

Gezonde bodem Gezonde ketens Gezonde inwoners

Voedselagenda
Gemeente Leeuwarden
2024 – 2026

Gemeente  Leeuwarden

Voorwoord

Voor de gemeente Leeuwarden is voedsel al langer een belangrijk beleidsthema. Het college stelde in 2019 de Voedselagenda Leeuwarden vast als vervolg op Eetbaar Leeuwarden in 2012. Aanleiding was het besef dat de huidige manier waarop we voedsel produceren en consumeren maatschappelijke uitdagingen met zich meebrengt en niet duurzaam is.

Dit besef is sinds 2019 alleen maar toegenomen. Ons voedsel komt uit de hele wereld vandaan. Corona liet zien hoe kwetsbaar het is als er verstoringen zijn in de mondiale (voedsel) keten. In Nederland heeft inmiddels de helft van de volwassenen overgewicht en we worden steeds jonger chronisch ziek. De opgaven - en urgentie - voor klimaat, biodiversiteit, bodem- en waterkwaliteit nemen toe. Dit komt ook terug in de Omgevingsvisie 2021 en het Coalitieakkoord 2022-2026. De Voedselagenda 2024 – 2026 vormt een verdere invulling hiervan.

Het thema Voedsel leeft in gemeente Leeuwarden. Velen in onze gemeente zetten zich in voor een volhoudbaar en toekomstbestendig voedselsysteem: agrariërs, zorgprofessionals, voedselproducenten, bedrijven, retail, organisaties, horeca, cultuur en uiteraard de inwoners zelf. In de Leeuwarder kenniscampussen en onderwijsinstellingen is veel expertise over landbouw, bodem en voeding. Er wordt veel onderzoek gedaan en gewerkt aan gezonde voedselinnovaties. De vele inzet voor voedsel blijkt ook uit de respons op een door de gemeente uitgezette enquête en de opkomst bij de bijeenkomst over de Voedselagenda.

Met de Voedselagenda 2024 – 2026 zetten we in op 'Gezonde bodem, Gezonde inwoners en Gezonde ketens'. Hiermee willen we samen stappen zetten naar een toekomstbestendig en volhoudbaar voedselsysteem in Leeuwarden dat bijdraagt aan gezondheid van onze inwoners, het landschap, biodiversiteit, waterkwaliteit, klimaat en de leefbaarheid van onze wijken en dorpen.

Wethouder Evert Stellingwerf
Januari 2024

Inhoudsopgave

Voorwoord	02
1. Inleiding	04
1.1 Waarom een Voedselagenda	04
1.2 Terugblik Voedselagenda 2019	05
1.3 Participatie	05
1.3.1 Enquête	05
1.3.2 Bijeenkomst	08
2. Wat willen we bereiken?	11
2.1 Beleidscontext: landbouw, voedsel en gezondheid in Omgevingsvisie en het Coalitieakkoord	11
2.2 Dutch Cuisine als inspiratie	13
2.3 Doelstellingen van deze Voedselagenda	15
3. Over gedrag en verandering	17
4. Wat gaan we doen?	22
4.1 Gezonde bodem en volhoudbare voedselproductie	22
4.2 Gezonde (korte) ketens	23
4.3 Gezonde inwoners	23
4.4 Samenwerken en verbinden	23
5. Middelen	25
6. Inspiratiebronnen	27
Bijlage 1 Overzicht van alle voedselinitiatieven	29

1. Inleiding

1.1 Waarom een Voedselagenda?

We hebben te maken met grote uitdagingen als het gaat om onze gezondheid. In Nederland heeft inmiddels de helft van de volwassenen overgewicht⁽¹⁾, psychische klachten nemen toe⁽²⁾ en we worden steeds jonger chronisch ziek. Daarnaast zijn er oplossingen nodig die bijdragen aan meer biodiversiteit, betere waterkwaliteit en – berging, klimaat, ons landschap, minder eenzaamheid en meer sociale cohesie.

Het thema 'Voedsel' draagt bij aan het oplossen van al deze uitdagingen. Voedsel is daarmee een verbindend thema dat vele gemeentelijke domeinen raakt, zowel de sociale als de fysieke. Met het thema voedsel kunnen we grote stappen maken die bijdragen aan genoemde uitdagingen:

- Gezonde bodems leveren belangrijke ecosystemendiensten, dragen bij aan onze gezondheid via volwaardige voeding en er worden meerdere problemen tegelijkertijd opgelost: stikstofoverschot, waterkwaliteit- en berging, bodemdegradatie en voedselkwaliteit.
- Door minder vlees en meer plantaardige eiwitbronnen te eten zoals peulvruchten en noten⁽³⁾ dragen we bij aan het klimaat en volhoudbare en toekomstbestendige landbouw met genoeg eten voor iedereen;
- Ook het terugdringen van voedselverspilling is een thema waar veel winst te behalen is. In Nederland gooien we ruim 33,4 kilo eten per persoon weg per jaar. Daarnaast verspillen we ook nog eens zo'n 64,4 liter dranken, voornamelijk koffie en thee⁽⁴⁾.
- Eten is cultuur en samen eten draagt bij aan sociale cohesie en leefbaarheid in wijken en dorpen en minder eenzaamheid.
- Onze economie wordt versterkt door in te zetten op gezond voedsel, gezonde voedselinnovaties, kennisvergaring, gastronomie en korte ketens.

Als gemeente willen we met deze Voedselagenda verbanden leggen tussen de verschillende beleidsopgaven en doelgroepen informeren. Maar ook willen we voedselinitiatieven verbinden, zichtbaarder maken en faciliteren. Daarbij zorgen we voor aansluiting bij lopende programma's in het sociaal domein, op het gebied van landbouwtransitie, klimaat en in Omgevingsvisie. We benutten nieuwe kansen van Europese, nationale en provinciale programma's als verbetering van de bodemkwaliteit, positieve gezondheid, korte ketens en concrete projecten zoals het vergroenen van schoolpleinen.

Met deze voedselagenda laten we zien wat onze ambities met voedsel zijn en wat we daarvoor gaan doen.

1 Nederlandse Obesitasstichting

2 www.trimbos.nl/kennis/mentale-gezondheid-preventie/expertisecentrum-mentale-gezondheid/mentale-gezondheid-jeugd/cijfers/

3 www.voedingscentrum.nl/Assets/Uploads/voedingscentrum/Documents/Professionals/Pers/Factsheets/Factsheet%20duurzaam%20eten%20versie%202017.pdf

4 www.voedingscentrum.nl/encyclopedie/voedselverspilling.aspx#blokhoeveel-voedsel-wordt-er-verspild-in-nederland?>

1.2 Terugblik Voedselagenda 2019

In 2019 werd de eerste Voedselagenda Leeuwarden vastgesteld door het college. Deze agenda bouwde voort op het initiatief Eetbare Stad uit 2012.

Het hoofddoel van de Voedselagenda 2019 was om meer inwoners van de gemeente Leeuwarden te laten kiezen voor duurzaam en gezond voedsel. In deze agenda is de relatie gelegd tussen bestaand gemeentelijk beleid en beleidsdoelen waarmee veel aanknopingspunten bestaan. Vervolgens is een impuls gegeven aan de voedselcomponent binnen dit beleid.

Ondanks Corona zijn er in de periode 2019 – 2022 diverse activiteiten uitgevoerd door interne en externe partijen in de gemeente. Samen met de Vereniging Circulair Friesland en de provincie Fryslân werd een World Food week georganiseerd. Ook werd samen met 12 steden, de provincie en drie ministeries een City Deal Voedsel opgesteld.

Verder waren er diverse projecten op scholen zoals 'Eetbare planten' en 'Van Grond tot Mond' en een project om de Leeuwarder horeca aan te zetten tot duurzamere menu's.

Wat hebben we geleerd?

Er zijn vele stappen gezet en lessen geleerd. De belangrijkste les is dat voedsel een thema is dat vele raakvlakken heeft met andere beleidsthema's van de gemeente en dat bewustwording op het gebied van gezonde voedselkeuzes een kwestie van lange adem is.

1.3 Participatie

In Gemeente Leeuwarden zijn veel mensen met voedsel bezig: agrariërs, zorgprofessionals, docenten, wetenschappers, voedselproducenten, bedrijven, retail, organisaties, horeca, cultuur en heel veel inwoners. Hun kennis en inzichten hebben we betrokken bij de het opstellen van deze Voedselagenda. Er is een enquête uitgezet en er is een thema-avond georganiseerd. De opbrengsten zijn meegenomen in hoofdstuk 4 'Wat gaan we doen' van deze Voedselagenda. Ook bij de uitvoering van deze Voedselagenda willen we deze partijen (opnieuw) betrekken.

1.3.1 Enquête

In het najaar van 2023 is een enquête uitgezet. Initiatieven, waaronder die bij www.groenleefinleeuwarden.nl, zijn benaderd via mail en social media, via wijkmanagers en tijdens de Leeuwarder Foodhal in het Gemeentehuis op 23 september 2023.

