



Publieke raadpleging onder de inwoners van Limburg over gezonde voeding

Augustus 2021

INLEIDING

Voor u ligt de rapportage van de Raadpleger over gezonde voeding (2021). Dit onderzoek is uitgevoerd onder de inwoners van Limburg door onderzoeksbureau Toponderzoek in samenwerking met De Limburger.

Gezond eten is de basis voor een gezond leven. Gezond eten betekent: met gezond verstand bewuste keuzes maken. Een gezond menu is rijk aan voldoende energie en voedingsstoffen zoals eiwitten, vetten, koolhydraten, vitamines, mineralen, vezels en voldoende vocht. Er is veel keuze in gezond, maar ook in ongezond eten. Wij zijn benieuwd naar de keuzes van de Limburgers. Naar aanleiding hiervan zijn onderzoeksbureau Toponderzoek en De Limburger op 3 juni 2021 een onderzoek gestart naar gezonde voeding

Vragen die in dit onderzoek centraal staan: In hoeverre eet u momenteel gezond? Zou u (nog) gezonder willen eten? Als u in de supermarkt staat voor het schap, wat vindt u dan belangrijk bij de keuze voor uw etenswaren? Welke maaltijd is voor u de belangrijkste maaltijd van de dag? Hoe vaak per week worden onderstaande type maaltijden doorgaans gegeten?

Het doel van dit onderzoek is om meer inzicht te verkrijgen in de eetgewoonten van de Limburgers.

Raadpleger

Meermaals per jaar staat er één thema centraal bij diverse Tip-burgerpanels van Toponderzoek. Het desbetreffende thema staat vaak hoog op de maatschappelijke en beleidsagenda, waarbij iedereen een oordeel heeft. Toponderzoek ziet het als taak om te zoeken naar perspectief en naar raad om te komen tot oplossingen. Met deze onderzoeksresultaten van de Raadpleger kunnen zowel de wetenschap, de politiek als de publieke opinie aan de slag door de discussie te verschuiven van oordeelvorming naar (burger)raadpleging.

INHOUDSOPGAVE

SAMENVATTING	4
1. ONDERZOEKSVERANTWOORDING	5
2. RESULTATEN	
1. GEZOND ETEN	6
2. WEKELIJKSE EETPATRONEN	7
3. (NOG) GEZONDER ETEN	8
4. GEWENSTE HULP BIJ (NOG) GEZONDER ETEN	9
5. BELANG EIGENSCHAPPEN ETENSWAREN	10
6. BELANGRIJKSTE MAALTIJD VAN DE DAG	11
7. FREQUENTIE NUTTIGEN MAALTIJDTYPEN	12
8. FAVORIETE KEUKEN	13

SAMENVATTING

Gezond eten

Aan de respondenten is gevraagd in hoeverre ze momenteel gezond eten. Een ruime meerderheid van de respondenten (71%) geeft aan (zeer) gezond te eten. Iets minder dan één op de tien respondenten geeft zelfs aan zeer gezond te eten. Slechts een zeer kleine minderheid (3%) geeft aan (zeer) ongezond te eten.

Wekelijkse eetpatronen

Wanneer we kijken naar de frequentie waarmee Limburgers bepaalde typen voedsel consumeren, dan zien we dat groenten en fruit het meest frequent gegeten worden: driekwart (75%) geeft aan dagelijks **groenten** te eten, terwijl ruim de helft (58%) aangeeft dagelijks **fruit** te eten.

(Nog) gezonder eten

Ongeveer twee derde van de Limburgers (65%) geeft aan (nog) gezonder te willen eten. De manieren waarop men dit wil doen, lopen sterk uiteen. Relatief vaak genoemd zijn: 'Minder snoepen' (25%), 'Minder suiker eten' (24%), 'Minder bewerkt voedsel eten' en 'Kleinere porties eten' (beide 21%).

Gewenste Hulp bij (nog) gezonder eten

Bijna de helft van de Limburgers (45%) geeft aan dat het goedkoper maken van gezond eten hen zou kunnen helpen gezonder te gaan eten. Ook een gezonder aanbod in de supermarkt (28%) en betrouwbare informatie ontvangen over wat gezond is (27%) worden relatief vaak genoemd. 16% geeft aan dat niets hen kan helpen om gezonder te eten.

Belang eigenschappen voedingswaren

'Dat het gezond is' wordt met afstand het vaakst belangrijk gevonden bij het selecteren van voedingswaren in de supermarkt: voor 43% is dit zelfs de belangrijkste eigenschap en 68% noemt het als één van de drie belangrijkste eigenschappen.

'Dat het er lekker uit ziet' (32%), 'De laagste prijs' (31%) en 'De herkomst van het product' (30%) worden ook relatief vaak belangrijk gevonden.

Belangrijkste maaltijd van de dag

Het avondeten wordt door meer dan de helft van de Limburgers (59%) gezien als de belangrijkste maaltijd van de dag. Het ontbijt volgt op grote afstand (15%). 6% noemt de lunch en 19% heeft geen voorkeur.

