



Vitaal grijs in het groen

Onderzoek naar het benutten van de tuin voor de gezondheid
en het welzijn van ouderen bij zorgcentrum Angeli Custodes

Ruud Hendriks,
Aeres Hogeschool, Lectoraat Groene en Vitale Stad
Afstudeerrapport Landscape and Environment Management
Hogeschool Inholland



Vitaal grijs in het groen

Onderzoek naar het benutten van de tuin voor de gezondheid en het welzijn van ouderen bij zorgcentrum Angeli Custodes

Ruud Hendriks

:

Studentnummer: 541053

Locatie en datum: Almere, 23 mei 2017 (1^e Versie) 8 juni 2017 (tweede versie)

Rapport: Afstudeerrapport Versie 2

i

Opdrachtgever:

Dinand Ekkel

Aeres Hogeschool Almere

Lectoraat Groene en Vitale Stad

Stadhuisstraat 18

1315 HC Almere

Opleiding:

Landscape and Environment Management

Hogeschool Inholland

Rotterdamseweg 141

2628AL Delft

Corien van Setten

Jenny Schrauwen-van Der Geer

Voorwoord

Voor u ligt het rapport 'Groen en Ouderen'. Dit rapport is geschreven als onderdeel van mijn afstudeeronderzoek voor de opleiding Landscape and Environment Management aan de Hogeschool Inholland. Dit rapport is het resultaat van mijn onderzoek voor het lectoraat Groen en Vitale Stad van Aeres Hogeschool. Het onderzoek heb ik uitgevoerd bij het zorgcentrum Angeli Custodes van Zorggroep Raalte.

Bij Angeli Custodes heb ik diverse interviews met bewoners kunnen doen. Deze interviews vormen een belangrijke bijdrage voor mijn onderzoek. Ik wil dan ook de bewoners van Angeli Custodes en De Scheper bedanken voor hun medewerking tijdens deze interviews. Ik heb de interviews als zeer nuttig en leuk ervaren. Deze interviews waren niet tot stand gekomen zonder de hulp van de medewerkers van Angeli Custodes. Ik wil het personeel van Angeli Custodes dan ook bedanken voor hun medewerking en gastvrijheid en dan in het bijzonder Marja Vijn en Ineke Somhorst.

Tijdens mijn stage ben ik begeleid door Dinand Ekkel lectoraat van Aeres Hogeschool. Ik heb mijn stage bij Dinand als ontzettend leerzaam ervaren. Ik wil daarom Dinand bedanken voor zijn behulpzame feedback, tips en ideeën. Daarnaast wil ook mijn collega stagiair Maxime Parmentier bedanken voor de nuttige sparring sessies en adviezen.

Ik heb dit onderzoek gedaan voor mijn studie Landscape and Environment Management bij Hogeschool Inholland. Gedurende dit onderzoek heb ik vanuit Inholland begeleiding gehad van Corien van Setten. Ik wil Corien bedanken voor haar goede feedback en adviezen gedurende het afstuderen. Daarnaast wil ik haar bedanken voor de begeleiding gedurende mijn studie dat heeft geleid tot dit resultaat.

Ik wens u veel leesplezier.

Ruud Hendriks
Almere 19-05-2017

Samenvatting

Dit rapport is geschreven in opdracht van het lectoraat Groene en Vitale stad van Aeres Hogeschool in Almere. Het onderzoek 'vitaal grijs in het groen' is verricht in het kader van groen en gezondheid. Het onderzoek speelt in op de wens om meer gebruik te maken van groen in de ouderenzorg. Het onderzoek heeft betrekking op het zorgcentrum Angeli Custodes in Raalte. Met dit onderzoek is de volgende hoofdvraag beantwoordt:

Hoe kan de inrichting van de groene buitenruimte van Angeli Custodes in Raalte, bijdragen aan de verbetering van de gezondheid en welzijn van ouderen?'

Om antwoord te geven op de vraag is gebruik gemaakt van (wetenschappelijke) literatuur en zijn interviews afgenomen. De resultaten van de inventarisatie zijn omgezet in inrichtingsmaatregelen, die passen bij de wensen van zorggroep, bewoners, (voorkomend uit de literatuur). De interviews zijn verricht aan de hand van de "beslisboom natuuractiviteiten". Deze methode is ontwikkeld voor het achterhalen van de motivaties van ouderen om naar buiten te gaan.

De levensverwachting van ouderen wordt steeds hoger. Ouderen worden wel steeds minder gezond en mobiel. Ook gaat het welzijn van ouderen achteruit. Een belangrijk onderdeel van het welzijn is de leefomgeving waaronder de buitenruimte. Het probleem bij ouderen is dat deze weinig buiten komen. De groene buitenruimte heeft namelijk positieve effecten op ouderen. Dit effect ligt vooral in een afname van medicijnen, verminderen van stress, verbeteren van concentratievermogen en verbeteren van slaapritme. Daarnaast nodigt een groene omgeving uit tot bewegen. Op het gebied van welzijn verbeterd groen het zelfbeeld over de gezondheidstoestand van ouderen. Daarnaast houden ouderen plezier uit natuurbeleving.

De groene buitenruimte is thematisch onder te verdelen in verschillende typeringen die passen bij de activiteit. De huidige tuin van Angeli Custodes is vooral een serene tuin met enkele actieve, feestelijke en culturele elementen. Angeli Custodes wil graag beweging stimuleren en meer activiteiten aanbieden aan de bewoners. Uit de interviews blijkt dat de bewoners vooral voor plezier en natuurbeleving buiten komen. Beweging is voor veel ouderen belangrijk. Hier past een actieve soortenrijke tuin bij. Daarnaast willen de ouderen graag meer kleur en variatie in de tuin. Een plukstrook en de mogelijkheid tot tuinieren is wenselijk. De ouderen geven aan dat er te weinig banken zijn. Ook de dagopvang geeft aan dat er een gebrek aan banken is vooral bij de beweegtoestellen.

Het advies is om een soortenrijke en actieve tuin in te richten. Dit kan door gazons en hagen te vervangen met bloeiende heesters, rozen, bollen en een plukstrook. Daarnaast worden moestuinbakken geplaatst vlak bij het zorgcentrum en bij de dagopvang. Ook moet er een tuinkast geplaatst worden met tuingereedschap. Dit is om beweging en eigen initiatief bij ouderen te stimuleren.

Voor het onderzoek zijn verschillende interviews verricht, volgens de "beslisboom natuuractiviteiten". Deze is opgebouwd uit acht domeinen waarom ouderen naar buiten willen. Deze domeinen zijn echter niet voldoende onderscheidend. Vooral het domein plezier is niet onderscheidend en slecht af te bakenen.

Op basis van dit onderzoek is de hoofdvraag als volgt beantwoordt:

De gezondheid en welzijn van ouderen verbeterd door meer te bewegen in een groene buitenruimte waarbij genoten kan worden van de natuur. Dit is bij Angeli Custodes te bereiken met een toegankelijke soortenrijke tuin die uitnodigt tot het ondernemen van activiteiten.

Op de korte termijn is het aan te bevelen om banken te plaatsen. Daarnaast is het aan te raden om het personeel en de vrijwilligers actief te betrekken bij het tuingebruik. Tevens is aan te raden om het gebruik van de tuin nu en in de toekomst te monitoren.

Inhoud

	Samenvatting	
1	Inleiding	5
1.1.	Aanleiding	5
1.2.	Achtergrond	5
1.3.	Onderzoeksvraag	6
1.4.	Leeswijzer	6
2	Methode	7
2.1.	Opzet	7
2.2.	Materiaal	7
2.3.	Werkwijze	8
3	Gezondheid en ouderen	10
3.1.	Gezondheidsklachten	10
3.2.	Welzijn	12
3.3.	Effecten van groen op gezondheid	15
3.4.	Effecten van groen op welzijn	16
4	Groene buitenruimte	18
4.1.	Typering groen buitenruimte	18
4.2.	Richtlijnen groene buitenruimte ouderen	20
4.3.	Referenties	21
5	Onderzoeklocatie	23
5.1.	Zorgcentrum	23
5.2.	De buitenruimte	24
5.3.	Wensen Bewoners	30
5.3.1.	Mobiliteit	30
5.3.2.	Beslisboom	31
5.3.3.	Huidige inrichting	33
6	Advies	35
6.1.	Randvoorwaarden	35
6.2.	Basisprincipes	35
6.3.	Realiseren doelen zorgcentrum	35
6.4.	Inpassen wensen van bewoners	36
6.5.	Inrichtingsadvies	37
7	Discussie	41
8	Conclusie	43
9	Aanbevelingen	44
	Bibliografie	45
	Bijlage 1 Interviews bewoners	
	Bijlage 2 Interview begeleidster dagopvang	
	Bijlage 3 Zorgpakketten	

1 Inleiding

1.1. Aanleiding

Het lectoraat Groene en Vitale stad van Aeres Hogeschool te Almere doet onderzoek naar de meerwaarde van groen voor de gezondheid. Voor dit betreffende onderzoek zijn ouderen de doelgroep. Dit onderzoek is gedaan als afstudeeropdracht voor de opleiding Landscape and Environment Management van hogeschool Inholland. Het onderzoek vindt plaats in het kader van het beter benutten van de groene buitenruimte bij zorgcentra voor ouderen. Angeli Custodes is hiervoor een samenwerking aangegaan met IVN in het programma "Groen Grijs en Gelukkig. Het programma "Groen Grijs en Gelukkig" van IVN moet zorgcentra voor ouderen stimuleren om meer gebruik te maken van de natuur. Dit programma wordt door verschillende zorgcentra uitgevoerd, waaronder Angeli Custodes in Raalte. Dit zorgcentrum is de onderzoeklocatie van dit onderzoek.

1.2. Achtergrond

Dat natuur bijdraagt aan de gezondheid is algemeen bekend. Positieve effecten zoals stressvermindering en meer beweging zijn hier voorbeelden. De positieve effecten van de natuur worden steeds belangrijker in een landschap dat verder verstedelijkt. Ook bij zorgcentra ontstaat meer aandacht voor het belang van een groene omgeving. Daarom leggen zorgcentra steeds vaker speciale tuinen aan. De effecten van deze tuinen zijn vaak niet bewezen. Daarnaast zijn verschillende en soms tegenstrijdige principes gebruikt bij de aanleg van deze tuinen. Om een eenduidig beeld te krijgen waaraan een tuin voor ouderen moet voldoen is dit onderzoek gedaan. Daarbij is ingespeeld op de vraag vanuit de praktijk naar meer onderzoek over de inrichting van de groene buitenruimte. Eén van deze zorgcentra is Angeli Custodes in Raalte. Dit zorgcentrum ziet potentie in het gebruik van de groene buitenruimte ter bevordering van de gezondheid en het welzijn van de bewoners. Het onderzoek richt zich enkel op het gezondheidseffect van ouderen en niet op andere doelgroepen. Het rapport legt de focus op het zorgcentrum Angeli Custodes en haar bewoners. Hoewel de principes overal toepasbaar zijn is het concrete advies gericht op dit zorgcentrum. Angeli Custodes heeft een openbaar toegankelijke tuin. Het advies richt zich echter alleen op de wensen en het gezondheidseffect van de bewoners van het zorgcentrum, de aanleunwoningen en de bezoekers van de dagopvang. Een plattegrond van de onderzoeklocatie is weergegeven in figuur 1.



Figuur 1 Topografische basiskaart van het terrein van Angeli Custodes (Esri, sd)

1.3. Onderzoeksvraag

Het doel van dit onderzoek is om de groene buitenruimte van Angeli Custodes in te richten, zodat deze aansluit bij de wensen van de bewoners en de gezondheid en het welzijn van de bewoners verbetert.

Om dit doel te bereiken is de volgende hoofdvraag met dit onderzoek beantwoord:

‘Hoe kan de inrichting van de groene buitenruimte van Angeli Custodes in Raalte, bijdragen aan de verbetering van de gezondheid en welzijn van ouderen?’

Om een gedegen antwoord op deze vraag te geven zijn in dit onderzoek de volgende deelvragen beantwoord:

1. Wat zijn de gezondheid en welzijn problemen bij ouderen?
2. Wat is het effect van groen op de gezondheid en het welzijn van ouderen ?
3. Welke verbeteringen van de gezondheid en het welzijn van ouderen verwacht het zorgcentrum te bereiken?
4. Wat zijn de motivaties van ouderen om gebruik te maken van de groene buitenruimte?
5. Welke inrichtingsprincipes (die overal toepasbaar zijn) zijn er op te stellen voor een tuin die de gezondheid en welzijn van ouderen verbetert?
6. Op welke wijze zijn deze inrichtingsprincipes en de wensen van ouderen ruimtelijk toe te passen op de onderzoeklocatie?

Deze deelvragen zijn beantwoordt in dit rapport. Dit is gedaan door middel van een combinatie van literatuurstudie en interviews. De interviews zijn uitgevoerd aan de hand van de methode “beslisboom natuuractiviteiten” ontwikkeld door de VU Amsterdam. De gegevens uit deze inventarisatie zijn gebruikt voor de analyse van de situatie bij Angeli Custodes. Hierin zijn de resultaten van de interviews gekoppeld aan de landschapstypen afkomstig uit de wetenschappelijke literatuur. Dit heeft geresulteerd in een gericht advies voor de groene buitenruimte van Angeli Custodes in Raalte.

1.4. Leeswijzer

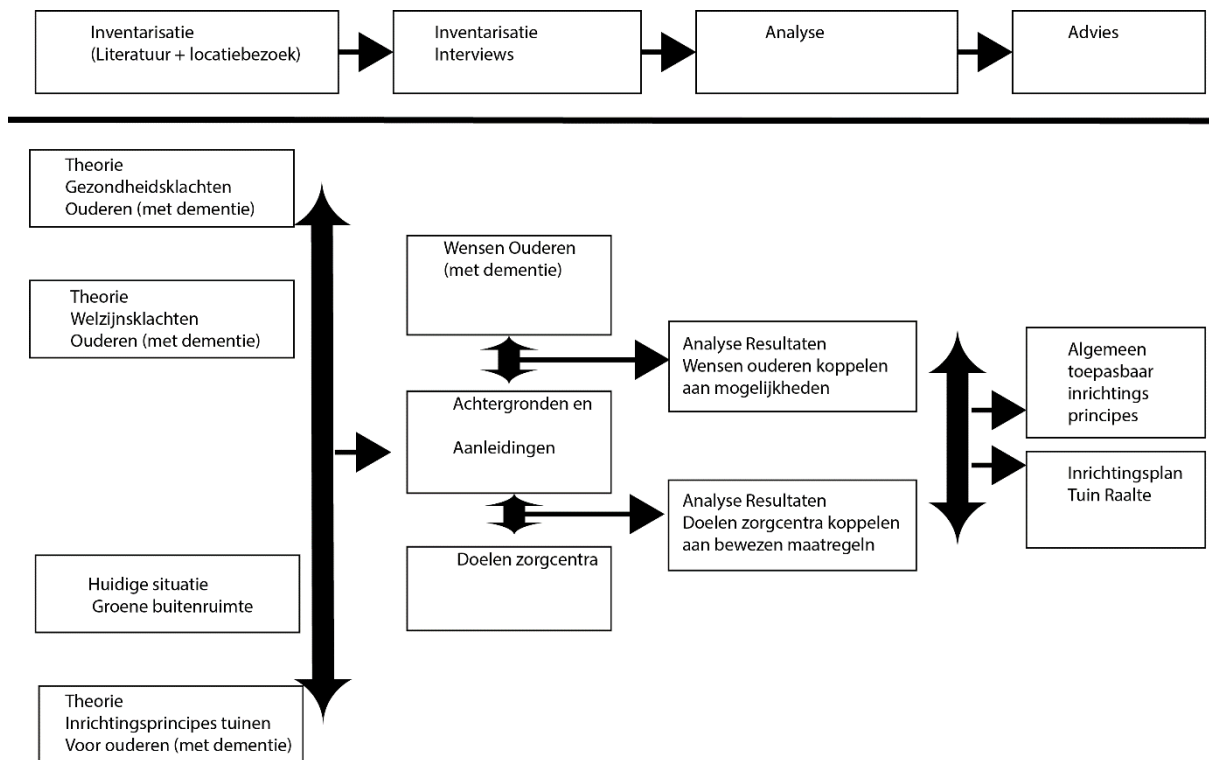
In hoofdstuk twee is de methode van dit onderzoek verder toegelicht. Hierin is het onderzoek en de uitvoering ervan beschreven. Vervolgens is in hoofdstuk drie beschreven wat de huidige gezondheidstoestand en welzijnstoestand van ouderen is. In dit hoofdstuk komen ook de effecten van groen op gezondheid en welzijn aan bod. Daarna is in hoofdstuk vier de groene buitenruimte behandeld. Hierbij komen de typeringen van de groene buitenruimte aan bod, alsmede de relatie tussen de buitenruimte en ouderen. In hoofdstuk vijf is de onderzoeklocatie uitgelicht. Naast de fysieke omgeving is hierin ook aandacht voor de wensen van de bewoners van de zorglocatie. Het advies voor het zorgcentrum is vervolgens uitgewerkt in hoofdstuk zes. De discussie over de methode en de resultaten van het onderzoek zijn terug te vinden in hoofdstuk zeven. In hoofdstuk acht zijn de conclusies van het onderzoek te lezen en is de hoofvraag beantwoord. Het rapport sluit in hoofdstuk negen af met de aanbevelingen.

2 Methode

In dit hoofdstuk is beschreven op welke wijze dit onderzoek tot stand is gekomen. Hierin komen de onderzoeksopzet werkwijze en het materiaal aan bod.

2.1. Opzet

Dit onderzoek kenmerkt zich als kwalitatief onderzoek. Het onderzoek bestaat uit een vergelijking tussen bestaande (wetenschappelijke) literatuur en eigen gevonden gegevens door middel van interviews. Deze gegevens hebben na analyse geleid tot dit eindrapport. In figuur 2 is de onderzoeksopzet schematisch weergegeven. In dit hoofdstuk zijn de verschillende stappen verder uitgelegd.



Figuur 2 Onderzoekmodel

2.2. Materiaal

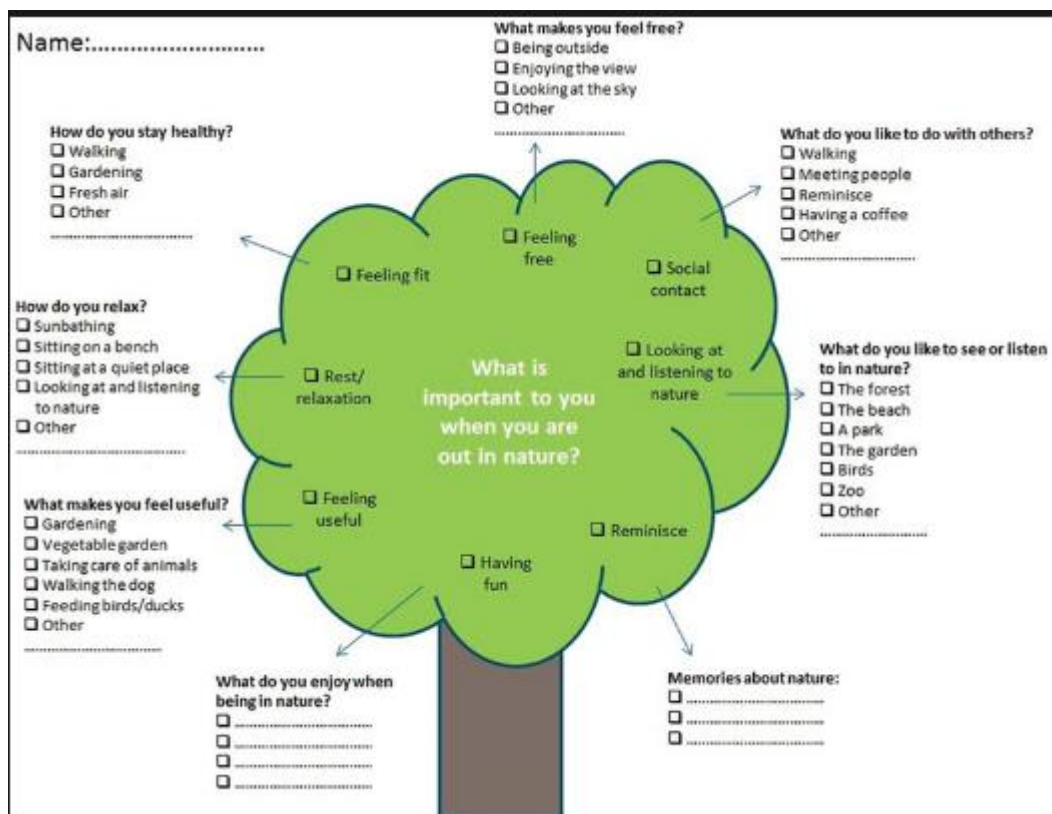
Voor dit onderzoek is gebruik gemaakt van diverse literatuur. Deze literatuur is afkomstig uit de beschikbare vakliteratuur van Aeres Hogeschool en de Hogeschool Inholland. Tevens is gebruik gemaakt van openbaar beschikbare bronnen. Daarnaast is gebruik gemaakt van aangereikte bronnen door Aeres Hogeschool. Naast de literatuur is er gebruik gemaakt van experts, de bewoners van Angeli Custodes en medewerkers van Angeli Custodes.

Gedurende het onderzoek is gebruik gemaakt van de beslisboom natuuractiviteiten (Hendriks, Van Vliet, & Gerritsen, 2016). Het kaartmateriaal en de schema's zijn gemaakt met behulp van de computerprogramma's ArcGIS en Adobe Illustrator.

2.3. Werkwijze

Het onderzoek is onder te verdelen in drie fasen (zie figuur 2). De inventarisatiefase, analysefase en het advies. De inventarisatie-fase is onder te verdelen in twee delen. Het eerste deel is de literatuurstudie en het locatiebezoek. Het literatuuronderzoek richt zich voornamelijk op drie onderdelen namelijk de gezondheidsklachten van ouderen, het welzijn van ouderen en de huidige kennis over de groene buitenruimte. Daarnaast heeft er een gesprek plaats gevonden met Marja Vijn, projectmanager van Angeli Custodes. Ook is hierbij de tuin bezocht en zijn de algemene gegevens over de onderzoeklocatie meegenomen. Om een goed beeld te krijgen van tuinen bedoeld voor het verbeteren van de gezondheid en het welzijn van ouderen zijn er twee tuinen bezocht. Dit gaat om Pennemes in Zaandam en de Reigershoeve in Heemstede. Bij beide bezoeken is contact geweest met de organisatie. Bij Pennemes is gesproken met innovatiemanager Rutger De Graaf en bij de Reigershoeve met initiatiefnemer Henk Smits.

Deze stappen hebben geleid tot een duidelijk beeld van de achtergrond van de problematiek. In de tweede fase van de inventarisatie is meer naar de doelgroep gekeken. Hierbij zijn de bewoners van Angeli Custodes geïnterviewd. Het doel van deze interviews was om de motivaties van ouderen om naar buiten te gaan te achterhalen. Dit is gebeurd met de methode “beslisboom natuuractiviteiten”. Dit is een wetenschappelijk onderbouwde methode om de initiatieven van ouderen te achterhalen (Hendriks, Van Vliet, & Gerritsen, 2016). In figuur 3 is deze beslisboom afgebeeld.



Figuur 3 De beslisboom natuuractiviteiten met de acht domein van kwaliteit van leven ten opzichte van buitenactiviteiten (Hendriks, Van Vliet, & Gerritsen, 2016).

De interviews zijn geanonimiseerd toegevoegd aan het rapport. Dit is terug te vinden in bijlage 1. De antwoorden uit de interviews zijn gekoppeld aan de domeinen van kwaliteit van leven uit de wensboom natuuractiviteiten. Daarnaast zijn suggesties en opmerkingen over de huidige tuininrichting meegenomen voor het advies. Om de interviews goed te laten verlopen is er gesproken met Iris Hendriks, één van de bedenkers van de methode. Hieruit kwam naar voren dat de “beslisboom natuuractiviteiten” tijdens het interview een goed handvat is voor het gesprek. De “beslisboom natuuractiviteiten” is dus geen vastgestelde vragenlijst. Naast de bewoners zijn ook de verwachtingen van het zorgcentrum meegenomen. Dit is gebeurd met het opstellen van een doelenlijst door de

werkgroep “Het groene hart van Salland”. Deze werkgroep richt zich op het beter benutten van de groene buitenruimte voor de bewoners. Daarnaast is er een interview geweest met de medewerkster van de dagopvang van “De Boerderij” (onderdeel van Angeli Custodes). Dit is gedaan om ook de wensen van de bezoekers van de dagopvang mee te nemen binnen het onderzoek. Dit interview is terug te vinden in bijlage 2.

Vanuit de inventarisatie is de analyse verricht. In de analyse is gekeken hoe de wensen van de ouderen passen bij de inrichting van de tuin. En hoe deze wensen ingepast kunnen worden in de toekomstige inrichting van de tuin. Daarnaast zijn de doelen van het zorgcentrum naast de literatuur gelegd. Op basis hiervan is gekeken welke effecten bereikt kunnen worden en welke maatregelen hiervoor nodig zijn.

Vanuit de analyse is het advies opgesteld. Dit advies is tweedelig. Het bestaat uit algemeen toepasbare inrichtingsprincipes die de gestelde doelen mogelijk maken. Daarnaast is er een advies geschreven voor de inrichting van de groene buitenruimte van Angeli Custodes. Waarbij tevens een globaal ontwerp is opgesteld voor de achtertuin van het zorgcentrum. In dit ontwerp komen de wensen van de bewoners, de inrichtingsprincipes en de doelen van het zorgcentrum samen.

3 Gezondheid en ouderen

In dit hoofdstuk is ingegaan op de gezondheid en welzijn van de doelgroep ouderen. In Nederland worden de mensen steeds ouder. De levensverwachting is de laatste dertig jaar alleen maar toegenomen. De levensverwachting voor Nederlandse vrouwen is gestegen tot 83,3 jaar (CBS, 2016). De levensverwachting voor Nederlandse mannen is gestegen tot 79,9 jaar. (CBS, 2016). Met het ouder worden van de bevolking nemen tevens de gezondheidsklachten toe. Daarnaast neemt als gevolg van deze klachten ook vaak het welzijnsniveau af. In de eerste paragraaf zijn de gezondheidsklachten behandeld. Vervolgens komt het welzijn aan bod. In de derde en vierde paragraaf is beschreven wat het effect van groen is op de gezondheidsklachten en het welzijnsniveau.

3.1. Gezondheidsklachten

Ouderen hebben relatief vaker gezondheidsproblemen. In de eerste paragraaf is ingegaan op zowel de fysieke gezondheid als de geestelijke gezondheid bij ouderen. De meeste voorkomende aandoeningen bij ouderen zijn hartziekten en artrose (Van Den Berg Jeths, Hoeymans, & Woittiez, 2004). Artrose is een aandoening waarbij het kraakbeen tussen de gewrichten wegslijt. Dit leidt tot pijnlijke gewrichten en minder soepel bewegen (Reumafonds, sd). Naast deze ouderdomskwalen komen ook slechthorendheid, staar, evenals nek- en rugklachten vaak voor bij ouderen. In tabel 1 staan de meest voorkomende fysieke klachten van ouderen per leeftijdsgroep en geslacht.

Tabel 1 Meest voorkomende klachten bij ouderen (Van Den Berg Jeths, Hoeymans, & Woittiez, 2004)

Mannen 65-74	Mannen 74+	Vrouwen 65-74	Vrouwen 74+
Coronaire hartziekten	Coronaire hartziekten	Artrose	Artrose
Slechthorendheid	Slechthorendheid	Nek- en rugklachten	Coronaire hartziekten
Nek- en rugklachten	Staar	Coronaire hartziekten	Staar
COPD	COPD	Diabetes mellitus	Slechthorendheid
Artrose	Artrose	Slechthorendheid	Diabetes mellitus

De verschillende ziekten zijn vergeleken met de kwaliteit van leven. Uit deze berekening blijkt dat bij mannen vooral hartziekten en beroertes een grote negatieve impact hebben op de kwaliteit van leven. Bij vrouwen hebben artrose en hartziekten de grootste negatieve impact op de kwaliteit van het leven (Van Den Berg Jeths, Hoeymans, & Woittiez, 2004). Andere belangrijke ziekten met een negatief impact op de kwaliteit van leven zijn COPD, gezichtsstoornissen en dementie (Van Den Berg Jeths, Hoeymans, & Woittiez, 2004).

De verschillende aandoeningen bij ouderen zorgen voor de nodige beperkingen. Bij ouderen tot 74 jaar vallen deze beperking nog relatief mee. Grootste beperkingen zijn vooral het (zware) huishoudelijke werk en traplopen (Van Den Berg Jeths, Hoeymans, & Woittiez, 2004). In tabel 2 is te zien in hoeverre ouderen beperkingen kennen in het dagelijkse leven. Het getal is een percentage van het totale aantal ouderen. In deze tabel is onderscheid gemaakt tussen minder ernstige en ernstige beperkingen.

Tabel 2 Percentage ouderen met beperking (Van Den Berg Jeths, Hoeymans, & Woittiez, 2004)

Soort beperking	Beperking				Ernstige beperking			
	65-74	75-84	84+	65+	65-74	75-84	84+	65+
Leeftijd								
Zitten en staan	30	49	64	40	8	18	30	14
Verplaatsen	24	49	80	39	7	22	51	17
Persoonlijke verzorging	14	32	67	25	5	12	40	11
Huishouden	29	57	84	45	8	28	59	20
Zien	8	18	37	14	1	5	15	4
Horen	14	23	36	19	3	6	17	6

Deze percentages van ouderen met beperkingen richten zich op alle ouderen, zowel in zorgcentra als zelfstandig wonend. Bij bewoners van zorgcentra ligt het aantal beperkingen hoger. In tabel 3 zijn de verschillen tussen thuiswonenden en uitwonenden zichtbaar. Hieruit valt te concluderen dat de beperkingen bij ouderen in zorgcentra groter zijn. Dit is ook logisch aangezien tegenwoordig alleen mensen met een zeer zware zorgindicatie nog in aanmerking komen voor zorgcentra (Vijn,2017).

Tabel 3 Verschil in beperkingen thuiswonend en in zorgcentra (Van Den Berg Jeths, Hoeymans, & Woittiez, 2004)

Woonsituatie	Geen beperking	Lichte beperking	Zware Beperking	Ernstige beperking
Zelfstandig	41	24	19	17
Zorgcentra	2	4	15	79

Met de trend dat ouderen langer thuis blijven wonen is te verwachten dat het aantal ouderen met geen of lichte beperkingen in zorgcentra verder zal dalen. De verwachting is dat de levensverwachting blijft stijgen. In 2004 werd voorspeld dat de levensverwachting voor mannen 79,3 jaar en voor vrouwen 82,6 jaar zal zijn in 2020 (Van Den Berg Jeths, Hoeymans, & Woittiez, 2004). Deze levensverwachtingen zijn in 2016 al overtroffen (CBS, 2016). Door de bevolkingsgroei, langere levensverwachting en de vergrijzing is de verwachting dat het aantal aandoeningen bij ouderen verder zal toenemen (Van Den Berg Jeths, Hoeymans, & Woittiez, 2004). In tabel 4 zijn de verwachte toenames van tien veel voorkomende aandoeningen bij ouderen bekeken voor de periode 2000-2020.

Tabel 4 Ontwikkeling van aandoeningen bij ouderen (Van Den Berg Jeths, Hoeymans, & Woittiez, 2004)

Aandoening	Aantal 65+ met aandoening in 2000	Verwachting aantal 65 + met aandoening in 2020	Procentuele stijging
Kanker	91000	137000	50,5
Diabetes mellitus	211000	312000	48,1
Psychische aandoening	200000	288000	44,1
Ziekten van zenuwstelsel	45000	69000	51,8
Beroerte	127000	188000	47,4
Hartziekten	301000	447000	48,5
Astma/COPD	268000	397000	43,9
Ziekte van bewegingsapparaat	911000	1311000	43,9
Ernstige gevolgen van een ongeluk	62000	88000	42,4
Dementie	203000	281000	39

Uit tabel 4 blijkt dat alle aandoeningen stijgen. Hoewel dementie het minst snel stijgt, kan deze wel van grote invloed zijn op de situatie in zorgcentra. Dementie is een aandoening die relatief vaak leidt tot opname in een (gesloten) zorgcentrum.

3.2. Welzijn

Het welbevinden van de ouderen is één van de belangrijkste aandachtspunten in de ouderenzorg. Omdat bij de meeste ouderen geen winst te behalen valt op het gebied van de gezondheid is een zo hoog mogelijke kwaliteit van leven van belang. De kwaliteit van leven is in te delen in vier domeinen (Poortvliet, Van Beek, De Boer, Gerritsen, & Wagner, 2006):

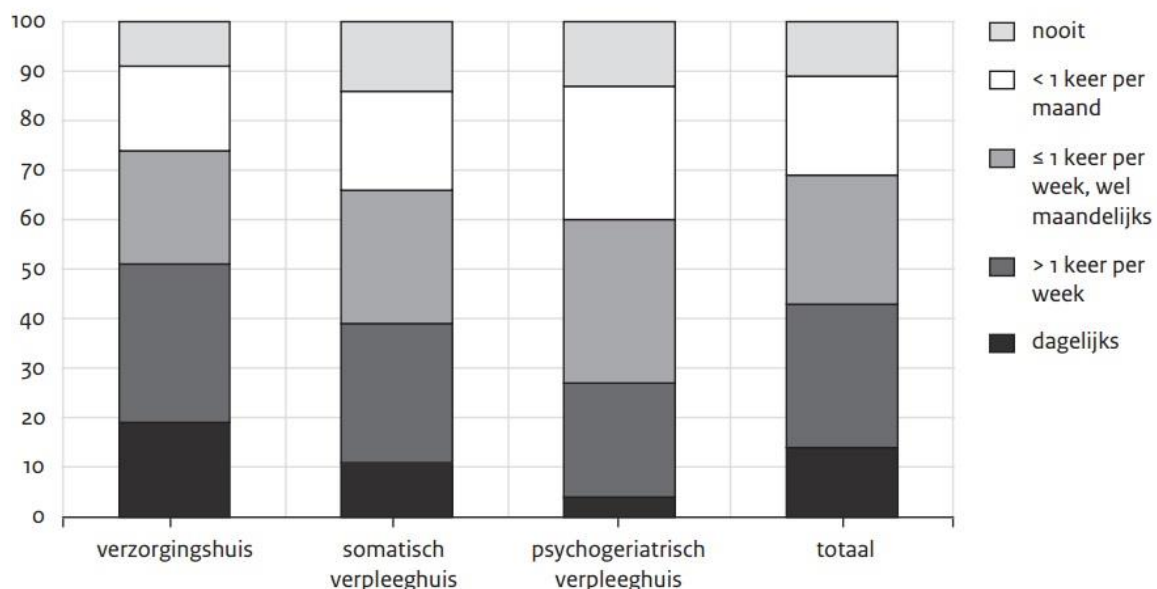
- Lichamelijk welbevinden
- Woon/leef situatie
- Participatie
- Mentaal welbevinden

Lichamelijk welbevinden

Voor het welzijn van ouderen is het lichamelijk welbevinden van belang. Zoals in paragraaf 3.1 is aangegeven, is er bij ouderen sprake van veel gezondheidsproblemen. Voor het welzijn is gekeken naar de beoordeling van ouderen van hun eigen gezondheid. Van de ouderen in zorgcentra beoordeeld één op de acht ouderen zijn of haar gezondheid als slecht of zeer slecht (Den Draak, 2010). Terwijl vijftig procent de gezondheidstoestand als goed of zeer goed beoordeeld. De helft van de bewoners geeft aan dat de gezondheid achteruit gaat in de periode dat ze in een zorgcentra wonen (Den Draak, 2010). Een belangrijk onderdeel van de gezondheidstoestand zijn pijnklachten. Pijn vormt voor ouderen een belangrijke belemmering in het dagelijks leven. Van de bewoners van zorgcentra geeft 57 procent aan pijnklachten te hebben (Den Draak, 2010).