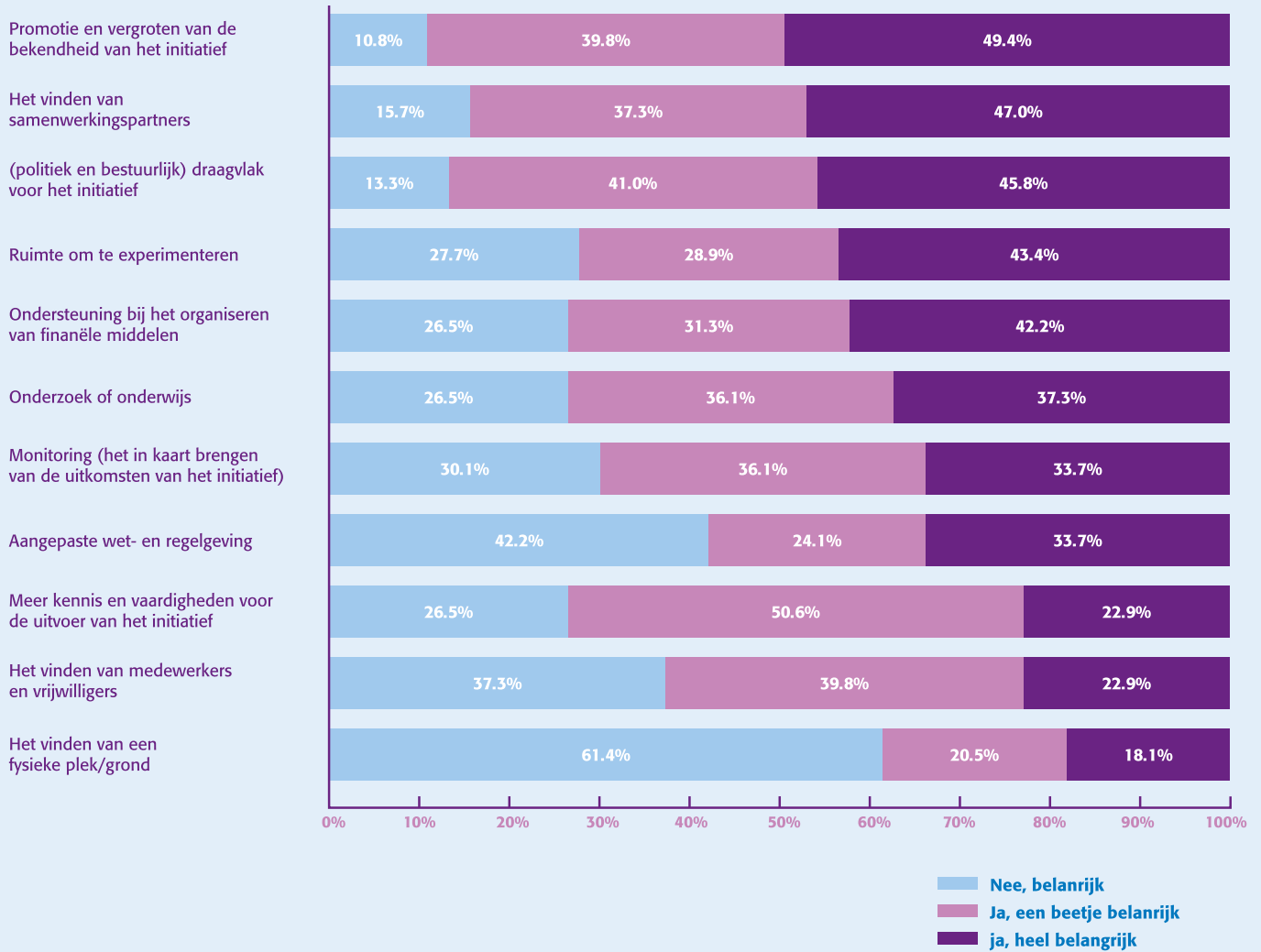
In totaal zijn er 91 enquêtes ingevuld. De activiteiten en ideeën die uit de enquête naar voren zijn gekomen, laten zien hoe gevarieerd en groot de energie en inzet is om met voedsel het verschil te maken. Er gebeurt in Leeuwarden van alles. Zie bijlage 1 voor het overzicht van alle initiatieven en ideeën.

Bij de vraag waar initiatieven het meest behoefte aan hebben scoren promotie en zichtbaarheid van het initiatief, het vinden van samenwerkingspartners en politiek en bestuurlijk draagvlak voor het initiatief het hoogst. Dit is te zien in tabel 1.

De behoefte aan promotie en het belang van het vergroten van bewustzijn over voedsel komen ook veelvuldig terug in de antwoorden op de open vraag 'Heeft u nog suggesties?'

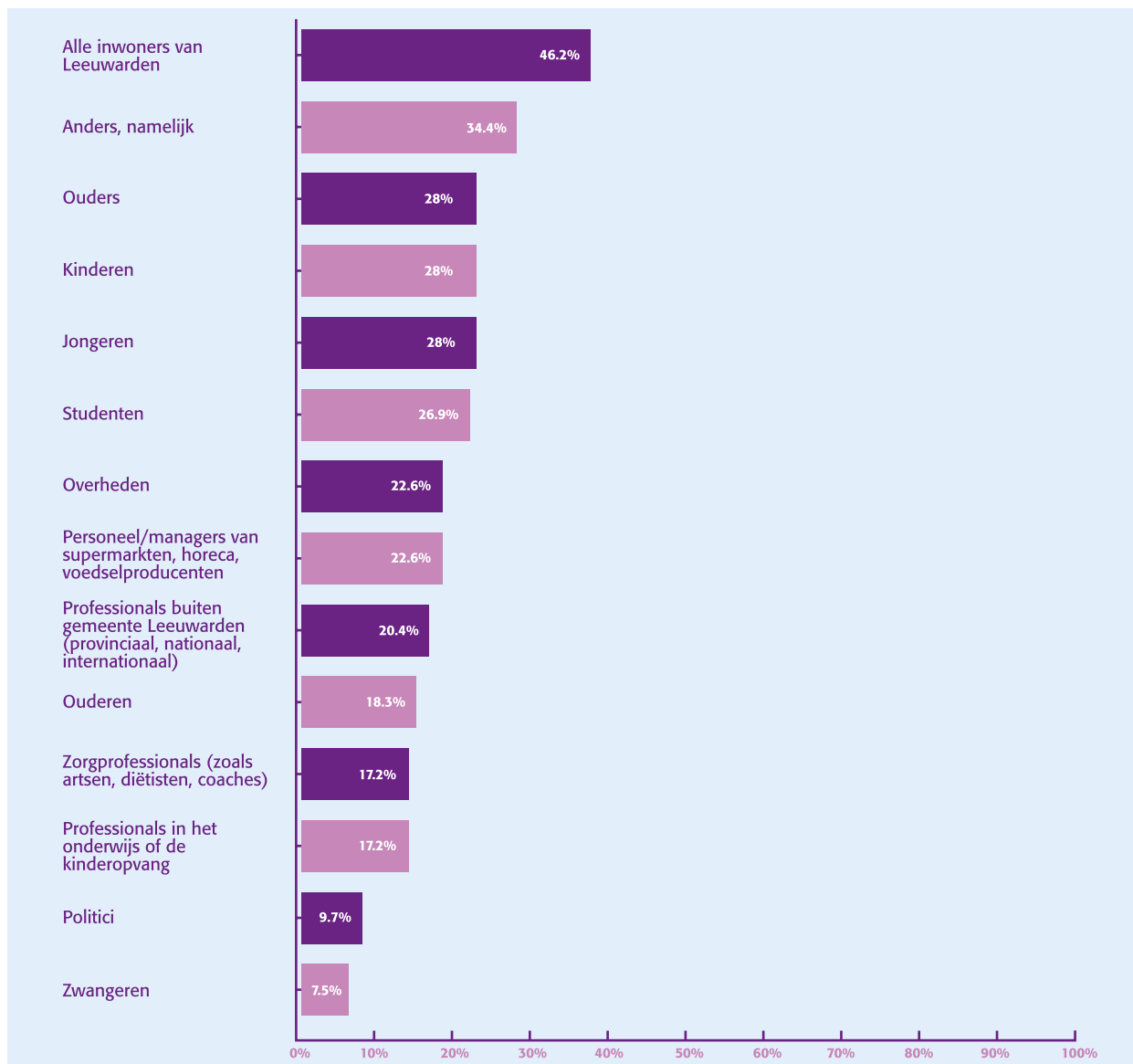
Tabel 1: Waaraan heeft uw activiteit of idee het meeste behoefte?

Geef per optie aan hoe belangrijk dit voor uw initiatief of idee is.



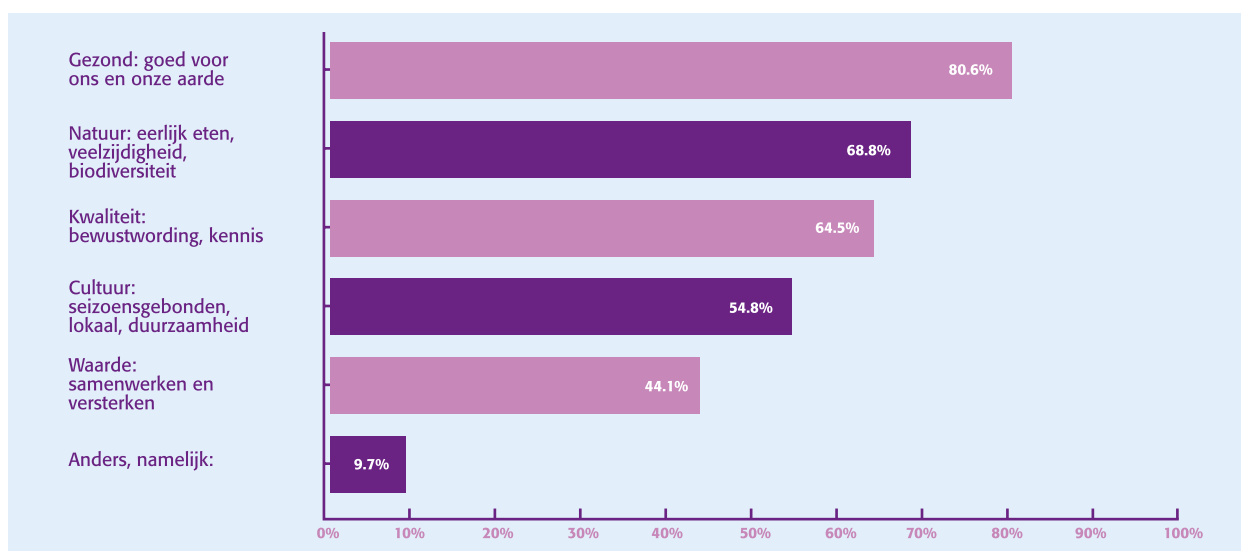
Uit de antwoorden 'Op welke doelgroepen richt uw initiatief/idee zich' komt naar voren dat dit zeer divers is. Dit is te zien in tabel 2. Opvallen hierbij is de hoge score voor het antwoord 'anders' (30%). In de toelichting die men daarop gaf werden onder andere de volgende doelgroepen genoemd: agrariërs, nieuwe bedrijven in de regio, huurders en telers, het MCL, buurtbewoners en collectieven.

Tabel 2: Op welke doelgroepen richt uw initiatief/idee zich



De antwoorden op de vraag 'waaraan een initiatief of idee bijdraagt' – gezond, natuur, kwaliteit, cultuur of waarde – geeft opnieuw een mooi divers beeld. Zie hiervoor tabel 3. Opvallend is dat meerdere respondenten onder 'anders' aangeven aan alle onderwerpen bij te dragen.

Tabel 3: Waar draagt uw activiteit of idee aan bij?



Tips en suggesties

In de open vraag in de enquête 'heeft u tips of suggesties?' roepen meerdere respondenten de Gemeente Leeuwarden op om zelf het goede voorbeeld te geven. Daarbij geven respondenten aan dat het niet makkelijk is – en soms ook zeer tijdrovend - om wegwijs te worden in gemeentelijke regelingen. Verder wordt ook de behoefte aan overzicht wat er allemaal gebeurt in gemeente Leeuwarden als het om voedsel gaat, meerdere malen genoemd.

De uitkomsten van de enquête leveren niet alleen een indrukwekkend overzicht op van de vele energie en initiatieven, maar geven ook richting aan de invulling van de agenda.

1.3.2 Bijeenkomst

Op 9 oktober 2023 vond een bijeenkomst over de Voedselagenda plaats in het Fries Landbouwmuseum. Er was een gevarieerd gezelschap aanwezig: betrokken burgers, ondernemers, voedselkundigen, agrariërs, raadsleden, ambtenaren en professionals van onder andere scholen. Doel van de avond was om ideeën op te halen voor de invulling van de werklijnen van de Voedselagenda en het aanbrengen van focus en prioriteiten.

Voedsel leeft!

