



# Voedselvisie Leiden

januari 2026



Voedsel  
raad  
Leiden

Sleutel tot goed eten



Met dit discussiedocument  
presenteert de Leidse  
Voedselraad een eerste stap naar  
een Leidse Integrale  
Voedselvisie op basis van de  
Leidse **SLEUTEL**. De Voedselraad  
nodigt de gemeente Leiden uit om  
deze aanzet tot een  
Voedselvisie verder te  
ontwikkelen tot bijbehorend  
beleid.



# Voorwoord

Eten is belangrijk voor iedereen: om gezond te zijn én te blijven, als sociale activiteit en als deel van je cultuur. Niks is zo persoonlijk als wat je eet en waarom je dat doet, en het eerste en laatste waar je écht autonomie over hebt.

Juist daarom is het veranderen van eetgewoontes al snel een moeilijk onderwerp. Toch wordt steeds duidelijker dat ons huidige voedselsysteem niet goed werkt. Mensen worden er ziek van, het veroorzaakt veel dierenleed en de natuur raakt uit balans. Dat zorgt weer voor andere problemen, zoals droogte, plagen en bodemverarming. De vogelgriep, bestrijdingsmiddelen en hoge zorgkosten halen regelmatig de voorpagina en voedselprijzen blijven stijgen. Grote multinationals maken de dienst uit ten koste van lokale productie en consumptie.

Wat we eten lijkt een individuele keuze, maar wordt sterk bepaald door het voedselsysteem en de voedselomgeving: wat beschikbaar, betaalbaar en zichtbaar is. De Voedselraad Leiden en ambassadeurs (bijlage 1) roepen de gemeente Leiden daarom op te werken aan een voedselomgeving waarin voor alle inwoners goed, gezond en duurzaam eten de makkelijke keuze is.

**Voedselraad Leiden**

Januari 2026

**Leiden heeft de sleutel tot goed, gezond en duurzaam eten in handen. Alleen door samen aan deze sleutel te draaien – met inwoners, ondernemers, organisaties en gemeente – openen we de deur naar een gezonder voedselstelsel en een gezondere voedselomgeving.**



## **Sociaal:**

*Goed eten is toegankelijk voor iedereen en verbindt mensen.*

## **Lekker en gezond:**

*Genieten en gezond eten gaan samen.*

## **Eerlijk:**

*Een eerlijke prijs voor producent en consument.*

## **Urgent:**

*Deze systeemverandering is complex en vraagt nu om actie.*

## **Toekomstbestendig en duurzaam:**

*Zodat onze kinderen én hun kinderen goed en gezond kunnen blijven eten.*

## **Educatie:**

*Voedselkennis in Leiden breed en toegankelijk maken.*

## **Lokaal:**

*Verandering begint bij ons, nu en hier in Leiden.*

# De Leidse voedselomgeving in 2040

**Dromen over hoe de voedselomgeving in Leiden er in 2040 uitziet is makkelijker als je kan zeggen: “Ja, én ...” Gezond én lekker, én lokaal, én eerlijk. En zo verder. Daarom vast een voorzet voor een droom, om op te ‘ja-ennen.’**

In 2040 staat Leiden vol bessenstruiken. Kinderen plukken ervan als ze naar school lopen. In de vroege zomer natuurlijk, en ze weten dat daarna, in de zomer, bramen, vijgen en frambozen te halen zijn. Dat leren ze niet op school, maar buiten het lokaal, want vers fruit en kruiden groeien voor je deur.

## **‘Ja, en... langs de Singel staan appel- en perenbomen.’**

Daar gaat een deur open, en een man komt naar buiten met een boodschappentas. Hij pakt zijn fiets, want het is woensdagochtend. Woensdagochtend is nog altijd marktdag, al zijn daar dagen bij gekomen. Lokaal voedsel van boeren uit de omgeving is populair, dus markten vind je op meerdere dagen in meerdere wijken. Niet dat je naar de markt hoeft, natuurlijk, maar dat is wel zo gezellig. De man zwaait en groet de akkerbouwer bij wie hij zijn groenten meestal haalt.

## **‘Ja, en... we eten samen hutspot!’**

Ook Leidens Ontzet is er natuurlijk nog steeds, een jaarlijks hoogtepunt. Net als de Oranje tompoucen op Koningsdag. Maar er zijn heel veel gezellige feestdagen bijgekomen: de Leidse Iftar is nu écht groot, Keti-Koti wordt gevierd met straatfeesten en er is een heel eigen Leids Food Fest, met lokale producenten. Fietsen voor je eten is een terugkerend fenomeen in de lente. Dan fietst heel Leiden naar de omringende boerderijen voor verse producten uit de buurt en wordt er gepicknickt.

