

A thick dark blue vertical bar runs down the left side of the page. A blue arrow points to the right from the bar, containing the date.

1-1-2015

# Boodschappen doen en het welzijn van ouderen

Het belang van fysiek boodschappen  
doen voor het ervaren welzijn van  
zelfstandig wonende ouderen

Several thin, curved lines in shades of blue and grey sweep upwards from the bottom left corner of the page.

Eva Louisa Bakker, s2244497

Begeleid door: Dr. L.B. Meijering en Dr. Ir. S.G. Weitkamp

BACHELORSCHRIJF SOCIALE GEOGRAFIE EN PLANOLOGIE  
FACULTEIT RUIMTELIJKE WETENSCHAPPEN  
RIJKSUNIVERSITEIT GRONINGEN

## Samenvatting

---

Om ouderen langer zelfredzaam te laten zijn wordt steeds vaker het via internet boodschappen doen gestimuleerd. Ouderen zouden dan niet meer fysiek naar de winkel hoeven te gaan. Echter, er is weinig onderzoek gedaan naar het belang van fysiek boodschappen doen en de relatie die dit heeft met hun welzijn. Mogelijk verdwijnen er dan aspecten van het boodschappen doen die als positief voor het welzijn worden ervaren. Daarom wordt in dit onderzoek geprobeerd inzicht te verkrijgen in het belang van het zelfstandig boodschappen doen voor ouderen en de relatie die dit heeft met hun welzijn.

Om dit te achterhalen is de volgende hoofdvraag opgesteld: Hoe belangrijk is het fysiek boodschappen doen voor zelfstandig wonende ouderen en in hoeverre ervaren zij dit als van invloed op hun welzijn?

Om dit te achterhalen zijn interviews gehouden met 18 ouderen van 65 jaar en ouder. Ondanks dat sommige ouderen problemen met de mobiliteit ervaren, zijn zij alle 18 nog in staat om zelfstandig boodschappen te doen. Er is de ouderen gevraagd naar hun ervaringen met het boodschappen doen. Ook is hen gevraagd naar het belang dat ze hieraan hechten. Om vervolgens de relatie met het welzijn te achterhalen zijn deze thema's gekoppeld aan factoren uit de theorie die ouderen als belangrijk ervaren voor hun subjectieve welzijn.

Uit de interviews is gebleken dat bereikbaarheid en toegankelijkheid van de winkels een belangrijk onderdeel was van de ervaringen bij het boodschappen doen. Beweging, het even de deur uit gaan, sociale contacten, zelfstandigheid en keuzevrijheid werden door ouderen als belangrijke aspecten van het boodschappen doen genoemd. Sociale contacten werden zowel positief als negatief gewaardeerd. Deze aspecten komen overeen of kunnen bijdragen aan een aantal factoren die ouderen als belangrijk voor hun welzijn achten, namelijk mobiliteit, gezondheid, sociale relaties, onafhankelijkheid, en het uitvoeren van activiteiten. Hieruit valt dus af te leiden dat zelfstandig boodschappen doen een positieve invloed kan hebben op het subjectieve welzijn van ouderen.

# Inhoudsopgave

---

|                                                                         |    |
|-------------------------------------------------------------------------|----|
| Samenvatting.....                                                       | 1  |
| Inhoudsopgave .....                                                     | 2  |
| <br>Hoofdstuk 1: Inleiding.....                                         | 4  |
| 1.1 Aanleiding.....                                                     | 4  |
| 1.2 Doelstelling .....                                                  | 4  |
| 1.3 Opbouw .....                                                        | 5  |
| Hoofdstuk 2: Theoretisch kader .....                                    | 6  |
| 2.1 Definiëring boodschappen doen.....                                  | 6  |
| 2.2 Ervaren bij het boodschappen doen .....                             | 6  |
| 2.3 Welzijn .....                                                       | 7  |
| 2.4 Factoren die het welzijn van ouderen beïnvloeden.....               | 8  |
| 2.5 Conceptueel model .....                                             | 9  |
| Hoofdstuk 3: Methodologie .....                                         | 10 |
| 3.1 Opzet van het onderzoek .....                                       | 10 |
| 3.2 Dataverzameling .....                                               | 10 |
| 3.3 Respondenten.....                                                   | 11 |
| 3.4 Data-analyse .....                                                  | 12 |
| 3.5 Ethische vraagstukken.....                                          | 12 |
| 3.6 Reflectie.....                                                      | 13 |
| Hoofdstuk 4: Resultaten.....                                            | 14 |
| 4.1 Introductie .....                                                   | 14 |
| 4.2 Bereikbaarheid en toegankelijkheid .....                            | 14 |
| 4.3 De deur uit gaan en beweging .....                                  | 15 |
| 4.4 Sociale contacten .....                                             | 16 |
| 4.5 Zelfstandigheid.....                                                | 17 |
| 4.6 Keuzevrijheid .....                                                 | 18 |
| 4.7 De relatie tussen boodschappen doen en het welzijn van ouderen..... | 19 |
| Hoofdstuk 5: Conclusie .....                                            | 20 |
| 5.1 Conclusies van het onderzoek .....                                  | 20 |
| 5.2 Beleidsaanbevelingen.....                                           | 21 |
| 5.3 Suggesties voor vervolgonderzoek.....                               | 21 |
| Literatuurlijst .....                                                   | 22 |

|                                               |    |
|-----------------------------------------------|----|
| Bijlagen.....                                 | 24 |
| Bijlage 1: Overzichtstabel respondenten ..... | 24 |
| Bijlage 2: Toelichting bij het dagboek .....  | 25 |
| Bijlage 3: Leeg dagboek.....                  | 26 |
| Bijlage 4: Interview vragenlijst.....         | 27 |
| Bijlage 5: Lijst met codes .....              | 29 |
| Bijlage 6: Gecodeerd interview.....           | 30 |

# Hoofdstuk 1: Inleiding

---

## 1.1 Aanleiding

In de huidige samenleving worden ouderen steeds meer gestimuleerd om langer thuis te blijven wonen. Dit verlicht de kosten van de gezondheidszorg enigszins en bovendien lijken de ouderen dit zelf ook als prettig te ervaren (Wiles et al. 2011). Hiervoor is het echter belangrijk dat ouderen zo lang mogelijk zelfredzaam blijven. Een belangrijk onderdeel hiervan is dat zij in staat zijn zelf voor hun dagelijkse boodschappen te zorgen. Wanneer ouderen minder mobiel worden kan dit echter een probleem vormen. Veel ouderen die mobiliteitsproblemen hebben krijgen hulp van familie of mantelzorgers om hun dagelijkse boodschappen te kunnen doen. Ook worden er interventies uitgevoerd. Zo bestaat 'de Boodschappenplusbus', een bus die ouderen naar een supermarkt brengt (Nationaal Ouderen Fonds). Tevens bestaan er vele boodschappendiensten waarbij ouderen hun boodschappen (online) kunnen bestellen waarna deze bij hen thuisbezorgd worden. Deze boodschappendiensten worden zowel door supermarkten als onafhankelijke organisaties ter beschikking gesteld. Kijkend naar de toekomst lijkt dit een goede oplossing om ouderen zo lang mogelijk zelfredzaam te laten blijven. Het is namelijk relatief goedkoop en bovendien wordt verwacht dat ouderen steeds mobieler zullen worden op het internet (De Haan, 2004), waardoor het voor hen makkelijker wordt hun eigen boodschappen online vanuit huis te bestellen.

Op dit moment blijkt echter uit cijfers van het Nivel dat ook minder mobiele ouderen er vaak voor kiezen om zelf hun boodschappen te blijven doen. Dit geldt daarentegen niet voor het gebruik van andere winkels. 91 procent van de ouderen gaat namelijk regelmatig naar de supermarkt, terwijl maar 45 procent ook naar andere winkels gaat. Echter, maar 62 procent van de ouderen geeft aan dat ze hun mobiliteit als goed ervaren (Nivel, 2011). Hieruit valt af te leiden dat ouderen ondanks een verminderde ervaren mobiliteit wel zelf naar de supermarkt blijven gaan. Waarom dit zo is, is echter niet duidelijk. Ook in de wetenschappelijke literatuur is hier weinig onderzoek naar gedaan. Het doen van de dagelijkse boodschappen wordt hierin vaak als onderdeel genomen van onderzoek naar andere facetten, zoals onderzoek naar het creëren van een buurtnetwerk. Wel is er vanuit de economische hoek onderzoek gedaan naar de ervaringen van ouderen bij het boodschappen doen. Doel hiervan was echter om winkels meer aan te sluiten aan de behoeften van ouderen. Weinig onderzoek is gedaan naar de ervaring van boodschappen doen an sich, het belang dat ouderen hieraan hechten en de eventuele relatie die dit heeft met hun welzijn.

## 1.2 Doelstelling

In dit onderzoek wordt daarom getracht inzicht te verkrijgen in het belang van het fysiek boodschappen doen voor zelfstandig wonende ouderen en de relatie die dit heeft met hun

welzijn. Hiervoor worden de respondenten gevraagd naar hun individuele ervaringen bij het boodschappen doen. Het achterliggende doel hiervan is om er achter te komen hoe minder mobiele ouderen het best geholpen kunnen worden bij hun dagelijkse boodschappen, zodat ze zo lang mogelijk en met het best mogelijke welzijn zelfredzaam kunnen blijven. Is het verstandig om steeds meer te focussen op het online boodschappen bestellen vanuit huis of moet er meer geïnvesteerd worden om mogelijk te maken dat ook minder mobiele ouderen de winkels kunnen bereiken? Om hier inzicht in te verkrijgen zijn de volgende hoofd,- en deelvragen opgesteld.

**Hoofdvraag:**

Hoe belangrijk is het fysiek boodschappen doen voor zelfstandig wonende ouderen en in hoeverre ervaren zij dit als van invloed op hun welzijn?

**Deelvragen:**

- Hoe ervaren zelfstandig wonende ouderen het zelfstandig boodschappen doen?
- Welke aspecten van het zelfstandig boodschappen doen ervaren ouderen als belangrijk?
- Hoe beïnvloeden deze ervaringen en aspecten het welzijn van zelfstandig wonende ouderen?

