



**In stapjes naar vaker plantaardig: waar en hoe
starten met de 3 Plan(t)krachtniveaus**

mosquito
in the room

De Plantkracht-materialen kwamen tot stand dankzij de steun van de Green Deal Eiwitshift, in opdracht van Departement Omgeving van de Vlaamse overheid. En kreeg ook steun van de Green Deal Duurzame zorg.



Draagvlak en enthousiasme

PLANTKRACHT-NIVEAUS

Waar en hoe te starten met vaker lekker plantaardig?

Om je niveau te bepalen is het handig dat je een goed zicht hebt op waar nu al een plantaardig aanbod gegeven wordt, en waar het nog ontbreekt. Op basis van de visual op de volgende slide kan je dan bepalen wat je ambitieniveau voor de toekomst is.

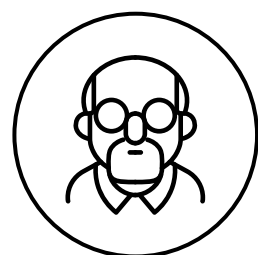
Plantkracht werkt met drie niveaus: starter, doener en voorlopen.

Elk niveau bevat acties en ondersteunend materiaal. Je vindt een overzicht op de volgende slides. Al het materiaal is te downloaden op smakelijkezorgvooru.be.

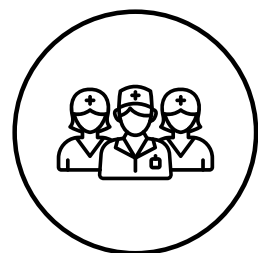
Verandering vraagt altijd tijd. Neem die ook. Reken op minstens een half jaar van concept tot de enthousiaste reacties op je nieuwe plantaardige creatie. En volg steeds de stappen visueel weergegeven op slide 4 en in de Easy Check naar Geslaagd Plantaardig. Dan heb je gegarandeerd succes!

ZET JE AMBITIENIVEAU OP VLAK VAN

Doelgroep



**Patiënten
Bewoners
Inwoners**



Personeel



**Bezoekers
Familie**

Maaltijden

Warme maaltijden

Koude gerechten

Broodjesaanbod

Snacks

Automaten

Events en recepties

Buffet

Salad bars

Succesfactoren

Draagvlak bij directie

Capaciteit in de keuken

Zorgkundige aan boord

Beschikbaar budget

Brede voedingsvisie

Toekomstplannen

Communicatie

...

👉 Doe de check met het Plantkracht indicatorenoverzicht

Ca 1 tot 1,5 jaar



STARTER: ZO BEGIN JE ERAAN

 **DOEL:** evolueren naar 1 plantaardig gerecht per week vast in het aanbod

Check	Actie	Plantkracht-materiaal
	Stel een multidisciplinair kernteam samen. Betrek o.a. chefs, diëtisten, aankoop, communicatie en zorgprofessionals. Laat hen samen het huidige voedingsaanbod analyseren.	• Alles van nutritioneel plantaardig • Verandering levend maken_Culinair excellentie team
	Bepaal een realistische termijn Op welke termijn wil je het voedingsaanbod stap voor stap aanpassen? Leg samen een doel vast en bepaal haalbare tussenstappen. Start met haalbare, eenvoudige wijzigingen. Vervang basisproducten per categorie door plantaardige varianten, bv.: bouillons, bereidings- en smeervetten en kookroom.	• Easy check naar geslaagd plantaardig • Bepaal je ambitieniveau via slide 3 in deze bundel • Verandering levend maken_Voedingscharter
	Evalueer je eiwitbronnen Introduceer gezonde, volwaardige plantaardige producten in je gerechten.	Nutritionele criteria plantaardige producten
	Richt een smaakcommissie op Laat nieuwe plantaardige gerechten proeven door personeel en bewoners/patiënten, en verzamel feedback.	Verandering levend maken_Culinair excellentie team
	Organiseer proefmomenten Bied kleine porties aan in het personeelsrestaurant als kennismaking met het nieuwe plantaardige gerecht.	Verandering levend maken_proefmoment
	Introduceer één volwaardig plantaardig gerecht in het personeelsrestaurant Kies bijvoorbeeld een recept uit het kookboek en bied het één dag per week aan.	Alles van culinair plantaardig
	Denk ook aan hybride gerechten Werk met gerechten waar je deels dierlijke eiwitten omwisselt met een plantaardige eiwitbron, bv. in lasagne, bolognese of moussaka.	Alles van culinair plantaardig. Bekijk zeker de technische fiches met hybride gerechten.
	Bewustmaking bij personeel. Start met de keukenploeg. Denk aan: Een plantaardige kookworkshop via je groothandel Een teambuilding plantaardig koken op locatie	• Boek een plantaardige kookworkshop bij Mosquito In The Room of andere gelijkaardige organisatie. Mail amy@mosquitointheroom.be • Bekijk ook de quizz vragen
	Organiseer infosessies over plantaardig eten Licht de voordelen toe (gezondheid, milieu, ethiek) – eventueel met externe spreker.	• Argumenten voor meer plantaardig in de zorg • Gezondheidsvoordelen van vaker plantaardig • Mythes over plantaardig eten ontkracht
	Betrek de communicatiedienst actief en van in het begin Voorzie hen van input, beelden en richtlijnen om aantrekkelijke communicatie rond de plantaardige gerechten te maken.	Alles van communicatie handvaten

