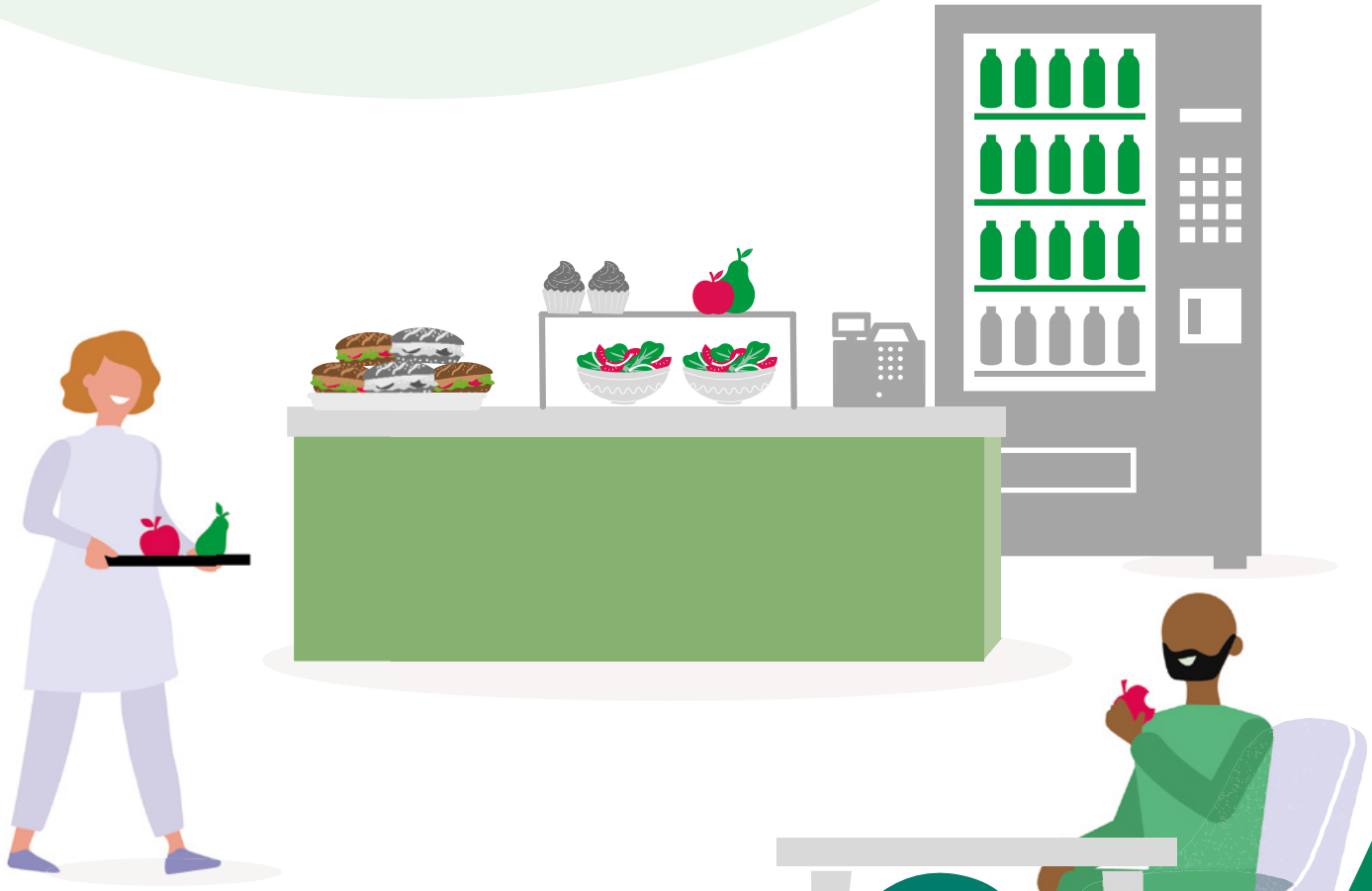
STAPPENPLAN

Naar een gezond en duurzaam restaurant



Goede Zorg Proef Je®

eerlijk over eten Voedingscentrum

Alliantie Voeding in de Zorg

Goede Zorg Proef Je is een programma van Alliantie Voeding in de Zorg en wordt uitgevoerd met steun van het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

info@alliantievoeding.nl
www.goedezorgproefje.nl

STAPPENPLAN

Naar een gezond en duurzaam restaurant

Goede Zorg Proef Je®

Het zorgen voor een gezonde eetomgeving voor medewerkers en bezoekers is een belangrijke stap naar een gezonde zorgorganisatie. In een gezond restaurant worden gezondere keuzes vooropgesteld en makkelijker gemaakt, zonder de ongezondere keuzes weg te nemen.

