

Smakelijke moestuinen

Werkblad beschrijving interventie

Gebruik de HANDLEIDING bij dit werkblad

Werkblad erkenningscommissie, versie mei 2015

Dit is een gezamenlijk werkblad van de volgende kennisinstituten:



Colofon

Ontwikkelaar / licentiehouder van de interventie

Naam organisatie: Stichting BuurtLAB
Postadres: Postbus 22045, 3003 DA ROTTERDAM
E-mail info@buurtlab.nl
Telefoon: 06 20829075

Website (van de interventie):

Contactpersoon

Vul hier de contactpersoon voor de interventie in.

Naam : Edward Boele
E-mail : boele@buurtlab.nl
Telefoon : 06 20829075

Referentie in verband met publicatie

Naam auteur interventiebeschrijving: Edward Boele
Titel interventie: Smakelijke Moestuinen
Databank(en):
Plaats, instituut:
Datum:

Het werkblad is een invulformulier voor het maken van een interventiebeschrijving, geordend naar onderwerp (doelgroep, doel, enzovoort). De onderwerpen volgen de criteria voor beoordeling. De interventiebeschrijving is een samenvatting van de beschikbare schriftelijke informatie over de interventie voor de bezoeker van de databanken effectieve interventies en voor de erkenningscommissie interventies. De informatie is van belang voor de beoordeling van de kwaliteit, effectiviteit en randvoorwaarden van de interventie.

Dit werkblad wordt na erkenning, inclusief contactgegevens gepubliceerd op Loketgezondleven.nl en in indien relevant ook in de databases van onze samenwerkingspartners.

[Kijk bij het invullen in de handleiding die bij dit werkblad hoort.](#)

Inhoud

Colofon	2
Inhoud	3
Samenvatting	4
<i>Korte samenvatting van de interventie</i>	4
Doelgroep	4
Doel	4
Aanpak	4
Materiaal	4
Onderbouwing	5
Onderzoek	5
1. Uitgebreide beschrijving	6
Beschrijving interventie	6
1.1 Doelgroep	6
1.2 Doel	8
1.3 Aanpak	8
2. Uitvoering	12
3. Onderbouwing	15
4. Onderzoek	17
4.1 Onderzoek naar de uitvoering	17
4.2 Onderzoek naar de behaalde effecten	18
5. Samenvatting Werkzame elementen	20
6. Aangehaalde literatuur	21
7. Praktijkvoorbeeld	23

Samenvatting

Eén A-4tje, max 600 woorden

Korte samenvatting van de interventie – max 150 woorden

De Smakelijke Moestuinen is een breed opgezet voedings- en leefstijl interventieprogramma gericht op kinderen van 1 tot 4 jaar in kinderdagverblijven en peuterspeelzalen. Op het kinderdagverblijf kweken de pedagogisch medewerkers samen met de kinderen 16 soorten groenten in de moestuin en deze worden met de groep geproefd. Ook worden verschillende activiteiten georganiseerd rondom groenten, zoals kleuren en knutselen met groenten, gesprekjes over groenten en het behalen van een groente proefdiploma. Kinderen ervaren zo in een prettige, ontspannen omgeving en in groepsverband hoe groenten groeien, ruiken en smaken. Om de effectiviteit van het Smakelijke Moestuinen programma te verhogen, worden in het programma ook de ouders/verzorgers zo veel mogelijk betrokken. Centrale middelen hiervoor zijn de toolbox en het digitale platform (21). Ook wordt er vanuit het kinderdagverblijf een interactieve bijeenkomst georganiseerd voor de ouders, waarin zij informatie ontvangen over hoe ook thuis het eten van groente op een speelse manier gestimuleerd kan worden.

Doelgroep – max 50 woorden

Kinderen 1 tot 4 jaar in kinderdagverblijven en peuterspeelzalen.
Ouders kinderen.
Pedagogisch medewerkers.

Doel – max 50 woorden

Aangezien zowel jonge kinderen als hun opvoeders goed te bereiken zijn via kinderdagverblijven, liggen hier kansen om de groenteconsumptie van jonge kinderen positief te beïnvloeden. Het doel van het Smakelijke Moestuinen programma is om de attitude van kinderen van 0 tot 4 jaar ten opzichte van het eten van groenten positief te beïnvloeden.

Aanpak – max 50 woorden

Op locaties kinderopvang/peuterspeelzalen wordt een moestuinbak 16 gewassen gekweekt. Dit doen de kinderen samen met de pedagogisch medewerkers. De kinderen oogsten, proeven en eten deze gewassen. Ook de ouders worden betrokken bij het stimuleren van de groenteconsumptie van hun kind(eren).

Zij worden 'geholpen' bij het ontwikkelen van een gezond voedingspatroon. Om dit te realiseren is een aantal middelen ontwikkeld. Centraal staan de toolbox, de moestuin en het digitale platform <http://www.smakelijkemoestuinen.nl>.

Materiaal – max 50 woorden

- a. Een Toolbox met educatief materiaal;
- b. Een moestuin (squarefootgarden) waarin 16 gewassen gekweekt kunnen worden;

- c. Een Moestuinbox met materialen;
- d. Gedurende 3 jaar bij de start nieuwe moestuinseizoen een zadenpakket;
- e. Ondersteuning: website Smakelijke Moestuinen, bezoek moestuinman/vrouw, digitale nieuwsbrieven.
- f. Ondersteuning bij ouderavonden over het thema groente.

Onderbouwing – max 150 woorden

Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.

Onderzoek.- max 100 woorden

Uit onderzoek van de VU Amsterdam in 2018 komt naar voren dat het kweken van groenten door kinderen een bijzondere ervaring was/is. Hoewel een groep pedagogisch medewerkers bij aanvang 'huiverig' was om aan de slag te gaan met de moestuin, viel dat in de praktijk mee en naarmate er meer groenten groeiden, groeide ook het enthousiasme. Door het programma werden pedagogisch medewerkers zich vaak meer bewust van het belang van het eten van groenten en hun rol (model) richting de kinderen en ouders. De uitvoering van het programma sloot aan bij de dagelijkse gang van zaken op de groep.

