

Hoe ontwerp je een verpleeghuistuin?

Een evidence-based practice toolkit



Colofon

Els Beekhuis van der Weijde^{1*}

Melanie van der Velde-van Buuringen^{2,3,4*}

Hilde Verbeek^{5,6}

Wilco P. Achterberg^{2,3}

Monique A.A. Caljouw^{2,3}

¹ WEIJDE Tuin- en Landschapsarchitecten BV

² Universitair netwerk voor de Care sector Zuid-Holland UNC-ZH, Leids Universitair Medisch Centrum, Leiden, Nederland

³ Afdeling Public Health en Eerstelijngeneeskunde, Leids Universitair Medisch Centrum, Leiden, Nederland

⁴ Zorginstellingen Pieter van Foreest, Delft, Nederland

⁵ Afdeling Health Services Research, CAPHRI, Faculty of Health, Medicine and Life Sciences, Universiteit Maastricht, Maastricht, Nederland

⁶ Academische Werkplaats Ouderenzorg Limburg, Universiteit Maastricht, Maastricht, Nederland

Fotografie

Simone van Leeuwen (pagina 1, 20, 35)

Stephanie Broekarts (pagina 9, 17, 28)

Correspondentie

Els Beekhuis van der Weijde

els@bureau-weijde.nl

Melanie van der Velde-van Buuringen

unc-zh@lumc.nl

Copyright

Copyright © 2023 Universitair Netwerk voor de Care sector Zuid-Holland (UNC-ZH), Leids Universitair Medisch Centrum, Leiden. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen geen rechten worden ontleend.



Introductie

Deze toolkit is ontwikkeld voor organisaties die een tuin willen creëren specifiek voor verpleeghuizen, gebruikmakend van evidence-based practice.

In de afgelopen jaren is het aantal onderzoeken toegenomen dat zich richt op de effecten van buiten zijn op mensen met dementie in verpleeghuizen. Over het algemeen suggereren de eerste resultaten positieve effecten van het gebruik van de tuin op de kwaliteit van leven, gedrags- en psychologische symptomen van dementie, en andere uitkomsten gerelateerd aan kwaliteit van leven of gedrags- en psychologische symptomen (stress, slaap, stemming), en fysieke en cognitieve vaardigheden. Kwalitatieve studies die de voordelen, belemmeringen, personalisatie en het effect van het gebruik van de tuin op de kwaliteit van leven onderzoeken, hebben thema's blootgelegd met betrekking tot ervaringen en mogelijke mechanismen van de positieve effecten van buiten zijn, vanuit het perspectief van mensen met dementie, personeelsleden en familieleden. Het gebruik van de tuin lijkt een positief effect te hebben op de kwaliteit van leven door het bevorderen van een gevoel van vrijheid, sociale interactie, een kalmerend effect, herinneringen en plezier.

Ondanks de genoemde voordelen lijkt buiten zijn nog steeds geen normaal onderdeel te zijn van de dagelijkse praktijk in verpleeghuizen. De meeste mensen met dementie in

verpleeghuizen brengen hun dag inactief door, liggend of zittend, en gemiddeld blijft meer dan 90% van de bewoners binnen hun afdeling gedurende de dag.

Naast personeelsbezetting en veiligheid van bewoners, weer en seizoenen, ontwerp van het hoofdgebouw en sociale activiteiten, speelt ook (het proces van) ontwerp een rol als een belemmering of stimulans voor het gebruik van de tuin in verpleeghuizen. Deze toolkit heeft tot doel organisaties te begeleiden bij het proces van het herinrichten van een (bestaande of niet-bestaande) tuin tot een op evidence-based practice gebaseerde tuin voor verpleeghuizen.

Het is ontwikkeld tijdens het promotieonderzoek van Melanie van der Velde – van Buuringen, in een samenwerkingsverband tussen Pieter van Foreest, de academische netwerken ouderenzorg Universitair Netwerk voor de Care sector Zuid-Holland (UNC-ZH) en Academische Werkplaats Ouderenzorg Limburg (AWO Limburg), en tuin- en landschapsarchitect Els Beekhuis van der Weijde.

Het onderzoek heeft als doel inzicht te krijgen in de effecten van tuingebruik en de implementatie ervan in het dagelijks leven van mensen met dementie in het verpleeghuis. Meer weten over dit onderzoek? Scan de QR-Code.

Deze toolkit bestaat uit de basis, het ontwerpproces, een stappenplan en de Nursing Home Garden Checklist. Allen ontwikkeld vanuit dit onderzoek.

