



AERES
HOGESCHOOL
ALMERE

Onderzoek binnen het onderwijs

Een kijkje in hoe onderzoek en onderwijs
gecombineerd worden bij het Lectoraat
Stedelijke Voedselvraagstukken van
Aeres Hogeschool Almere

Voorwoord

Beste lezer, bij deze nodigen we je uit om dit boekje door te nemen en te zien aan welke onderzoeken onze studenten werken in opdracht van het lectoraat Stedelijke Voedselvraagstukken. Het werk van de studenten laat zien in welke vorm onderzoek wordt toegepast in ons onderwijs en wat het belang hiervan is.

De posters die zijn opgenomen in dit boekje zijn gemaakt door studenten die een vak over onderzoeksmethoden hebben gevolgd, en zijn gelinkt aan het onderwerp 'MBO-studenten en plantaardige voeding'. Na de posters volgen enkele samenvattingen van zogenaamde case studies. Die case studies zijn uitgevoerd door studenten van de minor Food Systems in Transition en hebben te maken met onderwerpen als de eiwittransitie, gezonde voeding en stadslandbouw. De case studies zijn uitgevoerd in het Engels, maar er zijn Nederlandse samenvattingen van gemaakt. De belangrijkste bevindingen zijn gebruikt om beknopt te laten zien waar de studenten aan gewerkt hebben.

De studenten hebben laten zien dat zij nieuwsgierig zijn en zelfstandig onderzoek kunnen uitvoeren. Met wat hulp van de expertise van docenten, zijn de studenten in staat om onderzoek te doen naar voor het lectoraat relevante onderwerpen en vraagstukken. Op deze manier werken de studenten aan allerlei (onderzoeks-)vaardigheden.

Wanneer je door de pagina's van dit boekje bladert, moedigen we je aan om niet alleen te kijken, maar ook te reflecteren en te leren. Laat je inspireren door de ideeën en ontdekkingen van onze studenten, en laten we samen blijven streven naar een toekomst waarin onderzoek en onderwijs hand in hand gaan.

Almere, 22 mei 2024

Jacolien Braber, student Biologie, Voeding en Gezondheid

PLANT-BASED DIETS AND ENVIRONMENTAL SUSTAINABILITY: INSIGHTS FROM FIRST-YEAR MBO STUDENTS



INTRODUCTION

Intersection of environmental sustainability and dietary choices.

Global challenge of aligning food consumption with environmental preservation.

Importance of plant-based nutrition as a key strategy for sustainability.

Specific demographic: first-year MBO students.

RESEARCH QUESTION

To what extent do first-year MBO students believe in the environmental sustainability of plant-based diets, and how does this belief shape their food choices?

Aim: Investigate the correlation between first-year MBO students' beliefs about plant-based diets and their actual food choices.

OBJECTIVES

Main question divided into two parts:

Sub-Question 1: What is the extent of belief in the environmental sustainability of plant-based diets and their impact on food choices among 1st-year MBO students
Sub-Question 2: What are the beliefs, motivations, and decision-making processes related to plant-based diets and environmental sustainability?

METHODOLOGY

- Literature Review:
- Exploratory Mixed-Methods Approach:
 - Quantitative Aspect:
 - Utilized a questionnaire to quantify belief levels in the environmental sustainability of plant-based diets.
 - Qualitative Aspect:
 - Conducted interviews to delve into participants' beliefs, motivations, and decision-making processes regarding plant-based diets and environmental sustainability.

DISCUSSION

- Participant Awareness:
- Motivations for Plant-Based Diets:
- Role of Educational Institutions:
- Strategies for Education:

CONCLUSION

- Awareness among students, diverse motivations for choosing plant-based diets.

Addressing the research question, although it is not clear that belief in the environmental sustainability of a plant-based diet has a tangible impact on participants' food choices, based on the limited data we have, it may have an impact.

