

Samen eten doet goed!



LEI

WAGENINGEN UR

Samen eten doet goed!

Marieke Meeusen
Jantine Voordouw
Isabelle van den Berg
Anima Ruissen

LEI-rapport 2012-031
Maart 2012
Projectcode 2274000099
LEI, onderdeel van Wageningen UR, Den Haag

Het LEI kent de volgende onderzoeksvelden:



Sector & Ondernemerschap



Regionale Economie & Ruimtegebruik



Markt & Ketens



Internationaal Beleid



Natuurlijke Hulpbronnen



Consument & Gedrag

Samen eten doet goed!

Meeusen, M., J. Voordouw, I. van den Berg en A. Ruissen

LEI-rapport 2012-031

ISBN/EAN: 978-90-8615-577-4

Prijs € 15,25 (inclusief 6% btw)

59 p., fig., tab., bijl.

Project BO-08-015-002, 'Samen eten in de wijk'

Dit onderzoek is uitgevoerd binnen het kader van het EL&I-programma
Beleidsondersteunend Onderzoek; Thema: Burger aan zet; Cluster: Voedsel,
dier en consument.

Foto omslag: Vincent van den Hoogen/Hollandse Hoogte

Bestellingen

070-3358330

publicatie.lei@wur.nl

Deze publicatie is beschikbaar op www.lei.wur.nl.

© LEI, onderdeel van Stichting Dienst Landbouwkundig Onderzoek, 2012
Overname van de inhoud is toegestaan, mits met duidelijke bronvermelding.

Inhoud

	Woord vooraf	7
	Samenvatting	8
	S.1 Belangrijkste uitkomsten	8
	S.2 Overige uitkomsten	8
	S.3 Methode	9
	Summary	10
	S.1 Key findings	10
	S.2 Complementary findings	10
	S.3 Methodology	11
1	Inleiding	12
	1.1 Aanleiding	12
	1.2 Doel van het onderzoek	14
	1.3 Werkwijze	15
	1.4 Opbouw van het rapport	15
2	Het concept Resto VanHarte	16
3	Methode van onderzoek	19
	3.1 Inleiding	19
	3.2 Literatuuronderzoek	19
	3.3 Aanpak	23
	3.3.1 Inleiding	23
	3.3.2 Kwalitatief onderzoek onder managers van Resto VanHarte	23
	3.3.3 Kwalitatief onderzoek onder bezoekers van Resto VanHarte	24
	3.3.4 Kwantitatief onderzoek onder de bezoekers van Resto VanHarte	25

4	Resultaten	28
4.1	Inleiding	28
4.2	Bezoek aan Resto VanHarte	28
4.3	Waardering van Resto VanHarte	30
4.4	Lichamelijke gezondheid	34
4.5	Mentale gezondheid	37
4.6	Veiligheid en sociale samenhang in de wijk	39
5	De betekenis van Resto VanHarte voor de buurt en het gemeentelijk beleid	41
5.1	Inleiding	41
5.2	Relevantie voor beleid	41
5.2.1	Inleiding	41
5.2.2	Bijdrage aan algemene beleidsdoelen	42
5.2.3	Gezondheidsbeleid	43
5.2.4	Wet Maatschappelijke Ondersteuning (Wmo)	44
5.2.5	Participatiebeleid	45
5.3	Resto VanHarte als arrangement	45
6	Discussie, conclusies en aanbevelingen	48
6.1	Discussie	48
6.2	Conclusies	49
6.3	Aanbevelingen	51
	Literatuur en websites	53
	Bijlage	
1	Deelnemers aan het kwantitatief onderzoek	58

Woord vooraf

Het onderzoek is gefinancierd door het ministerie van Economische Zaken, Landbouw en Innovatie uit het BO-programma 'Voedsel, Dier en Consument'.

Het onderzoek is begeleid door een commissie bestaande uit: Mireille Boshuizen, Martijn Root en Erwin Maathuis van het ministerie van Economische Zaken, Landbouw en Innovatie (EL&I), Rosanne Metaal van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS), Eric Apon en Jefthe Fronczek van Resto VanHarte en Hans Rutten van het InnovatieNetwerk. Wij danken hen hartelijk voor hun meedenken en meedoen.

Ook een woord van dank aan alle managers van Resto VanHarte en hun gasten die dit onderzoek tot een succes hebben gemaakt. De hoge respons is mede te danken aan hun inzet om de vragenlijsten zo volledig mogelijk in te laten vullen. Veel dank daarvoor.

Ook zijn we collega's erkentelijk voor hun werk. we noemen Jonathan van 't Riet, oud-collega bij het LEI, die het onderzoek heeft opgezet en de theoretische onderbouwing in hoofdstuk 3 heeft geschreven. In verband met een functie bij een andere werkgever heeft hij zijn werk aan dit project beëindigd en overgedragen aan Marieke Meeusen. Ook collega's van FBR noemen we: zij hebben de interviews met de vijf managers en horecacoördinatoren van Resto VanHarte gehouden. Het gaat om Nina Wassenaar, Nancy Holthuysen en Mariska Nijenhuis. Hartelijk dank voor de bijdrage.

Tot slot bedanken wij Astrid Huygen van het Verwey-Jonker Instituut, die de vragenlijst met een kritische blik heeft bekeken en in hoofdstuk 5 een bijdrage heeft geleverd door het concept Resto VanHarte te relateren aan de buurt- en (lokale) beleidscontext.

Ir. L.C. van Staalduinen
Algemeen Directeur LEI

Samenvatting

S.1 Belangrijkste uitkomsten

- *Resto VanHarte scoort met haar concept grote tevredenheid*
De bezoekers zijn heel tevreden over Resto VanHarte. Dé succesfactoren van het concept zijn: (1) een goede, professionele kok die lekker kookt, (2) de gezamenlijke en gevarieerde maaltijden en (3) de actieve, betrokken vrijwilligers.
- *Eten met (een vaste groep) anderen verbetert de ervaren gezondheid*
Het merendeel van de bezoekers (75% - 85%) zegt dat Resto VanHarte bijdraagt aan hun lichamelijke, mentale en sociale gezondheid. Daarbij noemt men vooral het gezamenlijk eten en het kunnen onderhouden van bestaande contacten dan wel het kunnen opdoen van nieuwe contacten.
- *Het samen eten in Resto VanHarte heeft ook invloed op het eten thuis*
De bezoekers vinden gezond eten erg belangrijk. Ze zeggen het zelf belangrijk te vinden en ook door hun sociale omgeving wordt het belang van gezond eten benadrukt. Ofschoon het gezond eten niet het hoofddoel van Resto VanHarte is, heeft het samen eten in Resto VanHarte wel invloed op het eten thuis. Sinds het bezoek aan Resto VanHarte kookt bijna de helft van de bezoekers thuis op een andere manier: ze koken meerdere soorten eten en nuttigen meer warme maaltijden. Een derde van de bezoekers zegt echter minder vaak te zijn gaan koken 'omdat ik nu bij Resto VanHarte eet'.

S.2 Overige uitkomsten

Overige uitkomsten zijn:

- Vooral Nederlandse, alleenstaande vrouwen ouder dan 50 jaar bezoeken de Resto's;
- Samen eten met een vaste groep bekenden wordt als 'gezellig' ervaren;
- De 'Resto-sfeer' maakt het leggen van nieuwe contacten gemakkelijk;
- De sociale activiteiten en informatieavonden worden gewaardeerd, maar zijn niet doorslaggevend;
- De bezoekers voelen zich redelijk gezond op zowel lichamelijk als mentaal vlak, maar iets minder gezond op sociaal vlak.

De betekenis van Resto VanHarte gaat verder dan alleen het eten van een gezamenlijke maaltijd. Door zijn opzet draagt Resto VanHarte ook bij aan doelen waar de (lokale) overheid en instanties naar streven. Het gaat daarbij om zaken als het opdoen en onderhouden van contacten (sociale gezondheid), het bestrijden van eenzaamheid (mentale gezondheid), het bevorderen van een gezonde keuze over leefstijl (fysieke gezondheid) en het laten aansluiten van formele en informele verbanden (vrijwilligersbeleid/participatiebeleid). Resto VanHarte is daarom te beschouwen als een arrangement dat aanhaakt bij de verschillende (beleids)opgaven die gesteld zijn. Het concept Resto VanHarte heeft een meerduidige doelstelling en laat een innovatieve combinatie van betrokken partijen zien. Het is een uiting van het streven naar creatieve aanpakken op lokaal niveau. Lokale invulling van het landelijke concept is noodzakelijk en daarbij is het belangrijk om het afstemmen op de lokale cultuur goed te organiseren.

S.3 Methode

Ongezonde voeding is een van de oorzaken van de gezondheidsproblemen in stedelijke wijken met een sociale achterstand. Daarnaast hebben relatief veel mensen in deze wijken te maken met problemen op het vlak van mentale en sociale gezondheid. Het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) en het ministerie van Economische Zaken, Innovatie en Landbouw (EL&I) willen weten welke rol 'samen eten' kan spelen in het verbeteren van de gezondheid van mensen.

De invloed van 'samen eten' is onderzocht door het concept van Resto VanHarte te doorgronden. Resto VanHarte wil de leefbaarheid in wijken en steden in heel Nederland verbeteren. Ze heeft daartoe eetgelegenheden georganiseerd waar mensen van diverse leeftijden, religies en culturen makkelijk naar toe kunnen. Anno 2011 zijn er 26 Resto's.

Eerst is literatuuronderzoek uitgevoerd. Vervolgens is kwalitatief onderzoek onder 37 bezoekers van Resto VanHarte uitgevoerd. Ook zijn vijf managers en horecacoördinatoren van Resto VanHarte geïnterviewd. Daarna is een vragenlijst onder de bezoekers van Resto VanHarte uitgedeeld, waar 286 mensen op hebben gereageerd.

Summary

Eating together increases well-being

S.1 Key findings

- *Resto VanHarte scores highly with its concept of great satisfaction*
Guests are very satisfied with *Resto VanHarte* (a community dining project). The success factors of the concept are: (1) a good, professional chef who cooks delicious meals, (2) the shared and varied meal, and (3) the active and dedicated volunteers.
- *Eating with other people (or a fixed group of people) improves perceived health*
The majority of the guests (75% - 85%) say that *Resto VanHarte* makes a positive contribution to their physical, mental and social health. In addition, people specifically mention the aspect of dining together and being able to maintain existing contacts or making new contacts.
- *Eating together at Resto VanHarte also has an influence on eating at home*
The guests consider healthy eating to be very important. They consider it important for themselves, and the importance of healthy eating is also emphasised by their social environment. Although healthy eating is not the primary goal of *Resto VanHarte*, dining together at *Resto VanHarte* does influence eating habits at home. Since visiting *Resto VanHarte*, almost half of the guests change the way they cook at home. They cook more types of food and eat more hot meals. However, a third of the guests also say that they now cook less at home because they dine at *Resto VanHarte*.

S.2 Complementary findings

Complementary findings include:

- The *Resto* guests are primarily Dutch, single women aged 50 or older;
- Eating with a fixed group of familiar people is considered sociable and enjoyable;
- The *Resto* atmosphere makes it easy to make new contacts;
- The social activities and information evenings are appreciated, but are not decisive factors;

- The guests feel reasonably healthy physically and mentally but a little less healthy in social terms.

The significance of Resto VanHarte goes beyond just eating a meal together. The set-up of Resto VanHarte means it can also contribute to objectives set out by local/national government and other organisations. These objectives relate to matters such as making and maintaining contacts (social health), combating loneliness (mental health), promoting a healthy choice of lifestyle (physical health) and creating formal and informal connections (volunteer policy/participation policy). Resto VanHarte can therefore be seen as a project that links up with the various tasks and policy objectives set. The concept of Resto VanHarte has a clearer goal and exhibits an innovative combination of concerned parties. It is an expression of the objective of achieving creative approaches at local level. A local interpretation of the national concept is necessary, so good organisation of the harmonisation with the local culture form an important aspect.

S.3 Methodology

Unhealthy eating is one of the causes of the health problems in socially-disadvantaged urban districts. In addition, a relatively large number of people in these districts are faced with problems in terms of mental and social health. The Ministry of Health, Welfare and Sport (VWS) and the Ministry of Economic Affairs, Agriculture and Innovation (EL&I) want to know what role dining together can have in improving people's health.

The influence of dining together has been investigated through an understanding of the concept of Resto VanHarte. Resto VanHarte aims to improve quality of life in districts and entire cities throughout the Netherlands. To this end, it has organised low-threshold dining facilities for people of a range of ages, religions and cultures. In 2011, there were 26 Restos.

To start with, a literature review was performed. Next, qualitative research took place by means of a survey of 37 Resto VanHarte guests. Five managers and catering coordinators of Resto VanHarte facilities were also interviewed. In addition, a questionnaire was distributed among Resto VanHarte guests; 286 people responded.

1 Inleiding

1.1 Aanleiding

Problematiek in wijken met een sociale achterstand

In stedelijke wijken met een sociale achterstand hebben veel mensen te kampen met gezondheidsproblemen, deels veroorzaakt door ongezonde voeding. In deze wijken is bovendien de mentale en sociale gezondheid slechter dan gemiddeld. Er is meer eenzaamheid en een gevoel van onveiligheid.

Uit Australisch onderzoek blijkt dat mensen uit wijken met een sociale achterstand minder gezond eten dan mensen uit welvarende wijken (Ingليس et al., 2005). Ander onderzoek laat ook zien dat mensen met een lage sociaaleconomische status (SES) minder groente en fruit, meer vet en minder vezels consumeren (Ball, Crawford en Mishra, 2006; Beydoun en Wang, 2008; Giskes, Turrel, Patterson en Newman, 2002; Pamuk et al., 1998; Smith en Baghurst, 1993). Deze ongezonde voedingsgewoonten kunnen gevolgen hebben voor de gezondheid op de korte en de lange termijn, zoals obesitas en diabetes (McGinnis en Foege, 1993). Ook in Nederland blijkt dat de voeding van personen met een lage SES minder aan de voedingsnormen voldoet dan die van personen met een hoge SES (Hulshof et al., 2003). Het bevorderen van een gezond eetpatroon in wijken met een sociale achterstand kan dus mogelijk een bijdrage leveren aan een verbeterde volksgezondheid.