Deze toolkit is een levend document dat bedoeld is om verpleeghuistuinten te optimaliseren, wat een dynamisch proces is. Feedback wordt zeer op prijs gesteld en kan worden verzonden naar Els Beekhuis van der Weijde (els@bureau-weijde.nl) met betrekking tot de tuin en naar Melanie van der Velde-van Buuringen (unc-zh@lumc.nl) met betrekking tot het proces.



De basis

Stakeholders

Wie heb je nodig om een verpleeghuistuin te ontwerpen?

- Het bestuur
- Locatiemanager
- Projectteam:
 - Opdrachtgever
 - Projectmanager
 - Projectmanagement ondersteuner
 - Tuin- en landschapsarchitect
 - Manager huisvesting van de organisatie
 - Specialist ouderengeneeskunde
 - Psycholoog
 - Ergotherapeut
 - Teammanagers/welzijnsmanagers
 - Vertegenwoordiger(s) van (zorg)medewerkers
 - Vertegenwoordiger(s) van cliënten
 - Vertegenwoordiger(s) van naasten

Stapsgewijze procedure

Voordat je aan de slag kan met het stappenplan van deze toolkit, is het belangrijk de volgende randvoorwaarden te bewerkstelligen:

- Akkoord van het bestuur te starten met het project
- Akkoord locatiemanager
- Akkoord/ter informatie cliëntenraad
- Vorming van projectteam
 - Eerste bijeenkomst: Vaststelling ieders rol, verantwoordelijkheden, en werkafspraken
 - Tweede bijeenkomst: Vaststelling plan van aanpak (in elk geval: Investering uren, geld, tijdspad)
 - Start stappenplan toolkit



Ontwerpproces

Stap 1 Programma van Eisen



De leden van het projectteam stellen met elkaar een programma van eisen samen. Wie worden de gebruikersgroepen van de tuin? Mogen mensen van buiten het verpleeghuis ook gebruik maken van de tuin? In welke mate zal de tuin vrij toegankelijk zijn voor de verpleeghuisbewoners?



Stap 2 De Nursing Home Garden Checklist (NHGC)



De Nursing Home Garden Checklist (NHGC), gebaseerd op factoren die van invloed zijn op het dagelijkse gebruik van de tuin, wordt ingevuld door minstens 3 leden van het projectteam, waarvan in elk geval door de tuin- en landschapsarchitect. Elementen waarover leden van het projectteam verschillende antwoorden hebben, dienen met elkaar besproken te worden. De uitkomst van het programma van eisen en de checklist worden geïnterpreteerd door de tuin- en landschapsarchitect, die het vervolgens zal vertalen naar een conceptverbeterplan tuin versie 1.



Stap 3 Enquête



Alle leden van het projectteam bekijken en bespreken het conceptverbeterplan tuin versie 1. Vervolgens beslissen ze welke vragen ze beantwoord willen hebben door de gebruikersgroepen van de tuin. De gebruikersgroepen bestaan bijvoorbeeld uit de cliënten, (in)formele zorgverleners, en vrijwilligers. Daarna kan er bijvoorbeeld een enquête worden opgesteld met deze vragen en worden verspreid onder alle gebruikersgroepen. Er kan ook gekozen worden voor het houden van semigestructureerde interviews.

Stap 4 Expertise in huis



De tuin- en landschapsarchitect vertaalt de resultaten van de enquête naar een tweede versie van het conceptverbeterplan tuin. Deze tweede versie wordt besproken met vertegenwoordigers van verschillende disciplines binnen de organisatie, zoals ergotherapeuten, fysiotherapeuten en psychologen, die expertise hebben op verschillende gebieden van gebruik van de tuin. Denk daarbij aan de onderwerpen veiligheid en beleving.



Stap 5 Definitief verbeterplan



De tuin- en landschapsarchitect vertaalt de uitkomsten van de feedback van de vertegenwoordigers van de verschillende disciplines naar een derde versie van het conceptverbeterplan tuin. Deze versie dient te worden besproken met alle leden van het projectteam. De tuin en landschapsarchitect vertaalt dan de uitkomsten van dit laatste gesprek in een definitieve versie van het verbeterplan tuin.