Maaltijdtypen

Bijna de helft van de Limburgers (45%) geeft aan dagelijks verse (zelf gekookte) maaltijden te eten. Afhaalmaaltijden worden vrijwel altijd minder dan drie keer per week genuttigd: 38% geeft aan deze nooit te nuttigen en nog eens 56% een of twee keer per week. Bijna twee derde (64%) geeft aan nooit kant-en-klare (opwarm)maaltijden te nuttigen.

Favoriete keuken

De Hollandse keuken is met 33% het vaakst de favoriete keuken van Limburgers. De Italiaanse keuken volgt met 23%.

ONDERZOEKSVERANTWOORDING

Methodiek

Het onderzoek is online uitgevoerd. Leden (18+) van de 31 Limburgse Tip-panels hebben via email een uitnodiging ontvangen voor deelname. Daarnaast is een open link beschikbaar gesteld welke is gedeeld via verschillende (sociale) media-kanalen door zowel Toponderzoek zelf als dagblad De Limburger

De veldwerkperiode liep van 3 t/m 20 juni 2021. Hierbij is tweemaal een herinneringsmail gestuurd aan niet responderende panelleden.

In totaal zijn 8 vragen aan de deelnemers voorgelegd.

Respons

In totaal hebben n=8.331 respondenten aan het onderzoek deelgenomen. De maximale foutmarge bij deze steekproefgrootte bedraagt 0,8% (bij een betrouwbaarheidsniveau van 95%)*.

Om de representativiteit van de respons te verhogen zijn de resultaten herwogen op leeftijd en geslacht, rekening houdende met de werkelijke verhoudingen in de totale populatie (Limburgers 18+).

In de hiernaast weergegeven tabel zijn de respons- en populatieverhoudingen tegen elkaar afgezet voor wat betreft geslacht, leeftijd en gemeente.

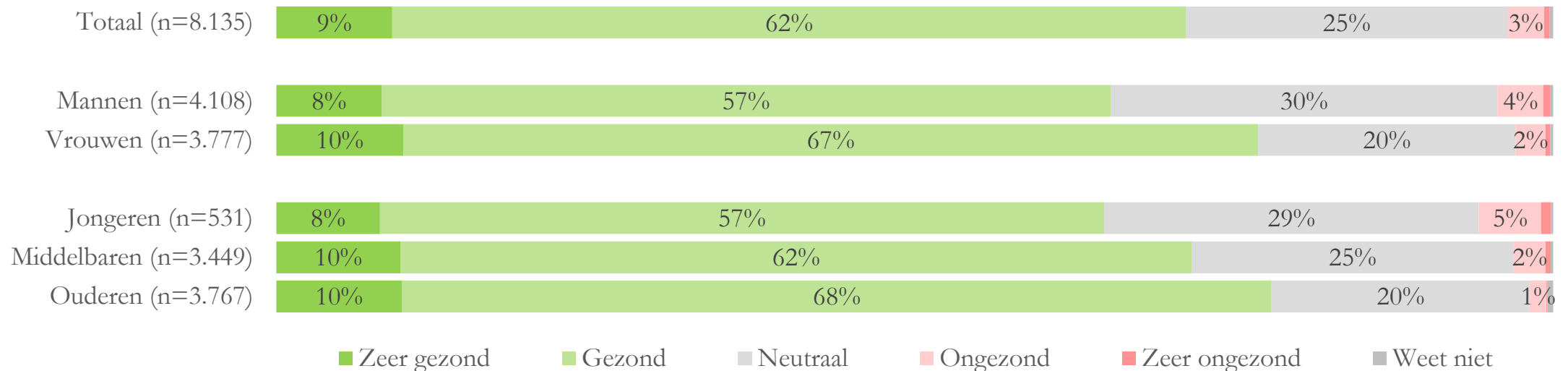
Geslacht	Respons	Populatie	Gemeente	Respons	Populatie
Man	51%	50%	Horst a/d Maas	9%	4%
Vrouw	46%	50%	Kerkrade	4%	4%
X	1%	0%	Landgraaf	3%	3%
Onbekend	2%	0%	Leudal	4%	3%
			Maasgouw	2%	2%
Leeftijd	Respons	Populatie	Maastricht	8%	11%
Jongeren (<40 jaar)	7%	31%	Meerssen	2%	2%
Middelbaren (40-65 jaar)	42%	41%	Mook en Middelaar	2%	1%
Ouderen (> 65 jaar)	46%	28%	Nederweert	1%	2%
Onbekend	6%	0%	Peel en Maas	3%	4%
			Roerdalen	2%	2%
Gemeente	Respons	Populatie	Roermond	4%	5%
Beek	2%	1%	Simpelveld	1%	1%
Beekdaalen	2%	3%	Sittard-Geleen	6%	8%
Beesel	1%	1%	Stein	2%	2%
Bergen	1%	1%	Vaals	1%	1%
Brunssum	2%	3%	Valkenburg a/d Geul	2%	1%
Echt-Susteren	3%	3%	Venlo	6%	9%
Eijsden-Margraten	2%	2%	Venray	3%	4%
Gennep	1%	2%	Voerendaal	2%	1%
Gulpen-Wittem	2%	1%	Weert	5%	4%
Heerlen	5%	8%	Onbekend	7%	0%

