

**Samenvatting resultaten inventarisatie maaltijdaanbieders gemeente Gouda**

In 2020 heeft de GCR in zijn vergaderingen regelmatig gesproken over het onderwerp ‘maaltijd-verstrekking’. Inwoners van Gouda die niet (meer) in staat zijn om zelf een gezonde maaltijd te koken, kunnen in principe een beroep doen op ondersteuning (via de Wmo) bij het koken van een maaltijd. De gemeente Gouda adviseert deze mensen vrijwel altijd gebruik te maken van algemeen voorhanden zijnde voorzieningen, zoals kant-en-klaarmaaltijden, wijkeethuizen en verzorgingscentra in de stad.

De GCR ontving signalen vanuit ouderenorganisaties dat het aanbod van maaltijden niet goed bekend is bij ouderen. De GCR heeft gedurende de zomer van 2020 een klein inventarisatie-onderzoek uitgevoerd naar maaltijdaanbieders en constateerde dat er veel aanbod is, maar dat het overzicht ervan ontbreekt. Daarop besloot de GCR tot het nader onderzoeken van het aanbod van maaltijdvoorzieningen. In de periode september-december 2020 heeft een stagiaire van de Haagse Hogeschool van de opleiding Voeding en diëtetiek dit onderzoek uitgevoerd

De Goudse Cliëntenraad (GCR, [www.goudseclientenraad.nl](http://www.goudseclientenraad.nl) ) denkt dat nu - en zeker in de toekomst - veel mensen dagelijks afhankelijk zullen zijn van hulp bij de warme maaltijdvoorziening. Op de website de Goudawijzer.nl is informatie te vinden over waar verse warme maaltijden zijn te verkrijgen. Deze informatie is echter niet compleet en er is geen informatie te vinden over hoe gebruikers de aangeboden diensten beoordelen.

De GCR heeft een tiental organisaties gevraagd een vragenlijst in te vullen. Hier treft u een samenvatting aan van de bevindingen. Het onderzoek is uitgevoerd door Sharon Jagan, diëtiste in opleiding aan de Haagse Hogeschool.

Op basis van de resultaten van deze inventarisatie zal de GCR nagaan welke vervolgacties nuttig of nodig zijn om de burgers van Gouda goed te informeren over de mogelijkheden om in Gouda gezonde verse warme maaltijden te verkrijgen. Daarbij gaat het met name om informatie voor burgers die vrijwel dagelijks gebruik (moeten) maken van warme maaltijden.

