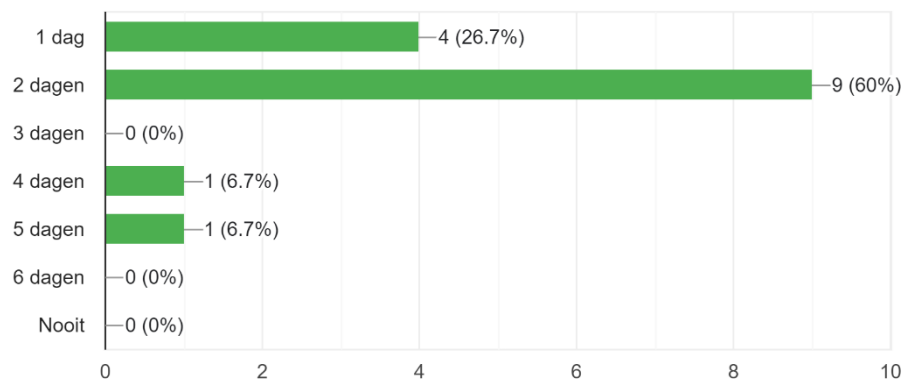
Hoe vaak per week wordt er in het kinderdagverblijf waar je werkt voor de hoofdmaaltijd dierlijke eiwitten in de vorm van vlees of vis aangeboden?

15 responses



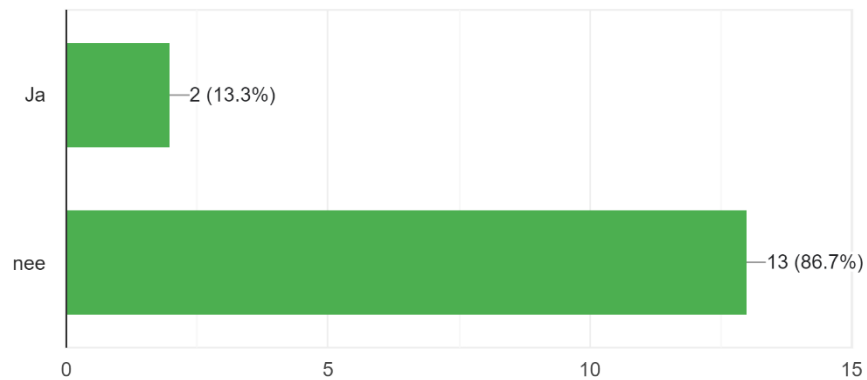
Hoe vaak per week wordt er in het kinderdagverblijf waar je werkt voor de hoofdmaaltijd een plantaardig alternatief aangeboden? Hiermee bedoel ik een maaltijd zonder vlees of vis.

15 responses



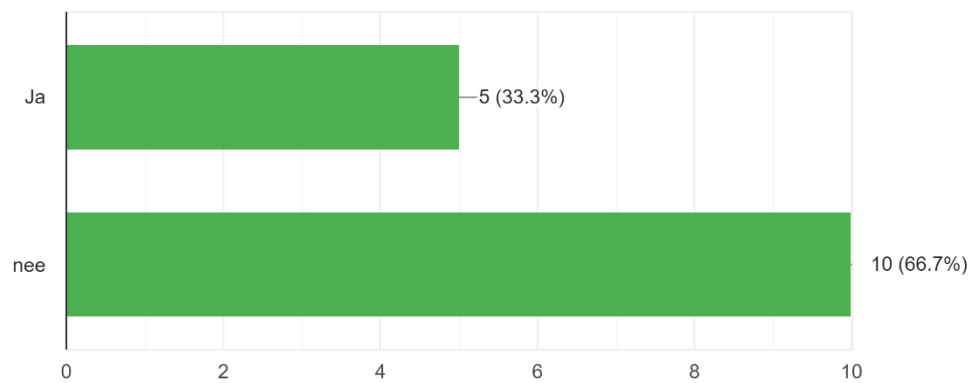
Zijn er in jouw leefgroep kinderen in de peuterleeftijd die geen plantaardige of vegetarische maaltijden mogen nuttigen?

15 responses



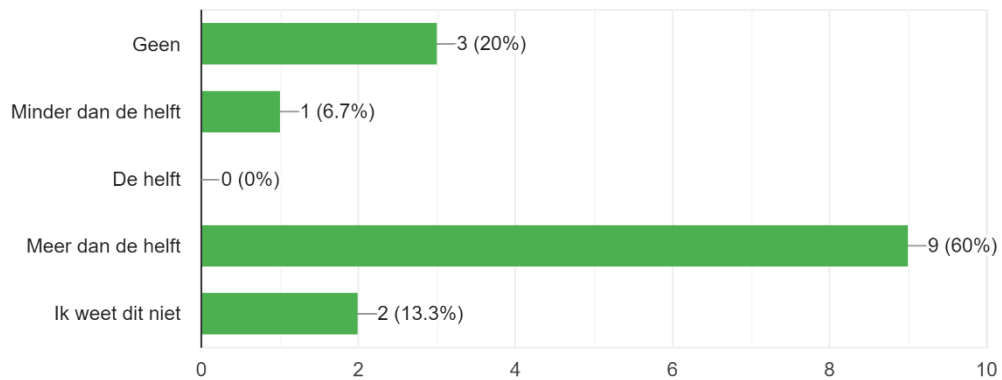
Kunnen kinderen dagelijks kiezen of ze vlees, vis of een plantaardig alternatief aangeboden krijgen?

15 responses



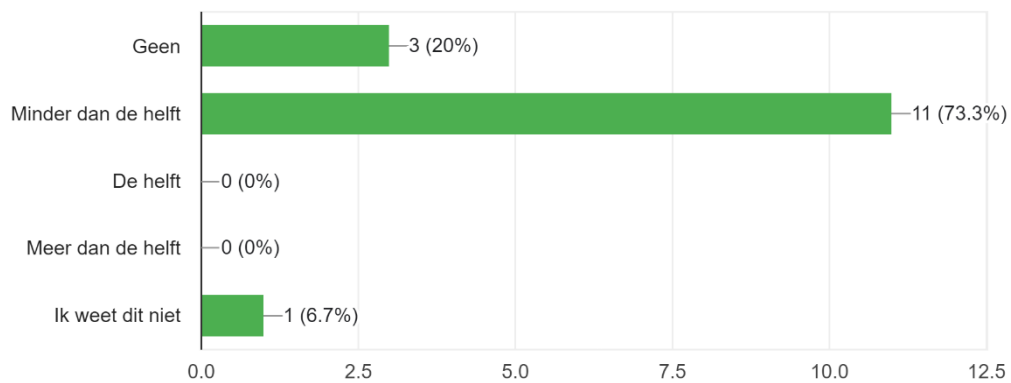
Hoeveel kinderen in de peuterleeftijd uit jouw leefgroep eten uitsluitend dierlijke eiwitten (vlees of vis- maaltijden, thuis + kinderopvang)?

15 responses



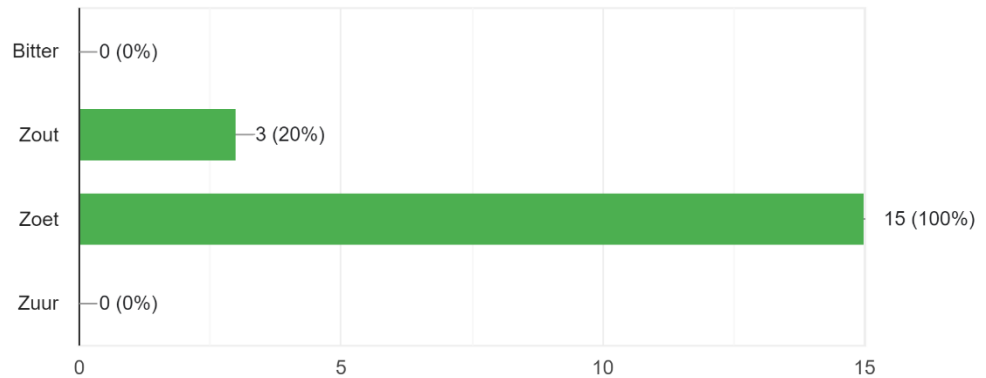
Hoeveel kinderen in de peuterleeftijd uit jouw leefgroep eten uitsluitend plantaardige of vegetarische maaltijden (thuis + kinderopvang)?

15 responses



Welke smaakvoorkeur genieten baby's en peuters naar jouw mening?

15 responses



Wat lusten de kinderen in de peuterleeftijd uit jouw leefgoep het minst graag?

15 responses

Quinoa en alle afgeleiden en toevoegingen daarbij, schaf dat af 😬

als alles gemengd is en ze geen zicht hebben om wat ze nu juist eten

Vis en de vegetarischd burger in bbq saus

pikant, sterk gekruid, bitter en zuur

QUINOA EN TOFU

Rode kool en rauwkost

Groentensoep drinken ze niet altijd. Op zich eten de peuters in ons groep wel alles.

spruiten, witloof, erwten

groenten en fruit

Vis

Vis

Rauwkost

varieert

Alles door elkaar, zoals wok, champignon,..

groenten

Op welke wijze zorg jij ervoor dat het eetmoment als gezellig en plezierig kan worden ervaren door de kinderen in de peuterleeftijd in jouw leefgroep?

15 responses

Door er een rustig moment van te maken, met zo veel mogelijk aandacht voor iedereen. Kinderen zijn niet verplicht bord leeg te eten, ze worden in niets geforceerd.

door er een gezellig, huiselijk moment van te maken waar kinderen zelf de tafel mogen dekken en afruimen en ze rustig in gesprek kunnen gaan met elkaar tijdens de maaltijd.

Samen eten, positief bevestigen, kinderen ruimen zelf tafel af, hoeven niet te eten als ze niet willen,...

