Hoe ben jij met groen(te)?

Contextmapping naar de belevingswereld van kinderen van 10 tot 12 ten opzichte van een duurzamer

Juliette Lepez
28 september 2020

Titel
Contextmapping naar de belevingswereld van kinderen van 10 tot 12 ten opzichte van een duurzamer voedingspatroon

Opleiding
De Haagse Hogeschool
Opleiding Voeding & Diëtetiek Johanna Westerdijkplein 75 Den Haag
Tel. 070 4458300

Datum uitgifte
28 september 2020

Woorden
Aantal woorden (excl. Literatuurlijst en bijlagen): 11443
Aantal woorden samenvatting Nederlands: 506 woorden
Aantal woorden samenvatting Engels: 539

Begeleiders
Y.E.M. Verbeek, Haagse Hogeschool
Peter van der Sar, Stichting Nethwork

Auteur
Juliette Lepez
Saturnusstraat 133
7557 LP Hengelo
15025217@student.hhs.nl

Voorwoord

Voor u ligt de scriptie ‘Contextmapping naar de belevingswereld van kinderen van 10 tot 12 ten opzichte van een duurzamer voedingspatroon’. Aan deze scriptie heb ik het afgelopen half jaar gewerkt gedurende de periode maart 2020 tot en met september 2020 voor opdrachtgever stichting Nethwork. De scriptie is onderdeel van de vierjarige bachelorstudie Voeding & Diëtetiek aan de Haagse Hogeschool. De scriptie betreft een kwalitatief onderzoek waarbij er contextmapping is uitgevoerd naar de beleving van een duurzamer voedingspatroon bij 5 kinderen in de leeftijd van 10 tot 12 jaar.

De scriptie is specifiek bedoeld voor stichting Nethwork, zodat zij met de aanbevelingen geïnspireerd worden om een communicatieconcept op te zetten wat aansluit bij de doelgroep van 10 tot 12 jaar. Met dit communicatieconcept wil Nethwork kinderen gaan stimuleren een duurzamer voedingspatroon te gaan hanteren. Hopelijk kan dit onderzoek een bijdrage leveren aan het opzetten van dit concept waardoor kinderen in de toekomst duurzamer gaan eten.

Graag wil ik een aantal mensen bedanken zonder wie het niet mogelijk was om deze scriptie af te ronden op de manier waarop deze nu voor u ligt. Ten eerste wil ik Peter van der Sar van stichting Nethwork bedanken omdat hij mij de kans heeft gegeven een cross-over te maken naar de tuinbouwsector. Hierdoor is er een hele nieuwe wereld voor mij opengegaan die ik erg interessant vind en waar ik mij verder in wil ontwikkelen. Ook Yvonne Verbeek, mijn leerkrachtbegeleider, wil ik graag bedanken. Haar feedback was altijd scherp, opbouwend én met complimenten waar zij deze terecht achtte. Mijn scriptiegroepje ben ik ook dankbaar voor het meedenken en alle feedback.

Bovendien wil ik graag de deelnemers van mijn onderzoek bedanken, wat waren ‘mijn kinderen’ leuk, enthousiast en inspirerend! Last but not least, zonder de steun van mijn vriend Ramon was dit nooit mogelijk geweest, dankjewel!

Hengelo, september 2020

Juliette Lepez

Samenvatting

Sinds de 18e eeuw zijn voedingspatronen veranderd door de mogelijkheid om voeding industrieel te bewerken. Alhoewel dit nodig is om de wereldbevolking te voeden, heeft dit zijn weerslag op onze planeet. De huidige voedselproductie stoot een kwart uit van het totaal aan broeikasgassen. Dit heeft effect op het klimaat, maar de internationale voedselproductie stimuleert ook andere risicosituaties, zoals de wereldwijde COVID-19 pandemie. Huidige voedselsystemen zijn niet weerbaar en leveren voeding met nadelige gevolgen voor de wereldgezondheid. Westerse voedingspatronen met een groot aandeel aan dierlijke producten worden steeds populairder. Deze voedselpatronen leiden tot ecologische destructie, maar ook tot een toename in welvaartziekten als obesitas. Om een transitie te bewerkstelligen naar een duurzamer voedselsysteem, zullen consumenten moeten gaan kiezen voor een duurzamer dieet met meer plantaardige voeding en minder dierlijke producten.

Stichting Nethwork wil een bijdrage leveren aan weerbaardere voedselsystemen- en patronen in Nederland. Daarvoor willen zij graag een communicatieconcept opzetten, gericht op kinderen en jongeren. Het doel van dit onderzoek is dan ook om meer inzicht te krijgen in de belevingswereld van kinderen van 10 tot 12 jaar ten opzichte van een duurzamer voedingspatroon. Dit kan bijdragen aan de transitie naar een duurzamer voedingspatroon, gezond voor mens en planeet. Dit draagt bij aan preventie van welvaartziekten en lagere zorgkosten voor de maatschappij.

Voor dit onderzoek is gebruik gemaakt van de methode contextmapping. Er is onderzoek gedaan bij 5 kinderen door middel van generatieve technieken in een werkboek en een groepssessie. Tijdens beide processen is er ingegaan op de onderwerpen klimaatverandering, ervaringen rondom duurzaam eten, ideeën en oplossingen, voedingspatronen, voedselvoorkeur, gezonde voeding en voedselsystemen. De groepssessie is getranscribeerd en geanalyseerd door middel van open coderen. De data uit de werkboeken is eveneens gecodeerd. De code’s zijn verwerkt in een mindmap om structuren en relaties tussen onderwerpen te ontdekken.

Kinderen van 10 tot 12 jaar hebben weinig beleving bij een duurzaam voedingspatroon. Zij weten wel wat duurzaamheid inhoudt en vinden dit belangrijk, maar associëren dit niet met eigen voedselgedrag. Gezond eten beleven de kinderen als positief. De kinderen zijn enthousiast als zij hun eigen ideeën en oplossingen mogen aandragen en hebben een aantal goede suggesties, zoals meer voedselonderwijs, leukere verpakkingen voor gezond eten en het platform TikTok om de jeugd te bereiken.

Omdat een belevingsonderzoek nog niet eerder is gedaan met betrekking tot een duurzamer eetpatroon zijn de resultaten niet vergelijkbaar. Wel komt het overeen met eerdere onderzoeken waarbij smaak de belangrijkste factor voor voedselkeuzes bleek. De meerwaarde van dit onderzoek is dat de doelgroep intensief is betrokken, waardoor uitkomsten goed zullen aansluiten op de doelgroep. Doordat er gebruik is gemaakt van een klein aantal respondenten, kunnen de uitkomsten mogelijk niet representatief zijn voor de gehele populatie.

Om stichting Nethwork te inspireren bij het opzetten van een nieuw concept zijn *insight cards* ontwikkeld. Deze zijn opgedeeld in thema’s en geven daarbij specifieke informatie en rauwe data rondom de onderwerpen. Met deze *insight cards* wordt er een inkijkje gegeven in de belevingswereld van kinderen van 10 tot 12 jaar waardoor de opdrachtgever duidelijker kan bepalen hoe hij informatie wil overbrengen.

Summary

Since the 18th century, dietary patterns have changed due to advancements in industrial food processing. Although this is necessary to feed the world's population, it has repercussions on our planet. Today's food production emits a quarter of the greenhouse gas emissions. This has an effect on the climate, but international food production also stimulates other risky situations, such as the global COVID-19 pandemic. Current food systems are not resilient and, moreover, provide food with adverse effects on global health. Western diets with a high amount of animal products are becoming increasingly popular. These patterns lead to ecological destruction, but also towards more modern diseases such as obesity. In order to achieve a transition to a more sustainable food system, consumers will have to opt for a more sustainable diet with more plant-based foods and fewer animal products.

The Nethwork Foundation wants to contribute to more resilient food systems and food patterns in the Netherlands. To achieve this, they would like to set up a communication concept, aimed at children and young people. The aim of this research is to gain more insight into the experiences of children aged 10 to 12 years in relation to a more sustainable diet. This could contribute to the transition to a more sustainable diet, healthy for the people and the planet. This contributes to the prevention of modern diseases and lower healthcare costs for society.

For this research the method context mapping has been used. Research has been done with 5 children by means of generative techniques in a workbook and a group session. During both processes they discussed the subjects climate change, experiences with sustainable eating, ideas and solutions, eating patterns, food preferences, healthy food and food systems. The group session was transcribed and analyzed by means of open coding. The codes have been incorporated into a mind map to discover structures and relationships between topics.

Children have little experience with a sustainable diet. They do know what sustainability means and find it important, but do not associate this with their own food behavior. Healthy eating is a positive experience for the children. The children are enthusiastic if they can come up with their own ideas and solutions and have a number of good suggestions, such as more food education, fun packaging for healthy food and the platform TikTok to reach the youth.

Because a perception survey has not been done before with regards to a more sustainable eating pattern, the results are not comparable. However, it is supported by previous studies in which taste turned out to be the most important factor for food choices. The added value of this research is that the target group is intensively involved, so the results will fit in well with the target group. Because a small number of respondents were used, the results may not be fully representative for the population.

In order to inspire the Nethwork foundation to set up a new concept, insight cards were developed. These are divided into themes and provide specific information and raw data around the topics. With these insight cards a glimpse is given into the experience of children aged 10 to 12 years so that Nethwork can define more clearly how they want to convey information.

Inhoudsopgave

Voorwoord 3
Samenvatting 4
Summary 5
1. Inleiding 7
1.1 Onderzoeksvraag 12
1.2 Doelstelling 12
2. Methode 12
2.1 Type 12
2.2 Fases contextmapping 13
2.2.1 Preparatie 14
2.2.2. Sensitisatie 15
2.2.3 Groepssessie 15
2.2.4 Analyse 16
2.2.5 Communicatie 17
3. Resultaten 17
3.1 Ervaringen 18
3.2 Gezonde voeding 18
3.3. Voedselpatronen 19
3.4. Voedselvoorkeur 19
3.5. Milieu 20
3.6 Ideeën en oplossingen 20
3.7 Omgeving en herkomst 21
4. Conclusie 22
5. Discussie 23
6. Aanbevelingen 25
Literatuurlijst 27
Bijlage 1: Werkboekje 39
Bijlage 2: Pakket deelnemers 53
Bijlage 3: Informed Consent 54
Bijlage 4: Topiclijst 55
Bijlage 5: Insight Cards – the Greens 57

1. Inleiding

Een korte historie van voedselsystemen

De eerste voedselsystemen ontstonden 10.000 tot 12.000 jaar geleden, tijdens de Neolithische Revolutie - de overgang van jager-verzamelaars naar de agricultuur (Stone, 2020, p. 286). Intensivering van gewassen en vee zorgde voor een voedseloverschot, waardoor de noodzaak om rond te trekken – op zoek naar eten – steeds minder werd. Sindsdien zijn voedselsystemen blijven evolueren, waarbij verandering vooruitgang bracht, maar ook complexiteit, met nieuwe ziekten en epidemieën (Hueston & McLeod, 2012, pp. 1–3). Alhoewel voedingspatronen vroeger niet universeel waren en afhankelijk van geografische locatie en klimaat, bestond het menselijk dieet wereldwijd uit minimaal bewerkte, wilde planten en dierlijke producten. De overgang naar gedomesticeerde planten en dieren maakte nieuwe voedingsmiddelen mogelijk. Voedingswaarden, kwantiteit en kwaliteit veranderden op een manier, tot dan onbekend voor het menselijk lichaam. De komst van de Industriële Revolutie in de 18e eeuw versnelde de transitie naar een ander voedingspatroon, en zorgde voor nieuwe processen om voeding industrieel te bewerken (Cordain et al., 2005, p. 344). Rond de 19^{e} eeuw begint de wetenschap zich te mengen in de voedselproductie. Vooruitgang in de chemische industrie en nieuwe inzichten in plantengenetica maken het mogelijk om verder te innoveren en verbeterde gewassen te ontwikkelen (Qaim, 2016, p. 17).

Impact op klimaat

De technologische progressie blijkt onmisbaar om de groeiende wereldbevolking te voeden. Vanaf de 19^{e} eeuw neemt deze in een sneller tempo toe; van 1 miljard mensen in 1800 tot 2,5 miljard in 1950. Geboortecijfers stagneren, maar de bevolking neemt juist toe door verminderde sterftecijfers. Wereldwijd stijgt de levensverwachting in de 2^{e} helft van de 20^{e} eeuw, van 47 jaar in 1950-1955 tot 69 jaar in 2005-2010 (Bongaarts, 2009, p. 2987; Whitmee et al., 2015b, p. 2024). Vanaf 1950 verdrievoudigt de wereldpopulatie zich tot 7,8 miljard mensen in 2020 (World Population Clock, 2020). Om aan de groeiende vraag van voeding te voldoen, verbruikt de agricultuur momenteel 38% van het land op aarde. De intensieve veehouderij maakt hier 75% van uit; zowel voor het houden van vee, als voor het groeien van veevoeding (Allen & Hof, 2019, p. 93). In de toekomst zal dit niet gaan afnemen, wereldwijd worden bossen gekapt om zoveel mogelijk voedsel te produceren. Dit beïnvloedt het klimaat en de biodiversiteit zodanig dat ecosystemen steeds kwetsbaarder worden en beginnen te verdwijnen (Ruckelshaus et al., 2020, p. 409). De internationale voedselproductie – veehouderij, visserijen, de gewassenproductie, landverbruik en de gehele bevoorradingsketen – handelt veelal niet vanuit een duurzaam perspectief en is verantwoordelijk voor 26% van de broeikasuitstoot (Poore & Nemecek, 2018, p. 991). Bovendien verloor de aarde in de periode 2000-2011 6% van zijn vermogen om CO_2 op te nemen uit de lucht dankzij gewassen geteeld op nieuwe landbouwgronden (Marques et al., 2019, p. 631).

COVID-19

Naast effecten op het klimaat en de natuur, ontstaan door de intensivering van globale voedselsystemen ook andere risicosituaties. Door het verwesteren van eetpatronen en de verhoogde vraag om diversiteit in voeding wereldwijd, blijft de productie van vee stijgende (Pingali, 2007, p. 288). Daardoor stijgt ook het risico op overdraagbare infectieziekten door zoönose. Hierbij wordt ziekte overgebracht van dier op mens door direct contact of via voeding, water of het milieu (McArthur, 2019, p. 300). Volgens de Food and Agriculture Organization (FAO) is 70% van de nieuwe pathogenen en ziekten die voorkomen bij mensen afkomstig van dieren (FAO, 2013). De huidige COVID-19 crisis waarin de wereld verkeert, is afkomstig van een *wet market* in Wuhan, China en werd eind 2019 voor het eerst geïdentificeerd. Van COVID-19 wordt verondersteld dat, net als bij SARS-CoV, wilde dieren de oorspronkelijke drager zijn en dat zij andere dieren hebben besmet die het over hebben gedragen naar de mens (Perlman, 2020, p. 760). SARS-CoV-2 (severe acute respiratory syndrome coronavirus 2) is de veroorzaker van het coronavirus en vernoemd naar de

gelijkenis met SARS-CoV uit 2002. Ondanks veel gelijke symptomen met voorgangers SARS-CoV en ook MERS-CoV uit 2012 (Middle East respiratory syndrome coronavirus), blijkt COVID-19 het dodelijkst (Ng Kee Kwong et al., 2020, p. 14). Door globalisering verspreid het virus zich snel waardoor er op 18 september 2020 wereldwijd meer dan 30 miljoen ziektegevallen zijn en 946.847 sterfgevallen (John Hopkins University, 2020). Dit soort pandemieën zal in de toekomst vaker voor gaan komen, antropogene activiteiten - vooral de snelle groei van (internationale) voedselketens en de intensieve veehouderij - dragen hieraan bij. Voedselsystemen lijken zo een grote rol te spelen bij het ontstaan van COVID-19 (FAO, 2013; Arora & Mishra, 2020, p. 2).

Voedingspatronen

COVID-19 beïnvloedt alle bevolkingsgroepen, maar de hoogste mortaliteit is zichtbaar bij ouderen of wanneer er sprake is van co-morbiditeit. Aandoeningen als obesitas en diabetes mellitus type II zijn risicofactoren voor een ernstiger ziektebeeld door een verzwakt immuunsysteem. Deze moderne leefstijlziekten worden veelal aangejaagd door het Westerse voedingspatroon dat wereldwijd steeds meer geconsumeerd wordt (Dietz & Santos-Burgoa, 2020, p. 1005). Het bevat grote hoeveelheden verzadigde vetten, geraffineerde koolhydraten en een lage hoeveelheid aan vezels, onverzadigde vetten en antioxidanten. Voedingsmiddelen die vóór de Neolithische Revolutie over het algemeen niet beschikbaar waren, vormen nu een groot aandeel in Westerse voedingspatronen. Zuivel, granen, geraffineerde suikers, plantaardige oliën en alcohol leveren hierin gemiddeld 72% van de dagelijkse energie (Cordain et al., 2005b, p. 348). Dierlijke producten spelen ook een grote rol in Westerse voedingspatronen. Dit is terug te zien in de wereldwijde vleesconsumptie, gemiddeld eet men 122 gram vlees per dag. In hoge-inkomenslanden lijkt de consumptie van vlees stabiel. Daarentegen stijgt de vleesconsumptie flink in gebieden met lage- en midden-inkomens zoals China en Oost-Azië. Dit wordt veroorzaakt door bevolkingsgroei en verhoogde inkomens (Godfray et al., 2018). Dit westerse voedingspatroon - hoog in verzadigde vetten - kan leiden tot chronische activatie van het aangeboren immuunsysteem en een remming van het adaptieve immuunsysteem. Dit resulteert in chronische ontstekingen in het lichaam en verzwakking van het afweersysteem tegen virale ziekteverwekkers (Rogero & Calder, 2018, p. 432). Zij met een reeds verzwakt immuunsysteem, hebben daardoor meer kans op ernstigere symptomen door COVID-19 (Butler & Barrientos, 2020, p. 53).

