

Goed voorbeeld doet goed volgen

Hoe laten we vaders meer groenten en fruit eten?

Workshop Dag van het Gedrag

Karin Bemelmans (NAGF)
Charlotte Wennekers en Noura el Farissi
(EZK/LNV)



Opzet workshop

- Ambitie en werkwijze Nationaal Actieplan Groenten en Fruit
- Sturen op gedrag met het EAST model: korte toelichting
- Casus: hoe laten we vaders meer groenten en fruit eten?
- In groepjes aan de slag met het EAST kaartspel
- Plenaire terugkoppeling uit de groepjes
- Reflectie NAGF op interventies



nationaal actieplan
groenten en fruit



Ambitie en werkwijze NAGF

Ga voor kleur!



nationaal actieplan
groenten en fruit



Speerpunt jonge gezinnen

Doelstelling: consumptie van groenten en fruit bij kinderen verhogen

- jonge gezinnen hulp bieden bij het aanleren van het eten van (meer) groenten en fruit van kinderen
- ouders stimuleren om zelf meer groenten en fruit te eten en het goede voorbeeld te geven
- omgeving van jonge gezinnen inzetten om groenten en fruit te stimuleren

Zijn mannen/vaders in te zetten om consumptie in gezin te bevorderen?

CASI traject (NAGF i.s.m. EZK/LNV) met stakeholders en wetenschap om te komen tot een effectieve communicatiestrategie gericht op gedrag



Sturen op gedrag met het EAST model

Maak het gewenste gedrag...

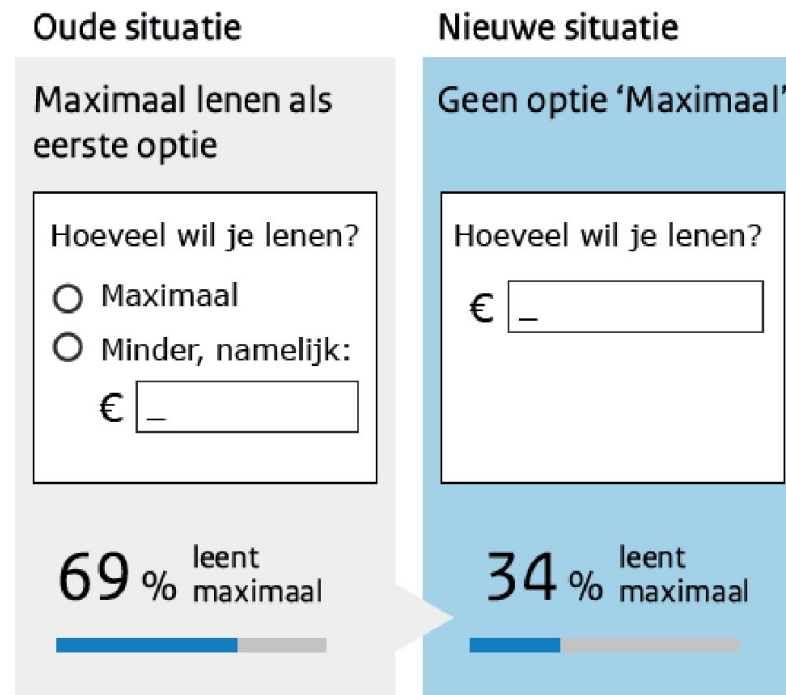
- ✓ Eenvoudig
- ✓ Aantrekkelijk
- ✓ Sociaal
- ✓ Tijdig