### 1.3 Opbouw

Deze scriptie is als volgt opgebouwd. Ten eerste zal in hoofdstuk 2 het theoretisch kader worden besproken. Hierin wordt aandacht besteed aan onderzoek dat op dit gebied al is gedaan en ook wordt het begrip subjectief welzijn en de factoren die hierop van invloed zijn uiteengezet. In hoofdstuk 3 komt de methodologie aan bod. Hierin wordt de opzet van het onderzoek, de dataverzameling en de data-analyse besproken. Ook wordt aandacht besteed aan ethische vraagstukken en wordt er op de methode gereflecteerd. Vervolgens zullen de resultaten van het onderzoek in hoofdstuk 4 worden gepresenteerd. Deze resultaten worden ten slotte in hoofdstuk 5 samengevat tot een conclusie. Hierin is ook ruimte voor beleidsaanbevelingen voor interventies die ouderen kunnen helpen met hun dagelijkse boodschappen en suggesties voor verder onderzoek om hier nog meer inzicht in te verkrijgen.

## Hoofdstuk 2: Theoretisch kader

---

### 2.1 Definiëring boodschappen doen

Boodschappen doen wordt door het woordenboek van Dale gedefinieerd als 'het kopen van huishoudelijke artikelen'. Deze definitie wordt in dit onderzoek overgenomen. Het kopen van verschillende huishoudelijke artikelen kan op verschillende manieren. Men kan zelf fysiek naar de winkel gaan, maar zoals in de inleiding besproken kunnen de boodschappen ook vanuit huis besteld worden. In dit onderzoek wordt gefocust op de ervaringen van het daadwerkelijk zelf naar de winkel gaan. Dit omdat het doel van het onderzoek is om juist het belang van het zelf naar de winkel gaan voor ouderen te achterhalen en de mogelijke ervaren invloed die dit kan hebben op hun welzijn. Hiervoor wordt juist naar de ervaringen van het naar de winkel gaan gekeken.

### 2.2 Ervaringen bij het boodschappen doen

Om inzicht te kunnen krijgen in het belang van boodschappen doen voor ouderen is het allereerst belangrijk te achterhalen hoe ouderen het boodschappen doen ervaren. Hier is nog niet veel onderzoek naar gedaan, maar in een aantal onderzoeken komt dit wel aan bod. De aspecten van boodschappen doen die hierbij naar voren zijn gekomen zullen hieronder besproken worden.

Volgens Hare et al (2001) zijn er verschillende factoren die de ervaringen van ouderen bij het boodschappen doen beïnvloeden. De belangrijkste zijn gerelateerd aan de producten, zoals assortiment, kwaliteit en prijs. Ook de manier waarop de winkel gerund wordt is van invloed op de ervaringen van het boodschappen doen. Hierbij speelt vooral de dienstverlening een grote rol. De houding en interactie met de medewerkers van de winkel is als derde een belangrijk aspect. Hiernaast zijn ook de interne en de externe winkelomgeving, de toegankelijkheid van de winkels, persoonlijke factoren en sociale contacten van invloed op de ervaringen bij het boodschappen doen. Met uitzondering van de sociale contacten kunnen al deze factoren zowel een positieve als een negatieve invloed uitoefenen op deze ervaringen. Sociale contacten hebben echter alleen positieve uitwerking.

Ook uit ander onderzoek blijkt dat sociale contacten die bij het boodschappen doen kunnen plaatsvinden belangrijk zijn. Gardner (2011) definieert lokale winkels, waaronder lokale supermarkten, bakkers en slagers als een van de 'third places' voor ouderen. Naast het huis (first place) en werk (second place), zijn dit plekken die belangrijk zijn in het leven van ouderen. Het zijn plekken waar ouderen zich thuis voelen en een gevoel van aanspraak over hebben. Ze fungeren als een poort naar de buitenwereld door mogelijkheden tot contact met zowel de buurt als de buurtbewoners te genereren. Het zijn plaatsen waar sociale interacties kunnen plaatsvinden en relaties kunnen worden opgebouwd. Er worden drie soorten relaties onderscheiden; relaties met burens, relaties met de medewerkers en

relaties met vreemden. Deze drie typen relaties zijn afzonderlijk van elkaar belangrijk voor het welzijn van ouderen. Contact met burens wordt zowel in sociaal als in ondersteunend opzicht als positief ervaren; ze zijn er voor een praatje en voor hulp wanneer dit nodig is. Het contact met medewerkers draagt bij aan de behoefte gezien te worden, voor ouderen is dit niet meer zo vanzelfsprekend en daarom heeft ook dit contact een positieve invloed op hun welzijn. Zelfs het contact met vreemden, zoals bijvoorbeeld een praatje in de rij bij de kassa of hulp met het openhouden van een deur, is positief gebleken voor het welzijn van ouderen. Bovendien zorgen deze drie typen van contacten samen voor de vorming van een natuurlijk sociaal netwerk binnen de buurt. Dit sociale buurtnetwerk zorgt voor een web van informele relaties en interacties en helpt op die manier de dagelijkse sociale leefwereld van zelfstandig wonende ouderen vorm te geven. Ook dit netwerk is dus van belang voor het welzijn van ouderen.

De aspecten die in het onderzoek van Hare et al (2001) naar voren zijn gekomen, zijn deels ook in onderzoek van Aylott & Mitchell (1999) terug te vinden. Aylott en Mitchell (1999) hebben onderzoek gedaan naar de stressfactoren bij het boodschappen doen. Boodschappen doen kan namelijk gezien worden als stressvol (Geuens et al, 2003 in Huang & Oppewal, 2005) en uit onderzoek is gebleken dat boodschappen doen als één na vervelendste huishoudelijk taak wordt beschouwd (Richards, 1996 in Huang & Oppewal, 2005). Aylott en Mitchell (1999) hebben zich niet specifiek gefocust op ouderen maar op de hele populatie, waaronder ouderen. Uit hun onderzoek is gebleken dat de volgende belangrijke stressfactoren bij het boodschappen doen een rol spelen: aanwezigheid van veel mensen, houding en scholing van de medewerkers, (veranderende) inrichting van de winkel, druk om impulsief inkopen te doen, locatie, assortiment van producten, muziek en verlichting (Aylott & Mitchell, 1999).

In dit onderzoek wordt ouderen gevraagd naar hun ervaringen bij het boodschappen doen en het belang dat zij hieraan hechten. Er zal worden gekeken of deze ervaringen overeen komen met de bovengenoemde aspecten. Bovendien zal gekeken worden of ouderen nog andere ervaringen hebben bij het boodschappen doen en wat zij hiervan belangrijke aspecten vinden. Om vervolgens te kunnen achterhalen in hoeverre dit van belang is voor hun welzijn zal getracht worden deze aspecten te koppelen aan factoren die van invloed zijn op het welzijn van ouderen. Deze factoren zullen niet uit dit onderzoek zelf gehaald worden maar uit de theorie die hierover al aanwezig is. Er zijn veel wetenschappelijke artikelen geschreven over wat ouderen zelf ervaren als belangrijk voor hun welzijn. De factoren die in deze onderzoeken naar voren zijn gekomen zullen hieronder worden beschreven.

## 2.3 Welzijn

Voordat deze factoren besproken worden is het echter van belang om eerst inzicht te verkrijgen in het begrip welzijn. Welzijn is een concept met vele verschillende definities. Er is weinig overeenstemming in de literatuur op dit gebied (Veenhoven, 2000). Welzijn is dan

ook een multidimensionaal concept dat in relatie staat met verschillende dimensies van het leven (Halleröd & Seldén, 2012).

Er kan onderscheid worden gemaakt tussen objectief en subjectief welzijn. Objectief welzijn verwijst naar iemands leefomstandigheden, terwijl subjectief welzijn focust op iemands individuele ervaring van hoe goed zijn leven is. Subjectief welzijn omvat tenminste twee aspecten; tevredenheid over het leven en geluk. Tevredenheid over het leven verwijst naar cognitieve perceptie van levenskwaliteit op lange termijn, terwijl geluk verwijst naar affectief welzijn op korte termijn (Ziegler & Schwanen, 2011).

Veenhoven (2000) ziet subjectief welzijn als equivalent van waardering van het leven. Diener (2000) noemt subjectief welzijn de subjectieve definitie van 'Quality of life'. 'Quality of life' wordt door de World Health Organization (WHO) gedefinieerd als individuele percepties van iemands positie in het leven in de context van cultuur en waardesystemen waarin zij leven en in relatie met hun doelen, verwachtingen, standaarden en zorgen (WHO, 1995). Zij onderscheiden zes domeinen van 'quality of life'; het fysieke domein, het psychologische domein, het onafhankelijkheidsniveau, sociale relaties, de omgeving en spirituele/religieuze en persoonlijke overtuigingen. In andere studies wordt subjectief welzijn ook wel gezien als equivalent van 'quality of life' (Diener et al, 2009 en Jagger & Brittain, 2014).

In dit onderzoek wordt gefocust op de invloed van verschillende aspecten van boodschappen doen op het subjectieve welzijn. Hier is voor gekozen omdat in dit onderzoek wordt gekeken naar hoe ouderen het boodschappen doen ervaren en welke aspecten hiervan zij belangrijk vinden. Dit zijn individuele ervaringen en het gaat over de individuele waarde die zij deze ervaringen toekennen. Er wordt hierbij geen speciaal onderscheid gemaakt tussen 'quality of life' en welzijn.