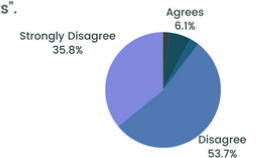
RESULTS

They acknowledged the varying impacts of different plant-based foods on the environment but generally considered plant-based diets more sustainable.

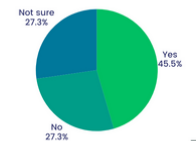
Interviewee respondent, initially mentioned being vegetarian due to not wanting to harm animals.

Survey results shows that respondents:

Agreeing on "plant-based diets have a lower environmental impact compared to diets with animal products".



Believe that adopting a plant-based diet can help reduce greenhouse gas emissions.



Actively seeks information on the environmental impact of the foods they consume.



Interviewee's expressed:

The **belief** that considering the environmental impact of one's diet is essential.

Interviewee linked their vegetarianism to not wanting to harm animals, indicating a moral perspective.

Interviewees' **motivations** for their dietary choices was a balance between protein intake and environmental impact and not wanting to kill animals.

Emphasizing the importance of sustainability and environmental impact in their **decision-making** and an impact on their family's diet choices

Sustainable Food Packaging Preferences of Vegan Gen Z Consumers in the Netherlands

Aeres University of Applied Sciences
Sarolta Gnaj

Introduction

The goal of this research is to gain insights into the sustainability preferences of Generation Z vegans regarding food packaging in the Netherlands.

Objectives

Understand Dietary Choices:

- Explore the everyday diet preferences of Generation Z vegans.
- Identify commonly consumed items and associated packaging.

Evaluate Packaging Preferences:

- Analyze participants' preferences for different packaging materials.
- Examine the factors influencing their choices.

Assess Sustainability Awareness:

- Gauge the extent to which participants seek sustainable materials.
- Understand perceptions of the environmental impact of various packaging types.

Examine Mitigation Practices:

- Investigate actions taken by participants to mitigate environmental effects.
- Explore their views on the sustainability of recycled plastic, paper, and glass packaging.

Quantitative Findings

Diverse Dietary Preferences: Vegetables (78.9%), fruits (36.8%), and bread (57.9%) were commonly consumed.

Packaging Trends:

Plastic bags (78.9%) and paper boxes (36.8%) were frequently used.

Sustainability Awareness: 52.6% occasionally sought recycled materials when buying food.

Material Perceptions:

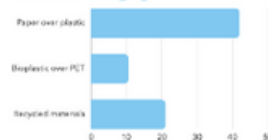
73.7% considered paper packaging sustainable. Mixed perceptions about recycled plastic (42.1%) and glass (42.1%).

Mitigation Practices:

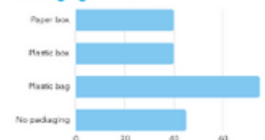
Active engagement in recycling (78.9%), reusing (78.9%), and avoiding plastics (36.8%).

Nearly
80%
Recycle&Reuse

Preferred Packaging



Packaging Choices



Qualitative Findings

1. Personal Journeys into Veganism:

- Emphasis on ethical considerations influencing vegan choices.
- Limited immediate influence of recyclability or compostability on shopping decisions.
- Increased awareness of packaging's environmental impact.

2. Emotional Responses to Sustainability:

- Convenience-driven choices leading to reliance on plastic packaging.
- Calls for government and corporate incentives for sustainable choices.
- Expressions of pessimism about individual impact.

3. Ethical Considerations in Vegan Lifestyles:

- Vegan lifestyle rooted in animal welfare and health considerations.
- Preferences for biodegradable options and transparent labeling.
- Balancing convenience with sustainability a key challenge.

4. Challenges in Sustainable Dietary Choices:

- Commitment to sustainability in dietary choices.
- Challenges in finding eco-friendly packaging in supermarkets.
- Skepticism about the sustainability of recycled packaging.

Methodology

Qualitative Research:

In-depth interviews with vegan Gen Z consumers. Explored personal journeys into veganism, emotional responses to sustainability, ethical considerations, and challenges in sustainable dietary choices.

