



Vlaanderen
verbeelding werkt

ORIËNTATIEGIDS NATUUR VOOR WELZIJN

Over de verwevenheid tussen het welzijn van mens en natuur

Lessen uit de praktijk van vergroening in Vlaamse zorgcentra

Liesa Lammens en Ilse Simoens

[INBO.be](https://www.inbo.be)
[natuurenbos.be](https://www.natuurenbos.be)



Wilgentunnel in Ter Heide, Genk

LEESWIJZER

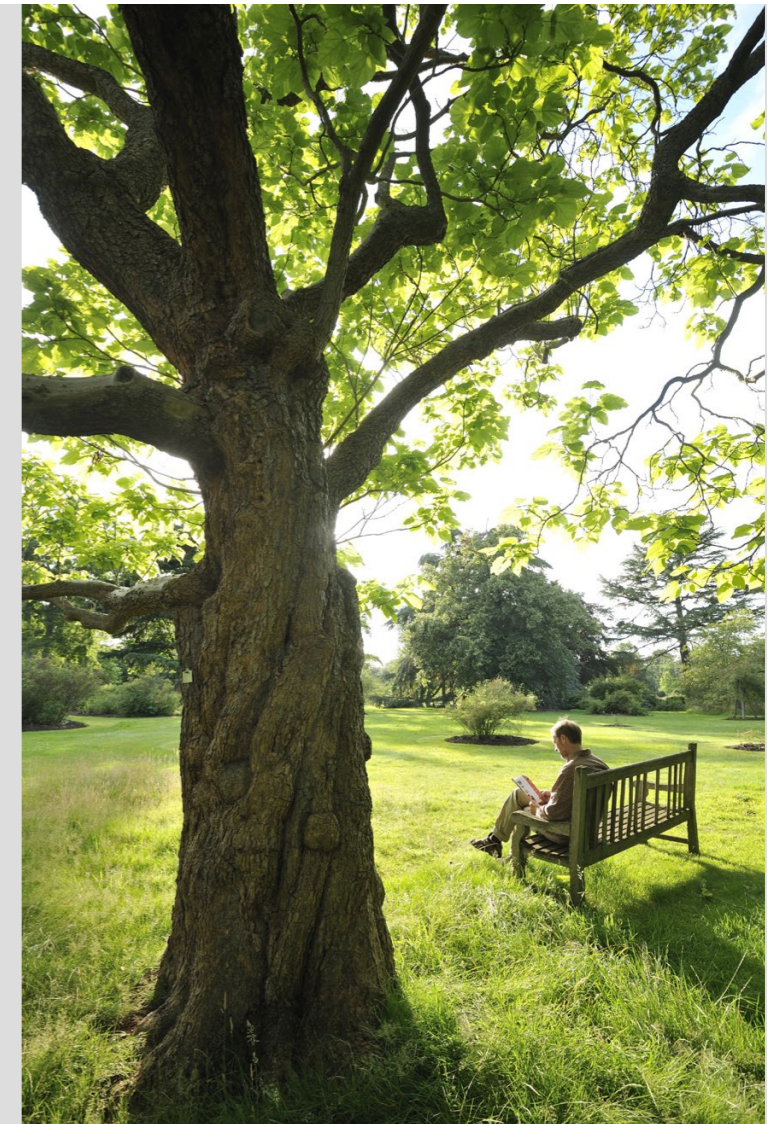
Deze gids heeft als doel het inspireren, oriënteren en steunen van onderzoek, beleid, zorgcentra en de bredere maatschappij tot een regeneratieve en duurzame weg naar welzijn voor mens en natuur. Dit document is ontstaan uit de geleerde lessen uit de praktijk van [elf zorgcentra](#) verspreid over Vlaanderen. Dit gebeurde in het kader van de samenwerking tussen het 'natuur in de stad' thema van het INBO en de projecten 'natuur in je buurt' van Natuur en Bos.

Deze oriëntatiegids richt zich in de eerste plaats tot zorgpersoneel en -directie en tot onderzoeks- en beleidsorganen binnen de Vlaamse overheid, in de tweede plaats tot de bewoners, bezoekers en groenbeheerders van Vlaamse zorgcentra, en in de derde plaats tot buurt- en natuurorganisaties, scholen en jeugdbewegingen die in de omgeving ervan liggen.

De [inleiding](#) biedt een handig overzicht van de achtergrond, opzet en bedoeling van deze gids. Deel 1 tot en met 3 zijn bedoeld voor lezers die geïnteresseerd zijn in de visie van 'natuur voor welzijn' met de focus op natuurverbondenheid en biodiversiteit in de zorg. Deel 4 geeft de methode weer of hoe dit onderzoek werd uitgevoerd. In deel 5 en 6 vindt u de [resultaten](#) en praktische [handvaten](#) om aan de slag te gaan met 'natuur voor welzijn'. [Deel 7](#) omvat de discussie en conclusie.

Na [de bibliografie](#) volgen in annex de [relevante weblinks](#). Deze laatste zijn zeker interessant indien u meer inspiratie zoekt of anderen wenst te inspireren. Elk hoofdstuk staat op zich, op die manier kan u dadelijk navigeren naar de inhoud die u zoekt.

Alvast bedankt voor uw interesse en veel leesplezier gewenst!



Lezende man op zitbank naast boom (R. Verlinde / Vilda).

INHOUDSTAFEL

1. INLEIDING	5
<hr/>	
2. VROEGER EN NU ...	8
<hr/>	
3. NATUUR VOOR WELZIJN	10
Vijf paden	11
Welzijn van de mens	13
Welzijn van de natuur	14
Natuur in zorgcentra	14
<hr/>	
4. METHODE	17
Deel 1: Semi-gestructureerde interviews	17
Deel 2: Co-creatie	18
<hr/>	
5. RESULTATEN	19
THEMA 1: Initiatiefnemers en samenwerking	20
THEMA 2: Ondersteuning en draagvlak	23
THEMA 3: Ecologische draagkracht, inrichting en onderhoud	26
THEMA 4: Expertise, kennis en ervaring	30
THEMA 5: Vermaatschappelijking van zorgnatuur	32
THEMA 6: Diverse doelgroepen en aangepaste activiteiten	35
THEMA 7: Biodiversiteit rondom zorgcentra	42
THEMA 8: Natuurverbondenheid als schakel tussen het welzijn van mens en natuur	44

INHOUDSTAFEL

6. WERKWIJZE 'NATUUR VOOR WELZIJN'	45
STAP 1: Neem initiatief en zoek ondersteuning	46
STAP 2: Zet in op participatie en communicatie	46
STAP 3: Breng de omgeving in kaart	47
STAP 4: Maak een planning	47
STAP 5: Voer het plan uit	48
STAP 6: Gebruik en onderhoud de groene omgeving	49
STAP 7: Verbreed en evalueer het proces	49
7. DISCUSSIE EN CONCLUSIE	51
BIBLIOGRAFIE	54
ANNEX 1: Relevante weblinks	55
EINDNOTEN	57
COLOFON	59

1. INLEIDING



Bels lijntje en de Kleine Klotteraard. (Y. Adams / Vilda)

Deze oriëntatiegids legt de focus op de ervaringen van de initiatiefnemers met natuur voor welzijn in de zorg en wat onderzoek, beleid, zorgcentra en de bredere maatschappij hiervan kunnen leren. Kortom, de gids bevat geleerde lessen uit de praktijk over welzijn, biodiversiteit en natuurverbondenheid in en nabij elf bevraagde zorgcentra¹ verspreid over verstedelijkt gebied in Vlaanderen.

Binnen de INBO strategische meerjarenplanning 2020-2024 is het thema 'natuur in de stad' in dit onderzoeksdomein gekozen met als doel maatschappelijke aspecten van stedelijke natuur, zoals de diversiteit in natuurbeelden en percepties tegenover ecologisch groenbeheer te onderzoeken. Hierbij is het belangrijk om het concept 'natuur' te herdefiniëren, waarbij men rekening houdt met de specifieke blik van ieder

levend wezen. 'Stedelijke natuur' kan dus een ruim spectrum van vormen inhouden die de open ruimte leefbaarder maken voor planten, dieren én mensen. Het is binnen dit thema van INBO dat dit onderzoek kadert, net zoals binnen de natuur en gezondheid werking van Natuur en Bos (ANB) en hun 'Natuur in je Buurt'² projectoproep.

1. INLEIDING

De natuur is een groene, biodiverse **omgeving** die gunstig is voor de emotionele, sociale, mentale en fysieke (ook microbiële) gezondheid van de mens. De luchtkwaliteit en de stilte die men er doorgaans vindt, zijn positief voor het welzijn, verminderen stress, bieden allerhande bewegingsmogelijkheden en meer sociaal contact. Naast beweging, ontmoeting en verplaatsing, vindt men in de natuur ook verbondenheid: het gevoel deel uit te maken van de natuur. Wanneer men zich verbonden voelt met de natuur, ervaart men minder vaak gevoelens van machteloosheid, angst en depressie en beleeft men vaker het leven als zinvol en voldoening gevend³.

Deze '**natuurverbondenheid**'⁴ versterkt niet alleen het welzijn van de mens, maar ook dat van de natuur. Wanneer men voelt dat de natuur deel uitmaakt van het eigen leven, gaat men er automatisch beter zorg voor gaan dragen en haar willen beschermen⁵. En dit heeft de inmiddels bedreigde natuur en biodiversiteit ook steeds meer nodig. Deze wederkerigheid zou weleens de ontbrekende schakel kunnen zijn tussen het welzijn van mens én natuur⁶.

Vanuit de ervaringen van gemotiveerd personeel in de zorg en wetenschappelijk onderzoek dat de preventieve en herstellende werking van groen aantoonde, lopen er in Vlaamse zorgcentra verschillende **vergroeningsprojecten**. Subsidies via de projectoproepen "Eenmalige inrichtingswerken die de sociale functie bevorderen", "Natuur in je buurt" en "Inrichting van natuur in de Vlaamse Rand" (Natuur en Bos), de plattelandsprojecten PDPO (VLM en provincies), en de preventie van agressie en vrijheidsberoving (VIPA) bieden aan verschillende natuurprojecten financiële ondersteuning⁷.

Echter, de in deze verschillende vergroeningsprojecten opgedane ervaringen blijven vaak beperkt tot de initiatiefnemers ervan. Daarom wil deze oriëntatiegids de inmiddels **geleerde lessen** uit de praktijk in de bevroegde zorgcentra breed verspreiden en biodiverse natuur en natuurverbondenheid integreren in Vlaamse zorgcentra die in verstedelijkt gebied liggen. Interviews met elf sleutelfiguren in de geselecteerde Vlaamse zorgcentra verzamelden de drijfveren, succes- en faalfactoren en waardevolle voordelen van deze projecten voor welzijn en biodiversiteit.

Uit de interviews kwamen acht overkoepelende thema's naar voor die de focusgroep nadien bevestigde. Anders dan reeds bestaande inspiratiegidsen, vertrekt deze gids vanuit de verschillende thema's die de initiatiefnemers zelf aanbrachten. Ook ligt de focus op het belang van vergroening, natuurverbondenheid en meer biodiversiteit in de zorg en wat andere zorgcentra hiervan kunnen leren. Op die manier wenst deze gids een puzzelstuk toe te voegen aan de reeds bestaande, even waardevolle documenten en instrumenten rond dit onderwerp.

Ieder zorgcentrum bevindt zich in een ander stadium van het proces: sommige zijn jaren geleden al begonnen met het aanleggen van therapietuinen of het organiseren van **activiteiten** in het groen (wandelen, ecologisch tuinieren, nestkastjes maken), terwijl andere nog in de opstartfase staan. Beide ervaringen zijn echter even leerrijk!

1. INLEIDING

Waarom, hoe en wat?

De **gouden cirkel**, die uit drie cirkels⁸ bestaat, beantwoordt de vragen 'waarom', 'hoe' en 'wat'. Deze figuur schetst het grotere kader waarin deze oriëntatiegids past.

Waarom?

Een regeneratieve en duurzame weg naar welzijn van mens en natuur.

Hoe?

Biodiverse natuur en natuurverbondenheid re-activeren in Vlaamse zorgcentra die in een verstedelijkte omgeving liggen.

Wat?

- Plaats geven aan een (meer) natuurlijke directe omgeving rond zorgcentra met oog voor de ecologische draagkracht waarin enerzijds vergroening en biodiversiteit, en anderzijds natuurverbondenheid en ontspanning in de werk -en woonomgeving versterkt worden.
- Activiteiten aanbieden en uitvoeren in de natuur die het potentieel van biodiverse natuur en natuurverbondenheid verder ontwikkelen en laten herontdekken.
- Reeds bestaande kennis en ervaring hierrond, alsook de contactgegevens van de deskundigen toegankelijk maken.
- Ondersteuning die hiervoor nodig is in kaart te brengen en organiseren.
- Initiatief, samenwerking en communicatie stimuleren en faciliteren.
- Vermaatschappelijking van het groen in zorgcentra door de buurt (bewoners, scholen, jeugdverenigingen) te betrekken bij het inrichten en gebruiken van de groene omgeving.

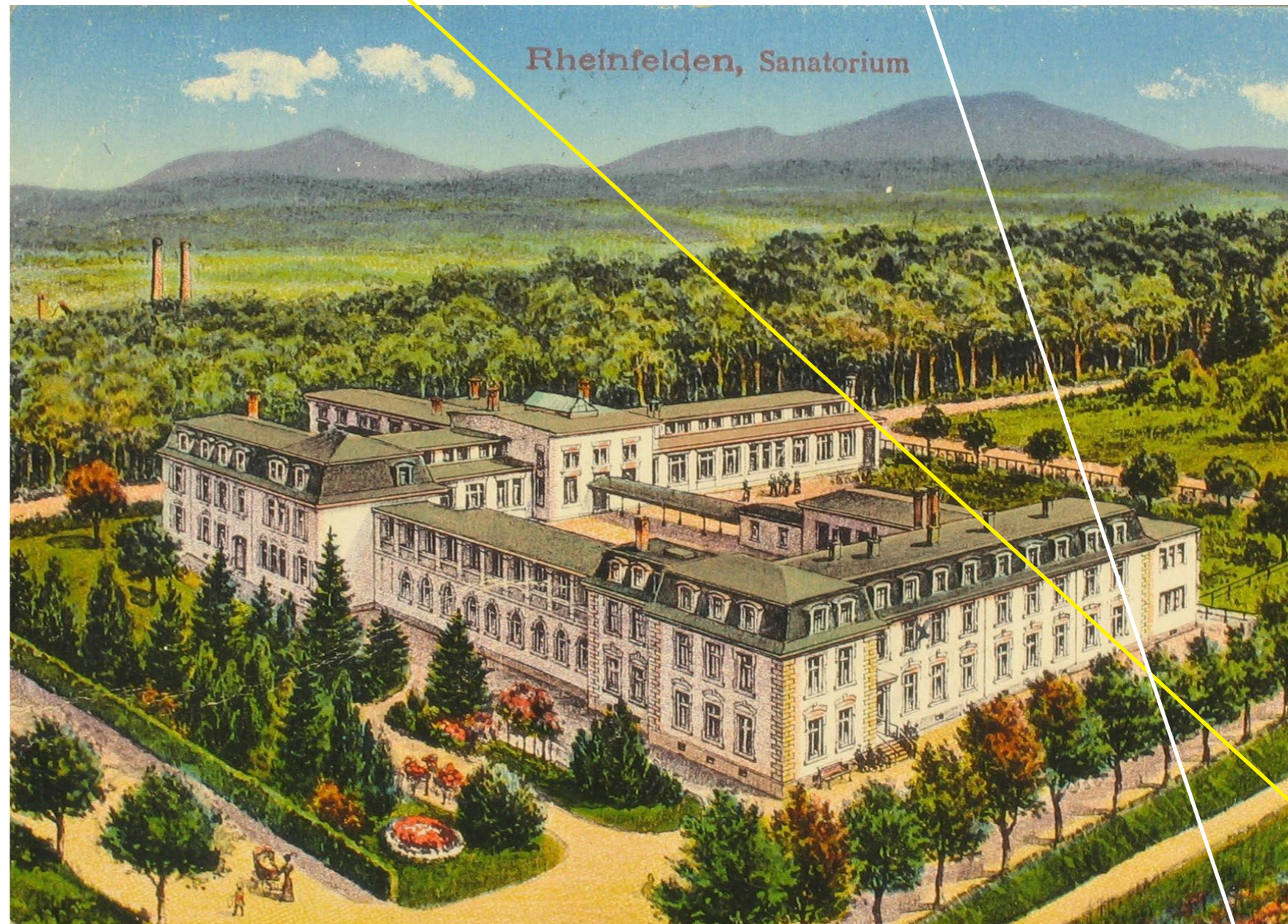


Figuur 1. Gouden cirkel gebaseerd op de *golden circle* van Simon Sinek. (L. Lammens / INBO)

2. VROEGER EN NU ...

Dat natuur in de stad belangrijk is voor het welzijn en de gezondheid van de mens was vroeger al welbekend. Cyrus de Grote legde zo'n 2500 jaar terug al tuinen aan voor ontspanning in de drukke hoofdstad van Pasargadae. Sinds mensenheugenis beschouwt men groene natuur, zonlicht, zuiver water en frisse lucht als de essentiële componenten van natuurlijke genezing in gevarieerde contexten zoals Romeinse thermen, middeleeuwse kloosters en laat negentiende eeuwse sanatoria.

In Europa bezochten welgestelde mensen al vanaf de 15^{de} eeuw kuuroorden. Ze baadden in natuurlijke wateren als middel om hun zenuwen en somatische ziekten te verzachten⁹. In de 16e eeuw schreef de Duits-Zwitserse arts Paracelsus: *“De kunst van genezing komt van de **natuur**, niet van de arts.”* En landschapsarchitect Olmsted, de ontwerper van Central Park in New York City: *“Het is een wetenschappelijk feit dat het zo nu en dan overdenken van natuurlijke scènes met een indrukwekkend karakter, gunstig is voor de gezondheid en kracht van mensen en vooral voor hun intellect”*.



Tekening: Sanatorium Rheinfelden, 1920. (Wikimedia Commons)

VROEGER EN NU ...