Mentale gezondheidsproblemen worden steeds vaker gezien als een probleem dat breed in de samenleving speelt en grote gevolgen heeft. Zo stelt de WHO (2001) dat depressie, een van de ernstigste aandoeningen op het gebied van mentale gezondheid, grote gevolgen heeft voor het dagelijks functioneren van circa 121 miljoen mensen wereldwijd. Verder voorspelt de WHO dat depressie in 2020 een van de voornaamste oorzaken zal zijn van ziekte en slecht functioneren. En net als lichamelijke gezondheidsproblemen concentreren ook mentale gezondheidsproblemen zich vaak in groepen met een lage SES. Zo blijkt uit Amerikaans onderzoek dat mensen met een laag inkomen een grotere kans hebben om in een psychiatrische instelling te worden opgenomen (Hudson, 2005). Ook in Nederland blijken inwoners van de 40 wijken die in 2007 door het toenmalige kabinet als probleemwijk werden aangewezen naast een slechtere lichamelijke gezondheid ook een slechtere mentale gezondheid te hebben dan inwoners van andere vergelijkbare stadswijken (Nielen et al., 2007). Dit strookt met de bevinding dat mentale klachten over het algemeen meer voor-

komen in wijken waar sprake is van sociaaleconomische achterstanden (Roelofs en Van Bergen, 2008). Vooral eenzaamheid komt veel voor in wijken met een sociale achterstand. Eenzaamheid kan worden gezien als het subjectief ervaren van een onplezierig of ontoelaatbaar gemis aan (kwaliteit van) bepaalde relaties. Dit kan betekenen dat het aantal contacten dat iemand heeft met andere mensen geringer is dan gewenst, maar het kan ook betekenen dat de kwaliteit van de gerealiseerde relaties achterblijft (De Jong-Gierveld, 1998). Naast het aantal en de kwaliteit van de sociale relaties is ook het soort relaties dat iemand heeft van belang. In het ideale geval beschikken mensen over een gevarieerd sociaal netwerk, waarbij ze naast een aantal intieme relaties, zoals met een partner of een goede vriend(in), ook een aantal minder intieme relaties hebben, zoals met burens (De Jong-Gierveld, 1998).

Ook het bevorderen van de sociale gezondheid in wijken heeft met name prioriteit in stedelijke gebieden, en dan vooral in die wijken die kampen met een sociale achterstand. Recent is veel gezegd en geschreven over een belangrijk aspect van sociale gezondheid in achterstandswijken, namelijk de sociale cohesie. Met sociale cohesie wordt de mate bedoeld waarin mensen uitdrukking geven aan hun betrokkenheid bij maatschappelijke verbanden in hun persoonlijke leven, als burger in de maatschappij en als lid van de samenleving (Schnabel et al., 2008). Juist in steden staat deze betrokkenheid onder druk omdat bewoners vaak anoniem zijn voor elkaar en mensen het gevoel van een geïntegreerde samenleving kunnen verliezen (zie bijvoorbeeld het werk van de Amerikaanse socioloog Louis Wirth). En binnen steden concentreren problemen omtrent sociale cohesie zich dan weer in wijken met een sociale achterstand. Zo blijkt uit Nederlands onderzoek dat de sociale cohesie vooral laag is in arme wijken en in wijken met een grote etnische diversiteit (Gijsberts et al., 2008). Een gebrek aan sociale cohesie kan samengaan met een gebrek aan vertrouwen in buurtgenoten en gevoelens van onveiligheid (Van der Heijden, 2007).

Resto VanHarte wil de mensen uit stedelijke wijken met een sociale achterstand bereiken via het concept 'gezamenlijk eten ...'. Resto VanHarte 'brengt mensen bij elkaar', zo kopt de website. Resto VanHarte wil een bijdrage leveren aan de lichamelijke, mentale en sociale gezondheid in deze wijken door mensen gezamenlijk een gezonde maaltijd te bieden. Daarnaast biedt zij bezoekers de mogelijkheid om buurtgenoten te ontmoeten en kennis te maken met elkaars achtergrond en cultuur. Het doel hiervan is om in wijken met veel maatschappelijke problemen uitsluiting en wantrouwen tegen te gaan. Zo werkt de maaltijd als 'bindmiddel' en worden wijken gecreëerd waar mensen elkaar ontmoeten en zich prettig voelen. Met andere woorden, door mensen samen te brengen kan eenzaamheid afnemen en kan de mentale gezondheid van bezoekers verbe-

teren. Tegelijkertijd kan het opdoen van sociale contacten ook de sociale gezondheid van mensen verbeteren.

De overheid ziet een dergelijk initiatief ook als waardevol. Zo is Resto VanHarte genoemd in de landelijke nota gezondheidsbeleid 'Gezondheid dichtbij' (ministerie van VWS, 2011: 45). Met name voor de groep ouderen zou het samen eten in de buurt bijdragen aan een beter sociaal en fysiek welbevinden.

In dit project wordt onderzocht of en hoe het concept van Resto VanHarte bijdraagt aan de verbetering van de (1) lichamelijke, (2) mentale en (3) sociale gezondheid van bewoners van stedelijke wijken met een sociale achterstand. De vraag is welke elementen van het concept Resto VanHarte bijdragen aan de gezondheid van de buurtbewoners.

1.2 Doel van het onderzoek

Doel van het project is meer inzicht te krijgen in de manier waarop de lichamelijke, mentale en sociale gezondheid van wijkbewoners verbeterd kan worden.

Lichamelijke, mentale en sociale gezondheid worden gezien als de pijlers van een gezond leven. Volgens de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) van de VN is gezondheid namelijk veel meer dan alleen de afwezigheid van ziekte. De WHO verstaat onder gezondheid 'een toestand van volledig lichamenlijk, mentaal en sociaal welzijn'. De combinatie van lichamenlijk, mentaal en sociaal welzijn wordt wel de 'gezondheidsdriehoek' genoemd.

Deelvragen die hierbij ook beantwoord worden zijn:

- Welke onderdelen van de maaltijd (het eten zelf, de sociale contacten, het entertainment of de informatie/educatie) zorgen ervoor dat mensen (blijven) komen?
- Hoe ervaren bezoekers van Resto VanHarte de verschillende elementen van het concept op hun lichamelijke, mentale en sociale gezondheid? Het gaat hierbij om het directe effect tijdens het bezoek zelf, maar ook om het effect 'buiten het bezoek om'. Bijvoorbeeld: gaan bezoekers van Resto VanHarte thuis ook gezond(er) eten? Zoeken ze elkaar buiten de maaltijden van Resto VanHarte op? En ondernemen ze (actief) iets met elkaar?

1.3 Werkwijze

Op basis van *literatuuronderzoek* is een model opgesteld van de veronderstelde werking van het concept Resto VanHarte op de gezondheid. Vervolgens is *kwalitatief onderzoek* onder zowel de bezoekers als de managers van Resto VanHarte en horecacoördinatoren uitgevoerd. Met behulp van de resultaten van dit onderzoek is een vragenlijst opgesteld die door 286 gasten van Resto VanHarte is ingevuld: het *kwantitatief onderzoek*. Daarmee kwam het belang van de verschillende factoren van het concept op de gezondheid van gasten naar voren. Vervolgens heeft Astrid Huygen van het Verwey-Jonker Instituut onderzocht welke rol de elementen van het concept Resto VanHarte kunnen spelen in het buurt- en wijkbeleid op gemeentelijk niveau. Het Verwey-Jonker Instituut is een onafhankelijk onderzoeksinstituut voor advies en innovatie op sociaal-maatschappelijk terrein. Dit instituut vindt het bovendien belangrijk dat zijn wetenschappelijke dienstverlening bijdraagt aan de sociale participatie van burgers. Op basis van de conclusies uit het kwalitatief en kwantitatief onderzoek én de reflectie van het Verwey-Jonker Instituut zijn aanbevelingen geformuleerd.

1.4 Opbouw van het rapport

In hoofdstuk 2 wordt het concept Resto VanHarte nader toegelicht. Hoofdstuk 3 gaat in op de methode van het kwalitatief en kwantitatief onderzoek. Daarna volgt hoofdstuk 4 met de resultaten. De reflectie op de betekenis van Resto VanHarte voor de buurt- en beleidscontext is opgenomen in hoofdstuk 5. Tot slot zijn in hoofdstuk 6 discussie, conclusies en aanbevelingen opgenomen.

2 Het concept Resto VanHarte

'Samen eten verbindt'. Resto VanHarte heeft de overtuiging dat maatschappelijke integratie, participatie en samenhang begint bij de mens zelf, zijn straat en zijn wijk, zo staat in de visie van Resto VanHarte. Resto VanHarte presenteert zich als een onafhankelijke organisatie die investeert in het vergroten van de leefbaarheid in wijken en steden in heel Nederland.

Dit doet Resto VanHarte door:

- mensen van diverse leeftijden, religies en culturen samen te brengen in laagdrempelige eetgelegenheden;
- samen te werken met lokale sleutelfiguren als de wijkagent, dominee, imam of huisarts, en met lokale instanties op het gebied van zorg- en welzijn, re-integratie en onderwijs;
- maatschappelijk draagvlak te creëren voor de problematiek van sociaal isolement.

Directeur Fred Beekers, een van de grondleggers van Artsen zonder Grenzen, was geraakt door de sociale armoede in Nederland.

'Drie van de tien mensen hebben volgens het Sociaal Cultureel Planbureau te kampen met eenzaamheid. Bovendien wordt eenzaamheid onder ouderen een serieus probleem. Ik wilde hier iets aan doen en besloot restaurants op te zetten, niet zozeer voor arme mensen, maar voor mensen die behoefte hebben aan contact.'¹ (www.restovanharte.nl)

Anno 2011 zijn er 26 vestigingen.¹ Deze zijn meestal gevestigd in een buurthuis, een wijksteunpunt of een ROC-school. De Resto's zijn twee tot drie keer per week geopend. Er worden regelmatig speciale muziek- en dansoptredens en spelavonden georganiseerd. Daarnaast zijn er avonden waarop organisaties uit de wijk vertellen over hun activiteiten. Ook eten regelmatig mensen mee die actief zijn in de wijk. Denk aan de wijkagent, de huisarts, de ouderen-

¹ In Amersfoort, Amsterdam Nieuw-West, Amsterdam Noord, Amsterdam Zuidoost, Alkmaar, Arnhem, Den Haag KinderResto, Den Haag Laak, Den Haag Mariahoeve, Den Haag Moerwijk, Nieuw Den Helder, Den Helder-Julianadorp, Dordrecht, Enschede, Groningen, Den Bosch, Leeuwarden, Maastricht, Middelburg, Rotterdam Noord, Rotterdam Schiemond, Tilburg, Utrecht Kanaleneiland, Venlo, Zoetermeer Palenstein, Zoetermeer Buytenwegh.

consulent, de wethouder, zorgverleners, welzijnswerkers of de Marokkaanse buurtvader. Zij horen wat er in de buurt leeft en vertellen wat ze voor de mensen kunnen betekenen. Gasten en vrijwilligers vergroten zo hun sociale netwerk.

Per Resto komen er gemiddeld 40 tot 60 eters per avond. Zij moeten van tevoren naar de reserveringslijn bellen om aan te geven dat ze mee-eten.

Uit een enquête van Resto VanHarte zelf onder 808 mensen (waarvan 88% gasten en 12% vrijwilligers) op 23 locaties van Resto VanHarte in 2010 blijkt dat 71% van de geënquêteerden vrouw is en 29% man. Verder blijkt de gemiddelde leeftijd 61 jaar te zijn. Het gaat vooral om mensen van Nederlandse afkomst. 94% van de deelnemers heeft de Nederlandse nationaliteit en 6% heeft een niet-Nederlandse nationaliteit. Daarnaast blijkt 64% van de deelnemers minder dan € 3 voor de maaltijd te betalen, 36% betaalt meer. Tot slot: bijna driekwart van de deelnemers woont alleen.

Het personeel van een Resto VanHarte bestaat uit een (betaalde) horecacoördinator en de Resto-manager, de gastheer of -vrouw van de avond. De horecacoördinator is verantwoordelijk voor de inkoop van het voedsel, het koken ervan, de menuplanning en het aansturen van de vrijwilligers. De Resto-manager is verantwoordelijk voor 'alles eromheen': het onderhouden van de contacten in de buurt, het beleid, het organiseren van thema-avonden en het aansturen van de vrijwilligers tijdens deze avonden. Hij/zij verzorgt ook de promotie van Resto. De vrijwilligers dekken de tafels, helpen mee met het koken van de maaltijd, bedienen en maken alles schoon. Zij eten ook mee. Deze groep kan ook bestaan uit mensen in een re-integratie- of reclasseringsproject, mensen die de Nederlandse taal beter willen leren spreken en stagiaires van het vmbo/mbo. Het aantal vrijwilligers kan incidenteel oplopen tot wel vijftien wanneer vrijwilligers vanuit het bedrijfsleven ingezet worden.

De inkopen worden altijd gedaan bij winkels in de buurt. De horecacoördinator initieert de (driegangen)menu's. Uitgangspunt is 'eten wat de pot schaft', maar er wordt wel rekening gehouden met halal-, vegetarische en glutenvrije wensen. De variatie in de maaltijden is groot met veel variatie in het menu. Ook wat betreft de internationale keuken. Zo melden verschillende Resto-managers dat ze van Grieks, Somalisch, Indonesisch en Antilliaans tot Surinaams, Marokkaans en Hollands koken. Omdat de medewerkers en vrijwilligers in nauw contact staan met de gasten, is de horecacoördinator goed op de hoogte van de smaak en wensen van de gasten.

Ofschoon het niet het hoofddoel van Resto VanHarte is om mensen gezond te leren eten en te koken, wordt altijd met verse ingrediënten en niet te vet gekookt en wordt er altijd een volwaardige en gezonde maaltijd bereid. Ook noemen verschillende Resto-managers biologische voeding, seizoensgroenten en verge-

ten groenten. Resto VanHarte communiceert ook dat er gezond eten wordt geserveerd. Zo wordt voorafgaand aan de maaltijd verteld wat er gegeten wordt, waar het vandaan komt en waarom voor deze gerechten is gekozen. Het menu wordt echter niet vooraf bekendgemaakt. Mensen zouden vanwege het samenzijn aangetrokken moeten worden en niet uitsluitend vanwege het menu. Gasten hebben ook geen inspraak in het menu, al wordt er dus wel rekening gehouden met bepaalde wensen.

Het is niet de bedoeling dat gasten altijd op dezelfde plaats, in hetzelfde groepje zitten. Aan de tafels kunnen acht of meer mensen zitten, waardoor interactie ontstaat. 'Vasthouden' van plaatsen is ook niet toegestaan. De Resto-managers spreken gasten aan op dit reserveringsgedrag en stimuleren een stoelendans, door bijvoorbeeld te werken met kleurencodes of door bewust nieuwe groepen mensen uit te nodigen die het vaste patroon doorbreken.

Tot slot, de Resto's VanHarte zijn niet allemaal hetzelfde. Er zijn grotere of kleinere verschillen tussen de Resto's. Ze passen zich aan aan de wensen en mogelijkheden van de wijk en de mensen die er wonen.