Stap 6 Evaluatie

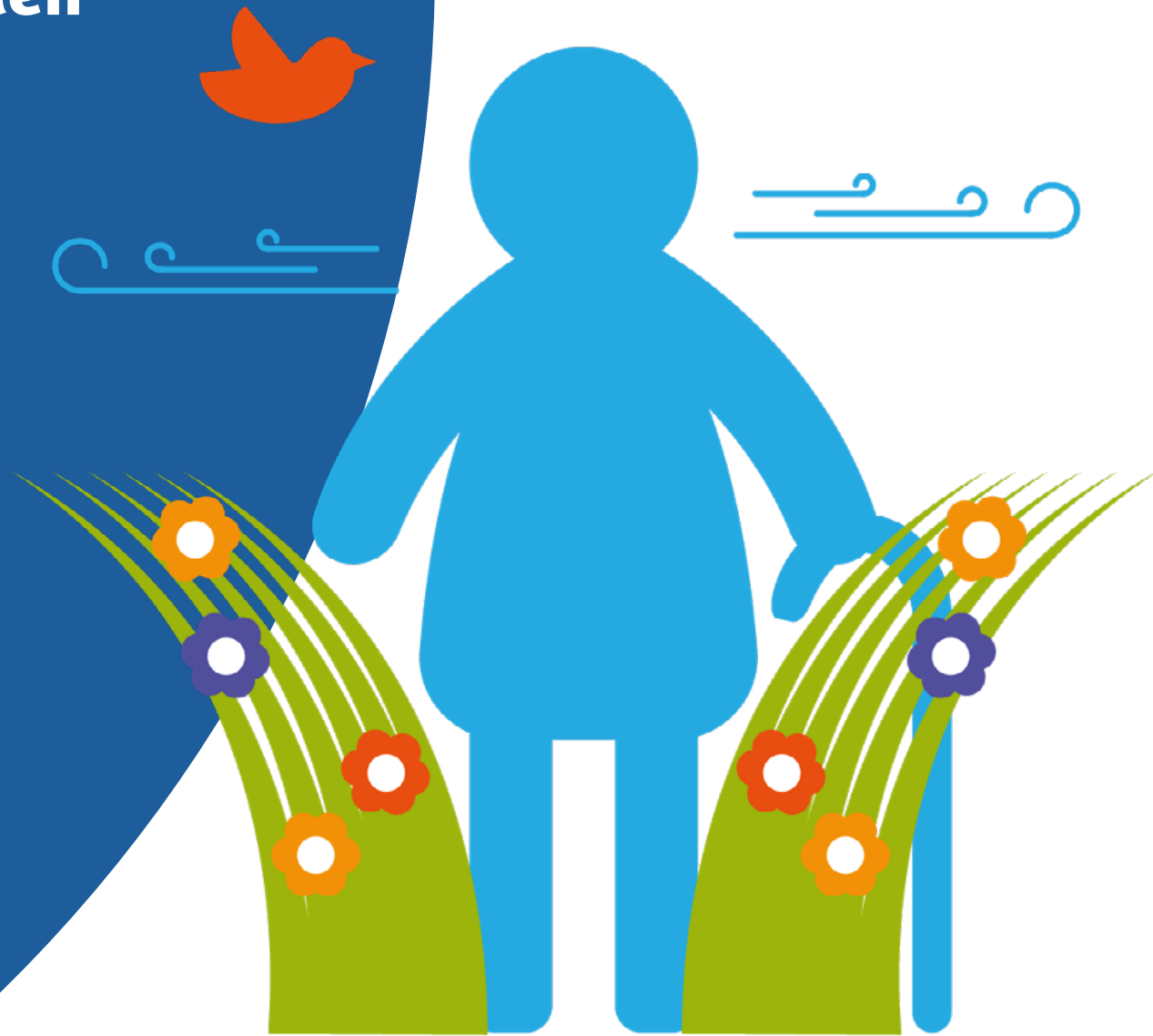


De NHGC wordt één jaar na de aanleg van de tuin opnieuw ingevuld door minstens 3 leden van het projectteam, waarvan in elk geval door de tuin- en landschapsarchitect. De uitkomsten worden vergeleken met het jaar ervoor. Eventuele actiepunten worden uitgezet.