Vanaf de jaren 1900 beschouwde men een verblijf in het sanatorium als een behandeling van langdurige ziektebeelden zoals tuberculose¹⁰. Patiënt-georiënteerde zorg werd de focus van ziekenhuis-administratoren en -designers. Paneldiscussies op conferenties en boeken over de **therapeutische waarde** van buitenruimtes in de zorg volgden.

Ook de stijging van niet-overdraagbare aandoeningen, evenals nieuwe vormen van therapie en revalidatie vragen naar nieuwe manieren om de gezondheid van de mens te bevorderen. Dit leidde ertoe dat de onlosmakelijke banden tussen mens en omgeving de basis vormen voor een **sociaal-ecologische benadering** van gezondheid en welzijn¹¹.

De voorbije decennia toonde onderzoek aan dat **activiteiten** in een buitenomgeving het herstel en de revalidatie bevorderen. Dit heeft ertoe geleid dat men in zorgcentra wereldwijd helende en biodiverse tuinen en vegetatie inricht om zowel de genezing, het welzijn en de levenskwaliteit van patiënten/ bewoners als de biodiverse natuur, vergroening en vermaatschappelijking van zorgcentra te bevorderen. De vermaatschappelijking van de zorg in de bredere samenleving en het behoud en de bescherming van bedreigde natuur is dan ook in de opmars.

Ziekenhuizen en zorgcentra verplaatsen zich wegens plaatsgebrek steeds meer naar de stadsrand waar meer dan in de stad mogelijkheden zijn om de nabijgelegen **natuurlijke omgeving** (ook natuurgebieden) te integreren in de werking van de ziekenhuizen/zorgcentra.



Foto links: Paracelsus, 17de eeuw (Wikimedia Commons).
Foto rechts: Portret van Frederick Law Olmsted, 1893 (Wikimedia Commons).



Tijdelijke natuur in de stad. (J. Mertens / Vilda)

3. NATUUR OOR WELZIJN

Natuurverbondenheid

Volgens Lin et al., 2014 zijn de twee aspecten die de hoeveelheid contact met de natuur bepalen: de individuele verbondenheid met de natuur en de nabijheid van toegankelijke natuur. In dezelfde woonomgeving zullen mensen die zich sterker verbonden voelen met de natuur én gemakkelijk toegang hebben tot natuur vlakbij vaker en langer naar buiten gaan¹². Ook de ecologie, de studie naar relaties tussen organismen en hun omgeving, toont aan dat alle leven op aarde - planten, dieren en mensen - onderling afhankelijk is van elkaar om te overleven. Zonder aarde, water, zonlicht en lucht kan men immers niet leven.

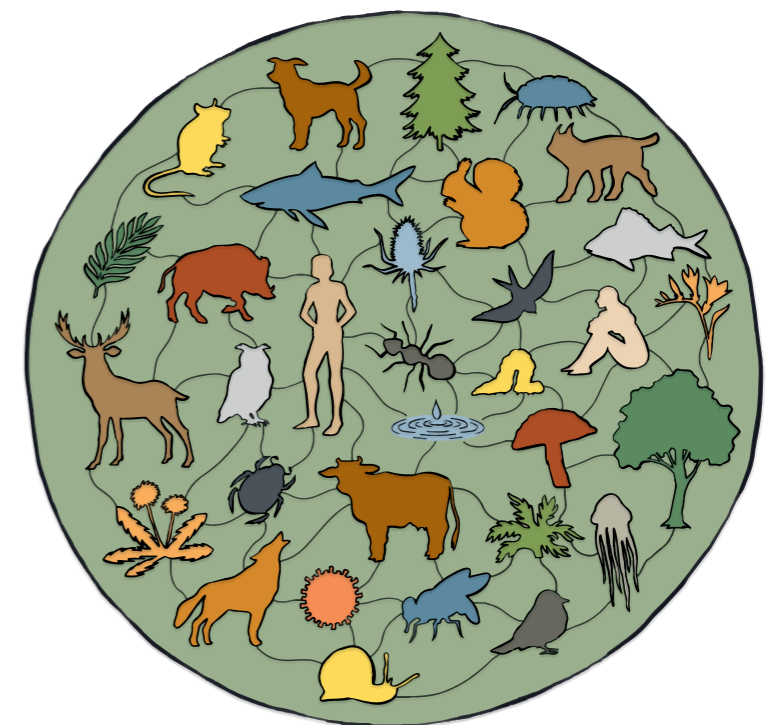
Naast deze onlosmakelijke fysieke verbondenheid met de natuur, kan men zich ook mentaal, sociaal en emotioneel verbonden voelen met de omgeving¹³: het gevoel dat de natuur deel uitmaakt van de identiteit van de mens. Dit heet 'natuurverbondenheid' (of '[nature connectedness](#)' in het Engels), een begrip dat voortkomt uit de 'biofilie hypothese' die stelt dat elke mens diep vanbinnen 'biofiel' (Grieks voor 'houden



J. Mentens / Vilda

van het leven') is. Wanneer men zichzelf ervaart als deel van een groter geheel, kan een bewustzijn en existentieel gevoel ontstaan van erbij horen, empathie en verbondenheid met alle levende wezens¹⁴.

Deze figuur visualiseert deze verbondenheid tussen alle levende wezens op aarde. Elk organisme, mier of paddestoel, wordt even groot afgebeeld om hun gelijkheid aan te tonen. In het Verenigd Koninkrijk deed men onderzoek naar deze '[nature connection](#)' met positieve resultaten tot gevolg.



Figuur 2. Voorstelling natuurverbondenheid van alle organismen op aarde, gebaseerd op het ecocentrisme van Naess, 1972. (I. Simoens / INBO)

Vijf paden

Deze natuurverbondenheid die alle organismen met elkaar verbindt, komt voort uit een gedeelde ervaring of beleving in de natuur die men niet altijd in woorden kan beschrijven. Wel is het voor iedere mens een unieke ervaring die vaak eerder impact heeft op lange termijn. Daarom is het ook duurzamer (met als gevolg de verandering van attitudes en het gedrag tegenover natuur) dan wanneer men alleen de attitudes of het gedrag zou willen veranderen.



Ondergrondse woelmuis. (R. Verlinde / Vilda)

De Britse Universiteit van Derby ontwikkelde **vijf paden** tot natuurverbondenheid: activiteiten die de ervaring hiertoe kunnen oproepen of versterken¹⁵. Zie ook [dit filmpje](#).

1. Zintuiglijke beleving.

- Trek de natuur in en open je zintuigen.
- Raak bomen aan, luister naar fluitende vogels, kijk naar een eekhoortje, ruik de bloemen of dennennaalden en voel de wind op je gezicht.

2. Emotie opwekken.

- Reflecteer en praat over je gevoelens voor de natuur.
- Laat je verwonderen door de verscheidenheid aan bomen, bloemen en kleuren in een bos.
- Sta stil bij de verandering van de natuur in de seizoenen.
- Laat je emoties toe. Kom jezelf tegen als deel van de natuur.

3. Esthetisch genieten.

Geniet van een natuurlijk landschap, de schoonheid van een vlinder, een bloem, een boom.

4. Betekenis zoeken.

- Laat je inspireren door de natuur in literatuur, schilderkunst, architectuur.
- Maak gebruik van de symboliek van de natuur.
- Filosofer over wat natuur voor jou betekent.

5. Medeleven oproepen.

- Leef mee met de natuur. Welke acties kan je zelf ondernemen?
Bijvoorbeeld: print minder, vermijd plastic verpakkingen, koop ecologische producten, recycleer je afval, hergebruik je spullen, koop minder kleding, wees zuinig met water, neem vaker je fiets, zet je computer uit.

NATUUR VOOR WELZIJN

Een zesde pad, positieve ervaringen met natuur in de **kindertijd**, zou hieraan toegevoegd kunnen worden. Activiteiten in de wilde natuur zoals spelen in het bos, kamperen, jagen of vissen tijdens de kindertijd dragen bij aan het milieubewustzijn -en gedrag van volwassenen.

Ook geregeld deelnemen aan al dan niet door natuurverenigingen georganiseerde [activiteiten](#) zoals bloemen plukken of kweken, bomen of zaden planten en zorgen voor planten en (huis) dieren in de kindertijd versterken bovendien de emotionele verbondenheid met de natuur. Deze positieve ervaringen stimuleren dan weer tot het vaker opzoeken van de natuur¹⁶ en een positieve attitude ontwikkelen tegenover de natuur en haar te willen beschermen.

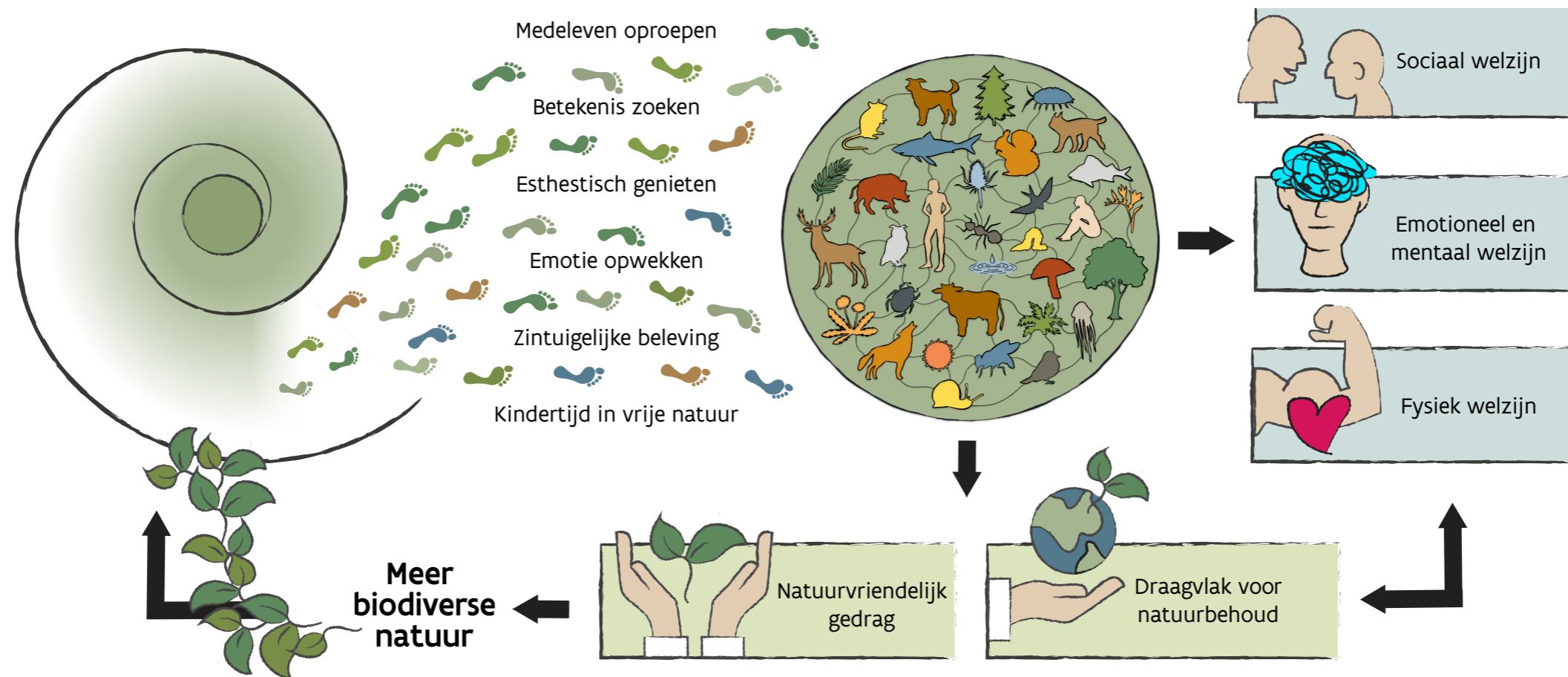
Het is dan ook belangrijk dat de omgeving van de kinderen (ouders, grootouders en leerkrachten) hen aanmoedigt om veel buiten te spelen en de natuur in de tuin en buurt te ontdekken, zich vuil te maken, en voornamelijk ongestructureerd, vrij (dus zonder ouderlijk toezicht indien dit veilig kan gebeuren) te spelen¹⁷.



Spelen in het bos. (J. Mertens / Vilda)

Welzijn van de mens

Wie vaak in contact komt met de natuur haalt daar een groot aantal voordelen uit. Ook voor de sociale, emotionele, cognitieve en motorische **ontwikkeling** van kinderen is regelmatig contact met de natuur van vitaal belang¹⁸. Groen zorgt ervoor dat men zich gelukkiger voelt, meer verbinding voelt met andere mensen en meer voldoening haalt uit het leven.



Figuur 2: Opwaartse spiraal van natuurverbondenheid, de zes paden ernaartoe, en de positieve gevolgen hiervan op menselijke welzijn en de natuur. I. Simoens, L. Lammens / INBO)

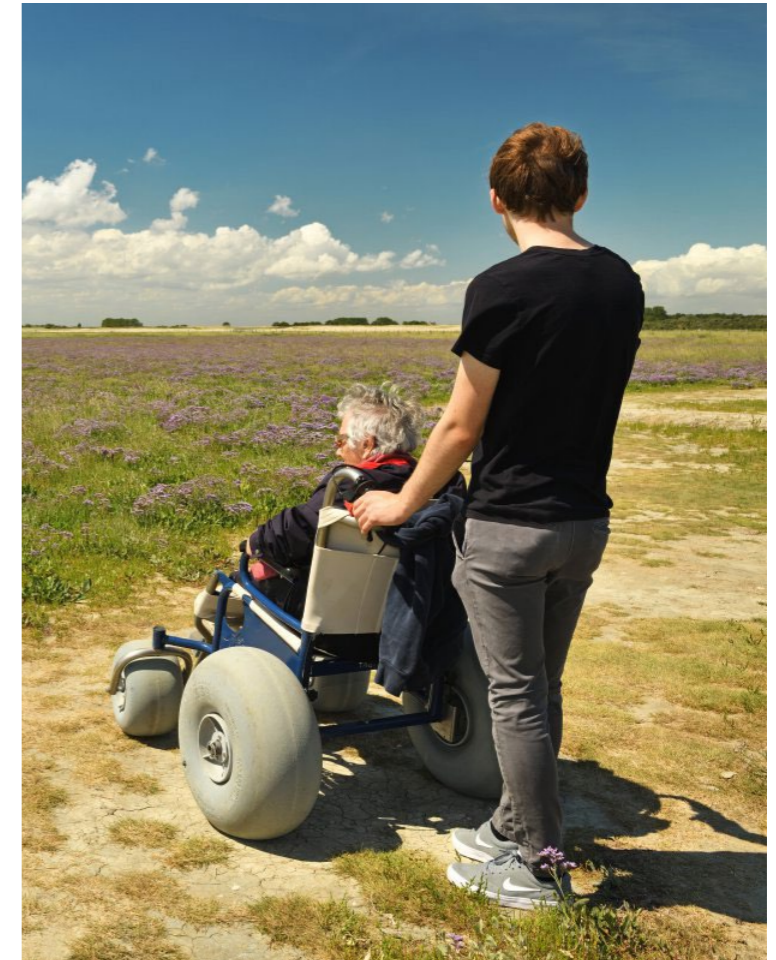
Welzijn van de natuur

Natuurverbondenheid kan men dus zien als een weg om niet alleen het eigen mentaal en fysiek welzijn te verbeteren, maar ook die van de planeet en dus van de natuur en de biodiversiteit. Meer aansluitend bij niet-westerse zienswijzen gaat het uit van een houding ten opzichte van de natuur die is ingegeven door oprechte eerbied voor de aarde, mededogen en **respect** voor alle levende wezens zonder onderscheid te maken tussen de mens en andere levende organismen.

Wanneer men ervan uitgaat dat de mens deel uitmaakt van een groter geheel (de voorouders, bomen, dieren en de planeet) en hiermee onlosmakelijk in verbinding staat, voelt men een **wederzijdse verantwoordelijkheid** en kan men het persoonlijk welzijn niet los zien van dat van de wereld. Dit staat nog haaks tegenover het westerse gedachtegoed waarin de mens en de natuur los van elkaar worden gezien omwille van het willen 'beheersen' van de natuur door de mens. Dit bewustzijn en zich verbonden voelen met natuur leidt tot meer natuurvriendelijk gedrag en een groter draagvlak voor natuurbehoud -en herstel¹⁹. Dit komt op zijn beurt de biodiversiteit ten goede.

Natuur in zorgcentra

Wanneer men zich in een gezondheidscrisis bevindt, vraagt men om hulp. **Gedragsverandering** is op dat moment en op die plaats vaak gewenst, omdat de nood hoog is. Als men op dat moment toegang heeft tot de natuur en hier positieve ervaringen beleeft, kan men dit ook gemakkelijk integreren in het dagelijkse leven. Ondersteuning hiertoe vanuit de directie en het medisch personeel verhoogt de slaagkans om dit in de praktijk te brengen.



Revalidatiepatiënte in terreinrolstoel op de Zwinvlakte.
(Y. Adams / Vilda)

NATUUR VOOR WELZIJN

Ook de architectuur van zorgcentra kan bijdragen aan de **verbinding** met het landschap en hierdoor uitnodigen om vaker naar buiten te gaan en met de groene buitenruimte in contact te staan.

De verwevenheid tussen biodiverse natuur en genezing aangetoond door onderzoek²⁰ heeft geleid tot de inrichting van helende omgevingen zoals bijvoorbeeld therapeutische tuinen in de buitenruimtes van zorgcentra. De doelstelling van deze therapeutische tuinen is voldoen aan de **behoeften** van de gebruikers, voornamelijk voor hun welzijn en genezing. **Inspiratie** hierover zijn zowel in Vlaanderen als wereldwijd en sectoroverschrijdend (zorg, scholen, bedrijven) te vinden. Neem zeker eens een kijkje bij de elf bevraagde [zorgcentra](#) waarvan sommigen online te bewonderen zijn:²¹ [UZA](#), [ZNA Joostens](#), [Steenbrugse bosjes](#).



Foto links boven: Uitzicht op kippenhok vanaf houten zitbank.

Foto links onder: Dierenweide in aanleg.
Pc Bethanië, Zoersel.