DOENER: UITBREIDING EN NORMALISERING

DOEL:

- Minstens 2 plantaardige gerechten per maand voor patiënten en bewoners
- Dagelijks plantaardig aanbod voor personeel en bezoekers

Check	Actie	Plantkracht-materiaal
	Blijf bouwen op wat al in gang is gezet Zie de concrete eerste stappen onder Starter.	
	Betrek je voedingsassistenten actief Laat hen nieuwe gerechten proeven en hun feedback geven. Ze zijn een belangrijke brug naar bewoners en patiënten.	Checklist_omgaan met weerstand
	Introduceer het eerste plantaardige gerecht bij patiënten/bewoners Kies een gerecht uit de technische fiches. Start klein, maar professioneel. Bekijk hoe je kan uitbreiden naar twee keer in de maand.	• Alles van culinair plantaardig • Overzicht succes recepten • Bekijk zeker de technische fiches met succesvolle recepten uit de zorg
	Luister naar je doelpubliek. Neem je chefs mee naar de afdelingen om rechtstreeks reacties te horen. Dit kan enorm motiverend werken. Of werk met een eenvoudige evaluatie via QR-code of via de voedingsassistenten.	
	Organiseer proefmomenten Bied kleine porties aan in het personeelsrestaurant als kennismaking met het nieuwe plantaardige gerecht.	Verandering levend maken_Proefmoment
	Breid stelselmatig uit Ga van één naar twee plantaardige gerechten per maand in de kijker bij personeel. Wissel af tussen warme en koude bereidingen.	• Alles van culinair plantaardig • Overzicht succes recepten • Bekijk zeker de technische fiches met succesvolle recepten uit de zorg
	Blijf slim communiceren ◦ Betrek je communicatiedienst actief ◦ Laat hen mee verhalen brengen: over de keuzes in de keuken, over de passie van het team ◦ Denk aan een artikel in de personeelskrant of op het intranet van fijne ervaringen van peers	• Alles van communicatie handvaten • Checklist Plantkracht promo voor communicatie verantwoordelijke

VOORLOPER: STRUCTUREEL VERANKEREN

DOEL:

- 1 à 2 plantaardige gerechten per week voor patiënten en bewoners
- Een ruimer, gevarieerder plantaardig aanbod voor personeel en bezoekers

Zo maak je van plantaardig de nieuwe norm:

Check	Actie	Plantkracht-materiaal
	Bouw verder op je basis. Blijf de acties uit de Starter- en Doener-niveau toepassen en verfijnen.	Zie vorige slides
	Breid het aanbod uit bij bewoners en patiënten ◦ Test verschillende plantaardige gerechten uit de technische fiches ◦ Laat je menucyclus evolueren naar 1 à 2 plantaardige dagschotels per week ◦ Voeg ook 1 à 2 plantaardige broodmaaltijden toe	• Alles van culinair plantaardig • Overzicht succes recepten • Bekijk zeker de technische fiches met succesvolle recepten uit de zorg
	Speel in op de seizoenen Denk: verwarmende stoofpotjes in de winter, frisse salades in de zomer – ook in het plantaardige aanbod.	
	Maak plantaardig vanzelfsprekend bij vergaderingen en evenementen ◦ Ontwikkel een aantrekkelijk plantaardig eventmenu of banquetting aanbod ◦ Laat ook de raad van bestuur proeven – letterlijk – van jullie nieuwe richting	Verandering levend maken_Ziekenhuismanagement
	Zorg voor een sterk plantaardig broodjesaanbod. Werk met smakvolle spreads, inspiratie vind je in de technische fiches of bij je leveranciers. Zorg dat er dagelijks minstens 2 verschillende plantaardige broodjes zijn.	• Alles van culinair plantaardig • Overzicht succes recepten • Recepten voor spreads
	Zorg voor een uitgebreid assortiment voor het personeel. Biedt minstens 1 lekkere plantaardige schotel aan als dagschotel, maar ook in het pasta aanbod, bij de snacks en in de salad bar. Zorg dus dat plantaardige gerechten evenveel ruimte krijgen in je aanbod als dierlijke.	
	Blijf luisteren en verbeteren ◦ Verzamel structureel feedback (van personeel, bewoners, patiënten en bezoekers) ◦ Pas het aanbod continu aan op basis van ervaringen en voorkeuren	

De inhoud en opmaak van dit materiaal gebeurde door [Mosquito In The Room](#), op basis van eigen expertise, werkervaring met de sector, referentie rapporten, én de waardevolle input van een aantal relevante professionals.

Vragen of opmerkingen:

✉ amy@mosquitointheroom.be

of ariane@mosquitointheroom.be

☎ 0474 78 22 30

👉 Update,
inspiratie en info,
check onze linkedin.



Met steun van

