

Jaarverslag 2021



Thuisgekookt

Aandacht voor eten; steun aan elkaar!



Inhoudsopgave

Voorwoord	P. 3
1. Over Thuisgekookt	P. 5
1.1. Hoe werkt Thuisgekookt	P. 6
1.2. Kernprincipes en missie	P. 9
1.3. Team	P. 11
1.4. Vrijwilligers	P. 13
2. Terugblik 2021	P. 15
2.1. Bijzondere activiteiten	P. 16
2.2. In het nieuws	P. 23
2.3. Cijfers	P. 26
2.4. Deelnemende gemeenten	P. 28
3. Ontwikkelstrategie en vooruitblik	P. 34
4. Financieel beleid	P. 36
4.1 Fondsenwerving en partners	P. 43

Voorwoord

Hadden we niet allemaal goede hoop? Dat we na een jaar ploeteren, plannen bijstellen, activiteiten afzeggen en proberen steeds opnieuw het wiel uit te vinden in een haast constant veranderende realiteit wat ademruimte zouden krijgen in 2021? Niets bleek minder waar. Ik stipte het in het voorwoord van vorig jaar al even aan: het is haast surreëel om te bedenken hoeveel er in de afgelopen jaren allemaal veranderd is. Steeds als er voorzichtig licht aan het einde van de tunnel leek te gloren bleek het coronavirus keer op keer roet in het eten te gooien.



Dat is als organisatie natuurlijk schipperen, maar vooral voor onze doelgroep keer op keer een klap in het gezicht. Toen na ruim een jaar veel van de uit enthousiasme en de wens om iets bij te dragen ontstane organisaties langzamerhand weer verdwenen zagen we veel mensen met een kwetsbaarheid tussen wal en schip belanden. We zijn daarom extra dankbaar dat wij als organisatie keer op keer konden bijdragen aan het ondersteunen van de personen die de hulp het hardst nodig hebben. Of dat nu zorgmedewerkers, ouderen, alleenstaande ouders, revaliderende zieken of andere mensen met een handicap of kwetsbaarheid waren: meer dan ooit zagen we dat de kracht van delen verder rijkt dan de aanvrager alleen.

Naast dat we in het afgelopen jaar wederom alle zeilen moesten bijzetten om het nog steeds groeiende aantal aanvragers te kunnen helpen, hebben we een belangrijke les geleerd van het voorgaande jaar: we hebben ondanks de drukte dit jaar goed om ons heen gekeken. We hebben de tijd genomen om te kijken waar kansen lagen voor doorontwikkeling, hebben mooie stappen mogen nemen op het gebied van communicatie en geïnvesteerd in duurzame samenwerkingen, website ontwikkeling en het nog beter bedienen van de groter groeiende groep thuishokks en aanvragers. We kunnen daarom terugkijken op een jaar van ongekeerde groei, zowel cijfermatig als strategisch, en hebben ons team flink uit mogen breiden.

Ik ben dan ook uitermate trots op onze flexibele en bevlogen teamleden en enthousiaste thuishokks en aanvragers. Dat we allemaal nog staan na de afgelopen jaren is een wonder op zich, maar dat we daarnaast ook nog tijd maken voor een ander is ongekend. Laten we daar vooral aan vasthouden.

Stéphanie van Gerven
Directeur Stichting Thuisgekookt

Door een auto-ongeluk liep Meike (50) niet-aangeboren hersenletsel op. Tijdens een intensief revalidatietraject zocht ze hulp rond de warme maaltijd. Omdat Meike kampt met een aantal allergieën zijn magnetronmaaltijden geen optie en bovendien is vers, gezond en lekker eten een groot deel van haar levensgeluk. Sinds een aantal maanden ontvangt Meike daarom maaltijden van thuiskok Tara. 'Ik krijg maaltijden thuisgebracht die helemaal zijn toegespitst op mijn smaak- en dieetwensen. Ik ben sinds het ongeluk nogal vergeetachtig maar tijdens de kennismakingsperiode heeft een medewerker van Thuisgekookt het traject goed in de gaten gehouden en belde ze me tijdig op als er contact moest worden opgenomen met een thuiskok.'





1. Over Thuisgekookt

Verbinding middels eten met verstrekkende positieve gevolgen, dat is het idee achter Stichting Thuisgekookt.

Door het bewerkstelligen van goede, vaak langdurige matches tussen (kwetsbare) aanvragers met een behoefte aan contact en een warme maaltijd enerzijds, en thuiskoks die graag wat voor een ander betekenen anderzijds, zet Thuisgekookt een kettingreactie in werking, die leidt tot effecten die verder reiken dan een tevreden aanvrager alleen. Door middel van zorgvuldige en persoonlijke matchmaking en samenwerking met hulpverlening draagt Thuisgekookt bij aan maatschappelijke effecten zoals langer zelfstandig thuis wonen, verminderde belasting van hulpverleners, gezondheidswinst en daarmee tot de uitstel van zorg en betere integratie van mensen met een kwetsbaarheid of handicap.

Thuisgekookt zorgt zelf niet voor kwetsbare mensen, maar activeert buurtgenoten om dit wel te doen. Zo werken we aan een dragende samenleving, waarin mensen op lokaal niveau basisvoorzieningen zelf organiseren en maken we de buurt op micro- en de samenleving op macroniveau socialer, gezonder en duurzamer. Kortom, zo gaan we terug naar wat vroeger heel normaal was, burens die zorgen voor elkaar!



1.1 Hoe werkt Thuisgekookt?

Mensen middels het delen van eten dicht bij elkaar brengen: dat is de missie van Stichting Thuisgekookt. In 2012 zag Thuisgekookt – toen nog Thuisafgehaald – het levenslicht en sindsdien is de stichting uitgegroeid tot een waar begrip. Het aanvragen van maaltijden bij een buurtgenoot bestaat binnen Stichting Thuisgekookt uit twee componenten. Enerzijds maken we duurzame matches tussen aanvragers met een (tijdelijke) kwetsbaarheid en een vaste thuishok

via onze maaltijdservice+ route, met behulp van bemiddeling door een Thuisgekookt-medewerker, anderzijds bieden we een online platform waarop mensen die op zoek zijn naar een maaltijd vrijblijvend en zelfstandig kunnen kijken of er in hun buurt iets wordt aangeboden. In beide gevallen richten we ons op sociaal contact middels het delen van een warme maaltijd tussen buurtgenoten en bieden we extra hulp aan diegenen die al dan niet tijdelijk zelf niet in staat zijn om een gezonde maaltijd te bereiden.



Verse maaltijden
speciaal voor jou



Je kunt afhalen of laten
bezorgen



Je betaalt alleen de
kostprijs



Je leert je buren beter
kennen



Een persoonlijke intake en
extra hulp indien nodig

Maaltijdservice+: het ondersteunen van matches tussen kwetsbare aanvragers en vaste thuishokks met behulp van bemiddeling door een Thuisgekookt-medewerker

De kerntaak van Thuisgekookt is het bewerkstelligen van matches tussen (kwetsbare) aanvragers met behoefte aan extra ondersteuning bij de avondmaaltijd en kokende buurtgenoten die graag wat voor een ander betekenen. Bij het maken van deze matches wordt veel aandacht besteed aan het matchingsproces waardoor de behoefte(n) helder in kaart kunnen worden gebracht en we kwetsbare aanvragers op een duurzame manier kunnen koppelen aan buurtgenoten die graag ondersteunen. De koppelingen die door Thuisgekookt worden gemaakt zijn hierdoor vaak lang en diepgaand.


Thuisgekookt neemt binnen dit proces de rol van bemiddelaar op zich. Wij zorgen ervoor dat het profiel van de thuishokk goed past bij de (dieet)wensen van de aanvrager en dat aan speciale wensen van de aanvrager - zoals het koken op bepaalde dagen, specifieke intoleranties of het langsbrengen van de maaltijd - zo goed mogelijk tegemoet wordt gekomen. Dit doen wij door middel van een uitgebreid intakegesprek met zowel aanvrager als vrijwillige thuishokk. We houden een constante vinger aan de pols gedurende het hele matchingsproces en in de periode daarna. Thuisgekookt zorgt voor de werving van (kwetsbare) aanvragers, de werving van thuishokks, het naleven van hygiëne- en andere veiligheidsvoorschriften, de bemiddeling tussen beide partijen en het bieden van nazorg en monitoring bij lopende koppelingen. Om onze zichtbaar- en herkenbaarheid voor onze doelgroep te vergroten, werken we in een groeiend aantal gemeenten nauw samen met een uitgebreid netwerk van (zorg)professionals en gelieerde (maatschappelijke) organisaties.

Middels de maaltijden van een vaste thuishokk willen we aanvragers (en hun mantelzorgers) ontzorgen. Door mensen met een kwetsbaarheid te koppelen aan thuishokks uit de buurt krijgen aanvragers niet alleen toegang tot gezonde voeding, maar zorgen we ook voor sociaal contact en de langdurige effecten - minder eenzaamheid, meer sociale cohesie in de buurt, inclusie van mensen met een handicap, langer thuis kunnen blijven wonen, minder zorgkosten, het ontlasten van mantelzorgers - die daaruit voortvloeien.