Foto boven: Houtsnijwerk van een eekhoorn.
Steenbrugse Bosjes, Oostkamp. AZ Sint-Lucas
(domein Natuur en Bos).²²

INSPIRATIE GROEN EN BIODIVERSITEIT²³

- **In de Vlaamse zorg:**
 - [Inspirerende voorbeelden van welzijnsgroen - VIPA](#)
 - [Programma Natuur in de zorg: presentaties en filmpjes](#)
 - [Revalideren in het bos: toegankelijke natuur voor iedereen](#)
 - [Het gras wordt groener in de zorg](#)
 - [Zorgtuin in Alfons Smet residenties te Dessel, Snoezelbossen, Zorghatuur](#)
 - [Zorgwijzermagazine](#)
- **In Vlaamse scholen:**
 - [Groene speelplaats, Natuurlijke speelplaats, Natuurlijke en avontuurlijke speelplaats](#)
 - [Positief effect van biodiversiteit in en rond de school](#)
 - [Groene Vlag Eco-schools](#)
 - [MOS, duurzame scholen, straffe scholen](#)
 - [Infiches scholen: natuur en welbevinden in de stad, Activiteitenfiches biodiversiteit op school](#)
- **Op Vlaamse bedrijventerreinen:**
 - [Zelf aan de slag](#)
 - [Tips voor je bedrijf](#)
 - [Inspiratiegids bedrijven](#)
- **In het buitenland:**
 - [Het biofilische Khoo Teck Puat hospital van Singapore](#)
 - [Het Outdoor Care Retreat, een zorg centrum dat werd gebouwd met de steun van het Universiteitsziekenhuis van Oslo en de Friluftssykehuset Foundation](#)
 - [De zorgcentra in Busselton, Brisbane, Perth, New South Wales en Queensland \(Australië\)](#)
 - [De voordelen van een groene buitenruimte rond scholen in Zeeland \(Nederland\) door IVN.](#)

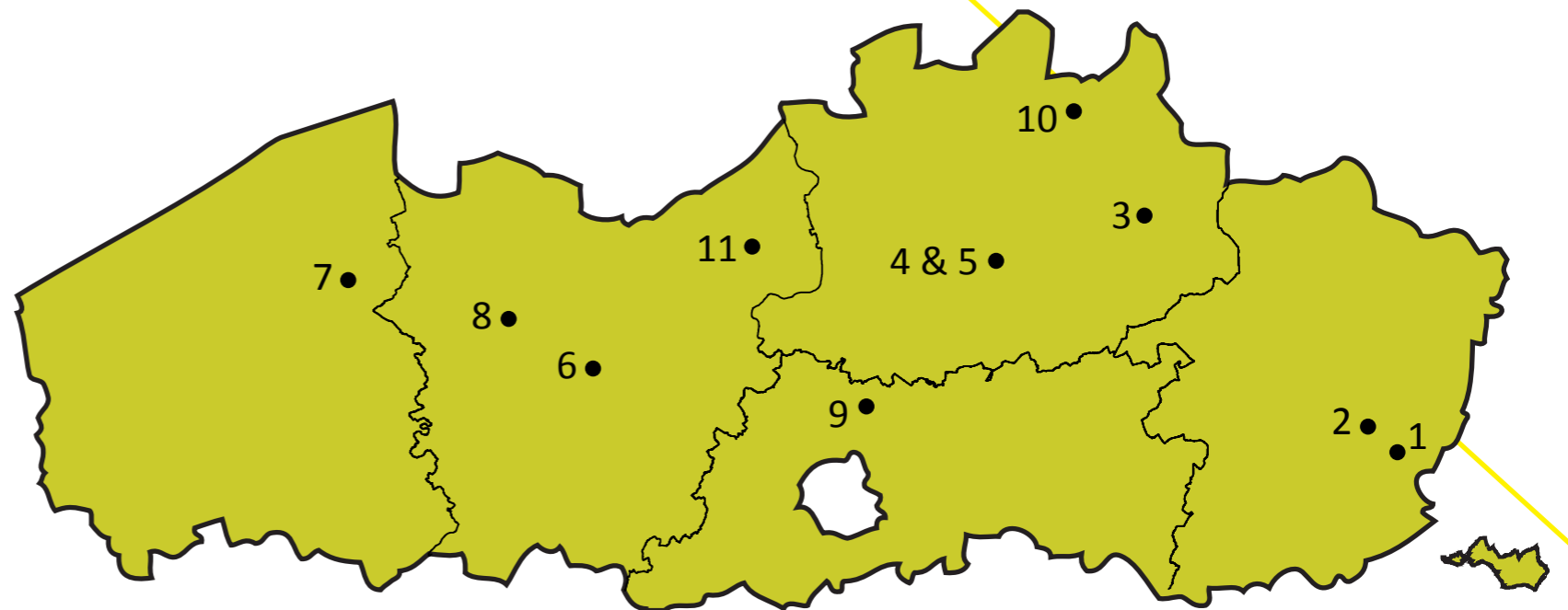
4. METHODE

Deel 1: Semi-gestructureerde interviews

Elf semi-gestructureerde interviews vonden plaats in zorgcentra in een verstedelijkt gebied verspreid over Vlaanderen. De bevroegden waren telkens initiatiefnemers of uitvoerders van enerzijds een aantal door Natuur en Bos gesubsidieerde en anderzijds van een aantal zorgcentra die reeds bezig zijn met vergroening. Dit resulteerde in een breed overzicht van het proces, de ervaringen en resultaten van de projecten. Vanwege de covid 19-crisis vonden de interviews meestal buiten plaats, wat ook aansluit bij het onderwerp van dit onderzoek.

Deze interviews bestonden uit een gesprek, dat de huidige situatie en het proces hiernaartoe bevroeg. Door het gesprek vanuit een open, nieuwsgierige houding aan te gaan, kreeg de interviewer spontaan te horen wat er acuut leeft in het project. Door verder **verdiepende vragen** te stellen kwam ook het volledige proces van het project naar boven en de succes- en faalfactoren waaruit men verder kan leren.

1. Ziekenhuis Oost-Limburg, Genk
2. IGL Ter Heide, Genk
3. De Liereman, Kasterlee
4. Joostens ZNA, Campus Middelheim, Zoersel
5. Joostens ZNA, Campus Middelheim, Zoersel
6. Groep St. Franciscus, Oosterzele
7. AZ St. Lucas, Brugge
8. AZ Alma vzw, Eeklo
9. AZ Jan Portaels, Vilvoorde
10. Natuurpunt Beheer vzw, Merkplass
11. Stadsbestuur Sint-Niklaas, Nieuwkerken Sint-Niklaas



Figuur 3: Kaart Vlaanderen: locaties van de elf afgenomen interviews. (L. Lammens / INBO)

De interviews werden op thematische wijze geanalyseerd. Een eerste cyclus isoleert en beschrijft de relevante thema's uit het verzamelde materiaal. Deze thema's die zeer aanwezig waren en vaak terugkwamen tijdens de interviews. In een volgende stap werden de argumenten die tijdens de interviews verwoord werden steeds aan een thema toegewezen.²⁴

In de samenleving leeft de discussie hoe men de natuur kan inzetten ten voordele van het menselijk welzijn. De wederkerigheid van dit onderwerp, namelijk de voordelen hiervan voor de natuur zelf, blijft vaak onuitgesproken. Daar het duurzaam behoud en herstel van natuur en het draagvlak hiervoor een onmisbare schakel is, belicht deze gids ook de notie van natuurverbondenheid.

Dit identificeert momenteel namelijk als kwaliteitsvolle schakel tussen het **welzijn van natuur en mens** en de verweving/gelijkschakeling van beide op lange termijn. Aan de hand van een schema lichtte men op het einde van het gesprek en luisterde men naar de reactie van de bevrageden.

Deel 2: Co-creatie

In een tweede fase bezorgde men een tussentijdse versie van de oriëntatiegids naar alle bevrageden en enkele bredere betrokkenen gestuurd. Daar dit werk een co-creatie is waar het materiaal hoofdzakelijk vanuit de interviews vloeit, is het noodzakelijk dat de bevrageden zich kunnen terugvinden in de analyse. In een tweede fase volgden twee **focusgroepen** waarvoor de geïnterviewden werden uitgenodigd. Ook de geïnterviewden die aan de inspiratiegids 'Natuur met Zorg' van de Regionale landschappen meewerken, kregen het document toegestuurd en werden uitgenodigd voor een focusgroep waarin de thema's werden afgetoetst, verhelderd en bijgewerkt.

In de focusgroep konden de aanwezigen kennismaken met elkaar, zowel in duo als in de grotere groep, en men deed een oefening natuurverbondenheid ("als je in de natuur gaat, wat doet dat met je?") waaruit de link bleek tussen de persoonlijke ervaring in en met de natuur (bvb. verwondering) en die op het werk (personeel kan zich er in opladen). De feedback over de resultaten, dat uit deze focusgroepen kwam werd zo goed als mogelijk geïntegreerd in deze gids. Zo verwees men steeds naar de positieve invloed van de natuur op het herstelproces van de bewoners/patiënten en op het belang van de combinatie van zorg en natuur. Ook vroeg men bijvoorbeeld naar een lijst van experts of ervaringsdeskundigen die kan men nu ook kan terugvinden bij 2B Connect (Interreg).

Op die manier ontstond dit product vanuit een co-creatieve samenwerking op maat van de noden op het terrein. Ook het in deze gids gepresenteerde **fotomateriaal** werd hoofdzakelijk door de bevrageden aangeleverd om hun participatie en betrokkenheid in dit onderzoek te bevorderen en vooral om een aantal goede voorbeelden aan te bieden aan de lezers. Beelden zeggen immers vaak meer dan woorden, zeker als het gaat over lessen uit de praktijk.

5. RESULTATEN



Land art met wilgentakken. (Y. Adams / Vilda)

Uit de interviews kwamen de volgende acht overkoepelende thema's naar voor:

- Thema 1: Initiatiefnemers en samenwerking
- Thema 2: Ondersteuning en draagvlak
- Thema 3: Ecologische draagkracht, inrichting en onderhoud
- Thema 4: Expertise, kennis en ervaring
- Thema 5: Vermaatschappelijking van zorgnatuur
- Thema 6: Doelgroepen en aangepaste activiteiten
- Thema 7: Biodiversiteit rondom zorgcentra
- Thema 8: Natuurverbondenheid als schakel tussen het welzijn van mens en natuur

THEMA 1: Initiatiefnemers en samenwerking

Elk van deze thema's komt voort uit hetgeen de respondenten hebben verteld tijdens de afgenomen interviews. Hieruit kwamen een scala aan inzichten, praktijkervaring en raadgevingen die kunnen dienen voor onderzoek, beleid, praktijk en de bredere maatschappij. Dit maakt het mogelijk om per thema enkele concrete adviezen te formuleren die de moeite waard zijn voor toekomstige projecten.

Deze thema's werden ook tijdens de focusgroep bij de bevroagden afgetoetst, besproken en bevestigd.

Het eerste thema dat uit de interviews naar voren kwam, bespreekt de rol van de initiatiefnemers en inspiratoren bij de opstart van de projecten.



Aanleg vlindertuin en insectenhotel. Vordensteinpark, Schoten. Domein Natuur en Bos.

Initiatief

Het initiatief en de inspiratie voor deze projecten komt meestal van het personeel. Het is vanuit de persoonlijke ervaring in en met de natuur dat de bevroagden heel gemotiveerd zijn de natuur een plaats te geven in de dagbesteding en/of therapie met de bewoners van het zorgcentrum/ziekenhuis.

Indien hun leidinggevenden hen ondersteunen om 'natuur voor welzijn' op te nemen, werken de bevroagde personeelsleden vanuit **enthousiasme** vaak overuren. Ze zijn gemotiveerd om de bewoners meer in contact te brengen met de natuur. Op verschillende locaties vertelden therapeuten zoals

psychologen, ergotherapeuten, en kinesitherapeuten dat ze weleens op eigen initiatief met bewoners/patiënten naar buiten gaan. Dit zijn vaak kleine stappen die voordien niet mogelijk waren en daarom ook zeker een vooruitgang betekenen.

Samenwerking

Uit de interviews werd duidelijk hoe waardevol de samenwerking tussen partners uit de zorg en uit de natuursector was. Partners zoals Natuur en Bos van de Vlaamse overheid (ANB), Regionale Landschappen, Natuurpunt en de VLM werden hierbij meermaals genoemd.

Vanuit de zorgsector zou men graag willen inzetten op een groenere omgeving voor het welzijn van de bewoners/patiënten en het personeel, maar men weet nog niet hoe men dit het best zou aanpakken. Omdat de personeelsleden professioneel opgeleid zijn voor de zorgsector, hebben ze echter vaak minder kennis over biodiversiteit en de ecologische werking van de natuur.

Ook hebben de bevroegden vaak geen toegang tot een overzicht van het onderzoek naar de relatie tussen natuur en welzijn, hoe andere zorgcentra/projecten dit aanpakken, welke **ervaringsdeskundigen** hiermee bezig zijn, hoe hen te contacteren en via welke natuurinrichting en -activiteiten in het groen ze hun doelen zo effectief mogelijk kunnen bereiken. Sommigen gaven aan dat het lang duurde om de juiste contactpersonen te vinden. Dit gaat meestal ten nadele van de aanplanting van biodiverse natuur, omdat men voorrang geeft aan de aanleg van paden voor het gebruik van de mens. De toegang tot een overzicht van ervaringsdeskundigen en hun contactgegevens zou dit kunnen voorkomen.

Deze factoren leiden ertoe dat het voor hen niet evident is om hierrond een goed onderbouwd project op te zetten. Ook voor de natuursector is deze samenwerking met de zorgsector zeer belangrijk, omdat ze veel minder weet hebben over de werking van de zorgcentra en de mogelijkheden die er zijn om de natuur in hun werking een plaats te kunnen geven.

Relaas van een onderdirecteur (ziekenhuis)

We gaan dagelijks naar buiten, soms ook naar het dorp of de bibliotheek. De oudere mensen krijgen dan wat anders te zien en leven op. We merken dat mensen waarmee het voordien niet zo goed ging, veranderen als ze buiten zijn: ze ondervinden meer rust en vertellen iets. De prikkels van buiten worden als positiever ervaren dan die van binnen.”



Lavendelhei. (L. Soerink / Vilda)

De bevroagden gaven meermaals aan dat de samenwerking heel verrijkend is, en dat ze hierdoor nieuwe **kennis en inzichten** ontwikkelden die zonder deze samenwerking waarschijnlijk niet mogelijk zouden zijn.

Communicatie

Het is van belang dat personeelsleden met elkaar communiceren over hun initiatieven en ideeën, en dat ze deze ook naar de buitenwereld toe kunnen communiceren via allerhande kanalen zoals sociale media, website, e-mail, infoborden en evenementen.

Adviezen

- Zoek inspiratie bij het eigen personeel en creëer netwerken met andere zorgcentra.
- Werk het project uit vanuit de basis en laat van daaruit meer ideeën groeien. Zo is de kans van slagen groot.



Nestkastje voor wilde bijen. (R. Verlinde / Vilda)

THEMA 2: Ondersteuning en draagvlak



Wilgentunnel. Ter Heide, Genk.

Het tweede thema betreft ondersteuning en draagvlak. Ondersteuning is nodig op verschillende niveaus (moreel, financieel, sociaal) die onlosmakelijk met elkaar verbonden zijn.

Morele en sociale ondersteuning

De bevroagde initiatiefnemers vertellen over het belang van ernstig genomen worden en het ontvangen van voldoende morele ondersteuning om hun project rond 'natuur voor welzijn' te kunnen verwezenlijken. Het vraagt moed van de initiatiefnemers om dit 'natuur voor welzijn' project aan te brengen in hun team als dit niet binnen hun bevoegdheid ligt en afwezig is in het zorgcentrum/ziekenhuis.

De bevroagden stellen dan ook de vraag of er in Vlaanderen voldoende kanalen aanwezig zijn waarbij de zorginstellingen terecht kunnen, en of die kanalen voldoende sterk onderbouwd zijn (bijvoorbeeld Natuur en Bos, Regionale Landschappen, VLM, Natuurpunt, et cetera).

De initiatiefnemers leerden tijdens het proces hoe belangrijk het was om **goede voorbeelden** van andere zorgcentra te tonen, heel concreet te kunnen aangeven hoe de realisatie stap voor stap mogelijk is, en hoeveel dit geheel zou kosten. Omdat men deze gegevens in enkele projecten niet helder van het begin af aan communiceerde, heeft men het project vaak op verschillende manieren begrepen en ingevuld en kwam men slechts moeizaam tot eensgezindheid. Het is daarom van groot belang dat dit initiatief ondersteund wordt in de aanwezige hiërarchie van het zorgcentrum en dat de initiatiefnemers alle ruimte en steun ontvangen die ze nodig hebben om hun project uit te werken.

Daarnaast is het ook noodzakelijk dat alle mogelijke betrokkenen op de hoogte zijn van het project en dat er meerdere personen actief betrokken zijn. Hierdoor ontstaat uitwisseling en creativiteit die dit project verder voeden, dragen en verstevigen. Op die manier krijgen de verschillende capaciteiten - die soms nog niet zichtbaar zijn bij collega's - een plaats en worden ze naar waarde geschat. Zo kan men gebruik maken van alle kennis die al bij het personeel leeft en ontstaan er nieuwe **netwerken**. Het is belangrijk om in toekomstige projecten de bewoners/patiënten van de zorgcentra en de buurtbewoners in dit verhaal te betrekken. Zo krijgen ze de mogelijkheid om als vrijwilliger mee te werken en denken. Op die manier is er vermaatschappelijking van de zorg (hierover later meer) mogelijk.



Bloemenweide. PC Bethanië, Zoersel.

Relaas van een directeur (woonzorgcentrum)

“We hadden geen overzicht over de financieringsmogelijkheden voor dit soort projecten. Hierdoor is dit project uit een gelukkig toeval ontstaan. Het zou de moeite zijn om de verschillende subsidies voor dit soort project te kennen, om hierop gericht te kunnen inspelen.”

Relaas van een beleidsadviseur architectuur (ziekenhuis)

“Het is heel belangrijk om aan anderen te vertellen waarmee men bezig is zodat de mensen die hier ook interesse rond hebben elkaar kunnen vinden. Mijn enthousiasme en gedrevenheid werd volledig door de directeur gesteund, anders had ik dit niet kunnen waarmaken. Ook om hier open over te kunnen vertellen heeft men ondersteuning nodig.”

Financiële ondersteuning

Uit de interviews blijkt dat het beleid van zorgcentra ‘natuur voor welzijn’ momenteel nog niet als noodzaak beschouwt en er daardoor enkel op inzet wanneer er zich een opportuniteit voordoet.

