



Handvest
Gezondheidsorganisaties
voor een gezonde
voedseltransitie

gezonde
voedsel
transitie

Wij als gezondheidsorganisaties en ondertekenaars van dit handvest zien de noodzaak en urgentie van de transitie naar een gezonder eetpatroon. Wij zien ook dat gezond en duurzaam hand in hand gaan en zetten ons daarom in voor een voedseltransitie die niet alleen gezond, maar ook duurzaam is. Op deze manier dragen wij bij aan een gezond leven op een gezonde planeet.

Wij zijn een coalitie van gezondheidsorganisaties en gezondheidsprofessionals (zoals GGD's, gemeenten, zorgkoepels, zorgverzekeraars, leefstijlorganisaties, sportclubs en -verenigingen, voedingsexperts, diëtisten, fysiotherapeuten, leefstijlcoaches, huisartsen en ieder ander die zich beroepsmatig bezighoudt met gezondheid).

Met dit handvest laten we zien dat we ons hiervoor inzetten en het handvest is een steun in de rug in dit streven.



De ondertekenaars van dit handvest zetten zich in voor de transitie naar een gezond en duurzaam eetpatroon en onderschrijven de noodzaak van een verschuiving naar minimaal 60% plantaardige en maximaal 40% dierlijke eiwitten.

Daarbij zorgen we ervoor dat dit eetpatroon in lijn is met de Richtlijnen goede voeding en de Schijf van Vijf. Ook erkennen we dat er rekening gehouden moet worden met een andere voedingsinname bij specifieke groepen. Met het handvest haken we aan bij en verbreden we de inzet van al bestaande initiatieven die er zijn in de zorg (zie bijlage).



De noodzaak van het handvest **‘Gezondheidsorganisaties voor een gezonde voedseltransitie’**

Het huidige Nederlandse voedingsconsumptiepatroon draagt bij aan gezondheids- en milieuproblemen. Het leidt enerzijds tot hoge gezondheidskosten¹ en anderzijds tot grote uitdagingen rond milieu, natuur en klimaat². Ander eetgedrag vraagt om andere voedselvaardigheden, een andere eetcultuur en een voedselomgeving die gezonde en duurzame keuzes stimuleert³. **Hier ligt een belangrijke rol voor gezondheidsorganisaties en gezondheidsprofessionals.**

Dit handvest is voor hen bedoeld.

In 2015 bedroegen de Nederlandse zorguitgaven die direct gerelateerd zijn aan ongezonde voeding ruim 6 miljard euro⁴. Dat is meer dan de zorguitgaven aan roken en alcoholgebruik gecombineerd⁴. Het is bovendien de verwachting dat deze kosten blijven stijgen door toename van het aantal chronische ziekten^{4,5}. In Nederland sterven jaarlijks 13.000 mensen (in)direct door ongezonde voeding⁴. Preventie-interventies en inzetten op gezonde voeding zijn een sleutel tot het verbeteren van de volksgezondheid⁶ en dragen bij aan het voorkomen van overgewicht en veelvoorkomende ziekten als hart- en vaatziekten en diabetes⁷.

Een cruciaal onderdeel van de Nederlandse voedseltransitie naar een gezonder en duurzamer eetpatroon is de consumptie van meer plantaardige en minder dierlijke eiwitten – de eiwittransitie^{1,8}. Deze verschuiving betekent naast een verschuiving naar meer plantaardig en minder dierlijk, ook dat dit gezond wordt ingevuld. De nadruk moet liggen op onbewerkte producten. Op dit moment haalt de gemiddelde Nederlander ongeveer 57% van zijn eiwitten uit dierlijke bronnen en 43% uit plantaardige bronnen².

¹ Met de eiwittransitie bedoelen we een verschuiving van consumptie van overwegend dierlijke eiwitten naar de consumptie van overwegend plantaardige eiwitten en alle stappen die daar naartoe bewegen.

De transitie naar eetpatronen met minder dierlijk en meer plantaardig voedsel is waar gezond en duurzaam hand in hand gaan:

Qua **gezondheid** concludeerde de Gezondheidsraad in 2023 dat een verschuiving naar een eetpatroon met 60% plantaardige en 40% dierlijke eiwitten goed is voor de gezondheid van het overgrote deel van de Nederlandse bevolking, omdat zij dan beter aan de Richtlijnen goede voeding voldoen. Het leidt tot een lager risico (10-25%) op hart- en vaatziekten en diabetes type 2. Daarbij concludeerde Wageningen Economic Research (WEcR) in 2023 dat deze verschuiving naar meer plantaardig eten jaarlijks tot een besparing van 2 miljard euro op de zorg in Nederland kan leiden, door een verbetering van de gezondheid¹.

