

Utrechtse Wetenschapswinkels,
voor maatschappijgericht onderzoek

Groen in de ouderenzorg

Renske Diek, Annemarie Garssen, Mariken Heitman, Marc van Loon en Maaïke Weijters

P-UB-2004-08

Wetenschapswinkel Biologie

Centrum voor Bèta-Didactiek, Universiteit Utrecht

Groen in de ouderenzorg

Verkennd onderzoek naar activiteiten gericht op natuurbeleving bij ouderen

**Renske Diek, Annemarie Garssen, Mariken Heitman,
Marc van Loon en Maaïke Weijters
(auteursnamen vermeld op alfabetische volgorde)**

*Wetenschapswinkel Biologie, Universiteit Utrecht
Centrum voor Bèta-Didactiek, Universiteit Utrecht*

Augustus 2004

P-UB-2004-08

Colofon

<i>Rapportnummer</i>	P-UB-2004-08
<i>ISBN</i>	90-5209-142-0
<i>Prijs</i>	€ 6,50
<i>Verschenen</i>	augustus 2004
<i>Druk</i>	eerste
<i>Titel</i>	Groen in de ouderenzorg <i>Verkendend onderzoek naar activiteiten gericht op natuurbeleving bij ouderen</i>
<i>Auteur</i>	Renske Diek, Annemarie Garsen, Mariken Heitman, Marc van Loon en Maaïke Weijters (auteursnamen vermeld op alfabetische volgorde)
<i>Uitgever</i>	Wetenschapswinkel Biologie, Universiteit Utrecht Padualaan 8, 3584 CH Utrecht. tel. 030-2537363 www.bio.uu.nl/wetenschapswinkel
<i>Begeleider</i>	Dr. J.J.S. Broertjes, Centrum voor Bèta-Didactiek, Universiteit Utrecht
<i>Projectcoördinator/ redactie</i>	Drs. S. Verheijen, Wetenschapswinkel Biologie, Universiteit Utrecht
<i>Opdrachtgever</i>	J. Bolck, Stichting Natuurlijk Genieten, Hilversum
<i>Illustratie omslag</i>	Stichting Natuurlijk Genieten, Hilversum
<i>Vormgever omslag</i>	F.G. Kuijer, Afdeling B & V, Faculteit Biologie, Universiteit Utrecht
<i>Reproductie</i>	Repro FSB, Universiteit Utrecht
<i>Copyright</i>	Het is niet toegestaan (gedeelten van) deze uitgaven te vermenigvuldigen door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze dan ook. Overname van gedeelten van de tekst, mits met bronvermelding, is wel toegestaan. Toezending van een bewijsexemplaar wordt zeer op prijs gesteld.

Inhoudsopgave

Voorwoord	5
Samenvatting	7
1 Inleiding	9
1.1 <i>achtergrond</i>	9
1.2 <i>probleemstelling</i>	9
1.3 <i>afbakening</i>	10
1.4 <i>leeswijzer</i>	10
2 Opzet van het onderzoek	11
2.1 <i>dataverzamelingsmethoden</i>	11
2.2 <i>bronnenonderzoek</i>	11
2.3 <i>telefonische vraaggesprekken</i>	12
3 Kenmerken van ouder worden	15
3.1 <i>ouderen in de intramurale zorg</i>	15
3.2 <i>lichamelijke beperkingen en levensgebeurtenissen</i>	15
3.3 <i>andere problemen</i>	16
3.4 <i>dementie</i>	16
4 Natuurbeleving	18
4.1 <i>waarderingstheorie</i>	18
4.2 <i>natuurbelevingwaarden</i>	19
4.3 <i>waardering van natuur</i>	19
4.4 <i>natuur bij herstel van ziekte</i>	20
5 Natuurbeleving bij ouderen	21
5.1 <i>herkenbaarheid en betrokkenheid</i>	21
5.2 <i>aanwezigheid van dieren</i>	21

5.3	<i>tuintherapie</i>	22
5.4	<i>groenkamers</i>	22
6	Categorisering van natuuractiviteiten	24
6.1	<i>indeling op effecten</i>	24
6.2	<i>indeling op natuurbeleving</i>	25
7	Resultaten	26
8	Discussie	29
8.1	<i>onderzoeksopzet</i>	29
8.2	<i>meerwaarde van natuuractiviteiten</i>	29
9	Conclusies	31
10	Aanbevelingen	34
10.1	<i>verder onderzoek naar natuuractiviteiten</i>	34
10.2	<i>doelgroepen</i>	34
10.3	<i>ideeën voor natuuractiviteiten</i>	34
10.4	<i>aandachtspunten voor organisatie natuuractiviteiten</i>	35
	Literatuurlijst	37
	Bijlagen	39
1	<i>Interview met tuintherapiedeskundige Hans Schuman</i>	
2	<i>Lijst van benaderde instellingen</i>	
3	<i>Vragenlijst</i>	
4	<i>Resultaten natuuractiviteitenlijst</i>	
5	<i>Resultaten vragenlijst</i>	
6	<i>Vragenlijst voor verdere inventarisatie van natuuractiviteiten</i>	

Voorwoord

Binnen het kader van de bachelor cursus 'De onderzoeker als adviseur' hebben wij een onderzoek verricht voor de Stichting Natuurlijk Genieten. Het project is uitgevoerd via de Wetenschapswinkel Biologie, en begeleid vanuit het Centrum voor Bèta-Didactiek, Universiteit Utrecht.

Graag willen wij onze inhoudelijk en projectbegeleider Sonja Verheijen bedanken voor haar steun en goede aanwijzingen betreffende de structuur en inhoud van het rapport. Ook willen wij onze inhoudelijk begeleider Jan Broertjes bedanken voor zijn goede raad betreffende de inhoud van het rapport. Verder willen wij de opdrachtgever, Jeannette Bolck, bedanken voor haar tips en de enthousiaste manier waarop ze de opdracht aan ons voorlegde. Daarnaast willen wij de heer H. Schuman bedanken voor zijn tijd en waardevolle informatie. Natuurlijk bedanken we ook alle activiteitenbegeleiders die ons telefonisch te woord stonden, en ons geholpen hebben met het beantwoorden van onze vragen.

Renske Diek

Annemarie Garssen

Mariken Heitman

Marc van Loon

Maike Weijters

Utrecht, augustus 2004

Samenvatting

Dit rapport gaat in op de vraag of natuurbeleving een heilzame werking op ouderen heeft. Daarbij is geïnterviewd wat voor 'groene' activiteiten nu georganiseerd worden binnen de intramurale zorg. Opdrachtgever voor dit onderzoek is de Stichting Natuurlijk Genieten (SNG). Deze stichting zet zich in voor natuurbeleving bij ouderen in de intramurale zorg, onder andere door het geven van cursussen voor activiteitenbegeleiders en vrijwilligers. De stichting wil daarom graag weten of de waarde van natuurbeleving bij ouderen wetenschappelijk onderbouwd kan worden. Daarnaast wil zij zicht krijgen op wat voor natuur- of groenactiviteiten er tot nog toe in Nederland georganiseerd zijn of worden. Deze twee aandachtspunten zijn samengevat in de volgende probleemstelling: Wat is de meerwaarde van natuurbeleving bij ouderen en hoe wordt daarmee omgegaan in zorginstellingen?

Het onderzoek is daarom ook opgedeeld in twee delen. Het eerste deel gaat in op de meerwaarde van natuurbeleving bij ouderen (75+ in de intramurale zorg). Of deze meerwaarde op een wetenschappelijke manier te onderbouwen is, is onderzocht met behulp van een bronnenonderzoek. Het tweede deel omvat een inventarisatie van de huidige initiatieven op het gebied van natuuractiviteiten in zorginstellingen. Deze inventarisatie is gemaakt op basis van de resultaten uit telefonische vraaggesprekken met activiteitenbegeleiders van veertig intramurale zorginstellingen (verzorgings- en verpleeghuizen), verspreid over Nederland.

Uit de literatuurstudie komt naar voren dat oudere mensen over het algemeen gevoeliger zijn voor hun omgeving dan jongeren, en vaker te maken krijgen met eenzaamheid, depressie of dementie. Daarom hebben juist zij baat bij natuuractiviteiten, zoals een groenkamer, tuintherapie en / of contact met dieren. Het blijkt dat de positieve effecten van natuuractiviteiten op te delen zijn in zes categorieën:

- Herinneringen
- Vervulling sociale behoeften
- Gevoel van eigenwaarde
- Stimulering zintuigen
- Genezing
- Opdoen van kennis

Deze categorieën zijn gebruikt om de resultaten van de telefonische vraaggesprekken te structureren.

Het blijkt dat 88% van de ondervraagde instellingen natuuractiviteiten organiseert. De meest voorkomende activiteiten zijn bloemschikken (95%), natuurfilms bekijken (70%), wandelen (68%) en

seizoenstafels maken (60%). Door zulke activiteiten te rangschikken binnen de zes genoemde categorieën, valt op dat niet alle mogelijke positieve effecten van natuuractiviteiten benut worden. Zo worden er maar weinig activiteiten georganiseerd die vallen onder de categorieën 'Opdoen van kennis' en 'Stimulering zintuigen'.

Uit de gegevens die met het bronnenonderzoek en de telefonische vraaggesprekken verzameld zijn, wordt geconcludeerd dat natuuractiviteiten zeker belangrijke positieve effecten hebben op de deelnemende ouderen. Of natuuractiviteiten een meerwaarde hebben ten opzichte van andere activiteiten is echter sterk persoonsafhankelijk. Daarom wordt aan intramurale zorginstellingen aangeraden om zowel natuuractiviteiten als andersoortige activiteiten aan te bieden. Activiteitenbegeleiders geven aan dat zij geïnteresseerd zijn in informatie over de mogelijkheden en effecten van natuuractiviteiten.

Op basis van dit onderzoek zijn vervolgens aanbevelingen gedaan aan de Stichting Natuurlijk Genieten. Zo zou de stichting verder kunnen werken aan het faciliteren van natuuractiviteiten binnen zorginstellingen door een centrale databank met (voorbeelden van) natuuractiviteiten op te zetten en te beheren. Het advies aan de SNG is dan ook om de inventarisatie van natuuractiviteiten voort te zetten, opdat de stichting in de toekomst een overzicht van mogelijke natuuractiviteiten beschikbaar kan stellen aan professionals of particulieren die hiermee aan de slag willen gaan. Daarom is de vragenlijst die voor dit onderzoek is opgesteld, aangevuld met een aantal praktische vragen zodat de SNG deze kan gaan gebruiken voor het verzamelen van vooral ook praktijkgerichte informatie over natuuractiviteiten die in Nederland plaats vinden of hebben gevonden.

Tevens wordt een aantal aandachtspunten voor verdere verdieping van het onderwerp naar voren gebracht: zo wordt onder andere aangeraden verder onderzoek te (laten) doen naar de wensen van de ouderen zelf.

Inleiding

Even de hond uitlaten in het bos, een fietstocht of een picknick. Vanzelfsprekende dingen voor de meeste mensen, maar niet voor ouderen die in de intramurale zorg verblijven. Zij zijn afhankelijk van activiteiten die voor hen georganiseerd worden.

1.1 achtergrond

Dit rapport is tot stand gekomen in opdracht van de Stichting Natuurlijk Genieten (SNG). Doel van deze stichting is een brug slaan tussen ouderen en de natuur. De ervaring van betrokkenen bij de stichting is namelijk dat ouderen de aanwezigheid van de natuur in hun directe leefomgeving erg waarderen. Het lijkt zelfs zo te zijn dat activiteiten die met natuur te maken hebben een heilzame en ontspannende werking op oudere (soms dementerende) mensen hebben. Daarom is de stichting ervan overtuigd dat natuurbeleving ouderen helpt om in contact te blijven met de wereld om hen heen.

De Stichting Natuurlijk Genieten heeft de Wetenschapswinkel Biologie van de Universiteit Utrecht gevraagd om te (laten) onderzoeken wat de meerwaarde van natuurbeleving bij ouderen is, en hoe daar in de zorg mee wordt omgegaan. Reden voor deze onderzoeksaanvraag is dat de stichting het van belang vindt dat de waardering van natuurbeleving door ouderen ook wetenschappelijk onderbouwd wordt. Daarnaast wil de SNG graag zicht krijgen op wat voor natuur- of groenactiviteiten er tot nog toe in Nederland georganiseerd zijn of worden.

1.2 probleemstelling

De onderzoeksaanvraag van de Stichting Natuurlijk Genieten is uitgewerkt tot de volgende hoofdvraag:

Wat is de meerwaarde van natuurbeleving bij ouderen en hoe wordt daarmee omgegaan in zorginstellingen?

Dit onderzoek kent daarmee een tweeledig doel. Enerzijds de waarde van natuurbeleving bij ouderen in de intramurale zorg niet alleen vanuit de praktijk maar, indien mogelijk, ook wetenschappelijk onderbouwen. Anderzijds het opzetten van een methode om activiteiten gericht op natuurbeleving bij

ouderen te inventariseren. Hiermee kan een verkennende inventarisatie worden gedaan, waaruit vervolgens kan blijken of deze methode in de toekomst eventueel ook door de Stichting Natuurlijk Genieten kan worden gebruikt.

De volgende onderzoeksvragen zijn geformuleerd:

- Wat zijn de kenmerken van de groep ouderen waar het in dit onderzoek om draait?
- Hoe valt natuurbeleving bij ouderen te definiëren?
- Kan de meerwaarde van natuuractiviteiten voor ouderen wetenschappelijk onderbouwd worden?
- Aan welke criteria moeten natuuractiviteiten voor ouderen voldoen om natuurbeleving te stimuleren?
- Welke initiatieven zijn er tot nu toe met betrekking tot natuuractiviteiten voor ouderen in Nederlandse zorginstellingen genomen?
- Hoe bekend is de mogelijkheid van natuuractiviteiten bij de activiteitenbegeleiders in de ouderenzorg?
- Kan een inventarisatie van mogelijke activiteiten met betrekking tot natuurbeleving in de ouderenzorg, het aanbod van deze dagbesteding stimuleren?
- Hoe kunnen initiatieven ingedeeld en opgespoord worden door de Stichting Natuurlijk Genieten?

