

Versnellingsagenda nieuwe eiwitten

Hans Dagevos en Marleen C. Onwezen

De realisatie van een andere balans in de verhouding tussen dierlijke en plantaardige eiwitten in het Nederlandse dieet betekent een aanzienlijke verandering in het doorsnee eetpatroon van de Nederlandse bevolking. Het meerjarige onderzoeksproject 'Versnellingsagenda nieuwe eiwitten' richt zich op het aandragen van praktische mogelijkheden en wetenschappelijke inzichten die kunnen bijdragen aan de (versnelde) realisatie van de in 2022 neergelegde beleidsdoelstelling naar een ombuiging in de verhouding tussen dierlijke en plantaardige eiwitconsumptie naar 50:50 in 2030.

Project Versnellingsagenda

Om beleid te ondersteunen zijn vanuit het onderzoeksproject Versnellingsagenda diverse thema's aangedragen om verder te verkennen. In samenspraak met het ministerie van LVVN zijn de volgende drie thema's geselecteerd:

Gedragsinterventies

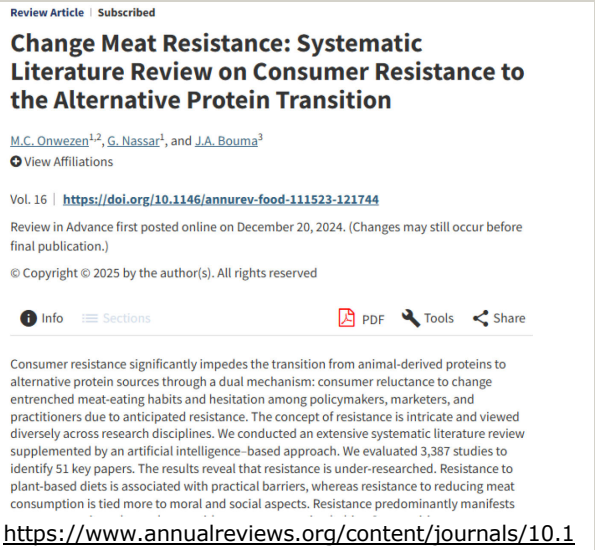
Geleidelijke gedragsverandering

Weerstand

Het onderzoek op deze thema's in 2023 en 2024 heeft tot meerdere wetenschappelijke publicaties geleid. Elk van de drie thema's heeft een factsheet als eindproduct van het gedane beleidsondersteunende onderzoek. Deze factsheets zijn in belangrijke mate gebaseerd op de gepubliceerde wetenschappelijke artikelen (tabel 1). Aan de factsheets over respectievelijk gedragsinterventies en geleidelijke gedragsverandering liggen elk twee wetenschappelijke publicaties ten grondslag. Een wetenschappelijke overzichtsstudie ligt aan de basis van de derde factsheet over het thema weerstand.

Tabel 1 *Gepubliceerde wetenschappelijke artikelen*

Thema Gedragsinterventies **Factsheet Beleidsopties voor gedragsinterventies om de eiwittransitie te versnellen**	H. Dagevos en M.C. Onwezen (2025). 'Toward consumer-oriented food policies: A toolbox for encouraging the protein transition'. *Sustainability: Science, Practice and Policy*, *21*, 2454060.	 https://doi.org/10.1080/15487733.2025.2454060
	M.C. Onwezen en H. Dagevos (2024). 'A meta-review of consumer behaviour studies on meat reduction and alternative protein acceptance'. *Food Quality and Preference*, *114*, 105067.	 https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2023.105067

Thema Geleidelijke gedragsverandering **Factsheet Geleidelijke gedragsverandering: kansen en knelpunten voor vleesminderen**	M.C.D. Verain, M.J. Reinders, E.P. Bouwman en H. Dagevos (2024). 'Gradual behaviour change towards meat reduction revisited: Applying the decisional balance scale in a Dutch study'. *Appetite*, *203*, 107712.	 https://doi.org/10.1016/j.appet.2024.107712
	H. Dagevos en M.C.D. Verain (2024). 'Flexitarian foods: Do plant-based meat analogs facilitate flexitarian diets?' In: G.A. Ravishankar, et al. (eds.) *Handbook of Plant-Based Meat Analogs: Innovation, Technology and Quality*, Cambridge (MA): Academic Press, 417-433.	 https://doi.org/10.1016/B978-0-443-21846-0.00004-6
Thema Weerstand **Factsheet Weerstand en eiwittransitie: een verkenning**	M.C. Onwezen, G. Nassar en J.A. Bouma (2024). 'Change meat resistance: Systematic literature review on consumer resistance to the alternative protein transition'. *Annual Review of Food Science and Technology*, *16*, 6.1–6.20.	 https://www.annualreviews.org/content/journals/10.1146/annurev-food-111523-121744

Relevantie Versnellingsagenda

Het onderzoek dat in het kader van de Versnellingsagenda nieuwe eiwitten is uitgevoerd, heeft stevig bijgedragen aan de versterking van de kennisbasis. Uitgebreide literatuurstudies en empirische onderzoeken hebben geleid tot nieuwe wetenschappelijke inzichten, literatuuroverzichten die de wetenschappelijke stand van zaken opmaken over vleesreductie en consumentenacceptatie van nieuwe eiwitten, en tot aanbevelingen voor beleid. Behalve de vijf studies die hierboven vermeld zijn, heeft het onderzoek indirect bijgedragen aan de realisatie van verwante output.[1] De belangstelling vanuit media, maatschappelijke organisaties of professionele stakeholders voor het onderzoek heeft bijgedragen aan het geven van aandacht aan consumentenonderzoek naar nieuwe eiwitten.

Het project Versnellingsagenda wordt afgerond met de drie genoemde factsheets. De factsheets wijzen erop dat de beoogde verandering in de consumptie van dierlijke en plantaardige eiwitten de komende jaren niet vanzelf zal plaatsvinden. Er is gezocht naar mogelijkheden en barrières die de verhouding tussen dierlijk en plantaardig eten beïnvloeden en naar handvatten voor beleid om de eiwittransitie te versnellen. Zo passeren diverse mogelijkheden om beleidsmatig te interveniëren ten gunste van de eiwittransitie de revue. Er wordt onder meer aangevoerd dat ook beleidsopties die bepaalde consumentenkeuzes indammen tot het beleidsrepertoire behoren (factsheet Gedragsinterventies). Er wordt aangegeven dat de vleesgerichte eetcultuur een centrale rol speelt in hoe consumenten aankijken tegen het eten van (minder) vlees en welke veranderingsstrategieën ten aanzien van hun vleesconsumptiegedrag ze al dan niet bereid zijn te hanteren (factsheet Geleidelijke gedragsverandering). Aan de orde komt eveneens dat weerstand vaak – niet in het minst in de wereld van politiek en beleid – als een reden wordt beschouwd om voorzichtig of niet in te zetten op verandering. Maar weerstand is minder 'absoluut' dan het lijkt: vaak komt deze voor onder een specifieke doelgroep, neemt af na verloop van tijd of kan beleidsmatig worden verminderd (factsheet Weerstand).

Noot

[1] In dit verband is te verwijzen naar: M. Verain en H. Dagevos (2023). 'Opschuiven naar een meer plantaardig eetpatroon'. *Voeding Nu*, *25*, 12-15; G. Andreani, G. Sogari, A. Marti, F. Froldi, H. Dagevos en D. Martini (2023). 'Plant-based meat alternatives: Technological, nutritional, environmental, market, and social challenges and opportunities'. *Nutrients*, *15*, 452; H. Dagevos en M.C. Onwezen (2023). 'Eiwitbalans'. In: P. Berkhout, H. Vermeulen en P. Ramaekers (eds.) *Staat van landbouw, natuur en voedsel, 2023*. Wageningen: Wageningen Economic Research, 103-105; M.C.D. Verain, H. Adema en H. Dagevos (2023). 'Eerste Nederlandse gebiedspilot: Naar meer plantaardige eiwitconsumptie in Altena'. *Voeding Nu*, *25*, 12-14; H. Dagevos en W. Verbeke (2023). 'Vlees eten en vleesminderen in de Lage Landen: Een consumptiesociologische bijdrage'. *Tijdschrift Sociologie*, *4*, 210-235; H. Dagevos, D. Taufik, M.J. Reinders, R. Rood en E.P. Bouwman (2024). 'The power of behavioural nudges tailored to plant-based dishes when eating out'. In: G. Bartella en C. Santini (eds.) *Plant-based food consumption: Products, consumers and strategies*. Cambridge (MA): Woodhead Publishing, 297-316; G. Andreani, M. Banovic, H. Dagevos en G. Sogari (2024). 'Consumer perceptions and market analysis of plant-based foods: A global perspective'. In: F. Boukid, C.M. Rosell en N. Gasparre (eds.) *Handbook of plant-based food and drinks design*. London: Academic Press, 393-408; M.J. Reinders, E.P. Bouwman en M.C. Onwezen (2024). 'Reducing meat consumption in restaurants: Exploring the default mechanism in a surprise menu, combined with effort and price incentives'. *Journal of Environmental Psychology*, *98*, 102402.

Meer informatie
Hans Dagevos | Marleen Onwezen
hans.dagevos@wur.nl | marleen.onwezen@wur.nl
www.wur.nl/social-and-economic-research

2025-065



Beleidsopties voor gedragsinterventies om de eiwittransitie te versnellen

Hans Dagevos en Marleen C. Onwezen

De realisatie van een andere balans in de verhouding tussen dierlijke en plantaardige eiwitten die worden geconsumeerd, betekent een aanzienlijke verandering in het gemiddelde eetpatroon van de Nederlandse bevolking, een verandering die vraagt om gerichte gedragsinterventies en beleidsinstrumenten. Deze factsheet verkent mogelijke beleidsopties op basis van wetenschappelijke bevindingen.[1]

Achtergrond

Vanuit gezondheids- en duurzaamheidsperspectief is een verschuiving naar meer plantaardige eiwitten en minder dierlijke eiwitten in het voedingspatroon nodig.[2] Zo'n verschuiving is in lijn met het Klimaatakkoord,[3] voedingsadviezen van de Schijf van Vijf en de Gezondheidsraad. Laatstgenoemde trok in december 2023[4] de conclusie dat met verschuivingen in het voedingspatroon naar een 50:50-verhouding in dierlijke en plantaardige eiwitten en verder naar een dieet met een 40:60-verhouding zowel gezondheidswinst als milieuwinst is te boeken ten opzichte van het nu gangbare voedingspatroon.[5] Hiermee sluit de Gezondheidsraad aan bij tal van wetenschappelijke studies die naar voren brengen dat een minder dierlijk en meer plantaardig voedingspatroon beter is voor de eigen gezondheid en bijdraagt aan het dichterbij brengen van afgesproken klimaatdoelen.

De drie Voedselconsumptiepeilingen die sinds 2007 zijn gedaan leren dat de verhouding tussen dierlijke en plantaardige eiwitconsumptie slechts langzaam opschuift in de meer plantaardige richting, waarbij de consumptie van dierlijke eiwitten dominant blijft. Met een 57:43-verhouding in de consumptie van dierlijke en plantaardige eiwitten in het gemiddelde Nederlandse eetpatroon, staat de huidige praktijk nog ver af van de half-om-half eiwitdoelstelling.[6] Dit laatste vindt bevestiging in de Eiwitmonitor 2023 en die van 2024.[7] Veranderingen in het eetpatroon gaan langzaam en vragen om ondersteunende initiatieven. Dit geldt ook voor de realisatie van een 50:50-verhouding in de consumptie van dierlijke en plantaardige eiwitten in 2030, zoals het rijksbeleid beoogt.[8]

Raamwerk

In de wetenschap wordt verandering in voedselconsumptie naar een minder dierlijk en meer plantaardig eetpatroon vaak gekoppeld aan de ontwikkeling van een duurzamer en gezonder voedselsysteem. Een meer plantaardig dieet behoort tot de meest impactvolle bijdragen die hieraan op individueel niveau zijn te leveren. Maar een dergelijke gedragsverandering gaat niet vanzelf. Beleid staat in principe een mix van zowel 'zachte' als 'harde' instrumenten ter beschikking om gedragskeuzes te beïnvloeden. De Nuffield-interventieladder[9] biedt in deze context een mooi raamwerk, want deze richt zich op gedragskeuzes én presenteert een variatie aan opties die openstaan voor beleid.



