

## **Dit document is gemaakt door studenten van de Wageningen Universiteit, naar aanleiding van een opdracht van 100% Heuvelrug**

In Nederland neemt de levensverwachting van de bevolking toe, waardoor de bevolking zal vergrijzen. Deze vergrijzing heeft gevolgen voor de gezondheid, dit leidt namelijk tot een toename in chronische ziekten. Ongeveer 80% van de ouderen lijdt aan minstens één chronische ziekte. Naast het hebben van een chronische ziekte, zijn ook veel ouderen ondervoed. Ook in de regio Utrechtse Heuvelrug en Kromme Rijn vindt er vergrijzing plaats. Daarnaast zijn er een groot aantal zorgorganisaties voor ouderen in deze regio. Echter besteden niet veel van deze zorgorganisaties aandacht aan de voedingsbehoeften van de ouderen. Stichting 100% Heuvelrug is gericht op de toekomst van voedselproductie en consumptie en is daarom geïnteresseerd in de huidige situatie omtrent voeding in zorgorganisaties in de regio Utrechtse Heuvelrug en Kromme Rijn. 100% Heuvelrug streeft er naar dat elke cliënt in deze regio in 2021 één gezonde, verse en lokaal geproduceerde maaltijd per dag krijgt.

Stichting 100% Heuvelrug heeft de Wageningen Universiteit benaderd om studenten te betrekken bij het in kaart brengen van de huidige situatie in de zorgorganisaties omtrent beleid en voedingsbehoeften van ouderen in de regio Utrechtse Heuvelrug en Kromme Rijn. Tien organisaties hebben bijgedragen aan dit project, namelijk ziekenhuis Gelderse Vallei, Bartiméus en gemeente Ede als organisaties die al interventies hebben met betrekking tot gezonde en/of lokaal geproduceerde voeding bij ouderen. De zorgorganisaties die zijn geïnterviewd zijn Reinaerde, Quarijn, Woonzorgcentrum Edelweiss, Klein Buitenhof, Het Gouden Hart and Stepping Stones. Daarnaast heeft Woonzorgcentrum Spoorzicht een vragenlijst ingevuld.

### **De hoofdbevindingen van het project**

- Er zijn 62 zorgorganisaties voor ouderen in de regio Utrechtse Heuvelrug en Kromme Rijn.
- De belangrijkste voedingsproblemen bij ouderen, benoemd door de zorgorganisaties, zijn eiwitgebrek, ondervoeding en overvoeding.
- Slechts enkele zorgorganisaties in de regio voorzagen de ouderen van eiwitverrijkte producten. Echter, is uit wetenschappelijke studies gebleken dat ouderen extra energie en eiwit nodig hebben.
- De voedingsstatus van de ouderen in de zorgorganisaties wordt nauwlettend in de gaten gehouden en indien nodig wordt er een diëtist geraadpleegd.
- Sociale, fysieke en omgevingsfactoren spelen een belangrijke rol in de voedingsinname van ouderen.
- De zorgorganisaties proberen de voedingsinname voornamelijk te beïnvloeden door gezamenlijk te eten, hulp te bieden tijdens de maaltijd en door rekening te houden met de voorkeuren van de ouderen.
- De meeste zorgorganisaties in de regio hebben geen specifiek voedingsbeleid.
- Zorgorganisaties benoemden de hogere kosten, tijdgebrek en de beschikbaarheid van voedsel, als obstakels bij het gebruik van lokale producten.
- Sommige zorgorganisaties hebben een moestuin om te kunnen tuinieren als dagbesteding en om ouderen te betrekken bij de voedselproductie.
- De meeste zorgorganisaties betrekken ouderen echter door hen te laten helpen bij het bereiden van maaltijden.

Over het algemeen hebben ouderen in zorgorganisaties in de Utrechtse Heuvelrug en Kromme Rijn gezonde maaltijden nodig om hun specifieke voedingsbehoeften te bereiken. Bovendien is extra eiwit nodig voor ouderen vanwege het verlies van spiermassa en spierkracht. Daarnaast kan de voedingsinname van ouderen worden beïnvloed door sociale, fysieke en omgevingsfactoren. Desalniettemin hebben de meeste zorgorganisaties in de regio geen voedingsbeleid om gezonde voeding bij ouderen te implementeren en heeft lokale voeding geen prioriteit.