## **‘Ja, en... ook het winkelaanbod is een heel stuk vooruit gegaan.’**

Je kunt nu zelfs lokale maaltijdpakketten kopen, want een slimme Leidse ondernemer bedacht een concept dat boeren koppelt aan een receptendatabase. Ook de supermarkten hebben grote stappen gezet, en hebben een groot deel van hun kant-en-klare snacks uit het assortiment gehaald. Deels omdat het moest, natuurlijk, maar ook omdat er best te verdienen valt aan gezond eten. Bovendien is het nog steeds handig dat je in één winkel blikken tomaat kunt halen, WC-papier én brood.

## **‘Ja, en... gezond als basis, feest als extra.’**

Natuurlijk is er frituur, koek, taart en snoep als het feest is. Samen olieballen bakken met Oudjaar is heerlijk, koekjes bakken is een gezellige activiteit met vrienden of vriendinnen, en taart is er als je jarig bent. En als je trek hebt, eet je gewoon een extra boterham.

HOOFDSTUK 1

# Een integrale Leidse Voedselvisie





## 1.1 Wat speelt er in Leiden?

In Leiden is voedsel steeds vaker een bron van ongelijkheid. **13% van de kinderen (4-12 jaar) heeft overgewicht; bij volwassenen is dat 40%**. De verschillen tussen wijken zijn groot: in sommige wijken heeft **meer dan de helft van de volwassenen overgewicht**, terwijl dit in andere wijken aanzienlijk lager ligt.

Daarnaast heeft **één op de zes Leidenaren moeite met rondkomen**, wat directe gevolgen heeft voor de kwaliteit en betaalbaarheid van hun voeding. Gezond eten is daarmee geen vanzelfsprekende keuze, maar vaak een structurele uitdaging.

Gezondheidsverschillen zijn sterk sociaal bepaald: bewoners van wijken met een hoger opleidings- en inkomensniveau leven gemiddeld vijf jaar langer en hebben veertien gezonde levensjaren meer. Voeding speelt hierin een cruciale rol, naast factoren als stress, leefomgeving en armoede. Goede gezondheid is daarmee een collectieve verantwoordelijkheid, niet alleen een individuele.

## 1.2 Wat is er mis met het huidige voedselsysteem?

De Leidse situatie staat niet op zichzelf. Het huidige voedselsysteem zet druk op:

- Gezondheid, door een voedselomgeving die ongezonde keuzes stimuleert en mensen letterlijk ziek maakt. Voorbeelden zijn diabetes, kwaadaardige aandoeningen, hart- en vaatziekten maar ook vele andere niet overdraagbare ziektes.
- Sociale gelijkheid, doordat gezond voedsel niet voor iedereen even toegankelijk en betaalbaar is.
- Landbouw en voedselzekerheid, door uitputting van bodem, afname van biodiversiteit en toenemende ruimtedruk.
- Dierenwelzijn, met structureel en grootschalig dierenleed in de intensieve veehouderij en visserij.
- Klimaat en milieu, door inefficiënte dierlijke producten, stikstof- en broeikasgasuitstoot en verspilling.

Voedsel raakt vrijwel alle grote maatschappelijke opgaven tegelijk.

## 1.3 Waarom een Integrale Leidse Voedselvisie?

Voedsel verbindt niet alleen mensen, maar ook thema's als gezondheid, klimaat, biodiversiteit, armoede en economie. In Leiden bestaan veel waardevolle duurzame en gezonde voedselinitiatieven die één of meerdere van deze thema's willen verbeteren. In bijlage twee is hiervan een overzicht. Helaas zijn veel initiatieven vaak kleinschalig, en ontbreken er vaak de slagkracht, samenhang en samenwerking die nodig zijn om de initiatieven op te schalen en tot de standaard praktijk te maken. Een duidelijke richting, goed beleid en samenwerking zijn nodig om de ambities en doelen uit deze Leidse Voedselvisie te bereiken.

### Een integrale Voedselvisie:

- *brengt bestaande initiatieven samen*
- *maakt keuzes expliciet*
- *versterkt samenwerking*
- *versnelt maatschappelijke winst*

De gemeente speelt hierin een sleutelrol, omdat voedsel iedereen raakt en beleid op lokaal niveau direct effect heeft op de leefomgeving.