Online platform voor het zelfstandig realiseren van matches tussen buurtgenoten

Naast het faciliteren van matches tussen kwetsbare aanvragers met behoefte aan extra ondersteuning en kokende buurtgenoten, biedt Thuisgekookt ook een Nederland-breed platform aan waarop mensen maaltijden kunnen delen. Thuiskokks bieden hier zelfstandig maaltijden aan tegen de kostprijs van de ingrediënten en buurtgenoten kunnen de maaltijd komen afhalen of thuis laten brengen. Dit gebeurt zonder tussenkomst van Thuisgekookt-medewerkers. Op deze manier kunnen buurtgenoten die elkaar normaal niet zo snel zouden ontmoeten elkaar leren kennen. Thuisgekookt biedt hiermee voor iedereen een goedkope en vooral verbindende oplossing voor de warme maaltijd.



Sinds ze in 2018 door Thuisgekookt aan elkaar gekoppeld zijn, kookt thuiskok Judith elke twee weken zo'n twaalf maaltijden voor aanvrager Marian. Marian kan door haar chronische ziekte zelf niet meer koken maar vindt vers en gezond eten wel belangrijk. Met de hulp van Thuisgekookt vonden de twee elkaar en drie jaar later kookt Judith nog steeds Marian's vriezer vol lekkere maaltijden die Marian zelf mag samenstellen!



1.2 Kernprincipes en missie

Thuisgekookt heeft als doel het bevorderen van de sociale cohesie en het bijdragen aan een duurzame economie. Dit probeert Thuisgekookt te bereiken door het faciliteren van ontmoetingen tussen buurtgenoten middels het delen van een maaltijd. Hiermee probeert Thuisgekookt het volgende te bereiken:

1. Afhalers kunnen langer thuis wonen

Door de gezondheidseffecten van de verse, op maat gemaakte maaltijden en de toegenomen zelfredzaamheid zijn (kwetsbare) aanvragers in staat langer zelfstandig thuis te wonen. Dit geldt met name voor ouderen, omdat ze door de gezondheidswinst geen of een verminderde zorgbehoefte hebben.

2. Hulpverleners en mantelzorgers worden minder belast

Een goede match via Thuisgekookt betekent dat betrokken hulpverleners en mantelzorgers bepaalde taken uit handen kunnen geven. Daarnaast hebben de thuishoks een signalerende functie: in geval van nood of bij twijfel nemen zij contact op met de hulpverlener (eventueel ondersteunt Thuisgekookt hierbij).

3. Mensen met een bijzonderheid kunnen makkelijker meedoen

Kwetsbare mensen en ouderen zijn tegenwoordig vaak genoodzaakt (langer) zelfstandig thuis te wonen en te participeren. Hiervoor is inspanning nodig vanuit zowel burgers met een beperking als mensen zonder beperking. Thuisgekookt biedt de mogelijkheid voor buurtgenoten met en zonder beperking om die inspanning te leveren en inclusie zodoende te bevorderen.

4. Er ontstaat gezondheidswinst en hierdoor een uitgestelde zorgbehoefte

Thuisgekookt maakt mogelijk dat aanvragers regelmatig gezonde, warme maaltijden eten en mede door het contact met thuishoks beter in hun vel komen te zitten. Gezondheidsproblemen die hiermee worden voorkomen zijn van fysieke aard, zoals ondervoeding, en van psychische aard, zoals vereenzaming en depressie.



5. Gezonde voeding wordt voor iedereen betaalbaar en toegankelijk

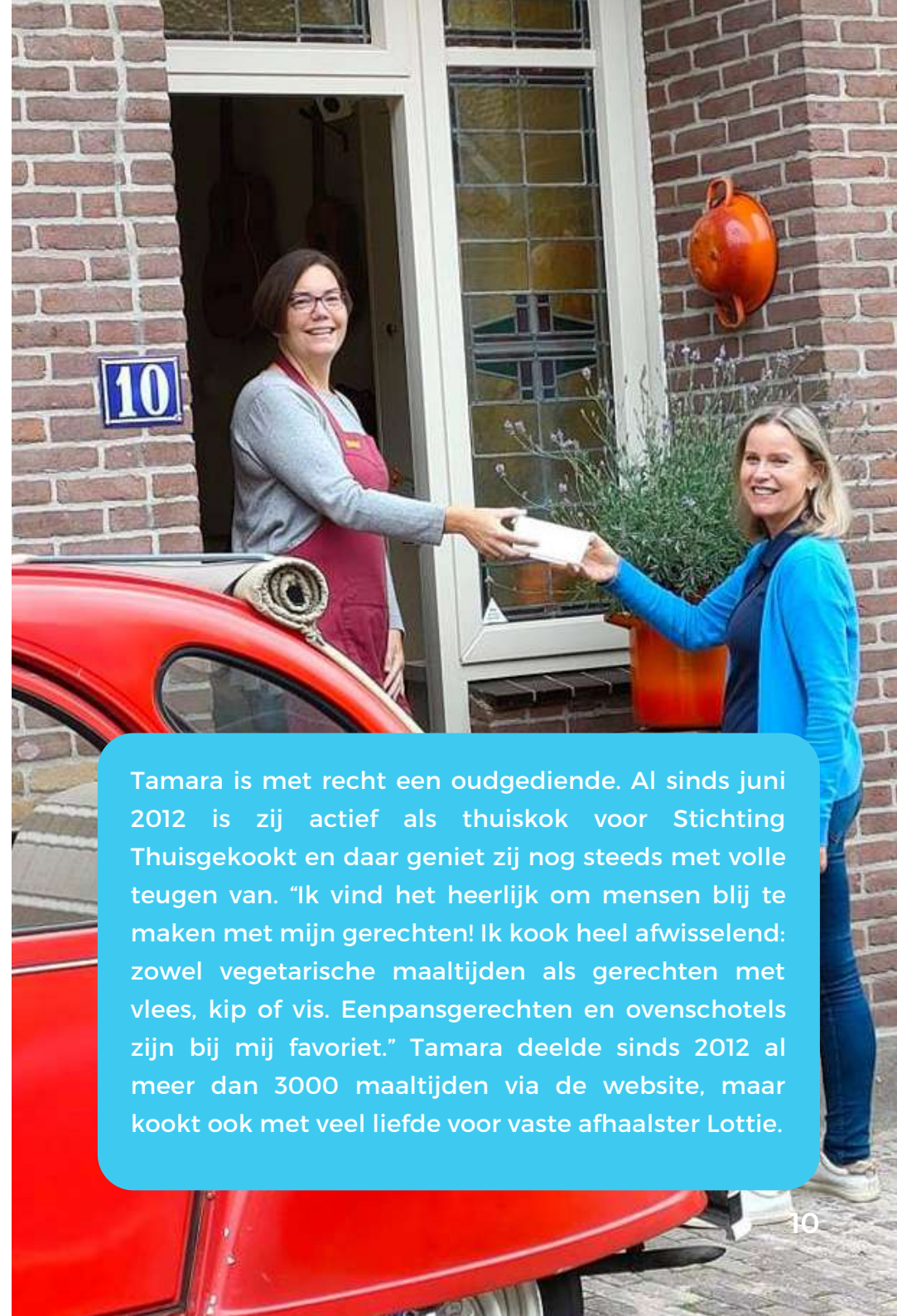
Doordat de thuishokks van Thuisgekookt maaltijden aanbieden voor de kostprijs van de ingrediënten is een gezonde maaltijd voor iedereen toegankelijk. De samenwerking met minimumpassen breidt deze toegankelijkheid nog verder uit voor de minimuminkomens.

6. Voedselverspilling wordt voorkomen

Mensen koken vaak te veel met als gevolg dat veel voedsel wordt weggegooid. Via het platform van Thuisgekookt kunnen thuishokks deze maaltijden aanbieden, waardoor minder voedsel wordt verspild en er tegelijkertijd gebouwd wordt aan een beter milieu en een duurzame economie.

1.3 Team

Stichting Thuisgekookt is continu in beweging. Ook in het afgelopen jaar merkten we dat de steeds veranderende maatregelen en een groeiend aantal aanvragen ervoor zorgden dat we als team extra wendbaar moesten zijn. We zijn dan ook heel blij met ons flexibele, hardwerkende, betrokken en bevlogen team, dat ook in tijden van grote drukte snel wist te schakelen en nieuwe ontwikkelingen vakkundig doorvoerde. Eind 2021 bestaat het kernteam uit directeur Stéphanie van Gerven, strategisch adviseur Florine van der Vlies, community manager Chantal Boshuis, senior full stack developer Arvin Wijsman, junior full stack developer Aurél Bánsági en matchmakers: Elisha Schulte, Kelly Meeks, Eva van Rossum en Judith Piersma.



Tamara is met recht een oudgediende. Al sinds juni 2012 is zij actief als thuishokk voor Stichting Thuisgekookt en daar geniet zij nog steeds met volle teugen van. “Ik vind het heerlijk om mensen blij te maken met mijn gerechten! Ik kook heel afwisselend: zowel vegetarische maaltijden als gerechten met vlees, kip of vis. Eenpansgerechten en ovenschotels zijn bij mij favoriet.” Tamara deelde sinds 2012 al meer dan 3000 maaltijden via de website, maar kookt ook met veel liefde voor vaste afhaalster Lottie.