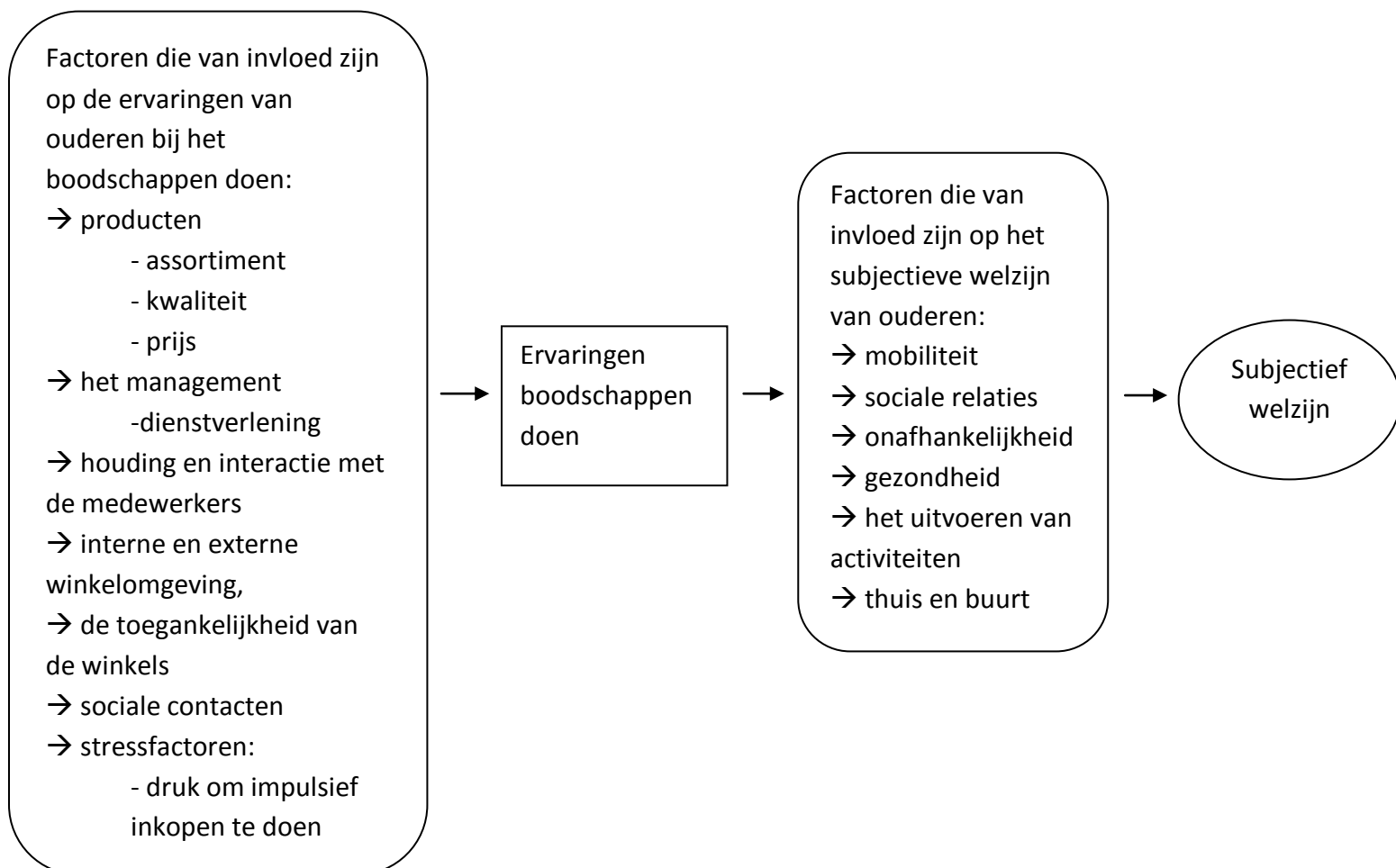
## 2.4 Factoren die het welzijn van ouderen beïnvloeden

Uit onderzoek is gebleken dat de volgende factoren bevorderlijk zijn voor de 'quality of life'; familierelaties, onafhankelijkheid, een positieve en 'can do' mentaliteit, goede gezondheid en religieus vertrouwen (Stenner, Cooper and Skevington 2003, in Bowling & Gabriel, 2007). Dit komt ook terug in onderzoek van Bowling en Gabriel (2007) zelf. Zij hebben onderzoek gedaan naar wat ouderen zelf ervaren als belangrijke factoren voor hun 'quality of life'. Zowel uit hun onderzoek uit 2004 als uit 2007 is gebleken dat ouderen de volgende factoren belangrijk vinden: sociale relaties, sociale rollen en activiteiten, vrijetijdsbesteding en activiteiten, hobby's die alleen uitgevoerd worden, gezondheid, psychische houding en welzijn, thuis en buurt, financiële omstandigheden en onafhankelijkheid. In het onderzoek uit 2004 hebben zij zich gefocust op zelfstandig wonende ouderen. Ook de mate van mobiliteit blijkt van invloed te zijn op het welzijn van ouderen (Schwanen & Ziegler, 2011).

Uit onderzoek van Menec (2003) blijkt nogmaals dat het uitvoeren van activiteiten van invloed is op het welzijn van ouderen. Bovendien is de frequentie waarop activiteiten uitgevoerd worden van invloed op de cognitieve en functionele staat en op de fysieke gezondheid. Met name sociale en productieve activiteiten spelen hierbij een belangrijke rol.

## 2.5 Conceptueel model

De voorgaande theorie is samengevoegd in het volgende conceptuele model. Ten eerste worden hier de verschillende factoren uit de theorie die van invloed zijn op de ervaringen van het boodschappen doen van ouderen genoemd. Deze factoren oefenen dus invloed uit op de ervaringen van het boodschappen doen. Deze ervaringen staan vervolgens weer in relatie met de factoren die van invloed zijn op het subjectieve (het zelf ervaren) welzijn van ouderen. Op deze manier is de relatie beschreven tussen de ervaringen van het fysiek boodschappen doen en ervaren invloed die dit heeft op het subjectieve welzijn van ouderen.



## Hoofdstuk 3: Methodologie

---

### 3.1 Opzet van het onderzoek

Dit onderzoek is uitgevoerd als onderdeel van een groep, waarin iedereen een persoonlijk onderwerp heeft onderzocht, maar wel gebruik heeft gemaakt van dezelfde data. Respondenten die aan dit onderzoek hebben meegedaan, hebben een week lang een gpslogger bij zich gedragen om hun mobiliteit in kaart te brengen. Hiernaast hebben zij deze week een dagboek bijgehouden waarin zij per activiteit buiten huis konden aangeven waar ze naartoe zijn gegaan, wat ze daar gingen doen, van welk tijdstip tot welk tijdstip dit was, met wie zij dit deden, of het een geplande of een ongeplande activiteit was, en of er ook bijzonderheden waren. De toelichting bij het dagboek die de respondenten ontvangen hebben is opgenomen in bijlage 2. Het format van dit dagboek is opgenomen in bijlage 3. Na deze week is er met de respondenten een interview gehouden waarin verschillende onderwerpen van de gehele onderzoeksgroep aan bod kwamen.

### 3.2 Dataverzameling

Voor dit onderzoek is geen gebruik gemaakt van de gps-data, wel is gebruik gemaakt van de dagboekjes, maar de voornaamste data is verkregen door het houden van de interviews. Hier is voor gekozen vanwege de subjectieve en kwalitatieve aard van dit onderzoek. Om het belang van zelf boodschappen te doen te kunnen achterhalen, moet naar de ervaringen en het belang van het boodschappen doen gevraagd worden. Deze informatie kan het best naar boven gehaald worden door middel van een interview (Hennink et al, 2011).

Om inzicht te verkrijgen in het belang van boodschappen doen voor ouderen en de invloed die dit heeft op hun welzijn is op basis van literatuur een interviewguide samengesteld, deze is opgenomen in bijlage 4. Deze interviewguide is samengevoegd met de interviewguides van de mede-onderzoekers tot één algemene interviewguide. De dagboekjes hebben ook een rol gespeeld bij het maken van de interviewguide. Wanneer uit de dagboekjes bijvoorbeeld naar voren kwam dat de respondent altijd de boodschappen op de fiets deed, werd in het interview gevraagd waarom dit zo was.

Door middel van semigestructureerde diepte-interviews is aan de ouderen gevraagd hoe zij het zelfstandig boodschappen doen ervaren. Ook is er onder andere gevraagd wat zij het meest zouden missen wanneer zij niet meer in staat zouden zijn zelfstandig hun boodschappen te doen en waarom ze de boodschappen nu niet gewoon laten bezorgen. Dit om te proberen te achterhalen hoe belangrijk ouderen het vinden om zelf hun boodschappen te doen, en welke aspecten zij hiervan het meest belangrijk vinden.

### 3.3 Respondenten

Aan dit onderzoek hebben 18 respondenten meegedaan. Zoals te zien is in figuur 1 wonen zij ongelijk verspreid over Nederland, zowel op het platteland als in de stad. 15 van de 18 respondenten wonen in Noord-Nederland, drie respondenten wonen in midden-Nederland. De leeftijd van de respondenten varieert van 65 tot 90 jaar en ook de gezondheid van de respondenten varieert sterk. Ze zijn echter nog wel allemaal in staat zelf hun boodschappen te doen. In bijlage 1 is een tabel opgenomen waarin per respondent hun leeftijd, woonomgeving, beperkingen, hulpmiddelen en frequentie van boodschappen doen staat aangegeven. De werving van de respondenten was voor een aantal groepsleden vrij lastig, aangezien ze weinig 65+ers in hun directe omgeving hadden. Voor mij was dit echter geen probleem. Nadat het onderzoek aan de participanten was uitgelegd reageerden zij meestal positief. Ook achteraf bleken veel respondenten het leuk gevonden te hebben om aan het onderzoek mee te doen. Een aantal respondenten hadden enige problemen met het invullen van het dagboekje. Wanneer dit het geval was is dit achteraf gedaan met één van de groepsleden.

**Figuur 1: Woonplaats Respondenten**



### 3.4 Data-analyse

De primaire data die hieruit voorkomt is eerst getranscribeerd en vervolgens door middel van codering geanalyseerd. Hierbij zijn in ieder geval de specifieke vragen over boodschappen gecodeerd, maar ook andere eventuele relevante stukken uit het interview over bijvoorbeeld welzijn. Een voorbeeld van een gecodeerd interview is opgenomen in bijlage 6. Van te voren is op basis van de theorie en de interviewvragen een lijst met codes opgesteld. Tijdens het coderen zijn hierbij nog subcodes ontstaan. Het is belangrijk om tijdens het proces van coderen flexibel te zijn en je codes zo nodig aan te passen (Cope, 2010). De lijst met hoofdcodes is opgenomen in bijlage 5. Vervolgens is getracht de resultaten te koppelen aan de factoren die van invloed zijn op het welzijn van ouderen die uit de literatuurstudie naar voren zijn gekomen.

### 3.5 Ethische vraagstukken

Het is belangrijk om de ouderen die mee willen werken aan het onderzoek met respect te behandelen (Hay, 2010). Omdat de interviewer een outsider is en de oudere en de interviewer elkaar niet kennen, zal de geïnterviewde misschien verlegen zijn en niet alles willen en durven uitspreken.

Ook zou de oudere geïmponeerd kunnen worden door de interviewer. De interviewer komt namelijk van 'de universiteit' en komt 'onderzoek doen'. Vooral voor lager opgeleide ouderen kan dit een erg imponerend effect hebben wat er toe zou kunnen leiden dat zij zich niet vrij voelen eerlijk antwoord te geven en eventueel een beter beeld over zichzelf en hun welzijn schetsen dan in werkelijkheid het geval is. Om dit tegen te gaan is het belangrijk dat de onderzoeker de oudere gelijkwaardig en met respect behandelt. Het is daarom van belang om tijdens het interview een sfeer te creëren waarin de oudere zich op zijn gemak voelt en waarbij hij/zij zich vrij voelt om eerlijk antwoord te geven (Longhurst, 2010).