Weerbaarheid in voedselsystemen

Een voedselsysteem dat impact op klimaat en gezondheid heeft, is weinig weerbaar. Weerbaarheid is een term die steeds vaker geassocieerd wordt met voedselsystemen. Daarbij doelt het op het vermogen van een voedselsysteem om ten alle tijden te blijven functioneren (Tendall et al., 2015, p. 22). Hedendaagse voedselsystemen zijn groot, verticaal geïntegreerd en worden gedirigeerd door multinationals met een groot aanbod aan productdiversiteit (Roth et al., 2008, p. 35). De veerkracht daalt doordat meerdere subsystemen onderling afhankelijk zijn. Zo kan het falen van één van deze subsystemen zorgen voor het tekortschieten van andere systemen (Buldyrev, Parshani, Paul, Stanley, & Havlin, 2010, p. 1027). Daardoor wordt de kans op voedseltekorten of productieverlies vergroot (Huff et al., 2015, p. 343).. Dit ziet men terug tijdens de COVID-19 pandemie (Huff et al., 2015, p. 343). In Nederland alleen al werden vele agriculturele ketens verstoord; van de sierteelt die belangrijke afzetmarkt Italië miste tot een overschot aan aardappels en kressen door sluitingen in de horeca vanwege COVID-19. Reisbeperkingen droegen bij aan een tekort aan arbeidskrachten in de landbouwsector waardoor gewassen niet geoogst werden. De kwetsbaarheid van voedselsystemen als gevolg van importafhankelijkheid is de afgelopen tijd gebleken. Als gevolg van de maatregelen rond COVID-19, werd men gedwongen bepaalde producten in te kopen binnen de EU (Ministerie van Landbouw, Natuur en Voedselkwaliteit, 2020). Knoflook en gember bijvoorbeeld werden niet meer geëxporteerd vanuit China doordat bedrijven en handelshuizen daar gesloten moesten blijven.

Voedselsystemen dienen duurzamer te worden en daarbij voldoende gezonde voeding te produceren. Wereldwijd wordt er wel voor 10 miljard mensen voedsel geproduceerd, maar de voedselverdeling is niet evenredig en voedselzekerheid is niet vanzelfsprekend (Holt-Giménez, Shattuck, Altieri, Herren, & Gliessman, 2012, p. 596). Een kwart van het geproduceerde voedsel wordt verspild of weggegooid. Dit komt neer op jaarlijks zo'n 1,3 miljard ton met een waarde van $936 miljard (FAO, 2014). Wereldwijd zijn er 820 miljoen mensen en 51 miljoen kinderen ondervoed door wasting, 151 miljoen kinderen hebben een groeiachterstand. Bovendien lijden 2 miljard mensen aan micronutriënten deficiënties door ongezonde of onvoldoende voeding (Willett et al., 2019, p. 449). De COVID-19 pandemie zal dit alleen maar verergeren. Volgens het World Food Programme zal het aantal mensen in lage- en midden-inkomenslanden dat te maken krijgt met acute voedselonzekerheid verdubbelen tot 265 miljoen aan het einde van 2020 (World Food Programme, 2020). Aan de andere kant van het voedselsysteem lijden 2,1 miljard mensen aan obesitas of overgewicht door een overschot aan calorierijk voedsel (Popkin, Adair, & Ng, 2012, p. 12). Het verhoogde BMI wordt geassocieerd met een verhoogde incidentie van chronische niet-overdraagbare infectieziekten, specifiek diabetes type II, hart- en vaatziekten (HVZ) en bepaalde typen kanker (Hu, 2011, p. 1253; Huang et al., 2012, p. 235). In het perspectief van deze tijd gesteld; patiënten met obesitas hebben een verhoogde kans om geïnfecteerd te worden met COVID-19. Door een verlaagde productie van cytokinen binnen het afweersysteem krijgt het virus bovendien de kans harder toe te slaan. Hierdoor ontstaan een verhoogd risico op overlijden. Daarnaast dragen zij het virus langer bij zich dan mensen met een gezond BMI, wat de kans op verspreiding verhoogt (Luzi & Radaelli, 2020, p. 760).

Duurzaamheid

Initiatieven als de Sustainable Development Goals en the Decade of Action of Nutrition maken stappen om voedselsystemen wereldwijd te verbeteren. Zij houden hierbij rekening met voldoende calorieën en voedingswaarde, maar kijken in mindere mate naar de combinatie met duurzaamheid (Monteiro et al., 2017, p. 7). Het grote EAT-Lancet onderzoek dat vorig jaar werd gepubliceerd, was het eerste onderzoek dat zich toespitst op een wereldwijde implementatie van duurzame en gezonde voeding. Het voorgestelde voedingspatroon is bedoeld om 10 miljard mensen te voeden in 2050, op een gezonde manier met voedsel uit duurzame voedselsystemen. Dit moet worden bereikt door een transitie van een Westers voedingspatroon met een hoog gehalte aan dierlijke producten naar een meer plantaardig dieet. De term plantaardig beslaat een scala aan voedingspatronen met minder of geen dierlijke producten en een grotere hoeveelheid aan plantproducten, zoals groente, fruit, peulvruchten, noten en zaden. De focus ligt voor een groot gedeelte op het verminderen van dierlijke eiwitten, niet op het elimineren ervan (Willett et al., 2019, pp. 448-484). De productie van dierlijke eiwitten kost veel energie. Gemiddeld kost de productie van 1 kcal rundvlees - in het wereldwijde intensieve veehouderij - 40 kcal aan energie. Grasgevoerde runderen hebben de helft aan energie-input nodig, en varkens en kippen respectievelijk 10 en 4 kcal energie voor 1 kcal output (Morawicki & Díaz González, 2018, p. 195). Toch adviseren Willett et al. (2019) geen vegetarisch dieet, maar juist een omnivoor met 3 maal per week vlees, 2 maal vis, 2 eieren en dagelijks 2 porties zuivel. Het merendeel van het dieet bestaat wel uit de eerder genoemde plantaardige voedingsmiddelen (Willett et al., 2019, pp. 448-484). Een voedingspatroon waarbij de helft van de vlees- en zuivelconsumptie wordt vervangen door plantaardige producten, heeft de grootste impact op de preventie van HVZ, kanker en obesitas (Turner-McGrievy, Mandes, & Crimarco, 2017, p. 370). Bovendien zijn plantaardige producten rijk aan vitamines en kunnen zij het immuunsysteem boosten om virussen effectiever te bestrijden (Gibson et al., 2012, p. 1431).

EAT-Lancet was de eerste die een inschatting maakte van de ecologische grenzen van de wereldvoedselproductie. Om hun adviezen mogelijk te maken is er een grote efficiëntieslag nodig. Naast de halvering van voedselverspilling, dient de hoeveelheid geproduceerd voedsel per hectare te worden vergroot. Vereist zijn gewassen die bestand zijn tegen klimaatverandering (Willett et al., 2019, pp. 448-484). Van de meer dan 14.000 eetbare

plantsoorten, worden er op dit moment 150 tot 200 gebruikt. Echter leveren 3 plantsoorten (rijst, mais, en tarwe) 60% van de door mensen geconsumeerde calorieën. Quinoa, sorghum en teff als granen of zapote, chaya en chenapods als fruit en peulvruchten lijken interessant te zijn voor de toekomstige voedselproductie. Zij hebben uitstekende voedingswaarden, maar worden nog maar weinig geconsumeerd in huidige voedselpatronen (Clark & Tilman, 2017, p. 64016; US Department of Agriculture, 2015). Vakgroep Proteins for Life van Wageningen Universiteit & Research onderzocht dat vlinderbloemigen zoals lupine en veldbonen geschikte gewassen zijn om te telen in Nederland. Deze kunnen bijdragen als grondstof voor voedselproducten, maar ook als duurzame vervanging van geïmporteerde soja. Dit blijkt uit de Nationale Eiwitstrategie (NES) van het ministerie van Landbouw, Natuur en Voedselkwaliteit. De strategie is bedoeld om Nederland en Europa zelfvoorzienend te laten worden op het gebied van plantaardige eiwitten voor menselijk en dierlijke consumptie. Het ministerie stimuleert teelt en consumptie van eiwitrijke gewassen en wil daarnaast dat rest-stromen efficiënter gebruikt worden (Ministerie van Landbouw, Natuur en Voedselkwaliteit, 2020). Een overgang naar een circulair en meer regionaal voedselsysteem lijkt onoverkomelijk voor de toekomst. Door minder transport is er minder uitstoot en zonder de productie van voedsel en veevoer voor andere landen, spaart men eigen natuur. Een ander voordeel is dat in geval van geo-politiek, zoals nu bij de COVID-19 pandemie, men niet afhankelijk is voor de voedselvoorziening van andere landen. Diversiteit in vee, gewassen en wilde soorten is een vereiste bij een circulaire landbouw. Niet alleen in de natuur, maar ook in het landbouwsysteem en in ons voedselsysteem, omdat het bijdraagt aan stabiliteit en veerkracht tegenover plagen, extreem weer en klimaatverandering (Lin, 2011, p. 191; Brandt et al., 2011, p. 182).

Tijd voor verandering

Om draagvlak te creëren voor alle veranderingen omtrent gezondheid, klimaat en de wereldwijde voedselproductie, is het belangrijk dat alle actoren in de samenleving hieraan meewerken. Overheden, internationale instanties, bedrijfsleven en onderwijs dienen hun acties op elkaar af te stemmen om zo een allesomvattende aanpak na te streven. Hierbij speelt ook de consument een rol door zelf duurzame en gezonde keuzes te maken (Swinburn et al., 2015, p. 2542). Consumenten hebben bovendien de grootste invloed op het voedingsbeleid van de volksgezondheid (Allès et al., 2017). Maar gezonde keuzes maken is niet vanzelfsprekend, er zijn vele factoren die hier invloed op uitoefenen. Sommige hiervan zijn niet beïnvloedbaar, zoals leeftijd, geslacht en genetisch bepaalde elementen. Deze factoren zijn weer van invloed op gezonde keuzes door kenmerken als motivatie, zelfeffectiviteit, verwachtingen en gedragsvermogen. Daarnaast is individueel gedrag moeilijk te veranderen zonder rekening te houden met de context en omgeving waarin mensen beslissingen maken (Story, Kaphingst, Robinson-O'Brien, & Glanz, 2008, p. 265). Onderzoek naar sociaal-cognitieve correlaties met betrekking tot voedingsgedrag, laat zien dat rationeel bewuste keuzes slechts een klein deel hiervan verklaren. Bewuste voedselkeuzes worden gereguleerd door attitudes, subjectieve normen en gedragscontrole, bij zowel volwassen als jongeren. Om een gezonder voedingspatroon aan te houden, moet iemand weten wat een gezond voedingspatroon is, zich gemotiveerd voelen om het voedingspatroon te volgen en ook in staat zijn om zich eraan te houden (Sleddens et al., 2015, p. 480; Sleddens, Kroeze, Kohl, Bolten, Velema, Kaspers, Brug, et al., 2015, p. 2). Daarnaast is de intentie om gezond te eten een vereiste in vroege stadia van gedragsverandering (Adriaanse et al., 2011, p. 188).

Naast gezondheid moet duurzaamheid ook een rol gaan spelen in voedselkeuzes. Om dit te stimuleren is het belangrijk om de motieven van consumenten te begrijpen. Echter is er weinig bekend over de relaties tussen voedselkeuze-motieven en daadwerkelijke consumptie. Eerdere studies suggereren dat consumenten regelmatig bezig zijn met duurzaam gedrag, maar in de praktijk wordt dit niet teruggezien (Bray et al., 2010, p. 604; de Boer et al., 2009, p. 851). Nederlands onderzoek naar voedselwaarden en aankoopgedrag laat zien dat gezondheid het belangrijkst is voor de meeste consumenten. Het productieproces, dierenwelzijn en de ecologische voetafdruk spelen een erg kleine rol.

Maximaal 4% van de consumenten geeft aan dat deze waarden in hun top 3 staan. Voedselveiligheid vinden zij daarentegen belangrijk (Bartels et al., 2009). Desalniettemin groeit het aantal consumenten dat hun voedselkeuzes laat beïnvloeden door duurzaamheid (Wetenschappelijke Raad voor het Regeringsbeleid, 2014).

De opdrachtgever

De recente COVID-19 pandemie benadrukt de noodzaak van gezonde en duurzame voedselsystemen- en patronen en biedt de kans om het roer drastisch om te gooien. Een actor die zich hier wil mengen, is de Nederlandse glastuinbouw. In eerste instantie lijkt dit niet voor de hand liggend, want juist hier in Nederland zorgt intensieve landbouw voor een verlies van biodiversiteit en levert meer handel meer vervuiling. Maar op wereldschaal betekent de intensivering en productie, daar waar dit het efficiëntst kan, dat minder land nodig is voor de productie van voedsel. De sector heeft zich de afgelopen jaren bovendien ten zeerste verbeterd in het opzicht van duurzaamheid (Topsector TU, 2019). De glastuinbouw stelt zichzelf uitdagende doelen voor het Klimaatakkoord, de Nederlandse invulling van het Klimaatverdrag van Parijs. De sector verwacht in 2040 volledig klimaatneutraal te kunnen produceren, met gewassen met een lagere ecologische voetafdruk dan soortgelijke productiewijzen (ING Economisch Bureau, 2018). Ook dragen zij bij aan veredeling van groente- en fruitsoorten om ze ziekteresistent te maken en om hogere voedingswaarden te creëren (Topsector TU, 2019). Om een positief verschil te maken op – in eerste instantie – Nederlandse voedselsystemen en voedingspatronen, hebben een aantal bedrijven uit de Nederlandse glastuinbouw zich verenigd in stichting Nethwork. Stichting Nethwork is de opdrachtgever van dit onderzoek. Zij willen bekendheid creëren bij Nederlandse consumenten over de bijdrage die de glastuinbouw kan leveren aan een gezond voedingspatroon en een gezond klimaat. Eerder onderzoek heeft uitgewezen dat dit een mogelijkheid is (Padulosi et al., 2018, p. 26). Nethwork gelooft in de gedachte: ‘jong geleerd is oud gedaan’ en is vooral benieuwd hoe zij de communicatie met kinderen in moeten vullen. Deze informatie willen zij gebruiken om de doelgroep te stimuleren voor een duurzamer voedingspatroon te kiezen.

De doelgroep

De doelgroep van dit onderzoek zijn kinderen in de leeftijd van 10 tot 12 jaar. Kinderen in deze leeftijdsfase zitten in de pre-puberteit, de overgang van kind naar puber. Voedingspatronen beginnen te veranderen dankzij fysiologische ontwikkelingen gerelateerd aan groei en volwassenheid, een verminderde invloed van de ouders en veranderende sociale interacties en omgevingen (Due et al., 2011, p. 64; Totland et al., 2012, p. 676). Juist voor jongeren is gezonde voeding een belangrijke voorwaarde om zich optimaal te ontwikkelen en bovendien lijkt het bij te dragen aan gezond eetgedrag op lange termijn (Story et al., 2002; Mikkilä et al., 2005, p. 930). Gemiddeld hebben Nederlandse 10 tot 12-jarigen een voedingspatroon dat hoog is in suikers, zout en verzadigde vetten. Deze zijn veelal afkomstig uit producten als suikerhoudende dranken en snacks en gefrituurd eten. Ze consumeren daarnaast ook te weinig groenten en fruit (Van Rossum et al., 2017). De Richtlijnen volgens de Schijf van Vijf raden kinderen van 10 tot 12 jaar aan, 175 gram groente per dag te eten en 200 gram fruit. Dit wordt niet teruggezien in de praktijk, de laatste voedselconsumptiepeiling wijst uit dat maar 5% van de Nederlandse kinderen hieraan voldoet. Kinderen tussen de 10 en 12 jaar eten gemiddeld 79 gram groente per dag en 88 gram fruit (Het Voedingscentrum, 2019; C. T. M. van Rossum et al., 2016). Het verhogen van de consumptie van groente en fruit om naar een meer plantaardig dieet te streven, is ingewikkeld. Bovendien is er een hoger risico op deficiënties van voedingstoffen (Patel et al., 2017a, p. 2). Verschillende kwalitatieve studies hebben al verschillende factoren aangetoond die invloed hebben op voedselkeuzes en -consumptie bij kinderen en adolescenten, zoals beschikbaarheid en toegankelijkheid in eigen omgeving, voorkeuren voor smaak, textuur en uiterlijk en groepsdruk en -support (Reinehr et al., 2010, p. 1169; Fitzgerald et al., 2010, p. 295; McKinley et al., 2005, p. 549). Kennis van deze factoren lijkt niet de gedragsverandering te bewerkstelligen die nodig is. Dit maakt het interessant om te onderzoeken hoe kinderen een duurzamer voedingspatroon beleven en hoe zij zelf denken dat dit te verbeteren is.

1.1 Onderzoeksvraag

In dit onderzoek wordt gefocust op de beleving en ervaring van Nederlandse kinderen van 10 tot 12 jaar met betrekking tot een duurzamer voedingspatroon. De hoofdvraag die hierbij centraal staat is: Op welke manier beleven kinderen tussen de 10 en 12 jaar een duurzamer voedingspatroon?

De hieruit vloeiende deelvragen zijn:

- Wat is de beleving van kinderen omtrent plantaardige producten?
- Wat is de beleving van kinderen omtrent voeding in relatie tot het milieu?
- Wat is de beleving van kinderen omtrent mogelijke ideeën en oplossingen voor een duurzamer voedingspatroon bij kinderen?