1.3 afbakening

De initiatieven van de Stichting Natuurlijk Genieten zijn voornamelijk gericht op natuurbeleving bij ouderen van 75 jaar en ouder in de intramurale zorg (verzorgings- en verpleegtehuizen). Het is vaak juist deze groep ouderen die niet meer zelfstandig activiteiten op het gebied van natuur kunnen ondernemen, maar hierbij hulp van anderen nodig hebben. Daarom is dit onderzoek gericht op juist die groep ouderen, om zo aan te sluiten bij het werkgebied van de stichting, en dus een gericht advies te kunnen formuleren.

1.4 leeswijzer

In hoofdstuk 2 wordt de keuze voor bronnenonderzoek en telefonische vraaggesprekken als dataverzamelmethode toegelicht. Daarna volgen vier hoofdstukken waarin diverse gegevens uit het bronnenonderzoek besproken worden, in vergelijkbare volgorde als de onderzoeksvragen. Hoofdstukken 3, 4, 5 en 6 gaan daarom respectievelijk in op de kenmerken van de categorie ouderen waar het in dit onderzoek om gaat, op natuurbeleving in het algemeen, op natuurbeleving specifiek bij ouderen en op categorisering van natuuractiviteiten. De resultaten uit de telefonische vraaggesprekken staan in hoofdstuk 7. In hoofdstuk 8 en 9 volgen de discussie en de conclusies uit dit onderzoek. Hoofdstuk 10 ten slotte, bevat de aanbevelingen richting de Stichting Natuurlijk Genieten en andere betrokkenen bij de intramurale zorg voor ouderen.

Opzet van het onderzoek

2.1 dataverzamelingmethoden

Bij de keuze voor dataverzamelingmethoden is steeds een afweging gemaakt tussen de onderzoeksvragen, de beschikbare tijd voor dit onderzoek en de mogelijkheden van de diverse methoden [Baarda, 2000; Baarda et al., 2000]. Voor het beantwoorden van de deelvragen zijn uiteindelijk twee verschillende dataverzamelingmethoden gebruikt; een bronnenonderzoek en telefonische vraaggesprekken. Deze twee methoden werden parallel gebruikt, zodat de gegevens al tijdens de dataverzameling met elkaar vergeleken konden worden. Zo konden beide dataverzamelingmethoden op elkaar afgestemd worden.

Er is voor een bronnenonderzoek gekozen om de eerste vier onderzoeksvragen te onderzoeken, aangezien hiervoor een inhoudelijke verdieping vanuit de wetenschappelijke literatuur nodig is. Daarnaast is voor het houden van telefonische vraaggesprekken gekozen om de laatste vier onderzoeksvragen te onderzoeken, omdat daarvoor navraag gedaan moest worden bij medewerkers van verzorgings- en verpleeghuizen. Om de gegevens uit de interviews snel met elkaar te kunnen vergelijken, is gebruik gemaakt van een gestructureerde interviewvorm met een vragenlijst. Waar nodig is daarbij door de onderzoekers op de gegeven antwoorden doorgevraagd.

2.2 bronnenonderzoek

2.2.1 literatuurstudie

Literatuur is gevonden via zoekmachines en via referenties in al aanwezige literatuur. Er is gezocht met behulp van internetzoekmachines zoals psycINFO en JSTOR, met als zoektermen onder meer aging, QOL (quality of life), ouderen, groen, natuurbeleving. De publicaties zijn vervolgens achterhaald met behulp van JSTOR (Journal Storage), de UBU (Universiteits Bibliotheek Utrecht) of via de auteurs.

2.2.2 symposium

In de beginfase van het onderzoek hebben alle onderzoekers het symposium 'Ouderen actief in Groenkamers' op zorginstelling 'de Schoterhof' in Haarlem bezocht. Op dit symposium waren vrijwilligers, activiteitenbegeleiders, directieleden en tuinrichters aanwezig. Tijdens diverse lezingen en workshops spraken zowel onderzoekers als uitvoerders van natuuractiviteiten over de behoefte aan natuuractiviteiten

voor ouderen in de zorg. Voor het onderzoek bleek vooral een lezing over een onderzoek naar de invloed van groenkamers in een zorginstelling van belang. Verder werd duidelijk wat knelpunten zijn in de uitvoering van natuuractiviteiten.

2.2.3 interview

Op aanraden van de opdrachtgever is verder nog contact gezocht met dhr. Hans Schuman, deskundige op het gebied van tuintherapie, met name voor visueel gehandicapten. Schuman heeft bovendien in samenwerking met de SNG cursussen ontwikkeld om mensen met beperkingen te stimuleren in het tuinieren. Om goed te kunnen doorvragen naar kennis en ervaring is in dit geval gekozen voor een diepte-interview. Hiervoor is een aparte vragenlijst opgesteld, waarbij de vragen zijn geformuleerd naar aanleiding van de informatie die op dat moment vanuit de literatuurstudie beschikbaar was. Een weergave van het interview is opgenomen in bijlage 1. Bovendien is gebruik gemaakt van het door Schuman [1998] geschreven boek over deze materie.

2.3 telefonische vraaggesprekken

Gezien de tijdsduur van het onderzoek was een inventarisatie waarbij alle Nederlandse verzorgings- en verpleeghuizen ondervraagd werden, niet haalbaar. Daarom is besloten om een steekproef te nemen van veertig instellingen, verspreid over Nederland. Dit laatste is van belang, omdat het zou kunnen dat instellingen uit bepaalde provincies meer aan natuuractiviteiten doen, omdat er eenvoudigweg meer natuur voor handen is in de directe omgeving. Als alleen die instellingen benaderd zouden worden, zou dit dus een vertekend beeld kunnen opleveren.

Voor het kiezen van de steekproef is gebruik gemaakt van de gids 'Kijk op wonen en zorg' [Stichting Verzorgen van Wonen en Zorg, 2002]. Hieruit zijn per provincie een aantal verzorgings- en verpleeghuizen van wisselende grootte (aantal bedden / verzorgingsplaatsen) geselecteerd. Om te voorkomen dat de omvang van de instellingen het beeld zou kunnen vertekenen zijn afwisselend kleine instellingen (minder dan 80 verzorgingsplaatsen), middelgrote instellingen (tussen de 80 en 160 verzorgingsplaatsen) en grote instellingen (meer dan 160 verzorgingsplaatsen) benaderd. Deze informatie is steeds gecontroleerd met de laatste vraag van de vragenlijst.

Alle instellingen werden telefonisch benaderd, waarbij gevraagd werd naar (een van) de activiteitenbegeleider(s) (AB'er). Binnen de instellingen zijn het namelijk de AB'ers die zich structureel bezig houden met (het organiseren van) activiteiten voor de bewoners. Bijlage 2 bevat een lijst van de ondervraagde instellingen.

2.3.1 opzet van de vragenlijst

Bij het houden van de telefonische vraaggesprekken is gebruik gemaakt van een vragenlijst. Deze vragenlijst is opgesteld op basis van de gesprekken met de opdrachtgever en de eerste resultaten uit de literatuurstudie. Daarna is de vragenlijst gepretest bij drie van de veertig instellingen. Zo is gekeken of de vragen goed liepen, of ze niet voor meerdere interpretaties vatbaar waren en of met deze dataverzamelmethode de juiste personen bereikt werden. Het bleek dat activiteitenbegeleiders zoals verwacht in de regel de eindverantwoordelijken en / of initiatiefnemers binnen de instellingen zijn voor natuuractiviteiten. Daarom is besloten om het onderzoek op deze manier voort te zetten, en juist hen met de vragenlijst te benaderen.

Aangezien uit de pretest bleek dat de vragenlijst slechts minieme aanpassingen behoefde, zijn de gegevens uit de pretest naderhand bij de andere resultaten gevoegd. Bijlage 3 bevat de versie van de vragenlijst na de pretest. Alle genoemde natuuractiviteiten werden aangekruist of genoteerd op een aparte natuuractiviteitenlijst. Deze activiteitenlijst is tijdens het onderzoek continu aangescherpt en bijgesteld. De definitieve versie is opgenomen in bijlage 4.

Hieronder worden alle vragen uit de vragenlijst doorgesproken. Per vraag wordt uitgelegd waarom juist deze vraag gesteld wordt.

De vragenlijst begint met een algemene inleiding, waarin wordt verteld wat de context van het onderzoek is. Vervolgens wordt gevraagd naar (een van) de activiteitenbegeleider(s).

De eerste vraag is: Worden er in uw huis natuuractiviteiten georganiseerd?

- Als het antwoord op de eerste vraag "Nee" is:

Aan wat voor activiteiten denkt u als u natuuractiviteiten hoort?

- Vervolgens wordt uitgelegd wat onder natuuractiviteiten verstaan wordt:

Met natuuractiviteiten bedoelen we alle activiteiten die iets met natuur te maken hebben. Zoals natuurlijk buitenactiviteiten, maar ook natuurfilms kijken en bloemschikken. Vinden dit soort activiteiten bij u plaats?

- Als op deze vraag een positief antwoord gegeven wordt, wordt doorgevraagd welke activiteiten ondernomen worden.

Welke natuuractiviteiten heeft u in het verleden ondernomen?

Waarom onderneemt u die nu niet meer?

- Activiteiten worden aangekruist of genoteerd op de natuuractiviteitenlijst (zie bijlage 4). Er wordt specifiek gevraagd naar reden(en) om op dit moment die activiteiten niet aan te bieden, omdat dit inzicht geeft in mogelijke problemen bij het organiseren van zulke activiteiten.

Heeft u in principe interesse in natuuractiviteiten?

Wie zou verantwoordelijk moeten zijn voor dergelijke activiteiten binnen een instelling?

Wat zijn problemen waar u verwacht tegenaan te lopen wanneer er initiatieven tot activiteiten met een groen karakter zouden worden ondernomen?

- Deze vragen vragen naar of er bij de betreffende activiteitenbegeleider (nog) interesse is voor natuuractiviteiten, waar de verantwoordelijkheid daarvoor dan zou moeten liggen, en waar zich eventuele problemen zouden kunnen voordoen.

- Als het antwoord op de eerste vraag (zie boven) "Ja" is:

Welke activiteiten met een groen karakter worden zoal ondernomen?

- Activiteiten worden aangekruist of genoteerd op de natuuractiviteitenlijst (zie bijlage 4). Vervolgens wordt uitgelegd wat onder natuuractiviteiten verstaan wordt:

Met natuuractiviteiten bedoelen we alle activiteiten die iets met natuur te maken hebben. Zoals natuurlijk buitenactiviteiten, maar ook natuurfilms kijken en bloemschikken.

Welke natuuractiviteiten heeft u in het verleden ondernomen?

Waarom onderneemt u deze niet meer?

- Er wordt specifiek gevraagd naar reden(en) om op dit moment die activiteiten niet aan te bieden, omdat dit inzicht geeft in mogelijke problemen bij het organiseren van zulke activiteiten.

Hoe lang onderneemt u deze activiteiten al?

Wat is naar uw mening de invloed van deze activiteiten op de deelnemende ouders?

- Deze vragen worden gesteld om te kijken of de ervaringen van mensen die er in de praktijk meewerken, aansluiten bij de bevindingen uit de wetenschappelijke literatuur.

Hoe is het gesteld met de deelname van de bewoners aan deze activiteiten?

- Hiermee wordt gekeken of er interesse is vanuit de ouderen, en of hier mogelijk een probleem ligt bij de organisatie van natuuractiviteiten voor ouderen. Deze vraag wordt gesteld naar aanleiding van de in de pretest gegeven antwoorden.

De tweede vraag is: Wie is er verantwoordelijk voor de activiteiten in uw huis? Wie bepalen welke activiteiten er worden gedaan?

- Dat bepaalt de AB'er die op dat moment werkt.
- Er wordt een schema afgewerkt.
- De activiteiten worden naar de wensen van de bewoners gedaan.
- Dit is een meerkeuzevraag.

Waar komt de kennis / inspiratie vandaan voor het bedenken van nieuwe activiteiten?

Wordt er in uw opleiding specifiek aandacht besteed aan de mogelijkheden van natuuractiviteiten?

- Met deze vragen wordt gekeken wie het initiatief neemt voor natuuractiviteiten en waar de activiteiten op gebaseerd worden.

De derde vraag is: Denkt u dat er een meerwaarde aan deze activiteiten verbonden is, ten opzichte van andere activiteiten? Waarom wel / niet?

Wat verstaat u onder meerwaarde?

Zijn er andere activiteiten waar u een dergelijke meerwaarde aan zou toekennen?

- Het vragen naar de gesignaleerde meerwaarde van natuuractiviteiten dient om de praktijkervaringen van de AB'ers te vergelijken met eventueel de in de literatuur gevonden effecten. Ook wordt gekeken of activiteiten die niet natuurgerelateerd zijn volgens de AB'ers dezelfde effecten hebben, aangezien zij mogelijk geen natuuractiviteiten organiseren als gelijke effecten ook op een andere manier bewerkstelligd kunnen worden.

Ten slotte wordt gevraagd: Hoeveel verzorgingsplaatsen telt uw instelling?

- Deze vraag is ter controle van de omvang van de ondervraagde instelling.

2.3.2 verwerking van de vragenlijst

Al bij de pretest bleek dat de antwoorden op de eerste en derde vraag (onder andere het aankruisen op de activiteitenlijst, zie bijlage 4) vaak zeer divers zijn. Voor het verwerken van de verzamelde gegevens is gezocht naar een manier om alle genoemde activiteiten en effecten te kunnen categoriseren. Een methode daarvoor werd gevonden in de literatuur; daaruit zijn zes categorieën gedestilleerd (zie hoofdstuk 6).

Kenmerken van ouder worden

Ouder worden komt veelal met gebreken. Daardoor kan de relatie die iemand heeft met zijn of haar omgeving veranderen. Als het zicht en het gehoor afnemen, worden ook het oriëntatievermogen en het evenwichtsgevoel minder. Dit zorgt ervoor dat juist ouderen erg gevoelig zijn voor hun directe fysieke omgeving. Deze gevoeligheid voor omgevingsinvloeden wordt versterkt wanneer iemand aan dementie lijdt. In dit hoofdstuk worden deze problemen in kaart gebracht.

3.1 ouderen in de intramurale zorg

Momenteel telt Nederland 333 verpleeghuizen met ongeveer 60.000 bedden. Daarnaast zijn er 1346 verzorgingshuizen, met in totaal 109.000 verzorgingsplaatsen [Centraal Bureau voor de Statistiek, 2004]. Van alle mensen boven de 65 jaar heeft zeven procent hulp nodig bij zelfzorgactiviteiten. Het gaat dan meestal om ouderen die opgenomen zijn in een verpleeg- of verzorgingshuis [Enders-Slegers, 2000]. De therapie in verpleeghuizen is in het algemeen gericht op het optimaliseren van de lichamelijke toestand van de patiënt. Eventuele psychiatrische complicaties (depressie, hallucinaties) worden vaak behandeld met medicijnen.