Stéphanie van Gerven



Chantal Boshuis



Florine van der Vlies



Marinda Bosman



Elisha Schulte



Judith Piersma



Kelly Meeks



Eva van Rossum



Chris Vernooij




Mieke Tijmsa-
Sanders



Arvin Wijsman



Aurél Bánsági



'Hester en Carl-Pieter zijn allebei visueel gehandicapt. Koken duurt bij hen daarom vaak wat langer dan bij andere mensen. Bovendien werken ze op wisselende tijden, wat koken vaak lastig maakt. "Vroeger was de slager met zijn kant-en-klaarmaaltijden hier kind aan huis, maar daar was de keuze beperkt. We vonden het fijn om wat gevarieerder te eten. Het contact met thuishok Karla is heel prettig. Ze komt niet zomaar eten afgeven, we hebben ook altijd een leuk gesprek. Alles wat ze maakt is lekker en we weten inmiddels dat ook de dingen die we zelf niet zouden kiezen heerlijk zijn. Het is elke keer anders en altijd een verrassing."

1.4 Vrijwilligers

Stichting Thuisgekookt bestaat dankzij de inzet van onze actieve vrijwilligers. Dankzij de inspanningen en betrokkenheid van de inmiddels ruim 18.000 aangesloten vrijwillige thuishokks kunnen wij het verschil maken. Wij geloven dat het laagdrempelige concept – het koken van een 'portie extra' – voor veel vrijwillige thuishokks niet alleen makkelijk te integreren is in het dagelijkse leven, maar ook direct resultaat oplevert. Veel van onze thuishokks geven aan niet alleen hun burens op te zien bloeien, maar ook zelf veel voldoening te halen uit het delen van een maaltijd zónder dat de dagelijkse gang van zaken hiervoor wordt onderbroken. Dat maakt hun vrijwillige inzet duurzaam.

In het afgelopen jaar merkten we wederom een enorme stijging van het aantal thuishokks dat zich bij ons aanmeldde en zagen we ook een groeiende bereidheid onder onze vrijwilligers om een stapje verder te gaan. Toen de ergste coronastorm was gaan liggen werd er weer voorzichtig samen gegeten, bijvoorbeeld tijdens een door een thuishokk georganiseerd huiskamerdiner of 'gewoon' één op één. De noodzaak om in een snel veranderende wereld een buurtgenoot te hebben op wie je kunt rekenen bleek voor veel mensen erg belangrijk.

We wilden deze extra inzet van de bij Thuisgekookt aangesloten vrijwillige thuishokks niet onopgemerkt voorbij laten gaan en hebben daarom veel aandacht besteed aan hun ondersteuning. Niet alleen met leuke extra's zoals mooie prijzen tijdens de Kook Voor Je Buur 10-daagse, of het nieuwe kookschrift dat we ontwikkelden. Maar ook met extra promotiemateriaal, ruimte op onze social media en veel persoonlijke aandacht voor de mooie verhalen van thuishokks.

Tijdens de Kook Voor Je Buur 10-daagse mochten we van sponsor LoveBeets een heuse bietenworkshop weggeven. In november kwamen de winnende thuishokks bij elkaar om in inspiratiekas 'De Beleving' in Zeewolde samen met chef Erik een heerlijk bietenmenu samen te stellen. Na afloop werden de verschillende creaties gedeeld en verorberd tijdens een gezellig diner met alle deelnemers.





In mei 2015 haalden Felicia en haar man Michael wat gebakjes af bij thuiskok Marianne via het Thuisgekookt-platform. Ze bleken zo'n goede klik te hebben dat ze twee uur later nog bij Marianne op de bank zaten. Inmiddels zijn de vier goede vrienden en spreken ze nog steeds regelmatig af.



2. Terugblik 2021

Na een uitdagend 2020 stond 2021 in het teken van doorontwikkeling, groei en optimalisatie van onze organisatie. We hebben in 2021 voort kunnen borduren op de stappen die we in 2020 hebben gezet en de enorme groei die we in 2020 maakten doorgezet en in goede banen geleid. Naast het koppelen van nóg meer buurtgenoten middels een warme maaltijd, hebben we, vaak in samenwerking met andere organisaties uit het zorg- en welzijnsveld, bijzondere projecten mogen organiseren. We zijn trots op de wendbare, betrokken en bevlogen organisatie die we in 2021 nog meer in de schijnwerpers hebben kunnen zetten en we zijn blij dat er aan de start van 2022 een stabielere organisatie staat dan aan de start van 2021 die daardoor het blijvend hogere niveau aan aanvragen beter aan kan.

We hebben alle samenwerkingen uit 2021 voortgezet / geïntensiveerd en hebben een hoop nieuwe media aan ons netwerk mogen toevoegen. Hiernaast hebben we in 2021 ingezet op meer sectorbrede kennisoverdracht en het ons politiek op verschillende niveau's inzetten voor betere maaltijdvoorziening en meer sociaal contact in de buurt, los van onze eigen bijdrage daarin. We merken dat we hierdoor steeds meer als autoriteit op dit gebied worden geraadpleegd. Hiernaast hebben we gelukkig ook weer verschillende mooie activiteiten en campagnes mogen organiseren.

2.1 Bijzondere activiteiten

Thuisgekookt beter geschikt maken voor professionals

Stichting Thuisgekookt doet er alles aan om zoveel mogelijk (kwetsbare) inwoners te ondersteunen. Het bereiken van de kwetsbare doelgroep gebeurt vaak middels een nauwe samenwerking met het zorg- of welzijnsnetwerk. Immers, een eerste zorgmelding komt vaak bij hen binnen. Omdat veel professionals de welzijnsinstelling die de koppeling aan een thuishoofd bewerkstelligt inzien, hebben wij ons dit jaar middels een financiële bijdrage van ZonMw in het kader van de Versterking aanpak Eenzaamheid-regeling mogen inzetten om Thuisgekookt beter geschikt te maken voor zorgverleners en maaltijdservices. Dit hebben we gedaan door verschillende partners in Utrecht, Delft en Nieuwegein te interviewen om zo een helder beeld te krijgen van de verschillende behoeften binnen het werkveld. De resultaten hebben geleid tot een volledig nieuwe portal die door zorgverleners gebruikt kan worden om nieuwe aanvragers aan te melden, de voortgang bij te houden en eventuele wijzigingen in te zien. Daarnaast bleek er grote behoefte te zijn aan nieuwe folders, gericht op onze oudere, kwetsbare doelgroep. Ook hier zijn we mee aan de slag gegaan, wat leidde tot nieuw informatiemateriaal. Tot slot hebben we de website onder handen genomen, zodat deze gebruiksvriendelijker werd en de verschillende wegen die je binnen Thuisgekookt kunt bewandelen op een heldere manier naar voren komen. Dit is iets waar we ook in 2022 meer op zullen focussen, in de hoop dat we ook via onze website beter, makkelijker en effectiever verschillende doelgroepen kunnen bedienen.



Kook Voor Je Buur 10-daagse

Van 24 september tot 3 oktober organiseerden we ook in 2021 onze jaarlijks terugkerende Kook Voor Je Buur 10-daagse. Met deze campagne laten we – in dezelfde periode als de Week tegen Eenzaamheid en Burendag – zoveel mogelijk mensen kennis maken met Thuisgekookt en de belangrijke maatschappelijke effecten die het delen van een maaltijd met zich meebrengt. Door tien dagen lang extra veel aandacht te genereren hopen we de 18.000 thuishoks die Nederland-breed bij ons aangesloten zijn verder uit te kunnen breiden én de hulp van een thuishok normaler te maken zodat we de drempel om hier gebruik van te maken kunnen verlagen.

Universal Media

Dit jaar werden we bij het opzetten van de campagne kosteloos bijgestaan door het team van Universal Media. Tijdens een creatieve brainstormsessie in het park ontwikkelden zij het idee voor de #kookmeer campagne, dat in de weken daaropvolgend handen en voeten kreeg dankzij de inzet van het Universal Media team. Zij hebben ervoor gezorgd dat de campagne een groot succes werd en hebben op verschillende, vaak nieuwe manieren de boodschap van Thuisgekookt wereldkundig gemaakt.

Ambassadeur Bert van Leeuwen

Ook mochten we Bert van Leeuwen verwelkomen als ambassadeur van Stichting Thuisgekookt. Hij heeft zich o.a. belangeloos ingezet om middels een speciale video uit te leggen waarom hij Thuisgekookt een warm hart toedraagt en hoe je, zelfs als je géén ster in de keuken bent, toch iets kunt betekenen voor een buur.



Vers en lekker eten? Bestel een maaltijd van een buur!

Sponsors

We mochten dit jaar ook voor het eerst rekenen op de hulp van verschillende sponsors. LoveBeets, Whirlpool, Santa Maria, Becel en PLUS droegen niet alleen een financieel steentje bij, maar besteedde ook aandacht aan ons via hun verschillende (online)kanalen. Mede dankzij hun bijdragen hebben we de thuishokks dit jaar erg blij mogen maken met verschillende mooie prijzen: boodschappenpakketten, een bietenworkshop, een luxe combimagnetron en een cadeaukaart.