HOOFDSTUK 2

**Een aanzet  
voor de  
Voedselvisie  
op basis van  
de SLEUTEL**

**Deze aanzet voor de Voedselvisie is opgebouwd rond het acroniem SLEUTEL, dat dient als kapstok voor de beleidsrichting. Per thema wordt kort beschreven wat het betekent voor Leiden, waarom het relevant is en welke kansen dit biedt voor gemeentelijk beleid. Zo wordt zichtbaar hoe bestaande initiatieven kunnen worden versterkt en verbonden. Een overzicht van Leidse voedselinitiatieven is opgenomen in bijlage 2.**

## 2.1 Sociaal

### *Wat verstaan we hieronder?*

We zien voedsel als middel voor ontmoeting, inclusie, en verbinding tussen alle Leidenaren. Hutspot en haring, maar ook de suikerspin op de kermis bepalen de Leidse cultuur. Ook zijn verschillende andere eet- en drinkmomenten een belangrijk deel van onze subculturen en individuele identiteit. Die willen we vieren en behouden. Tegelijk is voedsel een belangrijke factor in de verschillen in gezondheid en kansen tussen wijken.

### *Waarom belangrijk voor Leiden*

- Culinaire tradities (hutspot, haring) willen we koesteren en zijn een bron van verbinding en gemeenschappelijke Leidse identiteit.
- Gezondheidsverschillen tussen wijken nemen toe en zijn deels gerelateerd aan voedseltoegankelijkheid en -keuzes.
- Lokale voedselinitiatieven (buurtkeukens, buurtmoestuinen en andere voedselverbindingsplekken, schoolmaaltijden) bieden praktische oplossingen en verbinden inwoners.

### *Kansen voor gemeentelijk beleid*

- Versterken en verspreiden van toegankelijke voedselverbindingsplekken in de stad.
- Werken aan voedselzekerheid voor alle Leidenaren. Extra aandacht voor maatschappelijk kwetsbare groepen zorgt ervoor dat gezonde en lekkere keuzes haalbaar en aantrekkelijk zijn voor iedereen.
- Stimuleren van een gezonde voedselomgeving, met name rond scholen en sportvoorzieningen.

## 2.2 Lekker en gezond

### *Wat verstaan we hieronder?*

Lekkere en gezonde voeding is essentieel voor welzijn en het voorkomen van chronische ziekten. Een goede voedselomgeving maakt voedzame, duurzame en smakelijke keuzes gemakkelijk en toegankelijk voor iedereen, ongeacht achtergrond, inkomen of woonwijk. Het gaat om een evenwichtig, plantaardig gericht voedingspatroon met minimaal bewerkte producten, suiker, zout en verzadigd vet, zonder dat smaak en plezier uit het oog verloren worden (EAT-Lancet 2.0 rapport).

### **Waarom belangrijk voor Leiden?**

- Gezond en lekker eten draagt bij aan het welzijn van alle inwoners.
- De omgeving beïnvloedt sterk wat mensen eten; een gezonde voedselomgeving maakt gezonde keuzes makkelijker.
- Van het aanbod in supermarkten staat 80% niet in de schijf van vijf. Het aanbod in de horeca is nog ongezonder. Hier is winst te behalen door samenwerking met supermarkten, horeca en lokale voedselnetwerken. Zo wordt gezond, lokaal geproduceerd voedsel beter zichtbaar en toegankelijk.

### **Kansen voor gemeentelijk beleid**

- Stimuleren van gezond aanbod in de stad, in het kader van een meer divers aanbod.
- Bijvoorbeeld door gezonde en smakelijke opties te stimuleren in scholen, sportvoorzieningen te faciliteren door bestaande programma's op te schalen.
- Meer duurzame en gezonde opties op festivals en andere evenementen via vergunningen.
- Tegengaan van marketing voor ongezond voedsel, gericht op kinderen.
- Reclames voor bijvoorbeeld vlees verbieden en vestigingsbeleid reguleren, zodat ongezonde voeding minder nadrukkelijk aanwezig is.
- Invulling van de gemeentelijke verplichtingen uit het Integraal Zorgakkoord en het Gezond en Actief Leven Akkoord
- Promotie van seizoensgebonden en plantaardige recepten en maaltijden.
- Gezonde voedselomgeving een plaats geven in de omgevingsvisies, -plannen en -programma's.

## **2.3 Eerlijk**

### **Wat verstaan we hieronder?**

Ons voedselsysteem en ons voedsel zijn verre van eerlijk. Dat moet en kan beter. Om te beginnen door een diervriendelijke behandeling van dieren. Er is geen bio-industrie binnen de Leidse gemeentegrenzen en dat willen we zo houden. Ook vanwege de vaak slechte arbeidsomstandigheden. Eerlijke producten zijn zo min mogelijk bewerkt en er zijn geen kunstmest en chemische bestrijdingsmiddelen gebruikt bij productie. Het is momenteel niet vanzelfsprekend dat deze producten te vinden zijn in de supermarkt of horeca. Ze vragen om eerlijke prijzen en transparante ketens.