Quantitative Research:

Survey with 19 participants. Explored dietary preferences, packaging choices, and environmental consciousness.

Conclusion

Complex Landscape:

Participants exhibit a complex interplay of dietary choices, packaging preferences, and sustainability practices.

Financial Constraints:

Some highlighted the ongoing challenge of balancing eco-friendly choices with limited finances in their decisions.

Educational Opportunities:

The findings underscore the need for ongoing consumer education on sustainable packaging options.

Compostable Packaging:

Interestingly, none of the participants mentioned home compostable packaging, indicating potential gaps in awareness of this eco-friendly option.

RESEARCH REPORT :

Research question : "What are the barriers and opportunities for MBO students in adopting a plant-based diet?".

Author
Emilia Kasperczyk
Aeres university of applied science

01 Introduction

This research proposal aims to explore the barriers and opportunities for MBO students in adopting a plant-based diet, recognizing its potential for positive impact on personal lives and contributing to a broader movement toward sustainable and health-conscious food choices.

02 Objective

- Identify Barriers
- Identification of motives for dietary changes

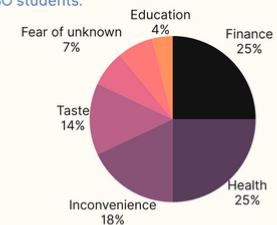
03 Methodology

Quantitative research:
A questionnaire was developed using Typeform and distributed via social media platforms and to six schools in the Netherlands. A total of 28 complete responses were obtained. Data collected included demographic information, eating styles, income and insights into motivations, obstacles and opportunities related to a plant-based diet.

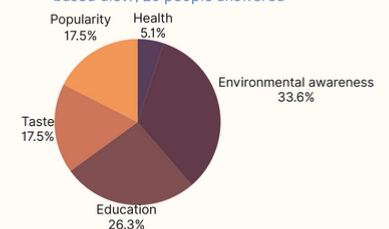
Qualitative research:
Qualitative insights were obtained through interviews with Aeres MBO University students. A snowball technique was used to widen the pool of respondents. Four interviews were conducted to delve into the nuances of beliefs and behaviours.

04 Analysis

The research highlights the complex interaction of factors influencing MBO students' plant-based diet decisions, with health, finances, time constraints, taste preferences, environmental concerns and educational awareness playing a key role. The results suggest the need for targeted interventions to address these specific barriers and to use the identified opportunities to promote a successful transition to a plant-based diet among MBO students.



What are the barriers of changing to a plant based diet?, 23 people answered



What are the opportunities of changing into a plant based diet?, 18 people answered

05 Results/Findings

- Financial constraints emerged as a pivotal barrier, where rising prices hinder sustainable food choices among the youth.
- Health concerns, included worries about vitamin deficiencies, inadequate calorie intake, and insufficient protein, a reflection of inadequate knowledge necessitating targeted health education.
- Social influences, fear of ridicule, and family perceptions as obstacles underscore the need for cultural change and dispelling stereotypes.
- Students express a strong desire to actively contribute to reducing greenhouse gas emissions and minimizing animal suffering in the meat industry.
- Plant-based diets positively contribute to weight loss and improve overall skin condition, aligning with the growing awareness of healthy personal well-being.

06 Conclusion

From the summary of these results, it appears that there is a large knowledge gap among MBO students and thus a great need to eliminate it by introducing useful educational practices and by raising awareness about the plant-based diet.

Introduction

The purpose of this research is to explore MBO students' views and preferences towards food additives in order to gain a deeper understanding of their decision-making processes, motivations and knowledge

Objectives

- Eating habits:**
- Do they eat healthy?
- Consumer knowledge:**
- What do they know about Additives?
- Impact of additives:**
- Do they feel differences in mood, energy & digestion?
- Influence factors:**
- What influences their choices?

What are the views and preferences of MBO students towards additives in their food?