In de huidige Nederlandse opvattingen over verpleeghuiszorg ligt het accent op het aanbieden van een 'woonfunctie' waar speciale zorg wordt verleend. De laatste jaren zijn vele innovatieprojecten in de ouderenzorg in gang gezet. In het huidige zorgconcept respecteert men de autonomie van de bewoner zoveel mogelijk. Hierbij is het doel de (resterende) vaardigheden te stimuleren en de bewoners een optimale leefomgeving aan te bieden [Enders-Slegers, 2000]. Een omgeving die voorziet in voldoende persoonlijke aanknopingspunten om het eigen welbevinden op peil te houden, wordt gezien als een 'kansrijke omgeving'. Een kansrijke omgeving is daarnaast een omgeving waarin het individu de gelegenheid heeft om een eigen aanpak te kiezen. Ruimte voor eigen keuzes is noodzakelijk om de mogelijkheden van een kansrijke omgeving optimaal te benutten [Andreoli, 2003].

3.2 lichamelijke beperkingen en levensgebeurtenissen

Ouder worden gaat meestal gepaard met het optreden van 'normale' ouderdomsverschijnselen, zoals de achteruitgang van lichamelijke functies als gezichtsvermogen en gehoor. Behalve door dit

'normale' verouderingsproces kan de kwaliteit van leven verder ook beïnvloed worden door ernstige (levensbedreigende) ziekten en eindstadia van eerder in het leven opgedane kwalen, zoals diabetes, reuma, hart- en vaatziekten [Enders-Slegers, 2000].

Met het achteruitgaan van het lichamelijk functioneren treden soms psychosociale problemen op. Ouderen die veel problemen ondervinden bij de uitvoering van algemene dagelijkse lichamelijke activiteiten, blijken bijvoorbeeld meer psychosociale problemen te hebben dan ouderen die deze problemen niet ondervinden [Enders-Slegers, 2000].

Naast lichamelijke beperkingen die het geestelijk vermogen kunnen aantasten, zijn ook zogeheten levensgebeurtenissen van belang. Het evenwicht tussen individu en de omgeving kan hierdoor ernstig verstoord worden. Bovendien hebben stressvolle omstandigheden over het algemeen een grotere invloed op ouderen dan op jongeren. Levensgebeurtenissen die mensen tussen de zeventig en tachtig jaar kunnen meemaken zijn vooral het verlies van of ernstige ziekte bij dierbaren. Het verlies van een partner heeft vaak een gezondheidsbedreigende invloed [Weiss, 1973].

Eenzaamheid komt veel voor onder de ouderen, en is een belangrijke voorspeller van depressie. Verschillende onderzoeken laten zien dat voldoende emotionele en sociale steun de negatieve effecten van stress kan verminderen, en zo de gezondheid van ouderen kan bevorderen [Enders-Slegers, 2000].

3.3 andere problemen

Naast de duidelijke lichamelijke en / of mentale problemen, lijden ouderen vaak ook aan klachten die niet altijd door zorgverleners herkend worden. Een voorbeeld hiervan zijn pijnklachten.

In een onderzoek van Jakobsson et al. [2003] bijvoorbeeld, zijn twee groepen ouderen van 75 jaar en ouder vergeleken. De ene groep ervoer geen pijn, de andere groep wel. Vervolgens werd een aantal kenmerken van deze groep vergeleken, zoals demografie, sociaal netwerk, functionele beperkingen, vermoeidheid, slaapproblemen, depressie en kwaliteit van leven.

De uitkomsten zijn opmerkelijk. Pijn bij ouderen blijkt een veel voorkomend verschijnsel te zijn en de mate van pijn stijgt met de leeftijd. Er was geen verschil in sociaal netwerk (en dus in emotionele en sociale steun) tussen de twee groepen. De andere aandachtspunten verschilden wel: functionele beperkingen, vermoeidheid, het nodig hebben van hulp bij het verrichten van de dagelijkse taken en het ondervinden van een depressie, kwamen meer voor naarmate de leeftijd vorderde, met name bij de ouderen die veel pijn hadden. Bovendien werden slaapproblemen groter bij de ouderen met pijn. Kortom: de kwaliteit van leven, loopproblemen en mobiliteitsproblemen, vermoeidheid, slaapproblemen en depressie staan significant in verband met pijn en verouderen.

Overigens zijn de uitkomsten van dit onderzoek minder betrouwbaar bij de oudste ouderen. Deze groep weigerde namelijk veelal mee te doen aan het onderzoek, of beantwoordde enkele vragen niet. Dit betekent dat de oudste ouderen, die wel mee hebben gedaan aan het onderzoek, vitaler geacht kunnen worden dan een gemiddelde steekproef van leeftijdsgenoten.

3.4 dementie

Een aandoening die aparte aandacht verdient is dementie, omdat dit juist bij ouderen veel voorkomt. Op dit moment is bij liefst 180.000 mensen in Nederland de diagnose dementie gesteld. Bij

dementie gaat het geestelijk functioneren langzaam achteruit, en treedt geheugenverlies op. Deze geheugenproblemen bestaan vooral uit het vergeten van dingen die kort geleden zijn gebeurd of gezegd [Alzheimerstichting Nederland, 2004]. Het langzame verlies van het abstractievermogen, oordeelsvermogen en communicatieve en handelingsvaardigheden, zorgt ervoor dat men de grip op het eigen leven steeds verder kwijtraakt [Enders-Slegers, 2000]. De stoornissen die gepaard gaan met dementie hebben in een gevorderd stadium tot gevolg dat patiënten in een verpleeghuis moeten worden opgenomen.

Medisch gezien wordt dementie gedefinieerd als: een klinische toestand, gekenmerkt door een achteruitgang van twee of meer cognitieve functies (waaronder het geheugen) bij een helder bewustzijn, leidend tot een verstoring van de dagelijkse bezigheden. Een zeer belangrijk kenmerk van dementie is progressie [Muskens, 1993].

De diagnose dementie wordt in de regel gesteld aan de hand van vijf criteria (A – E), beschreven in de Diagnostic and Statistic Manual of Mental Disorders [Muskens, 1993¹]. Volgens dit diagnoseprotocol is er sprake van dementie als er sprake is van:

- A. Aantoonbare aanwijzingen van tekortkomingen in het korte- en lange termijngeheugen.
- B. Ten minste een van de volgende criteria:
 - 1. Stoornissen in het abstract denken.
 - 2. Oordeels- en kritiekstoornissen.
 - 3. Andere stoornissen van hogere corticale functies, zoals afasie, apraxie, agnosie en constructiemoeilijkheden.
 - 4. Persoonlijkheidsveranderingen, dat wil zeggen veranderen of scherper worden van premorbide karaktertrekken.
- C. De stoornis in A en B interfereert in belangrijke mate met het werk, andere gebruikelijke sociale activiteiten of relaties met anderen.
- D. De verschijnselen doen zich niet uitsluitend voor tijdens delirante (verwarde) toestand.
- E. Ofwel 1, ofwel 2:
 - 1. Aanwijzingen vanuit de anamnese, het lichamelijk onderzoek of laboratoriumonderzoek dat (een) specifieke organische factor(en) geacht word(t)(en) etiologisch samen te hangen met de stoornis.
 - 2. Bij afwezigheid van een dergelijke aanwijzing kan een etiologische factor verondersteld worden indien de stoornis niet verklaard kan worden door een niet organische psychische oorzaak, bijvoorbeeld een depressie in engere zin die de cognitieve stoornis kan verklaren.

¹ Ten tijde van het verschijnen van Muskens [1993] was de derde, gereviseerde editie gangbaar: DSM-III-R.

Natuurbeleving

Wanneer aan mensen gevraagd wordt aan te geven wat de belangrijkste bijdrage levert aan de kwaliteit van hun leven, staat het beleven van natuur in de top tien en het hebben van een goede gezondheid zelfs op één. De meeste mensen weten uit eigen ervaring dat de natuur een plek is waar je tot rust komt, waar je kunt herstellen van de hectiek van alledag [Van den Berg en Van den Berg, 2001]. Dit hoofdstuk gaat daarom in op de algemene waardering en beleving van natuur.

4.1 waarderingstheorie

Een manier om inzicht te krijgen in het menselijk waarderingsleven is de waarderingstheorie van Hermans. Deze theorie is algemeen toepasbaar op allerlei concrete gebieden, zoals bijvoorbeeld de betrokkenheid bij natuur die mensen wel of juist niet ervaren. De theorie omvat twee motieven die richting kunnen geven aan iemands betrokkenheid: het A- en het Z-motief. Deze motieven kunnen naast elkaar voorkomen, al is vaak een van de twee dominant op een bepaald moment bij een bepaald persoon.

Vanuit het Z-motief (Zelf-motief) heeft iemand behoefte aan ontplooiing. In relatie tot natuur leidt dit motief tot beheersen van natuur als object van menselijk nut. Vanuit het A-motief (Ander-motief) streeft iemand naar verbondenheid met iets of iemand. In relatie tot natuur leidt dit motief tot het respecteren van natuur vanuit het gevoel er deel van uit te maken en er afhankelijk van te zijn.

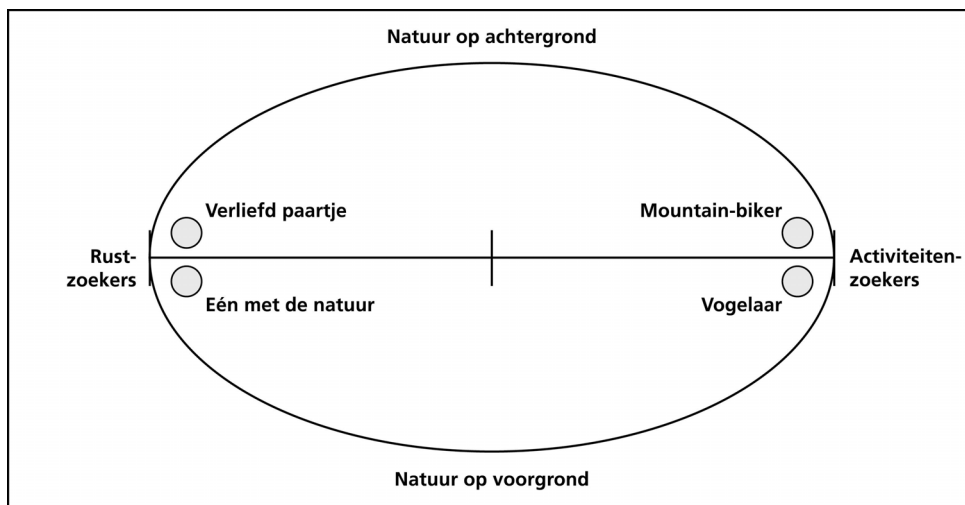
In de westerse cultuur ligt doorgaans de nadruk op de ontwikkeling van de Z-kant: competitie, zelfstandigheid en de ontwikkeling van cognitieve vaardigheden. Wanneer het Z-motief op die manier versterkt wordt, raakt het A-motief meer onderdrukt, waardoor iemand minder gevoelsmatige betrokkenheid bij de natuur kan gaan voelen. Natuurbeleving zal dan beperkt blijven tot vooral het instrumenteel omgaan met de natuur; de natuur staat op de achtergrond, en maakt niet direct deel uit van het dagelijks leven.

Een manier om het A-motief te versterken in relatie tot natuur is het opdoen van natuurervaringen in een positieve sociale omgeving, en het openstellen van de zintuigen voor natuurlijke fenomenen, zoals het samen genieten van het zorgen voor de vogels in het park. Door aandacht voor het gewone en verwondering over het bijzondere is er dan meer ruimte voor natuurbeleving, en voor de natuur als onderdeel van het dagelijks bestaan. Versterking van het A-motief zal tot toenemende betrokkenheid bij de natuur leiden [Alblas et al., 1993].

4.2 natuurbelevingwaarden

Dezelfde natuur, of dat nu een stadspark, bos of de Waddenzee is, zal door de een anders beleefd worden dan door de ander. Dat is niet alleen afhankelijk van persoonlijke voorkeuren voor een bepaalde omgeving, maar heeft ook vooral te maken met wat iemand zoekt in de natuur. Het gaat daarbij dus om de waarde die natuur voor iemand inneemt, de reden(en) waarom hij of zij de natuur intrekt. Margadant-Van Arcken [1994a; 1994b] heeft onderzoek gedaan naar natuurbelevingwaarden bij kinderen en jongeren. Ze heeft de motivatie waarmee jongeren de natuur in gaan gevat in een continuüm, met aan de ene pool rustzoekers en aan de andere pool activiteitzoekers. De activiteitzoekers zijn dol op actieve dingen, de rustzoekers zoeken vooral ontspanning en / of afzondering.

Daarbij wordt voor zowel activiteiten- als rustzoekers onderscheid gemaakt met betrekking tot de plaats die de natuur inneemt. De natuur kan in het centrum van de belangstelling staan, dus op de voorgrond. Maar de natuur kan ook op de achtergrond gesteld worden, en meer als decor dienen voor andere dingen. Zo is het continuüm verdeeld in vier velden. Iemand die rust zoekt kan daarbij de natuur op de voorgrond plaatsen, en zo één zijn met de natuur. Een vogelaar stelt ook de natuur voorop, maar is daarin juist erg actief door bijvoorbeeld tochten te plannen. Actief is ook de mountainbiker, al ziet die de natuur weer meer als decor om doorheen te fietsen, of om een survivaltocht in te ondernemen. Voor een verliefd paartje tenslotte, staat de natuur ook op de achtergrond en zij zoeken juist weer rust. Het continuüm is afgebeeld in figuur 4.1.



Figuur 4.1
Schema natuurbelevingwaarden [Naar Margadant-Van Arcken, 1994].

