eerlijk over eten
Voedingscentrum

Ontdek jouw verleidingskracht

In 15 minuten weet jij hoe je gezond en duurzaam onweerstaanbaar maakt.

Kiezen jouw gasten echt zelf?

Eten en drinken, het is overal! In het bedrijfsrestaurant, op het station, in de winkelstraat, op kantoor, bij je sportclub en zelfs in de bouwmarkt. In deze 'eetomgevingen' maken je gasten* continu voedselkeuzes. Wel of niet iets eten? Vette hap of iets gezonds?

Het lijkt misschien of ze zelf kiezen, maar de geur van versgebakken broodjes, kleurrijke reclames van hamburgers en een collega die smult van een heerlijke tosti… Al deze signalen sturen hun keuzes, vaak zonder dat ze het merken. Een mooie kans voor jou! Want dat betekent dat jij, jouw gasten kunt helpen gezonde en duurzame keuzes te maken.

Hoe? Ontdek jouw verleidingskracht in deze training.

Waar sta jij?

Steeds meer mensen willen gezonder en duurzamer eten. Veel aanbieders zetten hun verleidingskracht al veel in, om hun gasten hierbij te helpen. Jullie ook?

- Hmm, geen idee eigenlijk.
- Gezond en duurzaam staat bij ons nog niet op de kaart.
- We doen ons best, maar kunnen nog wel wat verleidingstactieken gebruiken.
- Met een aanbod dat grotendeels uit duurzame en gezonde producten bestaat, zetten we volop in op verleiding.

Dan ben je op de juiste plek

In deze training nemen we je mee in verleidingstactieken die je morgen direct kunt toepassen. Kleine stapjes waarmee jij je gasten kunt verleiden tot het maken van betere keuzes.

Wij zijn er voor jou!

Bij het Voedingscentrum combineren we onze expertise op het gebied van voeding met gedragswetenschap. We geven advies over wat nu écht gezond en duurzaam is. Maar ook over hoe je inspeelt op het keuzegedrag van je gasten.

Behapbare stappen

Met de Richtlijn Eetomgevingen van het Voedingscentrum helpen we jou en je collega's om stap voor stap een je gasten verleiden. De focus ligt daarbij op twee belangrijke pijlers; aanbod en presentatie.

Aanbod

Presentatie

Jij maakt het verschil

Kies steeds een behapbare stap om mee aan de slag te gaan. Elke stap is er één. En met kleine veranderingen in grote aantallen, heb je grote impact! Kijk dus wat jij samen met je collega's kunt doen om het verschil te maken.

Hieronder zie je hoe anderen dit deden.

Heb jij ook weleens een eetvraag?
Heb jij vragen over je eten?
Copy link
Placeholder videothumbnail
Watch on YouTube
Voedingscentrum

Past 't in de Schijf van Vijf?

Met een **duurzaam en gezond** aanbod help jij je gasten om betere keuzes te maken. De Schijf van Vijf is daarbij een handig hulpmiddel. Die laat zien welke producten goed zijn voor je gezondheid. Duurzamer is kiezen voor minder vlees en meer plantaardig, een aanbod op maat en weinig frisdrank, snacks en snoep. Beter voor je gasten en beter voor de wereld dus!

Weet jij wat binnen de Schijf van Vijf valt? En wat niet?

Zoete aardappelfrietjes uit de oven of airfryer

Past dit wel of niet in de Schijf van Vijf

Niet Wel

Klik op de vakken van de Schijf van Vijf voor meer informatie.