Ik heb dan ook geprobeerd de participanten tijdens het interview zo veel mogelijk op hun gemak te stellen. Dit heb ik gedaan door voor het interview even met de participant te praten over dagelijkse dingen om elkaar te leren kennen en een vertrouwensband op te bouwen. Bovendien zijn de interviews gehouden in een voor de participant vertrouwde omgeving, wat er toe kan bijdragen dat de participant zich op zijn gemak voelt (Hennink et al, 2011). Om de machtsrelatie van onderzoeker-participant tegen te gaan heb ik de ouderen met respect behandelt, ik heb ze altijd met u aangesproken en ik heb veel interesse getoond in wat de participant vertelde. Bovendien heb ik de participanten na het interview hartelijk bedankt voor hun medewerking en heb ik ze duidelijk gemaakt dat ze me echt geholpen hebben.

Bij dit onderzoek was het mogelijk dat er persoonlijke dingen werden besproken die gevoelig liggen bij de participant. De participant kan zich bijvoorbeeld schamen voor moeilijkheden die hij/zij ondervindt in het dagelijks leven of het feit dat hij/zij niet meer in staat is bepaalde

dingen te doen. Het is in dit kader ook belangrijk om er op te letten dat de respondent niet onopzettelijk gekwetst wordt (Hay, 2010), wij kunnen het vanzelfsprekend vinden dat een oudere minder mobiel is, maar voor een oudere kan dit erg gevoelig liggen. Ik heb daarom geprobeerd de focus niet te leggen op dingen die zij niet meer konden, maar op dingen die ze nog wel konden. Het is echter voor mij niet duidelijk hoe mijn groepsleden hiermee zijn omgegaan. Uit de transcripten kan echter opgemaakt worden dat ook zij de ouderen respectvol hebben behandeld.

Een ander ethisch vraagstuk is de anonimiteit van de respondenten (Longhurst, 2010). Dit houdt in dat het heel belangrijk is dat de respondenten anoniem blijven en dat de data niet naar de participant herleid kan worden. Het is ook belangrijk om de respondenten hiervan op de hoogte te stellen. Voor het onderzoek is dan ook duidelijk aan de respondenten verteld dat de data anoniem zou zijn en dat de informatie niet met andere personen buiten de onderzoeksgroep gedeeld zou worden.

Doordat de data van de interviews bij dit onderzoek door de hele groep werd gebruikt, deelden de ouderen hun informatie niet alleen met de interviewer en de begeleider, maar ook met 8 andere studenten. Dit hebben wij in dit onderzoek beperkt door bij het transcriberen alle persoonlijke zaken als naam en woonplaats direct te anonimiseren. Hierdoor heeft hoogstens één andere student, in het geval dat de interviewer zelf niet transcribeerde, inzicht gehad in de identiteit van de respondent. De andere groepsleden hebben alleen het geanonimiseerde transcript gelezen.

### 3.6 Reflectie

Het bleek lastig om gezamenlijk een goede interviewgids te maken. Dit kwam voornamelijk doordat de onderwerpen niet erg op elkaar aansloten. Doordat elk groepslid ook interviews deed voor andere groepsleden, was het bovendien lastig om goed door te vragen. Over de onderwerpen van de andere groepsleden heeft men niet zoveel kennis en het was daarom moeilijk te bepalen welke vragen van belang zijn om over door te vragen, en waarnaar moet worden doorgevraagd. Ik vond dit zelf erg lastig in te schatten bij het interviewen. Het doorvragen is echter wel van belang voor de kwaliteit van de data. Het is bijvoorbeeld niet alleen belangrijk dat ouderen boodschappen doen 'leuk' of 'niet leuk' vinden, het voornaamste is waarom zij dit vinden, om er zo achter te kunnen komen welke aspecten van het boodschappen doen zij belangrijk vinden. Om er voor te zorgen dat de kwaliteit van de data naar behoren was, was goede communicatie tussen de groepsleden nodig. Voor dit onderzoek is daarom gekozen om niet alleen de hoofdvragen in de interviewgids op te nemen maar ook wanneer en op welke manier doorgevraagd moet worden. Afgeleid uit de transcripten van de interviews die ik niet zelf heb gedaan, zijn deze vragen over het algemeen goed gevolgd. Toch misten er af en toe vragen en waren er een aantal momenten dat het jammer was dat er niet was doorgevraagd. Dit is dus van invloed geweest op de kwaliteit van de data voor dit onderzoek.

## Hoofdstuk 4: Resultaten

---

### 4.1 Introductie

Door middel van verschillende vragen is geprobeerd te achterhalen hoe ouderen het boodschappen doen ervaren en waarom ouderen het belangrijk vinden om zelf hun boodschappen te doen. Bij de analyse van de interviews komt naar voren dat de meeste ouderen het boodschappen doen als leuk ervaren. Een aantal ouderen zien het als een taak die gedaan moet worden en geven het een neutrale waarde en maar drie ouderen vinden het echt vervelend om te doen.

Hoewel een behoorlijk deel van de respondenten problemen met de mobiliteit ervaren doen ze, op twee na, wel zelf hun boodschappen. De respondenten die het niet meer doen, doen dit niet vanwege mobiliteitsproblemen. Eén respondent doet het niet omdat hij het niet leuk vindt en bij de andere respondent doet zijn vrouw die altijd de boodschappen. Dit beeld komt overeen met de cijfers van het Nivel (2011); ondanks mobiliteitsproblemen nemen ouderen vaak wel de moeite om zelf naar de winkels te gaan om hun dagelijkse boodschappen te doen. Wanneer ouderen gevraagd werd of zij niet liever de boodschappen zouden willen laten bezorgen, werd hier in alle gevallen negatief op geantwoord. Op de vraag wat zij er van zouden vinden als zij later vanwege mobiliteitsproblemen niet meer zelf de boodschappen zouden kunnen doen, antwoordden alle respondenten, behalve één dat zij dit erg zouden vinden. Deze respondent deed ook nu niet zelf de boodschappen. Een opmerkelijke kanttekening hierbij is echter dat 3 respondenten aangaven dat zij het boodschappen doen niet leuk vonden. Dus ondanks dat zij het boodschappen doen vervelend vinden, zouden ze het niet laten bezorgen en zouden ze het erg vinden als ze het niet meer zouden kunnen doen. Waarom dit zo is zal hieronder besproken worden.

De ervaringen die respondenten hebben bij het boodschappen en de redenen die zij noemen waarom zij het zo belangrijk vinden om het zelf te doen, kunnen worden ingedeeld in verschillende thema's. Deze thema's zullen hieronder worden uitgelicht. Want zoals Cor het verwoordt: *"Het is niet alleen boodschappen om het boodschappen zelf doen, het is het hele gebeuren"*. Hieruit blijkt dat boodschappen doen voor ouderen meer betekent dan boodschappen in een wagentje doen, afrekenen en snel weer naar huis gaan.

### 4.2 Bereikbaarheid en toegankelijkheid

Zoals ook in het onderzoek van Hare et al (2001) genoemd is, blijken bereikbaarheid en toegankelijkheid van de winkels belangrijk te zijn voor de ervaring van het boodschappen doen van de respondenten. Hoewel de meeste respondenten de bereikbaarheid en toegankelijkheid van de winkels als goed ervaren, ervaren een aantal respondenten moeilijkheden met het bereiken van de winkels. Deze moeilijkheden zijn vaak niet lichamelijk, maar komen voort uit problemen in de fysieke ruimte. Een voorbeeld hiervan zijn drukke wegen en een tekort aan parkeerplekken. Dit laatste wordt opgelost door met de fiets boodschappen te doen. Wanneer toch de auto gepakt moet worden omdat er veel

gekocht moet worden, of omdat de respondent niet ver kan lopen of fietsen, wordt er op een rustig tijdstip boodschappen gedaan. Eén respondent kan zelf door lichamelijke problemen niet meer de winkel bereiken, dus brengt haar dochter haar naar de winkel. Dit vindt de respondent wel gezellig.

Ook ondervindt een deel van de respondenten moeilijkheden met het boodschappen doen zelf. Het komt wel eens voor dat de producten lastig te pakken zijn. Dit kan komen door fysieke beperkingen van de respondent of omdat de producten te ver naar achteren staan. De meeste respondent vragen dan aan het winkelpersoneel of zij even kunnen helpen en worden dan altijd vriendelijk behandeld. Ria lost het echter anders op: *“En t is wel es, dan moek net wat hebbm en dan denk ik: arregat, staat t niet voorin . Dan t is voorste allemaal al d’r weg. En dan ligt d’r nog net n paar pak achter, weet je. Nou, tan gaat ik van m’n scootmobiel af en dan ga k op grond zittn, en dan ga k met m’n hand zo graaien en dan denk: ziezo. Dan zien mensen dat en zeggn ze: aah, joh, das toch niet te doen. Zalk eem helpm? Dan zeg k: nou, nee, k hebt al. Benk hun ook nog sneller af”*.

Uit dit citaat blijkt dat het bereiken van de producten wel een probleem voor haar is, maar dat ze door het zelf te kunnen oplossen ook een gevoel van trots ervaart.

Een paar respondenten heeft ook moeite met het feit dat ze met hun rollator of scootmobiel niet overal langs kunnen. Ze geven echter aan dat er altijd ruimte voor hun gemaakt wordt. Ook wordt het lopen met een rollator soms moeilijk gevonden wanneer deze is volgeladen met boodschappen. Eén van de respondenten lost dit op door niet alle boodschappen in de rollator te doen, maar ook een deel van de boodschappen in een extra tas te doen.

Het laatste probleem dat zich voordoet is dat de spullen soms moeilijk te vinden zijn, daarom kiezen sommige respondenten ervoor om altijd naar dezelfde winkel te gaan. Dit aspect werd ook al genoemd door Aylott & Mitchell (1999). Hoewel één van de bovenstaande aspecten, namelijk de (veranderende) inrichting van de winkel wel is genoemd in de theorie, zijn de overige ervaringen niet in de theorie naar boven gekomen.