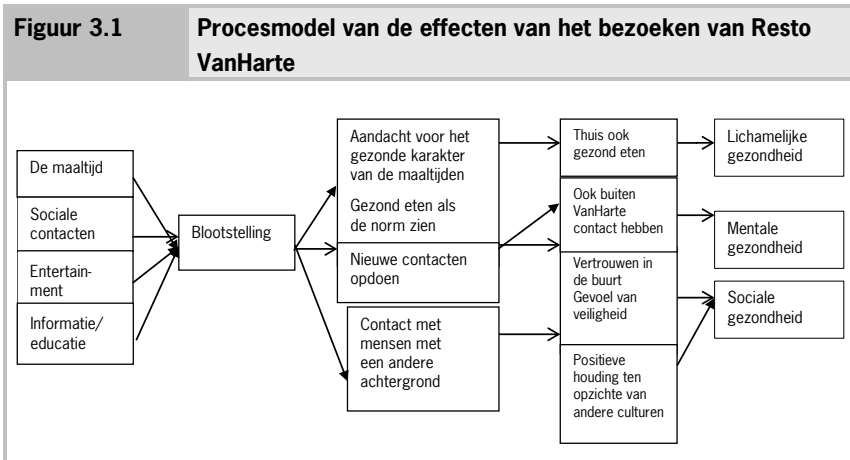
3 Methode van onderzoek

3.1 Inleiding

In paragraaf 3.2 wordt op basis van de literatuur nagegaan op welke wijze gezamenlijk eten kan bijdragen aan de lichamelijke, mentale en sociale gezondheid van wijkbewoners. In paragraaf 3.3 wordt de opzet van het uitgevoerde empirisch onderzoek toegelicht.

3.2 Literatuuronderzoek

Op basis van literatuuronderzoek is het raamwerk waarin de veronderstelde werking van het concept is uitgewerkt opgesteld, zie figuur 3.1.



We willen toetsen of bezoekers tijdens de maaltijden ook daadwerkelijk in contact treden met medebezoekers, in hoeverre ze contacten opdoen die ook buiten de maaltijden worden aangehaald, en in hoeverre ze in contact komen met mensen met een andere etnische of culturele achtergrond. Om te onderzoeken of de opgedane sociale contacten ook daadwerkelijk leiden tot een betere sociale gezondheid, zullen ook factoren worden gemeten die een indicatie geven van de sociale (on)gezondheid, zoals tevredenheid met het eigen sociale netwerk en eenzaamheid. Omdat naast de gevolgen voor het individu ook de

gevolgen op wijkniveau van belang zijn, zal ook worden onderzocht in hoeverre gasten zich vertrouwd en veilig voelt in de eigen buurt en of Resto VanHarte een bijdrage heeft kunnen leveren aan een positieve houding ten opzichte van andere culturen en personen met een andere culturele achtergrond.

Hierna worden de verschillende elementen van het raamwerk beschreven.

Blootstelling

In verschillende stedelijke wijken vinden projecten plaats waarin wordt geprobeerd de eenzaamheid van burgers te doorbreken door middel van zogenaamde *sociaal-culturele activering*. Hierbij wordt doorgaans getracht het sociale netwerk van de eenzame persoon uit te breiden, bijvoorbeeld door koffie-inloopochtenden of dagopvang in dienstencentra of woonzorgcentra. De activiteit en de gezelligheid staan centraal, waarmee de randvoorwaarden worden gecreëerd om contacten te leggen. Ook bij Resto VanHarte is het waarschijnlijk dat gasten worden aangetrokken door de gezelligheid en het vermaak en dat dit de belangrijkste voorwaarden zijn voor voldoende blootstelling. Het kan echter ook zo zijn dat het verkrijgen van een (goedkope) maaltijd de belangrijkste reden is om Resto VanHarte te bezoeken. In het onderhavige onderzoek zal dit worden getoetst. Onderzocht zal worden welke aspecten van het verblijf bij Resto VanHarte ervoor zorgen dat gasten blijven komen. Dit kan zijn: (1) de (prijs van de) maaltijd, (2) de sociale contacten/de gezelligheid, (3) het entertainment of (4) de informatie/educatie.

Lichamelijke gezondheid

Op welke manier kan Resto VanHarte de lichamelijke gezondheid van haar bezoekers verbeteren? Bezoekers kunnen tegen lage kosten een gezonde maaltijd nuttigen bij de Resto's van VanHarte, wat op zich al voor gezondheidswinst kan zorgen. Aangezien de meeste Resto's slechts enkele dagen per week open zijn, zullen de gezondheidseffecten van de maaltijden zelf beperkt zijn. Meer gezondheidswinst is te boeken wanneer de maaltijden bij Resto VanHarte bezoekers stimuleren om ook thuis gezonder te gaan eten. Eerder onderzoek wijst uit dat het verschaffen van gezonde voeding mensen vertrouwd kan maken met gezonde producten en de consumptie thuis kan beïnvloeden (Reinaerts et al., 2008). Dit kan bijvoorbeeld wanneer het regelmatig nuttigen van een gezonde maaltijd bijdraagt aan het verbreiden van de opvatting dat gezonde voeding een 'normaal' verschijnsel is. Uit onderzoek blijkt dat mensen, wanneer ze merken dat een bepaald gedrag voor andere mensen gangbaar en normaal is, sterk de neiging

hebben om zich aan deze sociale norm aan te passen (Asch, 1956; Berkowitz, 1972; Cialdini en Goldstein, 2004; Sherif, 1936). Tegelijkertijd blijkt dat mensen met een lage SES een zwakkere sociale norm om gezond te eten ervaren dan mensen met een hoge SES (Ball et al., 2006; Inglis et al., 2005; Van Duyn et al., 2001). Een zwakke waargenomen sociale norm is dus met name voor mensen met een lage SES een belemmering voor gezonde voedselconsumptie. Resto VanHarte kan een bijdrage leveren aan de gezondheid van deze mensen wanneer de sociale norm in positieve zin wordt beïnvloed door het regelmatig samen nuttigen van een gezonde maaltijd. Juist de sociale context waarin de maaltijden worden genuttigd kan hieraan bijdragen. In het onderhavige onderzoek zal getoetst worden (1) of bezoekers van Resto VanHarte belang hechten aan het gezonde karakter van de geserveerde maaltijden, (2) in hoeverre ze gezonde voeding zien als een normaal en sociaal geaccepteerd verschijnsel en (3) in hoeverre ze, onder invloed van Resto VanHarte, ook thuis gezond eten. Dit laatste is immers noodzakelijk om grote gezondheidswinst te boeken.

Mentale gezondheid

Achterstandswijken hebben vaak te maken met mentale gezondheidsproblemen. Vooral eenzaamheid komt vaak voor. Eenzaamheid kan worden onderverdeeld in sociale eenzaamheid en emotionele eenzaamheid. Sociale eenzaamheid wil zeggen dat iemand een gemis heeft aan gezelschap. Sociale eenzaamheid is gekoppeld aan het subjectief ervaren gemis van betekenisvolle relaties met een bredere groep van mensen om je heen, zoals kennissen, collega's, buurtgenoten, mensen met dezelfde belangstelling, mensen om samen een hobby mee uit te oefenen. Emotionele eenzaamheid betekent een gemis aan een hechte, intieme band met één andere persoon. Iemand mist een intieme relatie, een emotioneel hechte band met een partner of een hartsvriend(in), emotionele steun. Emotionele eenzaamheid wordt als ernstiger ervaren dan sociale eenzaamheid (Van Tilburg en De Jong-Gierveld, 2007). Vaak richten aanpakken tegen eenzaamheid zich op sociale activering van de eenzame persoon en zijn de activiteiten gericht op het bestrijden van sociale eenzaamheid. Deze aanpakken leveren bezoekers mogelijk een sociaal netwerk op (Huygen et al., 2011).¹ Zoals gezegd wordt hierbij vaak gebruikgemaakt van zogenaamde *sociaal-culturele activering*.

¹ Recent onderzoek (SGB/BMC, 2011) wijst nogmaals uit dat emotionele eenzaamheid een veel lastiger en voor mensen vaak ingrijpender vraagstuk is dan sociale eenzaamheid. Gemeenten hebben beperkte mogelijkheden om hier iets aan te doen. Een bredere participatie blijkt bijna geen effect te hebben op emotionele eenzaamheid.

Het accent van sociaal-culturele activiteiten ligt meestal op de activiteit en de gezelligheid, waarmee de randvoorwaarden worden gecreëerd om contacten te leggen. Ook Resto VanHarte kan door sociaal-culturele activering een bijdrage leveren aan het bestrijden van eenzaamheid. Maar aan welke voorwaarden moet voldaan worden om deze doelstelling te verwezenlijken?

Allereerst is nodig dat mensen tijdens de maaltijden daadwerkelijk in contact komen met mensen die ze daarvoor nog niet kenden. Alleen zo komt een verhoging van het sociale netwerk tot stand, wat immers een van de doelstellingen van Resto VanHarte is. Een groter sociaal netwerk kan op den duur gevoelens van eenzaamheid en isolatie verminderen. Het effect op de sociale gezondheid kan nog groter zijn wanneer bezoekers op den duur ook buiten de Resto VanHarte-bezoeken contact onderhouden met medebezoekers. In het onderhavige onderzoek wordt getoetst of bezoekers van Resto VanHarte nieuwe kennissen opdoen en of ze met deze mensen ook buiten de Resto's contact hebben.

Sociale gezondheid

Op welke manier kan Resto VanHarte een bijdrage leveren aan de sociale gezondheid van haar bezoekers? De doelstelling van Resto VanHarte is om mensen van diverse leeftijden, religies en culturen samen te brengen. Daarnaast wordt samengewerkt met lokale sleutelfiguren als de wijkagent, dominee, imam of huisarts, en met lokale instanties op het gebied van zorg en welzijn, re-integratie en onderwijs. Hiermee wordt beoogd om de sociale gezondheid van mensen te verbeteren en de maatschappelijke integratie te bevorderen. Eerder hebben we al gezien dat het daadwerkelijk opdoen van nieuwe sociale contacten een voorwaarde is voor het terugdringen van eenzaamheid. En wanneer de nieuw opgedane contacten in dezelfde buurt wonen, kan dit als voordeel hebben dat niet alleen de eenzaamheid minder wordt, maar dat men ook meer vertrouwen in de directe omgeving krijgt. Volgens hoogleraar samenlevingsopbouw Talja Blokland hebben buurtbewoners tegenwoordig minder contact met elkaar dan vroeger en hebben mensen daarom niet meer het gevoel dat ze op elkaar kunnen vertrouwen. Dit is een van de redenen dat mensen zich tegenwoordig ook minder veilig voelen in hun buurt. Het gevoel van veiligheid wordt namelijk niet alleen bepaald door de criminaliteit in de buurt, maar heeft ook te maken met hoeveel kennis je hebt van de mensen met wie je de openbare ruimte deelt:

'Het gaat om elementaire zaken als in hoeverre je erop kunt vertrouwen dat iemand 112 belt als je in elkaar zakt.' (Van der Heijden, 2007)

Nieuwe contacten met buurtgenoten kunnen dus leiden tot een verbeterd gevoel van veiligheid in de eigen buurt. Ook wanneer mensen elkaar niet buiten de Resto VanHarte zien, maar wel de maaltijden gebruiken om gebeurtenissen en mogelijke problemen in de buurt te bespreken, kan het vertrouwen in anderen toenemen en kan een groter gevoel van sociale cohesie worden ervaren, omdat mensen gemeenschappelijke normen en waarden kunnen ontwikkelen (Forrest en Kearns, 2001).

Daarnaast is het belangrijk dat mensen contacten opdoen met mensen die een andere (etnische) achtergrond hebben. Veel stedelijke wijken hebben een etnisch divers karakter. Vooral in de VS is herhaaldelijk vastgesteld dat wijken met veel etnische diversiteit een lage sociale cohesie kennen (bijvoorbeeld Costa en Kahn, 2003). En volgens sommige onderzoekers kan de sociale cohesie verbeteren wanneer bewoners van verschillende achtergronden intensiever contact met elkaar zouden hebben. Volgens de zogenaamde 'contacthypothese' kan onderling contact leiden tot een positieve houding ten opzichte van de andere groep en meer tolerantie (Pettigrew en Tropp, 2006). Resto VanHarte stelt zich ten doel om mensen kennis te laten maken met elkaars achtergrond en cultuur. In dit onderzoek wordt getoetst in welke mate deze doelstelling gehaald wordt. Daarnaast wordt onderzocht of contact met mensen met een andere (etnische) achtergrond er ook daadwerkelijk voor zorgt dat een positievere houding ten opzichte van andere culturen ontstaat.

3.3 Aanpak

3.3.1 Inleiding

Er is kwalitatief en kwantitatief onderzoek onder de bezoekers van Resto VanHarte uitgevoerd. Ook zijn managers en horecacoördinatoren van Resto VanHarte geïnterviewd. De resultaten daarvan zijn deels verwerkt in hoofdstuk 2, waarin Resto VanHarte wordt beschreven. Deze resultaten zijn ondersteunend en vooral verklarend geweest voor het kwantitatieve onderzoek onder de bezoekers.

3.3.2 Kwalitatief onderzoek onder managers van Resto VanHarte

De interviews met de vijf Resto-managers en horecacoördinatoren vonden plaats in de zomer van 2011. Het betrof de verantwoordelijken voor locatie Alkmaar, Amersfoort, Amsterdam Noord, Amsterdam Zuidoost, Arnhem en Utrecht.

De geïnterviewden kregen een dinerbon als dank. Hen is gevraagd naar de wijze waarop de verschillende onderdelen van het concept Resto VanHarte ingevuld worden, wie wat binnen de organisatie doet, hoe ze het effect op de gasten ervaren en hoe 'hun' restaurant is ontstaan.

3.3.3 Kwalitatief onderzoek onder bezoekers van Resto VanHarte

Het kwalitatief onderzoek onder de bezoekers van Resto VanHarte is in de periode juli en augustus 2011 uitgevoerd. Op vijf locaties zijn focusgroepen gehouden¹: Den Haag Moerwijk, Den Helder, Amsterdam Noord, Arnhem en Utrecht.

Aanpak

De managers van de vijf locaties hebben de bezoekers van Resto VanHarte van hun locatie gevraagd om aan het onderzoek mee te doen. De focusgroepen vonden elk op locatie ongeveer een uur voor de maaltijd plaats. Per groep participeerden gemiddeld acht deelnemers. Aan de managers is gevraagd om een zo gemêleerd mogelijk gezelschap samen te stellen, maar voorwaarde was wel dat de deelnemers Nederlands konden spreken en verstaan. Als dank voor hun deelname ontvingen de bezoekers een dinerbon. Alle discussies zijn opgenomen met een voicerecorder. Naast een gespreksleider was er een notulist aanwezig die de gesprekken uitwerkte.

Vragen

Er is gekozen voor een groepsdiscussie. Bij groepsdiscussies staan de ervaringen en gedachten van de bezoekers centraal en door een semi-gestructureerd interview is er ruimte om bij bepaalde onderwerpen langer stil te staan. Door de groepsdiscussies ontstaat tevens de mogelijkheid dat bezoekers op elkaars verhalen ingaan of aanvullingen geven.

De groepsdiscussies vonden plaats aan de hand van een draaiboek. Na een korte kennismaking en introductie werd dieper ingegaan op de maaltijd, de sociale contacten, de uitwisseling van informatie, entertainment en educatie en als laatste de zelfgerapporteerde effecten van Resto VanHarte op het leven van de bezoekers.

¹ Eén focusgroep in Amsterdam is niet doorgegaan omdat er onvoldoende deelnemers geworven konden worden. Wel werd verteld dat deze groep vooral uit senioren bestaat en vergelijkbaar is met de bezoekers in Den Helder.

