

SPREEKKAART

Praten over cultuurgebonden eetgewoontes?

Als je zicht wil krijgen op hoe (on)gezond je klanten of patiënten met een andere etnisch-culturele achtergrond eten, ga je best met hen in gesprek.

Vragen stellen maakt de tongen los. Hieronder vind je enkele voorbeeldvragen die polsen naar cultuurgebonden eetgewoontes. Ideale gespreksopeners! Handig in bv. de diëtistenpraktijk, maar ook in een sociaal restaurant of bij een sociale kruidenier:

GOUDEN TIP

Start het gesprek met een open vraag. Zo kan jouw patiënt of klant zijn of haar eetgewoontes uitleggen. Als je specifieke vragen hebt, kan je die daarna stellen. Doe dat bijvoorbeeld met een gesloten ja-nee-vraag. Zoals: “Wil dat zeggen dat je melk en vlees niet samen eet?” of “Maak je je eten op een bepaalde manier klaar omwille van je geloof?”. Laat een gesloten vraag volgen door een open vraag. Bijvoorbeeld: “Kan je daar wat meer over vertellen?” of “Op welke manier maak je je eten dan klaar?”. Toon je oprechte interesse en bedank je patiënt of klant voor de uitleg. Praten over religieuze of culturele eetgewoonten is heel persoonlijk en het is niet voor iedereen evident om dat met iemand van buiten de etnisch-culturele gemeenschap te doen.

- Maak jij dit gerecht soms thuis klaar?
- Noem een gerecht dat jij graag klaarmaakt of eet.

- Wat heb je gisteren gegeten thuis?
- Vertel eens wat deze maaltijd voor jou *Turks** maakt? (Noem de etnisch-culturele afkomst van de deelnemer als je die kent, anders eerst vragen.)
- Eet jij zoals jouw ouders of grootouders in *Turkije**? (Noem het herkomstland van de deelnemer.)
- Vertel eens wat deze maaltijd voor jou Vlaams/Belgisch maakt?
- Eet jij graag uit een heel ander land, bijvoorbeeld Italiaanse pasta's of oosterse wokschotels?

- Welke keuken (van welk land) eet je het liefst?
- Wat vind je zo lekker aan die keuken?
- Ben je op zoek naar *Turkse** producten of ingrediënten?
- Vertel eens wat dit product voor jou *Turks** maakt?
- Vertel eens wat dit product voor jou Vlaams/Belgisch maakt?

- Maak jij soms gerechten klaar uit nog andere landen? Welke ingrediënten gebruik je daarvoor?