Bijzondere acties thuishokks

Veel thuishokks grepen de Kook Voor Je Buur 10-daagse aan om eens extra uit te pakken. Dat leverde prachtige acties op. Zo organiseerde Mariet een huiskamerdiner en Regina een gezellige buurtborrel. Marcel kookte voor maar liefst 50 buurtgenoten een heerlijke Afghaans veganistisch maaltijd en doneerde de volledige opbrengst aan Stichting Vluchteling en in Lansingerland werd een, weliswaar regenachtig, maar zeer geslaagd Walking Dinner georganiseerd waarbij afhalers langs drie thuishokks liepen om hun diner te verzamelen.

Resultaten

Tien dagen lang kookte de hele Thuisgekookt-community een portie meer en maakte daarmee niet alleen de burens blij, maar ook een heleboel nieuwe thuishokks én aanvragers enthousiast. We genereerden een prachtige hoeveelheid media-aandacht, mochten meegenieten van vele bijzondere acties die thuishokks zelf opzetten en enthousiasmeerden in tien dagen tijd maar liefst 782 nieuwe thuishokks en 489 nieuwe aanvragers. Dit resulteerde in 6686 gedeelde maaltijden; kleine geluXsmomentjes voor zowel de maker als de ontvanger.





Le Feast

In november organiseerde Thuisgekookt in samenwerking met de Utrechtse festivalorganisatie Le Guess Who 'Le Feast'. Tijdens verschillende huiskamerbrunches, georganiseerd door thuis-koks, leerden verschillende buurtgenoten elkaar beter kennen. Veel Utrechtse thuis-koks toverden hun huiskamer om tot waar brunchpaleis en lieten buren hun kookkunsten proeven.



Alle huiskamers waren volgeboekt toen er nieuwe maatregelen werden aangekondigd. Hierdoor konden de brunches op 14 november alleen in aangepaste vorm plaats vinden. Ondanks de kleinere clubjes was 'Le Feast' een groot succes, met niet alleen lekker eten, maar vooral gezellige nieuwe tafel- en buurtgenoten!

Ondernemen tegen Eenzaamheid

Vanaf oktober 2021 gingen we tijdens een startweekend samen met 17 andere geselecteerde deelnemende initiatieven aan de slag binnen een 3-jaar durend ontwikkeltraject, georganiseerd door het KPN Mooiste Contact Fonds en het Oranje Fonds. Met Ondernemen tegen Eenzaamheid krijgen we niet alleen een financiële impuls, maar ook workshops en coaching, toegang tot een relevant netwerk en landelijke zichtbaarheid. Met als doel substantieel en structureel een bijdrage te leveren aan de vermindering van eenzaamheid in Nederland. We merkten dat het een hele gemotiveerde groep is met veel potentieel en verwachten dat dit traject een prachtige bijdrage gaat leveren aan het opschalen en verstevigen van ons initiatief. Helaas werd het tweede weekend in 2021 afgezegd vanwege Corona, maar hierdoor was er meer tijd voor het verstevigen van de basis zoals in het eerste weekend aan bod kwam, waar we met de geboden middelen direct de ruimte voor hebben genomen en in 2022 verwachten we daardoor deze achterstand snel weer in te lopen.

Vrijheidsmaaltijden

Op 5 mei vierde Stichting Thuisgekookt Bevrijdingsdag met een Vrijheidsmaaltijd. Chef Yvette van Boven ontwikkelde het recept voor een heerlijke maaltijdsoep en wij moedigden de Thuisgekookt-community aan om de soep te koken, te delen en er een mooi gesprek over vrijheid aan te koppelen.

Doorontwikkeling IT

Ook achter de schermen werden er binnen Thuisgekookt grote stappen gezet. Zo schakelden we een UX-designer in die de voorkant van onze website opnieuw vormgaf zodat deze geschikter werd voor onze doelgroep(en). Dit hebben we gedaan door de verschillende paden die je binnen Stichting Thuisgekookt kunt bewandelen los te koppelen: van af en toe losse maaltijden bestellen bij verschillende koks, tot een vaste koppeling met een kokende buurtgenoot en natuurlijk zélf aan de slag als thuiskok. Deze ontwikkeling wordt doorgezet door het KPN UX-team, die binnen het Ondernemen tegen Eenzaamheid-traject Thuisgekookt uitgekozen hebben als project voor het komende jaar. Ook werden er grote stappen gezet om het achterliggende matchingsysteem te optimaliseren. Denk hierbij aan het automatisch uitsturen van e-mails na bepaalde handelingen, het automatisch naar voren halen van de meest geschikte thuiskok op basis van een slim algoritme, notities bij de thuiskok die meegenomen kunnen worden naar verschillende aanvragen en nog veel meer. In 2021 waren we gemiddeld 0,88 uur per aanvrager kwijt aan het matchingproces, t.o.v. 7 uur per aanvrager voor Corona en 1,75 uur in 2020. Een mooie daling dus, waardoor er meer tijd overblijft voor waar het echt om gaat: het echte contact met de aanvrager en de thuiskok.

Verklaring Omtrent Gedrag

Sinds begin dit jaar vragen we voor iedereen die aan de slag gaat als thuiskok voor mensen met een kwetsbaarheid een Verklaring Omtrent Gedrag aan. Hier zijn voor de thuiskok geen kosten aan verbonden, maar stelt Thuisgekookt in de mogelijkheid een extra stuk veiligheid en vertrouwen in te bouwen.





Uitbreiding salescapaciteit

We hebben ingezet op 2 extra salesmedewerkers (op commissiebasis), die de gesprekken met gemeenten voeren. Hiernaast zijn voor de directeur en de strategisch adviseur meer uren vrijgemaakt om deze salesmedewerkers intensief te begeleiden én zelf met een aantal veelbelovende gemeenten aan de slag te gaan. In 2022 krijgen we hierdoor ruim € 400.000 aan inkomsten vanuit de gemeenten t.o.v. € 223.596,15 in 2021.

Vitaal team behouden

In 2021 is vanaf februari geen verloop meer geweest, terwijl we in 2020 continu verloop hadden. Dit is een mooie uitkomst van veel investeren in het team in het afgelopen jaar.

Promotiemateriaal

Tot slot fristen we in 2021 ons promotiemateriaal op. We ontwikkelden een ansichtkaart voor thuishokks, zodat zij hun maaltijden bij hun burens konden promoten, werkten aan een nieuw promotiefilmpje voor zorgprofessionals en ontwikkelden een nieuwe Maaltijdservice+ folder, die nog meer gericht is op de kwetsbare en vaak oudere doelgroep.

A photograph of two women in a kitchen. The woman on the left is standing, wearing glasses and a dark blue patterned shirt, smiling. The woman on the right is sitting in a black office chair, wearing glasses, a headband, and a dark blue cable-knit sweater, also smiling. The background features light-colored wooden cabinets, a potted plant, a teapot, and two lit Christmas trees.

Anne woont zelfstandig, maar helaas lukt het haar niet meer om zelf te koken. Ze is eenzijdig verlamd en zit in een rolstoel. Via een maatschappelijk werker kwam ze bij Thuisgekookt terecht en werd ze gekoppeld aan Eline. 'Eline kookt nu zo'n twee jaar voor me en ik hoop dat ze me nog lang zal blijven verrassen met haar heerlijke, creatieve gerechten.'

2.2. In het nieuws

Wederom mocht Stichting Thuisgekookt dit jaar rekenen op een grote hoeveelheid media-aandacht. Zowel landelijk als lokaal werd er veel aandacht geschonken aan mooie matchverhalen, één van onze bijzondere projecten of aan oproepjes voor nieuwe thuishokks en aanvragers. Zo waren we bijvoorbeeld te zien in het Ouderenjournaal, kregen we een column in de Margriet, werd er een item over ons gemaakt bij 1 tegen 50, verschenen we in de special NRC Tafelmanieren, stond ons initiatief in de schijnwerpers in de Postcodeloterij Decembermailing en werden er prachtige foto's en verhalen gedeeld over onze koppelingen in het PLUS Kerstmagazine.

Wij zijn ontzettend dankbaar voor al deze aandacht die ons in staat stelt nog meer mensen te helpen en delen daarom graag een greep uit de media-aandacht die ons ten deel viel in 2021.



Thuisgekookt: bereid een maaltijd voor een buur die het goed kan gebruiken



PLACEHOLDER

Stichting Thuisgekookt

Stichting DOEN zet zich in voor een groene, sociale en creatieve wereld. Als het fonds van de Nationale Postcode Loterij steunt het vernieuwende sociale initiatieven zoals Thuisgekookt.

Stichting Thuisgekookt is een platform waarop buurtgenoten maaltijden met elkaar kunnen delen. Daarnaast koppelt Thuisgekookt kwetsbare buurtbewoners aan een vaste thuiskok in hun buurt die speciaal voor hem of haar kookt. Tijdens de coronacrisis is de behoefte aan deze laatste dienst fors toegenomen. Tijdens de lockdown blijkt Thuisgekookt meer nodig dan ooit en ziet het de vraag naar thuiskokken stijgen.

Kijk voor meer informatie op thuisgekookt.nl

Margot kookt twee keer per week voor de achterbuur

Het was voor Greetje van der Linden geen makkelijk jaar. Ze kreeg corona en nu heeft ze long covid. Alles kost veel energie. Maar Thuisgekookt biedt nu via Margot wat hulp.

Vragen aan



Stéphanie van Gerven

Wat behelst Thuisgekookt?

