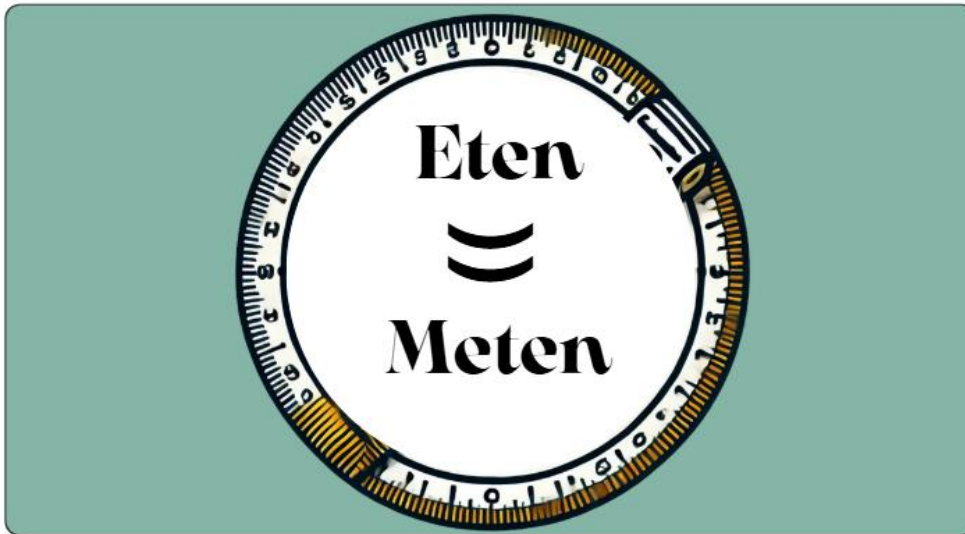


## Eten = Meten

De presentatiemap gemaakt door diëtisten



### Nieuwe Tool: Eten = Meten – Een Waardevol Hulpmiddel voor Voedingsadvies

Als diëtisten ervaren wij dagelijks hoe belangrijk het is om meetbaar inzicht in voeding te verkrijgen om diverse gezondheidsdoelen te behalen. Tijdens onze consulten stuiten we echter vaak op een uitdaging: het ontbreken van een praktisch hulpmiddel om deze informatie duidelijk en effectief over te brengen naar onze cliënten. Hoe kun je bijvoorbeeld de vergelijking maken van het aantal koolhydraten of eiwitten per product, op een manier die zowel begrijpelijk als visueel aantrekkelijk is voor de cliënt? Dit vraagstuk werd besproken tijdens een van onze teamoverleggen, en al snel werd duidelijk dat er een behoefte was aan een overzichtelijke en handzame tool.

Deze tool moest niet alleen voor ons als professionals prettig werken, maar ook voor onze cliënten gemakkelijk te begrijpen zijn. Het moest visueel inzicht bieden en tegelijkertijd praktisch bruikbaar zijn. Dit inzicht leidde tot het idee om samen de **presentatiemap: ‘Eten = Meten’** te ontwikkelen.

### Van Idee naar Praktijk

Na ons overleg gingen we snel aan de slag. De eerste stap was het in kaart brengen van de voedingsstoffen waar we het meest over adviseren, zoals eiwitten, koolhydraten, vetten, vezels en belangrijke micronutriënten zoals calcium en ijzer. Daarna dachten we na over de beste manier om deze informatie te presenteren, zodat deze zowel visueel aantrekkelijk als praktisch bruikbaar zou zijn. Het resultaat is een **presentatiemap met een doordachte dubbele opzet**.

De map heeft twee kanten. Aan de ene kant bevindt zich een visueel overzicht met duidelijke illustraties en staafdiagrammen, die de relatie tussen voedingsbronnen en de verschillende macro- en micronutriënten inzichtelijk maken. Aan de andere kant is er voor de diëtist een puntsgewijze uitleg met gedetailleerde informatie over het betreffende onderwerp, zodat de professional snel relevante informatie kan raadplegen tijdens het consult.

## Wat Brengt het voor de Cliënt?

Door deze combinatie van visuele en tekstuele informatie blijft het geleerde veel beter hangen. Cliënten geven bijvoorbeeld aan dat ze door het visuele beeldmateriaal van de map veel meer inzicht kregen in hun voedingskeuzes. Een cliënt vertelde dat zij haar ijzerinname aanzienlijk had verbeterd nadat ze zag hoeveel ijzer bijvoorbeeld in bepaalde producten zat. Ze was verrast te ontdekken dat stroop veel minder ijzer bevatte dan ze had gedacht. Een andere cliënt gaf aan zich enorm geholpen te voelen, omdat hij door analfabetisme moeite had met het lezen van eerder gestuurde adviezen. De visuele ondersteuning in de map maakte alles veel begrijpelijker.

## Testen en Verbeteren

In de maanden na de ontwikkeling van de map hebben we de map in verschillende situaties uitgetest. In het begin moesten we nog wat aanpassingen maken: sommige plaatjes van producten moesten verduidelijkt worden en we hebben de uitleg voor de professional puntsgewijs genoteerd in plaats van in lange teksten. Uiteindelijk voldeed de map aan onze vooropgestelde doelen. Het bleek niet alleen geschikt voor consulten, maar ook voor huisbezoeken, presentaties en scholingen. Vooral tijdens huisbezoeken blijkt de map van grote waarde, omdat we daar ter plekke de productvergelijkingen kunnen laten zien en cliënten direct kunnen helpen bij het kiezen van de juiste producten.

## Een Gezamenlijk Proces met een Breed Toepassingsgebied

De ontwikkeling van **Eten = Meten** was een proces dat voortkwam uit de praktijk. Het is bijzonder om te zien hoe een gedeelde behoefte in ons team heeft geleid tot de creatie van een hulpmiddel dat nu op verschillende manieren wordt ingezet. We hopen dan ook dat deze map een waardevolle bijdrage zal leveren aan de gesprekken die we voeren met cliënten, en aan het behalen van de gezondheidsdoelen die we samen nastreven.

Omdat wij denken dat deze map niet alleen voor ons als diëtisten handig is, maar ook voor andere zorgprofessionals, hebben we besloten de map verder te professionaliseren en op verzoek beschikbaar te stellen.

## Samen Bouwen aan een Gezondere Toekomst

Wilt u de **Eten = Meten** presentatiemap bestellen of wilt u meer informatie? Neem dan gerust contact met ons op via Instagram een bericht **eten\_is\_meten\_presentatiemap**

Met gezonde groet,  
Helmi de Blank-Duijvestein

---

## Waarom deze Tool Onmisbaar is voor Diëtisten en Gezondheidsprofessionals

Met de **Eten = Meten** presentatiemap krijgt u als zorgprofessional een krachtig hulpmiddel in handen om voedingsadviezen helder, visueel en meetbaar over te brengen. De map is ontworpen vanuit de praktijk en biedt zowel voor de cliënt als voor de diëtist een meerwaarde. Het is een gebruiksvriendelijke, visuele ondersteuning die het verschil kan maken in het behalen van gezondheidsdoelen en het verbeteren van voedingsinzicht.