

# Handleiding Glutenvrije producten selecteren met de 'Kies ik gezond?'-app van het Voedingscentrum

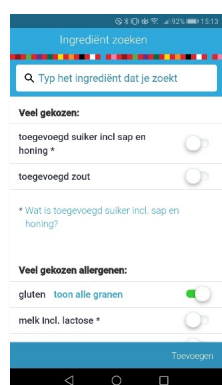
Met de Kies Ik Gezond?-app hoef je geen etiketten meer uit te pluizen en wordt het een stuk eenvoudiger om de producten te vinden die voor jou veilig zijn. De app is niet alleen handig als je coeliakie hebt, maar ook een allergie of intolerantie. Je selecteert eenvoudig dat je wilt letten op gluten, melk, noten, vis of een ander allergeen.

In dit document lees je stap voor stap hoe je glutenvrije producten kan selecteren.

## Stap 1. Stel je persoonlijke profiel in.



## Stap 2. Klik op 'Zoek ingrediënten en stel in' en kies in het volgende scherm voor 'gluten'.



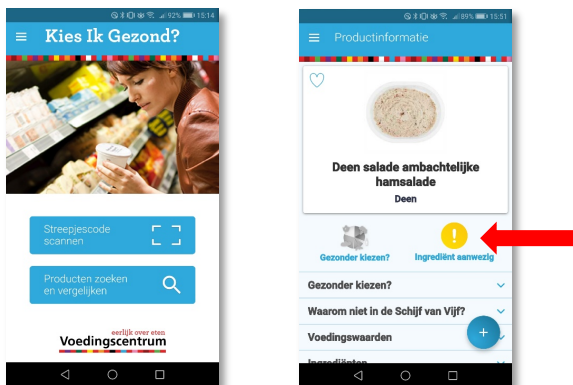
Vervolgens krijg je een disclaimer tekst waarbij wordt uitgelegd dat de app geen rekening houdt met de kruisbesmettingswaarschuwing "kan sporen van..." bevatten. Uiteraard geldt dit niet voor de producten met het officiële Crossed Grain logo: deze zijn gegarandeerd glutenvrij.

In de stap die volgt kan je naar wens selecteren op supermarkt.



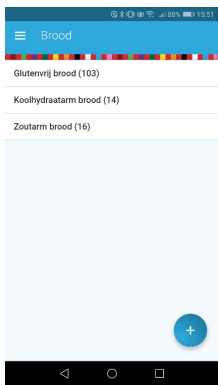
### Stap 3. Selecteer een product

Vervolgens kun je gaan selecteren op product, of de scanner gebruiken om de streepjescode van een product te scannen. De app geeft dan aan of het product glutenbevattende granen bevat in de ingrediënten. Als er gluten in de ingrediënten zit, dan zal je het symbool van een uitroeptekens in een gele cirkel zien:



### Stap 4. Selecteren op glutenvrije producten

Binnen een productgroep kun je ook selecteren op glutenvrije producten. Hieronder zie je het voorbeeld van de categorie glutenvrij brood in de productgroep 'Brood'.



#### Stap 4. Selecteren op het Crossed Grain logo

Binnen een productgroep kun je ook nog specifiek selecteren op het Crossed Grain logo, zodat je alleen die producten te zien krijgt die gegarandeerd glutenvrij zijn. Hieronder zie je een voorbeeld binnen de groep ontbijtgranen. Bij 'Filter' kies je dan voor Crossed Grain logo.