* De foutmarge geeft de precisie van een gemeten percentage aan. Hoe kleiner de foutmarge, hoe preciezer het gemeten resultaat. In dit onderzoek is de foutmarge maximaal plus of minus 0,8%. Het betrouwbaarheidsniveau geeft de statistische kans aan dat, bij herhaling van de meting onder gelijke omstandigheden, het resultaat van deze herhaalmeting binnen de foutmarge blijft.

GEZOND ETEN

Een ruime meerderheid van de respondenten (71%) geeft aan (zeer) gezond te eten. Iets minder dan één op de tien respondenten geeft zelfs aan zeer gezond te eten. Slechts een zeer kleine minderheid (3%) geeft aan (zeer) ongezond te eten.

Vrouwen (77%) geven iets vaker dan mannen (65%) aan (zeer) gezond te eten. Naarmate men ouder is, geeft men iets vaker aan (zeer) gezond te eten. Andersom geldt dat men, naarmate men ouder is, iets minder vaak aangeeft (zeer) ongezond te eten.



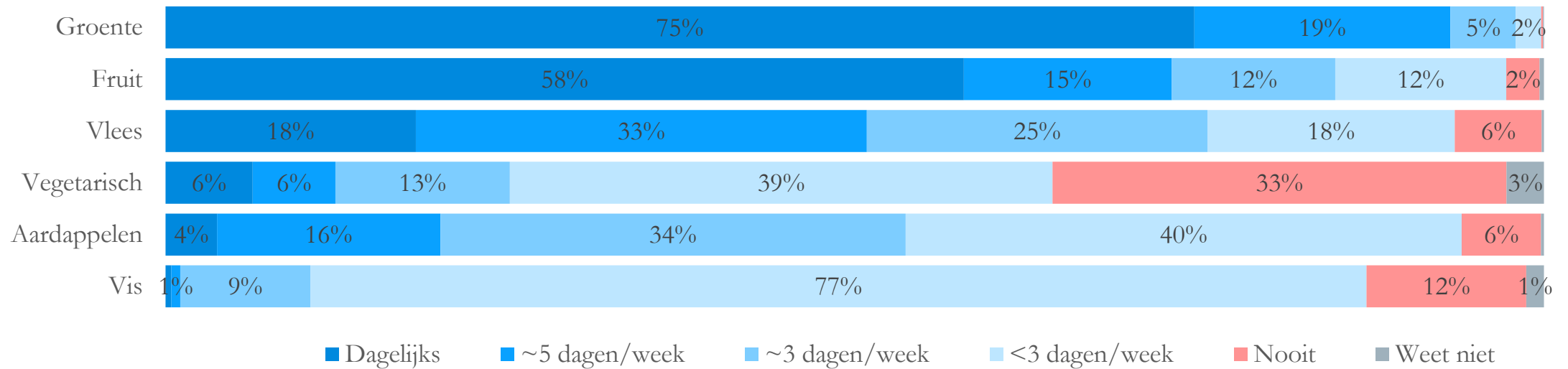
WEKELIJKSE EETPATRONEN

Wanneer we kijken naar de frequentie waarmee Limburgers bepaalde typen voedsel consumeren, dan zien we dat groenten en fruit het meest frequent gegeten worden: driekwart (75%) geeft aan dagelijks **groenten** te eten, terwijl ruim de helft (58%) aangeeft dagelijks **fruit** te eten.

Ongeveer de helft (51%) geeft aan 5 dagen per week of vaker **vlees** te eten. 18 procentpunt geeft zelfs aan dit dagelijks te doen.

Ruim een derde (35%) geeft aan nooit **vegetarisch** te eten, terwijl een kwart (25%) aangeeft ten minste 3 keer per week vegetarisch te eten (6% eet altijd vegetarisch).

Mannen (41%) geven vaker aan dan vrouwen (25%) nooit vegetarisch te eten.