Evenals uit de enquête bleek tijdens de bijeenkomst hoe zeer het thema voedsel leeft binnen de gemeente Leeuwarden. Helder was ook de behoefte voor periodieke bijeenkomsten waarin men elkaar kan ontmoeten en met elkaar stappen kan zetten. Groot was ook de support voor de oproep van één van de deelnemers om daarbij vooral in te zetten op DOEN. Er was een pleidooi om de focus te leggen op de jeugd en middelbare scholieren bewuster te maken van voedsel en aan te zetten tot verantwoord voedselkeuzes. Ook de oproep om mensen bewuster te maken van voedsel kwam meerdere keren terug. In tabel 4 is het overzicht te vinden van suggesties die werden gedaan door de deelnemers van de bijeenkomst.

De conclusie die we zeker mogen trekken na deze bijeenkomst en enquête is dat er binnen de gemeente Leeuwarden veel enthousiaste en betrokken burgers bezig zijn met gezonde voedsel. Wij willen deze initiatieven graag verbinden en ondersteunen.



MOES is een sociale winkel in Leeuwarden die verse groenten, fruit en andere levensmiddelen verkoopt die gemiddeld 30% goedkoper zijn dan in andere winkels. Speciaal voor iedereen die het nodig heeft. Yvonne, klant bij MOES, showt twee kromme komkommers die samen een hartje vormen.

Tabel 4: Overzicht suggesties voor gemeente Leeuwarden door deelnemers bijeenkomst

Stel een groencoach ter beschikking

Zet in op gezonde voedselomgeving

Faciliteer en stimuleer korte ketens en promoot ze

Vergroot bewustwording ook over voedselverspilling

Geef als gemeente zelf het goede voorbeeld

Verbind initiatieven en laat zien wat er speelt

Focus op jeugd en betrek de ouders erbij

Ontzorg scholen, want ze moeten al zoveel doen

Maak een sociale kaart waarin alle regelingen staan voor minima

Kooklessen op scholen

Zorg voor meer bewustwording over gezonde bodem-voeding-gezondheid

Doe mee aan de proef verbouw olifantsgras t.b.v. bio-based bouwen

Zet in op minimaliseren van tegels in tuinen

Ontwikkel een challenge voor scholieren: meer bewegen, gezonder eten

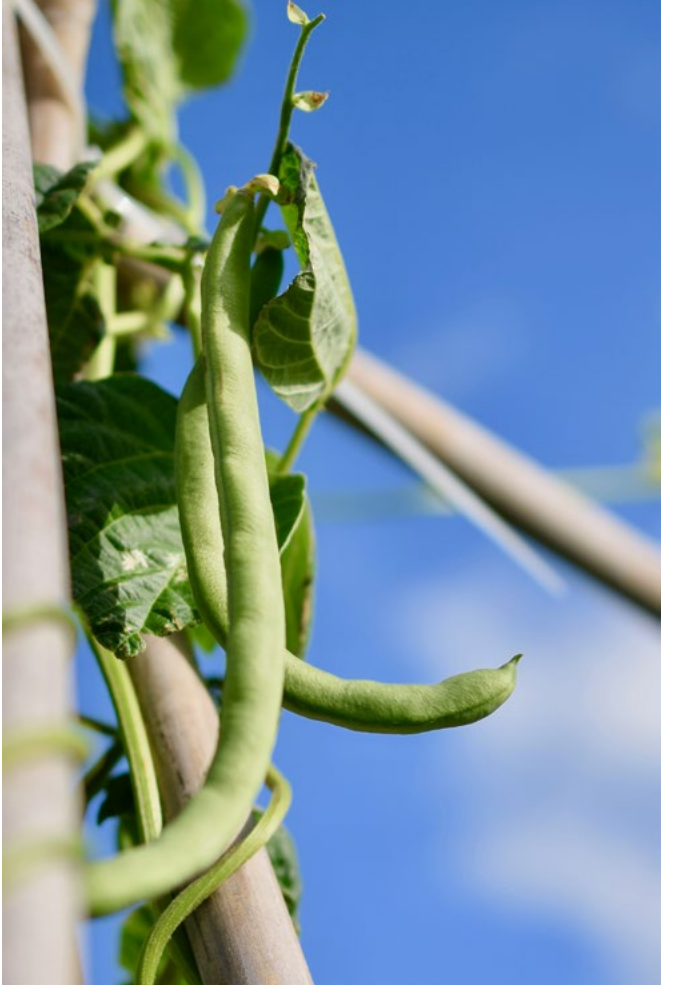
Moestuin projecten op scholen

Meer fruitbomen en struiken in openbaar groen

Laat zien dat een boerderijwinkel meer kan zijn dan een winkel: je kunt er ook voorlichting en koken aan koppelen en het kan uitgroeien tot een buurtcentrum waar ook de zorg voor ouderen en kinderen bij betrokken kan worden



Tijdens de Gezonde Smikkelweken van Jong Leren Friesland ontdekken kinderen op een speelse manier (spelletjes, proeven en zelf koken) wat gezonde en duurzame voeding is.



2. Wat willen we bereiken?

2.1 Beleidscontext: landbouw, voedsel en gezondheid in Omgevingsvisie en het Coalitieakkoord

In het Coalitieakkoord 2022 – 2026 en de Omgevingsvisie 2021 zijn de volgende ambities te vinden op het gebied van landbouw, voeding en gezondheid:

Ambities landbouw, voedsel en gezondheid

In Omgevingsvisie 2021

- We zetten drie ontwikkelprincipes in om de stap te maken van opgaven naar uitwerking en gebiedsgerichte ontwikkeling. Deze ontwikkelprincipes zijn **vergroenen, verbinden en verwaarden**.
- We faciliteren de landbouwsector om de omslag te maken naar **duurzame en circulaire vormen van landbouw**. Het zoeken naar nieuwe verdienmodellen hoort daarbij.
- Voor en met de landbouwsector streven we naar een **toekomstbestendig voedselsysteem** zonder negatieve effecten voor de kwaliteit van lucht, bodem en water.
- **Korte ketens** tussen producent en consument zien we als meerwaarde om te komen tot betere afstemming tussen producent en consument, minder voedselverspilling en minder transport (minder CO2 uitstoot).
- Een gezonde gemeente is een groene gemeente. Ruimte voor **stadstuinen en voedselbossen** brengt ons dichterbij de voedselketen en het gezonde voedsel en levert daarmee een bijdrage aan onze gezondheid.
- We willen mensen uitnodigen om **gezonde keuzes te maken** (en ongezonde keuzes te beperken). We zetten in op het **verkleinen van gezondheidsachterstanden** door voor iedereen een gezonde levensstijl te stimuleren.
- **Gezond voedsel is logisch en overal. In het bijzonder is de schoolomgeving gezonder.** Bij een veilige en gezonde leefomgeving hoort een goede voedselomgeving waarbij gezond eten gestimuleerd wordt en ongezond eten ontmoedigd.
- Het profiel van Leeuwarden als kennis- en innovatiestad op het gebied van onder andere **agri-food en cultuurtoerisme** is verankerd in de gemeente. We lopen in Fryslân voorop in het vormgeven van **circulaire economie en innovatieve diensten op het snijvlak van water, voedsel en energie**.

In Coalitie-akkoord 2022-2026	<ul style="list-style-type: none"> • Samenwerken aan een duurzaam Leeuwarden; We werken samen met kennisinstellingen en organisaties op het gebied van energie, waterkwaliteit, bodem en voedsel.
	<ul style="list-style-type: none"> • We willen de gemeente leefbaar houden voor mensen, dieren en planten. Daarom verbeteren we de kwaliteit van water en bodem en herstellen en versterken de biodiversiteit.
	<ul style="list-style-type: none"> • We streven naar een toekomstbestendig voedselsysteem zonder negatieve effecten voor de kwaliteit van lucht, bodem en water.
	<ul style="list-style-type: none"> • We zetten vol in op mogelijkheden om voedselzekerheid en duurzaamheid te combineren.

Daarnaast kan de Voedselagenda een bijdrage leveren aan diverse doelstellingen uit het **Beleidskader Economie 2023-2030**, het **Programma Volhoudbaar 2.0** en het nieuwe **Gezondheidsbeleid** (in ontwikkeling). We noemen hier een paar zaken (niet uitputtend):

Beleidskader Economie 2023-2030

- bijdragen aan innovatie binnen speerpuntsector agro-food;
- het ontwikkelen van nieuwe kennis en (innovatieve) oplossingen op het gebied van bodem.

Programma Volhoudbaar 2.0

- meer groen in de openbare ruimte (samenhang met biodiversiteit en klimaatadaptatie);
- meer aandacht voor de kwaliteit van water en bodem;
- het tegengaan van voedselverspilling (voorkomen van grondstoffengebruik en afval);
- het sluiten van kringlopen op een lokale of regionale schaal.

Gezondheidsbeleid

- aandacht voor een gezonde leefomgeving;
- een gezonde voedselomgeving;
- het wegnemen van gezondheidsverschillen.

2.2 Dutch Cuisine als inspiratie

Dutch Cuisine

Wat verstaan we onder een toekomstbestendig en volhoudbaar voedselsysteem? Het is belangrijk om daarvoor een gezamenlijke taal te hanteren. Net als in de Voedselagenda 2019 gebruiken we het gedachtengoed van Dutch Cuisine als inspiratie voor deze agenda. Dit is gebaseerd op het gedachtengoed van de in Leeuwarden wonende SVH Meesterkok Albert Kooy.

Dutch Cuisine is een holistische en integrale visie op toekomstbestendig voedsel met 5 principes die met elkaar samenhangen: cultuur, gezond, natuur, kwaliteit en winst/waarde (zie figuur 1). Dutch Cuisine is door iedereen te begrijpen, kan door iedereen en alle nationaliteiten en eetculturen worden toegepast en levert winst op voor producent/mens/dier/aarde.

Het Dutch Cuisine gedachtengoed staat niet op zichzelf. En ook de wereldwijde Slow Food movement gaat grotendeels uit van dezelfde uitgangspunten. Dat geldt ook voor de Blue Zones waar een gezond voedingspatroon en gezamenlijk eten belangrijke pijlers zijn. Ook het (internationale) EAT Lancet Menu zet hierop in. Het Dutch Cuisine gedachtengoed wordt in steeds meer gemeentelijke Voedselagenda's opgenomen als kader en inspiratiebron. Ook in de aanbevelingen van het Voedingscentrum voor een gezond en gebalanceerd voedingspatroon zijn elementen van Dutch Cuisine terug te vinden.



Figuur 1: De vijf principes van Dutch Cuisine



Cultuur

- Nederlandse eetcultuur
- Nederlandse eettradities
- Seizoenen van groenten
- Biodiversiteit

Gezond

- Plant based: 80% groenten/20% dier
- Gezonde bodem
- Gezonde producten
- Gezond eten
- Gezonde mensen
- Gezonde aarde

Natuur

- Eet onbewerkt
- Vermijd chemische additieven die aanzetten tot ongezond eetgedrag
- Duurzame landbouw/gezonde bodem

Kwaliteit

- Duurzame landbouw/gezonde bodems
- Diervriendelijk geproduceerd
- Kwaliteit
- Respect voor de producent

Winst

- Voor gezondheid mensen/dieren/aarde
- Voor biodiversiteit, waterkwaliteit, klimaat
- Korte ketens
- Eerlijker prijs voor de boer
- Geen voedselverspilling/no waste

2.3 Doelstellingen van deze Voedselagenda

Met deze Voedselagenda wil de gemeente Leeuwarden verder invulling geven aan de voedselambities zoals genoemd in Omgevingsvisie en Coalitieakkoord.