Figuur 1 *Nuffield-interventieladder*

Langs de ladder: zoeken naar beleidsopties

Als de Nuffield-interventieladder van beneden naar boven wordt gevolgd, komen we langs specifieke beleidsmaatregelen die zijn te treffen om de balans naar een minder dierlijk, meer plantaardig eetpatroon te helpen verschuiven (zie kolom Beschrijving in tabel 1). De beschreven beleidsopties zijn geïnspireerd door bestaande literatuur. Per onderscheiden sport van de interventieladder wordt in de Reflectie-kolom van tabel 1 aangegeven wat de huidige stand van onderzoek op het thema is en relevante aspecten voor de overheid om rekening mee te houden bij het maken van vervolgkeuzes.

Voordat in tabel 1 de interventieladder wordt beklommen, bevindt zich aan de voet van de ladder de optie om bewust geen werk te maken van een onderwerp. Deze beleidskeuze heeft op zichzelf geen intentie het eetpatroon naar minder dierlijk, meer plantaardig te verschuiven of te versnellen. Toch is het relevant even onder aan de ladder stil te staan om hier te noemen dat er nergens ter wereld officieel overheidsbeleid wordt gevoerd dat expliciet gericht is op het verminderen van vleesconsumptie.[1]

De situatie monitoren bevindt zich eveneens onder aan de interventieladder. Wat monitoren betreft, bestaat de zojuist genoemde voedselconsumptiepeiling al langer. Meer recent en meer specifiek gericht op eiwitten, zijn de Eiwitmonitor en de Eiweet monitor[10] ontwikkeld. Beide vullen elkaar aan omdat de Eiwitmonitor zich richt op eiwitconsumptie in combinatie met het aanbod van dierlijke en plantaardige eiwitproducten, terwijl de Eiweet monitor zich juist concentreert op de verkoop van dierlijke en plantaardige eiwitproducten. Dat monitoren zich onder aan de interventieladder bevindt, betekent allerminst dat monitoring onbelangrijk is. Integendeel, de eerste Eiwitmonitor geeft beleid inzicht in de

stand van zaken. Volgende edities van de Eiwitmonitor zullen zicht geven op vooruitgang, kansen en belemmeringen van de eiwittransitie. Op zijn beurt biedt de Eiweet monitor supermarkten houvast bij hun inzet om de verhouding in de verkoop van dierlijke en plantaardige eiwitten te veranderen.

Met het beklimmen van de interventieladder passeren concrete vraaggerichte beleidsmaatregelen de revue. Tabel 1 bevat mogelijkheden om invulling te geven aan beleidsinterventies gericht op gedragsverandering in de beoogde richting van minder dierlijke en meer plantaardige voedingskeuzes.

Tabel 1 *Interventieladder met specifieke beschrijvingen en reflecties voor de eiwittransitie*

	Beschrijving	**Reflectie**[11]
1 - Informatie verschaffen 	Voorbeelden beleidsmaatregelen voor bewustwording • **Consumenteninformatie op producten**: Voorzie consumenten van productinformatie door middel van voedseletikettering (op de voorkant van de verpakking) over het aandeel plantaardige en dierlijke ingrediënten en/of eiwitten in samengestelde producten, kant-en-klaarmaaltijden en verspakketten. • **Consumentbewustzijn verhogen**: Voer publieke informatiecampagnes via massamedia en sociale marketing om consumenten te informeren over duurzaamheid, gezondheid en dierenwelzijn, en om kennis te vergroten over de impact van voedingskeuzes, in het bijzonder over de impact van een hoge consumptie dierlijke eiwitten. • **Educatieprogramma's verbeteren en implementeren**: Ontwikkel educatieprogramma's over de (langetermijn)voordelen van het overstappen naar duurzame diëten in combinatie met de eiwittransitie en/of geef duidelijkheid door middel van nationale voedingsrichtlijnen die een duidelijke maximuminname van vlees bevatten – mogelijk onderverdeeld in het stellen van een maximum consumptiedoel voor rood, wit en bewerkt vlees.	• Informatievoorziening en educatie behoren tot de meest gangbare en minst controversiële beleidsopties voor gedragsinterventie. Onderzoek wijst over het algemeen uit dat informatie weliswaar een noodzakelijke voorwaarde is voor gedragsverandering maar op zichzelf betrekkelijk ineffectief is om voor daadwerkelijke gedragsverandering te zorgen. Ruwweg zijn beleidsmaatregelen die in de politiek en het beleid het minst omstreden zijn ook het minst effectief.[12] Kortweg, wat beleidsmatig haalbaar (onhaalbaar) is, heeft relatief weinig (veel) impact. Als het om maatschappelijke acceptatie van beleidsinterventies gaat, is een soortgelijk omgekeerd evenredig verband aan te wijzen: beleidsmaatregelen die lager op de interventieladder staan – en minder ingrijpend en impactvol zijn – genieten veelal meer maatschappelijke acceptatie. Kortom, hoe 'dwingender' de gedragsinterventie, des te geringer het draagvlak.[13] Aan het laatstgenoemde zal verderop in deze tabel worden toegevoegd dat er nog veel vervolgonderzoek is te doen op het vlak van draagvlak voor beleidsinterventies.
	Voorbeelden beleidsmaatregelen nieuwe standaard • **Duidelijke richting geven**: bied inspiratie en begeleiding bij verschillende strategieën ('vervangen, verschuiven, vermijden') om de inname van dierlijke eiwitten te verminderen ter ondersteuning van geïnformeerde keuzes om over te gaan van vleesrijke naar plantaardige diëten die passen bij verschillende segmenten (vleesliefhebbers, flexitariërs, vegetariërs). • **Flexitarisme promoten**: Benadruk de voordelen van flexitarisme in termen van duurzame waarden en andere voor consumenten relevante waarden (bijvoorbeeld smaak, gezondheid, gemak, variatie). • **Communiceer consistent het nieuwe normaal**: Wees open en transparant en zorg voor een consistent en aantrekkelijk narratief over minder vlees eten als het nieuwe normaal.	• Alhoewel het onderzoek nog in de kinderschoenen staat, lijkt er veel potentie te zijn voor het zetten van een nieuwe standaard.[14] De rijksoverheid kan een belangrijke signaalfunctie vervullen voor zowel stakeholders als burgers wanneer ze eenduidig communiceert dat verschuiving in de eiwitbalans een serieus genomen thema is waarop ook een ambitieuze beleidsdoelstelling is geformuleerd.

	• **Bestaande maaltijdvormen 'plantificeren'**: Moedig het Voedingscentrum, supermarkten, influencers en dergelijke aan recepten aan te bieden voor flexitarische (bijvoorbeeld verminderde hoeveelheid vlees) en plantaardige maaltijden en gerechten, en om informatie te geven om de kookvaardigheden en het vertrouwen van consumenten te verbeteren bij het bereiden van plantaardige of vleesarme gerechten en maaltijden.	
2 - Keuzes faciliteren/sturen 	Voorbeelden van beleidsmaatregelen voor bereikbaarheid • **Regels en richtlijnen voor aanbod van voedsel**: Stel regels, richtlijnen, protocollen of vrijwillige overeenkomsten op om het aanbod te veranderen en de retail en horecasector aan te moedigen om consumentenkeuzes te beïnvloeden. Bijvoorbeeld door de standaardoptie op restaurantmenu's te veranderen van een vleesoptie naar een plantaardige optie, of door de positionering van producten: verhoog de zichtbaarheid van plantaardige alternatieven, vleesarme of 'hybride' opties (dat wil zeggen vleesinhoud wordt verminderd door plantaardige ingrediënten toe te voegen) op het menu of in de supermarkt. • **Retailers en restaurants aanmoedigen**: Spoor retailers en restauranthouders/cateraars aan om informatie te verstrekken over het gedrag van andere klanten of restaurantbezoekers die flexitarische of vegetarische keuzes maken (dynamische sociale norm). Voorzie retailers en restaurants/cateraars die zich committeren aan ambitieuze eiwittransitiedoelstellingen van (morele, organisatorische dan wel intellectuele) support om stappen te zetten in het verschuiven van het dierlijke-plantaardige productaanbod. • **Nudging toepassen**: Daag retailers en restauranthouders/cateraars uit om onopvallende nudging toe te passen door de vleesportiegrootte in een verpakking of gerecht te verminderen en/of dierlijke ingrediënten in recepten te vervangen door plantaardige ingrediënten (dat wil zeggen 'hybride' vleesalternatieven).	• Terwijl hierboven de overheid een belangrijke initiatiefnemer en uitvoerder is van genoemde maatregelen, is dezelfde overheid niet primair zelf aan zet als het gaat om de hier genoemde voorbeelden. Andere stakeholders zijn eerstverantwoordelijk maar van overheidswege is die verantwoordelijkheid aan te wakkeren. • Een 'duwende' rol kan de overheid vervullen door te faciliteren, (moreel) te stimuleren of kaders te scheppen voor relevante stakeholders 'stroomafwaarts' in de voedselketen. Er zijn nog geen onderzoeken die aangeven welke specifieke stakeholders het meest effectief zijn (in vergelijking met andere) in het veranderen van voedselconsumptiegedrag in de bedoelde richting. Wel zijn er aanwijzingen dat een integrale aanpak (meerdere partijen meenemen) belangrijk is en dat de overheid hierin een actor van betekenis is.[15] • De overheid kan hier ook helpen door onderzoek en experimenten mogelijk te maken die supermarkten, detailhandel en foodservicesector inzichten biedt in (neven)effecten van de introductie van productinnovaties of het implementeren van bepaalde veranderingsstrategieën.
3 - Keuzes sturen met positieve/negatieve prijsprikkels  	Voorbeelden van beleidsmaatregelen voor betaalbaarheid • **Prijsbeleid uitvoeren**: Ontmoedig de consumptie van dierlijke voedingsmiddelen en stimuleer de plantaardige keuze door de prijs van vlees of dierlijke eiwitbronnen te verhogen (bijvoorbeeld een vleestaks), of verlaag de prijs van plantaardige eiwitvoedingsmiddelen (bijvoorbeeld verlaag de btw op plantaardige voedingsmiddelen), en/of verander de relatieve prijzen van dierlijke eiwitproducten en plantaardige eiwitvoedingsmiddelen (bijvoorbeeld stop met prijsacties voor vlees) om de consumptie van plantaardige voedingsmiddelen te stimuleren.	• Een combinatie van verschillende gedragsinterventies (bijvoorbeeld informatie over consequenties van vleesconsumptie in combinatie met bereidingstips, prijsverschillen tussen en/of andere samenstelling of positionering van het plantaardige aanbod) heeft grotere kansen op beoogde gedragseffecten dan enkelvoudige (en eenmalige) interventies.[16] • Hoe hoger op de interventieladder, des te minder praktijkvoorbeelden én wetenschappelijke studies er zijn, waardoor er minder empirisch onderbouwde kennis is over