**Overzicht van maaltijdaanbieders in Gouda**

In het overzicht hieronder staan maaltijdaanbieders vermeld die warme maaltijden bereiden voor bewoners in Gouda of omgeving.   
De twee laatste organisaties in het overzicht zijn geen maaltijdaanbieders. Bij deze organisaties kunnen mensen groente (en fruit) afhalen om thuis zelf te koken. In de tabel is informatie opgenomen over de doelgroep, de website, bezorgservice en/of afhaalservice, kosten en dagen waarop men open is.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Maaltijdaanbieder** | **Samen eten op locatie** | **Wie kan gebruik maken van het aanbod?** | **Website** | **Kosten** | **Frequentie**  **(Vanwege coronamaatregelen kunnen sommige locaties gesloten. Zijn of andere openingstijden hebben. Raadpleeg de website).** |
| **Groene Hart Maaltijdservice** | Stolwijk  Ook bezorgen  of afhalen mogelijk | Iedereen | [www.groenehartmaaltijden.nl](http://www.groenehartmaaltijden.nl) | Warme maaltijd vanaf € 7,65 | Zes dagen per week aan huis of op locatie |
| **Inloophuis Domino** | Gouda, Centrum | Iedereen | [www.inloophuisdomino.nl/](http://www.inloophuisdomino.nl/) | Warme maaltijd € 3,75 | Maandag, woensdag en donderdag.  Dinsdagmiddag alleen senioren. |
| **Kwadraad / De Klup**  **Wijkeethuis West ‘De Walvis**  **Wijkeethuis Nelson Mandela Centrum**  **Wijkeethuis Van Noord** | Gouda, Korte Akkeren  Gouda, Oost  Gouda, Bloemendaal | Iedereen  Iedereen  Iedereen | [www.kwadraad.nl](http://www.kwadraad.nl)  en  [www.wijkeethuisgouda.nl](http://www.wijkeethuisgouda.nl).  [www.kwadraad.nl](http://www.kwadraad.nl)  en  [www.wijkeethuisgouda.nl](http://www.wijkeethuisgouda.nl). | Warme  maaltijd € 5  Lunch € 3,50  Warme  maaltijd € 5  Lunch € 3,50  € 8  (drie gangen menu) | Maandag, dinsdag, woensdag, donderdag, vrijdag.  Maandag, dinsdag, woensdag, donderdag, vrijdag.  Eten met buurtgenoten  Maandag, woensdag  17:30 – 19:30 |
| **Wijkeethuis SamSam / De Klup** | Gouda, Bloemendaal  Ook afhalen mogelijk | Iedereen | [www.wijkeethuisgouda.nl/](http://www.wijkeethuisgouda.nl/)  [www.deklupgouda.nl/](http://www.deklupgouda.nl/) | Warme  maaltijd € 5  Lunch € 3,50 | Maandag, dinsdag, woensdag, donderdag  In coronatijd gesloten |
| **De Rotonde** | Gouda, Noord (Plaswijck) | Bewoners van de Plaswijck | [www.gemiva-svg.nl/Locaties/Overzicht-locaties/Bodegraven-Reeuwijk,-Gouda,-Waddinxveen,-Zuidplas/De-Rotonde/Inloop-De-Rotonde](http://www.gemiva-svg.nl/Locaties/Overzicht-locaties/Bodegraven-Reeuwijk,-Gouda,-Waddinxveen,-Zuidplas/De-Rotonde/Inloop-De-Rotonde) | Warme  maaltijd € 5 | Dinsdag, donderdag, vrijdag |
| **Zorgpartners Midden-Holland**  **De Savelberg**  **Gouwestein**  **Prinsenhof**  **Irishof**  **Ronssehof Hanepraij** | Gouda, Noord  Gouda, Nieuwe Park  Gouda, Noord  Gouda, Goverwelle  Gouda, Spoorzone  Gouda, Kort Haarlem | Iedereen  (Richt zich speciaal op ouderen) | [www.zorgpartners.nl](http://www.zorgpartners.nl) | Warme  maaltijd € 9,10  (drie gangen)  Hoofdgerecht  € 6,20  Leden van het servicepakket Zorgpartners betalen € 5,80 voor een afhaalmaaltijd. | Dagelijks  Enkele locaties serveren een keer per week of onregelmatig een speciale maaltijd (thema) |
| **Het Bruisnest** | Gouda, Centrum  Ook afhalen mogelijk | Iedereen | [www.hetbruisnest.nl](http://www.hetbruisnest.nl) | Warme  maaltijd € 3 | Maandag, dinsdag, woensdag, donderdag, vrijdag |
| **Leger des Heils** | Gouda, Noord | Senioren en alleen-staanden | Johan de Wittlaan 31, Gouda  e-mail korps.gouda@legerdesheils.nl |  | Samen aan tafel  Woensdag 12.00 – 13.15  Zaterdag 16.00 – 18.30 (om de twee weken) |
| **Uitgekookt \*** | ­Niet op locatie  Alleen bezorgen | Iedereen | [www.uitgekookt.nl/](http://www.uitgekookt.nl/) | Warme maaltijd vanaf € 6,65 | Dagelijks |
| **De Nieuwe Polderkeuken \*** | Niet op locatie  Afhalen en bezorgen mogelijk | Iedereen | [www.polderkeuken.nl/](http://www.polderkeuken.nl/) [www.poldercatering.nl](http://www.poldercatering.nl) | Afhankelijk van opdracht | Dagelijks |
| **Stichting TEUN** Groente en fruit in voedselpakketten om thuis te koken | Gouda, Bloemendaal  Afhalen en bezorgen mogelijk | Iedereen | [www.teungouda.nl](http://www.teungouda.nl) | Gratis | Maandag, dinsdag, donderdag, vrijdag, zaterdag, zondag |
| **Voedselbank Gouda** Groente en fruit in voedselpakketten om thuis te koken | Gouda, Centrum Alleen afhalen mogelijk | Iedereen met een indicatie-brief | [www.voedselbankgouda.nl](http://www.voedselbankgouda.nl) | Gratis | Afhalen van voedselpakketten: donderdag van 12:00 uur tot 16:00 uur en vrijdag van 11:00 uur tot 15:00 uur. |