Woon/Leef situatie

De meeste bewoners zijn tevreden over de zorg in hun woonsituatie. Een aandachtspunt is het gebrek aan tijd en aandacht van het personeel (Den Draak, 2010). Ook de buitenruimte maakt deel uit van de woonsituatie van ouderen. Zoals aangegeven in paragraaf 3.1 kennen veel ouderen beperkingen in hun mobiliteit. Dit heeft gevolgen voor het buiten komen van ouderen. Meer dan de helft van de bewoners van zorgcentra komt maximaal één keer in de week buiten. Een groot deel van de bewoners komt zelfs nog minder vaak buiten dan dat, zie hiervoor figuur 4. (Den Draak, 2010).



Figuur 4 Aantal keren dat bewoners van zorgcentra buitenkomen (Den Draak, 2010)

Van alle bewoners vindt 42 procent dat ze te weinig buitenkomen. Bij bewoners van somatische verpleeghuizen (verpleeghuizen voor mensen met enkel fysieke klachten) ligt dit aantal zelfs op 56 procent (Den Draak, 2010). De oorzaken voor het weinig buitenkomen liggen voornamelijk bij een gebrekkige gezondheid en mobiliteit. Een ander belangrijk aspect is het gebrek aan begeleiding of gezelschap bij het naar buiten gaan (Den Draak, 2010).

Participatie

Bij participatie gaat het over het deelnemen aan de maatschappij. Bij ouderen in de zorgcentra is dit als gevolg van de afname van mobiliteit minder. Zo komen ouderen weinig buiten de zorgcentra voor activiteiten. De meeste bewoners maken wel gebruik van recreatieruimtes in de zorgcentra. Een kwart van de bewoners maakt hier dagelijks gebruik van vooral in de somatische verpleeghuizen. Daar waar huiskamers aanwezig zijn worden recreatieruimtes minder bezocht. Van deze bewoners bezoekt 65% deze huiskamers dagelijks (Den Draak, 2010). De meeste bewoners bezoeken de recreatieruimtes bij activiteiten. Van de bewoners geeft 11 procent aan behoefte te hebben aan meer activiteiten (Den Draak, 2010).

De meeste ouderen hebben voldoende sociale contacten van buiten de zorgcentra. Deze contacten bestaan voornamelijk uit kinderen en overige familieleden. De meeste bewoners (61 %) hebben wekelijks sociaal contact met familie. Het contact met vrienden ligt lager bij bewoners van zorgcentra. Dit komt mede doordat vrienden vaak in dezelfde leeftijdscategorie zitten. Hierdoor zal een deel van het sociale netwerk van ouderen gestorven of beperkt mobiel zijn (Den Draak, 2010). Een belangrijk onderdeel van het sociale contact voor ouderen bestaat uit bezoek van buiten de zorgcentra. In totaal heeft 18% van de bewoners van zorgcentra dagelijks bezoek. Meer dan de helft heeft minimaal één keer per week bezoek (Den Draak, 2010). Van de bewoners van zorgcentra geeft 78 procent aan dat ze tevreden zijn over de hoeveelheid sociale contacten (Den Draak, 2010).

Mentaal welbevinden

Op het gebied van welzijn komen diverse klachten voor bij ouderen. Eén op de drie ouderen in somatische zorgcentra kent angst of depressieve gevoelens (Den Draak, 2010). Deze gevoelens komen ook voor bij ouderen in verzorgingstehuizen. Hier ligt het percentage lager dan bij ouderen in somatische zorgcentra. Het percentage bewoners dat met angst of depressieve gevoelens kampt bedraagt 24 procent (Den Draak, 2010).

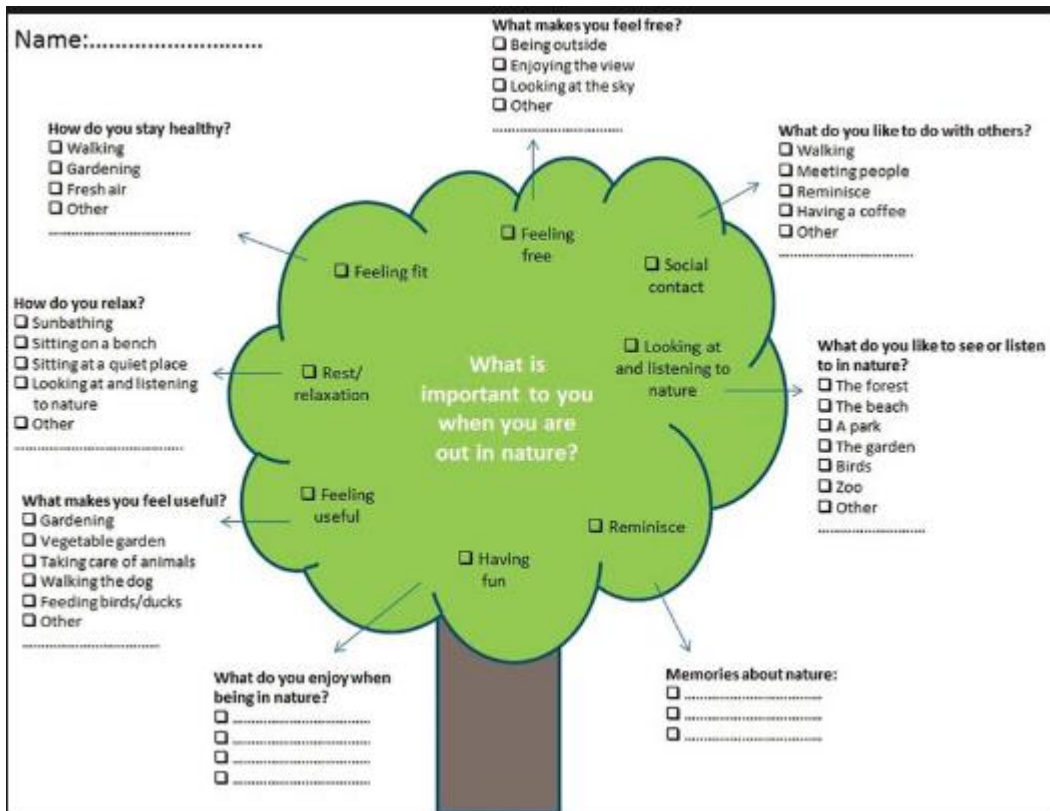
In verschillende literatuur komen verschillende belangrijke aspecten van kwaliteit van leven aan de orde. In een onderzoek (Dröes, et al., 2006) is een vergelijking gemaakt tussen de literatuur en de praktijk. Hierbij zijn meerdere ouderen met dementie geïnterviewd om te achterhalen wat voor hun belangrijke aspecten zijn voor de kwaliteit van leven. Dit heeft geresulteerd in de volgende tien kwaliteiten:

- Gemoedtoestand
- Zelfvertrouwen
- Gehechtheid
- Sociaal contact
- Plezierige activiteiten
- Fysieke en geestelijke gezondheid
- Financieel aspect
- Veiligheid en privacy
- Vrijheid
- Nuttig zijn

Naast deze tien onderdelen van kwaliteit van leven wordt er door de literatuur en de verzorgers nog twee kwaliteiten onderscheiden namelijk gevoel voor esthetiek en spiritualiteit. Beide onderdelen zijn echter niet door ouderen met dementie als belangrijk kwaliteit van het leven benoemd (Dröes, et al., 2006). Het contact met de natuur en buiten zijn, is van meerwaarde op de kwaliteit van leven. (Orr, Wagstaffe, Briscoe, & Ruth, 2016). In vervolgonderzoek (Hendriks, Van Vliet, & Gerritsen, 2016) is de kwaliteit van leven gekoppeld aan natuur hieruit zijn acht aspecten naar voren gekomen:

- Plezier
- Tot rust komen
- Gezond/fit voelen
- Natuur bewonderen
- Vrijheid
- Sociale aspect
- Nuttig voelen
- Herinnering ophalen

Ook uit ander onderzoek komen dergelijke motivaties naar boven. Bij 22 ouderen met dementie is gevraagd wat de meerwaarde van het buiten zijn was. Hieruit kwamen gezond voelen, vrijheid en het sociale aspect naar voren als hoofdredenen (Duggan, Blackman, & Martyr, 2008). De acht aspecten van natuurbeleving zijn vastgesteld bij ouderen met dementie (Hendriks, Van Vliet, & Gerritsen, 2016), maar zijn ook relevant voor de doelgroep zonder dementie (Hendriks, 2017). Op basis van deze typen is de "beslisboom natuuractiviteiten" ontwikkeld, zie figuur 5. Deze beslisboom is opgezet om persoonlijke activiteiten voor ouderen met dementie te ontwikkelen. De uitkomsten van de wensboom kunnen ook een rol spelen bij het achterhalen van een passende inrichting van de buitenruimte (Hendriks, 2017).



Figuur 5 De beslisboom natuuractiviteiten met de bijbehorende domeinen van kwaliteit van leven. (Hendriks, Van Vliet, & Gerritsen, 2016)

De “beslisboom natuuractiviteiten” bestaat uit verschillende thema’s. Deze acht thema’s zijn gebaseerd op de domeinen van de kwaliteit van leven in combinatie met de buitenruimte (Dröes, et al., 2006). Deze acht domeinen zijn onderverdeeld in activiteiten die passen bij het domein.

3.3. Effecten van groen op gezondheid

Dat groen een positief effect heeft op de gezondheid is algemeen bekend. Een deel van deze mogelijk positieve effecten van groen op ouderen is in het verleden onderzocht. In deze paragraaf is ingegaan op de bewezen positieve effecten van groen op de gezondheid van ouderen

Concentratievermogen

Bij ouderen met cognitieve gezondheidsklachten blijkt dat buiten wandelen een positieve bijdrage levert aan het concentratievermogen. Ook het uitzicht op een groene natuurlijke omgeving draagt bij aan het concentratievermogen (Detweiler, et al., 2012). Ook bij ouderen zonder dementie blijkt dat buitenactiviteiten een positief effect hebben op het concentratievermogen (Ottooson & Grahn, 2006).

Medicijngebruik

Als ouderen in contact komen met zonlicht heeft dat een positief effect. Bij ouderen die blootgesteld zijn aan zonlicht neemt het medicijngebruik namelijk af. Dit effect is vastgesteld bij ouderen die herstellen van (ingrijpende) operaties (Detweiler, et al., 2012). Ook uit een vergelijkende review naar bestaande onderzoeken blijkt dat medicijngebruik afneemt bij meer gebruik van de groene buitenruimte bij ouderen (met dementie) (Gonzalez & Kirkevold, 2013).

Stress

Buiten zijn in de natuur kan leiden tot het verminderen van stress bij ouderen. Door onderzoek is vastgesteld dat ouderen met psychische problemen stressvermindering ervaren door naar buiten te gaan. Dit is vastgesteld met metingen van bloeddruk en hartslag (Ottooson & Grahn, 2006). Eén van de factoren aan het buitenzijn die stress doet verminderen is de blootstelling aan zonlicht (Detweiler, et al.,

2012). Daarnaast blijkt tuinieren als therapie stress te verminderen bij ouderen. Actief bewegen en buiten zijn heeft een groter effect dan passieve binnen activiteit, zoals lezen (Van Den Berg & Custers, 2010). Het verminderen van stress bij ouderen heeft positieve gevolgen op de gezondheid. Zo vermindert het de kans op hartaanvallen, beroertes en diabetes (Clare Cooper & Sachss, 2014). Waardoor de mogelijkheid om naar buiten te gaan bij ouderen kan leiden tot een verlenging van de levensduur.

Slaapritme

Het gebruik van de groene buitenruimte heeft ook positieve effecten op het slaapgedrag van ouderen met dementie. Door de blootstelling aan zonlicht is er sprake van een beter slaapritme bij ouderen met dementie (Edwards, McDonnell, & Merl, 2012) (Gonzalez & Kirkevold, 2013). Ook bij ouderen zonder dementie is dit effect zichtbaar. Ouderen die de mogelijkheid hebben om buiten te komen hebben een beter slaapritme (Rappe, 2005) Daglicht is zeer effectief in het behouden van het ritme. Dit is terug te zien in betere slaappatronen en afname van het gebruik van slaappillen (Clare Cooper & Sachss, 2014).

Meer beweging

Een groot gedeelte van de ouderen in Nederland beweegt te weinig. Terwijl bewegen een belangrijk aspect is van de gezondheid van ouderen. Meer bewegen verkleint de kans op ziekte en afname van de mobiliteit. Daarnaast leidt meer beweging tot minder medicijngebruik. Ook is er een positieve relatie tussen bewegen en de levensverwachting (De Greef, 2009). Een belangrijke manier om bewegen te stimuleren is een aantrekkelijke omgeving. Hierbij speelt de groene buitenruimte een belangrijke rol. Een groene omgeving is aantrekkelijker voor activiteiten zoals wandelen (Lee & Maheswaran, 2010). Hierdoor ontstaat een stimulans voor het uitvoeren van dergelijke activiteiten die bijdragen aan de gezondheid. Om beweging bij ouderen te stimuleren worden bewegingstuinen aangelegd. Hierin worden attributen geplaatst om ouderen te motiveren om meer te bewegen. Ook bij de referentietuinen en de onderzoeklocatie zijn enkele attributen aanwezig (zie 4.3. en 5.2). Bij onderzoek naar het gebruik van dergelijke attributen door ouderen in een park blijkt dat de attributen geen reden zijn om naar een park te gaan. Ouderen maken gebruik van de attributen tijdens het bezoek. Het gebruik varieert van vijf minuten tot één uur. Hoewel de meeste ouderen de attributen kort gebruiken (Chow, 2013). De meest ouderen die gebruiken maken van de apparaten doen dit om fit te blijven. De ouderen geven aan dat het gebruik van deze apparaten bijdraagt aan hun gezondheid. Weinig ouderen kunnen specifieke resultaten aangeven (Chow, 2013).

3.4. Effecten van groen op welzijn

Naast dat de groene buitenruimte een positief effect heeft op de gezondheid draagt deze ruimte ook bij aan het welzijn. Zoals is genoemd in paragraaf 3.1 is de groene buitenruimte belangrijk voor de kwaliteit van leven. In deze paragraaf is gekeken naar de effecten die groen op het welzijnsniveau van ouderen heeft.

Zich nuttig voelen/een doel hebben

Op het gebied van welzijn blijkt er een positief aspect te zijn van tuinieren als therapie. Zo versterkt tuinieren het zelfvertrouwen bij ouderen. Daarnaast geeft tuinieren ook een doel voor de ouderen (Detweiler, et al., 2012) (Milligan & Bingley, 2004) (Rappe, 2005). Naast tuinieren als therapie blijkt ook de aanwezigheid van voorzieningen zoals gieters een positief effect te hebben op ouderen. Het verzorgen van planten en dieren in de tuin geeft ouderen met dementie het gevoel nuttig te zijn (Edwards, McDonnell, & Merl, 2012). De zichtbare aanwezigheid van gereedschap stimuleert ouderen om activiteiten te ondernemen (Edwards, McDonnell, & Merl, 2012) (Hendriks, 2017).

Problematisch gedrag

Bij ouderen met dementie komt vaak problematisch gedrag voor zoals agressie en dwalen. Bij ouderen met dementie die de mogelijkheid hebben om naar buiten te gaan of buitenactiviteiten te doen is een afname van het aantal incidenten met agressief gedrag vastgesteld (Detweiler, et al., 2012). De afname van het agressieve gedrag is veroorzaakt doordat de tuin een gevoel van vrijheid biedt. Het gebrek aan vrijheid is één van de voornaamste frustraties bij ouderen met dementie, deze frustraties leiden tot

problematisch gedrag (Edwards, McDonnell, & Merl, 2012). Agressief gedrag is vaak verbonden met de omgeving. Als de oudere met dementie de omgeving herkent als een instelling levert dit eerder agressief gedrag op dan bij een omgeving die meer vertrouwd overkomt (Zeisel, et al., 2003).

Gemoedstoestand

Het bezoeken of bekijken van een natuurlijke groene omgeving verbetert de gemoedstoestand van ouderen (Dahlkvist, et al., 2016). Het visueel kunnen beleven van natuur en planten brengt positieve gevoelens met zich mee. Daarnaast geeft dit ouderen een rustig gevoel (Rappe, 2005). Ouderen schatten de eigen gezondheid hoger in als ze vaker buitenkomen (Dahlkvist, et al., 2016) (Dzhambov & Dimitrova, 2014). Daarnaast biedt de toegang tot de tuin ouderen ook een gevoel van vrijheid (Dahlkvist, et al., 2016). Bij ouderen met dementie is tevens vastgesteld dat het aantal ouderen met depressieve gevoelens afneemt bij toegang tot een groene buitenruimte (Edwards, McDonnell, & Merl, 2012). Daarnaast is een verband aangetoond tussen het zichtbaar maken van uitgangen en ouderen met dementie. Indien uitgangen gecamoufleerd zijn is er sprake van minder depressieve gevoelens (Zeisel, et al., 2003). Ouderen met dementie die naar buiten kunnen waarderen hun kwaliteit van leven hoger dan voordat ze de mogelijkheid hadden om buiten te komen (Edwards, McDonnell, & Merl, 2012).

Zelfvertrouwen

Als gevolg van het ouder worden neemt bij veel ouderen het zelfvertrouwen af. Het risico op een ongeluk is groter en dit beperkt ouderen. Het zelfvertrouwen van ouderen kan verbeterd worden met de inzet van groen. Het omgaan met en verzorgen van dieren heeft een positief effect op het zelfvertrouwen van ouderen (Nilsson, Baines, & Konijnendijk, 2007).

Actievere houding/deelname

Ouderen zijn soms moeilijk te betrekken bij georganiseerde activiteiten. Vooral ouderen met dementie betrekken bij een activiteit is lastig. Bij tuinieren lijkt dit wel te realiseren. Uit onderzoek blijft dat ouderen met dementie actiever meedoen aan tuinieren dan aan andere activiteiten. Ook blijkt dat bij tuinieren ouderen met dementie meer zelfstandig initiatief tonen (Jarott & Gigliotti, 2010).

Natuurbeleving

Naast de gezondheid en het welzijn blijken ouderen ook te genieten van de natuur. Deze wijze van plezier halen uit een activiteit is een positief aspect voor het welzijn van ouderen (Dahlkvist, et al., 2016) (Dzhambov & Dimitrova, 2014). Vooral het prikkelen van zintuigen wordt door ouderen als positief ervaren (Leaver & Wiseman, 2016) (Rappe, 2005). Ouderen ervaren vooral geuren en geluiden (Oguz, Cakci, Sivemli, Ozgur, & Sirin, 2010) (Leaver & Wiseman, 2016).

Socialiseren

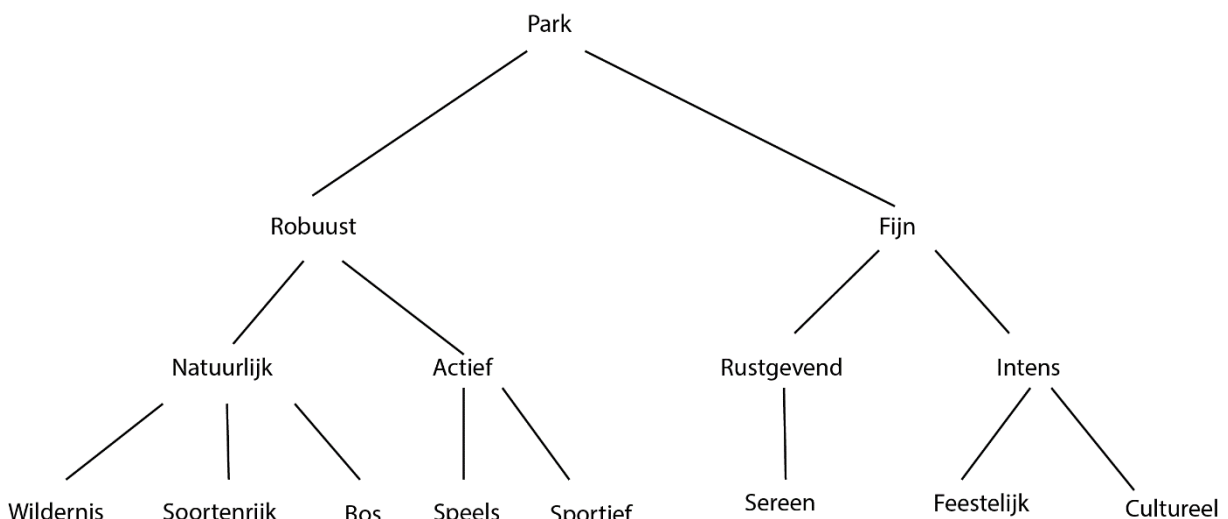
De groene buitenruimte kan een bijdrage leveren aan het sociale contact van de ouderen. Hierdoor neemt de eenzaamheid van ouderen af (Clare Cooper & Sachss, 2014). Een openbare tuin stimuleert ouderen onderdeel te blijven uitmaken van de maatschappij. Doordat de ouderen ook in contacten komen met andere groepen zoals buurtbewoners (De Graaf, 2017). Ook ouderen geven zelf aan dat sociaal contact een belangrijke reden is om gebruik te maken van de groene buitenruimte (Oguz, Cakci, Sivemli, Ozgur, & Sirin, 2010).

4 Groene buitenruimte

Het positieve effect van groen op de gezondheid van ouderen is voornamelijk te behalen in de buitenruimte oftewel de tuin. De meeste zorgcentra in Nederland beschikken over een tuin. Deze is echter niet altijd toegankelijk of doelgroep vriendelijk ingericht. In dit hoofdstuk is ingegaan op de bestaande richtlijnen voor het aanleggen van tuinen voor ouderen.

4.1. Typering groen buitenruimte

De groene buitenruimte is op het gebied van inrichting in te delen in verschillende types. Deze passen bij verschillende behoeften van de doelgroep. Activiteiten in de groene buitenruimte zijn gekoppeld aan de inrichting van de groene buitenruimte (Grahn, 1991). Hoewel deze theorie gebaseerd is op parken is deze theorie ook toe te passen op een kleinere groene buitenruimte. De groene buitenruimte is onder te verdelen in twee hoofdtypen namelijk robuust en fijn. Deze hoofdtypen zijn verder onder te verdelen in natuurlijk, actieve, rustgevende en intensieve groene buitenruimte (Grahn, 1991). In figuur 6 is een schematische weergave van de verschillende typen groene buitenruimtes geïllustreerd.



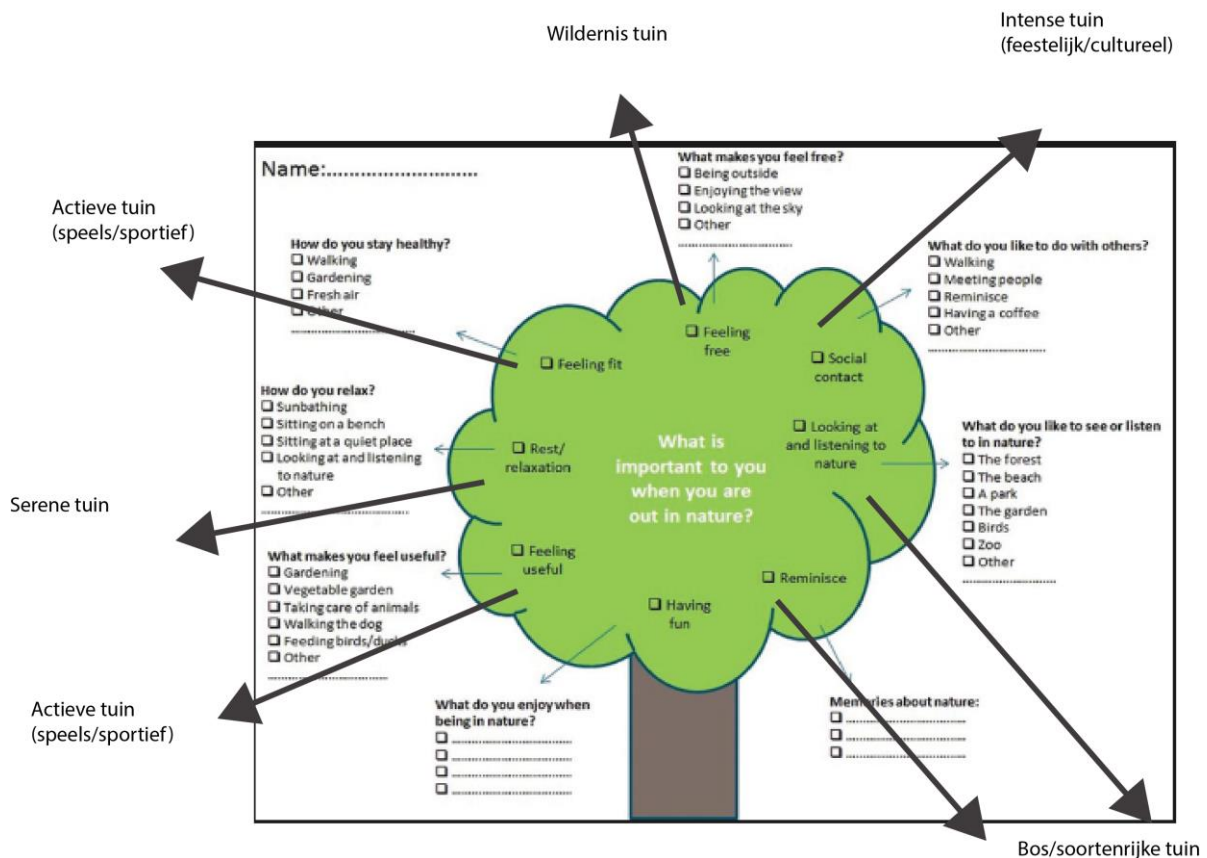
Figuur 6 Schematische verdeling van parktypen gekoppeld aan activiteiten en beleving (Grahn, 1991)

De parktypen kennen alle acht een eigen karakter. Allereerst zijn hieronder de drie robuuste natuurlijke parktypen beschreven. Het wildernis park kenmerkt zich door een natuurlijke uitstraling. Het park nodigt uit tot ontdekken (Grahn, 1991). Het soortenrijk park nodigt daarnaast uit tot ontdekken. Maar dit type is meer gericht op natuurbeleving en het ontdekken van verschillende biotopen en soorten (Grahn, 1991). Het laatste natuurlijke parktype is het bos. Dit type bestaat voornamelijk uit oudere streekgebonden bomen. Het bos kenmerkt zich door rust en herinnering. In dit natuurlijke park is weinig te ontdekken en kennen weinig elementen die de aandacht trekken (Grahn, 1991).

Naast natuurlijke parken kent het robuuste type ook actieve parken. Deze parken richten zich vooral op de activiteiten die erin gedaan worden. De parken zijn onder te verdelen in twee typen. De parken voor spelen en de parken voor sporten. Hierbij is eerst gekeken naar speelse actieve parken. Het speelse park richt zich op ontdekken, verbeelden en uitdagen. Het speelse park heeft voornamelijk kinderen als doelgroep (Grahn, 1991). De achterliggende ideeën van ontdekken, verbeelden en uitdagen kunnen ook op andere groepen toegepast worden. Het actieve park gericht op sport kenmerkt zich vooral door aanwezige sportvelden en attributen. Hierbij is weinig aandacht voor de verdere inrichting dan het sportieve doel (Grahn, 1991).

De fijne parken kenmerken zich door een duidelijk aangelegd karakter. De parken zijn onder te verdelen in rustgevend en intense parken. Rustgevend parken kenmerken zich door de afwezigheid van activiteiten en entertainment. Het park bestaat uit een afwisseling van boomgroepen en grasvelden. Het park is schoon en stil en brengt de gebruikers rust en bezinning (Grahn, 1991). De intense parken zijn onder te verdelen in het feestelijke en culturele type. Het feestelijke parktype kenmerkt zich door het sociale aspect. Hier bevinden zich veel mensen en activiteiten daarnaast is er ruimte voor entertainment en horeca (Grahn, 1991). Het laatste type is het culturele park. Dit park kenmerkt zich ook als een sociale plek maar minder massaal. Restaurants en entertainment zijn niet noodzakelijk. Vaak kenmerkt het culturele landschap zich door een element zoals kunst of een waterornament (Grahn, 1991).

Hoewel de theorie over verschillende parktypen gericht is op een bredere doelgroep en grotere ruimtes zijn de principes wel toepasbaar. De parktypen van Grahn zijn toe te passen op motivaties van ouderen om naar buiten te gaan. De wildernis tuin past bij de wens van vrijheid bij ouderen. De soortenrijke tuin is te koppelen aan het beleven van de natuur. Het bosstype heeft een relatie met de motivatie om te herinneren. De actieve tuin van Grahn is vooral gericht op sport en spel. Deze typen komen niet volledig overeen met de mobiliteit van ouderen. Toch is het onderdeel in beweging blijven ook voor ouderen belangrijk. Daarom is er een koppeling te maken tussen deze actieve tuinen en in beweging blijven. In de actieve tuinen komen wel de elementen van fit blijven en nuttig zijn terug. De serene tuin sluit aan bij de wensen van ouderen om tot rust te komen. De feestelijke en culturele tuintypen passen bij de motivatie van ouderen om sociaal contact te behouden. Deze koppeling tussen tuintypen en de "beslisboom natuuractiviteiten" zijn schematisch weergegeven in figuur 7.



Figuur 7 Koppeling tussen de welzijn domeinen van de beslisboom en de typering van landschappen

4.2. Richtlijnen groene buitenruimte ouderen

Over het inrichten van de groene buitenruimte ter bevordering van de gezondheid en het welzijn is het nodige bekend. Ook voor de doelgroep van ouderen zijn al vaker belangrijke richtlijnen en principes opgesteld. De bekende richtlijnen voor de inrichting van de groene buitenruimte zijn in deze paragraaf verder toegelicht.

Toegankelijkheid

De toegankelijkheid van de tuin is van groot belang voor ouderen. De belangrijkste reden voor ouderen om niet naar buiten te gaan zijn de toegangsdeuren. Deze deuren zijn vaak te zwaar voor ouderen om te openen of de toegang is niet rolstoelvriendelijk (Clare Cooper & Sachss, 2014). Voor de inrichting van de tuin is het dan ook essentieel om geen zware deuren te gebruiken (York, 2009). Bij zorgcentra waar de tuin eenvoudig toegankelijk is komen ouderen gemiddeld drie uur per week meer buiten dan als dit niet het geval is (Clare Cooper & Sachss, 2014).

Inrichting

Het is belangrijk dat de tuin vertrouwd aanvoelt en er herkenbare elementen aanwezig zijn. Dit bevordert het thuisgevoel van de bewoners. Veel ouderen die naar een zorgcentrum gaan voelen zich hier minder thuis. Dit heeft een negatief effect op zowel de geestelijk als lichamelijk gezondheid. Een herkenbare tuin kan een belangrijke bijdrage leveren voor ouderen om zich thuis te voelen (Oguz, Cakci, Sivemli, Ozgur, & Sirin, 2010). Daarnaast is het belangrijk dat de tuin overzichtelijk is vanaf de entree. Om het bewegen van ouderen in de tuin te stimuleren hebben de ouderen een doel nodig (Oguz, Cakci, Sivemli, Ozgur, & Sirin, 2010) (Clare Cooper & Sachss, 2014). Voorbeelden van doelen zijn een volière, waterornament of een kunstwerk. Vooral de aanwezigheid van een waterornament wordt door ouderen gewaardeerd (Oguz, Cakci, Sivemli, Ozgur, & Sirin, 2010). Voor ouderen is het belangrijk om overzicht te houden. Vanaf de entree is het belangrijk om de tuin volledig te kunnen zien. Daarnaast is het voor ouderen prettig om ook van binnen zicht te hebben op groen (Clare Cooper & Sachss, 2014).

Paden en meubilair

De paden in de tuin dienen vlak te zijn (York, 2009). Ouderen zijn kwetsbaar bij valpartijen en hebben vaak last van artrose. Hierdoor zijn ouderen minder soepel. Ook gladde paden of glimmende bestrating moet worden vermeden (Oguz, Cakci, Sivemli, Ozgur, & Sirin, 2010). De angst voor vallen is één van de voornaamste redenen van ouderen om niet naar buiten te gaan (Clare Cooper & Sachss, 2014). Het plaatsen van een reling is daarom aan te raden. Vooral voor ouderen die problemen hebben met het houden van de balans (Clare Cooper & Sachss, 2014). Daarnaast kan de reling ouderen mogelijk meer vertrouwen geven om een wandeling te maken. Dergelijke relingen zijn vaak ook binnen toegepast. Ouderen die deze relingen binnen gebruiken durven mogelijk bij het plaatsen van een reling ook buiten te wandelen. Het plaatsen van relingen is door ouderen genoemd als maatregel waardoor ze vaker naar buiten gaan (Oguz, Cakci, Sivemli, Ozgur, & Sirin, 2010). Verder is het belangrijk om kleurverschil en schaduwen op de paden te voorkomen. Deze kleurverschillen leiden bij ouderen vaak tot de gedachte dat er verschil is in hoogte van het pad (Clare Cooper & Sachss, 2014). Naast de paden is ook het meubilair van belang bij de inrichting van de tuin. Ouderen verliezen veel kracht in hun spieren waardoor opstaan en gaan zitten moeilijk is. Meubilair dient daarom een geschikte hoogte te hebben. Daarnaast is het van belang dat armleuningen aanwezig zijn, waaraan ouderen zich op kunnen trekken (Clare Cooper & Sachss, 2014). Ook moeten er zitplaatsen in zowel de zon als schaduw aanwezig zijn. Het faciliteren van voldoende zitplekken met variatie in zon en schaduw draagt bij aan het gebruik en de beleving van de tuin (Dahlkvist, Nilsson, Skovdahl, & Engstrom, 2014) (York, 2009). Tevens dient er een duidelijk kleurverschil te zijn tussen meubilair en ondergrond. Dit is nodig omdat ouderen moeite hebben met het zien van diepte (Clare Cooper & Sachss, 2014).

Activiteiten

Het aanleggen van groentetuinen en/of plantenbakken stimuleert ouderen om actief bezig te gaan. Tuinieren is een tijdsbesteding die ouderen van vroeger herinneren. Het is aan te raden om de tuinen en plantenbakken goed toegankelijk te maken voor alle ouderen. Dit kan door te werken met bakken op verschillende hoogten en bakken waar een rolstoel onder gezet kan worden (Clare Cooper & Sachss, 2014) (York, 2009). Ook sportattributen zoals een jeu de boules baan zijn bevorderlijk voor activiteiten

van ouderen. Dergelijke onderdelen dragen daarmee ook bij om de familie en kennissen te betrekken bij het bezoeken van de tuin. Daarnaast zijn speelattributen voor kinderen wenselijk. Dit bevordert de lengte van een bezoek van familie en kennissen (Clare Cooper & Sachss, 2014). Ook buiten fitnessapparatuur is bevorderlijk voor de gezondheid van ouderen. Het gebruik van deze apparatuur bevordert het gezondheidsgevoel van ouderen (Chow, 2013).