Voor de discussies stond anderhalf uur gepland. Na de eerste groepsdiscussie bleek dat dit voor de meeste bezoekers te lang was; zij konden zich niet zo lang concentreren op het gesprek. Daarop is besloten de groepsdiscussie in te korten tot een uur.

Deelnemers

Zevenendertig (37) personen hebben deelgenomen, waarvan 13 mannen en 24 vrouwen. De jongste deelnemer van de focusgroep was 42 jaar oud en de oudste was 90 jaar.

Leeftijdsgroep	Aantal
41 ≤ 50 jaar	6
51 ≤ 60 jaar	6
61 ≤ 70 jaar	12
71 ≤ 80 jaar	9
81 ≤ 90 jaar	4

Over het algemeen waren de deelnemers autochtoon, maar dit verschilde per locatie. Zo waren er in Amsterdam Noord meer allochtonen, terwijl er in Den Helder geen allochtonen om tafel zaten. In totaal waren 5 personen van Surinaamse of Indonesische afkomst.

Uit hoofdstuk 2 blijkt dat de gemiddelde leeftijd van de ondervraagden (waarvan 88% gasten en 12% vrijwilligers) 61 jaar is en dat allochtonen veruit in de minderheid zijn. We beschouwen onze steekproef daarom als representatief voor de gasten die Resto VanHarte bezoeken voor de kenmerken leeftijd en etnische samenstelling, maar niet voor de man-vrouwverhouding.

3.3.4 Kwantitatief onderzoek onder de bezoekers van Resto VanHarte

Het kwantitatief onderzoek is in oktober 2011 uitgevoerd. We zijn begonnen met een tweetal vragenlijsten: een korte en een lange vragenlijst. De veronderstelling was dat mensen enige moeite zouden hebben met de lange vragenlijst en dat de respons van minimaal honderd niet gehaald zou worden. Daarom hebben we ook een korte vragenlijst met slechts 10 vragen opgesteld. Deze vragen kwamen ook in de lange vragenlijst aan de orde. 615 mensen hebben de korte vragenlijst ingevuld en 286 mensen hebben aan de lange vragenlijst meegedaan. De respons op de lange vragenlijst was dus (ver) boven verwachting.

We hebben zowel de korte als de lange vragenlijst geanalyseerd. De korte vragenlijst leverde dezelfde conclusies op als de lange. Daarom is ervoor gekozen alleen van de uitgebreide steekproef - van 286 mensen die de lange vragenlijst hebben ingevuld - verslag te doen in dit rapport. De steekproef van 615 mensen die alleen het tiental vragen heeft beantwoord, hebben we niet apart gerapporteerd. Dit zou onzes inziens verwarring opleveren en geen aanvullende inzichten bieden. We beschrijven daarom de opzet en de resultaten van de steekproef van 286 mensen.

Deelnemers

Er zijn 40 vragenlijsten gestuurd naar alle 25 locaties van Resto VanHarte. Van deze in totaal 1.000 vragenlijsten zijn er 286 retour gekomen. Daarmee is de response rate 28,6%. We verwijzen naar hoofdstuk 4 en bijlage 1 voor een beschrijving van de deelnemers aan het onderzoek

Aanpak

De managers van Resto VanHarte is gevraagd de enquête te begeleiden. Zij hebben de enquêtes uitgedeeld en erop toegezien dat mensen de vragenlijsten individueel, zonder overleg met 'buren', invulden. De gasten kregen daar een kleine vergoeding voor: een pen en een cadeaubon van € 5.

Vragen

De vragen aan de gasten van Resto VanHarte hadden betrekking op: (1) de mate waarin men (welke) vestigingen bezocht, (2) de mate van tevredenheid over de verschillende elementen van het concept Resto VanHarte en het belang dat men eraan hechtte, (3) de huidige gepercipieerde staat van gezondheid, (4) de ervaren veranderingen die Resto VanHarte teweeg heeft gebracht en (5) de achterliggende factoren die die veranderingen tot stand hebben gebracht.

We hebben *lichamelijke gezondheid, mentale gezondheid en sociale gezondheid* gekwantificeerd door gebruik te maken van een aantal bestaande gevalideerde schalen. De *lichamelijk gezondheid* is gemeten aan de hand van de body-mass index (BMI), ook wel queteletindex genoemd. Naast deze relatief objectieve maat voor gezondheid is ook gevraagd naar de subjectieve gezondheid. Daartoe is gebruikgemaakt van de zogenaamde *general health dimension* van de SF-36 vragenlijst (short form health questionnaire with 36 items). Dit is een veelgebruikte vragenlijst om de psychometrische fysieke en mentale gezondheid te meten (Ware en Sherbourne, 1992; McHorney, Ware en Raczek, 1993; Turner-Bowker, Bartley en Ware, 2002). De *mentale gezondheid* is gemeten als mate

van eenzaamheid. Hiervoor is de 'gemisintensiteitsschaal' gebruikt (De Jong-Gierveld en Kamphuis, 1985). Daarnaast is de dimensie van emotionele welzijn uit de Mental Health Continuum Short Form (MHC-SF) opgenomen in de vragenlijst (Keyes, 2005). De *sociale gezondheid*, tot slot, is bepaald aan de hand van een combinatie van factoren: de mate waarin sociale contacten aanwezig zijn, de gepercipieerde sociale cohesie in de wijk evenals het thuis voelen in de wijk en het gevoel van veiligheid in de wijk. Om de sociale cohesie en de mate van thuis voelen in de wijk te meten, is gebruikgemaakt van de Neighbourhood Cohesion Scale ofwel de Sociale Cohesion Index (Buckner, 1988; Robinson en Wilkinson, 1995).

4 Resultaten

4.1 Inleiding

In dit hoofdstuk worden de resultaten van het kwantitatief onderzoek beschreven, aangevuld en toegelicht met de resultaten van de interviews onder Resto-managers en gasten van Resto VanHarte.

4.2 Bezoek aan Resto VanHarte

Demografische kenmerken van de bezoekers

In bijlage 1 zijn de demografische kenmerken van de deelnemers aan het kwantitatief onderzoek beschreven.

De gasten van Resto VanHarte die hebben deelgenomen aan het kwantitatief onderzoek zijn overwegend Nederlandse, alleenstaande vrouwen van ouder dan 50 jaar. De Resto-managers van Resto VanHarte zeggen ook dat deze groep veruit de grootste groep is. Dit blijkt ook uit hoofdstuk 2. We zien in onze steekproef een vergelijkbare verhouding tussen mannen en vrouwen, evenals een vergelijkbare verhouding tussen de verschillende nationaliteiten. Ook de gezinsamenstelling en leeftijd komen overeen met de bezoekers die aan de steekproef van Resto VanHarte hebben meegedaan. Overigens laten zowel het onderzoek van Resto VanHarte zelf als de interviews zien dat het 'soort' bezoeker per locatie verschilt. Het merendeel dat geïnterviewd is, is vrouw. Maar het aantal allochtonen verschilt, net zoals de leeftijd van de respondenten. Dit ligt waarschijnlijk ook aan de ligging van de locatie in de stad en aan de stad zelf. Zo waren er volgens de deelnemers van de groepsdiscussies meer allochtonen in de grotere steden als Amsterdam en Den Haag te vinden en relatief weinig in Den Helder.

Jongeren en allochtonen zijn moeilijker te bereiken of moeilijker te motiveren voor een bezoek aan Resto VanHarte. Wellicht dat zij al andere (eigen) voorzieningen hebben of vinden ze het vooraf reserveren en vastleggen een drempel.

Het opleidingsniveau is vergelijkbaar met dat van de Nederlandse bevolking (CBS). Van de respondenten betaalt 64% € 3 per persoon per maaltijd. Eennertig procent (31%) betaalt € 6 per persoon per maaltijd. Uit het onderzoek van Resto VanHarte zelf komt dezelfde verhouding naar voren. De mensen die deelnamen aan het kwalitatieve onderzoek betaalden ook vaak € 3. In Arnhem

werd door een deelnemster gezegd dat als de maaltijd meer zou kosten, ze minder vaak zou komen met haar man.

Bezoek aan Resto VanHarte

Respondenten uit ons onderzoek komen gemiddeld 20,3 maanden bij Resto VanHarte, terwijl de bezoekers van Resto VanHarte gemiddeld 15 maanden bij Resto VanHarte eten. Van de respondenten komt 25% van de bezoekers minder dan 8 maanden, nog eens 25% komt tussen 8 en 16 maanden en nog eens 25% bezoekt Resto VanHarte tussen 16 en 25 maanden. Resto VanHarte wordt dus gezien als een 'vaste plek' om te eten.

De meeste mensen (51%) komen alleen bij Resto VanHarte in hun eigen wijk, 28% bezoekt de Resto VanHarte buiten de eigen wijk en 20% eet bij Resto VanHarte zowel in de eigen wijk als daarbuiten. Van de respondenten bezoekt 67% één Resto VanHarte en 16% van de respondenten zegt er bij twee te eten. Een minderheid van nog geen 10% eet bij meer dan twee vestigingen.¹ Ook tijdens de focusgroepen kwam naar voren dat een aantal mensen meerdere vestigingen bezoekt. Vooral wanneer deze zich in dezelfde stad bevinden. Een enkeling gaf aan meerdere steden te bezoeken om zo de gehele week te kunnen vullen met Resto-avonden.

Veruit de meeste mensen (79%) komt één tot twee keer per week bij een Resto VanHarte. Veertien procent (14%) komt er minder dan één keer in de week en 5% komt er vaker dan twee keer in de week. Ook dit is vergelijkbaar met het onderzoek onder de 808 geënquêteerden door Resto VanHarte zelf. Indien een Resto twee keer per week open is, wordt deze door de meerderheid ook twee keer per week bezocht. Er werd in Den Helder zelfs geklaagd over het feit dat de locatie in plaats van twee keer, nog maar één keer in de week open zou zijn.

In de periode waarover de respondenten vragen werd gesteld, waren twaalf avonden met voorlichting dan wel sociale activiteiten georganiseerd. Dertig procent (30%) van de bezoekers was vier keer of vaker naar een dergelijke avond geweest en 60% minder dan vier keer.

¹ Opmerkelijk is dat twee respondenten aangaven dat ze respectievelijk 20 en 24 vestigingen bezochten.

4.3 Waardering van Resto VanHarte

In tabel 4.1 wordt weergegeven hoe belangrijk bezoekers de verschillende elementen van Resto VanHarte vinden en hoe tevreden ze hierover zijn.

	Belang Gemiddelde (SD)	Tevredenheid Gemiddelde (SD)
Maaltijd	6,31 (1,22)	6,37 (0,99)
Vaste sociale contacten	5,85 (1,49)	5,90 (1,36)
Nieuwe sociale contacten	5,55 (1,61)	5,68 (1,48)
Entertainment of sociale activiteiten	5,24 (1,78)	5,47 (1,53)
Informatie- en voorlichtingsprogramma	5,04 (1,84)	5,39 (1,57)

Uit tabel 4.2 blijkt dat bezoekers dik tevreden zijn over Resto VanHarte. Uit de interviews komt eenzelfde beeld naar voren. Iedereen die we spraken, was erg blij met Resto VanHarte en komt er graag. Ze kijken uit naar de 'Resto-avonden'. In Den Haag vertelden de bezoekers dat ze naar de dagen dat ze bij Resto VanHarte eten toeleven en dat 'het voelt als een warm bad'. In Amsterdam geven de bezoekers aan naar Resto VanHarte te komen om alle ellende van zich af te kunnen zetten, dat vinden ze fijn. In Den Helder is er het plan om het aantal keer Resto VanHarte in de week van 2 naar 1 terug te brengen. Dit gaat de bezoekers echt aan het hart, ze zijn hier niet gelukkig mee, omdat ze graag 2 keer per week willen blijven komen.

Respondenten geven aan de maaltijd het belangrijkste te vinden en hechten daar ook grote waarde aan, direct gevolgd door de sociale contacten. Daarbij scoren de vaste sociale contacten iets hoger dan de nieuwe. De tevredenheid daarover loopt parallel. De respondenten zijn het meest tevreden over de maaltijd¹, gevolgd door de mogelijkheid om de vaste sociale contacten te onderhouden. Daarna volgt de mogelijkheid om nieuwe sociale contacten op te doen. Het belang van het onderhouden van de vaste sociale contacten wordt ook door de

¹ Wat betreft de tevredenheid over de maaltijd: dit beeld is vergelijkbaar met het onderzoek van Resto VanHarte zelf. In dat onderzoek is gevraagd naar de mening over: (1) de samenstelling van de maaltijd, (2) de mate waarin rekening wordt gehouden met smaak en wensen en (3) de prijs. De geïnterviewden zijn tevreden tot zeer tevreden over deze drie punten.

Resto-managers gezien: ze constateren bij de gasten een neiging om bij bekenden te gaan zitten. Gasten die elkaar al langer kennen of gasten met dezelfde culturele achtergrond zoeken elkaar vaker op. Resto-managers proberen daar middels bijvoorbeeld 'kleurcodes' wel in te sturen. En de gasten van Resto VanHarte zijn zich daar ook van bewust: 'we moeten eigenlijk mixen', terwijl 'het zo gezellig is bij elkaar'. Tegelijkertijd is er wel een openheid naar elkaar toe. Gasten groeten elkaar en raken betrekkelijk eenvoudig met elkaar aan de praat, zo constateert een Resto-manager. Dit komt overeen met de verhalen van de mensen uit de focusgroepen. Velen gaven aan toch het liefst bij reeds bekenden te willen zitten, maar ook een plekje te bieden aan een bezoeker die voor het eerst komt en nog niemand kent. Zo vertelde een bezoeker uit Amsterdam Noord dat hij na het overlijden van zijn vrouw makkelijk in de groep werd opgenomen en zich heel welkom voelde. In Arnhem werd gezegd dat de Turkse dames vaak bij elkaar gaan zitten en dat andere gasten het dan niet heel leuk vindt om bij hen te gaan zitten, omdat ze alleen Turks praten of niet goed Nederlands. Dit punt werd ook genoemd door een manager van Resto VanHarte over een groep Marokkaanse vrouwen.

Uit het kwalitatief onderzoek onder zowel de managers van Resto VanHarte als de bezoekers blijkt waardering voor de informatie en vooral voor recreatieve activiteiten. Respondenten zeggen echter dat deze activiteiten niet dé reden zijn om naar Resto VanHarte te komen. 'Het is leuk dat de activiteiten er zijn', maar het geeft niet de doorslag. De echte redenen zijn de maaltijd en de sociale contacten tijdens de maaltijd. Het zou echter wel kunnen dat de activiteiten per locatie verschillend gewaardeerd worden. De indruk is dat daar in Amsterdam Noord meer waarde aan wordt gehecht dan in Arnhem.