**\*** Organisaties die vergelijkbare diensten aanbieden zijn onder andere:

Vers aan tafel<https://www.versaantafel.nl/> Apetito <https://www.apetito.nl/>Maaltijdbutler<https://www.maaltijdbutler.nl/gouda/>

Thuisbezorgd <https://www.thuisbezorgd.nl/eten-bestellen-gouda>

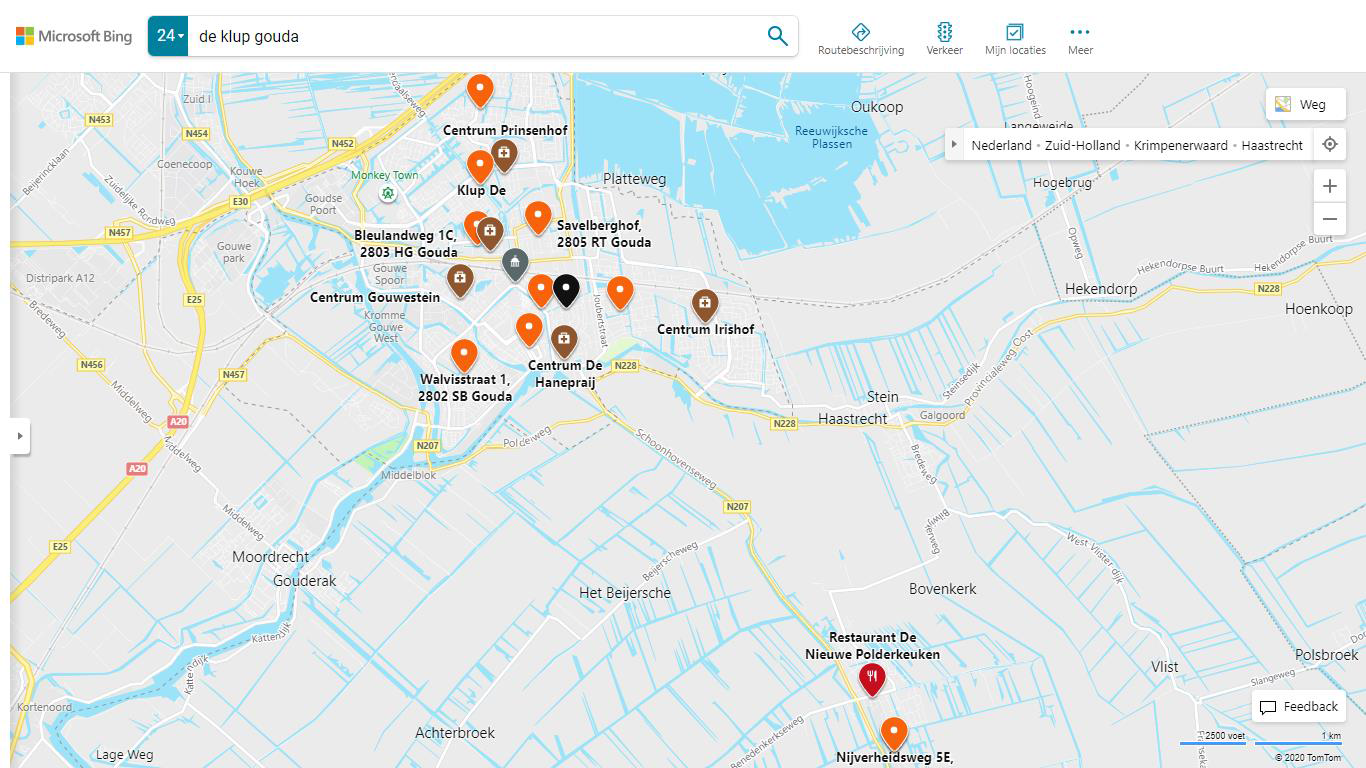
Op internet zijn meer aanbieders te vinden via de zoekterm*maaltijdservice* of *maaltijdservice in Gouda*