Wat willen we bereiken met deze agenda:

- 1. Gezonde inwoners:** De gemeente Leeuwarden zet met haar voedselbeleid primair in op positieve gezondheid. Met deze Voedselagenda willen wij de gezondheid van de inwoners van de gemeente Leeuwarden met gezond voedsel bevorderen. In het bijzonder voor (groepen) inwoners met een gezondheidsachterstand. Daarnaast met een duidelijke focus op de jeugd.
- 2. Volhoudbare en duurzame voedselproductie:** We streven naar een voedselproductie zonder negatieve effecten voor de kwaliteit van lucht, bodem en water. Een gezonde bodem staat daarbij centraal. Zorg en aandacht voor een gezonde bodem draagt bij aan een natuurlijke bodemvruchtbaarheid, de waterkwaliteit, het vasthouden van water, koolstof én gezond voedsel. Een gezonde bodem is daarmee cruciaal voor maatschappelijke opgaven op het gebied van klimaatverandering, biodiversiteit en gezondheid.
- 3. Korte ketens:** We willen de vraag naar duurzame en gezonde producten uit de regio stimuleren en verbinden met het aanbod. Daarnaast kunnen korte ketens bijdragen aan een beter verdienmodel voor de agrariërs.
- 4. Samenwerken en verbinden:** Met deze Voedselagenda willen we initiatieven, kennis en expertise beter verbinden. Binnen gemeente Leeuwarden zijn heel veel mensen – professionals en inwoners – met voedsel bezig. Daarmee geven zij invulling aan het realiseren van bovengenoemde zaken. Ook andere gemeenten, organisaties, onderwijsinstellingen zijn met voedsel bezig en beschikken over kennis, ervaringen en expertise.



Wilt u weten waar uw eten vandaan komt? Met elkaar verse producten kopen van boeren uit de eigen omgeving of samen een duurzame tuinderij opzetten. De Voedselwerkplaats van Netwerk Duurzame Dorpen ondersteunt initiatiefnemers die zich willen inzetten voor hun dorp of wijk. Zie www.devoedselwerkplaats.nl



Voedsel(techniek) praktijk(educatie)les aan primair onderwijs door Fries Landbouwmuseum.



Minorstudenten Feeding our Planet bij de Waterbar bij Wetsus.



Bij de IKC Eestroom planten ze eetbare planten.



Duurzame markt: Leeuwarder Foodhal in Gemeentehuis Leeuwarden



Bioweb verkoopt biologische groente en fruit zoveel mogelijk rechtstreeks van de boer. Elke vrijdag staat Bioweb op de markt in Leeuwarden en is bij de kraam van Eerlijk Vlees biologisch vlees te koop van boerderij Louwsmar. Bij samenwerkingspartner Hofweb kunt u online biologische boodschappen bestellen.

3. Over gedrag en verandering

Wat we eten wordt door diverse factoren bepaald. Denk daarbij aan het moment van de dag, onbewuste verleidingen, de beschikbaarheid en kosten van voedsel en ook aan wat we gewend zijn en weten van voedsel.

De omslag naar een toekomstbestendig en volhoudbaar voedselsysteem impliceert in veel gevallen **anders eten, anders produceren en anders met voedsel en reststromen omgaan**. Dat vergt, naast bewustwording, gedragsverandering. Dat is niet eenvoudig. Bij ons eetgedrag moeten we daarbij rekening houden met:

A. Onbewuste gedragsbeïnvloeding

Veel van ons gedrag wordt onbewust gestuurd en beïnvloedt wat we kopen en eten. Elke dag worden we vele malen onbewust verleid tot het maken van minder gezonde keuzes. Consumenten ontbreekt het vaak aan voldoende kennis om het overzicht te behouden en daarmee gezondere voedselkeuzes te maken.

B. Gewoonten en gemak dienen de mens

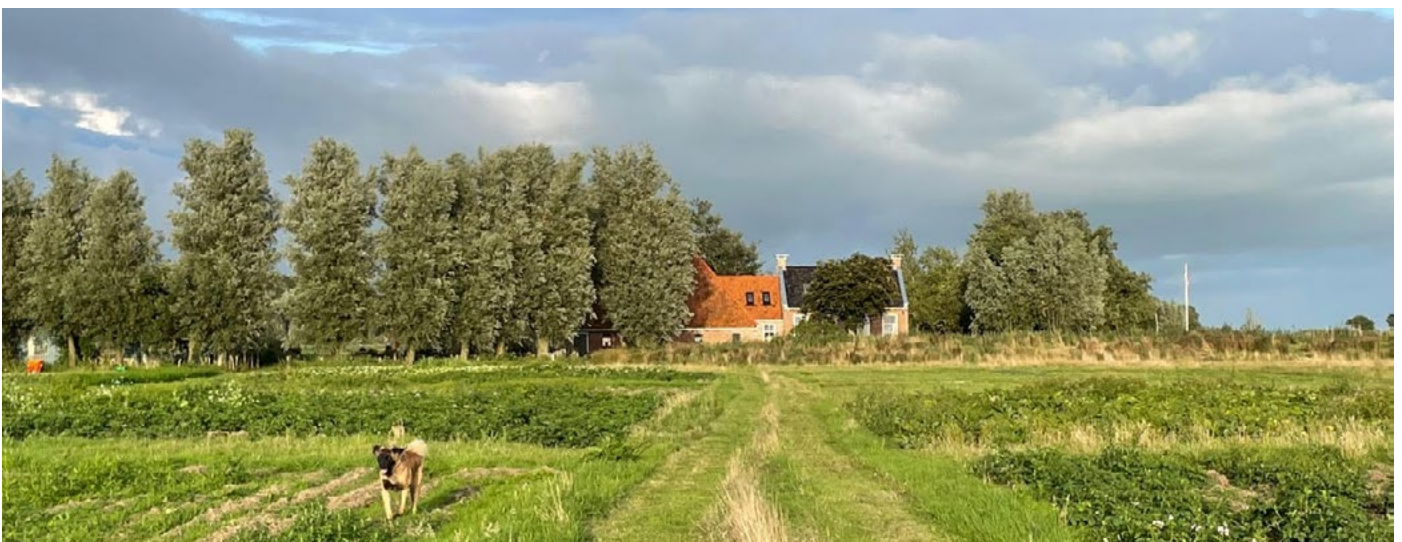
Tot de jaren 70 werd vooral vers en van het seizoen gegeten en werd er veel aandacht besteed aan het klaarmaken van voedsel. In de jaren 70 veranderde dit patroon. Kant-en-klaarmaaltijden, diepvries pizza's, frisdranken, energy drinks en snacks deden hun intrede.

C. Kookvaardigheden en kennis

Hoe zit het nu met onze voeding? Welke groenten zijn er, hoe smaken ze en hoe maakt u ze klaar? Waarom maakt het uit wat u op uw bord schept? Hoewel er op scholen aandacht wordt gegeven aan eten, er talloze kookprogramma's en kookboeken zijn en online overal recepten en kookdemo's te vinden zijn, is onze kennis over hoe het met voedsel zit afgenomen evenals onze kookvaardigheden.

D. Overtuigingen

Een aantal overtuigingen speelt een belangrijke rol bij de beeldvorming. Deze kloppen niet altijd, maar zijn dikwijls wel bepalend. Een aantal ervan staat in tabel 5.



De zeventiende eeuwse kop-hals-romp-boerderij Koldyk aan Leechlân 3 in Grou is in ontwikkeling tot een informatie-hub over eetbare vaste planten, fruit- en notenbomen, vaste groenten, kruiden en bessenstruiken. Het erf is aangeplant als voedselbosrand. De oogst wordt verwerkt bij workshops en diners in de schuur. De naast de boerderij gelegen weilanden zijn omgetoverd tot productietuin voor eenjarige groentes die worden verkocht via www.ynesinnefarm.nl

Overtuigingen	Waarom ze niet waar zijn
Goed eten is duur	<ul style="list-style-type: none"> Ook met beperkt budget kan een gezonde maaltijd worden bereid
Koken kost (te) veel tijd	<ul style="list-style-type: none"> Als mensen beschikken over basiskennis om te koken dan kost het bereiden van een eenvoudige maaltijd niet veel tijd en kan binnen een half uur een goede maaltijd op tafel staan.
Biologisch is duur	<ul style="list-style-type: none"> Het klopt dat biologisch – en ook andere duurzaam geproduceerd voedsel – over het algemeen duurder is. Tegenover de hogere kosten staat dat de voedingswaarde en de kwaliteit van duurzaam geproduceerde producten hoger is en de maatschappelijke kosten lager door een milieuvriendelijker productie. Het blijft evenwel een aandachtspunt om ook voor mensen met een kleinere portemonnee de toegankelijkheid voor biologische producten te vergroten.
Mensen zijn prima in staat zelf te beslissen	<ul style="list-style-type: none"> We worden onbewust en continue verleid tot het maken van ongezonde keuzes. Het valt niet mee om de talloze verleidingen te weerstaan. Wetenschappers van de WUR en ook WHO en de VN wijzen al een aantal jaar de veranderde voedselomgeving aan als één van de belangrijkste oorzaken van de huidige obesitasproblematiek. Betuttelen en een opgeheven vingertje werken contraproductief. Het is effectiever om mensen te verleiden en het makkelijker te maken om gezondere en duurzamere keuzes te maken. Een gezonde voedselomgeving en kleine stapjes spelen daarin een belangrijke rol⁽⁵⁾.

Bij deze tabel past nog een kanttekening. Er kunnen bij inwoners omstandigheden spelen waardoor er mentaal geen/nauwelijks aandacht kan zijn voor eten en soms (noodgedwongen) voor ongezond voedsel wordt gekozen. Een slechte gezondheid, relatieproblemen, armoede en financieel niet rond kunnen leveren veel stress op en zitten gezonde voedselkeuzes in de weg.

In alle realiteit mogen we veronderstellen dat voor het veranderen van gedrag veel nodig is en dat het een kwestie van lange adem is. Daarom kan de inzet op gezond voedsel ook niet los worden gezien van armoedebeleid, gezondheidsbeleid of andere thema's op sociaal gebied.

⁵ Position paper 'Gezonde voedselomgeving is essentieel voor preventie en gezondheidsbevordering', maart 2022, Dr. Maartje Poelman (WUR) e.a.

Verandering werkt van onderop

Transitie werkt van onderop. Om mensen aan te zetten tot gedragsverandering zijn kleine stapjes van grote waarde⁶.