Door velen werd gewaardeerd dat ze van tevoren konden aangeven wat ze echt niet lusten. Daar houdt de kok zoveel mogelijk rekening mee. Dat het niet altijd je lievelingsmaaltje is, wordt dan voor lief genomen. De porties zijn voldoende en vaak wordt aan het eind nog 'met de pan rond' gegaan voor een ieder die nog wat lust. In Den Helder wordt er maandelijks een menu opgesteld zodat vooraf bekend is wat er gekookt gaat worden. In de overige steden wordt pas op de dag zelf bekendgemaakt wat de pot schaft. Op alle locaties konden de bezoekers zich in de betreffende opzet vinden.

Er is weinig verschil tussen respondenten die minder dan één keer per week de Resto VanHarte bezoeken en respondenten die er vaker komen. Alleen met betrekking tot sociale contacten en entertainment is er een verschil. Respondenten die vaak komen, zijn iets meer tevreden (6,0) over de sociale contacten dan respondenten die er minder dan één keer in de week eten (5,1). Ze doen meer sociale contacten op. De groep respondenten (n=31) die minder dan

één keer in de week bij Resto VanHarte eet, zegt vaker geen effect te ervaren op het uitbreiden van het aantal sociale contacten dan de groep respondenten (n=147) die vaker dan één keer in de week bij Resto VanHarte komt. Ook zijn de frequenter bezoekende gasten iets meer tevreden (5,6) over de sociale activiteiten dan respondenten die Resto VanHarte minder dan één keer per week bezoeken (4,8). Zie tabel 4.2 en tabel 4.3.

Tabel 4.2		Frequentie waarmee bezoekers van Resto VanHarte elkaar buiten hun bezoek om zien (n=272)
		Aantal (%)
Nooit		48 (19%)
Enkele keren per jaar		62 (24%)
Eens per maand		38 (15%)
Eens per week		68 (26%)
Meerdere keren per week		43 (17%)
Dagelijks		13 (5%)
Totaal		272 100%

Tabel 4.3		Aard van de activiteiten van bezoekers van Resto VanHarte buiten hun bezoek om (n=224) - meerdere antwoorden zijn mogelijk
		Aantal (%)
Thuis samen koken		39 (14%)
Samen buitenshuis eten		22 (8%)
Samen sporten		29 (10%)
Leuke dingen (bijvoorbeeld film, spelletjes)		47 (16%)
Op visite komen bij elkaar		69 (24%)
Elkaar toevallig op straat tegenkomen		132 (46%)

De groep die vaker dan één keer per week bij Resto VanHarte eet, eet vaker met andere bezoekers van Resto VanHarte buitenshuis en komt hen ook vaker op straat tegen.

Bijdrage van Resto VanHarte aan sociale contacten

Bijna 95% van de respondenten vindt dat Resto VanHarte bijdraagt aan hun sociale contacten. Bijna de helft van de respondenten ziet elkaar (meer dan) eens per week buiten Resto VanHarte om. Dat kan toevallig op straat zijn (41%), maar ook bewust en gepland (59%). Overigens hebben de bezoekers ook niet altijd

behoefte aan een bewuste en geplande omgang met anderen, zo bleek uit de focusgroepen. Velen hadden niet de behoefte om elkaar vaker te zien. Er werd door hen dan ook bijna niet buiten Resto VanHarte afgesproken. Als ze elkaar in de supermarkt zien en 'hoi' zeggen dan is het ook al goed. Zij vinden bijvoorbeeld dat ze elkaar al vaak genoeg zien, omdat ze elkaar ook bij andere buurtactiviteiten tegenkomen (Amsterdam Noord, Utrecht), of omdat ze naast Resto nog een druk sociaal of werkend leven hebben (Arnhem). Op andere locaties werd aangegeven dat er niet vaak wordt afgesproken maar de bezoekers elkaar wel helpen bij bijvoorbeeld een verhuizing of een huishoudelijk klusje (Den Helder), of samen een kopje koffie drinken (Den Haag). Op meerdere locaties werd gezegd dat de bezoekers elkaar buiten de Resto-avonden weliswaar niet zo vaak opzoeken, maar dat ze elkaar wel in de gaten houden. Wanneer iemand een paar keer niet aanwezig is, wordt er navraag gedaan en indien iemand in het ziekenhuis ligt, wordt er gezamenlijk een kaartje gestuurd. Het initiatief hiervan ligt dan wel vaak bij de Resto-manager.

Factoren die het sociale contact stimuleren

Respondenten denken dat vooral het gezamenlijke eten de sociale contacten stimuleert. Deze factor prijkt bovenaan. Daarnaast worden door 5-10% van de respondenten nog drie factoren genoemd: sociale contacten, sfeer en ambiance, openheid van de medebezoekers.

Tabel 4.4		De elementen van Resto VanHarte die vooral helpen bij het opdoen van sociale contacten (n=268)	
		N	(%)
Gezamenlijk eten		126	(47%)
Sociale contacten		13	(5%)
Entertainment of sociale activiteiten		1	(<1%)
Informatie- en voorlichtingsprogramma		4	(1%)
Sfeer en ambiance		17	(6%)
Openheid van de medebezoekers		13	(5%)
Openheid van de vrijwilligers		6	(2%)
Diversiteit aan culturen		6	(2%)
Anders, namelijk ...		3	(1%)
Totaal		268	

4.4 Lichamelijke gezondheid

Eetgewoonten

Respondenten eten gemiddeld 3,5 keer per week een zelfbereide warme maaltijd thuis. Daarnaast wordt bijna 2 keer per week brood of een kant-en-klaarmaaltijd thuis gegeten. De overige maaltijden worden bij vrienden, familie of een andere organisatie genuttigd of er wordt een maaltijd besteld of afgehaald.

Uit de focusgroepen blijkt dat de eetgewoonten per groep en per persoon verschillen. In Arnhem geven de bezoekers aan veelal thuis zelf te koken. De bezoekers van de Resto VanHarte in Amsterdam Noord koken niet veel thuis en in Den Helder, Den Haag en Utrecht liep het uiteen van 'helemaal niet thuis koken' tot 'altijd thuis koken' (behalve de dagen dat er bij Resto VanHarte wordt gegeten). De deelnemers in Den Helder zeiden dat zijzelf nog wel kookten, maar zij wisten van andere bezoekers dat zij helemaal niet meer voor zichzelf kookten. Dit vanwege de hoge kosten en de gemiste gezelligheid. Zij aten buiten de Resto-avonden om brood.

	Gemiddelde	(Standaardafwijking)
Thuis warme maaltijd koken	4,35	1,97
Brood/kant-en-klaar als hoofdmaaltijd	2,85	1,91
Maaltijd bestellen of afhalen	1,46	0,96
Dineren bij vrienden of familie	1,99	1,26
Dineren bij andere organisatie	1,37	0,83

Belang van gezond eten

Gezond eten is voor de gasten van Resto VanHarte belangrijk. Gemiddeld geven zij een score van 6,4 op een schaal van 1 (heel onbelangrijk) tot 7 (heel belangrijk). Gezond eten wordt zowel door de mensen zelf (persoonlijke norm) alsook hun omgeving (sociale norm) belangrijk gevonden. Mensen worden door hun sociale omgeving ook aangemoedigd om gezond te eten. De score is maar liefst 5,1 op een schaal van 1 (helemaal geen sociale norm ervarend) tot 7 (helemaal wel sociale norm ervarend). Ook de bezoekers zelf vinden dat ze - voor zichzelf - gezond moeten eten, voelen zich daar moreel toe verplicht. Deze score ligt iets hoger op 5,8. Daarbij geldt ook een schaal van 1 (helemaal geen persoonlijke norm) tot 7 (helemaal wel persoonlijke norm).

In Arnhem vertelde een dame dat ze vroeger toen ze nog voor meerdere mensen kookte voor de gezelligheid kookte, maar dat nu niet meer doet. Ze gaat niet voor de gezelligheid in haar eentje iets koken en opeten. Bij de vraag of de bezoekers zelf koken, zegt ongeveer de helft van de respondenten in Den Helder, Utrecht, Amsterdam Noord dat ze dat niet doen als ze alleen zijn. Gezondheid komt hier niet in naar voren. De respondenten zeggen dus niet expliciet dat ze thuis koken om gezond te kunnen eten. Slechts één persoon in Utrecht gaf aan wel gezond te willen eten en daarom zelf te koken en ook wel mee te helpen in de keuken van de Resto. Er is overigens weinig spontaan gezegd over het aspect 'gezond' koken of over 'het verhaal om eten heen', terwijl Resto VanHarte daar vaak veel aandacht aan geeft. In het kwalitatieve onderzoek wordt wél gezegd dat Resto VanHarte gezond eten bereidt. Slechts één persoon gaf aan veel op gezond eten te letten vanwege zijn ziekte.

Lichamelijke gezondheidsstatus

De respondenten voelen zich gezond. De gemiddelde score voor de subjectieve gezondheid is 4,65 (sd=0,916), waarbij 1 staat voor helemaal niet gezond en 5 staat voor heel gezond. Deze score is dus erg hoog.

We hebben deze (subjectief) ervaren gezondheid vergeleken met de BMI (body-mass index¹), als een meer 'objectieve maat voor gezondheid en voeding-status'. De BMI is echter vrij hoog, wat duidt op een lagere gezondheidsstatus dan de respondenten zelf veronderstelden. Het gemiddelde van alle respondenten is 27,64 (sd=7,35). Daarmee valt de groep in de klasse 'overgewicht klasse 1'. Ook wanneer twee (zware) uitschieters uit de steekproef gehaald worden, blijft de groep in de klasse 'overgewicht klasse 1' met een BMI van 26,81 (sd=4,4). Dit duidt erop dat mensen zichzelf gezonder voelen dan dat ze feitelijk zijn. De BMI-score en de subjectieve gezondheidsstatus zijn negatief gecorreleerd. Dat wil zeggen: als de BMI-score stijgt, daalt de subjectieve gezondheidsstatus en andersom. Tegelijkertijd is deze correlatie erg laag.

Effecten van Resto VanHarte

Ofschoon Resto VanHarte niet als hoofddoel heeft om de gasten gezond te leren koken en eten, is er wel sprake van een effect op dit punt.

Sinds het bezoek aan Resto VanHarte kookt bijna de helft van de respondenten op een andere manier. Veruit de meesten zeggen meerdere soorten eten te koken en meer warme maaltijden te nuttigen. Ze zijn in aanraking gekomen met

¹ Body-mass index is BMI = gewicht gedeeld door de lengte in het kwadraat.

groenten en fruit, eten uit andere culturen en andere soorten eten. En ze nemen die ervaring mee naar huis. Dat betekent overigens niet dat ze de gerechten thuis helemaal namaken. Dat vinden ze te moeilijk of te bewerkelijk wat betreft benodigde tijd en benodigde ingrediënten. Ze lusten dus echter wel meer.

Tabel 4.6 Redenen waarom respondenten anders zijn gaan eten (n=232)		
	Aantal	%
Komen vaker in aanraking met groente en fruit, warme maaltijden, meerdere soorten eten	29	13
Komen vaker in aanraking met eten uit andere culturen	33	14
Vinden nu meer soorten eten lekker(der)	17	7
Vind eten uit andere culturen dan de Nederlandse nu ook lekker(der)	20	9
Koken nu vaker voor andere mensen	3	1
Niet van toepassing, ik ben niet anders gaan eten	121	52
Anders, namelijk	9	4
Totaal	232	100

De andere helft vindt dat Resto VanHarte hun eetpatroon niet heeft doen veranderen.

Ook geeft 36% van de respondenten aan dat ze minder vaak zijn gaan koken, waarbij ze vaak als reden opgeven dat 'ze al één of twee keer warm eten bij Resto VanHarte'.

Vijfentwintig procent (25%) van de respondenten zegt dat het bezoek aan Resto VanHarte hun (ervaren) fysieke gezondheid niet heeft doen veranderen. De overige 69% vindt dat er wel verandering is opgetreden en schrijft dat vooral toe aan: (1) het gezamenlijke eten (27%) en (2) de gezonde maaltijd die ze eten (20%).

Tabel 4.7 Elementen van Resto VanHarte die een bijdrage hebben geleverd aan gezondheidsverandering (n=231)		
	Aantal	%
Gezonde maaltijd	47	20
Gezamenlijk eten	62	27
Via vaste sociale contacten nieuwe contacten opdoen	10	4
Deelname aan entertainment of sociale activiteiten	5	2
Deelname aan de informatie- en voorlichtingsprogramma's	1	<1
De sfeer en ambiance (gedekte tafel, bestek, bloemetjes, kaarsen)	12	5
Openheid van de medegasten/-bezoekers	6	3
Openheid van de vrijwilligers en personeel	4	2
Diversiteit aan andere culturen	3	2
Niet van toepassing, want mijn gezondheid is niet veranderd	71	31
Anders, namelijk ...	10	4
Totaal	231	100

Er is geen verschil tussen de drie groepen respondenten die verschillen wat betreft hun 'uitgangspositie' qua lichamelijke gezondheid. Of die nu goed of minder goed was, de effecten van Resto VanHarte waren niet wezenlijk anders.

4.5 Mentale gezondheid

Mentale gezondheidsstatus

Respondenten voelen zich over het algemeen niet eenzaam. Op een schaal van 1 tot 7, waarbij 1 staat voor een grote mate van eenzaamheid en 7 voor een geringe mate van eenzaamheid, scoort de groep gemiddeld 4,89.

Ook zeggen ze zich in het algemeen tevreden en gelukkig te voelen. De score op het zogenaamde 'Mental Health Continuum short form' dat de mentale gezondheid meet aan de hand van de mate van tevredenheid, geïnteresseerdheid en gelukkig voelen is relatief hoog. Op een schaal van 1 (slechte mentale gezondheid) tot 6 (goede mentale gezondheid) is de score 4,6.

Effecten van Resto VanHarte

Resto VanHarte draagt volgens 80% van de respondenten bij aan minder gevoelens van eenzaamheid. En wederom is hier het gezamenlijk eten (met een score van 36%) de meest bepalende factor, gevolgd door het feit dat de Resto VanHarte-formule de mogelijkheid biedt om vaste sociale contacten makkelijker

te onderhouden en nieuwe op te doen. Slechts 18% zegt dat Resto VanHarte weinig verandering in het gevoel van eenzaamheid teweeggebracht heeft.

Tabel 4.8		
Elementen van Resto VanHarte die een bijdrage hebben geleverd aan verandering van het gevoel van eenzaamheid (n=238)		
	Aantal	%
Gezonde maaltijd	21	9
Gezamenlijk eten	86	36
Via vaste sociale contacten nieuwe contacten opdoen	25	11
Deelname aan entertainment of sociale activiteiten	5	2
Deelname aan de informatie- en voorlichtingsprogramma's	0	0
De sfeer en ambiance (gedekte tafel, bestek, bloemetjes, kaarsen)	10	4
Openheid van de medegasten/-bezoekers	14	6
Openheid van de vrijwilligers en personeel	10	4
Diversiteit aan andere culturen	2	<1
Niet van toepassing, want mijn eenzaamheid is niet veranderd	43	18
Anders, namelijk ...	22	9
Totaal	238	100

Ook draagt Resto VanHarte volgens vele respondenten (79%) bij aan een verbeterde mentale gezondheid. Slechts 21% zegt dat het bezoek aan Resto VanHarte niets heeft veranderd aan het gevoel van geluk. Het gezamenlijk eten wordt ook hier genoemd als de meest bepalende factor, gevolgd door de mogelijkheid om de vaste sociale contacten te onderhouden en nieuwe mensen te leren kennen. Daarnaast worden sfeer en openheid van gasten en betrokkenen genoemd.