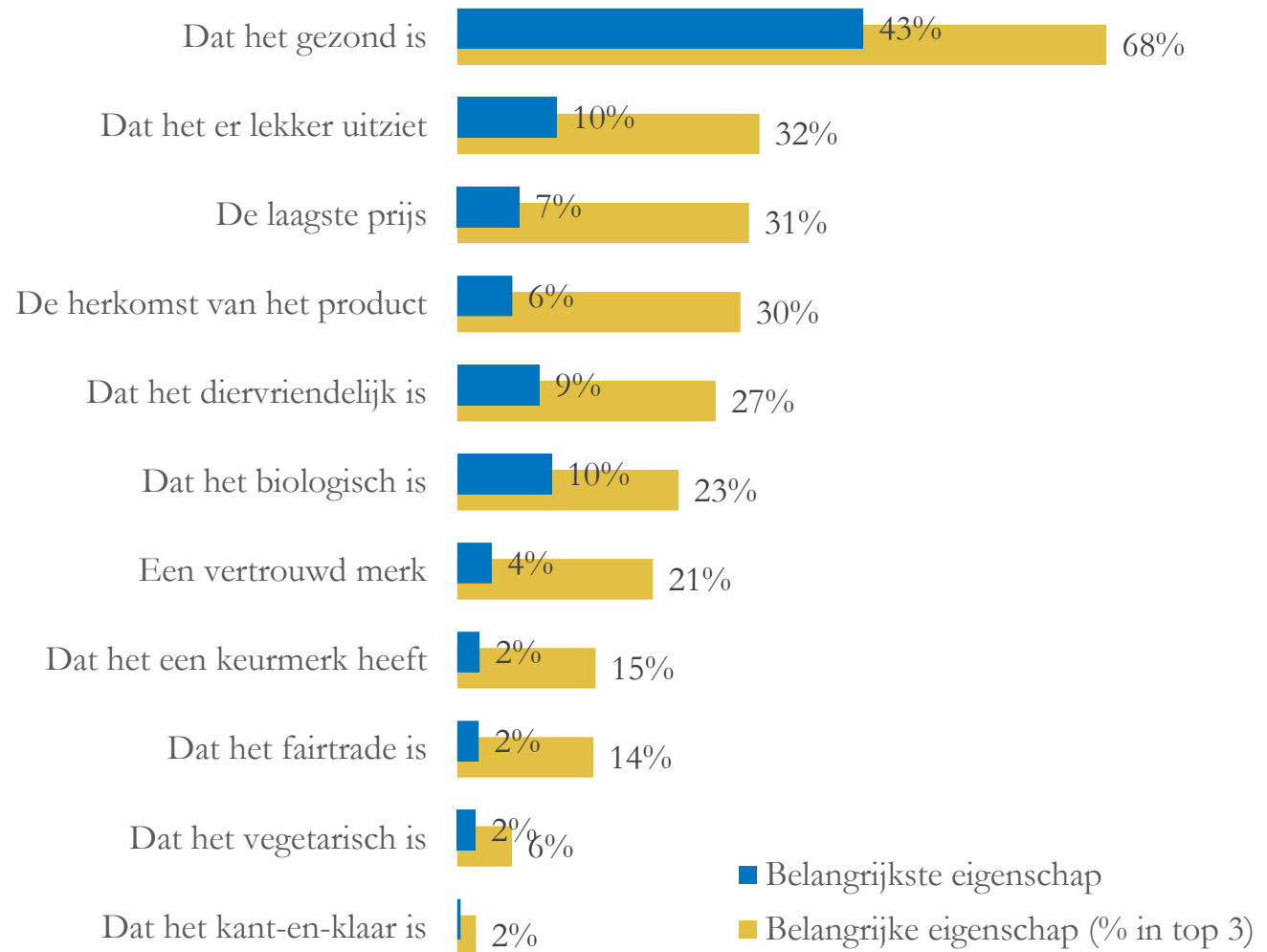


BELANG EIGENSCHAPPEN ETENSWAREN

‘Dat het gezond is’ wordt met afstand het vaakst belangrijk gevonden bij het selecteren van voedingswaren in de supermarkt: voor 43% is dit zelfs de belangrijkste eigenschap en 68% noemt het als één van de drie belangrijkste eigenschappen.

‘Dat het er lekker uit ziet’ (32%), ‘De laagste prijs’ (31%) en ‘De herkomst van het product’ (30%) worden ook relatief vaak belangrijk gevonden.

Hoewel de verschillen niet heel groot zijn, vinden vrouwen relatief vaak ‘zachtere’ aspecten belangrijk (biologisch, diervriendelijk, gezond), terwijl mannen juist de ‘hardere’ aspecten relatief vaak belangrijk vinden (laagste prijs, vertrouwd merk, kant-en-klaar).