Beplanting

Om ouderen gedurende het hele jaar van de tuin gebruik te laten maken is de beplanting van belang. De tuin dient in verschillende seizoenen aantrekkelijk te zijn. Hierbij kan rekening worden gehouden met verschillende bloeiperiodes, groenblijvende soorten en bladverkleuring. Voor bloeiende planten zijn kleuren als rood en geel te prefereren boven kleuren als blauw en paars. Dit komt door het afnemende zichtvermogen van ouderen waardoor de laatste kleuren als grijs worden beleefd (Clare Cooper & Sachss, 2014). Voor het stimuleren van de zintuigen is naast kleur ook geur van belang (Oguz, Cakci, Sivemli, Ozgur, & Sirin, 2010). Met herkenbare geuren en kleuren van planten kunnen ouderen herinneringen ophalen. Om de natuurbeleving te vergroten is het bevorderen van het voorkomen van dieren in de tuin wenselijk. Planten die vlinders, insecten en vogels naar de tuin lokken zorgen voor meer beleving in de tuin. Ditzelfde effect is ook te realiseren met het plaatsen van insectenhôtels, voeder-, en badplaatsen voor vogels en nestkasten (Clare Cooper & Sachss, 2014).

4.3. Referenties

Om een goed beeld te vormen van de mogelijkheden voor tuininrichting van een zorgcentrum zijn twee voorbeeldtuinen bezocht. Deze referentietuinen zijn in deze paragraaf beschreven.

Pennemes

Zorgcentrum Pennemes in Zaandam is een goede referentie van de inpassing van groen in een zorgcentrum. Pennemes is aan het omschakelen van een zorgcentrum voor ouderen naar een wijkcentrum dat zorg biedt aan de buurt. Hierbij wordt niet meer enkel gekeken naar ouderen, maar komen ook andere groepen uit de wijk aan bod (De Graaf, 2017). Ook de groene buitenruimte maakt onderdeel van deze omschakeling in de zorg. Twee jaar geleden is de groene buitenruimte opnieuw ingericht, waarbij meer aan de wensen van bewoners is voldaan. Een sfeerbeeld van de tuin van Pennemes is te zien in figuur 8.



Figuur 8 De Binnentuin van zorgcentrum Pennemes ingericht op basis van de principes voor een tuin die bijdraagt aan de gezondheid en het welzijn van de bewoners (Huisman Hoveniers, sd).

De tuin die nodigt uit om actief bezig te gaan (De Graaf, 2017). Kenmerkende onderdelen van de tuin zijn de aanwezige kweekbakken op verschillende hoogten en de oefentoeestellen voor ouderen. Ook zijn er verschillende zitmogelijkheden voor de ouderen. De tuin heeft een diverse begroeiing met planten typerend voor verschillende seizoenen. Daarnaast zijn er ook kippen en konijnen aanwezig in de tuin. Pennemes heeft in combinatie met lokale groepen zoals milieudefensie, vogelwacht en bijhouders vereniging ingezet op het verbeteren van de biodiversiteit (De Graaf, 2017). De tuin wordt zowel door de bewoners van het zorgcentrum als de buurtbewoners gebruikt. Daarnaast zoekt het zorgcentrum de samenwerking tussen verschillende groepen mensen die zorg nodig zijn zoals bijvoorbeeld (ex)verslaafden die wandelen met de ouderen (De Graaf, 2017). Naast de binnentuin is recentelijk ook een daktuin opgeleverd. Deze daktuin is vooral bedoeld voor activiteiten, zowel voor ouderen als de

buurt. De daktuin kent veel open ruimte en is geschikt voor activiteiten. Daarnaast is de daktuin aangekleed met verschillende planten. Ook zijn op de daktuin kippen en konijnen aanwezig. De daktuin is te zien in figuur 9.



Figuur 9 De ingerichte daktuin van het zorgcentrum Pennemes wordt door de bewoners in gebruik genomen. (IVN, 2017)

De huidige binnentuin heeft bijgedragen aan de toename van het geluksgevoel van de bewoners (De Graaf, 2017). Toch zijn enkele aspecten voor verbetering vatbaar. Het gebruik van de oefentoestellen is beperkt. Daarnaast ontbreekt het in de tuin aan informatieborden. Voor ouderen met dementie zijn er teveel zichtbare deuren. Hierdoor willen deze ouderen (te) snel weer terug naar binnen (De Graaf, 2017). Naast de samenwerking met andere zorg in de buurt is ook de financiering van de tuin van Pennemes vernieuwend. In samenwerking met een zorgverzekeraar is er een budget voor de groene dagbesteding beschikbaar gesteld. Dit geld is gebruikt voor de aanleg en het beheer van de groene buitenruimte (De Graaf, 2017).

Reigershoeve

De Reigershoeve is een modern zorgcentrum voor ouderen met dementie in Heemskerk. Het zorgcentrum probeert de boerderijsfeer na te bootsen. Het zorgcentrum kenmerkt zich door het lage aantal bewoners en veel vrijwilligers (Smit, 2017). De buitenruimte is ingericht als een boerenerf. De achtertuin bestaat uit siertuinen, tuinen om te tuinieren en een grote dierenweide. De ouderen kunnen deze tuin volledig rondlopen. Er zijn verschillende zitjes aanwezig. De tuinen voor het tuinieren verschillen in hoogte ook is er een kas aanwezig. De voortuin van het complex bestaat uit speel- en sporttoestellen. De sporttoestellen zijn bedoeld voor de bewoners om oefeningen op te doen. Daarnaast maakt ook de fysiotherapeut met de bewoners gebruik van deze toestellen (Smit, 2017). In figuur 10 is de groene buitenruimte van de Reigershoeve weergegeven.



Figuur 10 Ruim opgezette groene buitenruimte van de Reigershoeve

Doordat de Reigershoeve een nieuwe zorgcentrum is kon deze volledig opnieuw ingericht worden. Daarnaast zorgt de kleinschalige inrichting voor meer mogelijkheden in de buitenruimte. Vooral de bakken in verschillende hoogte zijn een interessante aspect. Hierdoor is een tuin geschikt voor zowel staand als zittend tuinieren.

5 Onderzoeklocatie

In dit hoofdstuk is gekeken naar de onderzoeklocatie van Angeli Custodes in Raalte. Hierbij is ingegaan op de algemene kenmerken van het zorgcentrum, de doelen van het zorgcentrum, de huidige buitenruimte en de wensen van de bewoners.

5.1. -Zorgcentrum

De onderzoeklocatie maakt deel uit van de zorggroep Raalte. Deze zorggroep bestaat uit verschillende zorgcentra in Raalte, Heeten en Lemelerveld. Het onderzoek richt zich op de locatie Angeli Custodes in Raalte. De bewoners van Angeli Custodes hebben zowel geestelijke als fysieke gezondheidsklachten. Naast het zorgcentrum zelf bevinden zich op het terrein ook een dagopvang genaamd 'De Boerderij' en aanleunwoningen genaamd 'De Scheper'. Deze drie groepen vormen de voornaamste gebruikers van de tuin van Angeli Custodes. Daarnaast kunnen ook buurtbewoners gebruik maken van de tuin. Het beheer van de tuin wordt verricht door mensen met afstand tot de reguliere arbeidsmarkt (Vijn, 2017).

Het zorgcentrum heeft op dit moment 68 bewoners die vallen onder verschillende zorgpakketten zoals te zien is in tabel 5. De ZZP in de tabel staat voor het zorgpakket waaronder de bewoner valt. Hoe hoger het getal erachter hoe groter de zorgbehoefte is. Daarnaast maken de bezoekers van de dagopvang gebruik van de tuin. De dagopvang bestaat momenteel uit elf mensen die hier meerdere malen per week gebruik van maken. Verder bestaat de doelgroep uit de bewoners van de aanleunwoning van de Scheper. Dit zijn in totaal 28 woningen. Buiten het terrein van het zorgcentrum liggen 14 seniorenwoningen in de wijk Drostenkamp. Deze bewoners horen eveneens tot de gebruikers van de tuin, net zoals de gasten van het zorghotel Alleliefs. Dit zorghotel kent momenteel drie plaatsen, het hotel wordt uitgebreid naar tien plaatsen (Zorggroep Raalte, 2017).

Tabel 5 Bewonersgegevens Angeli Custodes (Zorggroep Raalte, 2017)

Zorgpakket Bewoners	Aantal
Psychogeriatric ZP5 of hoger	26
Somatiek ZP2	2
Somatiek ZP3	2
Somatiek ZP4	7
Somatiek ZP5	6
Somatiek ZP6	9
Somatiek ZP8	3
Extra muraal met zorgarrangement	9
Extra muraal zonder zorgarrangement	4

Als gevolg van de decentralisatie van de zorg is het de bedoeling dat ouderen langer zelfstandig thuis wonen. Dit betekent dat in de toekomst enkel ouderen met een ZZP4 of hoger in aanmerking komen voor een plaats in het zorgcentrum (Vijn, 2017). In bijlage 4 is een indicatie van de zorgbehoefte per ZZP categorie toegelicht.

Door Angeli Custodes zijn verschillende activiteiten georganiseerd. Voor deze activiteiten zijn 105 vrijwilligers wekelijks actief. Bij deze activiteiten zijn de onderstaande activiteiten door het zorgcentrum als 'groen' aangeduid:

Voor alle bewonersgroepen:

- Wandelen zowel in groepen als individueel met begeleiding,
- Fietsen met duofiets,
- Bloemschikken.

Voor de dagopvang:

- Bloemschikken,
- Wandelen,
- Picknicken,
- Eenden voeren,
- Tuincentrum bezoeken,
- Herfsttintentocht.

Bewoners van de Scheper:

- Zelfstandig inrichten en onderhouden perken en het atrium.

Doelen

Binnen het zorgcentrum van Angeli Custodes is er de wens om de groene buitenruimte anders in te richten en meer te benutten. Hierbij is het belangrijk om in te spelen op de verbetering van de gezondheid en het welzijn van de ouderen. Het hoofddoel van de zorggroep Raalte is om met de tuin het welbevinden van de ouderen te verbeteren. Daarbij zijn de volgende concrete doelstellingen opgesteld (Vijn2017):

Voor alle bewoners:

- Uitbreiden mogelijkheden om de dag prettig te besteden.
- Het betrekken van familie en kennissen.
- Stimulans om in beweging te komen .
- Stimuleren zintuigen.

Voor ouderen van de dagopvang met dementie:

- Vertragen van dementie.
- Behouden van dag- en nachtritme.

5.2. De buitenruimte

De buitenruimte van Angeli Custodes is onder te verdelen in verschillende onderdelen. De buitenruimte bestaat uit een voortuin, achtertuin, binnentuin, afgesloten buitentuin en de boerderijtuin.

Voortuin

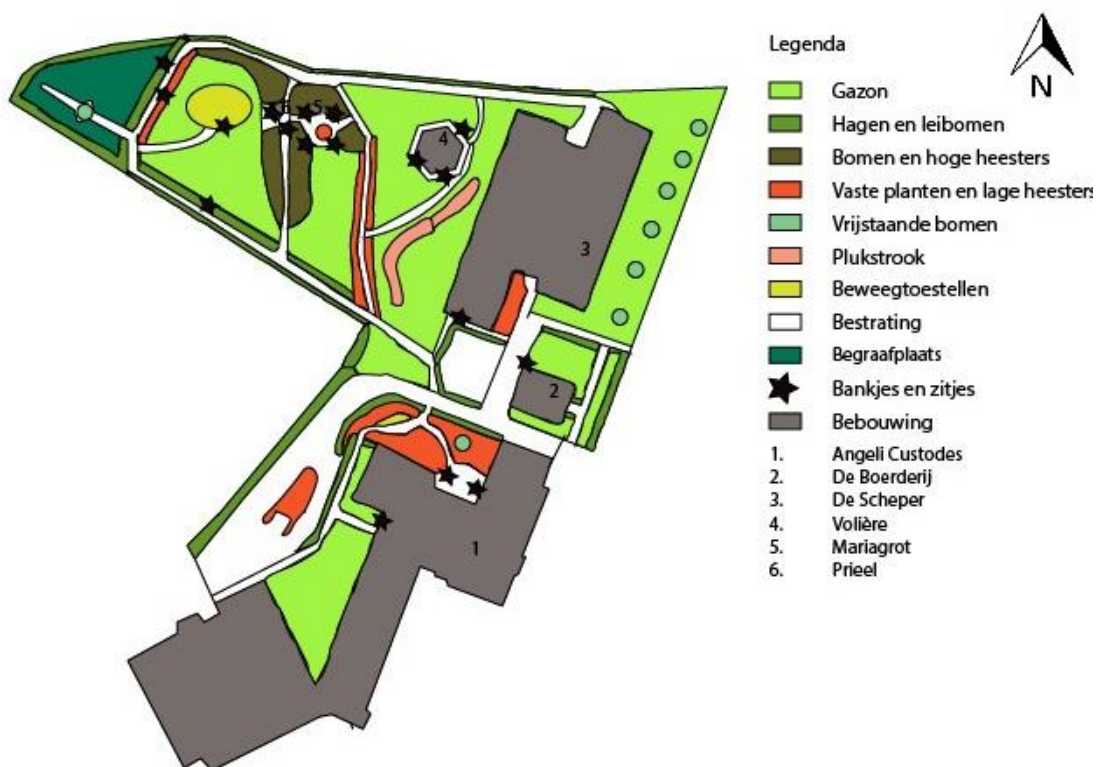
Dit is een kleinschalig strook tussen het zorgcentrum en de straat. Als gevolg van de verbouwing van het pand zijn er momenteel werkzaamheden om dit stuk grond opnieuw in te richten. Enkel bij de hoofdingang is nog een kleine groenstrook met een plantsoen. De voortuin heeft de voortuin en parkeerplekken. De voortuin is vrij toegankelijk voor de bewoners. Er is een terras naast de hoofdingang. Dit terras wordt gebruikt door de bewoners. In figuur 10 is de huidige situatie van de voortuin te zien.



Figuur 11 De huidige situatie van de voortuin van Angeli Custodes

Achtertuintuin

Bij het zorgcentrum ligt een grote achtertuin, deze tuin heeft verschillende onderdelen. Daarnaast kenmerkt de tuin zich door meerdere beplantingstypen. In figuur 12 is een globale schets te zien van de huidige tuinrichting. De verschillende elementen van de tuin zijn vervolgens verder beschreven.



Figuur 12 Schets van de huidige inrichting van de achtertuin van Angeli Custodes

Deze achtertuin komt voort uit de geschiedenis van Angeli Custodes als klooster. Dat het een voormalige kloostertuin is, is nog herkenbaar aan de inrichting. De tuin kenmerkt zich namelijk als een serene tuin. De tuin is openbaar toegankelijk. De tuin ligt gescheiden van het zorgcentrum door het parkeerterrein. In figuur 12 te zien als de witte strook tussen Angeli custodes in het zuiden en de tuin en De Scheper in het noorden. Dit is een obstakel voor de ouderen om (zelfstandig) de tuin te bezoeken. (Vijn, 2017). In figuur 13 is de smalle tuinstrook langs het zorgcentrum te zien met daarachter de parkeerplaats. Achter de geparkeerde auto's bevindt zich het grootste gedeelte van de achtertuin van het zorgcentrum.



Figuur 13 Het parkeerterrein vormt een scheiding tussen het zorgcentrum en het grootste gedeelte van de achtertuin.

De tuin heeft brede rolstoelvriendelijk paden. De tuin kent een strakke inrichting met veel groenblijvende heesters, heggen en bomen. In de tuin zijn verschillende zitjes aanwezig. Deze zitjes bevinden zich in de zon en schaduw. De zitjes bestaan bij de Lourdesgrot uit stoelen en tafels. Langs de paden en bij de volièr bevinden zich banken. De tuin heeft verschillende attributen, waaronder een replica van de Lourdesgrot zoals te zien is in figuur 14.



Figuur 14 De Lourdesgrot in de tuin is een element passen bij een voormalig kloostertuin.

In de tuin zijn ook bewegingstoestellen voor de ouderen aanwezig. Tevens staat er een volièr in de tuin. Recentelijk is voor De Scheper een plukstrook aangelegd. Deze plukstrook is zowel voor de bewoners als voor de buurt. Een bijzonder aspect van de tuin is de nonnenbegraafplaats. Vroeger werden de nonnen van het klooster in deze tuin begraven. Momenteel zijn er nog nonnen woonachtig in het zorgcentrum. Ook voor deze nonnen is er een plaats op de begraafplaats. De begraafplaats is weergegeven in figuur 15, deze bevindt zich in het noorden van de tuin. Naast de graven is dit deel sober ingericht met gras, een solitaire boom en een groenblijvende haag om het terrein.



Figuur 15 Begraafplaats in de tuin voor de nonnen van Angeli Custodes.

Vanuit het zorgcentrum is beperkt zicht op de tuin. Een deel van de bewoners van de Scheper heeft wel uitzicht op de tuin. Vanuit de Scheper is de tuin eenvoudig te bereiken. Ook vanaf de dagopvang de boerderij is de tuin goed toegankelijk. In figuur 16 is het uitzicht van een deel van de woningen van De Scheper met zicht op de tuin te zien.



Figuur 16 Aanleunwoningen van "De Scheper" met zicht op de tuin.

In de achtertuin zijn de verschillende typen van Grahn te herkennen (paragraaf 5.1). Het overgrote deel van de tuin kenmerkt zich als een rustige serene tuin. Dit past bij de historie van de tuin als kloostertuin. De tuin kent ook enkele actieve tuinelementen. De verschillende bewegingstoestellen kenmerken zich als onderdelen van een actieven tuin. In figuur 17 is één van de bewegingstoestellen te zien.

De intense tuin is te vinden in de omgeving van de “Rik”. Het terras is de ontmoetingsplek voor de bewoners om te kletsen en koffie te drinken. De omgeving van de grot heeft tevens een terras. Toch kenmerkt deze plek zich door de rust en bezinning. Dit terras valt dan ook onder de serene tuin.

Rondom de grot is het type bos tuin herkenbaar. Hier zijn verschillende grotere en oudere planten aanwezig.



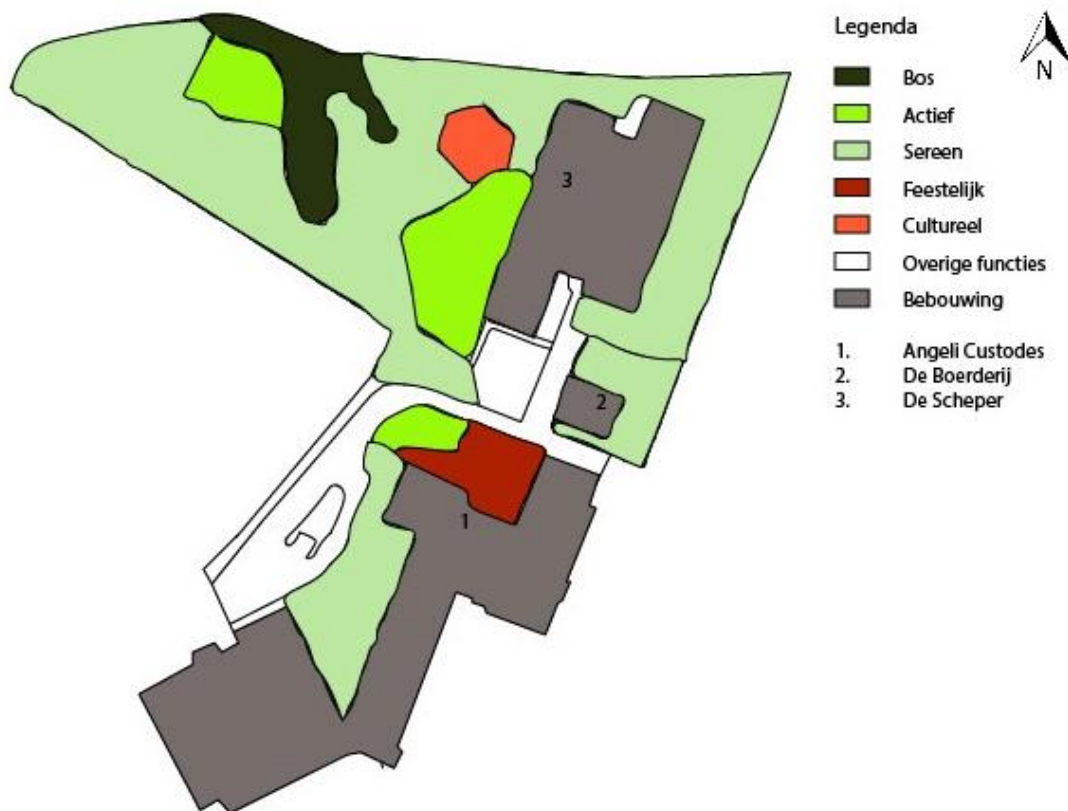
Figuur 17 Een bewegingstoestel als onderdeel van actieve tuin bij Angeli Custodes.

De volière in de tuin is typerend voor het culturele tuintype. Door de bankjes rondom de volière, vormt deze een geschikte ontmoetingsplek. Waar het kijken en beleven van de vogels samen komt met sociaal contact. De vogels in de volière zorgen tevens voor een gespreksonderwerp tussen de bewoners. De volière met bijbehorende zitjes is te zien in figuur 18.



Figuur 18 De volière kenmerk zich als een culturele ontmoetingsplek in de tuin.

Op grond van deze paragraaf is geconcludeerd dat verschillende parktypen zijn te onderscheiden in de tuin van Angeli Custodes. De serene tuin is duidelijk overheersend in de groene buitenruimte. Daarnaast zijn er enkele actieve onderdelen in de tuin. Ook is er een gedeelte bos. De feestelijke tuin bevindt zich in het verlengde van de recreatieruim. Terwijl de volière als culturele tuin functioneert. In figuur 19 is te zien waar de verschillende tuintypen van Grahn zich bevinden.



Figuur 19 De achtertuin Van Angeli Custodes op basis van de landschapstypen. Duidelijk te zien is dat de tuin overheersend sreen is.

Binnentuin

De afdeling psychogeriatricie kent een afgesloten binnentuin. Deze tuin is vrij toegankelijk voor de bewoners van psychogeriatricie. De tuin kent relatief veel verhard oppervlak. In deze tuin is ook een volièrre aanwezig. In deze tuin staan plantenbakken op hoogte. In de buitenruimte zijn er verschillende zitjes aanwezig. In de tuin zijn recentelijk maatregelen genomen om het gebruik te stimuleren.

Afgesloten buitentuin

Naast de binnentuin is er nog een tuin aanwezig. Deze tuin is duidelijk zichtbaar en omheind. Op bepaalde plekken staat wel begroeiing voor het hekwerk. De tuin is eenvoudig ingericht met één wandelpad dat naar de gesloten toegangen leidt. De tuin is enkel onder begeleiding toegankelijk voor de bewoners van psychogeriatricie. De afgesloten tuin is niet vrij toegankelijk voor de andere bewoners. Daarom is deze tuin geen onderdeel van het ontwerp.

Boerderijtuin

De boerderij is recentelijk omgebouwd tot dagopvang voor ouderen. De tuin van de boerderij moet nog worden ingericht. De inrichting van het terrein moet mogelijk op die van een boerenerf gaan lijken. Mogelijke onderdelen van de tuin zijn een groentetuin en een plantenbak. Daarnaast is er ook het idee om kippen te houden op het terrein van de boerderij (Vijn, 2017). De tuin bestaat momenteel voornamelijk uit gazon en hagen. De dagopvang is bedoeld voor ouderen met dementie en andere geestelijke klachten die nog thuis wonen. Belangrijke doelen van de dagopvang zijn het behouden van ritme en sociaal contact (Voshaar, 2017). Om dit te bereiken maakt de dagopvang gebruik van de groene ruimte. Dit bestaat onder andere uit een dagelijkse wandeling. Andere groene activiteiten die de dagopvang doet zijn picknicken in het park en bloemschikken. De dagopvang maakt actief gebruik van de bewegingstoestellen aan de tuin. Hierbij is het echter een nadeel dat er geen banken bij de toestellen zijn. Want dan is het niet mogelijk om met een deel van de groep te wachten (Voshaar, 2017). In de toekomst wil de dagopvang meer activiteiten doen buiten. De begeleiding van de dagopvang heeft daarvoor verschillende ideeën zoals het verbouwen van eigen groente en kruiden, doen van

buitenspellen zoals jeu de boule, en bloemen plukken om op de vaas te zetten. Deze activiteiten moeten de ouderen activeren en het sociaal contact bevorderen (Voshaar,2017). Ouderen met dementie hebben moeite om uit eigen initiatief activiteiten te ondernemen. Het eigen initiatief kan aangemoedigd worden met het plaatsen van gereedschappen. Hiermee zijn ouderen te prikkelen om bekende activiteiten te doen. Ook de aanwezigheid van kinderen kan ouderen prikkelen. Daarom wil de dagopvang in de toekomst activiteit samen doen met de kinderopvang (Voshaar,2017).

Bestemmingsplan

Het terrein van Angeli Custodes in Raalte kent verschillende bestemmingen. Het gebied is onderverdeeld in drie onderdelen. De percelen waarop het gebouw van Angeli Custodes, De Boerderij en De Scheper staan hebben de bestemming maatschappelijk. Deze bestemming betreft in dit geval de functie zorg. Naast deze gebouwen maken ook de voortuin, de tuinen van de psychogeriatric en de tuinen van De Scheper en De Boerderij deel uit van de bestemming zorg (Gemeente Raalte, 2013). De achtertuin van Angeli Custodes heeft in het bestemmingsplan een aparte functie. Dit gedeelte is aangewezen met de bestemming groen (Gemeente Raalte, 2013). Voor de tuin zijn de volgende hoofdfuncties opgesteld:

- (infiltratie) Groenvoorzieningen,
- Bermen en beplanting,
- Voet en rijpaden,
- Speelvoorzieningen,
- Waterlopen, waterpartijen en wadi's,
- Route voor langzaam verkeer.

Daarnaast zijn de volgende ondergeschikte functies toegestaan:

- In en uitritten,
- Nutsvoorzieningen,
- Kunstobjecten,
- Kunstwerken,
- Verhardingen,
- Parkeervoorzieningen,
- Infiltratievoorzieningen,
- Waterhuishoudkundige voorzieningen,
- Evenementen,
- Bouwwerken (Mariagrot en volière),

(Gemeente Raalte, 2013).

Doordat de achtertuin de functie groen kent gelden enkele beperkingen. De gezamenlijke oppervlakte van bebouwing (zoals de grot en volière) mag niet meer zijn dan tachtig vierkante meter bedragen. De gebouwen (met uitzondering van de grot) mogen niet hoger zijn dan drie meter. Afscheidingselementen mogen niet hoger zijn dan twee meter (Gemeente Raalte, 2013).

Ook de nonnenbegraafplaats achterin de tuin heeft een aparte status binnen het bestemmingsplan. De begraafplaats is de hoofdfunctie van dit terrein. Andere functies zijn niet toegestaan behalve ondergeschikte functies als infrastructuur, groen en infiltratie (Gemeente Raalte, 2013).

Groenbeleid

In Raalte is groen een belangrijk aspect binnen het beleid. Daarbij zet de gemeente in op participatie met de slogan "groen samen doen. De gemeente Raalte stelt dat groen een belangrijke bijdrage levert aan de gezondheid van de inwoners. Vooral schone lucht, bewegen en tuinieren worden door de gemeente als meerwaarde van het groen gezien, met betrekking tot de gezondheid (Gemeente Raalte). Binnen het groen- en gezondheidsaspect richt de gemeente zich nadrukkelijk op de vergrijzing van de inwoners. Daarom wil de gemeente meewerken aan initiatieven die bewegen in het bevorderen (Gemeente Raalte).

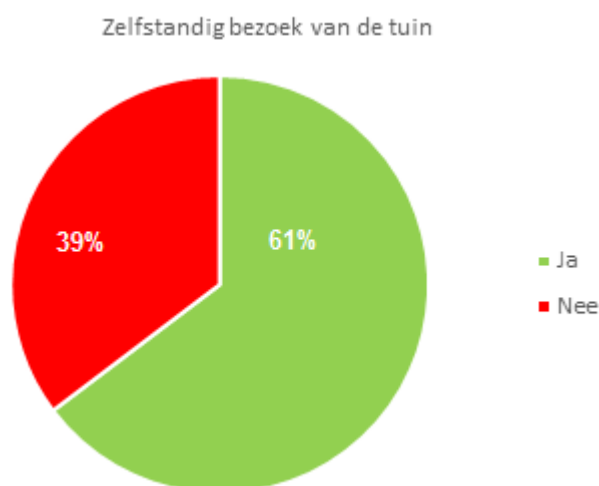
5.3. Wensen Bewoners

Om het belang van de bewoners mee te nemen bij de tuinrichting zijn 24 bewoners geïnterviewd. Daarvan zijn er 17 woonachtig in het zorgcentrum Angeli Custodes en 7 woonachtig in de zelfstandige woningen van De Scheper. Hiermee is 50% van de bewoners van de afdeling somatiek van Angeli Custodes en een kwart van de bewoners van de aanleunwoningen van De Scheper geïnterviewd. De interviews zijn terug te vinden in bijlage 1. In deze paragraaf zijn de resultaten van de interviews samengevoegd en toegelicht.

De interviews zijn verricht aan de hand van de beslisboom natuuractiviteiten opgesteld door de VU (Hendriks, Van Vliet, & Gerritsen, 2016). Hierbij zijn de verschillende kwaliteiten van leven met betrekking tot de buitenruimte meegenomen (zie 3.2). Dit is gedaan door de beslisboom natuuractiviteiten als leidraad te gebruiken voor de vraagstelling.

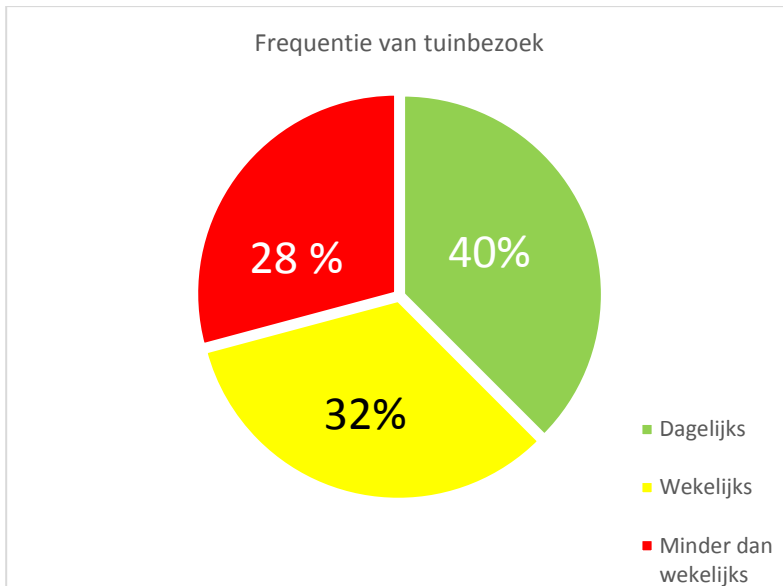
5.3.1. Mobiliteit

Een belangrijk aspect voor het gebruik van de tuin is de mobiliteit van de bewoners. De mate van zelfredzaamheid bepaalt voor een groot deel het gebruik van de tuin. De gesproken bewoners van De Scheper zijn allen mobiel genoeg om zelfstandig naar de tuin te gaan. Een gedeelte van de bewoners doet dit wel met behulp van hulpmiddelen zoals een rollator of scootermobiel. Niet alle bewoners van Angeli Custodes zijn fysiek in staat om zelfstandig naar de tuin te gaan. Van de geïnterviewde bewoners uit Angeli custodes geeft 39 procent aan niet zelfstandig in de tuin te komen, dit is te zien in figuur 20.



Figuur 20 In deze cirkeldiagram is de verhouding te zien tussen het percentage bewoners dat wel en niet zelfstandig gebruik maakt van de tuin van Angeli Custodes. Omdat de tuin voor alle bewoners van de Scheper zelfstandig gebruik kunnen maken van de tuin zijn in dit figuur enkel de bewoners van Angeli Custodes meegenomen.

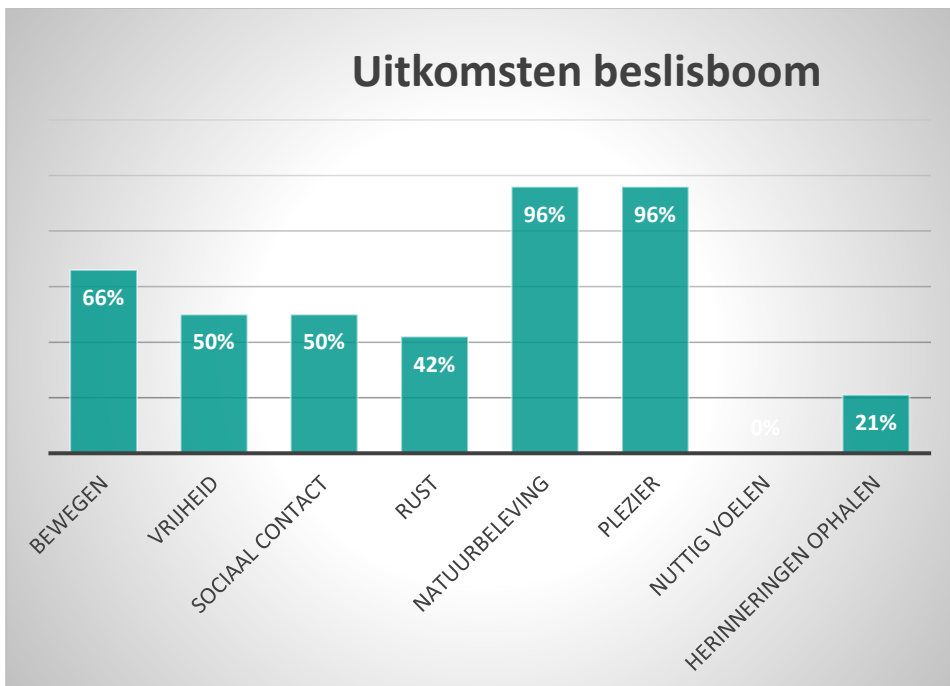
De mobiliteit bepaalt ook gedeeltelijk het aantal keren dat de bewoners zelfstandig de tuin bezoeken. De helft van de bewoners van De Scheper bezoekt andere gebieden naast de tuin. Dit doen ze vooral vanwege de natuurlijkheid en vrijheid die andere groene gebieden bieden. De bewoners van Angeli Custodes zijn meer afhankelijk van de tuin. Slechts één bewoonster van Angeli Custodes geeft aan ook buiten de tuin de groene buitenruimte op te zoeken. Van de bewoners van Angeli Custodes die niet wekelijks in de tuin komen geven zes bewoners aan dat ze wel vaker in de tuin willen komen. Slechts één bewoner geeft aan dat minder dan één keer per week voor hem voldoende is. De overige zes bewoners geven aan dat een gebrek aan hulp of begeleiding de reden is voor het minder frequent bezoeken van de tuin. In figuur 21 is de frequentie van het tuinbezoek te zien. Hierin is het direct buiten zitten bij de “Rik” (recreatieruimte) niet meegenomen.



Figuur 21 In deze cirkeldiagram is de frequentie van het tuinbezoek van de bewoners van Angeli Custodes en De Scheper in percentages te zien.