4.3 waardering van natuur

Natuur wordt door mensen op verschillende manieren gewaardeerd. Zo geven mensen de voorkeur aan een beeld van een landschap met veel groen boven dat van een stedelijk landschap. Wanneer iemand een bepaalde omgeving mooi vindt, houdt dit de aandacht vast zonder dat het diegene totaal in beslag neemt. Negatieve gedachten worden hierdoor verminderd, waardoor iemand tot rust komt. Bovendien nodigt een aantrekkelijke omgeving uit om er langer naar te kijken of er activiteiten te ondernemen die

het welzijn bevorderen. Hierdoor profiteert iemand optimaal van de gunstige werking van die omgeving [Van den Berg en Van den Berg, 2001].

Een verblijf in de natuur is een probaat middel tegen stress. Zelfs het passief beleven van natuur, zoals het kijken naar een videofilm, kan zorgen voor stressvermindering [Te Velde, 1995]. Dit blijkt ook uit experimenteel onderzoek van Alterra. In dit onderzoek werden twee groepen proefpersonen vergeleken. Een groep kreeg videobeelden te zien van een natuurlijke omgeving, de andere groep beelden van een stedelijke omgeving. Voorafgaand aan het bekijken van de video's werden beide groepen blootgesteld aan stress door het bekijken van fragmenten van een enge film. Zoals verwacht herstelde de groep die de natuurlijke omgeving te zien kreeg sneller dan de groep die de stedelijke omgeving te zien kreeg.

Een ander onderzoek van Alterra en het RIVM toont een duidelijke positieve correlatie aan tussen gezondheid en de hoeveelheid natuur in de woonomgeving. In dit onderzoek werd gekeken naar het aantal gemelde gezondheidsklachten bij huisartsen. Hoe meer groen in de woonomgeving, des te minder gezondheidsklachten er bij de huisartsen binnenkwamen. Opmerkelijk is dat er geen verschillen in gezondheidsklachten gevonden werden tussen mensen uit omgevingen met 'mooie' natuur zoals bos, hei en duinen, en klachten van mensen uit omgevingen met 'minder mooie' natuur als agrarisch gebied en stedelijk groen [Van den Berg en Van den Berg, 2001].

In steden is meestal niet veel plaats voor natuur, maar ook stadsbewoners hechten veel waarde aan een enigszins groene omgeving. Door de voortgeschreden verstedelijking neemt het belang van natuurwaarden in het stedelijk milieu verder toe. Dit blijkt uit projecten waarin burgers actief participeren in het beheer van de groene, openbare ruimtes. Een voorbeeld van zo'n project is 'de Bickershof' te Utrecht. Dit binnenterrein werd gebruikt voor bedrijfsruimtes of garages. Na de sloop hiervan heeft de gemeente Utrecht samen met de omwonenden een binnentuin gerealiseerd. Het beheer van deze tuin ligt bij de omwonenden en de gemeente. De interesse van burgers in natuur is doorslaggevend voor het slagen van zo'n project [Te Velde, 1995].

4.4 natuur bij herstel van ziekte

Natuur kan het herstellen van een ziekte of operatie bespoedigen. Meerdere onderzoeken suggereren een therapeutische waarde van een natuurlijk uitzicht. Zo heeft Ulrich [1984] onderzoek gedaan naar de invloed van het uitzicht van een kamer waar een patiënt aan het herstellen is. Hij vestigde vooral zijn aandacht op de duur van het herstelproces. De patiënten hadden allemaal dezelfde galblaasoperatie ondergaan en werden willekeurig ingedeeld in twee soorten kamers. De eerste kamer had uitzicht op een groepje loofbomen, de tweede kamer had uitzicht op een bakstenen muur. De patiënten die in de eerste kamer verbleven bleken sneller te herstellen dan de patiënten in de tweede kamer.

Natuurbeleving bij ouderen

Gegeven de kenmerken van ouder worden (zie hoofdstuk 3) en de waarde(ring) van natuurbeleving in het algemeen (zie hoofdstuk 4), kan natuurbeleving juist voor ouderen een belangrijke rol spelen in het dagelijks leven. Het blijkt namelijk dat naarmate een persoon verouderd, de waardering voor natuur over het algemeen groter wordt [Van Wijnen, 2004]. In dit hoofdstuk komen een aantal aspecten van natuurbeleving bij ouderen aan bod.

5.1 herkenbaarheid en betrokkenheid

Uit onderzoek van Andreoli [2003] blijkt dat het voor ouderen van belang is betrokken te zijn bij hun eigen leefomgeving, zoals de eigen huishouding. Door zelf mee te helpen met bijvoorbeeld het bereiden van maaltijden of het boodschappen doen, voelt men zich veilig en als mens de moeite waard. De herkenbaarheid van groenactiviteiten maakt dat deze ook voor de cognitief zwakkere mensen snel vertrouwd zijn.

Groen- en natuurbelevingsactiviteiten hebben net als een huishouden talloze aanknopingspunten: het verzorgen van groen en van huisdieren, het beleven van groen en natuur in de directe woonomgeving, of bijvoorbeeld het vervullen van de 'expertrol' (op grond van kennis over de natuur of specifieke vaardigheden). Verder vormt de natuuractiviteit voor ouderen een extra toevoeging aan de beperkte mogelijkheden om op de afdeling iets te beleven [Andreoli, 2003].

5.2 aanwezigheid van dieren

Levensgebeurtenissen als (eigen) ziekte en overlijden van partner en naasten, kunnen de kwaliteit van leven bedreigen (zie hoofdstuk 3). Het hebben van een netwerk van contacten, van waaruit steun kan worden verkregen, is daarom heel belangrijk. Mensen bevredigen middels relaties bepaalde 'basale sociale behoeften'. Te denken valt aan behoefte aan hechting, emotionele nabijheid, een vertrouwensband, waardering en betrokkenheid.

Behalve menselijke relaties kunnen ook mens-dierrelaties basale sociale behoeften vervullen. Dit bleek uit onderzoek naar de invloed van de permanente aanwezigheid van katten op een afdeling in een psychogeriatrisch verpleeghuis [Enders-Slegers, 2000]. Hierbij was de centrale vraag of de kwaliteit van

leven van de bewoners werd verbeterd door de aanwezigheid van de katten. Om deze vraag te beantwoorden werd onder andere een vragenlijst verspreid onder het verplegend personeel. Het bleek dat zij bij de bewoners duidelijk positieve effecten waarnamen. Deze effecten bestonden uit een gevoel van huiselijkheid, plezier en de toename van interacties van de bewoners met hun omgeving. De huisdieren vormden een gespreksonderwerp tussen bewoners onderling, maar ook tussen bewoners en verzorgenden, en tussen bewoners en hun familie. De sociale interacties in het verpleeghuis werden op deze manier door de huisdieren bevorderd. De katten waren in bepaalde gevallen zelfs in staat door het sociale en emotionele isolement van sommige bewoners heen te breken en brachten bovendien herinneringsprocessen op gang. Door middel van observaties stelden verzorgenden meerdere malen vast dat de bewoner het geïntroduceerde huisdier aansprak met de naam van het vroegere eigen huisdier.

5.3 tuintherapie

Een nieuwe ontwikkeling richt zich op tuintherapie voor ouderen in zorginstellingen. Tuintherapie kan bijdragen aan het welzijn van ouderen, omdat het mensen helpt contact te houden met de wereld om hen heen en hen stimuleert hun zintuigen te gebruiken. Bovendien stimuleert het tuinieren de ouderen om meer buiten te komen [Schuman, 1998]. Tuintherapie is erop gericht de fysieke en mentale gezondheid van een persoon te verhogen. Volgens Relf [1973] zijn de voordelen van tuintherapie onder te verdelen in vier positieve effecten: intellectuele, sociale, emotionele en fysieke ontwikkeling.

Een tuin bestemd voor Alzheimerpatiënten moet wel aan een aantal voorwaarden voldoen aangezien mensen met Alzheimer vaak problemen hebben met het vinden van de weg. Wanneer een tuin op een voor de bewoner overzichtelijke manier is ingedeeld, kan dit het wandelen bevorderen en vermindert het doelloos dwalen. Zelfstandig kunnen wandelen bevordert het gevoel van eigenwaarde en het behoud van zelfstandigheid.

Behalve wandelen en het actief tuinieren kan zelfs passief tuinieren, zoals het enkel zitten of kijken in de tuin, al een therapeutische werking hebben. Omdat mensen met Alzheimer gevoeliger zijn voor stemming, emotie en gevoel, kan het contact met planten juist bij deze mensen heilzaam zijn. De geur en de smaak van planten en de bepaalde textuur van bijvoorbeeld blad of stengel kunnen herinneringen van vroeger terugbrengen zonder dat daar verregaande cognitieve functies voor nodig zijn [Zeisel and Tyson, 1999].

Natuuractiviteiten kunnen er op deze manier voor zorgen dat ouderen meer grip op de wereld om hen heen krijgen. Herinneringsprocessen worden in gang gezet. Vooral voor dementerende ouderen kan dit betekenisvol zijn, omdat men gelukkige momenten kan beleven bij het herkennen of herinneren van gebeurtenissen of gevoelens uit het verleden.

5.4 groenkamers

Groenprojecten die binnen de intramurale zorg gerealiseerd kunnen worden zijn de zogenaamde groenkamers. In een groenkamer kunnen allerlei activiteiten met een groen karakter georganiseerd worden. Te denken valt aan seizoenstafels, zaaien, stekken, enzovoort. Andreoli [2003] heeft onderzoek gedaan naar de effecten van groenkamers op ouderen. Een belangrijke conclusie is dat natuuractiviteiten (in de vorm van groenkamers) en de gerichte inzet van vrijwilligers kunnen leiden tot een verbetering van

de kwaliteit van het bestaan van bewoners. De activiteiten in de groenkamer leidden tot herkenning en betrokkenheid bij ouderen. Wel was de groep die profiteerde van het project klein, en is niet hard te maken dat de verbeterde kwaliteit geheel en al te wijten is aan het project. Overigens hoeft het gebruik van een groenkamer niet altijd actief te zijn: ook passief genieten van een groenkamer moet mogelijk zijn. Dit kan bereikt worden door bankjes of bijvoorbeeld perkjes aan te leggen naast 'werkplekken', zoals planttafels [Andreoli, 2003].

Categorisering van natuuractiviteiten

Er zijn veel aanwijzingen dat activiteiten gericht op natuurbeleving positieve effecten kunnen hebben bij ouderen, van het ophalen van herinneringen tot het stimuleren van zintuigen (zie hoofdstuk 5). Dit hoofdstuk bevat een categorisering om natuuractiviteiten in te delen per effect. Ook is gekeken naar hoe die categorieën passen in natuurbelevingwaarden.

6.1 indeling op effecten

Eerst is bekeken welke positieve effecten in de literatuurstudie naar voren komen en welke activiteiten hierbij passen. Zo kwamen categorieën naar voren die betrekking hebben op dit onderzoek:

- Herinneringen - Activiteiten over de seizoenen, tuinieren, koken, films, handwerken en dieren.
- Positieve gedachten – Zelf dingen maken / doen, sociale contacten.
- Minder depressie - Natuur naar binnen halen, afleiding en esthetische natuur.
- Vervullen van sociale behoeften - Contacten met mens en dier
- Gevoel van eigenwaarde - Zelf dingen maken / doen, gevoel van nut, er mogen zijn.
- Stimuleren van de zintuigen - Geur, kleur, voelen, horen, ruiken en zien.
- Herstel na ziekte - Groene omgeving / natuur naar binnen halen.
- Kennis opdoen - Tuinieren, bloemschikken, films / documentaires kijken en sprekers aanhoren.

Aangezien veel activiteiten in zorginstellingen vaak onder meerdere categorieën vallen, zijn deze acht categorieën zijn echter niet als zodanig te gebruiken als middel om de diverse natuuractiviteiten (zie bijlage 4) te categoriseren. Eenvoudiger is daarom om de volgende zes categorieën te hanteren.

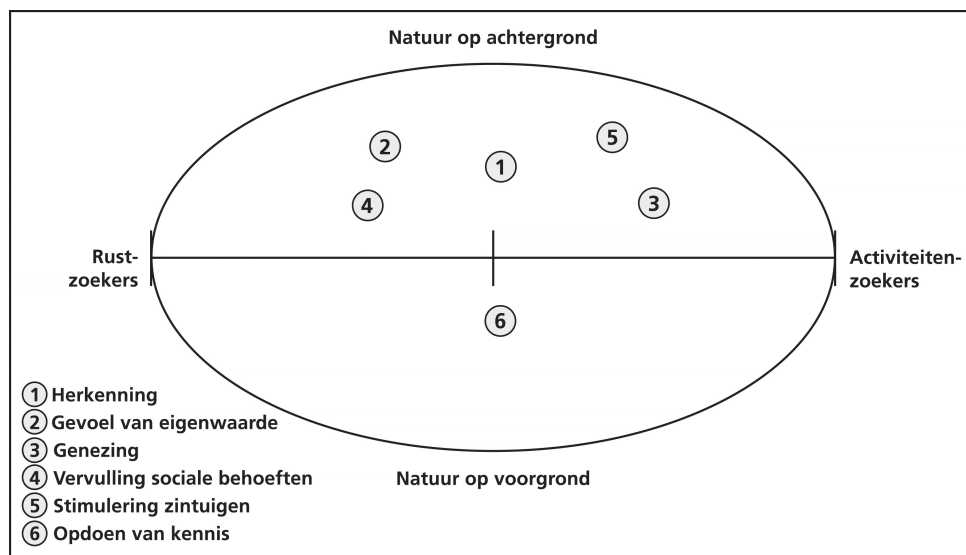
- Herinneringen
- Vervulling sociale behoeften
- Gevoel van eigenwaarde
- Stimulering zintuigen
- Genezing
- Opdoen van kennis

Zowel lichamelijke als geestelijke genezing vallen nu onder de categorie 'genezing'. Ook zijn de categorieën 'eigenwaarde' en 'positieve gedachten' samengevoegd tot de categorie 'gevoel van eigenwaarde', omdat hier de scheidslijn niet goed viel vast te stellen.

6.2 indeling op natuurbeleving

De zes categorieën effecten van natuuractiviteiten kunnen ook weer onderverdeeld worden om zicht te krijgen op het soort natuurbeleving en –waardering dat mogelijk is met de natuuractiviteiten. Dit kan bijvoorbeeld met de waarderingstheorie van Hermans (zie paragraaf 4.1) in het achterhoofd. Door verschillende activiteiten waarbij de ouderen ontdekken wat ze zelf nog kunnen, kan het gevoel van eigenwaarde opgewaardeerd worden. Dit komt overeen met het Z-motief. Het eventuele contact met de natuur, het waarderen van die natuur en de sociale contacten die tijdens de activiteiten ontstaan komen overeen met het A-motief.