### **Waarom belangrijk voor Leiden?**

- Eerlijk eten is vaak vers, lekker en gezond en zou voor elke Leidenaar toegankelijk moeten zijn.
- Eerlijke handel en korte ketens stimuleren de lokale economie.

### **Kansen voor gemeentelijk beleid**

- Voorkeursbeleid voor duurzame, eerlijke inkoop (catering gemeente, scholen, zorg).
- Weren van (producten uit) bio-industrie binnen de gemeentegrenzen.
- Steun voor producenten met eerlijke verdienmodellen.
- De gemeente Leiden dient met haar eigen voedselbeleid voor werknemers en gasten als voorbeeld voor ondernemingen in de gemeente.

## 2.4 Urgent

### *Wat verstaan we hieronder?*

Leiden staat voor een urgente keuze: het huidige voedselsysteem draagt bij aan klimaatverandering, verlies van biodiversiteit, toenemende gezondheidsproblemen en stijgende zorgkosten. Productie, transport en verspilling van voedsel veroorzaken aanzienlijke CO<sub>2</sub>-uitstoot, terwijl natuur en leefomgeving onder druk staan en veel inwoners opgroeien in een omgeving waarin ongezonde keuzes makkelijker en goedkoper zijn dan gezonde alternatieven. Het is geen individueel probleem, maar een systeemvraagstuk dat vraagt om samenhangende keuzes: minder verspilling, meer duurzame en regionale ketens en een gezondere voedselomgeving voor alle inwoners.

Waarom belangrijk voor Leiden?

- Uitstel vergroot problemen en maatschappelijke kosten.
- Gezond en duurzaam voedsel draagt bij aan een leefbare en veerkrachtige stad.
- Het beïnvloedt klimaat, biodiversiteit, gezondheid en leefomgeving van alle inwoners.

### *Kansen voor gemeentelijk beleid*

- Maak het thema voeding belangrijk: Kies nu voor een heldere voedselambitie, stevige beleidsdoelen en een wethouder Voeding.
- Werk de ambities en beleidsdoelen uit in een uitvoeringsagenda en bijbehorend budget.
- Werk samen met de vele mooie bestaande initiatieven in de stad en de regio voor gezonde, duurzame voeding.
- Zet in op snelle maatregelen voor een gezonde voedselomgeving samen met supermarkten, scholen en andere maatschappelijke organisaties en bedrijven.
- Stel regels in het omgevingsplan voor een evenwichtiger aanbod van fast food en gezonde voeding (regulering).

## 2.5 Toekomstbestendig en duurzaam

### *Wat verstaan we hieronder?*

Toekomstbestendige voeding is voeding die onze natuur niet uitput en het klimaat niet belast, gezond is voor mensen en past binnen een duurzaam voedselsysteem dat bestand is tegen klimaatverandering, schokken en marktfluctuaties. Voor de gemiddelde Leidenaar betekent dit meer plantaardig eten, geïnspireerd op het EAT-Lancet planetary health diet.

### *Waarom belangrijk voor Leiden?*

- Leiden is één van de dichtst bebouwde gemeente van Nederland. Stedelijke dichtheid, afhankelijkheid van import en kwetsbare ketens vragen om veerkrachtige voedselvoorziening.
- Leiden kan met haar Bioscience Park inspelen op en bijdragen aan voedseltechnologische trends, zoals kweekvlees en precisiefermentatie.

### **Kansen voor gemeentelijk beleid**

- De gemeente Leiden heeft zich gecommitteerd aan de klimaatdoelstellingen van Parijs en de Sustainable Development Goals. Een duurzaam eetpatroon voor Leidenaren is daarvoor essentieel.
- Partnerschappen met regionale producenten en distributeurs (supermarkten) voor robuuste voedselketens.
- Creëren van een aantrekkelijk vestigingsklimaat in het Leiden Bioscience Park voor voedseltechnologiebedrijven die zich richten op duurzame en gezonde voedingsalternatieven.

## **2.6 Educatie**

### ***Wat verstaan we hieronder?***

Leren over gezond en duurzaam eten – van peuter tot professional. Het klinkt vanzelfsprekend dat iedereen weet wat gezond eten inhoudt, maar dat is het niet. Educatie over gezond en duurzaam eten betekent dat iedereen, van jong tot oud, begrijpt wat gezonde voeding is, wat duurzame voeding is, waarom het belangrijk is, en hoe je het kunt bereiden. Soms heeft voeding een lage prioriteit, ontbreekt duidelijke informatie of goede voorbeelden, of bestaat er weerstand en wantrouwen tegen bijvoorbeeld meer plantaardig eten. Educatie moet kennis én ervaring bieden, zodat gezonde en duurzame keuzes vanzelfsprekend, toegankelijk en plezierig worden.