Dit betekent ook dat ‘natuur voor welzijn’ meestal in de vorm van **projecten** aanwezig is en nog weinig geïntegreerd is in de reguliere werking en visie van de zorgcentra. Projecten worden hierdoor niet van bovenaf/top-down gestuurd en de initiatieven ontstaan veelal vanuit het enthousiasme van het personeel dus **‘bottom-up’**. Hierdoor zijn deze projecten voornamelijk gedragen door de uitvoerders als zij hiervoor de toestemming en ondersteuning krijgen, maar nog onvoldoende breed ondersteund in de visie van de zorgcentra. Dit zet de duurzaamheid van deze projecten onder druk.

Doordat de huidige projecten steeds ontstaan vanuit een opportuniteit vanwege bepaalde **subsidies** is het de vraag welke plaats ‘natuur voor welzijn’ in zorgcentra zal innemen in de toekomst.

Financiële ondersteuning zoals de **‘Natuur in je buurt’** subsidie van Natuur en Bos biedt ‘natuur voor welzijn’ vandaag de dag een plaats in meerdere zorgcentra. De bevrageden geven aan dat zorgcentra het financieel vaak niet breed hebben en dat het project zonder deze subsidie niet mogelijk was geweest. Doordat men er subsidiëring en aandacht van buitenaf aan besteedt, nemen de zorgcentra deze projecten ernstig. Hierdoor ontstaat bij het personeel een groter enthousiasme en draagvlak, en groeit er een betere samenwerking met partners die waardevolle kennis en ervaring delen. De aanvraag van **subsidie-dossiers** loopt echter nog vaak omslachtig, tijdsintensief en eist specifieke vaardigheden die vaak afwezig zijn bij het personeel van zorgcentra, waardoor men goede ideeën soms niet kan realiseren.

Het aanbieden van **subsidies** voor vergroeningsprojecten die goed in de markt liggen, en inspelen op de huidige trend van vergroening zorgt voor een positief imago. Dat zou kunnen leiden tot het ontwikkelen van ‘prestigeprojecten’ waarin het brede draagvlak, de duurzaamheid, kwaliteit en intrinsieke motivatie ontbreken. Subsidiedossiers opmaken valt buiten de werkopdracht van zorgvoorzieningen en vormt

daarom vaak een drempel waarbij meer ondersteuning nodig is vanuit het beleid.

Adviezen

- Maak een duidelijk plan met doelstellingen, een prijskaartje en concrete antwoorden op de vragen ‘waarom?’, ‘wat?’ en ‘hoe?’ die men vervolgens aan de directie kan voorleggen.
- Vorm een werkgroep met collega’s, bewoners en directie, en nodig ervaringsdeskundigen uit.
- Zoek goede externe partners met expertise in biodiversiteit zoals Natuur en Bos, VLM, Plattelands Loket (via provincies), Bosgroep, landschapsarchitecten en Regionale Landschappen voor financiële en praktische steun en voor de planning en uitvoering van de inrichting (zie subsidieregister, is nog in de maak). Werk samen met lokale groenbeheerders.
- Organiseer opleidingen (bvb. door Inverde) en studiedagen voor het personeel.

THEMA 3: Ecologische draagkracht, inrichting en onderhoud



Duurzame picknickbank. Ter Heide, Genk.

Een volgend, vanzelfsprekend maar daarom niet minder belangrijk thema is de ecologische draagkracht van de groene omgeving, de inrichting en het onderhoud ervan.

De interviews tonen het belang van een evenwicht tussen de behoeften van de doelgroep en de draagkracht van de omgeving. Daarom is het nodig dat initiatiefnemers van natuurgerichte activiteiten, beheerders van groene ruimtes en diensten ruimtelijke ordening al bij de aanvang van een natuurproject met elkaar overleggen en expertise uitwisselen om bijvoorbeeld onderhoudsvriendelijker in te richten. Hierdoor kan een win-win ontstaan waarbij zowel de natuur als de gebruikers en bezoekers van zorginstellingen hiervan voordeel ondervinden: een natuurvoordeel enerzijds en anderzijds de natuur die een nood van de maatschappij/zorgsector invult. Deze win-win kan motiveren.

Deze **uitwisseling** gebeurt momenteel nog onvoldoende, maar overheden kunnen dit faciliteren via bijvoorbeeld een lerend netwerk. Men kan hiervoor subsidies inzetten. Het doel hiervan is

samen de knelpunten en mogelijkheden identificeren en op basis daarvan concrete en haalbare oplossingen ontwikkelen. Die houden rekening met zowel de draagkracht en specifieke aard van de natuurlijke omgeving als met de wensen en behoeften van het personeel en de bewoners. Het bewust aanleggen van meer groen en bos kan het aantal toegankelijke en duurzame groene ruimtes en de deelname aan activiteiten erin verhogen.

De ondervraagden haalden verschillende redenen aan waarom groene ruimte belangrijk is om mee te nemen in de planning van de groene omgeving in en nabij de zorgcentra, maar deze mogelijkheid ontbreekt nog in de **richtlijnen**²⁵ van de zorgcentra. Er is dus nog nood aan een gedegen **visie** over het ontwerp, de uitvoering en het beheer van de groene omgeving. Biodiversiteit zou al vroeg conceptueel betrokken kunnen worden bij het ontwerp van het natuurproject zodat bewuste keuzes worden gemaakt.

De initiatiefnemers die nu als pioniers het domein van de natuurgerichte zorg verkennen, benadrukken dat de **natuurlijke en diverse aard van de omgeving** het succes van hun activiteiten bepaalt. Hoe natuurlijker en diverser de omgeving is, hoe meer ze bijdraagt tot de therapeutische doeleinden van de activiteiten. Dat is geen verrassing aangezien de gezondheidsbevorderende rol van de natuur centraal staat bij

Relaas van eenhoofdverpleger (woonzorgcentrum)

“Het gebouw is omgeven door een grote tuin met een vijver en ligt in het dorp waardoor de omgeving ook door bewoners van de buurt gebruikt wordt om in de tuin te wandelen. De ligging is doorslaggevend.”

“Het is essentieel om ervoor te zorgen dat er mensen zijn die deze tuin onderhouden. Momenteel zijn er enkele vrijwilligers. Het is wel van belang dat dit duurzaam is. Soms komen er ook mensen van de psychiatrische instelling Bethanië met patiënten om hier de tuin te onderhouden. Dit zien wij als een win-win situatie.”



Aanleg bloemenweide met terras aan pomphuis (links na , rechts voor). PC Bethanië, Zoersel.



dit soort activiteiten en de diversiteit van de omgeving verschillende soorten activiteiten mogelijk maakt voor diverse doelgroepen. Tegelijkertijd zetten de activiteiten van de deelnemersgroep ook druk op het ecosysteem in de omgeving. Soms treedt er een conflict op tussen de wensen van de initiatiefnemers en de limieten van het ecosysteem. Wat de **natuur -en bos regelgeving** precies inhoudt, is niet altijd even duidelijk voor de zorgvoorziening.

In grote zorgcentra is soms een **architect** werkzaam die veel voeling heeft met wat er leeft in het zorgcentrum/ziekenhuis, die kan inspelen op de noden van het moment en er ook een netwerk uitbouwt. Op die manier kan een architect de continuïteit en gedragenheid van 'groen voor welzijn' initiatieven garanderen. Voorwaarde hiertoe is wel dat deze architect ook aandacht heeft voor de integratie van biodiversiteit in het zorgcentrum. Vaak is dit nog niet het geval.

Door in het zorgcentrum bewust aandacht te geven aan het zicht van de bewoners/patiënten en het personeel op de groene ruimte en informatie erover aan te bieden, kan men de **binnen- en buitenruimte met elkaar verbinden**. Zo richtte men bijvoorbeeld naast de ingang van het AZ Sint-Lucas in Brugge een ruimte in die via foto's van het ernaast liggende bos en een boomstam de bewoners aanmoedigt om het te bezoeken. De inrichting met zitbanken en de nabije locatie van het bos zorgen ervoor dat deze plek toegankelijk is voor de bewoners/patiënten of het personeel om er rust, stilte of sociaal contact op te zoeken of om er therapeutische -en evaluatiegesprekken te voeren.

Indien het eigen personeel het onderhoud uitvoert, groeit ook de expertise hierrond in het zorgcentrum en ontwikkelt dit **eigenaarschap**.

In zorgcentra waar de bewoners langdurig verblijven, is het een goed idee om **activiteiten** te organiseren waarin de bewoners actief kunnen meewerken aan het onderhoud van de groene omgeving. Veel bewoners hebben vanuit een periode in hun vroegere leven ervaring met werken in het groen of zijn hierin geïnteresseerd. Door hen en hun bezoekers hierbij te betrekken tijdens en naast therapietijd, creëert men een gevoel van samenhang en zinvol bezig zijn, en kan men tegelijkertijd ook therapeutische doelen bereiken: een win-win dus.

Helende tuinen en groene cafetaria's

Tuinen omvatten samen ongeveer 8 procent van de oppervlakte in Vlaanderen²⁶. Ze kunnen dan ook een belangrijke rol spelen bij het tot stand brengen van een ecologisch netwerk. Tegelijk zijn tuinen een plek waar men **dagelijks contact** heeft met de natuur en met elkaar. De keuzes die men in de eigen tuin maakt, zijn bepalend voor de biodiversiteit.

In verschillende zorgcentra zijn tuinen aanwezig en wenst men ook een groene cafetaria in te richten. Deze tuinen zijn er altijd gekomen op initiatief van het personeel dat al ervaring had met tuinieren. Het is namelijk belangrijk dat de kennis en het enthousiasme in huis zijn om dit te organiseren. De bevroagden meldden verschillende vormen van **ecologisch tuinieren** zoals het aanleggen van bloemenvelden, het kweken van lokale seizoensgroenten en het aanplanten van aromatische en geneeskrachtige planten. Afhankelijk van de vorm is er meer of minder onderhoud nodig. Het is zeer belangrijk dat men dit goed plant en het personeel hierbij betrokken is.

RESULTATEN

Tips voor de biodiverse inrichting van kleine tot grote binnen -en buitenruimtes van zorgcentra (zie ook de 'werkwijze natuur voor welzijn' achteraan deze gids)

- In het geval van een grote tuin, stel een ontwerper/natuurbeheerder netwerk aan met kennis van de lokale omgeving, biodiversiteit en idealiter ook van de (kwetsbare) doelgroepen.
- Voorkom verwaarlozing van de tuin door regelmatig onderhoud en beheer. Neem zeker een kijkje op [Ecopedia](#) rond groenbeheer en bij de [studie Biodivers Zorggroen](#) van HOGENT.
- Kennis over biodiversiteit en het toepassen van handelingen op het terrein die deze biodiversiteit vooruit helpen en gezond houden, zijn terug te vinden op:
 - [Ecopedia](#)
 - [Natuurlijke tuinen](#)
 - [Harmonisch park en groenbeheer](#)
 - [Technisch vademecum beheerplanning harmonisch park en groenbeheer](#)
- Maak de groene omgeving bereikbaar voor buurtbewoners, scholen, natuurverenigingen, enz.
- Leg zowel een groene ruimte binnen het gebouw als een actieve belevingstuin buiten aan.
- Richt rolstoelvriendelijke looppaden in, een troost -en ontmoetingsplek en een stilteplek.
- Leg rond de buitenmuur een natuurlijke groene gordel aan die kan dienen als wind -en geluidsscherm, en tegelijk de atmosfeer kan verzachten en de temperatuur verlagen.

Adviezen

- Begin klein. Plant bijvoorbeeld bloeiende struiken en bessenstruiken. Bouw een bijenhotel of plaats een zitbank/picknickbank. Dit zorgt al snel voor een zichtbaar effect.
- Wees bewust van de beperkte draagkracht van de natuur.
- Onderhoud de tuin op een duurzame manier dus met aandacht voor het behoud en de versterking van natuurlijke habitats (natuurlijke leefgebieden van planten en dieren).



Natuurhoekje met zitbank en foto verbindend met de Steenbrugse Bosjes. AZ Sint-Lucas. (M. De Bie, Natuur en Bos).

THEMA 4: Expertise, kennis en ervaring



Aanleg beukenstraatje (voor en na) met aandacht voor biodiversiteit en klimaat (goed voor het behoud van oude bomen, diverse vleermuissoorten en de temperatuurregulering). PC Behanië, Zoersel.

Uit de gesprekken blijkt dat de initiatiefnemers vaak niet over alle nodige kennis beschikken om een project op te starten.

Door vroegere projecten of samenwerkingen hebben verschillende zorgcentra al goede contacten opgebouwd met natuurinstanties/ partners zoals Regionale Landschappen, Natuur en Bos, Natuurpunt en de VLM die de afgelopen jaren hun kennis en ervaring over ‘natuur voor welzijn’ hebben ontwikkeld. Deze samenwerkingen zijn vaak ontstaan vanuit directie- of personeelsleden in de zorgcentra die al reeds vanuit hun studies of persoonlijke interesse een zekere affiniteit met de natuur ervaren.

Andere zorgcentra hebben nog geen contacten uit vroegere samenwerkingen waardoor het hen, zeker bij de aanvang van een project, ontbreekt aan de nodige kennis en ervaring om anderen te enthousiasmeren. Ook een realistische inschatting maken van het budget bleek moeilijk.

RESULTATEN

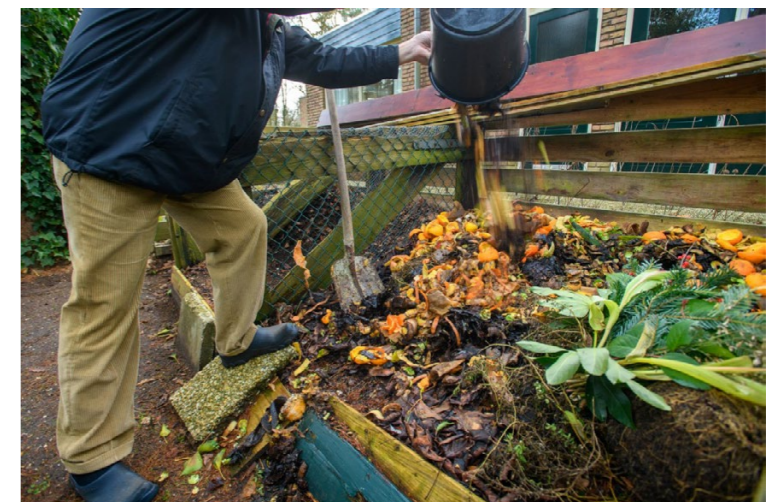
Terugkijkend op het proces van initiatief tot realisatie vertelden sommige bevrageden dat het project weleens op het punt stond om te worden stopgezet. Ook goede contacten zijn dus zeer belangrijk om de continuïteit ervan te verzekeren.

Ook de kennis en **expertise** van de bewoners/patiënten speelt een onmisbare rol. Vanuit hun positie kunnen ze interessante inzichten, percepties, ervaringen en waardevolle voorstellen formuleren over vergroening, biodiversiteit en hun persoonlijk contact met de nabije omgeving. Omdat zij - naast het personeel, de directie, de bezoekers en de buurtbewoners - de doelgroep of gebruikers vormen van deze 'natuur voor welzijn' interventies, is het evident dat deze groene ruimte ook voldoet aan hun noden, behoeften en wensen en dat zij zelf de kans krijgen om hun ervaringen en percepties te delen hierover. Dit kan aan de hand van een werkvorm waarin participatie en co-creatie voorop staan. Dit verhoogt op haar beurt de betrokkenheid van de bewoners en de motivatie om ook gebruik te maken van de groene ruimtes.²⁷ Daarnaast ontstaat een uitwisseling van mens tot mens die de oorzaak van het verblijf van de bewoner of patiënt overstijgt en tevens verbindend werkt.

Ook blijkt uit de gesprekken dat de wetenschappelijke kennis over 'natuur voor welzijn' nog weinig bekend is bij het (para)medisch personeel waardoor men de natuur nog te vaak als onhygiënisch en onveilig beschouwt. Om dit te veranderen, zou men deze kennis binnen de medische sector kunnen integreren via bijvoorbeeld seminaries, leren van andere zorgcentra, de **opleidingen** geneeskunde, verpleegkunde, etc. Als het naar buiten gaan met bewoners/patiënten in de richtlijnen zou opgenomen zijn, zou dit gemotiveerde en geïnteresseerde artsen stimuleren om dit ook werkelijk te doen.

Adviezen

- Organiseer een netwerk 'natuur voor welzijn' met andere zorgcentra en natuurverenigingen.
- Maak het volgen van opleidingen mogelijk om 'natuur voor welzijn' te integreren.
- Bezoek jaarlijks één of meerdere inspirerende projecten, bijvoorbeeld via een bustour met verschillende bezoeken.
- Nodig sprekers uit om regelmatig lezingen rond 'natuur voor welzijn' te organiseren.



Composthoop in een tuin. (L. Soerink / Vilda)

THEMA 5: Vermaatschappelijking van zorgnatuur



Man zit op boomstam-bankje: groene wachtkamer. Steenbrugse Bosjes, Oostkamp. (S. Mouton, Natuur en Bos).

Natuur moet van iedereen zijn. Het vijfde thema gaat over het betrekken van de hele buurt bij het vergroenen van een zorgcentrum.

Een bevroegde gaf de interessante stelling dat zorg van iedereen moet zijn: “ieder neemt naar de eigen mogelijkheden verantwoorde-lijkheid op voor de eigen gezondheid en die van de anderen, maar ook voor het milieu en de omgeving die heel bepalend zijn voor de gezondheid van allen”. Daarom is het nodig om een aantrekkelijke en voor iedereen toegan-kelijke omgeving te creëren die dit voor iedereen mogelijk maakt.

Om hen te laten bewegen hebben patiënten, bezoekers en personeel een reden nodig zoals naar een winkel of een park wandelen. “Hoe kan men de weg tussen het zorgcentrum en het dorpscentrum of het nabijgelegen park zodanig inrichten dat ze toegankelijk en aantrek-kelijk zijn voor revalidatiepatiënten?” Men kan hen bijvoorbeeld actief aantrekken door een wandelroute uit te stippelen (bvb. Met behulp van KVG en [Samana](#)).

