Reade zet duurzaam voedingsconcept neer

Bij Reade, centrum voor revalidatie en reumatologie wordt aan cliënten, medewerkers en bezoekers gezonde voeding aangeboden. Dit draagt bij aan herstel en een goede vitaliteit. Met aandacht voor variatie, volkoren, meer plantaardig, onbewerkte en verse producten zet Reade een gezond en duurzaam voedingsconcept neer.

DRS. W. (WILLEMINE) BEUVING
Revalidatiearts, Reade Revalidatie en Reumatologie

B. (BIANCA)WESTER
Projectleider, Reade Revalidatie en Reumatologie

DRS. A. (ANNA) KRETOVA
Diëtist-onderzoeker, diëtist medisch-specialistische hart- en reumarevalidatie, Reade Revalidatie en Reumatologie

O. (OLIVIA) ANDIEL MA
Beleidsadviseur, Reade Revalidatie en Reumatologie

CORRESPONDENTIE
goedevoeding@reade.nl

Van idee naar concept

Het begon in 2016: met een klein groepje mensen om de tafel, allemaal met dezelfde wens: meer aandacht voor gezonde voeding binnen Reade.
We zijn gestart op inhoud, te beginnen bij de medewerkers: een masterclass en een eetexperiment in samenspraak met (toen nog) Stichting Voeding Leeft waren de eerste stappen. Het onderwerp is daarna niet meer van de agenda verdwenen en uiteindelijk is Reade een van de eerste revalidatie instellingen geweest die tekende voor Gezond 2025 in het programma Goede Zorg Proef je. Een wetenschappelijke studie *Plants for Joints* (zie elders in deze editie) gaf hieraan nog een extra dimensie.
Dat al onze inspanningen uiteindelijk zouden leiden tot een totaal ander voedingsconcept hadden we toen niet durven dromen!
In dit artikel willen we onze ervaringen met jullie delen.

Bij Reade was er de wens om over te gaan op een gezonder voedingsaanbod dat bijdraagt aan het herstel van de cliënt. Alle plekken waar voeding wordt aangeboden zijn meegenomen in het nieuwe voedingsbeleid: zowel de voeding in de kliniek, als in het restaurant en het café.

DE 5 P'S

De 5 P's zijn de vijf uitgangspunten van het voedingsconcept.

***P**ersoneel*

Wat betekent het nieuwe voedingsconcept voor medewerkers die de zorg dragen voor de voedselomgeving? Voor deze medewerkers is de training 'Herstellend vermogen van voeding' beschikbaar gekomen zodat zij beter kunnen uitdragen wat het belang van goede voeding is.

***P**roduct*

Per productgroep is gekeken naar het huidige aanbod en of deze nog in het vernieuwde voedingsconcept paste. Wanneer dit niet het geval was, werden er veranderingen doorgevoerd. Zo zijn de zoete toetjes veranderd in een yoghurtbar met onder andere skyr en suikervrije granola. Ook bij het hoofdmenu is er nu een plantaardige variant te verkrijgen. In nauwe samenwerking met de afdeling diëtetiek zorgt de cateraar dat alle gerechten de juiste voedingsstoffen bevatten en hiermee passend zijn binnen de Richtlijnen Goede Voeding. Wanneer cliënten iets anders willen dan het hoofdmenu, kunnen ze hier uiteraard naar vragen.
Tevens is er aandacht voor individuele voedingsbehoeftes van cliënten, waarbij in samenspraak met de diëtisten van Reade maatwerk kan worden geleverd.
Voor medewerkers en bezoekers is er in de horecagelegenheden een ruime keuze aan versbereide en dagelijks variërende salades, soepen en broodjes beschikbaar met een sterke nadruk op een meer plantaardig aanbod. Er wordt gebruik gemaakt van seizoensproducten, die zoveel mogelijk lokaal zijn geproduceerd. Daarbij

In juni 2022 ondertekende Toine Vogels, Lid Raad van Bestuur bij Reade, de intentieverklaring van Alliantie Voeding in de Zorg. Reade onderstreept hiermee dat zij zich inzet voor een gezonder Nederland.

wordt er veel zorg besteed aan de smaak en de presentatie van gerechten.

‘De zoete toetjes zijn veranderd in een yoghurtbar met onder andere skyr en suikervrije granola’

***P**resentatie*

De manier waarop goede voeding gepresenteerd wordt moet aantrekkelijk zijn. Om te zorgen voor meer sfeer en beleving bij de eetmomenten is er geïnvesteerd in onder andere nieuw servies, waardoor de maaltijd meer een horeca-uitstraling krijgt. Daarnaast heeft het café op beide locaties een metamorfose ondergaan: van kroeg naar een frisse en eigentijdse koffie- en theebar Boon & Blad.

***P**rijs*

De prijs moet passend zijn binnen de exploitatie. Door dingen net anders aan te pakken, kan het met dezelfde bezetting en budget anders gepresenteerd worden. Zo was er bij Reade eerst de centrale uitgifte van de voeding in de centrale keuken. Met dezelfde bezetting is nu een decentrale uitgifte gerealiseerd voor de drie verpleegafdelingen in de kliniek. Elke afdeling heeft een eigen huiskamer en beschikt nu over een counter. De counter beschikt over een yoghurt- en saladebar. Het ochtend- en middagbuffet wordt vanuit de counter geserveerd. In de avond doet de kok de uitgifte samen met voedingsassistenten (hostesses). Hierdoor is de kok meer in contact met de cliënten en is er meer aandacht om de goede voeding te ‘verkopen’.