Methodes

- Interview: 2 interviews
- Survey: 15 participants completed the survey.
- The response rate for the survey and
- Interview was lower than anticipated

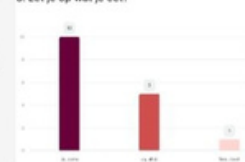


1. Geef aan op een schaal van 1 (heel ongezond) tot 7 (heel gezond) hoe gezond je denkt te eten.

1	2	3	4	5	6	7
0	0	0	0	10	4	1

- Participants say they think they eat relatively healthy.
- Interviewees too
- Participants also pay attention to what they eat (16)

3. Let je op wat je eet?



Findings

- Participants do know food additives, just not the term.
- This shows when asked about E-numbers

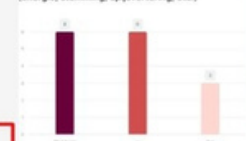
“Substances that are added but are not necessary”

“Substances that are bad for you”

“Colorants, sweeteners and preservatives”

“Added substances in unhealthy food”

11. Merk je een merkbaar verschil in het consumeren van bewerkt voedsel of vers voedsel? (energie, stemming, spijsvertering, etc.)



- 6 participants stating they did not know or weren't sure if they felt any differences.
- 6 participants stating they did feel a difference.

“I feel more satisfied by eating fresh food, while processed food makes me hungry again after a while.”

“When I have eaten few vitamins, I notice that my energy level is significantly lower.”

Conclusion

- There is knowledge and awareness about food additives, but the term itself is quite unknown.
- Participants are willing to learn more about additives

- Participants **think** they eat healthy
- Diets and sport choices shows they do pay attention to what they eat.

- The participants that do feel a difference between processed and fresh foods can also explain why.

- A specific diet, sports or allergies are the main factors that influence their food choices.
- Participants have a overall similar or same food preference as their parents

- Influence factors:

“No, I eat what they bring home, and we have the same preferences.”

“Gluten-free products, no bread.”

“Sometimes, I eat less healthy than they do in general.”

“I eat yogurt that is high in proteins.”

“No, not really. At home, we often have a meal with potatoes, vegetables, and meat, and I also like that.”

AUTHORS

J.W. Woudstra
Lector Esther Veen

MBO, plant-based or no?

"What do Dutch technical MBO students need to switch to a plant-based diet?"



01. Introduction

In recent years, the global discourse on sustainable living and responsible consumption has gained considerable momentum. One significant aspect of this dialogue revolves around dietary choices and their environmental impact. The adoption of plant-based diets has emerged as a prominent strategy to mitigate the environmental consequences of meat-centric eating habits. This research proposal aims to explore a specific dimension of this larger conversation by delving into the question: "What do Dutch technical MBO (Intermediate Vocational Education) students need to switch to a plant-based diet?"

02. Objective

- 1.Environmental, Health & Animal Welfare impact
- 2.Population (40%)
- 3.Hinder with technical background

Related literature

- Rapportage veranderingen in het beweeggedrag van mbo studenten
- Voedingsaanbod in het MBO: Deel A: Inventarisatie van beleid en praktijk rond het voedingsaanbod op instellingsniveau.
- Understanding vocational students' motivation for dietary and physical activity behaviors.
- Voedingsaanbod in het MBO : Deel B: Verdiepend onderzoek op een aantal MBO locaties. RIVM.
- Emerging Adulthood and College-aged Youth: An Overlooked Age for Weight-related Behavior Change. In Obesity. Onderzoek: "Leefstijl van studenten." Universiteit Utrecht.

03. Methodology

- What are the current dietary habits and preferences of Dutch technical MBO students?
- What are the motivations and barriers they encounter when considering a switch to a plant-based diet?
- What are the motivations and barriers they encounter when considering a switch to a plant-based diet?
- How do the technical backgrounds and daily routines of MBO students influence their dietary choices?
- What educational and support mechanisms can facilitate the transition to a plant-based diet for this specific demographic?