5.3.2. Beslisboom

De interviews zijn gedaan op basis van de beslisboom natuuractiviteiten. Deze beslisboom is ontwikkeld als middel om een gesprek op gang te brengen over het doel van buiten zijn. De beslisboom is geen concrete vaststaande vragenlijst. De beslisboom is opgesteld voor onderzoeken naar de wensen van ouderen met dementie. In dit onderzoek is de beslisboom gebruikt voor ouderen zonder dementie. Hiervoor lijkt de beslisboom ook een geschikte methode (Hendriks, 2017). In figuur 22 zijn de verschillende onderdelen van de beslisboom opgenomen en is te zien welke onderdelen de bewoners belangrijk vinden.



Figuur 22 In de figuur is procentueel te zien hoe vaak bepaalde domeinen in interviews met bewoners genoemd werden. Duidelijk af te lezen uit de figuur is dat belangrijkste redenen om naar buiten te gaan plezier en natuurbeleving zijn,

In beweging blijven

Van de 24 geïnterviewden geven er 16 aan dat in beweging blijven belangrijk is. Deze bewoners geven aan dat ze bij voorkeur buiten aan hun beweging komen. De meerderheid doet dit door middel van wandelen. Een aantal bewoners van De Scheper en één bewoonster van Angeli Custodes geven aan ook te fietsen om in beweging te blijven. Tevens geeft een bewoonster van De Scheper aan te tuinieren bij familie. Tuinieren is een activiteit die het merendeel van de ouderen vroeger deed. *"Ik was vaak in de tuin om te tuinieren. We hadden een bloementuin en groentetuin. Dat vond ik leuk om te doen"* aldus een bewoner. De bewoners van De Scheper geven aan dit nog graag te doen maar zij hebben hier niet de mogelijkheid voor. Aangezien het grootste gedeelte van de tuin onderhouden wordt door een hoveniersbedrijf. De perken direct grenzend aan De Scheper worden door enkele bewoners van De Scheper onderhouden. Enkele bewoners van Angeli Custodes geven aan dat als ze nog konden tuinieren dit graag deden. Voor de meerderheid van de bewoners is tuinieren echter fysiek niet meer mogelijk. Wel geven vier bewoners aan dat tuinieren op hoogte mogelijk is. *"Tuinieren vond ik prachtig. Ik wou dat ik het nog kon, maar krom staan lukt niet meer. Ja misschien tuinieren op hoogte"* aldus een bewoonster.

Vrijheid

Van de gesproken bewoners geven er twaalf aan dat vrijheid een belangrijke reden is om naar buiten te gaan. *'Naar buiten gaan is vrijheid'* aldus een bewoonster. Ook het zien van een andere omgeving is vooral bij bewoners van De Scheper, die mobieler, zijn een argument om naar buiten te gaan. *"De tuin is te klein voor ons wij wandelen graag langs de IJssel of op de Sallandse heuvelrug. Dat is idyllisch"* aldus een bewoner van De Scheper.

Sociaal contact

Twaalf van de geïnterviewde bewoners geven aan dat de tuin een belangrijke manier is om sociaal contact te hebben. Het kletsen met anderen in de tuin is een belangrijke vorm van sociaal contact voor deze bewoners: *"Op mijn kamer ben ik ook maar alleen en heb ik niks te kletsen"* aldus een geïnterviewde bewoner. Ook andere bewoners bevestigen het belang van sociaal contact *"alleen is ook maar alleen, ik vind het fijn om met iemand te kletsen"*.

Rust

Van de geïnterviewden geeft een tiental aan te genieten van de rust. Het kijken naar de bloemen en de lucht en het genieten van de stilte worden genoemd: *"Maar ik zit ook graag in de tuin. Het liefst gelijk om één uur dan is er nog niemand. Dan is het zo lekker. Dan hoor en zie je de vogels."* verwoord één van de bewoonster het genieten van de rust. Ook bewoners van de Scheper geven aan buiten (niet in de tuin) graag de rust op te zoeken. *"Ik geniet graag van de natuur, de geluiden en de rust van niemand om je heen"*. De rust is ook belangrijk aspect voor de bewoners om de natuur te beleven zoals de volgende bewoonster beschrijft: *"Kijk als je buiten zit en je bent alleen, nou dan vind ik heerlijk. Daar kan ik wel van genieten ja. Dan geniet je van de lucht, van de zon en de natuur"*.

Natuurbeleving

Van de bewoners geven er 23 aan dat natuurbeleving van belang is voor het bezoeken van de tuin. Het opkomen van de planten en het groen worden van de bomen in het voorjaar is veelvuldig genoemd. *"Nu is het een mooie periode. Alles loopt mooi uit. Zo mooi groen en dan gaan we kijken of we nog aparte takjes en bomen zien"* vertelt een bewoonster van Angeli Custodes. Veel van de bewoners geven aan te genieten van de bloemen. Vooral de rododendrons, magnolia, zonnebloemen en de plukstrook zijn veelvuldig genoemd. *"Ja die boom (Magnolia) staat zo mooi in de bloei. De ene kant van de tuin hadden ze afgelopen jaar van die mooie zonnebloemen staan. Daarvoor was een heel mooi pad met kleinere bloemen met veel kleur en dan die lange zonnebloemen erachter. O dat was zo prachtig"* vertelt een bewoonster over de tuin. Ook het geluid van de vogels wordt gewaardeerd. Zowel de wilde vogels als de vogels in de volière hebben een hoge aantrekkingskracht. *"Ik ga altijd naar de vogels. Dat is leuk om naar te kijken en te luisteren"* aldus een bewoonster. Daarnaast geven bewoners van De Scheper aan te genieten van het groene uitzicht op de tuin vanuit huis. *"Ja het is hier zo mooi, dat uitzicht daar hebben we het voor gekozen"* aldus een bewoner van De Scheper met uitzicht op de tuin.

Plezier

Buiten zijn geeft alle bewoners plezier. De enige bewoner die niet direct plezier haalt uit de tuin is afkomstig uit De Scheper. Deze bewoner gaat voor zijn plezier liever naar andere gebieden en is nog mobiel genoeg om dit te doen. De meeste bewoners geven aan plezier te halen uit het zien van de tuin, de bloemen en de natuur. *“Ik geniet van planten en bloemen. Daar geniet ik zo van”* aldus een bewoonster. Ook het kijken en luisteren naar de vogels in de volière geeft de bewoners plezier. *“Ja nou genieten van de zon. Je hoort de vogels. Daar geniet ik van”* legt een bewoner de reden van zijn tuinbezoek uit.

Nuttig voelen

Dit aspect van de beslisboom natuuractiviteiten komt niet nadrukkelijk naar voren. Bepaalde bewoners geven aan dat tuinieren vroeger plezier opleverde. Deze bewoners willen dit ook nog steeds doen. De motivaties zijn echter anders namelijk het tuinieren voor plezier en om in beweging te blijven. Ook het voeren van eenden wordt genoemd als activiteit. Echter geldt ook hier dat de motivatie in de natuurbeleving ligt. Het nuttig voelen lijkt een aspect dat wel van toepassing is bij ouderen met dementie maar niet bij ouderen zonder mentale klachten.

Herinneringen ophalen

Een groot deel van de ouderen is opgegroeid op de boerderij. Daarnaast hebben de meeste ouderen zelf vroeger groente verbouwd en een bloementuin gehad. Het verbouwen van groente en het onderhouden van de bloementuin deden de ouderen vaak met plezier. Vijf van de bewoners geven aan in de tuin herinneringen op te halen en dit fijn te vinden. Een gedeelte van de bewoners geeft aan dit niet nodig te vinden. *“De boerderij was van vroeger en dat kan nu niet meer maar ik heb het hier ook goed hoor”* aldus één van de bewoners. De bewoners geven aan vroeger in de bloemen tuin vaak rozen te hebben gehad. Deze zouden ze dan ook graag in de tuin zien: *“Vroeger had ik zelf rozen. Ik woonde met mijn man op de Beukenhof. Daar was een hele grote tuin met veel rozen Die rozen zijn ook zo mooi om te plukken en dan voor op de vaas’, aldus een bewoonster.*

5.3.3. Huidige inrichting

In de interviews is naast de “beslisboom natuuractiviteiten” ook de huidige tuinrichting aan bod gekomen. De bewoners hebben daarbij over verschillende onderdelen hun wensen en bevindingen verteld. Over het algemeen waarderen de bewoners de tuin. Aspecten van de tuin die de bewoners mooi vinden zijn de hoeveelheid groen, de pluktuin als deze in bloei staat, de grot en de volière. Toch hebben de meeste bewoners ook nog wel opmerkingen en ideeën over de tuin. Deze komen in deze paragraaf aan bod.

Meubilair

Vijf de bewoners van Angeli Custodes geeft een deel van de bewoners aan dat er een tekort is aan bankjes. Vooral bewoners die weinig mobiel zijn ervaren dit als een barrière om gebruik te maken van de tuin. *“Ik ga op me rollator zitten, want een bankje is er niet. Heel jammer dat er niet genoeg bankjes zijn, want er lopen hier nogal wat oudere mensen. En kijk maar eens rond hoeveel bankjes je ziet. Het zijn er niet veel”* vertelt een bewoonster. Het lopen tussen verschillende banken zorgt ervoor dat bewoners verder kunnen wandelen in de tuin. Een tekort aan banken beperkt bewoners in de mobiliteit. *“Dan loop ik van bankje naar bankje. Want ik kan niet in één keer rond. Maar er mochten er wel een paar meer zijn”* legt een bewoonster het belang van banken uit.

Bepanting

Een groot deel van de bewoners wil meer variatie in de beplanting. De bewoners geven aan dat er meer bloemen in de tuin mogen. Ook de grote hoeveelheid gras wordt door veel bewoners als saai ervaren. Zes van de geïnterviewde bewoners willen graag rozen in de tuin. *“Een mooie rozentuin met rozen perken is prachtig”* legt een bewoonster haar voorkeur uit. Bewoners geven ook aan dat rozen herkenbaar zijn van hun eigen tuin *“Maar er zijn geen rozen. Die zou ik wel willen. Ja vroeger had ik zelf rozen”* verteld een bewoonster. Naast rozen worden ook bloembollen in de tuin gemist. *“Die mogen ook wel meer in de tuin. We hebben geen krokussen, geen hyacinten in de tuin. Niks geen bollen haast.*

Narcissen niks hebben we van dat bollenspul. Praktisch niks. Heel jammer” geeft een bewoonster aan. In totaal vinden vijf bewoners aan dat bloembollen missen in de tuin. Daarnaast geven vijf bewoners van de Scheper aan dat ze de huidige pluktuin wel mooi vinden maar te lang kaal. *“Wat vaste planten zodat je in de winter ook wat hebt staan. Dat zal ik heel mooi vinden”* vertelt een bewoner. Een afwisseling van de plukstrook met enkele struiken of bollen zouden de bewoners van de Scheper waarderen. *“Maar als je dat grijze ziet vind ik het lang dood. Waarom nou geen bloembollen. En dadelijk er weer uit. Dat is veel werk maar daar praten we niet over. Dat zal mooi zijn als je die golf in het voorjaar bollen hebt”* geeft een bewoner aan.

De bewoners geven de volgende soorten aan die ze graag in de tuin zouden zien:

- Rozen,
- Dahlia's,
- Vlinderstruiken,
- Bollen (Narcissen, hyacinten, krokussen),
- Pioenrozen,
- Phloxen,
- Chrysanten,
- Goudbloemen,
- Jasmijn,
- Clematis,
- Passiebloem,
- Herfstaster,
- Fruitbomen,

Pluktuin

Acht van bewoners geven aan dat ze graag een pluktuin willen. De huidige plukstrook langs De Scheper wordt niet door alle bewoners beschouwd en gebruikt als pluktuin. *“Ze hadden hier toen een hele pluktuin. Dat was erg leuk. Alleen dan lopen allemaal mensen met rollator en dan is het wel moeilijk want die kunnen niet bukken”* vertelt een bewoonster. Daarnaast geven drie van de acht bewoners die een pluktuin willen aan wel planten te willen plukken maar fysiek niet in staat zijn om zo dicht bij de grond te komen. Ook de locatie van de pluktuin wordt als reden genoemd om niet te plukken. *“Ik vind het jammer dat er nu weinig te plukken is. Ja die nieuwe stroken mag je ook uit plukken. Maar ik vind dat zo zonde. Het is een mooi uitzicht voor bewoners vanaf hun veranda's. Aan de buitenkant uit het zicht een pluktuin zal ik fijner vinden. Dan dat het mooie uitzicht geplukt wordt”* legt een bewoonster uit.

Volière en Lourdes grot

In de huidige tuin zijn de volière en de Lourdes of Maria grot twee belangrijke elementen. Beide onderdelen worden door de bewoners gewaardeerd. De volière wordt gezien als een doel om heen te lopen. *“Daar ga ik graag heen zo Prachtig. Om te luisteren en te kijken daar zitten zoveel soorten in”*, aldus een bewoner. Naast de natuurbeleving functioneert de volière ook als ontmoetingsplek voor de bewoners doordat hier banken zijn. Twaalf van de geïnterviewde bewoners geven aan dat de volière een mooi onderdeel is van de tuin. Ook de grot in de tuin wordt door de bewoners gewaardeerd. Vijf bewoners geven aan dit een mooi aspect van de tuin te vinden. *“Bij de grot daar kun je altijd mooi rustig zitten”* vertelt één van de bewoners. De grot wordt door de bewoners als rustplek in de tuin gezien.

De Scheper

De bewoners van De Scheper hadden tevens nog enkele opmerkingen over de directe omgeving van het gebouw. De twee geïnterviewde bewoners vinden het gras saai aan de straatkant saai en zouden daar graag bloemen zien. Daarnaast zien twee bewoners graag klimplanten tegen de Scheper aan om een overgang tussen de tuin en het gebouw te creëren. Ook ergeren drie bewoners zich aan een schreeuwende vogel in de volière. *“Ik ga 's nachts het bed uit en dan doe ik de ramen dicht. Alleen voor die vogel. Dat is niet meer leuk”*, aldus een bewoonster over overlast van de volière.

6 Advies

In dit hoofdstuk komen de verschillende onderdelen van het onderzoek samen. De wetenschappelijke bewijzen over de gezondheidseffecten en de groene buitenruimte zijn gecombineerd met de wensen van het zorgcentrum en de bewoners. In de eerste paragraaf komen de randvoorwaarden aanbod. Daarna is ingegaan op enkele basisprincipes. Vervolgens is gekeken naar de inpassing van de doelen van het zorgcentrum en de wensen van de bewoners.

6.1. Randvoorwaarden

De huidige tuin kent enkele randvoorwaarden voor de toekomstige inrichting. De parkeerplaatsen gelegen tussen Angeli Custodes en de tuin moeten behouden worden. Ook het kerkhof voor de nonnen dient in de huidige staat te blijven. Voor de rest van de achtertuin geldt dat het bestemmingsplan dit gebied heeft aangewezen als groenvoorziening. Dit betekent dat er buiten de bestaande bebouwing zoals de grot en volière geen bebouwing mag worden toegevoegd. De tuin is momenteel openbaar toegankelijk. Dit dient in de toekomst zo te blijven om contact tussen de bewoners van Angeli Custodes, De Scheper en de buurt te bevorderen. De huidige paden zijn allemaal (deels) verhard en gelijkvloers. Hierdoor is de tuin goed toegankelijk voor ouderen met een rollator, rolstoel of scootmobiel. Dit is voor de toekomst van de tuin een vereiste. Voor de bewoners zijn de mariagrot en de volière belangrijke elementen en doelen om naar toe te gaan. Deze elementen dienen daarom te worden behouden.

6.2. Basisprincipes

Om de huidige tuin bij te laten dragen aan de gezondheid en het welzijn van ouderen zijn verschillende inrichtingsprincipes opgesteld. Belangrijk bij een tuin voor ouderen is de toegankelijkheid. De paden van de tuin dienen gelijkvloers te zijn. In de tuin dienen voldoende zitlocaties te zijn. Deze banken en stoelen moeten voorzien zijn van leuningen, zodat ouderen kunnen zitten en zelfstandig op kunnen staan (Clare Cooper & Sachss, 2014). Het aantal banken is essentieel voor het gebruik van de tuin. Veel ouderen bepalen de tijd en afstand van een wandeling op basis van het aantal banken. De ouderen lopen dan van bank naar bank. Om de gezondheid van ouderen te verbeteren is beweging van belang. Ouderen die meer bewegen hebben een hogere levensverwachting. Daarnaast verhoogt in beweging blijven het zelfvertrouwen en de zelfredzaamheid voor ouderen. Het aanbieden van mogelijkheden tot bewegen, met bijvoorbeeld beweegtoestellen of tuingereedschap, stimuleert ouderen om meer te bewegen (Clare Cooper & Sachss, 2014) (De Greef, 2009) (York, 2009).

6.3. Realiseren doelen zorgcentrum

De zorggroep Raalte heeft als doel om de ouderen meer plezierige activiteiten buiten te laten doen. Een activiteit die hiervoor mogelijk in aanmerking komt is tuinieren. Tuinieren heeft een positief effect op het stimuleren van een actieve houding (Jarott & Gigliotti, 2010). Daarnaast vermindert tuinieren stress (Van Den Berg & Custers, 2010) en geeft tuinieren mensen een doel (Detweiler, et al., 2012) (Rappe, 2005). Tuinieren past tevens bij de achtergrond van de bewoners. Veel van de bewoners geven aan opgegroeid te zijn met het buitenleven. Daarnaast hebben de meeste bewoners in het verleden een eigen groente- of bloementuin onderhouden. Om dit doel te behalen dient bij de nieuwe inrichting de tuin de mogelijkheid tot tuinieren aan te bieden. Hierbij is het belangrijk om



Figuur 23 Moestuinbakken op hoogte speciaal voor ouderen (De Amersfoortse verzekeringen, sd).

rekening te houden met de beperkte mobiliteit van bewoners. Om de activiteit van tuinieren toegankelijk te maken zijn daarom bakken op hoogte nodig, zoals te zien is in figuur 23. Een eenvoudige manier om bewoners te motiveren om te bewegen is het beschikbaar hebben en stellen van tuinierspullen. Een toegankelijke kast met een bezem, hark, gieter, snoeischaar en werkhandschoenen biedt bewoners de kans om zelfstandig werk te verrichten in de tuin. Hiermee wordt actief bewegen gestimuleerd.

Daarnaast is het stimuleren van de zintuigen een belangrijk doel van het zorgcentrum. De ouderen geven zelf aan dat bloemen en de zingende vogels van belang zijn voor de natuurbeleving en het plezier in de tuin. Uit de literatuur blijkt dat vooral geuren en geluiden een positieve bijdrage leveren aan het prikkelen van de zintuigen bij ouderen (Leaver & Wiseman, 2016) (Oguz, Cakci, Sivemli, Ozgur, & Sirin, 2010). Om het ervaren van geuren en geluiden te stimuleren is het bevorderlijk om geurende planten toe te voegen aan de tuin. Geschikte planten hiervoor zijn bijvoorbeeld: Lavendel, Tijm en Jasmijn. Om meer (natuurlijke) geluiden toe te voegen aan de tuin kunnen maatregelen worden genomen om meer vogels in de tuin te krijgen. Dit kan door middel van meer nestlocaties, voedselbronnen, drink- en baderplekken voor vogels in de tuin te maken.

6.4. Inpassen wensen van bewoners

De bewoners geven aan dat verschillende onderdelen van de beslisboom belangrijke redenen zijn om gebruik te maken van de tuin. Hierbij komen vooral het plezier en de natuurbeleving naar voren. Bij de natuurbeleving is vooral het kijken naar bloemen en dieren en het luisteren naar de vogels een belangrijk aspect. Het uitbreiden van het aantal bloeiende planten is daarom een belangrijk onderdeel om de bewoners meer te laten genieten van de tuin. Daarbij zijn suggesties van bewoners om vooral rozen en bollen te planten. Met het plaatsen van voorzieningen voor vogels kunnen meer vogels naar de tuin worden gelokt. Het ophangen van voedsel en nestkasten, voor de vogels en het realiseren van drink en baderplaatsen voor vogels, kan het aantal vogels in de tuin vergroten. Daarnaast hebben vogels dekking nodig. Vooral in de directe omgeving van De Scheper ontbreekt deze dekking. Waardoor bewoners weinig vogels bij het terras en balkon zien. Om dit te verbeteren zijn enkele struiken in de omgeving van De Scheper aan te raden.

De bewoners geven aan zowel de rust als sociale contacten in de tuin belangrijk te vinden. Daarom is het belangrijk dat de tuin aan beide wensen voldoet. Er dient in de tuin een afwisseling te zijn van rustige locaties om in stilte te genieten en ontmoetingsplekken voor bewoners. Momenteel zijn er diverse ontmoetingsplekken in de tuin. Deze bevinden zich bij de ingang van de gebouwen en de volière. De tuin heeft momenteel een sereen karakter. Dit past bij de wens van de bewoners. Toch is het gedeelte van de tuin dat als sereen ervaren wordt relatief groot. Een deel van de serene tuin zou geschikt gemaakt kunnen worden voor andere aspecten.

Het merendeel van de bewoners geeft aan graag in beweging te blijven. Dit doen de meeste bewoners het liefst door te wandelen. Veel bewoners werkten vroeger buiten op de boerderij of onderhielden een eigen tuin. Tuinieren is een goede manier om in beweging te blijven. Vanwege de beperkte mobiliteit van de bewoners zijn aanpassing voor het tuinieren noodzakelijk. Dit kan door middel van hoogtebakken waardoor de ouderen niet voorover hoeven te buigen. Ook bakken waaronder een rolstoel kan staat maakt het tuinieren voor ouderen toegankelijker. Voor de bewoners is het daarom van belang dat er mogelijkheden worden aangeboden om actief te kunnen tuinieren.

Een deel van de ouderen die in beweging wil blijven geeft aan weinig in de tuin te komen. Dit komt omdat de wandeling naar de tuin voor enkelen te ver is. Dit komt door het ontbreken van zitplekken om even bij te komen. Daarnaast ervaren de ouderen dat veel van de banken bezet zijn waardoor er geen rustige zitlocaties zijn.

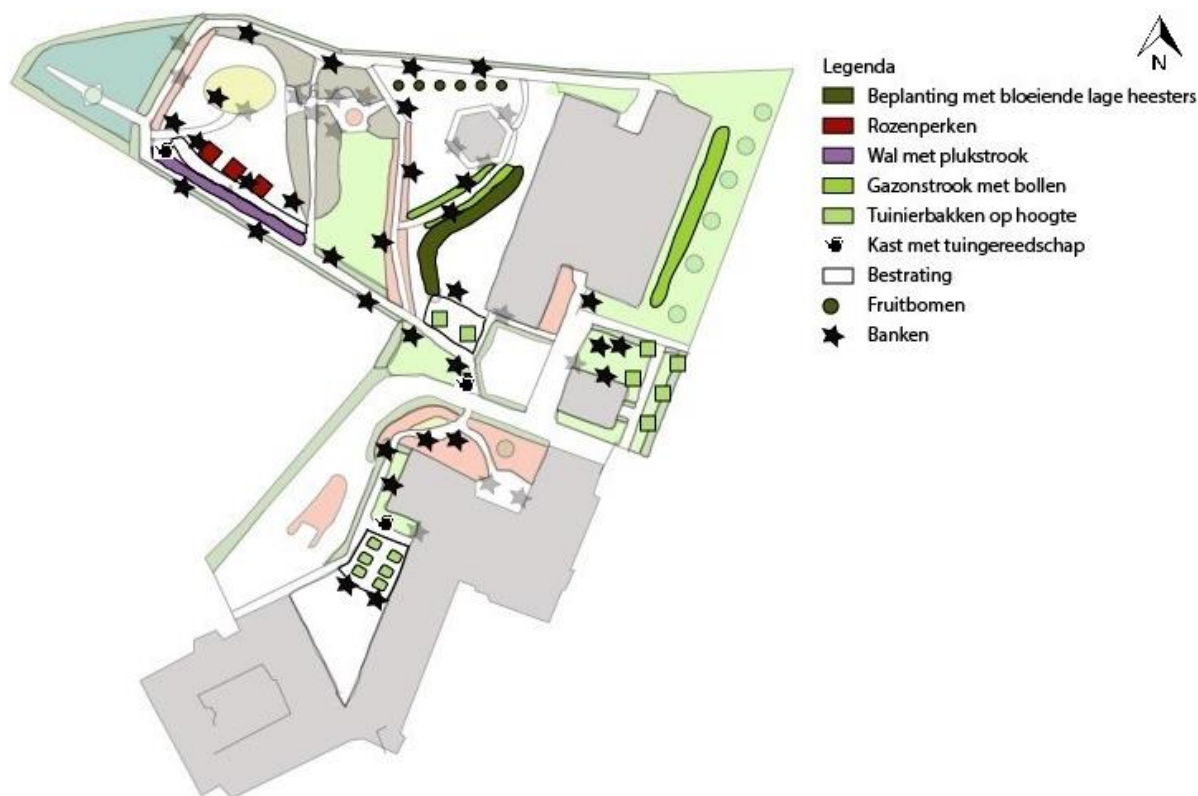
De bewoners geven tevens aan graag bloemen en takken te plukken voor op de vaas. De huidige plukstrook wordt gebruikt door enkele bewoners. De functie van plukstrook is niet bij alle bewoners bekend. Daarnaast is het niet voor elke bewoner fysiek mogelijk om voorover te gaan staan om bloemen te plukken. De locatie van de plukstrook is daarbij niet ideaal. De bewoners van De Scheper

vinden het zonde dat ze grote gedeelten van het jaar enkel zwarte grond te zien. Terwijl bewoners van Angeli Custodes vinden het zonde om het uitzicht van de bewoners van De Scheper weg te plukken. Een hoger gelegen plukstrook op een andere locatie lost deze problemen op. Daarnaast is het nodig om de informatievoorziening over de plukstrook te verbeteren. Dit zal kan door middel van een informatiebord.

Bij de wensen van de ouderen past het soortenrijke en het actieve landschap van Grahn. Met enkele rustig, feestelijke en culturele plekken. De soortenrijke tuin past bij het belang van de natuurbeleving voor ouderen. Daarnaast past het actieve landschap bij de wensen van ouderen om in beweging te blijven. Deze twee hoofdfuncties worden gecombineerd met bestaande aspecten passend bij zowel de serene, feestelijke als culturele tuin. Dit zijn elementen die ook van belang zijn voor de bewoners. Maar niet het hoofddoel van de tuin zijn.

6.5. Inrichtingsadvies

In dit hoofdstuk zijn de verschillende maatregelen beschreven die de tuin beter bij de doelgroep laten aansluiten. Met deze maatregelen worden de ouderen (meer) gestimuleerd om te bewegen en krijgen de ouderen meer prikkels in de tuin. Daarnaast zorgt een tuin die past bij de bewoners tot het bevorderen van het tuingebruk. Het resultaat van de maatregelen is te zien in figuur 24. De weergegeven maatregelen in figuur 24 zijn in het vervolg nader toegelicht.



Figuur 24 Schets van de te nemen maatregelen in de achtertuin van Angeli Custodes.

Toegankelijkheid en meubilair

De huidige tuin is voor de ouderen toegankelijk. De tuin kan echter alleen bereikt worden door de parkeerplaats over te steken. Deze oversteek is mogelijk een barrière voor de ouderen. Om deze barrièrewerking te verzachten is het wenselijk de oversteek op een drempel te leggen. Hierdoor remt het verkeer af en voelen ouderen zich veiliger. Daarnaast moet de kleur van het bestratingstype verschillen met de rest van de straat. Als gevolg van deze maatregelen wordt de oversteekplaats ook voor ouderen herkenbaar.

Een deel van de ouderen bezoekt de tuin alleen. Om dit tuinbezoek veilig te laten verlopen is het plaatsen van een reling (zie figuur 25) wenselijk. Deze reling zorgt ervoor dat ouderen indien nodig steun hebben tijdens het lopen. Daarnaast verhoogt een reling het veiligheidsgevoel bij ouderen. Dit kan de ouderen stimuleren om naar buiten te gaan dan wel een grotere afstand af te leggen. De reling dient aangelegd te worden langs het pad naar de achtertuin toe. Het is daarbij wenselijk om de reling door te laten lopen naar de plukstrook, Lourdesgrot en volière. Deze elementen geven een doel aan de wandeling.



Figuur 25 Voorbeeld van een reling voor ouderen (Landscape, sd)

Het bestaande meubilair is geschikt voor de bewoners van het zorgcentrum. Maar er is een tekort aan banken volgens de bewoners. De begeleiding van de dagopvang geeft dit tevens aan. Bij de dagopvang worden vooral banken gemist bij de bewegingstoestellen. Daarnaast dienen de banken voor veel ouderen als rustpunt tijdens het wandelen. Het wandelen van bank tot bank is momenteel onmogelijk door de grote afstanden tussen de banken. Daarom is het nodig om te zorgen de banken dicht op elkaar staan. Waardoor het voor de ouderen mogelijk is om een wandeling van bank naar bank te maken.

Beplanting

De huidige beplanting wordt door de bewoners gewaardeerd toch zijn er de nodige verbeterpunten. Het gebruik van meer bloemen geeft de tuin een grotere belevingswaarde en maakt de tuin aantrekkelijker. In het huidige gazon moeten verschillende bloembollen aangeplant te worden om kleur te geven aan de tuin. Voor de variatie in het grasveld kunnen enkele fruitbomen aangeplant worden. Deze bomen zijn herkenbaar voor de bewoners. Daarnaast stimuleren deze bomen ouderen om te bewegen, omdat ze fruit kunnen plukken.

De huidige plukstrook ligt op een locatie die hier niet geschikt voor is. De plukstrook is voor een (groot) deel van de bewoners te dicht bij de grond. Daarnaast is de plukstrook gedurende een lange periode van het jaar kaal. Waardoor de bewoners van De Scheper veelal uitkijken op een strook kale grond. Om deze strook in de wintermaanden levendig te houden is het aan te raden om hier enkele heesters aan te planten. Vlinderstruiken zijn hiervoor een geschikte heester. Deze heesters zijn het hele jaar groen en geven kleur aan de tuin in de zomer. Deze heester trekt ook vlinders aan, waarmee er meer leven in de tuin komt en de belevingswaarde van de tuin verder wordt vergroot. In de huidige plukstrook dienen daarnaast enkele bladhoudende heesters geplant te worden. Dit zorgt namelijk voor schuilplekken voor vogels in de omgeving van De Scheper. Daardoor zullen de bewoners van De Scheper meer vogels in de tuin zien. Geschikte planten hiervoor zijn Viburnum en Photinia. Een doel van het zorgcentrum is om de zintuigen te prikkelen. Hierbij kunnen vooral geurende kruiden een belangrijk rol spelen. Deze kruiden stimuleren meerdere zintuigen en stimuleren het geheugen. Geschikte kruiden voor het stimuleren van zintuigen zijn Lavendel, Rozemarijn, Tijn en Munt. Deze kruiden kunnen ingeplant worden in bestaande borders en in de voormalige plukstrook.

De bewoners zelf geven aan rozen in de tuin te willen zien. De bewoners waarderen de rozen vanwege de bloemen. Daarnaast herkennen veel bewoners de rozen van vroeger, omdat de bewoners deze vroeger in hun eigen tuin hadden staan. Rozen zijn geurende planten hiermee worden tevens de zintuigen van de bewoners geprikkeld. Daarom is er in het ontwerp ruimte gemaakt voor enkele rozenperken. Deze rozenperken liggen op de plek van het huidige grasveld. Zo ontstaat er tevens meer variatie en een minder eentonig beeld van de tuin.

Om de pluktuin geschikter te maken voor meer bewoners dient deze hoger te liggen dan het pad. Een verhoogde wal zal daarom geschikt zijn als plukstrook. Hierdoor wordt het mogelijk om te plukken zonder te bukken. Deze wal dient zo dicht mogelijk langs het pad te liggen. Een geschikte locatie hiervoor zou de huidige coniferen haag kunnen zijn. Hierdoor ontstaat er meer variatie in de tuin.

Daarnaast bevindt de plukstrook zich dan niet meer in het directe zichtveld van de bewoners van De Scheper. Bij de pluktuin dienen informatieborden te worden geplaatst. Dit is nodig om de bewoners duidelijk te maken dat hier geplukt mag worden.

Tuinieren

De bewoners geven aan vroeger vaak getuinierd te hebben. Een deel van de bewoners zal dit ook nog steeds graag doen. De bewoners kennen fysieke beperkingen. Het plaatsen van tuinbakken op hoogte biedt ouderen de mogelijkheid om te tuinieren. Deze tuinbakken dienen op verschillende plekken in de tuin te komen. Het plaatsen van tuinbakken direct bij de uitgang van het zorgcentrum maakt de tuinbakken snel en eenvoudig bereikbaar en toegankelijk. Hierdoor is het een kleinere moeite voor het personeel om minder mobiele ouderen naar de tuinbakken te brengen. Daarnaast is deze locatie voor ouderen dichterbij en makkelijker zelfstandig te bereiken dan de tuin.

Ook in de achtertuin zelf kunnen enkele moestuinbakken geplaatst worden. Hierdoor kunnen ook bewoners van De Scheper gebruik maken van deze bakken. Daarnaast kunnen deze moestuinbakken de bezoekers van de tuin stimuleren om te tuinieren. Het doel van de tuinbakken is om de ouderen actief te laten genieten van het buiten zijn en om beweging te stimuleren. Om dit te bereiken worden er meerdere tuinkasten geplaatst met gereedschappen. De aanwezigheid van deze gereedschappen moet ouderen stimuleren op eigen initiatief tuinonderhoud te doen. Het aanbieden van deze mogelijkheid geeft ouderen de kans om meer te bewegen. In de tuinkasten liggen gereedschappen zoals een gieter, snoeischaar, schop en hark. Deze tuinkasten staan bij de verschillende actieve tuinen. Zowel bij de moestuinbakken als de plukstrook en rozenperk zijn tuinkasten met gereedschap nodig. Daarnaast zouden bewoners die dat willen ook de tuinmannen kunnen helpen met het onderhoud aan de tuin. Dit zal kan in overleg met de huidige beheerders van de tuin.

Bestaande kwaliteiten

De huidige tuin beschikt over kwaliteiten vooral op de landschappen voor een serene, culturele, en feestelijke tuin. Deze kwaliteiten passen bij de bewoners. Deze landschappen zijn te vinden bij het terras van "de Rik", de volièrre en de Lourdesgrot. Deze elementen blijven dan ook bestaan in de heringerichte tuin. Hiermee past de tuin ook bij de domeinen rust, vrijheid en sociaal contact.

Tuin De Boerderij

De dagopvang van De Boerderij maakt gebruik van de algemene tuin. Daarnaast beschikt De Boerderij over een eigen voortuin. Deze voortuin moet een belangrijk onderdeel worden van het dagschema van de bezoekers. Belangrijk hierbij is het op gang brengen van sociaal contact, het prikkelen van de zintuigen en het activeren van de bewoners. Daarom dient deze tuin te zijn ingericht op het benutten van de planten. In de tuin moeten verschillende hoogtebakken staan met groente en kruiden die geschikt zijn voor bij het eten. Daarnaast kan er mogelijk ook een deel van de tuin worden ingericht als moestuin. Een eventuele extra verrijking van de tuin van de boerderij kan een kippenren met kippen vormen. Dit zorgt voor meer leven in de tuin. Daarnaast activeert het de bezoekers om de kippen te voeren en de eieren te rapen. Deze eieren kunnen eventueel in de keuken gebruikt worden.

