

WHITE PAPER

Lerend Netwerk

*Smakelijk eten voor
complexe
doelgroepen*

December 2020

© Stichting Eten+Welzijn



Inleiding

Deze White paper is u aangeboden door de stichting Eten+Welzijn (www.etenwelzijn.nl) en betreft een 'levend document'.

Deze White paper is vormgegeven binnen het Lerende Netwerk "Smakelijk eten voor complexe doelgroepen"; 2019-2020.

Binnen een Lerend Netwerk zoeken professionals elkaar op, willen leren van elkaar en werken met elkaar. Dankzij deze actieve manier van leren blijft kennis goed hangen én leer je vaardigheden die essentieel zijn bij de invulling van je rol binnen je eigen organisatie.

Onderstaande deelnemers hebben aan deze White paper gewerkt:

- Erika Schoonhoven, Hoofd Services (Zorggroep Maas & Waal, Beneden-Leeuwen)
- Truus de Keyzer, Coördinator Facilitair (Zorggroep Maas & Waal, Beneden-Leeuwen)
- Catherine Deeley, Chef kok (King Arthur Group)
- Jarcine Spaander, Bestuurder (King Arthur Group)
- Petra Forman, Diëtist (Careyn)
- Henry Wulff, Facilitair Regiocoördinator Nissewaard (Careyn)

Tutor en expert:

- Pieter van der Wal, Facilitair & Culinaire Specialist (CareFacilitair)
- Eric-Jan Wissink, expert (Eric-jan de Smaakman)

Wilt u feiten, onderzoeken, projecten, best practices of visies toevoegen? Wilt u ook deelnemen, of heeft u vragen hierover? Mail naar vraag@etenwelzijn.nl

Inleiding

Het complexe aan de doelgroep is op diverse manieren te benaderen. Enerzijds heeft dit betrekking op de problematiek waar onze bewoners en patiënten mee te maken hebben en anderzijds heeft dit betrekking op de diversiteit van de problematiek in de situatie waarin men samen leeft. Bijkomend is de nadruk die ligt op zorg, waardoor eten en drinken als noodzakelijk onderdeel wordt gezien terwijl voeding meer is dan dat. Als men bewust aandacht heeft voor eten en drinken komt dit ten goede aan de voedingsbalans van onze bewoners en cliënten en levert het een waardevolle bijdrage aan het welzijn en daardoor de kwaliteit van leven. Wij hebben dan ook gezocht naar een tool die zorg en eten en drinken dicht bij elkaar brengt en zo “Bewust met aandacht eten en drinken” kan ondersteunen.

We hebben geconstateerd dat binnen verpleeghuizen eten & drinken over het algemeen ondergeschikt is aan zorg waardoor er onvoldoende aandacht voor is door diverse redenen. Eten en drinken ziet men niet als zorg. Ons doel was een tool te ontwikkelen die alle medewerkers betrokken bij de maaltijd maakt, bewustwording kan creëren en hulpmiddelen kan bieden bij de uitvoering.

Op dit moment wordt de tool getoetst in de praktijk. Voor meer informatie neem contact met ons op.

“Eten en drinken is zorg. De zorginstellingen willen haar bewoners gastvrije zorg bieden. Hoe de bewoner gastvrije zorg ervaart hangt, onder andere, af van de verzorging van de dagelijkse maaltijd. Aspecten als oprechte interesse, keuzevrijheid, kwaliteit, presentatie en bejegening zijn maatgevend voor het gastvrijheidsgevoel.”



Proces

Op de startbijeenkomst heeft het lerend netwerk met elkaar kennis gemaakt en is het van start gegaan. De drie organisaties zijn erg verschillend en hebben verschillende voedingsconcepten. Toch werden er al snel gezamenlijke knel- en verbeterpunten gevonden. Na de inspiratie sessies zijn de problemen die werden ervaren uitvoerig met elkaar besproken. Het was leerzaam om stil te staan bij de problemen en er met elkaar mee bezig te zijn. Na inspiratie en discussie is het Lerend Netwerk aan de slag gegaan met het ontwerpen van een tool om bewust aan de slag te gaan met eten en drinken in de organisatie.

