



Thuis in het Verpleeghuis
Waardigheid en trots op elke locatie

Rosengaerde: ‘Goed eten draait om gezondheid, welzijn en beleving’



Gezonder en zoveel mogelijk lokaal eten. Die ambitie stelt zorginstelling Rosengaerde in Dalfsen zichzelf sinds dit voorjaar. Want gezonde voeding heeft impact op de gezondheid en het welzijn van haar cliënten. Ook sociaal biedt het veel. ‘Eten geeft verbinding. Het is het moment op de dag om te delen, ook met je moeder die dementie heeft. Eten geeft gespreksstof.’

Sinds 1 april prijkt het ‘Menu van de chef’ bij binnenkomst op het bord in het restaurant van Rosengaerde. Al bij de koffie om 10.00 uur is het menu het gesprek van de dag. Duidelijk is dat de ouderen blij zijn met de nieuwe dagelijkse maaltijd. En het keukenteam kan weer doen waar het voor is opgeleid: geen instellingskeuken draaien, maar met trots het koksvak uitoefenen.

Goed en gezond eten krijgt binnen Rosengaerde vanuit de visie een steeds belangrijkere plek. Een paar jaar geleden was er de verbouwing van de recreatieruimte tot een mooi restaurant. Er kwam een goed uitgeruste keuken en enkele koks volgden een masterclass van ‘Duurzaam en gezond aan tafel’. Dat gaf niet genoeg handvatten, dus zocht Rosengaerde verder. Een jaar geleden waren de eerste gesprekken met experts en vanaf januari loopt er een pilot. Voor gezond, gevarieerd en lokaal eten, afgestemd op de behoefte en smaak van de vijftig bewoners en 320 thuiswonende cliënten in Dalfsen.

Gezondere cliënten en minder verspilling

Bij de pilot staan gezondheid en welzijn centraal. Naast beleving en ontmoeting. Maar de ambities van Rosengaerde reiken verder: ondervoeding tegengaan, minder verspilling van voedsel, minder gebruik van medicatie, laxerende – en eiwitverrijkende producten. De verspilling (of waste) levert naar verwachting straks een flinke kostenbesparing op. Kok Julian de Wolf: ‘Voorheen werd er met drie keuzemenu’s veel extra gekookt. Maar liefst zestig procent bleef over en ging weg. Ook gebruikten we veel wegwerpmateriaal, zoals plastic bakken. Daar valt ook veel te besparen.’ Begin 2020 meet Rosengaerde of het de ambities heeft kunnen waarmaken.

Sinds een paar weken gaat het er dus anders aan toe bij Rosengaerde. Mensen krijgen een vast menu, het Menu van de chef. Eten wat de pot schaft, maar wel op een mooi opgediend bord en door de kok zelf bereid. Geeft een bewoner aan iets echt niet te lusten, dan is er een kleine ‘foodbank’ met een alternatief groente- of vleesgerecht. De eerste ervaring leert dat 95 procent van de mensen het menu van de dag met smaak eet. Volgens Jenny Compagner, medewerker Gastenservice, geeft het nieuwe menu de bewoners ook meer rust. ‘Nu we geen drie keuzemenu’s meer hebben, geeft dat hen minder spanning in het moeten kiezen.’

Jenny en haar collega’s lichten de gerechten met plezier toe en zoeken actief het contact met de mensen aan tafel. Ook de koks voegen meer aan de beleving toe. Zij laten zich vaker in het restaurant zien en gaan het gesprek over het eten met de bewoners aan. Van vooral taakgericht bezig zijn, groeit het team toe naar nog meer oog hebben voor wie ze het eten op tafel zet.

Video: Jenny Compagner over het voedingsverbetertraject

Beren op de weg

Kok Julian de Wolf en Jenny Compagner vertellen enthousiast over de eerste weken. Maar bij de weg hiernaartoe kwam veel kijken. Manager van het bedrijfsbureau, José Bloo, vertelt eerlijk: ‘Zonder experts van buitenaf, die de taal spreken, red je het niet. Er waren best veel beren op de weg. Op deze manier gaan werken, vraagt een andere denkwijze, oude patronen loslaten en werkprocessen anders inrichten. Zo vraag ik om één chef onder de vier koks; dat waren ze niet gewend. Het keukenteam zou zelf meer gaan bereiden, maar gaf aan het nu al zo druk te hebben. Terwijl ze veel meer met het koksvak bezig zouden gaan. Weer zelf vlees bakken en verse aardappelpuree maken, in plaats van uit zakjes koken. Dat is een nieuwe werkwijze en het kost tijd om in beweging te komen.’