Tuintypering

De herinrichting van de tuin heeft geresulteerd in een tuin passend bij de behoefte van het zorgcentrum en de bewoners. Vooral de typen actieve tuin en soortenrijke tuin nemen toe in het nieuwe ontwerp. Deze tuintypen passen bij de wensen van ouderen om te blijven bewegen en de wens van de zorggroep om de bewoners meer activiteiten te bieden. Het inrichten van soortenrijke gebieden in de tuin resulteert in meer bloemen en dieren. Dit zal de natuurbeleving in de tuin verbeteren. De natuurbeleving is een belangrijke reden van bewoners om de tuin te bezoeken. Het vergroten van het soortenaantal en de variatie leidt mogelijk tot een frequenter tuinbezoek. De nieuwe tuintypering bij het uitvoeren van de voorgestelde maatregelen is terug te vinden in figuur 26.



Figuur 26 In dit figuur zijn de verschillende typering van Grahn weergegeven nadat de voorgestelde maatregelen zijn uitgevoerd. In het figuur is te zien dat het oppervlakte met de typering actief en soortenrijk toenemen terwijl het serene type afneemt.

Ontwerpprincipes

Voor het eindresultaat is gebruik gemaakt van de typering van Grahn. Hierbij zijn de activiteiten gekoppeld aan de inrichting. Omdat de bewoners graag een soortenrijke en actieve tuin wensen zijn deze elementen toegenomen. De bewoners zijn echter beperkt mobiel. Daarom is een deel van de actieve tuin in het zuiden bij de uitgang van het zorgcentrum te vinden. Hierdoor kunnen ouderen makkelijker over gaan tot het doen van buitenactiviteiten. Daarnaast is het voor personeel en vrijwilligers op deze manier makkelijker om de bewoners naar binnen en buiten te plaatsen. Omdat ook buigen moeilijker wordt voor ouderen zijn er moestuinbakken op hoogte. Ook de plukstrook op hoogte maakt de tuin beter aangepast op de situatie van ouderen.

7 Discussie

De gevonden literatuur richt zich in het onderzoek vaak op ouderen met dementie. Vooral op het gebied van gezond- en welzijnseffecten van groen op ouderen, is door wetenschappers veel onderzoek verricht bij ouderen met dementie. Het is niet met zekerheid vast te stellen dat alle effecten bij ouderen met dementie ook bij ouderen zonder dementie voorkomen. Over het gegeven dat groen goed is voor de gezondheid bestaat een wetenschappelijke consensus. Dat groen positief is voor de gezondheid van ouderen is bewezen (Clare Cooper & Sachss, 2014) (Detweiler, et al., 2012) (Lee & Maheswaran, 2010) (Rappe, 2005). Echter is in de wetenschappelijke literatuur is vastgesteld dat er meer onderzoek nodig is om dit beter te onderbouwen (Detweiler, et al., 2012) (Gonzalez & Kirkevold, 2013). Om de gegevens over ouderen in Nederland te achterhalen is gebruik gemaakt van het onderzoek Oudere thuisbewoners van Den Draak uit 2010. Dit is een onderzoek naar de leefomstandigheden van ouderen in Nederlandse tehuizen omdat dit onderzoek (nog) niet herhaald is, vormt het onderzoek uit 2010 de meeste recente bron. Mogelijk zijn er in de afgelopen jaar wel veranderingen geweest in de leefomstandigheden van ouderen in tehuizen.

Interviews vormden een belangrijk deel van het onderzoek. Deze interviews zijn gedaan aan de hand van de “beslisboom natuuractiviteit”. Deze is ontwikkeld door de VU om activiteiten te koppelen aan de wensen van ouderen met dementie. De “beslisboom natuuractiviteiten” is ook geschikt voor ouderen zonder dementie (Hendriks, 2017). Met dit onderzoek is de “beslisboom natuuractiviteiten” om de wensen van ouderen aan de inrichting te koppelen. Deze beslisboom kenmerkt zich met acht domeinen. Deze domeinen kennen echter overlap. Het domein plezier beleven is moeilijk te definiëren. Daarnaast vormen de verschillende andere domeinen zoals natuurbeleving en sociaal contact een activiteit die kan leiden tot het beleven van plezier. Het onderscheiden van het domein plezier beleven als motivatie om naar buiten te gaan lijkt dan ook te weinig onderscheidend om concrete adviezen op te baseren. Ook tussen de andere domeinen zit overlap. Tussen de domeinen rust, natuurbeleving en vrijheid zit behoorlijk veel overlap. Voor het verder gebruiken van de “beslisboom natuuractiviteiten” is het beter definiëren van de domeinen noodzakelijk. De “beslisboom natuuractiviteiten” is gekozen omdat alternatieve methodes niet beschikbaar zijn. Het gebruik van andere of een nieuwe methode zal weinig invloed hebben op de uitkomsten omdat de “beslisboom natuuractiviteiten” dient als aanknopingspunt voor een gesprek.

Het uitvoeren van de interview verliep voorspoedig. De interviews bleken een belangrijk bron voor het resultaat van het onderzoek. De doelstelling van het onderzoek was om de helft van de bewoners te interviewen. Voor de bewoners van het zorgcentrum Angeli Custodes is dit gelukt. Bij de bewoners van de aanleunwoning was de respons minder. Hier is een kwart van de bewoners geïnterviewd. De lagere respons is te verklaren dat de bewoners van de aanleunwoningen minder gebonden zijn aan de tuin. Deze bewoners zijn over het algemeen mobieler en kiezen ervoor op andere locaties naar buiten te gaan. Er zijn enkele kanttekeningen over het verloop van de interviews. Eén van de geïnterviewde bewoners had problemen om uit de woorden te komen. Hierdoor is één interview niet volledig afgerond. Daarnaast had één van de geïnterviewde moeite met het geheugen waardoor antwoorden werden herhaald. Desondanks hebben de interviews voldoende betrouwbare informatie opgeleverd om een beeld te krijgen van de motivaties van de ouderen om de tuin te gebruiken. Daarnaast hadden de bewoners de nodige ideeën en opmerkingen over de huidige tuin. Waardoor de interviews tot concrete aandachtspunten leidde.

De uitkomsten van de interviews spraken de literatuur enigszins tegen. De literatuur over tuininrichting geeft aan dat blauw en paars als bloekleuren niet gewenst zijn bij ouderen (Clare Cooper & Sachss, 2014). Uit de interviews komt echter naar voren dat de rododendrons met paarse bloemen geliefd zijn.

Ook bij de plantensuggesties zijn planten genoemd door de bewoners met deze kleuren zoals vlinderstruiken en hortensia's. Daarnaast spreekt de literatuur over het belang van relingen voor ouderen. Deze relingen zijn nodig voor ouderen als ondersteuning bij het wandelen volgens de literatuur (Clare Cooper & Sachss, 2014) (Oguz, Cakci, Sivemli, Ozgur, & Sirin, 2010). Echter geven de ouderen in interviews dit niet aan. Toch is hiervoor gekozen omdat dit ouderen een belangrijke steun kan bieden om de tuin te bezoeken. Daarnaast kunnen relingen in de toekomst mogelijk bijdragen als de mobiliteit van de bewoners verslechterd.

Daarnaast is er een hiaat in de bestaande kennis van de tuininrichting. De functies van banken wordt in de literatuur genoemd. Deze banken worden beschreven als doel of plaats om te genieten van de tuin (Clare Cooper & Sachss, 2014). Echter zijn de banken ook belangrijk voor de afstand die ouderen af leggen blijkt uit de interviews. Ouderen lopen namelijk van bank naar bank en leggen zo een langere afstand af.

Bij de interviews is ook gevraagd naar de frequentie van het tuinbezoek. De meeste ouderen drukken deze frequentie uit in het aantal keren per dag of week. Enkele ouderen noemen hierbij het aspect van het weer als reden om niet te gaan. Dit onderzoek is uitgevoerd in het voorjaar. Mogelijk beantwoorden de ouderen deze vraag in de herfst of winter anders. Om de frequentie van het tuinbezoek vast te stellen is dan ook monitoring nodig.

Het advies is een combinatie van de wensen van de ouderen, het bezorgcentrum en de kennis uit de literatuur. Dit advies bestaat uit meerdere maatregelen. Bij het opstellen van dit advies is niet gekeken naar de financiering van deze maatregelen. Het budget zal mogelijk beperkingen opleveren voor het uitvoeren van de maatregelen.

De maatregelen zijn opgesteld aan de parktypen van Grahn. Deze methode is gekozen vanwege de koppeling tussen activiteit en inrichting. Er zijn verschillende landschapstyperingen mogelijk toch zal de uitkomst hetzelfde zijn. Namelijk dat het landschap moeten passen bij de wens om natuur te beleven en in beweging te blijven.

Het advies is gericht op de wensen van de huidige bewoners. Binnen een zorgcentrum is echter verloop in de bewoners. De huidige bewoners kunnen andere voorkeuren hebben dan toekomstige bewoners. Veel van de huidige bewoners hebben vaak op de boerderij gewoond en getuinierd. Mogelijk hebben toekomstige bewoners minder raakvlak met tuinieren en de boerderij. Hierdoor zal het kunnen dat activiteiten zoals tuinieren op de lange termijn niet geschikt zijn voor de bewoners.

8 Conclusie

In dit hoofdstuk staan de conclusies van het onderzoek. Allereerst zijn de deelvragen (zie paragraaf 1.3) beantwoord. Vervolgens is de hoofdvraag (zie paragraaf 1.3) van dit onderzoek beantwoord.

- Ouderen hebben problemen met hun mobiliteit en zelfstandigheid. De voornaamste oorzaken hiervan zijn hartklachten en artrose. Het welzijnsniveau van ouderen vermindert in zorginstellingen vergeleken met thuis wonen. Een belangrijk probleem op het gebied van welzijn is het gebrek aan de mogelijkheid om naar buiten te gaan.
- Groen draagt voor ouderen bij aan het afnemen van medicijnen en het verbeteren van het slaapritme en de concentratie. Daarnaast stimuleert groen sociaal contact en beweging. Meer beweging leidt tot een hogere zelfredzaamheid en een hogere levensverwachting.
- Het zorgcentrum Angeli Custodes wil met de groene buitenruimte bewegen bevorderen en de zintuigen prikkelen. Voor de bezoekers van de dagopvang moet de tuin bijdragen aan het vertragen van dementie en verbeteren van het ritme.
- De bewoners van Angeli Custodes komen graag buiten voor hun plezier. Dit plezier halen ze vooral uit natuurbeleving. Een deel van de ouderen komt ook buiten voor hun beweging, het sociale contact of voor de rust.
- Voor ouderen zijn vooral de toegankelijkheid en het meubilair van belang. Veel ouderen gebruiken de banken als rustpunten tijdens het wandelen. Voldoende banken op korte afstand van elkaar zijn van essentieel belang voor het tuingebruik.
- Door graslanden en hagen te vervangen door bloemen en struiken ontstaat meer variatie. Om beweging verder te stimuleren zijn moestuinbakken en tuingereedschap in de tuin nodig. Tevens moeten er extra banken geplaatst worden.

Op basis van deze informatie kan de hoofdvraag (zie paragraaf 1.3) op de volgende wijze worden beantwoord:

- De gezondheid en het welzijn van ouderen verbetert door meer te bewegen in een groene buitenruimte waarbij genoten kan worden van de natuur. Dit is bij Angeli Custodes te bereiken met een toegankelijke soortenrijke tuin die het ondernemen van activiteiten stimuleert.

9 Aanbevelingen

Op basis van het onderzoek zijn er verschillende aanbevelingen te doen voor de het toekomstig gebruik van de tuin.

De ouderen geven aan naar buiten te gaan om te bewegen. Het stimuleren van beweging is belangrijk voor de gezondheid van de ouderen. Daarom is het belangrijk om elementen in de tuin te hebben die beweging stimuleren. Naast de bestaande beweegtoestellen is het aan te raden om verschillende tuingereedschappen aan te bieden. Dit stimuleert ouderen om uit zichzelf activiteiten uit te voeren in de tuin.

Naast het aanbieden van tuingereedschap is het organiseren van activiteiten in de tuin een belangrijk aspect om het tuingebruik te stimuleren. Naast tuinieren zijn er verschillende buitenspellen ontwikkeld voor ouderen. Daarnaast kan de tuin ook naar binnen gehaald worden met activiteiten. Hierbij valt te denken aan het plukken van planten om hier vervolgens mee te gaan bloemschikken.

Voor het stimuleren van het tuinbezoek is de instelling van het personeel en vrijwilligers van belang. Informeer daarom personeel en vrijwilligers over het belang van de tuin. Introduceer verschillende activiteiten aan het personeel en de vrijwilligers die buiten gedaan verricht worden.

Naast het personeel zijn er ook kansen om samen te werken met het hoveniersbedrijf. Ouderen die dat willen zouden de hoveniers kunnen helpen op de dagen dat de hoveniers aanwezig zijn. Het hoveniersbedrijf werkt nu met mensen met afstand tot de arbeidsmarkt. Hieruit blijkt de maatschappelijke betrokkenheid van het bedrijf. Hierdoor lijkt het huidige hoveniersbedrijf een geschikte partij om met de ouderen samen te werken.

Om het aanbod aan buiten- en groenactiviteiten uit te breiden valt aan te raden om andere partijen erbij betrekken. Er zijn vaak verenigingen in de buurt die zich richten op de natuur zoals een vogelwacht, de lokale afdelingen van IVN of KNNV. Deze organisaties beschikken vaak over kennis die ze kunnen delen met de bewoners. Ook kunnen deze verenigingen activiteiten organiseren in de tuin.

Dit onderzoek heeft geleid tot het beantwoorden van het vraagstuk voor de inrichting van de tuin. Hierbij dient in het vervolg echter wel gekeken te worden naar de kosten van de maatregelen en hoe deze kunnen worden gefinancierd.

Vervolgonderzoek naar het daadwerkelijke gebruik van de tuin is wenselijk. Aandachtspunten zijn het gebruik van de beweegtoestellen, de pluktuin en de moestuinbakken.

Daarnaast is de (verwachte) toename van de frequentie van het tuinbezoek nuttig om te onderzoeken. Hierbij valt aan te raden om een nulmeting te doen voor de herinrichting. Hierna kan bijgehouden worden of er sprake is van een toename van het tuingebruik na de herinrichting in vergelijking tot de huidige situatie.

Bibliografie

- BTSG. (2017, 02 17). *Zorgzwaartepakketten (Zzp)*. Opgeroepen op 2 28, 2017, van btsg.nl: <https://www.btsg.nl/infobulletin/ZZP.html>
- CBS. (2016, 2 1). *Levensverwachting Nederlandse vrouwen loopt steeds meer achter*. Opgeroepen op 3 2, 2017, van cbs.nl: <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2016/53/levensverwachting-nederlandse-vrouwen-loopt-steeds-meer-achter>
- Chow, H.-W. (2013). Outdoor fitness equipment in parks: a qualitative study from older adults' perceptions. *BMC Public Health*, 1-9.
- Clare Cooper, M., & Sachss, N. A. (2014). *Therapeutic landscapes: An evidence based approach to designing healing gardens and restorative outdoor spaces*. Hoboken, New Jersey, Verenigde Staten: John Wiley & Sons Inc.
- Dahlkvist, E., Hartig, T., Nilsson, A., Högberg, H., Skovdahl, K., & Engström, M. (2016). Garden greenery and the health of older people in residential care facilities: a multi-level cross-sectional study. *Journal of Advanced Nursing*, 72(9), 2065-2072.
- Dahlkvist, E., Nilsson, A., Skovdahl, K., & Engstrom, M. (2014). Is there a caring perspective in garden/patio design in elderly care? A description and a comparison of residents and staff members perceptions of these outdoors spaces. *Journal of housing for the elderly*, 28(1), 85-106.
- De Amersfoortse verzekeringen. (sd). *Moestuiniëren met beperking*. Opgeroepen op 05 11, 2017, van [doorgaan.nl](https://www.doorgaan.nl/nl/project/2209914/moestuiniëren-met-één-beperking): <https://www.doorgaan.nl/nl/project/2209914/moestuiniëren-met-één-beperking>
- De Greef, M. (2009). *Het belang van bewegen voor onze gezondheid*. Rijksuniversiteit Groningen.
- Den Draak, M. (2010). *Oudere tehuusbewoners*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Plan Bureau.
- Detweiler, M. B., Sharma, T., Detweiler, J. G., Murphy, P. F., Lane, S. C., Chudhary, A. S., & Halling, M. H. (2012). What Is the Evidence to Support the Use of Therapeutic Gardens for the Elderly. *Psychiatry Investig*(9), 100-110.
- Dröes, R.-M., Boelens - Van Der Knoop, E. C., Bos, J., Meihuizen, L., Ettema, T. P., Gerritsen, D. L., . . . Scholzel-Dorenbos, C. J. (2006). Quality of life in dementia in perspective. *Dementia*, 5(4), 533-558.
- Duggan, S., Blackman, T., & Martyr, A. V. (2008). The impact of early dementia on outdoor live. *Dementia*, 7(2), 191-204.
- Dzhambov, A. M., & Dimitrova, D. D. (2014). Elderly visitors of an urban park, health anxiety and individual awareness of natural experience. *Urban Forestry & Urban Greenery*, 13, 806-813.
- Edwards, C. A., McDonnell, C., & Merl, H. (2012). An evaluation of therapeutic garden's influence on the quality of life of aged care residents with dementia. *Dementia*, 12(4), 494-510.
- Esri. (sd). *ArcGIS Kaarten*. Opgeroepen op 03 10, 2017, van [arcgis.com](http://www.arcgis.com/home/webmap/viewer.html?useExisting=1): <http://www.arcgis.com/home/webmap/viewer.html?useExisting=1>
- Gemeente Raalte. (2013). *Bestemingsplan Angeli Custodes*.
- Gemeente Raalte. (sd). *Groen Samen Doen Concept*. Opgeroepen op 3 27, 2017, van https://www.raalte.nl/sites/default/files/groen_samen_doen_concept.pdf
- Gonzalez, M. T., & Kirkevold, M. (2013). Benefits of sensory garden and horticultural activities in dementia care: a modified scope review. *Journal of Clinicing Nurse*, 23, 2698-2715.
- Grahn, P. (1991). Landscapes in Our Minds: People's choice of recreative places in town. *Landscape Research*, 16(1), 11-19.
- Hendriks, I. H., Van Vliet, D., & Gerritsen, D. L.-M. (2016). Nature and dementia: development of a person-centered approach. *International Psychogeriatrics*, 28(9), 1455-1470.
- Huisman Hoveniers. (sd). *Pennemes*. Opgehaald van [huismanhoveniers.com](https://www.huismanhoveniers.com/pennemes-1-2015/): <https://www.huismanhoveniers.com/pennemes-1-2015/>
- IVN. (2017, 03 20). *Daktuin geopend in Zaandam*. Opgehaald van [ned7.nl](https://ned7.nl/buurt/natuur-milieu/daktuin-geopend-in-zaandam): <https://ned7.nl/buurt/natuur-milieu/daktuin-geopend-in-zaandam>

- Jarott, S. E., & Gigliotti, C. M. (2010). Comparing Responses To Horticultural-Based and Traditional Activities in Dementia Care Programs. *American Journal Of Alzheimer Disease & Other Dementias*, 25(8), 657-665.
- Landsculpture. (sd). *NHS Dementia Garden*. Opgeroepen op 5 11, 2017, van landscapeculture.coluk: <http://www.landsculpture.co.uk/mrk-portfolio-app/2nd-portfolio-item>
- Leaver, R., & Wiseman, T. (2016). Garden visiting as a meaningful occupation for people in later life. *British journal of Occupational Therapy*, 79(12), 768-775.
- Lee, A., & Maheswaran, R. (2010). The health benefits of urban green spaces. *Journal of Public Health*, 33(2), 212-222.
- Milligan, C. G., & Bingley, A. (2004). Cultivating Health: Therapeutic landscapes and older people in northern England. *Social Science & Medicine*, 58, 1781-3793.
- Nilsson, K., Baines, C., & Konijnendijk, C. C. (2007). *Health and the Natural Outdoor*. Larnaca.
- Oguz, D., Cakci, I., Sivemli, G., Ozgur, & Sirin. (2010). Outdoor environment preferences in nursing homes. *Scientific Researchs and Essays*, 5(24), 3987-3993.
- Orr, N., Wagstaffe, A., Briscoe, S., & Ruth, G. (2016). How do older people describe their sensory experiences of the natural world? *BMC Geriatrics*.
- Ottosson, J., & Grahn, P. (2006, 10). Measures of Restoration in Geriatric Care Residences: The Influence of Nature on Elderly People's Power of Concentration , Blood Pressure and Pulse Rate. *Journal of Housing For The Elderly*, 19(3-4), 227-256.
- Poortvliet, M., Van Beek, A., De Boer, M., Gerritsen, D., & Wagner, C. (2006). *Het vastellen van kwaliteit van leven bij cliënten in de ouderenzorg*. Utrecht: Nivel.
- Rappe, E. (2005). *The influence of a green environment and horticultural activities on the subjective well-being of the elderly living in long-term care*. Helsinki: University Of Helsinki.
- Reumafonds. (sd). *Artrose*. Opgeroepen op 3 2, 2017, van reumafonds.nl: <http://www.reumafonds.nl/informatie-voor-doelgroepen/patienten/vormen-van-reuma/artrose/over-de-ziekte>
- Van Den Berg Jeths, A. T., Hoeymans, N., & Woittiez, I. (2004). *Ouderen nu en in de toekomst: Gezondheid verpleging en verzorging 2000-2020*. Bilthoven: RIVM.
- Van Den Berg, A. E., & Custers, M. H. (2010). Gardening promotes Neuroendocrine and Affective Restoration From Stress. *Journal of Health Psychology*.
- York, S. L. (2009). Residential design and outdoor area accessibility. *NeuroRehabilitation*, 25, 201-208.
- Zeisel, J., Silverstein, N. M., Hyde, J., Levkoff, S., Powell, L. M., & Holmes, W. (2003). Environmental Correlates to Behavioral Health Outcomes in Alzheimer's Special Care Units. *The Gerontologist*, 43(5), 697-711.
- Zorggroep Raalte. (2016). *'t Groene Hart Van Salland fysieke vergroening inventarisatie van ideeën*.
- Zorggroep Raalte. (2017). *Nulmeting koplopers Grijs Groen en Gelukkig*.

Mondelinge bronnen

- De Graaf, Rutger; Innovatiemanager Pennemes Zaandam, 27-2-2017, Zaandam
- Hendriks, Iris; Onderzoekster van VU, 9-3-2017 Amsterdam
- Smit, Henk; Initiatiefnemer Reigershoeve, 3-3-2017, Heemskerk
- Vijn, Marja; Projectmanager Zorggroep Raalte, 09-02-2017, Raalte
- Voshaar, José; Begeleidster dagopvang "De Boerderij, 4-5-2017 Raalte

Bijlagen

Bijlage 1 Interviews Bewoners

1 Bewoner Angeli Custodes, 14-03-2017

Wat doet u graag buiten?

“Ik wandel en fiets graag. Ik wandel dan ik naar Drostenkamp (wijk) en het park. En met de fiets ga ik richting familie. Dan hoor je de vogels en zie je de natuur”.

Doet u graag dingen samen buiten?

“Nee, het liefst fiets ik alleen en dan bij familie in Haarle op de koffie. Ja, wandelen doe ik wel eens samen maar dan met z'n tweeën. Als ik fiets heb ik graag een doel”.

Waar geniet u van als u buiten bent?

“De rust en het erop uitgaan. Je ziet de bloemen en het natuurschoon. De vogels die fluiten. Ik geniet eigenlijk van alles”.

Kwam u vroeger veel buiten?

“Nee eigenlijk niet, ik stond vooral in de keuken. Ja soms hielp ik wel mee in de tuin met schoffelen maar niet zo vaak. En ik vond dat ook niet perse leuk, nee”.

Vind u in beweging blijven belangrijk?

“Ja heel erg belangrijk. Zolang ik het nog kan fiets en wandel ik graag. Het liefst ga ik buiten bewegen”.

Wat vind u van de tuin?

“Ja heel mooi. Zeker nu alles begint uit te lopen en te bloeien. Zoals je nu al kan zien als je naar buiten kijkt. Hier voor “de rik” is het wel smal geworden. Maar de tuin is mooi. Ik ben zeer tevreden”.

2 Bewoner Angeli Custodes

“Ik vind de tuin zo mooi, zo prachtig om in te zitten”.

Wat doe u graag in de tuin?

“Ik kom in de tuin voor me rust. Ik geniet van de stilte. Hier binnen is altijd geluid. Ik vind het heerlijk zeker nu met het mooie weer”.

Waar geniet u van als u in de tuin komt?

“Ik hou van wandelen, maar dat kan ik nu niet zo goed meer. Maar ik zit ook graag in de tuin. Het liefst gelijk om één uur dan is er nog niemand. Dan is het zo lekker. Dan hoor en zie je de vogels. Ik heb thuis ook een verrekijker dan kan ik best ver de tuin in kijken. En naar de vogels kijken dat is zo mooi”.

Kom u graag samen met anderen in de tuin?

“Nee vaak alleen dan kan ik meer genieten van de rust. Niet met een te grote groep som met z’n tweeën of maximaal vier”.

Waar zit u het liefst in de tuin?

“Niet in de volle zon. Het liefst in de half zon. En dan zit ik daar graag 2 tot 4 uur. Heerlijk niemand om je heen. Ja niet dat ik niemand wil spreken hoor maar niet teveel”.

Vindt u in beweging blijven belangrijk?

“Daar hebben ze het altijd over op tv dat ouderen meer moeten bewegen en dan zeker voor de tv. Nou als ik tv kijk dan liever naar een natuurfilm. Maar ik kijk weinig tv hoor. Maar bewegen is belangrijk het gaat alleen steeds moeilijker”.

Haalt u ook herinneringen op in de tuin?

“Nee dat niet. Maar dat hoeft ook niet. Ik wil gewoon genieten van de tuin. Als je ziet dat alles weer uitloopt en de narcissen weer bloeien dat is toch hartstikke mooi”.

Kwam u vroeger vaak buiten?

“Nee ik werkte in de bejaardenzorg. Alleen af en toe om te wandelen”.

Wat zal er beter kunnen in de tuin?

“Het is allemaal goed en mooi. Er zijn voldoende zitplekken en zeker als de zitjes weer buiten staan. En ik heb natuurlijk me eigen stoel bij me (Mevrouw wijst op de rollator). Het zit misschien niet zo fijn maar het werkt wel. Er is veel groen en veel bloemen. Ook veel verschillende planten. De bloesem van de krentenboom is altijd zo mooi”.

Doet u ook mee aan activiteiten buiten?

“Nee ik hou meer van de rust. Er is genoeg hoor aan activiteiten zowel binnen als buiten. Maar ik hou meer van de rust. Maar ik het hier wel naar me zin hoor. Ik ben zeer tevreden er is veel te doen”.

3 Bewoner Angeli Custodes, 29-03

Komt u wel eens in de tuin van het zorgcentrum?

“Niet vaak. Als me kinderen er zijn. Ik zit in een rolstoel”.

Dus vooral met hulp van anderen?

“Ja met hulp van anderen”.

Wat vindt u leuk aan de tuin?

“De vogels en de rododendron die er staat. En zo’n boom die staat nu al zo mooi in bloei”.

Vooraf de bloemen vindt u mooi buiten?

“Ja die boom staat zo mooi in de bloei. Die naam, ik kan er niet opkomen. De ene kant van de tuin hadden ze van het jaar van die mooie zonnebloemen staan en daarvoor heel mooi pad kleinere bloemen. Zo’n pad met veel kleur en dan die lange zonnebloemen erachter. O dat was zo prachtig”.

Had u vroeger thuis ook veel bloemen in de tuin?

“Vroeger toen ik nog beter kon wel”.

Was u vaak buiten vroeger?

“Ja vaak”.

Was u vroeger ook veel in de tuin bezig?

“Ja ook, dan moest de boel mooi aangeharkt worden.

En dat vond u leuk om te doen?

“Ja”.

Deed u nog meer buiten in de tuin vroeger?

“Ja groente verbouwen”.

Vroeger verbouwde u uw eigen groente?

“Ja boerenkool en van alles. Allerlei soorten groenten achter de siertuin hadden wij een hele grote groentetuin”.

Kwam u verder vroeger nog buiten om bijvoorbeeld te wandelen of fietsen?

“Wel wandelen en veel gefietst heel veel tijd had je er ook niet voor. Dan moest je helpen melken of de melkbussen schuren. Dat die mooi glimmen”.

Vooraf aan het werk buiten vroeger?

“Ja werk”.

Als u in de tuin loopt haalt u ook herinneringen op van vroeger?

“Ja ik zie de tuin van vroeger nog zo voor me.”

Helpen de bloemen in de tuin hier omdat terug te halen?

“Ja omdat je het vroeger thuis ook had vooral de dahlia’s waren vroeger heel erg in trek. En ik heb hortensia’s gehad. Die heb ik van mijn moeder gekregen. Toen ben ik verhuisd naar Raalte en nu heb ik ze niet meer. Dat vindt ik zo jammer. Ik wil wel veel bloemen graag”.

Mist u nu iets in de tuin?

“Ach dan ben je druk met andere aan de praat”.

Dat vindt u ook wel gezellig?

“Ja”.

Zal u vaker naar buiten willen?

“Ja maar dat kan niet meer. Daar hebben mensen geen tijd voor. De zorg heeft geen tijd. En de kinderen ook niet. Als mijn dochter er is die wil die maar ja die heeft zelf ook een gezin. Zo gaat dat dan”.

Als u buiten komt voelt u zich dan ook vrij?

“Ja dan geniet je van de tuin he. “

Houdt u van de rust van de tuin of als het druk is?

“Ja allebei”.

De tuin vindt u zo wel mooi?

“Ja als die maar mooi aangelegd is. En gras en met de bloemen die grote de zonnebloemen met die kleine ervoor. Zo mooi. Zo heel mooi”.

Dus vooral veel bloemen?

Ja veel bloemen ja en gras als het maar mooi aangelegd is.

En de vogels in de volière wat vindt u daarvan?

Ja daar ga ik graag heen zo Prachtig. Om te luisteren en te kijken daar zitten zoveel soorten in. We hadden vroeger thuis ook een volière. Maar hier hebben ze veel mooiere en veel meer vogels.

Papegaaien en alles hebben ze hier zitten.

Wilt u verder nog iets toevoegen?

“Als er maar genoeg bankjes staan.”

In de zon of schaduw?

“Ligt aan het weer”.

4. Bewoonster Angeli Custodes, 29-03-2017

Komt u vaak in de tuin van het zorgcentrum?

“Als ik de kans heb en het goed weer is maak ik twee keer per dag een ronde door de tuin heen. Maar ik ben geen tuindeskundige. Ik heb levenslang in de verzorging gewerkt”.

Vroeger kwam u niet veel buiten?

“Nee. Ik werkte altijd binnen.”

Komt u zelfstandig buiten?

“Ja ik kom nog zelfstandig buiten.”

Waarom gaat u graag naar buiten?

“Frisse lucht lekker buiten zijn. Heerlijk. Buiten zijn, de lucht de bomen, alles. Als je nu het voorjaar ziet is prachtig om allemaal te bekijken. Fantastisch echt waar. Nee ik mag graag even naar buiten gaan. Ik kom niet uit deze contreien. Ik kom uit de kop Noord-Holland. Van bergen en Schoorl”.

Kwam u vroeger dan vaak bij zee?

“Ja, met schoolfeestjes met de hele bus. Op de duinen klimmen en langs het strand lopen was heerlijk natuurlijk. Aan ene de kant het vlakke west Friesland en aan de andere kant de duinen en de zee. Prachtige omgeving. En zo kom je hier je hebt je zorg en je eten en je drink. Maar de omgeving hier ken ik niet. Ik ben niet zo mobiel meer na die hersenoperatie wordt het toch minder”.

En u heeft hier nog mooi de gelegenheid om buiten te komen?

“Ja het is heerlijk om buiten te zijn. Als ik nu naar buiten kijk en alles wat erop komt. Wat begint te groeien en bloeien. Als je voor de rik bent daar zie je die hele grote boom volop in bloei staan dat is prachtig (magnolia). Het is een hele mooie omgeving hier. In vergelijking met Noord-Holland is het hier zo ruim . In Noord Holland is alles bebouwd. Hier heb je nog ruimte. Je ziet hele stukken landerijen, mooi. Heel mooi”.

Als u buiten komt, komt u dan voor de rust of gaat u naar buiten om te kletsen?

“Ik ben niet zo’n kletser. Ik ben een stille dove geworden. Ik praat niet zoveel meer. Dat gaat vanzelf. Je trekt je toch wat terug”.

Dus toch wat meer voor u rust?

“Rust, de vrijheid, de blijde natuur en de schoonheid van de natuur”.

Als u buiten bent heeft u dan ook een specifiek doel in de tuin zoals de volière?

“Ja, de volière loop ik wel naar toe. Vind ik mooi die vogels. Als ik naar buiten ben. Buiten is voor mij heel mooi. De blauwe luchten. Het weer soms regen, storm dan zon”.

Gaat u ook ergens zitten om van de tuin te genieten?

“Als het mogelijk was. Je kunt hier bijna niet zitten. Ik ga op me rollator zitten. Want een bankje is er niet. Heel jammer dat er niet genoeg bankjes zijn want er lopen hier nogal wat oudere mensen. En kijk maar eens rond hoeveel bankjes je ziet. Het zijn er niet veel. Ik ben blij met mijn karretje daar ga ik dan zo wel eens op zitten”.

Meer bankjes zou dus fijner zijn?

“Ja, ik vind het heel waardevol voor mensen. Dat je niet altijd tussen de mensen in hoeft te zitten met altijd gepraat en gedoe om je heen. Het hoeft ook niet”.

Liever wat rustiger zitten in de zon of de schaduw?

“Nou ik ben niet zo’n zonzonbidster. Nee. Gewoon lekker buiten zijn is vol mij voldoende. Ik hoef niet speciaal in de zon te zitten. Ik ben geen zonzonbidster”.

Ook nooit geweest?

“Daar had je toch helemaal geen tijd voor. Als je even buiten zat en er stond een bankje dan ging je even zitten. Waar of dat bankje stond deed er dan niet toe. Maar ik ben gewoon een buitenkind”.

Vind u het ook fijn dat u doordat u buiten komt kan blijven bewegen?

“Ja heel fijn”.

Helpt buiten bewegen om fit te blijven?

“Ja in de tuin. Het gaat mij niet om de ruimte die ik nodig heb maar lekker buiten zijn”

5. Bewoner Angeli Custodes, 30-03-2017

Komt u weleens buiten in de tuin van het zorgcentrum?

“Ja heel vaak loop ik er door met mijn man”.

Gaat u altijd samen met anderen naar de tuin?

“Ja altijd samen. Ik zit dan in een rolstoel he”.

Waarom gaat u naar de tuin?

“Ja buiten zijn is zo mooi.

Had u zelf ook een tuin

“Jawel hadden thuis een mooie tuin met veel bloemen en ook groente”.

Onderhield u zelf de tuin?

“Ja zelf met mijn man samen”.

Vond u dat leuk?

“Ja zeer leuk om te doen”.

Waar gaat u graag heen in de tuin?

“Ik ga altijd naar de vogels. Dat is leuk om naar te kijken en te luisteren”.