#### 4.3 De deur uit gaan en beweging

Een tweede thema die bij veel respondenten aan bod komt is het even de deur uit gaan bij het boodschappen doen. De meeste respondenten ervaren dit als een positief aspect van het boodschappen doen. Een voorbeeld hiervan is Alie: *“Ik vind het ook wel lekker om even te gaan... anders word je zo duf als een konijn, dus soms is het ook gewoon even lekker een frisse neus halen en daarbij, ben je scherper en wakkerder daarna”*.

Truus, een respondent die problemen met haar mobiliteit ervaart, ziet het boodschappen doen echt als een uitje: *“soms ga ik even naar \*naburig dorp\* of naar \*ander naburig dorp\*... daar ga ik dan met de taxi naartoe en... dat vind ook echt een middagje uit voor mij hoor”*.

Een aantal respondenten die minder mobiel zijn en van de dokter hebben gehoord dat het belangrijk is om veel te bewegen vinden het boodschappen doen een goede manier om deze beweging te krijgen. Ze vinden het fijn een doel te hebben bij het bewegen. Dus ondanks dat ze moeite en pijn hebben bij het bewegen, ervaren ze het boodschappen doen toch als iets waardevols. Ida zorgt er zelfs voor dat ze elke dag een boodschap moet doen, zodat ze even het huis uit komt, haar beweging krijgt en onder de mensen komt.

Ook voor meer mobiele ouderen is de beweging die met de reis naar de winkels gepaard gaat een veelgenoemd positief aspect van het boodschappen doen. Veel respondenten doen hun boodschappen namelijk lopend of fietsend. Een voorbeeld hiervan is Trijntje: *“Ik loop er gewoon heen. Dat vind ik wel leuk werk . Jawel. Heb ik een lekker doel, leuk. Haal ik een kopje koffie in de supermarkt, kijk ik bij de reclame, zoek ik even wat. Vind ik leuk”*.

Soms wordt het boodschappen doen als doel gezien en de beweging die daarbij komt kijken als positieve bijkomstigheid, maar soms worden ook de beweging als doel gezien en daarbij worden dan de boodschappen meegenomen. Dit geldt niet alleen voor lichamelijke beweging als lopen en fietsen. Wanneer dit vanwege lichamelijke beperkingen niet meer mogelijk is geldt het ook voor beweging met de auto. Mien geeft hier een voorbeeld van: *“Ik heb een klein boodschappenautootje en dan uh toer ik wel eens een eindje met radio 4 aan, dat vind ik mooie muziek, althans als ik dat mooi vind, en ik heb een snoeischaar bij me, en af en toe stop ik en dan kijk ik eens om me heen en dan knip ik wat mooie takken en dan, dan kom ik helemaal blij weer thuis, boodschappen achterin en eh netjes zo op die manier”*. In dit geval gaat het dan vooral om het uit huis gaan en dingen te zien, het boodschappen doen is in dit geval vooral een bijkomstigheid.

Dat ouderen de beweging en de mobiliteit die met het boodschappen gepaard gaan ook als positief en belangrijk ervaren is een aspect van boodschappen doen wat niet in de gelezen wetenschappelijke literatuur naar voren is gekomen. Wel is naar uit de literatuur naar voren gekomen dat de frequentie van het doen van activiteiten van invloed is op de fysieke en psychische gezondheid van mensen (Menec, 2013).

#### 4.4 Sociale contacten

Bijna alle respondenten ervaren sociale contacten bij het boodschappen doen. Vaak zijn dit sociale contacten met bekenden, maar soms ook met winkelpersoneel of onbekenden. Veel respondenten ervaren deze contacten als positief. Een aantal respondenten heeft alleen contacten met bekenden, terwijl andere respondenten juist voornamelijk contacten hebben met het winkelpersoneel. Mien komt bijvoorbeeld al jaren met veel plezier op de markt en heeft ondertussen een goede band opgebouwd met de mensen achter de kramen:

*“Daar kom ik ook al jaren en dan kennen ze je ook enzo dus dan is het een soort humor over en weer, wat grapjes enzo, je hoort een beetje bij de inboedel. Zelfs zomers recepten uitwisselen over jam maken enzo”*.

Hieruit blijkt ook dat niet alleen de gesprekken die gehouden worden, worden gewaardeerd. Ook de kleine babbeltjes worden als positief ervaren. Alie geeft aan dat ook alleen al het onder de mensen komen een belangrijk aspect van boodschappen is: *“Je heb dan wel je dagelijkse groeten zegmaar en die heb je nodig”*.

Niet alleen gesprekken met winkelpersoneel worden gewaardeerd, ook de houding van het winkelpersoneel is belangrijk. Vriendelijk en behulpzaam winkelpersoneel wordt belangrijk gevonden. Alle respondenten geven aan dat zij altijd vriendelijk behandeld worden door het winkelpersoneel als zij dingen aan hen vragen. Ria gaf zelfs aan dat dit voor haar een reden was om naar een bepaalde slagerij te gaan: *“Ja! \*Slager in woonplaats\* dat is zo. Kijk, nou strompel ik naar binn’n dan, met krukkn. Dan kan k direct op bankje zittn. Nou, ze pakkn m’n spulln in, dan zeg ik: dat en dat en dat wil ik graag eem hebbm. Nou, en dan, eh, geef ik haar (medewerkster van de slager) t geld, dan komt ze dat eem ophaaln. En dan brengt ze me t ook eem, in t mandje. Ja, \*naam slager\* vind ik gewoon geweldig”*.

Sociale contacten worden door een aantal respondenten heel belangrijk gevonden en zouden gemist worden als zij niet meer zelf de boodschappen konden doen. Voor Cor zijn de sociale contacten zelfs een reden om vaak naar de supermarkt te gaan en Hannah geeft aan dat winkelen zonder sociale contacten voor haarmoeilijk om te doen zou zijn.

Dat ouderen sociale contacten bij het boodschappen doen als positief ervaren is ook naar voren gekomen in het onderzoek van Gardner (2011) en Hare et al (2001). Ook het belang van vriendelijk en behulpzaam winkelpersoneel is in deze onderzoeken genoemd.

Sociale contacten worden echter niet alleen als positieve ervaring gezien, sommige respondenten ervaren het namelijk ook als negatief. Dit om twee verschillende redenen. Bij sommige respondenten is het afhankelijk van wie men tegenkomt of het als positief of als negatief wordt ervaren. Een andere reden is eventuele haast. Wanneer een aantal respondenten haast hebben, ervaren zij sociale contacten als negatief en als zij geen haast hebben ervaren zij dit als positief. Dit is niet in overeenstemming met de literatuur. Uit onderzoek van Hare et al (2001) bleek namelijk dat sociale contacten bij het boodschappen door ouderen alleen als positief werden ervaren. Dit blijkt dus niet zo te zijn.

#### 4.5 Zelfstandigheid

De zelfstandigheid die de respondenten hebben wanneer men zelf de boodschappen kan doen, wordt door de meeste respondenten als belangrijk ervaren en wordt dan ook veel genoemd als reden waarom zij het erg zouden vinden als zij niet meer zelf hun boodschappen zouden kunnen doen. Marie geeft bijvoorbeeld aan dat zij het lastig zou vinden afhankelijk te worden van anderen: *“Nou, maar ik geloof dat, dat n een mens over t algemeen, van zichzelf, hij kon t altied en nou niet meer. Dat dat wel n hele, eh, impact op, n*

*druk van: nou moet k boodschappm doen, maar wel moet dat nou eem meeneemn? Wel van de kindern moet je nou weer inschaakln? ”.*

Veel respondenten geven aan dat wanneer zij niet meer naar de supermarkt zouden kunnen gaan, zij liever niet iemand zouden willen vragen om boodschappen voor hen te doen om afhankelijkheid te vermijden. Een voorbeeld hiervan is Hannah. Zij noemde boodschappen doen ‘straf’. Toch zou ze haar boodschappen niet willen bestellen vanwege de sfeer in de winkels, de contacten en de keuzevrijheid. Ook zou ze het moeilijk vinden als ze niet meer zelf de boodschappen zou kunnen doen, omdat ze dan iemand zou moeten vragen het voor haar te doen. Ze houdt er niet van om het werk uit handen te geven en wil graag alles zelf doen; *“ik geef het werk niet direct niet aan een ander”*, zegt ze.

Zelfstandigheid speelt hierbij dus een belangrijke rol. Hannah zou er dan ook voor kiezen om haar boodschappen via internet te bestellen wanneer zij echt niet meer in staat zou zijn om naar de supermarkt te gaan. Een nadeel hiervan dat door sommige respondenten genoemd werd was dat zij niet goed wisten hoe je met een computer moet omgaan.

Ook wordt door veel respondenten belangrijk gevonden dat ze de boodschappen kunnen doen wanneer ze dat willen. Bovendien kan zelfstandigheid een gevoel van trots op roepen zoals ook in het citaat hierboven van Ria naar voren komt.

In de literatuur met betrekking tot boodschappen is het niet naar voren gekomen dat zelfstandigheid een belangrijke factor is waarom ouderen het boodschappen doen belangrijk vinden. Wel is er veel onderzoek gedaan naar de relatie tussen zelfstandigheid en welzijn. Er is gebleken dat zelfstandigheid erg belangrijk is voor het welzijn van ouderen. Onafhankelijkheid zorgt er voor dat ouderen controle hebben over waar en wanneer bepaalde activiteiten worden uitgevoerd (Schwanen & Ziegler, 2011). Dit blijkt ook uit dit onderzoek. Zoals hierboven genoemd werd, vinden ouderen het belangrijk dat zij boodschappen kunnen doen wanneer zij dat willen.

#### 4.6 Keuzevrijheid

Een ander aspect wat het zelf boodschappen doen belangrijk maakt is de keuzevrijheid die hier mee gepaard gaat. Veel respondenten vinden het leuk om zelf de boodschappen uit te zoeken. Ze willen graag zien en voelen wat er in de winkel ligt en op basis daarvan een keus maken wat ze willen kopen. Wat hierbij ook een belangrijke rol speelt is de kwaliteit van producten. Een aantal respondent noemt dat ze graag zelf producten van goede kwaliteit willen uitzoeken, hierbij is ook de versheid van producten van belang. Hiervoor worden soms verschillende winkels bezocht. Toen aan Janneke gevraagd werd wat ze ervan zou vinden als ze niet meer zelf boodschappen zou kunnen doen gaf ze het volgende antwoord: *“Dat zou ik missen want er ligt niet allemaal even goed kwaliteit overal. Dus ik weet waar ik voor de groente moet komen. Ik weet waar het beste brood is en dan ga ik dat allemaal ophalen”*.