De eerste samenkomsten hadden als doel om te verkennen waar elke organisatie mee worstelt en om te horen op welke wijze er omgegaan wordt met eten en drinken binnen de diverse deelnemende organisaties. De vertegenwoordiging van de zorgorganisaties waren allemaal ondersteunende diensten (kok, facilitair en diëtetiek). De algemene conclusie was dat binnen alle organisaties eten en drinken eigenlijk niet als zorg gezien wordt. Het feit dat binnen het lerend netwerk juist de ondersteunende diensten deelnemen aan het lerend netwerk zou dit kunnen bevestigen.

Door deze ervaringen te delen, zijn we gezamenlijk een weg ingeslagen om te zoeken naar een hulpmiddel dat eten en drinken wél onderdeel kan maken van de zorg. De conclusie hierbij is, dat bij alles wat er bedacht of ontworpen wordt het succes afhankelijk is van de vertaling naar het beleid. Als een organisatie het niet als onderdeel van het beleid opneemt, kan het niet worden ingezet als hulpmiddel.

De expertise van Eric-Jan de Smaakman heeft een waardevolle aanvulling en bewustwording geboden waaruit blijkt welke invloed de juiste samenstelling heeft op het eten van de bewoner. Deze constatering leverde daarbij een direct aantoonbaar effect waarmee bewustwording ook bij de zorg wordt bereikt.

Door met elkaar te brainstormen, hebben we met elkaar geconstateerd dat iedereen die betrokken is bij eten en drinken dit 'Bewust en met Aandacht' moet uitvoeren.

Welzijn en zorg gaan samen, hand in hand met de bewoner die centraal staat, een weg volgen om de bewoner prettig en huiselijk te laten leven of herstellen. De tool moet dusdanig zijn ingericht dat de toepassing op een eenvoudige en alledaagse manier onderdeel is van de leefomgeving.



Samenvatting

De tool die we ontwikkeld hebben, richt zich op een aantal onderwerpen waarbij we de theorie vertalen naar praktische handvatten en waarbij je per onderdeel een waarde kan toekennen. Hierdoor maak je visueel duidelijk voor welke onderdelen aandacht en bijsturing gewenst is.

We hebben gekozen voor een tool in de vorm van een stuur.

De bewoner/patiënt staat aan het roer en de zorg -in de breedste zin van het woord- past zich daaraan aan. Het beleid wordt vertaald naar onderdelen en praktische voorbeelden om uitvoering, bewustwording en borging te kunnen bereiken.



De 6 stappen worden ook in volgorde toegepast en zijn:

- 1. Wie komt er wonen / revalideren**
(wat zijn de wensen, wat is nodig, hoe is de geestelijke gesteldheid.)
- 2. Warm welkom**
(een welkom waarbij men zich prettig, gekend veilig voelt en verleidt wordt)
- 3. Maaltijdbeleving voor de bewoner**
(wat zijn de resultaten van een observatie, gesprek over de smaakbeleving, consistenties, zelfredzaamheid, invloed van omgeving, hoeveelheid)
- 4. Maaltijdverzorging door aanbieder** (medewerker wonen, zorg o.i.d.)
(hoe kan de aanbieder de bewoner verleiden om tot een goede voedselinname te komen, presentatie, omgeving, moment van aanbieden, tussendoortjes, herinneringen ophalen)
- 5. Evalueren en bijsturen**
(eet- en drink dagboek waarbij ook aspecten als omgeving, gemoedstoestand, verandering e.d. in mee genomen worden)
- 6. Kennis en kunde**
(zijn bepaalde vaardigheden nodig, kennis, deskundigheid, bijscholing etc.)

Door de bewoner aan het stuur te laten, kun je bij punt 5 bijvoorbeeld tot de conclusie komen, dat je met de bewoner toch weer eens opnieuw naar de eerste fase moet kijken.

