



Van tuin- en landschaps- ontwerp naar contextueel ontwerp

Belevingsgerichte tuinen; groen levert bijdrage aan gezondheid

De laatste jaren is veel onderzoek verricht naar het effect van de natuur op het welzijn van mensen. Het positieve effect van de aanwezigheid van groen op mensen is inmiddels bewezen. Natuurbeleving bevordert de fysieke en mentale gezondheid.

Auteur: Van Helvoirt Groenprojecten

Natuur nodigt uit tot bewegen, leidt af van sombere gedachten, biedt ontspanning en concentratieherstel en geeft een gevoel van vrijheid. Bovendien bevordert de natuur sociale cohesie: mensen ontmoeten elkaar gemakkelijker in de buitenruimte. Er zijn natuurlijk wel randvoorwaarden te benoemen: de natuur moet toegankelijk en gemakkelijk te vinden zijn, het gebied moet goed onderhouden en overzichtelijk zijn en mensen moeten er iets in herkennen.

Aanwezigheid van natuur (groen, water, dieren) heeft (aangetoond) de volgende effecten:

- Vermindering van stress
- Hogere pijntolerantie, waardoor minder behoefte is aan pijnstillende medicatie
- Sneller herstel (kortere verpleegduur)
- Verbetering concentratie en prestaties
- Hoger rendement van therapeutische programma's
- Betere lichamelijke conditie
- Gemakkelijker sociale contacten
- Vermindering agressie en crimineel gedrag
- Afleiding van zorgen over ziekte en dood door fascinatie
- Gelegenheid tot bezinning

Nu de positieve werking van groen voor het welzijn van mensen is bewezen, kan ook nagedacht worden over nieuwe oplossingen, waarbij groen bewust wordt ingezet voor het herstel van zieken en het bevorderen van de kwaliteit van leven van kwetsbare groepen zoals mensen met dementie. Van Helvoirt Groenprojecten erkent bovenstaande en is al enkele jaren betrokken bij projecten die het welbevinden van mensen bevorderen door de inzet van de natuur. Het bedrijf is hiermee koploper op dit gebied.

De belangrijkste aspecten van een zogeheten healing environment:

- Bereikbaarheid (toegankelijk en makkelijk te vinden)
- Sociale veiligheid (overzichtelijk, goed onderhouden en afsluitbaar)
- Oriëntatiemogelijkheden (leesbaarheid)
- Betekenis (karakteristiek, herkenbaar)
- Kwaliteit (behaaglijk, functioneel, duurzaam)
- Kwantiteit (capaciteit en rendement)

Jasperina Venema van Van Helvoirt Groenprojecten vertelt: 'Er zijn drie elementen die bijdragen aan een goede belevingsgerichte tuin: inrichting, onderhoud en programmering. Deze drie elementen hangen nauw met elkaar samen en hebben daarmee een grote invloed op het optimaal benutten van de tuin.'

Ontwerp

'Bij het ontwerpen en inrichten van een belevingsgerichte tuin, ook wel healing environment genoemd, is het belangrijk om rekening te houden met die aspecten die bijdragen aan de werking van zo'n healing environment. Maar wat zijn daarbij factoren die zich in de praktijk al bewezen hebben en waarmee we dus rekening moeten houden? We stellen ons vragen als: wat is de motivatie om te investeren in de buitenruimte, welke effecten worden gezocht, wat is er mogelijk in de ruimte en welke specifieke eigenschappen van de doelgroep spelen daarbij een belangrijke rol?

Daarnaast is het belangrijk om de toekomstige gebruiker bij het proces te betrekken, als ervaringsdeskundige. Het is essentieel dat de ontwerper niet alleen kijkt naar het mooie lijnenspel of naar wat hij zelf graag wil scheppen, maar ook luistert naar de gebruiker en de samenwerking aangaat met

de zorgverlener. Zo delen ze hun (vak)kennis en ervaringen en wordt een leefomgeving gecreëerd die bijdraagt aan het welbevinden van mensen. Maar daarmee houdt de samenwerking wat ons betreft niet op. Een sociaal netwerk rond de tuin zorgt ervoor dat die ook daadwerkelijk wordt gebruikt en dat het een plek wordt waar mensen, planten en dieren elkaar versterken. Van tuin- en landschapsontwerp naar contextueel ontwerp, noemen wij dat.

Een concreet voorbeeld. In de zorg voor mensen met dementie worden bepaalde vormen van zorgverlening onderscheiden, zoals realiteitsoriëntatie, reminiscentie en zintuigprikkeling. Remiscentie is een vorm van hulpverlening waarbij het ophalen van herinneringen centraal staat. Het stelt cliënten in staat om zich te presenteren zoals ze zichzelf (nog steeds) zien. Voor mensen die hun oriëntatie in het heden kwijt zijn, kan de oriëntatie in het verleden zorgen voor meer grip op het leven.

Als de zorgverlener goed uitlegt wat reminiscentie is, kan de ontwerper van de belevingsgerichte tuin daarop inspringen, bijvoorbeeld door een moestuin in het ontwerp op te nemen. De huidige generatie ouderen is in veel gevallen opgegroeid met een "nutstuintje" achter het huis. Zij hebben daarmee leren omgaan en weten nog steeds hoe een moestuin verzorgd moet worden en wat daar in de verschillende jaargetijden te vinden is. Dat geeft precies het gewenste effect van reminiscentie. Zo ondersteunt een tuin bij het ontvangen van zorg.'

Jasperina vervolgt: 'Maar ook al is er nog zo veel te beleven in een tuin, als die niet toegankelijk is, niet gevonden wordt of door niemand gebruikt wordt, dan treedt het gewenste effect niet op. Er is dus meer nodig dan een goed ontwerp.'

Onderhoud

'Na het ontwerp en de aanleg van de tuin is gedegen onderhoud van groot belang. En dat betekent niet alleen regulier onderhoud. Het is van essentieel belang dat de uitgangspunten die mede de werking van de tuin bepalen, gewaarborgd worden. Als dit onvoldoende gebeurt, gaat dat ten koste van het effect van de zorgvuldig ontworpen tuin. Inmiddels zetten we op verschillende zorgtuinen vaste hoveniers in voor dit onderhoud. Zij kunnen daarbij ondersteund worden door gebruikers.'

Programmering

'Tot slot speelt de programmering een belangrijke rol. Het organiseren van tuinactiviteiten moet niet exclusief worden opgevat als een taak voor welzijnsmedewerkers, fysiotherapeuten of zorgverleners. Ook de hovenier die de tuin onderhoudt, kan hieraan een bijdrage leveren. Hetzelfde geldt voor de vrijwilligers die een volière of moestuin onderhouden, bloemschikken, schilderen of fotograferen. Ook die activiteiten kunnen in belangrijke mate bijdragen aan ontmoetingen, zinvolle activiteiten en daarmee ook aan het gebruik van de tuin.

Participatie is dus het sleutelwoord. Het vergroot bij alle betrokkenen: de potentiële vrijwilligers, de hovenier die het onderhoud gaat doen en de professionals die dagelijks zorg verlenen, het bewustzijn van de kracht van de natuur en de betrokkenheid bij de belevingsgerichte tuin. Zij weten daardoor wat er kan, wat er mag en wat het brengt.'

De komende tijd wil Van Helvoirt Groenprojecten zijn kennis op dit gebied verder vergroten en zich nog meer toeleggen op zorgtuinen en contextueel ontwerp. Voor meer informatie over dit onderwerp kunt u contact opnemen met Jasperina Venema.



Be social

Scan of ga naar:

www.stad-en-groen.nl/artikel.asp?id=41-6416