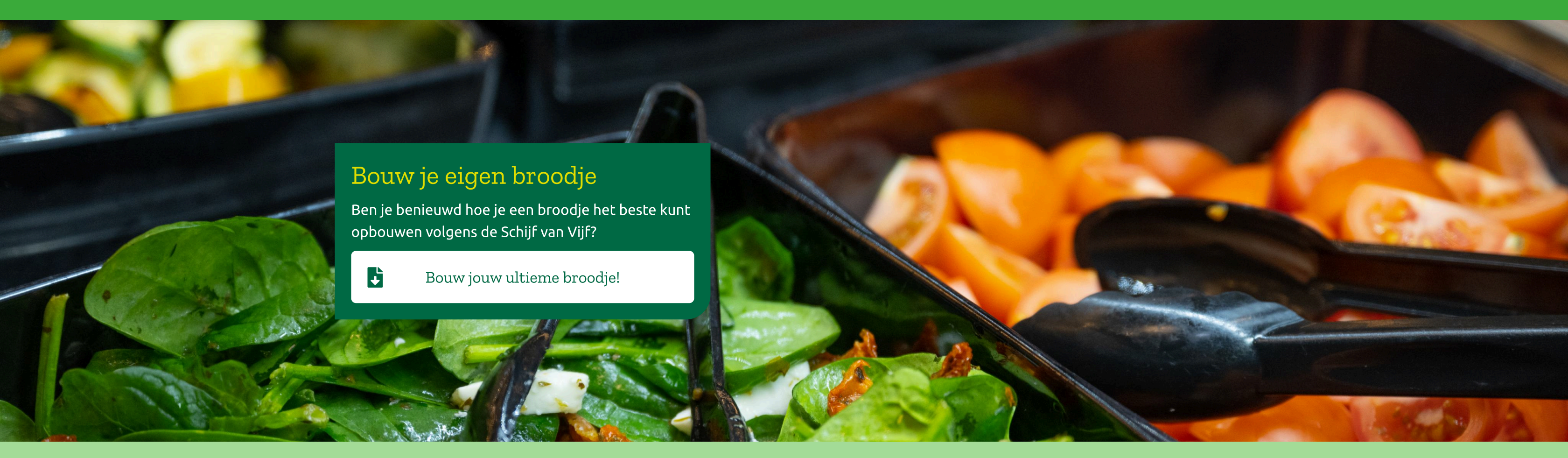
voedingscentrum.nl
schijf van vijf

Opschuiven maar!

Een gezond voedingspatroon bestaat uit elke dag genoeg eten uit elk vak van de Schijf van Vijf. De Schijf van Vijf laat ook zien hoeveel we waarvan nodig hebben. Groter vak? Dan heb je er meer van nodig.

Kiezen jullie in je eetomgeving voor een aanbod volgens de Schijf van Vijf? Dan maak je het je gasten makkelijk om de betere keuzes te maken.

Klik op de vakken van de Schijf van Vijf voor meer informatie



Bouw je eigen broodje

Ben je benieuwd hoe je een broodje het beste kunt opbouwen volgens de Schijf van Vijf?

Bouw jouw ultieme broodje!

Een af en toetje

Je weet nu wat er in de Schijf van Vijf zit. Mag je die andere dingen dan niet meer aanbieden? Geen zorgen!

In die overheerlijke maaltijdsalade uit de Schijf van Vijf, is ook nog ruimte voor wat feta als smaakmaker. We noemen de ongezondere keuzes buiten de Schijf van Vijf dagkeuzes (iets kleins buiten de Schijf) en weekkeuzes (iets groots buiten de Schijf).

Naast producten uit de Schijf van Vijf kun je producten buiten de Schijf van Vijf dus ook gewoon aanbieden, maar houd de balans in de gaten en maak waar het lukt de porties van deze producten kleiner. Ga op zoek naar de **betere keuze**!

Ketchup bij de tosti

Weet jij wat een dag of een weekkeuze is?

Dag Week

De betere keuze

Wist je dat we producten in de Schijf van Vijf en dagkeuzes, een **betere keuze** noemen?

Drie take-aways

In de Checklist Richtlijn Eetomgevingen vind je praktische tips om je aanbod op te schuiven naar de Schijf van Vijf. Hieronder vind je alvast een aantal tips uit de Checklist, waar je vandaag nog mee kunt beginnen.