RESULTATEN

Volgens de bevrageden is het belangrijk om het zorgcentrum/ziekenhuis te integreren in de woonwijk zodat er een breder **draagvlak** kan ontstaan. De aanleg van een pad in de tuin kan er bijvoorbeeld toe leiden dat ook andere bezoekers via de tuin de natuur kunnen bezoeken. Dit brengt meteen ook meer leven en beweging op de site van het zorgcentrum/ziekenhuis en meer interactie met de buurt. Andere voorbeelden:

- Een (duurzame) speeltuin voor kinderen van bewoners/patiënten of scholen uit de buurt;
- Een groententuin waarin allen samen (ecologisch) kunnen tuinieren;
- Bekijk ook het [filmpje](#) over de ecologische LIA-tuin in jeugd -en zorgcentrum vzw. LIA (vanaf 1:39).
- [Natuur en gezondheid in Bethanië](#): natuur als oplossing voor problemen in de maatschappij, diverse doelgroepen met verschillende noden, en creatieve mogelijkheden in de omgeving.
- [Het multimovepad in Bethanië](#) voor personen met een mentale beperking: bosuitbreiding en recreatiemogelijkheden die de locatie biedt waaronder een beweegpad, de hoefwerking en de werkgroep natuurbeleving.
- [Borgwal te Vurste](#) (veerkrachtpad gericht naar publiek).
- [Belevingstuin](#) in woonzorgcentrum Zilverlinde: dementievriendelijke, rolstoeltoegankelijke belevingstuin voor zowel bewoners als de buurt, voor jong en oud

Verder is het ook van belang om aandacht te hebben voor de **inclusie**, participatie en betrokkenheid van minderheden die in of nabij het zorgcentrum/ziekenhuis verblijven, werken of er op bezoek zijn zoals individuen en groepen met een migratieachtergrond (vnl. vrouwen, kinderen, jongeren en ouderen), personen met een beperking, personen en groepen met een lagere sociaaleconomische status, enz.

Een eerste stap daarin kan zijn om naar de stem van alle betrokkenen (directie, personeel, bewoners/patiënten, bezoekers, vrijwilligers, buurtbewoners, etc.) te luisteren: wat zijn hun **noden**, wensen en behoeften? En hoe kan een biodiverse groene omgeving hieraan tegemoetkomen, maar ook omgekeerd: hoe kunnen de betrokken doelgroepen ook hun steentje bijdragen aan het versterken van de biodiver-



Rolstoelvriendelijk pad en infobord. [Steenbrugse bosjes](#), Oostkamp. Natuur en Bos.

Relaas van een directeur (woonzorgcentrum)

*We willen dichtbij de cafetaria ook plaats creëren voor **spelende kinderen** die op bezoek komen. Hierdoor kunnen bezoekers met kinderen wat langer blijven. Spelende kinderen brengen ook leven binnen. Verder willen we plaats creëren voor de **plaatselijke scouts**.”*

*“Eerst en vooral is de groen ruimte er voor de **senioren**, maar we denken ook aan **wandelers** en **fietsers**. Op die manier wil men het zorgcomplex meer integreren in de woonomgeving”*

RESULTATEN

siteit van de omgeving? Hun noden, behoeften, verwachtingen en ideeën opnemen in de inrichting en het gebruik van de groene omgeving is van belang om bij te dragen aan een diverse maatschappij, om ervoor te zorgen dat aan diverse noden van de bevolking is voldaan, en om het gebruik van de groene omgeving door iedereen in de samenleving te garanderen.

Vaak zijn zorgcentra weinig bekend in de buurt omwille van hun ligging aan het einde van een straat of hun beperkte toegang vanuit de straat. Het breed en laagdrempelig toegankelijk maken van de groene ruimtes nabij zorgcentra kan bijdragen aan de bekendheid, het gebruik en de vermaatschappelijking van zorgnatuur. Er is meer en meer spontane natuur nodig zodat meer functies er een geschikte plaats in vinden. Overdag kunnen kinderen spelen op een plaats waar 's avonds anderen rust vinden (zie ook de [functies van groenblauwe infrastructuur](#) beschreven door departement Omgeving). Zo zijn er op het domein van woonzorgcentrum Zilverlinde al een speelheuvel en wilgenhutten aangelegd waar kinderen uit de buurt reeds komen spelen.



Spelende kinderen. (J.Mentens / Vilda)

Adviezen

- Ga na op welke manier de groene ruimte toegankelijker/opengesteld kan worden voor de buurt en hoe de buurtbewoners bij het project betrokken kunnen worden. Informeer hen, geef hen de kans om vragen te stellen, hun mening te geven of roep hen op om te helpen als vrijwilliger.
- Richt bijvoorbeeld een aantal kleine (aan rolstoelgebruikers aangepaste) wandellussen in, verkoop interessante (streek)producten, richt een brasserie in, organiseer een buurt-evenement, organiseer boomplantacties met de buurt, et cetera.

THEMA 6: Diverse doelgroepen en aangepaste activiteiten



Revalideren in het bos. Parkbos, Gent. Natuur en Bos (demodag, 25/9/2021).

Het zesde thema omvat de inclusie van diverse doelgroepen en de organisatie van aangepaste activiteiten in de natuur in en rond het zorgcentrum/ziekenhuis.

De bevroegden hechten veel belang aan zowel contextgericht (omgeving van het gebouw) als doelgroepgericht werken. Patiënten, personeel en bezoekers hebben diverse noden die men kan inbedden in vrije tijd en therapie zoals bijvoorbeeld lichaamsbeweging, sociaal contact, rust, stilte, therapie, revalidatie en bezinning.

In wat volgt, komen de volgende zes **doelgroepen**²⁹ en erop afgestemde activiteiten in de (biodiverse) natuur aan bod: revalidatie, palliatieve zorgen, geriatrie, kinderen met een zorgvraag, psychiatrie en zorgpersoneel. In een aantal zorgcentra brachten de therapeuten al uit eigen initiatief de natuur in een aantal programma's zoals logo -en ergotherapie, steeds aangepast aan de doelgroep, bijvoorbeeld een blotevoetenpad lopen tijdens ergotherapie of betrokkenheid stimuleren door mantelzorg (familie), personeel of vrijwilligers de tuin laten

RESULTATEN

onderhouden of als imker inschakelen. Ook natuureducatieve centra en zelfs sport -of kunstorganisaties kunnen ingeschakeld worden om een programma te voorzien voor specifieke doelgroepen. Natuurpunt bijvoorbeeld organiseerde een wandeling voor beroerte-patiënten.

Men kan ook steeds gerichte achtergrondinformatie over activiteiten, en over de voordelen van 'natuur voor welzijn' verdelen onder de bewoners, het personeel en de bezoekers (bvb. een folder, brochure, boekje, poster). Volgens de bevroagden is het verder vooral van belang om niet alleen deze activiteit uit te voeren, maar vooral vanuit de levensechte **ervaring** of belevenis te vertrekken: de kans geven om echt in contact te komen met natuur, en dit te voelen (emotioneel, zintuigelijk, esthetisch, fysiek) en dat gaat niet met nette paden die de scheiding tussen natuur en cultuur juist groter maken. Men is nog te vaak vervreemd van de natuur en daarom is het volgens de bevroagden nodig om eerst uit de comfortzone te gaan. Verder is het van belang om deze ervaringen ook mee te nemen naar de thuissituatie (van patiënten, personeel, bezoekers) zodat men ook thuis op een andere manier gaat kijken en omgaan met de natuur.

Revalidatie

Meestal gebeurt revalidatie binnen de muren van het ziekenhuis/zorgcentrum. Echter, in de natuurlijke omgeving van de buitenruimte zijn er heel wat natuurlijke oneffenheden waar de patiënten/bewoners stilaan terug aan moeten wennen. Daar kunnen ze dan ook **oefeningen** doen zonder of met behulp van daarvoor geschikte, milieuvriendelijke infrastructuur (bij voorkeur gemaakt uit Belgische houtsoorten of andere natuurlijke materialen) die de revalidatie ondersteunt en waar kinesisten of therapeuten graag naartoe gaan met de bewoners/patiënten.

Hierbij is het volgens de bevroagden van belang dat men vanuit het perspectief en de beleving van de rolstoelgebruikers deze infrastructuur aanlegt zodat ze wel degelijk aansluit bij hun specifieke noden en wensen. Dit werd geleerd in één zorgcentrum waar een aantal paden niet voldoende bleken te zijn voor rolstoelgebruikers wegens een gebrek aan 'feeling' hiermee.



Revalideren in het bos. Parkbos, Gent. Natuur en Bos (demodag, 25/9/2021).

Tijd doorbrengen in de natuur stimuleert bovendien de zintuigen, de concentratie, het geheugen en de veerkracht om positief om te gaan met de - uitdagende - persoonlijke situatie van de bewoner/patiënt waarin de lichamelijke beperking vaak lange tijd primeert. Ook groepsactiviteiten zoals een kerstfeest, een lentewandeling of een personeelsreceptie zijn leuker, gezonder en interactiever wanneer ze in de nabije groene omgeving kunnen plaatsvinden.

Palliatieve zorgen

Ook in de palliatieve zorgen kunnen activiteiten in de natuur ervoor zorgen dat personeel, bezoekers en patiënten even in **contact** kunnen komen met de nabije groene omgeving en er alleen of samen kunnen genieten van een portie lichamelijke beweging, buitenlucht en zonlicht.

Natuur biedt bovendien troost aan patiënten, bezoekers en personeel die door de confrontatie met ziekte en overlijden dagelijks te maken hebben met stress, verdriet en rouw. Daarom is het voor zorgcentra van belang om in de nabije natuur een rustige stilte/bezinningsplek aan te bieden waar men even kan zitten, tot zichzelf komen, bezinnen, praten, rusten, etc. Verder is ook het **sociaal contact** een onmisbare schakel in het herstel en de levenskwaliteit van patiënten. De natuurlijke omgeving nabij het ziekenhuis/zorgcentrum biedt hen een geschikte plaats om met therapeuten of bezoekers te wandelen, picknicken of gewoon even bij te praten op een zitbankje.

Geriatric

Hetzelfde geldt voor patiënten/bewoners die op de geriatric verblijven en vaak hun oriëntatie (in ruimte en/of tijd) verloren zijn op het moment van hun opname. Door regelmatig in de natuur te gaan met begeleiding kunnen ze gemakkelijker in contact blijven met zowel de locatie van hun verblijf als met het ritme van de natuur (dag/nacht, de seizoenen).



Foto boven: revalideren in het bos. Parkbos, Gent.

Relaas van een onderdirecteur (ziekenhuis)

*“Vanuit de ervaring om met de bejaarden naar buiten te gaan komt het initiatief om een **belevingstuin** te maken: een plaats waar mensen al hun zintuigen kunnen gebruiken en waar activiteiten mogelijk zijn zoals onkruid wieden, brood geven aan de eendjes, de bloemen water geven. Dit zorgt ervoor dat ze een doel hebben om naar buiten te gaan. De senioren spreken de verzorgers vaak aan of het mogelijk is om naar buiten te gaan. Ze zien dat het goed weer is: “oh oh mooi weer, eens gaan wandelen”.*

RESULTATEN

Het personeel hoort vaak van de bewoners hoe blij ze zijn dat het gebouw in een groene omgeving ligt en dat ze naar buiten willen gaan, omdat het hen rustig maakt en hen helpt om positieve **herinneringen** boven te halen over vroegere ervaringen die ze opdeden in de natuur.

Het gaat er in de geriatrie en in woonzorgcentra echter passiever aan toe dan in de psychiatrie, waar men actief met de bewoners aan de slag kan in de natuur. In de geriatrie gaat het meer om passief aanwezig zijn, hetgeen zeker ook een grote meerwaarde is ten opzichte van alleen in de kamer blijven. In woonzorgcentra is er wel vaak de mogelijkheid en vooral ook de wens/nood om met vrijwilligers te werken die deze natuuractiviteiten organiseren met de bewoners en dit vooral indien er zich ook een (extra hiervoor aangeworven) personeelslid kan ontfemen over deze vrijwilligerswerking. Deze werking trekt dan ook weer een sociale sfeer aan en dit motiveert dan weer andere vrijwilligers om hiermee aan de slag te gaan.

In het bijzonder is [therapeutisch tuinieren](#) als niet-farmaceutische benadering in de opmars in het moderne gezondheidssysteem. Deze therapie vindt plaats in een helende tuin, voornamelijk ingezet voor lichamelijke therapie of als deel van horticulturele therapieprogramma's. Deze activiteiten kunnen zeer ondersteunend zijn in de behandeling van patiënten/bewoners met mentale aandoeningen (autisme, depressie, Alzheimer), de stressreductie van personeel en bezoekers, en de vermindering van de kosten van behandelingen (Thaneshwari et al, 2018).

Bij de inrichting van therapeutische tuinen is het bijzonder belangrijk dat de biodiversiteit aandacht krijgt zodat allerlei (bedreigde) soorten planten en dieren behouden kunnen worden (zie ook thema 7).

Voorbeelden van acties ten voordele van de lokale biodiversiteit:

- Plaats vleermuizenbunkers (in de buurt van vleermuizentrek), amfibieëntunnels, visdieveneilanden, nestwanden voor ijsvogels, insectenhotels, bijenhôtels (met de voorwaarde dat bijen nectar uit inheemse bloemen kunnen vinden in de buurt), allerlei nestkasten, meer naakte grond voor de Duitse zandloopkever, enzoverder.
- Laat dood hout liggen als voedsel voor paddestoelen, spechten, kevers, allerlei insecten en als



Rijden over een plankenpad met uitdagende hellingen en bochten ter kinesitherapeutische ondersteuning. Ter Heide, Genk (domein Natuur en Bos).

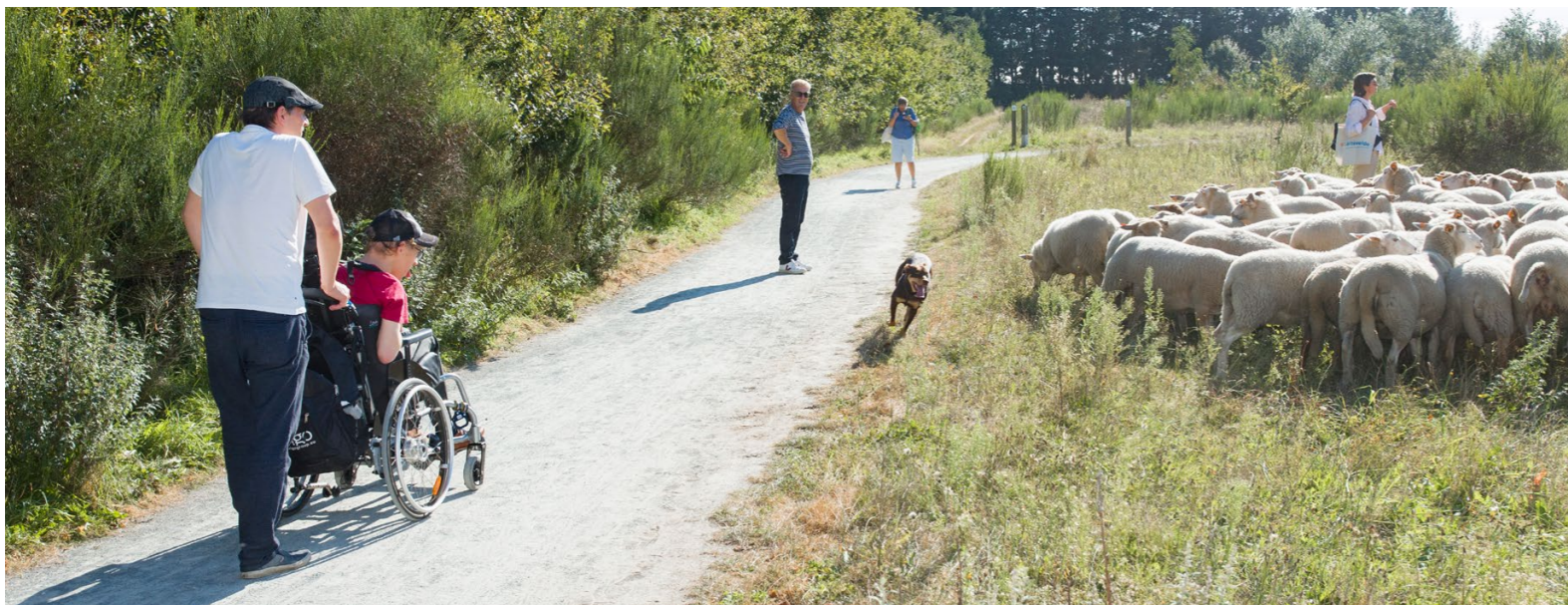
Relaas van een psycholoog (psychiatrische afdeling, ziekenhuis)

*“We hebben ook een **moestuïn** met de afdeling Delta. Hier kunnen mensen gronden met hun handen en voeten in de aarde. Ze hebben een vast moment dat begeleid wordt en er is een takenlijst waarop staat wat er moet gebeuren. Maar soms maken mensen het kapot. Dit werkt wel wat frustrerend, vooral voor het zorgpersoneel. Hierdoor hebben we ook moeilijke periodes van twijfel, maar toch zetten we voort en we merken achteraf steeds dat dat goed is.”*

nest -en broedplaats voor allerlei soorten vogels.

- Kies voor een gevarieerde soortenkeuze van streekeigen of lokale en dus inheemse soorten bomen, planten, struiken en grassen en [verwijder exoten](#). Neem een kijkje op [Plant van hier](#).
- Graaf een gevarieerde poel of wadi voor amfibieën, libellen, vissen en moerasvegetaties, bij voorkeur niet dieper gegraven dan tot net onder het laagste grondwaterniveau.
- Geef het terrein een landschappelijke invulling dus geleidelijke overgang tussen de bewoonde omgeving en het terrein van het zorgcentrum/ziekenhuis.
- Zorg voor structuurvariatie in de aanleg.
- Zorg voor golvende overgangen in plaats van rechtlijnige beplantingen.

Mooie voorbeelden zijn te vinden in het [Vordensteinpark in Schoten](#) (vlindertuin en insectenhotel) en de [zorgbelevingstuin](#) in het Noorderhartziekenhuis van Pelt (zie dit [filmpje](#)). Neem ook eens een kijkje op [Ecopedia](#) om meer te weten te komen over biodiversiteit en over hoe men [biodiversiteit reeds toepast](#)



Revalideren tussen de schapen. Parkbos, Gent. Natuur en Bos (demodag, 25/9/2021).