"We koppelen buurtgenoten aan elkaar voor het delen van vers gekookte maaltijden én sociaal contact. Dat is nu nóg belangrijker geworden. Als iemand speciaal voor jou kookt en daar een lief briefje bij doet of een praatje maakt, heb je echt weer het idee dat je erbij hoort."

Wat hebben jullie het afgelopen jaar gedaan?

"We hebben 3.500 aanvragers kunnen koppelen aan een thuiskok, die 1-2 keer per week langskomt. Dat betekent dat deze mensen gezond eten, minder eenzaam zijn en zich gezien en gehoord voelen. Daar zijn we trots op!"

Hoe kunnen mensen bijdragen?

"We hebben altijd behoefte aan thuiskokken, door heel Nederland. Daar hoeft je echt geen chef-kok voor te zijn, hoor. Een beetje liefde en een simpele maaltijd volstaan. Onze doelgroep is dol op de Hollandse pot."

Passie met een GOUDEN Rand

Hester Dam



Foto: Kees Rommelse

DELT – Hester Dam (56) heeft een drukke baan en een gezin, maar kan zien dat het desondanks echt mogelijk is om iets goeds te doen voor een ander. Als vrijwilliger van Stichting Thuisgekookt helpt zij evenzoveel buurtgenoten mogelijk aan een verse maaltijd.

Door Chayenne Toetend

Hester heeft in het verleden het Conservatorium gelooft en heeft langere tijd zelf gezongen. Een gebroederszorgde er uiteindelijk voor dat zij haar carrière als uitvoerend zangeres niet verder kon voortzetten. Dit en de verhuizing van haar gezin van Amsterdam naar Delft, zestien jaar geleden, vanwege het werk van haar man zorgden er uiteindelijk voor dat Hester zich volledig ging focussen

op het geven van zanglessen, wat zij voerteen ook al deelt deed. Hester opende in Delft haar eigen praktijk in de coronatijd maandenlang dicht moest, deed zij vorig jaar een account aanvragen op de website van Stichting Thuisgekookt. Ik had immers tijd over. Die aanvraag leidde een aantal maanden geleden tot een match met een dame van 72 jaar, die bij mij in de buurt woont. Dit Hester graag betrokkenheid toont bij buurtgenoten, heeft worden in de tijd dat zij niet vermind was naar Delft.

Bijspringen

Hester is iemand die graag bijspijngt zodra iemand in haar buurt hulp nodig heeft, en dan voornamelijk in de vorm van maaltijden. "Er was altijd wel iemand in mijn omgeving die een tijdje niet zelf kon koken. Bijvoorbeeld als iemand ziek is of niet bevallen, dan ondersteun ik graag." Daar is ze lange tijd druk mee geweest,

doen, ik dat zeker zal doen."

Match

Stichting Thuisgekookt koppelt buurtgenoten aan elkaar voor hulp bij de warme maaltijd en gezellig sociaal contact. Thuisgekookt probeert te zorgen dat we weer terugaan naar wat vroeger heel normaal was: buren die zorgen voor elkaar. Een groot deel van de mensen die bij Thuisgekookt aanklopt behoort tot de kwetsbare doelgroep. Voor hen doen de medewerkers van Thuisgekookt extra traat best om iemand te vinden die goed bij hun voorkeuren past. Zo is Hester gekoppeld aan een oudere dame die door een spierziekte niet meer zelf kan koken. "Ze woont vlakbij mij, we hebben dezelfde smaak qua eten en matches aan te stellen. Op maandag kook ik voor haar en breng ik de maaltijd bij haar langs."

Extra portie

In het begin toen Hester hoorde dat ze thuiskokken zochten bij Stichting Thuisgekookt, zag zij zichzelf nog als een vrijwilliger van zaks, omdat zij in het niet-coronatijdsperk aanvankelijk tijd heeft voor vrijwilligerswerk. Niets bleek minder waar. "Ik kook maar een keer per week, maar ik merk dat dit enorm helpt en gewaardeerd wordt. Ik wil het iedereen dus ook aanraden om zich bij deze stichting aan te sluiten. Niet dat het heel goed is om naast je eigen leven iets voor een ander te doen, is het vrijwilligerswerk heel bevredigend. Als thuiskok aan de slag gaan is alles behalve ingrijpend en dan ook vrij makkelijk te combineren met werk en gezin. Ik maak wekelijks gewoon een extra portie." De kosten van een extra portie worden vergoed, dus hoeven ook niet uit eigen zak te komen. Niet bij iedereen hoeven de maaltijden worden beoogd, althans is bij velen ook een optie: "Een extra maaltijd koken voor een ander is een ontzettend kleine moeite en je doet er toch iets goeds mee voor je medemens." Aankomen kan via thuisgekookt.nl.

Ken jij een vrijwilliger die ook eens in de spotlight moet worden gezet? Mail dan naar redactie@deflow.nl en wie weet verschijnt jouw verhaal in volgende week in Delft op Zondag!



Links zie je thuiskok Mariet Gielen (67 jaar) en rechts afnemer Astrid van Wilgen (45 jaar). Ze wonen allebei in Schalkhaar.

Verse en gezonde maaltijden, met liefde bereid.
Thuisgekookt helpt mensen in contact te komen met een thuiskok in hun buurt. De thuiskok kookt met liefde een bordje extra voor een buurtgenoot die (tijdelijk) niet voor zichzelf kan of wil koken. Dit levert niet alleen een warme maaltijd op, maar ook gezellig sociaal contact.



Astrid: Soms maakt ze een salade uit haar eigen tuin. Je weet niet wat je **proeft!**

Mariet: "Ik heb een grote liefde voor mooie producten, goed eten en lekker koken. Ik was op zoek naar een manier om mensen te verwennen met lekker en verantwoord eten, maar een restaurant openen vond ik wel echt een brug te ver. Zo ben ik bij Thuisgekookt terechtgekomen. Astrid was mijn eerste contact en we vonden het allebei heel spannend. Stonden we een beetje ongemakkelijk te doen in mijn voorkeur..."

Astrid: "Om de week zijn mijn kinderen bij hun vader en het leek me prettig om dan nu een dag werken met te helpen koken als dat niet goed uitkomt. Toen ik in een tijd las over Thuisgekookt heb ik gelijk gereageerd. Ik besloot bij Mariet aan en zo zie: 'Jij bent mijn eerste'. Dat gold dus voor mij ook inmiddels zijn we twee jaar verder en heb ik er nog geen seconde spijt van gehad."

Mariet: "Inspiratie haal ik uit kookboeken en culinaire magazines. Verder volg ik het seizoen, het weer, hoe ik me voel en wat er beschikbaar is aan producten. Op die manier maak ik iets moois. Ik bereid steeds meer vegetarische gerechten, als ik vrees gebruik is het biologisch van PLUS. Daarom ben ik zo blij met de PLUS heer in het dorp, daar wordt het bio assortiment steeds groter. Ik gebruik ook vaak gewassen uit mijn eigen moestuin. Pure natuur is toch het lekkerst!"

Astrid: "Alles wat Mariet maakt, is heerlijk. Ze heeft vaak originele gerechten die ik niet zelf zou maken en die me altijd verrassen. En soms zit er een salade bij met groenten uit haar eigen tuin, dan weet je echt niet wat je proeft. Voorlopig blijf ik dus lekker van Mariets kookkunsten genieten!"

Ook koken voor een ander?
Ga naar thuisgekookt.nl
of scan de QR-code



Vandaag staat er vegetarische lasagne met prei en noten op het menu.



Wat blaadje basilicum als garnering.

2.3 Cijfers

Stichting Thuisgekookt heeft in 2021 **111.158 ontmoetingen** tussen buurtgenoten gefaciliteerd. Tijdens deze ontmoetingen zijn **158.525 maaltijden** gedeeld, gemiddeld **1,4 maaltijd per ontmoeting**. Dit is verklaarbaar omdat er ook af en toe voor echtparen of drukke gezinnen wordt gekookt, echter t.o.v. 2020 is de focus nog meer verschoven naar alleenstaanden in een kwetsbare positie.

Er zijn **4.914 verbindingen** gemaakt tussen aanvragers en thuishoks, wat betekent dat in totaal **9.828 mensen** elkaar dit jaar via Stichting Thuisgekookt hebben leren kennen. **3.274** van deze verbindingen mondde uit in een duurzame relatie, waarin het hele jaar minimaal 1x per 2 weken een maaltijd is gedeeld. De gemiddelde maaltijdprijs bedroeg **€ 4,92 per portie** en gemiddeld woonden thuishok en aanvrager **657m** uit elkaar.

Hierbij vinden er ook nog zo'n 60% extra ontmoetingen buiten het platform om plaats. Enquêteresultaten geven aan dat buurtgenoten vaak via andere wegen – WhatsApp, of telefonisch – vervolgsafspraken maken. Dit zou betekenen dat er in werkelijkheid **177.853 ontmoetingen** hebben plaatsgevonden, waarin **253.640 maaltijden** zijn gedeeld. Omdat eerste koppelingen meestal wel via het platform gaan verwachten we dat het aantal verbindingen accuraat en compleet is, ondanks deze schaduwmaaltijden.