V5. Als u in de supermarkt staat voor het schap, wat vindt u dan belangrijk bij de keuze voor uw etenswaren?

n=7.728

Basis: alle respondenten

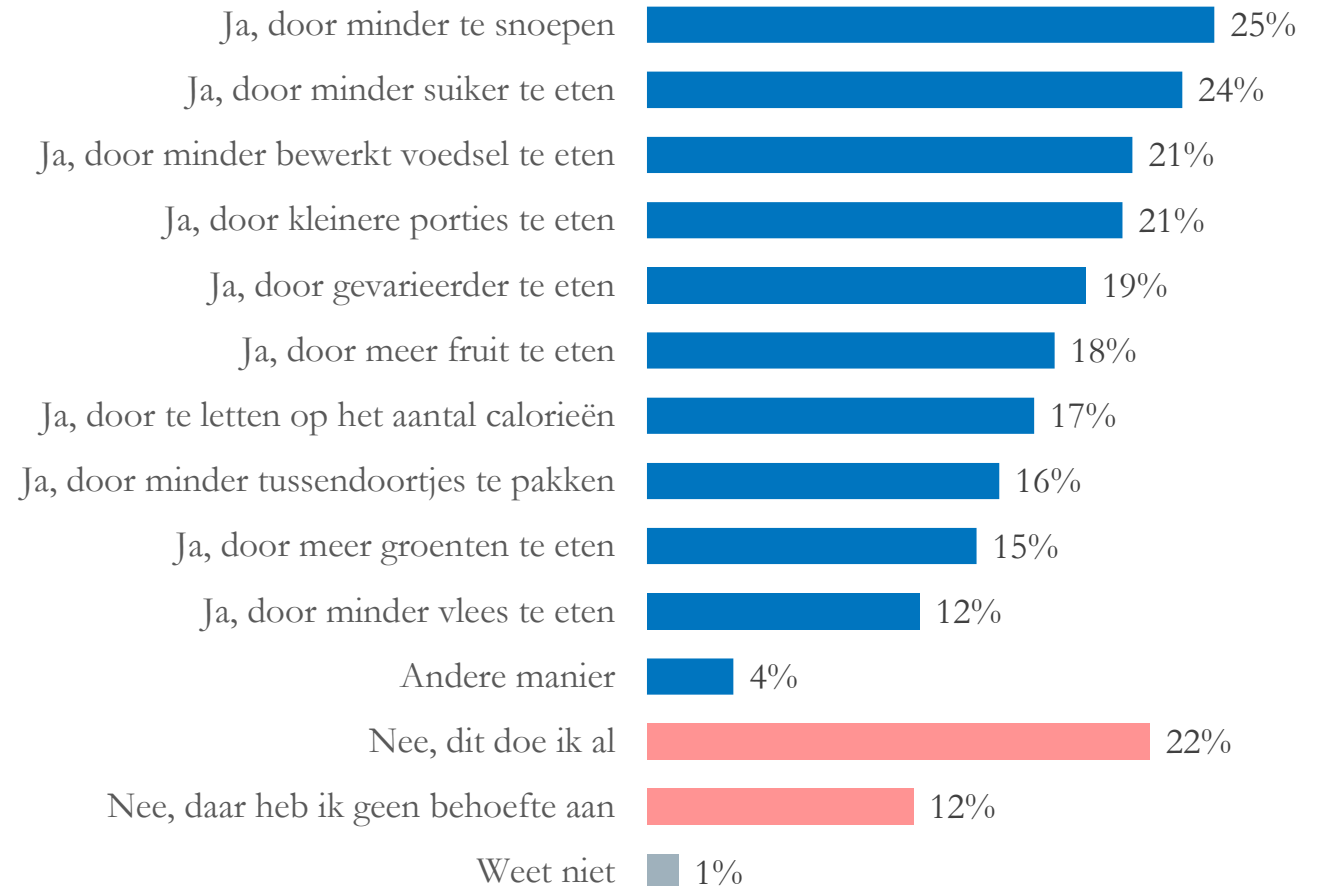
(NOG) GEZONDER ETEN

Ongeveer twee derde van de Limburgers (65%) geeft aan (nog) gezonder te willen eten. De manieren waarop men dit wil doen, lopen sterk uiteen. Relatief vaak genoemd zijn: 'Minder snoepen' (25%), 'Minder suiker eten' (24%), 'Minder bewerkt voedsel eten' en 'Kleinere porties eten' (beide 21%).

Van degenen die aangeven niet (nog) gezonder te willen eten (34%), geeft 22 procentpunt als reden aan dat men dit al doet. De overige 12 procentpunt heeft er geen behoefte aan.

Naarmate men ouder is, geeft men vaker aan al gezond te eten (Jongeren: 14%, Middelbaren: 21% en Ouderen: 33%). Ook geven ouderen vaker aan er geen behoefte aan te hebben (Jongeren: 7%, Middelbaren: 13% en Ouderen: 15%)

Voorals Mannen (16%) geven vaak aan er geen behoefte aan te hebben (Vrouwen: 8%).