1

Zorg dat groente, fruit en water goed beschikbaar zijn.

2

Kies een productcategorie waar je nog kunt verbeteren. Vervang bijvoorbeeld volle zuivel door magere of halfvolle zuivel. Of witbrood door bruin- of volkorenbrood.

3

Maak de kleine portie de standaard portie. Bied bijvoorbeeld in de koffiecorner kleinere muffins of kleinere wafels aan.

Eten doe je met je ogen

Betere keuzes kunnen je gasten natuurlijk alleen maken als er gezonde en duurzame producten zijn. Maar écht verschil maken doe je met de manier waarop je deze presenteert. Volg je hierin de richtlijn, dan worden verantwoorde producten echte blikvangers. Want eten doe je ook met je ogen!

Liefde op het eerste gezicht

Wist je dat gasten die eerst langs de gezond belegde broodjes en dan pas langs de saucijzenbroodjes lopen, vaker voor die eerste kiezen? Heeft jouw eetomgeving een looproute? Plaats dan de gezonde en duurzame keuzes zoveel mogelijk aan het begin van de route.

Onmisbaar oogcontact

Verleiden met voordeel

Inspirerende voorbeelden:

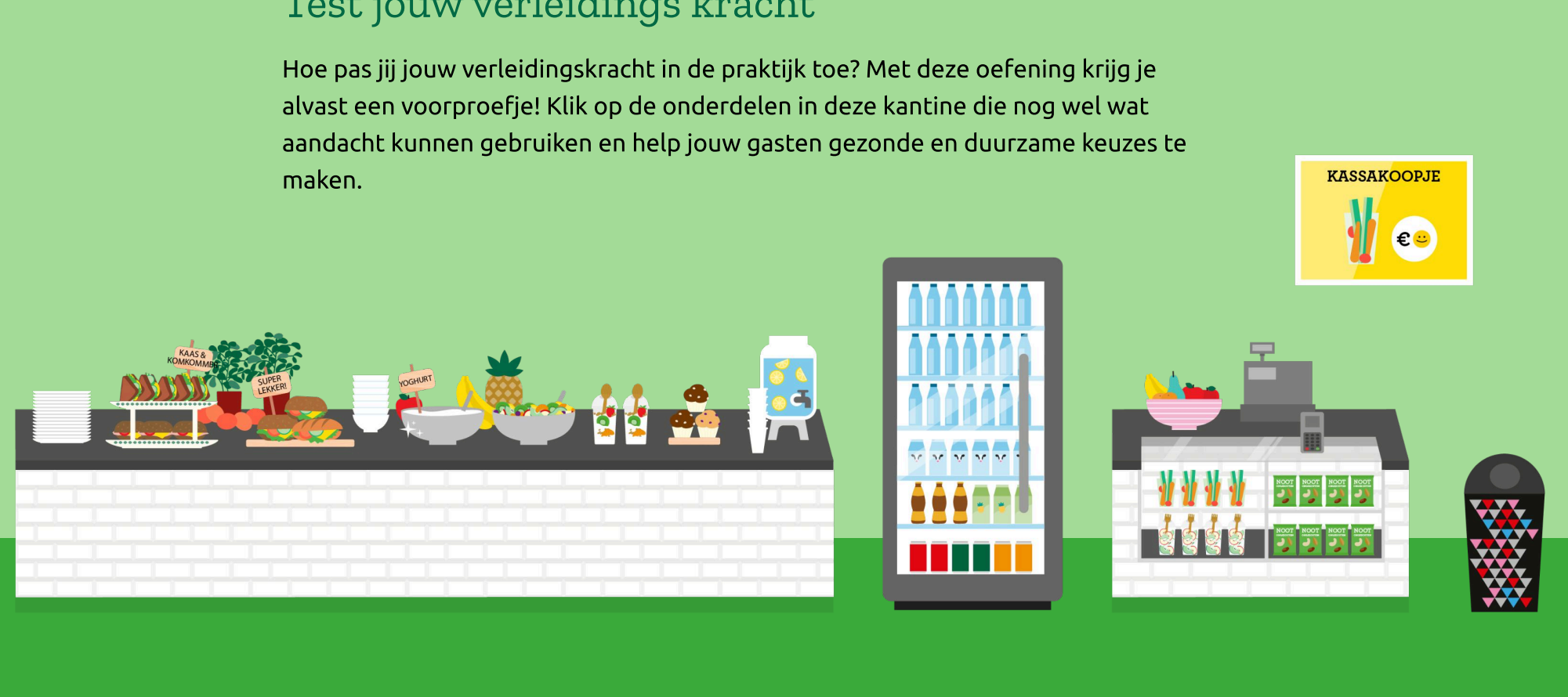
‹ Moeite om betere keuzes te verkopen? Kijk dan ook eens naar de naamgeving. Kans is groot dat jouw vegetarische kerriesoep als 'romige kerriesoep' ineens de toonbank over vliegt. ›