1.2 Doelstelling

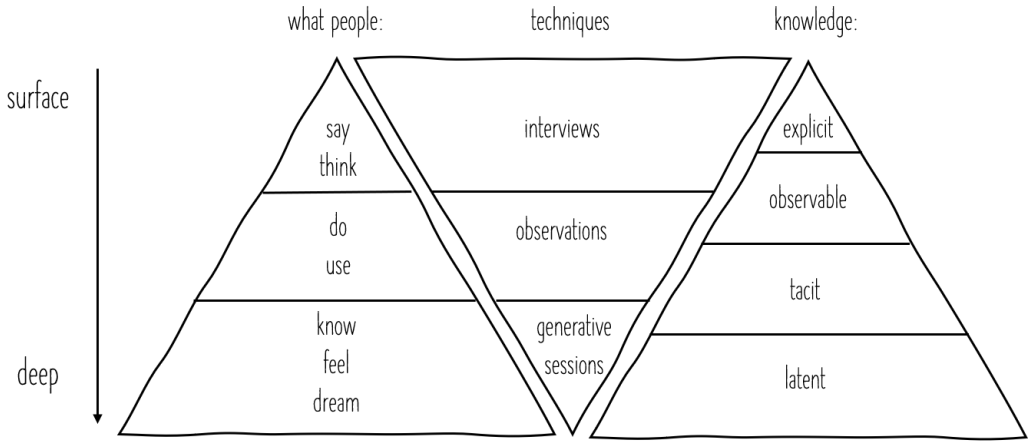
Het primaire doel van het onderzoek is de belevingswereld van kinderen te leren kennen rondom een duurzamer voedingspatroon. Met die inzichten ontstaat meer begrip voor de doelgroep en wordt de opdrachtgever geïnspireerd een nieuw communicatieconcept te ontwikkelen. Mogelijk kan dit onderzoek bijdragen aan de Nederlandse transitie naar een nieuw voedingspatroon, meer duurzaam en plantaardig.

Hopelijk draagt het onderzoek bij aan oplossingen om meer kinderen duurzamer te laten eten waarbij ze dit doen voor hun eigen gezondheid, maar ook voor de gezondheid van de aarde. Zo ontstaat er in de toekomst een hele generatie die wél weet hoe om te gaan met de aarde. Ook zal dit uiteindelijk bijdragen aan lagere zorgkosten voor de maatschappij. Bovendien worden multidisciplinaire samenwerkingen in de toekomst steeds belangrijker. Door de brug die wordt geslagen met dit onderzoek komen diëtisten en de glastuinbouw in gesprek en ontstaat de mogelijkheid om met andere sectoren dan de gezondheidssector samen te werken.

2. Methode

2.1 Type

Waar er wel veel onderzoek is gedaan naar factoren die invloed hebben op kinderen betreft voedselkeuzes, is maar er weinig onderzoek gedaan naar de belevingswereld van kinderen omtrent een duurzamer dieet. Dit is opvallend omdat zij toch de consumenten van de toekomst zijn. Daarom is er op zoek gegaan naar een onderzoeksmethode die hun belevingswereld in kaart kan brengen, om zo te onderzoeken wat kinderen interesseert. Kwalitatief onderzoek lijkt hierbij geïndiceerd om diepere inzichten te verkrijgen (Boeije, 2016, pp. 1–3). Kinderen hebben hun eigen wensen en behoeftes en het is belangrijk deze in het achterhoofd te houden bij het ontwikkelen van nieuwe concepten (Dedding, 2013, pp. 1–3). Daarom is gekozen voor de kwalitatieve onderzoeksvorm contextmapping. Deze methode komt oorspronkelijk uit de designwereld en wordt gebruikt om de gebruiker centraal te stellen als expert van hun eigen ervaring (Visser et al., 2005). Om correcte inzichten in ervaringen en belevingswerelden te krijgen, worden doelgroepen steeds vaker zelf ingezet, bijvoorbeeld bij het ontwerpen van een interventie of een product. Dit wordt gedaan door generatieve en creatieve technieken te gebruiken. Opgedane kennis vanuit de doelgroep kan zo worden verwerkt om beter aan te sluiten bij de voorkeuren van de specifieke groep. Onderstaand figuur geeft aan waar het verschil zit in vergelijking met andere kwalitatieve methodes zoals interviews of observaties. Dat verschil zit in het soort kennis dat wordt verzameld. Met interviews en observaties worden respectievelijk expliciete kennis en observeerbare kennis verkregen. Met contextmapping worden er gevoelens en dromen naar boven gehaald waarbij men van latente kennis spreekt. Het biedt rijke resultaten uit het echte leven en is minder taal georiënteerd (Gielen, 2008, p. 183).



Figuur 1: Verschillende kennisniveaus m.b.t. beleving door verschillende technieken (Visser et al., 2005, p. 123)

Net als bij elke kwalitatieve studie, is het belangrijk om bij contextmapping het doel – de context en beleving van kinderen omtrent een meer plantaardig eetpatroon - duidelijk te formuleren om zo een helder kader te stellen voor het onderzoek. Dit geeft meer houvast bij het opzetten van het sensitisatie-pakket, de groepssessie en de manier van analyseren (Visser et al., 2005). Daarom is er gekozen *sensitizing concepts* toe te passen. Deze *sensitizing concepts* worden ook wel richtinggevende begrippen of oriëntatiebegrippen genoemd en geven een rode draad aan het onderzoek (Bowen, 2006, p. 20).

Sensitizing concepts

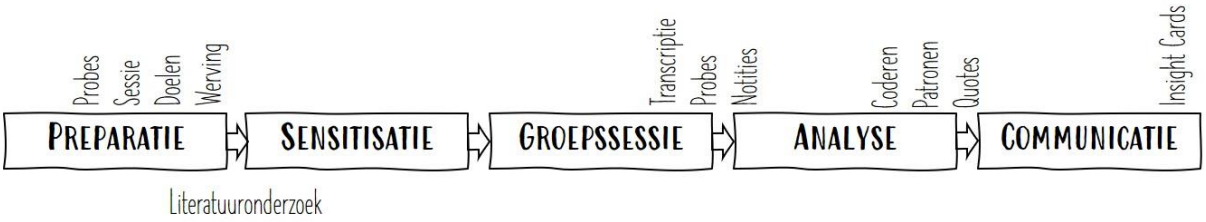
De theorie ten aanzien van de beleving van kinderen omtrent een duurzamer voedingspatroon is vooral een beschrijvende theorie, waarbij er geen meetmodel met indicatoren is ontwikkeld om de beleving te meten. De *sensitizing concepts* zijn afgeleid uit de literatuur, die beschreven is in paragraaf 1. Zij worden gebruikt om affiniteit te krijgen met het begrip beleving ten opzichte van een duurzaam voedingspatroon. Op deze manier kan alert gereageerd worden op deze begrippen tijdens de groepssessie. *Sensitizing concepts* zijn geen voorschriften voor wat men moet zien, maar suggereert meer waar te kijken (Bowen, 2006, p. 20). Daarmee wordt het tijdens de groepssessie eenvoudiger om relevante informatie te onderscheiden en gerichter door te vragen. Ook kan men door het gebruik van attenderende begrippen sensitief blijven voor onverwachte dimensies (Bowen, 2006, p. 20). De intersubjectiviteit van de *sensitizing concepts* is verhoogd doordat aan medestudenten is gevraagd of zij het met de geïnterpreteerde begrippen eens waren. Wanneer er een andere interpretatie werd gedaan, is uiteindelijk de interpretatie die het meest werd ondersteund overgenomen. Interpretatiebias is zo zoveel mogelijk uitgesloten (Baarda et al., 2009).

De *sensitizing concepts* bevatten de dimensies van een duurzamer eetpatroon die uit de literatuur naar voren komen: gezonde voeding, voedingspatronen, voedselvoorkeur, klimaatverandering, voedselsystemen en ideeën en oplossingen.

De *sensitizing topics* zijn opgenomen in een mindmap betreffende de beleving van kinderen rondom een duurzamer eetpatroon. De mindmap dient twee doelen: ten eerste wordt het risico verkleind op vooroordelen ten aanzien van de doelgroep. Ten tweede ondersteunt het in het formuleren van de juiste opdrachten en levert het structuur om de resultaten te analyseren (Visser et al., 2005). Nieuwe onderwerpen die de deelnemers van het onderzoek hebben aangedragen, zijn vervolgens aan de mindmap toegevoegd. De mindmap is te vinden onder resultaten.

2.2 Fases contextmapping

Het onderzoek heeft plaatsgevonden tussen eind maart 2020 t/m medio september 2020 en is opgedeeld in 5 fases, te zien in onderstaand figuur.



Figuur 2 Fases contextmapping. (Visser et al., 2005)

2.2.1 Preparatie

Onderzoeksgroep en werving

Volgens Visser et al. (2005) levert een onderzoeksgroep van 4 tot 6 personen de beste resultaten in een groepssessie: bij 4 deelnemers ontstaat er een groepsgevoel en is er een mogelijkheid tot het voeren van discussies, bij meer dan 6 deelnemers is er te weinig aandacht voor het individu. De onderzoeksgroep bestaat uit 5 Nederlandse kinderen tussen de 10 en 12 jaar. Er heeft geen verdere selectie plaatsgevonden.

De onderzoeksgroep werd in eerste instantie geworven via een oproep op een zomerschool in Utrecht. Via het netwerk van de opdrachtgever is er contact opgenomen met een begeleider die 6 deelnemers zou werven. Hierop kwam uiteindelijk geen respons vanwege de hoge tijdsdruk en de grote hoeveelheid kinderen die meededen aan de zomerschool. Vanwege de schoolvakantie is er besloten deelnemers te werven via BSO's in de regio Hengelo/Enschede. Er zijn vijf BSO's (Buiten Schoolse Opvang) aangeschreven via e-mail en 48 uur later gebeld met een toelichting en de hulpvraag om 6 deelnemers. Alle BSO's gaven aan niet voldoende kinderen in hun groep te hebben in de leeftijdscategorie van 10 tot 12 jaar. Besloten is daarna om gebruik te maken van social media. Via de kanalen van de opdrachtgever is er een oproep geplaatst waarop 11 reacties kwamen. De geïnteresseerden kregen hierop een privébericht met een verdere toelichting van de onderzoeksmethode en de vraag of zij akkoord waren met de tijdsspanne van het onderzoek en de te nemen stappen. De mensen die niet binnen 24 uur reageerden, ontvingen na 24 uur een eerste reminder en na 36 uur een tweede reminder. Uiteindelijk gingen 6 geïnteresseerde ouders akkoord. De onderzoeksgroep bestond hierdoor uit 3 meisjes en 3 jongens. De meisjes kenden elkaar, de jongens niet. Dit bleek toevallig te zijn, de kinderen woonden wel allen in dezelfde regio en kwamen uit Dordrecht, Barendrecht en Ridderkerk. Via website www.datumprikker.nl is er met de ouders een geschikte datum gekozen voor de groepssessie. De materialen zijn verzonden naar het huisadres van de deelnemers via PostNL.

Om zo goed mogelijk aan te sluiten bij de methode contextmapping is er aan de overige reageerders gevraagd of hun kinderen feedback wilden geven op de sensitisatiematerialen. Drie verschillende ouders en hun kinderen gingen hiermee akkoord.. Zij ontvingen het werkboek via e-mail en reageerden hier telefonisch op. Eén van de zes deelnemers van het contextmapping-onderzoek heeft na het opsturen van het materiaal het onderzoek niet voortgezet en heeft zodoende niet meegedaan aan de groepssessie.

Onderzoeksmaterialen

De onderzoeksmaterialen zijn ontwikkeld in de vorm van *cultural probes*, een verzameling opdrachtjes voor de deelnemers. Deze *probes* dienen om inspiratie te verkrijgen, waarbij het niet alleen gaat om informatieverzameling, maar ook om inzichten met betrekking tot gedachten en ervaringen uit het leven van de deelnemers te krijgen (Gaver, Dunne, & Pacenti, 1999, p. 22). De *probes* zijn verwerkt in een werkboekje (bijlage 1) en geïnspireerd door eerder gebruikte *probes* voor onderzoeken met kinderen (Wyeth, 2006). Het werkboekje bevat opdrachten over duurzaamheid, plantaardig eten, vleesconsumptie, en gezond en

ongezond eten. De *probes* moeten werken als stimulans voor de deelnemer, maar dragen ook bij als input voor de groepssessie en als data voor de analyse. De intersubjectiviteit van de *probes* is verhoogd door aan medestudenten te vragen gevraagd of zij de opdrachten ook toepasbaar vonden omtrent onderwerp, doelgroep en doel van het onderzoek. Bij twijfel is er gegaan voor de *probes* die het meest ondersteund werden. Daarmee is voorkomen dat eigen interpretaties en belevingen van de onderzoeker werden geprojecteerd op het onderzoek (Baarda et al., 2009).

Drie kinderen van 10 tot 12 jaar, zelf niet deelnemend aan het onderzoek, hebben meegedacht en feedback gegeven op een proefversie van het werkboekje. Zij gaven telefonisch feedback in de vorm van opmerkingen over duidelijkheid, logica en uiterlijke kenmerken van het boekje. Sommige opdrachten vonden zij niet duidelijk en ook sommige vragen vonden zij te moeilijk gesteld. Deze suggesties zijn doorgevoerd voor het eindproduct. De suggestie om bekende animatiefiguren te gebruiken is niet meegenomen, omdat dit niet te linken is met het plaats te vinden onderzoek en bovendien kan afleiden van het onderwerp. Door een pilot te maken van het werkboekje, is onderzocht of het boekje en de bijbehorende materialen daadwerkelijk zo bruikbaar zijn voor de deelnemers als van tevoren werd ingeschat. Zo wordt interpretatiebias voorkomen en de validiteit van de *probes* verhoogd (Visser et al., 2005; Baarda et al., 2009).

2.2.2. Sensitisatie

Sensitisatie is het proces waarbij deelnemers in eigen omgeving aangemoedigd worden om te denken, exploreren, reflecteren en zich te verwonderen over een bepaald onderwerp. Dit proces versterkt de kwalitatieve uitkomsten van de groepssessie in de volgende fase. Het basis principe van de *cultural probes* is om mensen herinneringen, meningen en dromen te laten delen (Visser et al., 2005). De deelnemers maakten de opdrachten in hun vrije tijd en in hun eigen omgeving.

De deelnemers ontvingen een pakket (bijlage 2) met daarin een werkboekje (zie bijlage 1) en allerlei materialen zoals potloden, stickers, zaadjes en collage-materiaal. Het werkboekje hebben zij dagelijks, een week lang voorafgaand aan de groepssessie ingevuld. Door een terugkerende dagelijkse opdracht in te zetten (het zaaien van broccoli-kers en de verzorging hiervan) worden kinderen gestimuleerd om te reflecteren op een dagelijks patroon. Hierdoor moeten zij zich meer bewust worden van hun ervaringen. De opdrachten waren zo opgesteld dat deze zonder hulp van ouders konden worden gemaakt. Ook zijn er lege pagina's toegevoegd aan het boekje om de deelnemers meer ruimte te geven hun ervaringen te tekenen of op te schrijven. Halverwege de week is er contact opgenomen met de ouders van de deelnemers om te evalueren hoe het onderzoek verliep. Bij meerdere opdrachten werd er gevraagd het eindresultaat als foto naar de onderzoeker te sturen via e-mail. Voor de deelnemers en ouders was het ten alle tijden mogelijk om zelf contact op te nemen. Na het afronden van de sensitisatieweek zijn de ingevulde werkboekjes teruggestuurd naar de onderzoeker. Ook het ingevulde *informed consent* formulier (bijlage 3) is mee teruggestuurd. Hierdoor geven de ouders toestemming dat de resultaten van de werkboekjes en de groepssessie mogen worden gebruikt voor het verdere onderzoek. Dit vergroot de validiteit van het onderzoek.

2.2.3 Groepssessie

Bij contextmapping wordt er normaal gesproken gebruik gemaakt van een gezamenlijke ruimte om de groepssessie te laten plaatsvinden. Vanwege restricties omtrent COVID-19 en om ieders gezondheid in acht te nemen, heeft de onderzoeker voor een online bijeenkomst gekozen met behulp van het programma Zoom. Voor dit programma is gekozen op advies van de ouders. Bij 5 van de 6 deelnemers bleek Zoom een bekend programma. De overige deelnemer is uitleg gegeven via e-mail. Het voordeel van een online meeting is dat de deelnemer zich in een voor hem of haar vertrouwde ruimte bevindt, wat de kans op sociaal-wenselijke antwoorden verminderd (Heldens & Reysoo, 2005, p. 114).

In de groepssessie komen de deelnemers van het onderzoek samen om ervaringen te delen en generatieve opdrachten te maken. De groepssessie duurde 1,5 uur. Voorafgaand aan de groepssessie werden er instructies omtrent de sessie naar de ouders verstuurd in een e-mail met tijd en uitleg over de bijeenkomst, het werken met Zoom en het verzoek kleurpotloden en papier klaar te leggen. De groepssessie werd zowel opgenomen op video met behulp van de software van Zoom en een Asus laptop als met de app Audio Recorder op een telefoon Samsung A51. Dit ter voorkoming van het verlies van data wanneer één van beide apparaten niet zo functioneren.

De sessie start met een voorstelronde waarbij de onderzoeker zichzelf eerst introduceerde. Hierna wordt de deelnemers gevraagd hetzelfde te doen. Ook werd er gevraagd zijn of haar favoriete herinnering aan een bepaalde maaltijd te delen en waarom. Deze opdracht als *icebreaker* toont aan de deelnemers dat alle input gewaardeerd wordt en dat elk antwoord interessant is (Visser et al., 2005). Hierbij is expliciet door de onderzoeker kenbaar gemaakt dat er geen foute antwoorden mogelijk zijn en dat de elk idee of ervaring van de deelnemers interessant is. Hierna deelden de deelnemers achtergrondinformatie en ervaringen over de gemaakte opdrachten in het werkboekje. Op de opdracht van dag 3 werd dieper ingegaan omdat deze de deelnemers stimuleerde associaties te maken en herinnering op te diepen. De opdracht bestond uit een set met plaatjes van diverse maaltijden en ingrediënten en een stickervel met gekleurde stickers. Deze opdracht zou normaliter tijdens de groepssessie zijn gemaakt, maar is tijd consumerend. Omdat de sessie virtueel werd gehouden, is ervoor gekozen deze opdracht op te nemen in het werkboek en naderhand in de groepssessie te bespreken. De centrale vraag tijdens de sessie is: ‘Hoe denken jullie over een duurzamer eetpatroon?’.