### ***Waarom belangrijk voor Leiden***

- Kennis is cruciaal om goed geïnformeerd de gezonde en duurzame keuze te kunnen maken. Educatie ondersteunt kinderen, jongeren en volwassenen in het aanleren van duurzame eetpatronen.
- Voedselveiligheid is een basisvoorwaarde: kennis over bereiding, hygiëne en veilige ingrediënten helpt ziektes en gezondheidsrisico's te voorkomen.

### ***Kansen voor gemeentelijk beleid***

- Stimuleren van voedseleducatie op scholen en in wijken: overwegend plantaardig, onbewerkt, bij voorkeur biologisch (bijv. 80-20-menu met 80% plantaardige eiwitten).
- Aandacht voor ethiek van voedsel: dierenwelzijn, eerlijke ketens, impact op klimaat
- Het educatieve moment op school tastbaar maken door kooklessen, gezonde schoollunches en ontbijt aanbieden, vooral op scholen met hoge obesitaspercentages of financiële barrières.
- Schooltuinen, buurtmoestuinen, excursies naar producenten, samenwerking met onderwijsinstellingen.
- Opleidingstrajecten voor bewoners over gezond en duurzaam eten in samenwerking met GGD, welzijnsorganisaties en lokale verenigingen.

## 2.7 Lokaal

### ***Wat verstaan we hieronder?***

Lokaal voedsel is voeding die dichtbij wordt geproduceerd, verwerkt, verhandeld en geconsumeerd. Het verkort de afstand tussen boer en bord, versterkt de verbinding met de regio en draagt bij aan een duurzaam, toekomstbestendig voedselsysteem voor Leiden. Lokaal voedsel ondersteunt boeren en voedselmakers in de omgeving, vermindert transport en CO<sub>2</sub>-uitstoot en draagt bij aan een sterke regionale economie. Tegelijkertijd groeit in Leiden de vraag naar voedsel met een duidelijke herkomst. Lokaal eten versterkt de identiteit van de stad en het vertrouwen in wat we eten.

### ***Waarom belangrijk voor Leiden?***

- Ondersteunt lokale boeren en voedselmakers en versterkt de regionale economie.
- Vermindert transport en CO<sub>2</sub>-uitstoot.
- Verhoogt vertrouwen in voedsel en versterkt de identiteit van de stad.
- Verbindt stad en ommeland, benut regionale kansen tussen Duin- en Bollenstreek, Groene Hart en kustzone.

### ***Kansen voor gemeentelijk beleid***

- Ruimte bestemmen voor stadslandbouw, voor de teelt van biologische groenten en fruit.
- Regionale samenwerking met Duin- en Bollenstreek, Groene Hart en kustzone.
- Ruimte creëren voor lokale makers en verwerkers, inclusief stedelijke productie-locaties.
- Steun voor volkstuinen, moestuinen en eetbaar groen in de openbare ruimte
- Faciliteren en promoten van Leidse markten, buurtwinkels en logistieke hubs voor korte ketens.
- Verbinden van lokale voedselinitiatieven met scholen, horeca en zorginstellingen.
- Communicatie en bewustwording over lokaal voedsel bij inwoners stimuleren.
- Ondersteunen van innovatieve samenwerking tussen stad en regio voor duurzame productie en distributie.
- Realiseren van extra watertappunten.
- En ook in beleid zoals inkoop- en evenementenbeleid.

HOOFDSTUK 3

# Hoe komen we tot een Integrale Leidse Voedselvisie?

## Leiden staat niet alleen voor deze opgave. Veel gemeenten werken aan een integrale Voedselvisie, wat kansen biedt om te leren van bestaande kennis, ervaringen en samenwerkingen.

De **Voedselraad Leiden** wil hierin een actieve rol spelen. Met dit document levert zij een eerste inhoudelijke aanzet en nodigt zij uit tot verdere samenwerking. Door lokale kennis te verbinden met inzichten van elders kan Leiden komen tot een Voedselvisie die lokaal passend is én aansluit bij bredere ambities, zoals de City Deal Gezonde en duurzame voedselomgeving, de implementatie van JOGG (Jongeren Op Gezond Gewicht) en de Sustainable Development Goals.

