



Halfhalf. Een nieuw narratief voor de eiwitshift.

Ei-wat?

De Green Deal 'Eiwitshift op ons bord' heeft een duidelijk doel: de verhouding tussen dierlijke en plantaardige eiwitbronnen in ons voedingspatroon doen evolueren naar een verhouding van respectievelijk 40%-60%. Het probleem? De meeste Vlamingen weten niet wat eiwitten zijn en denken dus niet in die verhouding wanneer ze hun voedingskeuzes maken. Dat betekent dat we nood hebben aan een nieuw en bruikbaar narratief.

**GREEN
DEAL**

010. EIWITSHIFT
OP ONS BORD

Wat is een narratief?

Een 'narratief' is een verzameling van zinnen, woorden en 'frames' die ons helpen om op een verstaanbare manier over de eiwitshift te praten. Dit narratief houdt rekening met verschillende vormen van weerstand die veel Vlamingen voelen wanneer we hen vragen om hun voedingspatroon te veranderen.

IN ZES ZINNEN RICHTING EEN EFFECTIEVE GEDRAGSVERANDERING.

1 We houden bijna allemaal van een stukje vlees, vis of kaas en van een glas melk.

- Richt je boodschap op de omnivoren en de flexitariërs. Vegetariërs en veganisten eten al voldoende plantaardige eiwitten.
- Vermijd het gebruik van de woorden vegetariër, veganist, omnivoor en flexitariër. Mensen worden niet graag in hokjes geduwd.
- Ga geen gevecht aan met de positieve associaties die mensen hebben met vlees, vis of melkproducten.

2 Maar we weten ook allemaal dat té veel nooit goed is.

- Gebruik het buikgevoel dat leeft bij de meeste mensen: 'te veel vlees, vis of zuivel eten is natuurlijk niet goed' als startpunt voor de gevraagde gedragsverandering.

3 De helft van de Belgen eet daarom niet meer elke dag vlees of vis. En steeds meer Belgen zeggen dat ze vaker willen kiezen voor een maaltijd zonder vlees of vis.

- Maak duidelijk dat er vandaag in België al een belangrijke (r)evolutie heeft plaatsgevonden. De helft van de Belgen eet niet meer elke dag vlees of vis.
- Maak duidelijk dat steeds meer 'mensen zoals hen' stappen willen zetten in de plantaardige richting.

4 Dat is slim. Want een plantaardige maaltijd is niet alleen beter voor je gezondheid. Het is ook beter voor je omgeving én voor het klimaat. Maar hoe vaak kies je nu best voor een plantaardige maaltijd?

- Beschrijf een maaltijd zonder dierlijke eiwitten als een 'plantaardige maaltijd'.
- Gebruik de woorden flexi, flexitariër of flexitarisch niet.
- Vermijd de woorden vegan, veganistisch, vegetarisch en veggie.
- Focus op de drie belangrijkste argumenten voor het beperken van de inname van dierlijke eiwitten: gezondheid, milieu-impact en dierenwelzijn.
- Gebruik de woorden klimaat en omgeving wanneer je spreekt over het milieu en dierenwelzijn.

5 De nieuwe richtlijn is eenvoudig: probeer voor halfhalf te gaan. Kies de helft van de week voor een plantaardige maaltijd.

- Vraag niet om vlees, vis en zuivel op te geven.
- Roep iedereen op om voor 'halfhalf' te gaan, en de helft van de week voor een plantaardige maaltijd te kiezen.
- Gebruik de woorden 'richtlijn' en 'probeer'.

6 Voor plantaardig kiezen, wordt trouwens steeds lekkerder én makkelijker. Je kan vandaag al beginnen door één ingrediënt, product of maaltijd te vervangen. Smakelijk!

- Benadruk de positieve evolutie van de smaak en het bereidingsgemak van plantaardige maaltijden.
- Bevestig dat elke stap in de goede richting een juiste stap is.