



Samenvatting

Overgewicht is een groot probleem in Rotterdam

Om het hoge percentage overgewicht in Rotterdam te bestrijden wil de gemeente Rotterdam dat er overall in de stad een gezond voedingsaanbod beschikbaar wordt gesteld. Een kansrijke omgeving om aan een gezonder voedingsaanbod te werken zijn de Huizen van de Wijk. De gemeente zet daarom in op het verbeteren van voedselaanbod in Huizen van de Wijk door heel de stad, te beginnen met vijf verspreid door Rotterdam. Healthy'R biedt advies hoe dit aanbod verbeterd kan worden, en met name hoe de kans kan worden verhoogd dat de bezoekers gebruik maken van het aanbod. In dit vooronderzoek is gekeken naar de kansen en belemmeringen die beheerders van de Rotterdamse Huizen van de Wijk ervaren in het bieden van een gezonder voedingsaanbod.

Methode van onderzoek

Een literatuuronderzoek is gedaan, met gebruik van het Angelo-raamwerk, naar factoren die invloed hebben op overgewicht en obesitas, namelijk de fysieke (voedsel)omgeving, psychosociale determinanten en effectieve interventies afgestemd op omgeving en lage sociaaleconomische status (SES). We leggen in dit vooronderzoek de nadruk op de fysieke en sociaal-culturele omgeving en hun invloed op (eet)gedrag. Verder zijn er zes interviews uitgevoerd met sleutelfiguren van vier Huizen van de Wijk in Rotterdamse wijken, namelijk: Oude Noorden, Delfshaven (Spangen), Hoek van Holland (Dorp) en Feijenoord (Afrikaanderwijk). Tijdens de interviews is er gebruik gemaakt van een topic lijst die gebaseerd is op het bovengenoemde Angelo-raamwerk. Ook worden er statistieken over bevolking, SES, overgewicht en gezond gedrag per buurt gegeven.

Resultaten: kansen en belemmeringen gezonder voedingsaanbod

Uit de literatuur komt naar voren dat het belangrijk is om zowel de fysieke omgeving als de individuele factoren van mensen te betrekken als men een gezonder voedingsaanbod wil bieden. Dit kan gedaan worden door de gezondere voedingsoptie makkelijker en aantrekkelijker te maken door middel van nudging (bijvoorbeeld door aanbiedingen op gezond eten te maken en deze bij de kassa te plaatsen). Andere manieren om dit te bewerkstelligen zijn de prijs van gezonde voeding aanpassen en nadruk te leggen op de negatieve gevolgen van ongezonde voeding door middel van marketing. Daarnaast is ook de invloed van een lage SES bestudeerd, omdat deze groep vaak worstelt met het maken van een gezonde keuze. Uit de literatuur is gebleken dat interventies met een kleine reeks laagdrempelige technieken voor gedragsverandering (bijvoorbeeld het toevoegen en zichtbaar maken van gezond eten) beter lijken te werken voor deze groep dan interventies waarbij een groot aantal radicale technieken (zoals het wegnemen van al het ongezonde aanbod en het verbieden van gebruik van suiker of zout) worden gecombineerd. Ook komt uit de literatuur naar voren dat het verstrekken van informatie, het vergemakkelijken van het stellen van doelen, het stimuleren van het herkennen van obstakels en het plannen van sociale ondersteuning de meest gebruikte technieken waren, en dat deze eenvoudige technieken vooral nuttig bleken in groepen met een laag inkomen.

Uit de interviews blijkt dat het Huis van de Wijk in Spangen al bezig is met nudging (door gezond eten zichtbaar te maken) en het bieden van een gezonder voedingsaanbod. Daarentegen willen de Huizen van de Wijk in het Oude Noorden, Hoek van Holland (Dorp) en Feijenoord (Afrikaanderwijk) graag gezonder eten aanbieden, maar zouden daar graag hulp bij willen krijgen. Dit betekent echter niet dat ze er niet mee bezig zijn. Zo zien deze drie Huizen van de Wijk soortgelijke kansen voor het bieden en stimuleren van een gezonder voedingsaanbod. Een paar voorbeelden hiervan zijn het bieden van (meer) fruit en gezonde voeding, nudging toepassen (waaronder gezond eten meer zichtbaar maken) en bewustzijn creëren bij bewoners door middel van het beschikbaar stellen van kennis over gezond eten en leven. Verder ervaren ze ook soortgelijke belemmeringen die hun weerhouden van het maken van de schakeling naar een gezonder voedingsaanbod. De grote cultuurverschillen onder bezoekers,



hoge prijzen van gezonder eten en de eetgewoontes van bezoekers zijn hier enkele voorbeelden van. De volledige lijst van kansen en belemmeringen die ervaren worden door deze drie Huizen van de Wijk met betrekking tot het bieden van een gezonder voedingsaanbod is te vinden in de bijlage.

Het gezonde voedingsaanbod afstemmen op het profiel van de bezoekers

Om een gezonder eetpatroon te stimuleren bij de bezoekers van Huizen van de Wijk is het belangrijk bij het aanpassen van het voedingsaanbod in te spelen op de behoeften en het profiel van de bezoekers, zoals culturele aspecten. Indien er wordt gekozen om een interventie hiervoor in te zetten, wordt aanbevolen om gezonde voedingstips te geven aan de kookgroepen in elk Huis van de Wijk, nudges onderdeel te maken van de aanpak (voor zover dit nog niet gedaan wordt), kennis beschikbaar te stellen door middel van online workshops of voorlichtingen en de prijzen van gezonder eten toegankelijker te maken.

In het vervolgonderzoek zal verder gekeken worden naar de manier waarop het voedingsaanbod concreet verbeterd kan gaan worden, door onder andere in gesprek te gaan met bezoekers. Wanneer en hoe we dit starten is afhankelijk van de ontwikkeling van de Corona-maatregelen.