● • • • •

Heb jij ook weleens een eetvraag?
Heb jij vragen over je eten?
Copy link
Placeholder videothumbnail
Watch on YouTube
Voedingscentrum

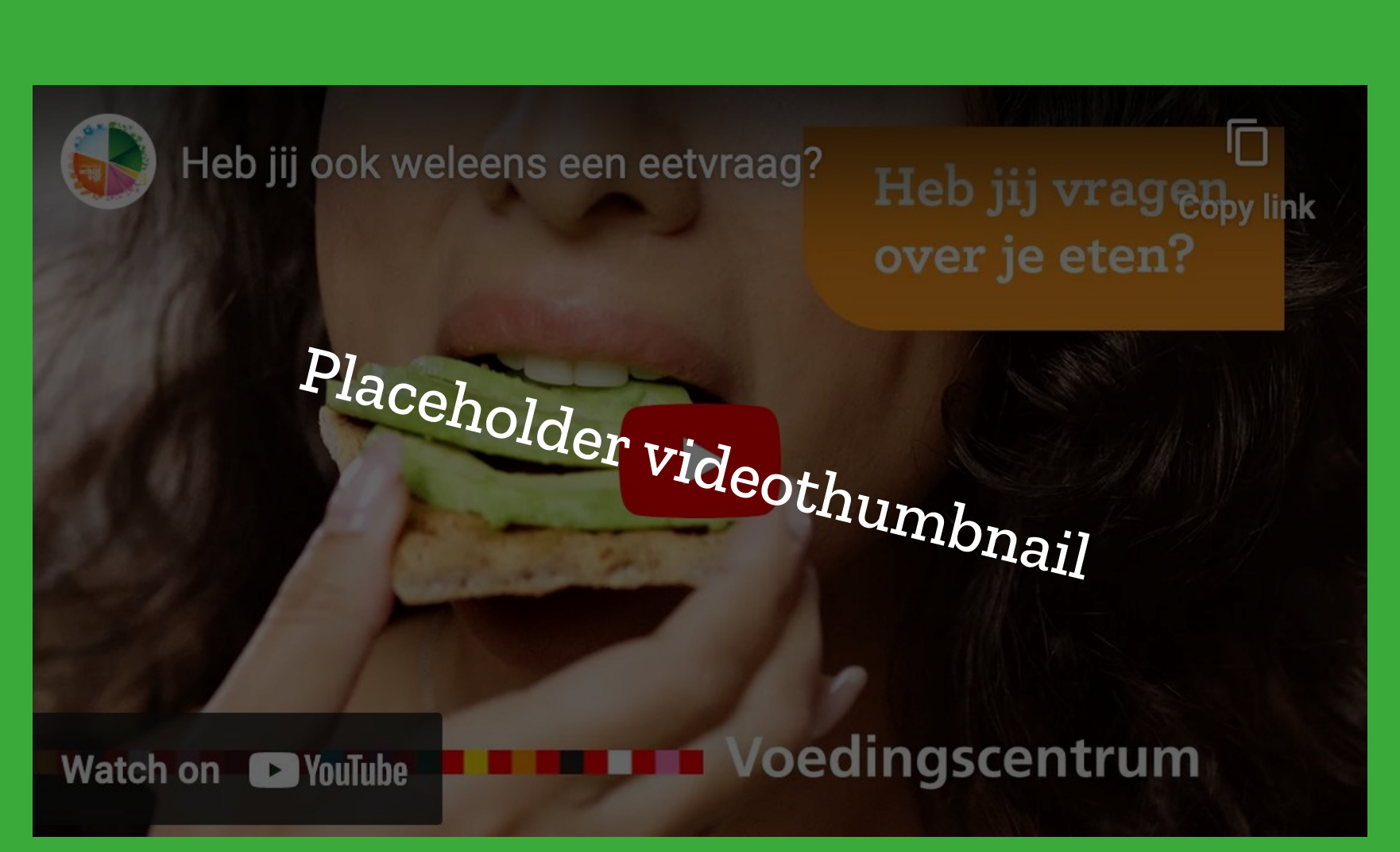
Test jouw verleidings kracht

Hoe pas jij jouw verleidingskracht in de praktijk toe? Met deze oefening krijg je alvast een voorproefje! Klik op de onderdelen in deze kantine die nog wel wat aandacht kunnen gebruiken en help jouw gasten gezonde en duurzame keuzes te maken.

