

Iedereen is welkom, in de keuken of aan tafel

DWK aan Tafel

DWK aan Tafel in het Deventerwegkwartier staat voor gezelligheid van jong tot oud. Zo'n 35 tot 40 bezoekers komen er tweemaal per maand tafelen. Even geen zin om te koken en eet je graag samen met anderen? Dan ben je bij DWK aan Tafel op de juiste plek.

DWK aan Tafel is gestart in 2010 met het doel om mensen met elkaar in contact te laten komen. Het grote deel van de gasten is alleenstaand, maar er komen ook gezinnen en echtparen. Tussen de 15 en 20 vrijwilligers verzorgen twee keer per maand een driegangenmaaltijd. In de keuken wordt door de vrijwilligers zoveel mogelijk vers en gezond gekookt.

VRIJWILLIGER Leida Rougoor (68) werkt sinds twaalf jaar bij het DWK.

'Hier vallen grenzen weg'

"Ons werk is verdeeld in drie taken: koken, de bediening en het ophalen en wegbrengen van de gasten. Onze haal- en brengservice is een belangrijk onderdeel van ons eetcafé.

De wijk Deventerwegkwartier is heel divers, alle rangen en standen wonen hier en dat vind je terug in ons publiek. We hebben gasten van uiteenlopende pluimage. Ik ben elke keer weer verbaasd hoe ongelooft leuk mensen met elkaar omgaan. Iedereen babbelt hier met iedereen.



Bij DWK aan Tafel eten er tweemaal per maand 35 tot 40 gasten mee.

Hoog, laag, gestudeerd of niet, hier vallen grenzen weg. Er wordt hier veel gelachen, maar er is ook ruimte voor een serieus gesprek. We respecteren elkaar en helpen elkaar. Ik kom uit een zorgende familie. Aan het eind van de avond ben ik vaak bekaf en dan denk ik: goh, wat is dit toch leuk."

GAST Jan Mulder (86) eet al jaren bij DWK aan Tafel.

'Ik heb hier nog nooit iets gegeten dat me niet smaakte'

"Ik ben alleenstaand en het scheelt als ik een keer niet voor mezelf hoeft te koken. Ik kook altijd één dag voor mezelf en één dag eet ik een kant-en-klaarmaaltijd. Hier heb je mensen om je heen. Ik zit vaak met dezelfde tafelgenoten. Met één man heb ik ook contact buiten het tafelen om. Hij is vaak geopereerd en ik help hem af en toe met hand- en spandiensten.

Het eten is hier fantastisch. Ik heb hier nog nooit iets gegeten dat me niet smaakte.

De vrijwilligers zijn heel toegewijd. Vooral Leida is echt een schatje. Ik probeer zoveel mogelijk van het leven te genieten. Ik ben tachtiger, maar voel me vijftiger. Ik ben geen sikkeneur. Ik voel mij hier thuis."

Er komen zo'n vijftig mensen per avond. En bijna overal is een wachtlijst. De gemeente Zutphen zijn maar liefst acht sociale eetcafés, volledig gerund door vrijwilligers. Het zijn ontmoetingsplekken waar gezamenlijk wordt gegeten en mensen tijd hebben voor elkaar. "Hier wordt lief en leed gedeeld."

Samen koken en samen eten is populair. Afkomst of inborst maakt niet uit. Iedereen is welkom in de keuken of aan tafel. Vrijwilligers zijn vaak uren bezig met boodschappen doen en koken.

Allemaal om het hun medemens naar de zin te maken. Biefstuk wordt er niet geserveerd, want de eetcafés richten zich primair op mensen met een smalle beurs.

Het eten is divers, gezond en voedzaam. De prijzen voor een driegangenmenu variëren van een vrije gift tot 7,50 euro. Voor mensen die het echt niet kunnen betalen wordt een passende oplossing gezocht.

Het karakter van het sociaal eetcafé is stevast laagdrempelig. Eenzaamheid tegengaan is vaak het uitgangspunt. Onder het genot van lekker eten wordt lief en leed gedeeld en naar elkaar omgezien.

De sociale eetcafés die Zutphen en Warnsveld rijk is vallen niet op, maar blinken uit in het sociale. Sommigen bestaan al vijftientig jaar. Wat maakt dit concept tot zo'n ijzersterke formule?

Contact Zutphen-Warnsveld maakt een rondgang langs alle eetcafés en sprak met de vrijwilligers en de gasten.

Deze week deel 2 van de reportage over sociaal tafelen. Deel 1 verscheen in Contact van 20 december. Ook op www.contact.nl is de tweeluik te lezen.