	• **True pricing**: Pas true pricing toe door middel van het doorberekenen van de echte prijs in winkelprijzen, waardoor de kosten voor de planeet en de gezondheid van mensen worden meegenomen. Voedingsmiddelen met hogere sociale en ecologische kosten, zoals vlees, worden daardoor duurder en voedingsmiddelen met lagere echte kosten, bijvoorbeeld onbewerkte plantaardige producten als peulvruchten en bonen, worden (relatief) goedkoper. • **Promotie van dierlijke producten beperken**: Beperk of ontmoedig de promotie van dierlijke producten door bijvoorbeeld verplichte advertentieregulering of marketingbeperkingen op lage prijzen van vleesproducten of 2-voor-1 promotieaanbiedingen.	(on)bedoelde impact of indirecte effecten van meer verstrekkende gedragsinterventies die meer 'dwang en drang' in zich hebben (vleestaks, rantsoenering en dergelijke).[17] • Bewijslast voor de effectiviteit en impact van gedragsinterventies (vooral voorbij informeren en keuzes faciliteren) is er niet of slechts in bescheiden mate en niet eenduidig, zeker op langere termijn en/of op populatieniveau. Binnen onderzoekspopulaties worden er wel verschillen gevonden tussen ontvankelijkheid voor bepaalde (prijs)interventies, waarbij groepen zich niet alleen laten onderscheiden door sociaal-demografische kenmerken (man/vrouw, jong/oud, etc.), maar ook verschillend kunnen reageren afhankelijk van tot welke dieetgroep (omnivoor, flexitariër, vegetariër) ze behoren.[18] • Kleinschaligere studies (zoals labstudies en zelfgerapporteerde tests) laten zien dat prijsinterventies effect kunnen hebben, de verschillen in prijzen moeten wel aanzienlijk zijn (bijvoorbeeld >20%). Daarnaast is het belangrijk om gecombineerde interventies en verschillen tussen groepen - zoals hierboven al genoemd - mee te nemen.[19]
4 - Keuzes beperken/elimineren  	Voorbeelden van beleidsmaatregelen voor beschikbaarheid • **Aanbod van dierlijke voedingsmiddelen beperken**: Beperk, of sluit de levering en/of verkoop van bepaalde dierlijke voedingsmiddelen uit (bijvoorbeeld ultrabewerkte rood vleesproducten) door expliciete verhoudingen in dierlijke en plantaardige producten die supermarkten en restaurants moeten volgen. • **Keuzerijkdom beperken**: Beperk en verminder de hoeveelheid en/of soorten vleesproducten die beschikbaar zijn voor consumentenaankoop door middel van een vleesverbod of een vleesrantsoeneringssysteem, bijvoorbeeld via een persoonlijk CO_2-budget ('koolstofrantsoeneringsbeleid'). • **Beperkingen op dierlijke voedingsmiddelen in overheidsinkoop**: Stel paal en perk aan dierlijke voedingsmiddelen in overheidsinkoop in het algemeen (een maximumpercentage voor dierlijk eiwitaanbod en een minimumpercentage voor plantaardig eiwitaanbod) en meer specifiek: breid de vleesloze productalternatieven uit om plantaardige voedselopties te faciliteren en stimuleren (zowel op 'speciale' vegetarische dagen als op 'gewone' dagen) in de eetgelegenheden van overheidsgebouwen en openbare voorzieningen (kantoren, kazernes, gevangenissen en dergelijke).	• Over praktische bezwaren (consumentenacceptatie) en juridische aspecten (uitvoerbaarheid van met name 'harde' beleidsinterventies gegeven bestaande wet- en regelgeving) is nog veel onbekend respectievelijk niet onderzocht.[20]

Beleidsprioriteiten aanwijzen

In bovenstaande tabel onderscheidden we vier sporten van de interventieladder: informatie verschaffen, keuzes faciliteren, keuzes sturen via prijsprikkels en keuzes beperken. Voor elk van deze vier wijzen we tot slot van deze factsheet een beleidsprioriteit aan. Op basis van de opgedane kennis van de relevante wetenschappelijke literatuur hebben we beleidsprioriteiten met potentieel geselecteerd die voorbij de stand van zaken gaan maar tegelijkertijd als niet onhaalbaar ver van de beleidspraktijk worden ingeschat.

- **Focus op flexitarisme**
  Passend bij de eerstgenoemde sport van de ladder (informatie verschaffen) halen we het onderdeel naar voren dat van overheidswege op geloofwaardige, consistente én continue wijze gecommuniceerd wordt dat flexitarisme de standaard is. Draag dit volmondig en overtuigend uit in beleid, waarborg de consistentie met andere beleidsdossiers (binnen en buiten LVVN) en benut hier ook de expertise en het bereik onder het Nederlandse publiek van het Voedingscentrum. Ontwikkel een positief verhaal rondom flexitarisch eten, waarin naast de nadruk op meer plantaardig en de aantrekkelijkheid van plantaardige alternatieven voor dierlijke eiwitproducten ook ruimte is voor de voordelen van minder dierlijk. Belangrijk is een verhaal te ontwikkelen dat zowel aansprekend is voor consumenten die aan het begin van een ‘minder dierlijk, meer plantaardig’-eetpatroon staan als waarin consumenten zich gesteund voelen die al verder gevorderd zijn in de ‘plantificering’ van hun dieet. Een tot de verbeelding sprekende omschrijving van flexitarisme die minder breed interpretabel is dan momenteel het geval is, kan ook behulpzaam zijn voor de identificatie van mensen met flexitarisme. Een herkenbaar en inspirerend verhaal heeft de bedoeling een nieuwe standaard uit te dragen met positieve associaties.

- **Steun stakeholders**
  Kijkend naar de tweede sport van de interventieladder (keuzes sturen) wijzen we op het belang van het neerzetten van een nieuwe standaard in de voedselomgeving die in lijn is met verschuiving van de eiwitbalans in de meer plantaardige richting. Helpend hier is het geven van beleidsondersteuning aan die supermarktketens, bedrijfscateraars en horecaondernemers die zich committeren aan ambitieuze eiwittransitiedoelstellingen en stappen proberen te maken in het verschuiven van het dierlijke-plantaardige productaanbod. Een aantrekkelijker en meer plantaardig aanbod zal de eiwittransitie helpen versnellen. Het zijn deze stakeholders die dynamiek geven aan de eiwittransitie en verantwoordelijkheid nemen. Beleidsondersteuning is te geven door in te zetten op monitoring van hun activiteiten of onderzoek te financieren dat wetenschappelijke onderbouwing of inspiratie biedt aan het zetten van (vervolg)stappen. Daarnaast kan (financiële) ondersteuning ervoor zorgen dat de geleerde lessen worden opgehaald, verrijkt en in de desbetreffende branches worden gedeeld en gebruikt. Beleidsstimulans is ook te geven door richtlijnen aan stakeholders mee te geven (die bijvoorbeeld betrekking hebben op verhoudingen in het plantaardige en dierlijke aanbod dan wel de mate of vorm van prijsacties) om koers te houden of versnelling te geven aan de eiwittransitie.

- **Geef prijsbeleid een kans**
  Als het gaat om keuzes sturen via prijsprikkels, halen we naar voren dat met de bestaande politieke onwil over het treffen van prijsmaatregelen een belangrijk onderdeel van de interventieladder buitenspel wordt gezet. Dit is een gemiste kans om de mogelijkheden en effecten van gedragsinterventies via prijsprikkels verder te onderzoeken en ermee te experimenteren. Dit houdt de situatie in stand dat er nog geen eensluidende en overtuigende kennis is over effectiviteit, maatschappelijke acceptatie of onvoorziene gevolgen van een vleestaks of over de vergelijkbaarheid van resultaten die een suikertaks laten zien met wat van een vleestaks is te verwachten. Hierdoor blijft onzeker wat de bijdrage en de betekenis van dit deel van de interventieladder kan zijn voor een verschuiving in de balans van geconsumeerde eiwitten. Bovendien geeft de 50:50-beleidsdoelstelling in 2030 aanleiding en urgentie om de bijdrage van élk beleidsinstrument op de interventieladder af te wegen zonder deze bij voorbaat uit te sluiten.

- **Geef het goede voorbeeld in Rijksinkoop**
  In relatie tot keuzes inperken, halen we naar voren dat via overheidsaanbestedingen niet alleen telbare impact is te maken maar ook zichtbaar het goede voorbeeld is te geven. Normering voor Rijksinkoop die gunstig is voor het plantaardige aanbod en aanbieders van plantaardige alternatieven voor vlees of zuivel, ondersteunt de eiwittransitie zowel in de markt als maatschappelijk. Het gaat hier ook om een haalbare en

al in de praktijk gebrachte beleidsinzet die aan verdere betekenis kan winnen als 'het goede voorbeeld' gevolgd wordt en, meer specifiek, bijvoorbeeld semi-overheidsorganisaties verder aanzet tot soortgelijke inkoopmaatregelen. Normering die de eiwittransitiedoelstelling serieus neemt draagt een steentje bij aan de weg naar een nieuw normaal (zie Focus op flexitarisme) en geeft een stimulans aan participerende ketenpartijen (zie Steun stakeholders). Dit laatste bedoelt ook aan te geven dat beleidsmaatregelen niet per se los van elkaar staan, maar elkaar kunnen opvolgen en versterken in impact.

Noten

[1] De inhoud van deze factsheet is gebaseerd op onderzoek verricht in het kader van het onderdeel Gedragsinterventies van het project Versnellingsagenda Nieuwe Eiwitten (BO-43-103-010). Primair ligt aan deze factsheet het onderzoek ten grondslag zoals dat gepubliceerd is in H. Dagevos en M.C. Onwezen (2025). Toward consumer-oriented food policies: A toolbox for encouraging the protein transition. *Sustainability: Science, Practice and Policy, 21*, 2454060. Daarnaast is deze factsheet gebaseerd op M.C. Onwezen en H. Dagevos (2024). A meta-review of consumer behaviour on meat reduction and alternative protein acceptance. *Food Quality and Preference, 114*, 105067.

[2] Dierlijke eiwitten hebben betrekking op vlees, vis, zuivel of eieren. Plantaardige eiwitten hebben betrekking op granen, peulvruchten, zaden, noten, plantaardige alternatieven voor vlees en zuivel, eiwitrijke groenten, zoals spinazie of broccoli en eiwitrijk fruit, zoals banaan of avocado.

[3] Klimaatakkoord (2019). Den Haag. https://www.klimaatakkoord.nl/documenten/publicaties/2019/06/28/klimaatakkoord

[4] Gezondheidsraad (2023). *Gezonde eiwittransitie*. Den Haag: Gezondheidsraad.

[5] Wat dergelijke verschuivingen meer concreet betekenen voor veranderingen in het eetpatroon, wordt verduidelijkt in H. Dagevos en M.C. Onwezen (2023). Eiwitbalans. In: P. Berkhout, H. Vermeulen en P. Ramaekers (red.) *Staat van landbouw, natuur en voedsel, 2023*. Wageningen: Wageningen Economic Research, pp. 103-105.

[6] RIVM (2023). Voedselconsumptiepeiling 2019-2021. https://www.wateetnederland.nl/ De 57:43-verhouding heeft betrekking op de aandelen dierlijk en plantaardig eiwit van de totale consumptie van eiwit over alle personen (1-79 jaar). Gaat het om het gewogen gemiddelde (wat is over alle personen heen het gemiddelde van de individuele aandelen dierlijk eiwit van totaal eiwit) onder volwassenen (18-79 jaar), dan is de verhouding 58:42.

[7] M. Onwezen, L. Dwyer, M. Verain, F. Kremer, J. van den Puttelaar, N. Herceglić, H. Dagevos en K. Logatcheva (2024). *Eiwitmonitor 2023: Inzicht in de verhouding plantaardige en dierlijke eiwitten in vraag en aanbod*. Wageningen: Wageningen Economic Research; Onwezen, M., Dwyer, L., Verain, M., Kremer, F., Steketee, J., van den Puttelaar, J., Herceglić, N., en Logatcheva, K. (2025). *Eiwitmonitor 2024: Een voorzichtige verschuiving naar meer plantaardige eiwitproducten in consumptie, keuzegedrag en aanbod*. Wageningen: Wageningen Social and Economic Research.