Eerst werd een introductiefilmpje van stichting Nethwork bekeken dat de nadruk legt op klimaatverandering en voedselproductie (Eat This, 2020). Hierbij moesten zij pen en papier bij de hand houden om eerste indrukken en gevoelens op te schrijven om deze na het filmpje met elkaar te kunnen delen. De video laat beelden zien van de aarde, zowel positief als negatief en is geschikt voor alle leeftijden. De tweede opdracht bestond uit het samen ontwerpen van hét fastfoodrestaurant van 2030 dat duurzame maaltijden verkoopt. De kinderen bedachten samen een naam, een huisstijl en verzonnen gerechten voor op de menukaart. Ook werd de herkomst van het eten besproken. Om hen meer inspiratie te geven voor de gezonde gerechten, bekeken zij een kort filmpje van het Voedingscentrum zien over duurzaam en gezond eten met de Schijf van Vijf (Duurzaam & Gezond eten met de Schijf van Vijf | Voedingscentrum, 2018). Dit filmpje legt in eenvoudige bewoordingen uit hoe een duurzaam voedingspatroon eruit ziet en is na overleg met medestudenten gekozen voor de groepssessie. Na het kijken, brainstormden de deelnemers over ideeën om kinderen gezonder en duurzamer te laten eten in de toekomst. Een topiclijst en opzet voor het verloop van de groep sessie (bijlage 4) is gemaakt om de verschillende *sensitizing concepts* en onderwerpen verder te exploreren en als ‘kapstok’ te dienen.

2.2.4 Analyse

De groepssessie is op video opgenomen en de data is verbatim getranscribeerd. Vervolgens is deze bestudeerd om samenhangende structuren te ontdekken. Contextmapping heeft een aanpak die veelal in lijn is met de gefundeerde theoriebenadering en bestaat uit 3 fases om de verzamelde data te analyseren (Corbin & Strauss, 1990, p. 5; Visser et al., 2005):

- Fase 1: Eerste indruk en transcriptie
  Alle gedachten en opmerkingen over het te onderzoeken onderwerp zijn zowel tijdens als direct na de sessie genoteerd. Van de audio is er een transcript gemaakt in Word.
- Fase 2: Eerste impressies en inzichten
  De onderzoeker heeft alle materialen verzameld: de video, de transcriptie, de werkboekjes, de gestuurde foto’s en hiervan impressies en inzichten opgeschreven.
- Fase 3: Het vinden van patronen

Alle fragmenten die over een bepaald onderwerp gaan zijn voorzien van dezelfde code. Het doel hiervan is het creëren van een begrippenkader dat het onderzoeksmateriaal dekt (Boeije, 2016). Bij dit open coderen zijn de *sensitizing concepts* gebruikt als hoofdcodes. Uit de verkregen data kwamen nieuwe categorieën naar voren die zijn toegevoegd aan de hoofdcodes. Ideeën en oplossingen zijn toegevoegd en de categorie ervaring ook. Klimaatverandering is omgezet tot milieu omdat dit beter bij de bewoordingen en belevingswereld van de deelnemers paste. Weerbare voedselsystemen bleek een te breed en ingewikkeld begrip en is daarom omgezet tot omgeving en herkomst. Ook zijn de subdimensies bewustzijn en associaties toegevoegd aan de dimensie gezonde voeding. Deze categorieën zijn toegevoegd aan de eerder gemaakte mindmap. Hierdoor kunnen eerdere bevindingen worden vergeleken met de beleving van de kinderen zelf. Bovendien wordt zo inzichtelijker gemaakt hoe structuren en relaties tussen verschillende onderwerpen en ervaringen met elkaar te linken zijn (Visser et al., 2005).

Voor het verhogen van de betrouwbaarheid is aan medestudenten gevraagd of zij het met de geïnterpreteerde inzichten van de onderzoeker eens waren. Wanneer er een andere interpretatie werd gedaan, is uiteindelijk de interpretatie die het meest werd ondersteund overgenomen. Daarmee is interpretatiebias voorkomen (Baarda et al., 2009). .

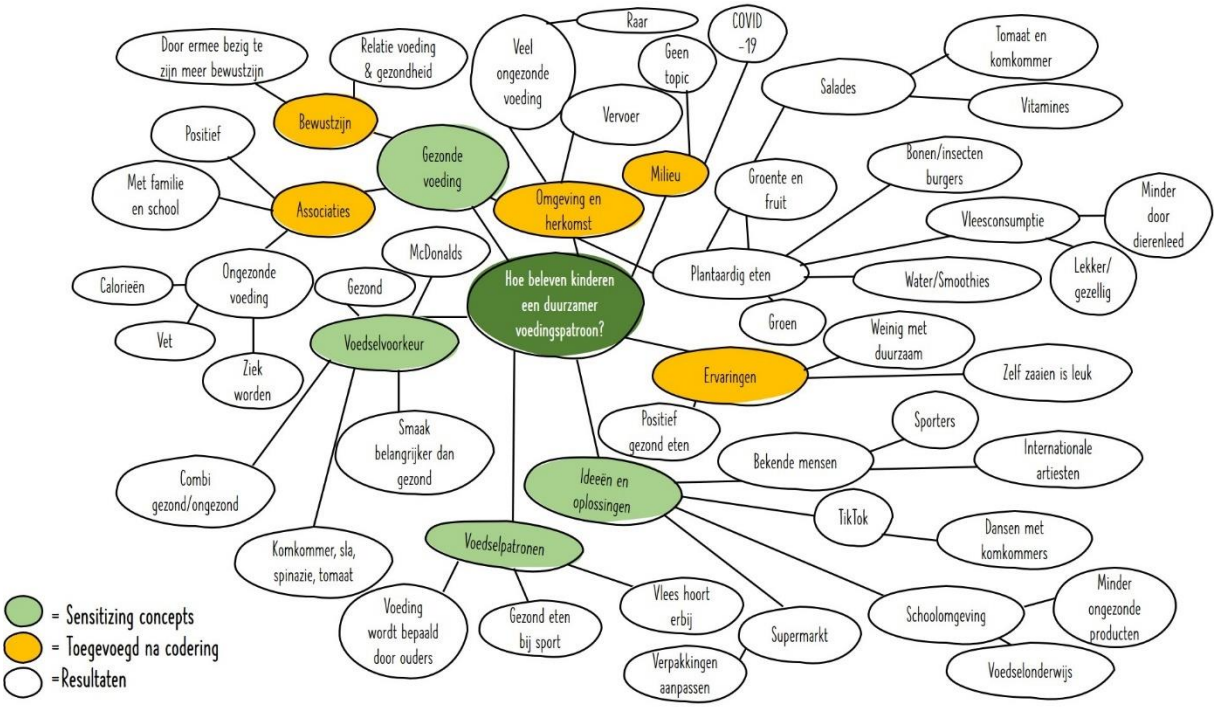
De ruwe data is eventueel op aanvraag verkrijgbaar bij de onderzoeker.

2.2.5 Communicatie

Na het verwerken van de resultaten zijn de belangrijkste thema's vastgelegd op *insight cards,* een set van 7 kaarten met een toelichting van de belangrijkste thema's. Deze zijn te vinden onder aanbevelingen.

3. Resultaten

De informatie uit de groepssessie en verkregen data uit de ingevulde *cultural probes* is beschreven aan de hand van de volgende *sensitizing concepts:* ervaring, gezonde voeding, voedselpatronen, voedselvoorkeur, milieu, ideeën en oplossingen, de herkomst en omgeving. De hoofdcategorieën zijn ontstaan na codering en toegevoegd aan de mindmap.



Figuur 3. Mindmap

3.1 Ervaringen

De meerderheid van de deelnemers beschrijft hun ervaringen met gezond eten als positief, met name in de sociale setting. Elke ervaring die het kind noemt wordt teruggekoppeld aan het gezelschap, veelal gezinsleden als ouders, broers en zussen. Ook school wordt genoemd als een setting waarin zij goede ervaringen hebben met gezond eten. De deelnemers hebben over het algemeen weinig ervaringen met duurzaam en plantaardig eten. Eén van de deelnemers heeft een negatieve ervaring gehad met dierlijke producten en eet daarom geen vlees meer:

'Uhm, maar dat is gewoon het idee, dat daar dieren worden doodgemaakt, dat vind ik niet leuk en daarom eet ik nu geen vlees meer''

De meeste deelnemers krijgen een goed gevoel als zij terug denken over ervaringen die zij hebben met voeding.

'Ik zaaide kruiden en tomaten thuis met pap en mam en toen voelde ik me heel blij'

'Nou, eh, het is gewoon leuk om met je hele klas zo te eten en ja, ik weet niet, het was gewoon leuk en iedereen had dan zijn eigen eten gemaakt'

3.2 Gezonde voeding

Gezonde voeding staat voor de deelnemers niet perse gelijk aan een duurzaam dieet of meer plantaardig eten. Wel denkt het merendeel van de deelnemers direct aan salades, tomaten en komkommer omdat deze volgens hen vol vitaminen zitten. Over plantaardig eten werd simpel gedacht, de deelnemers zagen dit als groente en fruit eten. De relatie met duurzaamheid werd niet gelegd, alhoewel 2 deelnemers zich ervan bewust waren dat eten van dichtbij beter meestal beter is voor het milieu. Duurzaamheid bleek geen thema in combinatie met gezonde voeding. Eén van de deelnemers gaf wel aan dat zij door het werkboekje meer stil ging staan wat nu gezond was en wat niet:

'En dat je het zeg maar, in volgorde moest leggen van eh wat ongezond naar gezond was en toen kwam ik er bij best wel veel achter dat sommigen echt best wel nog ongezond zijn, dat die zeg maar wel gezond waren, eh zeg maar...), ehm even denken hoor, eh misschien pizza enzo, daar had ik zelf nog nooit zo over nagedacht'

Calorieën en vet worden geassocieerd met ongezond eten, maar de deelnemers weten niet toe te lichten waarom dit is. Vooral de calorieën werden vaak genoemd wanneer de deelnemers spraken over salades. Zij waren allen van mening dat een dressing niet bij een gezonde salade hoorde. Ze vonden het daarbij lastig om over een gezonde optie na te denken en wisten hier geen oplossing voor:

'*Nou, gewoon de sla en paprika en tomaat en komkommer en ehm, ja, gewoon, en ehm, kan ei er dan ook bij, ja volgens mij wel, ja ei ook, wel zonder van dat saladedressing, want volgens mij is dat niet zo gezond'*

Vleesvervangers werden genoemd als gezonde optie in plaats van vlees. Hierbij dachten de kinderen aan bonen of insecten. Bij de brainstorm over het groene fast food restaurant van de toekomst wilden 3 van de 5 deelnemers burgers serveren zoals deze bekend zijn van gangbare fast food restaurants:

'Ehm, een salade zonder dressing want een dressing is soms best slecht voor je, en vegetarisch vlees...Zo'n burger die van bonen ofzo is gemaakt'

Vier van de 5 deelnemers zijn zich bewust van de relatie tussen voeding en gezondheid. Dit is onder andere te merken aan hun opmerkingen en vragen die zij zelf hadden voor de onderzoeker. Eén van de deelnemers is dagelijks bezig met gezonde voeding waarbij een

deel door haarzelf wordt geïnitieerd, maar waarbij ook duidelijk is dat de ouders hier een grote invloed op hebben. Zij gaat ook dieper in op de opdrachten in het werkboek dan de andere deelnemers. Hierbij stelt zij vragen die laten zien dat ze dieper op de stof ingaat:

'Ja, ik vond het ook heel leuk, alleen het was echt heel raar, want ik zat er echt gelijk aan te denken "zit er ham op de tosti, zijn de noten ongebrand of ongezouten, eh ja, dat soort dingen'

Drie deelnemers geven allemaal aan er weinig over na te denken, veelal omdat hun ouders de boodschappen doen en omdat zij er zelf niet zoveel mee te maken hebben. Eén deelnemer is meer bezig met gezonde voeding omdat hij op hoog niveau hockey speelt. Hierdoor houdt hij rekening met ongezond eten en probeert dit zo min mogelijk te doen.

Geen enkele van de deelnemers legde het verband tussen COVID-19 en gezonde voeding, maar één van de deelnemers benoemde wel de link tussen gezonde voeding en ziek worden of overgewicht krijgen.

3.3. Voedselpatronen

De deelnemers geven aan dat zij denken allemaal een gezond voedselpatroon te hebben. Hierin zijn de ouders degene die bepalen wat er thuis wordt gegeten. De kinderen oefenen weinig invloed uit op de boodschappen of het dagelijks eten. Duurzame voedselpatronen worden niet gehanteerd behalve bij één van de deelnemers die vegetarisch is, maar wel vis eet en zuivel eet. Haar beargumentatie is niet duurzaamheid, maar dierenleed. Zij geeft aan dat zij en haar ouders wel stil staan bij de voedingswaarden die zij mist door vlees:

'Nou, sommige dingen zoals vlees, ik heb wel mijn ouders regels, ik hoef geen vlees te eten, maar als ik wel elke dag een handje noten neem en genoeg zuivel eet en vleesvervangers elke dag zodat ik het gewoon kan inhalen alleen dan op een andere manier en hoemmo, hummuss, dat vind ik eigenlijk niet zo lekker, en dan moet ik wel elke week moet ik wel een keer hummus hebben gegeten want daar zitten kikkererwten in'

Een andere deelnemer geeft aan dat ze half vegetarisch is. Dit blijkt niet uit ethische overwegingen te komen, maar omdat ze sommige vleessoorten niet lekker vindt:

'Eigenlijk ben ik het een beetje allebei, want ik eet niet altijd vlees. Meestal maakt mijn moeder het eten klaar en soms ik, maar soms maakt mijn moeder dan vlees klaar, maar dan eet ik het niet...Omdat ik het dan niet lekker vind'

3.4. Voedselvoorkeur

Alle deelnemers houden van eten en hebben allen een favoriet eetmoment. Daarbij is vooral het diner favoriet. Eén van de deelnemers houdt het meest van snacks. Ook geven ze aan gezond eten lekker te vinden. Bij 3 deelnemers is hun favoriete gerecht dan ook gezond te noemen:

'Ik eet het liefst voor de lunch een volkorenwrap met biologische kruidenkaas, biologische sla en biologische zalm. Dat is gezond omdat er groente en vis sowieso opzit en alles biologisch is behalve de wrap, maar de wrap is volkoren'

'Ik eet het liefst Indisch eten. Dat is ook nog gezond omdat er groente inzit en niet teveel vet'

Twee van de deelnemers geeft daarentegen aan dat McDonalds hun favoriete maaltijd is en nooit zonder vlees te kunnen leven. Alle deelnemers eten meerdere soorten groenten en fruit. Zij vinden allemaal komkommer, sla, spinazie en tomaat lekker. Drie deelnemers kiezen ook voor spruitjes als favoriete groente. Qua fruit vinden de kinderen bijna alle genoemde fruitsoorten lekker, zij dragen zelfs suggesties aan die niet in het werkboek te vinden waren, zoals kaki en kokosnoot. Eén van de deelnemers geeft aan dat als hij in de pauze naar de supermarkt gaat, hij fruit koopt als druiven of appels en geen ongezonde snacks.

De belangrijkste factor bij voedselkeuzes is dat de deelnemers het lekker vinden, niet omdat iets gezond is of goed voor het milieu. Daarbij gaat hun voorkeur niet uit naar alleen ongezonde dingen, maar veelal naar een combinatie van gezond en ongezond, zoals chips met een komkommertje erbij of kipnuggets en tomaatjes. Plantaardige gerechten zijn niet echt bekend of geliefd bij de meeste deelnemers:

'Plantaardige gerechten die ik vies vind zijn vegetarische lasagne en vegetarische pasta'

'Droge sla als maaltijd is niet zo heel lekker'

3.5. Milieu

Alle deelnemers zijn zich ervan bewust dat duurzaamheid goed is voor het milieu en de planeet, maar het is niet iets waar ze in het dagelijkse leven stil bij staan. Na het bekijken van het 1e filmpje gaven 3 van de 5 deelnemers aan dat zij hiervan onder de indruk waren. Eén deelnemer werd er boos van, maar kreeg er ook een 'wow-gevoel' van:

'Eerst heb ik letterlijk het woord boos opgeschreven met zo'n smiley, zo'n sippe smiley, want ik word boos van al dat afval in dat ding (de zee) wordt gegooid, en van het milieu enzo en eigenlijk al dat soort dingen. Had ik ook het woord wow opgeschreven, omdat er kwamen allemaal vette stukjes tussen van allemaal planten enzo, weet ik veel, allemaal dingen enzo, en daar had ik bij opgeschreven wow'

Twee van de deelnemers leggen een link met COVID-19 en het milieu en zeggen allebei dat het milieu er baat bij had dat er niet gevlogen werd en dat de lucht daardoor schoner was:

'Maar het gaat voor mijn gevoel wel steeds beter met het milieu, ook met corona, er vliegen natuurlijk geen vliegtuigen dus, daardoor is het ook wel beter en het was volgens mij ook in landen waar je nooit echt de lucht kon zien ofzo, omdat het zo erg slecht ging, waarbij je nu gewoon wel kon, dus dat is wel heel goed, maar ja, nu mag alles natuurlijk weer vliegen en rijden enzo dus, ja, schone lucht zal nu dus wel weer minder worden'

'Ja, maar je merkt het heel erg aan de lucht, dat die heel erg anders was, ik kon veel beter ademhalen dan normaal, ik had ook veel minder last, juist veel meer last van mijn hooikoorts omdat alles gewoon kon bloeien enzo, dus ik had ook echt meer traanogen, ik vind dat voor mezelf vervelend, maar voor de natuur vind ik het hartstikke goed'

Eén van de deelnemers geeft aan dat zij mensen die geen rekening houden met het milieu lui vindt:

'Je hoeft alleen maar van die kleine dingetjes te doen om de wereld net even iets beter te maken en dat is zo simpel maar omdat mensen gewoon te lui zijn om hun afval weg te gooien of om andere dingen te doen en dit gebeurt er dus dan en bij die bij, klinkt misschien heel gek, was ik heel blij om dat te zien want er was een hele erge bijentekort en nu gaat het weer supergoed met de bij'

3.6 Ideeën en oplossingen

Ideeën en oplossingen om kinderen van hun leeftijd duurzamer te laten eten, hebben de deelnemers wel. Drie van de deelnemers vinden dat de boodschap van duurzaam eten moet worden overgebracht door bekende artiesten. Nationaal kennen zij daar geen voorbeelden van, maar internationaal worden Ed Sheeran en Ariana Grande genoemd. Twee deelnemers zeggen dat als bekende mensen iets zeggen, zij er meer naar zou luisteren. Een andere deelnemer benoemt sporters als personen die invloed kunnen uitoefenen op de voedingspatronen van kinderen.