Gaat u naar de tuin voor de rust of gezellige met andere mensen?

“Ja graag met andere mensen. Vaker met mensen dan kletsen dan alleen voor de rust”.

Waar kijkt u naar als u buiten bent?

“Naar de rododendron. Hoe ver die is.

Kijkt u graag naar de bloemen”?

“Ja altijd heel mooi. Veel mooie kleuren”.

Haalt u herinneringen op in de tuin?

“Ja ook wel. Het doet me denk aan me eigen tuin”.

Verbouwde u vroeger ook zelf groente?

“Ja”.

Vond u dit ook leuk?

“Ja ook leuk vooral boontjes plukken. Ik was vroeger veel in de tuin”.

Zal u nog willen tuinieren?

“Ja als het nog kon. Maar dat kan niet meer”.

Kijk u ook graag naar de natuur als u buiten bent?

“Ja vooral de zon. Ik hou van de zon”.

Zit u ook graag in de zon?

“Ja maar niet te lang anders verbrand je zo erg”.

Hoe vaak komt u in de tuin?

“Ja elke week minimaal”.

Waarom?

“Vooral om te genieten van de bloemen en de vogels”.

Mist u iets in de tuin.

“Nee niets”.

Vind u de tuin nu mooi?

“Jawel. Maar er zijn geen rozen. Die zou ik wel willen”.

Had u vroeger rozen in de tuin?

“Ja vroeger had ik zelf rozen. Ik woonde met mijn man op de Beukenhof. Maar ik moest hier naartoe. De Beukenhof had een hele grote tuin met veel rozen. Mijn man zet daar nu ook de dahlia's weer in de grond. Die rozen zijn ook zo mooi om te plukken en dan voor op de vaas”.

6. Bewoner Angeli Custodes, 30-3-2017

Komt u weleens in de tuin van het zorgcentrum?

“Ja”.

Komt u daar alleen ?

“Meestal met begeleiding”.

Waarom komt u in de tuin?

“Voor de ruimte en om te genieten van bloemen en struiken”.

Kwam u vroeger ook vaak buiten?

“Ja, ik woonde op de boerderij”.

Wat deed u dan buiten?

“Ik was vaak in de tuin. Om te tuinieren. We hadden een bloementuin en groentetuin. En dan maakt je die groente in”.

Vond u dat leuk om te doen?

“Ja ontzettend leuk.”.

Wat doet u nu in de tuin?

“Vooral wandelen in de rolstoel dan he”

Waar kijkt u dan naar als u buiten bent?

“De bloemen en de vogels”.

Wat geeft het voor gevoel om buiten te zijn?

“Een gevoel van vrijheid”.

Zal u vaker naar buiten willen gaan?

“Ja graag”.

Wat houdt u tegen?

“Er zijn mensen voor nodig. En die zijn er niet nee”.

Wat vindt u mooi aan de tuin?

“Het vrij zijn. Ik geniet van alles”.

Als u in de tuin bent mist u dan iets?

“Nee”.

Haalt u ook herinnering op aan de tuin?

“Ja. Ik was vroeger op de boerderij veel buiten. Alles doet me aan de boerderij denken. Alles wat leeft”.

7. Bewoonster Angeli Custodes, 30-03-2017

Komt u wel eens buiten in de tuin?

“Ja nou niet zo veel meer”.

Komt u samen met andere in de tuin?

“Ja met andere mensen ik heb hulp nodig”.

Wat doet u als u in de tuin bent?

“Ja komen kijken”.

Naar de bloemen?

“Ja mooi om naar te kijken”.

En de volière?

“Ja juist.”

Kwam u vroeger veel buiten?

“Nee, ja”

Had u thuis een tuin?

“Ja.”

Met bloemen of ook groente verbouwen?

“Ja voor de mooi”.

Tuinierde u zelf?

“Ja”

Vind u de tuin mooi?

“Nee niet zo”

Mist u iets in de tuin?

“Komen kijken”

Zal u vaker naar buiten willen?

“Ja komen kijken”.

Zijn er mensen genoeg om naar buiten te gaan?

“Nee. Ja juist wel”.

Mist u wat aan de tuin

“Ja juist komen Kijken”.

(Gedurende het interview heeft de geïnterviewde steeds meer moeite om uit haar woorden te komen. De antwoorden worden steeds beperkt (ja, juist, komen kijken).

8. Bewoner Angeli Custodes, 29-01-2017

Ik kom een interview doen over de tuin?

“Ik ben helemaal niet van de tuin. Ik hou niet van potten en planten. Ik vindt dat zelf doen helemaal niks. Heb ik ook nooit gedaan”.

Had u vroeger een tuin thuis?

“Ja ik kom van de boerderij. Daar hadden we dan drie tegels. En daar tussen 3 soorten rosé rozen en groente en aardappels meer niet. Alleen op tafel planten echt en neppe afgewisseld.

Die rozen vond ik wel mooi. Die stonden er al. Maar ik heb nooit zelf wat gepland. Ja ooit 12 afrikaantjes en dat werd helemaal niks”.

Wat vind u mooi aan de tuin?

“Bloemen. Vind ik wel heel mooi zelfs. Als ik wandel is het om van te genieten. Maar niet zelf planten he”.

Komt u wel eens in de tuin?

“Ja met de rollator over de paden. En dan ga ik op bankje zitten naar de bloemen kijken en genieten. Maar niet planten he. En ook niet plukken maar weleens geplukt hoor. Voor de kamer dan he in de vaas. Ja ik heb wel vaak geplukt en dan op tafel gezet voor de visite. Niet elke keer hoor of om weg te geven. Maar geniet graag op bankje van de mooie bloemen. Bij de Mariagrot staan ook hele mooie bloemen in het perkje. In de kapel staan ook mooie bloemen nu maar die zijn niet hier geplukt. Die komen van buiten. Er is nu weinig te plukken”.

En wat vindt u mooi in de tuin?

“Ja genieten van de bloemen en de rododendron is zo mooi. Die pluk ik ook wel eens voor op de vaas. Ik heb graag bloemen voor de ramen. Ik vind het nu wel zonde hoor als je buiten bent. Er staat nu niet veel. Dan wordt alles losgehaald en krijg je kale stukjes dat is zo jammer”.

Gaat u vaak samen of alleen naar de tuin?

“Alleen maar ook wel samen. Zoals zondag zijn we naar Drostenkamp gegaan. Met twee rolstoelen en twee mensen om te duwen en ik met mijn rollator. Soms gaan we wel met een groep van ongeveer tien mensen. Maar je moet wel mensen hebben om rolstoelen te duwen. En dan wandelen we daar langs het water. De tuin loop je dan gewoon even door. Maar bij het water komen de eenden en zo op je af. Dat is zo leuk. Je hebt daar minder bloemen maar dat water is leuk en het is er altijd druk.”.

Mist u iets in de tuin?

“Nee, vroeger hadden we ook geen bloementuin. Nu zijn het voor jullie allemaal mooie tijden. Maar dat hadden we niet. Alleen groente en fruit en veel vruchten alle kleuren bessen. Ja en rozen dan. Maar je ging niet in de tuin zitten daar was geen tijd voor. Maar bij sommige mensen groeit ook alles door elkaar. Wildgroei dat ziet er dan niet uit. Maar als je naar gaat dat er uit zo'n zaadje iets kan groeien en bloeien. Dat is toch mooi heel mooi Dat dat kan. Was dat het want ik moet nog wel naar buiten hoor. Ben toch een buitenmens hé. En het is zo mooi buiten met het mooie weer. En het is ook gezond.

9 Bewoner van Angeli Custodes, 29-01-2017

Ik kom een interview doen over de tuin.

“O daar weet ik niet zoveel van hoor. Maar de zonnebloemen van vorig jaar vond ik heel mooi. Die waren zelf geplant vorig jaar echt wel heel mooi. Met begonia’s daarbij en dahlia’s zijn ook zo mooi.

Hield u vroeger van tuinieren?

“Vroeger zat ik soort van opgesloten. Ik kwam niet veel buiten. En nu weet je ook niet wat er nou in de tuin past”.

Wat vindt u dan mooi aan een tuin?

“Ja rozen zijn heel mooi. Veel verschillende soorten”.

Komt u weleens in de tuin?

“Ja ik loop er vaak. Ik hou van de vrijheid en dat het open ligt. Ik woon hier nu zes jaar en voor de tijd. Voor de nieuwbouw (van De Schepeer) hadden we twee a drie perken extra voor de zusters om te plukken. Dat waren dan vierkante perken om in te plukken voor de bewoners. En om het dan netjes te houden natuurlijk. Daar is het voor. Ik vind het jammer dat er nu weinig te plukken is. Ja die nieuwe strook mag je ook uit plukken. Maar ik vind dat zo zonde. Het is een mooi uitzicht voor bewoners (van De Scheper) vanaf hun veranda’s. En de één doet dat netjes maar niet iedereen. Zo zijn mensen. Dus dan wordt het minder mooi. Aan de buitenkant uit het zicht een pluktuin zal ik fijner vinden. Dan dat het mooie uitzicht geplukt wordt”.

Waar geniet u van in de tuin?

“De bloemen en de planten. Langs de grot is ook zo mooi groen. Dat bloeit dan niet maar groen is ook mooi. Staan veel mooie grote struiken. Maar het zijn er wel genoeg hoor het is daar wel vol.”

Gaat u graag samen naar de tuin of alleen?

“Soms ook wel samen met twee of drie soms ook alleen”.

Mist u iets in de tuin?

“Nee vroeger hadden we dat ook niet he een tuin. Daar was geen geld voor. Je moest dertien monden voeden. Nu zie je zulke mooie tuinen maar ja (maakt gebaar dat het veel geld kost). Maar vaak alles door elkaar en geen structuur. Ik vind die bloemen zo mooi ook bij de grot. Dat er dan bloemen op de grot groeien. Hoe kan dat denk je dan? Hoe overleeft dat de winter. Ben je er al geweest zo mooi bij die grot “.

Vindt u het belangrijk om te bewegen?

“Ja voor de gezondheid is het lekker en ook de ruimte en de buitenlucht. Ik weet niet veel van planten hoor. Ik was al bang dat je een lijst met planten van me wou. En eigenlijk is elke plant mooi. En sommige kleuren denk je dat is niet mooi. Paars is toch een droevige kleur maar als je dat ergens tussen zet met verschillende kleuren is het wel mooi”.

En Jasmijn zo heet het volgens mij is ook zo mooi. Ik heb vroeger bij de Bron gewoond. Daar stond jasmijn met de witte bloemen. Wel in combinatie met andere planten he. Das erg mooi.

En als je dit nu ziet (wijst naar buiten bij de Rik). Ook zo mooi. Die boom (magnolia) alleen die is wel vroeg uitgebloeid. Maar die knoppen zijn ook mooi he, En als ik dat dan pluk en op de vaas zet. Is dat wel mooi hoor. Maar ook snel uitgebloeid. Maar allerlei kleuren dat is zo mooi. Alleen cactussen vind ik niet zo mooi. Daar zit zo weinig leven in. Maar narcissen die vind ik dan wel weer heel mooi. En als ik naar familie ga dan zie je ook zulke mooie dingen buiten he. De krokussen in Amersfoort zijn zo mooi. paars en roze en dan ook op de helling. Vanuit de taxi kan ik dan heel mooi genieten. En naar Hengelo de heide in het wit maar ook andere soorten zo mooi. Vanuit de taxi kun je echt heerlijk genieten. Je ziet ook altijd van die niet afgemaaide dingen. Wild overblijfsels. Ook zo mooi. Vroeger werd alles afgemaaid maar doen ze niet meer voor de schoonheid”.

10 Interview met bewoner Angeli Custodes 29-01-2017

Maakt u wel eens gebruik van de tuin?

“Jawel”.

Komt u alleen of met anderen in de tuin?

“Met anderen. Dat kan ik niet meer alleen”.

Kwam u vroeger veel buiten?

“Ja altijd. Ik heb altijd een boerderij in Raalte gedaan.”.

Wat deed u dan buiten?

“Ile voorkomende werkzaamheden op de boerderij. Ik ben echt opgegroeid met het buitenleven. Je was gewoon altijd buiten. Ja je bent er mee opgegroeid met buiten zijn”.

Wat vindt u van de tuin hier?

“Ja mooi maar je moet je er op instellen. Het is niet meer de boerderij”.

Wat vindt u mooi aan de tuin?

“Ja nou ja bloemen zijn wel mooi. Vroeger was dat natuurlijk heel vaak de vrouwen die dat deden”.

Wat vindt u fijn aan buiten zijn?

“De frisse lucht is vooral fijn. Dat wil je eigenlijk dagelijks. Vroeger leefde je dagelijks in de frisse lucht”.

Houdt u ook herinneringen op in de tuin?

“Ja. Vooral bij het mooie weer verlang je terug naar de boerderij. Maar ja dat kan niet meer. Vroeger was de boerderij het belangrijkste. De boerderij stond op één niet de tuin”.

Houdt u van rust of gezelschap in de tuin?

“Nou ja wat moet ik daar op zeggen. Van beide wel. Rust is voornaam ding hier. Binnen en buiten dat is zo en blijft zo.. Maar veel mensen zijn altijd aan het klagen. Dat is zo nou dat kan ik wel missen”.

Maar ja zo is het leven. Het is een heel verschil met vijftig jaar geleden. Het voornaamste was altijd de boerderij. Als je de aan begint blijft het bestaan totdat je het niet meer kan. En ja dat wat altijd nummer één “.

11 Bewoner van Angeli Custodes

Ik kom een interview doen over de tuin.

“Ja daar kan ik niks over zeggen hoor. Ik kom niet veel buiten. Ik kan maar een klein stuk zien en dat alleen gras”.

U komt ook niet met anderen buiten?

“Ja dat wel maar alleen niet dat kan ik niet meer”.

Wat vindt u van het uitzicht uit raam?

“Ja de staat een grote bloem voor (kamerplant) en verder is het alleen maar gras. Ja op dat gras ben je snel uitgekeken. Vroeger keek ik altijd op bloemen”.

Als u buiten komt wat vindt u daar fijn aan?

“Ja gewoon buiten zijn. Kijk dit gebouw was een ziekenhuis en daar moest toen een tuin worden aangelegd. Dus vandaar”.

Wat vind u mooi aan de tuin?

“Nou ja bloemen zijn altijd mooier dan gras”.

Als u buiten komt waar geniet u dan van?

“Dat is wel fijn. Van de frisse lucht. Ik ben gisteren buiten geweest met mijn dochter. Die heeft een rondje met me gelopen rondom het ziekenhuis. Daardoor kreeg ik een goed zicht op het ziekenhuis. Bleek ik helemaal aan de andere kant te zitten van het gebouw dan ik dacht. En ik vindt het ook lekker om 's middags buiten in de zon te zitten”.

Kwam u vroeger veel buiten ?

“Ja. Ik deed zelf altijd de tuin. We hadden ook een groentetuin. Ik ben altijd al buiten sinds de kindertijd. Je liep en fietste naar school dus was je altijd buiten”.

Vond u het fijn om veel buiten te zijn?

“Ja dat was gewoon zo. Je was altijd buiten. Vanuit school moest je thuis helpen en dat was vaak buiten”.

Zal u vaker buiten willen komen?

“Ja natuurlijk. Maar ja de kinderen werken en zijn ook niet genoeg handen. Ze doen het hartstikke goed hoor. Maar er is gewoon tijd te kort”.

Als u naar buiten gaat, gaat u dan ook naar een specifieke plek zoals de volière?

“Nee ik wist niet eens dat dat er was. Mijn dochter heeft mijn meegenomen rondom het gebouw. Maar vroeger hadden we ook niet de tijd om rond te kijken. Op de boerderij was het werken. Ja we waren altijd druk bezig. Zo was het vroeger. Lopend naar huis en dan op de boerderij werken”.

Zal u willen dat de tuin u aan de boerderij herinnerde?

“Nee dat hoeft ook weer niet. Toen kon ik ook nog meer bewegen. Dat was een andere wereld. Nu ben ik nu eenmaal van anderen afhankelijk”.

Had u vroeger ook bloemen in de tuin?

“Nee niet aangelegd de tuin was vooral voor groente. Om het huis stonden wat haagjes en een paar struiken. En dahlia's die hadden we vroeger”.

Zal u bloemen zoals dahlia's graag in de tuin zien?

“Och nee ik heb niet echt een voorkeur. Bij de boeren hadden ze vroeger ook veel geraniums”.

Wat doet u graag buiten?

“Ik zit graag buiten met een kop koffie in de zon. Zolang het maar niet te scherpe zon is. Lekker rustig buiten zitten. Maar niet in de tocht”.

Houdt u van de rust als u buiten bent?

“Nee ik heb liever mensen om me heen. Ben hier op de kamer ook al veel allen. Meer mensen is toch leuker. Liever wat mensen om wat mee te praten. Ik ben geen stille genietter”.

Als het kon zal u dan vaker buiten willen zitten?

“Ja. Als het weer goed is het je gaat niet voor je plezier in de regen zitten”.

En als u buiten zit waar kijk u dan graag naar?

“Ja naar het uitzicht. Langsrijdende auto's en fietsers. Wat beweging. Kijk ik zit stil als ik dan de hele tijd naar de tuin of bloemen kijkt dat heb je het snel gezien. Natuurlijk vind ik bloemen wel mooi maar je bent snel uitgekeken”.

Als u buiten bent mist u dan iets?

“Ik zal graag meer van de omgeving zien maar ja dat lukt niet meer. Ik had ook zo'n oude rolstoel. Ik heb gelukkig nu een nieuwe stoel. Hopelijk kan ik dan wat verder buiten komen.”.

12 Bewoners van de Scheper, 4-4-2017

Ik kom een interview doen over de tuin

“Ja die is zo mooi dat uitzicht daar hebben we het voor gekozen

Gaat het over alles van de tuin. Want die verlichting is niet fijn. Kijk er gaan niet veel mensen meer 's avonds naar buiten maar wij zijn nog te goed. Heel veel mensen die bezoek komen hebben daar ook last van. Bij de ingang hier buiten hebben ze ook niks afgewerkt. Ze hebben die boompjes er neer gezegd. Daar is er dan één dood gegaan. Daar wordt dan niet meer naar gekeken. Dus daar is ook geen nieuwe voor ingekomen die staat er nog. Die staat langs dat kleine paadje. Hier was alles kaar. Daar zetten ze een heg omheen. Dan hebben de bewoners het zelf daar helemaal aangelegd. En dat zand kwam tegen de ramen aan. Bij een regenbui zit alles eronder. Die kleine lampjes aan de paal waren eerst alleen plat in de grond. Iedere regenbui zat het onder zand. Nou hebben ze er paaltjes onder gemaakt. Dat zijn ook waardeloze dingen die zitten met een paar schroeven aan de tegels. Blijft wel staan maar daarentegen bij de parkeerplaats worden die dingen de hele tijd omgereden. Die dingen heb je 's avonds geen licht van. Laatst was het licht kapot nou ja dat kan gebeuren met die bouw daar. Toen was het hartstikke donker. Toen hebben ze nog wat kerstverlichting langs de heg gedaan. Maar ik heb liever daar één fatsoenlijk lamp. Een grote lamp. Maar die gaat pas aan bij het gebouw komt. Het is te weinig. De is wel sfeerverlichting maar wij ouderen zijn wat praktischer. Dat mag ik ook wel. Precies als hierbinnen in het gebouw he. Ze hebben het gebouw gemaakt en op de hoogte van de muur daarginds zit een stuk open aan beide kanten. Daar tocht het doorheen. Dat is heel onhandig. In mijn eigen ogen als ze dit ding gebouwd hadden, had die opening bovenin moeten zitten. Kan alles weg en dan kan ook het ongedierte weg. En nou is het pas nieuw. Maar anders komt al het ongedierte binnen en dat gaat dan boven er komt er niet uit. Maar ik vind dat erg want winterdag is het daar net zo koud als buiten. Ik heb toen gezegd als je er nou kleppen op doet maar dat mag niet van de brandweer. In Lemelerveld hadden ze er ook last van doen ze er dat hele fijne gaas langs. Dan waait er alles er nog in. Dat zijn allemaal van die dingen. Hier buiten ook. Daar heb ik niks mee gedaan. Heel veel zando nder. Maar als er iets in moet dan moeten de bewoners dat doen. Ze wouden het dan betalen eerst hadden ze het over spreiden over tien jaar ofzo uitsmeren. Dat de verhoging van de onkosten. Kijk nu lijkt het nog een beetje netjes. Das een man die doet ontzettend veel aan. Die houdt het bij. Die heeft toch die andere jonge n(tuinmannen) gezegd dat hou ik bij daar blijven jullie vanaf. Want ja die mensen weten niet of het een plant of onkruid is. Maar goed ze zijn bezig ze doen het goed. Kun je niks van zeggen.

Ik zal het mooi vinden als in het gras bollen kwam zo in het voorjaar. Wat meer bloemen maar dan moeten ze het niet direct maaien. Kijk die jongens vinden het mooi maar iedere keer direct met die hakmachine er gelijk overheen te rijden. Maar goed dat moet je in het voorjaar niet doen dan. Nou en dan heb je die strook vaste planten. En dat pad is ruim over. Een beetje paar bloeiende struiken zal mooi zijn.”.

Wat meer bloemen eigenlijk?

“Ja dat zal wat zijn. Maar verder is er niets van te zeggen. Verder vind ik het prima”.

Komt u veel in de tuin?

“Ja we wandelen wel in de tuin maar meestal loop ik naar de vijver. Daar achter ligt een vijver. Een grote vijver. Voor die andere mensen is het wel mooi. Die van de dagbesteding lopen hier elke dag. Ja er komen ook vreemden die erdoor heen wandelen. Het is heel mooi. Ik heb altijd gezegd toen ik hier kwam. Ik wil niet aan de andere kant van De Scheper wonen. Ik heb lang genoeg tegen de stenen van de burens aangekeken. Dus ik wil nu de tuin zien. Maar goed wij kunnen ons nog goed verplaatsen. Kijk en die mensen die dat niet kunnen die zitten heel veel hier buiten op de bank”.

Als u buiten komt doet u dat met een doel ?

“Ja ik moet in beweging blijven. Want ik heb katheter in de buik gekregen. En daar heb ik heel veel mee gemarteld in die tijd. En mijn vrouw die kon niet meer fietsen. Die is de kracht in de been kwijt. Voor die tijd gingen we veel fietsen. Heino, 60 km. Maar dat kan niet meer. Maar kijk nu lopen we weer meer”.

Vind u het dan mooi ..?

“Ja we zijn hier niet voor niks naar toe gegaan. Maar vaak vindt ik het hier prima”.

Als u na buiten komt kijkt u dan vaak naar de natuur?

“Ja ik ben een natuurmens van vroeger uit. Ik kom van buitenaf”.

U was vroeger veel buiten?

“Ja ik ben jaren in dienst van een aannemer van de sporen geweest. Ja dan kwam je het hele land door aan de sporen. Allemaal buiten de baan hoofdzakelijk. Maar je liep de hele lijn”.

Vond u het fijn om buiten te werken?

“Ja dag en nacht. Ik heb veel nachtdienst gehad. Het was veel 's nachts werken buiten. Ja prachtig als een uur of 3 licht werd en de vogeltjes kwamen voor de dag”.

Dan kon u de natuur goed beleven?

“Ja. Ik kom ook buitenaf bij Heino vandaan. Voor het trouwen tegen het dorp aan gewoond. Maar goed woning verkocht en toen hierheen gegaan. Maar ik heb daarginds nog een garage staan. Dus daar kan ik naar toe. Toch wat afleiding”.

Als u buiten komt houdt u er dan van om koffie te drinken of te kletsen om met anderen?

“Koffie niet nee”.

Maar wel graag mensen om u heen?

“Ja”.

Vindt u het fijn dat u in de tuin mensen spreekt

“Ja als ik bij de vijver loop. Heb ik daar helemaal geen moeite mee. Ik spreek bij de vijver met van die buitenlandse jongens op de bank dan gaan ik daar bij zitten. Dan spreek je weer andere mensen”.

Vindt u de vijver zelf ook mooi?

“Ja heel mooi. Goed er wordt wel eens rommel gemaakt maar de gemeente ruimt het wel weer op”.

Iets van een waterpartij in de tuin zal mooi zijn?

“Ja dat weet ik niet hoeft van mij niet. Maar die andere mensen die alle dagen gaan wandelen. Misschien dat die het mooi vinden. Ik vind die volière wel heel mooi. Dat is wel een leuke afleiding. Maar daar zijn weer anderen die er anders over denken. Er zitten nog papegaaien in Eerst aan deze kant die klaagden over dat ze in de ochtend schreeuwen dus die dingen moesten weg naar de achterkant. En nu hoor je ze niet zo veel. Ja dat vind ik jammer. Maar ja iedereen is niet hetzelfde. Maar heb ik wel gemerkt dat je werkt aan een algeheel idee.

Ja ideeën dat hebben de mensen hier wel. Ook ideeën voor de directe omgeving. Maar dan komt altijd ook de financiën kant kijken. Daar haakt het altijd op af”.

Als u in de tuin loopt mist u dan iets?

“Ik zal het in het gras wel mooi vinden als er bollen in staan”.

Zodat het gazon kleur krijgt?

“Ja dat lijkt me wat. En een paar bloeiende struiken. Ja voor die tijd stonden er van die vlinderstruik en nog een paar struiken. Die zijn er uitgehaald toen”.

De plukstrook zelf maakt u daar gebruik van?

“Ja ik weinig maar goed afgelopen jaar was ook geen pluktuin meer. Allemaal eenjarig spul en dat kan ook. Als ze er vaste planten in doen heb je er minder werk mee. Maar die mensen doen het prima. Ondanks alles. Ze weten niet wat planten zijn en wat onkruid. Maar ze doen hun beste. Het is een mooie besteding voor hun. Ja je mist de tuinman die had een schuifblad voor de winter het sneeuw weg. Nu moeten de bewoners dat zelf doen. Het schuifblad ligt er maar de machine is nu weg. Dan moet je het met de hand doen. Ze zegt het maar zo dat moet je in een huurwoning ook doen. Het is mooi dat je dan nog een paar mensen hebt die dat kunnen. Je hebt hier de oude tuinman van vroeger die doet ontzettend veel nog. Die kun je hier helemaal niet missen. Daar heb je ontzettend veel aan. Kijk je had hier ook geen container voor het plastic afval. Dus direct gebeld naar gemeente. Ja kon allemaal in de grijze container maar moeten wij dan dure tarief betalen voor plastic. Je wil de boel gescheiden. Toen hebben we containers gekregen. Ja die oude tuinman moet er dan voor zorgen dat de een lege staat. En hij zet ze netjes aan de weg. Kan allemaal wel maar de kan ook een tijd komen dat ze er niet meer kunnen”.

13 Bewoner De Scheper, 4-4-2017

Komt u hier weleens in de tuin?

“Ja elke dag”.

Waarom komt u in de tuin?

“Omdat ik in beweging moet blijven en lopen moet en ik vind het ook mooi”.

In beweging blijven is voor u heel belangrijk?

“Ja je moet toch beetje fit blijven”.

En u wandelt dan graag in de tuin?

“Ja ik loop dan hier rond en gisteren ben ik nog bij de vijvers geweest. Dat doe ik dan wel met de rollator want ik loop niet zo goed”.

Wat vindt u mooi aan de tuin?

“Ja alles. Er groeit bloeit vooral nu in het voorjaar komt alles mooi uit de grond prachtig”.

U houdt vooral van de plant en de bloemen?

“Ja ik heb altijd een tuin gehad. Vroeger dus”.

Onderhield u zelf de tuin?

“Ja dat deed ik zelf Mijn man hielp wel mee met zware dingen in de grond zetten. Maar ik zocht alles altijd uit. Maar hij had ook nog een groentetuin dus”.

U heeft dus zowel een groente als bloementuin gehad?

“Ja”.

Vond u het leuk om in de tuin te werken?

“Ja prachtig. Ik wou dat ik het nog kon”.

Want dat lukt nu niet meer?

“Tenminste niet. Op hoogte misschien maar krom staan en alles dat lukt niet”.

Eventueel op hoogte zal u nog wel weer willen tuinieren?

“Ja tuurlijk. Ik heb wel een paar takjes weet je wel. Vind ik prachtig. Maar ineens willen de bloemen heel slecht. Komt door de airco. Bepaalde planten doen het wel. Die hortensia heb ik ook voor twee dagen geleden neergezet. Maar ja als het mooi weer is heb je de deur open staan of de airco aan staan. En dan lukt het weer niet”.

Als u hier buiten loopt wat vindt u dan van de bloemen?

“Nou zo gauw als het begint te vriezen zijn de bloemen hier weg. Dat waren eenjarige planten die hier stonden. Nou dan zijn ze bevroren en dan heb je tot nu nog niks staan. Ik zal het best mooi vinden als daar bepaalde planten bijzaten die blijven staan. Vooral mooie snijbloemen dat hebben ze ook graag. Vooral de zusters. Maar ja van het hele gebouw is bijna niemand die het kan bijhouden. En die mensen die het bijhouden daar moet je wel bijstaan anders schoffelen die alles af hoor. Hebben ze vorig jaar ook gedaan. Die moeten echter onder begeleiding. Bij snijbloemen hoeven ze helemaal niet te werken hoor dat gaat mis dan. Iemand had er nog wat dahlia's ingezet maar ja als je die eraf plukken en een paar keer weer gaan bloeien zeg je ook niet ik pluk ze er zo weer af. Dan is de tuin niet meer mooi als ze dat allemaal doen dat kan ook niet. Of ze het weer doen weet ik ook niet en wie dat dan moet verzorgen. Vorig jaar zijn er eenjarige planten ingezet. Maar ook aan de voorkant dat is alleen maar gras. Kijk die mensen willen ook graag mooi perken voor hebben. Of zoiets. Dan hoeft t daar geen pluktuin te worden. Dat is mooier voor achter. Maar een mooie rozentuin met rozen perken is prachtig.

Had u vroeger zelf ook rozen?

“Ja van alles”.

U had wel een grote tuin vroeger?

“Nou ja groot, voor en achter het huis. En de groentetuin dan wat verder van het huis”.

Als u wandelt, gaat u dan naar een specifieke plek of doel?

“Nou even naar de vogels. Dat is leuk. Daar zitten ook papegaaien in. Als ik er dan kom, Ik denk dat die me al kent. Omdat ik zo vaak langs loop. En dan zeg je hallo en dan zegt ie niks. Maar zodra ik wegloopt roept die me naar. Alleen nou is er weer een vogel. Die begint om half zes. Gisteren was het half zes vanochtend om zes uur. Ja gekrijs, niet mooi lawaai, heel erg. Een tijd geleden was die er ook. Toen heeft ook iemand er wat van gezegd. Toen hebben ze hem eruit gehaald. Maar hij is er nou weer. Nou ja of het dezelfde is dat weet ik niet. Dus daar wordt wel weer commentaar op gegeven. Gisteren hoorde ik al de buurman ook al zeggen die vogel krijst ook weer. Ik ga 's nachts het bed uit en dan doe ik de ramen dicht. Alleen voor die vogel. Dat is niet meer leuk”.

Maakt u ook gebruik van de pluktuin?

“Ja maar weinig. Er was weinig pluktuin vorig jaar. Er stond weinig in zodra je het één dag op de vaas zet was het weg. Het waren haast geen echte plukbloemen”.

Als u buiten loopt doet u dat graag alleen of met andere mensen?

“Ik loop ook wel als er wat mensen zitten. Naar de tuin als er dan mensen op het bankje zitten ga je erbij zitten. Dan heb je er zo twee drie bij je”.

Dat vindt u wel gezellig?

“Ja wel gezellig. We hebben hier voor de middag de zon niet. Nou tegen half elf uur gaan er al wel wat in de zon zitten. Daar aan de voorkant staat één bankje. Daar kun je heel mooi zitten hoor”.

U vindt het wel lekker om bij mooi weer buiten te zitten?

“Ja maar hier is de zon pas in de middag om half vier dat laat he. Dan kun je er wel zitten tot acht uur. Als de zon er is dat wel weer”.

Als u in de tuin loopt mist u dan nog iets?

“Nou ja, er zijn helemaal geen planten die bloeien. Maar ja wordt straks allemaal wel weer mooi. En het kan natuurlijk niet allemaal bloem zijn want wie moet dat dan onderhouden. Dat kan niemand meer. Eén meneer die doet wel veel. Hier vooraan hebben we ook met elkaar. Met 4 of 5 personen de bloemen uitgezocht. Vroeger had zijn vader een tuinbedrijf maar daar is die met 18 jaar vertrokken. Hij heeft er nooit meer gewerkt. Dus die moet ook alles uit de boeken halen als ie de planten wil verzorgen. Paar mooi struikjes die iets hoger komen zal ook mooi zijn. Wat vaste planten zodat je in de winter ook wat hebt staan. Dat zal ik heel mooi vinden. Maar wat dat wordt. Dat moeten ze misschien aan de tuinder overlaten wat het beste is”.

Wat vind u het fijnst aan buiten zijn?

“Nou ja gewoon dat je alles goed bekijken kan. Het lawaai van de vogels. Je ziet de vogels vliegen. Vindt het gewoon gezellig buiten. Zoals gisteren om die vijvers prachtig met al die eenden en die ganzen en wat loopt er allemaal nog meer. Prachtig is dat”.

U houdt er wel van om de natuur te zien en beleven?

“Ja prachtig. En dan pluk ik wat. Hier twee takjes om te kijken wat dat binnen doet. En als je buiten loopt kom je ook mensen tegen. Als je in de kamer blijft vereenzaam je ook”.

Dat is een voordeel van buiten?

“Ja een heel voordeel dat je buiten loopt. Hier binnen ook hoor naar de brievenbus. Of als je de krant wegbrengt. En ik heb veel familie in Raalte. Wat zeggen dat de tuin heel donker is. Maar ik hoef ook geen licht in de tuin. Je hoeft 's avonds ook niet te lopen. Maar die bloemen je kan het nou ook zien. Vorige week hebben ze de plantjes er uitgehaald. Ach die mensen hebben er geen verstand van. Ik heb hier een vogelhuisje en die zetten ze nog niet weg. Daar maaien ze tien keer omheen. Dat snappen ze niet. Als ze hem weg zetten dan staat ie helemaal op de stenen en zetten ze hem niet terug. Maar ja voor die mensen is goed dat ze wat doen hoor en ze weten niet beter. En soms liepen er ook konijnen ook prachtig en de vogels. Maar als daar beetje struiken komen zijn er ook meer vogels. Eerder waren er wel vogels maar nu helemaal niet. Vogels willen altijd een plekje hebben om naar toe te vluchten. Die willen niet op een kale plek zitten. Das echt prachtig. Ik hoop dat ze het plexiglas er weer afhalen. Dan zie je met de zonweerkaatsing de vogels niet zitten. Maar dat zullen ze wel weer weghalen nu het warmer weer wordt. En die ene vogel moet er weer uit. Das één vogel volgens mij hoor ik hem al weer. En normaal gaat het nog veel harder hoor. Ik heb uit de tuin stekjes gepakt en hier op het balkon gezet. Gewoon met grond uit de tuin en ze doen het goed. O die vogel en 's morgens is het nog veel erger. Hoor je dat steeds harder. Daar komt nog wel weer commentaar op. Het is een tijdje rustig geweest nadat die eruit is gehaald. Laat hem die vogel zelf bij huis nemen maar dat willen ze burens ook niet. Laat hem het zelf maar horen.