[8] LNV (2022). Kamerbrief Evaluatie voedselagenda 2016-2020 en voedselbeleid, 29 maart. Den Haag: Ministerie van Landbouw, Natuur en Voedselkwaliteit; LNV (2024). Kamerbrief over de huidige situatie van de eiwittransitie in Nederland, 28 maart. Den Haag: Ministerie van Landbouw, Natuur en Voedselkwaliteit.

[9] Nuffield Council on Bioethics (2007). *Public health: Ethical issues*. London: Nuffield Council on Bioethics.

[10] Green Protein Alliance & Proveg (2024). *Eiweet: Landelijke supermarket eiwitverhouding 2023*.

[11] De verwijzingen naar relevante studies in de Reflectiekolom van deze tabel moeten gezien worden als een greep uit het literatuuraanbod. Meer en andere publicaties zijn opgenomen in de resultaten van het onderzoek dat verricht is in het kader van de Versnellingsagenda: zie noot 1.

[12] J. Ammann, A. Arbenz, G. Mack, T. Nemecek en N. El Benni (2023). A review on policy instruments for sustainable food consumption. *Sustainable Production and Consumption, 36*, 338-353; European Environment Agency (2023). *Transforming Europe's food system: Assessing the EU policy mix*. Luxembourg: Publications Office of the European Union; T. Garnett, S. Mathewson, P. Angelides en F. Borthwick (2015). *Policies and actions to shift eating patterns: What works? – A review of the evidence of the effectiveness of interventions aimed at shifting diets in more sustainable and healthy directions*. Oxford: Food Climate Research Network / Chatham House; M.C. Parlasca en M. Qaim (2022). Meat consumption and sustainability. Annual Review of Resource Economics, 14, 6.1-6.25; Y. Ran, P. Van Rysselberge, B. Macura, U.M. Persson, A.A. Hatab et al. (2024). Effects of public policy interventions for environmentally sustainable food consumption: A systematic map of available evidence. *Environmental Evidence, 13*, 10.

[13] C. Bryant, A. Couture, E. Ross, A. Clark en T. Chapman (2024). A review of policy levers to reduce meat production and consumption, *Appetite*, *203*, 107684; R. Pechey, J.P. Reynolds, B. Cook, T.M. Marteau en S.A. Jebb (2022). Acceptability of policies to reduce consumption of red and processed meat: A population-based survey experiment. *Journal of Environmental Psychology, 81*, 101817.

[14] M. Judge, T. Bouman, L. Steg en J.W. Bolderdijk (2024). Accelerating social tipping points in sustainable behaviors: Insights from a dynamic model of moralized social change. *One Earth*, *7*, 759-770.

[15] O. De Schutter, N. Jacobs en C. Clément (2020). A 'Common Food Policy' for Europe: How governance reforms can spark a shift to healthy diets and sustainable food systems. *Food Policy, 96*, 101849. Zie ook literatuurverwijzngen in noot 16.

[16] M. Alt, H. Bruns, N. DellaValle en I. Murauskaite-Bull (2024). Synergies of interventions to promote pro-environmental behaviors: A meta-analysis of experimental studies. *Global Environmental Change*, *84*, 102776; T. Kwasny, K. Dobernig en P. Riefler (2022). Towards reduced meat consumption: A systematic literature review of intervention effectiveness, 2001–2019. *Appetite*, *168*, 105739; SAPEA, Science Advice for Policy by European Academies. (2023). *Towards sustainable food consumption*. Berlin: SAPEA.

[17] C. Bonnet en M. Coinon (2024). Environmental co-benefits of health policies to reduce meat consumption: A narrative review. *Health Policy*, *143*, 105017; D.R. Just en A.T. Byrne (2020). Evidence-based policy and food consumer behaviour: How empirical challenges shape the evidence. *European Review of Agricultural Economics, 47*, 348–370; J. Meier, M.A. Andor, F.C. Doebbe, N.R. Haddaway en L.A. Reisch (2022). Do green defaults reduce meat consumption? *Food Policy*, *110*, 102298; N.M. Wadi, K. Cheikh, Y.W. Keung en R. Green (2024). Investigating intervention components and their effectiveness in promoting environmentally sustainable diets: A systematic review. *The Lancet Planetary Health*, *8*, e410-e422; S. Wynes, K.A. Nicholas, J. Zhao en S.D. Donner (2018). Measuring what works: Quantifying greenhouse gas emission reductions of behavioural interventions to reduce driving, meat consumption, and household energy use. *Environmental Research Letters*, *13*, 113002.

[18] J. Aschemann-Witzel, M.D. Mulders, M. Janssen en F.J. Perez-Cueto (2023). Tipping the next customer on the shoulder?: A segmentation study and discussion of targeted marketing to further plant-rich dietary transition. *Cleaner and Responsible Consumption*, *11*, 100154; J. Graça, M.M. Calheiros en A. Oliveira (2015). Attached to meat?: (Un)Willingness and intentions to adopt a more plant-based diet. *Appetite*, *95*, 113-125; M.C. Onwezen (2022). The application of systematic steps for interventions towards meat-reduced diets. *Trends in Food Science & Technology*, *119*, 443-451; V.E. Siegerink, J. Delnoij en F. Alpizar (2024). Public preferences for meat tax attributes in The Netherlands: A discrete choice experiment. *Food Policy*, *128*, 102675; M.C.C. Verain, H. Dagevos en P. Jaspers (2022). Flexitarianism in the Netherlands in the 2010 decade: Shifts, consumer segments and motives. *Food Quality and Preference*, *96*, 104445.

[19] M.J. Broeks, S. Biesbroek, E.A. Over, P.F. van Gils, I. Toxopeus, M.H. Beukers en E.H.M. Temme (2020). A social cost-benefit analysis of meat taxation and a fruit and vegetables subsidy for a healthy and sustainable food consumption in the Netherlands. *BMC Public Health*, *20*, 1-12; A.M. Thow, S. Downs en S. Jan (2014). A systematic review of the effectiveness of food taxes and subsidies to improve diets: Understanding the recent evidence. *Nutrition reviews*, *72*, 551-565; R.E. Vellinga, M. Eykelenboom, M.R. Olthof, I.H.M. Steenhuis, R. de Jonge en E.H.M. Temme (2022). Less meat in the shopping basket: The effect on meat purchases of higher prices, an information nudge and the combination: a randomised controlled trial. *BMC Public Health*, *22*, 1137; A. Wright, K.E. Smith en M. Hellowell (2017). Policy lessons from health taxes: A systematic review of empirical studies. *BMC Public Health*, *17*, 1-14.

[20] Zie literatuurverwijzingen in respectievelijk noot 13 en noot 17.

Meer informatie
Hans Dagevos | Marleen Onwezen
hans.dagevos@wur.nl | marleen.onwezen@wur.nl
www.wur.nl/social-and-economic-research

2025-062



Geleidelijke gedragsverandering: kansen en knelpunten voor vleesminderen

Hans Dagevos en Muriel C.D. Verain

Een verschuiving naar een eetpatroon met meer plantaardige eiwitten en minder dierlijke is duurzamer en vaak ook gezonder. Maar dit is niet makkelijk te realiseren. In de wetenschap wordt er vaak van uitgegaan dat geleidelijke gedragsverandering – in kleine stapjes – het meest realistisch is. Deze factsheet beschrijft resultaten van consumentenonderzoek naar kansen en knelpunten voor vleesreductie.[1] Dit onderzoek leert dat veel consumenten geen vleesminderende plannen koesteren. Als die intentie er wel is, betreft het vooral bereidheid om kleine stappen te zetten, zoals het eten van kleinere porties vlees. Een dominante eetcultuur waarin vlees een centrale positie inneemt, blijkt een barrière te zijn voor vleesminderen. Het onderzoek leert eveneens dat het huidige intensieve veehouderijsysteem een motivatie is om vlees te minderen.

Achtergrond

Het Voedingscentrum en de Gezondheidsraad adviseren een verschuiving in het eetpatroon naar meer plantaardige eiwitten en minder dierlijke eiwitten.[2] Verandering in het eetpatroon naar een 50:50-verhouding in dierlijke en plantaardige eiwitten, en verder naar een eetpatroon met een 40:60-verhouding, levert winst op voor de volksgezondheid en het milieu in vergelijking met het nu gangbare voedingspatroon, waarin de consumptie van dierlijke eiwitten domineert (57:43-verhouding).[3] Daarbij bestaat in de wetenschap brede overeenstemming dat zo'n verandering in voedselconsumptiegedrag een belangrijk onderdeel is van de verduurzaming van het voedselsysteem.

Verandering in het eetpatroon gaat langzaam.[4] Op het individuele gedragsniveau hechten consumenten aan bepaalde eetgewoonten of gaan ze het onbekende uit de weg. In de voedselomgeving zijn ook diverse stimulansen aanwezig die de consumptie van dierlijke producten, zoals vlees en zuivel, ondersteunen en aanmoedigen. Voedselconsumptiepeilingen en de Eiwitmonitor[5] laten zien dat in een welvarend land als Nederland de consumptie van dierlijke eiwitten de boventoon voert ten opzichte van de consumptie van plantaardige eiwitten. Naast vermindering van de zuivelconsumptie is reductie in de consumptie van vlees een belangrijke factor in de bedoelde verschuiving van de eiwitverhouding. In deze factsheet gaat de aandacht primair uit naar vleesreductie.

Verschillende studies die specifiek gericht zijn op hoe Nederlanders over het eten van vlees denken, leren dat veel consumenten hun vleesrijke eetpatroon koesteren.[6] Dit beeld stemt overeen met het uitgangspunt dat meer algemeen in het wetenschappelijke onderzoek wordt gehanteerd: verandering in vleesconsumptiegedrag is een proces van lange adem. Deze veronderstelling van geleidelijke gedragsverandering wordt ook ondersteund door empirisch onderzoek.[7] Consumenten geven aan wel bereid te zijn (in overweging te nemen) om hun vleesconsumptie enigszins te minderen, maar grote stappen hierin zetten gaat velen al snel te ver. De weg van de geleidelijkheid, van kleine stapjes, biedt meer kans dat consumenten aanhaken in plaats van afhaken. Deze redenering past ook bij het idee dat radicale verandering van het eetpatroon niet per se nodig is om meer gezond en duurzaam te eten: 'flexitarische strategieën' zouden volstaan. Wat deze veranderingsstrategieën, die minder afwijken van het gevestigde vleesconsumptiegedrag, kunnen inhouden komt verderop in deze factsheet aan de orde.

Benaderingswijze

Als geleidelijke gedragsverandering een belangrijke route richting een minder dierlijk en meer plantaardig eetpatroon is, is de onderzoeksvraag die we ons stellen hoe die stapsgewijze verandering in vleesreductie belemmerd wordt en te bevorderen is. Recentelijk is een studie van Strässner en Hartmann[8] verschenen met de focus op het veranderingsproces in het eten van minder vlees, waarin een nieuwe schaal is ontwikkeld en ingezet om dit proces te onderzoeken. Deze beslissingsbalansschaal (decisional balance scale, DB scale) weegt het belang van verschillende belemmerende en bevorderende factoren die meespelen in de keuzes van mensen om al dan niet te minderen in hun vleesconsumptie. Deze benadering is erop gericht de fases in veranderend consumentengedrag (*stages of change*) beter te begrijpen. Welke barrières ervaren (welke) consumenten, wat motiveert hun reductie in vleesconsumptie en hoe ontwikkelen de voors en tegens zich in verschillende stadia van vleesminderend gedrag?

Overeenkomsten en verschillen met Duitsland

Het onderzoek van Strässner en Hartmann in Duitsland – meer precies: studie 2 van hun paper –is herhaald met een Nederlandse onderzoekspopulatie.[7] Met deze replicatiestudie is nagegaan of de uitkomsten voor Duitsland ook gelden in Nederland. Het onderzoek in de Nederlandse context bevestigt inderdaad resultaten van de studie zoals die is uitgevoerd door Strässner en Hartmann.