Ook de mogelijkheid tot impulsaankopen wordt als belangrijk genoemd. Lies verwoordt dat als volgt: *“Ik bedoel, soms loop je tegen iets aan dan denk je van verrek, dit is leuk dat neem ik mee, of lekker dus een keer... dat neem ik mee. Kijk en dat beslis je dus zelf en niet een ander”*. Hieruit blijkt dat Lies graag zelf haar keuzes wil maken op het moment van het boodschappen doen zelf, en niet anderen keuzes voor haar wil laten maken.

Ook geven een aantal respondenten aan dat ze het leuk vinden om aanbiedingen uit te zoeken.

Dat ouderen het leuk vinden om producten uit te zoeken is niet in de wetenschappelijke literatuur naar voren gekomen. Dat ze het als positief ervaren om aanbiedingen uit te zoeken spreekt de literatuur zelfs enigszins tegen, aangezien Aylott en Mitchell (1999) de druk om aankopen te doen, die onder andere door aanbiedingen gecreëerd wordt, juist als stressfactor noemen bij het boodschappen doen.

#### 4.7 De relatie tussen boodschappen doen en het welzijn van ouderen

Op de vraag welke activiteit ouderen het belangrijkste vonden voor hun welzijn, werd maar door één respondent het boodschappen doen genoemd. Een andere respondent vond wel dat als ze niet meer zelf haar boodschappen zou kunnen doen dit een negatieve uitwerking zou hebben op haar welzijn. Aangezien boodschappen doen zo'n algemeen klusje is, kan het echter zijn dat ouderen hier niet meteen aan denken wanneer hen wordt gevraagd welke activiteit hun het meeste welzijn oplevert. Bovendien is het goed mogelijk dat boodschappen doen hun niet het meeste welzijn oplevert, maar toch bijdraagt aan hun welzijn.

Uit de theorie zijn verschillende factoren naar voren gekomen die belangrijk zijn voor het subjectieve welzijn van ouderen. Deze zijn beschreven in het theoretisch kader. Wanneer deze factoren worden vergeleken met de factoren die ouderen belangrijk vinden aan het zelfstandig boodschappen doen, die uit dit onderzoek naar voren zijn gekomen is er enige overeenkomstigheid te vinden. Voor de respondenten waren vooral de sociale contacten, de keuzevrijheid, de zelfstandigheid, de beweging en het even de deur uit gaan belangrijke aspecten. Deze aspecten komen overeen of kunnen bijdragen aan een aantal factoren die ouderen als belangrijk voor hun welzijn achten, namelijk mobiliteit, gezondheid, sociale relaties, onafhankelijkheid, en het uitvoeren van activiteiten. Bovendien zorgen relaties met buurtgenoten, die ook door boodschappen doen worden gestimuleerd, voor een buurtnetwerk, dit is volgens Gardner (2011) ook van belang voor het welzijn van ouderen. Bovendien kan het doen van boodschappen gezien worden als zowel een sociale als een productieve activiteit, wat volgens Menec (2003) ook bevorderlijk is voor hun welzijn. Hieruit valt dus af te leiden dat zelfstandig boodschappen doen een positieve invloed heeft op het subjectieve welzijn van ouderen.

## Hoofdstuk 5: Conclusie

---

### 5.1 Conclusies van het onderzoek

Het doel van dit onderzoek was om inzicht te verkrijgen in het belang van fysiek boodschappen doen voor zelfstandig wonende ouderen en de relatie die dit heeft met hun welzijn. Hierbij was de volgende hoofdvraag opgesteld:

Hoe belangrijk is het fysiek boodschappen doen voor zelfstandig wonende ouderen en in hoeverre ervaren zij dit als van invloed op hun welzijn?

Om dit te achterhalen is gekeken naar hoe ouderen het boodschappen doen ervaren en welke aspecten hiervan zij vooral belangrijk vinden. Deze ervaringen en aspecten werden vervolgens gekoppeld aan factoren uit de theorie die het ervaren welzijn van ouderen beïnvloeden. Uit de interviews is gebleken dat bereikbaarheid en toegankelijkheid van de winkels een belangrijk onderdeel was van de ervaringen bij het boodschappen doen. Dit kwam overeen met onderzoek van zowel Hare et al (2001) als van Gardner (2011). Beweging, het even de deur uit gaan, sociale contacten, zelfstandigheid en keuzevrijheid werden door ouderen als belangrijke aspecten van het boodschappen doen genoemd. Sociale contacten werden echter zowel positief als negatief gewaardeerd, wat eerder onderzoek van Hare et al (2001) tegenspreekt. In hun onderzoek kwam namelijk naar voren dat sociale contacten alleen positief werden ervaren.

Wanneer deze aspecten van boodschappen doen gekoppeld werden aan de factoren die ouderen als belangrijk ervaren voor hun welzijn, namelijk mobiliteit, gezondheid, sociale relaties, onafhankelijkheid, en het uitvoeren van activiteiten, bleek dat deze aspecten van boodschappen doen overeenkomen of kunnen bijdragen aan deze factoren. Hieruit blijkt dus dat het zelfstandig boodschappen doen van positieve invloed kan zijn op het welzijn van ouderen. Dit sluit ook aan bij onderzoek dat hiernaar gedaan is. Schwanen en Ziegler (2011) hebben genoemd dat zelfstandigheid belangrijk is voor het welzijn van ouderen en uit onderzoek van Menec (2003) bleek dat het doen van activiteiten bevorderlijk was voor hun welzijn.

In dit onderzoek is geprobeerd het belang van boodschappen te achterhalen en een relatie te leggen tussen het zelfstandig boodschappen doen en het ervaren welzijn van ouderen. Hoewel een aantal uitkomsten aansluiten bij bestaande literatuur, was dit nog niet eerder onderzocht. Dit is echter wel relevant, aangezien minder mobiele ouderen soms niet de mogelijkheid hebben om zelf de boodschappen te kunnen doen. Uit dit onderzoek is gebleken dat ouderen dit echter wel belangrijk vinden en dat het ook bevorderlijk kan zijn voor hoe zij hun ervaren welzijn. Dit geldt natuurlijk niet, en niet in elke mate voor elke oudere. Hierbij spelen ook persoonlijke factoren een rol (Hare et al, 2001). Voor de ene oudere zijn sociale contacten heel belangrijk, terwijl voor de andere oudere zelfstandigheid

juist een grote rol speelt. Bovendien is dit onderzoek gedaan op basis van 18 ouderen. Dit is niet representatief voor de gehele oudere bevolking. Hier kunnen dus geen algemene conclusies uit getrokken worden.

## 5.2 Beleidsaanbevelingen

De diversiteit van de groep ouderen komt ook terug in de oplossingen die ouderen aandragen voor wanneer zij niet meer in staat zullen zijn zelfstandig hun boodschappen te doen. Een deel van de respondenten geeft aan dan het liefst hun boodschappen te willen bestellen, terwijl een ander deel aangeeft liever aan familie of burens te vragen boodschappen voor hen te doen. De reden die zij hiervoor geven is dat zij niet weten hoe ze met de computer om moeten gaan.. Vrijwel alle ouderen geven echter aan dat zij zo lang mogelijk zelf hun boodschappen zouden willen doen. Het lijkt daarom belangrijk om een breed scala aan interventiemogelijkheden te hebben, aangezien niet alle ouderen dezelfde behoeftes hebben. Ten eerste is het van belang dat diensten worden aangeboden die minder mobiele ouderen naar de winkels begeleiden, zodat zij zolang mogelijk zelf hun boodschappen kunnen doen. Zoals in dit onderzoek naar voren is gekomen blijkt het fysiek naar de winkel kunnen gaan namelijk bevorderlijk te kunnen zijn voor het subjectieve welzijn van de meeste ouderen. Voor ouderen die dit echter ook niet meer kunnen, is het belangrijk dat er zowel diensten worden aangeboden waarbij ouderen via de computer hun boodschappen kunnen bestellen, als diensten waarbij zij een boodschappenbriefje aan bijvoorbeeld een vrijwilliger kunnen geven. Niet elke oudere heeft immers een supportnetwerk van vrienden en familie die hen hierbij kunnen helpen. Ook is het belangrijk om ouderen te leren hoe zij met de computer hun boodschappen kunnen bestellen, zodat zij de mogelijkheid hebben zo lang mogelijk zelfstandig te blijven.

## 5.3 Suggesties voor vervolgonderzoek

Om echter meer inzicht te krijgen in de wensen en behoeften van ouderen wanneer zij niet meer fysiek de winkel kunnen bereiken, is het van belang dat er meer onderzoek gedaan wordt naar hun wensen. De ouderen die aan dit onderzoek hebben meegedaan waren namelijk allemaal nog in staat om naar de supermarkt te gaan. Het was daarom voor hun soms moeilijk voor te stellen wat ze de prettigste manier zouden vinden om hun boodschappen te verkrijgen wanneer zij niet meer zelf naar de winkel zouden kunnen gaan. Wanneer ook hiernaar gekeken wordt zal nog beter duidelijk worden hoe minder mobiele ouderen het best geholpen kunnen worden bij hun dagelijkse boodschappen, zodat ze zo lang mogelijk en met het best mogelijke welzijn zichzelf kunnen redden.