Eén van de deelnemers nam een eigen TikTok filmpje op, als voorbeeld over hoe zij gezonde voeding zou adverteren. Hierin maakte ze gebruik van zowel dans als tekst om zo een nieuw soort komkommer te promoten. Ook 2 andere kinderen benoemen TikTok als beste platform om kinderen te bereiken en zo de duurzame boodschap over te brengen:

‘Ja, nou, ehm, nou bijvoorbeeld op een leuke manier, bijvoorbeeld, kijk ehm, ehm, ja hoe leg je dat uit. Ik zit bijvoorbeeld, ik doe bijvoorbeeld heel vaak aan TikTok dat is een app op je telefoon, en ehm, kijk als je bijvoorbeeld, ik ken heel veel mensen die ook op die app zitten kijk als het bijvoorbeeld daar op zal langs komen, dan gaan meerdere mensen het, ik kan het niet uitleggen, laat maar’

‘Ik zou een TikTokpromo filmpje maken omdat alle kinderen met tiktok bezig zijn. Het filmpje opnemen in een kas waarbij kinderen de komkommer eten en vertellen hoe lekker hij is’

De schoolomgeving werd aangedragen als oplossing om kinderen meer te leren over duurzame voeding. Twee van de 5 kinderen had ervaring met lessen over gezonde voeding op school en zij zouden dit allebei vaker willen. De andere kinderen leek dit ook leuk en interessant:

‘Ik zou het niet erg vinden om het meer te hebben zeg maar, want ehm, het is zeg maar best belangrijk dat wij dingen weten over eten enzo’

‘Eh, ja, we hebben het nu wel op school, maar alleen, we hebben ook wel een keer proef gehad met aardappels van de gekookte en de niet gekookte dingen...Leuk, dat wil ik wel vaker doen dat soort dingen’

Ook werd het idee geopperd om gezonde producten in de supermarkt een leukere verpakking mee te geven. De deelnemer was van mening dat kinderen vaak afgaan op vrolijke verpakkingen en wou dit graag omdraaien. Geen enkele deelnemer kocht zelf op basis van verpakkingen producten en vroeg dit ook niet aan hun ouders. De deelnemers spraken over jongere kinderen die ongezonde keuzes maakten, maar schaarden zichzelf daar allemaal niet onder.

Voor het te ontwerpen fast food restaurant uit de toekomst kwamen de ideeën van de deelnemers redelijk overeen. Alle deelnemers kozen voor groene kleuren en een natuurlijke omgeving zoals een bos of het strand. Eén deelnemers adviseerde ook rood en geel erbij te nemen omdat zij zelf daardoor aan bloemen moest denken. De gerechten die de deelnemers bedachten waren bij 3 van de 5 deelnemers gelijk. Zij noemden salades en vegetarische burgers. Eén deelnemer wilde graag courgettepasta en groentestoofpot serveren en een ander noemde nasi groente met groente en noten. Als drankjes noemden de kinderen water met fruit erin zoals citroen of aardbei en smoothies met fruit én groente. Qua namen hadden de kinderen originele en vindingrijke ideeën:

‘Is echt superslecht, maar ik had één naam en die kwam opeens bij me op, de saladeparade’

‘Ehm, ja ik kon niet echt iets verzinnen, dus ik heb snel wat verzonnen dus, de afkorting is GHF, en dan is het Green Healthy Food...Weet ik niet, het kwam opeens bij me op, ik vind Engels ook cooler’

‘Ik had Green Food door groen eten, het hoeft niet alleen groen qua kleur te zijn, het is ook groen omdat het goed is voor het milieu’

‘Ik had, Gezond In de Mond’

3.7 Omgeving en herkomst

Over de herkomst van hun voeding denken de deelnemers niet na in hun dagelijks leven. Bij doorvragen tijdens de groepssessie weten twee kinderen wel factoren te noemen die belangrijk zijn bij een duurzaam voedingspatroon. Vervoer komt naar voren als niet duurzaam:

‘Nou, ik eigenlijk totaal niet, maar ik besef me wel dat bananen altijd met het vliegtuig komen, dat dat slechter is enzo, dat ik eet wel sowieso biologisch, dat is wel een stapje beter, dus ja’

‘Of ze komen met een vrachtwagen, je kunt ook met een elektrische vrachtwagen, maar dat is natuurlijk wel een uitzondering, want dat kost veel meer geld.’

Twee deelnemers zeggen dat zij samen met hun ouders regelmatig naar een pluktuin in de buurt gaan om fruit te plukken. Ook worden er soms aardappels geraapt. Beide deelnemers geven aan dat dit gezonder is omdat het van dichtbij komt. Een andere deelnemer vindt dat het eten dan wel goedkoper moet zijn omdat het uit de buurt komt:

‘Het is niet duur, het zou juist goedkoper moeten zijn, ik weet het denk, denk goedkoper...Omdat het is duurzaam, dan dus, dan ja, als het niet heel veel geld kost om het te laten maken of te laten planten, hoeft het ook niet zoveel te zijn om het te verkopen, ga ik ervan uit’

Bij de stellingen die in het werkboek voorkwamen bleken de kinderen allemaal wel op de hoogte van wat in Nederland of in het buitenland groeit, waar producten vandaan kwamen en of ze gezond of ongezond waren. Eén van de deelnemers gaf wel aan te denken dat groente die in een kas groeit minder gezond is en twee deelnemers zeiden dat boter niet van de koe kwam.

Twee van de deelnemers zitten op de middelbare school en zeggen dat het wel een verschil is met de bassischool en het aanbod van voedsel in de kantine. Daarbij valt het hun op dat er meer ongezonde producten zijn dan gezonde producten. Alle deelnemers geven aan dit vreemd te vinden en dat dit eigenlijk anders zou moeten. Die mening deelden ze ook over de supermarkt en het ongezonde aanbod gericht op kinderen. Alhoewel de kinderen vonden dat hier verandering in moest komen, wist niemand wie dat dan zou moeten doen.

4. Conclusie

In dit onderzoek is gezocht naar een antwoord op de vraag: “Op welke manier beleven kinderen tussen de 10 en 12 jaar een duurzamer voedingspatroon?”.

Uit de resultaten is gebleken dat een duurzamer voedingspatroon momenteel een kleine rol speelt in de belevingswereld van kinderen van 10 tot 12 jaar. Zij hebben weinig tot geen ervaring hiermee. Plantaardig eten komt naar voren als het eten van groente en fruit en in de beleving van de kinderen is er geen directe link met duurzaamheid. Alle deelnemers zeiden van groente en fruit te houden en geven ook aan gezond eten lekker te vinden. Hun ervaringen met gezond eten zijn positief en vinden plaats in de sociale setting, met familie of klasgenootjes. Bovendien lijkt elke deelnemer wel geïnteresseerd in gezonde voeding, zij weten er dingen over te vertellen en hebben een basiskennis waardoor zij onderscheid kunnen maken tussen gezonde en ongezonde producten. Een plantaardig voedingspatroon wekt geen herkenning of positieve gevoelens op bij de meeste deelnemers omdat zij niet bekend zijn met hoe divers en lekker dit eten kan zijn.

Bij het dieper ingaan op de materie bleken de deelnemers wel degelijk meer van een duurzaam voedingspatroon af te weten, zij brengen het alleen niet in de praktijk. Een duurzaam voedingspatroon beleven de deelnemers als voeding van dichtbij, maar niet perse als het eten van minder vlees. Bovendien vinden deelnemers het logisch dat duurzaam eten ook voordeliger is. Vlees lijkt een product te zijn dat door een deel van de deelnemers wordt ingeschaald als onmisbaar. Bovendien beleven zij het eten van vlees als gezellig. Een ander deel van de deelnemers geeft aan wel zonder vlees te kunnen en willen leven en een enkele deelnemer voert dit daadwerkelijk door in het dagelijkse voedingspatroon. Waar de ouders bij het merendeel duidelijk een rol spelen in het voedingspatroon voor hun kinderen, koos deze deelnemer zelf voor het eten van geen vlees. Deelnemers die kozen voor minder of geen vlees, maakten deze keuze omdat zij op een bepaald moment zijn geconfronteerd met dierenleed. Alle deelnemers vinden het milieu belangrijk, maar deze factor speelt niet mee in hun dagelijkse voedselkeuzes. Daarin is vooral de factor smaak belangrijk, de deelnemers kiezen voor producten omdat zij ze lekker vinden, niet omdat zij iets gezond of duurzaam

vinden. Het milieu wordt wel gelinkt met COVID-19 waarbij deelnemers verbanden leggen met een schonere lucht en daarnaast zeggen dat de pandemie goed is voor de natuur door minder verkeer. Bij een confrontatie met beelden die weergeven hoe de natuur lijdt onder antropogene activiteiten, waren alle deelnemers onder de indruk. Desalniettemin beleven zij het milieu niet als iets waar zij invloed op hebben. Het lijkt ver van hun af te staan en alleen een reactie op te wekken bij een daadwerkelijke confrontatie met de staat van ons milieu.

De transitie naar een duurzamer eetpatroon ervaren de kinderen als een complex onderwerp, geheel in lijn met volwassenen. Zij hebben voldoende ideeën, maar weten niet goed te benoemen wie de ideeën zou moeten uitvoeren. Wel zijn ze van mening dat ongezonde producten zich niet moeten richten op kinderen. Opvallend is dat zij hierbij zichzelf niet als doelgroep van ongezonde producten zien. In hun beleving zijn vooral kinderen die jonger zijn dan zij, beïnvloedbaar hiervoor. Het aanbieden van ongezonde voeding in hun schoolomgeving ervaren de deelnemers als gek en vreemd. Om verandering aan te brengen in hun omgeving en de manier waarop kinderen naar voeding kijken, komen er twee opties naar voren die alle kinderen lijken te ondersteunen. Het digitale platform TikTok is geliefd en volgens de kinderen uitstekend geschikt om een duurzame boodschap te promoten. Het moeten dan wel bekende mensen zijn, want daar luisteren de deelnemers volgens hun beter naar. Het komt niet in hen op dat zijzelf ook een rol kunnen spelen in het promoten van een duurzamer dieet. Ook vinden ze dat het onderwijs meer aandacht moet besteden aan gezonde voeding, de deelnemers die wel eens voedselonderwijs hebben gehad ervaarden dat als leuk en leerzaam en alle deelnemers zouden dit graag vaker willen doen.

Geconcludeerd kan worden dat duurzaamheid een kleine rol speelt in de belevingswereld van kinderen van 10 tot 12 jaar. Zij vinden het wel belangrijk en ook interessant, maar ervaren tot nu toe niet dat zij zelf hier ook een actieve bijdrage aan kunnen leveren.

5. Discussie

Het doel van dit onderzoek was om inzicht te krijgen in de belevingswereld van kinderen van 10 tot 12 jaar ten opzichte van een duurzamer eetpatroon zodat er een communicatieconcept kan worden ontwikkeld vanuit de opdrachtgever, Nethwork.

Vernieuwend aan dit onderzoek is dat is onderzocht hoe kinderen een duurzamer eetpatroon beleven. De methode contextmapping is oorspronkelijk ontwikkeld om designproducten te ontwerpen en is voor zover de onderzoeker weet niet eerder toegepast in onderzoeken omtrent duurzame voedingspatronen. De meerwaarde hiervan is dat de doelgroep intensief betrokken werd bij het nieuw op te zetten concept. De pilot die door een deel van de deelnemers is gedaan met betrekking tot het werkboek vergroot de betrouwbaarheid van de resultaten. Visser et al. (2005) concludeert dat het betrekken van de doelgroep van belang is voor het ontwikkelen van nieuwe concepten. De aanbevelingen uit dit onderzoek kunnen betrouwbaar geacht worden omdat er gedegen vooronderzoek is gedaan en de doelgroep betrokken is (Tisdall & Davis, 2004, p. 135).

Onderzoeken naar voedselpatronen focussen zich meestal op specifiek gezonde of ongezonde voedselkeuzes, zoals fruit, groente en frisdrank. Veelal zijn deze onderzoeken suggestief te noemen en niet overtuigend (Sleddens et al., 2015, p. 480). Ondanks dat gegeven komt smaak naar voren als cruciale factor bij het maken van voedselkeuzes (Craigie et al., 2011, p. 268). Dit lijkt terug te komen in de resultaten van dit onderzoek. Smaak is een belangrijk gegeven voor de deelnemers en een doorslaggevende factor bij voedselkeuzes. De kinderen die al meer ervaring hadden met gezonde voeding door school of door hun ouders, wisten hier ook overduidelijk meer vanaf. Het algehele kennisniveau lag hoog bij de kinderen. Dit blijkt ook uit een meting van het kennisniveau van gezonde eetgewoonten in Nederland, 80% van hen geeft goede antwoorden bij stellingen omtrent dit onderwerp (Bogaardt et al., 2018). Ook het gegeven dat er in de schoolomgeving meer ongezonde voeding is, sluit aan bij de literatuur. Volgens Bhupathiraju & Hu (2016, p. 1727)

promoot de omgeving waarin veel mensen leven ongezond gedrag en zijn energierijke, bewerkte producten beter verkrijgbaar en voordeliger dan onbewerkte producten. Dit maakt gezonde keuzes gecompliceerd.

Er zitten echter ook beperkingen aan het onderzoek. Contextmapping is een intensieve manier van onderzoeken. Voor de onderzoeker gaat er veel tijd zitten in de voorbereiding en in de analyse van de verzamelde data. Van de deelnemers wordt verwacht dat zij zich tweemaal voor een langdurige tijd inzetten waarbij ze zich bij de groepssessie anderhalf uur moesten concentreren. Dit kan nadelige gevolgen hebben voor de betrouwbaarheid van de resultaten. Kinderen in de leeftijd van 10 tot 12 jaar kunnen zich 20 tot 30 minuten concentreren op een taak die zijzelf niet hebben gekozen (Janssens, 2007). In het werkboek is hierin rekening mee gehouden door de opdrachten klein en divers te houden zodat de deelnemers dagelijks maar 5 tot 10 minuten hieraan hoefden te besteden. In de groepssessie van anderhalf uur is rekening gehouden met het concentratievermogen door afwisselende opdrachten en een pauze in te zetten. Janssens (2007) geeft aan dat er sprake moet zijn van afwisseling tussen concentratie en ontspanning wanneer men wil dat kinderen actief blijven luisteren en meedoen.

Een real-life groepssessie had wellicht meer resultaten kunnen opleveren dan een online groepssessie omdat dit de gangbare manier is bij contextmapping. Bovendien stimuleert een groepssessie in persoon groepsprocessen, wat interpersoonlijke communicatie oplevert en diepere inzichten (Visser et al., 2005). Het lijkt niet vanzelfsprekend dat een online sessie hetzelfde effect bewerkstelligt. De omstandigheden omtrent COVID-19 vroegen om een andere aanpak en dit kan de validiteit van het onderzoek hebben beïnvloedt. Ook wordt aanbevolen om bij contextmapping een groepssessie te leiden met twee onderzoekers, één om het gesprek te leiden en sturen, een ander om te observeren en aantekeningen te maken (Visser et al., 2005). Ook dit gegeven kan de validiteit verlagen aangezien er maar één onderzoeker betrokken is geweest bij het hele onderzoeksproces. Wel is de betrouwbaarheid vergroot door overeenstemming te bereiken met medestudenten betreffende de toegekende *sensitizing concepts* en coderingen bij het analyseren. De methodologische kwaliteit door middel van member-checking is niet gewaarborgd. De reden hiervoor lag bij de doelgroep. Volgens de cognitieve ontwikkelingstheorie van Piaget is het voor kinderen in deze ontwikkelingsfase niet mogelijk om gedachten en processen om te draaien, de redenering sluit niet geheel aan op logische argumenten (DeWolfe, 2013). Dit zorgt ervoor dat het kind niet in staat is om, op een later moment, het interview te controleren wat wellicht interpretatiebias van de onderzoeker vergroot.

Er kan geconcludeerd worden dat kwalitatief onderzoek goed aansluit op de hoofdvraag en het doel van dit onderzoek. De beperking is wel dat je als interviewer altijd invloed hebt op de gegeven antwoorden en de interpretatie hiervan (Plochg en Juttmann, 2007). Om interpretatiebias uit te sluiten zijn studiegenoten betrokken bij interpretaties die twijfelachtig waren voor de onderzoeker zelf. Bovendien bestaat de kans voor deelnemers om bij kwalitatief onderzoek sociaal-wenselijke antwoorden te geven. Dit kan van invloed zijn op de uitkomsten van het onderzoek. Daarnaast kunnen ouders invloed hebben gehad op de data uit de werkboekjes. Alhoewel de materialen geschikt waren voor de doelgroep, is het toch mogelijk dat de ouders hebben meegeholpen. Dit kan de betrouwbaarheid beïnvloeden omdat er zo wellicht geen kennis vanuit de doelgroep zelf is gekomen.