1. Uitgebreide beschrijving

Beschrijving interventie

Het werkblad is ook geschikt voor een samenvattende beschrijving van complexe of samengestelde interventies. Dit zijn interventies die uit twee of meer afzonderlijke onderdelen bestaan. Denk aan interventies met aparte onderdelen voor verschillende doelgroepen, zoals een leefstijlinterventie die zowel gericht is op de community als op de school als op de individuele docent. Of aan interventies met verschillende modules die bij een doelgroep 'op maat' worden toegepast.

Naarmate er meer onderdelen zijn is het aan te bevelen de structuur visueel weer te geven in een schema. Dit geldt met name voor de subdoelen en voor de aanpak van de interventie. Zie ook de aanwijzingen in de handleiding.

1.1 Doelgroep

Uiteindelijke doelgroep – max 100 woorden

Wat is de uiteindelijke doelgroep van de interventie?

Het 3-jarig programma Smakelijke Moestuinen is bedoeld voor kinderen/peuters in de leeftijd van 1-4 jaar die een kinderopvang of peuterspeelzaal bezoeken in buurten/wijken waar de groente-inname achterblijft bij de norm (Voedingscentrum 2017):

Peuters van 2 jaar 50 gram groente per dag, 3 jaar 75 gram en 4 jaar 100 gram.

Daarnaast richt het programma zich ook op de ouders/verzorgers van die kinderen/peuters die naar kinderopvang/peuterspeelzalen gaan.

Intermediaire doelgroep – max 100 woorden

Zijn er intermediaire doelgroepen? Zo ja, welke?

Smakelijke Moestuinen richt zich ook op de intermediaire doelgroep: de pedagogisch medewerkers, die dagelijks verantwoordelijk zijn voor het primaire proces en programma op de locaties kinderopvang of peuterspeelzaal.

Selectie van doelgroepen – max 250 woorden

Hoe wordt de (intermediaire)doelgroep geselecteerd? Zijn er contra-indicaties? Zo ja, welke?

1. Locaties kinderopvang/peuterspeelzalen worden actief benaderd via het netwerk van JOGG (Jongeren Op Gezond Gewicht)regisseurs en Jong Leren Eten-makelaars in het gehele land;
2. Locaties kinderopvang/peuterspeelzalen hebben behoefte aan het programma ter ondersteuning bij het leren kweken, proeven en eten van groente door kinderen in de leeftijd van 1-4 jaar;
3. Locaties kinderopvang/peuterspeelzalen gaan akkoord met deelname aan het programma voor de duur van 3 jaar;
4. Locaties kinderopvang/peuterspeelzalen zeggen toe activiteiten, behorende bij het programma Smakelijke Moestuinen, wekelijks uit te voeren gedurende het moestuinseizoen;

Contra-indicatie

1. Er is geen geschikte plek voor plaatsing moestuin in/op de buitenruimte locatie.
2. Er is in het programma van de locatie geen ruimte om in de periode maart en oktober dagelijks 15 minuten te besteden aan de moestuin.
3. Er is in het programma van de locatie geen ruimte om wekelijks 1 activiteit van 30 minuten uit te voeren die passen bij het programma Smakelijke Moestuinen.

Betrokkenheid doelgroep – max 150 woorden

Was de doelgroep betrokken bij de (door)ontwikkeling van de interventie, en op welke manier?

Tijdens de ontwikkeling

In 2012 zijn in de pilotsteden Rotterdam en Utrecht evaluatieonderzoeken gedaan naar Smakelijke Moestuinen door de GGD Rotterdam en GGD Utrecht. Hier zijn verbeterpunten uit naar voren gekomen, die zijn verwerkt in het programma.

Tijdens de uitvoering

Een aantal keren per jaar mailen wij deelnemende locaties met daarin tips, belangrijke informatie en vragen wij om feedback. Indien noodzakelijk ondernemen wij actie op deze feedback.

Jaarlijkse organiseren we een belronde met deelnemende locaties over stand van zaken aan de hand van 5 vragen, die mogelijk aanleiding geven om zaken aan te passen dan wel toe te voegen. In het 2^e jaar van deelname delen locaties hun ervaringen/inzichten met elkaar en BuurtLAB tijdens een terugkom-workshop.

Er is een ouder-vragenlijst beschikbaar waarmee locaties naar de mening en ervaringen van de ouders kunnen vragen en met ons delen.

Jaarlijks passen wij de interventie aan op basis van deze input.

1.2 Doel

Hoofddoel – max 100 woorden

Wat is het hoofddoel van de interventie?

Het hoofddoel van de Smakelijke Moestuinen is om de attitude van kinderen van 1 tot 4 jaar ten opzichte van groenten positief te beïnvloeden, wat bijdraagt een goede basis voor de ontwikkeling van een gezond voedingspatroon op latere leeftijd.

Subdoelen – max 350 woorden

Wat zijn de subdoelen van de interventie? Indien van toepassing: welke subdoelen horen bij welke intermediaire doelgroepen of subdoelgroep(en)?

Kinderen/peuters:

- hebben minimaal 12 groenten herhaald geproefd;
- kunnen in eigen woorden vertellen hoe een groente (plant) groeit;
- proeven en eten de aangeboden groenten makkelijker en met meer plezier;
- zijn thuis positief/positiever over de moestuin en het eten van groenten.