Passend bij onze focus worden al deze cijfers voor **6,7%** verklaard vanuit de losse maaltijden die via het platform worden gedeeld en voor **93,3%** vanuit de vaste afspraken waarin team Thuisgekookt een bemiddelende rol speelt. T.o.v. 2020 is hier dus opnieuw een duidelijke verschuiving richting de vaste afspraken te zien. Bij **90,4%** van alle verbindingen een aanvrager in een kwetsbare positie betrokken. **80%** van alle maaltijden zijn thuisgebracht, **20%** werd opgehaald.

Er hebben zich in 2021 **3.674 nieuwe thuishoks** aangemeld. In totaal waren er eind 2021 **18.274 aangemelde vrijwillige thuishoks**. Wij weten dan ook vrijwel alle binnenkomende kwalitatieve aanvragen te koppelen: ons slagingspercentage was **97,6%**. De gekoppelde aanvragers waardeerden de koppeling gemiddeld met een **9,1**.

De belangrijkste cijfers hebben we samengevat in een infographic.





Stichting Thuisgekookt

Aandacht voor eten; steun aan elkaar!



cijfers 2021



Lekkere, verse en gezonde maaltijden die met liefde zijn bereid door een buurtgenoot.

ONTMOETINGEN

111.158



MAALTIJDEN

158.525



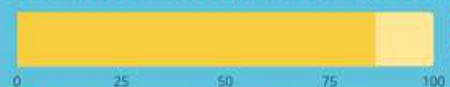
VERBINDINGEN

4.914



DUURZAME RELATIES

3.274



MAALTIJD THUISGEBRACHT
MAALTIJD OPGEHAALD



MATCHES
LOSSE MAALTIJDEN



KWETSBAIRE POSITIE
ZELFSTANDIGE POSITIE

"Het geeft me een veilig gevoel dat er bij mij in de buurt mensen wonen die mij kunnen helpen als ik helemaal verkramp van de pijn. Als alles me teveel is kunnen zij bijspringen, dat is een groot geschenk." - aanvrager Ans (71)

"Thuisgekookt is toch nog iets positiefs dat Corona mij heeft gebracht, ik eet een stuk beter sinds mijn buien een lekkere maaltijd naar me brengen." - aanvrager Jan (66)



BESCHIKBARE THUISKOKS

18.274

NIEUWE THUISKOKS

3.674

GEMIDDELDE WAARDERING

9,1



SLAGINGS-PERCENTAGE

97,6%



"Waar er één eet kunnen er ook twee eten en waar er twee eten, kunnen er ook drie eten." - thuiskok Clara (53)

GEMIDDELDE AFSTAND

657 m

GEMIDDELDE PRIJS

€ 4,92



VANAF 2012

498.305

ONTMOETINGEN

770.529

MAALTIJDEN

71.394

VERBINDINGEN

2.4 Deelnemende gemeenten

Stichting Thuisgekookt werkte in 2021 samen met 8 focusgemeenten, te weten: Delft, Den Bosch, Groningen, Haarlemmermeer, Nieuwegein, Nijmegen, Tilburg en Utrecht. In deze gemeenten worden de uren die nodig zijn voor het maken en onderhouden van de juiste matches tussen buurtgenoten ondersteund met o.a. financiële hulp vanuit de betreffende gemeente. Dit stelt ons in staat om de Thuisgekookt-community in deze gemeenten extra hard te laten groeien, intensief samen te werken met het zorgnetwerk en extra focus te leggen op bepaalde geografische gebieden of beleidsterreinen waarvan de gemeente weet dat zich daar een doelgroep bevindt die onze hulp hard nodig heeft.

Deze extra inspanningen zijn duidelijk terug te zien in de cijfers. Maar liefst 68% van de ontmoetingen via Thuisgekookt vonden binnen onze focusgemeenten plaats en ook 57% van de duurzame verbindingen tussen buurtgenoten werden binnen deze gemeenten gemaakt. Opvallend, want slechts 8% van de Nederlandse bevolking woont binnen een van onze focusgemeenten. Deze impact is niet onopgemerkt gebleven, waardoor we in 2022 in nog eens 7 nieuwe focusgemeenten aan de slag mogen.

Delft

Dankzij een intensieve samenwerking met Delft Support hebben we ook in 2021 het aantal aanmeldingen van kwetsbare aanvragers middels WMO-consulenten hard zien stijgen. We hebben getracht de aanmeld- en terugkoppelingswerkwijze te verbeteren, waardoor het voor zorgprofessionals nog makkelijker wordt om cliënten bij Thuisgekookt aan te melden. Er is hard gewerkt om Thuisgekookt niet alleen als geïndiceerde maaltijdvoorziening, maar vooral ook als voorliggende voorziening kenbaar en geliefd te maken. Door de vele aanmeldingen in Delft hebben we in 2021 ook vol ingezet op de werving van meer thuishoks. Middels verschillende online en offline oproepjes hebben we zodoende ook ons vrijwillige kokbestand kunnen uitbreiden.

We maakten **198 nieuwe verbindingen**, waarvan **140 vaste koppelingen**. Er werden **10.339 maaltijden gedeeld**. Op 31-12-2021 waren er **192 Delftse vrijwillige thuishoks** en **436 aanvragers**.



Den Bosch

In Den Bosch hebben we dit jaar wederom de nadruk gelegd op het creëren van bekendheid onder de Bosschenaren en het versterken van onze samenwerkingen met het (zorg)netwerk. Wijkkranten werden actief aangeschreven en er werd veel gesproken met medewerkers van onder andere Farent, Ouderen voor Ouderen, Quiet, Zonnebloem Zuid, KOO, KBO Brabant en Samen Gezond. Ook waren we onderdeel van het kernteam dat de Maatjescampagne van Galant in Den Bosch heeft ontworpen en uitgerold.

We maakten 134 nieuwe verbindingen, waarvan 101 vaste koppelingen. Er werden 6.902 maaltijden gedeeld. Op 31-12-2021 waren er 256 Bossche vrijwillige thuishokks en 544 aanvragers.

Groningen

In Groningen hebben we ons dit jaar gefocust op het vinden van verschillende manieren om bij Groningers 'op de radar' te komen. We hebben samen met de WMO onderzocht of er mogelijkheden waren om, net zoals in Delft, een intensieve, minder vrijblijvende samenwerking op te zetten middels een werkinstructie en ook de banden met het zorgnetwerk zijn aangehaald. Vooral binnen zorgorganisatie WIJ is getracht mensen aan Thuisgekookt te binden. We wisten veel zorgprofessionals te enthousiasmeren en hebben ook op nieuwe manieren geprobeerd zoveel mogelijk mensen te bereiken. Zo zijn we samenwerkingen aangegaan met woningcorporaties, hebben we gesproken met AtHomeFirst om te kijken of er binnen de huishoudelijke hulp mogelijkheden zijn tot samenwerken en spraken we met het UMCG over een rol voor Thuisgekookt binnen een grootschalig onderzoek naar ondervoeding bij ouderen.



Tijdens de Week tegen Eenzaamheid droegen heel veel thuishokks middels het delen van een maaltijd bij aan andermans geluk en het verminderen van eenzaamheid. Sommige thuishokks gingen zelfs een stapje verder. Zo organiseerde Mariet een gezellig en gezond huiskamerdiner waar 'aandacht voor elkaar, lekkere en mooie gerechten en veel gezelligheid' de hoofdrol speelden. Op deze foto is Mariet druk bezig met de voorbereidingen.

We maakten **130 nieuwe verbindingen**, waarvan **75 vaste koppelingen**. Er werden **7.104 maaltijden** gedeeld. Op 31-12-2021 waren er **445 Groningse vrijwillige thuishokks** en **940 aanvragers**.

Haarlemmermeer

Ook in de Haarlemmermeer mochten we dit jaar laten zien welke positieve effecten Thuisgekookt in een gemeente teweeg brengt. We zijn voortvarend aan de slag gegaan en hebben mooie samenwerkingsafspraken kunnen maken met onder andere Stichting Maatvast, Stichting Meerwaarde, Stichting Mantelzorg & Meer en Stichting Roads. Via verschillende platformen en netwerkbijeenkomsten hebben wij onze missie kenbaar kunnen maken, wat resulteerde in enthousiaste zorgprofessionals en een groeiend bereik onder de Haarlemmermeerse inwoners. Hierdoor hebben we ons met de gemeente vastgestelde doel van 50 matches ruim voor het einde van het jaar al weten te behalen; en de groei is nog geenszins gestagneerd.

We maakten **52 nieuwe verbindingen**, waarvan **51 vaste koppelingen**. Er werden **2.119 maaltijden** gedeeld. Op 31-12-2021 waren er **152 Haarlemmermeerse vrijwillige thuishokks** en **270 aanvragers**.

Nieuwegein

Nieuwegein stond dit jaar in het teken van twee grote samenwerkingen. Samen met Vers aan Tafel hebben we geprobeerd om in kaart te brengen hoe een stichting en een commercieel maaltijdinitiatief toch vruchtbaar samen kunnen werken. Dit bleek in de praktijk weerbarstig; het proces van doorverwijzen heeft meer voeten in de aarde dan beide partijen hadden voorzien. Hierdoor werd de samenwerking niet het succes dat we hadden gehoopt, maar kunnen we toch zeggen dat we juist door deze 'out of the box' partner veel hebben geleerd. In samenwerking met de gemeente hebben we tevens geprobeerd om te zien in hoeverre wij minder vrijblijvend kunnen worden ingezet door zorgprofessionals. Dit heeft er toe geleid dat we momenteel aan het verkennen zijn welke mogelijkheden er zijn om structureel samen te werken met ZORGassist. Naast deze twee grotere samenwerkingen vonden er veel gesprekken plaats met onder andere Geynwijs, Geinoord met en voor Elkaar, Vitras, Movactor, en het Vrijwilligershuis, waar vanuit we een groot aantal nieuwe aanvragers hebben verwelkomen.