- Interviews
- Surveys

04. Results/Findings

- Technical MBO Students are really hard to convince to switch to a plant based diet
- Money 35% and Animal Welfare 25% seems to be the biggest reasons
- Switch after information?
 - Environmental impact 15%
 - Health impact 20%
 - Animal Welfare 20%-28%
- MBO students want convenience
- MBO students have almost no vegetarians in there surroundings
- They would participate in a workshop or infosession



05. Analysis

Zou je vaker voor een plantaardig alternatief kiezen nu je weet wat de voordelen zijn voor het milieu?

20 antwoorden



Zou je vaker voor een plantaardig alternatief kiezen als je weet wat de voordelen zijn voor dierenwelzijn?

20 antwoorden



Zou je vaker voor een plantaardig alternatief kiezen nu je weet wat de voordelen zijn voor je gezondheid?

20 antwoorden



Zou je nu het zien van deze beelden vaker kiezen voor een plantaardig dieet

14 antwoorden



06. Conclusion

- Normalize
- Education
- Convenience



Plant-Based Preferences: Exploring Participants' Priorities and Demands in Selecting Plant-Based Meals at School

Simon Wandel
- Aeres University of Applied Sciences, Almere

Introduction

- Next to the omnivore diet, plant-based diet becomes increasingly important among GenZ
- Health, sustainability and ethical thoughts are the main reasons to follow a plant-based diet
- School lunches have an influence on students eating habits, plant-based option have an impact on health and CO2 footprint

"What are the main characteristics that the participants considers fundamental when making decisions about plant-based food options at school?"

Material and Methods

Mixed-methode approach:

- Interviews: Dutch MBO-students from Aeres MBO School Almere (n=3)
- Survey: German GenZ students (max. n=10)

Results

- Diverse diets among participants: majority omnivorous, smaller vegetarian and hardly noticed a group of vegans
- Over 90% open to considering a plant-based diet during school time

- Criteria for food include **social** (health and sustainability), **sensory** (flavor and appearance), and **nutritional** (protein, fat) factors
- Negative experiences with plant-based products due to limited availability, leading to aversion in some participants
- Dutch participants never buy from the canteen; Germans do so less frequently, both mainly relying on home-prepared cold food
- Budget constraint: Most German participants have a daily budget of 5.99 euros or less

Figure 1: Satisfaction of plant-based food options provided at school

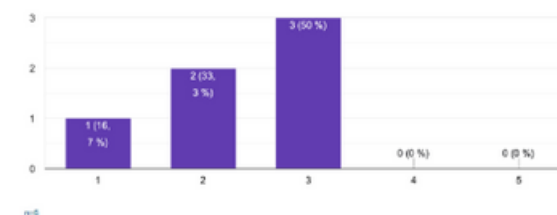


Figure 2: Most valued characteristics by participants

Spalte1	Health	Sustainable	Rich in nutrients	Flavor	Rich in protein
Importance	50%	90%	80%	85,70%	57,10%
n	10	10	10	7	7

Conclusions and Recommendations

- 95% of students consume food from the school for lunch in European terms
- Participants consider eating plant-based meals at school, if the school would provide better options
- Both respondent's groups are **not satisfied** with the available plant-based options at school; **recommended** to work with professionals and students to create lunch options that meet their needs (Figure 2)
- Plant-based meals should be in the regular price range and fulfil most of their needs, therefore different options should be available and promoted at school

Case Studies

Studenten van de minor Food Systems in Transition hebben case studies uitgevoerd om transitie binnen voedselsystemen in kaart te brengen en actuele onderwerpen met betrekking tot voeding verder te verkennen. Hieronder laten we zien aan welke case studies de studenten hebben gewerkt. We hebben de onderzoeken beknopt samengevat om de belangrijkste resultaten weer te kunnen geven.