Samen aan tafel zitten en mee-eten stimuleert kinderen, ongedwongen gezellig eetmoment op ritme van zowel kinderen als de groepsorganisatie, rustige sfeer, duidelijke structuur, veel keuzevrijheid bij kinderen, geen dwang - kind bepaalt wanneer hoeveel honger het heeft

LIEDJE ZINGEN VOOR WE GAAN ETEN

Door van start te gaan met een liedje, daarna mogen ze zelf hun Bord opscheppen, na het eten mogen ze zelf hun bord afruimen.

Ik zorg voor de structuur van het eetmoment. Ze weten dat er eerst hoofdmaaltijd wordt gegeten, dan soep,

dan dessert, dan water. Ik vraag ook geregeld of het lekker is, help waar nodig en verbaal de kinderen belonen als ze goed eten.

samen de tafel dekken, samen soep drinken en de maaltijd nuttigen. De begeleider proeft mee (is geen maaltijd voor de begeleider)

door te praten, zoveel mogelijk benoemen

Als er rust is

Mee eten. Gezellig maken, liedjes zingen, praten

alles wordt uitgeschept en gesneden aan tafel waar de kinderen zitten, we zorgen dat dit een rustig moment is waar proeven belangrijk is maar niet forceren om alles op te eten. de begeleiders in de groep zitten samen aan tafel, vragen of het lekker is en benoemen wat ze krijgen.

Wij eten in kleine groepjes

ik probeer zelf lang genoeg bij de kinderen aan tafel te zitten en mee te eten

Op welke wijze organiseer jij gerichte activiteiten in je leefgroep om kinderen in de peuterleeftijd kennis te laten maken met voeding?

15 responses

Niet echt

wij laten ze van alles proeven, ze mogen ook zelf de hoeveelheid opscheppen.

Geen, we gebruiken de eet-momenten hiervoor

naast vast aanbod van maaltijden ook kookactiviteiten, vieruurtjes of gezonde feestelijke hapjes enz

BOEKJES LEZEN / VIERUURTJE IS ZEER AFWISSELEND

Deze activiteiten bieden we momenteel niet aan

Ik organiseer geen gerichte activiteiten om kennis te maken met voeding.

kookactiviteit

keukentje spelen en samen koken

We geven ze altijd de kans om te proeven

Eens samen een cake maken of samen fruit snijden en alles aan tafel opscheppen

/

we hebben zelfgemaakte fotoboekjes of kaartjes met voeding op. Die we bijna dagelijks overlopen. we maken regelmatig iets "speciaals"(zoete aardappel wafels, broccolibrood,..) samen met de kinderen. ze mogen dan eens aan de groenten komen en mogen helpen mengen. alles wordt benoemd

Samen koken, ruiken kruiden,...

op woensdag doen wij geregeld een kookactiviteit

Op welke wijze probeer jij de kinderen in de peuterleeftijd uit jouw leefgroep te stimuleren om groenten, fruit en granen te eten?

15 responses

De vieruurtjes zijn zeer gevarieerd (fruit, yoghurt, groenten) en ze kunnen van veel verschillende dingen proeven.

proeven van alles, zelf opscheppen. creatief omgaan met vieruurtjes, het leuk "verpakken" bv watermeloen"taart" of "pizza"

Ze krijgen het dagelijks aangeboden. We eten zelf ook mee.

vaak gezond (zoet) alternatief voor traditionele suikerrijke lekkernijen bv smoothies, bananencake, wortelpannenkoeken, ovenchips

ZE TELKENS EENS LATEN PROEVEN

We hebben de regel dat iedereen altijd eens een Hapje moet proeven daarna weten ze dat ze niet moeten verder eten als ze het niet lusten

Ik kies vaak (gedroogde) fruit als dessertje en als tussendoortje voor de kinderen ipv naar koekjes te grijpen. Ik doe ook vaak iets meer groenten dan vlees op hun borden, zeker als ze voor een tweede portie

door zelf te eten en het voorbeeld te zijn

dagelijks aan te bieden

Ze moeten steeds een keer proeven, willen ze erna niet dan hoeft het ook niet

Dagelijks fruit als dessert en gezonde koekjes aanbieden

Er zelf van eten, zeggen dat het lekker is, blij zijn en positief reageren als ze proeven

gewoon blijven aanbieden en stimuleren om te proeven. niet forceren.

Zelf mee eten, laten proeven, benoemen,...

iedere dag krijgen ze fruit aangeboden, en bij 4-uurtjes bieden we dikwijls iets aan met granen. Ook bij cornflakes voegen we bijvoorbeeld musli toe

Wat maakt dat je naar jouw gevoel tijdens het organiseren van een eetmoment eerder veel of eerder minder aandacht kan schenken aan alle kinderen in jouw leefgroep?

15 responses

Hangt er vanaf hoeveel kinderen aan tafel zitten. 9 peuters is al zeer hektisch.

door in groepen van 18 kinderen er een gezellig moment van te maken is er op dat moment aandacht voor iedereen.

De grote groep kinderen en de baby's die op hetzelfde moment aandacht nodig hebben zorgen ervoor dat het eetmoment vrij snel moet gaan

Gezond en gevarieerd aanbod is voorzien, weinig zelf voorbereiding aan

AFHANKELIJK HOEVEEL KINDEREN ER ZIJN / DRUKTE VAN DE GROEP

De drukte van de groep

Ik vind dat wij met niet zoveel personeel zijn, waardoor dat wij niet altijd erbij kunnen zitten en genieten met de kindjes tijdens het eetmoment. Deze momenten zijn juist het beste moment om hen te leren over eten, maar omdat wij met te weinig zijn hebben wij geen tijd daarvoor.

de drukte aan tafel (aantal kinderen), de menu, aantal begeleiders die aanwezig zijn in de leefgroep

weet ik niet

Geen antwoord

Als het te druk is en er teveel kinderen zijn wat dagelijks nu het geval is

Het aantal kinderen

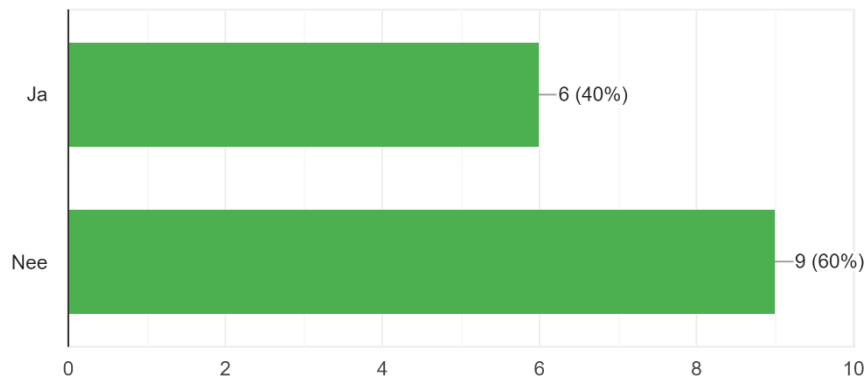
Teveel kinderen in de groep , dus 12 peuters die tegelijk moeten eten. waar er dan nog eens soms 5 baby's bijkomen die ook nog eten krijgen. met 2 personen is dit een puzzelwerkje.

Teveel kinderen, wakkere baby's die moeten eten, slapen, tekort personeel zorgt voor minder aandacht

De grote van de groep speelt een grote rol

Vind jij dat je als kinderbegeleider een rol kan opnemen om kinderen in de peuterleeftijd bewust te maken over het nut van plantaardige voeding?

15 responses



Welke elementen zou jij inzetten om activiteiten rond plantaardige voeding voor kinderen in de peuterleeftijd te organiseren?

15 responses

/

Boekjes, speelgoed

rollenspel, poppenkast, activiteit er rond maken

Vind ik moeilijk

activiteit, kringgesprek, kind- en ouderbetrokkenheid

NIET DIRECT EEN IDEE .. eens soep maken samen van verschillende groenten als de drukte van de groep het toelaat

De kinderen zijn hier nog te jong voor om dit te snappen. Wat het verschil is tussen plantaardig voedsel

Een goed idee zou een boekje zijn of prentjes met groenten en fruit op. Ik merk op dat kinderen daar vaak nieuwsgierig over zijn.

kookactiviteit

geen interesse

Geen antwoord

Ik weet het niet

dit doen we al met boekjes , foto's , activiteiten

proefspelletjes, samen koken

Hoe kan jij ertoe bijdragen dat er in het kinderdagverblijf waar je werkt meer aandacht wordt geschonken aan plantaardige voeding?

15 responses

Voorstellen om plantaardige alternatieven te gebruiken (bv voor yoghurt). Boekjes over groenten.

wij schenken hier vanuit onze werkgever al veel aandacht voor door per week aan iedereen 2 vegetarische maaltijden te geven en onze maaltijden zijn 50 % plantaardig en 50 % dierlijk.