Niet alle voedingskeuzes maken we even bewust. Veel van onze voedingskeuzes maken we onbewust en automatisch, als reactie op externe prikkels, zoals de lekkere geur en aanblik van eten of een aantrekkelijke aanbieding. De eetomgeving verleidt ons met deze prikkels vaak tot het maken van ongezonde keuzes. Gelukkig weten we uit onderzoek dat óók de aanwezigheid van gezond eten ons kan stimuleren om gezonde keuzes te maken.

Op basis van expertmeetings, feedback bij seminars, kwalitatief onderzoek en een pilot in het Ziekenhuis Gelderse Vallei, heeft het programma Goede Zorg Proef Je van de Alliantie Voeding in de Zorg het volgende stappenplan ontwikkeld om tips & tricks te delen bij het uitvoeren van de Richtlijn Eetomgevingen van het Voedingscentrum. Het Voedingscentrum is de kennispartner die hierin ondersteunt.

Fase 1: Huidige situatie in kaart brengen
1.1 Voorbereiden
1.2 Aanbod analyse – Checklist Richtlijn Eetomgevingen
1.3 Interprofessioneel team opstellen
1.4 Visie op voeding (opstellen)

Fase 2: Planning
2.1 Planning maken
2.2 Communicatie

Fase 3: Implementatie
3.1 Uitvoeren van veranderingen in productaanbod: tips voor snacks

Fase 4: Borging
4.1 Monitoring
4.2 Raad van Bestuur
4.3 Evaluatie

Alliantie Voeding in de Zorg

eerlijk over eten Voedingscentrum

Goede Zorg Proef Je®

Meer informatie en tools op www.goedezorgproefje.nl.

Dit is een programma van Alliantie Voeding in de Zorg en wordt uitgevoerd met steun van het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

Bij vragen mail info@alliantievoeding.nl

FASE 1: HUIDIGE SITUATIE IN KAART BRENGEN

1.1 Voorbereiding

In een gezond restaurant zijn aanbod en presentatie beide belangrijk en ondersteunen elkaar. Neem een kijkje in het restaurant. Wat valt je op?

Kijk tip **De invloed van de eetomgeving**

Tip

Deze leaflet 'Zo ga je op weg naar een gezonder en duurzamer aanbod' van het Voedingscentrum geeft voorbeelden van de eerste stappen naar een gezonde eetomgeving. Dit kan gebruikt worden als basis overzicht. In hoeverre voldoet momenteel het restaurant aan de volgende punten?

- [ ] (Snack)groente en/of hapklaar fruit
- [ ] Water om te drinken
- [ ] Brood en andere graanproducten (zoals pasta, couscous en rijst): zoveel mogelijk bruin of volkoren, zilvervliesrijst
- [ ] Kaas: 30+
- [ ] Melk en yoghurt: halfvol of mager
- [ ] Dranken: zonder suiker
- [ ] Brood smeren: halvarine
- [ ] Bakken en braden: zonnebloemolie, olijfolie of vloeibare margarine
- [ ] De gezonde keuzes presenteer je op een aantrekkelijke manier
- [ ] Op opvallende plaatsen staan alleen gezonde keuzes

Score: ____ /10

1.2 Aanbod analyse – Checklist Richtlijn Eetomgevingen

Een gezond productaanbod betekent niet alleen dat het merendeel van de producten in de Schijf van Vijf staan, maar ook dat de gezondere en duurzamere keuzes opvallend worden gepresenteerd. Gebruik de Checklist Richtlijn Eetomgevingen om dit te analyseren. Op basis daarvan kan je nadenken over verbeterstappen en ambities bepalen.

Kijk tip

De richtlijn van de eetomgeving

Tip

Je hoeft niet de hele checklist in één keer te doen. Je kan ook kiezen voor een eerste productgroep (bijvoorbeeld Dranken of Snacks), waarvan je verwacht dat je daar wel verbeterstappen kunt zetten. En kijk ook naar de presentatie- en verkooptechnieken die je inzet.

Gebruik deze lijst om na te denken over wat de verbeterpunten zijn.