14 Bewoner De Scheper 4-4-2017

Ik doe een onderzoek naar de tuin van de zorginstelling.

“Nou ja ik vind de tuin wel mooi. ja alles wel. Het is goed verzorgd. En daarachter ook wel. Was altijd wel mooi. Maar dat grasland van wie is dat? Waarom gaan ze er altijd met machines over. Ik vind dat altijd een beetje aparte personen.

U vindt dat gras saai?

“Nou zit helemaal geen gras op. Mijn zoon had nog wat sneeuwkllokjes in het gras gedaan. Dat kwam net boven maar dat maaien ze zo weer af. De zit helemaal geen gras op. En die bomen ook. Die zijn helemaal niet goed gesnoeid. De ene kant halen ze veel te veel af en de andere kant niks. Das geen gezicht vind ik niet mooi. Maar anders die tuin vind ik heel mooi”.

Komt u veel buiten?

“Ja nog niet. Ik ben zelf niet zo goed eigenlijk, Ik zit in de lappenmand en mijn vrouw ook. Die zit in een revalidatiecentrum vanwege een nieuwe knie. En ik heb zelf een nieuwe heup gekregen. Maar ik heb ook een scootermobiel. Dan kan ik nog boodschappen doen. Maar ik kom wel buiten”.

Wat vindt u fijn aan buiten zijn?

“Ja nou genieten van de zon. Je hoort de vogels. Als je duif ofzo hoort”.

U houdt wel van de natuurbeleving?

“Ja Ik ben zelf ook van buiten. Ja ik heb altijd tot me dertigste een boerenbedrijf gehad. Toen ben ik naar Stork(fabriek) gegaan in Zwolle. Scheepsmotoren enzo daar ben ik 27 jaar geweest. Daar ging ik zomers vaak me de fiets naar toen. Langs Aalderink. En dan kom je achterkant Zwolle terecht”.

U vond het wel fijn om buiten te zijn?

“Ja de frisse lucht he. Ja ik was graag buiten. Dat vond ik eerst wel, ik had helemaal geen hekel aan dat werk daar, maar dat je de hele dag binnen zit. Met dat mooie weer das het nadeel daarvan. Maar ja 's winters zit je dan wel binnen met de koud. Ja er zitten ook voordelen aan”.

Als u buiten komt, komt u dan graag met anderen buiten of liever alleen?

“Beiden wel. Ligt eraan met wie. Nou ja je hebt er een paar die de tuin mooi beiden. Hier voor bij de Scheper”.

U houdt wel van een nette tuin?

“Ja. “

Als u buiten ben gaat u dan nog specifiek ergens heen?

“Ja achterin of naar de volièrè. Mijn zoon heeft ook vogels en dan kom ik wel eens bij een tentoonstelling. Ja ik vind vogels wel mooi. Alle dieren honden ook wel”.

U houdt wel van wat leven in de tuin?

“Ja ja ja maar weet je wat je hebt zoals die weidevogels zie je niet meer. Vroeger had je zo'n grutto vond ik een heel mooi geluid. Dat is stuk minder geworden. Vroeger gingen we grasmaaien met paarden en liep er zo een ooievaar mee om de kikkers te vangen. Dat was mooi. Maar ik had ook ees met grasmaaien vloog ineens fazant op. Ik ging kijken lagen er acht eieren en twee poten compleet afgemaaid. Ja dat gebeurde ook”.

Als u buiten bent doet dat u denken aan vroeger?

“Ja ook wel. Ja maar ja ik kan niks zonder rollator meer. Ik kan zo niet lopen vind ik jammer. Ik heb altijd bij een fietsgroep gezeten in Heino. Gingen we elke donderdag 35 kilometer fietsen op verschillende plekken. Ja dan zit je altijd buiten dat vind ik mooi.”

U zit nu ook veel buiten?

“Ja Ik heb nog buiten gezeten vanochtend en dat doe ik straks ook wel weer. Mijn zoon heeft hier nog pinda's opgehangen aan de boom maar komen nog geen meesjes bij. Maar gisteren wel twee kraaien. Ja nee, meesjes niet volgens mij moet je eigenlijk een vetbol hebben. Ja”.

Als u in de tuin bent mist u daar iets?

Nou ik vind hier alleen die tuin al mooi. Zal het zo niet weten. Je hebt de volièrè heb je en hebt de grot. Het wordt wel goed onderhouden. Dat heb je niet bij alle instellingen zo'n tuin erbij. We hebben het wat dat betreft zeer getroffen. En ja mijn vrouw wil altijd beneden wezen aan de weg kant. Dan zie je meer mensen. En dichtbij de voordeur. Nou we waren nog maar net een maand ingeschreven of we hadden dit al”.

De voortuin vindt u die ook mooi?

“Nou ja wat is mooi. Zo gek als ze de met de machine overgaan en de kanten steken. Nee. En die bomen hebben ze ook niet mooi gedaan. Ik vind het aparte mensen die dat doen. Ik mag me vergissen “.

Het zijn mensen met afstand tot de arbeidsmarkt.

“Ja een soort therapie. Dat had ik ook gedacht. Ja die op die machine zat. Je kan je snel vergissen. Maar wie zit niet zo dicht aan de weg zo. Voor de middag heb je hele middag de zon erop staan.

Ik vindt het hier hartstikke goed hoor. Ik denk dat het niet overal zo is. Dit was vroeger natuurlijk een klooster. En je kan ook alles in Angeli Custodes meedoen. Dus nee ik zal niet weten wat er verbeterd moet worden”.

15 Bewoner De Scheper 4-4-2017

Komt u wel eens in de tuin?

“Ja dagelijks. Maar wij gaan ook wel eens verder. Mijn man is nog aardig fit dus wij rijden veel auto. En dan gaan we naar de Holterberg. Ik kom eigenlijk uit het westen en de natuur is hier heel anders.”.

Kwam u vroeger dan veel buiten ?

“Ja bij de zee. Ik kom uit oud beijerland. Ik ben uiteindelijk een hagenees”.

U komt dus dagelijks in de tuin?

“Ja maar meer erbuiten. Hier achter ligt nog een hele vijver. Als je daar rond gaat is het een kilometer zo’n beetje. En mijn man kan nog prima lopen. Dus die loopt mee. En dan gaan we de eendjes voeren”.

Wat vind u er fijn aan om naar buiten te gaan?

“Nou wij genieten veel van de vogels. We hebben ook een kijker bij ons. Het lekkere weer en de frisse lucht. We kijken naar de dieren die we tegen gekomen. Vanuit De Scheper kijken we ook op het veld en dan zien we de konijnen. Daar genieten wij erg van. Ja en ook de bomen en bloemen. Ze hadden hier toen een hele pluktuin. Dat was erg leuk. Alleen dan lopen allemaal mensen met rollator en dan is het wel moeilijk want die kunnen niet bukken”.

Een hogere plukstrook zal fijner zijn?

“Ja Zal wel ideaal zijn voor de mensen”.

Was u vroeger veel buiten?

“Ja. Een tuin had ik natuurlijk. En die heb ik nu niet. Ik woon nu boven”.

Had u vroeger een bloementuin?

“Ja en ook een dennenboom. Het was geen groter tuin. Hier in de buurt hebben ze veel grotere tuinen dan in het westen he. Dat scheelt een stuk dat valt wel op. Maar ook van het kleine spul kan ik genieten”.

Zoekt u buiten graag de rust op?

“Ja en de wind. Want dat mis ik. Want de zee heb ik altijd gehad. Wij wonen hier nu twee jaar en dan ga je de boel helemaal verkennen zoals op een vakantie. Wij kennen hier nu de buurt beter dan die mensen die hier wonen hebben we ontdekt. Dan gaan we met de auto naar de IJssel. Dan zie je ooievaarsnesten. Dat is een mooie tocht langs de IJssel naar Wijhe”.

Als u in de tuin bent mist u dan ook iets?

“Nou ja het is natuurlijk een kloostertuin. Ik ben ook lid van de vogelclub en natuurmonumenten en dan lees je wat. Hier wordt elke dinsdag het gras gemaaid. Als je het laat groeien komen er wel bloemen tussen. Dan krijg je meer insecten en vogels”.

Het mag van u wel iets natuurlijker?

“Ja dat wel. Maar ja het wordt natuurlijk als een park beschouwd”.

U bezoekt de tuin altijd in uw scootermobiel?

“Ja want ik kan niet lopen. Ik heb geen evenwicht meer. Dan heb je het nodig. Maar dat heb ik al jaar of zes hoor. Bij ouder worden komen gebreken”.

En de tuin is met de scootmobiel ook goed toegankelijk?

“Ja winkels niet. Maar de tuin is goed bereikbaar hoor. De lopen ook allemaal mensen met rollators”.

Vind u het ook gezellig om buiten mensen tegen te komen?

“Ja dat merk je. Er is hier zo’n volière, nou hou ik niet zo van vogeltjes in een kooitje. Nee ik zie ze liever vliegen. Maar dat is voor de mensen hier toch wel een punt van samenkomst. Want je ziet dat ze met de rolstoel worden geduwd en dan hebben ze daar gelijk een plekje om elkaar te spreken”.

U zoekt liever de rust?

“Ja wij gaan liever met een boek in de tuin zitten. We zijn nu aan het balkon gebonden natuurlijk. In de tuin is het anders. Het fijne is als je een eigen tuin hebt denk je telkens dat je wat moet doen en hier hoeft dat niet. En dat het nu allemaal zo lekker uitloopt in het voorjaar vind ik wel mooi. En dan krijg je de verschillende jaar etijden zien. Dat kun je hier wel mooi terug zien. Ze hebben het wel mooi aangelegd. Ik denk dat die tuin wel 100 jaar oud is. Het is een kloostertuin dus ik denk dat de nonnen het toen voor het zeggen had. Ja dat kun je nog wel zien met de heggen”.

Wou u nog iets toevoegen?

“Nou het enige dat voor mensen die pluktuin wat hoger kan. Maar ja dan moeten ze iets met stenen ofzo”.

16 Bewoner Angeli Custodes 4-4-2017

Komt u wel eens in de tuin?

“Ja wel eens een eindje. Maar ja je moet achter de rollator. Met de stok gaat niet. Of iemand moet je in de arm pakken.”

Is de tuin begaanbaar met de rollator?

“Ja “.

Wat vindt u er fijn aan om buiten te zijn?

“Om even rond te lopen”.

Houdt u van de natuur?

“Ja zeker. Ik ben het buiten leven gewend zeg maar”.

Kwam u vroeger veel buiten?

“Ja ik kom van de boerderij dus. Ja dat was het werk soms naar”.

Vond u het fijn om veel buiten zijn?

“Ja. Maar ik houd niet van de kou. Als het dan koud weer is wil je graag weer naar binnen. Maar als je buiten werkt heb je het snel warmer”.

Als u buiten bent loop u dan een specifieke plek?

“Nee niet echt. Ik loop wel eens naar de volière. Maar niet zo vaak. In me eentje loop ik niet zo gauw de tuin in”.

U heeft liever dat er iemand bij is?

“Ja Want die afstand is vaak te groot”.

Vindt u het ook gezelliger met meerdere mensen?

“Ja eigenlijk wel”.

Dan heeft u wat te kletsen?

“Weet je hoe oud ik ben. 96 dus dan ben je wel bij de oudste. Ik wordt deze maand nog 97. Ja no uja het gaat door. En als je uitgaat is het altijd met de auto”.

Vindt u het ook leuk om in de auto rond te kijken?

“Och ja. Ik ben in deze streek altijd geweest dus het is niet zo nieuw voor mij. Nou ja ik ben op de boerderij opgegroeid dat was een halfuur lopen van het dorp af. Dus van kinds af aan. Altijd in Raalte gewoond en getogen en ook naar school gegaan. Na de tijd nog wel een paar jaar in internaat geweest in Denekamp dus dan ben je wel van huis uit. Maar dan kom je gewoon met de vakantie met de fiets hierheen. Dan krijg je wel weer gezelligheid”.

Als u buiten komt wat vindt u dan mooi aan de tuin?

“Ja de bloemen en de bomen en ook de inrichting van de tuin. Die coniferen dat brengt variatie”.

Staan er voldoende bloemen in de tuin?

“Van de zomer weer. Ja. De tuin wordt goed verzorgd”.

Vond u een pluktuin ook mooi?

“Ja maar dat is maar een bepaalde tijd. Ik weet niet. In januari is er niet zoveel te plukken”.

Als u in de tuin bent mist u dan nog iets?

“Het mooie weer. Maar verder niet echt. Het is gewoon seizoensgebonden he. En als er wat te kijken is en wat mensen dat brengt afwisseling”.

Buiten zitten vindt u ook wel lekker?

“Ja maar het is me wel gauw te koud. Vroeger had ik het eerder te warm als te koud. Maar dat ligt aan mezelf. Ik heb daarstraks wel met het hele spul buiten gezeten. Maar als het koud is wil ik wel weer graag naar binnen”.

Kijk u van binnen ook graag naar buiten?

“Och ja willekeurig. Daar is wel een beetje variatie. En als je slapen wilt moet je maar naar bed gaan. Af en toe een reisje maken is wel leuk dan kom je nog eens ergens. Ik heb vroeger zelf veel auto gereden. Maar nu dan door anderen”.

17 Bewoners De Scheper, 5-5-2017

Ik kom een interview doen over de tuin.

“Nou wij vinden het uitzicht en heel mooi. En we houden van de rust. Kijk mensen lopen hier heel rustig langs. Maar wij vinden de tuin een beetje statisch er kan wel meer variatie in”.

Wat meer kleur?

“Ja misschien wat fruitstruiken of fruitbomen. Kriskras. Dat je een beetje gevarieerd iets ziet. En je zit daar tegen een kaal stuk grond aan te kijken. Prachtig hoor vorig jaar,. Dat was heel mooi, prachtig. Kijk hoe rustig de mensen lopen. In plaats van dat ze er allemaal door heen rennen. Kijk dat zijn de mensen die in de boerderij zitten. Ik dacht de aankleding van de tuin ook voor was. Ik wou graag voorstellen doen. Kijk het is een beetje doods gedoe als ik die grijze strook zo zie. En al dat gras is ook zo saai. Maar ja voor mensen zoals van de overkant is dat misschien wel rustig. Als ze hier lopen of gereden worden. Dat het voor hun blik wat rustiger is. Dat kan natuurlijk ook. Dat ze daar rekening mee houden”.

Komen jullie vaak in de tuin?

Mevrouw: “Nou ik haast niet. Meneer: “Ik vaker. Maar dat komt omdat ik als vrijwilliger doe. Dan ga ik naar Angeli Custodes iemand halen. Dan meld ik me op een kamer en dan vraag ik of die mee wil naar de tuin of door naar het park Drostenkamp. De buurman en vrouw doen dat ook. Wij zitten aan het balkon dus wij genieten er zo al van”.

Mevrouw:” Ja en als wij ergens gaan lopen dan is het bos. Langs de IJssel wij lopen verder”. Meneer: “Dit is te klein voor ons. Wij lopen verder. Maar voor die mensen. Maar als je dat grijze ziet vindt ik het lang doods. Waarom nou geen bloembollen. En dadelijk er weer uit. Das veel werk maar daar praten we niet over. Dat zal mooi zijn als je die golf in het voorjaar bollen hebt. En wat ik zo doods vind is de onderkant van dat ding (volière). Moet je eens kijken bij muren en stations. Meer van jou leeftijd kunstenaars zitten daarbij. Die het mooi maken niet dat grijze. Die strook is nu ook doods. Die onderkant beetje versieren met schilderij painten wat ze doen. Ja en dan heb ik het idee als ze daar nu lopen. En die mensen zie dit gebouw die zien allemaal muurtjes. Kijk zie die muur (van De Scheper) bamboestokken langs met Passiebloemen en Clematissen. Zo tegen het gebouw. Dat het gezicht van het gebouw in de tuin past. Kom maar kijken op het balkon. Zo wordt je oud. Niet achter de geraniums maar achter de violen. Die muurtjes die op de kops. En dan die stroken tulpen en daarna zomerbloeiers. En dat de vogels dan terecht kunnen in de tuin.”

Mevrouw: “Ja hier stonden vroeger veel bomen. Daar zaten enorm veel vogels. Maar nu enkel een keer een koolmeesje.. Daar heeft de buurvrouw een vogelbak neergehangen maar daar zit geen vogel in”. Meneer: “Dat is jammer. 's Morgens om half zes begint hier trouwens een vogel. Om de vier seconde één monotoon geluid. Maar je ziet het he. Is prachtig toch. Wij houden van fleur. Maar we zijn nog te jong om alleen in de tuin te komen”.

Als u hier met andere bewoners loopt, loopt u dan naar een specifiek plek?

“Nee, nee want je hebt bepaalde voorkeur voor mensen. Die kan dan niks zeggen. Maar als ik haar mee neem dan genieten ze. Dan zie je haar bij het gaas genieten. Ik loop hier vaak alleen en dan denk ik waarom zal ik niet iemand meenemen. Ik meld me als vrijwilliger aan. Dat wordt enorm gewaardeerd. Dan zegt zo'n zuster tegen mij zal jij met mij een keer naar achter (Drostenkamp) lopen daar ben ik nog nooit geweest. Nou dan loop ik daarginds met haar naar toe. Maar het is toch prachtig hier mooi”.

Als u zelf buiten komt waarom?

“Nou wij hebben een hondje gehad en daar hebben wij door leren wandelen. Wij houden van de natuur. Wandelen en fietsen door de natuur. Fietsen doen wij ook veel. Zoals bij het veer bij Wijhe kun je zo'n prachtig rondje lopen. Langs de IJssel en ook de Sallandse Heuvelrug. Dat is idyllisch. Maar met fietsen ook. Waar wij allemaal gefietst hebben. De Donauroute. Wij zijn liefhebbers van de natuur maar dat komt ook doordat hondje wat we hadden. Maar ik vind het zo mooi overal liepen we langs. Langs het kanaal. Overal waar je kan wandelen, wandelen wij.

Dus jullie zoeken dan echt de natuur op?

J”a. Wij zijn natuurmensen “.

Zoekt u dan de rust?

Mevrouw:” Ja ik wil niet teveel mensen om me heen als wandelen”. Meneer: “ We zetten dan de auto ergens neer en dan lopen we langs het Overijssels kanaal. Maar dat doen we ook met de fiets naar Lemelerveld en dan doen we daar een terrasje en weer terug.

Mevrouw: We zijn wel bevoorrecht dat we dat nog kunnen doen.

Jullie maken dus minder gebruik van de tuin?

“Nou ja wel van het balkon natuurlijk. En als je hier in de kamer zit ook je geniet ervan. Als je een vogeltje ziet of een konijntje staan we met de verrekijker voor het raam”.

U houdt wel van wat leven in de tuin?

“Ja in die boom ook als je vogels ziet nestelen. En soms zie je een roofvogel er boven vliegen. Dan staan wij natuurlijk te kijken”.

En als u zelf later wat minder mobiel zal zijn verwacht u dan vaker gebruik te maken van de tuin?

Meneer: “Heel vaak. Ik zal er wel begraven willen worden”. Mevrouw: “Ja met de rollator”. Meneer: “Ja dat weet je niet.” Mevrouw: “Ja je moet dan toch ook een keer naar buiten”.

Dat blijft heel belangrijk?

“Ja dat merk je toch. Dat hoor je ook bij die ouderen mensen. Die mensen die dat niet meer kunnen die vragen aan ons kunnen wij mee met jou naar buiten omdat te zien. Dus ik denk dat dan voor ons ook belangrijk wordt. Ik denk dat je de van de natuur blijft genieten”.

18 Bewoonster Angeli Custodes 5-4-2017

Komt u weleens in de tuin?

“Ik kom heel vaak in de tuin”.

Hoe vaak komt u er ?

“Nou één keer in de week”.

Alleen of me hulp?

“Alleen maar ook wel met hulp. Met mijn dochter. Die gaat dan takjes plukken”.

Waarom komt u graag buiten?

“Ja daar vraag je me wat. Ik ben echt een buitenmens”.

Uw was vroeger ook veel buiten

“Ja.”

Voor het werk?

“Nee Ik vond het buiten leven mooi”.

Had u vroeger zelf een tuin

“Ja.”.

Had u een groente of een bloementuin

“Groente en bloemen. Op zo’n manier”.

U onderhield de tuin zelf?

“Ja”.

Vond u dat leuk om te doen?

“Ja”.

Als u dat nog kan zal u dat nog graag doen?

“Ja dat zal ik nog leuk vinden. Met mijn man samen deden we dat. Kijk en dat is nou afgelopen”.

Als u buiten komt gaat u dan naar een specifiek deel van de tuin?

“Nee want ik vind de tuin altijd mooi”.

Waar kijkt u buiten graag naar?

“Naar de bloemen en de rododendrons”.

U houdt van de bloemen?

“Ja de kleuren en de vorm”.

Doet dat u terugdenken aan u eigen tuin?

“Nou nee daar stonden niet zoveel bloemen in”.

Dat was toch meer een groentetuin?

“Ja groente en fruit dat spul ja”.

Gaat u graag alleen de tuin in of liever met iemand anders?

“Liever met iemand anders. Om te kletsen. Alleen is ook zo alleen. En dan komt me dochter heel vaak en die gaat dan met me mee”.

Vindt u het ook fijn om ergens te gaan zitten in de tuin?

“Ja. Vooral hier bij de vogels. Ze hebben hier een mooie volière. Daar ga ik wel graag heen”.

Vind u het belangrijk om in beweging te blijven?

“Ja. Dat vind ik heel erg belangrijk maar dat lukt niet altijd meer”.

Als u in beweging bent het liefst buiten?

“Ja liever wel.”

Met mooi weer vindt u het dan ook fijn om rustig in de zon te zitten?

“Ja lekker in de zon. Heerlijk hier vooraan. Ze zeggen ook je zit altijd buiten. Ja dat is nou mijn hobby”.

Als u in de tuin bent wat vindt u het mooiste aan de tuin?

“De bloemen vindt ik het van de tuin”.

Heeft u wel eens gebruik gemaakt van de pluktuin?

“Nee. Ik weet ook niet of ze dat hebben gehad”.

Zal u het leuk vinden om wat te kunnen plukken in de tuin voor op de vaas?

“Ja dat zal ik wel leuk vinden maar dat is er niet”.

Mist u iets in de tuin?

“Nou echt missen ook niet. Zoals mijn schoonzoon komt met die paastak. Toen vroeg mijn dochter mis je dat ook. Ja dat mis ik heel erg. En me kleindochter komt met dat stukje. En dat zie je hier niet. Maar dat vind ik leuk”.

Zal u graag vaker naar buiten gaan?

“Ja en dat kan hier ook wel. Ze nemen je wel mee Dat vind ik wel mooi”.

Kijkt u graag naar de natuur?

“Ja. Als je hier ziet wat er buiten loopt die vogels fantastisch. Het is mooi”.

Wat leven in de tuin vindt u wel belangrijk?

“Ja”.

19 Bewoonster De Scheper

Komt u hier vaak in de tuin?

“Ja nou ja eigenlijk wandel ik nog verder. Daar achter zit het park Drostenkamp. In een half uurtje lopen loop ik daar helemaal rond. Het is prachtig. Als je hier aan tafel zit en al dat groen ziet geweldig.”

Hoe vaak komt u in de tuin?

“Nou ik ben iedere dag buiten. Ja ik vindt het heerlijk dit”.

Kwam u vroeger ook veel buiten?

“Ja we waren altijd buiten. Als kind waren we ook altijd buiten. Vroeger met de kinderen waren na schooltijd altijd buiten. Vroeger had ik een tuin en dat zat ik de hele dag in de tuin. Dat mis ik nog. Nou ja missen ik mis het niet echt. Je kunt hier door de tuin lopen. Alleen je kunt niet wat doen”.

U zal eigenlijk zelf nog wel wat doen

“Ja maar dan ga ik wel naar één van de kinderen. Half uurtje hiervandaan. Die hebben een hele grote tuin en dan ga ik daar bezig”.

Heeft u vroeger ook veel getuinierd?

“Ja. Ik vind het prachtig hoor. Daarom vind ik het jammer dat het nu zwart zand is waar die bloemen hebben gestaan. Zal mooier zijn dat er wat vastere planten. Zodat er winterdag ook wat staat. Het is nu best kaal en dat vind ik jammer “.

U ziet daar liever het hele jaar planten?

“Ja precies. Ja en die bloemen volgens mij was het ook allemaal oud zaad. Ze hebben planten ingezet. Ja je kon ze wel plukken. Maar één twee dagen dan waren ze weg. Dus dan kun je niet echt zeggen van het zijn plukbloemen”.

U zal het wel mooi vinden om wat te kunnen plukken in de tuin?

“Ja het was zo mooi gezicht vorig jaar toen het allemaal bloeide. Echt geweldig. Mijn kinderen kwamen hier wel eens en die zeiden even foto van maken hoor. En hier buiten bij de ingang dat wij hebben zelf gedaan. Het grind en die struiken. En dat onderhouden we zelf. Nou meestal zijn het de mannen die dat onderhoud doen. Wij staan er dan een beetje bij. En met struiken kopen. Doen we dan ook samen. En hier beneden in het atrium hebben we allemaal bakken staan. En daar hebben we pasgeleden allemaal viooltjes gekocht en in de bakken gedaan. Ik vind dat wel heel leuk om te doen”.

En u zal buiten ook nog wel willen tuinieren?

“Ja echt wel. Ja”.

Als u in de tuin bent komt u daar voor de rust of graag met andere mensen?

“Nou ik vind het gezelliger met andere mensen. Ik zit ook heel vaak alleen op het bankje bij De Scheper voor. Het zal mooi zijn als hier aan de tuin kant ook een bankje kwam. En hier heb je een stuk muur beneden. Zal best mooi zijn als daar iets tegen op kwam. Eén of andere struik of wat een clematis of wat. Dat lijkt me wel heel mooi”.

U vindt het wel gezellig om wat te kletsen in de tuin?

“Ja gisteren zaten we ook met drie vrouwen op een rij. Nee het is wel mooi hier. Waar ik vandaan kom had ik weinig uitzicht. Aan de voorkant grote struiken van de gemeente en aan de achterkant kwam ook bijna niks langs. Ja als je nu op balkon zit. Heb je een mooi uitzicht. En als het mooi weer is lopen er heel veel door de tuin. Dit is echt een mooi plekje. Ik wil hier niet meer weg”.

Als u in de tuin loopt gaat u dan naar een specifieke plek?

“Nou ik zoek de zon op. Dat is daar op het bankje vooraan. Achter in de tuin staat nog zo'n oud prieeltje. Dat hebben we in het beginnen ook nog schoongemaakt de vloer en de stoelen. Das ook nog wel mooi plekje. Maar dan moet het opgeknapt worden. Wat het is een heel oud ding en de bestrating is er slecht”.

U bent wel een zonanbidster?

“Ja dat wel. Met mate maar ik vind het heerlijk. Want hier op het balkon is de zon pas om vier uur half vijf heb ik pas de zon. Dus daarom moet ik die kant op. En ga ik daar op een bankje zitten. Of als het te warm wordt staat er bij de boerderij nog een bankje. Ach en dan komt er altijd wel een kletsen”.

U vindt dat sociale contact wel belangrijk?

“Ja dat vindt ik wel. Want dat ik was waar ik vandaan kom niet zo. Dat waren jongelui die werkten alle dagen. Die zag ik soms maanden niet. En hier ga je de deur uit en dan kom je altijd wel iemand tegen. En heb ik niemand gesproken overdag dan ga ik naar beneden de kranten wegbrengen. Kom ik altijd wel iemand tegen. Dat vind ik wel fijn u hier”.

Als u buiten bent houdt dan u ook van om naar de natuur te kijken?

“Ja dat is echt mooi. Nu het is een mooie periode alles loopt mooi uit. Zo mooi groen en dan gaan we kijken of we nog aparte takjes en bomen zien. Ja dat is wel heel mooi”.

Kijkt u dan vooral naar de planten of ook naar de vogels?

“Nou vogels heb ik minder mee. Nee. Maar de natuur wel”.

U zal hier niet snel naar de volière gaan?

“Nou in het begin ging ik er wel naartoe. Maar nu loop ik altijd verder. Ik loop wel eens met iemand zo het park rond. Ik vind het wel mooi. Maar dat ik nou zo weg ben van vogels. Nee. En er zit ook een schreeuwderd bij. Ik heb er niet zo'n hinder van want ik zit verderaf. Maar ik kan me voorstellen van de mensen die er dicht op zitten. En die begint 's ochtends al heel vroeg en het is ook geen mooi geluid. Echt erg. Maar ik stoort me de niet aan”.

Als u in de tuin loopt mist u dan nog iets in de tuin?

“Nou ja als die zwarte grond maar weer een beetje weg is. Dat daar meer instaat. Wat meer kleur. Gisteren had ik er nog over met iemand in Nijverdal hebben ze allemaal dezelfde bakken langs het balkon dat ook wel erg mooi. En dan krijgen ze elk jaar planten van de woningbouw. Ja dat is prachtig”.

Wat vindt u het mooiste aan de tuin?

J”a het groen. En dat als ik hier aan tafel zit ik kan genieten van dat groen. De verschillende kleuren. Als het kouder wordt zie je de konijntjes allemaal weer op het gras hier. Die komen zelfs al heel dicht bij. Prachtig is dat. Mijn kinderen zeggen ook al een mooier plek kun je niet krijgen”.

Vindt u het ook belangrijk om in beweging te blijven?

“Ja daar doe ik me best wel voor. Ik fiets ook heel veel. Ik fiets iedere dag. En zondags vaak 30 tot 40 kilometer. Wel elektronisch want met me pacemaker kan ik niet op de gewone fiets. En ik loop iedere dag Drostenkamp helemaal rond. Dan heb ik toch mijn beweging gehad. Dat houdt me fit. Want hier in huis heb ik veel minder werk dan waar ik eerder woonde. Daar had je twee etages en de tuin en dat heb ik nu niet. Maar ik werk dan nog bij mij zoon in de tuin. Een halve dag en dat vinden zij fijn en ik ook. Maar ik heb vroeger in Dalen gewoond. Daar hadden we een grote tuin met aardappelen en allerlei soorten groenten. Geweldig is dat”.

U zal het ook nog wel mooi vinden om zelf groenten te verbouwen?

Ja als het kan. Maar kan natuurlijk niet. Maar dat is wel heel leuk. Ik ben wel als het enigszins kan naar buiten. Maar ik pak ook veel de fiets. En om dan naar het natuur en landschap en kijken vind ik heel mooi.

20 Interview met bewoonster Angeli Custodes 5-4-2017

Ik doe onderzoek naar de tuin. Komt u hier wel eens in de tuin?

“Jawel Ik loop een rondje. Ik ben dan altijd heel blij. Dan loop ik van bankje naar bankje. Want ik kan niet in één keer rond. Dus zodat je kan zitten.”

U zit wel graag buiten?

“Ja”.

Zijn er voldoende bankjes?

“Nou mochten er van mij wel een paar meer zijn”.

Wat vind u fijn aan buiten zijn?

“Nou ik vind het heel leuk. Met al die is verschillende planten. Maar ik zal graag willen weten als het bijzondere planten zijn. Dat de naam er dan bij staat. Ik vindt het mooi dat ik het dan op kan zoeken. Kijken wat het is. Ik wordt graag geprikkeld. Ik loop kleine stukjes. Ik wil ook graag wat plukken. Een beetje groen ofzo pluk ik wel. Een pluktuin lijkt mij ook leuk. Maar dan wel op hoogte. Want op de grond kan ik niet meer komen. Dat gaat moeilijk”.

Met de hoogte mag wel rekening gehouden worden?

“Ja. Kijk het is niet de bedoeling dat je het leeg plukt maar een paar kleine takjes”.

Waar kijkt u graag naar als u buiten bent?

“Nou ze hebben vorig jaar dat bloemen stuk gemaakt. Al die kleurtjes dat vind ik heerlijk. En ook die vogels vind ik leuk. Maar dat is net zoiets. Ze zouden daar ook de namen bij kunnen zetten. Dan kun je een beetje zoeken als je staat te kijken. O dat is er zo'n een en dat zo'n een. Dat vind ik wel leuk. En dan heb ik ook wat te doen”.

Komt u graag alleen in de tuin?

“Nou ik ga heel vaak toch wel even alleen erheen. Soms gaat er iemand mee maar dat is niet zo vaak. Niet iedereen kan het nog. En het moet ook maar net op dezelfde tijd zijn. Ik ben meestal alleen”.

Maar u vindt het wel gezellig om met iemand te kletsen?

“Jazeker. In de tuin of binnen. Ik zie dan een boom met mooi blad erop. Ik heb de naam wel geweten. Die had ik dan gezien. En daar heb je dat over. En ik vond het wel grappig dat heel veel mensen dat dan niet gezien hadden. Die staat daar achter de Mariagrot. Een heel bijzonder boom vind ik het. Heel mooi”.

U houdt wel van bijzondere planten?

“Ja dat vind ik mooi. Maar ik vind alles mooi hoor. Ik hou overal van. Verschil van kleur vind ik altijd mooi”.

Vind u het belangrijk om in beweging te blijven?

“Ja vind ik heel belangrijk”.

Gaat u daarom vaak naar de tuin?

“Ja, hoewel ik vindt dat ik het te weinig doe hoor. Het wordt toch steeds moeilijk lopen. En dan zie je er wel tegenop. Dan kan ik wel zitten rusten op de rollator. Paar bankjes of stoeltjes zijn voor mij fijn zijn.”

Kwam u vroeger veel buiten?

“Ja altijd. Ik zat thuis altijd in de tuin te wroeten en te doen. Ik vond het heerlijk in de tuin”.

Had u vroeger een groente of bloementuin?

“Ja ik heb wel groente gehad. Maar ik ben Amsterdamse dus ik had er geen verstand van. En kende ook niemand die er verstand van had. Dus dat lukte niet”.

Als u nog kon tuinieren zou u dat leuk vinden om te doen?

“Ja hartstikke leuk. Maar dat behoort niet echt meer tot de mogelijkheden hoor. Een klein beetje”.

En tuinieren op hoogte bijvoorbeeld?

“Ja dan kan ik nog wel iets. Dat zal nog kunnen. Ja dat vind ik wel leuk”.

Als u in de tuin mist u dan iets?

“Geen idee van dat durf ik zo niet te zeggen. Zijn beetje veel lange heggen. Zijn wel mooie afscheidingen maar het is ook wel saai”.

Er mag wel wat meer afwisseling in?

“Ja dat vind ik wel. Wat meer kleur en bloemen”.

Zal u vaker de tuin in willen?

“Ja. Het liefst ga ik elke dag naar buiten. Ze zetten me wel elke dag buiten hoor als het lukt”.

Vindt u het ook lekker om buiten in de zon te gaan zitten?

“Ja. Nog niet zo vaak gedaan want ik ben niet zo fit geweest. Maar ik zit heel graag buiten. Maar ja we kunnen nog maar weinig. Iets op hoogte zal misschien wel leuk zijn”.

21 Interview Bewoonster Angeli Custodes 5-4-2017

Komt u hier wel eens in de tuin van het zorgcentrum?

“Ja hoor. Dan maak ik een rondje ga ik lopen. Dan genieten ik van de planten en de bloemen”.

Hoe vaak komt u in de tuin?