Route



| Beleid | Praktijkvoorbeelden |
|-----------------------|--|
| Intake | thuisgesprek, anamnese, hoe woont iemand nu |
| Medisch – Welzijn | belang van combinatie waarbij welzijn kan bijdragen aan het medische |
| Inhuizing | welkomstmaaltijd |
| Veiligheid | persoonlijke ontvangst, ken je bewoner, geborgenheid |
| Tijd | individuele begeleider |
| Complexiteit | consistentie/geur en smaakbeleving/geestelijke gesteldheid |
| Vaardigheden | betrokkenheid, motivatie |
| Deskundigheid | basis, specialistisch |
| Taakomschrijving | afgestemd op de doelgroep (GRZ/PG/Somatiek) |
| Eisen aan de maaltijd | maaltijdvoorziening, tussendoortjes, mogelijkheden, fingerfood, GPS*, verrijking |
| Verleiden | geur, iets van bereiding (soep, koek, toppings) |
| Hulpmiddelen bieden | tijd, workshops, menucyclus, recepten, opleiding, fotomateriaal |
| Omgeving | rust, muziek, gericht op maaltijd, bewegingen |
| Presentatie | kleurgebruik, tafelaankleding, keuze, gericht op eigen regie |
| Aandacht en bewust | eten en drinken-dagboek, “de ouder” van de groep (wat doe je als ouder van een kind) |
| Eetlust opwekken | praten, “(virtueel) boodschappen doen”, menu bespreken, zichtbaar maken, herinnering |
| Eigen regie | waar kan en wil de bewoner bij helpen? |
| Signaleren | bijsturen nav eet/drinkpatroon bewoner, gedrag, groepsdynamiek |
| Betrekken familie | bezoekmoment gesprek, bijsturing, verleden en herinnering |

*GPS: voor beschrijving zie bijlage

Tool

Bovenstaande 'route' hebben we vervolgens vertaald naar een tool in de vorm van een stuur. De bewoner staat aan het roer: hij of zij is leidend.

Uitleg

Je werkt alles stap voor stap af waarbij je niet naar de volgende stap kunt, alvorens de voorgaande stap volledig in kaart te hebben. Dit kun je aangeven met de pijl.

Rood: 1 item is uitgewerkt

Oranje: 2 items zijn uitgewerkt

Geel: 3 items zijn uitgewerkt

Groen: 4 items zijn uitgewerkt

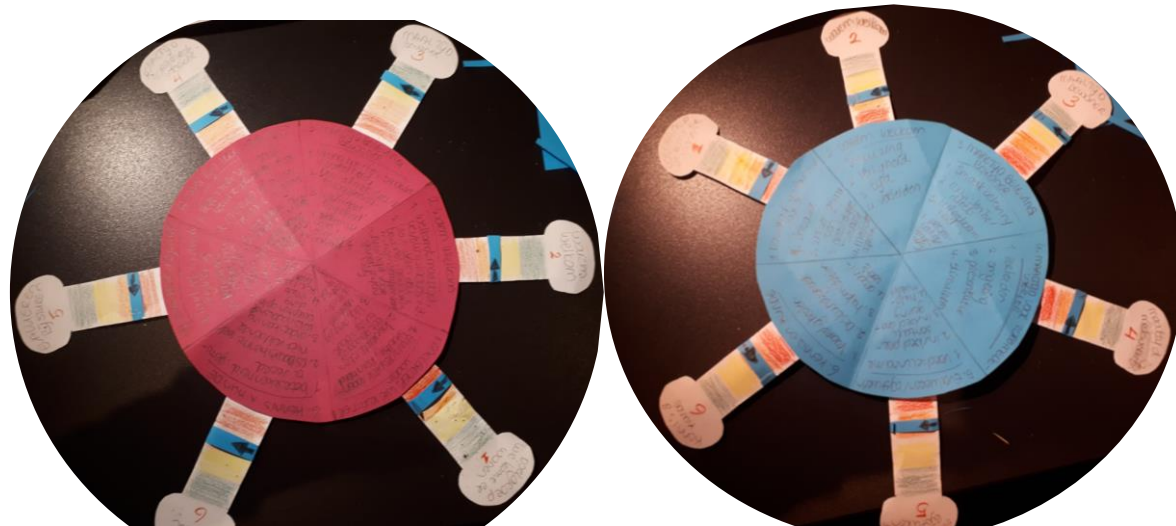
Bij stap 5 kijk je steeds aan de hand van het eetdagboek hoe het staat met de bewoner. Blijkt het dat het sein niet op groen staat, dan ga je terug naar de vorige stappen om te kijken waar aanpassing nodig is.

Als je weer bij 5 bent, kun je naar stap 6, waarbij de kennis en kunde er anders uit zouden kunnen uitzien.

De blauwe kant geeft het beleid aan; als je hem omdraait krijg je op de rode kant tips voor de praktijk.

Stap 1 t/m 3 hebben een blauwe knobbel, dit betreft de bewoner zelf.

Stap 4 t/m 5 geven aan wat de medewerker/organisatie kan doen.