Ik vind het al goed dat er 2 keer per week vegetarisch gegeven word. En ergens ben ik er niet mee akkoord omdat het ons word opgelegd om vegetarisch te eten. Kinderen waarvan de ouders bewust kiezen om hun kind vlees ek vis te laten eten worden verplicht en opgedrongen om vegetarisch te eten.

andere blijven stimuleren en meerwaarde ervan laten inzien

GEEN DIRECT IDEE

Er word al zeer veel aandacht geschonken. Zo is er elke donderdag veggie en alle andere dagen veggie en vlees gemixt

Zelf praat ik af en toe over mijn veganistische eetgewoontes, maar alleen als anderen daar vragen over hebben of zin hebben om erover te discussiëren. Maar verder weet ik niet direct wat ik nog meer kan doen om meer aandacht te geven aan plantaardige voeding. Stadgent heeft voorlopig geen veganistische opties voor zowel baby's als peuters, maar de vraag voor deze aanbod is nog zeer klein waardoor ze het niet produceren. Ik vind dat persoonlijk jammer.

brainstormen over gezonde voeding voor het 4 uurtje, doorgeven welke menu er wel/niet graag gegeten wordt

geen interesse

Geen antwoord

Wij hebben een externe firma die het eten komt brengen en daar hebben wij geen invloed op

/

nog meer plantaardige voeding zelf kopen dus niet via de grootkeuken (niet altijd even geslaagd) dus ook voor de vieruurtjes. maar dit kost geld en veel dingen zijn geschrapt, zoals dadels

Niet, Stad Gent beslist:)

zelf bewuster zijn ervan en zelf plantaardige dingen meebrengen om tijdens het middageten het goede voorbeeld te geven

Welke elementen zou jij nog toevoegen aan het veggiehuisje om deze als educatieve tool in de kinderopvang waar je werkt te kunnen inzetten? Het veggiehuisje is te zien hieronder op de foto.

Momenteel bevat het reeds volgende elementen:

Een huisje dat je zelf kan aankleden

Vitamins knuffels (als ritueel voor het slapengaan)

Verhalen/ boeken voor kinderen over plantaardige voeding

Receptenfiches om samen met de kinderen plantaardige tussendoortjes te bereiden

Spelfiches voor actieve activiteiten met plantaardige namen

Zaadjes om met de kinderen een moestuintje te planten

15 responses

/

Houten groentjes om mee te spelen

materiaal voor de moestuin? een moestuin is heel wat meer dan zo een klein potje.

Geen idee

groentekraampje (speelhoek), vast standje met seizoensfruit tijdens het vieruurtje

IK VIND HET GOED DAT WE PLANTAARDIGE PRODUCTEN GEBRUIKEN MAAR VIND HET JAMMER DAN DE KINDEREN HIER NOOIT NOG EENS VOLLEDIG VLEES (kip : kalkoen: rund worden aangeboden soms zit er meer alternatieve vleesvervanger in zodat de kinderen nog niet eens elk een stukje vlees hebben) want vroeger wel zo was ... EN MAAR 1 DAG VEGGIE EN 1 DAG VIS

Ik smijt maar ideeën:

Een paar grote, gelamineerde prenten van groenten en fruit: je kan ze op de grond leggen of op de muur plakken en benoemen wat de groenten en fruit zijn (kan ook een spel van maken: "waar is de appel?"

kinderen lopen naar appel).

CD's met korte fragmentjes over voeding, groenten, fruit... Wij hebben een DVD speler en TV, dus zou ook leuk zijn. Of liedjes?

Kleurplaten (of USB met kleurplaten in om af te drukken) over groenten en fruit

Puzzels met groenten en fruit.

activiteit rond groenten en fruit (memory)

zaadjes

Geen antwoord

Speelgoed keuken gerei erbij zetten

Mooie grote foto's van veel soorten fruit en groenten (lamineren), voorbeeld van activiteiten waar fruit en groenten aanbod komen (niet met eten spelen !!!)maar voorbeeld een kleurplaat, een stuk fruit schilderen,..

kleine groenten en fruit speeltjes om mee aan de slag te gaan in de poppenhoek

Op welke wijze zou jij het veggiehuisje aantrekkelijk maken voor kinderen zodat ze er zelf ook kunnen mee spelen?

15 responses

/

Er een echt huisje van maken met groentenpopjes

laten inkleuren met natuurlijke kleurstoffen? BV over laten wrijven met bloemen die kleur afgeven en niet giftig zijn voor de kinderen.

Kleinere fruit/groentenknuffels zodat die mooi speelklaar in het huisje gezet kunnen worden. Deze zijn te groot voor het huisje

Groentekraam met boodschappenmandje en producten (rollenspel hoekenwerking), beroepen die werk maken van plantaardige voeding en plantaardig aanbod in supermarkten

Zal daar nog eens verder moeten over nadenken ..

Ik heb niet direct een tip

Heel simpel en gevarieerd houden, met materiaal die niet gemakkelijk kapot te maken (bv alles

gelamineerd). Zo kunnen ze ongestoord (van een bezorgde begeleider) spelen en ontdekken op het gemak. Prenten groot en kleurrijk maken. Verschillende texturen werken ook.

op kindhoogte plaatsen, een klaspop (bv Jules) toevoegen, houten groenten en fruit toevoegen

in karton maken zodat ze er zelf mee kunnen spelen

In de speelruimte een plekje geven

In de leefgroep plaatsen

.

geen idee

Wat hebben kinderen uit de peuterleeftijd volgens jou nodig om voedingsprincipes aangeleerd te krijgen?

15 responses

Structuur, gezonde tussendoortjes, ook thuis

enthousiaste begeleiders die er zelf met een open geest naar kijken.

Consequentie, dagelijks aanbieden, ouders en creche op dezelfde golflengte

opvoedingsnetwerk waarbinnen idee gedeeld wordt door alle partijen (ouders, omgeving en opvang/school)

ELKE DAG IETS PLANTAARDIGS AANBIEDEN en dat gebeurt hier echt wel :) en zoeken hoe je dingen kan verwerken naar iets zodat de kinderen het lekker vinden

Tijd

Ze hebben elkaar nodig om te zien dat bepaalde eten niet vies is. Een omgeving die hen positief stimuleren om te proeven, hen op hun gemak kan stellen en gezellig is, een omgeving die ze niet forceren of straffen tijdens etenstijd. Ook hebben ze een omgeving nodig die gevarieerd eten kunt bieden.

het goede voorbeeld van begeleiders, variatie, tijd op iets te leren eten (voldoende proevenmoment aanbieden)

gewone kost

Ze zijn nog te jong hiervoor

Dagelijks herhalen en meehelpen

Geen idee, volgens mij zijn ze nog te jong

herhaling

/

dat ze er veel mee in contact komen. Een idee kan zijn dat Stad Gent iedere maand een speciaal ingrediënt levert om mee aan de slag te gaan voor de 4-uurtjes

Hoe betrokken voel jij je bij het voedingsbeleid in het kinderdagverblijf waar je werkt?

15 responses

Niet echt. Alles wordt besteld en vieruurtjes gemaakt door huishoudhulp.

wij mogen doorgeven welke maaltijden lekker zijn en welke er moeten aangepast worden.

Niet. Plots wordt er beslist om 2 keer per week vegetarisch te geven zonder dit met ons te bespreken.

Eerder sterk

Qua groenten en fruit ben ik volledig voor de uitgebreidere versie, qua het vleesvervangende dat in elke maaltijd zit vind ik het jammer eens een gezond en lekker stukje kip zitten ook super veel eiwitten en vitaminen

Niet, dit wordt hogerhand beslist

Niet betrokken

voldoende

niet betrokken

Niet, er is geen betrokkenheid. We hebben een externe firma.

Niet

Niet echt

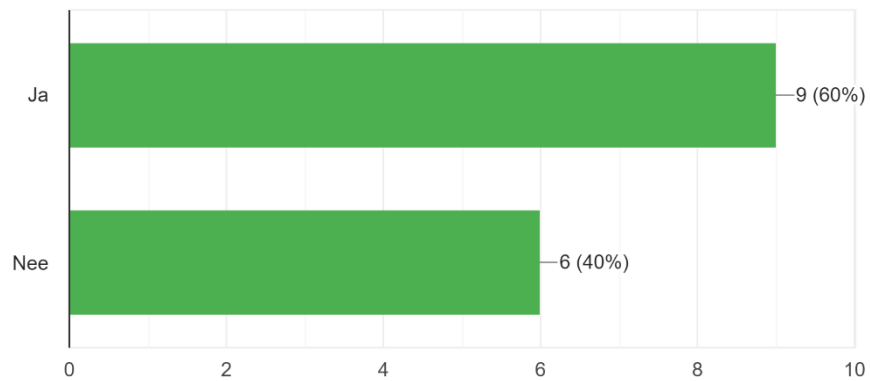
niet als het om de warme maaltijd gaat, en door de besparing ook minder voor het vieruurtje

Behalve fruitpap en 4 uurtje hebben we geen inzeg

Genoeg

Vond je deze vragenlijst nuttig?

15 responses



8.3 Bijlage C: Informatieformulier m.b.t. vragenlijstonderzoek bij teamverantwoordelijken

De eiwitshift op ons bord - teamverantwoordelijke bevraging

Beste teamverantwoordelijke,

Ben jij een teamverantwoordelijke van een of meerdere kinderdagverblijven van de stad Gent? Dan ben ik op zoek naar jou!

Naar aanleiding van mijn bachelorproef voor de Arteveldehogeschool over het thema "De eiwitshift op ons bord" wil ik graag het volgende onderzoeken:

- **"Hoe kan de eiwitshift duurzaam geïntroduceerd en geïmplementeerd worden bij kinderbegeleiders van kinderen in de peuterleeftijd in de voorschoolse kinderopvang van de stad Gent via het Veggiehuisje."**

De eiwitshift gaat over een verschuiving van dierlijke eiwitten (geproduceerd door dieren) en plantaardige eiwitten (geproduceerd door granen en planten).

Het veggiehuisje is een educatieve tool in ontwikkeling om op een speelse wijze plantaardige voeding te integreren in de werking van het kinderdagverblijf zodat kinderen in de peuterleeftijd vertrouwd raken met plantaardige voeding en de positieve gevolgen die daaraan gekoppeld kunnen worden.