“Nou ik kom er één keer per dag. Als het goed weer is dan ga ik wel een keer vaker. Als het straks heel mooi weer wordt. Dan misschien wel iets vaker. En in de tuin gaan zitten natuurlijk. Daar is het nu nog ietsje te koud voor Trouwens gisteren heb ik de hele dag buiten gezeten. Of de hele dag wat is de hele dag. Ik was een dagje uit. En dan hebben we buiten gezeten. Het was gisteren heerlijk weer. En toen heb ik daar lekker buiten gezeten. Daar hadden ze een lekker mooie grote tuin. Niet zo als hier. Maar toch wel een grote tuin.”

Wat vind u fijn aan naar buiten gaan?

“Ik geniet van planten en bloemen. Daar geniet ik zo van. Ja waarom geniet je ervan dat weet ik niet. Maar dat vind ik heerlijk. Als ik vroeger naar mijn werk ging met de fiets. Dan ging de fiets heel vaak aan de kant dan moest ik weer een bloemetje plukken of een blaadje of takje. Altijd moest ik iets plukken. Ik hou van planten en bloemen. En van de buitenlucht natuurlijk en van de zon ook. Maar niet teveel want dat is niet goed voor mijn gezicht”.

Als u nu naar buiten gaat plukt u dan nog wel eens wat?

“Ja. Nou ja zoals dat stukje wat op tafel staat. Dat heb ik dan gekregen. Dat kleine bakje. Maar ja dat doe ik zelf niet zo snel. Het is als ik feest heb of iets bijzonders heb. Dan koop ik een bosje bloemen. Maar anders kost het te veel. En de centen zeggen ook wat. Over het algemeen houd ik nog meer van buitenbloemen. Zeg maar van bloemen die buiten groeien en staan. Dan die gekweekt zijn. Ik hou meer van dagelijkse dingen daar staan mariakroontjes. We hebben een middag gehad dat we zelf een bakje zo konden klaarmaken. En samenstellen dat was wel heel leuk. Of het nou nodig is. Maar het is leuk je bent weer even bezig”.

U vindt het wel leuk om met planten bezig te zijn?

“Ja het liefst wel. Wat hier voor het raam staat ook dat zijn allemaal plantjes die ik zelf gekweekt heb van zaadjes. Dat zijn balsemien. Dat is een hele oude bloem niet die wilde hoor. Die worden zo hoog van de grond uit. Deze moet je iedere keer opnieuw zaaien of poten of hoe je dat noemt. Dat doe ik elk jaar. Dat doe ik al jaren. Van het ene zaadje op het andere zaadje. Als ze bloeien dan komen er besjes aan. En als de besjes dan rijp zijn. Dan komen er zaadjes uit en die poot ik elk jaar opnieuw. Dat kun je praktisch het hele jaar door doen”.

Vond u het vroeger ook leuk om veel in de tuin bezig te zijn?

“Ja heel veel. Je speelde altijd buiten als kinderen. Je had een wip en je knikkerde. En je ging de bossen in en in de bomen klimmen. Dat mocht niet als meisje maar goed dat deed ik wel graag. Ik had een paar broers boven mij dus. Moest ik het nadoen he. Ja want als de bal op de goot lag. Dan vonden ze het wel fijn als ik die de afhaalde. Zij waren dan blij dat ik het deed. En ik was trots dat ik het kon. Ik heb zelf een plant dat ik gebruik. Ik weet niet of je er ooit van gehoord heb Helmkruid. Dat is kruid die ook hier in de tuin staat. Die heb ik zelf mogen poten. En die ga ik straks als ze vol groeit zijn oogsten. Dan komen er zaadjes en blaadjes aan. En ik kan alles van de plant gebruiken. Ik kan ze afknippen en drogen en wassen en versnipperen. En dan op drank laat je ze een maandje staan dan zeven en dat gebruik ik om kanker te voorkomen. Dus dat doe ik met planten.”

U weet behoorlijk wat van planten en kruiden?

“Ja ik ben echt een buitenmens. Terwijl ik nu veel binnen zat. Ja dat is de leeftijd”.

Gaat u graag alleen de tuin in of met anderen?

“Het liefste eigenlijk alleen. Het ligt eraan wie er bij je is. Het ligt ook aan of er visite is. Of dat je veel de tuin in loopt met dezelfde persoon. Kijk als die persoon die bij je is ook een beetje veel van planten afweet. Eerder ging ik wel op de fiets. Kijk en als er dan iemand naast je fietst die niets ziet van de natuur. Dan is dat niet prettig. Terwijl ikzelf als ik eerder naar werk ging. Dan stond de fiets hier stil en dan weer daar. Moest ik weer iets plukken. En ik deed dat eigenlijk dom. Dat moest je niet doen want als je plukt verdort het te snel en dat is jammer. Dat moet je niet doen. Dan moet je het op het laatste moment doen als je naar huis gaat. Dan kun je ze meteen in het water zetten. En als je een fietstochtje maakt en je plukt bloemen die je mooi vindt. Maar als ze dan de hele dag in fietstas zitten dan is er niks meer aan. Dat is jammer. Als je zoiets doet dan verniel je de boel eigenlijk, En dat is niet mijn bedoeling. Ik heb vroeger ook wel een boekje gehad van verschillende planten die je dan kunt eten. Maar ja daar

begin ik niet aan. En ook met paddenstoelen heb ik dat nooit gedaan. Daar begin ik niet aan dat durf ik niet Nee want dan moet je wel weten wat je doet”.

Als u in de tuin bent gaat u dan ook weleens ergens rustig zitten?

“Ja maar echt rustig ligt eraan wie je bij je hebt. De ene keer zeg je ik ga lekker rustig zitten. Maar ik ben nu op een leeftijd dat je denkt laat me met rust. Terwijl je een andere keer denkt, O gezellig lekker we zitten heerlijk buiten We kunnen samen praten en dan doe je dat ook. Daar kom je ook gewoon niet onderuit. Als je in gezelschap bent of je hebt een familiefeestje en je gaat buiten zitten. Stel je voor dat niemand iets zegt dat is raar he. Kijk als je buiten zit en je bent alleen nou dan vind ik heerlijk. Daar kan ik wel van genieten ja. Dan geniet je van de lucht van de zon. Van de wind als het heel heet is. Anders houd ik niet van de wind. Niet zoveel tenminste. En regen natuurlijk niet. Nou ik vind regen wel lekker maar dan moet je een regenjas aanhebben en laarsjes ja. Dat vind ik wel lekker. En sneeuw natuurlijk. Heel de natuur. Ik hou van natuur. Ik ben een natuurmens”.

Als u in de tuin bent mist u dan ook iets?

“O zoiets. Nou ik vind de Phlox die vind ik zo mooi. Die zal ik zo graag willen. Die ruiken ook lekker. En de herfstaster en chrysanten. Die vind ik ook zo mooi en die kun je zo mooi plukken. Heel mooi. Die blijven heel lang goed op de vaas. Nou ja dan heb je andere planten. Pioenrozen vind ook zoiets moois. Ja de ene soort ruikt wel de ander niet . En je hebt goudbloemen. Die kun je ook behoorlijk goed op de vaas zetten. Je hebt de rozen dat is helemaal mooi. Die hebben we niet in de tuin. Die moeten we in de tuin hebben. Dat is dat dat er niet is. Want dat is geweldig een roos. Roos is wel het mooist Kijk maar op de kast. Die zijn niet echt he. Zo heb ik er wat langer wat aan. En pioenrozen”.

Wat meer bloemen en bloemen om te plukken dus?

“Ja. Ik geniet ook wel van kleine bloempjes maar je wil zo graag iets hebben. Ik wil graag ook binnen en buiten iets hebben. En dat kan dan ook alle twee. Ik ben een dagje uit geweest. Een bezoekje afgelegd de tuinder in Schalkhaar geweest. In een tuinwinkel. Kijk mooi van die blauwe en witte druiven gekocht. Ja wij noemen ze thuis altijd mariakroontjes. Ja en dan heb je die krokussen. Die mogen ook wel meer in de tuin. We hebben geen krokussen geen hyacinten in de tuin. Niks geen bollen haast. Narcissen niks hebben we van dat bollenspul. Praktisch niks. Heel jammer. Kun je daar voor zorgen? Voornamelijk pionrozen Phloxen en rozen.

Hou u naast van de planten ook van dieren in de tuin?

“Ja vogeltjes. Ja tuurlijk en eekhoortjes. Zeker en kleine veldmuisjes. Ja vogels zijn er heel veel. Ja verder niks nou ja een steenmarter hebben we een keer gezien. Maar daar ben je niet zo blij mee. Die maakt veel kapot. Ja en mieren als het warm weer wordt maar niet zoveel. Niet dat ik zoveel last heb. Gisteren waar ik op bezoek die hadden ook dieren in de tuin. Konijntjes en marmotje en een hondje”

Dus een beetje leven in de tuin is wel leuk?

“Ja leven in de tuin. Mijn hele familie zijn echt natuurmensen. Mijn vader enten vroeger rozen. Die maakte van wilde rozen tamme rozen. Ik ben echt met groene vingers opgevoed. Dat kun je wel zeggen”.

Zal u graag nog wat dingen zelf in de tuin doen?

“Jazeker. Dan kocht ik een schop. Maar dat gaat niet meer. Ik heb nou dat helmkruid in de tuin staan. Ja ik weet niet of ik dat nog volhoud. Want het wordt teveel. Het wordt me teveel. Je hebt er teveel werk mee. Je kijkt er naar dan groeien ze op. Maar als je niet oppast hebben ze rupsen. Net als bij de kool. En dat moet niet. Want dan worden de blaadjes aangevreten. En dat moet ook niet. Dus dan heb je dat al weer. Dan knippen, wassen, drogen en daar heb je plek voor nodig. Daar heb je hier eigenlijk de ruimte niet voor. Je kan niet je eigen gang gaan. Dat gaat niet. Dan moet je ze nog op drank zetten en zeven. Dat is allemaal te veel werk. Das niet meer te doen. Dat wordt te veel en te lastig. Ja. Eerder hadden we grotere tuin met struiken, appelbomen, pruimenbomen perenbomen. Hadden we allemaal maar door de nieuwbouw die daar gekomen is. Moest dat weg. Dat was jammer. Ik heb daar nog pruimen van de bomen geschud maar dat kan niet meer. Er is geen boom meer en ik kan niet meer schudden”.

U zal wat fruitbomen nog wel leuk vinden?

Ja tuurlijk. Dan ging je elke morgen kijken of er wat afgevallen is. Alleen walnoten hebben we nog in de tuin staan. Die heb ik nog geraapt. Maar ach ik gebruik ze zelf praktisch niet. Ik geef ze toch weer weg. Ik heb al gezegd dit is het laatste jaar want ik heb al heel wat geraapt.

Ja en chrysanten die willen ze allemaal. Die wil iedereen wel plukken. En phloxen zijn echt lekker zoet. Lelietjes van dale die hebben we genoeg. Dat is wel in orde”.

22 Bewoner van Angeli Custodes 12-4-2017

Komt u wel eens in de tuin?

“Ja dat doe ik wel eens ja”.

Hoe vaak?

“Toch wel 1 a 2 keer in de week”.

Gaat u alleen of met anderen naar de tuin?

“Meestal alleen maar soms ook wel met iemand anders. Ligt er net aan hoe het uitkomt”.

Wat vind u fijn aan naar de tuin gaan?

“Nou dat je buiten ben in ieder geval in de buitenlucht. Dat je de vogeltjes hoort fluiten”.

Vooraf de frisse lucht vind je belangrijk?

“Ja. Ik ben altijd een buiten mens geweest. Ik had een boerderij eerder dus ja altijd buiten”.

U bent opgegroeid met het buiten leven?

“Ja in de natuur ja”.

Vond u het leuk om veel buiten te zijn?

“Ja”.

Had u zelf een boerderij?

“Ja nou ja eerst me vader en toen later ik ja. Een poosje samen. En ik ben later doorgegaan”.

Wat voor type boerderij had u?

“Koeien, Melken maar ook varkens. Nee niet zo veel maar toch wel een stuk of tachtig. Dat was niet zo groot. Tegenwoordig moet het ook zo groot zijn”.

U kwam vroeger ook veel in de weilanden?

“Ja “.

En keek u buiten veel naar de natuur?

“Ja dat ook wel ja. En rond deze tijd kievitseieren zoeken. Dat was wel een sport toen we jong waren. Maar ja toen waren er veel meer. Toen zat het hele land vol maar nou zie je er hier en daar nog één”.

Had u vroeger ook een eigen tuin?

“Ja. Een moestuin en een bloementuin”.

Die onderhield u zelf?

“Ja. Dat deed ik wel j”.

Vond u dat leuk om te doen?

“Ja ik vond het wel leuk. Maar me vrouw deed er ook veel aan. Maar ik mocht het wel graag doen”.

Als u nu buiten komt vindt u het dan nog belangrijk om te bewegen?

“Ja. Kom ook alle dagen wel buiten. Ik heb een scootmobiel dus ik kan er alle dagen wel uit. Ja”.

Gaat u naar een specifieke plek in de tuin?

“Nou nee ik kijk zo rond. En dan kijk ik even bij de grot daar. Daar kun je altijd mooi rustig zitten. Dan rij je is rond”.

U houdt wel van de rust in de tuin?

“Ja. Nou ja je komt ook altijd wel met iemand aan de praat. Ja”.

Mensen tegen komen vind u wel fijn aan het buitenzijn?

“Ja. Dat zeker”.

Waar kijkt u graag naar in de tuin?

“Naar de bloemen en de hele natuur. Ja”.

U bent wel een natuurliefhebber?

Ik heb altijd buiten gewerkt. Ja”.

Wat vind u het mooiste aan de tuin?

“Het mooiste aan de tuin. Ja dat is toch wel die grot. Dat je daar rustig kan zitten”.

Mist u iets in de tuin?

“Ik heb niet zo veel aanmerking op.”

Zou u nog steeds willen tuinieren?

“Ja dat zal ik wel willen. Maar dat kan niet meer. Ik kan geen schoffel meer vasthouden. Ik kan niet staan”.

Op hoogte tuinieren?

“Ja dat zal misschien kunnen.”.

Dat lijkt u wel leuk?

“Ja niet zo leuk als echt tuinieren maar ja nou”.

23 Interview bewoners De Scheper 11-4-2017

Ik kom een interview doen over de tuin.

“Pluktuin maken ja een pluktuin maken”.

Komt u veel in de tuin?

“Ja we wandelen er wel maar ja we mogen er niks doen”.

U zou eigenlijk wel actief wat willen doen?

“Ja een pluktuin maken. Ja kijk dit stukje heb ik ook gemaakt. Ja ik vind het heel leuk om met planten bezig te zijn”.

Heeft u vroeger ook een tuin gehad?

“Ja een hele grote. Ik ben jaren lid geweest van groen en bloei. Maar no ja nou hebben we geen tuin. Nou hebben we geen tuin meer. En ligt het plat”.

Wat vind u er fijn aan om naar buiten te gaan?

“Ja ik vind van wel. Ik vind het ook wel mooi als je wat plukken kon. Dat mensen hier die ziek zijn en slecht te been een boeketje kan geven. Wij zijn wel oud maar we kunnen nog wel goed. Dat geldt niet voor iedereen. Maar ja een pluktuin dat groeit niet altijd”.

Wat vind u mooi aan de tuin?

“Nou deze tuin. Kom maar eens kijken. Nou we hebben wel een mooie volière. De kunnen we altijd mooi zien. Kijk maar dat (gras en heggen) dat is altijd hetzelfde. En hier. En hier. Daar komen altijd éénjarige in. In dat zand. En van de gemeente die moeten ook wat werk hebben. En ze zijn geld nodig. Is naar genoeg als je zo bent. Maar het is wel een mooie tuin. Maar wat moet ik daar aan doen. Ja Een pluktuin”.

U vindt de tuin altijd hetzelfde houdt u meer van variatie?

“Ja dat zal ik ook wel leuk vinden. Ja een beetje activiteit vindt ik wel mooi. Ja ik ben lid geweest van groei en bloei vond ik prachtig”.

Het liefst zal u zelf nog tuinieren?

“ja wij zijn allebei wel oud maar we kunnen nog goed. Wat dacht jij hoe oud hij was. Hij is al 90”.

Zoekt u in de tuin de rust of komt u graag mensen tegen?

“Nou als het mooi weer is. En hondje uitlaten. Dat moet wel”.

Vindt u het leuk om naar de natuur te kijken?

“Ja. Ik vind dit mooier dan als je aan de straat zit. Ja veel meer mooier. Maar dat kan ook niet iedereen. Nee dat gaat niet”.

U bent nog graag in beweging?

Ja tuinieren maar ook bloemschikken vind ik leuk. Maar ik heb zelf nog bloembakjes gemaakt. Een paar bakjes nou dat doe ik alleen. Dan pluk ik daar wat. Ik weet niet of dat mag. Ja zo'n beetje van die buxus”.

Zit u ook graag buiten?

“Jawel. Wel graag naar buiten. Want het hondje moet naar buiten en mijn man moet ook naar buiten. Hij is een beetje doof. We hebben ook altijd buiten gewoond. Kijk op het achterste schilderijtje dat was ons huis. Helemaal buitenaf in Ramele halfweg Broekland. Ja”.

U ben van vroeger uit buitenmensen?

“Ja. Maar wat willen ze dan doen”. Ik wil een pluktuin. En die dan niet zo goed kan die kan dan mooi boeket plukken. En dan geef je dat. En het hondje mag ook mee. Maar die moet dan wel aan de lijn. Dat doen we”.

Wat deed u vroeger vooral buiten?

“Ik was naaister. Ik werkte ook er moest geld verdiend worden. Dat heb ik jaren gedaan. Ik ging met de fiets na werk. Dus dan kwam ik ook wel veel buiten”.

Vond u het mooi om dan rond te kijken?

“Jawel. Het is fijn om buiten te wonen. Kijk dat schilderij van die boerderij daar hebben we vroeger gewoon. Bij Broekland. Maar ja je wordt ouder dan moet je wat. Je kunt het niet tegenhouden”.

Vindt u het belangrijk om in beweging te blijven?

“Natuurlijk. Daar doen we het voor maar ook wel voor het hondje. Die moet ook naar buiten. Maar me man is al 90. Dat wordt minder. Wat moet je dan doen”.

Meneer: “Ik heb vroeger altijd geholpen met melken. Maar ik heb op de fabriek gewerkt dus altijd binnen”.

Mevrouw: “Je moet toch ook geld verdienen”.

Mist u naast de pluktuin nog iets?

“Ja wandelpaadjes erdoor is wel mooi. En een pluktuin vind ik ook mooi. Kun je ook nog een boeketje plukken voor mensen die dat niet kunnen. Dat vind ik wel leuk. En de vogeltjes in de tuin vind ik ook mooi”. Ik wou graag een pluktuin dan kun je ook nog eens een boeketje aan de buurvrouw geven. Maar ja je kunt alle wensen niet vervullen. Maar zo buiten is wel mooi. En ook buiten wonen is wel mooi maar heeft ook zo zijn nadelen. Toen we fietsen ja toen niks aan de hand en later hadden we een auto ja maar ja. Als je ouder wordt dan kun je dat niet meer dat is jammer. En toen zijn we verhuisd hier naartoe. Dat moet je dan toch wel en de hond ging mee. Ik kom nog wel een enkele keer op het oude huis en dan rent die toch. Dat weet ie nog. Ja maar hier heeft ie het ook goed.”.

24 Interview met bewoner Angeli Custodes 11-4-2017

Komt u hier weleens in de tuin?

“Wel is ja”.

Hoe vaak ongeveer?

“Nou één keer in de twee weken”.

Wat vindt u er fijn aan om naar de tuin te gaan?

“Gewoon eventjes eruit. Je komt op andere gedachten.”.

Zoekt u daar de rust op?

“Ja. Maar het is er altijd wel druk hoor. Loopt van alles langs. Van mij mag het hoor. Alleen is ook maar alleen”.

U vindt het wel gezellig om daar af en toe met iemand te kletsen?

“Ja.”.

Waar kijkt u buiten graag naar?

“Ach het is voor mij een stukkie natuur. En de volière staat er. Dan eventjes naar de vogeltjes kijken. Nou en de grot is er. Dan loop ik dat rondje en dan kom ik hier achter weer uit. En dan heb ik wel weer genoeg gelopen”.

Vind u het belangrijk om in beweging te blijven?

“Ja toch wel ja. Dat is wel het beste. Ik zat vaak buiten “.

Hoe houdt er wel van om lekker buiten te zitten?

“Ja. Dat vind ik wel leuk ja. Maar niet in de zon hoor. Ik zit praktisch nooit in de zon. Het liefst hier bij het scherm”..

Kwam u vroeger veel buiten?

“Vroeger wel ja. Ik heb vroeger altijd in de bouw gewerkt. Dus dan ben je automatisch veel buiten”.

En vond u het ook fijn dat u veel buiten werkte?

“Ja dat vond ik wel leuk ja. Tot op een gegeven moment was het afgelopen en ben ik gaan solliciteren bij Vroom en Dreesman en daar heb ik 50 jaar gewerkt. Dus ik weet er alles van”.

Als u vroeger buiten was wat vond u daar fijn aan?

“Och weet ik niet. Vond het wel leuk. Allerhande klussen dus beetje op ingesteld. Meerdere dingen mee omgaan dus”.

Had u vroeger een eigen tuin?

“Nou nee eigen tuin niet echt nee. Ik had er een grote volière opstaan van 13 meter”.

U bent wel een echte vogelliefhebber?

“Ja een echte vogelliefhebber. Ja. Allerhande vogels heb ik gehad. Ik ga het niet allemaal opnoemen maar waren er heel wat”.

U vindt de volière hier in de tuin ook wel leuk?

“Ja dat vind ik wel mooi. Ik ben gek op vogels zeg ik altijd”.

U heeft vroeger niet zelf getuinierd?

“Nee”

Lijkt u ook niet leuk?

“Nee “.

Het liefst zit u gewoon lekker rustig buiten?

“Net niet in de zon ja”.

Wat vindt u het mooiste aan de tuin?

“Nou wat is mooi. De bloemen hoofdzakelijk. En dat hoge spul die planten en zo”.

U houdt wel van een beetje kleur in de tuin?

“Ja toch wel. Ja.”

Mist u iets in de tuin?

“Nee niet bijzonder. Ik vind het wel goed. Er zijn bankjes genoeg. Ik weet niet of je bij de grot geweest bent. Daar staan de genoeg. En bij de volière. Daar kun je ook mooi zitten. Beetje kijken naar de vogeltjes. En dan dwaal ik weer af hier naar toe”.

Als het even kan zit u wel buiten?

“Ja meestal wel ja. Moet niet te gek worden. Niet te koude worden. Maar ja je moet er aan wennen. Ja”.

Bijlage 2 Interview begeleider dagopvang

De boerderij maakt ook gebruik van de tuin?

Ja.

Hoe vaak ongeveer?

Elke dag, bijna wel.

Hoe vaak zijn er mensen voor de dagopvang?

Ja elke dag is 4 dagen in de week namelijk de maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag. En wanneer het weer het toe laat dan ga ik wandelen. 1 keer per dag en soms 2 keer per dag. Het ligt er aan laat wij 's morgens. Hoe snel alles gaat met de koffie en de toiletgang enzo. Heb je meer tijd en het is mooi zacht weer. Dan lopen we naar Drostenkamp en de vijver. Dan maken we daar soms helemaal een beste wel grote wandeling. En wanneer we bijvoorbeeld een half uurtje hebben om te wandelen dan gaan we de tuin in. Maar het kan ook zijn dat wij 's morgens een heel eind wandelen en 's middags dan nog even naar de volière gaan. Zodat iedereen toch. Ik vind bewegen wel heel belangrijk want het remt het proces van dementie. Ze zien de seizoenen. De tuin is wel heel belangrijk.

Kun je aan de bewoners merken dat die het fijn vinden om naar de tuin te gaan?

Jazeker

Hoe?

Nou het is dan dat ik 's morgens zeg. Het is best wel mooi weer zullen we gaan wandelen. Dan antwoorden ze dat vind ik een goed idee. Er zijn natuurlijk altijd mensen die dan liever in een rolstoel zitten als lopen. Dus die zie er dan een beetje tegen op. Dan zeg ik altijd ga maar in de rolstoel en dan ga ik steeds wisselen. De ene gaat dan in de rolstoel en de andere achter de rollator. En dan vertel je ze hoe goed je het vindt dat ze zelf lopen. En hoe dat is dat het bloed gaat stromen. En dan hoor je vaak ja dat is ook zo. Je kan ook merken dat ze het leuk vinden. Ze wijzen elkaar dingen aan in de tuin zoals de bloemen. Vooral als er dahlia's staan. Die stonden vorig jaar in de pluktuin. Zo mooi. En dan vraag ik wat ze ervan weten. De namen en de kleuren in de tuin. Dan heb je het gesprek weer over de tuin en de moestuin. Dus ja we maken er veel gebruik van. Over de vogeltjes. En wat zal dat voor boom zijn. Ze vinden het echt heel fijn. En je ziet ze letterlijk tot leven komen. En ze benoemen ho het weer is. Het is vochtend of klam. Eén mevrouw zegt altijd het is stil weer. Dan zeg ik wat is stil weer. En dat kunnen we het daar weer over hebben. Ja dat buiten zijn vinden ze echt fijn.

De boerderij zal graag meer bankjes zien?

Ja heel fijn. Vooral bij de beweegtoestellen. Ja omdat ze daar weer oefeningen kunnen doen op de toestellen. Daar staan ze ervoor. Dan ben je met een aantal wandelen. Dan is het fijn als de andere mensen kunnen zitten bij het wachten. Tot dat zij op de beweegtoestellen gaan. Daar zal ik sowieso heel graag bankjes zien.

Jullie maken veel gebruik van de beweegtoestellen?

Nu niet omdat er geen bankjes staan. En dat wil je wel graag met de groep. Ik heb ook ergens anders gewerkt. En daar staan ook beweegtoestellen met bankjes. Dus ik weet dat het werkt. Ik weet gewoon dat je daar vaker gebruikt van maakt als er bankjes zijn. . Uit ervaring weet ik dat. Nu kan je gewoon niks. Want je staat er met een groep. Dus dan denk je al heel snel . Laat maar dit kan nu niet. Dan moet je al heel snel regelen dat een vrijwilliger met een aantal doorloopt naar de boerderij. Zodat jezelf met twee mensen op die beweging toestellen kan. Maar dat is allemaal ingewikkeld vaak. Ja precies ja. En ik moet ook zoveel mogelijk op de groep blijven voor het overzicht. Dus ja dat zal wel fijn zijn.

Maken jullie naast het wandelen en de bewegingstoestellen nog op andere manieren gebruik van de tuin?

Nee eigenlijk niet. Maar we zijn ook pas in september begonnen met de boerderij. Dus dat is nog niet zo erg lang. We maken wel gebruik van de bankjes bij de Drostenkamp. Als het zomers warm is is het vaak heel fijn om onder die hoge bomen koffie te drinken. Dus dan neem ik de koffie en de kopjes mee. En wanneer mensen dan komen gaan we in plaats van koffie drinken op de boerderij koffie drinken bij de vijver. Een soort koffiepiknick. En dan komen er vaak weer wandelende mensen aan. Waar je een gesprek mee hebt. Moeders met kinderen die een koekje komen halen. Dat vinden ze vaak wel heel erg leuk. En dan nemen we brood mee om de eendjes te voeren. En dat ze beste wel leuk. Het is echt een uitje. En dan is het ook lekker koel. Ze zijn dan toch buiten in het ochtendzonnetje wat ook lekker is. Dus ja dat vinden ze wel fijn.

Zouden jullie in de toekomst meer buiten willen doen qua activiteiten?

Ja. Ik zal sowieso heel graag bij de boerderij een schaduwplekje creëren. Met een overkapping of al zal het een partytent zijn. Zodat je beschut kan zitten. Mensen van die leeftijd willen niet in de wind zitten. Ze willen windvrij maar ook in de schaduw zitten. Dus dat zonnetje is eventjes wel fijn. Maar het is ook weer heel snel te warm. Dus met een overkapping of een partytent zouden we toch gebruik maken van de buitenruimte.

En actief bezig zijn in de tuin zoals tuinieren?

Nou dat zit er voor veel mensen niet in. Wat wel kan is . We zijn nu slaplantjes aan het kweken. Dat doen we nu binnen. Maar ik hoop dat we een stukje grond geschikt kunnen maken. Zodat we die slaplantjes buiten in de grond kunnen zetten. Ik ga binnenkort kleine gieters kopen. En dan hoop ik dat ze die gieter kunnen dragen. Om ook de planten buiten water kunnen geven. En ik ben nu kruiden aan het verzamelen en heb potten gekocht. Dan kunnen ze die in een etagère voor het buitenraam om de potten op te zetten. En ik hoop dan dat ze die kruiden water kunnen geven. En dan zelf sla uit de tuin halen. En met een beetje munt erbij. En misschien zelf tomaten kunnen kweken. En als er dan ook zitje komt. Dat ze weer zicht hebben op de planten en de materialen.

Met als doel om meer initiatief van de ouderen te krijgen?

Ja maar initiatief ontstaat pas wanneer ze het zien. Je moet het zichtbaar wegzetten. Ik ga binnenkort een tuinslang kopen. Een soort doucheknop zit daarop. Soort waterpistool zit erop. Dat ze daarmee ook zelf water kunnen geven. Maar dit is even kijken of dat mogelijk is. En anders kunnen ze altijd zien dat we het doen. Ik denk dat ze het heel erg leuk vinden. Wat er zitten altijd een aantal mensen die lichamelijk mobieler zijn of meer met planten hebben. En dan is het leuk al doen het maar een beperkt aantal mensen. Dan is het leuk dat ze complimenten krijgen van anderen. Wat doe je dat toch mooi of goed. Wat is de plant weer groot geworden. Dat is waar ik hoop naar toe te werken. En dat ze de kruiden kunnen ruiken. Zitten ook mensen bij met parkinson. Dus mensen met heel weinig lichamelijke mobiliteit nog. Die kunnen vaak wel goed ruiken.

Dus op een andere manier de zintuigen prikkelen?

Ja precies. Eigenlijk wil ik zoiets proberen te creëren. Of dat je met de maaltijd je eigen sla kan plukken en schoonmaken en snijden. En dat iemand anders tomaten plukt. Al wordt meestal het eten hier Angeli Custodes bereidt. Dat je toch zelf een beetje. Want een grote moestuin kan niet. Dat ik niet onderhouden ene de mensen ook niet. Daar moet een soort balans gevonden worden. Wat is geschikt. Wat kan. Wat kan niet. Maar de grootste behoefte is aan bloemen in de voortuin. De voortuin is nu alleen gras. Ik hoop dat daar meer kleur in komt. En dan elk seizoen. En dan veel bloemen en dat ze zelf met een schaar kunnen snoeien. Ik merk dat dat voor hun een hele leuk activiteit is. Sowieso twee keer in de maand bloemschikken of plantenbakken maken. Doe ik nu ook maar is natuurlijk geweldig als je dat uit de eigen tuin kunt halen. En dat is voor hun ook weer. Niet alleen de beweging van de natuur. Maar ze bewegen en maken contact elkaar. Ze praten dan over de bloem. Communiceren is natuurlijk moeilijk voor mensen van de doelgroep met dementie. Waar ik mee werk. Dus daar komt communicatie door op gang. Het is niet alleen de beleving van de natuur maar ook de beweging en het sociale. Ja precies. Ik kan niet wachten tot de tuin is ingericht. Maar ja ze kunnen niet alles meer. Hopelijk watergeven en het plukken van de bloemen. Maar schoffelen en dergelijk dat kan niet. Bukken lukt. Dus met moestuinbakken en watergeven moet wel lukken. Het is afwachten.

Is het doel ook om herinneringen van vroeger op te halen?

Ja meer de communicatie . En dat kan dan over vroeger. Hoe deed je dat vroeger.

Jullie wouden ook graag iets met dieren bij de dagopvang?

Ik zal graag kippen hebben. Dat is leven en dat is mooi om te zien. Het is natuurlijk prachtig om mensen zelf dat eitje te laten uithalen. En zelf de kippen voeren. Dat zal ik wel aardig leuk vinden.

Met als doel om de ouderen in beweging te krijgen?

Ja dat het voer uitstrooien en het doet mensen goed om te zorgen. Het doet iedereen goed. Je krijgt er een goed door om te zorgen. De mensen waar ik mee werken kunnen natuurlijk heel weinig uit zichzelf. Maar ik denk dat activiteiten met de kippen herkenbaar zijn. Dat je eigenlijk weer gebruik maakt van hun onderliggende bewustzijn. Dat is gewoon aanwezig. Dat haal je weer naar boven. Het naar boven van hetgene wat aanwezig is. Dat is eigenlijk hetzelfde als je een bal gooit naar ze . Ze zullen denken ik kan het niet vangen maar als je de bal gooit gaan ze toch vangen. Dat is nog gewoon aanwezig. En ik probeer altijd dat wat aanwezig is probeer ik na weer na boven te krijgen. Het onbewuste.

Kun je het effect ook merken in het gedrag en het initiatief ?

Dat kan je bereiken door het onbewuste gedrag aan te spreken. Ze zullen niet denken ik doe het hokje open om de schoffel te pakken. Die schoffel is uit beeld dat werkt niet. Maar heb je daar een tafel staan met kruiden en viezigheid en je legt er een stoffer en blik bij. Dan gaat het vanzelf. Maar ze vragen niet heb je stoffer en blik. Wanneer je het erbij legt denken ze goh ik kan dat afstoffen. En zo werkt het ook met de gieter. Zo probeer ik hoop ik dat het lukt. Op die manier help je ze initiatief te nemen. Het moet zichtbaar zijn. Je moet zo constant triggeren. Je moet ze iets geven waardoor ze die handeling gaan doen. Iets met water in de tuin zal ik ook wel willen .Daar komt leven op af. Daar komen volgens op af. Daardoor worden ze weer wakker. Omdat ze een vogel zien baderen. Dat hoop ik met de boerderij te bereiken. Door het zelf te verbouwen of te laten zien kun je nog veel meer triggeren bij de ouderen. Ik vind het heel spannend wat ze gaan bereiken.

Bijlage 3 Zorgpakketten

De overheid hanteert het Zzp-systeem om te beoordelen hoeveel zorg een oudere nodig heeft. Hieronder is kort samengevat wat verschillende Zzp-klassen inhouden (BTSG, 2017):

- Zzp1 of Zzp2
 - Dit is een oudere indicatie van voor 2013. Ouderen die deze indicatie had hebben nog steeds recht op deze zorg. Tegenwoordig worden deze klassen niet meer gehanteerd.
- Zzp3
 - Begeleiding nodig bij dagelijkse verzorging.
- Zzp4
 - 24-uurs zorg noodzakelijk
- Zzp5
 - Zeer intensieve zorg voor mensen met geestelijke klachten
- Zzp6
 - Uitgebreide zorg verpleging en verzorging voor mensen met somatische klachten
- Zzp7
 - Beschermd wonen met zeer intensieve zorg voor mensen met geestelijke klachten
- Zzp8
 - Zeer intensieve zorg en verpleging voor mensen met lichamelijke klachten
- Zzp9
 - Mensen met tijdelijk zeer intensieve verpleging en verzorging na bijvoorbeeld een operatie
- Zzp10
 - Zorg gericht op naderend levenseinde.

© Copyright 2016, Stichting Aeres Groep. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van Aeres.



Stadhuisplein 40, 1315 XA Almere
Stadhuisstraat 18, 1315 HC Almere
088 020 6300
aereshogeschool.nl/almere
info.hogeschool.almere@aeres.nl