Zet hier je verbeterpunten:

Terug naar pagina 1

1.3 Interprofessioneel team opstellen

Interprofessioneel werken betekent een samenwerking van verschillende disciplines vanuit een gezamenlijk geformuleerd doel. Het opstellen van een interprofessioneel team zorgt voor korte lijnen binnen een organisatie waardoor de interne communicatie versterkt wordt. Verder zorgt het niet alleen voor een betere verdeling van verantwoordelijkheden maar ook van de werklast.

In de vorige stap heb je een overzicht van verbeterpunten gemaakt. Wie kan je bij het team betrekken om er voor te zorgen dat er verandering komt in het restaurant?
Zie hieronder een voorbeeld van een interprofessioneel team en lees onze factsheet over functieprofielen:

Voorbeeld Functie	Voorbeeld Afdeling	Taken omschrijving
Afdelingshoofd Facilitair Bedrijf	Facilitair	• Verantwoordelijk voor de huidige inventaris • Communicatie met Raad van Bestuur • Budgetkennis • Gemachtigd om wijzigingen goed te keuren
Teamleider / coordinator binnen Facilitair Bedrijf	Facilitair	• Praktische kennis over eerdere concepten en veranderingen • Korte lijnen met restaurant medewerkers • Regie over inkoop keuken • Implementatie Richtlijn Eetomgevingen • Uitvoeren checklist
Business controller	Financiële diensten	• Uitgebreide kennis van cijfers • Monitoren van veranderingen in inkoop- en verkoopcijfers
Kok	Facilitair	• Praktische kennis • Lijntjes met personeel • Uitvoerend werk • Kennis over afspraken met cateraars • Invloed op inkoop keuken
Diëtist, voedings-deskundige	Diëtetiek	• Kan makkelijk veranderingen in assortiment toetsen op de Richtlijnen Schijf van Vijf, kennis van (richtlijnen) gezonde voeding en kan daarmee tips en advies geven voor producten
Communicatie-medewerker	Communicatie	• Helpen met teksten opzetten • Communicatieplan opstellen • Storytelling • Interne communicatie • Externe communicatie

Terug naar pagina 1

FASE 1: HUIDIGE SITUATIE IN KAART BRENGEN

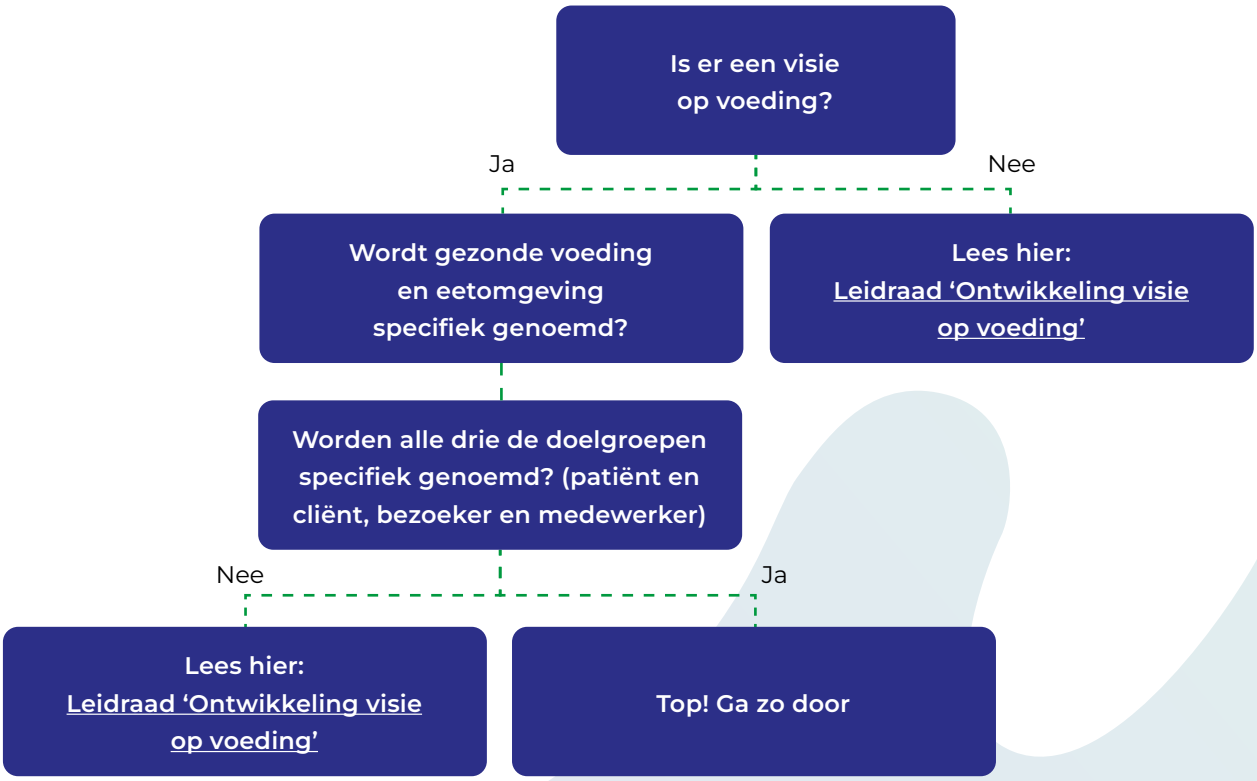
Uit onderzoek van een studententeam van Wageningen University and Research bleek een belangrijk knelpunt de onduidelijkheid rondom de verantwoordelijkheid van het project te zijn. Daarom is het belangrijk om vanaf het begin een kartrekker aan te wijzen en ook een duidelijk verantwoordelijkheidsgevoel te creëren onder de medewerkers.

