



veggie  
challenge  
*Teams*

SAMEN BETER ETEN VOOR JE  
GEZONDHEID EN DE PLANEET



**30 dagen méér  
plantaardig**



# Wie gingen je voor?



Rabobank



Johannes  
Fontanus  
College

ontdek je kracht



gemeente

Wageningen



Amsterdam UMC  
Universitair Medische Centra



CHRISTELIJKE  
HOOGESCHOOL  
EDE



een  
santeon  
ziekenhuis



EUROSYSTEEM



*“Met de start van de Veggie Challenge startte ons Werkcafé in het gemeentehuis met het dagelijks aanbieden van vegetarische en vegan lunches.*

*Dit is zo’n groot succes dat deze pilot ook na de challenge wordt voortgezet!”*

**Organisatieadviseur  
Gemeente Rhenen**

# Wist je dat...

1 maand plantaardig eten bespaart gemiddeld, **per persoon**:



2  
DIERENLEVEN'S



62  
KG CO2-EQ\*



36,000  
L WATER



80  
M2 LAND

Stel, je eet een maand plantaardig met een team van **100 medewerkers**, bespaar je gemiddeld 3.5 miljoen (!) liter water, dat zijn **58.000** douchebeurten!



# WAT IS VEGGIE CHALLENGE **TEAMS?**

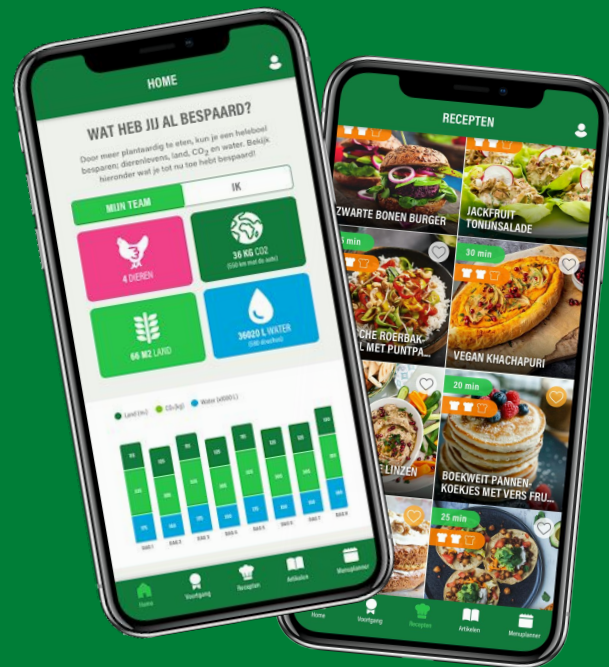
# Wat is Veggie Challenge Teams?

De Veggie Challenge is een **programma** dat mensen op positieve wijze activeert om 30 dagen meer plantaardig te eten. Heel gebruiksvriendelijk, met de **handige app**.

De app houdt precies de **impact van teams en de hele organisatie** bij die zijn gemaakt met mes en vork! Via het dashboard kunnen de besparingen live worden bekeken.

De Challenge start met een **inspiratiesessie** waar alle deelnemers achtergrondinformatie en praktische tips krijgen over meer plantaardig eten.

Meer info op [www.veggiechallenge.nl/teams-premium](http://www.veggiechallenge.nl/teams-premium)



veggie  
challenge  
Teams

# Waarom Veggie Challenge Teams?

## Een teambuilding activiteit die:

- Een gezondheidsboost geeft.
- Boordevol inspiratie en nieuwe smaakbeleving zit.
- Zo goed is voor het klimaat dat je er trots op kunt zijn!

Meer info op [www.veggiechallenge.nl/teams-premium](http://www.veggiechallenge.nl/teams-premium)



# HOE WERKT HET?

# Schrijf je in

- Een **eigen inschrijfpagina en uitnodiging** voor de organisatie.
- **Samen** meer plantaardig eten.
- Collectieve **startdatum**.
- Ieder een **eigen challenge**:
  - 30 dagen flexitarisch
  - 30 dagen vegetarisch
  - 30 dagen plant-based

## HOI! JE BENT UITGENODIGD VOOR DE VEGGIE CHALLENGE VAN VEGALICIOUS.

*Vanaf 1 maart gaan we de uitdaging aan om 30 dagen beter te eten. Meer plantaardig, minder vlees. Samen maken we het verschil voor de planeet, voor de dieren en voor onze gezondheid. Tijd voor impact! We hebben ons aangemeld voor Veggie Challenge Teams en dagen jou uit om mee te doen!*

JULIE CHALLENGE  
START IN  
**20**  
DAGEN

### IK GA DE UITDAGING AAN!

Eetgewoonten veranderen kan een uitdaging zijn, maar samen gaan we deze smakelijke challenge aan en ontdekken we de kleurrijke wereld van meer vegat! Binnen Vegalicious gaan we ervoor. 2 mensen doen al mee. Jij ook?

