

# Food Trend College “Gezonde Verleiding”

Wereldwijd zijn ruim 2 miljard mensen te zwaar. In Nederland is dat zelfs de helft van onze bevolking. Onze omgeving speelt een belangrijke rol in wat we eten. Welke keuzes we maken. Op het station, op school, in de kantine, en in de supermarkt. Vaak maken we die keuzes in een paar seconden. Het aanbod, de voedselomgeving bepaalt dus hoe gezond we eten. Hoe belangrijk is die omgeving eigenlijk?

## Food Trend College

In dit Food Trend College spraken 2 inleiders: Emely de Vet, Hoogleraar Gezondheidscommunicatie en Gedragsverandering Wageningen Universiteit en Christian Schelle, Head of Private Label, Brandmanagement & Product Quality, verantwoordelijk voor 'Gezondheid' bij Plus Retail.

## De gedragswetenschapper aan het woord...

Emely vertelde dat we 70% van de 200 voedselkeuzes die we dagelijks maken, impulsief doen: zonder nadenken. Dat betekent dat onze omgeving in die aanzet tot die onbewuste keuzes een belangrijke rol speelt. Om verleidingen te weerstaan hebben we zelfbeheersing nodig. Dat kost energie. Om ons te verleiden tot gezond gedrag kunnen we twee dingen beïnvloeden. De omgeving beïnvloeden, zodat de onbewuste keuzes gezonde keuzes zijn. Of strategieën aanleren om weerstand te bieden aan de ongezonde verleidingen.

De consument helpen gezonde keuzes te maken. Wat betekent dit voor de voedselomgeving? En wat kan de voedingsmiddelensector doen?

## De supermarkt aan het woord...

Een supermarkt bevat gemiddeld 6000 verschillende voedingsmiddelen. Christian Schelle nam ons mee door de winkelomgeving, de nieuwe Plus supermarkt in Rotterdam. Groente, fruit en aardappelen hebben daar een prominente plaats hebben bij binnenkomst. Aanduidingen op het schap bij frisdranken over het aantal calorieën en op het brood-schap over vezels helpen consumenten de keuze te maken op basis van informatie. . Verpakkingen van ongezonde producten met vrolijke cartoons worden in toenemende mate geweerd van het schap. Plus is bewust met kindermarketing bezig. Promoties op gezonde artikelen zijn volop aanwezig, wel gebiedt de eerlijkheid te zeggen dat die er ook voor ongezonde producten zijn. De supermarkt blijft natuurlijk wel een plek waar producten verkocht moeten worden.

## Energie drankjes verbieden...

In het debat werd onder meer gestemd over of energiedrankjes nu wel of niet verboden moeten worden. De meningen waren verdeeld. Dit product wordt erg goed verkocht en er is weinig discussie over hoe ongezond deze producten zijn. Toch wordt zo'n verbod ook wel gezien als betutteling.