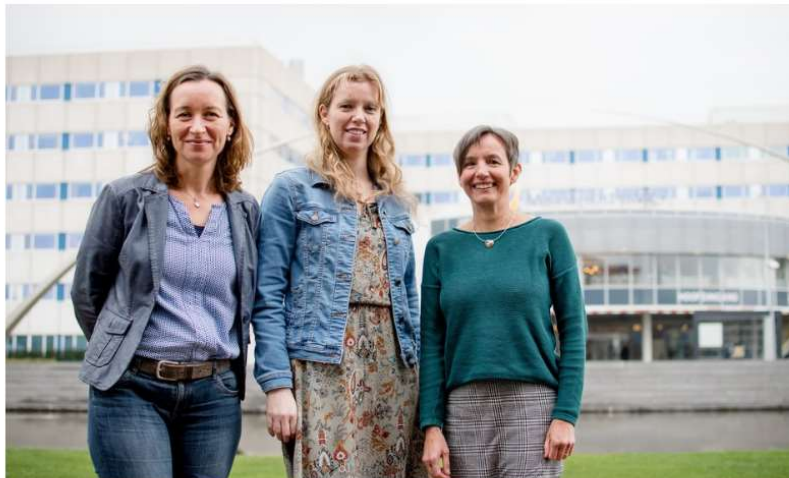


Onderzoeker Kathelijne Bessems (Universiteit Maastricht), beleidsmedewerker Evelyne Linssen (GGD Zuid Limburg) en diëtist Marion Lomme zijn de drijvende kracht achter de interventie 'Goedkoop Gezonde Voeding'.

Diëtisten zetten deze interventie in om mensen met een laag inkomen te helpen om voor goedkope en gezonde voeding te kiezen. Wat houdt de interventie in? En hoe zorgen ze ervoor dat deze zoveel mogelijk mensen met een krappe beurs bereikt?

Al in 1999 ging de cursus 'Goede voeding hoeft niet veel te kosten' van start. In 2 bijeenkomsten met praktische werkvormen en materialen ervaren deelnemers hoe zij met weinig geld toch gezonde keuzes kunnen maken. Kathelijne onderzocht het effect. 'Door de cursus ervaren deelnemers dat ze gezonde keuzes kunnen maken, weten hoe ze kunnen besparen op de boodschappen en eten ze gezonder.'

Kennisbenutting en implementatie (Preventie)



V.l.n.r.: Evelyne Linssen, Kathelijne Bessems, Marion Lomme

'De deelnemers zijn altijd erg enthousiast omdat ze geld kunnen 'verdienen' door anders met voeding om te gaan.' Marion Lomme

'Gezonde, goedkope voeding zal altijd een actueel vraagstuk blijven.', vertelt Kathelijne. 'De afgelopen jaren hebben we dankzij subsidie de interventie door kunnen ontwikkelen en uitbreiden met een website en e-learning.'

E-learning diëtisten

Marion hielp bij de ontwikkeling van de e-learning voor diëtisten. De e-learning ondersteunt hen om een bijeenkomst te organiseren voor mensen met een laag inkomen. 'In de opleiding Voeding en Diëtetiek is geen aandacht voor prijzen of specifieke doelgroepen. Deze e-learning legt de link met goedkope voeding en de diëtist leert vaardigheden voor het werken met deze doelgroep. Zoals hoe je ze kunt motiveren. Want iemand met een krappe beurs is niet bezig met gezondheid, maar vooral met rondkomen.'

Belang implementatie-impuls

Toch is na alle inspanningen van de afgelopen jaren de interventie nooit klaar. Marion: 'De website, e-learning en het cursusmateriaal moeten altijd aangepast worden aan veranderende contexten, zoals bij nieuwe voedingsadviezen.' Evelyne: 'Daarnaast zien we dat de interventie buiten Zuid-Limburg weinig wordt gebruikt. De grootste belemmering is de prijs van de e-learning voor diëtisten. Dankzij deze subsidie van ZonMw kunnen we de e-learning aanpassen en goedkoper/beter beschikbaar maken. Daarbij ontwikkelen we een acquisitiemodule waardoor de diëtist niet alleen

Ieder heeft zijn eigen rol

'We werken in het implementatietraject intensief samen, allemaal vanuit onze eigen rol,' vertelt Kathelijne. 'We zien elkaar soms vaker dan onze collega's.' Evelyne voegt toe: 'We verbinden beleid, praktijk en onderzoek. We hebben veel contact via e-mail of komen bij elkaar als er een specifieke vraag is.' 'We hoeven niet alles met elkaar te delen, maar zonder elkaar kunnen we ook niet.', vindt Marion. 'Kathelijne zorgt voor de wetenschappelijke onderbouwing, Evelyne heeft een duidelijke projectleidersrol en ik maak de praktische vertaalslag naar de diëtisten.'