Om mijn onderzoek te onderbouwen wil ik nagaan:

- Hoe bekend de eiwitshift is bij kinderbegeleiders en teamverantwoordelijken
 - Welke elementen kinderbegeleiders en teamverantwoordelijken belangrijk vinden om mee te helpen schrijven aan dit duurzame verhaal.
 - Op welke wijze kinderbegeleiders en teamverantwoordelijken deze elementen zouden kunnen integreren in de dagelijkse werking van het kinderdagverblijf via het veggiehuisje.
-

Daarom vraag ik een kwartier van jouw tijd om deze vragenlijst in te vullen.

Jouw deelname aan deze vragenlijst zal me enorm vooruit helpen in mijn onderzoek.

De vragenlijst kan anoniem worden ingevuld tot en met **donderdag 11 mei 2023 - 16u**.

De antwoorden van de vragenlijst zullen anoniem verwerkt worden vanaf 12 mei 2023.

Bij invullen van deze vragenlijst ga je akkoord dat de antwoorden uit deze vragenlijst geanalyseerd en verwerkt worden binnen een eventueel adviserend kader.

Alvast hartelijk dank!

Vriendelijke groeten,
Marijke Goeman
Student pedagogie van het jonge kind
Arteveldehogeschool Gent

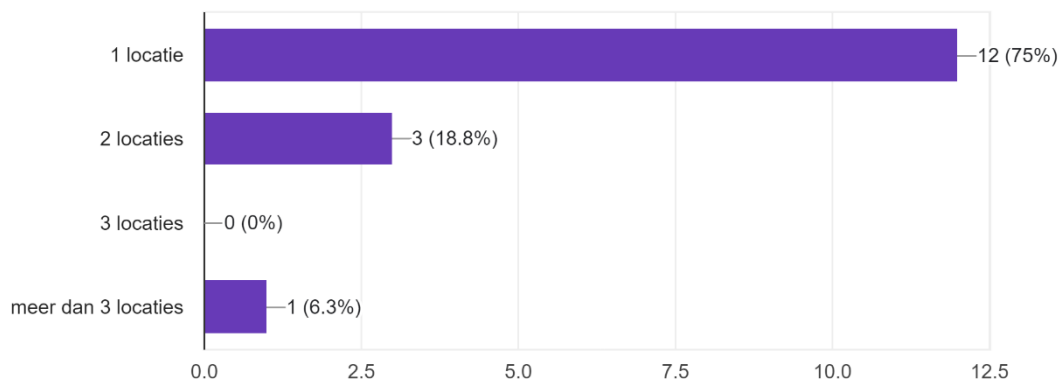
8.4 Bijlage D: Online vragenlijstonderzoek bij teamverantwoordelijken

De eiwitshift: Bevraging van teamverantwoordelijken over plantaardige voeding in de voorschoolse Gentse kinderopvang



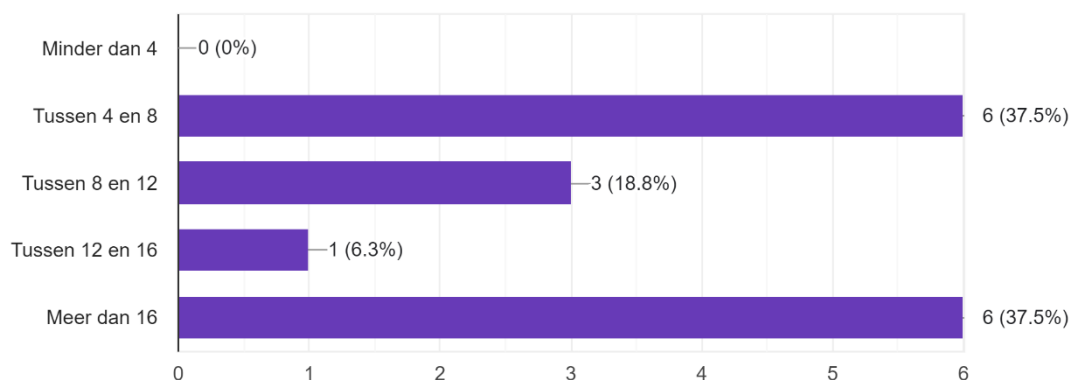
Ik ben een teamverantwoordelijke van:

16 responses



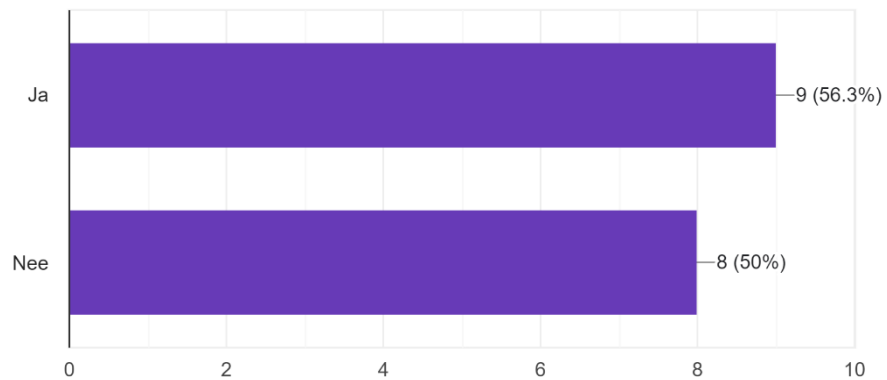
Hoeveel kinderbegeleiders stuur je aan?

16 responses



Heb je al gehoord over de term "eiwitshift op ons bord"?

16 responses



Via welke weg heb je al eens gehoord over de eiwitshift op ons bord?

8 responses

Verschillende kanalen, oa Velt, Bond Beter Leefmilieu ...

Via de dienst

interne mail dienst Kinderopvang Stad Gent

via communicatie rond de vernieuwing van de menu, via sociale media

zelf veel met voeding bezig

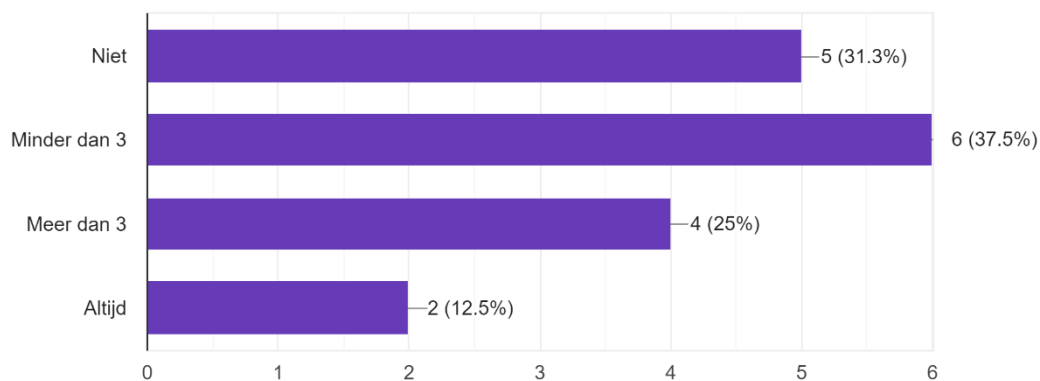
Via het werk heb ik hier al over gehoord/gelezen

Via beleid Stad Gent omtrent het onderwerp voeding.

collega's

Hoe veel keer per week eet jij een plantaardige of vegetarische hoofdmaaltijd?

16 responses



Wat is je motivatie om dierlijke eiwitten (vlees en/of vis) te eten?

15 responses

Eet al ongeveer dan 10 jaar vegetarisch

Omdat het lekker is

Lekker, vlees hoeft niet altijd, er zijn ook andere alternatieven

Veel gerechten ken ik alleen op deze manier. Ik hou niet zo van de textuur van vleesvervangers.

Omdat ik zo ben opgevoed

omwille van de eetgewoontes van de kinderen en tijdsnood

Eens lekker om wel te eten

lekker, ijzerbron

Ik heb graag variatie

gemakkelijk om daarmee de nodige voedingsstoffen binnen te krijgen, soms lekker

Ik probeer te zorgen voor een 50/50 verdeling. Als ik zelf kook zal het steeds plantaardig zijn. Als ik ergens ga eten, eet ik wat de pot schaft.

Ik sta niet bewust stil bij het eten van dierlijke/plantaardige alternatieven. Ik eet voornamelijk wat ik zelf lekker vind/zin in heb. Dit kan de ene week meer dierlijk zijn, de andere week meer plantaardig. Dit hangt sterk af van het moment zelf.

Om het lekker is

Geen, ik eet geen vlees/vis.

omdat ik het lekker vind

Wat is je motivatie om plantaardige alternatieven te eten?

14 responses

Dierenwelzijn en klimaatimpact.

Omdat het lekker is en beter voor de planeet

Lekker, vlees hoeft niet altijd, er zijn ook andere alternatieven

Gezonder?

Om een evenwicht te houden tussen beiden

ecologische voetafdruk

Milieu, kostprijs en geen uitgesproken voorkeur voor vlees/vis

/

ik heb graag variatie en er bestaan veel lekkere alternatieven

duurzaamheid, dierenwelzijn, lekker

Ik doe het uit ecologische redenen. Vooral voor het klimaat!