We maakten [107 nieuwe verbindingen](#), waarvan [66 vaste koppelingen](#). Er werden [6.121 maaltijden](#) gedeeld. Op 31-12-2021 waren er [114 Nieuwegeinse vrijwillige thuishoks](#) en [243 aanvragers](#).

Nijmegen

Ook in Nijmegen lag dit jaar weer de nadruk op een stevigere samenwerking met zorgprofessionals en -instanties. We hebben ons daarbij gericht op wijken die vanuit het gemeentelijk beleid de meeste prioriteit verdienen, zoals bijvoorbeeld Dukenburg. In samenwerking met de gemeente hebben we getracht Thuisgekookt te betrekken bij de ontwikkeling van het voedingspaspoort van CWZ, gaven we verschillende presentaties bij onder andere ProPersona, verdiepten we onze samenwerking met Sterker Nijmegen en zochten we aansluiting bij STIP en Welzijn op Recept. We ontvingen veel enthousiasme via zorgprofessionals en hopen dit enthousiasme in 2022 om te zetten in praktische samenwerkingsafspraken.

We maakten [225 nieuwe verbindingen](#), waarvan [202 vaste koppelingen](#). Er werden [17.839 maaltijden](#) gedeeld. Op 31-12-2021 waren er [346 Nijmeegse vrijwillige thuishoks](#) en [950 aanvragers](#).

Utrecht

In Utrecht is onze bekendheid groot, zowel onder zorgprofessionals als onder Utrechtenaren zelf. Dit zorgt ervoor dat wij actief deel mogen nemen aan veel netwerkevenementen en op die manier snel veel mensen over onze diensten kunnen vertellen. Dit jaar hebben we in samenwerking met DOCK, Buurtteams, U-Centraal en de gemeente Utrecht gekeken hoe we onze samenwerking kunnen versterken en hoe we beter naar elkaar kunnen doorverwijzen. Ook werden er dit jaar, waar dat mogelijk was, veel leuke, eenmalige activiteiten georganiseerd. Zo kookten er thuishoks tijdens het 'Thuisgekookt-Thuisgebleven'-diner in de Nieuwe Jutter en tijdens twee speciale diners in de Tussenvoorziening en organiseerden we samen met Le Guess Who 'Le Feast': huiskamerbrunches bij thuishoks waar buurtgenoten konden aanschuiven om elkaar te leren kennen.

We maakten [917 nieuwe verbindingen](#), waarvan [383 vaste koppelingen](#). Er werden [32.947,5 maaltijden](#) gedeeld. Op 31-12-2021 waren er [1053 Utrechtse vrijwillige thuishoks](#) en [3117 aanvragers](#).



Tilburg

Het heeft even geduurd voordat we hoorden dat we in Tilburg aan de slag konden (onze aanvraag werd pas begin juli 2021 toegekend), maar we zijn daar na toekenning direct voortvarend aan de slag gegaan en hebben in beperkte tijd al heel veel moois mogen realiseren. Zo hebben wij een mooie start gemaakt met het leggen van waardevolle samenwerkingen met het zorgnetwerk. Vanuit Contour de Twern ontvangen wij veel enthousiasme en zijn blij dat zij onze Stichting organisatie-breed inzetten. Daarnaast hebben wij Thuisgekookt mogen introduceren aan verschillende Thuiszorg instellingen, waaronder Nuevo, Acteon en Thalia Zorg. Ondanks corona is het ons het afgelopen halfjaar gelukt een vruchtbare bodem aan te leggen die wij het komende jaar zullen verstevigen en nog verder uit gaan breiden.


We maakten 135 nieuwe verbindingen, waarvan 51 vaste koppelingen. Er werden 4.415 maaltijden gedeeld. Op 31-12-2021 waren er 276 Tilburgse vrijwillige thuiskokers en 578 aanvragers.



Thuiskok Cornellie is van alle markten thuis. Het opzetten van een thuisrestaurant, het cateren van verjaardagen, maar ook met liefde koken voor vaste afhalers: ze draait haar hand er niet voor om. Sinds 2013 is ze actief als thuiskok. Met sommige van haar 'vaste gasten' heeft ze nog steeds contact, anderen zijn inmiddels verhuisd of overleden. "Soms nemen afhalers zelfs bloemen mee, ik voel me dan erg gewaardeerd!"



Niet alleen lekker kunnen eten, maar ook het contact met je buurtgenoten kunnen opbouwen: dáár zit volgens Sandra de kracht van Thuisgekookt. Twee jaar geleden leerde ze Stichting Thuisgekookt tijdens de Kook Voor Je Buur 10-Daagse kennen en sindsdien kookt ze voor een vast aantal afhalers.



Thuiskok Angél kookt meestal wat extra, zodat er altijd iemand mee kan eten. "Geregeld geef ik eten dat ik over heb aan medebewoners hier op de galerij en ik kook ook voor mijn opa en oma. Het is voor mij een kleine moeite en ik help graag mensen die het nodig hebben. Via Thuisgekookt kreeg ik de gegevens van Albert. Sinds onze kennismaking kook ik voor hem en sindsdien is onze band steeds hechter geworden.



3. Ontwikkelstrategie en vooruitblik

Wij verwachten dat het aantal aanvragen in 2022 nog steeds verder blijft stijgen, ondanks de enorme stijging die we in 2020 en 2021 al hebben gezien. Onze naamsbekendheid en de noodzaak voor onze dienst blijven groeien. We zetten de strategische verankering op dit hogere niveau dan ook nog sterker voort in 2022.

In 2021 is het ons gelukt om naast het helpen van de veel hogere aantallen aanvragers op verschillende gebieden te experimenteren met wat wel en niet goed bij ons past om langdurig op een aanmerkelijk hoger niveau te kunnen presteren. We hebben bijvoorbeeld 2 fondsenwervers aangenomen die voor het eerst op commissiebasis nieuwe gemeenten aansloten, we hebben een eerste campagne gedaan met commerciële partners (opgezet door een projectmanager op commissiebasis), leerden over aannamebeleid / teambuilding zodat we een energiek team creëerden en konden behouden, we testten met UX design en nieuwe communicatie wat wel en niet goed aankwam bij onze doelgroep en we breidden ons matchmaking team en de matchmaking procedures behoorlijk uit zodat er ruimte vrij kwam voor groei. Na vallen en opstaan kunnen we deze kleinschalige testen in 2022 verder uitbreiden naar strategische veranderingen die we echt in ons DNA gaan verwerken.

In 2022 starten we binnen het programma Ondernemen tegen Eenzaamheid opnieuw helemaal aan het begin. Wij kijken weer naar het Business Model Canvas, de Theory of Change, onze persona's en scherpen hierin alles nog een keer behoorlijk aan. Vanuit deze 'hoog over blik' maken we vervolgens pas de vertaling naar de uitvoering. Dit betekent langzamere veranderingen, maar meer verankering en continuïteit. Alle grote veranderingen die we in 2022 doen willen we bovendien eerst toetsen bij de doelgroep.

De belangrijkste uitdaging die er - nadat we hier toch al twee jaar aan gewerkt hebben - nog steeds ligt is de UX ervaring. Alle verschillende gebruikers begrijpen vaak niet wat wij doen en wij krijgen dit tot op heden nog steeds niet goed uitgelegd. In samenwerking met het KPN UX team gaan we in 2022 duidelijke keuzes maken waarbij we soms ook afscheid moeten nemen van bestaande diensten of gebruikers. Doel is uiteindelijk één duidelijke propositie waar geen extra uitleg meer bij nodig is. Uiteraard maakt dit direct ook onze communicatie-uitingen eenduidiger en duidelijker; om dit te versterken willen we graag verder investeren in betere teksten, mooiere afbeeldingen en layouts.

Hiernaast willen we de ondersteuning door IT verder doorvoeren om niet eindeloos qua team te blijven groeien en mee te kunnen doen in meerdere gemeenten zonder heel veel extra red tape. Hier zit vooral een belangrijke taak in voor een product owner of in ieder geval iemand die zowel de taal van de business als de IT spreekt, zodat beide takken optimaal op elkaar aansluiten.

Naast deze strategische aanpassingen willen wij onze operatie op korte termijn borgen door het aannemen van een operationeel manager, extra matchmakers/gemeentecoördinatoren, marketeers, developers en gemeentesalesmedewerkers en meer focus leggen op een vitaal team en minder verloop (zoals al in 2021 ingezet), zodat de strategisch adviseur en directeur zich steeds meer kunnen focussen op groei en ruimte hebben voor deze strategische veranderingen. Belangrijk hiervoor is ook het inbrengen van meer senioriteit in de organisatie, zodat de verantwoordelijkheid beter verdeeld wordt.