#### Team

Klimathelden van HR (2 deelnemers)

#### Hoe jij nu eet

Maak een keuze

#### Jouw persoonlijke uitdaging

Maak een keuze



ONZE CHALLENGE  
START OP

[startdatum]

HI COLLEGA,

Jouw bedrijf doet mee aan de Veggie Challenge. Samen gaan we vanaf [startdatum] 30 dagen duurzamer en gezonder eten. Meer plantaardig, minder vlees. We hebben online ons eigen team aangemaakt en we dagen jou uit om mee te doen. Doe je mee?

FOTO / LOGO  
VAN PERSOON  
/ AFDELING

JOUW NAAM / AFDELING



DOE DE 

- ✓ Ontdek nieuwe smaken met **400+** heerlijke recepten in de Veggie Challenge App
- ✓ Maak het jezelf leuk én makkelijk met een handige maaltijdplanner, dagelijkse tips, challenges en beloningen
- ✓ Volg live hoeveel **CO2, water en land** jij en je collega's samen besparen
- ✓ Houd je nieuwe gewoonte vast met de hulp van onze Veggie Challenge **coach**

KIES JOUW UITDAGING

prebeer  
30 DAGEN  
VEGAN

prebeer  
30 DAGEN  
VEGA

prebeer  
30 DAGEN  
MINDER  
VLEES

Wist je dat met 30 dagen plantaardig je 36.000 liter water bespaart? Dat is bijna 2 jaar dagelijks douchen!

IK DOE MEE!

Your  
LOGO



MELD JE AAN: [VEGGIECHALLENGE.NL/NT64](https://veggiechallenge.nl/nt64)

# Download de app

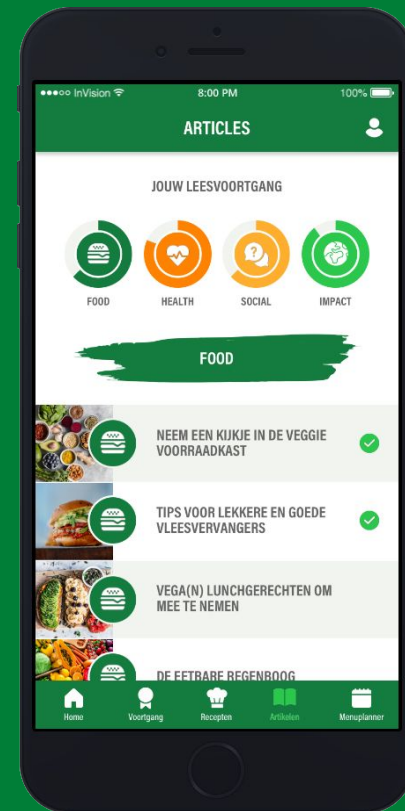
- Ontdek meer dan **400 heerlijke recepten**
- Stel je **weekmenu** samen
- Maak in 1 klik je **boodschappenlijstje**



# Ontvang info & tips

Korte 'infosnacks' over:

- Koken en voeding
- Gezondheid, vitaminen en voedingsstoffen
- Praktische tips



# Beleef inspiratiesessies

- Presentatie voor werknemers bij start Veggie Challenge
- Leer meer over de **impact** die je kan maken met jouw mes en vork en hoe je in 30 dagen een **plantaardige gezondheidsboost** kan krijgen



# Doe het samen

- Neem deel aan de Whatsapp groep
- Wissel heerlijke recepten uit
- Deel je ervaringen