Eenvoudig

Aanpassing 'default' bij studievoorschot





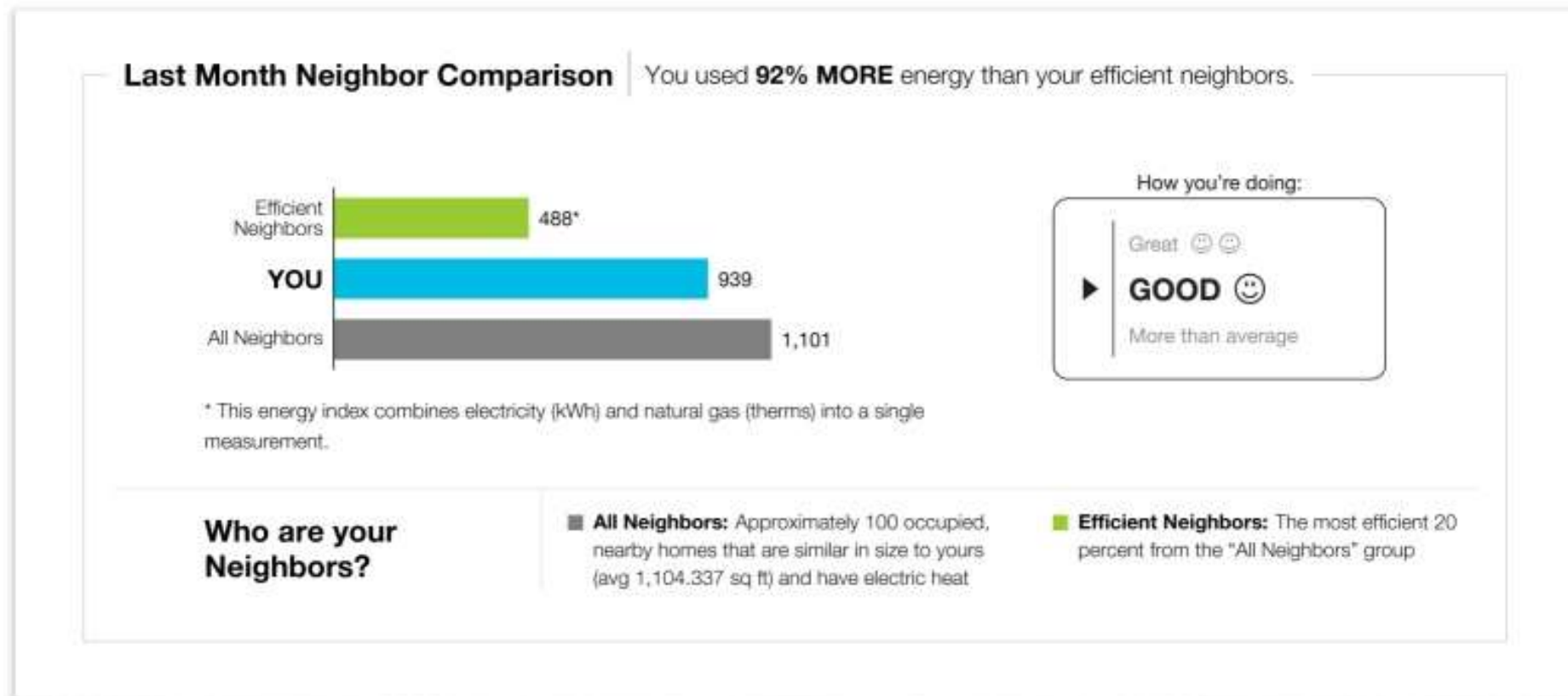
Aantrekkelijk



- 66% meer mensen nemen de trap



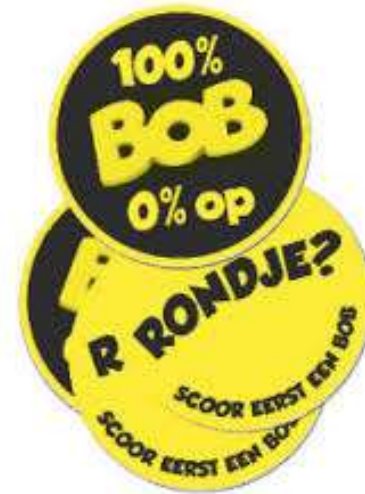
Sociaal



- 8% minder energieverbruik op korte termijn, 6% op lange termijn

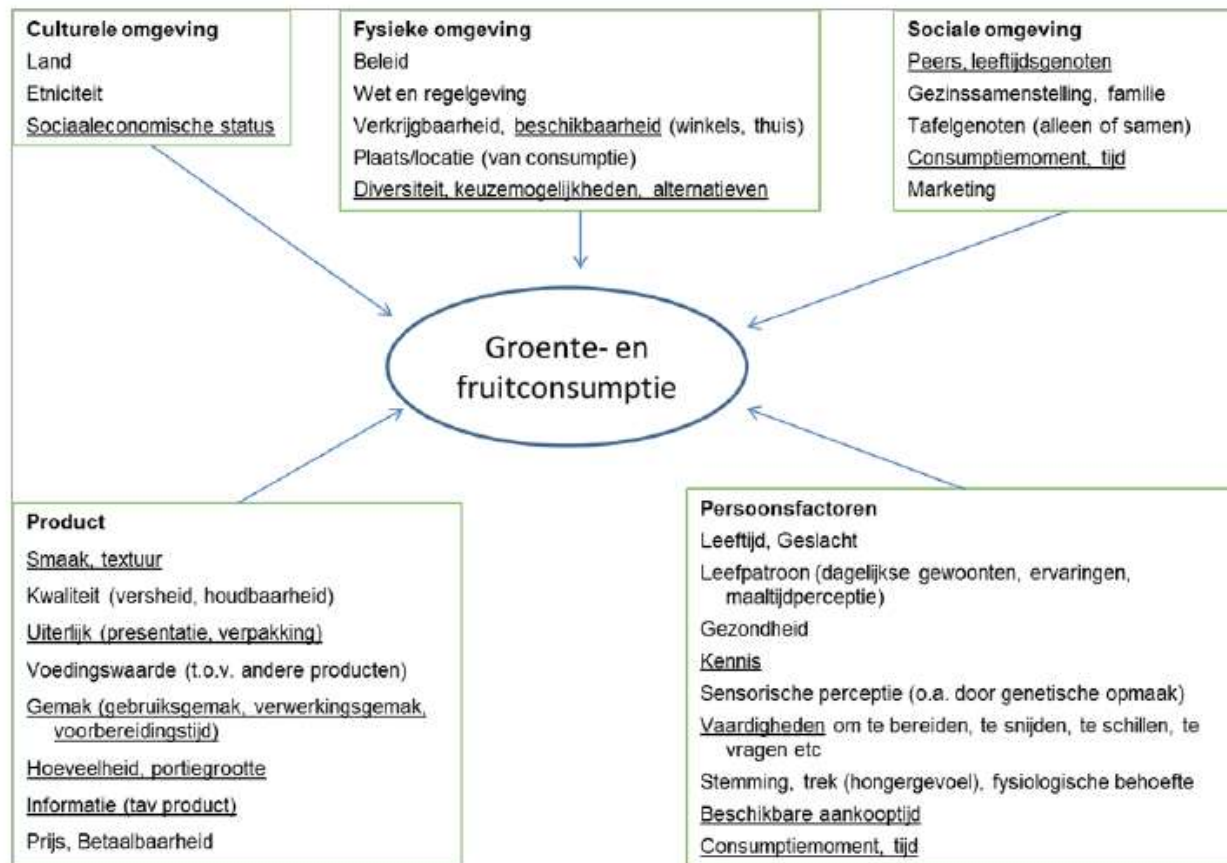


Tijdig





Determinanten groente- en fruitconsumptie



Figuur 9. Determinanten voor groente- en fruitconsumptie (bewerkt naar (Klepp et al. 2005; van der Sluis et al. 2009)). Onderstreept zijn de determinanten, die een aangrijpingspunt bieden voor interventies.



Wat is er bekend over rol vaders

- Welke rol nemen/ kunnen en willen (aanstaande) vaders nemen t.a.v. eten en drinken in het gezin tijdens en na de periode van zwangerschap?
- 3 studies gevonden (Gertrude Zeinstra)

- Betrokkenheid van vaders tijdens zwangerschap en kraamtijd leidt tot gezondheidsvoordelen bij moeder en kind
- De betrokkenheid varieert erg
- Vaders lijken wel meer betrokken te willen zijn, maar geven verschillende barrières aan/ factoren die van invloed zijn (attitude, relatie partner en eigen ouders, SES factoren)



Vervolg literatuur

