



# Friese Preventie Aanpak

## Gezonde voedselinitiatieven voor iedereen!

Gezonde voeding is van belang voor iedereen. Echter, de toegang tot gezonde voeding voor iedereen blijft een uitdaging. Dit geldt vooral voor de meest kwetsbare groepen, waaronder mensen die in armoede leven. Armoede en ontoereikende toegang tot gezonde voeding zijn vaak nauw met elkaar verbonden.

Bent u actief in het gezondheidsdomein als beleidsmaker of uitvoerend professional? En wilt u ook dat gezonde voeding voor iedereen een optie is, ongeacht sociaaleconomische status? Laat u inspireren door verschillende voedselinitiatieven in Friesland.

### Voedselinitiatieven in Friesland

#### De Voedseltuinen (Stichting Sociaal en Vitaal)

De stichting Sociaal en Vitaal wil gezinnen die moeten rondkomen van een minimaal budget de mogelijkheid bieden om iedere dag vers en gezond te kunnen eten. Hiervoor ontwikkelen ze in Friesland sociale zelfoogstuinen, hierin worden ruim 80 soorten verschillende groenten geteeld. Elke week komen gezinnen uit de laagste inkomensgroepen groente, fruit en aardappelen oogsten in de tuin. Inmiddels draaien er 2 succesvolle voedseltuinen en wordt de aanpak de komende jaren uitgerold in 3 nieuwe gemeenten. De sociale voedseltuinen leveren een positieve bijdrage aan sociale verbindingen, voedseleducatie, een duurzaam en sociaal voedselsysteem, vitaliteit en gezondheid en biodiversiteit en de natuur.

Lees meer over de voedseltuinen van Stichting Sociaal & Vitaal op: <https://sociaalenvitaal.nl/>.  
Contact: [i.westerneng@sociaalenvitaal.nl](mailto:i.westerneng@sociaalenvitaal.nl)

#### Boeren voor Buren

Stichting Boeren voor Buren werkt als 'De Gezonde Schakel' samen met boeren en leveranciers om buren van betaalbaar, gezond, lokaal en gered voedsel te kunnen voorzien. Buren zijn sociale voedselinitiatieven in Noord-Holland en Flevoland die zich bezighouden met het versterken van de voedselzekerheid, zoals de Voedselbank. Boeren voor Buren ondersteunt deze initiatieven met een tekort aan groente en fruit voor prijzen die 30% onder de reguliere inkooprijzen liggen en ontzorgt hen in de logistiek. Het uitgangspunt is dat iedereen recht heeft op betaalbare en gezonde voeding.

Lees meer over dit initiatief op: <https://boerenvoorburen.nl>.  
Contact: [laura.viaene@boerenvoorburen.nl](mailto:laura.viaene@boerenvoorburen.nl)



#### Fjild Verspillingsmarkt

De Verspillingsmarkt is erop gericht dat er geen voedsel meer verspilt wordt. Bij voedselverspilling is er sprake van veel verschillende producten die om 'cosmetische' reden niet aansluiten bij de wensen van de markt, maar wel bruikbaar zijn voor menselijke



consumptie. De Verspillingsmarkt organiseert, samen met studenten, markten om mensen te informeren en om nieuwe ideeën te presenteren aan belanghebbenden. Fjild wil onder de naam Verspillingsmarkt op verschillende manieren mensen bereiken om hun te inspireren, activeren en verbinden, waardoor er geen voedsel meer verspild wordt.

Op <https://www.verspillingsmarkt.nl/> is meer informatie te vinden.  
Contact: [info@fjildmarkt.nl](mailto:info@fjildmarkt.nl)

### De Buurtkok

De Buurtkok combineert de passie voor gezond eten met een sterke gemeenschapszin. Door betaalbare gezonde maaltijden te bereiden voor buurtbewoners, met bijzondere aandacht voor mensen in armoede, slaat De Buurtkok bruggen tussen verschillende groepen in de samenleving. Maaltijden worden tegen kostprijs voor mensen in de minima of gratis via de Voedselbank aangeboden, en de opbrengsten van reguliere klanten financieren dit solidariteitsprincipe. Ook organiseert De Buurtkok sociale etentjes die speciaal gericht zijn op mensen die in de minima leven of eenzaam zijn. Deze etentjes bieden niet alleen toegang tot gezonde maaltijden, maar bevorderen ook sociale interactie en gemeenschapsgevoel.

Lees meer over De Buurtkok op <https://debuurtkok.nl>.  
Contact: [info@debuurtkok.nl](mailto:info@debuurtkok.nl)

### De Voedselbank

Voedselbanken verstrekken verkregen voedsel gratis aan mensen in Nederland die het tijdelijk zelf niet redden. Ze doen dat uitsluitend met vrijwilligers. Daarnaast leveren ze een bijdrage aan het tegengaan van voedselverspilling door het inzamelen en verstrekken van voedsel. De Voedselbank werkt samen met bedrijven, instellingen, gemeenten en particulieren. In Friesland is er een regionaal distributiecentrum (Stichting Regionaal Distributiecentrum Voedselbanken Fryslân) die de voedselbanken in Friesland bevoorraadt.

Meer informatie over de Voedselbank? Kijk op: <https://voedselbankenfriesland.nl/>.  
Contact: [voorzitter@voedselbankenfriesland.nl](mailto:voorzitter@voedselbankenfriesland.nl)

Het Voedingscentrum heeft een handig hulpmiddel ontwikkeld waarmee gemeenten aan de hand van verschillende bouwstenen aan de slag kunnen met de voedselomgeving: de Werkwijze voor Gezonde en Duurzame Eetomgevingen in de gemeente. Deze werkwijze vind u ook terug bij <https://www.gezondeleefomgeving.nl/instrumenten/voedselomgeving>.

### Meer inspiratie

Hopelijk bent u geïnspireerd met mooie voorbeelden en wilt u aan de slag om een gezonde voedselomgeving voor iedereen te ontwikkelen.

- Op samenwerkingsplatform Friese Preventieaanpak via <https://fpa.1sociaaldomein.nl/> kunt u onder andere lid worden van de volgende groepen:
  - Coalitie Gezond Leven
  - Coalitie Fries Financieel Fundament