|  |  |
| --- | --- |
| **Niet deelgenomen aan dit onderzoek. Wel relevant om deze organisaties hier te noemen.** | |
| **Goudvoorelkaar** | Verse maaltijden door vrijwilligers bereid. Goudvoorelkaar heeft niet deelgenomen aan dit onderzoek omdat het aanbod door individuele personen of organisaties wordt aangeboden. [www.goudvoorelkaar.nl/](http://www.goudvoorelkaar.nl/) |
| **Buurtpunt Zoutman** | Informatie van Buurtpunt Zoutman is te vinden op de website <https://www.buurtpuntzoutman.nl/> |
| **Thuisgekookt (vroeger bekend onder de naam Thuisafgehaald)** | Inschrijven kan op [www.thuisgekookt.nl](http://www.thuisgekookt.nl) Daar is ook meer informatie te vinden over bezorgen en speciale (dieet)wensen.  Thuisgekookt zorgt voor hulp bij de warme maaltijd en biedt mensen de mogelijkheid tot het leggen van sociale contacten in de buurt. Vanuit deze laagdrempelige instap kan Thuisgekookt bijdragen aan het verbinden van mensen in de buurt.  De gemeente Gouda heeft in november 2021 Thuisgekookt een subsidie toegekend voor het organiseren van deze dienst. |

**Tevredenheid klanten en kosten**Uit de enquête blijkt dat zeven van de negen maaltijdaanbieders nagaan hoe gebruikers hun aanbod waarderen. Uit de eigen tevredenheidsmetingen van de aanbieders blijkt dat klanten het aanbod positief waarderen.

De kosten van een maaltijd bij de betrokken organisaties liggen tussen de € 0 (groentepakketten voor maaltijdbereiding) en de € 9,10. De lunches kosten ongeveer € 3,50 en de avondmaaltijden zijn vanaf € 3,00 beschikbaar. Het ligt eraan wat er word besteld. De maaltijden worden op locatie genuttigd, door de klant afgehaald of door de aanbieder thuisbezorgd. Opvallend is dat de aanbieders zich allemaal richten op het algemene publiek. Maaltijden kunnen ook ingekocht/besteld worden, om vervolgens in de vriezer te bewaren en later op te warmen.

Onderstaande kaart laat zien waar in Gouda de maaltijdaanbieders die deelnamen aan de enquête gevestigd zijn.



**Bereikbaarheid en toegankelijkheid**Uit de enquête blijkt dat alle locaties goed bereikbaar zijn met het openbaar vervoer (volgens eigen opgave van de aanbieders). Of de (potentiële) klanten dit ook vinden is niet onderzocht. Dat zou nader onderzocht kunnen worden. Slechte bereikbaarheid (vanuit het oogpunt van de klant) is een belemmering voor mensen om de locatie te bezoeken.