Eiwittransitie

Veel studenten vinden het onderwerp 'eiwittransitie' interessant: hier zijn de meeste case studies over geschreven. De hierna volgende stukken hebben allemaal met de eiwittransitie te maken, maar elk met een andere focus.

Hoe beïnvloeden merknamen van vleesvervangers consumentenkeuzes in Duitsland?

In dit onderzoek heeft Carolina enquêtes gebruikt om te onderzoeken welke factoren beïnvloeden of en welke vleesvervangers consumenten kopen. De verzamelde data is gebruikt om patronen, trends en correlaties te identificeren. Uit de resultaten blijkt onder andere dat vooral het merk bepaalt of een consument het product koopt: de helft van de respondenten vindt het merk belangrijker dan de ingrediënten, de nutriënten, de prijs, het uiterlijk en duurzaamheid. Uit de enquête blijkt bovendien dat consumenten verbanden leggen tussen de merknaam en waargenomen eigenschappen als smaak, gezondheid en duurzaamheid. Uit het onderzoek kan dan ook geconcludeerd worden dat de merknaam van vleesvervangers erg belangrijk is en dat hier op ingespeeld kan worden om de positie op de markt te verbeteren.

Carolina Binding

Hoe werknemers van een vleesfabriek zich verhouden tot de eiwittransitie.

In deze case study verkent Mandy in welke mate werknemers van een vleesfabriek zich bewust zijn van de noodzaak tot een eiwittransitie en wat hun mening hierover is. De resultaten zijn verzameld met behulp van een enquête. Er is bijvoorbeeld gevraagd of de werknemers vinden dat de kantine minder dierlijke producten zou moeten serveren en of zij vinden dat vlees een onderdeel van de cultuur is. Uit de resultaten blijkt onder andere dat veel werknemers zich niet bewust zijn van de (noodzaak tot een) eiwittransitie, maar dat een groot deel van hen wel bereid is om meer te leren over het onderwerp en om minder vlees te eten.

Mandy Broersen

Insecten als nieuwe eiwitbron.

In dit onderzoek kijkt Amy naar de potentie van insecten als alternatieve eiwitbron, door gebruik te maken van interviews. Insecten zijn rijk aan voedingsstoffen en hebben een lage impact op het milieu. Uit de interviews blijkt echter dat consumenten onvoldoende kennis hebben over insecten als eiwitbron. Ook worden ze afgeschrikt door de textuur en/of smaak van insecten. Een aantal aanbevelingen uit het onderzoek: Vergroot kennis door insect-alternatieven in cafetariaproducten te integreren; los smaak- en textuurproblemen op door insecten in vertrouwde producten te verwerken; bied financiële prikkels aan (zoals lagere prijzen voor insectenproducten); en laat studenten het volledige productieproces ervaren.

Amy Wezenberg

De adoptie van kweekvlees in een veranderend voedselsysteem

In deze case study verkent Denis de opkomst van kweekvlees, door een enquête onder 18- tot 30-jarigen, voornamelijk vegetariërs, uit te voeren. De enquête toont aan dat respondenten in kweekvlees geïnteresseerd raken door hun milieubewustzijn. Ethiek en gezondheid spelen ook een rol. Toch varieert de houding tegenover kweekvlees. Sommige respondenten zijn bereid kweekvlees te proberen vanwege een betere voedselveiligheid ten opzichte van conventioneel vlees en betaalbaarheid, terwijl anderen terughoudend zijn vanwege smaakvoorkeuren. Verder onderzoek en transparante communicatie is nodig om verschillende zorgen rondom kweekvlees aan te pakken. Om kweekvlees te kunnen integreren in een doorsnee dieet en acceptatie ervan te verhogen is daarom goede samenwerking nodig tussen verschillende stakeholders.

Denis Sulzmann

Stadslandbouw

Het onderwerp stadslandbouw was net als de eiwittransitie relatief populair. De studenten hebben hier verschillende rapporten over geschreven. Er zijn verschillende vormen van stadslandbouw verkend en één student heeft een innovatieve vorm van stadslandbouw gepresenteerd.