De effecten van natuuractiviteiten kunnen daarnaast ook bekeken worden vanuit het schema van natuurbelevingwaarden van Margadant (zie paragraaf 4.2). In figuur 6.1 zijn de categorieën in het schema van natuurbelevingwaarden geplaatst. Het blijkt dat vrijwel alle activiteiten plaats vinden in het deel waar natuur op de achtergrond staat en natuur passief wordt beleefd.



Figuur 6.1
Indeling effecten van natuuractiviteiten in schema natuurbelevingwaarden
[Schema naar Margadant-Van Arcken, 1994].

Resultaten

Bij de resultaten uit de telefonische vraaggesprekken en het interview met tuintherapiedeskundige Schuman is gekozen voor een beschrijving per thema in plaats van een uitgebreide weergave per vraag uit de vragenlijst. Het complete interview met Schuman is opgenomen in bijlage 1. Voor zowel de natuuractiviteitenlijst als de vragenlijst zijn in bijlage 4 en bijlage 5 de letterlijke antwoorden op de vragen weergegeven.

verantwoordelijkheid

Geldgebrek is volgens Schuman vaak niet de hoofdzaak voor knelpunten rondom het organiseren van natuuractiviteiten. Dat is er wel, maar zou op een andere manier besteed moeten worden. Bovendien hoeven natuuractiviteiten niet veel te kosten; iets van buiten meenemen naar binnen kan al genoeg zijn. Wel is er discipline nodig om plannen door te voeren in de bestaande cultuur van een zorginstelling. Daarom ook moet de directie van een instelling verantwoordelijk zijn voor het organiseren van dergelijke activiteiten, om het geld beschikbaar te stellen en de verantwoordelijkheid dragen.

De meeste activiteitenbegeleiders zelf geven echter aan dat zij zelf verantwoordelijk (willen) zijn voor het bedenken en organiseren van activiteiten (99%). Ze halen hun inspiratie meestal uit boeken (25%), tijdschriften (25%) en uit overleg met collega's (25%).

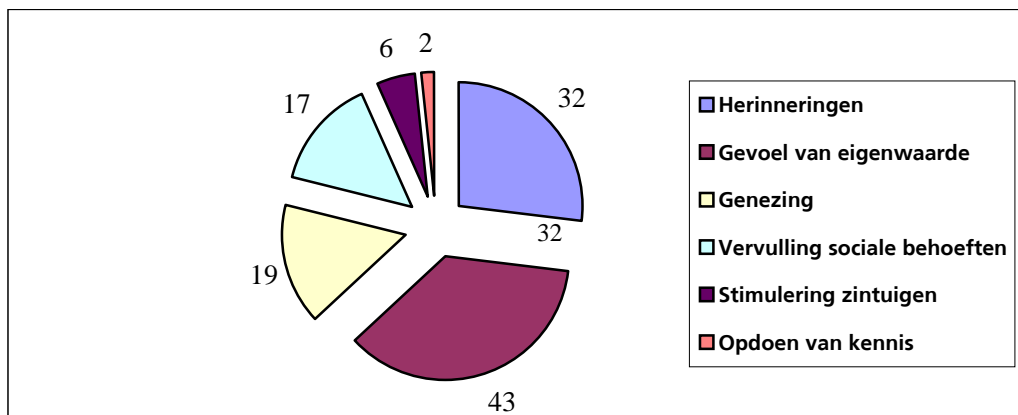
soort natuuractiviteiten

In 88% van de ondervraagde zorginstellingen worden natuuractiviteiten georganiseerd. Opvallend is dat de meest voorkomende activiteit bloemschikken is (gedaan in 95% van de ondervraagde instellingen). Verder zijn natuurfilms (70%) wandelen (68%) en seizoenstafels maken (60%) de meest voorkomende activiteiten. Verder valt op dat voor de hand liggende activiteiten zoals contact met producten uit de natuur (20%) en contact met dieren (10% van de instellingen) veel minder georganiseerd worden. Andere initiatieven die ondernomen worden zijn uitstapjes naar tuincentra (15%) en met een auto of busje rondrijden door het buitengebied (eveneens 15%).

Interessant is verder dat de ondervraagde activiteitenbegeleiders de natuuractiviteiten organiseren als afwisseling in het dagelijkse programma. De activiteiten worden bijna nooit georganiseerd met het idee van de achterliggende meerwaarde en werking die de natuur op de deelnemende ouderen heeft.

In figuur 7.1 wordt het aantal aangeboden activiteiten (in absolute aantallen) ingedeeld in de zes categorieën (zie hoofdstuk 6) weergegeven. Het valt op dat de genoemde natuuractiviteiten niet evenwichtig over alle categorieën verdeeld zijn. De meeste categorieën zijn wel redelijk vertegenwoordigd,

maar onder de categorieën 'Stimulering van zintuigen' en 'Kenniss' vallen slechts weinig van de genoemde activiteiten.



Figuur 7.1
Indeling natuuractiviteiten per effect.

voordelen van natuuractiviteiten

De voordelen van natuuractiviteiten zijn volgens Schuman ten eerste dat het toegankelijk is voor iedereen. Ook worden herinneringen opgehaald van zaken waarmee je bent opgegroeid. De primaire behoeften van de mens zijn: je veilig en geborgen voelen, snappen en meekrijgen van wat er in je leefomgeving gebeurt. Een tuin is hier volgens Schuman uitermate geschikt voor.

Een AB'er vertelt over iemand die werd uitgenodigd mee te doen met bollen planten: *"Dan hoor je ze zeggen dat ze het niet kunnen....maar als ze dan uiteindelijk meedoen zie je ze genieten en voel je dat hun zelfvertrouwen toeneemt."*

Ook uit de antwoorden van de benaderde activiteitenbegeleiders blijkt dat het ophalen van herinneringen als een belangrijk voordeel van natuuractiviteiten gezien wordt. Op de vraag of natuuractiviteiten een meerwaarde hebben, antwoorden de AB'ers in 88% van de gevallen bevestigend. De meest genoemde reden hiervoor is dat natuur een koppeling vormt tussen vroeger en nu (44%). Ook wordt de seizoenstafel vaak gebruikt als link met buiten en het stimuleren van het tijdsbesef, door het herinnerd worden aan seizoenen en tijd (10% van de benaderde instellingen). Zo merkt AB'er: *"Veel mensen hebben een achtergrond met natuur, er komen veel verhalen los."* En een andere AB'er vertelt: *"Veel ouderen hier hebben een agrarische achtergrond en dan merk je dat ze dingen herkennen."*

meerwaarde of ter afwisseling

Op de vraag of er andere activiteiten zijn die een vergelijkbare meerwaarde hebben als bij de natuuractiviteiten, geven bijna alle activiteitenbegeleiders een bevestigend antwoord. De meest genoemde activiteiten hierbij zijn: praatgroepen, koken, muziek en andere zaken waarbij de ouderen zelfstandig of creatief bezig zijn. Volgens de AB'ers hangt vooral van het verleden van de deelnemende oudere af wat zal aanslaan, en wat dus positieve effecten oplevert. Ze vinden het van belang dat mensen zelf voor een activiteit kunnen kiezen. *Een AB'er stelt: "Het gaat er om wat de bewoner prettig vindt, zo kan een borreltje of een muzikant hetzelfde positieve effect hebben."*

Ook Schuman stelt dat niet alleen natuuractiviteiten positieve effecten zullen opleveren. Het belangrijkste volgens hem is ook dat de ouderen de mogelijkheid hebben om te kiezen. Niet iedereen heeft dezelfde band met natuur; de een kiest bijvoorbeeld liever voor muziek en de ander voor koken en bakken. Door te kijken naar de wensen van de ouderen en hun belevingswereld kan worden voorkomen dat initiatieven mislukken doordat er te weinig animo onder de ouderen is. Daarnaast is in algemene zin een prettige leefomgeving waar veel te zien is van belang; een plek om te zitten en de bakker, bloemist en familie langs te zien komen. Ook is het belangrijk dat de ouderen zo lang mogelijk worden gestimuleerd om zelfstandig dingen te doen.

staken van activiteiten

Het organiseren van natuuractiviteiten vereist veel deskundigheid, meer dan in de huidige opleidingen aangeboden wordt. Volgens Schuman onderschatten veel directies en AB'ers het werk dat met tuinieren en natuur gemoeid gaat. Dit blijkt ook uit de resultaten van de vragenlijst. Maar liefst 25% van de gevraagde instellingen heeft in het verleden een tuin, kas of moestuin gehad, die inmiddels niet meer in gebruik is. Veel genoemde redenen voor het stopzetten van deze projecten is dat de ouderen "te slecht waren" (37% van de gevallen) en dat er te weinig animo onder de ouderen was (22% van de gevallen). Ook redenen als "te weinig tijd, te weinig personeel en het kost te veel onderhoud" zijn genoemd. Een AB'er vertelt: *"We zouden wel meer willen doen, maar de groen-AB'er werkt maar twee dagen."*

Discussie

8.1 onderzoekopzet

Tijdens het bronnenonderzoek bleek dat er nog weinig wetenschappelijke informatie te vinden is over ouderen en natuurbeleving. Een aantal bronnen daargelaten, valt op dat de meeste publicaties over dit onderwerp niet concreet genoeg zijn om de waarde van natuurbeleving voor ouderen uitgebreid uit te werken of te onderbouwen. In dit rapport is daarom eerst ingegaan op de specifieke kenmerken van ouder worden, vervolgens op natuurbeleving in het algemeen (waar meer literatuur over beschikbaar is), en daarna is aannemelijk gemaakt wat ouderen aan natuurbeleving via natuuractiviteiten kunnen hebben.

Naast het bronnenonderzoek zijn telefonische vraaggesprekken gevoerd met activiteitenbegeleiders (AB'ers) van verpleeg- en verzorgingshuizen. Hoewel de steekproef (40) op het totale aantal zorginstellingen in Nederland niet erg groot is, kunnen hieruit toch conclusies getrokken worden. Het bleek namelijk dat dezelfde antwoorden steeds terugkomen bij verschillende AB'ers. Een volledige inventarisatie bij alle zorginstellingen zou waarschijnlijk wel meer ideeën voor natuuractiviteiten, maar geen compleet andere antwoorden opleveren.

8.2 meerwaarde van natuuractiviteiten

Tijdens de telefonische vraaggesprekken viel op dat veel van de benaderde AB'ers niet exact kunnen omschrijven wat ze verstaan onder de 'meerwaarde' van een activiteit. De betekenis van de meerwaarde die deze natuuractiviteiten met zich meebrengen blijft vaak onduidelijk. De vraag naar de meerwaarde van natuuractiviteiten is daarom in de vragenlijst voor gebruik door de Stichting Natuurlijk Genieten opgenomen naast een soortgelijke vraag naar de invloed van natuuractiviteiten op ouderen; de term 'meerwaarde' op zich lijkt uiteindelijk toch niet concreet genoeg te zijn.

De meerwaarde die wordt gesignaleerd door de AB'ers blijkt bovendien niet voorbehouden aan natuuractiviteiten. Op de vraag of ook aan andere activiteiten dan de genoemde natuuractiviteiten meerwaarde toe te kennen is, geven AB'ers aan dat tal van andere activiteiten een zelfde meerwaarde voor de ouderen hebben. Activiteiten die hierbij genoemd worden zijn onder andere praatgroepen, koken en bakken, zang en muziek. Hieruit blijkt dat natuuractiviteiten niet per definitie iets leveren aan de deelnemende ouderen dat andere activiteiten niet hebben. De groenactiviteiten kunnen diverse positieve effecten hebben (zie hoofdstuk 6 en 7), maar zijn daarin dus niet uniek en zullen niet bij iedereen

aanslaan. Dit wordt bevestigd door tuintherapiedeskundige Schuman (zie hoofdstuk 7 en bijlage 1), die stelt dat het vooral belangrijk is dat ouderen zelf kunnen kiezen uit een aanbod van verschillende activiteiten.

Dit sluit ook aan bij de plaats die de effecten van natuuractiviteiten innemen in het schema van natuurbelevingwaarden van Margadant (zie paragraaf 6.2). Het valt op dat bij de meeste activiteiten natuur op de achtergrond ligt en vaak passief beleefd wordt. Natuur is dus niet de hoofdzaak van de activiteiten, maar juist het middel om een bepaald doel, positieve effecten, te bereiken. Dat betekent dat ook andersoortige activiteiten kunnen worden aangegrepen om deze positieve effecten te bereiken.

Conclusies

In dit hoofdstuk worden eerst de onderzoeksvragen beantwoord, daarna komt de hoofdvraag van dit onderzoek aan bod.

- **Wat zijn de kenmerken van de groep ouderen waar het in dit onderzoek om draait?**

De groep ouderen waar het in dit onderzoek omdraait (75+ en in de intramurale zorg) kenmerkt zich door klachten die zich zowel lichamelijk als mentaal kunnen uiten. Lichamelijke beperkingen zijn het afnemen van de zintuiglijke waarnemingen, het verminderen van motorische vaardigheden, pijn en vermoeidheid. Onder mentale problemen vallen dementie, eenzaamheid en depressie.

- **Hoe valt natuurbeleving bij ouderen te definiëren?**

Er is voor gekozen om geen directe definitie op te stellen, maar om natuurbeleving bij ouderen te concretiseren aan de hand van de mogelijke positieve effecten die met natuuractiviteiten bereikt kunnen worden. Natuurbeleving bij ouderen kan een aantal positieve effecten bewerkstelligen. Op basis van het bronnenonderzoek zijn hiervoor in dit rapport zes categorieën opgesteld. Deze categorieën zijn gebruikt om de resultaten te structureren. De categorieën zijn:

- Herinneringen
- Vervulling sociale behoeften
- Gevoel van eigenwaarde
- Stimulering zintuigen
- Genezing
- Opdoen van kennis

Verder valt op dat natuur in de regel vooral passief beleefd wordt, en dat de natuur dient als achtergrond. Ouderen beleven de natuur vaak op een passieve manier, als een kapstok voor andere behoeften zoals hierboven genoemd.