Stappen

1. Wie komt er wonen?

| Beleid | Vertaling en borging |
|------------------------|---|
| Intake | thuisgesprek- hoe woont iemand nu (inrichting, reinheid etc.) |
| Wensen en gewoonten | welkomstmaaltijd, wat vindt iemand lekker |
| Geestelijke situatie | blij, bedroefd, dementie, weerstand |
| Medisch versus Welzijn | belang van combinatie waarbij welzijn bij kan dragen aan medisch, invloed van medicatie |

2. Warm welkom

| Beleid | Vertaling en borging |
|------------|--|
| Inhuizing | zorg voor welkomstmaaltijd |
| Veiligheid | laat weten dat je de persoon en gewoontes kent |
| Tijd | neem tijd voor gevoel, peilen geestelijke gesteldheid, psycholoog |
| Verleiden | verleiden (lievelingskoekjes, drinken etc.), zorg voor welkomstmaaltijd |

3. Maaltijdbeleving bewoner

| Beleid | Vertaling en borging |
|-------------------------|---|
| Smaakbeleving | vraag hoe eten smaakt, hoeveelheid eten, GPS, medicatie, verrijkingen nodig, overdracht keuken /mdw wonen |
| Consistentie, dieet | stem dit af met diëtiste en logopediste voor juist aanbod |
| Zelfredzaamheid | zijn hulpmiddelen wenselijk, fingerfood, ergotherapeut, toppings |
| Omgeving en presentatie | reactie op kleur op bord, kleur op tafel |

4. Maaltijd voor zorgmedewerker

| Beleid | Vertaling en borging |
|-------------|---|
| Verleiden | herinneringen, geur, iets van bereiding (soep, koek, toppings) |
| Omgeving | rust, muziek, gericht op maaltijd, bewegingen |
| Presentatie | kleurgebruik, tafelaankleding, keuze, gericht op eigen regie, portiegrootte |
| Stimuleren | toevoegingen, zelfredzaamheid vergroten (fingerfood) |

5. Evalueren en bijsturen

| Beleid | Vertaling en borging |
|-------------------------|---|
| Voedselinname | eet en drink dagboek, las bijvoorbeeld bij slecht eten tussendoortjes in |
| Invloed van presentatie | zijn aanpassingen nodig in het aanbieden van de maaltijden |
| Invloed van omgeving | zijn aanpassingen nodig wb omgeving |
| Hulpmiddelen | indien veranderingen schakel hulp in en registreer, ga terug naar stap 2 en 3 en pas vervolgens ook stap 4 aan. |

6. Kennis en kunde

| Beleid | Vertaling en borging |
|---------------|--|
| Vaardigheden | betrokkenheid, motivatie |
| Deskundigheid | basis, specialistische kennis nodig |
| Hulpmiddelen | tijd – workshops- menucyclus- recepten- opleiding- fotomateriaal |
| Organisatie | specialisten betrekken (kok, ergo, diëtiste, logopediste) |



www.zorgvoorbeter.nl

Bijlagen



Als het goed is, eten we elke dag. Om in leven te blijven, maar vooral omdat het lekker is. Als je gezond bent heb je een ruime keuze om voedzaam en smaakvol te eten. Maar het is niet voor iedereen vanzelfsprekend om te genieten van de dagelijkse maaltijden. Door ziekte kan de smaak van mensen soms ingrijpend veranderen en/of verdwijnen. Ook voor oudere mensen, waarbij het slikvermogen en de smaak vermindert, is het dagelijks nuttigen van de maaltijden niet altijd een plezier meer. Terwijl eten eigenlijk juist een plezier zou moeten zijn.

GPS in elk gerecht

Om meer smaak voor de doelgroep te bereiken is het toevoegen van GPS in de receptuur erg belangrijk. Als je GPS toepast wordt er specifiek gekeken naar toevoeging van ingrediënten voor **geur**, **prikkeling** en **smaak**. Dit om een goede totale smaakbeleving te krijgen. Ter inspiratie zijn een aantal gerechten aan de netwerkgroep gepresenteerd.