Om die uitkomsten te duiden, staan we kort stil bij de vijf factoren die in de beslissingsbalansschaal worden meegewogen. Twee factoren zijn een stimulans voor het eten van minder vlees: 1) voordelen van een plantaardig eetpatroon (variatie, bereidingsgemak, gezond) en 2) nadelen van intensieve veehouderij (dierenwelzijn, milieu-impact). Drie factoren zijn barrières voor het matigen van de consumptie van vlees: 3) praktische belemmeringen (kennis of kookvaardigheden), 4) gezondheidsbarrières (het idee dat vlees eten nodig is voor een goede gezondheid), en 5) legitimatiehindernissen (vlees eten hoort, is lekker en normaal).

In overeenstemming met de Duitse resultaten blijken de belangrijkste factoren de meest diepgravende te zijn. De belangrijkste stimulans om vlees te minderen is de moeite die mensen hebben met de wijze waarop dieren worden gehouden in de intensieve veehouderij. De belangrijkste belemmering blijkt de dominante eetcultuur waarin het eten van vlees stevig verankerd is. Zulke resultaten geven aan dat consumenten te bewegen zijn om stapjes te zetten in de richting van een minder dierlijk eetpatroon als er meer transparantie komt over nadelige effecten van de intensieve veehouderij voor dier en milieu en minder nadruk op en dominantie van (veel) vlees eten als eetculturele norm.

Met andere woorden, onderzoek aan de hand van de beslissingsbalansschaal begint met het beter willen begrijpen van de kleine stapjes die consumenten maken in hun vleesreductie en eindigt met de uitkomst dat grote, overkoepelende aspecten – het veehouderijsysteem, eetculturele conventies – hierin de meest invloedrijke factoren zijn. Percepties over hoe dieren worden gehouden en het eten van vlees als dominante sociale norm zijn meer bepalende factoren om vlees te minderen dan overwegingen die te maken hebben met gezondheidsvoordelen van een minder vleesrijk eetpatroon of de (on)haalbaarheid van een dergelijk eetpatroon in de dagelijkse praktijk.

Gedragsstrategieën voor geleidelijke verandering

Een flexitarisch eetpatroon varieert in verschillende gradaties van vleesminderen: van af en toe een vleesloze dag (*light flexitarians*) tot een voornamelijk plantaardig eetpatroon met af en toe een stukje vlees (*heavy flexitarians*). In de wetenschap wordt flexitarisme gezien als een kansrijke route naar een geleidelijk minder vleesrijk eetpatroon.[9] Aan een flexitarisch eetpatroon is op meerdere manieren invulling te geven. Gedragsstrategieën kunnen variëren van kleinere porties vlees consumeren tot het gebruikmaken van plantaardige vleesalternatieven en het kiezen voor andersoortige maaltijden waarin plantaardige eiwitbronnen, zoals peulvruchten, centraal staan.[10]

Studies wijzen er bovendien op dat verschillende groepen consumenten ook anders aankijken tegen zulke gedragsstrategieën. In de Agrifoodmonitor 2023 bijvoorbeeld stonden jongvolwassenen meer open voor een breder scala aan strategieën dan oudere consumenten.[11] In een ander onderzoek kwam naar voren dat de consumptie van kleinere porties vlees populair is onder consumenten die nog erg aan vlees vasthouden, terwijl de flexitariërs die al verder gevorderd zijn richting een vlees-armer eetpatroon er liever voor kiezen om vaker helemaal geen vlees te gebruiken in de maaltijd.[12] Een recente Britse studie laat zien dat met name vrouwen en mensen uit hogere inkomensgroepen via een breder palet aan gedragsstrategieën inzetten om hun vleesconsumptie te laten dalen, inclusief meer vleesloze dagen en vleesloze eetmomenten.[13]

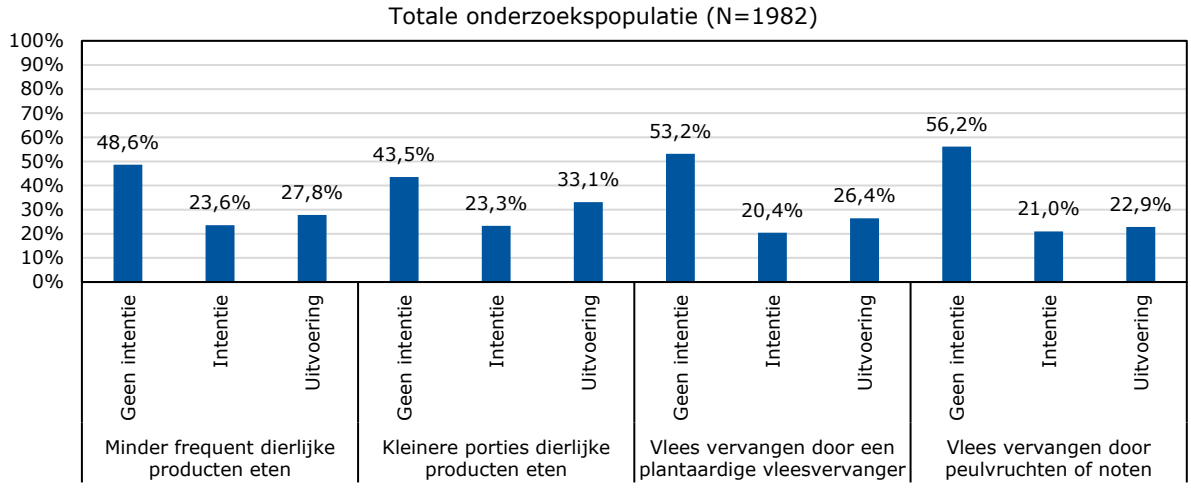
Om zojuist genoemde gedragsstrategieën verder te toetsen, hebben we aan consumenten gevraagd of ze van plan zijn stapjes in de richting van 'minder dierlijk, meer plantaardig' te zetten of dit al doen, en welke gedragsverandering dan aantrekkelijk of praktisch haalbaar is volgens hen.[14] In welke mate worden welke strategieën momenteel gehanteerd door Nederlanders? Vier verschillende strategieën zijn onderscheiden:

- minder frequent dierlijke producten eten
- kleinere porties dierlijke producten eten
- vlees vervangen door een plantaardige vleesvervanger
- vlees vervangen door peulvruchten of noten.

Vervolgens is een verschil gemaakt tussen drie fasen van gedragsverandering:

- geen intentie hebben tot het toepassen van een gedragsstrategie
- wel de intentie hebben, maar het nog niet doen
- het al toepassen van een gedragsstrategie.

Figuur 1 illustreert dat een groot deel van de onderzoekspopulatie geen intentie heeft om één van de gedragsstrategieën toe te passen. Het aandeel consumenten dat niet openstaat voor 'vlees vervangen door peulvruchten of noten' is met 56% het grootst. De meest populaire strategie – met 33% - is kleinere porties dierlijke producten eten. De minst populaire manier – met bijna 23% - is het vervangen van vlees door peulvruchten of noten. De intentie om nog stappen te gaan zetten is het hoogst – met 23,6% - voor de strategie 'minder frequent dierlijke producten eten', op de voet gevolgd – met 23,3% - door 'kleinere porties dierlijk product eten'.



Figuur 1 *Fases van gedragsverandering voor verschillende reductiestrategieën in de totale populatie*

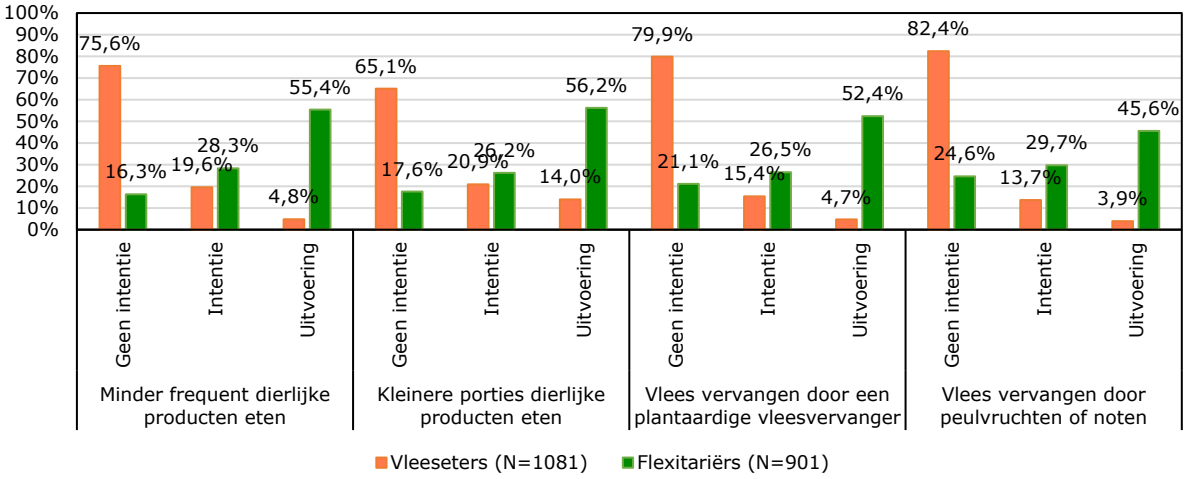
Al met al laat figuur 1 zien dat ongeveer de helft aangeeft de eigen eetgewoonten onveranderd te willen laten, terwijl onder de andere helft veranderingsbereidheid aanwezig is als het om vleesminderen gaat. Dit is een uitkomst die overeenstemt met ander Nederlands en internationaal onderzoek dat wijst op de aanwezigheid van verknochte vleeseters enerzijds, maar waarin anderzijds ook vleesminderaars (flexitariërs) duidelijk in beeld zijn die geen kleine minderheid vormen of als pionierende *early adopters* zijn te betitelen.

Om duidelijker te krijgen waar de (on)veranderlijkheid zit en of de logische verwachting uitkomt dat flexitariërs er andere intenties en gedragsstrategieën op nahouden dan zelfverklaarde vleeseters, is de totale populatie opgesplitst in deze beide groepen (figuur 2).

De verschillen die zich aftekenen volgen inderdaad een 'logisch patroon':

- Mensen die zich als vleeseters identificeren bevinden zich voor alle gedragsstrategieën voor het overgrote deel in de 'geen intentie'-fase. De potentie van de gedragsstrategie 'kleinere porties' lijkt toch veelbelovend in deze groep, want 14% van hen is hier al mee begonnen en nog eens 21% heeft de intentie om dit te doen.

- De meerderheid van de flexitariërs bevindt zich in de 'uitvoeringsfase' en ook in deze groep is de strategie van kleinere porties de meest toegepaste: door een meerderheid van 56%. Onder flexitariërs scoort de intentie 'vervangen van vlees door peulvruchten of noten' het hoogst. Ook dit resultaat is niet geheel onlogisch omdat deze veranderingsstrategie door hen nog minder daadwerkelijk wordt toegepast dan de overige drie – mogelijk omdat dit om nieuwe kookvaardigheden en recepten vraagt.



Figuur 2 *Fases van gedragsverandering voor verschillende reductiestrategieën onder vleeseters en flexitariërs*

Beleidsimplicaties

De op de beslissingsbalans gebaseerde consumentenstudie in het eerste deel van deze factsheet wees op twee factoren die een belangrijke rol spelen bij de overweging om vlees te minderen:

- De belangrijkste motivator wordt gevonden in de perceptie van de wijze waarop vandaag de dag dieren worden gehouden. Negatieve associaties met de huidige intensieve veehouderij zijn een stimulans voor mensen om hun vleesconsumptie te minderen. **Beleid gericht op het geven van meer openheid over verschillende veehouderijsystemen** kan bijdragen aan een beter geïnformeerde consumentenkeuze ten aanzien van al dan niet een stuk(je) vlees op het bord.