GEWENSTE HULP BIJ (NOG) GEZONDER ETEN

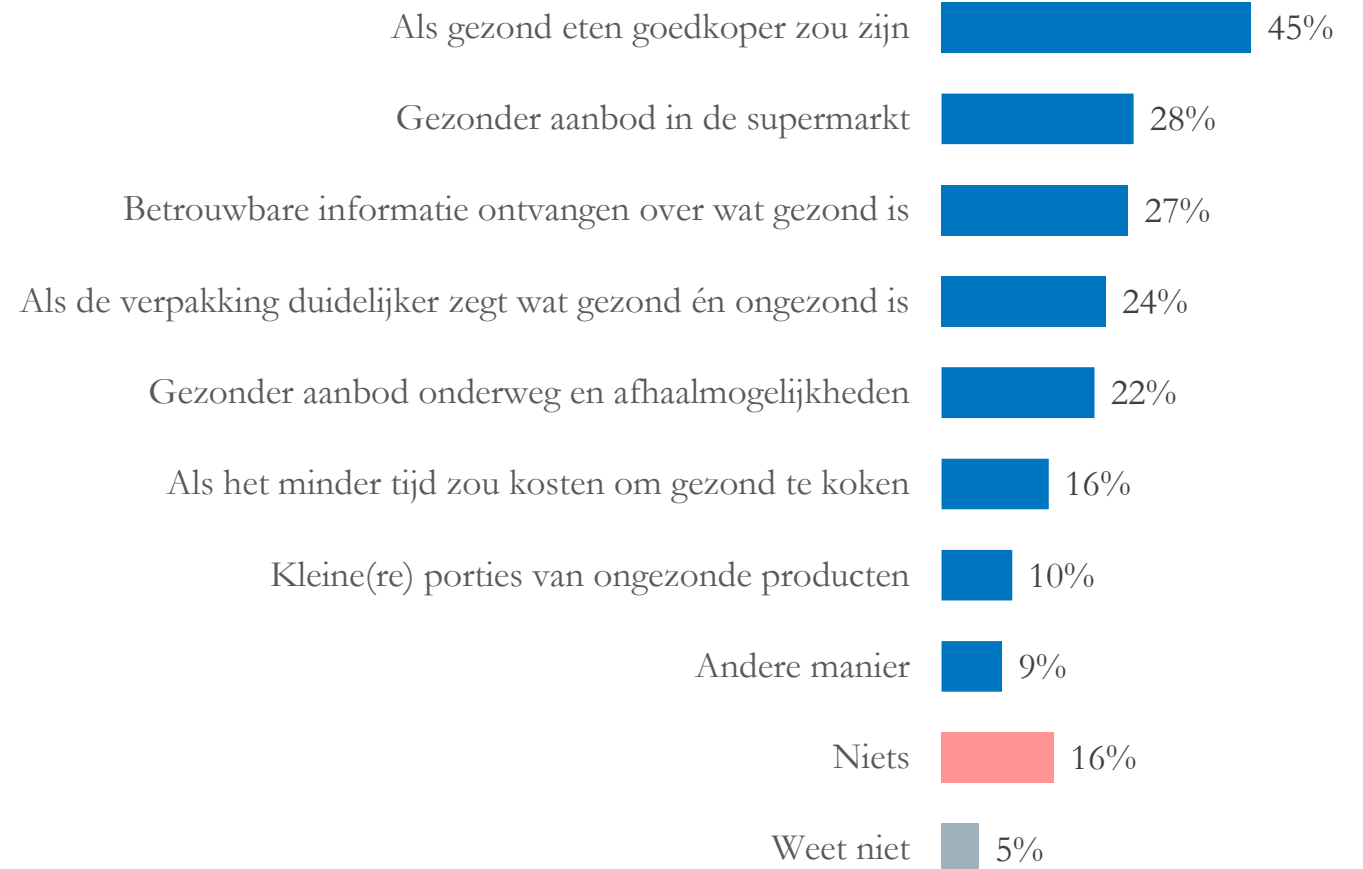
Bijna de helft van de Limburgers (45%) geeft aan dat het goedkoper maken van gezond eten hen zou kunnen helpen gezonder te gaan eten. Ook een gezonder aanbod in de supermarkt (28%) en betrouwbare informatie ontvangen over wat gezond is (27%) worden relatief vaak genoemd.

16% geeft aan dat niets hen kan helpen om gezonder te eten.

Naarmate men ouder is, geeft men vaker aan dat niets hen kan helpen om gezonder te eten (Jongeren: 8%, Middelbaren: 17% en Ouderen: 25%).

Daarnaast geven mannen (18%) iets vaker aan dat niets hen kan helpen (Vrouwen: 14%).

Vooraf jongeren (62%) geven vaak aan dat het goedkoper maken van gezond eten hen zou kunnen helpen (middelbaren: 43% en ouderen: 30%).