Marion Lomme: 'De deelnemers zijn altijd erg enthousiast omdat ze geld kunnen 'verdienen' door anders met voeding om te gaan.'

'We zien wat Goedkoop Gezonde Voeding met deelnemers doet, zijn ervan gaan houden en willen de interventie graag breed implementeren.' Kathelijne Bessems

Uitbreiden in regio's en cursusleiders

De interventie wordt nu toegepast in Zuid-Limburg. Ook andere regio's hebben interesse getoond. 'West-Brabant en Tiel willen de interventie graag adopteren. Het sluit goed aan bij hun wijkgerichte aanpak', aldus Evelyne. 'Wij willen onze kennis natuurlijk graag delen. Dankzij het implementatietraject kunnen we hen ondersteuning bieden om aan de slag te gaan.'

'We grijpen alle mogelijkheden aan om aandacht te generen voor deze interventie. Zoals dit interview en de beschrijving in de databank van het centrum voor gezond leven. We merken dat dit ook leidt tot meer gebruik.' Evelyne Linssen

Kathelijne vult aan: 'Dankzij de subsidie kunnen we nu andere regio's helpen. Daarnaast is er nu ook ruimte om dingen uit te proberen. Bijvoorbeeld of we de e-learning geschikt kunnen maken voor leefstijlcoaches en praktijkondersteuners. Zij hebben een andere achtergrond en voorkennis dan diëtisten, dus kunnen we de e-learning niet 1 op 1 overnemen.'

'Ook zoeken we naar bestaande groepen voor wie de interventie interessant is. Denk aan het project "jongeren op gezond gewicht", sociale werkplaatsen, de vrouwenopvang, laaggeletterden en ouderavonden. Zo breidt de vlek zich langzaam uit.' Marion voegt toe: 'We hebben zelfs al samengewerkt met supermarkten en banken.'

Werken aan meerdere doelen tegelijk

Evelyne ervaart in Zuid-Limburg weinig weerstand als het gaat om het implementeren van de interventie. 'Om goed te kunnen implementeren, is het belangrijk dat je met de interventie aan meerdere doelen tegelijk werkt. In dit geval gezondheid, financiën, voor jezelf/gezin zorgen, meedoen aan de samenleving. Dat maakt de interventie interessant voor meerdere partijen. Denk aan gemeentelijke diensten, welzijnswerk, een woningcorporatie of supermarkt. Daardoor kun je snel belangrijke partners aan je verbinden.' Kathelijne wil graag benadrukken dat de samenwerking tussen de GGD als projectleider en de diëtist als cursusleider onmisbaar is bij de implementatie. 'Dat dit ondersteund wordt door onderzoek, maakt het sterk.'

Uit eerder onderzoek kwam naar voren dat de financiering een belangrijke belemmering was. Marion: 'De e-learning voor diëtisten is niet gratis. Zij willen de cursus wel geven, maar wie betaalt hen daarvoor? De projectleider kan hierbij helpen.' Evelyne vervult deze rol in Zuid-Limburg. 'Het gaat zowel om samenwerking als financiering. Meestal zijn deze aan elkaar gekoppeld, bijvoorbeeld als een gemeente ook de cursus financiert. In andere regio's kan dit een GGD of andere partij zijn. De ervaring en kennis die we in deze regio hebben opgedaan, gaan we delen en aanpassen en beschikbaar stellen.'

Borging in de toekomst

Ook na deze subsidie blijft de interventie beschikbaar. Kathelijne: 'Het is fijn als er af en toe een subsidie is om de interventie te versterken of uit te breiden. Dankzij deze impuls kunnen we meer cursusleiders trainen en projectleiders via een acquisitiemodule ondersteunen. Alle materialen en ervaring blijft daarna beschikbaar via de website. Hier is voldoende draagvlak voor vanuit onze organisaties.'

Ben je benieuwd naar de mogelijkheden om de interventie "Goedkoop Gezonde Voeding" in te zetten? Neem dan een kijkje op www.goedkoopgezondevoeding.nl of bekijk de interventie in de database van [Loket Gezond Leven](#) .