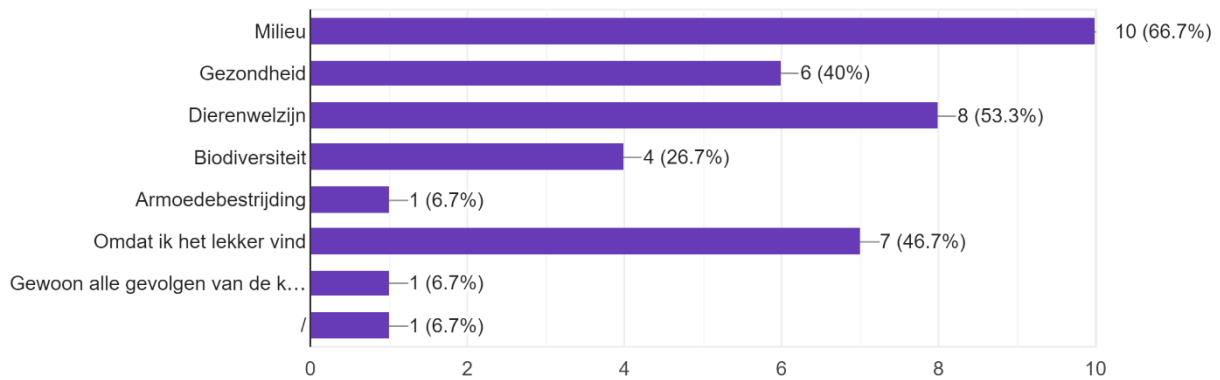
Zie antwoord bij de vorige vraag.

voor de planeet, voor de dieren, voor mezelf

Ik eet uitsluitend vegetarisch omwille van de voordelen voor het milieu en vermindering van dierenleed.

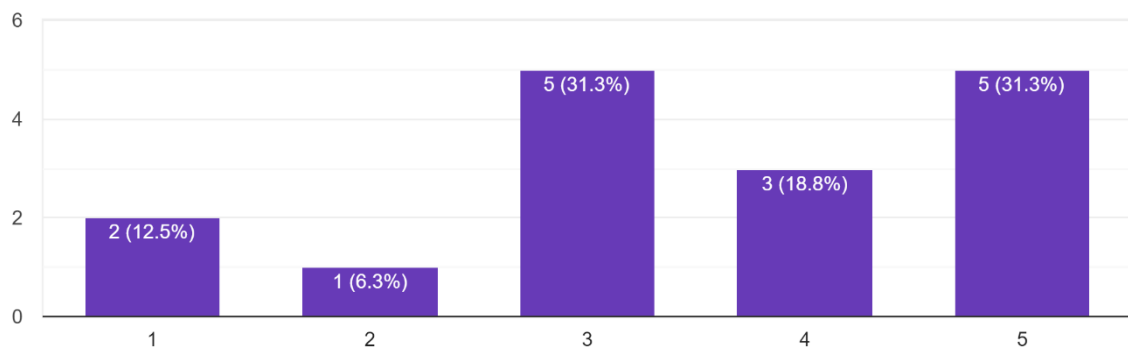
Wat is jouw belangrijkste motivatie om over te schakelen naar een meer plantaardig voedingspatroon?

15 responses



Hoe enthousiast voel je je over een voedingsbeleid waar plantaardige eiwitten meer aan bod komen dan de dierlijke eiwitten van vlees of vis?

16 responses



Welke positieve elementen zie jij in een aanbod van meer plantaardige eiwitten in plaats van dierlijke eiwitten van vlees of vis in de kinderdagverblijv(en).

14 responses

We moeten afstappen van het idee dat een maaltijd zonder vlees of vis geen maaltijd is. Veel mensen zijn er nog steeds van overtuigd dat er zonder vlees of vis niet te overleven valt.

Dat kinderen er al op vroege leeftijd mee in contact komen, kleinere ecologische voetafdruk

Mooie variatie van maaltijden, belangrijk om kinderen met verschillende dingen in contact te brengen

Kinderen leren van jongs af aan de verschillende texturen en smaken kennen van vlees en vervangers. Meer diversiteit in de eetmalen.

Gezond eten, evenwicht

ecologische voetafdruk en sensibilisering

Kinderen leren dat plantaardig eten ook lekker kan zijn. Is in grote schaal goed voor het milieu.

/

Kinderen leren smaken eten

kinderen leren van jongs af aan deze smaken kennen

Kinderen komen van jongs af aan al in contact met een verschillend aanbod en een divers smaakpalet.

Om te zorgen dat de kinderen van jongs af aan variatie krijgen maar vooral ook kennis maken met het brede spectrum aan mogelijkheden van voeding. Doordat ze hier van jongsaf aan kennis mee maken, zullen ze hier misschien ook sneller naar grijpen in de toekomst. Uit idealistisch beeld lijkt me het moeilijker om dit van zo'n jonge leeftijd te kunnen inbedden. Uiteraard kan je dit beeld wel scheppen binnen de kinderopvang bv: dat het goed is voor het milieu. Echter vind ik daarnaast dat 'lokaal' daar ook bij zou kunnen passen aangezien sommige plantaardige alternatieven soms eveneens niet in goede omstandigheden worden ontwikkeld. Daarom vind ik het idealistisch beeld wat moeilijk bv: bij lagere school kinderen kan je dit meer ter discussie brengen/meningen bevragen..

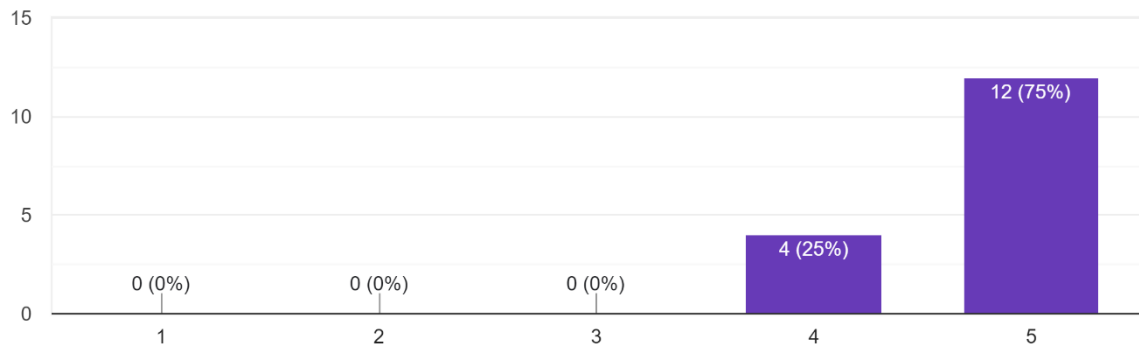
lokaal, minder dierenleed, minder dierlijke vetten

Kinderen krijgen van jongs af aan te maken met de voordelen voor het milieu. Daarnaast kan er geen

negatieve link gelegd worden tussen dieren eten en dieren graag zien. Daarnaast heeft het op gezondheidsvlak een aantal voordelen dus is het goed voor de ontwikkeling (als we er niet in extremen gaan). Ik denk ook dat het praktisch gezien makkelijker is, zoals geen rekening te moeten houden met halal-vlees.

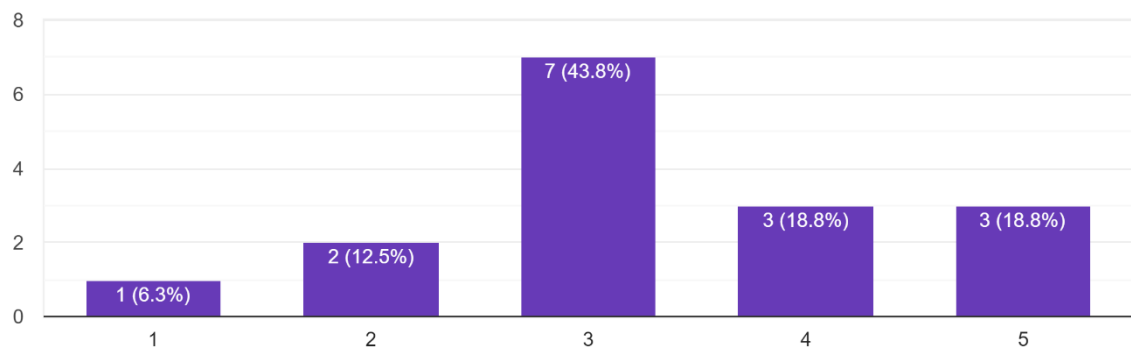
In welke mate vind jij het de taak van kinderopvang om kinderen in peuterleeftijd gezonde maaltijden aan te bieden?

16 responses



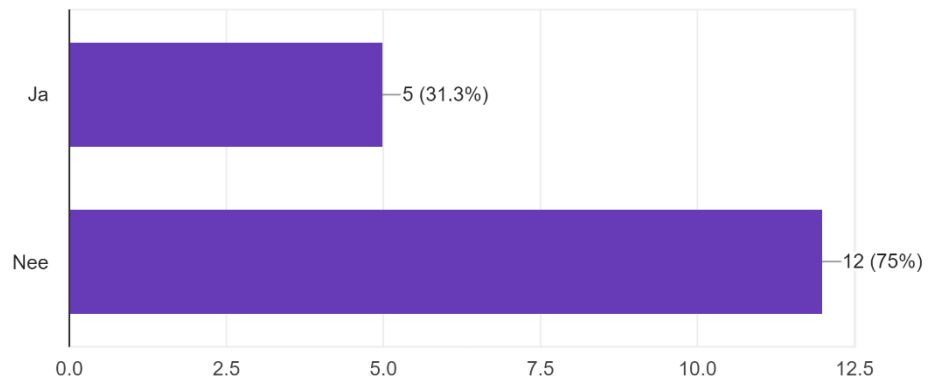
In welke mate vind jij het de taak van kinderopvang om kinderen in peuterleeftijd maaltijden op basis van plantaardige eiwitten aan te bieden?

16 responses



Heb je als teamverantwoordelijke inspraak in het voedingsbeleid dat de stad Gent vooropstelt voor haar kinderdagverblijven?

16 responses



Op welke wijze ervaar jij dat je inspraak hebt in het voedingsbeleid?

13 responses

Het wordt boven ons hoofd beslist, maar mogen wel reageren op menu's.