We hebben ook gevraagd of vervoer op maat mogelijk is. Vier van de negen maaltijdaanbieders melden dat er geen vervoer op maat naar de locatie te regelen is (vanuit de organisatie). Evenveel aanbieders kunnen regelen dat klanten opgehaald worden (door eigen personeel of vrijwilligers).

Alle maaltijdaanbieders uit het onderzoek zijn toegankelijk voor gebruikers van een scootmobiel of rolstoel.

**Gebruik van het aanbod**Zes van de negen maaltijdaanbieders vinden dat er voldoende gebruik gemaakt wordt van hun aanbod. Drie aanbieders vinden dat er meer gebruik gemaakt zou kunnen worden van het aanbod. Een deel van de maaltijdaanbieders vindt dat hun bekendheid in de wijk te gering is. Hierdoor weten inwoners de weg naar de maaltijdaanbieder niet te vinden. Daarnaast wordt door een enkeling gemeld dat de promotie van maaltijdaanbieders vanuit gemeentelijke instanties in de regio te weinig prioriteit heeft. Instanties verwijzen aldus deze respondent onvoldoende door naar de maaltijdaanbieders.

**Kwaliteit van de aangeboden maaltijden in Gouda**Uit de enquête is gebleken dat twee van de negen maaltijdaanbieders geen kwaliteitscriteria hebben voor het eigen aanbod. Zeven aanbieders melden die wel te hebben. De organisaties hanteren verschillende kwaliteitscriteria. De volgende criteria komen vaak terug: vers, Richtlijnen Gezonde Voeding, gezond, gevarieerd, lekker, duurzaam. Het overgrote merendeel van de aanbieders meldt dat de maaltijden voldoen aan de Richtlijnen Gezonde Voeding.  
Het is niet van alle aanbieders bekend of zij weten hoeveel voedingsstoffen de klanten binnenkrijgen. In het algemeen beschouwt elke aanbieder de eigen maaltijden als gezond. Dit is niet nader onderzocht / nagevraagd. Het lag in de bedoeling om op basis van de ingevulde vragenformulieren vervolggesprekken te voeren met enkele aanbieders. Door de coronamaatregelen is dit plan niet uitgevoerd. Een mogelijke vervolgactiviteit (na het einde van de pandemie) zou een inventarisatie van de voedingswaarde van het aanbod kunnen zijn. (Verzamelen van tabellen met voedingswaarde per portie).

**Hoe is de informatievoorziening geregeld in andere gemeentes? Het voorbeeld van de provincie Utrecht**We hebben gekeken naar de website ‘maaltijdvoorziening in Utrecht’. De website geeft informatie voor inwoners van de provincie Utrecht, die mede door leeftijd of een andere oorzaak niet meer zelf een avondmaal klaar kunnen maken. De website richt zich vooral op de oudere inwoners van Utrecht. De website bevat informatie over:

* maaltijdaanbieders in de provincie Utrecht;
* beleid van elke gemeente in de provincie Utrecht over maaltijdvoorzieningen (elke gemeente heeft een eigen pagina met informatie);
* inhoudelijke artikelen over de eiwitbehoefte bij ouderen, zout en suiker;
* subsidie voor maaltijden aan huis in de gemeentes. Er zijn meerdere maaltijdsubsidies en wetten zoals: ZVW (thuiszorg), Wmo, WLZ en tijdelijke mantelzorg. In sommige gevallen is er ook speciale bijzondere bijstand bij de gemeente Utrecht.
* op de Utrechtse website kunnen inwoners ook eenvoudig maaltijden bestellen vanuit een handig overzicht.