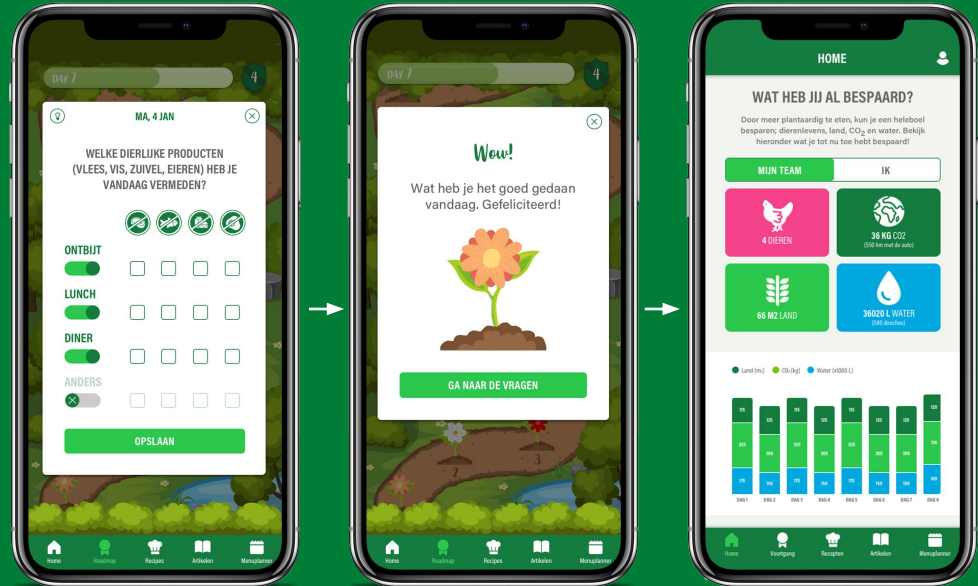
**Wist je dat deelnemers  
2,5 keer zoveel impact  
maken als ze meedoen  
met een team?**

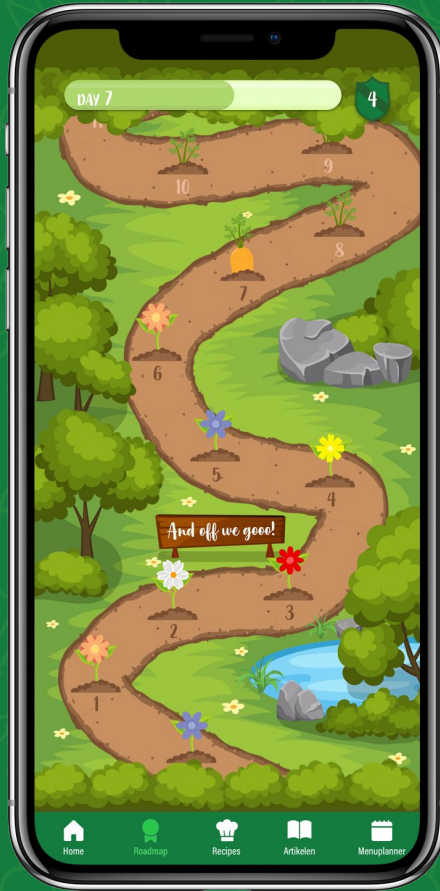
*“Binnen Bidfood leeft het onderwerp momenteel vooral aan tafel in het bedrijfsrestaurant. Het restaurant heeft een extra vak gecreëerd met gezonde en plantaardige opties. Hier is veel animo voor en medewerkers vinden het leuk om de nieuwe producten te leren kennen. Door het er samen over te hebben leren we weer van elkaar en motiveren we elkaar voor de challenge!”*

**Customer Relation Manager  
Bidfood**

# Volg je dieet

- Bereken dagelijks je persoonlijke besparingen via de dieet-logger
- Bekijk live de besparingen van de organisatie via het dashboard in de app





# Verdien badges

Beloningen (zoals de Veggie Burger Badge) verdienen met opdrachten in de app, zoals:

- Beantwoord 10 quizvragen
- Log je dieet 5 dagen lang
- Bekijk 20 recepten

# Gamification!





# Bekijk de voortgang via groepsdashboard

- Totale besparingen organisatie
- Besparingen per afdeling/team  
(later competitief overzicht in rapportage)
- Persoonlijke besparingen



# Rapportages om trots op te zijn!

**Social Media Shareable**  
21 april om 9:30

Met onze Veggie Challenge hebben wij gedurende de maand Januari maar liefst **19.024 douchebeurten** aan water bespaard!  
Wow! Bekijk alle statistieken op <https://bit.ly/jan-report>

**30 DAGEN MEER PLANTAARDIG ETEN**  
**JOUW ORGANISATIE DEED HET, MET VEGGIE CHALLENGE TEAMS!**

**13.771 DOUCHES BESPAARD**  
(66740 LITER WATER)

**7.251 KM AUTORIJDEN BESPAARD**  
(571 KG CO2)

**52 DIERENLEVEN'S GERED**

**1.609 M2 LANDEGBRUIK VOORKOMEN**

proveg

## JOUW ORGANISATIE VEGGIE CHALLENGE TEAMS EINDRAPPORTAGE

Vanaf 1 juni 2023 deed jouw organisatie mee met de Veggie Challenge. 39 deelnemers kozen voor 30 dagen minder vlees, 30 dagen vegetarisch, of 30 dagen vegan en gingen de uitdaging aan. Hier dat leekten zij via de Veggie Challenge App vast hoe zij die dag begonnen. Op basis daarvan is in deze infographic berekend wat de totale besparingen zijn geweest.