Tip

Wijs een kartrekker/projectleider aan. Dit moet vanuit het management ook zo gezien worden. Een projectleider heeft bij de opstart en planning vaak tot 8 uur per week nodig, daarna kan veel door het reguliere team worden uitgevoerd en heeft de projectleider uren nodig voor overleg, monitoring en evaluatie.

1.4 Visie op voeding (opstellen)

Het creëren van voldoende draagvlak voor een gezonder restaurant is een rand-voorwaarde. Daarnaast is het belangrijk om de Raad van Bestuur van tevoren op de hoogte te stellen. Uit onderzoek en ervaring blijkt dat het gezonder maken van de eetomgeving vlotter loopt als alle lagen van de zorgorganisatie er volledig achter staan. Gebruik documenten met wetenschappelijke onderbouwing om de Raad van Bestuur mee te krijgen.



Terug naar pagina 1

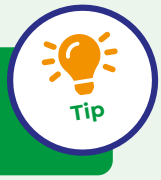
FASE 2: PLANNING

We hebben nu een lijst met verbeterpunten, een interprofessioneel team met kartrekker en een voedingsvisie. Tijd om een planning te maken.

2.1 Planning maken

Nu het huidige productaanbod en presentatietechnieken die je al uitvoert helder zijn en je eerste verbeterstappen hebt geformuleerd, kun je een concrete planning gaan maken.

Zet bij elke stap een start- en einddatum om de doorlooptijd vast te stellen.



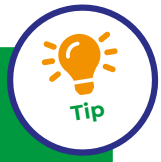
Zie hieronder een paar voorbeeldvragen voor tijdens een eerste overleg:

Voorbeeld vraag 1

Wat willen we veranderen? Wanneer? En hoe gaan we dit monitoren?

Het is van belang om van te voren te bepalen wat jullie precies gaan monitoren en hoe jullie dit gaan doen. Zo kan je verschuivingen bijhouden en ook aanpassingen maken in de tijdslijn als iets sneller of langzamer gaat dan verwacht.

Klanttevredenheid monitoren! Dit is ook een middel om draagvlak te creëren, want zo neem je medewerkers erin mee. Dit kan via je nieuwsbrief, op intranet, via posters of schermen.



Voorbeeld vraag 2

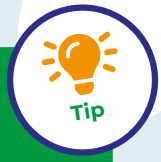
Hoe gaan we de veranderingen aanpakken?

Gaan jullie alles in een keer uit voeren? Of juist in kleine stapjes?
Gaan jullie het allemaal communiceren, of juist niet?
Lees in de toolkit communicatie meer over communiceren.

Voorbeeld vraag 3

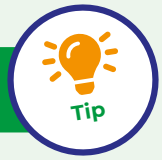
Welke quick wins zijn er die we al gelijk aan kunnen pakken?

Vergeet niet dat voor veranderingen vaak toestemming nodig is van een facilitair manager en soms nog hoger. Neem daarvoor genoeg tijd! Door een kartrekker aan te wijzen met de mogelijkheid om zelf beslissingen te maken, kan je vaak vertraging voorkomen.