### Rol van de gemeente

De gemeente draagt bij aan de gezondheid van haar inwoners. Om een leefbare en toekomstbestendige stad en omgeving te creëren, moeten we de systeemtransitie omarmen. We kunnen niet blijven hangen in het stapsgewijs veranderingen doorvoeren en daarmee het effectief handhaven van de status quo. De gemeente heeft net als alle andere betrokken spelers haar eigen verantwoordelijkheid in deze systeemtransitie, namelijk:

- Erkennen dat voedsel meervoudige waarde heeft voor de stad (mens, milieu, maatschappij).
- Formuleren van een Integrale Leidse Voedselvisie met bijpassend voedselbeleid dat zich richt op consumptie en productie, met kwantificeerbare doelen en onderbouwd door onderzoek.
- Betrekken van inwoners en de Voedselraad bij beleidsontwikkeling (participatie).
- Bevorderen van samenwerking tussen gemeente, bedrijven, instellingen, maatschappelijke organisaties en lokale initiatieven.
- Verankeren van beleid binnen de gemeentelijke organisatie en politieke verantwoordelijkheid beleggen bij een Wethouder Voedsel.
- Instellen van een interdisciplinair voedselteam onder de Wethouder Voedsel.
- Monitoren van de voortgang om beleid bij te sturen en de doelen te realiseren.

### Rol van de Voedselraad Leiden

De Voedselraad Leiden speelt een rol als aanjager, verbinder en stem van de stad:

- Jaarlijkse actie-agenda opstellen en lokale initiatieven bundelen voor maximale impact.
- Themabijeenkomsten organiseren over gezonde voedselomgeving, educatie, duurzame productie en voeding.
- Extra aandacht voor bewoners in kansarme wijken, bijvoorbeeld via kookbijeenkomsten en buurthuizen.
- Publieksevenementen, workshops en proeverijen organiseren om gezond en duurzaam eten zichtbaar en tastbaar te maken.
- Deelnemen aan de Nationale Community of Practice van Voedselraden om kennis en ervaring uit te wisselen.
- Verstevigen van de basisstructuur van de Voedselraad, inclusief communicatie en netwerkopbouw.
- Periodiek overleg met de Wethouder Voedsel om beleid te actualiseren en bij te sturen, en adviezen te geven over maatregelen zoals prijsbeleid voor gezonde en duurzame voeding.

BIJLAGE

# 1 Voedselraad Leiden en haar ambassadeurs



Achternaam	Voornaam	Beroep	Functie
Abraham	Sunje	Maag-, darm-, leverarts Alrijne ziekenhuis	Ambassadeur
Faber	Freek	Adviseur mobiliteit	Lid Voedselraad
Hartman	Eva Anne	Diëtist MSc, Amsterdam UMC	Ambassadeur
Horstra	Nina	Klimaatburgemeester in Leiden	Ambassadeur
Huis	Joyce	Mastergraad bij ROC mboRijnland	Ambassadeur
Maljaars	Jeroen	Maag-, darm-, leverarts LUMC	Lid Voedselraad
Offermans	Miriam	Nationaal Voedselberaad, Voedselraad Den Haag	Ambassadeur
Pijl	Hanno	Internist-endocrinoloog LUMC	Ambassadeur
Seidell	Jaap	Professor emeritus Gezondheidswetenschappen	Ambassadeur
Soels	Peterlien	Klimaatburgemeester in Leiden	Lid Voedselraad
Stolker	Désirée	Adviseur gezonde leefomgeving GGD Hollands Midden	Ambassadeur
van Baaren	Yvonne	Leefstijlcoach - product ontwikkeling - medeoprichter Groen Gezond Gelukkig	Lid Voedselraad
van der Ploeg	Siebrand	Bestuurslid Stichting Leiden Oogst	Ambassadeur
van Loghem	Fleur	GGD GHOR Nederland	Lid Voedselraad
van Schaik	Martine	Gemeenteraadslid Leiden voor PvdD	Ambassadeur
Verhoef	Elles	Oprichter van SparkRebels	Lid Voedselraad
Verolme	Ilja	Afdelingsleider en docent Stedelijk Gymnasium	Ambassadeur
Zwartjes	Jessica	Oprichter en tuinder van Stadstuinderij Het Zoete Land, voedsel- en natuureducatie	Ambassadeur

BIJLAGE

# 2 Lekkere, gezonde en duurzame voedselinitiatieven in Leiden

# Het Zoete Land

## STADSTUINDERIJ

Leiden kent een rijk palet aan initiatieven waarin inwoners, maatschappelijke organisaties, ondernemers en kennisinstellingen laten zien dat lekker, gezond en duurzaam eten geen toekomstmuziek is, maar dagelijkse praktijk. Deze initiatieven vormen samen het levende bewijs dat een andere voedselomgeving mogelijk is. Ze sluiten direct aan bij de uitgangspunten van de Leidse SLEUTEL en laten zien waar kansen liggen om bestaand beleid te versterken en te verbinden.