Kleine stapjes leiden naar systeemveranderingen die tastbare resultaten voor de direct betrokkenen oplevert. Het gaat daarbij om voedselinitiatieven vanuit de gemeenschap waarin inwoners, boeren en ondernemers met elkaar samenwerken om in een wijk/dorp het verschil te maken. Ze zorgen voor verbinding en energie. De initiatieven zijn vaak herkenbaar en zorgen voor verbinding tussen verschillende partijen. Ook kunnen ze een inspiratiebron voor anderen zijn. We willen daarom inzetten op initiatieven vanuit de gemeenschap om een de beweging naar een gezonder, duurzamer Leeuwarden in gang te zetten.

Zaken die daaraan bijdragen zijn:

- A. Een gezonde voedselomgeving** die inwoners verleidt en inspireert tot het maken van gezondere keuzes en een gezonder eetpatroon en waarin goed voedsel bereikbaar en beschikbaar is voor iedereen. Voorbeelden daarvan zijn: duurzame lokale voedselproductie en voedselinitiatieven in wijken en dorpen. Ook voedselprogramma's in het onderwijs horen daarbij.
- B. Het stimuleren van inwoners om weloverwogen voedselkeuzes te maken** door: educatie en bewustwording over voedselproductie, voeding, minder voedselverspilling, meer groenten op het menu, duurzaamheid en gezondheid. Maar ook het bevorderen van kook- en voedselvaardigheden is belangrijk. Inwoners moeten de mogelijkheid hebben om een goede maaltijd te bereiden, ook met weinig middelen en/of tijd. Het inzetten van cultuur als middel om mensen te raken en aan te zetten tot nadenken over voedsel.
- C. Het bevorderen van eetcultuur en Friese biodiversiteit.** Eten is cultuur. Het eten van voedsel uit eigen streek en het kennismaken met zeldzamere rassen en soorten zorgt voor een toename van de biodiversiteit van ons eten in deze provincie.
- D. Het bevorderen van sociale cohesie** in wijken en dorpen. Samen eten, samen koken, samen vieren verbindt. Bloeizones, voedselinitiatieven en gemeenschapsgerichte activiteiten brengen mensen samen en bevorderen sociale cohesie en verminderen eenzaamheid.

⁶ Om mensen aan te zetten tot gedragsverandering zijn Small Wins daarbij van grote waarde, zoals blijkt uit de Small Wins-theorie van prof.dr.ir. Katrien Termeer (bestuurskunde, Wageningen University)



In het JOGG project Eetbare Tuin staken leerlingen van groep 6 van IKC Prins Maurits onder begeleiding van studenten MBO Natuur & Recreatie van het Nordwin College de handen flink uit de mouwen. De tuin werd volgezet met allerlei eetbare bloemen, planten en kruiden. In het najaar kwamen de leerlingen en studenten terug voor het oogstfeest.



Executive retreat De Laape in Warten



Groentenmarkt.



Boerenstreekmarkt elke twee weken bij Nije Leije, Broedplaats voor natuurlijk ondernemen in Oude Leije.



Tijdens de scholenchallenge van Nationaal Programma Groningen bedachten leerlingen van technasium-, vmbo- en mbo-scholen in Groningen, Drenthe en Fryslân oplossingen voor actuele voedselvraagstukken. De challenge ging van start met een hackathon en eindigde acht weken later met een pitch over het idee in de drie provinciehuizen. In Fryslân ging de prijs voor het 'Meest vernieuwende idee' naar de Aardappel babes van het Leeuwarder Lyceum.

4. Wat gaan we doen?

De doelstellingen en ambities zijn stevig: gezonde inwoners, gezonde voedselomgeving, gezonde (korte) ketens, initiatieven versterken en samenwerken.

4.1 Gezonde bodem en volhoudbare voedselproductie

- We participeren in netwerken en gebiedsprocessen in het landelijk gebied en faciliteren daarmee initiatieven gericht op een natuurinclusief platteland. Voorbeelden daarvan zijn het interbestuurlijk netwerk Greidhoeke Plus, het gebiedsproces Baarderadeel en het gebiedsproces Grouster Leechlân in het kader van het Veenweideprogramma. Binnen de gebiedsprocessen maken we ons sterk voor natuurinclusieve voedselproductie en een toekomstbestendig verdienmodel voor de boeren.
- Vanuit Greidhoeke Plus verkennen we de realisatie van een Bioregio. Daarbij gaat het om aandacht voor gezonde bodems, gezond voedsel en korte ketens binnen de Greidhoeke.
- We werken actief aan het verwaarden van groene reststromen voor gezonde landbouwbodems. Zo wordt een deel van het bermgras en de hekkelspecie van onze gemeente toegepast bij agrarische bedrijven. Dit zorgt ervoor dat zij minder kunstmest hoeven te gebruiken.
- We proberen nutriëntenkringlopen op regionaal niveau te sluiten. Daarbij willen we in het gebiedsontwikkelingsproject Spoordok verkennen of een pilot decentrale sanitatie mogelijk is. Dit houdt in dat we het rioolstelsel zo aanleggen dat we fosfaat en sporenelementen kunnen terugwinnen voor de landbouw.
- We werken samen met overheden en kennisinstellingen als Wetsus, van Hall Larenstein, Dairy Campus en het Biosintrum Oosterwolde om kennis over de gezonde bodem te vergroten en te delen.
- In onze communicatie over afvalscheiding besteden we ook aandacht aan het onderwerp voedselverspilling. Door minder voedsel te verspillen verkleinen we de hoeveelheid water, energie en grondstoffen die nodig zijn om ons eten te maken. Daarnaast verkleinen we de hoeveelheid GFT-afval en dat scheelt weer in de kosten bij het verwerken van ons afval.
- We zoeken naar mogelijkheden om bewustwording en kennis te vergroten over gezonde bodems.

4.2 Gezonde (korte) ketens

- We faciliteren initiatieven gericht op stadslandbouw, dorpstuinen en buurtuinen. Bestaande initiatieven proberen we meer met elkaar, met de omgeving en met afnemers van voedsel te verbinden.
- We updaten het overzicht van www.groenleefitinleeuwarden.nl met korte ketens en andere plekken waar voedsel uit de regio te verkrijgen is en zorgen dat deze online te vinden zijn.
- We kijken naar mogelijkheden om korte ketens te promoten en de bewustwording te vergroten dat waar je koopt het verschil maakt.
- Met de eigen inkoop op het gemeentehuis geven we het goede voorbeeld en kopen we zoveel mogelijk lokaal, gezond en duurzaam in.

4.3 Gezonde inwoners

- We focussen op de jeugd, hun ouders en mensen met een smalle beurs.
- We zetten in op het stimuleren van gezond eten, vergroten van kennis over voedsel en voedselvaardigheden, gezonde voedselomgeving en groene schoolpleinen en leggen daarbij nadrukkelijk de verbinding met de uitvoering van het Samen Gezond beleid.
- We kijken naar mogelijkheden om mensen met een smalle beurs te voorzien van een overzicht van alle regelingen en plekken waar ze met korting of gratis gezond voedsel kunnen krijgen. Daarbij denken we ook aan initiatieven gericht op het samen (leren) koken en eten in de wijk.

4.4 Samenwerken en verbinden

- We koppelen de doelstellingen van deze Voedselagenda binnen de gemeentelijke organisatie met de verschillende domeinen en beleidsthema's en we trekken samen op waar de activiteiten in elkaars verlengde liggen.
- We benutten ervaringen, kennis en kunde van andere gemeenten – zoals Groningen, Den Haag, Ede en Súdwest-Fryslân – die in Nederland actief met voedselbeleid bezig zijn ook kijken we naar mogelijkheden om via Provinciale, Nederlandse en Europese programma's aanvullende financiering aan te trekken. Verder onderzoeken we deelname aan de City Deal Gezonde Voedselomgeving.
- We organiseren thema bijeenkomsten waarin men elkaar kan ontmoeten, kennis- en kunde kan opdoen en delen en input kan geven voor het concretiseren van deze agenda.
- We onderzoeken of er behoefte is aan een Leeuwarder Voedselraad naar analogie van de onlangs opgerichte Voedselraden in Den Haag en Ede en de Foodcouncil in Amsterdam. In deze initiatieven treffen denkers en doeners, inwoners en professionals (zoals agrariërs, zorgprofessionals, docenten, wetenschappers, kunstenaars en ondernemers) elkaar. Ze wisselen kennis en kunde uit, er ontstaan samenwerkingsverbanden en ze bieden gemeente de mogelijkheid over voedsel een dialoog aan te gaan en/of de gemeente gevraagd of ongevraagd advies te geven.



De Stichting Symphony of Soils organiseert Kruiwagenmarsen om aandacht te vragen voor levende bodems als oplossing voor de grote uitdagingen waar we voor staan zoals stikstof, biodiversiteit, gezondheid, klimaat, waterkwaliteit en waterberging. Al deze uitdagingen lossen we met levende bodems werkenderwijs en gelijktijdig op. En daarin kunnen we in 5-7 jaar tijd grote stappen maken.



Kip en patat staan vaak op het kindermenu bij restaurants. Lekker, maar het kan gezonder. Onderdeel van het project van Grond tot Mond in 2022 was een wedstrijd voor scholen om een gezonde variant te bedenken voor kindermenu's in restaurants. Leerlingen van IKC Het Palet wonnen de wedstrijd. Samen met de kok van T Pannenkoekenschap gingen ze aan de slag met hun gezonde kinderpannenkoek die ook echt op de menukaart kwam te staan.

5. Middelen

De beschikbare middelen bepalen uiteindelijk in hoeverre ons ambitieniveau kan worden gerealiseerd en hoeveel activiteiten we kunnen oppakken. Wij gaan uit van een groeimodel waarbij we geleidelijk aan verdere stappen zetten teneinde onze gewenste ambities te realiseren.

- Als basis voor de personele inzet (aanjagen van het thema) is tot en met 2026 jaarlijkse €120.000 beschikbaar vanuit de Rijksmiddelen op het gebied van klimaat en energie. Hiermee kunnen we de personele inzet op dit thema financieren.
- Inzet in de gebiedsprocessen vindt plaats vanuit de regiodeal Natuurinclusieve landbouw, Regiodeal Noordwest-Fryslân en het Provinciale Veenweideprogramma 2021-2030.
- Daarnaast kunnen op incidentele basis projecten en evenementen worden gefinancierd uit (combinaties van) middelen voor economische zaken, evenementen, bodem en de middelen uit het Gezond Actief Leven Akkoord. Om dit te concretiseren, wordt elk jaar een werkprogramma gemaakt, in overleg met de verschillende afdelingen.
- Tot slot zoeken we actief naar cofinanciering vanuit Europese, Nationale en Provinciale programma's.



Yn'e Sinne Farm is een Community Supported Agriculture tuinderij in Jirsum. Hier wordt gewerkt met oogstaandelen waarbij inwoners voor een vast bedrag per jaar hun groenten kunnen kopen die zonder kunstmest en pesticiden zijn geproduceerd. Ook kan men hier terecht voor zuivel, eieren, bloemen uit de tuin en vlees. Yn'e Sinne Farm staat op markt in Akkrum (dinsdagmiddag) en Jirsum (dinsdagavond en zaterdagochtend).