Tijdens de groepssessie bleek het lastig te zijn om bij sommige deelnemers meer diepgang te verkrijgen, dit was wellicht anders geweest in een live-setting. Dit kan ook liggen aan de spanningsboog van 10 tot 12-jarigen (Janssens, 2007). Ondanks dat de onderzoeker hier wel rekening mee heeft gehouden door verschillende activiteiten aan te bieden, heeft dit allicht toch invloed gehad op de uiteindelijk resultaten waardoor de betrouwbaarheid kan dalen. De onderzoeker is getraind als gespreksvoerder door de studie Voeding & Diëtetiek, maar heeft nog voldoende vaardigheden te ontwikkelen op het gebied van interviewen. Ook moet vermeld worden dat de onderzoeker een beginner is, maar wel werd begeleid door een

ervaren docent. Daarnaast is de methode contextmapping een compleet nieuwe methode voor de onderzoeker waardoor er mogelijk beslissingen zijn gemaakt die de validiteit beïnvloeden. Door zich de methode wel compleet eigen te maken, is dit risico wel verkleind. Bovendien is de positieve en enthousiaste houding van de onderzoeker bevorderlijk voor de diepgang tijdens de groepssessie wat de validiteit weer bevordert (Visser et al., 2005).

Met de groepssessie wordt er een groep van vier tot zes deelnemers aangeraden, dit heeft te maken met individuele aandacht en de hoeveelheid data die gegenereerd wordt (Visser et al., 2005). Hierdoor is er ook een ander aantal deelnemers aangehouden dan gebruikelijk is bij kwalitatief onderzoek. Mogelijk is saturatie daardoor niet opgetreden waardoor de resultaten niet geheel representatief zijn voor de doelgroep. Bovendien heeft één van de deelnemers uiteindelijk afgezien van deelname, waardoor er uiteindelijk maar vijf deelnemers zijn meegenomen in het onderzoek. Een grotere doelgroep kan ervoor zorgen dat de resultaten beter te generaliseren zijn voor de populatie. Daarnaast kwamen de deelnemers allen uit Zuid-Holland. Dit kan de generaliseerbaarheid nadelig beïnvloeden. Ook kregen de deelnemers als bedankje een beloning van €12,50. Dit kan hebben geleid tot het geven van sociaal-wenselijke antwoorden waardoor de betrouwbaarheid daalt. De beloning kan ook de bereidwilligheid hebben beïnvloed om mee te doen aan het onderzoek. Daarnaast kunnen de bereidwilligheid, de aanzienlijke tijdsinvestering en de enthousiaste houding van de deelnemers tot een positieve vertekening van de resultaten hebben geleid. De manier van werven via social media kan de representativiteit nadelig hebben beïnvloedt. Door gebruik te maken van het netwerk van de opdrachtgever, kan het zo zijn dat mensen reageerden die al kennis hadden van een duurzamer eetpatroon. Hierdoor zijn de resultaten wellicht minder te generaliseren.

6. Aanbevelingen

Opdrachtgever

Om de gewonnen informatie bruikbaar te maken voor het te ontwikkelen communicatieconcept van de opdrachtgever, zijn er *insight cards* (bijlage 5) ontwikkeld. De kaarten hebben de toepasselijke naam ‘The Greens’ meegekregen. Ter bruikbaarheid zijn er voor elke inzichtkaart verschillende aspecten aangehouden: het thema, rauwe data in de vorm van quotes of tekeningen en een samenvatting van de verzamelde informatie in een tekstblok. Dit creëert een mix van verschillende informatieniveaus (Visser et al., 2005). Deze *insight cards* geven meer inzicht in hoe kinderen van 10 tot 12 jaar een duurzaam voedingspatroon beleven en moeten inspiratie geven in het ontwerpproces.

Voeding & Diëtetiek

Dit onderzoek maakt de relevantie duidelijk tussen verschillende sectoren en diept de relatie tussen gezondheid en duurzaamheid verder uit. Dit gegeven kan leiden tot de aanbeveling om duurzaamheid mee te nemen in voedingsadviezen. De Gezondheidsraad wijdt maar enkele opmerkingen aan de ecologische aspecten van voeding, maar het wordt niet specifiek meegenomen in de adviezen (Gezondheidsraad, 2020). Toch kan dit wel heel belangrijk zijn voor de bewustwording van consumenten. Zo kunnen diëtisten een belangrijke bijdrage leveren aan het verduurzamen van voedingspatronen. Daarnaast is het haast onmogelijk voor elke sector om individueel aan de slag te gaan met deze thema’s. Multidisciplinair werken is onvermijdelijk, niet alleen met gezondheidssectoren, maar ook met bedrijven in de voedselproductie, het onderwijs en de overheid. Dit onderzoek daagt daarom uit om samenwerkingen aan te gaan die niet voor de hand liggen, maar die allicht wel kunnen bijdragen aan een gezondere maatschappij.

Vervolgonderzoek

Bij het doen van vervolgonderzoek zal er een betere strategie moeten worden opgezet om deelnemers te werven. Aan te raden is om hiervoor gebruik te maken van een vereniging of school waarbij de deelnemers in één keer geworven kunnen worden aangezien het werven van individuele deelnemers erg veel tijd in beslag nam. Bovendien is het belangrijk dat

contextmapping wordt uitgevoerd door twee of meer onderzoekers. Dit heeft niet alleen te maken met de hoeveelheid informatie die uit de werkboeken en groepssessie kwam, maar ook met optimaal verlopen van de groepssessie. Door tijdens de groepssessie met 2 onderzoekers te werken, kan één zich concentreren op de observaties en aantekeningen en de ander kan het gesprek leiden (Visser et al., 2005). Bovendien is het aan te raden meerdere onderzoekers te gebruiken voor de interpretatie van de data. Zo wordt conformation-bias verminderd.

Een ander punt om mee te nemen voor vervolgonderzoek is de kleine onderzoekspopulatie. Aan te raden valt om meerdere groepssessies te houden met verschillende kinderen per sessie zodat er pas kan worden opgehouden wanneer saturatie optreedt (Baarda et al., 2009). Dit onderzoek richtte zich specifiek op kinderen van 10 tot 12 jaar, maar is ook toepasbaar op jongere kinderen en adolescenten omdat de beleving van een 10-jarige erg anders kan zijn dan die van een 8-jarige of een 16-jarige. Zo ontstaat er een meer gelaagd beeld van de belevingswereld van kinderen van alle leeftijden ten opzichte van een duurzamer voedingspatroon. Het zou immers kunnen dat deze geheel andere wensen en ideeën hierover hebben.

Ook aan te raden voor vervolgonderzoeken is om een design-student in te schakelen die kan ondersteunen bij het ontwerpen van de sensitisatie-materialen.

Literatuurlijst

Adriaanse, M. A., Vinkers, C. D. W., De Ridder, D. T. D., Hox, J. J., & De Wit, J. B. F. (2011). Do implementation intentions help to eat a healthy diet? A systematic review and meta-analysis of the empirical evidence. *Appetite*, *56*(1), 183–193. https://doi.org/10.1016/j.appet.2010.10.012

Allen, A. M., & Hof, A. R. (2019). Paying the price for the meat we eat. *Environmental Science & Policy*, *97*, 90–94. https://doi.org/10.1016/j.envsci.2019.04.010

Allès, B., Péneau, S., Kesse-Guyot, E., Baudry, J., Hercberg, S., & Méjean, C. (2017). Food choice motives including sustainability during purchasing are associated with a healthy dietary pattern in French adults. *Nutrition Journal*, *16*(1), 1. https://doi.org/10.1186/s12937-017-0279-9

Arora, N. K., & Mishra, J. (2020). COVID-19 and importance of environmental sustainability. *Environmental Sustainability*, 2. https://doi.org/10.1007/s42398-020-00107-z

Baarda, B., Goede, M., Teunissen, J., & de Goede, M. (2009). *Basisboek kwalitatief onderzoek*. Noordhoff.

Bartels, J., Onwezen, M. C., Ronteltap, A., Fischer, A. R. H., Kole, A. P. W., van Veggel, R. J. F. M., & Meeusen (red.), M. J. G. (2009, augustus). *Eten van Waarde. Peiling Consument en Voedsel*. LEI Wageningen UR. https://edepot.wur.nl/12155

Bhupathiraju, S. N., & Hu, F. B. (2016). Epidemiology of Obesity and Diabetes and Their Cardiovascular Complications. *Circulation Research*, *118*(11), 1723–1735. https://doi.org/10.1161/circresaha.115.306825

Boeije, H. R. (2016). *Analyseren in kwalitatief onderzoek*. Boom Lemma. https://doi.org/10.1007/BF03084137

Bogaardt, M. J., van Haaster-de Winter, M. A., & Tacken, G. M. I. (2018, januari). *“Van melk krijg je geen witte tanden”: Nulmeting van de consumptie van melk, groente en fruit, de kennis van gezonde eetgewoonten en het eet- en drinkgedrag van kinderen in Nederland*. Wageningen Economic Research. https://doi.org/10.18174/440413

Bongaarts, J. (2009). Human population growth and the demographic transition. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, *364*(1532), 2985–2990. https://doi.org/10.1098/rstb.2009.0137

Bowen, G. A. (2006). Grounded Theory and Sensitizing Concepts. *International Journal of Qualitative Methods*, *5*(3), 12–23. https://doi.org/10.1177/160940690600500304

Brandt, K., Leifert, C., Sanderson, R., & Seal, C. J. (2011). Agroecosystem Management and Nutritional Quality of Plant Foods: The Case of Organic Fruits and Vegetables. *Critical Reviews in Plant Sciences*, *30*(1–2), 177–197. https://doi.org/10.1080/07352689.2011.554417

Bray, J., Johns, N., & Kilburn, D. (2010). An Exploratory Study into the Factors Impeding Ethical Consumption. *Journal of Business Ethics*, *98*(4), 597–608. https://doi.org/10.1007/s10551-010-0640-9

Buldyrev, S. V., Parshani, R., Paul, G., Stanley, H. E., & Havlin, S. (2010). Catastrophic cascade of failures in interdependent networks. *Nature*, *464*(7291), 1025–1028. https://doi.org/10.1038/nature08932

Butler, M. J., & Barrientos, R. M. (2020). The impact of nutrition on COVID-19 susceptibility and long-term consequences. *Brain, Behavior, and Immunity*, *87*, 53–54. https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.04.040

Clark, M., & Tilman, D. (2017). Comparative analysis of environmental impacts of agricultural production systems, agricultural input efficiency, and food choice. *Environmental Research Letters*, *12*(6), 064016. https://doi.org/10.1088/1748-9326/aa6cd5

Corbin, J. M., & Strauss, A. (1990). Grounded theory research: Procedures, canons, and evaluative criteria. *Qualitative Sociology*, *13*(1), 3–21. https://doi.org/10.1007/bf00988593

Cordain, L., Eaton, S. B., Sebastian, A., Mann, N., Lindeberg, S., Watkins, B. A., O'Keefe, J. H., & Brand-Miller, J. (2005). Origins and evolution of the Western diet: health implications for the 21st century. *The American Journal of Clinical Nutrition*, *81*(2), 341–354. https://doi.org/10.1093/ajcn.81.2.341

Craigie, A. M., Lake, A. A., Kelly, S. A., Adamson, A. J., & Mathers, J. C. (2011). Tracking of obesity-related behaviours from childhood to adulthood: A systematic review. *Maturitas*, *70*(3), 266–284. https://doi.org/10.1016/j.maturitas.2011.08.005

de Boer, J., Boersema, J. J., & Aiking, H. (2009). Consumers' motivational associations favoring free-range meat or less meat. *Ecological Economics*, *68*(3), 850–860. https://doi.org/10.1016/j.ecolecon.2008.07.001

Dedding, C. (2013). *Kinderen en jongeren actief in wetenschappelijk onderzoek*. Lannoo.

Dietz, W., & Santos-Burgoa, C. (2020). Obesity and its Implications for COVID-19 Mortality. *Obesity*, *28*(6), 1005. https://doi.org/10.1002/oby.22818

Due, P., Krølner, R., Rasmussen, M., Andersen, A., Trab Damsgaard, M., Graham, H., & Holstein, B. E. (2011). Pathways and mechanisms in adolescence contribute to adult health inequalities. *Scandinavian Journal of Public Health*, *39*(6_suppl), 62–78. https://doi.org/10.1177/1403494810395989

Duurzaam & Gezond eten met de Schijf van Vijf | Voedingscentrum. (2018, 11 januari). [Video]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?reload=9&v=2pKJJPBLn-0

Eat This. (2020, 19 februari). *Eat This Manifesto* [Video]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=wHhgca3NUDI&feature=youtu.be

FAO. (2013). *World Livestock 2013*. http://www.fao.org/3/i3440e/i3440e.pdf

FAO. (2014). *Food Wastage Footprint: Full Cost Accounting* (Final report). http://www.fao.org/docrep/018/i3347e/i3347e.pdf

Fitzgerald, A., Heary, C., Nixon, E., & Kelly, C. (2010). Factors influencing the food choices of Irish children and adolescents: a qualitative investigation. *Health Promotion International*, *25*(3), 289–298. https://doi.org/10.1093/heapro/daq021

Food Drink Europe. (2019, oktober). *Data & Trends of the European Food and Drink Industry 2019*. https://www.fooddrinkeurope.eu/uploads/publications_documents/FoodDrinkEurope_-_Data__Trends_2019.pdf

Gaver, B., Dunne, T., & Pacenti, E. (1999). Design: Cultural probes. *interactions*, *6*(1), 21–29. https://doi.org/10.1145/291224.291235

Gezondheidsraad. (2020). *Voeding, gezondheid en duurzaamheid: een blik vooruit.* https://www.gezondheidsraad.nl/binaries/gezondheidsraad/documenten/adviezen/2020/05/20/voeding-gezondheid-en-duurzaamheid-een-blik-vooruit/Advies-Voeding-gezondheid-en-duurzaamheid-een-blik-vooruit.pdf

Gielen, M. A. (2008). Exploring the child's mind – contextmapping research with children. *Digital Creativity*, *19*(3), 174–184. https://doi.org/10.1080/14626260802312640

Godfray, H. C. J., Aveyard, P., Garnett, T., Hall, J. W., Key, T. J., Lorimer, J., Pierrehumbert, R. T., Scarborough, P., Springmann, M., & Jebb, S. A. (2018). Meat consumption, health, and the environment. *Science*, *361*(6399), eaam5324. https://doi.org/10.1126/science.aam5324

Heldens, J. J. H. M., & Reysoo, F. (2005). De kunst van het interviewen: Reflecties op het interview met een guide. *Kwalon: Tijdschrift voor Kwalitatief Onderzoek in Nederland*, *10*(30), 106–121. https://repository.ubn.ru.nl/bitstream/handle/2066/54987/54987.pdf?sequence=1

Het Voedingscentrum. (2019, november). *Richtlijnen Schijf van Vijf*. https://www.voedingscentrum.nl/Assets/Uploads/voedingscentrum/Documents/Professionals/Schijf%20van%20Vijf/Ontwerp_Richtlijnen%20Schijf%20van%20Vijf_dec2019-klein.pdf

Holt-Giménez, E., Shattuck, A., Altieri, M., Herren, H., & Gliessman, S. (2012). We Already Grow Enough Food for 10 Billion People … and Still Can't End Hunger. *Journal of Sustainable Agriculture*, *36*(6), 595–598. https://doi.org/10.1080/10440046.2012.695331

Hu, F. B. (2011). Globalization of Diabetes: The role of diet, lifestyle, and genes. *Diabetes Care*, *34*(6), 1249–1257. https://doi.org/10.2337/dc11-0442

Huang, T., Yang, B., Zheng, J., Li, G., Wahlqvist, M. L., & Li, D. (2012). Cardiovascular Disease Mortality and Cancer Incidence in Vegetarians: A Meta-Analysis and Systematic Review. *Annals of Nutrition and Metabolism*, *60*(4), 233–240. https://doi.org/10.1159/000337301

Hueston, W., & McLeod, A. (2012). *OVERVIEW OF THE GLOBAL FOOD SYSTEM: CHANGES OVER TIME/SPACE AND LESSONS FOR FUTURE FOOD SAFETY* (A5

editie, Vol. 2012). National Academies Press. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK114491/

Huff, A. G., Beyeler, W. E., Kelley, N. S., & McNitt, J. A. (2015). How resilient is the United States' food system to pandemics? *Journal of Environmental Studies and Sciences*, *5*(3), 337–347. https://doi.org/10.1007/s13412-015-0275-3

ING Economisch Bureau. (2018, mei). *Zicht op de klimaatopgave. Doelen, zekerheden en onzekerheden voor Nederland*. https://www.ing.nl/media/ING_EBZ_zicht-op-klimaatopgave_tcm162-147580.pdf

Janssens, H. (2007). *Groep in beeld – De basisschool door de jaren heen: Boek 3 – Werkhouding*. Doetinchem: SON opleidingen.