Ouders:

- kennen het belang van het voldoende eten van groente door hun kind(eren);
- hebben een positieve attitude ten aanzien van het eten van groente;
- weten dat herhaald aanbieden van groente onderdeel is van succes bij het leren eten van groente en hebben vaardigheden om aan tafel de sfeer leuk te houden;

Intermediaire doelgroep: pedagogisch medewerkers:

- hebben meer kennis en kunde hoe groenten groeien en gekweekt worden;
- kennen het belang van het leren eten van groenten;
- zijn zich bewust van de rol en invloed die zij hebben ten aanzien van het ontwikkelen van een gezonde levensstijl bij kinderen en weten hoe zij die rol kunnen oppakken en hun kennis kunnen overdragen aan de kinderen en ouders;
- zijn in staat simpele activiteiten te organiseren op het gebied van groente, moestuin en natuur.
- zorgen voor de dagelijkse groentemomentjes op de locaties.

1.3 Aanpak

Opzet van de interventie- max 200 woorden

Hoe is de opzet van de interventie en wat is de omvang (duur, aantal contacten – indien van toepassing)?

Voeg eventueel een schema toe als bijlage.

Smakelijke Moestuinen is een programma van 3 jaar.

Ieder jaar start het werken in en met de moestuin in maart/april. De eerste voorbereidingen zoals voeding toevoegen (compost) en voorzaaien van tomaten en augurken. In de kalender staan activiteiten die gedaan kunnen worden. Op de groep worden wekelijks activiteiten gedaan door pedagogisch medewerkers en de activiteiten (met een gemiddelde duur van 30 minuten) van de Smakelijke Moestuinen passen hier in. Ook worden steeds vaker en meer groentemomentjes geïntroduceerd tijdens eetmomenten.

Het zaaien van de groenten wordt met de kinderen gedaan en per groente duurt dat ongeveer 15 minuten. Wanneer het warm is, moet er dagelijks water worden gegeven door de kinderen. Dit gebeurt tijdens het buitenspelen.

Tijdens breng-en haalmomenten wordt er met ouders gecommuniceerd over de moestuin en groenten. Tijdens het programma organiseert de locatie een ouderavond waarop Smakelijke Moestuinen en het leren van groenten onderdeel is van het programma. Nadat alle groenten zijn geoogst (tegen oktober) gebeurt er in de moestuin niets meer. In de kalender staan voor de maanden november, december, januari, februari activiteiten die gedaan kunnen worden,

Jaar 1

1. Werving locaties door BuurtLAB, JOGG-regisseurs en Jong Leren Eten-makelaars waarbij BuurtLAB uitleg geeft over het programma via website, factsheet, telefonisch contact en indien gewenst op locatie;
2. BuurtLAB levert alle materialen op locatie (voorjaar);
3. BuurtLAB verzorgt een Introductiebijeenkomst van 75 minuten voor pedagogisch medewerkers (voorjaar);
4. BuurtLAB voert evaluatieronde uit met een set van vragen (na zomervakantie);
5. Gedurende het moestuinseizoen heeft BuurtLAB contact via mail, telefoon, app over problemen, moeilijkheden, vragen, uitdagingen (moestuinperiode).
6. JOGG-regisseurs en Jong Leren Eten Makelaars onderhouden contact met deelnemende locaties in hun gebied.

Jaar 2

1. BuurtLAB levert nieuwe zadenpakketten en indien nodig nieuw educatief materiaal;
2. BuurtLAB organiseert in samenwerking met JOGG-regisseur, Jong Leren Makelaar een terugkom-bijeenkomst;
3. BuurtLAB voert evaluatie uit met een set van vragen (na zomervakantie);
4. Gedurende het moestuinseizoen heeft BuurtLAB contact via mail, telefoon, app over problemen, moeilijkheden, vragen, uitdagingen (moestuinperiode).
5. JOGG-regisseurs en Jong Leren Eten Makelaars onderhouden contact met deelnemende locaties in hun gebied.

Jaar 3

1. BuurtLAB levert nieuwe zadenpakketten en indien nodig nieuw educatief materiaal;
2. BuurtLAB voert evaluatieronde uit met een set van vragen (na zomervakantie);
3. Gedurende het moestuinseizoen heeft BuurtLAB contact via mail, telefoon, app over problemen, moeilijkheden, vragen, uitdagingen (moestuinperiode);
4. JOGG-regisseurs en Jong Leren Eten Makelaars onderhouden contact met deelnemende locaties in hun gebied.

Inhoud van de interventie – max 1200 woorden

Welke concrete activiteiten worden uitgevoerd en -eventueel- in welke volgorde? Geef geen uitputtende beschrijving van activiteiten; het is voldoende als de lezer zich een beeld kan vormen van wat er gedaan wordt en hoe dit gedaan wordt.

Indien van toepassing per onderdeel samenvatten. Vergeet niet aandacht te besteden aan de werving.

Bij interventies op maat: geef aan wat op basis van welke criteria wanneer wordt uitgevoerd. Geef ook aan wat minimaal moet worden uitgevoerd om de gestelde doelen te behalen.

Werving

Via het landelijk netwerk van voornamelijk JOGG-regisseurs, Jong Leren Eten Makelaars en het netwerk van BuurtLAB worden tijdens regionale bijeenkomsten voor kinderopvang en peuterspeelzalen workshops en presentaties gegeven over Smakelijke Moestuinen. Daarin wordt uitgelegd waarom de interventie er is, hoe die er uit ziet, wat de voorwaarden zijn om te kunnen deelnemen en wat de kosten zijn. Locaties, die interesse hebben, geven zich op.

JOGG-gemeenten

De JOGG-gemeente zorgt voor een projectleider (dit kan de JOGG-regisseur zijn). Deze projectleider werft kinderdagverblijven, voorscholen en/of peuterspeelzalen. De projectleider zet een projectgroep op met een vertegenwoordiger van de kinderdagverblijven, voorscholen of peuterspeelzalen, een diëtiste voor het educatieve gedeelte en faciliteert onderzoek om het proces en effect te meten. De JOGG-projectleider coördineert de uitrol van de interventie in samenwerking met BuurtLAB.