Qua **duurzaamheid** is grote winst te behalen in een verschuiving naar meer plantaardige en minder dierlijke consumptie en productie. De productie en consumptie van vlees en zuivel dragen bij aan klimaatverandering, biodiversiteitsverlies, stikstofuitstoot, watergebruik en landgebruik^{1,7,9}. Een verschuiving in de eiwitverhouding van 40/60 plantaardig/dierlijk naar 60/40 plantaardig/dierlijk verlaagt de milieu-impact met minimaal 25% door de verlaging van broeikasgasemissies en landgebruik die gepaard gaan met dierlijke eiwitproductie². Dit levert in economische termen een winst op van ruim 8 miljard euro per jaar¹. Deze verminderde milieu-impact draagt positief bij aan de menselijke gezondheid¹⁰ en sluit aan bij de afspraken in het Klimaatakkoord¹¹.

Gezondheidsorganisaties hebben een voorbeeldrol en kunnen mede sturen op gezonde én duurzame eetpatronen. Zo kunnen de gezondheids crisis en de duurzaamheids crisis tegelijk worden aangepakt. Als de gezondheidssector de handen ineenslaat, en zich uitspreekt voor de noodzaak van een voedseltransitie, kunnen we Nederland zowel gezonder als duurzamer laten consumeren. En dat is goed voor de mens én voor de planeet.

Wat betekent ondertekening van dit handvest?

Dit handvest is een handvat voor organisaties die aan de slag zijn of willen met een gezonde voedseltransitie, o.a. naar gezonde eetpatronen met meer plantaardige en minder dierlijke eiwitten. We vragen ondertekenaars:

- om actief een ambitie te formuleren voor de duurzame en gezonde voedseltransitie
- deze ambitie actief, intern en extern, te communiceren naar hun doelgroep(en)
- deze ambitie te vertalen in beleid en concrete acties
- en deze ambitie te monitoren.

Totstandkoming van het handvest

Dit handvest is mede ontwikkeld door Voedingscentrum, Nederlandse Vereniging van diëtisten, Physicians Association for Nutrition (PAN) Nederland, World Wide Fund for Nature (WWF) Nederland en Transitiecoalitie Voedsel.



Vijf punten waar gezondheidsorganisaties mee aan de slag kunnen

1. Onderschrijf de visie

Spreek je actief uit voor de visie om naar een verhouding van minimaal 60% plantaardige en maximaal 40% dierlijke eiwitten te bewegen. Zorg dat je visie in lijn is met de adviezen van het Voedingscentrum (Schijf van Vijf) en de Gezondheidsraad (Richtlijnen goede voeding). Maak dit expliciet in communicatie. Het betreft een verschuiving naar een gezond eetpatroon met verhoudingsgewijs méér plantaardig dan dierlijk. Dit betekent dus niet noodzakelijkerwijs vegetarisch of veganistisch, al is dit uiteraard wel een optie voor diegenen die verder willen gaan. Daarnaast erkennen we en houden we rekening met een andere voedingsinname bij specifieke groepen, bijvoorbeeld zwangere vrouwen, vrouwen die borstvoeding geven, kwetsbare ouderen en iedereen die door ziekte of door een kwetsbare gezondheid voedingszorg op maat moeten krijgen. We volgen hierbij diëtistische voedingsrichtlijnen en medische richtlijnen.

2. Formuleer doelstellingen en maak onderdeel van beleid en/of strategische agenda

Formuleer doelstellingen voor de transitie naar meer plantaardige en minder dierlijke eiwitten en hoe hierop in te zetten door jouw organisatie. Dit kan in sommige gevallen in relatie tot consumptie en voedselomgeving (straatbeeld, aanbod en promotie)

- denk bijvoorbeeld aan een ambitie om 80% plantaardig aanbod op te nemen in het bedrijfsrestaurant in 2030. In andere gevallen zal het gaan om informeren (adviezen en recepten). De ambities kunnen worden bekrachtigd door ze op te nemen in beleid of door ze vorm te geven door middel van een strategische actie. De transitietheorie kan hierbij als effectieve basis fungeren.