John Hopkins University. (2020, 18 mei). *COVID-19 Map*. Coronavirus Map. https://coronavirus.jhu.edu/map.html

Lin, B. B. (2011). Resilience in Agriculture through Crop Diversification: Adaptive Management for Environmental Change. *BioScience*, *61*(3), 183–193. https://doi.org/10.1525/bio.2011.61.3.4

Luzi, L., & Radaelli, M. G. (2020). Influenza and obesity: its odd relationship and the lessons for COVID-19 pandemic. *Acta Diabetologica*, *57*(6), 759–764. https://doi.org/10.1007/s00592-020-01522-8

Marques, A., Martins, I. S., Kastner, T., Plutzar, C., Theurl, M. C., Eisenmenger, N., Huijbregts, M. A. J., Wood, R., Stadler, K., Bruckner, M., Canelas, J., Hilbers, J. P., Tukker, A., Erb, K., & Pereira, H. M. (2019). Increasing impacts of land use on biodiversity and carbon sequestration driven by population and economic growth. *Nature Ecology & Evolution*, *3*(4), 628–637. https://doi.org/10.1038/s41559-019-0824-3

McArthur, D. B. (2019). Emerging Infectious Diseases. *Nursing Clinics of North America*, *54*(2), 297–311. https://doi.org/10.1016/j.cnur.2019.02.006

McKinley, M. C., Lowis, C., Robson, P. J., Wallace, J. M. W., Morrissey, M., Moran, A., & Livingstone, M. B. E. (2005). It's good to talk: children's views on food and nutrition. *European Journal of Clinical Nutrition*, *59*(4), 542–551. https://doi.org/10.1038/sj.ejcn.1602113

Mikkilä, V., Räsänen, L., Raitakari, O. T., Pietinen, P., & Viikari, J. (2005). Consistent dietary patterns identified from childhood to adulthood: The Cardiovascular Risk in Young Finns Study. *British Journal of Nutrition*, *93*(6), 923–931. https://doi.org/10.1079/bjn20051418

Ministerie van Landbouw, Natuur en Voedselkwaliteit. (2020, 1 september). *Kamerbrief over de voortgang Nationale Eiwitstrategie*. Kamerstuk | Rijksoverheid.nl. https://www.rijksoverheid.nl/documenten/kamerstukken/2020/09/01/kamerbrief-over-de-voortgang-nationale-eiwitstrategie

Monteiro, C. A., Cannon, G., Moubarac, J.-C., Levy, R. B., Louzada, M. L. C., & Jaime, P. C. (2017). The UN Decade of Nutrition, the NOVA food classification and the trouble with ultra-processing. *Public Health Nutrition*, *21*(1), 5–17. https://doi.org/10.1017/s1368980017000234

Morawicki, R. O., & Díaz González, D. J. (2018). Food Sustainability in the Context of Human Behavior. *Yale J Biol Med*, *91*(2), 191–196. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6020726/

Ng Kee Kwong, K. C., Mehta, P. R., Shukla, G., & Mehta, A. R. (2020). COVID-19, SARS and MERS: A neurological perspective. *Journal of Clinical Neuroscience*, *77*, 13–16. https://doi.org/10.1016/j.jocn.2020.04.124

Padulosi, S., Sthapit, B., Lamers, H., Kennedy, G., & Hunter, D. (2018). Horticultural biodiversity to attain sustainable food and nutrition security. *Acta Horticulturae*, *1205*, 21–34. https://doi.org/10.17660/actahortic.2018.1205.3

Patel, H., Chandra, S., Alexander, S., Soble, J., & Williams, K. A., Sr. (2017). Plant-Based Nutrition: An Essential Component of Cardiovascular Disease Prevention and Management. *Current Cardiology Reports*, *19*(10), 5–6. https://doi.org/10.1007/s11886-017-0909-z

Perlman, S. (2020). Another Decade, Another Coronavirus. *New England Journal of Medicine*, *382*(8), 760–762. https://doi.org/10.1056/nejme2001126

Pingali, P. (2007). Westernization of Asian diets and the transformation of food systems: Implications for research and policy. *Food Policy*, *32*(3), 281–298. https://doi.org/10.1016/j.foodpol.2006.08.001

Poore, J., & Nemecek, T. (2018). Reducing food's environmental impacts through producers and consumers. *Science*, *360*(6392), 987–992. https://doi.org/10.1126/science.aaq0216

Popkin, B. M., Adair, L. S., & Ng, S. W. (2012). Global nutrition transition and the pandemic of obesity in developing countries. *Nutrition Reviews*, *70*(1), 3–21. https://doi.org/10.1111/j.1753-4887.2011.00456.x

Qaim, M. (2016). Globalisation of agrifood systems and sustainable nutrition. *Proceedings of the Nutrition Society*, *76*(1), 12–21. https://doi.org/10.1017/s0029665116000598

Reinehr, T., Kleber, M., Lass, N., & Toschke, A. M. (2010). Body mass index patterns over 5 y in obese children motivated to participate in a 1-y lifestyle intervention: age as a predictor of long-term success. *The American Journal of Clinical Nutrition*, *91*(5), 1165–1171. https://doi.org/10.3945/ajcn.2009.28705

Rogero, M., & Calder, P. (2018). Obesity, Inflammation, Toll-Like Receptor 4 and Fatty Acids. *Nutrients*, *10*(4), 432. https://doi.org/10.3390/nu10040432

Roth, A. V., Tsay, A. A., Pullmann, M. E., & Gray, J. V. (2008). Unraveling the food supply chain: strategic insights from China and the 2007 recalls. *The Journal of Supply Chain Management*, *44*(1), 22–39. https://doi.org/10.1111/j.1745-493x.2008.00043.x

Ruckelshaus, M. H., Jackson, S. T., Mooney, H. A., Jacobs, K. L., Kassam, K.-A. S., Arroyo, M. T. K., Báldi, A., Bartuska, A. M., Boyd, J., Joppa, L. N., Kovács-Hostyánszki, A., Parsons, J. P., Scholes, R. J., Shogren, J. F., & Ouyang, Z. (2020). The IPBES Global Assessment: Pathways to Action. *Trends in Ecology & Evolution*, *35*(5), 407–414. https://doi.org/10.1016/j.tree.2020.01.009

Sleddens, E. F. C., Kroeze, W., Kohl, L. F. M., Bolten, L. M., Velema, E., Kaspers, P. J., Brug, J., & Kremers, S. P. J. (2015). Determinants of dietary behavior among youth: an umbrella review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, *12*(1), 2. https://doi.org/10.1186/s12966-015-0164-x

Sleddens, E. F. C., Kroeze, W., Kohl, L. F. M., Bolten, L. M., Velema, E., Kaspers, P., Kremers, S. P. J., & Brug, J. (2015). Correlates of dietary behavior in adults: an umbrella review. *Nutrition Reviews*, *73*(8), 477–499. https://doi.org/10.1093/nutrit/nuv007

Stone, A. C. (2020). Getting sick in the Neolithic. *Nature Ecology & Evolution*, *4*(3), 286–287. https://doi.org/10.1038/s41559-020-1115-8

Story, M., Kaphingst, K. M., Robinson-O'Brien, R., & Glanz, K. (2008). Creating Healthy Food and Eating Environments: Policy and Environmental Approaches. *Annual Review of Public Health*, *29*(1), 253–272. https://doi.org/10.1146/annurev.publhealth.29.020907.090926

Story, M., Neumark-Sztainer, D., & French, S. (2002). Individual and Environmental Influences on Adolescent Eating Behaviors. *Journal of the American Dietetic Association*, *102*(3), S40–S51. https://doi.org/10.1016/s0002-8223(02)90421-9

Swinburn, B., Kraak, V., Rutter, H., Vandevijvere, S., Lobstein, T., Sacks, G., Gomes, F., Marsh, T., & Magnusson, R. (2015). Strengthening of accountability systems to create healthy food environments and reduce global obesity. *The Lancet*, *385*(9986), 2534–2545. https://doi.org/10.1016/s0140-6736(14)61747-5

Tendall, D. M., Joerin, J., Kopainsky, B., Edwards, P., Shreck, A., Le, Q. B., Kruetli, P., Grant, M., & Six, J. (2015). Food system resilience: Defining the concept. *Global Food Security*, *6*, 17–23. https://doi.org/10.1016/j.gfs.2015.08.001

Tilman, D., & Clark, M. (2014). Global diets link environmental sustainability and human health. *Nature*, *515*(7528), 518–522. https://doi.org/10.1038/nature13959

Tisdall, E. K. M., & Davis, J. (2004). Making a difference? Bringing children's and young people's views into policy-making. *Children & Society*, *18*(2), 131–142. https://doi.org/10.1002/chi.816

Totland, T. H., Gebremariam, M. K., Lien, N., Bjelland, M., Grydeland, M., Bergh, I. H., Klepp, K.-I., & Andersen, L. F. (2012). Does tracking of dietary behaviours differ by parental education in children during the transition into adolescence? *Public Health Nutrition*, *16*(4), 673–682. https://doi.org/10.1017/s1368980012003060

Turner-McGrievy, G., Mandes, T., & Crimarco, A. (2017). A plant-based diet for overweight and obesity prevention and treatment. *Journal of Geriatric Cardiology*, *14*(5), 369–374. https://doi.org/10.11909/j.issn.1671-5411.2017.05.002

United Nations. (2015). *SDGs .:. Sustainable Development Knowledge Platform*. Sustainable Development. https://sustainabledevelopment.un.org/sdgs

van Rossum, C., Buurma-Rethans, E., & Beukers, M. (2017, december). *Groenteconsumptie van 4-12-jarigen: Resultaten van VCP 2012-2014*. https://www.rivm.nl/sites/default/files/2018-11/memo%2006a%20groente%20kinderen%202017-12-14.pdf

van Rossum, C. T. M., Buurma-Rethans, E. J. M., Vennemann, F. B. C., Beukers, M., Brants, H. A. M., de Boer, E. J., & Ocké, M. C. (2016). *The diet of the Dutch*. RIVM. https://www.rivm.nl/bibliotheek/rapporten/2016-0082.pdf

Visser, F. S., Stappers, P. J., van der Lugt, R., & Sanders, E. B.-N. (2005). Contextmapping: experiences from practice. *CoDesign*, *1*(2), 119–149. https://doi.org/10.1080/15710880500135987

Wetenschappelijke Raad voor het Regeringsbeleid. (2014). *Naar een voedselbeleid*. WRR/Amsterdam University Press. https://www.wrr.nl/binaries/wrr/documenten/rapporten/2014/10/02/naar-een-voedselbeleid/naar-een-voedselbeleid.pdf

Whitmee, S., Haines, A., Beyrer, C., Boltz, F., Capon, A. G., de Souza Dias, B. F., Ezeh, A., Frumkin, H., Gong, P., Head, P., Horton, R., Mace, G. M., Marten, R., Myers, S. S., Nishtar, S., Osofsky, S. A., Pattanayak, S. K., Pongsiri, M. J., Romanelli, C., … Yach, D. (2015). Safeguarding human health in the Anthropocene epoch: report of The Rockefeller Foundation–Lancet Commission on planetary health. *The Lancet*, *386*(10007), 1973–2028. https://doi.org/10.1016/s0140-6736(15)60901-1

Willett, W., Rockström, J., Loken, B., Springmann, M., Lang, T., Vermeulen, S., Garnett, T., Tilman, D., DeClerck, F., Wood, A., Jonell, M., Clark, M., Gordon, L. J., Fanzo, J., Hawkes, C., Zurayk, R., Rivera, J. A., De Vries, W., Majele Sibanda, L., … Murray, C. J. L. (2019). Food in the Anthropocene: the EAT–Lancet Commission on healthy diets

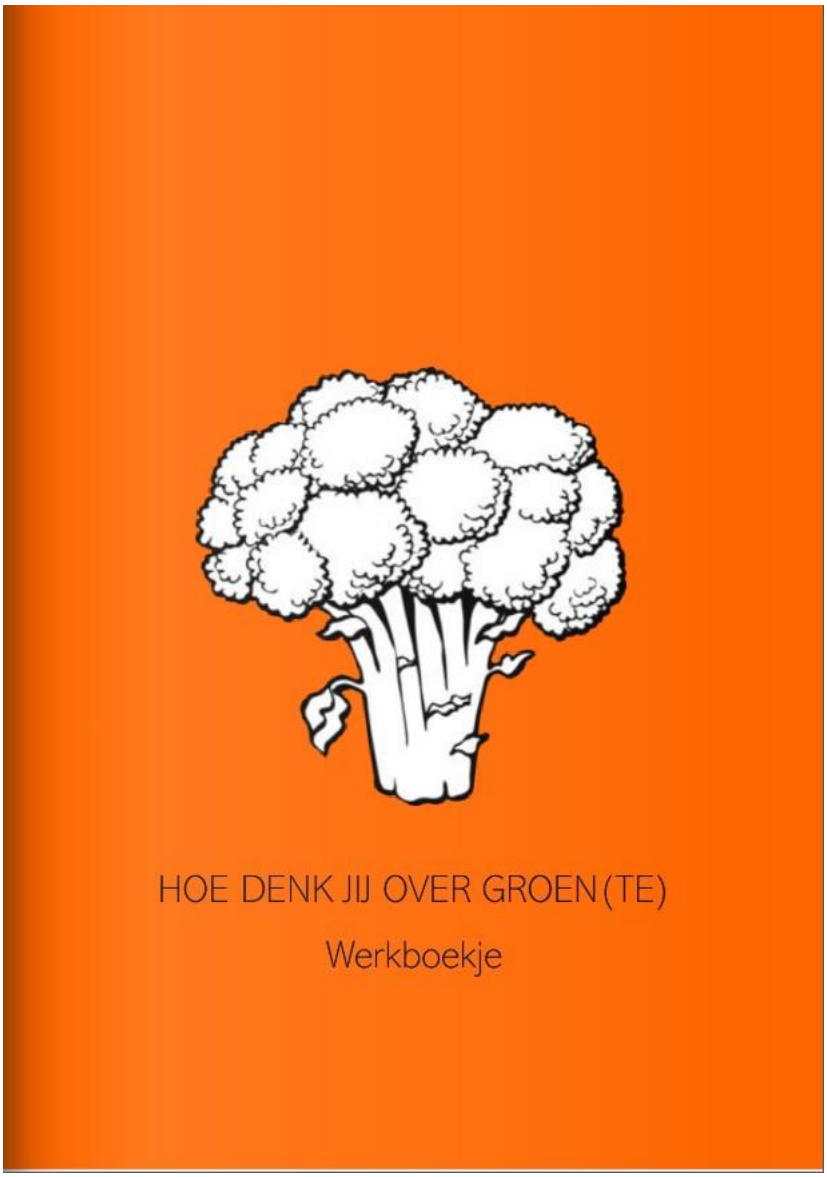
from sustainable food systems. *The Lancet*, *393*(10170), 447–492. https://doi.org/10.1016/s0140-6736(18)31788-4

World Health Organization. (2020, 12 maart). *WHO announces COVID-19 outbreak a pandemic*. WHO. http://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/news/news/2020/3/who-announces-covid-19-outbreak-a-pandemic

World Population Clock. (2020, 2 juli). World Population Clock. https://www.worldometers.info/world-population/

Wyeth, P. (2006, januari). *Designing cultural probes for children*. Queensland University of Technology. https://doi.org/10.1145/1228175.1228252

Bijlage 1: Werkboekje



Hai :)

Welkom en wat leuk dat je meedoet aan mijn onderzoek! Zoals je hebt kunnen zien heb ik een pakketje voor je gemaakt.

Het bestaat uit dit (werk)boekje, een vel met stickers, potloden, zaadjes en wat losse spulletjes. Je komt er vanzelf achter wat je ermee kunt doen.

Vandaag vul je de volgende twee bladzijden in. Die horen bij dag 1. Je ziet welke dag het is onderaan de bladzijde. Op dag 2 maak je de opdracht van dag 2 enzovoort. In totaal duurt het 7 dagen. Sla altijd even de bladzijde om zodat je weet dat je alle opdrachten hebt gemaakt.

Het is belangrijk om te weten dat er alleen maar goede antwoorden zijn. Ik wil graag weten wat jou interesseert en hoe jij dingen ziet. Sommige dingen vind je misschien leuk, andere wat minder. Als je iets niet wil doen, kun je dat natuurlijk altijd zeggen.

Bij vragen mag je me altijd bellen of appen op 0653859922. Ook mogen je ouders/verzorgers een handje meehelpen als je er niet uitkomt. Als ik niks van je hoor, bel ik halverwege de week even op om te horen hoe alles gaat. Heel erg bedankt voor je hulp en groetjes van mij,

Juliette

DAG 1

Hoe heet je : _____

Hoe oud ben je : __ jaar

Lievelingshobby : _____

Plak een sticker of doorkruis je favoriete eetmoment

ONTBIJT LUNCH DINER

SNACKS TOETJE

Wat eet je dan het liefst bij dat eetmoment?

_____

_____

Maak je dat zelf klaar? JA / NEE omcirkel je antwoord

Is het gezond? JA / NEE

Waarom wel gezond of waarom niet? _____

_____

_____

DAG 1

Plak een sticker of doorkruis jouw voorkeur

ZOET OF ZOUT

GROENTE OF FRUIT

WATER OF FRIS

Omcirkel de 5 groentes die je lekker vindt

komkommer sla radijs spruitjes ui

spinazie broccoli kool sperzieboon wortel

erwtjes sla courgette aubergine

paprika prei avocado tomaat bloemkool

Doe hetzelfde bij deze fruitsoorten

Druif appel banaan kiwikers aardbei

pruim perzik peer bosbes framboos

braam vijgen dadels ananas mango

papaja sinaasappel mandarijn

DAG 1

Wat heb je nodig?

-Envelop 1 Zaadjes
-Envelop 2 Gaasdoek + touw
-Kleine glazen schaal of plastic bak
-(warm) Water

Wat ga je doen?

1. Doe de zaden in de schaal en vul deze met warm water. Nu moeten ze 8 uur weken in water. Het gaasdoek doe je om het schaaltje heen voor makkelijk afgieten en omspoelen
2. Zet de afgespoelde zaden op een donkere plek neer, zo verkleuren ze niet en blijven ze wit
3. Elke dag moeten de zaden 2x worden afgespoeld onder water. 5 dagen achter elkaar. Kruis hieronder elke dag af of je de zaden hebt omgespoeld en hebt teruggezet. Zorg dat je de zaden niet verstoort bij het spoelen, doe dit dus voorzichtig!