Dit is allemaal terug te vinden op de website [www.maaltijdvoorzieningen.nl/provincie-utrecht/](http://www.maaltijdvoorzieningen.nl/provincie-utrecht/)

De gemeente Utrecht wil ongezond aanbod van voedsel inperken en consumptie van gezonde voeding bevorderen. Ook de gemeenten Amsterdam, Rotterdam, Den Haag, en Ede voeren een dergelijk beleid in het kader van de volksgezondheid. <https://www.nrc.nl/nieuws/2021/01/26/gemeenten-willen-fastfood-met-regels-kunnen-weren-a4029246>

**Het coronavirus en de sluiting van de horeca**Het onderzoek vond plaats tijdens de coronapandemie.Daarom bespreken we in dit verslag ook de gevolgen van de coronamaatregelen voor de maaltijdvoorzieningen (met name voor oudere mensen). Daarbij is gebruik gemaakt van publicaties van de Nederlandse Vereniging van Diëtisten (NVD).

De coronapandemie heeft effect gehad op iedereen. Door maatregelen van de overheid moest de horeca haar deuren sluiten. Dit had ook gevolgen voor de buurthuizen en wijkcentra waar burgers van Gouda een maaltijd kunnen nuttigen. Ouderen bleven noodgedwongen meer thuis en bleven verstoken van hun dagelijkse verse maaltijd. Enkele locaties boden wel de mogelijkheid maaltijden af te (laten) halen en/of thuis te bezorgen. Het sociale aspect is dan echter weggevallen. Vanwege deze thuisisolatie bestaat een verhoogd risico op ondervoeding als het gevolg van vereenzaming en een eenzijdig voedingspatroon.

**Ondervoeding en de coronapandemie**Door de lockdown is het voor ouderen moeilijker om samen te komen en in elkaars gezelschap een maaltijd te nuttigen. De ouderen blijven voornamelijk (alleen) thuis. Vaak wordt dan gekozen voor een snelle maaltijd met minder voedingsstoffen, zoals een broodmaaltijd. Daarnaast hebben ouderen ook een gebrek aan energie vanwege de leeftijd, het doen van boodschappen is dan een stuk moeilijker. Een gevolg hiervan kan zijn dat kwetsbare ouderen ondervoed raken vanwege de thuisisolatie. Bij ondervoeding neemt de weerstand af, wat vervolgens de situatie weer verder kan verergeren.

Door het volgen van een eenzijdig eetpatroon krijgen ouderen niet alle voedingsstoffen binnen die zij nodig hebben om gezond te blijven. Bij een tekort aan eiwit neemt de spiermassa af, waardoor de vitaliteit afneemt. ‘’Kwetsbare ouderen krijgen nu tijdens thuisisolatie immers minder zorg en aandacht van familie, bekenden en buren die normaal gesproken eerder aan de bel kunnen trekken wanneer er sprake is van ondervoeding’’ (NVD, 2020). Onder normale omstandigheden is ondervoeding bij alleenwonende ouderen boven de 70 jaar al een fors probleem: ‘’ondervoeding treft 15 tot 20 procent van de mensen. Bij ouderen met thuiszorg is dat zelfs 30 tot 40 procent’’ (NVD, 2020). Het is dus van groot belang dat, zeker tijdens de huidige pandemie, maaltijden van goede kwaliteit zijn.

De kwaliteit van de warme maaltijden die de maaltijdaanbieders in Gouda aanbieden is in dit onderzoek niet nader onderzocht. Wel is dit aspect indirect meegenomen in het onderzoek. De kwaliteitsvraag is als volgt in het onderzoek geformuleerd: voldoen de maaltijden aan de richtlijnen voor goede voeding? (Gezondheidsraad, 2015). Worden de maaltijden bijvoorbeeld met verse producten bereid en bevatten de maaltijden voldoende groente? (zie voor de antwoorden het kopje kwaliteit hierboven).