4. Financieel beleid

Stichting Thuisgekookt is een stichting zonder winstoogmerk. We streven naar maatschappelijke impact, niet naar financiële winst.

Stichting Thuisgekookt werft gelden ten behoeve van de doelstelling door middel van de volgende wervingsactiviteiten:

- Structurele bijdragen van onze deelnemende gemeenten
- Subsidies van landelijke fondsen
- Kleine bijdrage van gebruikers per gedeelde maaltijd. Per portie betaalt de aanvrager een commissie van 10% van de maaltijdprijs die de thuishokk vraagt
- Commerciële activiteiten: zoals sponsoring met als tegenprestatie bekendheid onder onze thuishokks of bijvoorbeeld een wedstrijd voor het creëren van recepten onder onze thuishokks
- Donaties van banken, welzijnsorganisaties, woningbouwcoöperaties of zelfstandige donateurs

Middels maandelijkse rapportages houden het bestuur en de Raad van Advies het beheer van de verkregen inkomsten nauwlettend in de gaten. Kosten en opbrengsten worden op deze manier beheerst en de personeelskosten en algemene kosten in de gaten gehouden.

De stichting rekent met een overhead op haar projecten van 5% voor huisvestingskosten, administratiekosten, hard- en softwarekosten, accountantskosten, verzekeringen, Payment Service Providerkosten en bankkosten welke niet één op één aan een project zijn toe te wijzen. De leden van het bestuur en de Raad van Advies van Stichting Thuisgekookt ontvangen géén beloning voor hun werkzaamheden. Onkosten, gemaakt in het kader van het uitoefenen van de bestuursfunctie, worden vergoed, mits niet bovenmatig.

Het beloningsbeleid van Stichting Thuisgekookt is erop gericht haar personeel te belonen volgens maatstaven die maatschappelijk aanvaardbaar en verantwoord zijn, passend bij haar status als Algemeen Nut Beogende Instelling. Stichting Thuisgekookt volgt met betrekking tot haar beloningsbeleid de CAO van Sociaal Werk – Welzijn & Maatschappelijke Dienstverlening.

Stichting Thuisgekookt houdt niet meer vermogen aan dan redelijkerwijs nodig is voor de continuïteit van de voorziene werkzaamheden ten behoeve van de doelstelling van de instelling.

We sluiten 2022 af met een klein positief financieel resultaat (€ 3.452). We hebben de extra financiële ruimte in 2021 optimaal benut door met kleine experimenten snel te onderzoeken wat wel en niet waarde had om op grotere schaal te implementeren en heel duidelijk te kiezen in welke takken we de extra middelen wilden investeren (extra matchmakers, meer developers, meer gemeentesales en marketing). Door het continu heldere financiële inzicht en de kleinschalige experimenten is het ons gelukt om dit jaar vrij scherp rond het break-even point af te sluiten terwijl we zeer veel waardevolle informatie hebben verzameld om volgend jaar op voort te borduren en tegelijkertijd de veel hogere aantallen aanvragen optimaal hebben kunnen helpen.



WINST & VERLIES REKENING

	<u>2021</u>	
Baten		508.070
Lasten		
Personeelskosten	267.508	
Website kosten	162.092	
Kantoorkosten	7.511	
Communicatie- en activiteitenkosten	51.218	
Financiële kosten	16.289	
		<u>504.618</u>
Resultaat		<u>3.452</u>
Resultaatbestemming		
100% ten laste van overige reserve		<u>3.452</u>

Toelichting Baten

De baten zijn afkomstig vanuit inkoop of subsidie vanuit lokale gemeenten (€ 228.880), aanvullende landelijke subsidies (€ 251.667), sponsoring vanuit commerciële partijen (€ 18.000) en directe inkomsten vanuit de gebruikers (€ 9.607). Deze baten zijn overall iets gestegen t.o.v. 2020 en de sponsoring vanuit commerciële partijen heeft de inkomsten vanuit Semilo geheel vervangen zoals gepland. In 2022 verwachten we vooral beduidend meer baten vanuit lokale gemeenten (€ 434.12,71) en daarnaast ook iets hogere baten vanuit de andere inkomstenstromen, waardoor er overall meer ruimte is om onze diensten te professionaliseren.

Toelichting Lasten

Personeelskosten

De grootste kostenpost is ons personeel, de arbeidstijd die nodig is om kloppende en duurzame een-op-een koppelingen te maken. We hebben dit jaar redelijk gestaag uitgebouwd waardoor we eind 2021 een mooie stevige basisopstelling hebben staan en de personeelskosten in 2021 zijn mooi in lijn hiermee gestegen. Wegens ziekte en zwangerschap hebben we wel tussentijds af en toe moeten schakelen, maar over de gehele linie is ons team dit jaar vrij constant. Er is dit jaar veel tijd en energie gestopt in het aannamebeleid en de sollicitatieprocedures zelf, omdat we voor langere tijd met dezelfde mensen willen werken. Gemiddeld genomen was er over het gehele jaar 6 FTE werkzaam die uitbetaald werden volgens de CAO van Sociaal Werk – Welzijn & Maatschappelijke Dienstverlening.

Websitekosten

Aangezien we zo weinig mogelijk willen groeien qua team en wel telkens meer aanvragers willen helpen is het nodig om verder te investeren in onze systemen. We investeerden dit jaar vooral in het uitbouwen van het achterliggende systeem. In 2021 waren we gemiddeld 0,88 uur per aanvrager kwijt aan het matchingproces t.o.v. 7 uur per aanvrager voor de investeringen in IT. Hiernaast hebben we

verder geïnvesteerd in de UX ervaring, zodat mensen die onze hulp nodig hebben ons beter en makkelijker kunnen vinden.

De senior developer die in 2020 dit nieuwe systeem heeft opgetuigd is t/m begin oktober fulltime betrokken gebleven en hij is hier vanaf maart 2021 bij ondersteund door een nieuwe medior developer. Vanaf oktober is de medior developer doorgroeid tot onze lead developer en is de oude senior developer vooral nog beschikbaar geweest voor overdracht en vragen. Vanaf december 2021 is een nieuwe junior developer aan het vaste IT team toegevoegd, die bovendien in loondienst is bij de Stichting (de eerdere beide developers werden op ZZP-basis aangenomen). De hosting is in 2021 meer dan verdubbeld t.o.v. 2020 vanwege het toevoegen van een testomgeving wat eigenlijk qua kosten hetzelfde betekent als het hosten van de echte website. De hostingkosten zijn echter nog steeds een fractie van de kosten die we voor het herbouwen van de website betaalden.

Kantoorkosten

De kantoorkosten bestaan uit een eigen kantoorruimte in een antikraakpand in centrum Utrecht, hard- en software om goed te kunnen werken en telefoonkosten. Deze kosten zijn vrij vergelijkbaar met de kosten in 2020 zonder noemenswaardige veranderingen.

Communicatie- en activiteitenkosten

In 2021 hebben we voor het eerst een substantieel bedrag uitgegeven aan marketing. We werken nog steeds zo veel mogelijk met mond-tot-mondreclame en gratis publiciteit en de Google Grant van \$10.000,- per maand. Hiernaast hebben we dit jaar tijdens onze #kookmeer campagne daadwerkelijk advertentieruimte ingekocht (via Facebook, Instagram, food influencers en een aantal betaalde inhoudelijke websites). De resultaten hiervan waren positief en smaken naar meer. De kosten voor (het ontwikkelen en versturen van) promotiemateriaal, zoals posters, verschillende flyers, ansichtkaarten, schorten en pollepels bleven doorlopen, de lokale Facebookcampagnes en de overzichtswbsites en de e-mailmarketing werden opnieuw ingezet.

Financiële kosten

Net als elke organisatie hebben we algemene kosten, zoals verzekeringen, kosten voor de Payment Service Provider en de bank-, administratie-, en accountantskosten.



WINST & VERLIES REKENING

	<u>2021</u>	
Baten		508.070
Lasten		
Personeelskosten	267.508	
Website kosten	162.092	
Kantoorkosten	7.511	
Communicatie- en activiteitenkosten	51.218	
Financiële kosten	16.289	
		<u>504.618</u>
Resultaat		<u><u>3.452</u></u>
Resultaatbestemming		
100% ten laste van overige reserve		<u><u>3.452</u></u>

BALANS

31-12-2021

ACTIVA

Vaste activa

Materiële vaste activa

Inventaris

6.167

Viottende activa

Vorderingen

Handelsdebiteuren

6.655

Overige belastingen en premies sv

20.609

Overige vorderingen & overlopende activa

201.971

229.235

Liquide middelen

193.881

429.283

PASSIVA

Eigen vermogen

Bestemmingsreserve

19.018

Overige reserve

38.786

Resultaatbestemming boekjaar: ten bate van overige reserve

3.452

61.256

Kortlopende schulden

Schulden aan leveranciers, handelskredieten

115.443

Overige belastingen en premies sv

3.817

Overlopende passiva

248.767

368.027

429.283

4.1 Fondsenwerving en partners

In 2021 werkten we samen met de volgende partners:



Commerciële partners:

- Plus Supermarkt
- Beceel
- Love Beets
- Whirlpool
- Santa Maria



Thuisgekookt

Aandacht voor eten; steun aan elkaar!

www.thuisgekookt.nl