	's ochtends	's avonds
Dag 3		
Dag 4		
Dag 5		
Dag 6		
Dag 7		

De volgende bladzijde hoort ook bij vandaag!

DAG 2

Heb je zelf eerder zelf groente of fruit gezaaid of geplant?

JA / NEE* *omcirkel je antwoord

Zoja, wat zaaide of plantte je? _____

Waar was dat en met wie? _____

Hoe voelde je je toen?_____

Waar komt ons eten vandaan?

Weet jij of onderstaande stellingen waar zijn of niet waar? Kruis het juiste antwoord aan

	Waar	Niet waar
In NL groeien mandarijnen aan een boom	☐	☐
Elke koe in NL loopt elke dag buiten	☐	☐
Groente die in een kas groeit is minder gezond	☐	☐
Elke dag fruit is gezond voor mij	☐	☐
Cola light is net zo gezond als water	☐	☐
Boter komt van de koe	☐	☐
Appels in de supermarkt zijn altijd appels uit NL	☐	☐
Biologisch eten is beter voor het milieu	☐	☐
In Nederland groeit veel groente	☐	☐

Wat heb je nodig?

-Envelop 3 Gezond voedingspatroon
-Stickervel

Wat ga je doen?

1. Leg de plaatjes die je in envelop 3 vindt op volgorde. Van gezond naar ongezond (foute antwoorden zijn onmogelijk)
2. Nu ga je stickers plakken op de plaatjes, meerdere stickers per plaatje mag! Stickers plakken doe je zo:

= Eten dat je lekker vindt

= Eten dat je niet kent

= Eten dat je niet lekker vindt

= Eten dat je vaak eet

3. Maak nu een foto van het resultaat. Die mag je naar mijn emailadres sturen: juliette@growwizzkid.nl of naar 0653859922
4. Welke plaatjes horen bij een plantaardig dieet?

   1. voorbeeld: *Salade*

   2.

   3.

   4.

   5.

   6.

Denk aan je broccolikers!

DAG 3

Teken hieronder je favoriete maaltijd ↓

De volgende bladzijde hoort ook bij vandaag!

Wat is het? _____

_____

Waarom is het je favoriet?_____

_____

_____

_____

_____

Denk aan je broccolikers!

DAG 4

Teken hieronder een gezonde maaltijd ↓

Wat is het? _____

_____

Waarom is het gezond?_____

_____

_____

_____

Vind jij dit lekker?_____

Denk aan je broccolikers!

DAG 4

Tegenwoordig hoor je veel over mensen die meer plantaardig eten, dat is beter voor het milieu dus hartstikke duurzaam. Maar wat betekent het?

Wat denk jij dat duurzaam betekent?

_____

_____

Waar bestaat een plantaardig dieet uit?

_____

_____

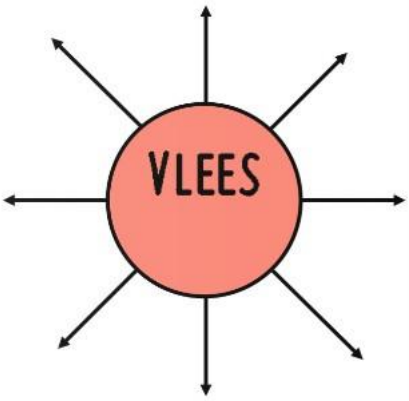
Maak een top 3 van plantaardige gerechten die je LEKKER vindt

1. _____
2. _____
3. _____

Maak een top 3 van plantaardige gerechten die je VIES vindt

1. _____
2. _____
3. _____

Waar denk jij aan bij vlees? Noem zoveel mogelijk dingen die bij je op komen en zet deze hieronder neer.



DAG 5

In NL groeien sommige groente– en fruitsoorten in kassen. Deze vorm van kweken wordt de glastuinbouw genoemd. De glastuinbouw houdt rekening met het milieu in het kweekproces. Zij proberen dit zo duurzaam mogelijk te doen. Water wordt gerecycled, lampen zijn energiezuinig en er is weinig uitstoot van CO_2.

Stel je voor: Er is een nieuwe kleine komkommer ontwikkeld in een Nederlandse kas. Eentje die extra knapperig is en waar extra veel vitamines in zitten. De bedenker wil graag dat de komkommer meer bekendheid krijgt en dat kinderen deze komkommer gaan eten als gezonde snack.

Hoe zou JIJ deze komkommer bekend maken? Ontwerp zelf een advertentie voor de krant, een reclameboodschap voor tv of een vlog voor YouTube. Je mag het hieronder opschrijven, maar je kunt ook tekenen of zelf filmen. Als je iets filmt of tekent, stuur het dan naar juliette@growwizzkid.nl of naar 0653859922

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Vandaag is het dan zover. Als alles goed is, zijn je zaden ontkiemd en kun je de kiemplantjes afknippen. Als je wil, kun je ook de zaadjes mee-eten.

Broccolikers is supergezond voor je, in het kleine plantje zitten veel voedingsstoffen en vitamines. Bovendien kun je het op veel verschillende manieren eten. Door je salade, op je boterham, over de soep of in een sausje zoals pesto.

Vandaag is het de opdracht om een gerechtje te bedenken met je broccolikers en deze te maken. Kijk thuis in de koelkast of keukenkastjes wat er in huis is en maak hiermee wat lekkers. Het recept schrijf je hieronder op. Bedenk ook een leuke naam.

Wil je er een foto van maken? Stuur deze naar juliette@growwizzkid of naar mijn telefoon, 0653859922.

Naam recept: _____

Wat heb je nodig

-	-	-
-	-	-
-	-	-

Hoe maak je het?

_____

_____

_____

_____

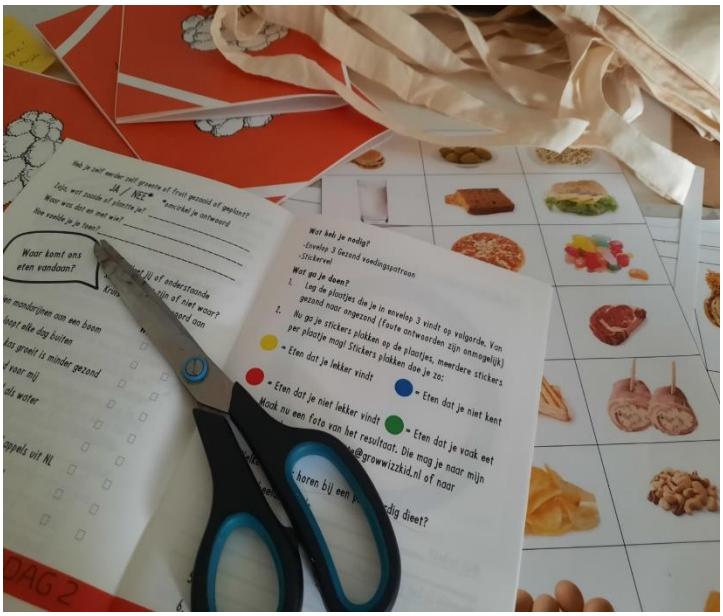
Hoe denk jij over groen(te)?

Een belevingsonderzoek naar een duurzamer en meer plantaardig voedingspatroon bij kinderen tussen de 10 en 12 jaar.

Voor meer informatie of bij vragen kun je contact opnemen met Juliette Lepez

E - juliette@growwizzkid.nl

Bijlage 2: Pakket deelnemers



Bijlage 3: Informed Consent

Geachte heer, mevrouw,

INFORMATIEBLAD

Na ons laatste contact heeft u mij laten weten dat uw kind wil meewerken aan een onderzoek over een duurzamer en meer plantaardig voedingspatroon. Het onderzoek zelf heet 'Hoe denk jij over groen(te)?'. Het doel is meer inzicht verkrijgen in de beleving van kinderen omtrent onderwerpen als herkomst, voeding en gezondheid en duurzaamheid. Voordat het onderzoek van start gaat, is het belangrijk dat u weet hoe de procedure in elkaar zit. Leest u dit informatieblad daarom zorgvuldig door.

Instructie en procedure
In dit onderzoek wordt van uw kind gevraagd een werkboekje in te vullen. Dit ontvangt u in een pakketje met alle materialen die uw kind nodig heeft. In het werkboekje staan kleine opdrachten zoals het tekenen van een gezonde of lekkere maaltijd. Een week lang maakt uw kind elke dag een opdracht. Halverwege de week bel ik even om te vragen of alles goed gaat. Als er eerder vragen zijn, mag u mij altijd bellen, appen of mailen. Mijn gegevens staan onderaan en ook in het werkboekje vermeld.

Aan het einde van de week stuurt u mij het werkboekje en het formulier op de volgende pagina terug. Dit doet u met de daarvoor bestemde geadresseerde envelop met postzegels in het pakketje. Zodra alle werkboekjes van de kinderen bij mij zijn ingeleverd, begint fase 2. Dit is maximaal 10 dagen na het inleveren van het werkboekje. Fase 2 is een virtueel samenkomen met de 4 andere kinderen die meedoen, via het programma Zoom. De link en de exacte datum daarvoor ontvangen jullie via email zodra dit bekend is . Hiervoor dient uw kind over een telefoon of computer met internetverbinding en een emailadres te beschikken. Tijdens deze bijeenkomst zal er aan de hand van een topiclijst dieper worden ingegaan op de gemaakte opdrachten. De bijeenkomst zal ongeveer 1,5 tot 2 uur duren.

Vergoeding
De kinderen ontvangen na afloop van het onderzoek een kleine vergoeding van €12,50.

Potentiële ongemakken
Er zijn geen fysieke, juridische of economische risico's verbonden aan de deelname aan dit onderzoek. Uw kind hoeft geen vragen te beantwoorden die hij of zij niet wil beantwoorden.

Vertrouwelijkheid
De privacy van uw kind is maximaal beschermd. De gegevens van dit onderzoek zullen door de onderzoeker worden gebruikt voor nadere analyse en eventueel ter beschikking worden gesteld aan leerkrachten van de Haagse Hogeschool. Hierbij wordt geen gebruik gemaakt van de persoonsgegevens van uw kind, en blijft zijn/haar anonimiteit gewaarborgd

Vrijwilligheid
Deelname is vrijwillig en als uw kind toch niet aan het onderzoek wil meedoen, of als u niet wilt dat uw kind aan het onderzoek deelneemt, wordt uw kind niet in het onderzoek opgenomen. Als uw kind gaandeweg besluit om er toch mee te stoppen, kan dat natuurlijk altijd. Mocht uw toestemming worden ingetrokken en er is al data verzameld, wordt deze als vanzelfsprekend vernietigd. Toestemming intrekken kan tot 5 dagen na fase 2.

Voor meer informatie en vragen kunt u altijd contact opnemen met mij. Ook voor vragen of opmerkingen na de tijd ben ik bereikbaar. Alvast hartelijk bedankt voor alles!

Hengelo, 20-08-20, Juliette Lepez

Juliette Lepez
Saturnusstraat 133
7557 LP Hengelo
0653859922
juliette@growwizzkid.nl

Inform nulier Hoe denk jij over groen(te)?*

INFORMED CONSENT FORMULIER

Ik verklaar hierbij dat ik duidelijk ben ingelicht over de aard en methode van het onderzoek, zoals beschreven op het informatieblad. Mijn vragen zijn naar tevredenheid beantwoord. Ik verklaar bevoegd te zijn om te tekenen voor deelname van het kind aan het bedoelde onderzoek.

Ik stem geheel vrijwillig in met deelname van het kind aan dit onderzoek en behoud daarbij het recht deze toestemming weer in te trekken, zonder opgaaf van reden. Ik besef dat het kind elk moment mag stoppen. De persoonsgegevens van het kind worden niet door derden ingezien zonder mijn uitdrukkelijke toestemming. Als de onderzoeksresultaten van het onder mijn gezag vallende kind gebruikt worden, gebeurt dit volledig anoniem.

Als ik verder informatie wil ontvangen, nu of in de toekomst, kan ik me wenden tot de onderzoeker Juliette Lepez (0653859922; juliette@growwizzkid.nl). Ook bij eventuele klachten of opmerkingen kan ik me wenden tot de onderzoeker of de Haagse Hogeschool.

Aldus:

_____
Naam kind

_____ _____
Naam gezaghebbende (ouder/verzorger) Handtekening

*Eén exemplaar is voor u, eentje mag u terugsturen in de geadresseerde envelop samen met het door het kind ingevulde werkboekje.

Informed consent formulier Hoe denk jij over groen(te)?

Ik verklaar hierbij dat ik duidelijk ben ingelicht over de aard en methode van het onderzoek, zoals beschreven op het informatieblad. Mijn vragen zijn naar tevredenheid beantwoord. Ik verklaar bevoegd te zijn om te tekenen voor deelname van het kind aan het bedoelde onderzoek.

Ik stem geheel vrijwillig in met deelname van het kind aan dit onderzoek en behoud daarbij het recht deze toestemming weer in te trekken, zonder opgaaf van reden. Ik besef dat het kind elk moment mag stoppen. De persoonsgegevens van het kind worden niet door derden ingezien zonder mijn uitdrukkelijke toestemming. Als de onderzoeksresultaten van het onder mijn gezag vallende kind gebruikt worden, gebeurt dit volledig anoniem.

Als ik verder informatie wil ontvangen, nu of in de toekomst, kan ik me wenden tot de onderzoeker Juliette Lepez (0653859922; juliette@growwizzkid.nl). Ook bij eventuele klachten of opmerkingen kan ik me wenden tot de onderzoeker of de Haagse Hogeschool.

Aldus:

_____
Naam kind

_____ _____
Naam gezaghebbende (ouder/verzorger) Handtekening

Bijlage 4: Topiclijst

-Voorstellen onderzoeker en deelnemers

-Nadruk leggen op het feit dat antwoorden altijd goed zijn

-Delen herinnering favoriete maaltijd en waarom

-Werkboek bespreken

    -Dieper ingaan op opdracht 3

    -Specifieke gerechten

-Gedachtes en ervaringen over een duurzamer voedingspatroon

-Klimaatverandering

-Brainstorm Fast Food-restaurant 2030

-Eten van de toekomst

-Herkomst eten

-Gezond en duurzaam eten

-Eten in je omgeving

-Voedselpatronen

-Voedselvoorkeur

-Ideeën en oplossingen

Bijlage 5: Insight Cards – the Greens

Ervaringen

Welke ervaringen hebben kinderen met duurzamer eten?

Weinig ervaring met duurzaam eten
Wel positieve ervaring met gezond eten
Geen vlees eten door dierenleed
Sociale setting belangrijk bij eten
Halen plezier uit voedselonderwijs

Hoe voelen kinderen zich als ze met voeding bezig zoals koken of zaaien

Vind ik leuk om te doen

Heel blij!

Normaal

Blij

Omgeving & Herkomst

"Groente uit de kas is niet gezond"

Over herkomst wordt weinig nagedacht
Weten wel dat voeding van ver niet duurzaam is
Zelf fruit plukken en aardappels rapen is leuk
Ervaren ongezonde voeding in de school- en supermarkt omgeving als vreemd
Weten veelal waar producten vandaan komen en of deze gezond of ongezond zijn

"Als eten uit de buurt komt, zou het juist goedkoper moeten zijn. Het is duurzaam dus dan kost het ook niet veel om het te laten maken"

Gezonde voeding

Indonesische maaltijd

Hamburger, boontjes, aardappels

Broodje sla en tomaat

Gezond eten is anders dan duurzaam eten
Plantaardig eten = groente en fruit
Door met gezondheid bezig te zijn meer bewustzijn
Teveel calorieën en vet zijn ongezond
Sausjes horen niet bij gezond eten
Eten van dichtbij is beter voor het milieu, maar moet ook goedkoper zijn
Bewust van relatie voeding - gezondheid

Voedselpatronen

Associaties vlees

- Zielig
- Onmisbaar
- Bloed
- Eten
- Gezellig
- Vega
- Lekker
- Avondeten

Kinderen ervaren eigen eetpatroon als gezond
Ouders bepalen
Duurzame voedselpatronen worden niet gehanteerd
Geen vlees eten uit ethische overwegingen of smaak
Koken niet zelf

Voorkeuren

Dit vinden kinderen lekker qua plantaardige maaltijd

1. Friet
2. Salade
3. Soep

"Ik vind vegetarische lasagne en pasta vies!"

Diner favoriete eetmoment
Liefst wel gezond eten
Favoriete eten ook vaak gezond
Houden van komkommer, sla, spinazie en tomaat
Bijna alle fruit is lekker
Smaak belangrijkste factor
Combinaties van gezond en ongezond als kipnuggets en tomaat of chips en komkommer
Plantaardige maaltijden klinken vies

Milieu

"Maar het gaat voor mijn gevoel wel steeds beter met het milieu, ook met corona, er vliegen natuurlijk geen vliegtuigen dus, daardoor is het ook wel beter"

"Eerst heb ik letterlijk het woord boos opgeschreven zo'n sippe smiley, want ik word boos van al dat afval in de zee wordt gegooid, en van het milieu enzo en eigenlijk al dat soort dingen"

Voor hun gevoel hebben kinderen weinig met het milieu te maken
Bij confrontatie met klimaatverandering onder de indruk
COVID-19 goed voor schone lucht wereldwijd
Als je geen rekening houdt met het milieu ben je lui

Ideeën om kinderen duurzamer te laten eten

- Bekende artiesten en sporters duurzame boodschap laten uitdragen
-TikTok, dansen en muziek
-Voedseleducatie
-Gezonde producten leuke verpakking geven
-Ongezonde producten uit schoolomgeving verwijderen

Hét fastfoodrestaurant 2030

Serveert: Salades zonder dressing en vega-burgers van bonen en insecten. Erbij drink je een smoothie of water met fruit.
Huisstijl: Groen en wit
Mogelijke namen: 'Saladeparade', 'Gezond in de mond', 'Green Healthy Food'.
Locatie: in het bos of bij zee