Niet-JOGG-gemeenten

De Jong Leren Eten-makelaar zorgt met lokale partijen voor de werving en houdt nauw contact met BuurtLAB over de coördinatie van de uitrol van het programma;

De Jong Leren Eten-makelaar helpt met de eventuele lokale co-financiering in de regio en maakt hier afspreken over met BuurtLAB.

JOGG en Jong Leren Eten helpen mee om Smakelijke Moestuinen onder de aandacht te brengen van gemeenten en communiceren hierover naar de stakeholders. Ook communiceren hierover in de eigen media en stimuleert landelijke PR. Zij verzamelen good practices en ervaringen uit gemeenten adviseren gemeenten bij het opzetten van een financieringsmodel.

Daarnaast wordt via diverse kanalen informatie over Smakelijke Moestuinen verspreid zoals de website, social media en diverse mailings aan kinderopvangorganisaties

Start

De deelnemende kinderdagverblijven, voorscholen en peuterspeelzalen worden lokaal partner van het programma, waarbij elke locatie één aanspreekpunt heeft met verantwoordelijkheid voor de uitvoering.

Elke locatie implementeert het programma voor minimaal 3 jaar streeft naar een dagelijks groentemomentje (het aanbieden van groenten bij de lunch, gecombineerd met het fruitmoment of eind van de middag (bv rond 16:00 uur);

Per week besteedt de locatie aandacht aan minimaal één groente-activiteit van het programma (naast het moestuinieren). In samenwerking met de gemeente biedt elke locatie (alleen of gezamenlijk met andere locaties) de gelegenheid voor één workshop over gezonde voeding voor peuters per jaar die wordt aangeboden aan ouders/verzorgers en pedagogische medewerkers;

In het voorjaar (eerste week van maart) worden alle nieuwe locaties benaderd over de start van de interventie en wat er geregeld moet gaan worden. Er worden twee afspraken ingepland:

Afspraak 1 gaat over het inplannen van een bezorgmoment van alle materialen.

Afspraak 2 gaat over het bijwonen van de startbijeenkomst. Tijdens deze startbijeenkomst wordt uitgelegd wat het doel van het programma is, wat de verwachtingen zijn, hoe het moestuinieren in zijn werk gaat, welke ondersteuning locaties kunnen verwachten en welke ondersteuning er geleverd wordt en welke materialen zij krijgen.

Aan de slag

Na de startbijeenkomst gaan locaties aan de slag. Zij communiceren naar ouders dat zij aan Smakelijke Moestuinen meedoen en wat het doel is. De moestuin wordt zaaiklaar gemaakt door de moestuin te vullen met grond samen met de kinderen.

Het programma sluit nauw aan bij de primaire processen op een groep kinderen in de kinderopvang/peuterspeelzalen. Op een groep worden wekelijks gerichte activiteiten gedaan en wordt er dagelijks buiten gespeeld. Een deel van die activiteiten worden 'vervangen' door activiteiten die horen bij Smakelijke Moestuinen. Hierdoor wordt vermeden dat er een extra programma gedaan moet worden door pedagogisch medewerkers. Het werken in en met de moestuin sluit naadloos aan bij de buitenspeelactiviteiten

Het zaaien wordt gedaan met de kinderen zodat zij het hele proces van zaadje tot plant kunnen zien en ervaren. Ook staan in de kalender activiteiten die in die maand gedaan kunnen worden. Pedagogisch medewerkers maken daar een keuze uit of doen naar eigen inzicht andere activiteiten die passen bij dit thema. Wanneer het zaaien aan de gang is, moet er (afhankelijk van het weer) water gegeven worden. Dit wordt door de kinderen gedaan onder begeleiding van pedagogisch medewerkers. Er gaat ook onkruid groeien en dat wordt door pedagogisch medewerkers weg gehaald, omdat peuters het verschil tussen onkruid en groente niet zo goed maken.

Op de groep worden in de loop van het jaar op steeds meer momenten groenten geïntroduceerd. Wanneer alles goed groeit, kunnen op verschillende momenten in het jaar groenten worden geoogst. Ook hierbij helpen de kinderen mee.

Wanneer alle groenten zijn geoogst, is het inmiddels herfst en wordt er in de moestuin niet veel meer gedaan. In het daarop volgende voorjaar krijgen de locaties weer een nieuw zadenpakket en kunnen zij weer gaan zaaien. De moestuin wordt aangevuld met voeding in de vorm van compost.

Om doelen te kunnen behalen moeten jaarlijks de 16 groenten worden gekweekt en geoogst, wekelijks een activiteit worden uitgevoerd rondom het thema, 1 keer in de maand communicatie met ouders plaatvinden over groenten en de moestuin, dagelijks een groentemomentje op de groep en uitvoering ouderavond/workshop Groentepret.

2. Uitvoering

Materialen – max 200 woorden

Welke materialen zijn beschikbaar voor de uitvoering, werving en evaluatie van de interventie?

- Eén Smakelijke Moestuinbak, inclusief grond en transport (16 vakken 1.30x1.30x 0.28 m);
 - Een zadenpakket met 16 soorten groenten per jaar;
 - Een pakket met een gieter, bamboestokken, schep, net en steek labels;
 - Deelname aan de introductiebijeenko
 - Deelname terugkom-workshop (indien gewenst);
 - Gebruik van de helpdesk;
 - Twee keer per kweekseizoen telefonische hulp en ondersteuning;
 - Digitale nieuwsbrieven;
 - Ouderworkshop Groentepret
 - Vragenlijst pedagogisch medewerkers
 - Vragenlijst ouders
 - Toegang tot de digitale portal voor materiaal, voedingskundige achtergrondinformatie, knutselwerkjes, recepten en (kook- en proef-)activiteiten;
 - Een workshop Gezonde Voeding aan pedagogisch medewerkers en ouders;
 - Een toolbox met de volgende materialen:
1. een programmabeschrijving in de vorm van een kalender voor de groep met activiteiten per maand
 2. knutselwerkjes voor de peuters met voedingskundige informatie voor ouders
 3. een groente proefdiploma voor peuters met voedingskundige informatie voor ouders
 4. een groenteklapper met afbeeldingen van groenten
 5. recepten voor peuters om op kinderdagverblijven te koken en/of om aan ouders mee te geven
 6. een brief met uitleg voor ouders/verzorgers over het programma
 7. een kaart met uitleg over de diverse materialen. Dit basisprogramma kan aangevuld kan worden door diverse lokale partners.