Door deelname aan Blooming Bakery, geïntegreerd in de hulp die ze bij Fier krijgen, zetten jongeren een stap naar de arbeidsmarkt en het halen van hun diploma's. Een stap die anders niet genomen kan worden, omdat zij vanwege hun veiligheid niet buiten het terrein van Fier kunnen werken en leren.



De markt 'Lekker Lokaal!' op het erf van Mts biologisch melkveehouderij J. en S. Bouma en A. Terwisscha van Scheltinga in Grou trok de afgelopen jaren honderden bezoekers. De droom van werkgroep Voedsel van Grou2030 van op duurzame wijze en in de directe omgeving van Grou geproduceerd voedsel met korte lijnen van lokale aanbieders en consumenten, komt zo stap voor stap dichterbij.



Hogeschool Van Hall Larenstein loopt in de voorhoede op het gebied van duurzame transitie wat onder andere naar voren komt in het lectoraat Eiwittransitie van lector Martina Sura. Vanuit dit lectoraat is samen met studenten recent een hybride yoghurt ontwikkeld: deels zuivel, deels plantaardig. De combinatie van koemelk met een plantaardige drank, zoals haver- of sojamelk, maakt de overstap naar plantaardige producten voor consumenten gemakkelijker.

6. Inspiratiebronnen

Inspiratiebronnen voor deze Voedselagenda zijn:

- Enquête Voedselagenda najaar 2023
- Bijeenkomst Voedselagenda 9 oktober 2023
- Voedselagenda Leeuwarden 2019
- Voedselagenda Groningen 2023
- Voedselagenda Sudwest Fryslân
- Voedselraad Den Haag 2023
- [Friese Samenwerkingsagenda Voeding en Gezondheid 2021](#)
- City Deal Agenda Stad, 21 januari 2021, Gemeentelijk instrumentarium voor een gezonde voedselomgeving⁸
- Voedselvisie Friese Voedselbeweging 2019
- Scholenchallenge - Nationaal Programma Groningen
- Caring for life, caring for soils EU programma
- Manifest Kruiwagenmars Symphony of Soils
- Nieuw(st)e Nederlandse Keuken, Albert Kooy
- GALA en SPUK
- Gesprekken binnen gemeente en buiten gemeente
- Bijeenkomsten Agro Agenda Noord Nederland, Fries Preventieakkoord, Bioregion, Symphony of Soils, Dutch Cuisine, Vital Food Community, Voedselalliantie Noord-Nederland, Friese Voedselbeweging, Transitiecoalitie Voedsel, korte ketens in Fryslân, Voedselwerkplaats Duurzame Dorpen, Vereniging Circulair Friesland, SDG Netwerk Fryslân, VoedselAnders, Stadslandbouw NL, de Uitkijkers, ARENA platform, Noordelijke en NL onderwijsinstellingen
- Publicaties, artikelen, podcasts, uitzendingen over landbouw- en voedseltransitie





Het programma Kindermenu 2.0 van Jong Leren Eten Friesland stimuleert gezonde, regionale en lekkere gerechten voor kinderen op menukaarten van Friese restaurants.



Omrin maakt het de Leeuwarders makkelijker om GFT en etensresten te scheiden met een gratis Biobakje. Samen halen we alles eruit.

Bijlage 1

Opbrengsten voedselinitiatieven en -ideeën in gemeente Leeuwarden uit enquête najaar 2023

Blooming Bakery	Sociale bakery die in een veilige omgeving cliënten van Fier een stage en werkervaringsplek biedt. We maken meerdere vegan producten en enkele circulaire producten. Onder andere gebruik van Bierbostel van Grutte Pier om sinaasappel-bierkoek te maken en broodpasta om scones te maken.	www.bloomingbakery.nl
Boer & Chef	De logistieke schakel tussen boeren en chefs in het Noorden. Gaat versnippering in de korte keten tegen door samenwerkingen in de regio te bevorderen. Hierdoor maken we lokale, eerlijke en voedzame ingrediënten toegankelijker voor horeca, scholen, zorginstellingen, overheden en andere zakelijke afnemers.	www.boerenchef.nl
Project buurtkeukens	Sinds juli 2022 is de projectgroep Buurtkeukens van Amaryllis actief. Inzet is gericht op preventie. Goedkope gezonde voeding en sociale activiteiten staan hierbij centraal. Bestaande activiteiten worden met elkaar in verbinding gebracht en waar nodig ondersteund. Bijvoorbeeld het dementie/mantelzorgdiner in het Odensehuis, op IKC Aventurijn een jaarlijks terugkerend initiatief in samenwerking met Jongerenwerk, kookclubjes op locaties van Ontmoeten en Meedoen en wordt er een training Sociale Hygiene georganiseerd voor vrijwilligers van eetinitiatieven.	
MOES Leeuwarden	Sociale winkel waar gezonde voeding zoals groente en fruit aangeboden worden met een korting van 30% ten opzichte van de gemiddelde supermarktprijzen. MOES is toegankelijk voor mensen die een inkomen hebben tot maximaal 140% van het sociaal minimum of vanwege hoge lasten weinig te besteden hebben maandelijks.	www.moesleeuwarden.nl
Samen halen we alles eruit	Campagne van Omrin gericht op beter scheiden van afval. Met scheid advies waar je wat aan hebt. Zodat jij minder afval krijgt. En beter scheidt. Met zo min mogelijk moeite.	www.samenhalenwealleseruit.nl/over-deze-campagne/
CSA tuinderij Yn'e sinne farm Jirnsum	Biologische tuinderij die voedsel produceert voor de directe, lokale gemeenschap. Biodiversiteit, bodemgesteldheid en duurzaamheid zijn belangrijke waarden voor ons. Alle input en output komen vanuit, en gaan naar de directe omgeving (straal van 50 km).	www.ynesinnefarm.nl

De Doarpstún Snakkerburen	<p>Dorpstuin met circa 100 vrijwilligers waar een breed pakket groenten, fruit, kruiden en levensmiddelen geteeld en gemaakt wordt. Een deel van de vrijwilligers heeft extra zorg en vinden in de Tún een beschermd plek waarin ze zichzelf kunnen zijn. Ook worden etentjes voor mensen uit de bijstand georganiseerd. Op de Tún maakt gebruik van microfarm technieken waarmee de bodem minimaal belast wordt en toch een gezonde opbrengst gehaald wordt. Er wordt op biologische wijze geteeld en geen gebruik gemaakt van dierlijke meststoffen en bestrijdingsmiddelen. Diverse scholen uit de regio (van PO tot HBO) maken gebruik van de Tún voor educatie, training en vergaderingen. Kennis wordt zo overgedragen op de volgende generaties.</p>	www.dedoarpstun.nl
Bioweb	<p>Verkoop biologische groente en fruit op de markt (vrijdag Leeuwarden, donderdag Drachten); eigen ophaal logistiek direct bij de boer (rijdende uitwisseling) en verkoop biologisch vlees Boerderij Louwsmar. Staan elke vrijdag met onze marktswagen op de (biologische) markt in Leeuwarden voor verkoop van groente en fruit. Onze groente en fruit kopen we zoveel mogelijk direct van collega biologische boeren. Hiervoor hebben we een eigen logistieke route, waarbij we zowel voor onszelf producten ophalen als ook producten halen (en brengen) voor onder andere Hofweb en diverse boerderijwinkels. Dit ontwikkeld zich nog steeds. Naast groente en fruit verkopen we vlees van Boerderij Louwsmar. Dit vlees is afkomstig van streekeigen en zeldzame Fries-Hollandse en Fries Roodbonte koeien. Afzet van deze vlees is onder ander via Hofweb (webwinkel) en via Eerlijk Vlees (onder ander vrijdagmarkt in Leeuwarden).</p>	www.bioweb.nl
De Streekboer	<p>De weg van boer naar ons bord moet lokaler, eerlijker en leuker. Daar zet De Streekboer zich voor in. Bij De Streekboer bieden we via een webwinkel een supermarktwaardig assortiment van 50 boeren uit Noord-Nederland die zoveel als nu al kan binnen de ecologische grenzen blijven. We zorgen ervoor dat je alle producten op een plek kan afhalen, of we bezorgen de producten bij je thuis.</p>	www.destreekboer.nl en destreekboer.nl voor de socials
Een andere kijk op ons eten	<p>Onderzoek naar meer lokaal eten en minder vleesconsumptie. Nieuwe gerechten bedenken en bereiden.</p>	Insta: Leeuwarder Lyceum
De Uitkijkers	<p>Bij de Uitkijkers (programma van Mond tot Grond) organiseren we dialoogsessies voor toekomstperspectieven. Dit doen we vanuit een soft-space benadering waar iedereen mee mag praten vanuit de inhoud zonder functie of eigenbelang. In het najaar van 2023 loopt een programma van Mond tot</p>	www.deuitkijkers.nl

Grond waar we kijken naar de bodem en gezondheid doormiddel van voeding. Dit doen we samen met de provincie. In deze lijn proberen we boeren en gezondheidsinstellingen aan elkaar te koppelen.

De Voedselwerkplaats	De Voedselwerkplaats van Netwerk Duurzame Dorpen ondersteunt lokale initiatieven rondom voedsel via de Voedselwerkplaats. We hebben op de Duurzame Markt Leeuwarder Foodhal veel vragen gekregen van mensen die graag iets willen, maar ondersteuning nodig hebben. We zouden voor de gemeente een cursus kunnen opzetten om zo de mensen collectief te ondersteunen. Zo leren ze elkaar kennen en krijgen ze handvaten om samen lokaal aan de slag te gaan.	www.devoedselwerkplaats.nl www.netwerkduurzamedorpen.nl localfoodworks.eu
Dutch Cuisine	Dutch Cuisine is een beweging om het eten van de toekomst te promoten. Het eten van de toekomst is gebaseerd op ons manifest met 5 principes als gebruiksaanwijzing. Samen met gemeente Ede en met zes restaurants in Ede organiseerden we een culinaire wandeling. Elk restaurant serveerde daarin een gerecht dat was klaargemaakt op basis van de Dutch Cuisine uitgangspunten. Het enthousiasme van horeca en de deelnemers was groot. Dit kunnen we ook in Leeuwarden doen.	dutch-cuisine.nl
Minor Feeding our Planet	De Minor Feeding our Planet, Hogeschool Van Hall Larenstein Leeuwarden, verdiept zich in de ontwikkelingen op het gebied van voedsel en voeding. Samen met studenten van andere opleidingen wordt de keten van bodem, water, natuur, voedselproductie, voedingsmiddelenindustrie, retail en consument onderzocht. Mogelijkheden van land en zee voor voedselvoorziening in de toekomst worden onderzocht, alsmede zowel lokale voedselkringen (in Noord-Nederland) als mondiale ketens.	www.kiesopmaat.nl/modules/vhl/VHL/138634/en www.hvhl.nl/nieuws/items/2023/minorstudenten-pakken-hun-rol-in-voedseltransities.html
Bioregio Greidhoeke plus	Regionale aanpak gezonde en duurzame landbouw en voeding.	puurdegreidhoeke.nl
Educatielessen primair onderwijs	Van koe tot kaas, van pieper tot patat. We verzorgen het techniek menu voor Kunstkade. Voor het primair onderwijs, groep 5-8, verzorgen wij de techniek van het voedsel maken. Daarvoor hebben we 2 lespakketten met de basisproducten uit de landbouw: melk en de aardappel. Een derde les over graan is in de maak. We willen kinderen bewust maken van waar de basisproducten van hun voeding vandaan komen.	landbouwmuseumfriesland.nl/Educatie
Foodie Aranka	Foodie inspiratie & recepten voor bewuste foodieminds. Helpt bij het maken van vitale vitale voedingskeuzes voor een leven vol energie en innerlijk welzijn.	www.foodiearanka.nl