### 39 MENSEN DEEDEN MEE

### 13.968 PLANTAARDIGE MAALTIJD-COMPONENTEN GELOED VIA DE APP

### 52 DIEREN

### 7.251 KM (571 KG CO2)

### 13.771 DOUCHES (66740 LITER WATER)

### 1.609 M2 LAND

### WAT HEBBEN WE IN 30 DAGEN BESPAARD MET ONZE VEGGIE CHALLENGE?

52 DIEREN  
7.251 KM (571 KG CO2)  
13.771 DOUCHES (66740 LITER WATER)  
1.609 M2 LAND

### DEELNEMERS PER TYPE CHALLENGE

38% Vegetarisch  
18% Vegetarisch  
44% Vleesvrije dagen

### WAZE TEAMS BESPAARDEN HET MEESTE CO2

Waarom hebben middelen het begaan van hun diët het meest bespaard. In de bereide koken om de gemiddelde besparingen per persoon, waardoor de laagste gemiddelde gemiddelde factor meer is.

TEAM	CO2 BESPAARD*	CO2 BESPAARD PER PERSOON
FUNCTIONAL	220,2	31,5
LEGAL AND HR TEAM	199,1	19,9
TEAM	126	15,1
TEAM	100,2	32,6
TEAM	98,7	24,7
TEAM	63,9	16
TEAM	62	20,7

\* IN KG CO2 PER PERSOON

### WAAROM BESPAAR JE CO2 EN LAND MET VEGA ETEN?

Wist je dat koeien schadelijke broeikasgasen produceren bij het verteren van hun voedsel? Wanneer je geen producten van dieren eet, dat schied dat broeikasgas wordt welk maar meer dan twee keer zoveel aan het dier gevoerd dan er door mensen te laten consumeren.

### WANNEER WE ONS NIEUWE DIET 1 JAAR VOL Zouden HOUDEN BESPAAREN WE:

52 DIEREN  
7.251 KM (571 KG CO2)  
13.771 DOUCHES (66740 LITER WATER)  
1.609 M2 LAND

### DOOR ONS MEEST GELIEFDE RECEPTEN

Deze recepten werden door de deelnemers het meest toegevoegd aan de recepten recepten.

1. KIKORNDIENEN CURRY
2. BORSNIENREISOPSTAP
3. RICE P MET TOPPINGS, SIA, TOMAT & GURCHOLE
4. TOSKALDI
5. KIKORNDIENEN MET RIZIENEN EN KAASEL

# Premium pakketten

	Premium	Regular
Gepersonaliseerde flyer	✓	✓
Gepersonaliseerde webpagina	✓	✓
Dashboard in app	✓	✓
Inspiratiesessie bij start Challenge (*bij regular is de presentatie online)	✓	✓
Eindrapportage en infographic met besparingen	✓	✓
Optie om deel te nemen met meerdere teams	✓	✗
Online eindpresentatie waar de resultaten worden gedeeld	✓	✗
1-1 advies om de werkomgeving/bedrijfskantine meer plantaardig te maken	✓	✗
	Prijs op aanvraag	

# Meedoen = goed voor...

...teambuilding.

...gezondheid.

...de planeet.

...dierenwelzijn.

...maatschappelijk verantwoord ondernemen.

## Contact

Heb je vragen over  
Veggie Challenge Teams?

Tessa Stevens  
[tessa.stevens@proveg.org](mailto:tessa.stevens@proveg.org)





veggie  
challenge  
Teams

# DOE JE MEE?

*“Onze ervaring met Veggie Challenge Teams was geweldig dankzij de app met alle recepten. Ook het bijhouden van je besparingen was top! De interactieve kick-off en afsluiting gaf ons een gezamenlijk doel. Dankzij de challenge kregen we echt het gevoel dat we een positieve impact maakten!”*

***Duurzaamheidsmanager, Appèl***