[op bedrijventerreinen](#).

Kinderen in het ziekenhuis

Het kan voor kinderen en jongeren een onaangename ervaring zijn om ver van hun vertrouwde omgeving, familie, school en vrienden, tijdelijk of langdurig in een ziekenhuis, een revalidatiecentrum, onthaal-, observatie- en oriëntatiecentrum (OOOC), Medisch-Pedagogisch Instituut (MPI), (half)open instelling bijzondere jeugdbijstand of ander zorgcentrum te verblijven. Daarom is het zo belangrijk om voor hen een positieve omgeving met kansen tot recreatie, sociaal contact en ontspanning te creëren. Dit kan in de vorm van verschillende activiteiten die altijd worden afgestemd op de mogelijkheden, wensen en behoeften van de kinderen en jongeren zelf:

- Wandelen, spelen, picknicken;
- Tuinieren, sporten in de nabije natuur rond het ziekenhuis/zorgcentrum;
- Een (zorg-)boerderij bezoeken, contact met huisdieren;
- Planten en bloemen in de kamer zetten, een natuurdocumentaire kijken;
- Natuurtijdschriften of -boeken aanbieden.

Psychiatrie

Psychiatrische zorgcentra liggen vaak in een groene omgeving die men de laatste jaren steeds vaker inzet voor **therapeutische en vrijetijdsactiviteiten** die de bewoners sterk appreciëren.

Onder de vrijetijdsactiviteiten die op vraag worden ingericht in psychiatrisch ziekenhuis Bethanië zijn activiteiten in de natuur inclusief het werken in en praten over de natuur populair bij de bewoners. De vraaggestuurde aanpak van de activiteiten is belangrijk om **op maat** te werken in de nabije natuur, in contact met het ritme van de natuur (dag/nacht, de seizoenen).

In sommige zorgcentra die in de natuur gelegen zijn, heeft men de isolatiecel vervangen door de natuur. In het psychiatrisch verzorgingstehuis De Liereman in Oud-Turnhout bijvoorbeeld dat in het natuurgebied [Landschap De Liereman](#) ligt, werkt de natuur zodanig goed dat ze de **isolatiecel** daar al lieten vallen. Een ander voorbeeld is het [psychiatrisch centrum Bethanië](#) in Zoersel dat de isolatiecel nog amper nodig heeft sinds het personeel met de bewoners in de nabije natuur trekt. Dit vraagt van het personeel uiteraard een goede samenwerking om deze aanpak te ondersteunen, uit te proberen en verder te ontwikkelen.

Volgens de bevroagden kunnen kwetsbare bewoners in de stilte van het bos vlotter dan tussen vier muren tot gesprek komen. Dan dient de natuur als **sprekkamer** in een groene omgeving ver weg van de prikkels in het gebouw en is de bewoner geen mindere, maar een gelijke aan de therapeut en voelt diegene zich des te evenwaardig als mens.



Ezels voederen in [de knuffelstal](#). Reïntegratietraject. PC Bethanië, Zoersel.



Toekomstige dierenweide. PC Bethanië, Zoersel.

Personeel

In algemene ziekenhuizen is het niet evident voor het personeel om de natuur te integreren in hun werkdag waarin ze slechts een korte pauze hebben om te eten, werkkledij dragen, een overvolle agenda hebben en artsen per prestatie betaald worden.

Relaas van een beleidsadviseur architectuur (ziekenhuis)

“Het is van belang om verschillende soorten activiteiten te organiseren voor verschillende doelgroepen, bijvoorbeeld een bloementuin aanleggen waar geïnteresseerden bloemen kunnen komen plukken en zelf boeketten kunnen maken.”

Relaas van een asinotherapeut (psychiatrisch ziekenhuis)

Als tuintherapeut begeleid ik patiënten tijdens het werken in de biologische groentetuin. Mensen kunnen hier even op adem komen en met de handen in de aarde worden ze letterlijk in verbinding gebracht met de natuur. Daarnaast ben ik ook asinotherapeut: we zetten ezels in om het welzijn van de mensen te bevorderen. Evolutionair zijn we een deel van de natuur, maar helaas zijn we dat grotendeels vergeten.”

*“De coronacrisis brengt veel mensen eindelijk weer naar buiten en doet mensen voelen wat de natuur kan betekenen. Het buiten werken is echt fijn. Mensen die in de zorg werken, vergeten vaak zichzelf. Ik denk dat ook de **zelfzorg** voor het personeel zeer belangrijk is, niet enkel tijdens de lunchpauze, maar ook tijdens de werkuren. De groeninrichting kan nog meer betekenen voor het personeel, want natuur brengt rust en daar wordt iedereen beter van. De fysieke aanwezigheid van personeel in de natuur vormt een goed tegengewicht voor het mentaal belastende werk.” (bron: https://alexiusgrimbergen.be/ALEXIUS/NL/nieuws_agenda)*

Adviezen

- Stel groen en biodiversiteit centraal in de visie van het zorgcentrum/ziekenhuis.
- Werk samen met andere diensten intern en extern, met Bosgroepen en ga in ontmoeting.
- Verhoog de betrokkenheid met het ritme van de natuur door elk seizoen buiten een groepsactiviteit te gaan doen met het personeel en de bewoners.
- Organiseer een natuurwandeling met een gids, ga op uitstap naar het dichtstbijzijnde bos of laat de bewoners of het personeel zelf een wandeling uitstippelen met behulp van [routen.be](https://www.routen.be).

THEMA 7: Biodiversiteit rondom zorgcentra



Pick-nick wiglo in biodiverse bloemenweide in de zomer. PC Bethanië, Zoersel.

Het zevende thema bespreekt het belang van bewuste aandacht voor de biodiversiteit bij het vergroenen van zorgcentra.

Biologische diversiteit of biodiversiteit is de verscheidenheid aan levensvormen die zich gedurende 3,6 miljard jaar op aarde heeft ontwikkeld. Die **variatie** is voor de mens en voor ieder ander organisme van levensbelang, want ze bepaalt hoe ecosystemen³⁰ functioneren en welke complexe processen er plaatsvinden. Een hogere biodiversiteit verzekert een ruimere variatie aan processen en levensstrategieën, en vergroot de weerbaarheid van ecosystemen in een snel veranderende omgeving.

In een dichtbevolkte regio zoals Vlaanderen maakt de mens integraal deel uit van de ecosystemen die tal van voordelen of 'ecosysteemdiensten' opleveren:

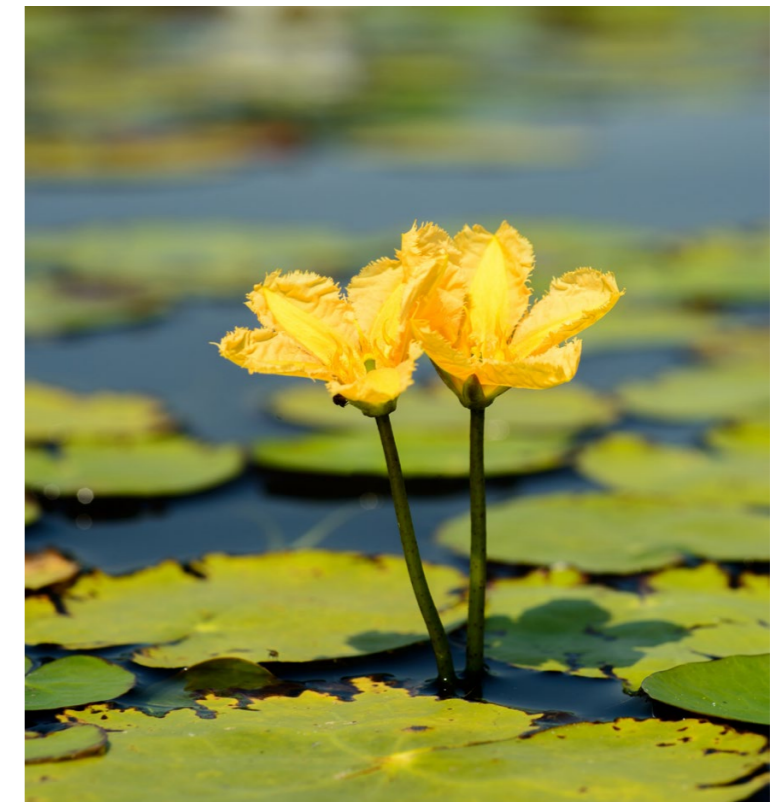
- ze produceren voedsel, hout en grondstoffen voor geneesmiddelen;
- ze bieden verkoeling tijdens een hittegolf;
- ze bieden ruimte om tot rust te komen;
- ze zorgen voor de natuurlijke bestrijding van plagen;
- ze zuiveren de lucht en het water;
- ze breken talloze afvalstoffen af.

Bossen en historische landbouwlandschappen zoals heide en soortenrijke graslanden zijn door de eeuwen heen uitgegroeid tot Vlaamse topnatuur en genieten heden ten dage van Europese bescherming. Om de Vlaamse en Europese natuurdoelen te halen, is het noodzakelijk om die ecosystemen voortdurend te herstellen en ze continu te beheren. Tegelijkertijd is men voor het welzijn en de welvaart sterk afhankelijk van gezonde, goed functionerende ecosystemen.

De bevrageden geven aan dat behalve de initiatiefnemers van de projecten, de meerderheid van het personeel enerzijds weinig kennis heeft over biodiverse natuur en anderzijds de toegang ertoe en de bescherming ervan eerder als luxe dan als noodzaak beschouwt.

Vanuit de gezondheidszorg staat het **welzijn van de mens** centraal: de therapeutische werking van de natuur is meestal de hoofdreden om meer toegankelijke natuur rond zorgcentra aan te leggen of meer activiteiten in het groen te organiseren. Dat dit ook goed is voor de biodiversiteit en het natuurbehoud -en herstel speelt hier minder een rol.

De initiatiefnemers van de projecten zijn meestal sterk verbonden met de natuur. Het zijn **natuurliefhebbers** die zich bewust zijn van het belang van biodiverse natuur, maar niet altijd over de juiste praktische kennis beschikken. Daarom is het van groot belang om een goede samenwerking te bekomen met deskundigen die naast het welzijn van de mens ook inzetten op dat van de natuur via de bescherming van de biodiversiteit, natuurbehoud -en herstel en het verbreden van het (lokale) draagvlak hierrond (zie thema 4). In één van de projecten kwam het initiatief bijvoorbeeld van vrijwilligers uit een natuurvereniging die ook het doel van natuurbehoud voor ogen hebben met hun project. Zij vinden het belangrijk om de mensen naar de natuur te brengen opdat ze er meer **respect** voor opbrengen.



Bloeiende watergentiaan. (L. Soerink / Vilda)

Adviezen

- Ga op zoek naar kennis en laat je adviseren door een deskundige (bijvoorbeeld Natuur en Bos, Regionale Landschappen, Logo's, VLM, Natuurpunt).
Zie ook: hogent.be/projecten/biodivers-zorggroen, facebook.com/BiodiversZorggroen
<https://docplayer.nl/198834297-Biodivers-zorggroen-in-vlaamse-woon-en-zorginstellingen.html>
- Houd de aanleg zo natuurlijk mogelijk (minder inrichting is meer natuur) en zet inheemse natuur en biodiversiteit voorop. Neem zeker een kijkje op [Ecopedia](https://ecopedia.nl) voor meer tips.
- Plaats informatiebordjes die vertellen over de inheemse planten, de biodiversiteit & het belang hiervan.

Relaas van directeur (woonzorgcentrum)

“We willen de aanleg zo natuurlijk mogelijk maken met inheemse natuur en vinden biodiversiteit belangrijk. Anderzijds hebben we er weinig kennis over. We houden bij de aanleg ook rekening met de algemene esthetische waarde zoals variatie van planten en van hoogte en laagte.”

THEMA 8: Natuurverbondenheid als schakel tussen het welzijn van mens en natuur



Natuurlijke tuinvijver. (R. Verlinde / Vilda)

Een laatste thema omvat natuurverbondenheid als schakel tussen het welzijn van de mens en de natuur.

De bevraagden hechten veel belang aan zowel contextgericht (omgeving van het gebouw) als doelgroepgericht werken. Patiënten, personeel en bezoekers hebben diverse noden die men kan inbedden in vrije tijd en therapie zoals bijvoorbeeld lichaamsbeweging, sociaal contact, rust, stilte, therapie, revalidatie en bezinning.

Ze vonden het bovendien belangrijk om het welzijn van mens en natuur samen te brengen en te ervaren dat verbondenheid met de natuur hiertoe een schakel kan zijn. Echter, het integreren van natuur op projectniveau is nog niet verweven in de **visie** van de zorgcentra. Sommige zorgcentra zoals [ZOL in Genk](#) pionieren hierin al.

Er zijn ook aanwijzingen dat ervaringen uit de kindertijd in de natuur het **milieubewustzijn** van volwassenen lijken te versterken³¹. Natuurverbondenheid kan leiden tot meer zorg voor de natuur dat zich uit in **milieuvriendelijk gedrag**³² of “gedrag dat bewust probeert de negatieve impact van iemands acties op de natuurlijke en gebouwde wereld te minimaliseren”. Uit recent onderzoek blijkt dat blootstelling aan de natuur de samenwerking kan vergroten en, wanneer milieuproblemen als sociale dilemma’s worden beschouwd, ook tot duurzame intenties en gedrag³³.

6. WERKWIJZE 'NATUUR VOOR WELZIJN'



Wandelen in Monteberg (Y. Adams / Vilda)

Deze werkwijze 'natuur voor welzijn' is een stappenplan dat is gebaseerd op concrete vragen en tips om biodiversiteit, duurzaamheid en natuurverbondenheid mee te nemen in de vergroening in en rond zorgcentra (neem zeker ook een kijkje op Ecopedia). Het sluit aan bij andere, reeds lopende engagementen van zorgcentra zoals klimaatengagementen (sustacare, klimaatvisieplan), Duurzame Ontwikkelingsdoelstellingen (SDG's, zie ook bvb. bij VIPA), actieplan duurzaam ondernemen, etc.

Stappenplan

- STAP 1: Neem initiatief en zoek ondersteuning
- STAP 2: Zet in op participatie en communicatie
- STAP 3: Breng de omgeving in kaart
- STAP 4: Maak een planning
- STAP 5: Voer het plan uit
- STAP 6: Gebruik en onderhoud de groene omgeving
- STAP 7: Verbreed en evalueer het proces

STAP 1: Neem initiatief en zoek ondersteuning

- Neem **initiatief** en verzamel betrokkenen.
- Vertrouw op de ideeën van de directie en het personeel. Brainstorm: teken of beschrijf de ideale uitkomst, maak bvb. een mindmap.
- Vind inspiratie bij bestaande **goede voorbeelden** van (internationale) zorgcentra die al bezig zijn met het integreren van groen, natuurverbondenheid en biodiversiteit.
- **Bespreek** de ideeën met anderen, laat ze verder groeien en neem elkaars ideeën serieus.
- Bereken de kosten en ga zo snel mogelijk op zoek naar de gepaste financiële, morele, sociale en technische **ondersteuning**.
- Verzamel bestaande **kennis** en ervaring over vergroening in de zorg, [natuurverbondenheid](#) en [biodiversiteit](#).
- Identificeer kansen en **knelpunten** en bedenk samen haalbare oplossingen.
- Vraag een vergunning [tijdelijke natuur](#)³⁴ aan en wees op de hoogte van de toepasselijke wetgeving (bos- en natuurregeling, onroerend erfgoed, regelgeving omgeving rond zorgvoorzieningen en dergelijke meer).

STAP 2: Zet in op participatie en communicatie

- Bevraag de **wensen** en **behoefte**n van de bewoners/patiënten, de directie en het personeel en zet ze op papier.
- Stel een **werkgroep** samen met (een vertegenwoordiger van) alle betrokkenen zoals bewoners/patiënten, directie, personeel, (natuur)organisaties, vrijwilligers, lokale buurtbewoners/scholen/bedrijven, etc. En organiseer een **participatiemoment** voor hen.
- Neem natuurverbondenheid en biodiversiteit op in de **visie** van het zorgcentrum.
- **Informe**er het personeel, bezoekers en omwonenden over het project en het nut ervan voor mens en natuur en nodig ze uit om deze inrichting ook in de eigen tuin toe te passen waar mogelijk.
- Communiceer bij een **opendeurdag** over de dieren en planten die op het terrein voorkomen.
- Ondersteun een **boom/haagplantactie**. Organiseer ook eens een **teambuildingsdag** in een natuurgebied in de buurt.

STAP 3: Breng de omgeving in kaart

- Breng in kaart wat er nu al aan groen aanwezig is in de natuurlijke **omgeving** rond het gebouw en bekijk wat er nog mogelijk is. Doe bijvoorbeeld samen met een deskundige of natuurkenner een '**biodiversiteitsscan**': maak een plattegrond van de omgeving en ga na welke plant -en diersoorten er nu al aanwezig zijn en welke soorten er nog ontbreken en er thuis horen. Kijk ook eens op [waarnemingen.be](https://www.waarnemingen.be).
- Misschien zijn er enthousiaste **vrijwilligers** of natuurkenners van lokale (natuur)verenigingen die hierbij kunnen helpen?

STAP 4: Maak een planning

- Maak een haalbare en gedragen planning op (budget, doelen, timing, kosten, uitvoerders) en ga na of het zorgcentrum/ziekenhuis **subsidies** of sponsoring kan krijgen. Bekijk wie wat kan doen. Vraag aan bewoners/patiënten, vrijwilligers, lokale bedrijven of scholen om zelf de handen uit de mouwen steken.
- Bekijk hoe de aanleg van groen landschappelijk kan worden ingebed in de natuurlijke **omgeving** van het gebouw met oog op maximale natuurverbondenheid en biodiversiteit.
- Maak een **plattegrond** van het terrein en bepaal een functie voor elke zone: waar is er veel betreding en moeten er (zeker geen) paden komen? Welke stukken worden niet gebruikt en kan de natuur daar vrij spel krijgen? Ga na wat de natuurlijke '**abiotische**' **factoren** van het terrein zijn (zoals bodemtype, waterhuishouding, reliëf, etc.).
- Leg op basis van de omgeving en de bevroagde behoeften vast welke **inrichting** nodig is voor de verschillende doelgroepen en welke **activiteiten** hierbij passen: ontspanning, spel, therapie, lunchpauze, reflectie, ontmoeting, wandelen, etc. Bekijk ook of deze activiteiten bijdragen tot maximale natuurverbondenheid en biodiversiteit.
- Een **partner** met ervaring (bvb. Regionale Landschappen, Natuurpunt, de VLM, etc.) regisseert de werken in samenwerking met de aannemer.