Locatie en type organisatie – max 200 woorden

Waar kan de interventie uitgevoerd worden en welk(e) soort(en) organisatie(s) kan/kunnen de interventie uitvoeren?

De interventie wordt uitgevoerd bij locaties voor kinderopvang en peuterspeelzalen met ruimte in de buitenruimte voor plaatsing van een moestuinbak van 130 cm bij 130 cm in de zon.

Opleiding en competenties van de uitvoerders – max 200 woorden

Wie zijn de uitvoerders en welke opleiding en competenties hebben zij nodig?

Smakelijke Moestuinen wordt uitgevoerd door pedagogisch medewerkers die werkzaam zijn in de kinderopvang en peuterspeelzalen. Het opleidingsniveau ligt tussen MBO niveau 3 en HBO.

Kwaliteitsbewaking – max 200 woorden Hoe wordt de kwaliteit van de interventie bewaakt?

Samen met lokale regisseurs zoals Jong Leren Eten-makelaars en JOGG-regisseurs monitoren wij de voortgang van Smakelijke Moestuinen. De lokale regisseurs onderhouden contact via email, telefoon of door bezoek aan deelnemende locaties.

Via e-mail nieuwsbrieven vraagt BuurtLAB om feedback en fotomateriaal. Daarnaast doet BuurtLAB jaarlijks belondes waarin pedagogisch medewerkers aan de hand van een vragenlijst (5 vragen) gevraagd wordt naar hun ervaringen en observaties.

Voor ouders is een vragenlijst beschikbaar die door locaties gebruikt kan worden om de impact van Smakelijke Moestuinen te monitoren. Hieruit komen signalen en opmerkingen, die mogelijk tot verbetering van de kwaliteit van de interventie leiden.

Randvoorwaarden – max 200 woorden

Wat zijn de organisatorische en contextuele randvoorwaarden voor een goede uitvoering van de interventie?

1. Locatie beschikt over buitenruimte waar ruimte is voor een moestuinbak van 130 cm bij 130 cm, waar voldoende zonlicht is/komt;
2. Commitment van locatie om tijdens de duur van het programma toe te werken naar dagelijkse groente-momentjes op de groep(en);
3. Enthousiasme van minimaal 1-2 pedagogisch medewerkers om buiten groenten te leren kweken, onderhouden en oogsten;
4. Commitment van locatie en leidinggevende om wekelijks activiteiten te doen die horen bij Smakelijke Moestuinen (of verwante activiteiten);
5. Tijdens het programma uitvoering van een ouder-avond rondom het thema;
6. Groente een rol geven in het voedingsbeleid van de locatie in samenspraak met de oudercommissie.

Implementatie – max 200 woorden

Is er een systeem voor implementatie? Geef een samenvatting.

Kinderopvang- en peuterspeelzaalorganisaties kiezen bewust voor deelname aan Smakelijke Moestuinen. Van tevoren krijgen zij informatie of komen naar bijeenkomst waar informatie en uitleg over de interventie wordt gegeven,

Bij de start van Smakelijke Moestuinen krijgen pedagogisch medewerkers, die de lead bij dit programma hebben, op hun locatie tijdens de startbijeenkomst uitleg, handvatten hoe aan de slag te gaan. Iedere locaties heeft 1 of 2 personen die aanspreekpunt zijn voor Smakelijke Moestuinen. Zij zijn de trekkers.

Per regio wordt gezocht naar partners die het programma van Smakelijke Moestuinen kunnen ondersteunen met de implementatie op de locaties: GGD, NME-centra, JOGG-regisseurs, JLE-makelaars.

Wanneer pedagogisch medewerkers moeite hebben met de implementatie van het programma op hun groep, kunnen zij contact opnemen en puzzelen wij samen hoe we hobbels en moeilijkheden kunnen wegnemen.

Kosten – max 200 woorden

Wat zijn de kosten van de interventie? Benoem daarbij de personele (in aantallen uren) en de materiële kosten.

Kosten per locatie zijn 1350 euro, ex BTW voor deelname aan het 3-programma waarbij dit bedrag in jaar 1 van deelname wordt betaald.

Bij de start van moestuinseizoen moet de moestuin gereed worden gemaakt. Dat neemt ongeveer 1,5 uur tijd in beslag van een pedagogisch medewerker.

Tijdens het moestuinseizoen (maart/april-oktober) kost het 15 minuten per dag om de moestuin te onderhouden en indien nodig water te geven.

Het doen van activiteiten (met een duur van 30 minuten) uit het programma kunnen makkelijk verweven worden in de reguliere activiteiten op de groep. Dit vergt mogelijk wel wat extra voorbereidingstijd omdat natuuractiviteiten vaak geen deel uit maken van het huidige aanbod.

3. Onderbouwing

Probleem – max 400 woorden

Voor welk probleem of (mogelijk) risico is de interventie ontwikkeld? Omschrijf aard, ernst, spreiding en gevolgen.

Volgens de meest recente gegevens eet ongeveer de helft van de kinderen in Nederland minder groenten dan is aanbevolen (1,2). De Voedselconsumptiepeiling 2012-2016 van het RIVM geeft aan dat 44% van de kinderen van 1-3 jaar in Nederland aan de dagelijks aanbevolen hoeveelheid groente van gemiddeld 75 gram per dag.