## Literatuurlijst

---

- Aylott, R. & Mitchell, V. (1999). An exploratory study of grocery shopping stressors. *British Food Journal*, 101(9), 683-700.
- Bowling, A. & Gabriel, Z. (2004). Quality of life from the perspectives of older people. *Ageing & Society*, 24(5), 675-691.
- Bowling, A. & Gabriel, Z. (2007). Lay theories of quality of life in older age. *Ageing & Society*, 27, 827-848.
- Cope, M. (2010). Coding Transcripts and Diaries. In Clifford, N., French, S. & Valentine G. (2010). *Key methods in Geography* (440-452). 2e editie. Londen: Sage
- Diener, E. (2000). Subjective Well-Being: The Science of Happiness and a Proposal for a National Index. *American Psychologist*, 55(1), 34-43.
- Gardner, P.J. (2011). Natural neighborhood networks; Important social networks in the lives of older adults aging in place. *Journal of Aging Studies*, 25, 263-271.
- De Haan, J. (2004). Surfende Senioren of Digitale Drenkelingen. In De Haan, J., Klumper, O. & Steyaert, J. (Red.), *Surfende Senioren, kansen en bedreigingen van ICT voor ouderen* (pp. 15-32). Den Haag: Academic Service.
- Hare, C., Kirk, D. & Lang, T. (2001). The food shopping experience of older consumers in Scotland: critical incidents. *International Journal of Retail & Distribution Management*, 29 (1), 25-40.
- Halleröd, B & Seldén, D. (2012). The Multi-dimensional Characteristics of Wellbeing: How Different Aspects of Wellbeing Interact and Do Not Interact with Each Other. *Social Indicators research*, 113, 807-825.
- Hay, I. (2010). Ethical Practice in Geographical Research. In Clifford, N., French, S. & Valentine G. (2010). *Key methods in Geography* (35-48). 2e editie. Londen: Sage.
- Hennink, M., Hutter, I. & Bailey, A. (2011). *Qualitative Research Methods*. Londen: Sage.
- Huang & Oppewal, (2005). Why consumers hesitate to shop online: An experimental choice analysis of grocery shopping and the role of delivery fees. *International Journal of Retail & Distribution Management*, 34 (4/5), 334-353.
- Jagger, C. & Brittain, K. (2014). Wellbeing as Experienced by the Very Old. In Kirkwood, T.B.L. & Cooper C.L. *Wellbeing in Later Life: Wellbeing: A Complete Reference Guide*, Volume IV. Newcastle: John Wiley & Sons
- Longhurst, R. (2010). Semi-structured Interviews and Focus Groups. In Clifford, N., French, S. & Valentine G. (2010). *Key methods in Geography* (103-115). 2e editie. Londen: Sage.
- Menec, V.H. (2003). The Relation Between Everyday Activities and Successful Aging: A 6-Year Longitudinal Study. *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 58B (2), 74-82.

Nationaal Ouderen Fonds, *BoodschappenPlusBus*. Geraadpleegd op 05-10-14 via <https://www.ouderenfonds.nl/deelnemen/bodschappenplusbus/>

Nivel (2011). Deelname aan de samenleving van mensen met een beperking en ouderen. Utrecht: Nivel

Schwanen, T. & Ziegler, F. (2011). 'I like to go out to be energised by different people': an exploratory analysis of mobility and wellbeing in later life. *Ageing & Society*, 31, 758-781.

Schwanen, T. & Ziegler, F. (2011). Wellbeing, independence and mobility: an introduction. *Ageing and Society*, 31, 719-733

Veenhoven, R. (2013). The four qualities of life: ordering concepts and measures of the good life. In A.D. Fave (red.), *The Exploration of Happiness* (195-226). Springer Netherlands.

Wiles, J.L., Leibing, A., Guberman, N., Reeve, J. & Allen, R. E. S. (2011). The Meaning of "Aging in Place" to Older People. *The Gerontologist*, 52(3), 357–366

World Health Organization (1995). The world health organization quality of life assessment (WHOQOL): Position paper from the World Health Organization. *Social Science & Medicine*, 41-10, 1403-1409.

## Bijlagen

### Bijlage 1: Overzichtstabel respondenten

| Respondent | Pseudoniem | Geslacht | Leeftijd | Woonomgeving | Beperkingen                                                                         | Hulpmiddelen      | boodschappen                 |
|------------|------------|----------|----------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|------------------------------|
| 1          | Ria        | Vrouw    | 68       | Platteland   | Been gedeeltelijk geamputeerd. Verder last van migraine, epilepsie en claustrofobie | Rolstoel, scooter | Paar keer per week           |
| 2          | Marie      | Vrouw    | 81       | Platteland   | -                                                                                   | -                 | Ongeveer 1x per week         |
| 3          | Jan        | Man      | 70       | Stedelijk    | COPD, en diverse lichamelijke beperkingen                                           | -                 | Niet, vrouw doet het         |
| 4          | Piet       | Man      | 65       | Stedelijk    | -                                                                                   | -                 | 1 x per week                 |
| 5          | Truus      | Vrouw    | 85       | Platteland   | Moeite met bukken                                                                   | Rollator          | 1x per week                  |
| 6          | Johannes   | Man      | 84       | Platteland   | -                                                                                   | -                 | Niet. Dochter doet het       |
| 7          | Willem     | Man      | 70       | Platteland   | -                                                                                   | -                 | Paar keer per week           |
| 8          | Peter      | Man      | 75       | Platteland   | -                                                                                   | -                 | 1x per week, rest doet vrouw |
| 9          | Joke       | Vrouw    | 82       | Stedelijk    | -                                                                                   | -                 | Eens in 14 dagen             |
| 10         | Lies       | Vrouw    | 76       | Platteland   | -                                                                                   | Rollator          | 1x per week.                 |
| 11         | Mien       | Vrouw    | 79       | Ruraal       | Vaatvernauwingen, daardoor moeite met lopen                                         | -                 | Paar keer per week           |
| 12         | Ida        | Vrouw    | 81       | Stedelijk    | Botontkalking, daardoor rugpijn                                                     | Rollator          | Elke dag                     |
| 13         | Alie       | Vrouw    | 66       | Stedelijk    | -                                                                                   | -                 | Paar keer per week           |
| 14         | Cor        | Man      | 72       | Platteland   | -                                                                                   | -                 | Elke dag                     |
| 15         | Janneke    | Vrouw    | 65       | Platteland   | -                                                                                   | -                 | Elke dag                     |
| 16         | Hannah     | Vrouw    | 74       | Platteland   | -                                                                                   | -                 | 1x per week                  |
| 17         | Annie      | Vrouw    | 84       | Platteland   | -                                                                                   | -                 | paar keer per week           |
| 18         | Trijntje   | Vrouw    | 90       | Stedelijk    | -                                                                                   | Rollator          | paar keer per week           |

## Bijlage 2: Toelichting bij het dagboek

Wij willen u graag vragen om tijdens de week dat u de gps-logger met u meeneemt ook dit dagboek bij te houden. U kunt hierin opschrijven wanneer u het huis verlaat, bijvoorbeeld om een ommetje te maken, om boodschappen te doen of om familie te bezoeken. Wij willen u graag vragen om elke activiteit buitenshuis op te schrijven en hierbij de volgende aspecten aan te geven:

- Naar welke plek bent u gegaan?
- Is er een doel? Zo ja, geef het doel van de activiteit op de plek aan: Bijvoorbeeld: ontspanning, werk, medische afspraak of boodschappen
- Het vervoersmiddel, of meerdere vervoersmiddelen die u heeft gebruikt
- Het tijdstip waarop u bent vertrokken en wanneer u weer terug bent gekomen
- Met wie u de reis heeft gemaakt
- Heeft u gebruik gemaakt van een hulpmiddel of speciale apparatuur om op de plek te komen? Bijvoorbeeld een rollator. Zo ja, welke?
- Was dit een geplande of een ongeplande activiteit?
- Bijzonderheden

Hieronder hebben wij een voorbeeld gemaakt van een ingevulde dag in het dagboek.

Alvast hartelijk bedankt!

Een voorbeeld voor het invullen van het dagboekje wordt gegeven op de volgende pagina.

### Bijlage 3: Leeg dagboek

Datum:

| Tijdstip<br>vertrek en<br>terugkomst | Naar<br>welke<br>plek? | Doel van de<br>activiteit op<br>de plek | Het<br>vervoersmi<br>ddel | Met<br>wie? | Hulpmiddel<br>of speciale<br>apparatuur? | Geplande of<br>ongeplande<br>activiteit? | Bijzonder<br>heden |
|--------------------------------------|------------------------|-----------------------------------------|---------------------------|-------------|------------------------------------------|------------------------------------------|--------------------|
|                                      |                        |                                         |                           |             |                                          |                                          |                    |
|                                      |                        |                                         |                           |             |                                          |                                          |                    |
|                                      |                        |                                         |                           |             |                                          |                                          |                    |
|                                      |                        |                                         |                           |             |                                          |                                          |                    |
|                                      |                        |                                         |                           |             |                                          |                                          |                    |
|                                      |                        |                                         |                           |             |                                          |                                          |                    |

## Bijlage 4: Interview vragenlijst

-Hoe komt u aan uw dagelijkse boodschappen?

### **Bij zelf naar de winkels gaan:**

-Naar welke winkels gaat u, voor uw dagelijkse boodschappen? (Hiermee bedoel ik winkels voor dagelijkse boodschappen, zowel in als buiten de woonplaats)

-Waarom gaat u juist naar deze winkels?

-Zou u vaker of juist minder vaak naar de winkels willen gaan dan u nu doet?

- Zo ja, waarom? Waarom doet u dit niet?

-Zijn er andere winkels waar u graag naar toe zou willen gaan?

- Waarom? Waarom gaat u daar niet naar toe?

- Waarom kiest u voor \*vervoersmiddel\* om naar de winkel te gaan? (Uit dagboekje)

-Ondervindt u moeilijkheden bij het bereiken van de winkels? Zo ja, hoe gaat u hiermee om?

-Indien er een persoon mee gaat (uit dagboekje), waarom is dat zo? Zou u liever alleen gaan? Waarom?

-Ondervindt u ook moeilijkheden bij het winkelen? (Bijvoorbeeld: moeilijk te pakken dingen of smalle paden) Hoe gaat u hier mee om?

-Heeft u tijdens het boodschappen doen ook contacten met andere mensen? Zo ja, met wie? Als u niet meer naar de winkel zou kunnen gaan, denkt u dat deze contacten dan minder zouden worden? Zo ja, Wat zou u daar van vinden?

-Kunt u een aantal positieve ervaringen noemen van uw reis naar de supermarkt noemen? En een aantal negatieve? Hoe gaat u hier mee om? (Eventueel concreet maken naar afgelopen maand. Is misschien duidelijker voor respondent)

-Kunt u een aantal positieve ervaringen noemen van het boodschappen doen zelf? En een aantal negatieve dingen? Hoe gaat u hier mee om?

- Wat zou u ervan vinden als u niet meer zelf u boodschappen kon doen? Waarom? Wanneer ze het erg zouden vinden: Welke aspecten zou u het meest missen? Waarom?

-Heeft u er een idee bij hoe u dan aan uw boodschappen zou kunnen komen? Hoe? Wat zouden daarvan de nadelen zijn? En de voordelen?

-Als de mogelijkheid zou bestaan om alles te laten bezorgen zodat u niet meer naar de supermarkt hoeft, zou u dit dan doen?