- De dominante eetcultuur waarin vlees een centrale plek inneemt, houdt consumenten het meest tegen om hun vleesconsumptie te verminderen. De eetculturele norm waarin het eten van vlees de standaard is, komt in het beslissingsbalansonderzoek bovendrijven als de grootste barrière voor vleesreductie. Op dit onderzoeksresultaat toegesneden **overheidsbeleid is erop gericht de dominantie van het eten van vlees als de standaard te nuanceren**. Dit kan bijvoorbeeld door een flexitarisch eetpatroon als het nieuwe normaal te presenteren in informatie- en communicatiebeleid. Ook is van overheidswege een minder dierlijk eetpatroon te normaliseren door in de eigen personeelsrestaurants en cateringdiensten plantaardig de boventoon te laten voeren.[4]

Het gedragsstrategieënonderzoek in het tweede deel van deze factsheet heeft bevestigd dat het eten van vlees als dé norm is te nuanceren. Vleesminderen heeft maatschappelijke inbedding als onderzoek er blijk van geeft dat veel Nederlandse consumenten op verschillende manieren en in wisselende mate bezig zijn met vleesminderen. De weg van geleidelijkheid is inderdaad het pad dat meestal bewandeld wordt, gezien de populariteit van kleinere vleesporties eten als veranderingsoptie. Een derde van aan vlees verknochte consumenten houdt deze optie open om een (eerste) stap te zetten op het vleesminderende pad. De keuze voor een plantaardige vleesvervanger is het meest populair onder (beginnende) flexitariërs. Een veel gehanteerde reductiestrategie onder (gevorderde) flexitariërs is vlees te vervangen door andere plantaardige eiwitrijke producten, zoals peulvruchten of noten.

Zulke onderzoeksresultaten geven aanleiding tot de volgende beleidsadviezen:

- Zet in **overheidsbeleid in op reductie van vleesporties** in de horeca en retail als een stimulans in de eiwittransitie.

- **Ondersteun (moreel en/of via ander stimulerings- en innovatiebeleid) bedrijven die smakelijke alternatieven voor vlees produceren of aantrekkelijk presenteren en aanprijzen.** Dit kan variëren van ondernemingen in het zonnetje zetten of ze faciliteren door onderzoek te financieren, tot regelgeving over dat publieke evenementen een zeker aanbod van plantaardig eten aanbieden.

- Help **peulvruchten, noten en zaden meer zichtbaar en tot aantrekkelijk alternatief te maken**. Bijvoorbeeld door consumenten via het Voedingscentrum te voorzien van praktisch ingestoken informatie over recepten met deze eiwitrijke producten in de hoofdrol en hoe deze gerechten te bereiden (kookvaardigheden), zodat consumenten verleid en in staat gesteld worden 'anders' te koken.

Noten

[1] De inhoud van deze factsheet is gebaseerd op onderzoek verricht in het kader van het onderdeel Gedragsinterventies van het project Versnellingsagenda Nieuwe Eiwitten (BO-43-103-010). Het eerste deel van deze factsheet is gebaseerd op het artikel 'Gradual behaviour change towards meat reduction revisited: Applying the decisional balance scale in a Dutch study' door Muriel Verain, Machiel Reinders, Emily Bouwman en Hans Dagevos, dat in 2024 is gepubliceerd in het wetenschappelijke tijdschrift *Appetite*, *203*, 107712. Aan de basis van het deel over de gedragsstrategieën ligt het boekhoofdstuk 'Flexitarian foods: Do plant-based meat analogs facilitate flexitarian diets?' door Hans Dagevos en Muriel Verain, dat verschenen is in G.A. Ravishankar et al. (eds.) *Handbook of plant-based meat analogs: Innovation, technology and quality*. Cambridge (MA): Academic Press, 2024, 417-433.

[2] Dierlijke eiwitten hebben betrekking op vlees, vis, zuivel of eieren. Plantaardige eiwitten hebben betrekking op granen, peulvruchten, zaden, noten, plantaardige alternatieven voor vlees en zuivel, eiwitrijke groenten, zoals spinazie of broccoli en eiwitrijk fruit, zoals banaan of avocado.

[3] Gezondheidsraad (2023). *Gezonde eiwittransitie*. Den Haag: Gezondheidsraad.

[4] Zie ook de factsheets H. Dagevos en M.C. Onwezen, *Beleidsopties voor gedragsinterventies om de eiwittransitie te versnellen*; M.C. Onwezen en H. Dagevos, *Weerstand en eiwittransitie: Een verkenning*.

[5] RIVM (2023). Voedselconsumptiepeiling 2019-2021. https://www.wateetnederland.nl/; M. Onwezen, L. Dwyer, M. Verain, F. Kremer, J. van den Puttelaar, N. Herceglić, H. Dagevos en K. Logatcheva (2024). *Eiwitmonitor 2023: Inzicht in de verhouding plantaardige en dierlijke eiwitten in vraag en aanbod*. Wageningen: Wageningen Economic Research.

[6] Zie bijvoorbeeld H. Dagevos en W. Verbeke (2023). 'Vlees eten en vleesminderen in de Lage Landen: Een consumptiesociologische bijdrage'. *Tijdschrift Sociologie*, *4*, 210-235; J. Koch en K. Vinger (2023). *Hoe 'circulair' zijn Nederlandse consumenten?: Een empirisch onderzoek naar gedrag, bereidheid en de potentiële milieuwinst van circulair consumeren*. Den Haag: Planbureau voor de Leefomgeving; Zest Marketing (2024). *Het nationaal vleesonderzoek: Onderzoek naar de opinies en percepties van de Nederlandse bevolking in opdracht van Nederland Vleesland.*

[7] M.C.D. Verain, M.J. Reinders, E.P. Bouwman en H. Dagevos, H. (2024). 'Gradual behaviour change towards meat reduction revisited: Applying the decisional balance scale in a Dutch study'. *Appetite*, *203*, 107712.

[8] A-M. Strässner en C. Hartmann (2023). 'Gradual behaviour change towards meat reduction: Development and validation of a novel decision balance scale'. *Appetite, 186*, 106537.

[9] H. Dagevos (2021). 'Finding flexitarians: Current studies on meat eaters and meat reducers'. *Trends in Food Science & Technology*, *114*, 530-539.

[10] H. Dagevos (2016). 'Exploring flexitarianism: Meat reduction in a meat-centred food culture'. In: T. Raphaely en D. Marinova (eds.) *Impact of meat consumption on health and environmental sustainability*. Hershey, PA: IGI Global, pp. 233-243; J. de Boer, H. Schösler en H. Aiking (2014). '"Meatless days" or "less but better"?: Exploring strategies to adapt Western meat consumption to health and sustainability challenges'. *Appetite*, *76*, 120-128; M.C.D. Verain, H. Dagevos en G. Antonides (2015). 'Sustainable food consumption: Product choice or curtailment?' *Appetite*, *91*, 375-384.

[11] I. Raaijmakers, H. Adema, L. Dwyer, M. Verain en M. Onwezen (2023). *Agrifoodmonitor 2023 – Een blik op de toekomst: jongvolwassenen en hun kijk op een verschuiving naar een plantaardiger eetpatroon*. Wageningen: Wageningen Economic Research.

[12] M.C.D. Verain, H. Dagevos en P. Jaspers (2022). 'Flexitarianism in the Netherlands in the 2010 decade: Shifts, consumer segments and motives'. *Food Quality and Preference, 96*, 104445.

[13] A. Vonderschmidt et al. (2024). 'Smaller meat portions contribute the most to reducing meat consumption in the United Kingdom'. *Nature Food*, *5*, 982-987.

[14] H. Dagevos en M.C.D. Verain (2024). 'Flexitarian foods: Do plant-based meat analogs facilitate flexitarian diets?' In: G.A. Ravishankar et al. (eds.) *Handbook of plant-based meat analogs: Innovation, technology and quality.* Cambridge (MA): Academic Press, 417-433.

Meer informatie
Hans Dagevos | Muriel Verain
hans.dagevos@wur.nl | muriel.verain@wur.nl
www.wur.nl/social-and-economic-research

2025-063



Weerstand en eiwittransitie: een verkenning

Marleen C. Onwezen en Hans Dagevos

Een eetpatroon waarin meer plantaardige eiwitten worden gegeten dan dierlijke, is duurzamer en gezonder. Omdat in het gemiddelde Nederlandse eetpatroon meer dierlijke eiwitten worden gegeten dan plantaardige, betekent een verschuiving in de verhouding van het aandeel dierlijk en plantaardig eiwit een verandering van het huidige dieet. Verandering roept snel weerstand op. In het algemeen, maar zeker ook in de context van de eiwittransitie, die betrekking heeft op anders eten en minder dierlijke voedselconsumptie. Consumenten zijn namelijk gehecht aan een stukje vlees of plakje kaas. Het is daarom relevant weerstand onder de loep te nemen in het licht van de eiwittransitie. Wat weten we over weerstand?[1]

Achtergrond

Een verschuiving in het dieet naar in verhouding meer plantaardige eiwitten en minder dierlijke eiwitten[2] is in lijn met voedingsadviezen vanuit het Voedingscentrum en de Gezondheidsraad. Verandering in het eetpatroon naar een 50:50-verhouding in dierlijke en plantaardige eiwitten en verder naar een dieet met een 40:60-verhouding is gezonder en duurzamer dan het nu gangbare voedingspatroon, waarin de consumptie van dierlijke eiwitten domineert (57:43-verhouding).[3] Behalve dat er meer groenten en peulvruchten op het menu komen te staan, betekent deze verschuiving in de eiwitverhouding bovenal een daling in de hoeveelheid zuivel en vlees die veel Nederlanders gewend zijn te consumeren.[4] Dergelijke concrete omslagen in het dieet houden verandering van gewoontegedrag in. In deze factsheet ligt de focus op vleesreductie.

De Voedselconsumptiepeiling en de Eiwitmonitor laten zien dat er slechts een langzame verschuiving plaatsvindt in de richting van meer plantaardige consumptie, waarbij de consumptie van dierlijke eiwitten dominant blijft.[5] Andere recente studies geven aan dat veel consumenten in Nederland weinig genegen zijn hun vleesrijke dieet te veranderen.[6] Het eten van vlees is gekoppeld aan sterke gewoonten en er bestaan sterke persoonlijke, sociale en culturele banden en associaties met het eten van vlees, banden die volop bevestigd en versterkt worden door een voedselomgeving die vleesconsumptie ondersteunt,[7] zoals in supermarkten,[8] op menukaarten of bij sociale gelegenheden en BBQ's.

Individuele en omgevingsfactoren maken dat een verschuiving naar een minder vleesrijk en een meer plantaardig dieet 'gevoelig' ligt en gemakkelijk weerstand oproept. In het licht van de eiwittransitie is het daarom relevant weerstand bij consumenten beter te begrijpen.

In deze factsheet gaan we in de paragraaf 'Zoeken naar aandacht voor weerstand in de literatuur' kort in op de gebruikte methode. In de daaropvolgende paragraaf 'Wat weten we over weerstand?' worden vier vragen over weerstand beantwoord. De volgende vragen zijn gesteld:

- Zijn er verschillende vormen van weerstand?
- Wat zijn onderliggende factoren?
- Zijn er verschillen tussen groepen?
- Wat is bekend over interventies?

We sluiten af met twee paragrafen (respectievelijk 'Van onderzoek naar beleid' en 'Beleidsprioriteiten aanwijzen') waarin wordt ingegaan op wat de bevindingen betekenen voor beleid.

Zoeken naar aandacht voor weerstand in de literatuur

Er is een systematische literatuurstudie gedaan om wetenschappelijke studies te identificeren en beoordelen op geschiktheid voor bovenstaande vragen. Daarbij is gebruikgemaakt van digitale collecties van wetenschappelijke publicaties (Scopus en Web of Science). Op basis van zoektermen gericht op consumenten, vleesreductie, weerstand en beleidsinterventies leverde dit in eerste instantie 1.792 studies op, waarvan er 51 overbleven na screening op relevantie. Opvallend is dat slechts een beperkt aantal van 12 studies meer specifieke aandacht bleek te hebben voor het thema weerstand. De overige studies nemen weerstand wel mee, maar niet als centraal thema. Onderzoek naar de weerstand van consumenten tegen de eiwittransitie staat blijkbaar nog in de kinderschoenen. Wat valt er desalniettemin over te zeggen?