In de focusgroepen kwam ook naar voren dat de bezoekers zich al gelukkig voelden en zich niet per se gelukkiger voelen nu ze naar Resto VanHarte gaan. In Arnhem was er een dame die het woord 'gelukkig' ook te groot vond. De andere deelnemers in de groep zeiden dat het niet direct gelukkiger maakt, maar uit hun antwoorden bleek dat de sociale contacten belangrijk zijn en dat Resto VanHarte 'het wel leuker maakt'. Ook leefden deelnemers echt toe naar de Resto-avonden. Ze vonden de sluitingen in de zomermaanden niet leuk. In Amsterdam werd door velen aangegeven dat het leven best zwaar kan zijn, maar dat iedereen in hetzelfde schuitje zit. Bij de Resto-avonden is er naast de onderlinge serieuze gesprekken dan ook voldoende ruimte voor lol en gezelligheid met elkaar.

Tabel 4.9**Elementen van Resto VanHarte die een bijdrage hebben geleverd aan verandering van het geluksgevoel**

	Aantal	%
Gezonde maaltijd	22	9
Gezamenlijk eten	73	30
Via vaste sociale contacten nieuwe contacten opdoen	20	8
Deelname aan entertainment of sociale activiteiten	4	2
Deelname aan de informatie- en voorlichtingsprogramma's	5	2
De sfeer en ambiance (gedekte tafel, bestek, bloemetjes, kaarsen)	18	7
Openheid van de medegasten/-bezoekers	18	7
Openheid van de vrijwilligers en personeel	11	4
Diversiteit aan andere culturen	2	<1
Niet van toepassing, want mijn geluk is niet veranderd	59	24
Anders, namelijk ...	15	6
Totaal	247	100

Ook hier hebben we geen relatie gevonden tussen de ervaren mentale gezondheid en het ervaren effect van Resto VanHarte.

4.6 Veiligheid en sociale samenhang in de wijk

Status veiligheid en sociale samenhang in de wijk

Respondenten voelen in zekere mate een sociale samenhang in hun wijk. Ze scoren gemiddeld 4.61 op een schaal van 1 (helemaal geen sociale samenhang) tot 7 (wel een sociale samenhang) (sd=1.34). Ook voelen ze zich - gemiddeld genomen - goed thuis in de wijk. De gemiddelde score is 4.90 op een schaal van 1 tot 7 (sd=1.66). Het gevoel van veiligheid ligt lager. Deze score is 3.16 op een schaal van 1 (onveilig) tot 7 (veilig). Gemiddeld genomen is er echter geen sprake van een onveilig gevoel in de wijk.

Effecten van Resto VanHarte

Van de respondenten ervaart 22% weinig effect van Resto VanHarte op het gevoel van sociale samenhang in hun wijk. Daarentegen ervaart 78% van de respondenten dat wel. En deze respondenten wijzen - wederom - de gezamenlijke maaltijd aan als factor die daar het meest aan bijdraagt, gevolgd door de mogelijkheid om bestaande contacten te onderhouden en nieuwe contacten op te doen. Een soortgelijke conclusie kan getrokken worden voor het effect dat

Resto VanHarte heeft op het gevoel van 'thuishoren in de wijk'. Minder effect wordt ervaren op het gevoel van veiligheid in de wijk. Vijfenvertig procent (45%) van de respondenten zegt geen verandering te ervaren vanuit Resto VanHarte. En de respondenten die wel verandering ervaren, schrijven dat relatief meer toe aan aspecten als sfeer, sociale activiteiten en informatie- en voorlichtingsprogramma's.

Tabel 4.10 Elementen van Resto VanHarte die een bijdrage hebben geleverd aan verandering van gevoelens van sociale cohesie, thuishoren in de wijk en veiligheid in de wijk			
	Sociale cohesie	Gevoel van thuishoren in de wijk	Gevoel van veiligheid in de wijk
Gezonde maaltijd	19 (8%)	17 (7%)	16 (7%)
Gezamenlijk eten	71 (29%)	69 (28%)	40 (16%)
Via vaste sociale contacten nieuwe contacten opdoen	24 (10%)	20 (8%)	19 (8%)
Deelname aan entertainment of sociale activiteiten	9 (4%)	5 (2%)	6 (2%)
Deelname aan informatie- en voorlichtingsprogramma's	3 (1%)	3 (1%)	9 (4%)
De sfeer en ambiance (gedekte tafel, bestek, bloemetjes, kaarsen)	13 (5%)	13 (5%)	9 (4%)
Openheid van de medegasten/-bezoekers	12 (5%)	18 (7%)	15 (6%)
Openheid van de vrijwilligers en personeel	12 (5%)	12 (5%)	6 (2%)
Diversiteit aan andere culturen	3 (1%)	5 (2%)	3 (1%)
Niet van toepassing, want mijn sociale cohesie is niet veranderd	63 (26%)	67 (27%)	106 (43%)
Anders, namelijk ...	17 (7%)	16 (7%)	19 (8%)
Totaal	246 (100%)	245 (100%)	248 (100%)

We hebben ook voor dit aspect de groepen ingedeeld op basis van hun ervaren sociale gezondheid. En ook hier vonden we geen verschil in het ervaren effect van Resto VanHarte op gevoelens van veiligheid en sociale samenhang in de wijk tussen mensen die zich meer of minder sociaal gezond voelden.

5 De betekenis van Resto VanHarte voor de buurt en het gemeentelijk beleid

Door Astrid Huygen (Verwey-Jonker Instituut)

5.1 Inleiding

Dit hoofdstuk belicht de betekenis van Resto VanHarte¹ voor de buurt en voor het lokale beleid. Resto VanHarte beoogt namelijk bij te dragen aan doelen waar ook de (lokale) overheid en instanties naar streven. Bijvoorbeeld dat mensen minder eenzaam zijn, zich gezond(er) gedragen, voelen en dat ook zijn, dat de woonomgeving prettiger wordt en dat mensen meer verbondenheid en gemeenschapszin ervaren. Welke elementen van Resto VanHarte dragen daaraan bij? Wat kunnen beleidsmakers en overige (lokale) betrokken partijen doen om succesvolle Resto's mogelijk te maken? Wat maakt dat Resto VanHarte kansrijk is?

Deze vragen verkennen we in dit hoofdstuk. We beschrijven daarbij vier centrale beleidsdoelen waarin Resto VanHarte een rol van betekenis kan spelen. Het gaat om het opdoen en onderhouden van sociale contacten (sociale gezondheid), het bestrijden van eenzaamheid (mentale gezondheid), het bevorderen van een gezonde keuze over leefstijl (fysieke gezondheid) en het laten aansluiten van formele en informele verbanden (vrijwilligersbeleid/participatiebeleid). Hierna beschrijven we in paragraaf 5.2 de beleidsterreinen waarvoor Resto VanHarte relevantie heeft. Daarna werken we in paragraaf 5.3 de rol van Resto VanHarte uit en benoemen we de voorwaarden waaronder Resto VanHarte kan werken.

5.2 Relevantie voor beleid

5.2.1 Inleiding

We zien in de beleidsterreinen waar Resto VanHarte een rol kan spelen een aantal kernbegrippen terug: gezondheid en meedoen, eigen verantwoordelijkheid en

¹ In dit onderzoek staan de Resto's VanHarte centraal. Evengoed kunnen het vergelijkbare initiatieven voor sociale eethuizen in de buurt betreffen.

eenzaamheid. We lichten eerst toe hoe Resto VanHarte daaraan kan bijdragen. Daarna kijken we naar de rol van lokaal en specifiek beleid: het gezondheidsbeleid, de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (Wmo) en het participatiebeleid.

5.2.2 Bijdrage aan algemene beleidsdoelen

Gezondheid en meedoen

Centraal in dit onderzoek staat de betekenis voor de (lichamelijke, mentale en sociale) gezondheid. Daarmee komen we op het terrein van het gezondheidsbeleid. In de landelijke nota over het gezondheidsbeleid (VWS, 2011) is de visie van het kabinet op eigen verantwoordelijkheid uitgewerkt in drie thema's: vertrouwen in gezondheidsbescherming, zorg en sport dicht in de buurt en zelf beslissen over leefstijl. De Wet Maatschappelijke Ondersteuning¹ (Wmo) hangt nauw samen met het tweede en derde thema samenhangend. De eigen verantwoordelijkheid van de burger en zijn zelforganiserend vermogen zijn inhoudelijke pijlers waarop de Wmo zich baseert. Beleid is erop gericht mensen (weer) in staat te stellen verantwoordelijkheid te nemen voor hun eigen leven.

Eigen verantwoordelijkheid

Het kabinetsbeleid gaat op alle terreinen nadrukkelijk uit van de eigen verantwoordelijkheid van burgers voor de vormgeving van hun leven. Niet alleen op landelijk, maar ook op gemeentelijk niveau staat de visie op (de organisatie van) samenleven in het teken van eigen verantwoordelijkheid en eigen kracht van mensen. De rijksoverheid wil daarbij vooral inspireren en ondersteuning bieden aan gemeenten (VWS 2011, p.5) op het niveau waar deze eigen verantwoordelijkheid en eigen kracht vorm krijgt. We zien een beweging van overheid en instituties naar burgers en een beweging van het landelijke naar het lokale niveau.

Eenzaamheid

Een aandachtsgebied dat zowel met gezondheid als met meedoen samenhangt, is eenzaamheid. Het bevorderen van de zelfredzaamheid draagt bij aan de preventie en bestrijding van eenzaamheid. De oorspronkelijke aanleiding voor het opzetten van Resto VanHarte is iets te willen betekenen voor (oudere) mensen

¹ De Wet Maatschappelijke Ondersteuning is ingevoerd op 1 januari 2007. Het maatschappelijke doel van de Wmo is 'meedoen'. De wet moet ervoor zorgen dat mensen zo lang mogelijk zelfstandig kunnen blijven wonen en mee kunnen doen in de samenleving. De Wmo vervangt de Wet voorzieningen gehandicapten (Wvg), de Welzijnswet en de Algemene Wet Bijzondere Ziektekosten (AWBZ). De verantwoordelijkheid voor de uitvoering van de Wmo ligt bij de gemeenten (zie www.invoeringwmo.nl).

die te kampen hebben met eenzaamheid. De restaurants zijn in eerste instantie opgezet voor mensen die behoefte hebben aan contact (aldus de oprichter op www.restovanharte.nl). Resto VanHarte is vanuit deze missie ook aangesloten bij de Coalitie Erbij.¹ Dit getuigt van het belang dat Resto VanHarte hecht aan het ook in breder verband betrokken zijn bij de bestrijding van eenzaamheid.

Overigens is het niet eenvoudig om mensen die hulp nodig hebben of eenzaam zijn te bereiken (Linders, 2010). Linders noemt dat vraagverlegenheid. Voorzieningen zoals Resto VanHarte waar mensen elkaar kunnen ontmoeten in een prettige sfeer, lijken te voorzien in een behoefte. Een positieve aanleiding, samen eten, is de reden om Resto VanHarte te bezoeken, niet het feit dat iemand een 'probleem' zou hebben. Van belang daarbij is de kwaliteit van de locatie. Een voorwaarde is dat de plek laagdrempelig is, een open sfeer ademt en daarmee uitnodigend is (waarover verderop meer), zodat mensen er gemakkelijk naartoe gaan. Uit onderzoek naar de aanpak (beleid en interventies) van eenzaamheid blijkt namelijk dat er vaak onvoldoende bekend is over de doelgroep en of deze al dan niet bereikt wordt met de gekozen aanpak (Huygen et al., 2011). Voor mensen die eenzaam zijn, is de stap om een activiteit te bezoeken vaak (te) groot. Of Resto VanHarte de bezoekers trekt die het beoogt, was geen onderwerp van het huidige onderzoek, maar het zou zeker de moeite waard zijn om dit eens na te gaan.

5.2.3 Gezondheidsbeleid

Nederland en Dekker (2011) stellen dat er in het denken over gezondheidsbevordering de laatste jaren het nodige in gang is gezet. Het besef dringt door dat investeren in gezondheidsbevordering en preventie individuele en maatschappelijke gezondheidswinst oplevert. De landelijke overheid geeft gemeenten een steeds belangrijker plaats in het gezondheidsbeleid. We zien dit duidelijk terug in de recente landelijke nota gezondheidsbeleid (VWS, 2011). Dit gaat echter niet gepaard met financiële middelen. Daarom, zo stellen Nederland en Dekker (2011), wint de rol van gemeenten aan belang bij vernieuwende en creatieve initiatieven in de gezondheidsbevordering van burgers. Het lokale niveau en de directe leefomgeving van mensen zullen in de toekomst van de gezondheidszorg een steeds grotere plaats innemen.

¹ Een nationale coalitie waarin veertien maatschappelijke organisaties vertegenwoordigd zijn om eenzaamheid te bestrijden (www.coalitieerbij.nl).

Ongeveer 50% van de ziekten zijn leefstijlafhankelijk en daardoor preventief te bestrijden (Nederland en Dekker, 2011: 9). Door de fysieke en sociale omgeving te betrekken in de beleidsaanpak ontstaat een complexere, maar tegelijkertijd meer evenwichtige kijk op gezondheidsbevordering (p. 11). Naast individuele factoren zoals opleiding, inkomen, beroepsniveau en leefstijl zijn ook de fysieke en sociale omgeving van invloed op de gezondheid van mensen. Dit blijkt onder meer uit literatuuronderzoek (Huygen et al., 2009) naar indicatoren voor sociaaleconomische gezondheidsverschillen. Vooral indicatoren in het domein leefomgeving, zoals omgevingsruimte, sociale cohesie en sociaal kapitaal¹, blijken belangrijke aanwijzingen te bevatten voor de invloed op sociaaleconomische gezondheidsverschillen.

Nederland en Dekker (2011) pleiten voor het *verleiden* van burgers om gezond gedrag te vertonen. Niet zozeer om ongezond gedrag te bestrijden of te voorkomen, maar om gezond gedrag te bevorderen. Resto VanHarte kan daaraan een bijdrage leveren.

5.2.4 Wet Maatschappelijke Ondersteuning (Wmo)

De Wmo is een wet waarin het bevorderen van participatie en sociale zelfredzaamheid van burgers centraal staat. Maar ook is de Wmo er om dure zorg te voorkomen en om, ondanks beperkingen die mensen ervaren, langer zelfstandig te blijven wonen. De brede opvatting van gezondheidsbevordering uit de landelijke nota gezondheidsbeleid sluit dan ook mooi aan bij het centrale gedachtegoed van de Wmo, te weten het tot bloei laten komen van de eigen kracht en verantwoordelijkheid van burgers. Sociale zelfredzaamheid gaat onder meer samen met participatie in de samenleving en met het hebben van sociale contacten. En precies daaraan wil Resto VanHarte een bijdrage leveren, en wel het tot stand brengen van maatschappelijke integratie, participatie en samenhang (www.restovanharte.nl). Resto VanHarte heeft als doel een positieve bijdrage te leveren aan de kwaliteit van leven op individueel niveau en op het samenlevingsniveau in de buurt. Om dit te realiseren zetten zij het eten van een gezamenlijke maaltijd centraal. Dit is als het ware het vehikel waarmee zij de doelstellingen willen waarmaken.