In het onderzoek zijn kant-en-klaarmaaltijden, die bij supermarkten verkrijgbaar zijn niet meegenomen. Wel is gekeken naar landelijk onderzoeken naar de kwaliteit van kant-en-klaarmaaltijden (Consumentenbond, Diabetes Fonds en Voedingscentrum). Deze organisaties zetten vraagtekens bij het dagelijks gebruik maken van (industrieel gemaakte) kant-en-klaarmaaltijden als vervanger van vers gemaakte warme maaltijden. Op de website van het Voedingscentrum zijn vele waarschuwingen te lezen over de gezondheidsrisico’s van (industrieel gemaakte) kant-en-klaarmaaltijden en bezorgmaaltijden. ‘’De gezondheidsrisico’s omvatten onder andere hart en vaatziektes vanwege het overtollige verzadigde vet in de maaltijden’’ (Voedingscentrum, 2019). Daarnaast wijst het Diabetes Fonds in een landelijke advertentie op het gebrek aan kwaliteit van kant-en-klaarmaaltijden (Diabetes Fonds, 2019). Veel fabrikanten voegen onnodig veel suiker, zout en vet toe. Hierdoor passen de maaltijden niet binnen de Schijf van Vijf.

Als mensen incidenteel een keer ongezond eten, zal dat geen groot gezondheidsrisico met zich brengen. Indien er elke dag gebruikt wordt gemaakt van (ongezonde industrieel gemaakte) kant-en-klaar maaltijden, is dat geen verantwoorde keuze voor de gezondheid. In het kader van dit onderzoek is het dus van groot belang dat de doelgroep goed geïnformeerd wordt over de kwaliteit van kant-en-klaar-maaltijden.

De GCR heeft bewust gekozen voor een beperkt onderzoek onder aanbieders van verse warme maaltijden, zoals wijkeethuizen, gespecialiseerde aanbieders en restaurants van zorginstellingen.

**Laatste woord**We eindigen dit verslag met enkele opmerkingen die de deelnemers aan deze enquête maakten naar aanleiding van de vraag:   
Welke belemmeringen ervaren potentiële gebruikers, volgens u, om van het aanbod gebruik te maken?

Te weinig bekendheid in de buurt en een drempel om naar binnen te stappen;  
Men weet niet hoe men op een locatie moet komen;  
Door corona ontbreekt nu het sociale aspect;  
Het promoten van verse maaltijden is ondergeschikt in de regio. Dit heeft vaak niet te maken met de eindgebruiker, maar met instanties die doorverwijzen of aanbevelen. (… ) zo krijgen mensen niet de beste en lekkerste maaltijd, maar een maaltijd waar belangen een rol spelen van degenen die hierin bemiddelen;  
Het aanbod gekoeld en diepvries wordt doorgaans erg opgedrongen aan potentiële klanten, terwijl de keuze voor vers en dagelijks (incl. het sociale praatje) wordt weggeschoven. Een keer per week gekoeld of diepvries ontvangen is gemakkelijker voor de mantelzorger, maar minder gezond en mist het sociale aspect.

Deze opmerkingen vragen om een nadere toelichting van de aanbieders. Wellicht een aanleiding om als vervolg op dit onderzoek met aanbieders (n klanten in gesprek te gaan.

**Conclusie**Het onderzoek heeft informatie opgeleverd over een aantal aspecten van de maaltijdvoorzieningen in Gouda:

Verspreiding, bereikbaarheid, gebruik van het aanbod, kwaliteit van het aanbod, kosten. Er zijn echter ook nog aspecten die nog verbeterd of nader onderzocht kunnen worden.

Op basis van de resultaten van deze inventarisatie zal de GCR nagaan welke vervolgacties nuttig of nodig zijn om de burgers van Gouda goed te informeren over de mogelijkheden om in Gouda gezonde verse warme maaltijden te verkrijgen. Daarbij gaat het met name om informatie voor burgers die dagelijks gebruik (moeten) maken van warme maaltijden. Te denken valt aan aanbevelingen aan de gemeente Gouda, mogelijke acties die aanbieders van maaltijden kunnen ondernemen en wellicht ook richting instellingen die betrokken zijn bij de wijkgezondheidszorg, ouderenorganisatie of mantelzorgorganisaties.