Naarmate kinderen ouder worden neemt hun groente inname vaak af; onder de kinderen van 9 tot 12 jaar haalt zelfs 75% niet de richtlijnen voor groenteconsumptie (8).

Vanuit de literatuur is bekend dat een lage sociaal-economische status van de ouders een risicofactor is voor overgewicht bij kinderen (3). Kinderen met laagopgeleide ouders eten minder groente dan kinderen met hoogopgeleide ouders (4).

Groenten zijn een belangrijk onderdeel van een gezond en gevarieerd eetpatroon. Aangezien kinderen gedurende de eerste vier levensjaren een enorme ontwikkeling en groeisnelheid doormaken, kan een tekort aan voedingsstoffen (mede door een te lage groenteconsumptie) bepalend zijn voor de gezondheid van een kind op oudere leeftijd. Het is bekend dat de inname van groenten het risico op verschillende chronische aandoeningen, waaronder diabetes, hart – en vaatziekten, overgewicht en obesitas kan verlagen (5,6,7).

Uit meerdere onderzoeken blijkt echter dat wanneer kinderen op jonge leeftijd al aanleren om groenten te eten, de kans groter is dat deze gewoonte op oudere leeftijd wordt doorgezet (9,10,11).

Interventies gericht op het stimuleren van groenteconsumptie op jonge leeftijd kunnen daarom een belangrijke rol spelen in het verhogen van de groenteconsumptie van kinderen in Nederland.

Ouders/verzorgers spelen een belangrijke rol in het leren eten van groente bij peuters. Dit is dan ook een belangrijke peiler in het programma Smakelijke Moestuinen. Ouders bepalen ook de beschikbaarheid van gezond eten voor hun kind, hebben een voorbeeldfunctie en werken thuis een structuur en routine rondom eten en voeding. Dit blijkt mede uit de Factsheet 'Invloed van opvoeding op eetgedrag van kinderen' van het Voedingscentrum (maart 2017).

Uit het onderzoek 'Is repeated exposure the holy grail for increasing children's vegetable intake? Lessons learned from a Dutch childcare intervention using various vegetable preparations' (2018) van Gertrude Zeinstra, Milou Vrijhof en Stefanie Kremer blijkt dat wanneer kinderen op jonge leeftijd op kindercentra al aanleren om groenten te eten (herhaalde blootstelling), de kans groter is dat zij op latere leeftijd een positieve houding hebben ten aanzien van de inname van groenten (12).

1. CBS. Kinderen eten te weinig fruit, groente en vis 2017 [Available from: <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2017/46/kinderen-eten-te-weinig-fruit-groente-en-vis>.
2. RIVM. Dutch National Food Consumption Survey 2007-2010. 2011.
3. Danielzik S, Czerwinski-Mast M, Langnase K, Dilba B, Muller MJ. Parental overweight, socioeconomic status and high birth weight are the major determinants of overweight and obesity in 5-7 y-old children: baseline data of the Kiel Obesity Prevention Study (KOPS). *Int J Obes Relat Metab Disord* 2004;28:1494-502

4. GGD Fryslan. Gezondheid in Friesland. Leeuwarden: GGD Fryslân, 2006
5. Boeing H, Bechthold A, Bub A, Ellinger S, Haller D, Kroke A, et al. Critical review: vegetables and fruit in the prevention of chronic diseases. European journal of nutrition. 2012;51(6):637-63..
6. FAO W. Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases Report of a joint WHO/FAO expert consultation. 2003.
7. WHO. Promoting fruit and vegetable consumption around the world. 2007.
8. CBS. Kinderen eten te weinig fruit, groente en vis 2017 [Available from: <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2017/46/kinderen-eten-te-weinig-fruit-groente-en-vis>.
9. Cowart BJ BG, Mennella JA. Development of taste and smell in the neonate. Fetal, Neonatal Physiology. 2004;2(3):1819-27.
10. Kelder SH, Perry CL, Klepp KI, Lytle LL. Longitudinal tracking of adolescent smoking, physical activity, and food choice behaviors. American journal of public health. 1994;84(7):1121-6.
11. Singer MR, Moore LL, Garrahe EJ, Ellison RC. The tracking of nutrient intake in young children: the Framingham Children's Study. American journal of public health. 1995;85(12):1673-7.
12. Is repeated exposure the holy grail for increasing children's vegetable intake? Lessons learned from a Dutch childcare intervention using various vegetable preparations' (2018) van Gertrude Zeinstra, Milou Vrijhof en Stefanie Kremer

Oorzaken – max 400 woorden

Welke factoren veroorzaken het probleem of (mogelijk) risico?

Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.

Aan te pakken factoren – max 200 woorden

Welke factoren pakt de interventie aan en welke onder 1.2 benoemde (sub)doelen horen daarbij?
Klik hier als u tekst wilt invoeren.

Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.

Verantwoording – max 1000 woorden

Maak aannemelijk dat met deze aanpak ook daadwerkelijk de doelen bij deze doelgroep bereikt kunnen worden.

Klik hier als u tekst wilt invoeren.

Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.

4. Onderzoek

4.1 Onderzoek naar de uitvoering – max 600 woorden

Wat is op basis van het beschikbare onderzoek bekend over de uitvoering van de interventie?

Beschrijf kort welke onderzoeken zijn gedaan en wat daarvan de uitkomsten waren. Stuur bij het indienen van het werkblad de volledige publicatie van ieder genoemd onderzoek mee.

Beschrijf per onderzoek:

- a) De titel, auteurs, organisatie en jaar van uitgave (indien gepubliceerd)
- b) Het type onderzoek, de onderzoeksmethode en de omvang van het onderzoek
- c) Een samenvatting van de meest relevante uitkomsten met betrekking tot inzicht in de mate waarin activiteiten zijn uitgevoerd volgens plan, het bereik van de interventie, de waardering en ervaring van de uitvoerders en doelgroep, succes- en faalfactoren, en -indien beschikbaar- de uitvoerbaarheid, de randvoorwaarden en de omgevingsvariabelen.