***P**romotie*

Het is belangrijk om de hele organisatie mee te nemen in het veranderproces. Dit heeft Reade onder andere gedaan door gedurende het proces foto’s te delen, de opening van de huiskamers te vieren en ook de cliëntenraad te betrekken. Draagvlak was al aanwezig doordat de organisatie sinds 2016 bezig is geweest om stapsgewijs goede voeding op de kaart te zetten. Een masterclass, een eetexperiment en diverse kookworkshops voor medewerkers zijn onderdeel van het agenderen geweest. Uiteindelijk heeft de Raad van Bestuur in juni 2022 het programma Goede Zorg Proef Je ondertekend (zie foto). Daarmee committeert Reade zich aan de ambities van het Nationaal Preventieakkoord. →

'De kok is meer in contact met de cliënten waardoor ze verleid worden een gezonde keuze te maken'

EIGEN ONDERZOEK

Als voorloper op het gebied van leefstijlgeneeskunde heeft Reade op initiatief van prof. dr. Dirkjan van Schaardenburg en diëtist-onderzoeker en PhD-kandidaat drs. Wendy Walrabenstein het *Plants for Joints* onderzoek opgezet met daarin een belangrijke rol voor voeding.

Plants for Joints is een studie naar de effectiviteit van een leefstijl-programma op basis van plantaardige voeding, beweging, stressreductie en slaapmanagement bij mensen met (risico op) reumatoïde artritis (RA) en artrose (OA).

De eerste resultaten zijn veelbelovend en worden binnenkort gepubliceerd. Dit soort onderzoeken helpen om de rol van voeding als onderdeel van behandeling te verankeren. Lees meer over het *Plants for Joints* artrose-onderzoek elders in deze editie van het NTR (pag 10). Zie ook: *https://reade.nl/wetenschap/onderzoek/plants-for-joints*.

BEHANDELPRAKTIJK

Op dit moment is Reade bezig om voeding als onderdeel van 'leefstijl' breder in te bedden in de behandeltrajecten. Op de poli reumatologie, in de kliniek of tijdens de poliklinische revalidatie, overal zal voeding ter sprake komen. In de kliniek wordt elke cliënt al gezien door een diëtist, waarbij ook aandacht wordt besteed aan de voeding na het ontslag. In poliklinische teams lopen initiatieven om voedingsvoorlichting en begeleiding toegankelijk te maken voor alle cliënten. En waar interne verwijzing niet mogelijk is, worden cliënten steeds vaker doorgestuurd naar een gespecialiseerde eerstelijns diëtist.

> 'Ga er niet vanuit dat klassiek geschoolde koks zonder meer weten hoe je een smakelijke gezonde en volwaardige maaltijd zonder vlees of zuivel kunt bereiden'

TIPS OM MET GOEDE VOEDING AAN DE SLAG TE GAAN

Randvoorwaarden

Ambassadeurschap is nodig binnen de gehele organisatie. Om te zorgen dat het gedragen wordt dient iedereen dezelfde visie en kennis over voeding te hebben en moet er aandacht zijn om iedereen te betrekken.

Het is belangrijk om te kijken naar de financiële kaders: hoeveel budget is er beschikbaar en is daarbinnen een integrale aanpak mogelijk? Het kan interessant zijn om ook andere financierings-mogelijkheden te bekijken, bijvoorbeeld subsidies of sponsoring.

Succesfactoren

- Voedingsassistenten/hostesses zijn een belangrijk onderdeel van het herstel van de cliënt en daarmee ook in het voedingsconcept. Door samen aan de slag te gaan met de inhoud van het voedingsconcept en voedingsassistenten trainingen aan te bieden, wordt het voedingsconcept beter door hen gedragen.
- Er is een kartrekker nodig die een uitvoerende rol heeft. Medewerkers zijn vaak druk met de reguliere werkzaam-heden waardoor er een uitdaging ligt in het uitwerken van de acties. Om gezamenlijk te werken aan het voedings-concept kunnen overleggen worden benut om keuzes te maken, maar de kartrekker moet het vervolgens oppakken en uitwerken. Het helpt ook om zowel intern als in externe netwerken kennis te vergaren en te delen.
- Het is belangrijk dat gezonde voeding er lekker en aantrekkelijk uitziet en prominent wordt gepresenteerd. Een mooi servies en aantrekkelijk ingerichte ruimtes zijn daarbij erg ondersteunend.
- Als je streeft naar meer gezond en onbewerkt voedsel is het belangrijk om dit zowel in de voeding voor de cliënten als voor de medewerkers aan te passen.
- Zorg voor expertise op het gebied van lekker, gezond en plantaardig koken. Ga er niet vanuit dat klassiek geschoolde koks zonder meer weten hoe je een smakelijke gezonde en volwaardige maaltijd zonder vlees of zuivel kunt bereiden.
- Voortdurend blijven investeren in de kennis over goede voeding en het belang ervan bij zowel cliënten als (nieuwe) medewerkers zorgt ervoor dat gezonde voeding steeds meer de standaard wordt.
- Wanneer je het concept hebt opgezet is het goed om je vervolgens af te vragen: hoe houd je het vast? Bij Reade is besloten om na de ontwikkeling van de voedingsconcepten de dienstverlening van eten & drinken (voor alle concepten) als geheel uit te besteden aan een cateraar. Nauwe samen-werking en voortdurende afstemming tussen de cateraar en de afdeling diëtetiek zorgt ervoor dat het concept steeds wordt aangescherpt en verbeterd. ←