- **Kan de meerwaarde van natuuractiviteiten door ouderen wetenschappelijk onderbouwd worden?**

De meerwaarde van natuuractiviteiten blijkt lastig wetenschappelijk te onderbouwen, maar is wel aannemelijk te maken. Van belang is dat gesignaleerd wordt dat tal van activiteiten een zelfde meerwaarde kunnen hebben als natuuractiviteiten. Ook andere activiteiten, zoals muziek en koken,

kunnen voor ouderen een zelfde positief effect hebben. De uiteindelijke meerwaarde en het effect van natuuractiviteiten hangt daarom af van de achtergrond van de oudere in kwestie.

- **Aan welke criteria moeten natuuractiviteiten voor ouderen voldoen om natuurbeleving te stimuleren?**

Natuuractiviteiten voor ouderen moeten bijdragen aan het welbevinden van de deelnemende ouderen. Ze moeten daarom gericht zijn op het bereiken op een of meer van de in dit onderzoek genoemde positieve effecten, zoals het ophalen van herinneringen, stimuleren van positieve gedachten, verminderde depressie, het vervullen van sociale behoeften, stimuleren van het gevoel van eigenwaarde, stimuleren van de zintuigen, sneller herstel van ziekten en kennis opdoen. Er zijn diverse specifieke handleidingen en cursussen over dit onderwerp beschikbaar.

- **Welke initiatieven zijn er tot nu toe met betrekking tot natuuractiviteiten voor ouderen in Nederlandse zorginstellingen genomen?**

Er zijn diverse initiatieven in Nederlandse zorginstellingen. In 88% van de benaderde instellingen worden natuuractiviteiten georganiseerd. De meest genoemde activiteiten zijn bloemschikken, natuurfilms, wandelen en seizoenstafels maken.

Het valt op dat de genoemde natuuractiviteiten niet evenwichtig over alle categorieën van positieve effecten verdeeld zijn. De meeste categorieën zijn wel redelijk vertegenwoordigd, maar onder de categorieën 'Stimulering zintuigen' en 'Opdoen van kennis' vallen slechts weinig van de door AB'ers genoemde activiteiten. De ondervertegenwoordiging van deze categorieën is te zien als hiaat in het huidige aanbod van natuuractiviteiten voor ouderen in verzorgings- en verpleeginstellingen. Dit suggereert dat dus niet alle mogelijke positieve effecten van natuuractiviteiten benut worden. Gezien de lichamelijke beperkingen waarmee ouderen te maken kunnen krijgen (zie hoofdstuk 3), is met name voor het gebied 'Stimulering van zintuigen' is de ondervertegenwoordiging opmerkelijk.

- **Hoe bekend is de mogelijkheid van natuuractiviteiten bij de activiteitenbegeleiders in de ouderenzorg?**

Activiteitenbegeleiders zijn over het algemeen goed bekend met het organiseren van natuuractiviteiten. Het merendeel van de activiteitenbegeleiders is echter niet op de hoogte van alle mogelijkheden en mogelijke effecten van natuuractiviteiten.

- **Kan een inventarisatie van mogelijke activiteiten met betrekking tot natuurbeleving in de ouderenzorg, het aanbod van deze dagbesteding stimuleren?**

Inventarisatie kan de bekendheid van natuuractiviteiten onder AB'ers bevorderen en kan hierdoor een middel zijn om het aanbod te stimuleren. Door de telefonische vraaggesprekken in dit onderzoek werden natuuractiviteiten al actief onder de aandacht gebracht bij de ondervraagde AB'ers. In algemener zin geven AB'ers aan dat ze inspiratie voor activiteiten halen uit boeken, tijdschriften en via collega's.

- **Hoe kunnen initiatieven eenvoudig ingedeeld en opgespoord worden door de Stichting Natuurlijk Genieten?**

Initiatieven op het gebied van natuuractiviteiten kunnen opgespoord worden door middel van een verdere landelijke inventarisatie met behulp van de bijgestelde vragenlijst (zie bijlage 7). De Stichting Natuurlijk Genieten kan de verzamelde gegevens indelen in de eerdergenoemde zes categorieën.

De hoofdvraag van dit onderzoek is:

Wat is de meerwaarde van natuurbeleving bij ouderen en hoe wordt daarmee omgegaan in zorginstellingen?

Uit de resultaten van het bronnenonderzoek en de telefonische vraaggesprekken kan geconcludeerd worden dat natuuractiviteiten positieve effecten kunnen hebben op de deelnemende ouderen. Natuuractiviteiten hoeven echter niet het enige middel te zijn om die positieve effecten te bereiken. Of natuuractiviteiten een meerwaarde hebben ten opzichte van andere activiteiten is namelijk sterk persoonsafhankelijk.

Natuuractiviteiten worden vaak georganiseerd als afwisseling van het programma. Bij het organiseren van deze activiteiten zijn de activiteitenbegeleiders zich vaak niet bewust van de positieve effecten die de natuur op de deelnemende ouderen heeft.

Aanbevelingen

10.1 verder onderzoek naar natuuractiviteiten

Er is weinig bekend over de behoefte aan natuuractiviteiten onder de ouderen zelf, terwijl het wel belangrijk is te weten wat hun wensen en behoeften zijn. Dit is gebleken uit het bronnenonderzoek, maar ook uit het interview met tuintherapiedeskundige Schuman. Concreet onderzoek is nodig. Interviews of vragenlijsten kunnen al een duidelijker beeld scheppen van de behoefte. Verder kunnen participerende observaties uitgevoerd worden.

10.2 doelgroepen

activiteitenbegeleiders

Uit de vragenlijst blijkt dat de activiteitenbegeleiders in bijna alle gevallen verantwoordelijk zijn voor de organisatie en uitvoering van natuuractiviteiten. De beste manier om deze doelgroep te benaderen is door gebruik te maken van vakbladen, maar ook door het gebruik van media als week- en maandbladen, zoals Libelle en Margriet. Het blijkt namelijk dat deze bladen veel gebruikt worden als bron van inspiratie voor het bedenken van nieuwe activiteiten. Op deze manier kunnen de directe uitvoerders op een gerichte manier benaderd worden.

directies

Aangezien de directies de beslissingen nemen en het budget beschikbaar stellen, is het van belang deze doelgroep rechtstreeks te benaderen. Het is nodig hen te overtuigen van de waarde die natuuractiviteiten hebben voor ouderen binnen de intramurale zorg.

10.3 ideeën voor natuuractiviteiten

alle mogelijke positieve effecten benutten

Uit de resultaten uit de vragenlijst is gebleken dat een aantal categorieën van effecten van natuuractiviteiten op ouderen ondergewaardeerd zijn. Onder de categorieën 'Stimulering zintuigen' en

'Opdoen van kennis' vallen slechts weinig van de huidige initiatieven binnen natuuractiviteiten. Dit zijn hiaten in het aanbod van natuuractiviteiten voor ouderen binnen de intramurale zorg. Aangezien juist dementerenden en ouderen met zintuiglijke beperkingen veel baat hebben bij zintuigstimulerende activiteiten, verdienen activiteiten die hierop insprijgen extra aandacht. Gedacht kan worden aan het aanbieden van cursussen voor activiteitenbegeleiders en vrijwilligers waarin deze aspecten van natuurbeleving naar voren komen.

centrale databank ontwikkelen

De Stichting Natuurlijk Genieten zou de rol van 'transferpunt' van informatie voor en over natuuractiviteiten op zich kunnen nemen. Zo zou de stichting bijvoorbeeld materialen ten behoeve van natuuractiviteiten kunnen produceren en uitlenen. Ook zou de stichting een centrale databank kunnen ontwikkelen met daarin alle mogelijke soorten natuuractiviteiten en waargenomen effecten op de deelnemers. Uit de vragenlijsten is namelijk gebleken dat er onder activiteitenbegeleiders behoefte bestaat aan zo'n databank. Zo kunnen de mogelijkheden van natuuractiviteiten via via steeds breder bekend worden, en worden goede ideeën (best practices) uitgewisseld. Het ontwikkelen van een internetpagina waarop ideeën uitgewisseld kunnen worden en vragen gesteld worden door geïnteresseerden, kan al een goede basis vormen. Voor verdere inventarisatie van initiatieven op dit gebied kan een aangepaste versie (zie bijlage 7) van de vragenlijst (zie bijlage 3) en de natuuractiviteitenlijst (zie bijlage 4) uit dit onderzoek gebruikt worden.

opleiding AB'ers

Er zou meer aandacht besteed kunnen worden aan de mogelijkheden van natuuractiviteiten in de opleiding tot activiteitenbegeleider. AB'ers weten dan meer van de mogelijke positieve effecten van natuuractiviteiten, en hebben meer toegang tot ideeën voor zulke activiteiten. Bovendien kan het een solide basis geven om binnen een zorginstelling het staken van natuuractiviteiten te voorkomen.

10.4 aandachtspunten voor organisatie natuuractiviteiten

Uit dit onderzoek zijn een aantal dingen naar voren gekomen die mogelijk van invloed zijn op de mate waarin natuuractiviteiten op het moment georganiseerd worden. Het kan voor Stichting Natuurlijk Genieten raadzaam zijn bij verdere inventarisatie van initiatieven op het gebied van natuuractiviteiten of bij contacten met mensen in het werkveld dieper in te gaan op de volgende onderwerpen. Ook hiervoor kan een aangepaste versie (zie bijlage 7) van de vragenlijst (zie bijlage 3) en de natuuractiviteitenlijst (zie bijlage 4) uit dit onderzoek gebruikt worden.

budget voor activiteiten

- Wat is het budget voor activiteiten?
- Op welke manier wordt het budget verdeeld?
- Wie is verantwoordelijk voor de verdeling van het budget?
- Aan welke eisen moet een activiteit voldoen om budget toebedeeld te krijgen?

interesse / bekendheid bij de directies

- Hoe bekend is de mogelijkheid van natuuractiviteiten bij directies?

- Is er interesse voor natuuractiviteiten bij directies?
- Kan de directie het organiseren van natuuractiviteiten stimuleren?

vrijwilligers

- Hoe groot is de rol van vrijwilligers bij het organiseren van natuuractiviteiten?
- Hoe kunnen (toekomstige) vrijwilligers het beste benaderd worden?
- Werkt een gebrek aan vrijwilligers remmend op het organiseren van natuuractiviteiten?

thuiszorg en dagopvang

- Wat is de mogelijke rol van de thuiszorg en dagopvang met betrekking tot het organiseren van natuuractiviteiten voor ouderen die niet in een intramurale zorginstelling verblijven?

Literatuurlijst

Alblas, A.H., J.J.S. Broertjes, F.J.J.M. Janssen en A.J. Waarlo (1993)

Begrip en betrokkenheid, bouwstenen voor leerbare thema's in natuur- en milieu educatie. Landbouwwuniversiteit Wageningen, Wageningen.

Alzheimerstichting Nederland (2004)

Alzheimerstichting Nederland.
www.alzheimerstichting.nl, februari 2004.

Andreoli, P.J.H. (2003)

Monitoring, Evaluatie & Kennisverzameling. Pilotproject: 'Senioren actief in Groenkamers'. Woonzorg Nederland, Amsterdam.

Baarda, D.B. (2000)

Basisboek kwalitatief onderzoek. Stenfert Kroese / Educatieve Partners Nederland BV, Houten.

Baarda, D.B., M.P.M. de Goede en M. Kalmijn (2000)

Enquêteuren en gestructureerd interviewen. Stenfert Kroese / Educatieve Partners Nederland BV, Houten.

Centraal Bureau voor de Statistiek (2004)

Statistisch Jaarboek 2004. Centraal Bureau voor de Statistiek, Voorburg / Heerlen.

Enders-Slegers, M.J. (2000)

Een leven lang goed gezelschap: empirisch onderzoek naar de betekenis van gezelschapsdieren voor de kwaliteit van leven van ouderen. Proefschrift. Universiteit Utrecht, Utrecht.

Jakobsson, U., R. Kleivsgård, A. Westergren and I.R. Hallberg (2003)

Old people in pain: a comparative study. Journal of pain and symptom management 26 (1) , p. 625-635.

Margadant-Van Arcken, M.J.A. (1994a)

Het belang en de plaats van natuurbeleving in NME. Bijdrage aan cursus PHLO, Landbouwwuniversiteit Wageningen, Wageningen.

Margadant-Van Arcken, M.J.A. (1994b)

Natuur en milieu uit de eerste hand. Denkbeelden, belevingen en leerwensen van dertien- tot achttienjarigen. Sdu Uitgeverij Plantijnstraat, Den Haag.

Muskens, J.B. (1993)

Het beloop van dementie: een exploratief longitudinaal onderzoek in de huisartsenpraktijk. Proefschrift. Katholieke Universiteit Nijmegen, Nijmegen.

Relf, D. (1973)

Horticulture: a therapeutic tool. Journal Rehab. 39 (1) p. 27-29.

Schuman, H. (1998)

De tuin te lijf. Tuinieren met visueel gehandicapten. Consequenties voor de inrichting van de groene ruimte. Bartiméus, Zeist.

Schuman, H. (2002)

Horticulture Therapy and Bartimeus Education: Recent developments in the Netherlands. In: Messe Diehl, E.R. (ed.). Journal of Therapeutic Horticulture 8 p. 52-59. Denver, USA.

Stichting Verzorgen van Wonen en Zorg (2002)

Kijk op wonen en zorg. De Nederlandse Zorgcentra overzichtelijk in kaart gebracht. AMOA, Veenendaal.

Te Velde, J. (1995)

Meedoen met het groen: samenwerking tussen overheid en burger bij het beheer van de openbare ruimte. Schuyt & Co, Haarlem.

Ulrich, R.S. (1984)

View through a window may influence recovery from surgery. Science, New Series 224(4647), p. 420-421.

Van den Berg, A, en M. van den Berg (2001)

Van buiten word je beter: Een essay over de relatie tussen natuur en gezondheid. Bijlage bij het Jaarboek Alterra. Alterra, Wageningen.

Van Wijnen, G. (2003)

Een nieuwe zorgaanpak om natuur in de ouderenzorg te introduceren. Lezing symposium de Schoterhof: Senioren actief in Groenkamers, 15 januari 2004.

Weiss, R.S. (1973)

Loneliness: The experience of emotional and social isolation. The MIT Press, Cambridge, USA.

Zeisel, J. and M.M. Tyson (1999)

Alzheimer's Treatment Gardens. In: Cooper Marcus, Clare and M. Barnes (eds.). Healing gardens: therapeutic benefits and design recommendations. John Wiley & Sons inc., New York, USA.