Impact van de “Smakelijke Moestuinen” op de attitude ten opzichte van groenten op kinderdagverblijven: effecten en procesevaluatie (Vrije Universiteit (VU) Amsterdam).

Het doel van dit onderzoek was tweevoudig: 1) een procesevaluatie om de uitvoering van het Smakelijke Moestuinen programma in kinderdagverblijven te evalueren en 2) een effectstudie om het effect van het Smakelijke Moestuinen programma te onderzoeken op de groente inname van kinderen en hun attitude t.o.v. groenten. Het onderzoek is uitgevoerd van mei 2018 tot oktober 2018.

Voor de procesevaluatie is een selectie gemaakt van 9 kinderdagverblijven die deelnemen aan het Smakelijke Moestuinen programma. De ervaringen van pedagogische medewerkers die deelnemen aan het Smakelijke Moestuinen programma zijn in kaart gebracht door middel van interviews. Per kinderdagverblijf is een pedagogisch medewerker geïnterviewd, dit was in alle gevallen ook degene die verantwoordelijk was voor de moestuin op de locatie. Om een zo een compleet mogelijk beeld te krijgen van de ervaringen zijn de medewerkers twee maal geïnterviewd; de eerste keer in juni, aan het begin van de zomer, en de tweede keer in september, aan het einde van de zomer.

Voor de effectstudie zijn 13 kinderdagverblijven geselecteerd die allemaal recentelijk waren gestart met het Smakelijke Moestuinen programma. Daarnaast zijn er 6 kinderdagverblijven geïncludeerd die niet meededen aan het Smakelijke Moestuinen programma, als controlegroep in de studie.

Procesevaluatie (9 kindercentra)

Om de kwaliteit en het succes van het Smakelijke Moestuinen programma vast te stellen is de volgende hoofd-onderzoeksvraag ontwikkeld:

“Is het Smakelijke Moestuinen programma volgens pedagogische medewerkers een succesvolle methode om het eten van groenten onder kinderen van 1 tot 4 jaar positief te beïnvloeden?”

Samenvatting Procesevaluatie

De complete beleving van een zaadje tot plant, was voor veel kinderen een bijzondere ervaring. Kinderen wisten volgens de pedagogisch medewerkers vaak niet beter dan dat groenten uit de supermarkt komen. Na de Smakelijke Moestuinen merkten kinderdagverblijven een verschil in het bewustzijn van kinderen over de oorsprong van groenten. De diverse samenstelling van het Smakelijke Moestuinen programma zorgde ervoor dat alle kinderen zich betrokken voelden met de moestuinen. Ook was het opvallend dat bijna alle kinderen de gekweekte groenten hebben

gegeten of in ieder geval wilden proeven. Het eten van de groenten in groepsverband, het enthousiasme van de pedagogische medewerkers en de activiteiten om de moestuin heen maakten de beleving rondom groenten plezierig voor de kinderen. Uit eerder onderzoek is gebleken dat een plezierige ervaring met groenten kan bijdragen aan een hogere groenteconsumptie op oudere leeftijd.

Ook de pedagogisch medewerkers in kinderdagverblijven hebben het Smakelijke Moestuinen programma over het algemeen als zeer positief ervaren. Hoewel sommige medewerkers vonden dat het in het begin even zoeken is naar een praktische manier om het programma te integreren in het standaard dagelijkse programma, gaven alle medewerkers aan dat het goed vol te houden is. Het enthousiasme en toewijding van in ieder geval 1 medewerker op locatie zijn belangrijke factoren om te starten met de moestuin. Het is gebleken dat wanneer er eenmaal groei is in de moestuin, andere medewerkers ook enthousiast worden.

Op basis van de uitkomsten hebben wij een aantal onderdelen aangepast zoals het leveren van extra compost, meer uitleg op het digitale platform over problemen bij moestuinieren, extra nadruk in het voortraject en startbijeenkomst over het belang van het betrekken van ouders.

Wanneer in aanloop naar de start met het programma te weinig aandacht wordt geschonken aan draagvlak en commitment bij pedagogisch medewerkers, kan dat later leiden van beperkt enthousiasme/plezier tot in aantal situaties in het verleden zelfs geen uitvoering.

4.2 Onderzoek naar de behaalde effecten – max 600 woorden

Wat is op basis van het beschikbare onderzoek bekend over de behaalde effecten met de interventie?

Beschrijf kort welke onderzoeken zijn gedaan en wat daarvan de uitkomsten waren. Stuur bij het indienen van het werkblad de volledige publicatie van iedere genoemde studie mee.

Beschrijf per onderzoek:

- a) De titel, auteurs, organisatie en jaar van uitgave
- b) Het type onderzoek, de meetinstrumenten en de omvang van het onderzoek
- c) Een samenvatting van de meest relevante uitkomsten met betrekking tot het bereik van de interventie, de gevonden effecten en -indien beschikbaar- de door de doelgroep ervaren effectiviteit en de mate waarin de veronderstelde werkzame elementen daadwerkelijk zijn uitgevoerd.

Impact van de “Smakelijke Moestuinen” op de attitude ten opzichte van groenten op kinderdagverblijven: effecten en procesevaluatie (Vrije Universiteit (VU) Amsterdam)

Effectstudie

Om het effect te bepalen van het Smakelijke Moestuinen programma op de groenteconsumptie van de kinderen en hun attitude t.o.v. groenten is de volgende onderzoeksvraag ontwikkeld:

“Leidt het Smakelijke Moestuinen programma tot een verhoging van het aantal dagen waarop kinderen groenten eten en een verbeterde attitude t.o.v. groente bij kinderen van 1 tot 4 jaar in vergelijking met de controlegroep?”

