

In de Nijmeegse Sint Maartenskliniek weten ze het al een paar jaar: een goedbereide maaltijd van verse streekproducten is gezond, lekker, goedkoop én draagt bij aan het terugdringen van voedselverspilling.

Voordeel met

“Vroeger leverde één vrachtwagen hier alles aan,” vertelt Jelle Ferwerda, hoofd voeding van de Sint Maartenskliniek in Nijmegen. “Al het eten was voorgegaard en dat smaakte nergens naar. Het vlees en de vis werden standaard getumbled (een techniek waarbij water en eiwit aan het vlees worden toegevoegd) waardoor er 25 procent extra vocht in zat. Groenten waren vaak in totaal al vier keer verwarmd voordat ze op het bord belandden. Dat kwam de voedingswaarde en smaak niet ten goede. En dat zag je als de borden terugkwamen. Er werd erg veel eten niet opgegeten en dus weggegooid.”

Ferwerda (zie foto) wilde terug naar de basis: koken met eerlijke lokale producten van hoge kwaliteit. Hij ging op zoek naar plaatselijke boeren die aan de Sint Maartenskliniek konden leveren. Inmiddels bestaat – afhankelijk van het seizoen – het menu voor bijna 60 procent uit streekproducten, waarvan een groot deel biologisch. Ferwerda: “Het voordeel van streekproducten is dat ze niet onnodig getransporteerd worden van een veiling naar een groothandel en dan via een grossier bij ons terecht komen. Dit scheelt voedselkilometers én de producten zijn kakelvers. Dat proef je en dat zie je terug in het vitaminegehalte.”

Het heeft ook zijn voordelen dat Ferwerda weet waar zijn zuivelkoeien grazen en dat hij de appelboer of de leverancier van zijn varkens- en rundvlees kent. “Ik kan voordeliger inkopen bij de bron én meedenken over de kwaliteit van het product. We zijn gemiddeld

goedkoper uit dan een reguliere keuken van een zorginstelling.”

Ferwerda wilde zijn ervaring met streekproducten in de zorg graag delen, en richtte twee jaar geleden met ondernemer en levensmiddelentechnoloog Koen Nouws Keij de stichting Diverzio op. Nouws Keij: “Met Diverzio helpen wij zorginstellingen bij het opstarten van trajecten waarbij boeren uit de regio samenwerken met de zorg. Vanuit een integrale benadering bekijken we het hele maaltijdconcept: de kwaliteit en bereiding van de ingrediënten én de ambiance waarin de maaltijd wordt geserveerd.”



Nouws Keij merkt dat het gebruik van streekproducten voor veel patiënten de beleving van de maaltijd versterkt. “Met name ouderen houden van het verhaal achter een product. Ze zijn vaak opgegroeid in de regio waar de streekproducten vandaan komen en die herkenning zorgt voor extra waardering van de maaltijd.” Naast de beleving is de lekkere smaak van een maaltijd met verse ingrediënten de belangrijkste reden om voor producten uit de regio te kiezen, aldus Nouws Keij. “Noodgrepen die versproducten langer houdbaar maken, zoals conserveringsmiddelen of kleurstoffen, zorgen voor smaak- en kwaliteitsverlies. Dat soort kunstgrepen is bij verse streekproducten, zoals groente, fruit, zuivel en vlees, niet nodig en dát proef je.”

À la carte

Sinds er in de Sint Maartenskliniek verse streekproducten op het menu staan, is de voedselverspilling er gereduceerd tot minder dan 5 procent. Het landelijk gemiddelde van voedselverspilling bij zorginstellingen ligt tussen de 40 en 60 procent.

Schrikbarende cijfers, bevestigt ook Joke Huitinck, programmamanager voeding, sport en bewegen bij Ziekenhuis Gelderse Vallei. Huitinck: “Als je ziek bent, heb je niet altijd zin om te eten. En dan komt het ook nog regelmatig voor dat de patiënt zijn keuze voor een maaltijd een of meer dagen van tevoren door moet geven. Maar vaak weten mensen niet waar ze een dag later zin in hebben. Veel eten dat wordt besteld, wordt dus niet >



voeding

> opgegeten.” Ziekenhuis Gelderse Vallei focust niet op het gebruik van streekproducten om voedselverspilling tegen te gaan, maar voerde vorig jaar een nieuw maaltijdsysteem in: At Your Request. De patiënt kan zelf kiezen wat hij eet en wanneer. Eén telefoontje naar het servicecentrum en de bestelling staat maximaal drie kwartier later naast het bed van de patiënt. Huitinck: “Het werkt; er komt nu ruim de helft minder eten terug.”

Los van voedselverspilling is ook klinische ondervoeding voor veel zorginstellingen een punt van aandacht. Uit de Landelijke preventiemeting Zorgproblemen van 2012 blijkt dat één op de vier patiënten een risico op ondervoeding loopt en dat één op de vier patiënten in Nederlandse zorginstellingen daadwerkelijk ondervoed is. Ondervoeding brengt hoge kosten met zich mee voor de Nederlandse gezondheidszorg. En de schatting is dat die kosten de komende jaren – onder meer door de vergrijzing – alleen maar zullen toenemen.

Huitinck, van huis uit diëtist, bena-

drukt het belang van goed eten voor het herstel. “Bij klinische ondervoeding krijgt de patiënt onvoldoende voedingsstoffen binnen die nodig zijn om te herstellen. Wij denken dat ons nieuwe à-la-cartesysteem ondervoeding tegen gaat. Patiënten kunnen bestellen waar ze op dat moment trek in hebben en krijgen een versbereide maaltijd.”

Moeilijk meetbaar

Hoewel er de laatste jaren veel meer aandacht is voor voeding, ontbreekt vooralsnog gedegen onderzoek naar de relatie tussen de kwaliteit van de voeding, de ligduur en het medicijngebruik van de patiënt, vertelt Jelle Ferwerda van de Sint Maartenskliniek. “De invloed van voeding alleen is moeilijk meetbaar, omdat meerdere factoren de ligduur en het medicijngebruik beïnvloeden.”

Ferwerda: “Ons maaltijdconcept met streekproducten wordt op dit moment bij een tiental zorginstellingen uitgerold, in de Betuwe en in Noord-Holland, Limburg en Brabant. Ook zijn wij in gesprek met

grote instellingen die geïnteresseerd zijn in het gebruik van meer streekproducten.” Volgens Nouws Keij van Diverzio is het ook voor de grotere zorginstellingen haalbaar om verse (biologische) streek-

‘Er is geen reden om niet duurzaam te koken’

producten op het menu te zetten. “Appels uit de streek, eieren, vlees en zuivel: het is echt niet zo ingewikkeld. Er is geen reden om niet duurzaam te koken. Er is een groot potentieel om ondervoeding en voedselverspilling in de zorg tegen te gaan. Landelijk betekent dat een besparing van miljoenen. En kijk vooral ook wat de kwaliteit van een maaltijd voor de patiënt kan betekenen. Om Hippocrates aan te halen: ‘Laat voeding uw medicijn zijn en uw medicijn uw voeding’.” <