Bijlage 1

Interview met tuintherapiedeskundige Hans Schuman

Het interview met Hans Schuman is gehouden in februari 2004. De tekst is geakkoordeerd door de geïnterviewde. Hans Schuman werkt bij Bartiméus educatie, onderdeel van Bartiméus te Zeist. Dit is een organisatie voor onderwijs, zorg- en dienstverlening aan mensen met een visuele handicap. In samenwerking met Stichting Natuurlijk Genieten heeft Bartiméus cursussen georganiseerd voor vrijwilligers en activiteitenbegeleiders in de ouderenzorg [Schuman, 2002].

Achtergrond

- Kunt u uw functie binnen het Bartiméus kort omschrijven?

“Ik ben beleidsmedewerker innovatie en ontwikkeling, dus onder andere coördinator van projectplannen. Ik help andere mensen met hun plannen en adviseer externe deskundigen. Oorspronkelijk ben ik hovenier. Daarna heb ik studiebezoeken en cursussen op het gebied van visueel gehandicapten gevolgd.”

- Wat verstaat u onder tuintherapie?

“Tuinieren als middel gebruiken om mensen met een bepaalde psychische / motorische problematiek te helpen.”

- Wat is het aandeel van Bartiméus hierin?

“Tuinieren en natuurbeleving wordt hier in praktische zin toegepast, met als doel kennis te maken met de wereld om je heen. Het gebruik van andere (overgebleven) zintuigen, staat daarbij voorop. Het bezig zijn in de tuin stimuleert de motorische competentie, wat vooral bij visueel gehandicapten van belang is omdat die motorisch vaak wat achterlopen.”

Waarde van tuintherapie

- In hoeverre wordt er gebruik gemaakt van tuintherapie voor ouderen?

“Wij bieden volwassen visueel gehandicapten een tuincursus aan. Er zijn daarbinnen twee groepen te onderscheiden. Allereerst de ouderen die altijd al visueel gehandicapt waren, nu gepensioneerd raken en die in tuinieren een nieuwe hobby vinden als tijdsbesteding. Daarnaast bestaat de groep ouderen die visueel gehandicapt is geworden en altijd al tuinieren als hobby hebben gehad. Deze mensen zijn op zoek naar aanwijzingen om het plezier in hun hobby terug te vinden.

Wij geven daarnaast cursussen aan activiteitenbegeleiders (AB'ers) en vrijwilligers, in samenwerking met de Stichting Natuurlijk Genieten. In Nederland is er niet veel vraag naar. Het organiseren van natuuractiviteiten vereist namelijk veel deskundigheid, veel meer dan in de opleidingen aangeboden wordt. Je hebt immers met levende dingen te maken. Het ligt minder in je grip. Veel AB'ers en directies onderschatten het werk dat ermee gemoeid gaat."

- Is er genoeg vraag binnen de instellingen voor deze tuintherapie?

"Te weinig. Instellingen zijn vaak alleen geïnteresseerd wanneer er subsidie voor te verkrijgen is."

- Zijn de activiteiten alleen bestemd voor visueel gehandicapte ouderen?

"Zeker niet, ook voor andere ouderen! De activiteiten kunnen op elke doelgroep toegepast worden. Natuurbeleving is een stukje verwondering: je ondergaat het met je zintuigen. De geur herinnert je aan bepaalde momenten, vogels hoor je fluiten wanneer de lente begint. Het is daarom voor iedereen toegankelijk."

Waarde van natuuractiviteiten

- Aan wat voor activiteiten denkt u bij natuuractiviteiten?

"Aan alles. AB'ers blijven vaak steken bij het maken van bloemstukjes. Sommige ouderen zijn soms drie maanden niet buiten geweest! Het is zo belangrijk deze mensen met de buitenwereld contact te laten houden. Een tip van mij aan een AB'er kan als volgt luiden: neem de route die je van huis naar je werk fietst in gedachten en vertel de oudere wat je tegen bent gekomen: een bepaalde struik die in bloei stond, of bloemen. En neem wat mee, een stuk boomschors, of wat takken. Met creativiteit is een heleboel op dit gebied te verzinnen. Er is veel mogelijk, als je er maar voor openstelt."

- Denkt u dat er een meerwaarde aan deze activiteiten verbonden is ten opzichte van andere activiteiten?

"Nee. Oudere mensen moeten een keuze hebben. De een kiest voor natuur, omdat diegene er bepaalde herinneringen aan heeft, de ander voor muziek. Er moet rekening gehouden worden met de wens van een persoon."

- Wat is volgens u de heilzame werking van natuuractiviteiten?

"De relatie met de wereld om je heen. Herinneringen uit het verleden, zaken waarmee je bent opgegroeid. De primaire behoeften van een mens zijn: je veilig, geborgen voelen, snappen en meekrijgen wat er in je leefomgeving gebeurt. Een tuin is hier bij uitstek geschikt voor. De buitenomgeving is heel belangrijk. Verder kan een tuin sociale contacten bevorderen."

- Hoe is dit te merken?

"Ik heb daar zelf niet zoveel ervaring mee, maar denk dat het contact maken met de buitenwereld, heel goed te merken is. Ouderen willen graag op een plek kunnen verblijven waar veel bedrijvigheid is, waar ze alles kunnen zien en meemaken."

Organiseren van natuuractiviteiten

- Wat voor activiteiten kunnen instellingen zelf realiseren om hetzelfde effect te bereiken?

"Er valt te denken aan een prettige leefomgeving, omdat dat voor ouderen zo van belang is. Een voorbeeld is een plek waar ouderen kunnen zitten, bijvoorbeeld bij de ingang. Daar kunnen ze de bakker, de bloemist en familie zien langskomen. Op 'de Schoterhof' in Haarlem bestaat de ingang uit een kale betonnen plek met twee kleine bankjes. Dit nodigt de ouderen, maar ook omwonenden niet uit.

Een ander belangrijk punt: laat ouderen zo lang mogelijk zelfstandig dingen doen. Een goed voorbeeld hiervan is verzorgingshuis 'Humanitas' in Rotterdam. Hier laten ze mensen doen wat ze nog

kunnen, ze helpen bijvoorbeeld mee in de keuken. Dit geeft ouderen een gevoel van verantwoordelijkheid en bevordert zo hun eigenwaarde.”

- Wat zijn problemen waar een zorginstelling tegenaan zou kunnen lopen wanneer er initiatieven tot activiteiten met een groen karakter zouden worden ondernomen?

“Geld is niet de hoofdzaak. Dat is er wel, maar de directie moet ervoor zorgen dat het juist besteed wordt. Er is wel geld voor de realisatie, maar niet voor het onderhoud, terwijl dit juist bij een tuin met levende dingen zoals planten, zo belangrijk is.

Verder is vooral discipline nodig. Hoveniersbedrijven kunnen ingeschakeld worden, maar deze sluiten vaak niet aan op de wensen van de ouderen. Er wordt meestal niet vanuit het referentiekader van de ouderen gedacht. Kijk maar naar 'de Schoterhof': de binnenplaats heeft een overdekte glazen koepel. Voor de werknemers wel leuk, maar het wordt er veel te benauwd voor de ouderen in de zomer. Het sluit niet aan op de belevingswereld van de ouderen.”

- Wie zou verantwoordelijk moeten zijn voor dergelijke activiteiten binnen een verzorgingstehuis? De directie of de AB'ers?

“De directie, absoluut. Die moet het geld beschikbaar stellen en moet zijn verantwoording nemen en initiatief tonen, dat is zijn taak. Een AB'er is al druk genoeg.”

- Vindt u dat groenactiviteiten opgenomen zouden moeten worden in de opleiding tot activiteitenbegeleider (tegenwoordig spw / sph)?

“Zo het er niet nog steeds in zit, dan zou dat eigenlijk wel moeten. Maar zoals al eerder gezegd: het groene vakgebied is complex. Dat zie je dan ook terug in de slechte organisatie: in Amersfoort is een tuin voor de studenten overwoekerd geraakt met brandnetels. Dit komt de uitstraling van de opleiding dan ook niet ten goede, wat erg jammer is.”

Bijlage 2

Lijst van benaderde instellingen

(gerangschikt op provincie en op alfabetische volgorde van de stad waar de instelling gevestigd is)

In totaal zijn 40 instellingen benaderd. De gebruikte vragenlijst is opgenomen in bijlage 3.

Friesland

De Greithoeke, lokatie avondrust

Kerkeburen 66, 8754 EB Makkum

Nieuw Mellens

Borniastraat 32, 8934 AD Leeuwarden

Zorgcentrum de Spiker

Saltryperlaan 1, 8861 VD Harlingen

Zorgcentrum De Stilen

Longway 2, 8881 CN West-Terschelling

Groningen

Hoornseheem, onderdeel van het Heymanscentrum

Henri Dunantlaan 20, 9728 HD Groningen

Verzorgingshuis A-Horst

P. Potterlaan 34, 9581 EN Musselkanaal

Westerburcht

W.C. de Withstraat 1, 9801 GA Zuidhorn

Drente

De Vijverhof

Vredeveldseweg 75, 94504 CC Assen

Hum. St. Ouderenzorg "Jannes van de Sleedenhuis"

Eisenhowerstraat 10m 7901 AH Hoogeveen

	<p>Woon-zorgcentrum Het Kerspel Ds. Van Halsemastraat 12, 7948 BK Nijveen</p>
Overijssel	<p>Algemeen Christelijke Stichting Avondlicht De Tjalk 49, 7701 LR Dedemsvaart</p> <p>Bruggerbosch, centrum voor psychogeriatric Gronausestraat 752 postbus 6130, 7534 AM Enschede</p> <p>Neijenborch locatie Het Meijersveld Koeweidendijk 2, Postbus 278, 7480 AG Haaksbergen</p> <p>Franciscus Schiltstraat 12, 7631 BR Ootmarsum</p>
Gelderland	<p>SIVOZ Verpleeghuis St. Elisabeth Beatrixstraat 20, 6658 EK Beneden Leeuwen</p> <p>Verpleeghuis De Braamberg Wagnerlaan 2, 6815 AG Arnhem</p> <p>Joachim en Anna Groesbeekseweg 327, 6523 PA Nijmegen</p>
Flevoland	<p>De Toonladder Kathleen Ferrierstraat 183, 1311 KW Almere</p> <p>Coloriet Wold 12-01, Postbus 577, 8200 AN Lelystad</p> <p>Verzorgingshuis De Hoven Het Ravelijn 181, 8233 BK Lelystad</p>
Utrecht	<p>Ouderenzorg Neijenstede Heligerbergweg 84, 3816 AM Amersfoort</p> <p>Zorgcentrum De Schutse Anna van Burenstraat 40, 3411 AX Lopik</p> <p>Verzorgingshuis Vreeswijk Lekboulevard 10, 3434 GL Nieuwegein</p>

Woon en Zorgcentrum De Bijkershoek

Grebbeberglaan 60, 3527 VX Utrecht

Zorgcentrum Marienstein

Benschopperweg 14, 3401 BV IJsselstein

Noord-Holland

Verpleeghuis Rozenholm

Molenpad 2, 1431 BZ Aalsmeer

Stichting J.A.B.C. Beth Shalom

Kastelenstraat 80 / Akerwaterstraat 243, 1083 DE / 1069 GD
Amsterdam

Stichting ZorgBalans Zorgcentrum Parkzicht

Helmlaan 10, 2015 LE Haarlem

Zuid-Holland

Verzorgingshuis Dekkerduin

Campanulastraat 6, 2555 DE Den Haag

Rivas WoonZorg vestiging St. Clara

Wijnkoperstraat 6, 4204 HK Gorinchem

Zorgcentrum Goverwelle

Middenmolenplein 266, 2807 VG Gouda

Zeeland

Zorgcentrum Rehoboth

Bergweg 1, 4461 LX Goes

Verpleeghuis Ter Valcke

Valckeslotlaan 200, 4463 SE Goes

Zorg- en verpleegcentrum "Jacob Roggeveenhuus"

Noordsingel 106, 4333 AD Middelburg

Noord-Brabant

Berkenheuvel St. Anna Zorg Groep

Grote Bos 6, 5666 AZ Geldrop

Stichting Zorgcentrum Zuiderhout

Oosterhoutseweg 114, 4847 DE Teteringen

Zorgcentrum Het Laar

Generaal Winkelmanstraat 175, 5025 GX Tilburg

Limburg

Woonzorgcentrum Aelserhof

Aelserhof 1, 6181 LB Elsloo

Verpleegkliniek Klevarie

Polvertorenstraat 6, 6200 AE Maastricht

St. Camillus

Heinsbergerweg 176, 6045 CK Roermond

Bijlage 3

Vragenlijst

Een uitgebreide toelichting over het gebruik van deze vragenlijst staat in paragraaf 2.3.

- **Introductie:**

Goedemiddag, U spreekt met....., student aan de Universiteit Utrecht. Wij zijn bezig met een onderzoek naar natuuractiviteiten voor ouderen die ouder zijn dan 75 en intramuraal in uw instelling verblijven. Spreek ik met de activiteitenbegeleidster / der, of de persoon die zich bezighoudt met het organiseren van de activiteiten?

- Vraag dan naar deze persoon, als de juiste persoon aan de lijn is:

Het gaat om een inventarisatie van natuuractiviteiten voor ouderen. Hiervoor zou ik u graag een aantal vragen stellen, dat duurt ongeveer 10 minuten, maximaal 20. Zou dat mogelijk zijn? Zo niet, kan ik een afspraak maken om u op een ander moment terug te bellen?

- Bij de vragen gemarkeerd met * worden eventueel genoemde natuuractiviteiten aangekruist of genoteerd op de natuuractiviteitenlijst (zie bijlage 4).

1. Worden er in uw huis natuuractiviteiten georganiseerd?

- Als het antwoord op de eerste vraag "Nee" is:

Aan wat voor activiteiten denkt u als u natuuractiviteiten hoort?

Met natuuractiviteiten bedoelen we alle activiteiten die iets met natuur te maken hebben. Zoals natuurlijk buitenactiviteiten, maar ook natuurfilms kijken, bloemschikken en plaatjes van natuur uitknippen. Vinden dit soort activiteiten bij u plaats?

Welke natuuractiviteiten heeft u in het verleden ondernomen?*

Waarom onderneemt u die nu niet meer?

Heeft u in principe interesse in natuuractiviteiten?

Wie zou verantwoordelijk moeten zijn voor dergelijke activiteiten binnen een instelling?