¹ Zie ook het proefschrift van Mohnen (2012), waaruit blijkt dat sociaal kapitaal in buurten een positief effect heeft op de gezondheid van bewoners.

5.2.5 Participatiebeleid

Naast gezondheidsbeleid en de Wmo kan Resto VanHarte van betekenis zijn voor participatiebeleid. Resto VanHarte biedt immers mogelijkheden voor mensen om te re-integreren, stage te lopen en vrijwilligerswerk te doen. Deze leer- en werkervaringsplaatsen zijn relevant voor (lokaal) participatiebeleid (werk, inkomen, armoede). Resto VanHarte streeft daarnaast naar verbindingen tussen formele en informele verbanden door de inzet van vrijwilligers.

5.3 Resto VanHarte als arrangement

In het voorgaande hebben we aangegeven dat de Resto's zich bevinden in een domein waar verschillende maatschappelijke aandachtsgebieden elkaar overlappen. Zowel wat betreft de te verwachten maatschappelijke effecten, als het behalen van beleidsmatige doelstellingen hebben de Resto's in dat elkaar overlappende gebied een positie.

Omdat het fenomeen Resto VanHarte betekenis heeft op verschillende maatschappelijke terreinen en daarmee ook beleidsterreinen, kunnen we Resto VanHarte benaderen als een arrangement.¹ Een arrangement dat een plek heeft in een levenssfeer waarin (het opheffen van) sociaal isolement, meedoen, participatie, leefbaarheid en gezondheid samenkomen. Resto VanHarte is te zien als een arrangement dat aanhaakt bij de verschillende opgaven die op deze beleidsterreinen zijn gesteld: bestrijden van eenzaamheid, bevorderen van zelfredzaamheid, bevorderen van leefbaarheid in wijken en buurten, bijdragen aan lichamelijke, mentale en sociale gezondheid, en bevorderen van gezond gedrag. De Resto's hebben een meervoudige doelstelling en laten een innovatieve combinatie van betrokken partijen zien. Resto VanHarte is een voorbeeld van een arrangement dat meerdere beleidsdoelen kan dienen. Het is een uiting van het streven naar creatieve aanpakken op lokaal niveau.

Een arrangement is niet zozeer het vormgeven aan de uitvoering van een beleidsdoel. Het is eerder een verschijning van een initiatief dat past bij verschillende beleidsterreinen. Het is van betekenis voor deze beleidsterreinen en

¹ De term is ontleend aan Boutellier (2011). Hij stelt dat een arrangement een uitgeschreven vrije vorm is - een tijdelijke ordening - op basis van een dwingende melodie (p. 143). Het is een concept binnen de improvisatiemaatschappij. Het wezen van de improvisatiemaatschappij is het geheel van processen van afstemming op de omgeving waarmee de sociale ordening van een onbegrensde wereld zich realiseert (Boutellier, 2011:141).

tegelijkertijd kan het ervan gebruikmaken, of soms sterker: heeft het dit beleid nodig om te kunnen slagen. Een arrangement gaat over het samenspel tussen betrokken partijen en over de vraag wie welke rol heeft. Ofwel: de organisatie van de afstemming.

Bij de betekenis van Resto VanHarte voor de wijk willen we wijzen op het belang van de locatie. Het samen eten van een gezonde maaltijd in een buurtrestaurant staat niet op zichzelf. Het is ingebed in het dagelijks leven in de buurt. Met het leven zoals elke buurtbewoner dit individueel ervaart, maar ook met bestaande sociale structuren en netwerken. De Resto's proberen aan te sluiten op de buurt door samenwerking te zoeken met een locatie, door voorlichting te geven, of een wijkagent of imam uit te nodigen om te komen vertellen wat er speelt in de wijk. Maar ook door vrijwilligers en stagiaires een plek te bieden waar zij kunnen leren. Dit alles komt samen op één plek.

Door mensen de gelegenheid te bieden samen te komen, is de kans aanwezig dat eenzaamheid afneemt en de mentale gezondheid van bezoekers toeneemt. Ook het opdoen van sociale contacten kan de gezondheid van mensen verbeteren. Het blijkt dat de gasten van Resto VanHarte die meededen aan dit onderzoek dit zelf ook zo ervaren. Op welke manier dit precies werkt, is contextafhankelijk. Wanneer (potentiële) bezoekers plekken in een wijk ervaren als toegankelijk, gastvrij, open en uitnodigend, komen bewoners ook daadwerkelijk en draagt hun bezoek aan deze gelegenheid bij aan de kwaliteit van leven (Huygen, 2011). Alleen: de ene plek is de andere niet. Hoewel Resto VanHarte een landelijk concept is, krijgt de invulling ervan lokaal gestalte. Deze lokale invulling is zelfs noodzakelijk, wil een concept als Resto VanHarte succesvol zijn. Want succes wordt bepaald door meer dan alleen de in dit onderzoek zelf gerapporteerde effecten op gezondheid. De organisatie van de samenwerking die nodig is voor het realiseren van een Resto VanHarte vindt op buurtniveau plaats. De Resto's zijn bijvoorbeeld onderdeel van een buurtcentrum of een ROC. Een Resto VanHarte is ook van betekenis voor de accommodatie waarin het gevestigd is. De accommodatie ondervindt invloed van de aanwezigheid van Resto VanHarte. Van belang voor het organiseren van de afstemming is het perspectief van de locatie waar de Resto zich vestigt. Vanzelfsprekend gaat het om het afstemmen van de activiteiten. Maar het gaat om meer. De komst van een Resto in een kleinschalig buurtcentrum vergt bijvoorbeeld wederzijdse aandacht voor de aansluiting tussen de culturen van Resto VanHarte en van de bezoekers aan het centrum - en voor hun onderlinge verwachtingen. Wil een Resto VanHarte van meerwaarde zijn voor de buurt, dan is zorgvuldige inbedding vereist. Het zou de moeite waard zijn na te gaan welke factoren hierop precies van invloed zijn. Het Resto VanHarte-concept haakt vaak prachtig aan bij lokale beleidsdoelen, maar

het staat of valt uiteindelijk met de betekenis die het verwerft in een lokale gemeenschap, wil het ook daadwerkelijk bijdragen aan het realiseren van deze doelstellingen. De komst van een Resto kan tegelijkertijd ook een impuls geven aan de locatie waar het zich vestigt. Plekken waar Resto's VanHarte kansrijk zijn, zijn gelegenheden waar het aanhaakt op een al aanwezige of latente behoefte in een buurt of wijk. Door te werken met vrijwilligers beoogt Resto VanHarte verbindingen te leggen tussen de formele en informele wijkcontext. Kortom: de functie en de rol van een Resto VanHarte-vestiging hangt sterk samen met de specifieke wijk situatie.

De rol van lokale overheden is erin gelegen ruimte (letterlijk en figuurlijk) te bieden aan dit type initiatieven. Omdat Resto VanHarte een onafhankelijk initiatief is, kan een lokale overheid of instantie ook slim 'gebruikmaken' van de vestiging van een Resto VanHarte in de buurt. Ze zal zich daarbij wel rekenschap moeten geven van de lokale inbedding, zoals hierboven bepleit. Ook kan de gemeente bekendheid geven aan het initiatief, zowel naar burgers als maatschappelijke organisaties die in contact komen met potentiële bezoekers.

Tot slot merken we op dat dit onderzoek inzichten biedt in de effecten van Resto's op de lichamelijke, mentale en sociale gezondheid van de bezoekers, zoals de bezoekers die zelf hebben gerapporteerd. Wat begrijpelijkerwijs niet duidelijk wordt, is de precieze werking van deze plekken in de wijk. Zijn de plekken gastvrij, laagdrempelig genoeg? Wat is de betekenis van de plek? Een buurtcentrum (met vaak een geschiedenis) of een ROC zijn immers nogal verschillende locaties. Deze kunnen van grote invloed zijn op wie de Resto VanHarte bezoekt. Het is vervolgens interessant hoe een onafhankelijk, particulier initiatief als Resto VanHarte zich verhoudt tot de institutionele lokale context. Op welke manieren vullen zij elkaar aan en welke hindernissen komen erbij aan het licht? Met andere woorden: hoe vindt de organisatie van de afstemming plaats?

6 Discussie, conclusies en aanbevelingen

6.1 Discussie

In dit onderzoek is gekozen voor een aanpak die beperkingen met zich meebrengt. Zo hebben we de invloed van het concept op anderen dan de gasten niet onderzocht. Denk hierbij vooral aan de vrijwilligers. We hebben wel onderzocht hoe de gasten het werk en de rol van de vrijwilligers ervaren, maar hebben niet gekeken naar de ervaring van de vrijwilligers zelf.

Daarnaast brengt de gekozen manier van meten beperkingen met zich mee:

- De impact van het concept op de wijk is onderzocht door de bezoekers zelf te vragen naar hun ervaringen. Dat hadden we ook nog aan wijkagenten of andere zorgverleners kunnen vragen. Daarmee was er een extra check geweest.
- Idealiter is er een voor- en nameting, waarbij ten minste enkele maanden tussen de eerste en tweede meting zou moeten liggen. We hadden daarmee het effect nog scherper kunnen vaststellen. Dat was echter niet mogelijk binnen de (tijds- en budget)kaders van dit project.
- Idealiter wordt de lichamelijke gezondheid gemeten aan de hand van indicatoren over de lichamelijke gesteldheid. Wij hebben gekozen voor een vraag aan de deelnemers zelf. We hebben ze gevraagd of ze huns inziens sneller ziek zijn dan andere mensen, dezelfde mate van gezondheid hebben of verwachten dat hun gezondheid minder wordt. Het antwoord op deze vraag kan afwijken van de feitelijke lichamelijke gesteldheid. De relatief hoge BMI van de respondenten die zich gezond voelen, is een indicatie dat 'gevoelens en meningen over lichamelijke gezondheid' niet per se samen gaan met feitelijke lichamelijke gesteldheid.
- We hebben de mensen gevraagd om de vragenlijst in te vullen in de (gezellige) Resto-omgeving. Hebben ze niet een te rooskleurig beeld gegeven? Was het anders geweest als ze de enquête thuis hadden moeten invullen?

6.2 Conclusies

Het zijn vooral Nederlandse, alleenstaande vrouwen van ouder dan 50 jaar die naar Resto VanHarte komen.

Jongeren en allochtonen zijn moeilijker te bereiken.

Vooral vaste gasten bezoeken de Resto in de eigen wijk of een andere wijk met grote regelmaat.

Veruit de meeste mensen komen één tot twee keer per week eten bij Resto VanHarte. De helft bezoekt de Resto VanHarte in de eigen wijk, maar Resto's buiten de eigen wijk worden ook bezocht. Gasten komen er gemiddeld al een kleine twee jaar. Veel gasten zijn regelmatige gasten. Ze zijn tevreden en komen graag terug.

Samen eten met een vaste groep bekenden is gezellig.

Alle elementen van Resto VanHarte scoren hoog op belang en tevredenheid. Mensen vinden het (goede) eten het allerbelangrijkst, evenals de vaste sociale contacten die ze kunnen onderhouden. Daarop volgen de mogelijkheid om nieuwe sociale contacten op te doen, de sociale activiteiten en het voorlichtingsprogramma. Deze elementen worden belangrijk gevonden, maar iets minder belangrijk dan het goede eten en de vaste contacten. De gasten komen er voor de gezelligheid.

De Resto-sfeer maakt het leggen van nieuwe contacten gemakkelijk.

Het leggen van nieuwe contacten wordt door de gasten belangrijk gevonden, ofschoon minder belangrijk dan de maaltijd en de al bestaande contacten. De gasten zijn ook tevreden over de mogelijkheid daartoe en de sfeer die Resto VanHarte schept. Nieuwe gasten worden opgenomen, tenzij de taalbarrière contacten in de weg staat. Nieuwe gasten voelen zich ook welkom.

Sociale activiteiten en informatieavonden worden gewaardeerd, maar geven niet de doorslag.

Bezoekers zeggen de sociale activiteiten en informatieavonden belangrijk te vinden en zijn er ook tevreden over, maar ze geven niet de doorslag. Ze staan dan ook als laagst geprioriteerd en gewaardeerd.

Gasten voelen zich gezond op lichamelijk en mentaal vlak, maar iets minder op sociaal vlak.

De gasten van Resto VanHarte zeggen zich lichamelijk gezond te voelen, ofschoon de BMI gemiddeld vrij hoog ligt: 27,64. Ook zeggen ze zich over het algemeen gelukkig en tevreden te voelen. Er is geen gevoel van eenzaamheid. Daarmee is de mentale gezondheid goed te noemen. Ook de sociale gezondheid wordt als redelijk ervaren, al is de score daar iets lager dan op de mentale gezondheid. Men ervaart een zekere sociale samenhang in de wijk en voelt zich niet onveilig. Overigens is er bij de gasten ook geen 'veilig gevoel'.

Eten met (een vaste groep) anderen verbetert de ervaren gezondheid.

Van de bezoekers zegt 75% - 85% dat Resto VanHarte bijdraagt aan hun lichamelijke, mentale of sociale gezondheid. Daarbij noemen ze vooral het gezamenlijk eten en het kunnen onderhouden van bestaande contacten dan wel het kunnen opdoen van nieuwe contacten. Het gaat hier niet om grootse effecten of veranderingen, maar meer om de kleine dingen. Een respondent zegt bijvoorbeeld: 'Ik vind het woord gelukkiger wel erg groot'. Zo vinden de bezoekers het niet per se nodig om veel bij elkaar over de vloer te komen. Het groeten van de mensen die je bij Resto VanHarte ziet en later in de wijk weer tegenkomt voelt al als prettig. En: Resto VanHarte maakt het leven allemaal wat leuker.

Het (samen) eten in Resto VanHarte beïnvloedt ook het eten thuis.

De gasten vinden gezond eten erg belangrijk. Ze zeggen het zelf belangrijk te vinden en ook door hun sociale omgeving wordt het belang van gezond eten benadrukt. Ofschoon het (gezond) eten niet het hoofddoel van Resto VanHarte is, heeft het (samen) eten in Resto wel invloed op het eten thuis. De gasten van Resto VanHarte eten gemiddeld 3,5 keer per week thuis een zelfbereide warme maaltijd. Twee keer per week eten ze brood of een kant-en-klaarmaaltijd. De overige keren worden op een andere manier ingevuld. Dit patroon is bij de helft van de respondenten veranderd sinds het bezoek aan Resto VanHarte. De helft van de bezoekers zegt anders te zijn gaan eten en koken. Ze eten meer groenten, fruit en eten uit andere culturen. Resto VanHarte heeft hen in aanraking gebracht met andere soorten eten, die ze zijn gaan waarderen en mee naar huis hebben genomen. Een derde van de bezoekers zegt echter ook minder vaak te zijn gaan koken 'omdat ik nu bij Resto VanHarte eet'.