Fryslân Fungies	Kweken van eetbare paddestoelen op reststromen.	www.fryslanfungies.nl
Futuremakers	Meet&match events voor studenten & werkzoekenden met bedrijven in voornamelijk de voedingsmiddelensector.	www.futuremakers.nu
Eten bij Anna	Eten bij Anna deelt eten en verhalen over Costa Rica, met de Nicoya Peninsula als een van de 5 Blue Zones van wereld en het land waar ik 30 jaar gewoond heb. Maak De Blue Zone principes met smaak bespreekbaar. Mijn ervaring in de Oranjewijk, de Spoorstraat en met studenten van de Minor Feeding the Planet laat zien dat het samen eten en delen van verhalen mensen verder brengt in het zelf in de praktijk brengen van deze principes voor een gezond en gelukkig lang leven.	
BLADgroente V.O.F	Biologische tuinderij/groenteteeltbedrijf in de volle grond en onder folie/glas met directe afzet en aan lokale detailhandel. Producten: biologische groente, aardbeien, snijbloemen en groentepakketten. Rondleidingen en stageplekken zijn gepland. Werkmethodes volgens biolandbouw en regeneratieve landbouw. Startseizoen 2025.	
Eiwittransitie	Het lectoraat Eiwittransitie Hogeschool Van Hall Larenstein heeft als doel om via het toepassen van nieuwe inzichten en technieken de eiwittransitie te versnellen. Hierbij wordt het accent gelegd op gezond en duurzaam geproduceerd voedsel. Het lectoraat Eiwittransitie richt zich op hoe micro-organismen aantoonbaar bijdragen aan een gezonde bodem, gezonde gewassen met goede nutritionele waarde en smaak en uiteindelijk gezonde mensen. Daarnaast richt het lectoraat zich op de toepassing van micro-organismen als hoogwaardige eiwitbron voor humane consumptie en het ontwikkelen van hybride voedsel. Er wordt ook onderzoek gedaan naar verdienmodellen en consumentenacceptatie.	www.hvhl.nl/onderzoek/lectoraten-content/agro-en-voeding-content/eiwittransitie.html
Proteïn transitie	Praktijkgericht onderzoek NHL Stenden lectoraat Sustainability in Hospitality and Toerisme, we doen onderzoek naar de proteïn transitie (minder vlees, meer groente op het bord) en vooral hoe de HORECA het beste betrokken kan worden en hoe gasten kunnen worden gestimuleerd om voor een vegetarisch gerecht te kiezen. Voor de HORECA onderzoeken we hoe we het koks, keukenpersoneel en food & beverage managers gemakkelijker kunnen maken om voor gerechten met meer (seizoengebonden) groenten, peulen et cetera. te kiezen. Voor gasten proberen we de keuze voor een vegetarisch gerecht aantrekkelijker te maken. In beide gevallen gebruiken we gedragsinterventies, zoals nudges. We kijken ook naar de sociale aspecten van voedsel	www.wur.nl www.investeringskader-waddengebied.nl

en hoe traditionele gerechten en bereidingswijzen niet alleen kunnen helpen om de proteïne transitie te vergemakkelijken, maar ook een rol kunnen spelen in het stimuleren van sociale cohesies in wijken en dorpen waar bewoners met verschillende culturele achtergronden leven. We hebben ook een lijn onderzoek naar het gebruik en promoten van lokale gerechten in de HORECA. Hier doen we onderzoek naar wat gasten en toeristen verstaan onder lokaal; hoe lokaal voedsel gebruikt kan worden om hoogwaardige toeristen aan te trekken; en hoe het gebruik van lokaal voedsel in korte keten kan worden ingevoerd in de HORECA. Voor het project over de proteïne transitie hebben we meegewerkt met dit grote programma van de WUR. Samen met vooral Greendish hebben we zorggedragen voor de HORECA kant.

Fryske Bloeizones	<p>Fryske Bloeizones en het project onder de vlag van Arcadia: Fryslân Bloeit als vervolg op Wergea Bloeit. In bloeizones wordt veel ontwikkeld rond lokaal gezond voedsel. De beweging groeit en ondersteunt projecten/ dorpen om een week lang te 'bloeien' in 2024 en 2025. Dit loopt al in de dorpen Grou, Akkrum, Wergea, Eastermar. Voedsel speelt daarin een sleutelrol.</p>	<p>fossylfrij.frl/wergeabloeit www.dekleineboerderij.frl bloeizone.frl/</p>
Duurzaam Bloeien	<p>Gebruik maken van kleinschalige bloementeelt, beperkt verkopen van snijbloemen en planten, verbouwen van diverse groentes en deze mogelijk, bij gelegenheid samen met de bloemen aan te bieden aan de inwoners van Mantgum.</p>	
GGD: ondersteuning en advisering Gezonde Scholen	<p>Als GGD ondersteunen en adviseren wij scholen rondom diverse gezondheidsthema's, waaronder voeding en natuur & milieu. Scholen kunnen jaarlijks een landelijke regeling (ondersteuningsaanbod) aanvragen.</p>	<p>www.gezondeschool.nl/advies-en-ondersteuning/ondersteuningsaanbod</p>
Jong Leren Eten Friesland (JLE)	<p>Jong Leren Eten is een rijksoverheidsprogramma waarin voedseleducatie gestimuleerd wordt. Hierbij moet je denken aan: moestuinieren, koken en boerderijeducatie. Vanuit JLE proberen we de doelgroep 0 -18 te betrekken hierbij. Van pedagogisch medewerkers, leerkrachten en de leerlingen zelf.</p>	<p>www.jonglereneten.nl/provincie/friesland</p>
Koken....algemeen	<p>Ervaren gezondheid vergroten.</p>	<p>www.bilgaardnet.nl</p>
GRIEN kookboek: Vers, gezond, lokaal, betaalbaar en lekker koken	<p>Het GRIEN kookboek is er om je te inspireren en te laten zien hoe gemakkelijk het kan zijn om zelf heerlijke en eenvoudige maaltijden te bereiden die vriendelijk zijn voor de kleine portemonnee. In GRIEN vind je voor elk seizoen een geschikt recept. Daarnaast biedt het allerlei tips en verhalen om het koken nog plezieriger te maken. GRIEN is gemaakt in opdracht van de VerspillingsMarkt van Fjild door studenten van Firda in samenwerking met Gerard Voskuilen.</p>	<p>Grien wordt verspreid via de Voedselbank, MOES en bij Boerderij Bezig in Kootstertille.</p>

Restaurants Willem Schaafsma	<p>3 restaurants in Leeuwarden in 3 segmenten zodat wij optimaal onze producten kunnen gebruiken binnen de restaurants. Hiermee gaan we voedselverspilling tegen en creëren wij bewustzijn onder de koks die bij ons werkzaam zijn. Waar mogelijk gebruiken wij lokale producten, kwaliteit staat voorop. Onze menukaarten bevatten veel plantaardige gerechten en producten, waarbij bij Restaurant Eindeloos dit zelfs de basis is van het hele menu.</p>	<p>www.restauranteindeloos.nl</p> <p>www.proefverlof.frl</p> <p>www.cafedebak.frl</p>
Jose van Egmond: Kookworkshops aan volwassenen en kinderen	<p>Voorlichting gezonde voeding met lezingen en workshops. Trainingen op gebied van voeding & leefstijl. Samen koken en proeven, weet wat je eet. En laten zien dat gezonde voeding niet ingewikkeld hoeft te zijn en vooral ook heel lekker en puur is. Samen koken, samen eten! Daarmee benadruk ik ook de sociale factor van voeding. Koken en eten verbindt. Daarnaast schrijf ik recepten voor een supermarkt met hierin de groente verwerkt wat die week in de aanbieding is. Ook geef ik kookworkshops aan kinderen in de BSO.</p>	<p>www.josevanegmond.nl</p>
Kruiwagenmars Scholen - Zorg 22 april 2024	<p>Leerlingen/Studenten en docenten van allerlei scholen (ook buiten Leeuwarden) roepen we op om met kruiwagens te lopen naar zorginstellingen. Hiermee maken we leerlingen/studenten en zorgprofessionals bewust hoe belangrijk gezonde bodems zijn voor gezond voedsel en de gezondheid van mensen. De Kruiwagenmars op 22 april is een vervolg op de Kruiwagenmarsen naar Den Haag in 2022, naar Brussel in 2023 en de Kruiwagenmars scholen op 22 april 2023 om aandacht te vragen voor het belang van de levende bodem.</p>	<p>www.kruiwagenmars.nl</p> <p>www.symphonyofsoils.nl</p>
Lekker Lokaal!	<p>Een door Grou2030 georganiseerde jaarlijkse markt in Grou met lokale aanbieders van voedsel, waarbij ook aandacht is voor zelf verbouwen van voedsel, biodiversiteit, bloeizone en elkaar ontmoeten.</p>	<p>grou2030.nl/actualiteiten/</p>
Melkveebedrijf Tamminga CV	<p>Verkoop rauwe melk.</p>	<p>www.melktapleeuwarden.nl</p>
Leefstijlloket MCL	<p>Binnen het MCL werken we aan een leefstijlloket. Daarnaast is het MCL overgestapt op enkel vegetarisch aanbod bij catering voor vergaderingen in samenwerking met het Green Team.</p>	
Praktijkgericht onderwijs met lectoren bij Van Hall Larenstein bij de opleiding Bedrijfskunde en Agribusiness	<p>Ik (Pauline Drost - docent-onderzoeker in systeem transitie en klimaat) verzorg praktijk gericht onderwijs in samenwerking met lectoren bij VHL bij de opleiding bedrijfskunde en agribusiness. Enkele voorbeelden in 2023: * Voedselbossen: ontwerpen van voedselbossen op (deel) van agrarisch productiegrond en hoe macinaal</p>	<p>www.linkedin.com/in/paulinedrost</p>

oogsten. Lector: Euridice Leyequien Abarca, management of forested area * Gezonde grond, gezond voedsel, gezonde darmen in project soil2gut tnb verdienmodellen voor agrariers. Lector Martina Sura: eiwit transitie * Fjild verspillingmarkt: project ongewenste aardappelen gebruiken als grondstof voor productie wodka. Lector Lisette Oudhuis: gezonde voeding en voedsel * Zilte teelt van aardappelen in project SALAD. Associate lector Minder de Vries: nature (water) based solutions. * Brood suiker pasta gemaakt van oud boord: hoe de boord keten sluiten via upcycle van oud brood in brood suiker pasta in Friesland.