3. Vind aansluiting bij bestaande initiatieven, zoals:

- a) Diverse initiatieven die inzetten op een meer plantaardig en minder dierlijk eetpatroon in de zorg zoals Toekomstproef (dat bijdraagt aan de klimaatdoelen van de Green Deal Duurzame Zorg 3.0) en Goede Zorg Proef Je (dat aansluit bij het Nationaal Preventie-Akkoord, Green Deal Duurzame Zorg 3.0 en het integraal Zorgakkoord). Gebruik deze initiatieven om eigen activiteiten vorm te geven. In bijlage 1 staan de activiteiten die passen binnen de ambitie van dit handvest ter inspiratie.
- b) Bestaande coalities en allianties, zoals Alliantie Gezonde Generatie, Federatie voor Gezondheid, Goede Zorg Proef Je, en Groene Zorg Alliantie om te werken aan eigen doelstellingen.
- c) Diverse benchmarking- en monitoringtools die kunnen bijdragen aan het inzichtelijk maken van het behalen van doelstellingen.
- d) Initiatieven zoals de Nationale Week Zonder Vlees en Zuivel, de Verspillingsvrije week en de Bean Deal.

4. Deel kennis

Zet gezamenlijk in op het delen en ontwikkelen van kennis en vaardigheden t.b.v. een duurzaam en een gezond eetpatroon, met in het bijzonder aandacht voor de transitie naar gezonde eetpatronen met meer plantaardige en minder dierlijke eiwitten. Denk hierbij aan een meer plantaardig eetpatroon in het curriculum voor de opleidingen voor chefs, diëtisten, voedingsassistenten en relevant zorgpersoneel in samenspraak met de landelijke beroepsorganisaties.

5. Neem voedselomgeving als focus

De voedselomgeving (aanbod, promotie, straatbeeld) is, samen met voedselvaardigheden en voedselcultuur, de belangrijkste bepaler van ons eetgedrag³. Idealiter ligt de nadruk, in plaats van enkel op informatie, op het aanpassen van de omgeving (aanbod, promotie en straatbeeld) waarin we als consument onze eetkeuzes maken, zodat de gezonde en duurzame (en dus ook plantaardige) keuze de gemakkelijkste en betaalbare keuze wordt. Natuurlijk verschilt het per organisatie wat binnen de invloedssfeer ligt en zullen sommige organisaties vooral het informeren als mogelijkheid tot beïnvloeding hebben. De organisaties die niet zelf een voedselomgeving hebben

kunnen informeren over het belang van de voedselomgeving en over hoe we als consument beïnvloed worden door wat er aangeboden wordt. Bewustwording over de sturende invloed van de omgeving is een kans om de weerbaarheid van de consument tegen ongezonde en niet-duurzame keuzes te vergroten. De [Webtraining](#) en [Checklist](#) van de Richtlijn Eetomgevingen van het Voedingscentrum kan een mooie start zijn om prioriteiten te stellen voor de voedselomgeving.

Verder dan 60/40 plantaardige/dierlijke eiwitten

Eind 2023 sprak de Gezondheidsraad zich positief uit over een 60/40 verhouding plantaardige/dierlijke eiwitten t.b.v. onze gezondheid en duurzaamheid, mits medisch verantwoord. Deze 60/40 verhouding is in lijn met de aanbevelingen van EAT-Lancet⁷ en van de Deutsche Gesellschaft für Ernährung¹² (Duitse Voedingscentrum). Daarnaast zijn er organisaties met ambitieuzere doelstellingen, zoals de 2/3-1/3 van WWF-NL⁹ en van de Visie 2050 Re-rooting the Dutch Food System¹³ en de 80/20 ambitie van Caring Doctors¹⁴ en in de petitie van het Amsterdam UMC¹⁵.