Buurtuinen en hun effect op de transformatie van het regionale voedselsysteem

In deze case study onderzoekt Tomas de effecten van buurttuinen op regionale voedselsystemen. Buurttuinen bieden veel voordelen, zoals het versterken van sociale cohesie, persoonlijke ontwikkeling van en milieubewustzijn onder tuinders, en het aanpakken van voedselonzeekerheid. Om deze vorm van tuinieren te bevorderen, moet het stadsontwerp meer ruimte toelaten voor groene initiatieven zoals buurttuinen. Hoewel buurttuinen het geglobaliseerde voedselsysteem niet volledig kunnen vervangen, biedt het gebruik ervan wel een belangrijke kans voor regionale voedselsystemen. Bovendien zijn buurttuinen essentieel voor ons toekomstige voedselsysteem omdat ze veerkracht, veiligheid en verantwoordelijkheid bevorderen.

Tomas Langhout

Hoe kan stadslandbouw de consumptie in Rouen beïnvloeden?

In dit rapport laat Martin zien wat de invloed van stadslandbouw is op voedselconsumptie in Rouen. Stadslandbouw biedt talrijke voordelen, zoals het vergroenen van steden en het bevorderen van lokale voedselsystemen, wat gunstig is voor het milieu en de economie. Stadslandbouw verbetert ook sociale integratie en leidt tot hogere lonen voor lokale producenten en meer werkgelegenheid. Op sociaal en cultureel gebied draagt stadslandbouw bij aan een betere levenskwaliteit en gezondheid, terwijl het ook voedseleducatie en innovatie stimuleert. Voor verdere ontwikkeling van stadslandbouw zijn versnelde inspanningen nodig, zoals het verhogen van de consumptie van lokale groenten en het creëren van meer gedeelde tuinen. Dit vraagt om investeringen in educatie en innovatie.

Martin Mendes de Oliveira

'Green up', een nieuwe manier van stadslandbouw bedrijven

In dit rapport laat Samuel een nieuw concept van stadslandbouw zien dat kan helpen bij het verbeteren van de verbinding tussen stedelijke inwoners en hun voedsel. Het concept 'Green Up' omvat het bouwen van een hydroponische kas in een openbare ruimte om verse groenten en fruit zonder pesticiden te produceren. De producten worden vervolgens gedoneerd aan partnerrestaurants die gratis maaltijden aan bewoners aanbieden. Hoewel het systeem voordelen heeft zoals hoge opbrengsten en flexibiliteit in stedelijke omgevingen, zijn er ook nadelen zoals hoge kosten en afhankelijkheid van elektriciteit. Het project fungeert als een testcase voor duurzame stadslandbouw op basis van hydroponie

Samuel Bouron

Voeding en gezondheid

Enkele case studies gingen over onderwerpen gerelateerd aan voeding en gezondheid. Deze hebben bijvoorbeeld te maken met veranderingen in de voedingsindustrie en opkomende trends rondom gezondheid.

Health & Wellness trends in Nederland

In deze case study heeft Bente gekeken naar trends op het gebied van voeding en gezondheid, en hun relatie met de voedingsindustrie. Uit het onderzoek blijkt dat bedrijven een aanzienlijke rol spelen bij gezondheidskwesties. Denk aan de negatieve effecten van tabaks- en alcoholverkoop, en de productie van ongezonde voedingsmiddelen die bijdragen aan aandoeningen zoals diabetes en obesitas. Hoewel er verbeteringen zijn, voldoen veel verwerkte voedselproducten nog niet aan de nieuwe criteria van de Nederlandse overheid. Gezondere voeding staat wel in de belangstelling, maar individuele keuzes alleen zijn niet voldoende; een omgeving die gezonde keuzes bevordert en ultra-verwerkt voedsel ontmoedigt is noodzakelijk. Aanbevolen maatregelen zijn het gebruik van dieetrichtlijnen; massamediacampagnes; belastingen; en waarschuwingslabels.