We kunnen feedback geven over de maaltijden, we kunnen met ons team aan de slag gaan met het aanbod van vieruurtjes (wel afhankelijk van de beschikbaarheid in het magazijn, bij de fruitleverancier)

Feedback is altijd welkom

totaal niet. Wij merken op de werkvloer dat kinderen wel of niet eten. Is het beste geval kunnen wij dit doorgeven aan de dienst, waar het dan gewoon aan kant gelegd word.

weinig, enkel de tussendoortjes kunnen we zelf bepalen

We kunnen wel feedback sturen op de maaltijden.

minimale inspraak: wij kunnen doorgeven welke menu gesmaakt is door kinderen en welke niet. Ook onze opmerkingen kunnen we doorgeven.

We hebben geen inspraak. De menu wordt bepaald tussen mensen van service en logistiek en de

leverancier. Zij staan totaal niet in de praktijk

er worden soms evaluaties van de maaltijden gevraagd

Wij voorzien wat Culinor verschaft. Veel hebben wij hier niet in te zeggen.

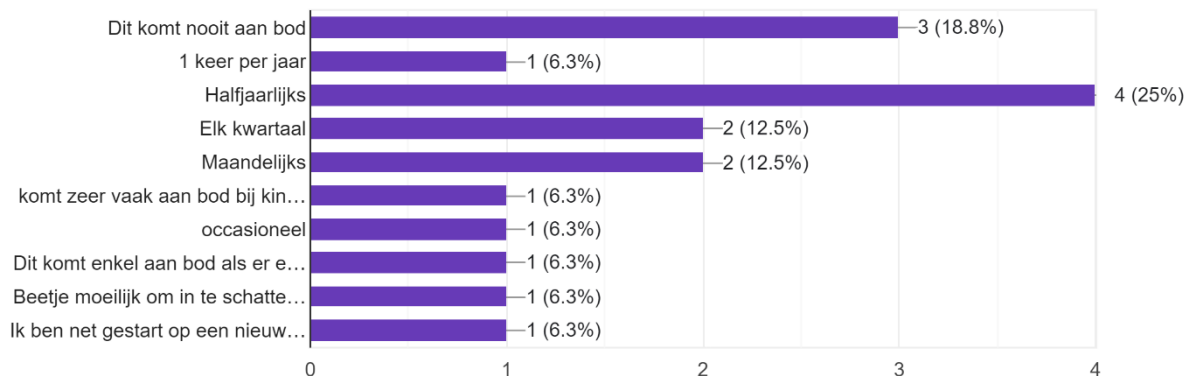
Voornamelijk feedback over de maaltijden die aangeboden worden, de dienst staat hier open voor om deze door te geven. Het is natuurlijk dan nog een stapje verder om deze feedback ook toegepast te zien. Al vonden, ik en mijn team, het wel fijn dat er vorig jaar een bevraging werd gelanceerd over de maaltijden (zeer specifieke bevraging over een bepaalde periode per maaltijd). Op die manier kon je zeer gerichte feedback geven. Na die bevraging konden we wel opmerken dat er zaken toegepast werden bv: veggie spaghetti.

Ik heb ja en nee aangeduid, ik zit in de werkgroep duurzaam en er komt waarschijnlijk ook een werkgroep over gezonde voeding. Er kunnen wel adviezen gedaan worden.

Culinor voorziet de hoofdmaaltijden van de kinderen. Daar heb ik als leidinggevende weinig inspraak in. Ik heb wel inspraak in wat de kinderbegeleiders bestellen van tussendoortjes, maar dit is in samenspraak met de kinderbegeleiders/collega verantwoordelijken.

Hoe vaak wordt het eetmoment besproken tijdens een teamoverleg?

16 responses



Wat zijn de meest voorkomende topics die aan bod komen tijdens de bespreking van het eetmoment?

14 responses

Aanpak, duur van de maaltijd, vooral praktische zaken. Sommige soms wel commentaar op feit dat er "te veel vegetarisch" is en dat dat "opgelegd" wordt aan de kinderen.

Of de kinderen het lusten, de grootte van de porties, de variatie, de ingrediënten

Het gebrek aan eetlust bij de kinderen. het gebrek aan keuze voor ouders (ouders kunnen niet kiezen om "gewoon" te eten indien ze dit wensen),...

Het gaat meer over de hoeveelheden die besteld worden

eetgedrag van de kinderen, allergieën en intoleranties

De begeleiders vinden dat er te weinig vlees of vis voor de kinderen is.

te weinig vlees, of menu's die niet gesmaakt worden.

Hoe moeilijk kinderen eten, waar we kinderen kunnen ondersteunen in proeven, de eenzijdige voeding van kinderen

samenstelling maaltijd, kinderbegeleiders moeten erg wennen aan minder dierlijke eiwitten

Kindje dat niet wil eten (weigeren) of dieetvoeding

Eetgedrag van kinderen, verloop van eetmoment, eventueel feedback over specifieke maaltijden.

gezonde verjaardagsfeestjes, traktaties van ouders

Op de locatie waar ik nu sta heb ik geen idee. Op mijn vorige locatie: eetmomenten komen aan bod als we over een kind individueel praten (bv: als hij/zij het moeilijk heeft tijdens/met bepaalde maaltijden...) of als een menu niet gesmaakt heeft bij de kinderen (kijken of een maaltijd kindvriendelijk was, anders smaakte,...)

Moeilijke eters. Tekort aan vlees

Welke activiteiten over of met voeding worden er zoal georganiseerd in jouw kinderdagverblijf(en)?

12 responses

Af en toe koken met de kinderen, voor de rest zo veel mogelijk gevarieerde 4-uurtjes (zoals wortelcake, broccolimuffins, smoothie van veldsla met fruit etc)

Ontbijtmomenten met ouders, feesten met ouders, koffiemiddag met ouders, dagelijks fruitmoment en vieruurtje

Geen, wij werken zigzag, dit betekent dat de kindertijd hier een speeltijd is

Soms via vorming

Boekjes voorlezen, liedjes of groenten en fruit, vieruurtjes samen maken

bereiden van 'gezonde' vieruurtjes voor de peuters

vooral kookactiviteiten,

geen

Wij doen 2x per jaar een ouderfeest (tuinfeest met hapjes en brunch). Maar we gaan soms ook op uitstap naar de markt op vrijdag of naar de winkel en dan maken we samen een vieruurtje.

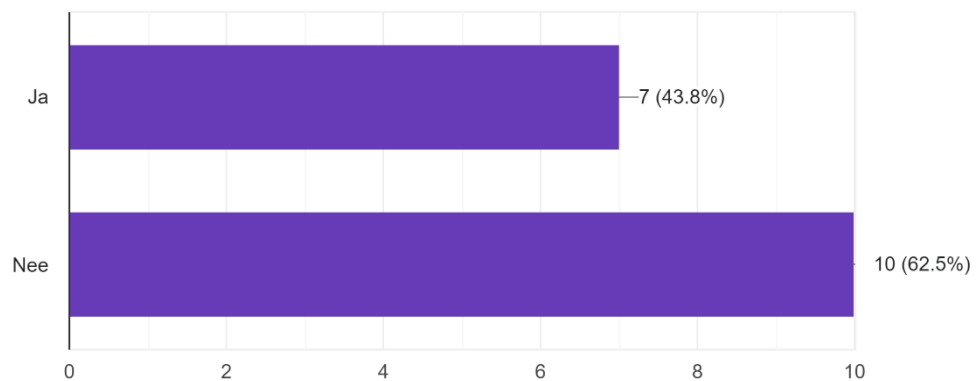
Voornamelijk samen koken (gezonde pizza's, smoothies, havermoutkoekjes), boekjes lezen over de groenten & fruit

Locatie van nu: geen idee.

planten van kruiden, groenten en fruit

Heb je het gevoel dat de kinderbegeleiders voldoende kennis hebben over gezonde voeding?

16 responses



Welke kennis missen kinderbegeleiders volgens jou om met kinderen uit de peuterleeftijd aan de slag te gaan rond gezonde voeding?

15 responses

Niet iedereen, maar sommigen zeer veel commentaar op feit dat er gekozen wordt voor minder vlees. Vinden dit "schandalig" etc etc.

Misschien is hun visie niet zo up to date met de laatste inzichten

De uitleg over waarom we de inhoud van de maaltijden veranderen

de focus op "balans" ipv focus op "hypergezond". Niemand word gelukkig van steeds gezond eten, kinderen moeten leren om balans te zoeken tussen "gezond" en "suiker".

De impact van plantaardige eiwitten

inhoudelijke kennis rond de meest recente onderzoeken

Ze vergelijken peuters vaak met volwassenen. 'Waarom mogen zij nu eens geen chocolade, wij eten toch ook soms chocolade?'

hoeveelheden

niet veel

algemene kennis over voeding, wat is volwaardige voeding, welke voedingsstoffen beter mijden (zoals suiker), de voedingsdriehoek dus. Het belang van overschakeling naar plantaardige eiwitten.

Begeleiders zien veggie eten nog steeds als iets 'speciaals'. Ik heb het gevoel dat ze vooral neigen naar een stukje vlees, patatjes en groentjes. Heel klassiek. Ze missen info over hoe het anders kan en dat het gemakkelijk is.

Ik zou niet zo zeer zeggen dat de begeleidsters echt informatie missen. De vraag is welke verwachting er is omtrent de informatie de begeleidsters hierover zouden moeten hebben. Aangezien de voeding van buitenaf (externe firma) komt. Voor vieruurtjes merk ik dat begeleidsters zeer gevarieerd op zoek gaan naar gezonde alternatieven. De kennis van gezonde voeding hangt ook sterk af van individu tot individu, hoe staat de persoon zelf in het eigen leven ? Sommige gewoontes zijn ook moeilijk te doorbreken, maar voor de kinderen gaan de begeleidsters effectief uit hun eigen comfortzone.