STAP 5: Voer het plan uit

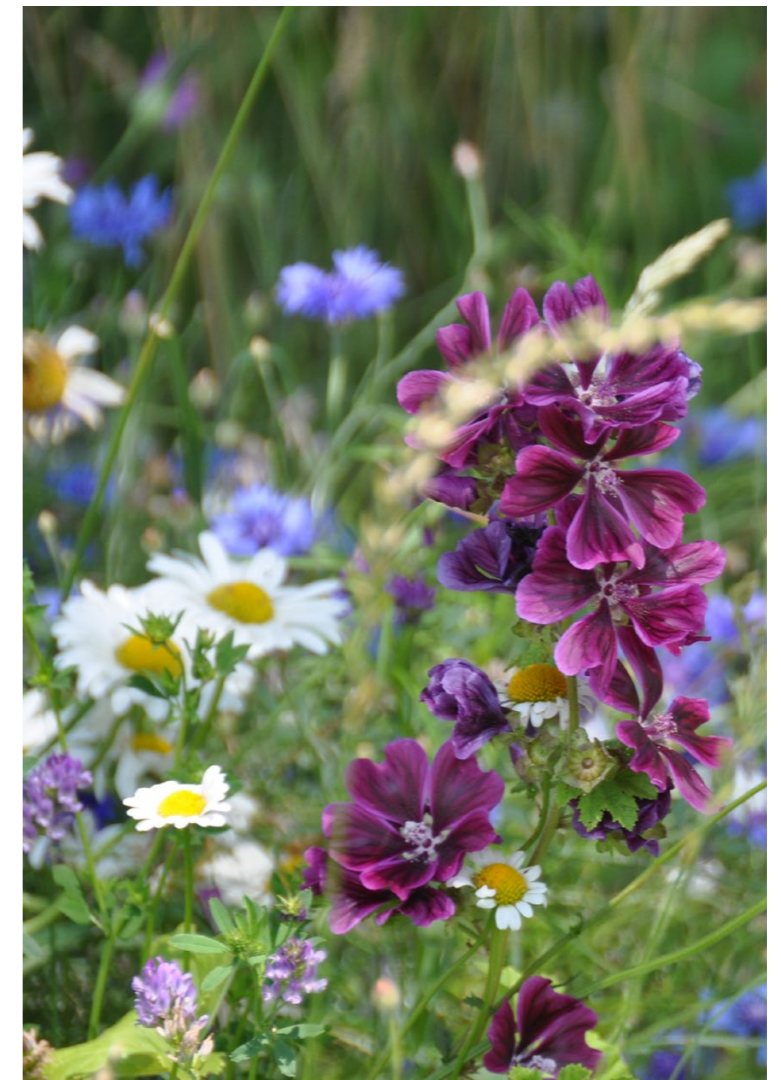
- Bewaar zoveel mogelijk de **natuurlijke omgeving** (minder ingrijpen is vaak gelijk aan meer natuur) door te bekijken wat er al is aan natuur en hoe men dit anders kan beheren in plaats van meteen over te gaan naar allerlei onnodige, dure inrichtingen.
- Voorzie een **bloemenweide** (met inheemse bloemen) op een braakliggend stukje grond.
- Kies voor de **juiste plant** op de juiste standplaats. Plant op natte gronden bijvoorbeeld best planten die aan deze omstandigheden aangepast zijn in plaats van het draineren van het terrein. Ga voor veel **verschillende soorten** planten, besdragende struiken en bomen die goed samengaan en elkaar ondersteunen. Kies voor zowel hoge als lage planten zodat er meer schuilplaatsen zijn voor dieren. Kies voor planten die insecten zoals bijen of vlinders aantrekken, zie de [Tuin-Wijzer](#). Zorg voor water in de tuin, bijvoorbeeld een regenton, wadi, kleine vijver of waterput. [Plant inheemse bomen en struiken en vermijd invasieve plantenexoten](#).
- Zorg dat water kan infiltreren in de bodem (om wateroverlast te vermijden). De verhouding **verharding** en groen is max. 40/60%.
- **Zelf gecomposteerde grond** is duurzamer dan gekochte potgrond (bevat vnl. veen).
- Richt een **natuurlijke vijver** in, indien het terrein dit toelaat, en plaats een picknickbank in de buurt zodat patiënten/bewoners, werknemers en bezoekers kunnen genieten van dit stukje natuur.
- Vermijd tuinverlichting. Kies waar nodig voor verlichting op basis van **led of solar** om de negatieve invloed van licht op zowel biodiversiteit als gezondheid te vermijden.
- Kies **harde materialen** zoals steen en hout bewust en bestel bij voorkeur **lokaal**. Vermijd op die manier tropisch hardhout uit het Amazonewoud. Vind hier nog meer suggesties voor **biodivers inrichten**: [biodiversiteit en bedrijven](#), het [kennisplatform over bedrijven en biodiversiteit](#) op Ecope-dia en [bij Natuurpunt](#). Bewaar zoveel mogelijk de natuurlijke omgeving (minder ingrijpen is vaak gelijk aan meer natuur).

STAP 6: Gebruik en onderhoud de groene omgeving

- Onderneem acties ten voordele van de **biodiversiteit** en betrek de bewoners/patiënten en het personeel hierbij, bvb. bomen planten, voedertafels, nestkastjes, en bijenhotels bouwen, een bloemenweide aanleggen, nièt maaien, etc.
- Zorg voor regelmatig terugkerend (duurzaam en daardoor ook goedkoper) **onderhoud**.
- Laat een **natuurwandeling** uitstippelen (door een natuurorganisatie bvb.) en voorzie een folder of QR-code.

STAP 7: Verbreed en evalueer het proces

- Stel de groene ruimte open voor het bredere lokale **publiek** zoals buurtbewoners, jeugdbewegingen, scholen, bedrijven, etc.
- Vermaatschappelijk het project in de lokale **buurt**: maak de natuur bekend en toegankelijk.
- **Evalueer** het proces en begin terug bij stap 1.



Bloemenweide. (N. De Groof / INBO)

7. DISCUSSIE EN CONCLUSIE



Bruggen bouwen. (N. De Groof / INBO)

Deze gids heeft als doel het inspireren, oriënteren en steunen van onderzoek, beleid, praktijk en de bredere maatschappij tot een regeneratieve en duurzame weg naar welzijn voor mens en natuur. Deze oriëntatiegids is ontstaan uit kwalitatief onderzoek naar de vergroeningsprojecten in elf zorgcentra die liggen in verstedelijkt gebied verspreid over Vlaanderen. Dit gebeurde in het kader van het 'natuur in de stad' thema van het INBO en de projecten 'natuur in je buurt' van ANB.

Inhoud gids

Deze gids toont eerst een visie over natuurverbondenheid die vertrekt vanuit de vijf paden tot natuurverbondenheid. Vervolgens komen de resultaten in de vorm van acht overkoepelende thema's aanbod die uit de interviews met initiatiefnemers in zorgcentra naar voor kwamen en nadien bevestigd en besproken werden in een focusgroep. Hieruit volgen een aantal concrete adviezen voor zorgcentra (en in beperkte mate ook voor beleid) en een 'werkwijze natuur voor welzijn' (zie achteraan deze gids) dat in zeven stappen concrete acties formuleert voor de vergroening van zorgcentra met extra aandacht voor biodiversiteit en natuurverbondenheid.

Toegankelijke praktijkkennis

In Vlaanderen zijn de eerste stappen richting vergroening van de zorg al gezet, maar zorgcentra rapporteren nog veel vragen, noden en knelpunten, een gebrek aan ondersteuning, kennis, ervaring en aan samenwerking met betrekking tot deze materie op het werkveld. Dat een groene omgeving ook de genezing, ontspanning, het sociaal contact en de natuurverbondenheid van patiënten in de hand werkt, leeft nog slechts in beperkte mate bij zorgcentra en het beleid. Daarom is het nodig om niet alleen de juiste (praktijk)kennis over de vergroening van de omgeving, maar ook over natuurverbondenheid en biodiversiteit toegankelijk te maken zodat zorgcentra hier concreet mee aan de slag kunnen, bijvoorbeeld via open communicatie en regelmatige samenwerking met partners. Aandacht voor het behoud (en het herstel) van de natuurlijke omgeving rond de zorgcentra is hierbij van groot belang.



Bloemrijk gazon met draadereprijs en madelief.
(R. Verlinde / Vilda)

Ervaringsdeskundigen

Tot nu toe hebben zorgcentra in Vlaanderen vaak (nog) geen toegang tot een overzicht van het onderzoek naar de relatie tussen natuur en welzijn, hoe andere zorgcentra/projecten dit aanpakken, welke ervaringsdeskundigen hiermee bezig zijn, hoe hen te contacteren en via welke natuurinrichting en -activiteiten ze hun doelen zo effectief mogelijk kunnen bereiken. Sommigen gaven aan dat het lang duurde om de juiste contactpersonen te vinden. Dit gaat meestal ten nadele van de aanplanting van biodiverse natuur, omdat men voorrang geeft aan de aanleg van paden voor het gebruik van de mens. De toegang tot een overzicht van ervaringsdeskundigen en hun contactgegevens zou dit kunnen voorkomen. Een lijst van adviseurs biodiversiteit en bedrijven bestaat reeds voor bedrijventerreinen (2BEConnect project van Interreg), maar kan evenzeer nuttig zijn voor zorgcentra. Ook subsidiedossiers opmaken valt buiten de werkopdracht van zorgvoorzieningen en vormt daarom vaak een drempel waarbij meer ondersteuning nodig is vanuit het beleid.

Participatie

Verder is er meer aandacht nodig voor professionele ondersteuning bij het vergroenen en de participatie van zowel de directie, het personeel als de diverse doelgroepen en omringende buurtbewoners/scholen/bedrijven die baat hebben bij deze vergroening. Dat leidt tot een bredere vermaatschappelijking van de vergroeningsprojecten. Een eerste stap daarin kan zijn om naar de stem van alle betrokkenen (directie, personeel, bewoners/patiënten, bezoekers, vrijwilligers, buurtbewoners, etc.) te luisteren: wat zijn hun noden, wensen en behoeften? En hoe kan een biodiverse groene omgeving hieraan tegemoetkomen, maar ook omgekeerd: hoe kunnen de betrokken doelgroepen ook hun steentje bijdragen aan het versterken van de biodiversiteit van de omgeving? Verder kwalitatief onderzoek dat procesmatige onderzoeksmethodieken (veldwerk, focusgroepen, interviews) hanteert, kan ook deze aspecten belichten en zo tot haalbare, concrete en in het werkveld toepasbare oplossingen en antwoorden komen.



Insectenhotel in bloemenweide. (N. De Groof / INBO)

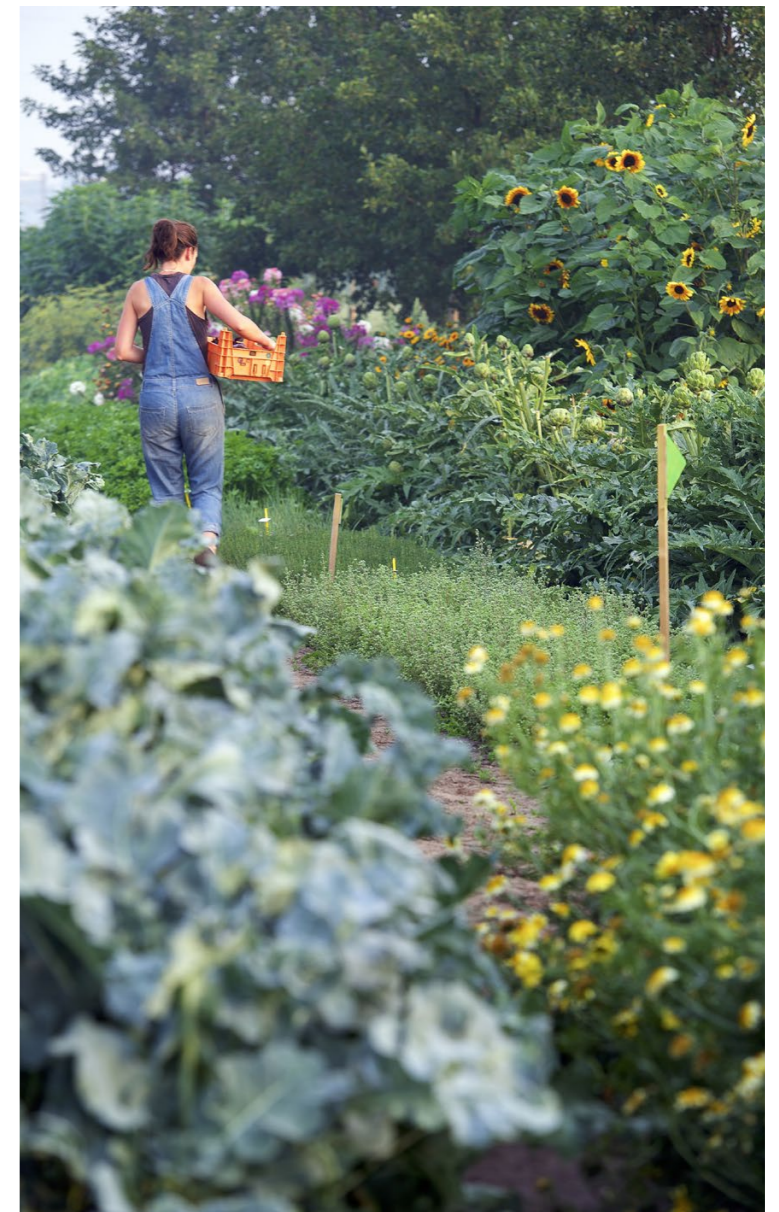
Doelgroepen en activiteiten

Hiervoor is het van belang om, zoals deze gids uitlegt, eerst de al aanwezige natuur en biodiversiteit in de omgeving rond het gebouw, en daarna de doelgroepen en de hieraan gerelateerde, verbindende activiteiten en de participatie hierin te identificeren. Dit telkens met zowel natuurverbondenheid als biodiversiteit in het achterhoofd. Tenslotte kan men het volgende niet te weinig benadrukken: minder inrichten is vaak gelijk aan meer natuur!

Multidisciplinair en participatief onderzoek

Het is duidelijk dat de zorgsector en de biodiversiteit -en natuursector veelal elk apart aan hun doelstellingen werken. Om beide sectoren beter te integreren in onderzoek en beleid is een multidisciplinaire en *bottom-up* aanpak met participatieve methodieken nodig die zowel bijdragen van sociale als de natuurwetenschappen verenigt. De *Onehealth* benadering bijvoorbeeld slaat de brug tussen de gezondheid van de mens en die van andere levende wezens of ecosystemen.

Verder dan enkelvoudige perspectieven, houden sectoroverschrijdende samenwerking en multidisciplinair onderzoek rekening met de wederzijdse afhankelijkheden tussen mens en natuur, en met complexe uitdagingen en oplossingen waarmee de wereldwijde zorg -en natuur sectoren worden geconfronteerd. Bovendien vereisen ze de duurzame betrokkenheid, participatie en inclusie van diverse belanghebbenden waaronder overheden, het maatschappelijk middenveld, niet-gouvernementele en internationale organisaties, evenals de stem van minderheden zoals kwetsbare doelgroepen, maar uiteraard ook bezoekers, directie en personeel.



Boerin op zelfoogstboerderij. (B. Willaert / Vilda)

BIBLIOGRAFIE

- Al-Samraei, S. M. S., & Al-Asadi, Z. N. (2019). Developing the external spaces and gardens of the hospitals (Basra Specialist Hospital for Children-as a model). *Euphrates Journal of Agriculture Science*, 11(3).
- Arslan, M., Kalaylıoğlu Akyıldız, Z. I., & Ekren, E. (2018). Use of medicinal and aromatic plants in therapeutic gardens.
- Cervinka, R., Röderer, K., & Hefler, E. (2012). Are nature lovers happy? On various indicators of well-being and connectedness with nature. *Journal of health psychology*, 17(3), 379-388.
- Charles, C., Keenleyside, K., Chapple, R., Kilburn, B., Salah van der Leest, P., Allen, D., ... & Camargo, L. (2018). Home to us all: how connecting with nature helps us care for ourselves and the Earth.
- Clark, N. E., Lovell, R., Wheeler, B. W., Higgins, S. L., Depledge, M. H., & Norris, K. (2014). Biodiversity, cultural pathways, and human health: a framework. *Trends in ecology & evolution*, 29(4), 198-204.
- Fuller, R. A., Irvine, K. N., Devine-Wright, P., Warren, P. H., & Gaston, K. J. (2007). Psychological benefits of greenspace increase with biodiversity. *Biology letters*, 3(4), 390-394.
- Howell, A. J., Dopko, R. L., Passmore, H. A., & Buro, K. (2011). Nature connectedness: Associations with well-being and mindfulness. *Personality and individual differences*, 51(2), 166-171.
- Maller, C. J. (2009). Promoting children's mental, emotional and social health through contact with nature: a model. *Health education*.
- Mackay, C. M. L., & Schmitt, M. T. (2019). Do people who feel connected to nature do more to protect it? A meta-analysis. *Journal of Environmental Psychology*, 65, 101323.
- Martin, L., White, M. P., Hunt, A., Richardson, M., Pahl, S., & Burt, J. (2020). Nature contact, nature connectedness and associations with health, wellbeing and pro-environmental behaviours. *Journal of Environmental Psychology*, 68, 101389.
- Regionale landschappen VZW (2021), [Inspiratiegids Natuur met Zorg](#), Regionale landschappen VZW
- Richardson, M., Dobson, J., Abson, D. J., Lumber, R., Hunt, A., Young, R., & Moorhouse, B. (2020). Applying the pathways to nature connectedness at a societal scale: a leverage points perspective. *Ecosystems and People*, 16(1), 387-401.
- Romanelli, C., Cooper, D., Campbell-Lendrum, D., Maiero, M., Karesh, W. B., Hunter, D., & Golden, C. D. (2015). Connecting global priorities: biodiversity and human health: a state of knowledge review. World Health Organisation/Secretariat of the UN Convention on Biological Diversity.
- Sinek, S. (2009), *Start with why: how great leaders inspire everyone to take action*. Penguin Group, New York, NY.
- Thaneshwari, P. K., Kumari, P., Sharma, R., & Sahare, H. A. (2018). Therapeutic gardens in healthcare: A review. *Ann. Biol*, 34, 162-166.
- World Health Organization. (2016). *Urban green spaces and health* (No. WHO/EURO: 2016-3352-43111-60341). World Health Organization. Regional Office for Europe.
- Wiersum, K. F., & Elands, B. H. M. (2016). Beleefbare natuur: van recreatieve infrastructuur naar bioculturele diversiteit. *Vakblad Natuur Bos Landschap*, 2016(feb), 14-17.
- Wilson, Edward O. (1984), *Biophilia*. Harvard University Press.