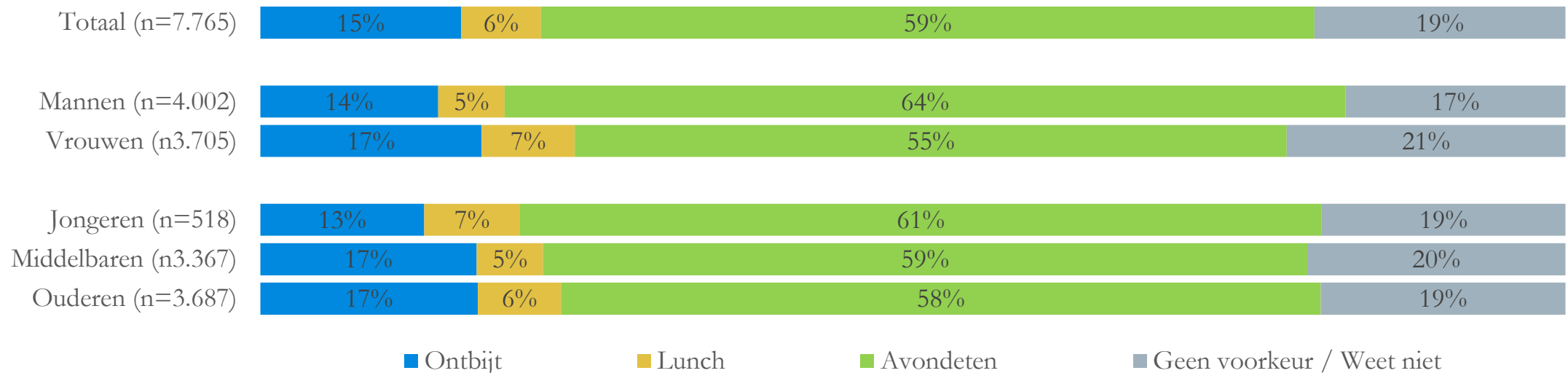


BELANGRIJKSTE MAALTIJD VAN DE DAG

Het avondeten wordt door meer dan de helft van de Limburgers (59%) gezien als de belangrijkste maaltijd van de dag. Het ontbijt volgt op grote afstand (15%). 6% noemt de lunch en 19% heeft geen voorkeur.

Voor mannen (64%) is het avondeten nog iets vaker belangrijk dan voor vrouwen (55%).

Jongeren (13%) vinden het ontbijt minder vaak het belangrijkste als middelbaren en ouderen (beide 17%).

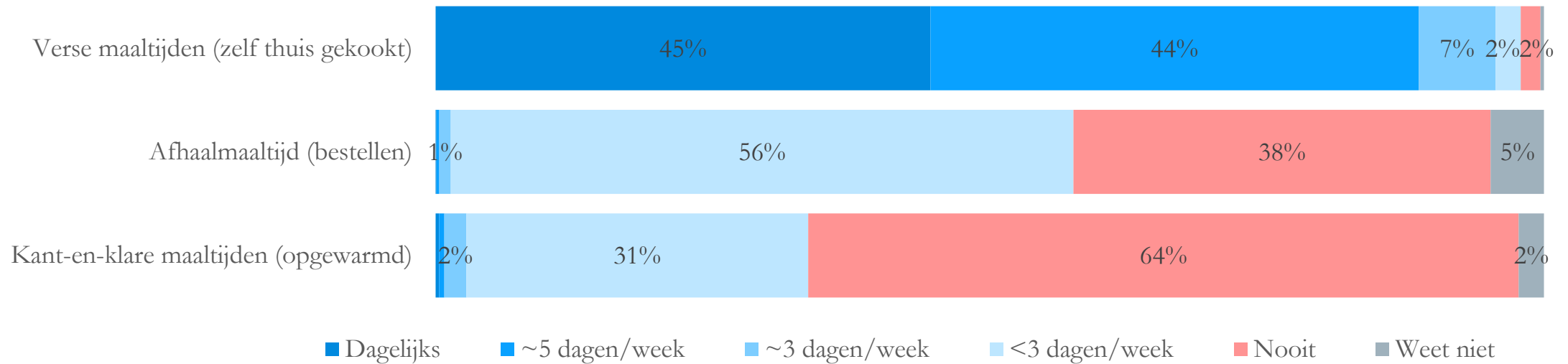


FREQUENTIE NUTTIGEN MAALTIJDTYPEN

Bijna de helft van de Limburgers (45%) geeft aan dagelijks verse (zelf gekookte) maaltijden te eten. Nog eens 44% geeft aan dit ongeveer vijf dagen per week te doen. 2% geeft aan nooit zelf te koken.

Afhaalmaaltijden worden vrijwel altijd minder dan drie keer per week genuttigd: 38% geeft aan deze nooit te nuttigen en nog eens 56% een of twee keer per week.

Bijna twee derde (64%) geeft aan nooit kant-en-klare (opwarm)maaltijden te nuttigen.