- Moeders spenderen meer tijd (2x zoveel) aan 'foodwork' dan vaders, rol van vaders in foodwork is vaak "supplemental"
 - Moeders zetten zich meer dan vaders in voor gezond eten
 - Vaders eten zelf "ongezonder" en geven dus een slechter voorbeeld naar hun kinderen en zij geven de adolescenten ook "ongezonder" eten.
-
- Interventie waarbij mannen werden betrokken: de actieve onderdelen spreken vaders aan: hands-on cooking, physical activity education sessions, gebruik pedometer, on-site kinderopvang, minder gebruik gemaakt van website/ apps



Vraag van vandaag

- Hoe kunnen we aanstaande vaders (tijdens de zwangerschap) stimuleren om meer groenten en fruit te eten, zodat zij van het begin af aan het goede voorbeeld geven aan hun kind(eren)?



nationaal actieplan
groenten en fruit



Opdracht

- Brainstorm in groepjes over mogelijke interventies ahv EAST kaartspel (20 minuten). Noteer alle interventies op de flap.
- Selecteer uit alle ideeën welke interventie je wilt nomineren om plenair te presenteren
- Ieder groepje krijgt 1 minuut om de uitkomst te presenteren



nationaal actieplan
groenten en fruit



Afsluiting

- Reflectie NAGF op gepresenteerde interventies



nationaal actieplan
groenten en fruit