Tekst: Alize Hillebrink
Foto's: Henk Derksen

Men neme twee ingrediënten: een goede maaltijd en een groep mensen. Deze voegt men bij elkaar...

Eet met Jan

Kok Jan Jansen kookt elke vrijdagavond luxe vegetarische diners in het Odensehuis in Zutphen. Op verzoek is zelfs veganistisch mogelijk en hij houdt rekening met dieetwensen. Deelnemers van het Odensehuis die beginnende dementie hebben schuiven regelmatig aan. Echt iedereen is welkom.

goed overweg kunt. Tussen de tien en de veertig. Sinds september vorig jaar gestart. De deur staat hier open voor iedereen."

'Van Frans tot Indonesisch'

KOK Jan Jansen:

"Ik kook geen Nederlandse maaltijden, maar gerechten van Frans tot Indonesisch, van Spaans tot Indiaas, van Italiaans tot Mexicaans, en alles wat daar tussen zit! We eten gezamenlijk en samen betekent ook aan een tafel van acht tot twaalf personen en het is heel gezellig.

Er komen ouderen, alleenstaanden, soms ook jongeren, soms een gezin. Je vindt altijd iemand met wie je

- **Frequentie:** elke vrijdag
- **Aanvang:** 18.00 uur
- **Kosten:** 12 euro voor een luxe vegetarisch driegangen diner
- **Opgave:** verplicht via etmetjan@gmail.com of facebookpagina Eetmetmetjan (hier wordt ook het menu op gezet)
- **Locatie:** Odensehuis (oude Mariaschool) Tengnagelshoek 6 Zutphen



De maaltijden bij DWK aan Tafel worden met veel plezier bereid.

Restaurant De Berkel

Restaurant De Berkel is begin december geopend in woonzorgcentrum St. Elisabeth en werkt vanuit 'Allerlei Ontzorgd'. De doelgroep bestaat uit alle bewoners van St. Elisabeth, familie, vrienden, kinderen, omwonenden en inwoners met een smalle beurs. Kortom: iedereen is welkom. Warme maaltijden worden 's middags geserveerd.

Gezond en lekker eten is een belevenis die niemand onthouden mag worden. Dat is het motto van Allerlei Ontzorgd. Service Manager Jan Peerboom: "We zijn nog maar net geopend, maar we hebben al allerlei plannen. Zo willen we volgend jaar een keer per maand een Open Tafel houden met thema's voor de buurt."

- **Frequentie:** Het restaurant is dagelijks geopend van 9.30 uur tot 16.00 uur. (Ook weekenden). Warme maaltijd vanaf 12.30 uur.
- **Per dag:** twee keuzemenu's
- **Kosten:** Voorgerecht/soep € 1,75 (in combinatie met hoofdgerecht), hoofdgerecht € 7,50 Nagerecht € 1,50 (in combinatie met hoofdgerecht)
- **Opgave:** graag reserveren via 06 30321507
- **Adres:** St. Elisabeth, Geweldigershoek 39 Zutphen

Eekschuur maaltijd

Samen eten verbindt! Dat is het motto bij de Eekschuurmaaltijd in Warnsveld. Al vier jaar worden hier maaltijden geserveerd door vrijwilligers. Elke laatste vrijdag van de maand is iedereen, ook kinderen en jongeren, van harte welkom. Ontmoeten en samen eten staan hier centraal.

'Samen eten verbindt!'

Henk van Veen: "De Eekschuurmaaltijd is een initiatief vanuit de Martinuskerk. Er komen veel ouderen en weduwen en weduwnaars. In verband met de ruimte kunnen er maximaal veertig personen per avond eten. Vaak moeten we mensen teleurstellen, want per avond geven zich soms wel 55 mensen op. We serveren een lekkere en smakvolle driegangenmaaltijd."

- **Frequentie:** elke laatste vrijdag van de maand
- **Locatie:** Eekschuur, Bonendaal 2 Warnsveld
- **Tijdstip:** 17.00 tot 19.00 uur
- **Prijs:** 5 euro volwassenen en 2,50 euro per kind
- **Opgave:** in verband met de grote belangstelling van tevoren aanmelden bij Henk van Veen (0575) 525904 henkmienta@hotmail.com of Hilda de Bruin (0575) 469555 hdebruin@planet.nl



Ontmoetingscentrum Mulderskamp

Ontmoetingscentrum Mulderskamp in de Zutphense Hoven heeft al 25 jaar een maandelijkse eetgelegenheden. In eerste instantie voor ouderen die alleen zijn, maar er komen ook echtparen. Gezellig samenzijn staat voorop. Het eten wordt verzorgd door een cateraar. Gemiddeld delen 20 tot 25 personen gezamenlijk de maaltijd.