Referenties

- [1] Baltussen, W., Biesbroek, S., Galema, S., Janssens, B., van Leeuwen, M., Manouchehrabadi, B., Meeusen, M., Oosterkamp, E., & Snoek, J. (2023). Maatschappelijke impact van eiwittransitie (No. 2023-097). Wageningen Economic Research.
- [2] Gezondheidsraad. (2023). Advies Gezonde Eiwittransitie. Den Haag: Gezondheidsraad. (Publicatienummer 2023/19).
- [3] PBL (2019), Dagelijkse kost. Hoe overheden, bedrijven en consumenten kunnen bijdragen aan een duurzaam voedselsysteem, Den Haag: Planbureau voor de Leefomgeving.
- [4] Hilderink H, & Verschuuren M. (2018). Volksgezondheid Toekomst Verkenning 2018: Een gezond vooruitzicht. RIVM.
- [5] Piovani, D., & Nikolopoulos, G. K. (2022). Non-Communicable Diseases : The Invisible Epidemic. Journal of Clinical Medicine, 11.
<https://doi.org/10.3390%2Fjcm11195939>
- [6] Hagens, L., De Nood, R. E. M. C. O., Wouterse, B., & Polder, J. J. (2020). Wegen naar goede gezondheid liggen ook buiten de zorg.
- [7] Willett, W., Rockström, J., Loken, B., Springmann, M., Lang, T., Vermeulen, S., et al. (2019). Food in the Anthropocene: the EAT–Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems. The Lancet, 393(10170), 447–492.
[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)31788-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)31788-4)
- [8] Gezondheidsraad. (2015). Richtlijnen goede voeding 2015. Den Haag: Gezondheidsraad. (Publicatienummer 2015/24). ISBN 978-94-6281-089-1.
- [9] Van Dooren, C. (2023). Gezond Eten Binnen De Grenzen Van Één Aarde.
<https://www.wwf.nl/globalassets/pdf/rapporten/wwf-nl-2023-gezond-eten-binnen-de-grenzen-van-een-aarde-samenvatting.pdf>
- [10] Steenmeijer, M.A., Pieters, L.I., Warmerhoven, N., Huiberts, E.H.W., Stoelinga, M., Zijp, M.C., van Zelm, R., Waaijers-van der Loop, S.L. (2022). Het effect van de Nederlandse zorg op het milieu: Methode voor milieuvoetafdruk en voorbeelden voor een goede zorgomgeving. RIVM rapport 2022-0127.
- [11] Klimaatakkoord. (2019). Klimaatakkoord. Den Haag.
<https://www.klimaatakkoord.nl/documenten/publicaties/2019/06/28/klimaatakkoord>
- [12] Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V.
<https://www.dge.de/gesunde-ernaehrung/gut-essen-und-trinken/dge-ernaehrungskreis/>
- [13] De Boer, I. J. M. (2020). Re-rooting the Dutch food system—from more to better. Wageningen University & Research.
- [14] <https://caringdoctors.org/manifest>
- [15] Amsterdam UMC- DNA 3-2024.
<https://www.dnamagazine.nl/amsterdam-umc-dna-3-2024/duurzaamheid>.

Bijlage 1:

Bestaande initiatieven en geformuleerde acties voor de missie: 60% plantaardig en 40% dierlijk

Gezondheidsorganisaties kunnen leren van diverse initiatieven die in de zorgsector zijn gestart. Voorbeelden hiervan zijn: [Goede Zorg Proef Je](#) en [Toekomstproef](#). Binnen deze initiatieven zijn ook al concrete acties geformuleerd met betrekking tot de verschuiving naar een meer plantaardig, en minder dierlijk eetpatroon. Met het onderschrijven van dit handvest sluiten gezondheidspartijen aan bij deze acties of laten ze zich door hen inspireren bij het formuleren van eigen acties. Voorbeelden:

Green Deal Duurzame Zorg 3.0

De Green Deal is een akkoord tussen Rijksoverheid, zorgpartijen, kennisinstellingen etc om te komen tot een zorg met de laagst mogelijke impact op klimaat, milieu en leefomgeving in 2050. Eén van de doelstellingen daarin is meer inzet op gezondheidsbevordering van zowel patiënten/ cliënten als medewerkers via omgeving, voeding en leefstijl. Een van de acties om deze doelstelling te behalen is het inzetten op gezonde en gevarieerde voeding en een eiwittransitie van 60-40%. Dit doen ze d.m.v. de volgende actiepunten:

- Streven om in 2030 een 40/60-verhouding van dierlijke/plantaardige eiwitten aan te bieden aan medewerkers en bezoekers, met een 50/50-verhouding als tussenresultaat in 2026;
- Voor de verhouding dierlijk/plantaardige eiwitten voor patiënten spannen zorgaanbieders zich in om datgene te doen wat medisch verantwoord mogelijk is;
- Zorgaanbieders maken 'duurzame en gezonde voeding' een onderdeel van hun inkoopbeleid. De [Richtlijn Eetomgevingen](#) van het Voedingscentrum is hierbij het richtsnoer. Aanvullend kan ook worden gedacht aan het wijzen op en aanbieden van lokaal geproduceerde en plantaardige voeding.

Goede Zorg Proef je

Goede Zorg Proef Je, onderdeel van het Nationaal Preventieakkoord, ondersteunt ziekenhuizen en zorginstellingen in de transitie naar een gezond en duurzaam voedingsaanbod. Het initiatief benadrukt de noodzaak van een visie over gezonde en duurzame voeding, voor zowel patiënten, medewerkers als bezoekers. In deze visie kunnen de volgende punten meegenomen worden:

Voor patiënten:

- Waar mogelijk voldoet het voedingsconcept aan de Richtlijnen goede voeding;
- Er is een passend voedingsaanbod voor patiënten met (risico op) ondervoeding;
- Er worden vegetarische en/of veganistische menuopties aangeboden bij de hoofdmaaltijd/warme maaltijd.