Terug naar pagina 1

Voeg een plantaardig optie toe



Datum	Assortiment	Huidig	Weglaten	Toevoegen	Voorgestelde assortiment
	Frisdrank	Cola zero Cola ligt Cola Sinas Cassis Multivitamine Sinaassappelsap IJsthee green IJsthee perzik IJsthee citroen Bron water Bruisend water Verse jus	Cola ligt Cola Sinas Cassis Multivitaminesap Sinaassappelsap IJsthee perzik IJsthee citroen Verse jus	Bruisend water met aroma: • Munt • Citroen • Perzik • Appel • Cassis Zelfgemaakte ‘lemonade’ (water met vers fruit)	Cola zero IJsthee green Bron water Bruisend water Bruisend water met aroma: • Munt • Citroen • Perzik • Appel • Cassis Zelfgemaakte ‘lemonade’ (water met vers fruit)
	Beleg Kaas	Jong 48+ Jong belegen 48+ Belegen 48+ Light 30+ Oud 48+ Geitenkaas 48+	Jong belegen 48+ Belegen 48+ Light 30+ Oud 48+	Jong belegen 30+ Oud 30+ Komijn 30+	Jong 48+ Jong belegen 30+ Oud 30+ Komijn 30+ Geitenkaas 48 +
	Beleg Vlees	Achterham Kipfilet Runder rookvlees Leverkaas Roompate Cerverlaat	Leverkaas Roompate Cerverlaat		Achterham Kipfilet Runder rookvlees

Met weekkeuzes kan je ook rouleren. Bijvoorbeeld: 1x per week een weekoptie aanbieden



Volledig voorbeeld assortiment zie je hier



Terug naar pagina 1

2.2 Communicatie

Voor een goed draagvlak is het belangrijk om restaurantmedewerkers mee te nemen in het verandertraject. Het is belangrijk om te zorgen dat (de meerderheid van) het personeel achter de veranderingen staat; uiteindelijk moet het normaal zijn dat er gezond eten wordt aangeboden in het restaurant. Laat gezonde voeding leven in de organisatie! Organiseer een proefsessie voor gezonde snacks of laat medewerkers een broodje van de maand kiezen. Maak medewerkers ambassadeurs van gezonde voeding. Echte verandering begint op de werkvloer!

Tip

Wanneer het gezonde aanbod is opgenomen in de voedingsvisie en beleid, moet je dit ook laten leven binnen de organisatie!
Laat via de interne communicatie middelen zien dat de organisatie meedoet aan Goede Zorg Proef Je om te werken aan de doelen van het Nationaal Preventie Akkoord en/of Integraal Zorgakkoord.

De valkuil bij communicatie is te veel zenden. Uit onderzoek blijkt dat het niet per definitie iets toevoegt om over een veranderd aanbod te communiceren naar gasten; dit kan juist weerstand veroorzaken. Wanneer een gast hiernaar vraagt, kun je uitleggen dat er nieuw assortiment wordt uitgeprobeerd. Van wit brood naar meer volkoren of een ander frisdrankassortiment is iets wat niet iedereen opvalt. Veel gasten zien graag een gezonder aanbod en vaak verwacht men dat het assortiment af en toe verandert. Uitleg op microniveau hoeft dus niet, maar wel de hoofdlijnen.

Terug naar pagina 1

FASE 3: IMPLEMENTATIEFASE

Nu je alles op papier hebt staan, wordt het tijd om het in de praktijk te brengen.

Maak voor en na de verandering foto's van het aanbod.
Handig om op terug te kijken en voor communicatie doeleinden.

Tip

3.1 Uitvoeren van veranderingen in productaanbod: tips voor snacks

Het weghalen of verminderen van frituursnacks is een relevante bijdrage aan het gezonder maken van een bedrijfsrestaurant. Zie hieronder drie voorbeelden uit het veld van hoe je makkelijk van vijf opties naar één kan gaan, of van zeven dagen per week naar geen.

ZIEKENHUIS 1

Vermindering van frituur aanbod

Bij ziekenhuis 1 besloten ze het aanbod van frituursnacks te verminderen. Voorheen kregen bezoekers en medewerkers een keuze tussen 5 verschillende frituursnacks. Nu is dat tussen 2, waarvan één een frituursnack is en één een ei-gerecht.

ZIEKENHUIS 2

Cyclus

In ziekenhuis 2 werken ze met een snack cyclus. Er wordt één keer per week frituursnacks aangeboden. Elke week gebeurt dit op een andere dag, zo krijgen de parttime medewerkers ook de kans om af en toe van een frituursnack te kiezen bij de lunch indien gewenst.