Samenvatting Effectstudie

(13 kindercentra en 6 kindercentra die niet deelnemen aan het programma)

Op basis van dit onderzoek kan niet de conclusie worden getrokken dat kinderen meer groenten zijn gaan eten sinds het Smakelijke Moestuinen programma. Ook kan er geen uitspraak worden gedaan over het effect van het programma op de attitude van kinderen t.o.v. groenten. De resultaten in de voormeting waren over het algemeen al zeer positief- de meeste kinderen aten al 6 of 7 dagen per week groenten en hadden meestal al een positieve attitude t.o.v. groenten waardoor er niet veel ruimte voor verbetering was. Het is echter belangrijk om rekening te houden met het opleidingsniveau van de meeste ouders in dit onderzoek. Het merendeel van de ouders was hoogopgeleid (81% HBO/WO opgeleid), wat vaak gepaard gaat met een hogere groenteconsumptie. Mogelijk is de onderzoekspopulatie daardoor geen goede reflectie van de algemene samenleving. Dat de hoogopgeleide groep een groot deel van de populatie was in dit onderzoek had te maken met het feit dat het onderzoek laat in het voorjaar op gang kwam en alleen nog een aantal kindercentra konden deelnemen die nog niet gestart waren met het programma en waar per toeval ook een grote groep hoge opgeleide ouders zaten. Daarnaast was het response op de vragenlijsten in de nameting voor de effectstudie een stuk lager, waardoor het moeilijk is om de vergelijking tussen de voor – en nameting te maken.

Een aantal succesfactoren:

- Het programma is simpel, duidelijk en makkelijk te integreren tijdens de dagelijkse werkzaamheden op een groep;
- De materialen zijn uitnodigend om mee te werken.

Faalfactor:

- Soms te weinig en ervaring met het kweken van groente waardoor oogsten mislukte;

Let op: dit onderdeel (4.2) hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op de niveaus 'Goed beschreven' en 'Goed onderbouwd'.

5. Samenvatting Werkzame elementen

Wat zijn de werkzame elementen van deze interventie waardoor de gestelde doelen bij de doelgroep gerealiseerd worden? Geef een puntsgewijs overzicht van de belangrijkste werkzame elementen van de interventie. Denk daarbij aan inhoudelijke en praktische elementen.

Max 250 woorden

Klik hier als u tekst wilt invoeren.

Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.

6. Aangehaalde literatuur

Maak een alfabetische lijst van alle in deze beschrijving aangehaalde literatuur en gebruik hiervoor de APA-normen (variant met kleine letters, zie aanwijzingen in de handleiding).

Boeing., H., Bechthold., A., Bub., A., Ellinger., S., Haller., D., Kroke., A., (2012). Critical review: vegetables and fruit in the prevention of chronic diseases. *European journal of nutrition*. 51(6):637-63.

Cowart., B.J B.G., Mennella. (2004). J.A. Development of taste and smell in the neonate. *Fetal, Neonatal Physiology*. 1819-27.

Danielzik S, Czerwinski-Mast M, Langnase K, Dilba B, Muller MJ. Parental overweight, socioeconomic status and high birth weight are the major determinants of overweight and obesity in 5-7 y-old children: baseline data of the Kiel Obesity Prevention Study (KOPS). *Int J Obes Relat Metab Disord* 2004;28:1494-502

FAO W. (2003). Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases Report of a joint WHO/FAO expert consultation.

GGD Fryslan. Gezondheid in Friesland. Leeuwarden: GGD Fryslân, 2006

Kelder.,S.H., Perry., C.L., Klepp ., K.I., Lytle., L.L. (1994). Longitudinal tracking of adolescent smoking, physical activity, and food choice behaviors. *American journal of public health*. 84(7):1121-6.

RIVM. (2011). Dutch National Food Consumption Survey 2007-2010.

Singer., M.R., Moore., L.L., Garrahe EJ, Ellison., R.C. (1995). The tracking of nutrient intake in young children: the Framingham Children's Study. *American journal of public health*. 85(12):1673-7.

WHO. (2007). Promoting fruit and vegetable consumption around the world.

Zaidi, M., Vermeulen, E., Dijkstra. C., Seidell., J.(2018). Impact van de "Smakelijke Moestuinen" op de attitude ten opzichte van groenten op kinderdagverblijven: effecten en procesevaluatie. Amsterdam.

Zeinstra., G.,Vrijhof., E., Kremer., S.(2018). 'Is repeated exposure the holy grail for increasing children's vegetable intake? Lessons learned from a Dutch childcare intervention using various vegetable preparations'

Publicatie op internet

CBS. (2017) Kinderen eten te weinig fruit, groente en vis. <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2017/46/kinderen-eten-te-weinig-fruit-groente-en-vis>.

Factsheet Groente (juli 2018), Voedingscentrum, <https://mobiel.voedingscentrum.nl/Assets/Uploads/voedingscentrum/Documents/Professionals/Pers/Factsheets/Factsheet%20Groente.pdf>

Factsheet 'Invloed van opvoeding op eetgedrag van kinderen' (maart 2017), Voedingscentrum,

[https://mobiel.voedingscentrum.nl/Assets/Uploads/voedingscentrum/Documents/Professionals/Per
s/Factsheets/Factsheet%20Invloed%20van%20omgeving%20op%20eetgedrag%20kinderen.pdf](https://mobiel.voedingscentrum.nl/Assets/Uploads/voedingscentrum/Documents/Professionals/Per%20s/Factsheets/Factsheet%20Invloed%20van%20omgeving%20op%20eetgedrag%20kinderen.pdf)

7. Praktijkvoorbeeld

Beschrijf, indien beschikbaar, in max. 600 woorden een praktijkvoorbeeld van de uitvoering van de interventie: hoe was de situatie voor, tijdens en na de interventie?

Klik hier als u tekst wilt invoeren.