Wat zijn problemen waar u verwacht tegenaan te lopen wanneer er initiatieven tot activiteiten met een groen karakter zouden worden ondernomen?

- Als het antwoord op de eerste vraag (zie boven) "Ja" is:
Welke activiteiten met een groen karakter worden zoal ondernomen?*

Met natuuractiviteiten bedoelen we alle activiteiten die iets met natuur te maken hebben. Zoals natuurlijk buitenactiviteiten, maar ook natuurfilms kijken en bloemschikken.

Welke natuuractiviteiten heeft u in het verleden ondernomen?*

Waarom onderneemt u deze niet meer?

Hoe lang onderneemt u deze activiteiten al?

Wat is naar uw mening de invloed van deze activiteiten op de deelnemende ouderen?

Hoe is het gesteld met de deelname van de bewoners aan deze activiteiten?

2. Wie is er verantwoordelijk voor de activiteiten in uw huis? Wie bepalen welke activiteiten er worden gedaan?

- Dat bepaalt de AB'er die op dat moment werkt.
- Er wordt een schema afgewerkt.
- De activiteiten worden naar de wensen van de bewoners gedaan.

Waar komt de kennis / inspiratie vandaan voor het bedenken van nieuwe activiteiten?

Wordt er in uw opleiding specifiek aandacht besteed aan de mogelijkheden van natuuractiviteiten?

3. Denkt u dat er een meerwaarde aan deze activiteiten verbonden is, ten opzichte van andere activiteiten? Waarom wel / niet?

Wat verstaat u onder meerwaarde?

Zijn er andere activiteiten waar u een dergelijke meerwaarde aan zou toekennen?

Tot slot: Hoeveel verzorgingsplaatsen telt uw instelling?

Dit waren de vragen. Hartelijk dank voor uw medewerking.

Bijlage 4

Resultaten natuuractiviteitenlijst

Onderstaande lijst geeft weer welke natuuractiviteiten tijdens de telefonische vraaggesprekken genoemd zijn, met daarachter het (absolute) aantal zorginstellingen dat de activiteiten onderneemt.

Natuuractiviteit	Aantal maal geantwoord
<i>Binnen</i>	
Bloemstukjes maken	39
Film / dia's bekijken	29
Verhalen / boeken / gedichten (voor)lezen	1
Natuurgerelateerd spel spelen	5
Planten opkweken / verzorgen	18
Spreker uitnodigen / lezing	3
Plaatjes uit tijdschriften knippen	10
Koken met natuurproducten	7
Contact met producten uit de natuur	8
Contact met dieren (aaidier)	4
Liedjes zingen over natuur	1
Seizoenstafel maken	25
Collage met herfstbloemen maken	17
<i>Buiten</i>	
In ontwikkeling	1
Wandelen op eigen terrein	28
Wandelen in bos / buiten eigen terrein	10
Werken in tuin	10
Uitstapjes naar bv Floriade dierentuin	11
Buiten zitten (niet actief)	14
Beestenwei (kippen houden)	2
Beesten voeren (zoals vogels)	8
Moestuin	1

Extra

Hoge tafel met moestuin	1
Spelkisten en koffers van natuurmuseum	2
Verhoogde plantenbakken	1
Vissen	1
Ritjes met busje	6
Aangepaste tuin	1
Tuincentrum bezoeken	6
Dagtocht	3
Tuingroep / natuurclub	5
Bomenfeest	1
Boomverkoop	1
Bak op wielen	1
Samenwerken met kinderen	1
Eigengemaakte stekjes verkopen	1
Wandelen naar doel	1
Vlindertuin	1
Workshop tekenen	1

Bijlage 5

Resultaten vragenlijst

Onderstaande lijst geeft de vragen met de letterlijk gegeven antwoorden weer, met daarachter het aantal maal dat dit antwoord gegeven is.

1. Worden er in uw huis natuuractiviteiten georganiseerd?	Aantal maal geantwoord
Ja	36
Nee	5

Als het antwoord op de eerste vraag "Nee" is:

Welke natuuractiviteiten heeft u in het verleden ondernomen?	Aantal maal geantwoord
Bloemstukjes maken	3
Zaaibed	1
Tuin	2
Hoge groenbedden	2
Seizoen naar binnen halen	1
Moestuintje	1
Niets	4
Vele initiatieven	1
Plaatjes knippen	1
Had kas	1
Projectgroep	1
Opzaaien, stekken	1

Waarom onderneemt u deze niet meer?	Aantal maal geantwoord
Weet niet	2
Vrijwilligers tekort	1
Niet genoeg animo	4
Mensen te 'slecht'	7

Te weinig AB'ers	1
Te weinig tijd	1
Populatie daalt	1
Teveel onderhoud	1

Heeft u in principe interesse in natuuractiviteiten?	Aantal maal geantwoord
Ja	1
Nee	2
Weet niet	2

Wie zou verantwoordelijk moeten zijn voor dergelijke activiteiten binnen een instelling?	Aantal maal geantwoord
Coördinator	1
Ontspanningsafdeling	1
AB'ers	1
Weet niet	2

Wat zijn problemen waar u verwacht tegenaan te lopen loopt wanneer er initiatieven met een groen karakter zouden worden ondernomen?	Aantal maal geantwoord
Personeelstekort	1
Te weinig vrijwilligers	1
kosten	2
Onderhoud	1
Faciliteiten	1

Als het antwoord op de eerste vraag (zie boven) "Ja" is:

Hoe lang onderneemt u deze activiteiten al?	Aantal maal geantwoord
Altijd	4
Ongeveer 6 jaar	1
4 jaar	1
3 jaar	3
2 jaar	1
Sinds 1 jaar AB'er	1

Wat is naar uw mening de invloed van deze activiteiten op de deelnemende ouderen?	Aantal maal geantwoord
Herkenning	17
Tijdsbesef door seizoenen	4
Rust / ontspanning	7
Eigenwaarde	5
Sociaal contact	2
Contact met de natuur	7
Afwisseling	2
Toegankelijk	2

Lichamelijke beweging	1
Voelen en ruiken	3
Natuur naar binnen halen	1
Maakt veel los	3
Gespreksonderwerpen	2
Herinneringen	8
Vinden het mooi	3
Genieten	3
Gezelligheid	1
Vrolijker	3
Sfeer creëren	1

Hoe is het gesteld met de deelname van de bewoners aan deze activiteiten? Aantal maal geantwoord

Goede deelname	10
Hangt af van de groep	6
Teveel animo	3
Weinig	1
Vaste groep	1
Vooraf dames	1
Workshops ongeveer 15 deelnemers	3
Wandelclub 5 a 6 deelnemers	1
10 personen	1
Film	1
Ongeveer 50 %	1

2. Wie is er verantwoordelijk voor activiteiten in uw huis? Wie bepalen welke activiteiten er worden gedaan? Aantal maal geantwoord

Activiteitenbegeleider	27
Directie	14
Bewoners zelf	22
Seizoensgebonden	2
Samen met het bestuur	1
Zorgcoördinator	1
Overleg AB'ers	3

Waar komt de kennis / inspiratie voor het bedenken van nieuwe activiteiten vandaan? Aantal maal geantwoord

Boekjes	10
Internet	5
T.v.	2
Vakbladen	9
Bibliotheek	2
Museum	1

Overleg met collega's	10
Wat je om je heen ziet	2
Ervaring	3
Brainstormen	1
Cursus	6
Tijdschriften	10
Hobbyzaak	1
Themadag	1
Opleiding	2
Bewoners	3
Eigen kennis	4
Hovenier	3
Andere instellingen	9
Spelen met materialen	1
Tuincentra	1
Krant	1
Recreatiecommissie	1

<i>Wordt er in uw opleiding specifiek aandacht besteed aan de mogelijkheden van natuuractiviteiten?</i>	Aantal maal geantwoord
--	------------------------

Ja	13
Nee	20
Weet niet	4
AB-opleiding	6
Creatieve therapie	1

<i>Denkt u dat er een meerwaarde aan deze activiteiten verbonden is ten opzichte van andere activiteiten?</i>	Aantal maal geantwoord
--	------------------------

Ja	36
Link vroeger en nu	16
Herkenning	5
Rust / ontspanning	2
Herinneringen	3
Elementen voelen	1
Natuurbinding	2
Opfleuren	1
Vergeten handicap / positief	1
Mensen uit isolement halen	2
Zintuigen prikkelen	2
Genieten	2
Afwisseling	1
Interesse: naar buiten gaan	1
Contact met levende dingen	1
Eigenwaarde opvijzelen	1

Houdt mensen bij de tijd	1
Verschilt per persoon	1
Algemene meerwaarde	1
Nee	3
Verschilt, blij met iets anders	1
Niet meer dan gewone activiteiten	1
Hangt af van bewoner	1
Alle activiteiten meerwaarde	1

3. Denkt u dat er een meerwaarde aan deze activiteiten verbonden is, ten opzichte van andere activiteiten? Waarom wel / niet?

De antwoorden op deze vraag zijn niet in deze bijlage verwerkt.

Wat verstaat u onder meerwaarde?	Aantal maal geantwoord
Herinneringen	1
Voldoening	1
Bewust van wat ze kunnen	2
Zelfvertrouwen	1
Geur en energie, gezelligheid	1
Buitengaan	2
Elementen op huid	2
Weet niet	1

Zijn er andere activiteiten waar u een dergelijke meerwaarde aan zou toekennen?	Aantal maal geantwoord
Koken en bakken	8
Geheugentraining	5
Zang	8
Spel 'vragenderwijs'	6
Zintuigprikkeling	2
Muziek	4
Sport	1
Handwerken	3
Praatgroepen	9
Artiesten optredens	1
Mannengroep	1
Voorlezen	2
Creatieve dingen	1
Massage (hand) met speciale oliën	1
Kaarten / spelletjes	2
Herkenning van wat ze vroeger deden	1
Familiecontact tijdens activiteit	1

Bijlage 6

Vragenlijst voor verdere inventarisatie van natuuractiviteiten

Deze vragenlijst is een middel voor de Stichting Natuurlijk Genieten om verder te gaan met inventarisatie van natuuractiviteiten zoals die binnen de intramurale zorg plaatsvinden. De vragenlijst uit dit onderzoek (zie bijlage 3) is hiervoor bijgesteld om het gebruik te vergemakkelijken. De natuuractiviteitenlijst uit dit onderzoek (zie bijlage 4) kan gebruikt worden om het soort activiteiten te scoren. Het is aan de Stichting Natuurlijk Genieten om naar behoefte vragen te verwijderen of de vragenlijst uit te breiden met extra vragen, bijvoorbeeld naar de aandachtspunten rondom de organisatie van natuuractiviteiten of ten behoeve van het ontwikkelen van een centrale databank met natuuractiviteiten. In het laatste geval zou de vragenlijst nog aangepast moeten worden voor gebruik bij andere organisaties dan zorginstellingen waar AB'ers actief zijn.

Inventarisatie van natuuractiviteiten

Behandeld door:.....

Datum:.....

Instelling:

Adres / Postcode / Plaats:.....

Telefoonnummer:.....

E-mail:.....

Gesproken met:

Functie:.....

Goedemorgen / middag. U spreekt met, namens de Stichting Natuurlijk Genieten. Zou ik een activiteitenbegeleider (AB'er) of de verantwoordelijke voor het organiseren van activiteiten kunnen spreken?

Goedemorgen / middag. U spreekt met, namens de Stichting Natuurlijk Genieten. Wij zijn bezig met een inventarisatie van natuuractiviteiten voor ouderen boven de 75 die in een intramurale zorginstelling verblijven. Hiervoor zou ik u graag een aantal vragen stellen, dat duurt ongeveer 10 minuten, maximaal 20. Zou dat mogelijk zijn? Zo niet, kan ik een afspraak maken om u op een ander moment terug te bellen?

1. Worden er in uw instelling natuuractiviteiten georganiseerd?

Met natuuractiviteiten bedoelen we alle activiteiten die met natuur te maken hebben, zoals buitenactiviteiten, maar ook het kijken van natuurfilms, bloemschikken en het maken van seizoenstafels. Vinden dit soort activiteiten bij u plaats?

Nee, ga naar vraag 2.

Ja, ga naar vraag 3.

2. Er vinden geen natuuractiviteiten plaats.

a. Zijn er in het verleden natuuractiviteiten ondernomen? Zo ja, wat voor soort activiteiten?

Activiteiten op de natuuractiviteitenlijst scoren of noteer hier een korte beschrijving.

b. Waarom worden deze activiteiten niet meer ondernomen?

c. Heeft u in principe interesse in natuuractiviteiten?

d. Wie zou verantwoordelijk moeten zijn voor dergelijke activiteiten binnen de instelling?

e. Tegen welke problemen verwacht u op te lopen wanneer er initiatieven met een groen karakter worden genomen?

Dit waren de vragen. Hartelijk dank voor uw medewerking.

3. Er vinden wel natuuractiviteiten plaats.

a. Wat voor natuuractiviteiten worden ondernomen?

Activiteiten op de natuuractiviteitenlijst scoren of noteer hier een korte beschrijving.

b. Hoe lang onderneemt u deze activiteiten al?

c. Zijn er natuuractiviteiten die u in het verleden heeft ondernomen, maar nu niet meer?

d. Waarom onderneemt u deze niet meer?

e. Wat is naar uw mening de invloed van deze activiteiten op de deelnemende ouderen?

f. Hoe is het gesteld met de deelname van de bewoners aan deze activiteiten?

4. Wie heeft of had de verantwoordelijkheid voor natuuractiviteiten?

a. Wie bepalen wat voor activiteiten er ondernomen worden?

- Activiteitenbegeleider
- Directie
- Bewoners

b. Wordt er met een schema gewerkt?

c. Hebben de bewoners inspraak in de activiteiten?

d. Waar komt de kennis / inspiratie voor de activiteiten vandaan?

- Vakbladen
- Tijdschriften (geen vakbladen)
- Collega's
- Cursussen
- Anders, namelijk.....

5. Merkt u dat de deelnemende ouderen anders op natuuractiviteiten reageren dan op andere activiteiten? Zijn er merkbare verschillen tussen groene activiteiten en andere activiteiten?

Nee, waarom niet?

Ja, waarom wel?

6. Zijn er andere activiteiten waar zeer positief op gereageerd wordt?

Dit waren de vragen. Hartelijk dank voor uw medewerking.

Wetenschapswinkel Biologie, Padualaan 8 / Z 402, 3584 CH Utrecht, (030) 253 73 63