**Niet zelf naar de winkel gaan**

- Wat vind u van de manier waarop u uw boodschappen krijgt? Bent u hier tevreden over? Waarom wel/niet?
- Zou u uw boodschappen liever op een andere manier krijgen? Welke? Waarom?
- Hoe vind u het dat u niet zelf meer naar de winkel kan gaan?
- Van welke winkels vind u het meest vervelend dat u niet meer naar toe kan?
- Welke aspecten van het zelf boodschappen doen mist u? Waarom?
- Welke aspecten van het zelf boodschappen doen mist u juist niet? Waarom?

## Bijlage 5: Lijst met codes

Deze hoofdcodes zijn bij het coderen gebruikt. Hierbij zijn tijdens het coderen verschillende subcodes toegevoegd.

Toegankelijkheid

Bereikbaarheid

Winkelkeuze

Hoe vaak naar de winkel

Aspecten boodschappen doen positief

Aspecten boodschappen doen negatief

Belang

Oplossing voor als het niet meer kan

## Bijlage 6: Gecodeerd interview

### Interview respondent 11a

|                              |                                                       |
|------------------------------|-------------------------------------------------------|
| <b>Kenmerken Respondent:</b> |                                                       |
| Geslacht:                    | Vrouw                                                 |
| Leeftijd:                    | 79 jaar                                               |
| Omgeving:                    | Ruraal                                                |
| Beperkingen:                 | Vernauwing van de vaten, waardoor lopen moeilijk gaat |
| Verdere bijzonderheden:      | Woont erg ruraal en afgelegen, vlakbij het bos        |

Boodschappen bij Albert Heijn, markt en slager, paar keer per week

I: ja ik begrijp het inderdaad. En eh nu nog wat vragen over uh uw dagelijkse boodschappen en hoe u daar aan komt. Uh nou hoe komt u aan uw dagelijkse boodschappen? (lachen)

R: (lachen)

I: gaat u naar de supermarkt of uh?

R: ja meestal, jaa supermarkt maar ook uh ja. Vlees koop ik bijvoorbeeld niet bij de albert Heijn. Maar albert Heijn, maar je hebt bij ons de hema en je hebt jumbo, noem maar op, je hebt er uh van alles dus, kan heen gaan en vrijdags naar de markt vind ik wel leuk.

I: oke en vlees koopt u dan bij de slager?

R: bij de slager ja

I: ja en eh naar welke winkels gaat u vooral?

R: nou ja wat heb je aan winkels, ligt er aan wat ik nodig heb eigenlijk

I: ja precies u gaat gewoon eh

R: ja, je hebt een kledingzaak, maar dat stelt niet veel voor in \*groter dorp dichtbij\*, is allemaal heel confessioneel, heel

I: maar voor uh de dagelijkse boodschappen zeg maar

R: ga ik meestal naar albert Heijn en dan en naar de slager en nou ik vrijdags naar de markt en daar koop ik voor een dag of 4 in

I: oh leuk

R: aan groentes en fruit enzo, kom ik ook al jaren en dan kennen ze je ook enzo dus dan is het een soort humor over en weer, wat grapjes enzo, je hoort een beetje bij de inboedel. Zelfs zomers recepten uitwisselen over jam maken enzo (lachen)

I: oh jeetje (lachen)

R: ja ( lachen) gaat heel gaat heel ver hoor (lachen)

I: en dan vooral met de mensen van de eh markt zeg maar?

R: van de kraam

I: van de kraam?

R: van de kraam, jaa

I: of ook met andere eeh mede klanten?

R: nou soms doen die mee soms niet, soms denken ze gek wijf of zoiets en anderen hebben dan de lol, die geven je nog een duw ook en die lachen zich dan rot, net hoe die persoon is

I: (lachen) ja precies. En waarom gaat u juist naar eh de albert Heijn? En naar de slager?

R: och dat zit er zo in, dat is het makkelijkste, daar ben ik het snelste

I: oja

R: en ruime parkeerplaats en dat eh als ik naar de jumbo zou gaan dan moet ik veel meer zoeken naar een parkeerplaats. En ik, dan moet je sjouwen met die tas of met karretje weer heen en dan karretje weer terug en eh boodschappenauto

I: ja dat is niet handig

R: nee dat is voor mij gewoon handig Albert Heijn

I: ja

R: ik heb er niet speciaal voorkeur voor

I: oke

R: nee

I: en eh zou u ook eh vaker of juist minder vaak naar eh de winkels willen gaan dan u nu doet?

R: neeuh

I: nee?

R: neuh

I: en naar de markt?

R: je kan alleen op vrijdag

I: ja (lachen)

R: bij ons dus dan ga ik op vrijdag

I: ja. Maar u zou dat niet vaker willen ook of?

R: neuh

I: nee het is wel goed

R: het is goed zo

I: oke en eh even kijken ondervind u ook moeilijkheden bij het bereiken van de winkels?

R: nee

I: nee?

R: eigenlijk niet. Nee als ik er bijvoorbeeld, zoals dat voorbeeld van de markt, moet ik wel vroeg gaan.

I: ja precies

R: bijvoorbeeld het begint om 9 uur dan zorg ik wel dat ik om half 10 daar ben want dan kan ik inderdaad dicht bij die markt ook parkeren

I: oke ja

R: als je later gaat moet je weer verder weg en dan loop je met die zware tassen weer te sjouwen

I: jaa precies ja

R: en eh dus en dan kom ik ook langs de slager

I: ja makkelijk

R: ja precies, het is een kwestie van uitkienen

I: ja precies (lachen)

I: en heeft u tijdens het eh op de markt vertelde u al dat u daar wel contacten heeft met eh mensen achter de kraampjes

R: ja

I: maar is dat ook zo uh heeft u ook contacten bij de albert Heijn met andere mensen, bijvoorbeeld met buurtbewoners die u tegenkomt

R: nee, oh als ik buurtbewoners tegenkom

I: ja

R: als ik ze tegenkom, soms wel soms jaa, van hee ben jij hier ook weet je zo even een praatje hoe is, hoe is t bij jullie? Even zo, ja maar niet, dat is niet zo vaak

I: oke en contacten met eh andere mensen, mensen die er werken?

R: jaweel ooh die kennen je op den duur ook een beetje he

I: ja precies (lachen)

R: nou die zijn ze altijd wel vriendelijk, praatje en zo

I: en vind, wat vind u daar van?

R: vind ik wel leuk, ja vind ik gezellig

I: oke en als u niet meer uh naar de winkel zou kunnen gaan of niet meer eh naar de markt zou kunnen gaan

R: ja

I: denkt u dat eh wat zou u er dan van vinden als u die contacten zou missen?

R: nou zou ik wel jammer vinden

I: ja?

R: ja ja

I: en dan vooral die bij de markt of uh ook die bij de winkel?

R: oeh bij de winkel ook wel ja jaa

I: oke en eh even kijken uhh wat zou u ervan vinden als u niet meer zelf u boodschappen zou kunnen doen?

R: nou dat eh hoe zou ik dat vinden. Jaa dat zou ik wel jammer vinden, maar ik zou wel een oplossing vinden om het wel te doen

I: ja?

R: ja (lachen)

I: en hoe dan?

R: nou wat ik daarstraks zij met dat busje of of iemand charteren die dat eh die toch gaat en dan met met

I: met diegene meerijden

R: ja met die meerijden, dat vind ik ook niet, ik had gister met vrienden nog een discussie, jaa en dan moet ik dat vragen, ik zei nou elke dienst is waard om gevraagd te worden

I: jaa

R: dus eh en als je toch gaat mag ik dan meerijden, ja dat kan toch

I: dat is niet zo'n grote vraag nee

R: dat lijkt mij niet nee

I: inderdaad nee

R: en als je het zelf ook voor die ander zou doen

I: ja

R: wat ik dus zou doen, dan eh wat ik ook altijd gedaan heb en doe ook nog zelfs, dan eh vind je dat zo vanzelfsprekend

I: ja klopt ja

R: dat je daar niet mee zit

I: maar als het nou echt helemaal niet meer eh zou kunnen zeg maar

R: ja

I: ja wat zou u dan eh het meest missen zeg maar van het boodschappen doen?

R: als ik gekluisterd zou zijn aan t bed \*onverstaanbaar\*

I: ja bijvoorbeeld

R: uh ik kan me dat nog niet goed voorstellen

I: nee he

R: hoe dat zou zijn, het lijkt me heel erg

I: ja

R: en dan ga je denk ik uh ... weet ik eigenlijk niet

I: oke

R: dat is, we hadden het net eventjes over zekerheden, de dingen die ik voor mezelf ingecalculeerd heb is uh ook dat ik mijn hartoperatie moest ondergaan waar in mijn geval uh veel risico aan zat

I: ja

R: en heb ik wel bijvoorbeeld een euthanasieverklaring en een laatste wil verklaring ingevuld

I: oke

R: dat, dat heb ik voor mezelf vastgesteld dat ik, wat ik wel en niet wil en dat heb ik vastgelegd en bij de dokter in het ziekenhuis en ook familie en eh dat is t maar verder kan ik het niet overzien nog joh

I: nee precies nee

R: verder wil ik geloof ik ook nog niet kijken

I: ook nog niet kijken, nee ik begrijp het wel

R: ik zie dan wel hoe zich dat oplost

I: ja

R: geen idee

I: oke (lachen)

R: zal ik maar eerlijk zeggen (lachen) ik weet het niet nee

I: ja precies. En eh er zijn ook mogelijkheden om u boodschappen gewoon via internet te bestellen natuurlijk

R: ja ja

I: en wat eh vindt u daarvan? Zou u dat ook doen of?

R: nou misschien wel

I: ja

R: ja als het, als het lastig zou zijn om anderen te moeten, te moeten benaderen toch uh dan zou, zou ik dat doen, ja tuurlijk

I: oke

R: ja ja

I: oke

R: ik bedoel waarom zou je niet van die, als dat kan, kijk voor nou vind ik het flauwekul en ik vind het ook leuk om daar even heen te gaan en zo, ja niet altijd maar soms, soms een enkele keer niet, maar over t algemeen vind ik het wel leuk om daar heen te gaan

I: en waarom vind u het leuk?

R: dan kom je even onder de mensen, zie je even mensen, je ziet dingen in de winkel even en eh wat er is en eh wat je nodig hebt

I: ja

R: ik mag graag koken

I: oke

R: dus ik vind het ook leuk om zelf uit te zoeken wat ik dan wil eten

I: oke

R: ja

---