Wat weten we over weerstand?

De studies zijn aan de hand van de vier gestelde vragen bekeken.

Zijn er verschillende vormen van weerstand?

1. **Weerstand is geen eenheidsworst: weerstand tegen vleesreductie is dieper geworteld dan weerstand tegen plantaardige vervangers**

Er zijn verschillende vormen van weerstand. Er bestaat weerstand tegenover plantaardig eten en tegenover vleesvermindering. Deze vormen van weerstand laten verschillen zien. Weerstand tegen plantaardige alternatieven is vooral gekoppeld aan praktische barrières, zoals smaakassociaties, minder gemak, en stigma's ('konijnenvoer'). Weerstand tegen vleesvermindering heeft daarentegen meer te maken met de morele identiteit, vleesgerichte ideologie ('cultuur van carnisme') en invloed vanuit de sociale omgeving.

Weerstand lijkt ook samen te hangen met verschillende fases van gedragsverandering: in de eerste fase lijken consumenten verandering af te wijzen, in latere fases staan ze meer open voor verandering, en uiteindelijk passen ze hun gedrag aan. In de vroege fases van gedragsverandering wordt weerstand vaak veroorzaakt door sociale druk en de vertrouwdheid met vlees, terwijl in latere fases weerstand meer te maken heeft met gewoonten veranderen en met doorzettingsvermogen om dit te blijven doen.

Wat zijn onderliggende factoren?

2. Weerstand is niet alleen een individueel proces, maar wordt ook sociaal en cultureel bepaald

De literatuur wijst op verschillende factoren die zijn te koppelen aan gevoelens van weerstand. Samengenomen zijn er zes categorieën te onderscheiden:

- *Demografische kenmerken*
  Leeftijd, geslacht, opleidingsniveau en politieke oriëntatie spelen een belangrijke rol in de vorming van weerstand. Jongeren en mensen met een hogere opleiding zijn meer geneigd de consumptie van vlees te verminderen, terwijl mannen doorgaans meer weerstand ervaren tegen maatregelen of interventies gericht op vleesreductie.

- *Morele overwegingen meenemen of negeren*
  In de context van dierlijke eiwitten kunnen morele waarden zoals dierenwelzijn of milieu interne conflicten geven met bijvoorbeeld smaakbeleving (lekker, maar niet goed voor de wereld of voor dierenwelzijn). Om een positief zelfbeeld te houden, kunnen mensen zelf strategieën ontwikkelen om hun gedrag te rechtvaardigen of morele waarden te negeren (dieren in de veehouderij hebben een fatsoenlijk leven gehad).

- *Emotionele reacties*
  Gevoelens van ambivalentie, afkeer of andere negatieve emoties kunnen weerstand veroorzaken, bijvoorbeeld aangewakkerd door het idee van de smaak, productiewijze of grondstoffen van gekweekt vlees of vleesvervangers.

- *Sociale omgeving*
  Sociale normen en cultuur beïnvloeden weerstand tegen vleesvermindering. Mensen zijn sociale wezens en zoeken naar sociale acceptatie van gedrag. Een belangrijke factor voor gedrag is daarom de steun van de sociale omgeving, waardoor het uitmaakt in hoeverre in het sociale netwerk een oriëntatie op het eten van vlees domineert of er juist ruimte en respect is voor ander eetgedrag zoals vleesminderen.

- *Onderscheidende overtuigingen en voorkeuren*
  Weerstand wordt vaak versterkt door overtuigingen dat vleesconsumptie gezond, normaal en smakelijk is of dat er twijfels zijn over de voedingswaarde van een dieet zonder vlees.

Zijn er verschillen tussen groepen?

3. Consumenten(groepen) verschillen in mate van weerstand tegen vleesreductie

Veel studies richten zich op verschillende groepen consumenten met verschillende eetpatronen: de welbekende vleeseters, flexitariërs en vegetariërs. In deze studies is weerstand geen kernonderwerp, maar ze nemen soms weerstand of gerelateerde factoren mee. Door de andere insteek (gericht op consumentengroepen) kunnen deze studies ook gebruikt worden om meer inzicht in weerstand te krijgen. De studies laten zien dat specifieke groepen meer weerstand hebben dan andere groepen. Met name verstokte vleeseters vertonen – logischerwijs – meer weerstand.

Er zijn veel overeenkomsten met de hierboven genoemde relevante factoren die gekoppeld zijn aan weerstand. De studies die zich richten op groepen consumenten geven aan dat mensen met meer weerstand tegen minder vlees eten gekoppeld kunnen worden aan een gebrek aan kennis over de milieu- en gezondheidsimpact van vleesconsumptie, aan identificatie met het eten van vlees, en aan gewoonten. Politieke ideologie, sociale normen en ervaren keuzevrijheid spelen ook een rol in de weerstand tegen vleesreductie. Zonder sterke gezondheids-, milieu- of morele redenen vinden veel mensen het moeilijk of onnodig hun vleesconsumptie te veranderen. Ook komt weerstand voor bij groepen die zich identificeren als vleesliefhebber en bijvoorbeeld houden van de smaak van vlees. Als mensen de overtuiging hebben dat vlees gezond is of als ze willen beantwoorden aan sociale verwachtingen, dan kan dat ook een rol spelen bij het ontwikkelen van weerstand tegen minder vlees eten.

Wat is bekend over interventies?

4. 'Hardere' interventies: minder keuzevrijheid zorgt voor meer weerstand

In een andere factsheet[9] beschreven we verschillende interventies die de eiwittransitie kunnen ondersteunen langs de Nuffield-interventieladder. Hoger op de ladder zijn de interventies 'harder', wat staat voor inperking van de individuele keuzevrijheid. Gezien de waarde die aan keuzevrijheid wordt gehecht in de Nederlandse samenleving, ligt het voor de hand dat politici en burgers sneller afwijzend staan tegenover meer keuzebeperkende interventies.

Hoewel er nog weinig studies zijn die zich richten op interventies hoger op de ladder en het onderzoek naar publieke weerstand en acceptatie van zulke interventies nog beperkt is, zijn er wel eerste aanwijzingen:

- Interventies lager op de ladder roepen minder snel grote weerstand op dan interventies hoger op de ladder. Inperking van keuzevrijheid lijkt weerstand aan te wakkeren.
- De aanwezigheid van weerstand ontneemt niet alle kansen aan het bestaan of het opbouwen van maatschappelijke acceptatie rond een thema. Het beginnende onderzoek hiernaar wijst op draagvlak voor een meer proactieve overheid op het gebied van vleesminderen of geeft aan dat de manier waarop een vleestaks wordt ontworpen en hoe erover wordt gecommuniceerd veel (initiële) weerstand kan wegnemen.[10]
- Weerstand is niet statisch. Weerstand heeft de neiging af te nemen na verloop van tijd, vooral wanneer nieuwe gewoonten worden aangeleerd en sociaal genormaliseerd raken.
- Weerstand is te beïnvloeden. Een aantal studies geeft bijvoorbeeld aan dat weerstand is te verminderen of te vermijden door rekening te houden met identiteit en keuzevrijheid. Dit impliceert dat politici en beleidsmakers leren omgaan met (aanvankelijke) weerstand en deze met communicatie, flankerend beleid, inspraak, goede alternatieven en dergelijke indammen of overwinnen. Anders gezegd, weerstand is (op de langere termijn) geen onoverkomelijk obstakel.

Van onderzoek naar beleid

Ondanks dat de literatuurverkenning een beperkt aantal studies heeft opgeleverd waarin een link met beleid wordt gelegd, vertalen we in tabel 1 bovenstaande wetenschappelijke bevindingen naar adviezen voor beleid.

Tabel 1 *Overzicht onderzoeksvragen, belangrijkste bevindingen en implicaties voor beleid*

Onderzoeksvraag	Belangrijkste bevindingen	Beleidsadvies
1 - Verschillende vormen van weerstand	• Er zijn in de context van de eiwittransitie twee vormen van weerstand te onderscheiden: - Weerstand om te stoppen met het eten van vlees. - Weerstand om (meer) plantaardig te gaan eten. • Weerstand lijkt te verschillen, afhankelijk van de fasen van gedragsverandering (bescherming van zelfbeeld versus specifieke barrières).	Weerstand is niet voor iedereen en voor elke fase van gedragsverandering hetzelfde. Wees in de ontwikkeling en uitvoering van beleid daarom doelgroepspecifiek. Dit geldt zowel voor aansluiting bij motieven voor gedragsverandering als voor zaken die weerstand kunnen oproepen bij doelgroepen. Denk bijvoorbeeld aan de welbekende groepen zoals vleeseters, flexitariërs en vegetariërs. Het is relevant deze groepen verschillend te benaderen. • *Houd rekening met identeitswaarden die vleeseters hechten aan het eten van vlees als het om het minderen van vlees gaat. Erken in het beleid de emotionele band die consumenten kunnen hebben met het eten van vlees en/of de culturele waarde die ze hieraan hechten. Dergelijke persoonlijke of symbolische waarden kunnen verbinden en staan niet per se haaks op vleesminderen noch geven ze reden de consumptie van minder vlees in beleid ongemoeid te laten.*

		• *Houd bij flexitariërs en hun meer plantaardige keuzes rekening met praktische barrières. Beleidsmakers kunnen dan ketenpartijen adviseren om in te zetten op een breed assortiment plantaardige opties. Ook kan het Voedingscentrum met zijn expertise en publieksbereik beleidsmatig een impuls geven aan recepten en kookinspiratie voor plantaardige gerechten.*[11]
2 - Verschillende groepen in de samenleving en hun relatie tot weerstand	• Demografie (zoals leeftijd, masculiniteit en geslacht), milieuwaarden en morele waarden, en sterke overtuigingen (smaak en gemak) zijn belangrijke indicatoren voor verschillende consumentengroepen.	Verstokte vleeseters vertegenwoordigen een groep met het hoogste risico op weerstand. Ontwikkel daarom interventiestrategieën die passen bij de bereidheid tot verandering, met speciale aandacht voor vleeseters met weinig motivatie hun vleesconsumptie te veranderen. • *Voor aan vlees verknochte consumenten lijken interventies die zich richten op een stap-voor-stapbenadering geschikter, waarbij de concentratie ligt op kleinere porties en/of hybride producten omdat deze aansluiten bij bestaande waarden en gewoonten – men kan blijven eten zoals men gewend is maar (bijna) ongemerkt toch wat minder dierlijk, meer plantaardig.*[12]
3 - Verklarende factoren geassocieerd met consumenten-weerstand	De volgende categorieën van verklarende factoren komen naar voren: • demografie en kenmerken, zoals leeftijd, geslacht en opleiding • morele overwegingen, zoals dierenwelzijn en milieu • emotionele reacties, zoals negatieve affectie • sociale omgeving, zoals sociale en culturele normen • overtuigingen rondom vlees, zoals gezondheid en smaak.	Erken relevante factoren die weerstand kunnen veroorzaken voorafgaand aan de ontwikkeling van interventies. Identiteit en keuzevrijheid zijn belangrijke gevoeligheden om rekening mee te houden bij weerstand. • *Bijvoorbeeld niet een keuze afnemen, maar de verhouding in het aanbod of de standaard aanpassen zodat plantaardig de makkelijkste en meest voor de hand liggende keuze wordt, maar waar men wel zelf een keuze kan maken.* • *Bijvoorbeeld door vragen te stellen en onderwerpen te benoemen zonder sturend te zijn: ‘ Wat vind jij eigenlijk van dierenwelzijn?’*
4 - Effectieve interventies en beleidsinstrumenten voor het veranderen van voedselconsumptie, inclusief het vermijden van weerstand	• Interventies die meer keuzevrijheid wegnemen, kunnen ook rekenen op meer weerstand. • Weerstand is dynamisch van aard, en lijkt met interventies te kunnen worden voorkomen of verminderd en neemt in de loop van de tijd af.	Sterke interventies die de keuzevrijheid inperken, hebben het hoogste risico op weerstand. Dus houd bij de keuze voor beleid rekening met het feit dat meer harde interventies meer weerstand kunnen oproepen. • *Zachte interventies, zoals plantaardig als meest toegankelijk maken, de plantaardige opties als standaard instellen, of het communiceren van een positief verhaal over plantaardig eten, zijn minder risicovol.* • *Harde interventies, zoals belastingen en het beperken van de keuze op vlees, lijken risicovoller te zijn.* Weerstand is niet statisch. Weerstand neemt in de loop van de tijd af. Hoewel weerstand soms wordt overschat, is het bij beleidsontwikkeling belangrijk om mogelijke weerstand in te calculeren, zonder dat dit direct een reden hoeft te zijn om bepaalde beleidsopties uit te sluiten of te beëindigen.