Bente Klaver

Wat kunnen we leren? Een uitgebreide vergelijking van voedselpatronen in Nederland en in de 'blue zone' Sardinië

In dit onderzoek vergelijkt Isaac Nederlandse voedselpatronen met die in Sardinië om te begrijpen hoe de gezondheid van de Nederlandse bevolking verbeterd kan worden. Nederland kan inspiratie halen uit de eetgewoontes van Sardinië op de volgende manieren:

1. Het stimuleren van gemeenschappelijke voedselconsumptie en traditionele gerechten
2. Het promoten van plantaardige voeding en gezonde vetten
3. Het promoten van lokale, seizoensgebonden en duurzame ingrediënten
4. Het vergroten van kennis over milieu-impact van voedselkeuzes
5. Het bevorderen van lokale, duurzame landbouwpraktijken
6. Het initiëren van buurttuinen voor sociale verbinding
7. Het voortdurend aanpassen van richtlijnen op basis van nieuw bewijs en culturele praktijken.

Isaac van Vlijmen

Brouwindustrie

De brouwindustrie heeft de afgelopen jaren ingrijpende veranderingen ondergaan als gevolg van technologische innovaties en veranderende consumententrends. Dit onderwerp was dan ook geschikt om een case study gericht op transitie over uit te voeren.

De opkomst van microbrouwerijen

Eén student, François, heeft een heel ander onderwerp gekozen: de transitie in de bierbrouw-industrie. In deze sector gebeurt erg veel en er zijn daarom veel onderzoeksmogelijkheden. François heeft gekeken naar de opkomst van microbrouwerijen en het effect hiervan op de bierbrouw-industrie. Microbrouwerijen, die gekenmerkt worden door creatieve methoden, milieubewustzijn en gemeenschapsbetrokkenheid, hebben de industrie veranderd en de markt gediversifieerd. Deze verschuiving wordt gedreven door de groeiende vraag naar lokaal en duurzaam geproduceerde producten, waardoor gevestigde brouwerijen zich moeten aanpassen aan veranderende klantvoorkeuren. Microbrouwerijen inspireren niet alleen nieuwe normen op het gebied van duurzaamheid, maar stimuleren ook grote brouwerijen om vergelijkbare tactieken over te nemen.

François Jonard

Conclusie

Dit boekje met posters en case studies geeft inzicht in waar studenten zich mee bezig houden. Dit houdt ons scherp bij het Lectoraat Stedelijke Voedselvraagstukken. Wanneer we aanknopingspunten zien voor Almere en Flevoland, bouwen we dan ook graag voort op studentenonderzoek.

De uitkomsten van de onderzoeken naar MBO-studenten en plantaardige voeding (de posters aan het begin van dit boekje) worden gebruikt als input voor het 'MAP-project', wat staat voor 'MBO-student in Actie voor Plantaardig voedsel'. Dit project richt zich op het eetgedrag van MBO-studenten en onderzoekt welke mogelijkheden er zijn om deze studenten plantaardiger te laten eten. (Meer lezen? Klik [hier](#))

De onderzoeken van de minor-studenten (de samenvattingen van de case studies in de tweede helft van dit boekje) bieden inzicht in ontwikkelingen in ons voedselsysteem. De case studies kunnen ons inspireren tot nieuwe manieren om ons voedselsysteem duurzamer, gezonder en inclusiever te maken.

Deze onderzoeken, uitgevoerd door studenten, stimuleren een gezamenlijke inspanning om onderzoek en onderwijs in harmonie te laten samengaan, met het oog op een toekomst van voortdurende vooruitgang en ontwikkeling.



Dit boekje is opgesteld in opdracht
van het Lectoraat Stedelijke
Voedselvraagstukken. Meer lezen
over het lectoraat? Klik dan [hier](#).