ANNEX: Relevante weblinks

Conceptuele achtergrond 'natuur voor welzijn':

- [Op de natuur gebaseerde gezondheidszorg en sociale zorg mogelijk maken door middel van kennisallianties](#)
- [Monitor van betrokkenheid bij de enquête natuurlijke omgeving: het ontwikkelen van een methode om de natuurverbinding onder de Engelse bevolking \(volwassenen en kinderen\) te meten](#)
- [5 wegen tot natuurverbinding \(filmpje\)](#)
- [Natuurvereniging](#)
- [Effect van natuur op gezondheid](#)
- [Praktische infogids 'Natuur is gezond'](#)

In de Vlaamse zorg:

- [Inspirerende voorbeelden van welzijnsgroen - VIPA](#)
- [Programma Natuur in de zorg: presentaties en filmpjes](#)
- [Snoezelbossen](#)
- [Revalideren in het bos: toegankelijke natuur voor iedereen](#)
- [Het gras wordt groener in de zorg](#)
- [Zorgtuin in Alfons Smet residenties te Dessel](#)
- [Zorgwijzermagazine](#)
- [Natuur en gezondheid](#)
- [Natuur in je buurt](#)
- [Zorgnatuur](#)
- [Inspiratiegids natuur met zorg van Regionale Landschappen](#)

Inspiratie groen en biodiversiteit:

- [Laureaten projectoproep natuur in je buurt 2019](#)
- [UZA](#)
- [ZNA Joosten](#)
- [Steenbrugse bosjes](#)

In Vlaamse scholen:

- [Groene speelplaats, Natuurlijke speelplaats, Natuurlijke en avontuurlijke speelplaats](#)
- [Positief effect van biodiversiteit in en rond de school](#)
- [Groene Vlag Eco-schools](#)
- [MOS, duurzame scholen, straffe scholen](#)
- [Infofiches scholen: natuur en welbevinden in de stad, Activiteitenfiches biodiversiteit op school](#)

In het buitenland:

- Het [biofilische Khoo Teck Puat hospital](#) van Singapore
- In het [Outdoor Care Retreat](#), een zorgcentrum dat werd gebouwd met de steun van het Universiteitsziekenhuis van Oslo en de Friluftssykehuset Foundation
- De [zorgcentra in Busselton, Brisbane, Perth, New South Wales en Queensland](#) (Australië)
- [De voordelen van een groene buitenruimte rond scholen](#) in Zeeland (Nederland) door IVN.

Partners:

- Een lijst van adviseurs biodiversiteit en bedrijven bestaat reeds voor bedrijventerreinen (2BEConnect project van Interreg), maar kan evenzeer nuttig zijn voor zorgcentra
- [Agentschap voor Natuur en Bos](#)
- [Het Vlaams Infrastructuurfonds voor Persoonsgebonden Aangelegenheden \(VIPA\)](#)
- [Regionale Landschappen](#)
- [BOS+](#)

Op Vlaamse bedrijventerreinen:

- [Zelf aan de slag](#)
- [Tips voor je bedrijf](#)
- [Inspiratiegids bedrijven](#)

Praktische handvatten:

- [Technische vademeca harmonisch park en groenbeheer](#)
- [Studie Biodivers Zorggroen](#)
 - [Ecopedia](#)
 - [Natuurlijke tuinen](#)
 - [Harmonisch park en groenbeheer](#)
 - [Technisch vademecum beheerplanning harmonisch park en groenbeheer](#)
- [Terra Therapeutica](#)

ANNEX: Relevante weblinks

Voorbeelden vermaatschappelijking zorgnatuur:

- Bekijk ook het [filmpje](#) over de ecologische LIA-tuin in jeugd -en zorgcentrum vzw. LIA (vanaf 1:39).
- [Natuur en gezondheid in Bethanië](#): natuur als oplossing voor problemen in de maatschappij, diverse doelgroepen met verschillende noden, en creatieve mogelijkheden in de omgeving.
- [Het multimovepad in Bethanië](#) voor personen met een mentale beperking: bosuitbreiding en recreatiemogelijkheden die de locatie biedt waaronder een beweegpad, de hoefewerking en de werkgroep natuurbeleving.
- [Borgwal te Vurste](#) (veerkrachtpad gericht naar publiek).
- [Functies van groenblauwe infrastructuur](#)
- [Therapeutisch wandelen in de Steenbrugse Bosjes](#)

Voorbeelden van acties ten voordele van de lokale biodiversiteit:

- [Verwijder exoten](#). Neem een kijkje op [Plant van hier](#).
- Het [Vordensteinpark in Schoten](#) (vlindertuin en insectenhotel, foto links onder)
- De [zorgbelevingstuin](#) in het Noorderhartziekenhuis van Pelt (zie dit [filmpje](#) en de foto rechts onder).
- Neem ook eens een kijkje op [Ecopedia](#)
- Hoe men [biodiversiteit reeds toepast op bedrijventerreinen](#).

Voorbeelden doelgroep psychiatrie:

- In het psychiatrisch verzorgingstehuis De Liereman in Oud-Turnhout dat in het natuurgebied [Landschap De Liereman](#) ligt, vervangt de natuur reeds de isolatiecel.
- Het [psychiatrisch centrum Bethanië](#) in Zoersel dat de isolatiecel nog amper nodig heeft sinds het personeel met de bewoners in de nabije natuur trekt.
- [Sint-Alexius](#) dat ezels inzet als therapie voor bewoners
- Laat de bewoners of het personeel zelf een wandeling uitstippelen met behulp van [routen.be](#).

Biodiversiteit rondom zorgcentra:

- Ga op zoek naar kennis en laat je adviseren door een deskundige (bijvoorbeeld Natuur en Bos, Regionale landschappen, Logo's, VLM, Natuurpunt). Zie ook:
 - [Biodivers Zorggroen HoGent](#)
 - [Biodivers Zorggroen](#)
 - [Biodivers zorggroen in Vlaamse woon- en zorginstellingen](#)
- Natuurverbondenheid als schakel tussen welzijn van mens en natuur: [ZOL in Genk](#)

Werkwijze natuur voor welzijn:

- Verzamel bestaande **kennis** en ervaring over [vergroening](#) in de zorg, [natuurverbondenheid](#) en [biodiversiteit](#).
- Vraag een vergunning [tijdelijke natuur](#) aan
- Kijk ook eens op [waarnemingen.be](#)
- Kies voor planten die insecten zoals bijen of vlinders aantrekken, zie de [Tuin-Wijzer](#)
- [Plant inheemse bomen en struiken](#)
- [Vermijd invasieve plantenexoten](#)
- [Biodiversiteit en bedrijven](#)
- Het [kennisplatform over bedrijven en biodiversiteit](#) op Ecopedia
- [Natuurpunt](#)
- [Regionale landschappen VZW, Inspiratiegids Natuur met Zorg](#)

ADVIEZEN voor Netwerk N&G, Inverde, VIPA, Natuur en Bos, etc....

- [Opleidingen](#)

1. De zorgcentra werden enerzijds geselecteerd op basis van door Natuur en Bos gesubsidieerde projecten, en anderzijds werden een aantal zorgcentra bevraagd die zelf initiatief namen tot vergroening. Zie ook verderop in de methodologie.
2. Natuur in je Buurt wil projecten ondersteunen die bijdragen aan de oplossing van een maatschappelijke uitdaging via natuurontwikkeling of door de aanleg van natuurelementen. Daarbij streeft men enerzijds naar meer bereikbare, toegankelijke en kwaliteitsvolle natuur in de nabijheid van mensen en anderzijds naar een meer robuuste en veerkrachtige Vlaamse natuur zodat ook de biodiversiteit ondersteund wordt. Overheden, verenigingen en organisaties konden hiervoor een project indienen.
3. Howell et al 2011, Cervinka et al 2012, Martin et al 2020.
4. In het Engels 'nature connectedness'
5. In het Engels 'pro environmental behaviours'
6. Martin et al., 2020, Mackay & Schmitt, 2019, Richardson et al., 2020.
7. In de maak: zie Betreft: Bekrachtiging en afkondiging van het decreet tot oprichting van een Vlaams subsidieregister, aangenomen door het Vlaams Parlement op 17 november 2021 (VR 2021 1911 DEC.0094) Beslissing : De Vlaamse Regering bekrachtigt bovengenoemd decreet en beslist over te gaan tot de afkondiging ervan.
8. Sinek, 2009.
9. Fuchs, 2003; Mansen, 1998
10. Bonney, 1901, Sharly.
11. Hansen-Ketchum et al., 2011., Ref.: World Health Organization, 1986
12. Mayer & Frantz 2004; Nisbet et al. 2009, Cheng en Monroe, 2012
13. Mayer en Frantz, 2004; Kals et al., 1999.
14. Wilson, 1984, Naess, 1972.
15. Lumber R et al. 2017.
16. Hinds and Sparks, 2008, Ward Thompson et al., 2008
17. Vadala et al. 2007.
18. Maller 2009; Keniger et al. 2013; Dadvand et al. 2015.
19. Martin et al., 2020; Mackay & Schmitt; 2019, Richardson et al., 2020.
20. Fuller et al 2007; Clark et al 2014; Wiersum & Elands 2016.
21. Het Universitair Ziekenhuis Antwerpen (UZA), het ZNA Joostens te Zoersel (ZNA), het AZ Alma te Eeklo, Groep St. Franciscus te Oosterzele, Ziekenhuis Oost-Limburg te Genk, het IGL ter Heide in Genk, MFC Sint-Gregorius te Gentbrugge, Psychiatrisch Centrum Sint-Alexius te Grimbergen, OCMW WZC Ter Leen te Herzele, het Mariaziekenhuis te Pelt.
22. Binnen in het ziekenhuis is er een verwijzing naar de wandellussen door middel van hetzelfde figuurtje.
23. Dit is natuurlijk een beperkte lijst die gaandeweg nog aangevuld en geüpdated kan worden.
24. In maart 2021 bracht Regionale Landschappen de inspiratiegids "Natuur met zorg" uit met als doel de zorgcentra te inspireren. Hiervoor interviewden ze twee algemene ziekenhuizen, twee woonzorgcentra en twee psychiatrische ziekenhuizen die de buitenruimte van hun voorziening groen ingericht hebben en dit groen inzetten in hun werking.
25. Zie VIPA en het inbouwen van een groene aanleg in en rond zorgcentra in bestaande subsidie-instrumenten.
26. Dewaelheyns et al., 2014.
27. Toekomstig co-creatief onderzoek is nodig om ook de wensen, noden, percepties en ervaringen van patiënten/bewoners, het personeel, de directie, bezoekers en buurtbewoners in kaart te brengen zodat de inrichting hierop afgestemd kan worden.
28. Sociaal en educatief project waarbij men de hele dorpsgemeenschap dus ook personen met een zorgnood wenst te betrekken.
29. Er is een scala aan doelgroepen die baat kunnen hebben bij de natuuractiviteiten en die hier niet aan bod komen zoals individuen en groepen met een migratieachtergrond, personen met een lagere SES, ouderen, kinderen en volwassenen met een lichamelijke of mentale beperking, gedetineerden, vluchtelingen en dergelijke meer. Onderzoek naar de noden, wensen en perspectieven van deze doelgroepen is nodig om hun inclusie en participatie te garanderen en om ook hun stem te laten horen.
30. Ecosystemen zijn bijvoorbeeld bossen, moerassen, graslanden, steden, tuinen, vijvers en rivieren.
31. Wells en Lekies, 2006.

32. Als milieuvriendelijke acties op grote schaal worden toegepast, kunnen mensen bijdragen aan een aanzienlijke vermindering van de koolstofemissies (Dietz et al., 2009), waardoor mogelijks allerlei schadelijke gevolgen van de klimaatverandering voor de gezondheid van mens en natuur worden voorkomen (WHO 2016).
33. Kollmuss & Agyeman, 2002, Cheryl et al 2018, Zelen-ski et al., 2015.
34. Over Vlaanderen verspreid liggen duizenden hectares grond die zijn aangekocht voor industriële ontwikkeling, ontginning, woningbouw en dergelijke. In afwachting van de invulling ervan blijven de gebieden vaak ongebruikt en worden onbeschermd dieren en planten van het terrein geweerd. Daar heeft niemand baat bij, de natuur niet, want zij krijgt geen kansen, en de grondeigenaar ook niet, want die maakt kosten. De oplossing is een tijdelijke natuurontwikkeling. Doordat het terrein tijdelijk ter beschikking wordt gesteld aan de natuur ontstaan er positieve effecten op de populaties van planten en dieren, die zich anders niet zouden voordoen.
- Al-Samraei, S. M. S., & Al-Asadi, Z. N. (2019). Developing the external spaces and gardens of the hospitals (Basra Specialist Hospital for Children-as a model). *Euphrates Journal of Agriculture Science*, 11(3).
- Arslan, M., Kalaylıoğlu Akyıldız, Z. I., & Ekren, E. (2018). Use of medicinal and aromatic plants in therapeutic gardens.
- Cervinka, R., Röderer, K., & Hefler, E. (2012). Are nature lovers happy? On various indicators of well-being and connectedness with nature. *Journal of health psychology*, 17(3), 379-388.
- Charles, C., Keenleyside, K., Chapple, R., Kilburn, B., Salah van der Leest, P., Allen, D., ... &
- Camargo, L. (2018). Home to us all: how connecting with nature helps us care for ourselves and the Earth.
- Clark, N. E., Lovell, R., Wheeler, B. W., Higgins, S. L., Dpledge, M. H., & Norris, K. (2014). Biodiversity, cultural pathways, and human health: a framework. *Trends in ecology & evolution*, 29(4), 198-204.
- Fuller, R. A., Irvine, K. N., Devine-Wright, P., Warren, P. H., & Gaston, K. J. (2007). Psychological benefits of green-space increase with biodiversity. *Biology letters*, 3(4), 390-394.
- Howell, A. J., Dopko, R. L., Passmore, H. A., & Buro, K. (2011). Nature connectedness: Associations with well-being and mindfulness. *Personality and individual differences*, 51(2), 166-171.
- Maller, C. J. (2009). Promoting children's mental, emotional and social health through contact with nature: a model. *Health education*.
- Mackay, C. M. L., & Schmitt, M. T. (2019). Do people who feel connected to nature do more to protect it? A meta-analysis. *Journal of Environmental Psychology*, 65, 101323.
- Martin, L., White, M. P., Hunt, A., Richardson, M., Pahl, S., & Burt, J. (2020). Nature contact, nature connectedness and associations with health, wellbeing and pro-environmental behaviours. *Journal of Environmental Psychology*, 68, 101389.
- Regionale landschappen VZW, Inspiratiegids Natuur met Zorg, Regionale landschappen VZW
<https://www.rlkgn.be/inspiratiegids-natuur-met-zorg>
- Richardson, M., Dobson, J., Abson, D. J., Lumber, R., Hunt, A., Young, R., & Moorhouse, B. (2020). Applying the pathways to nature connectedness at a societal scale: a leverage points perspective. *Ecosystems and People*, 16(1), 387-401.
- Romanelli, C., Cooper, D., Campbell-Lendrum, D., Maiero, M., Karesh, W. B., Hunter, D., & Golden, C. D. (2015). Connecting global priorities: biodiversity and human health: a state of knowledge review. World Health Organization/Secretariat of the UN Convention on Biological Diversity.
- Sinek, S. (2009), *Start with why: how great leaders inspire everyone to take action*. Penguin Group, New York, NY.
- Thaneshwari, P. K., Kumari, P., Sharma, R., & Sahare, H. A. (2018). Therapeutic gardens in healthcare: A review. *Ann. Biol*, 34, 162-166.
- World Health Organization. (2016). *Urban green spaces and health* (No. WHO/EURO: 2016-3352-43111-60341). World Health Organization. Regional Office for Europe.
- Wiersum, K. F., & Elands, B. H. M. (2016). Beleefbare natuur: van recreatieve infrastructuur naar bioculturele diversiteit. *Vakblad Natuur Bos Landschap*, 2016(feb), 14-17.
- Wilson, Edward O., *Biophilia*. Harvard University Press (1984).



Paardenbloemen, ook wel gekend om hun medicinale werking. (L. Soerink / Vilda)

Auteurs:

Liesa Lammens en Ilse Simoens

Reviewers:

Koen Van Muylem

Vormgever:

Nicole De Groof (INBO)

Het INBO is het onafhankelijk onderzoeksinstituut van de Vlaamse overheid dat via toegepast wetenschappelijk onderzoek, data- en kennisontsluiting het biodiversiteitsbeleid en -beheer onderbouwt en evalueert.

Vestiging:

Herman Teirlinckgebouw
INBO Brussel
Havenlaan 88 bus 73, 1000 Brussel
vlaanderen.be/inbo

Wijze van citeren:

Lammens L., Simoens I. (2022). Oriëntatiegids natuur voor welzijn. Over de verwevenheid tussen het welzijn van mens en natuur. Lessen uit de praktijk van vergroening in Vlaamse zorgcentra. Mededeling van het Instituut voor Natuur- en Bosonderzoek, Brussel. DOI: doi.org/10.21436/inbom.75027159

Mededelingen van het Instituut voor Natuur- en Bosonderzoek 2022 (1)

D/2022/3241/152

ISBN 9789040304477

Verantwoordelijke uitgever:

Maurice Hoffmann

Dit onderzoek werd uitgevoerd :

In samenwerking met Agentschap Natuur en Bos

**AGENTSCHAP
NATUUR & BOS**

© 2022, Instituut voor Natuur- en Bosonderzoek