Voor medewerkers/bezoekers:

- De Richtlijn Eetomgevingen van het Voedingscentrum vormt de basis voor een gezond en duurzaam voedingsaanbod voor medewerkers en bezoekers. Hierbij wordt er verder gekeken dan alleen het voedingsaanbod, en werk je ook aan de presentatie van gezondere en duurzamere producten om die keuzes te stimuleren;
- Er worden (vooral) betere, vegetarische en/of plantaardige keuzes gepromoot, bijvoorbeeld met acties en kortingen.

Toekomstproef

Een platform waarmee zorgorganisaties en marktpartijen het eten en drinken in de zorg gaan verduurzamen. Het omvat een integrale aanpak waarmee zorgorganisaties kunnen gaan werken aan de klimaatdoelstellingen voor de zorg. Ze zetten zich in voor minder vlees en zuivel op het menu d.m.v. de volgende actiepunten:

- De verhouding tussen plantaardig en dierlijke eiwitten minimaal 1x per week in de (standaard-)maaltijden te verschuiven naar bijvoorbeeld 80-20%;
- Dagelijks minimaal één vegetarische optie aan te bieden wanneer meer dan twee maaltijdopties gegeven worden;
- Op verzoek dient een volwaardige plantaardige maaltijd geserveerd te worden;
- In banqueting zijn alleen plantaardige en vegetarische opties opgenomen. Het standaardmenu bevat alleen vegetarische en plantaardige opties. Niet-plantaardige/-vegetarische opties moeten op verzoek door inschrijver worden aangeboden.

Milieuthermometer Zorg

Milieuthermometer Zorg is een certificaat dat zichtbaar maakt dat een instelling aandacht heeft voor een duurzame bedrijfsvoering. Dit zorgspecifieke milieumanagementsysteem omvat de onderwerpen binnen het thema “Planet” van het People–Planet–Profit gedachtegoed van Maatschappelijk Verantwoord Ondernemen (MVO). Belangrijke punten binnen dit certificaat zijn:

- De instelling heeft een verbeterplan duurzame voeding en catering van maximaal 5 jaar oud met maatregelen om de milieubelasting van cliënten- of patiëntenvoeding en etenswaren in bedrijfs- en bezoekersrestaurant en winkels te verminderen. Met o.a.: maatregelen om de doelstellingen te realiseren, bijvoorbeeld het vergroten van het aandeel plantaardige ten opzichte van dierlijke eiwitten in maaltijden;
- Duurzaam dierlijk wordt gestimuleerd: ten minste 90% van het totale inkoopbedrag van vlees voor cliënten- of patiëntenvoeding is besteed aan de minder milieubelastende vleesproducten. Dit wordt aangetoond door een van de volgende keurmerken: EKO, Beter Leven, Label Rouge (voor kippen) of aantoonbaar vergelijkbaar. Er moet een aaneengesloten periode van minimaal drie maanden volgens bovenstaande worden ingekocht voordat aan de inkoop eis wordt voldaan;
- Een standaardaanbod met een laag gehalte aan dierlijke eiwitten wordt gestimuleerd via het bestelsysteem: presenteer de optie zonder dierlijke eiwitten (de plantaardige) als eerste in het bestelsysteem. De andere opties volgen met de minste hoeveelheid dierlijke eiwitten als eerste en de meeste hoeveelheid dierlijke eiwitten als laatste;
- Indien bewoners zelf verantwoordelijk zijn voor het inkopen van eten, moedig plantaardig eten aan middels het beschikbaar stellen van (digitale) kookboeken en het aanbod van een kookworkshop.

Overige actiepunten

Naast de actiepunten van diverse bestaande akkoorden en initiatieven zijn er ook concrete opzichzelfstaande acties met betrekking tot de verschuiving naar een meer plantaardig, en minder dierlijk eetpatroon. Enkele voorbeelden hiervan zijn:

- Het toepassen van ‘priming nudges’ in zorginstellingen om medewerkers en bezoekers te stimuleren gezondere en duurzamere voedingskeuzes te maken. Dit omvat aanpassingen in de omgeving om de zichtbaarheid, toegankelijkheid en beschikbaarheid van gezonde en duurzame producten te verbeteren, zoals voorgesteld door het RIVM (Blokstra & Boer, 2023).
- Het aansturen op gezonde en duurzame keuzes door middel van labeling of etikettering van gezonde producten, zoals kleurcodering, om gezonde voeding te bevorderen bij medewerkers en bezoekers van zorginstellingen, zoals aanbevolen door het RIVM (Blokstra & Boer, 2023).



gezondevoedseltransitie.nl

**gezonde
voedsel
transitie**