

De betekenis van deelname aan Van Tuin Tot Bord (VTTB)

Ervaringen van deelnemers van Van Tuin Tot Bord in Nijmegen

Onderzoek uitgevoerd door master student Emma Spoor



WAGENINGEN
UNIVERSITY & RESEARCH

Doel van het onderzoek

Achterhalen en begrijpen wat de betekenis is van de deelname aan de kookgroepen en/of tuingroepen van VTTB voor de deelnemers.



Hoe?

Er zijn 18 diepte-interviews uitgevoerd met **deelnemers**, **begeleiders**, en andere **betrokkenen** (die een representatief beeld geven van de VTTB deelnemers) over wat VTTB betekent voor de deelnemers.



WAGENINGEN
UNIVERSITY & RESEARCH

Plezier en Sociaal Netwerk

Deelnemers halen veel **plezier** uit deelname aan de activiteiten van VTTB. Hierbij wordt de **combinatie van de activiteiten met het sociale aspect** benadrukt.

Deelnemers ervaren ook dat ze een **sociaal netwerk** kunnen opbouwen of uitbreiden.

Via deelname aan VTTB leren deelnemers **nieuwe mensen kennen in de buurt** en **ontstaat er een onderlinge een band**. Soms spreken deelnemers elkaar ook buiten VTTB. Daarnaast voelen deelnemers zich **onderdeel van een team**.

“Ja en zoals bij een andere hulpkok, die moest een operatie hebben aan of bij zijn hart. En dan maakt men zich daar ook druk om. Even een kaartje door de bus, even langs gaan, dat soort dingen.”



WAGENINGEN
UNIVERSITY & RESEARCH

Maatschappelijke betrokkenheid

Een derde betekenis is **maatschappelijke betrokkenheid**. Niet alleen voelen deelnemers zich meer **betrokken bij de wijk en hun omgeving**, ook raken ze via VTTB **betrokken bij andere initiatieven** in de buurt en in het buurthuis.

“Ik ben wel een beetje gaan kijken wat hier gebeurt aan activiteiten en verenigingen. Misschien ga ik wel een keer iets proberen hier [in het buurthuis]. En als je er eenmaal een keer geweest bent is het veel vanzelfsprekender om hier te komen.”



WAGENINGEN
UNIVERSITY & RESEARCH

Buiten en actief zijn

De deelname in de tuingroepen draagt volgens de deelnemers bij aan meer bewegen doordat ze **buiten** en **actief zijn**. Zo gaf een deelnemer aan **lichamelijk sterker** te zijn geworden door het werk in de tuin.



Kennis en vaardigheden

Deelnemers geven aan dat zij **nieuwe kennis hebben opgedaan over tuinieren of koken**, en **hun kook- en/of tuinier vaardigheden hebben verbeterd**. Voorbeelden zijn:

- Kennis over wanneer welke groente zaaien en oogsten;
- Leren onkruid wieden;
- Ingrediënten leren schoonmaken;
- Nieuwe verse groente uit de moestuin leren kennen om mee te koken;
- Nieuwe (vegetarische) gerechten leren bereiden.



WAGENINGEN
UNIVERSITY & RESEARCH

Zelfvertrouwen en Structuur

Onder andere de begeleiders van de activiteiten van VTTB benadrukken dat ze het **zelfvertrouwen** hebben zien groeien bij de deelnemers.

Deelnemers geven aan dat VTTB hen **structuur** biedt:

“Waar het voor mij vooral goed is geweest, is dat het structuur heeft gegeven aan mijn week. Ik was werkloos toen ik begon. Dan moet je toch heel erg je eigen tijd je eigen invulling geven. (...) je hoeft niet na te denken want ‘woensdag is tuindag’.”



WAGENINGEN
UNIVERSITY & RESEARCH

Sociale Cohesie en Acceptatie

Deelnemers **helpen elkaar regelmatig**, zowel bij de VTTB activiteiten als bij andere activiteiten in de buurt.

Bovendien voelen de deelnemers zich **geaccepteerd**.

“We hebben allemaal onze eigenaardigheden. En die heb ik ook zo. (...) En hier ja, wordt dat wel geaccepteerd ofzo. (...) Dat vind ik wel mooi inderdaad.”



WAGENINGEN
UNIVERSITY & RESEARCH

Overig

Er waren ook een aantal betekenissen die slechts door een enkeling werden benoemd:

- Gezond eten;
- Een gevoel van het hebben van een doel, en waardering;
- Verbeteren van sociale vaardigheden;
- Kennis over het ecologische aspect van voeding;
- Zelfredzaamheid;
- Afleiding van vervelende gebeurtenissen;
- Inzicht in organisatiestructuur;
- Positiever beeld over de buurt.



WAGENINGEN
UNIVERSITY & RESEARCH

Conclusie

VTTB blijkt van betekenis: er wordt plezier beleefd, “samen”-gewerkt, het sociale netwerk wordt uitgebreid, men voelt zich maatschappelijk betrokken en meer lichamelijk actief. Deelnemers geven aan nieuwe vaardigheden te leren, meer zelfvertrouwen te hebben en zich meer betrokken, gezien en geaccepteerd te voelen.

Contactpersoon WUR: lenneke.vaandrager@wur.nl



WAGENINGEN
UNIVERSITY & RESEARCH