Resto VanHarte scoort met haar concept grote tevredenheid

De gasten zijn tevreden over Resto VanHarte. Het gezamenlijk eten is een prima basis om bestaande contacten te onderhouden en nieuwe contacten op te

doen. Daarbij helpen (1) de inzet van een goede, professionele kok die lekker, gevarieerd en verrassend kookt alsook (2) de actieve, betrokken vrijwilligers.

Kortom, een gezamenlijke (gezonde) maaltijd is een prima vehikel om de gezondheid van mensen op peil te houden. Het draagt bij aan zowel lichamelijke, mentale als sociale gezondheid van de bezoekers.

6.3 Aanbevelingen

Zie en ontwikkel Resto VanHarte als arrangement aanhakend bij verschillende specifieke beleidsopgaven.

De gemeenten krijgen een steeds nadrukkelijker rol in beleidsterreinen rondom gezondheid, zelfredzaamheid en participatie. Het concept Resto VanHarte haakt aan bij de doelstellingen die deze beleidsterreinen nastreven. Om dit succesvol te kunnen doen, is het van groot belang om het concept goed te laten aansluiten bij de specifieke situatie in de betreffende wijk. Lokale invulling van het landelijke concept is dan ook noodzakelijk. Daarbij is een goede organisatie van de afstemming met de lokale cultuur een belangrijk onderdeel. Maatwerk is hier het toverwoord.

Zie 'samen eten' als vehikel om de gezondheid van mensen naar een hoger niveau te tillen.

Samen eten helpt om de gezondheid van mensen te verbeteren. Daarbij gaat het om zowel lichamelijke, mentale als sociale gezondheid.

Bouw het element 'samen eten' uit als bindmiddel in de wijk.

Binnen het Resto VanHarte-concept draagt het element 'samen eten' het meest bij aan het succes. De gezondheid in brede zin verbetert in de ogen van de gasten door het samen eten. Pas deze ervaring toe in andere lokale concepten waar sociale cohesie tussen mensen een extra impuls vraagt.

Wees daarbij bewust van de positieve bijdrage van de inzet van een goede, professionele kok en actieve, betrokken vrijwilligers.

Een professionele kok die gevarieerd kookt en in staat is om maaltijden te serveren die aansluiten bij verschillende culturele achtergronden draagt bij aan het succes. Daarmee wordt de gezamenlijke maaltijd nóg aantrekkelijker. Dat geldt ook voor de inzet van betrokken vrijwilligers.

Laat sociale en informatieve activiteiten aansluiten op de maaltijd - maar maak het niet de hoofdattractie.

Aansluitend op de maaltijd en aanhakend bij de arrangementfunctie kunnen sociale en informatieve activiteiten worden georganiseerd. Deze elementen maken het voor de gasten aantrekkelijker. Het is echter niet het belangrijkste en meest gewaardeerde element. Beschouw het als een extraatje voor de gasten.

Literatuur en websites

Asch, S.E., 'Studies of independence and conformity: A minority of one against a unanimous majority.' In: *Psychological Monographs* 70 (1956), pp. 1-70.

Ball, K., D. Crawford en G. Mishra, 'Socio-economic inequalities in women's fruit and vegetable intakes: A multilevel study of individual, social and environmental mediators.' In: *Public Health Nutrition* 9 (2006), pp. 623-630.

Berkowitz, L., 'Social norms, feelings, and other factors affecting helping and altruism.' In: *Advances in Experimental Social Psychology* 6 (1972), pp. 63-108.

Beydoun, M.A. en Y. Wang, 'How do socio-economic status, perceived economic barriers and nutritional benefits affect quality of dietary intake among US adults?' In: *European Journal of Clinical Nutrition* 62 (2008), pp. 303-313.

Boutellier, H., *De improvisatiemaatschappij. Over de sociale ordening van een onbegrensde wereld*. Boom/Lemma uitgevers, Den Haag, 2011.

Buckner, J.C., 'The development of an instrument to measure neighborhood cohesion.' In: *American Journal of Community Psychology* 16 (1988) 6: pp. 771-791.

Cialdini, R.B. en N.J. Goldstein, 'Social influence: Compliance and conformity.' In: *Annual Review of Psychology* 55 (2004), pp. 591-621.

Costa, D.L. en M.E. Kahn, 'Civic engagement and community heterogeneity: An economist's perspective.' In: *Perspectives on Politics* 1 (2003), pp. 103-111.

Jong-Gierveld, J. de, 'A review of loneliness: concept and definitions, determinants and consequences.' In: *Reviews in Clinical Gerontology* 8 (1998), pp. 73-80.

Jong-Gierveld, J. de en F.H. Kamphuis, 'The development of a Rasch-type loneliness-scale.' In: *Applied Psychological Measurement* 9 (1985), pp. 289-299.

- Forrest, R. en F. Kearns, 'Social cohesion, social capital and the neighbourhood.' In: *Urban Studies* 38 (2001), pp. 2125-2143.
- Gijsberts, M., T. van der Meer en J. Dagevos, 'Vermindert etnische diversiteit de sociale cohesie?' In: P. Schnabel, R. Bijl en J. de Hart, *Betrekkelijke betrokkenheid, Studies in sociale cohesie. Sociaal en Cultureel rapport*, pp. 306-336, Den Haag, 2008.
- Giskes, K., G. Turrel, C. Patterson en B. Newman, 'Socioeconomic differences among Australian adults in consumption of fruit and vegetables and intakes of vitamins A, C and folate.' In: *Journal of Human Nutrition and Dietetics* 15 (2002), pp. 375-385.
- Hudson, C.G., 'Socioeconomic status and mental illness: Tests of the social causation and selection hypotheses.' In: *American Journal of Orthopsychiatry* 75 (2005), pp. 3-18.
- Hulshof, K.F.A.M., J.H. Brussaard, A.G. Kruizinga, J. Telman en M.R.H. Löwik, 'Socio-economic status, dietary intake and 10y trends: the Dutch National Food Consumption Survey.' In: *European Journal of Clinical Nutrition* 57 (2003), pp. 128-137.
- Huygen, A., K. Vliet en T. Nederland, *Onderbouwing van indicatoren voor sociaaleconomische gezondheidsverschillen*. Literatuuronderzoek. Verwey-Jonker Instituut, Utrecht, 2009.
- Huygen, A., *Met vereende krachten. De Nieuwe Jutter: buurthuis nieuwe stijl*. Tussenrapportage. Verwey-Jonker Instituut, Utrecht, 2011.
- Huygen, A., R. Verwijs en F. Meerde, *Samenwerken voor minder eenzaamheid. Ontwikkeling van een instrument ter ondersteuning van een lokale aanpak*. Verwey-Jonker Instituut, Utrecht, 2011. Te verschijnen.
- Inglis, V., K. Ball en D. Crawford, 'Why do women of low socioeconomic status have poorer dietary behaviours than women of higher socioeconomic status? A qualitative exploration.' In: *Appetite* 45 (2005), pp. 334-343.

Jong-Gierveld, J. de en F. Kamphuis, 'The development of a Rasch-type loneliness scale.' In: *Applied Psychological Measurement* 9 (1985), pp. 289-299.

Linders, L., De betekenis van nabijheid. Een onderzoek naar informele zorg in een volksbuurt. SdU, Den Haag, 2010.

Keyes, C.L.M., 'The subjective well-being of America's youth: Toward a comprehensive assessment.' In: *Adolescent and Family Health* 4 (2005), pp. 3-11.

McGinnis, J.M. en W.H. Foege, 'Actual causes of death in the United States.' In: *Journal of the American Medical Association* 270 (1993), pp. 57-62.

McHorney C.A., J.E. Ware en A.E. Raczek, 'The MOS 36-Item Short-Form Health Survey (SF-36®): II. psychometric and clinical tests of validity in measuring physical and mental health constructs.' In: *Med Care* 31 (1993) 3: pp. 247-63.

Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, *Gezondheid dichtbij. Landelijke nota gezondheidsbeleid*. Ministerie van VWS, Den Haag, september 2011.

Mohnen, S.M., *Neighbourhood context and health. How neighbourhood social capital affects individual health*. Universiteit Utrecht, Utrecht, 2012.

Nederland, T. en F. Dekker, *Verleiden tot gezondheid. Een integraal beleidsperspectief op gezondheidsbevordering*. Verwey-Jonker Instituut, Utrecht, 2011.

Nielen, M., R. Verheij, D. de Bakker en W. Devillé, *Vooronderzoek verbetering kwaliteit huisartsenzorg in achterstandsgebieden grote steden*. NIVEL, Utrecht, 2007.

Pamuk et al., E., *Socioeconomic status and health chartbook: Health*. National Center for Health Statistics, Hyattsville, Md, 1998.

Pettigrew, T. en L.R. Tropp, 'A meta-analytic test of intergroup contact theory.' In: *Journal of Personality and Social Psychology* 90 (2006), pp. 751-783.

Reinaerts, E., R. Crutzen, M. Candel, N.K. de Vries en J. de Nooijer, 'Increasing fruit and vegetable intake among children: comparing long-term effects of a free distribution and a multicomponent program. In: *Health Education Research* 23 (2008), pp. 987-996.

Robinson, D. en D. Wilkinson, 'Sense of community in a remote mining town: validating a neighborhood cohesion scale.' In: *American Journal of Community Psychology* 23 (1995) 1: pp. 137-148.

Roelofs, J. en A. van Bergen, *Psychosociale gezondheid. Plan van aanpak*. GG&GD, Gemeente Utrecht, 2008.

Schnabel, P., R. Bijl en J. de Hart (red.), *Betrekkelijke betrokkenheid: Studies in sociale cohesie*. Sociaal en Cultureel Planbureau, Den Haag, 2008.

SGBO/BMC, *Participatie in beeld. Wie is kwetsbaar en wat belemmert kwetsbare doelgroepen in meedoen?* SGBO/ BMC onderzoek, Den Haag, 2011.

Sherif, M., *The psychology of social norms*. Harper, New York, 1936.

Smith, A. en K. Baghurst, 'Dietary vitamin and mineral intake and social status.' In: *Australian Journal of Nutrition and Dietetics* 50 (1993), pp. 163-171.

Tilburg, T. van en J. de Jong-Gierveld (eds.), *Zicht op eenzaamheid: achtergronden, oorzaken en aanpak*. TNS NIPO Assen, Van Gorcum, 2008; *Eenzaamheidmonitor*. TNS NIPO Amsterdam, 2007.

Turner-Bowker, D.M., P.J. Bartley, J.E. Ware Jr., *SF-36® Health Survey en SF Bibliography: Third Edition (1988-2000)*. QualityMetric Incorporated, Lincoln, RI, 2002.

Van der Heijden, Y., 'Interview: Hoogleraar Samenlevingsopbouw Talja Blokland over het verbeteren van achterstandswijken: 'Sociale achterstand van bewoners is moeilijk op te lossen.' In: *Secondant* 3/4 (2007), pp. 17-21.

Van Duyn, M.A., A.R. Kristal, K. Dodd, M.K. Campbell en A.F. Suba et al., 'Associations of awareness, intrapersonal and interpersonal factors, and stage of dietary change with fruit and vegetable consumption: A national survey.' In: *American Journal of Health Promotion* 16 (2001), pp. 69-78.

Ware, J.E., C.D. Sherbourne, 'The MOS 36-Item Short-Form Health Survey (SF-36®): I. conceptual framework and item selection.' In: *Med Care* 30 (1992) 6: pp. 473-83.

Weiss, C., 'Theory-based evaluation: past, present and future.' In: *New Directions for Evaluation* 76 (1997), pp. 41-55.

WHO, *The World Health Report 2001: Mental health: New understanding, new hope*. World Health Organization, Geneva, 2001.

Websites

www.invoeringwmo.nl

www.restovanharte.nl

www.coalitieerbij.nl

www.verwey-jonker.nl

Bijlage 1

Deelnemers aan het kwantitatief onderzoek

Tabel B1.1		Demografische kenmerken van de deelnemers aan het kwantitatief onderzoek
Karakteristiek	Categorie	Percentage (%) N=286
Geslacht	Man	81 (28%)
	Vrouw	198 (69%)
Leeftijd (jaar)	Jonger dan 20	4 (1%)
	21-30	7 (2%)
	31-40	11 (4%)
	41-50	30 (11%)
	51-65	90 (32%)
	65+	144 (50%)
Opleiding	Basis	47 (16%)
	Lager beroepsonderwijs	64 (22%)
	Middelbaar voortgezet onderwijs	57 (20%)
	Hoger voortgezet onderwijs	20 (7%)
	Middelbaar beroepsonderwijs	48 (17%)
	Hoger beroepsonderwijs	25 (9%)
	Universiteit of hoger	14 (5%)
Arbeids-situatie	Werkzaam in loondienst	44 (15%)
	Zelfstandig ondernemer	10 (3%)
	Vrijwilliger	46 (16%)
	Werkloos/werkzoekend	16 (6%)
	Huisvrouw/huisman/anders	59 (21%)
	Gepensioneerd/VUT	88 (31%)
	Arbeidsongeschikt	53 (19%)
	Ander, namelijk...	22 (8%)

Tabel B1.1**Demografische kenmerken van de deelnemers aan het kwantitatief onderzoek (vervolg)**

Karakteristiek	Categorie	Percentage (%) N=286
Gezins-samenstelling	Alleenstaand, weduwe/weduwnaar	166 (58%)
	Alleenstaande ouder met uitwonende kinderen	40 (14%)
	Alleenstaande ouder met thuiswonende kinderen	15 (5%)
	Samenwonend met partner met uitwonende kinderen	46 (16%)
	Samenwonend met partner met thuiswonende kinderen	10 (4%)
	Missende waarde	10 (4%)
Nationaliteit (geboorteland)	Nederland	255 (89%)
	Suriname	5 (2%)
	Nederlandse Antillen	4 (1%)
	Turkije	1 (<1%)
	Marokko	2 (<1%)
	Indonesië	5 (2%)
	Ander land, namelijk ... (Duitsland, België, Brazilië, Singapore)	8 (3%)

NB. Bij sommige items konden respondenten meerdere categorieën aanvinken. Hierdoor is het totaal meer dan 100%. Op andere items hebben niet alle respondenten geantwoord, waardoor het totaal minder dan 286 is.

Het LEI ontwikkelt voor overheden en bedrijfsleven economische kennis op het gebied van voedsel, landbouw en groene ruimte. Met onafhankelijk onderzoek biedt het zijn afnemers houvast voor maatschappelijk en strategisch verantwoorde beleidskeuzes.

Het LEI is een onderdeel van Wageningen UR (University & Research centre). Daarbinnen vormt het samen met het Departement Maatschappijwetenschappen van Wageningen University en het Wageningen UR Centre for Development Innovation de Social Sciences Group.

Meer informatie: www.lei.wur.nl