VRIJWILLIGER Hannie van Loo werkt bij de Mulderskamp.

'Ik ben er elke dag mee bezig'

"Het is hier hartstikke leuk en gezellig. Iedereen mag komen en is welkom. Met de vrijwilligers doen we gezamenlijk de coördinatie. Wij koken niet zelf, want daar hebben we de mogelijkheden niet voor. We bestellen eten bij een cateringbedrijf voor de gasten die hebben gereserveerd. Het eten is perfect. Het gaat om de gezamenlijkheid. Onze doelgroep waren eerst 80ers, maar veel daarvan zijn vertrokken. En 60ers hebben er meestal geen behoefte aan. We gaan nu de wijk in om te flyeren. Ik heb altijd gewerkt met mensen. Ik houd ervan om mensen te behagen. Daar krijg ik energie van. Ik geniet ervan als mensen het leuk hebben en daarom doe ik dit. Ik ben er elke dag mee bezig."

VASTE GAST Dinie Mensink (93) eet al dertien jaar mee.

'Er kunnen nog wel wat gasten bij'

"Ik kom hier met veel plezier. Voorafgaand aan de maaltijd is er altijd een welkomstwoord en een minuut stilte om te bidden. Het eten is heel goed. Je mag een bakje meenemen als er wat overblijft mag je mee naar huis nemen. Het is natuurlijk goed dat er zo niks wordt weggegooid.

Thuis kook ik soms een hele ochtend voor mezelf. Dan maak ik stampot voor in de vriezer. Ik hoop dat deze eetgelegenheden blijft, maar er kunnen nog wel wat gasten bij."

- **Frequentie:** ledere laatste donderdag van de maand
- **Aanvang:** 17.00 uur
- **Kosten:** 7,50 euro voor driegangen
- **Opgave:** Karin Bouwman 06 22799554, mulderskamp97@gmail.com
- **Locatie:** Mulderskamp 97 de Hoven Zutphen



Het eten bij Mulderskamp wordt verzorgd door een cateraar.

Hotspot Hutspot

Sociaal restaurant Hotspot Hutspot is sinds 1 juli 2018 gevestigd in wijkcentrum Waterkracht. Het motto van Hotspot Hutspot is: goed eten voor iedereen. Mensen met afstand tot de arbeidsmarkt, maar ook kinderen koken en bedienen. Gasten kunnen een 'uitgesteld menu' aan een ander doneren.

'We koken met reststromen'

Het budgetrestaurant heeft drie vestigingen in Rotterdam en sinds deze zomer ook een vaste plek in Waterkracht in Zutphen. Vrijwilligers die er werken hebben een uiteenlopende achtergrond. "Hier komen statushouders, mensen met een verslavingsachtergrond of bijvoorbeeld iemand die ziek thuis zit maar wel iets wil doen", vertelt zakelijk leider Dorine Ruter. "Ook kinderen vanaf tien jaar en gehandicapten zijn welkom om mee te helpen in de keuken of in het restaurant.

De doelstelling is om deelname van kwetsbare groepen te bevorderen. "Maar er zijn meer doelen", zegt Ruter. "We koken met reststromen, dat zijn levensmiddelen

van supermarkten en bedrijven die tegen de datum zitten. We vinden de menselijke en sociale kant belangrijk. We zetten voedsel in om mensen te activeren en verbinden. Via Hotspot Hutspot creëren we ontmoeting tussen alle mensen in de samenleving. We koken voor mensen die alleen zijn, die niet voor zichzelf willen koken, of mensen met een kleine beurs." Gasten kunnen vier avonden in de week terecht bij Hotspot Hutspot voor een duurzame driegangenmaaltijd van restaurantkwaliteit. Het is ook mogelijk een menu voor een ander te doneren, een zogenaamd 'uitgesteld menu', of een 'uitgestelde koffie'.

- **Frequentie:** Open van maandag t/m vrijdag voor koffie met wat lekkers, lunch, of op afspraak een high tea of uitgebreid lunch buffet
- **Maaltijden** worden geserveerd van dinsdag t/m vrijdag tussen 17.30 en 19.30 uur
- **Kosten:** driegangen diner voor 9 euro
- **Binnenlopen** kan, zolang er plek is, maar reserveren is fijn, via www.hotspothutspot.nl, bellen 06 57938693 of bij de balie
- **Adres:** Ruys de Beerenbrouckstraat 106 Zutphen