**Wilma Plooij Bodem-
leven analyse
en herstel**

Als we een gezond bodem voedsel web hebben, zorgen de microben in de bodem ervoor dat de plant genoeg voedingsstoffen krijgt en weerstand biedt tegen ziekten en plagen. Momenteel kan ik het bodemleven analyseren in bodemmonsters van boeren en geïnteresseerden. In de toekomst kan ik als consultant de gehele bodemstructuur, compactielagen, bodem microbiologie etc. in kaart brengen, een advies geven, en door aanbrengen van de juiste microben werken aan een gezonde, vocht vasthoudende vruchtbare bodem, waar gebruik van kunstmest en pesticiden niet meer nodig is.

wilmaplooij@gmail.com

Gezond lokaal

Gezond lokaal eten bevorderen.

**Moestuin- kook- en
smaaklessen**

Ik geef op een aantal scholen moestuinlessen met daaraan gekoppeld kook en smaaklessen, soms wordt dit verwerkt in beeldende lessen.

Buurttuin Wiarda

In mijn buurt - Wiarda in Zuiderburen - heb ik een buurttuin met fruitbomen en-struiken opgezet. Daarnaast ben ik werkzaam bij het MCL.

**Netwerk gezond eten
voor mensen met een
kleine beurs.**

Netwerk gezond eten voor mensen met een kleine beurs is een onderdeel van de coalitie Fries Financieel Fundament van de Friese Preventie Aanpak. Kennis delen, samenwerken en gezonde voedingsinitiatieven binnen heel Friesland beschikbaar en toegankelijk maken voor iedereen. Friese Preventie Aanpak, Fries Financieel Fundament.

www.friesepreventieaanpak.nl

Nije Leije

Broedplaats voor natuurlijk ondernemen en toekomstbestendige initiatieven in Oude Leije. 2 wekelijkse boerenstreekmarkt. Biodynamische moestuin. Voedselbos is gelijk een pausetuin voor onze huurders en biedt plek voor diverse excursies.

www.nijeleije.nl

Oan Tafel moestuin

Eigen moestuin om producten uit eigen tuin te krijgen, vooral voor de ontwikkeling van jonge chefs.

www.instagram.com/faerietreefarm/

Oranjehof 1e Leeuwarder	In de Oranjewijk is een stukje gemeentegrond sinds 2014 omgetoverd tot buurtmoestuin.	Facebook de Oranjehof
Plant Voort en Kruidenrijk	Binnen het project Plant Voort werken we aan de realisatie van hoogstamfruitbomen op erven en in dorpen. Hierdoor is er lokaal fruit beschikbaar en hoeft er dus minder geïmporteerd fruit te worden gekocht. Daarnaast zijn hoogstamfruitboomgaarden met name wanneer ze omringd zijn door windsingels bestaande uit inheemse bomen en struiken, belangrijke biotopen voor verscheidene soorten, zoals de spotvogel en de grauwe vliegenvanger. Binnen het project Kruidenrijk werken we aan de realisatie van kruidenrijke weidevogelgraslanden binnen de melkveehouderij, waar gezonde melkproducten van geproduceerd kunnen worden.	www.kening.frl
Project eetbare planten voor basisscholen	Verstrekken van eetbare, biologisch geteelde, planten voor de tuintjes en bakken van de basisscholen. Met de bedoeling dat ze ervan eten, snoepen of thee zetten.	
Regeneratieve landbouw, regionale voedselcommunities, deep design nieuwe bedrijfsmodellen	Honderd boeren omzetten naar regeneratieve landbouw, experimenten, NFW.	Rug.nl/cf/cse
Samen eten van het voedselbos	Maandelijks koken met ingrediënten zoveel mogelijk afkomstig uit het voedselbos. De maaltijden worden bereid door Anna Scheepstra en Irma Abelskamp, beide betrokken bij Oerfloed, Leren van Nature. Het voedselbos van Stichting Permacultuur Friesland.	Facebook Oerfloed, Leren van Nature
Stichting De Kleine Boerderij	Stichting De Kleine Boerderij teelt onbespoten groenten voor huishoudens die leven van een minimum inkomen. Dit doen we onder andere door groenten aan te bieden aan de lokale voedselbank. Ook geven we handvatten om met de groenten gezonde, budgetvriendelijke maaltijden te maken.	www.dekleineboerderij.frl www.facebook.com/de-kleineboerderij www.instagram.com/de_kleine_boerderij_0516/
VerspillingsMarkt - FjildMarkt	Minder voedsel verspillen – Armoedebestrijding. Het ontwikkelen van nieuwe producten uit reststromen samen met studenten. Daarnaast worden workshops gegeven en markten gehouden.	www.verspillingsmarkt.nl www.fjildmarkt.nl
Weidelunch	Mensen meenemen in het vrije veld en het laten beleven van de geluiden in de natuur met proeverij van onze Biologische producten zo van de boerderij. Samen koken en vieren wat gezond voedsel brengt uit een gezonde bodem in combinatie met een gezonde manier van leven.	

JOGG Leeuwarden - Koken met ouders	<p>In Bilgaard is er een kookgroep 'Koken met Ouders', waarbij gezond koken voor een klein budget centraal staat. Dit wil JOGG graag uitbreiden naar andere wijken. JOGG is betrokken bij focusgroepen met ouders en kinderen in Leeuwarden Oost. Hier is input opgehaald over een gezonde beweeg- en voedselomgeving. De bedoeling is om deze focusgroepen te herhalen op andere plekken in Leeuwarden Oost. Per locatie wordt er een plan opgesteld om vervolg te geven aan het gene wat is opgehaald.</p>	https://jogg.nl/
Stadstuin Techum	<p>Stadstuin Techum is een lokale en biologische moestuin.</p>	<p>Facebook: Stadstuin Techum</p>
Pro-Garden	<p>CSG Comenius heeft op de locatie Zamenhof (Tjerk Hiddes & Cambuursterhoek) voor de leerlingen van het praktijkonderwijs een groenafdeling. Er is in een hoek van het park een Pro-Garden ingericht waar de leerlingen ervaringen op kunnen doen met verbouwen van eigen gekweekte groenten en bloemen.</p>	
Project Voeding Verbindt	<p>Het project Voeding Verbindt is een initiatief van Jerrel Ramdat van Stichting 058 Samensterk. Het is een samenwerking met de Rijksuniversiteit Groningen, Campus Fryslan en Stichting De Friesland. Het project Voeding Verbindt is een initiatief van Jerrel Ramdat van Stichting 058 Samensterk. Het is een samenwerking met de Rijksuniversiteit Groningen, Campus Fryslân en Stichting De Friesland. De gedachte is dat samen koken en eten goed is voor de verbinding onderling, maar ook goed is voor de gezondheid door het gebruik van meer groenten en fruit. Elke vrijdag wordt er door een aantal vrijwilligers een lunch gekookt voor de deelnemers van Stichting 058 Samensterk. De deelnemers bedachten gerechten van Hollandse groenten die ze een multicultureel tintje gaven. Hiervan is een kookboek gemaakt dat in het Fries, Arabisch, Engels wordt vertaald. Via dit onderzoek werden allerlei nationaliteiten via de groenten met elkaar verbonden. Het leidde tot meer koken met groenten en het zorgde voor minder eenzaamheid.</p>	<p>Facebook: 058 Samensterk</p>
De Laape Warten	<p>Bij Op de Laape draait het om lekker eten op een duurzame manier. We halen onze ingrediënten zoveel mogelijk bij lokale boeren (via Boer&Chef) en koken met seizoensgebonden producten. We ondersteunen lokale ondernemers én gebruiken daarnaast producten uit onze eigen moestuin, voor de meest verse smaken. Verder doen we in onze duurzame missie actief mee aan afvalvermindering. In plaats van restjes weg te gooien, worden ze zoveel mogelijk gebruikt als ingrediënten voor andere gerechten. Uiteraard scheiden we ons gft-afval en een deel hiervan gebruiken we als natuurlijke meststof voor onze moestuin. We zijn hiernaast aangesloten bij Dutch Cuisine en volgen de 80/20-regel, wat betekent</p>	<p>www.delaape.nl</p>

dat we vooral met plantaardige en minder met dierlijke ingrediënten werken. Zo houden we onze gerechten lekker én duurzaam. Onze gerechten worden geserveerd in de vorm van shared dining, waarbij gerechten worden gedeeld aan tafel. Deze benadering is niet alleen sfeervol, maar draagt ook bij aan duurzaamheid door voedselverspilling tot een minimum te beperken. We willen in 2024 nog bewuster omgaan met voedsel(verspilling). We denken na over hoe we ons voedselafval nog verder kunnen verminderen, of we creatiever kunnen zijn met hergebruik van ingrediënten en hoe we de bewustwording onder ons personeel en gasten kunnen vergroten.

**Van Hall Larenstein
Voedingsmiddelentechnologie**

We houden ons bezig met: *Duurzame landbouw en voedsel: de transitie naar een duurzamere keten met gezonde voeding voor iederéén *Onderzoek naar het voorkomen van verspillingen en verliezen in de gehele voedselketen van grondstof naar eindproduct bij de consument thuis *Transitie en onderzoek kan plaatsvinden in onze pilotplant en het Food Application Centre for Technology (FACT) in Leeuwarden. Dit in samenwerking met het onderwijs, overheid bedrijfsleven en de maatschappij. Een mooi recent voorbeeld is de ontwikkeling van een hybride zuivelproduct: yoghurt met deels soja of amandelmelk.

www.hvhl.nl/onderzoek/faciliteiten-content/food-application-centre-for-technology-content/fact-en-praktijkgericht-onderzoek.html

**Restaurant
Oan Tafel Wergea**

Op duurzame wijze met de natuur omgaan hoort bij Oan Tafel. We hanteren een minimum waste policy, maken gebruik van de verschillende seizoenen en hebben ons proeflokaal voornamelijk ingericht met tweedehands materialen. Het werken met lokale producten en leveranciers vinden we belangrijk. 80% van de producten die we gebruiken komt van Nederlandse bodem.

www.oantafel.nl



Colofon

Tekst: Co-productie Vroom's Communicatie en gemeente Leeuwarden

Vormgeving: Danny Knopf, Knopf Media

Foto's: Beeldbank Leeuwarden, Omrin, Nije Leije, Voedselwerkplaats Duurzame Dorpen, fotograaf Klaas Pot (foto Scholenchallenge), Jong Leren Eten, Lekker Lokaal Gou, De Laape, MOES, Fier, Fries Landbouwmuseum, Marlise Vroom, Korrie Hoekstra, Hogeschool van Hall Larenstein, Albert Kooy, Bioweb, Madelon Oostwoud, IKC Eestroom, Yn'e Sinne Farm