Er is nog meer een klassieke kijk op voeding maar er is wel al veel meer bewustzijn.

Ik denk dat kinderbegeleidsters nog te veel kiezen voor wat gekend is en daarbij niet stilstaan hoeveel suikers en dergelijke sommige voedingsmiddelen bevatten.

achtergrond info

Op welke wijze ondersteun jij je team(s) inzake voeding van kinderen in peuterleeftijd?

14 responses

Probeer discussies niet uit de weg te gaan en op tafel te leggen, maar soms zeer moeilijk wegens zeer "extreme visies".

Via de info van de dienst

gesprekken met hen hebben over gezonde voeding.

Via vorming

weinig ruimte voor, er is aandacht vanuit de visie voor gezonde en gevarieerde voeding, maar dat beperkt zich tot de tussendoortjes

Ik geef hier soms een presentatie over op avondteam. Bij iedere keuze die we maken verwijs ik naar ons gezonde voedingsbeleid (zoals bij Pasen, Sint, feestjes, verjaardagen...)

opzoekingen, mogelijkheid tot discussie,

informatie geven, bespreken op team

mijn eigen kennis delen

Te weinig

Samen op zoek gaan naar gevarieerde vieruurtjes.

Doe ik nog te weinig

Ik denk dat ik dit te weinig doe om hierop een concreet antwoord te geven.

hier worden heel weinig vragen over gesteld. Het gaat meer over specifieke methodes zoals Rapley. Hiervoor ga ik dan wel op zoek naar info die ik deel met hen.

Welke elementen zou jij nog toevoegen aan het veggiehuisje als educatieve tool in jouw kinderdagverblijven, te zien hieronder op de foto?

Momenteel bevat het veggiehuisje reeds volgende elementen:

Een huisje dat je zelf kan aankleden

Vitamins knuffels (als ritueel voor het slapengaan)

Verhalen/ boeken voor kinderen over plantaardige voeding

Receptenfiches om samen met de kinderen plantaardige tussendoortjes te bereiden

Spelfiches voor actieve activiteiten met plantaardige namen

Zaadjes om met de kinderen een moestuintje te planten

10 responses

Vraag:

Bedoeling dat knuffels meegaan in bed? (want dat mag niet voor veiligheid)

Voorstel:

Receptenfiches of boekje ook voor ouders

Info/gespreksavond met ouders rond dit thema

Ik zou de knuffels misschien gebruiken als ritueel voor de eetmomenten (ik zie de link met slapen niet onmiddellijk). Wij hebben een eetliedje, de knuffels zouden hieraan gekoppeld kunnen worden.

Geen idee

traktaties bij feestjes - gezonde alternatieven

/

zeer mooi pakket

voeldoosjes met plantaardige eiwitten: bonen, linzen, noten, zaden, ... aangenaam om aan te voelen

prenten met echte plantaardige voeding

ziet er leuk en speels uit. Maar ik denk dat het ook fijn is om een soort fotoboekjes te maken met gezonde voeding en dergelijke (aangezien we het hier hebben over de jongste kindjes)

ziet er al heel leuk uit. Denk dat alles aanwezig is.

Wat is de meest voorkomende feedback die je van ouders ontvangt betreffende het voedingsbeleid van de kinderdagverblijven waarover jij verantwoordelijk bent?

15 responses

Zo goed als geen feedback, wel tevreden over divers aanbod 4-uurtjes. Vaak aangenaam verrast over onze creativiteit.

Er komt niet zo veel feedback over het eten.

Leuk dat er een grote variatie is van aanbod

opnieuw het gebrek aan "keuze". 2 dagen per week MOET er vegetarisch worden gegeten. De andere dagen is de hoeveelheid "vleeseiwitten" erg beperkt en zijn er steeds vervangers aanwezig (linzen, bonen,...) Ouders merken dat kinderen weinig eten, en klagen dan ook over de prijs / kwaliteit (hoeveel de kinderen eten) van de maaltijden. Ouders vinden maaltijden niet "kindvriendelijk"

Ouders vragen hierover heel weinig. Zij kiezen of kinderen veggie eten of niet maar voor de rest is er weinig communicatie hierover

tot nu toe nog geen - enkel de traktaties bij verjaardagen zijn al ter sprake gekomen

Vooraf positief!

jammer dat er niet vers gekookt word

ouders zijn vooral geïnteresseerd hoe goed hun kind gegeten heeft.

geen feedback

Veel ouders zijn akkoord dat er een goede mix is. Voor sommige ouders hoeft het niet, vegetarisch op donderdag. We hebben een goede mix van ouders. Vooral halal eten is zeer belangrijk voor velen in onze crèche.

Voornamelijk bij de ouders die de verandering hebben waargenomen in de laatste jaren, ontvang ik feedback omtrent de alternatieven die aangeboden worden. Deze feedback is zeer uiteenlopend. Er zijn ouders die aangeven dat ze de alternatieven (bv: zero kip) niet duidelijk vinden. Wat bevat de voeding? Sommige kinderen hebben het met sommige menu's ook wat moeilijker bv: menu's waar groenten/vlees/saus samen zit, dit zorgt er namelijk voor dat kinderen niets van voeding kunnen scheiden. Ouders werden geïnformeerd dat de menu's duurzamer en gevarieerder zou zijn, echter hebben ouders ook de feedback dat er af en toe eens wat meer 'vlaamse kost' mag zijn (bourgondiërs zoals we zijn). Daar tegenover hebben we ook ouders die weinig/geen belang eraan hechten. Van deze hoor je natuurlijk minder waardoor die informatie gemist wordt. Is het omdat ze niet bewust zijn van de verandering in maaltijden? Is

het omdat ze dit positief vinden?

boterhammen met choco als vieruurtje

/

Ouders geven hier weinig FB over. Ik denk wel dat ze blij zijn met de keuze tussen gewone maaltijden en veggie.

Hoe kan jij ertoe bijdragen dat er in het kinderdagverblijf waar je werkt meer aandacht wordt geschonken aan plantaardige voeding?

14 responses

Op avondteams brengen, personeel laten over nadenken, discussies niet uit de weg gaan.

Momenteel zit dat ingebed in de visie van DIKO, we zullen duurzaam werken, en ik denk dat dit op vlak van voeding voldoende gebeurt.

Ouders ook meer informeren over de maaltijden, maar van diko is hier geen info over opgesteld

ik denk dat er momenteel wel genoeg aandacht naar plantaardige voeding gaat, en te weinig naar "balans"

Zelf eerst wat meer weten erover

inspireren en vormen

Meer prikkels vanuit Stad Gent. Ook bij de vieruurtjes stil staan bij gezonde voeding.

/

Ik zou al blij zijn als kinderen meer proeven en minder eenzijdig eten

het thema voeding eens in de picture zetten, maar sowieso tijdsgebrek voor alles wat aan bod moet komen op de personeelsvergaderingen en kinderbegeleiders geen kindvrije uren voor overleg

We kunnen dit eens op een avondteam brengen en zo iedereen meenemen in het verhaal.

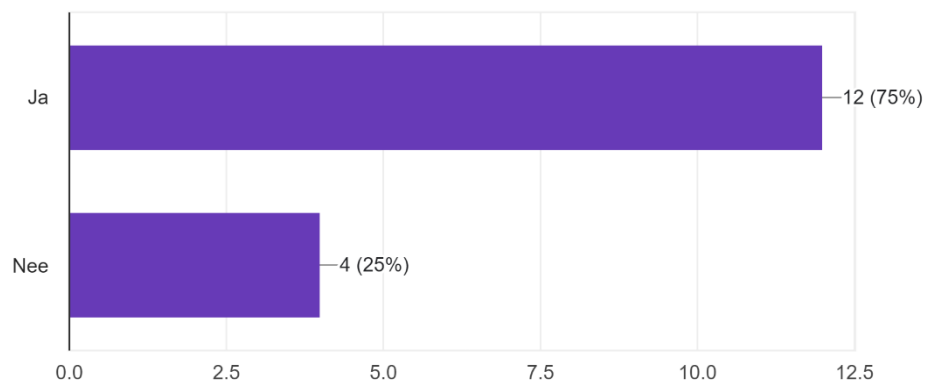
bewustzijn bij begeleiders, ouders en kinderen

Een project opstarten hierrond.

info krijgen en deze delen met begeleidsters

Vond je deze vragenlijst nuttig?

16 responses



8.5 Bijlage E Voorbereidende vragenlijst diepte-interview Nele Desmet

- Vanuit welke insteek ga jij als pedagogisch coach iets nieuw aanbrenen bij een team?
- Waar hou je rekening mee?
- Wat zijn overtuigingselementen?
- Hoe probeer je bewustzijn te creëren?
- Wat als iets niet lukt?
- Wat is jouw visie op veranderingsbeleid?
- Welke pedagogische tools zijn helpend om thema's bespreekbaar te maken bij kinderen en kinderbegeleiders?

