



Persbericht
Brussel, 18 oktober 2022

Betere eetgewoonten voor 40.000 kinderen op 5 jaar tijd dankzij Delhaize en GoodPlanet Belgium!

67% van de 'GoodCook-kinderen' wil dagelijks meer groenten en fruit eten

Kleine handjes die ontdekken, aanraken, snijden, schillen, ... En vooral, smaakpapillen die proeven en genieten! Dit jaar viert het GoodCook-project zijn vijfde verjaardag. Sinds maart 2017 heeft GoodPlanet Belgium, in samenwerking met Delhaize, het GoodCook-programma uitgewerkt om schoolkinderen van 8 tot 12 jaar te laten kennismaken met gezonde en duurzame voeding. Vijf jaar later zijn de doelstellingen behaald door meer dan 40.000 kinderen en hun families te bereiken.



"Goed eten." Wat is dat? Hoe doe je dat? Gezond eten, dat is jong geleerd en oud gedaan. De juiste reflexen, voorkeuren en smaken worden op zeer jonge leeftijd ontwikkeld ... De kinderen van vandaag zijn de consumenten van morgen. Het is aan ons om hen kennis te laten maken met gezond, lokaal en seizoensgebonden voedsel. Daarom deed Delhaize een beroep op de pedagogische en ecologische kennis van GoodPlanet om het GoodCook-project te ontwikkelen. GoodCook is een waaier van ludieke en educatieve workshops waarbij elk kind zijn schort aantrekt en komt ruiken, aanraken, proeven en vooral koken ... Door te experimenteren ontdekken de kinderen de veelheid en de rijkdom van het fruit en de groenten van onze streken, en worden ze

zich bewust van de impact van hun voeding op hun gezondheid en het milieu. GoodCook is een workshop over groenten en fruit die in vijf jaar tijd in meer dan 1 800 klassen (van het vierde tot het zesde leerjaar) is gegeven. Het enthousiasme van de leerlingen en hun juffen en meesters is alleen maar gegroeid en heeft de verderzetting van dit partnerschap aangemoedigd!

GoodCook heeft een positieve invloed op de eetgewoonten

Gedurende deze vijf jaar hebben wij het effect van deze workshops op de kennis en de eetgewoonten van de leerlingen kunnen meten via enquêtes voor en na de workshops. De kennis van de leerlingen over seizoensfruit en -groenten verbetert aanzienlijk (bv: 31% van de leerlingen wist vóór de GoodCook-workshop dat courgette een zomergroente is, tegenover 68% na de workshop*). De leerlingen hebben het belang van meer groenten en fruit te eten ingezien en 67% van hen is bereid dit te doen na de GoodCook-workshop*. Als je bedenkt dat slechts 12% van de bevolking van 6 jaar en ouder** de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid groenten en fruit binnenkrijgt ... is dat een grote overwinning!

Kook met je kinderen!

Kinderen betrekken bij het koken is zeker een deel van de oplossing. Samen koken bevordert gezond eetgedrag, vooral wat het eten van groenten betreft. De leerlingen krijgen na de GoodCook-workshop een receptenboekje mee naar huis zodat ze de goede gewoonten die ze geleerd hebben, thuis kunnen verderzetten. Meer dan 90% van de leerlingen laat het aan hun ouders zien en meer dan 70% maakt thuis een recept*. Al deze cijfers tonen de doeltreffendheid van het GoodCook-programma aan en motiveren ons om het verder te zetten en te versterken.

Een stapje verder:

De leerkrachten waren zeer tevreden over deze workshop en gaven duidelijk te kennen dat ze met hun leerlingen dieper wilden ingaan op het thema van duurzame voeding.

Dat bieden we sinds oktober 2021 dan ook aan met de nieuwe workshop GoodCook Quest. De leerlingen worden ridders en gaan op zoek naar duurzaam voedsel: ze ontdekken hoe ze de Nutri-Score kunnen gebruiken, hoe ze voedselverspilling kunnen tegengaan, welke verbanden er bestaan tussen plastic verpakkingen en oceaanvervuiling, hoe ze voedsel etiketten goed kunnen lezen, ze ontdekken de wondere wereld van plantaardige eiwitten ... Na het voltooien van al deze uitdagingen maken ze gezonde en duurzame tussendoortjes en worden ze gekroond tot Ridder van de Gezonde Tafel!

En om al deze lessen te verankeren en de impact van dit project te vergroten, hebben we een uitdagingenplatform ontwikkeld, dat sinds oktober 2022 beschikbaar is voor leerkrachten. Nadat ze de GoodCook Quest-workshop gevolgd hebben, kunnen de leerkrachten het avontuur samen met hun leerlingen verderzetten door eenvoudige en leuke uitdagingen aan te gaan om samen in actie te komen voor een gezonder en duurzamer voedingspatroon!

**enquête uitgevoerd tussen 2017 en 2022 bij ongeveer 12 000 leerlingen (ongeveer 30% respons op de enquêtes)*

**Drieskens S, Charafeddine R, Gisle L. Gezondheidsenquête 2018: Voedingsgewoonten [Internet]. Brussel, België: Sciensano. Verkrijgbaar bij: <https://www.sciensano.be/nl/projecten/gezondheidsenquête-0>*

GoodPlanet

GoodPlanet inspireert jong en oud om een duurzame samenleving te realiseren. Een gezonde planeet, waar iedereen goed kan leven, vandaag en morgen.

Via onze projecten, campagnes en evenementen verspreiden we kennis en planten we zaadjes voor verandering. GoodPlanet is ervan overtuigd dat educatie een belangrijke rol speelt bij de transitie naar een duurzame samenleving. Daarom richt de organisatie zich al meer dan 20 jaar naar kinderen en jongeren. Zo werd GoodPlanet een bevoorrechte partner van organisaties en bedrijven die actief hun maatschappelijke rol opnemen. Jaarlijks inspireren en motiveren onze 100 medewerkers en tientallen vrijwilligers meer dan 500 000 kinderen, jongeren en volwassenen over heel België.

De Lion's footprint van Delhaize

The Lion's footprint is een ambitieus actieplan dat Delhaize op alle fronten wil uitvoeren om haar ecologische voetafdruk te verkleinen. Het zet in op drie peilers: vermindering van plastic, vermindering van voedselafval en koolstofneutraliteit. Bezoek www.delhaize.be/thelionsfootprint om de acties en verbintenissen van Delhaize te ontdekken.

Foto's en verdere informatie

Foto's van de persconferentie vind je hier terug: <https://we.tl/t-ptOR9R2MJS>

Te gebruiken met vermelding van ©GoodPlanet Belgium.

Heb je interesse in het maken van een reportage? GoodPlanet en Delhaize bieden je de mogelijkheid om deel te nemen aan een GoodCook workshop. Neem hiervoor contact op met de persdienst van GoodPlanet.

Contact

GoodPlanet Belgium

Kerry Dablon- Communication Manager - k.dablon@goodplanet.be - 0471 70 46 36

Delhaize

Karima Ghozzi – External Communications Manager – kghozzi@delhaize.be –
0485 12 77 79

www.goodcook.be