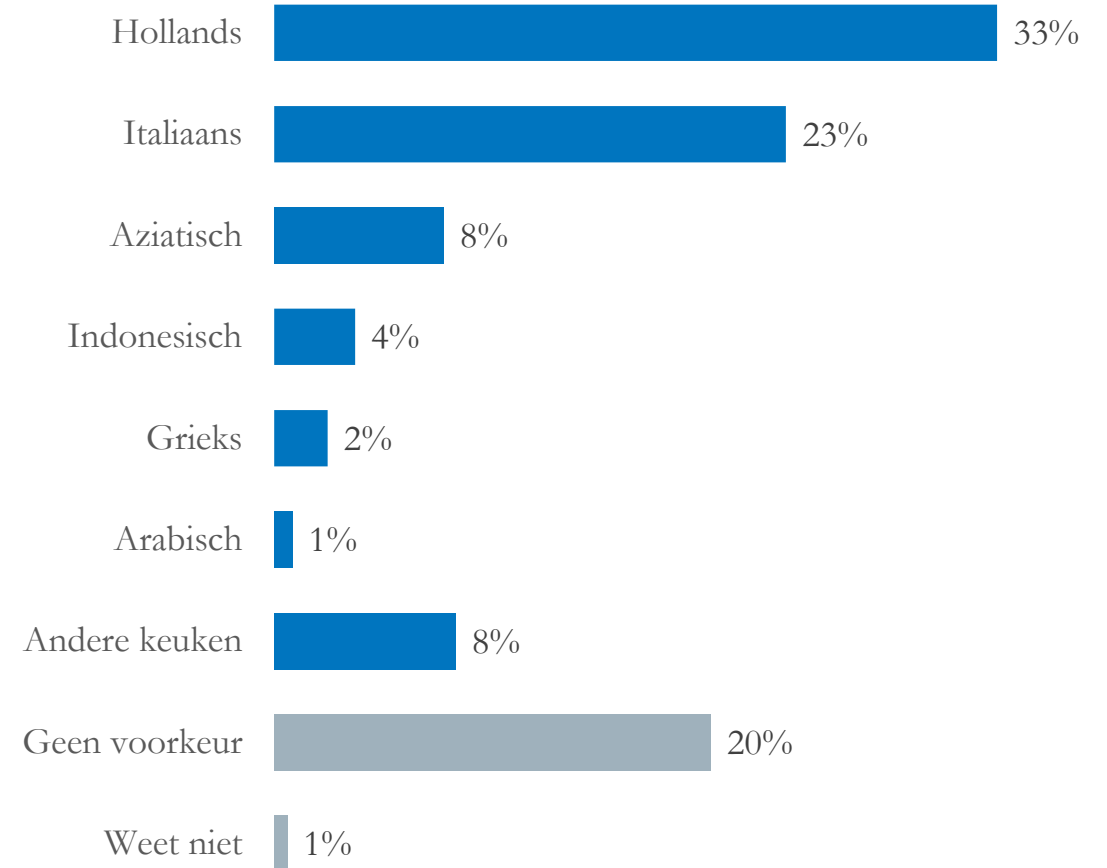


FAVORIETE 'KEUKEN'

De Hollandse keuken is met 33% het vaakst de favoriete keuken van Limburgers. De Italiaanse keuken volgt met 23%. 20% heeft geen voorkeur.

Vooraf onder mannen is de Hollandse keuken populair: 38% heeft het liefst Hollandse kost, terwijl dit voor 29% van de vrouwen geldt. Vrouwen (27%) vinden juist de Italiaanse keuken relatief vaak het lekkerst (mannen: 20%).

Naarmate men ouder is, vindt men vaker de Hollandse keuken het lekkerst (Jongeren: 22%, Middelbaren: 32% en Ouderen: 46%). Andersom geldt dat naarmate men ouder is, men de Italiaanse keuken minder vaak het lekkerst vindt (Jongeren: 32%, Middelbaren: 23% en Ouderen: 15%).



TOPONDERZOEK

Toponderzoek is een Horsters no-nonsense bedrijf, dat sterk is in het raadplegen van meningen. In een mondige wereld waarin men direct resultaat wil zien, is het raadplegen van meningen / ervaringen / beleving van belang om te overleven.

Onze professionele en flexibele medewerkers hebben interesse voor uw onderzoeksvraag om de beleving en inzichten vanuit de maatschappij regulier zichtbaar te maken. Door een transparant inzicht in hetgeen leeft en speelt onder burgers / bestuurders / politici, levert dit beter beleid en meer draagvlak op. Tips worden aangeleverd. Tevens toetst u of ingezette acties resultaat hebben.

Toponderzoek faciliteert dit proces als onafhankelijk onderzoeksbureau TIPTOP voor u. Het onderzoeksbureau heeft de beschikking over ruim 70 eigen Tip-burgerpanels (waaronder 31 burgerpanels in de 31 Limburgse gemeenten), het overheidspanel 'Overheid in Nederland' en het 'Ambtenarenpanel'.

Wilt u ook graag eens met ons sparren over een onderzoek of participatietraject? Neem dan nu contact met ons op!



Toponderzoek
Herstraat 20
5961 GJ Horst

www.Toponderzoek.com
enquete@toponderzoek.com
085-4860100

Toponderzoek is lid van MOA.