*Deze bijlage geeft een niet-uitputtend overzicht van bestaande Leidse initiatieven, gegroepeerd langs thema's die aansluiten bij de integrale Voedselvisie.*

## Samen eten en voedselzekerheid

In Leiden bestaan diverse initiatieven die zich inzetten voor voedselzekerheid én sociale verbinding. Zij maken voedsel toegankelijk voor inwoners die het financieel of sociaal moeilijk hebben en versterken tegelijkertijd het sociale weefsel van de stad.

**Voedselbank Leiden** ondersteunt momenteel wekelijks circa 520 huishoudens (1.450 'monden') met levensmiddelen (aantallen variabel). Naast het bestrijden van voedselarmoede draagt de Voedselbank bij aan het verminderen van voedselverspilling door samen te werken met supermarkten, producenten en distributeurs.

**BuurtBuik Leiden** organiseert iedere zondag gezamenlijke lunches voor buurtbewoners. Met gered voedsel van lokale supermarkten en winkels worden gezonde driegangenmaaltijden bereid en geserveerd door vrijwilligers. De lunches bieden niet alleen voeding, maar ook ontmoeting, structuur en waardigheid.

**Soepgoed Leiden** verwerkt overtollige groenten van de markt tot voedzame maaltijden. In samenwerking met culturele ontmoetingsplek De Wibar verandert deze locatie wekelijks in een laagdrempelig buurtrestaurant, waar samen eten centraal staat. In verschillende buurthuizen van Inluzio Leiden worden gezamenlijke eetmomenten georganiseerd. Vrijwilligers bereiden maaltijden voor en met buurtbewoners, wat bijdraagt aan sociale cohesie, het tegengaan van eenzaamheid en het delen van kennis over koken en gezond eten.

## Lekker en gezond eten

Gezond eten wordt in Leiden steeds vaker gecombineerd met smaak, beleving en toegankelijkheid. Zowel in zorginstellingen, onderwijs als in de openbare ruimte ontstaan initiatieven die laten zien dat gezond eten aantrekkelijk kan zijn.

In zorginstellingen zoals het **LUMC** en het **Alrijne Ziekenhuis** is de afgelopen jaren ingezet op een meer plantaardig en duurzaam voedingsaanbod voor patiënten, bezoekers en medewerkers. Dit sluit aan bij landelijke richtlijnen voor gezonde voeding en bij de ambitie om de zorg te verduurzamen.

Op basisscholen lopen verschillende initiatieven rond **gezonde schoollunches, ontbijtprogramma's en voedingseducatie**. Hoewel deze programma's nog niet overal structureel zijn ingebed, laten pilots zien dat gezonde voeding bijdraagt aan concentratie, welzijn en gelijke kansen voor kinderen.

**Naturalis** vervult met zijn publiekscatering een duidelijke voorbeeldrol als grote publieke instelling. Door in het museumrestaurant te kiezen voor een overwegend plantaardig aanbod, seizoensproducten en aandacht voor biodiversiteit laat Naturalis zien hoe voedselkeuzes kunnen aansluiten bij maatschappelijke en educatieve doelen. Daarmee maakt Naturalis voor een breed en divers publiek zichtbaar dat gezond en duurzaam eten de norm kan zijn binnen grote organisaties.

## Eerlijk en lokaal eten

Leiden kent een groeiend aanbod van winkels, horeca en producenten die kiezen voor eerlijke, lokale en duurzame producten.

**Zelfoogsttuin Het Zoete Land** is een concreet voorbeeld van betrokkenheid van inwoners bij hun eigen voedselproductie: deelnemers oogsten gedurende het seizoen zelf hun groenten en leren zo over seizoensritme, biodiversiteit en duurzame landbouw.

In de directe regio ligt ook **Zelfoogsttuin Bij Mei** (Zoeterwoude), waar inwoners uit Leiden en omgeving via een oogstaandeel toegang hebben tot lokaal geteelde, biologische groenten. Deze initiatieven verkorten de afstand tussen boer en bord en vergroten bewustwording over duurzame voedselproductie.

**Oogst Leiden (Hogewoerd)** verkoopt streekproducten van regeneratieve boeren en ambachtelijke makers. De focus ligt op eerlijke prijzen voor producenten, biodiversiteit, gezonde bodems en minimale inzet van kunstmest en bestrijdingsmiddelen. Daarmee draagt Oogst bij aan zowel ecologische als economische veerkracht.