Een voorbeeld: het recept van pompoensoep. Als je de soep op de 'gewone' manier zou maken gebruiken we als ingrediënten: pompoen, sjalotjes, bouillon en misschien wat extra kruiden. Met gebruik van GPS ziet het er als volgt uit:

Naam gerecht: pompoensoep

Aantal personen: 10 kopjes van 100 ml

Receptuur

| Hoeveelheid | | Ingrediënten | Geur-prikkeling-smaak |
|-------------|----|--------------------------------|--|
| 25 | G | olijfolie | Smaak-vet |
| 3 | G | Gele kruiden mix | www.ericjandesmaakman.nl |
| 50 | G | Sjalotten fijngesneden | Geur |
| 5 | G | Knoflook fijngesneden | Geur |
| 5 | G | Rode peper fijngesneden | prikkeling |
| 5 | G | Verse gember fijngesneden | prikkeling |
| 600 | G | Pompoenblokjes | Basis |
| 25 | G | Gembersiroop | Smaak-zoet |
| 400 | ml | Kippenbouillon/groentebouillon | Smaak-zout-umami |
| 50 | G | Slagroom | Smaak-vet |
| | | Garnering top | |
| | | Mascarpone | |
| | | Walnoot of andere noot | Prikkeling |

Opbouw gerecht: basis, toevoeging, top

Natuurlijk moet de mens voeding binnenkrijgen die de benodigde voedingsstoffen en energiewaarde heeft. Gebruik van verse ingrediënten en voldoende variatie zijn hierbij belangrijk. Echter, eten moet ook lekker zijn en aansluiten op de persoonlijke voorkeuren van elk individu. Wat hierbij kan helpen is om te werken met een aantal stappen in het aanbod. Met toevoegingen en toppings kun je een basisgerecht naar eigen smaak aanpassen.

- 1 Kies eerst het basisproduct → BASIS
- 2 Kies daarna de toevoeging → TOEVOEGING
- 3 Kies daarna de topping → TOP

Als je zelf mee kunt bepalen hoe je je yoghurt of je pasta het liefste eet is de kans groter dat je tevreden bent over de maaltijd. Mensen kunnen hiermee het gerecht aanpassen aan hun eigen voorkeuren en de smaak zélf beïnvloeden door zijn of haar keuze van garnituur, saus, kruiden of vruchten.

Voorbeeld gerecht: hangop met aardbei en basilicumsuiker

Aantal personen: 10 maal 125 gram hangop en 30 gram aardbei

Receptuur en werkwijze

| Hoeveelheid | | Ingrediënten | Geur- Prikkeling -smaak |
|----------------------------|----------|-----------------------|-------------------------|
| Hangop met slagroom | | | |
| 1000 | G | Volle yoghurt | Basis |
| 10 | G | Citroen of limoensap | Smaak-zuur |
| 1/2 | | Rasp van halve limoen | Geur |
| 250 | G | Slagroom | Smaak-vet |
| 40 | G | Poedersuiker | Smaak-zout |
| Aardbeien | | | |
| 300 | G | Aardbeien | Geur |
| Basilicumsuiker | | | |
| 100 | G | Grove kristalsuiker | Smaak-zoet |
| 5 | Blaadjes | Basilicum | Geur |

| Stappen | Werkwijze | Temp. | Tijd |
|----------------------------|--|-------|------|
| Hangop met slagroom | | | |
| 1 | Zet een vergiet of een zeef op een pan, de onderkant van de zeef moet helemaal vrij hangen. | | |
| 2 | Een theedoek even goed nat maken en in de zeef leggen | | |
| 3 | De yoghurt in de zeef met theedoek schenken en verder uit laten lekken in de koeling. Dek het wel even af met wat plasticfolie. Laat de yoghurt 8 uur uitlekken. | | |
| 4 | Gooi het water in de pan daarna weg en schep de hangop (hangop is dus eigenlijk yoghurt zonder water) in een flinke kom en meng met het sap en de rasp. | | |
| 5 | In een andere kom de slagroom met de suiker stijfkloppen. | | |
| 6 | Spatel nu voorzichtig de slagroom, limoensap en de limoenrasp door de hangop. | | |
| Aardbeien | | | |
| 1 | Snijd de aardbeien in vieren. | | |
| Basilicumsuiker | | | |
| 1 | Pluk een stuk of 10 kleine blaadjes van de verse basilicum. | | |
| 2 | Mix de suiker in de blender met de basilicumsuiker. | | |
| 1 | Maak een schaalte met hangop, doe de aardbei bovenop en garneer op het laatst met de suiker. | | |
| Eet smakelijk! | | | |