8.6 Bijlage F Voorbereidende vragenlijst diepte-interview Karin Roskams

- *Ben je bekend met de eiwitshift op ons bord?*
- *Kan je redenen bedenken waarom plantaardige voeding moeilijk te commercialiseren valt voor een ruime doelgroep?*
- *Wat is jouw visie op veranderingsbeleid?*
- *Is er voor jou een verschil tussen veranderingsbeleid en duurzaam veranderingsbeleid?*
- *Is er een vaste leidraad die je volgt om tot verandering te komen binnen een bedrijf?*
- *Wat zijn volgens jou methodieken die helpend zijn om verandering binnen teams te realiseren?*
- *Wat betekent het als teams in weerstand gaan?*
- *Hoe ga je om met die weerstand?*
- *Op basis waarvan maak je een keuze voor de methodieken die je wil inzetten om verandering te creëren of wat speelt een rol binnen verschillende teams?*
- *Wat denk jij dat er nodig is om de eiwitshift te introduceren?*

8.7 Bijlage G Voorbereidende vragenlijst diepte-interview Tobias Leenaert




- *Vanuit welk gedachtegoed / visie heb je Eva vzw opgericht?*
- *Wie is de belangrijkste doelgroep die je mee wil hebben binnen dit thema?*
- *Wie zijn volgens jou de mensen die het snelst te overtuigen zijn?*
- *Wat is voor jou de beste manier om mensen te overtuigen?*
- *Wat hebben ze specifiek nodig?*
- *Wat mist de doelgroep volgens jou als je hen niet meekrijgt?*
- *Welke elementen spelen volgens jou een rol om het bewustzijn rond plantaardige voeding te verhogen?*
- *Zouden deze elementen volgens jou makkelijk kunnen geïmplementeerd worden in educatieve tools*
- *Wat is jouw visie op veranderingsbeleid?*
- *Hoe pak jij dit vanuit jouw rol aan?*
- *Zie jij in kinderen de toekomst om de shift mogelijk te kunnen maken?*
- *Wat houdt deze kinderen tegen om de wil om te zetten in doen?*
- *Wat met de vleesindustrie? Welke toekomst zie je voor hen?*

8.8 Bijlage H Voorbereidende vragenlijst diepte-interview Lisa Degrève


- *Wat is jouw visie inzake voedingsbeleid in de kinderopvang?*
- *Wie moeten volgens jou betrokken zijn om een goed voedingsbeleid uit te werken?*




- Welke voorwaarden moeten volgens jou voldaan zijn om pedagogische thema's binnen de opvang te introduceren?
- Binnen de eiwitshift spelen persoonlijke voorkeuren van kinderbegeleiders ook vaak een rol. Hoe kan je deze een plaats geven, rekening houdend met je vooropgestelde doel?
- Kan je een verklaring geven waarom de responsgraad laag ligt bij de online vragenlijst?
 - o Zouden andere methodes effectiever kunnen geweest zijn?
- Ik merk dat kinderbegeleiders het belangrijk vinden om altijd eens te proeven van wat er 's middags op het menu staat. Wat is jouw visie hierop?
- Zie je ook een verschil in werkwijze wanneer je thema's op lange termijn wil implementeren?
- Welke rol neemt een teamverantwoordelijke volgens jou op om thema's duurzaam te implementeren binnen het team?
- Welke elementen kunnen voor jou niet ontbreken als je een pedagogische tool wil ontwikkelen?
 - o Vanuit de bril van kinderen
 - o Vanuit de bril van kinderbegeleiders
 - o Vanuit de bril van teamleiders
 - o Humor in Veggiehuisje steken
 - o Educatie over het waarom

8.9 Bijlage I Terugkerend lentemenu voor peuters en kleuters van de kinderdagverblijven en scholen van de stad Gent


MENU WK 15 PAASVAKANTIE					
	MAANDAG 10/04/2023 FEESTDAG	DINSDAG 11/04/2023	WOENSDAG 12/04/2023	DONDERDAG 13/04/2023	VRIJDAG 14/04/2023
Soep		Italiaanse tomatensoep	Wortelsoep	Kervelsoep	Preisoep
Hoofdgerecht optie 1 		Blanket van quornbites en balletjes Preistamppot Rauwkostsalade	Veggie stoverij Gebakken aardappeltjes Bloemkool	Spaghetti bolognaise met groenten gerasppte kaas	Quornbites tomatensaus Volkorenrijst Gestooft spinazie
Hoofdgerecht optie 2	FEESTDAG	Kalfsblanket met balletjes Preistamppot Rauwkostsalade	Kalkoenstoverij Gebakken aardappeltjes Bloemkool	 VEGGIE	Schelvis in Zulderse tomatensaus Volkorenrijst Gestooft spinazie
Hoofdgerecht optie 3					
Dessert		Melkdessert	Fruit*	Fruit*	Koek** - Fruit*

* Fruit varieert volgens marktaanbod
 ** Fruit voor peuter en kleuter
 * Vegetarische soep bij Optie 1
 Alle ingrediënten-en allergeneninfo is beschikbaar via het bestelformulier.





MENU WK 16					
	MAANDAG 17/04/2023	DINSDAG 18/04/2023	WOENSDAG 19/04/2023	DONDERDAG 20/04/2023	VRIJDAG 21/04/2023
Soep	Currysoep met lentegroentjes	Tomatensoep met balletjes/ Tomatensoep veggie*	Aspergesoep	Broccolisoepp	Zoete aardappel-wortelsoep
Hoofdgerecht optie 1 	Hamburger in dragonsaus Aardappelpuree Babywortelen	Veggie vol-au-vent Gebakken aardappeltjes Boontjes	Lentestooftje van kikkererwten, wortel en bloemkool Fregola	Falafel Couscous Mediterraanse groententajine	Quornbites in nantuasaus Peterselleaardappelen Venkel-wortel-kerstomaat
Hoofdgerecht optie 2	Hamburger in dragonsaus Aardappelpuree Babywortelen	Vol-au-vent met champignons en kip Gebakken aardappeltjes Boontjes	Lentepotje van kalkoen, kikkererwt, wortel en bloemkool Fregola	 VEGGIE	Heekfilet in nantuasaus Peterselleaardappelen Venkel-wortel-kerstomaat
Hoofdgerecht optie 3					
Dessert	Rozijntjes	Koek	Fruit*	Fruit*	Melkdessert

* Fruit varieert volgens marktaanbod
 ** Fruit voor peuter en kleuter
 * Vegetarische soep bij Optie 1
 Alle ingrediënten-en allergeneninfo is beschikbaar via het bestelformulier.



MENU WK 17

	MAANDAG 24/04/2023	DINSDAG 25/04/2023	WOENSDAG 26/04/2023	DONDERDAG 27/04/2023	VRIJDAG 28/04/2023
Soep	Currysoep met lentegroentjes	Kippensoep/ Groentenbouillonsoep*	Tomaat paprikasoep	Kropslasoep met peterselle	Wortelsoep
Hoofdgerecht optie 1 	Spaghetti bolognaise met groenten geraspte kaas	Worst met look-bieslooksaus Drakenpuree Rauwkostsalade	Zerokip aan't spit Gebakken aardappeltjes Boterboontjes met sjalot	Hamburger in barbecuesaus Quinoa Broccoli	Tofu in tuinkruidensaus Groenterijst
Hoofdgerecht optie 2	 VEGGIE	Chipolata met look-bieslooksaus Drakenpuree Rauwkostsalade	Kip aan 't spit La Belle Flamande Gebakken aardappeltjes Boterboontjes met sjalot	 VEGGIE	Koolvisfilet tuinkruidensaus Groenterijst
Hoofdgerecht optie 3					
Dessert	Fruit*	Koek** - Fruit*	Melkdessert	Fruit*	Fruit*

* Fruit varieert volgens marktaanbod





** Fruit voor peuter en kleuter

* Vegetarische soep bij Optie 1

Alle ingrediënten-en allergeneninfo is beschikbaar via het bestelformulier.



MENU WK 18

	MAANDAG 1/05/2023 DAG VAN DE ARBEID	DINSDAG 2/05/2023	WOENSDAG 3/05/2023	DONDERDAG 4/05/2023	VRIJDAG 5/05/2023
Soep		Kerstomatensoep basilicum	Ertwensoep	Kokos rode linzensoep	Preisoep
Hoofdgerecht optie 1 		Stoverij op Vlaamse wijze Gebakken aardappeltjes Rauwkostsalade	Oosterse wok van zerokip Basmatirijst Wokgroenten	Ragù à la Toscana Griekse pasta	Curry van quornbites en oesterzwam Peterselleaardappelen Appelmoes
Hoofdgerecht optie 2	DAG VAN DE ARBEID	 VEGGIE	Oosterse wok van kip Basmatirijst Wokgroenten	 VEGGIE	Schelvis in currysausje Peterselleaardappelen Appelmoes
Hoofdgerecht optie 3					
Dessert		Fruit*	Melkdessert	Koek** - Fruit*	Fruit*

* Fruit varieert volgens marktaanbod





** Fruit voor peuter en kleuter

* Vegetarische soep bij Optie 1

Alle ingrediënten-en allergeneninfo is beschikbaar via het bestelformulier.



MENU WK 19

	MAANDAG 8/05/2023	DINSDAG 9/05/2023	WOENSDAG 10/05/2023	DONDERDAG 11/05/2023	VRIJDAG 12/05/2023
Soep	Kippensoep/ Groentenbouillonsoep*	Wortelsoep	Courgettesoep	Aspergesoep	Kervelsoep
Hoofdgerecht optie 1 	Mexicaans stoofpotje met bonen Rijst mais, erwt paprika	Macaroni met zeroham, kaas, ei en prei Rauwkostsalade	Kaasmedaillon in braadjus Quinoa Ratatouille	Balletjes in tomatensaus Peterselleaardappelen Prinsesseboontjes	Visserspotje Quornbites basilicumsaus Aardappelpuree Erwtjes en wortelen
Hoofdgerecht optie 2	Mexicaans stoofpotje kip bonen Rijst mais, erwt paprika	 VEGGIE	Blended miniburger in braadjus Quinoa Ratatouille	 VEGGIE	Koolvisfilet in basilicumsausje Aardappelpuree Erwtjes en wortelen
Hoofdgerecht optie 3					
Dessert	Fruit*	Koek	Fruit*	Melkdessert	Fruit*

* Fruit varieert volgens marktaanbod

** Fruit voor peuter en kleuter

* Vegetarische soep bij Optie 1

Alle ingrediënten-en allergeneninfo is beschikbaar via het bestelformulier.