Beleidsprioriteiten aanwijzen

De literatuur geeft weinig inzicht in specifieke beleidsimplicaties, en geeft daarmee weinig aanwijzingen voor specifieke interventies om weerstand te voorkomen of verminderen. We hebben vanuit onze expertise gezocht naar aandachtspunten met relevantie en potentieel voor het huidige beleid en het beleid in de nabije toekomst.

- **Ontwikkel een genuanceerd beeld van weerstand: geen permanent obstakel maar een onderdeel van verandering**
  In het literatuuroverzicht zijn verschillende aanwijzingen dat consumentenweerstand een complex en belangrijk obstakel is in de eiwittransitie, maar dat het ook een concept is dat is te begrijpen, te verminderen of te voorkomen. Hier zijn verschillende argumenten voor te vinden in het literatuuroverzicht:
  - Door weerstand goed te begrijpen, beleidsmaatregelen zoals positionering en communicatie al in te zetten voordat weerstand opkomt, en beleidsmaatregelen en interventies aan te laten sluiten bij de specifieke doelgroepen (zoals vleesliefhebbers en flexitariërs), kan weerstand worden voorkomen, verminderd of overwonnen.
  - Er zijn verschillende vormen van weerstand en deze zijn niet allemaal even diepgeworteld. Weerstand is dynamisch en vooral aanwezig bij specifieke groepen. Dit wijst erop dat weerstand niet per se een grote blokkade is.
  - Onderzoeken geven aan dat weerstand afneemt met de tijd. Alhoewel er nog onderzoek nodig is, lijkt het zo te zijn dat weerstand met name voorafgaand aan interventies opkomt en dat de nieuwe situatie gaandeweg als het nieuwe normaal wordt gezien.

  Het is daarom relevant weerstand niet te zien als een permanent obstakel, maar als een natuurlijk onderdeel van het veranderingstraject dat vaak na verloop van tijd afneemt. Weerstand duidt ook op verandering. Zoals de uitdrukking 'zonder wrijving geen glans' aangeeft, is er soms wrijving nodig om verandering teweeg te brengen. Weerstand is een serieus te nemen onderdeel van een transitieproces. Een onderdeel dat ook kan wisselen tussen (groepen) mensen omdat in een transitieproces mensen zich op verschillende momenten als 'winnaars' of 'verliezers' zien. En weerstand is een onderdeel van veranderingsprocessen dat beheersbaar is en kan worden tegengegaan. Juist vooraf goed nadenken over weerstand en manieren hoe dit te voorkomen, verminderen of benutten, is nodig om weerstand niet langer als een eindpunt en obstakel te zien. Oog hebben voor weerstand kan resulteren in beleidsinterventies die meer geaccepteerd worden of meer (blijvende) impact hebben.

- **Zie dat er verschillende manieren zijn om met weerstand om te gaan**
  Voor verschillende typen interventies en beleid in allerlei domeinen is het relevant heel specifiek te zijn in wat het doelgedrag is en wat de specifieke doelgroep is. Ook voor weerstand wordt in studies op deze aspecten gewezen. De kansen op het ontstaan van weerstand verschillen en variëren in felheid tussen bepaalde doelgroepen. Ook ervaren verschillende groepen andere vormen van weerstand. In vroege fases van de eiwittransitie (reduceren van vleesconsumptie) zijn morele en sociale barrières belangrijker, terwijl in latere fases (accepteren van een plantaardig dieet) van de transitie praktische hindernissen de overhand krijgen. Stem interventies af op de specifieke weerstand van doelgroepen, zoals vleesliefhebbers of flexitariërs. Gebruik gepersonaliseerde communicatie die aansluit bij de waarden en gewoonten van de doelgroep, door bijvoorbeeld groepen aan te spreken op aspecten die zij belangrijk vinden of aan te haken bij identiteitskenmerken. Erken relevante factoren die weerstand kunnen veroorzaken voorafgaand aan de ontwikkeling van interventies. Identiteit en keuzevrijheid zijn belangrijke gevoeligheden om rekening mee te houden bij weerstand.

- **Maak gebruik van sociaal-culturele veranderingsmechanismen**
  De huidige voedselomgeving waaronder zowel het fysieke aanbod en de marketing, als de ervaren norm dat vlees eten normaal is, zetten vlees en dierlijke eiwitten als de standaard neer. Dit zorgt ervoor dat het gemakkelijker is voor consumenten om vast te houden aan hun stukje vlees. Weerstand is niet alleen een individueel proces, het is ook gekoppeld aan de hele sociaal-culturele constructie van in dit geval vlees als regulier onderdeel van onze voedselomgeving. Richt beleid daarom niet alleen op individuen, maar ook op het voedselsysteem en de sociale normen die vleesconsumptie op dit moment juist bevorderen. Denk aan veranderingen in de voedselomgeving. Specifiek gekoppeld aan weerstand, zien we dat interventies die keuzevrijheid behouden minder weerstand oproepen. Interventies die zich richten op de voedselomgeving en de keuzevrijheid behouden, zijn bijvoorbeeld het aanpassen van de standaard naar plantaardige keuzes, het vergroten van het aanbod van plantaardige keuzes of het stimuleren van een normverandering door bijvoorbeeld te communiceren over mensen die hun eetpatroon al hebben aangepast naar een meer plantaardig dieet.

- **Zoek naar balans tussen impact en keuzevrijheid**
  De keuze voor beleidsinterventies die de keuzevrijheid behouden zorgen over het algemeen voor minder impactvolle interventies. Zachte interventies, zoals het geven van informatie, roepen dan wel minder weerstand op maar laten ook een kleine impact op gedrag zien. Daarentegen hebben hardere interventies, zoals het inperken of aanpassen van het keuzepalet, wel meer potentie op lange termijn en een grote impact. We bevelen daarom aan om alle harde interventies die de keuzevrijheid inperken niet per definitie uit te sluiten, maar om ze af te wegen op zowel mogelijke weerstand als impact.

Noten

[1] Deze factsheet behoort tot het onderzoeksproject Versnellingsagenda Nieuwe Eiwitten (BO-43-103-010). De inhoud ervan is gebaseerd op literatuuronderzoek dat is uitgevoerd als onderdeel van het WOT-project 'Beleidsperspectieven voor duurzame eiwitconsumptie' en is opgenomen in het onderdeel Weerstand van de Versnellingsagenda. Deze overzichtsstudie is uitgemond in de 2025-publicatie Change meat resistance: Systematic literature review on consumer resistance towards the alternative protein transition door Marleen C. Onwezen, Ghalia Nassar en Jetske A. Bouma in *Annual Review of Food Science and Technology*, *16*, 6.1–6.20.

[2] Dierlijke eiwitten hebben betrekking op vlees, vis, zuivel of eieren. Plantaardige eiwitten hebben betrekking op granen, peulvruchten, zaden, noten, plantaardige alternatieven voor vlees en zuivel, eiwitrijke groenten, zoals spinazie of broccoli en eiwitrijk fruit, zoals banaan of avocado.

[3] Gezondheidsraad (2023). *Gezonde eiwittransitie*. Den Haag: Gezondheidsraad.

[4] Zie H. Dagevos en M.C. Onwezen (2023). 'Eiwitbalans'. In: P. Berkhout, H. Vermeulen en P. Ramaekers (red.) *Staat van landbouw, natuur en voedsel, 2023*. Wageningen: Wageningen Economic Research, 103-105.

[5] RIVM (2023). Voedselconsumptiepeiling 2019-2021. https://www.wateetnederland.nl/; M. Onwezen, L. Dwyer, M. Verain, F. Kremer, J. van den Puttelaar, N. Herceglić, H. Dagevos en K. Logatcheva (2024). *Eiwitmonitor 2023: Inzicht in de verhouding plantaardige en dierlijke eiwitten in vraag en aanbod*. Wageningen: Wageningen Economic Research.

[6] Zie bijvoorbeeld H. Dagevos en W. Verbeke (2023). 'Vlees eten en vleesminderen in de Lage Landen: Een consumptiesociologische bijdrage'. *Tijdschrift Sociologie*, *4*, 210-235; J. Koch en K. Vinger (2023). *Hoe 'circulair' zijn Nederlandse consumenten?: Een empirisch onderzoek naar gedrag, bereidheid en de potentiële milieuwinst van circulair consumeren*. Den Haag: Planbureau voor de Leefomgeving; Zest Marketing (2024). *Het nationaal vleesonderzoek: Onderzoek naar de opinies en percepties van de Nederlandse bevolking in opdracht van Nederland Vleesland.*

[7] M.C.D. Verain, M.J. Reinders, E.P. Bouwman en H. Dagevos, H. (2024). 'Gradual behaviour change towards meat reduction revisited: Applying the decisional balance scale in a Dutch study'. *Appetite*, *203*,107712; M. Zaraska (2016). *Meathooked: The History and Science of Our 2.5-Million-Year Obsession with Meat*, New York: Basic Books.

[8] M.C. Onwezen (2023). 'Goal-framing theory for sustainable food behaviour: The added value of a moral goal frame across different contexts'. *Food Quality and Preference*, *105*, 104758.

[9] H. Dagevos en M.C. Onwezen, *Beleidsopties voor gedragsinterventies om de eiwittransitie te versnellen*.

[10] Zie H. Dagevos en M.C. Onwezen (2025). 'Toward consumer-oriented food policies: A toolbox for encouraging the protein transition'. *Sustainability: Science, Practice and Policy, 21*, 2454060; Proveg (2022). *Wat vindt Nederland van de eiwittransitie?: De rol van de overheid*; ProVeg (2024). Beleidsvoorstellen voor de eiwittransitie: Wat wil Nederland van het kabinet in 2024?; V.E. Siegerink, J. Delnoij en F. Alpizar (2024). Public preferences for meat tax attributes in The Netherlands: A discrete choice experiment. *Food Policy*, *128*, 102675.

[11] Zie ook tabel 1 (in het bijzonder de kolom 'Informatie verschaffen') in de factsheet H. Dagevos en M.C. Onwezen, *Beleidsopties voor gedragsinterventies om de eiwittransitie te versnellen*.

[12] Zie voor de relevantie van kleinere vleesporties als manier om de eiwittransitie verder te helpen ook de factsheet Geleidelijke gedragsverandering: kansen en knelpunten voor vleesminderen, of PlantPro Project (2025). *Saving the world, one plate at a time? - Accelerating a green consumer behaviour transition in the food market*. Aarhus: MAPP.

Meer informatie
Marleen Onwezen | Hans Dagevos
marleen.onwezen@wur.nl | hans.dagevos@wur.nl
www.wur.nl/social-and-economic-research

2025-064