ZIEKENHUIS 3

Snackloos

Ziekenhuis 3 heeft ervoor gekozen om geen snacks meer te verkopen in het ziekenhuis. Gezonde alternatieven zijn overal te vinden zoals bijvoorbeeld een volkoren broodje met vega balletjes. Facilitair manager van ziekenhuis 3 geeft als tip: "Gewoon doen. Wij vonden het in het begin een beetje eng, maar uiteindelijk hebben maximaal 5 man hier uiteindelijk negatief op gereageerd. Nu hoor ik alleen nog maar positieve reacties. Het belangrijkste is dat de ziekenhuismedewerkers (oftewel de gasten) goed weten *waarom* we dit doen. Wij doen dit omdat het in het Nationaal Preventieakoord staat én terug te vinden is in onze visie en beleid. En zo dragen we ook bij het Nationaal Preventieakoord".
Tip: voorbeelden van lekkere broodjes en soepen

Het is belangrijk om een sterk verhaal te hebben om op terug te vallen.
Lees hier de leidraad 'Ontwikkeling visie op voeding'

Tip

Terug naar pagina 1

FASE 4: BORGING

4.1 Monitoring

Veranderingen bijhouden is niet alleen handig maar ook makkelijk. In de toolkit is er een lijst gemaakt om per kwartaal de veranderingen te kunnen volgen. Ook kan de checklist opnieuw ingevuld worden om een verschuiving te laten zien.

Probeer goed vast te leggen wat er gemonitord gaat worden.
Wat vinden jullie belangrijk?

- Omzet?
- Verkoopcijfers?
- Per productgroep of juist niet?
- Klanttevredenheid?
- Ambities bijhouden?
- Kwalitatief of kwantitatief?
- Welke nieuwe producten verkopen goed?
- Zijn er plannen blijven liggen?

4.2 Raad van Bestuur

Het is belangrijk om de Raad van Bestuur tijdens het gehele project op de hoogte te houden. Een betrokken bestuur verhoogt de borging van het project. Tijdens de borgingsfase is het ook van groot belang dat ze het verhaal blijven dragen en laten leven. De uitrol van een gezonde eetomgeving verloopt vlotter als alle lagen van de organisatie er volledig achterstaan. Gebruik deze periode om te checken bij de Raad van Bestuur of ze het project nog volop meenemen in de storystelling van het ziekenhuis of zorginstelling.

Tip

**Hou de ambitie van Goede Zorg Proef Je vast! Samen werken we naar een gezond voedingsaanbod en passen we de Richtlijn Eetomgeving toe.
Zo dragen we bij aan een gezonder Nederland.**

4.3 Evaluatie

Na alle stappen te hebben doorlopen, is het tijd voor de evaluatie. Met een procesevaluatie kun je nagaan of de fases op de juiste wijze en naar verwachting zijn uitgevoerd. Wat ging goed bij de uitvoering, en wat viel juist tegen en is niet gelukt. En waarom is deze actie achtergebleven? Om voldoende gegevens over het proces te kunnen verzamelen, is het van belang dat de procesevaluatie al tijdens de implementatiefase van start gaat.

DE START

- Hoe was de beginsituatie van het productaanbod?
- Waren de aanpassingen goed gepland? Ben je binnen de planning gebleven?
- Waren er voldoende middelen aanwezig om de verandering in gang te zetten? Zoals financiële middelen en denk ook aan communicatiemiddelen, kennis en ervaring.
- Waren de juiste personen (tijdig) bij het project betrokken? Was er een projectleider?

HET VERLOOP

- Hoe verliep het proces? Wat ging goed en wat kon er beter?
- Hoe verliep intern en extern de communicatie?
- Kon iedereen zijn afspraken nakomen?
- Waren er onverwachte gebeurtenissen? Hoe is hiermee omgegaan en hoe zou dit in de toekomst voorkomen kunnen worden?
- Wat heb je nodig om het de volgende keer beter te doen?

HET RESULTAAT

- Heb je het gewenste resultaat behaald?
- Heb je de kwaliteit geleverd die je wilde leveren?
- Ben je tevreden? Zo ja, hoe kun je dit behouden of verder evolueren?

Welke aanbevelingen kunnen er gedaan worden aan de hand van deze procesevaluatie voor het verbeteren van de implementatie en/of behoud van een gezond restaurant?

Veel succes om een gezond restaurant te worden en te blijven!

Alliantie Voeding in de Zorg

eerlijk over eten Voedingscentrum

Goede Zorg Proef Je®

Terug naar pagina 1