Biologische supermarkten zoals **Ekoplaza, Zaailing, De Helianth** en **Odin**, en horecaken zoals **LAB071** en **Anne & Max**, bieden een assortiment met veel plantaardige, biologische en lokale opties. Ook reguliere supermarkten formuleren steeds vaker doelstellingen voor een verschuiving naar meer plantaardige eiwitten.

De **gemeente Leiden** heeft haar eigen inkoop- en cateringbeleid aangepast en zet stappen richting meer plantaardig, eerlijk en duurzaam voedsel voor medewerkers en bij gemeentelijke bijeenkomsten. Hiermee vervult de gemeente een voorbeeldrol richting andere organisaties en bedrijven.

**Kievitamines** (Katwijk) levert biologische groente- en fruitpakketten in de regio Leiden en versterkt daarmee de verbinding tussen consumenten en biologische telers uit de omgeving. Door abonnementsvormen en directe levering aan huis wordt lokaal en seizoensgebonden eten laagdrempelig gemaakt.

Aan de voedselzekerheid draagt ook **Groentepark Bontekoe** bij: hier worden op duurzame wijze groenten geteeld die rechtstreeks ten goede komen aan de Voedselbank. Dit initiatief verbindt lokale teelt aan sociale ondersteuning en laat zien hoe korte ketens en armoedebestrijding hand in hand kunnen gaan.

## Educatie over eten

Leiden beschikt over een sterke kennisbasis en een breed scala aan initiatieven op het gebied van voedsel educatie.

Op **stadstuinderij Het Zoete Land** worden rondleidingen en educatieve activiteiten georganiseerd voor scholen, studenten en inwoners. Bezoekers leren hier waar voedsel vandaan komt en hoe lokale, duurzame productie eruit ziet.

Er worden in de stad regelmatig **workshops duurzaam en plantaardig koken** georganiseerd, gericht op verschillende doelgroepen, van studenten tot gezinnen.

**Schooltuinen** spelen een belangrijke rol in voedsel educatie: kinderen leren zaaien, verzorgen en oogsten en ontwikkelen zo praktische vaardigheden en waardering voor voedsel. Het Marecollege is een middelbare school met een moestuin op het schoolplein en een kooklokaal. Leerlingen leren groente telen en maaltijden en gezonde hapjes bereiden met eigen oogst.

**Stichting Technotrend** organiseert samen met onderwijsinstellingen praktijkdagen rond duurzame en gezonde voeding, onder andere bij The Field in Leiden. Studenten van koks-, bakkers- en horecaopleidingen volgen workshops waarin gezondheid, duurzaamheid en vakmanschap samenkomen.

## Innovatie en voedseltechnologie

Leiden speelt een zichtbare rol in voedselinnovatie, mede dankzij de kennisinfrastructuur van het Leiden Bio Science Park.

Op het **Leiden Bio Science Park** werkt **Nourish Ingredients** aan diervrije vetten via precisiefermentatie, bedoeld om plantaardige en hybride voedingsmiddelen smaakvoller en aantrekkelijker te maken.

Tot voor kort was ook **Meatable** actief in Leiden met de ontwikkeling van kweekvlees. Hoewel dit bedrijf inmiddels is gestopt, blijft Nederland internationaal toonaangevend op het gebied van cellulaire landbouw en voedseltechnologie. Leiden kan, in samenhang met Wageningen en andere kennisclusters, blijven bijdragen aan deze ontwikkeling.

## Slot

De hierboven beschreven initiatieven laten zien dat Leiden al over veel bouwstenen beschikt voor een gezonde, eerlijke en duurzame voedselomgeving. Een integrale Leidse Voedselvisie kan deze initiatieven versterken, verbinden en opschalen, zodat zij niet afhankelijk blijven van losse projecten of vrijwilligers, maar structureel bijdragen aan gezondheid, sociale cohesie en duurzaamheid in de stad.



## Colofon

Deze Voedselvisie is tot stand gekomen dankzij een mooie samenwerking met Sunje Abraham, onze ambassadeurs en leden van de Voedselraad Leiden. Informatie in deze uitgave mag uitsluitend worden gebruikt in overleg met de Voedselraad Leiden.

**Contact:** [Voedselraadleiden@outlook.com](mailto:Voedselraadleiden@outlook.com)

**Meer informatie op** [Voedselraadleiden.nl](http://Voedselraadleiden.nl)

Grafische vormgeving: [studiozeevonk.nl](http://studiozeevonk.nl)

Fotografie: [studiozeevonk.nl](http://studiozeevonk.nl), Shutterstock, Pixabay