Ook werd het keukenteam uitgedaagd om met een hernieuwde blik te kijken naar voor wie het kookt. Koken voor ouderen vraagt iets anders dan koken voor de gemiddelde mens. Je moet rekening houden met verandering in smaak, reuk, zicht, slikvermogen en ziektes. Best een uitdaging voor een drukbezet team. Daar kwam de begeleiding van de externe deskundigen van ‘Smaak van het Huis’ goed van pas. Zij reikten hun

expertise aan bij het opbouwen van een gezond en aantrekkelijk menu, aan de hand van GPS (geur, prikkel, smaak). Vorige week leverde dat een spannende maaltijd van vis en venkel op, zelfs voor de bewoner die daarvoor alleen gemalen vlees at.

Smaak van het Huis zette samen met Rosengaerde een traject op om ouderen gezonder en met meer plezier te laten eten. Dat begon met aansluiten bij de organisatie zelf en meekijken op de werkvloer. Daarna besprak het de ontwikkelwensen, om vervolgens alles samen te brengen in een plan. De koks, keukenassistenten en gastenservice-medewerkers volgden diverse workshops en kregen training on the job. Daarvan was teambuilding een onderdeel. Het lukte Smaak van het Huis meer samenhang in het team te krijgen. De mensen om de koks heen werden mondiger. 'Als medewerkers van de Gastenservice durven we meer te zeggen. We kunnen meer aan van elkaar', vertelt Jenny Compagner.



Verbinding tussen boer en zorg

Rosengaerde wil de maaltijden gezonder maken, maar ook met zoveel mogelijk lokale producten koken. Daarin ging het de samenwerking aan met Eten uit de Regio, een organisatie die verbinding legt tussen regionale voedselproducenten en de zorg. Eventuele hogere kosten die verse en lokale voeding met zich mee brengt, hoopt Rosengaerde te compenseren door minder verspilling, minder wegwerpmateriaal en minder medicatiegebruik.

De eerste ervaring met het eten van om de hoek, viel in de startweek goed in de smaak. Een proeverij verweende de smaakpapillen en de aanwezigheid van de boeren zorgde voor bijpassende ambiance. Kok Julian de Wolf: 'Dat sprak mensen enorm aan. Onze bewoners zijn vaak zelf boer geweest of hadden vroeger een

groentetuin.’ Dus heeft Rosengaerde niet alleen de ambitie om steeds meer groente op tafel te zetten die twee uur daarvoor nog op het land stond. Maar ook om bewoners een bezoek te laten brengen aan de kippenboer of zuivelboer, die voor het eten bij het zorgcentrum zorgt.

Landelijke ontwikkeling voor beter eten in de zorg

Beter eten in de zorg is een landelijke trend. Een ontwikkeling die steeds vaker professionele ondersteuning krijgt. Rosengaerde zocht de begeleiding en samenwerking bij twee partijen, Smaak van het Huis en Eten uit de Regio. Smaak van het Huis helpt met een doortimmerd plan en begeleidt op de werkvloer. Eten uit de Regio zorgt voor de verbinding met de plaatselijke producenten van zuivel, vlees en groente.

Jan Roelof Meesters van Eten uit de Regio: ‘Lokaal eten zorgt voor herkenbaarheid en verbinding. Doel is om te zorgen voor zo natuurlijk mogelijk eten, met zo min mogelijk schakels ertussen. Regionaal eten hoeft ook niet duurder te zijn. Bovendien, als je weet wat je eet, beleef je het anders.’ Janneke Duives van Smaak van het Huis: ‘Goede beleving zorgt voor beter welbevinden. Eten, drinken en gastvrijheid horen bij het dagelijkse leven. Waarom dat niet benutten en versterken en zo bijdragen aan gezondheid in de zorg? Zonde om daaraan voorbij te gaan.’

Door: Anja Klein

Meer weten

- Bekijk de [10 tips](#) voor eten met smaak en plezier in het verpleeghuis
- Lees meer over [Duurzaam en Gezond aan tafel](#)
- Meer informatie over [Smaak van het huis](#)
- Meer over [Eten Uit de Regio](#)

tags:

[Goede voeding](#) (36)

thema:

[Wonen en welzijn](#) (231)