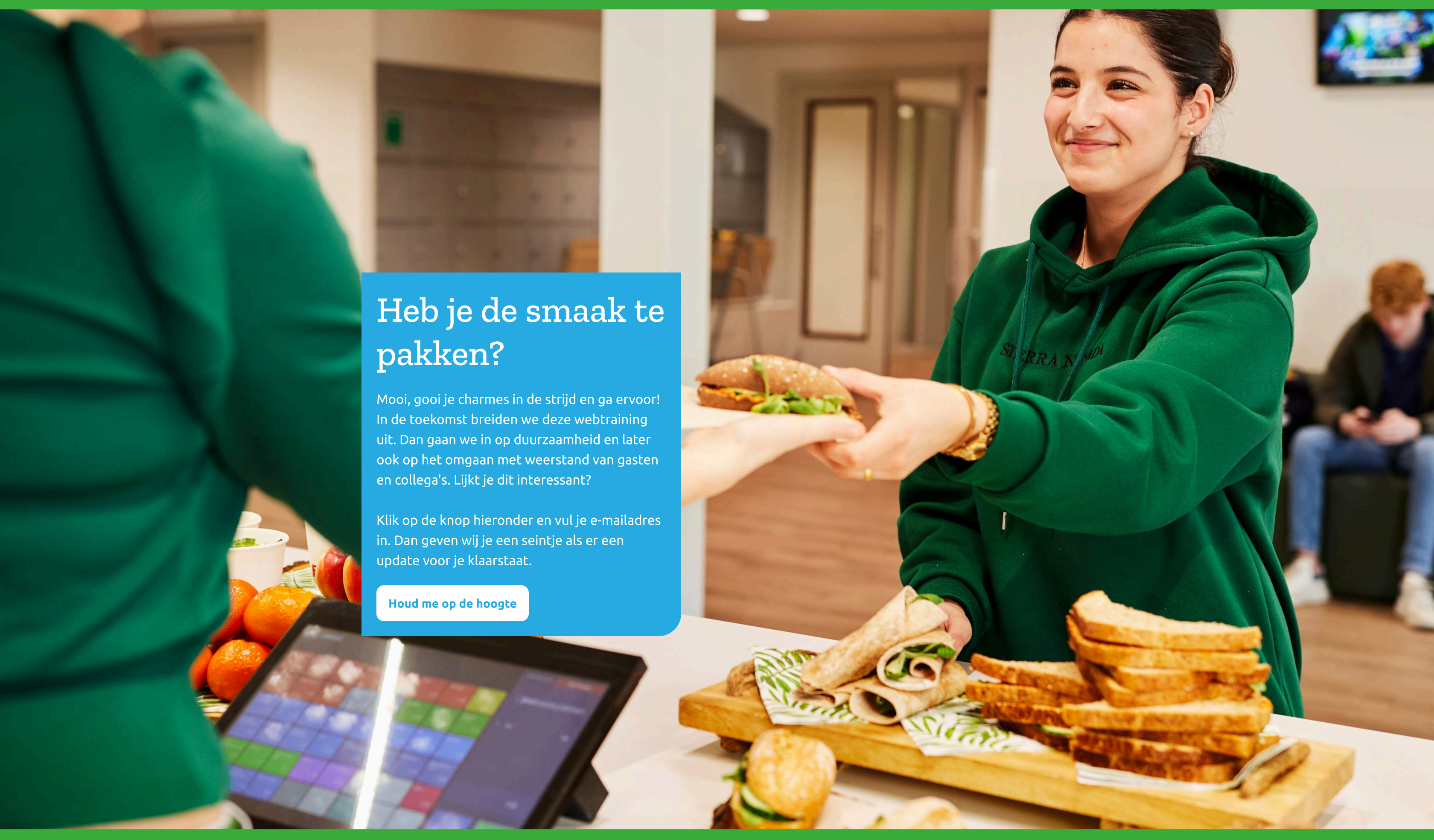


Smaakmakende gesprekken

Verandering gaat niet van de ene op de andere dag. Het kost tijd en energie. Dat geldt niet alleen voor jou als medewerker, maar ook voor je gasten. Sommige zal het opvallen dat je iets hebt veranderd aan het assortiment. Bekijk het filmpje om te zien hoe andere cateraars daarop inspelen.


Heb jij ook weleens een eetvraag?
Heb jij vragen over je eten?
Copy link
Placeholder videothumbnail
Watch on YouTube
Voedingscentrum

> **Samen gezonder**
>
> Een gezonde eetomgeving creëren doen we samen. Luister naar de behoeften en wensen van je gasten, deel je ideeën met je collega's en blijf openstaan voor nieuwe mogelijkheden. Als we ons er samen voor inzetten, hebben we een positieve impact op de gezondheid van onze gasten en de planeet.



Heb je de smaak te pakken?

Mooi, gooi je charmes in de strijd en ga ervoor! In de toekomst breiden we deze webtraining uit. Dan gaan we in op duurzaamheid en later ook op het omgaan met weerstand van gasten en collega's. Lijkt je dit interessant?

Klik op de knop hieronder en vul je e-mailadres in. Dan geven wij je een seintje als er een update voor je klaarstaat.

Houd me op de hoogte

Tools

- Homepage

  Op de homepage van het Voedingscentrum vind je allerlei handige bronnen en hulpmiddelen die jou helpen om aan de slag te gaan.
- Richtlijn Gezonde Eetomgeving

  Wil je aan de slag met de Richtlijn Gezonde Eetomgeving, bekijk dan de link hieronder. Hier vind je ook een video die mooi samenvat hoe je in stappen aan een gezondere en duurzamere eetomgeving kunt werken.
- Checklist_richtlijn_eetomgevingen

  De checklist laat zien wat gezondere en duurzamere keuzes zijn en welke presentatie- en verkooptechnieken je kunt inzetten. Kijk waar je staat en bepaal je ambities!
- De Broodjesmaker

  Gebruik de broodjesmaker om jouw broodje stap voor stap gezonder en duurzamer te maken.
- Eetvragen over catering

  Op de pagina Eetvragen over catering vind je antwoorden op veelgestelde vragen van cateraars.
- Heb je een andere vraag of wil je persoonlijk advies?

  Neem dan contact met ons op.