Stappenplan

Stap	Actie	Door wie
1	Opstellen van het Programma van eisen	Projectteam
2a	Invullen van de Nursing Home Garden Checklist (NHGC)	Door minstens 3 leden van het projectteam, waarvan in elk geval door de tuin- en landschapsarchitect
2b	Bespreken van uitkomsten van de NHGC en overeenstemming bereiken tussen eventuele verschillen	Door dezelfde 3 leden van het projectteam, waarvan in elk geval de tuin- en landschapsarchitect
2c	Maken van conceptverbeterplan tuin versie 1	Tuin- en landschapsarchitect
3a	Bespreking van conceptverbeterplan tuin versie 1	Projectteam
3b	Beslissen welke vragen beantwoord dienen te worden door de gebruikersgroepen (denk aan cliënten, (in)formele zorgverleners, en vrijwilligers) van de tuin	Projectteam
3c	Opstellen en verspreiden van een Enquête onder alle gebruikersgroepen. Er kan ook gekozen worden voor het houden van semigestructureerde interviews	Projectteam
3d	Bespreken van uitkomsten van de enquête/semigestructureerde interviews	Projectteam
4a	Maken van conceptverbeterplan tuin versie 2	Tuin- en landschapsarchitect
4b	Bespreking van conceptverbeterplan tuin versie 2 met Experts in huis	Vertegenwoordigers van verschillende disciplines binnen de organisatie, zoals ergotherapeuten, fysiotherapeuten en psychologen, die expertise hebben op verschillende gebieden van gebruik van de tuin. Denk daarbij aan de onderwerpen veiligheid en beleving
5a	Maken van conceptverbeterplan tuin versie 3	Tuin- en landschapsarchitect
5b	Bespreking van conceptverbeterplan tuin versie 3	Projectteam
5c	Maken van de Definitieve versie van het verbeterplan tuin	Tuin- en landschapsarchitect
6	Evaluatie met behulp van de NHGC	Door minstens 3 leden van het projectteam, waarvan in elk geval door de tuin- en landschapsarchitect

De Nursing Home Garden Checklist (NHGC)



VITALE TUIN

1.

Toegankelijkheid: Fysiek, cognitief en toestemming

Bewoners moeten zelfstandig en zonder belemmeringen naar buiten kunnen, de tuin in of het balkon op. De ideale situatie is een situatie waarin iedereen de mogelijkheid heeft om naar buiten te gaan in een tuin waarbij risico's zijn geminimaliseerd. Vaak betekent dit dat de tuin is afgesloten. Dit thema is opgedeeld in drie delen:

1. Fysieke toegankelijkheid (kan ik naar buiten?);
2. Cognitieve toegankelijkheid (weet ik dat ik naar buiten kan, weet ik hoe en is dat een aantrekkelijk idee?);
3. En toestemming om naar buiten te gaan (mag ik naar buiten?).



1.1 Toegankelijke tuin, fysiek: kan ik naar buiten?	
1.1.1	Iedere bewoner kan, eventueel met ondersteuning, naar buiten de tuin in of het balkon op.
1.1.2	Er is een directe verbinding tussen het woongedeelte (een gebied waar de bewoners zich voornamelijk bevinden) en de buitenruimte. Deze verbinding is zo kort als mogelijk.
1.1.3	De deur kan zonder veel moeite en kracht worden geopend.
1.2 Toegankelijke tuin, cognitief: weet ik dat ik naar buiten kan, weet ik hoe en is dat een aantrekkelijk idee?	
1.2.1	De tuin is van binnenuit zichtbaar.
1.2.2	De deur naar de tuin is duidelijk zichtbaar en je kunt zien dat deze naar de tuin leidt.
1.2.3	Nabij de deur is een duidelijke kapstok gedeelte, herkenbaar voor de bewoners als kapstok.
1.2.4	Als het buiten regent, staan er bij de kapstok paraplu's, regenjassen en regenlaarzen klaar voor gebruik. Dit kunnen spullen zijn van de bewoners zelf, of extra tweedehandsspullen.
1.2.5	Als het buiten koud is, staan er bij de kapstok dekens, mutsen, sjaals, en wanten/handschoenen klaar voor gebruik. Dit kunnen spullen zijn van de bewoners zelf, of extra tweedehandsspullen.
1.2.6	Nabij de entree bevindt zich een toilet, dat duidelijk herkenbaar is voor de bewoners.
1.2.7	In de tuin staan borden die aangeven waar het toilet zich bevindt.

1.2.8	Direct naast de entree is een zitgedeelte dat goed zichtbaar is.	
1.2.9	Er is een minimaal contrast tussen buiten en binnen. Het verschil in lichtsterkte wordt voorkomen door bijvoorbeeld een zonnenscherm of pergola.	
1.2.10	De bewoners ervaren de tuin als veilig.	
1.2.11	Wanneer bewoners niet in het zicht van de medewerkers zijn, is er een mogelijkheid voor noodcommunicatie.	
1.3	Toegankelijke tuin: toestemming (mag ik naar buiten?)	
1.3.1	Medewerkers zijn het erover eens dat de tuin een vooraf besproken veiligheidsniveau heeft.	
1.3.2	Naasten zijn het erover eens dat de tuin een vooraf besproken veiligheidsniveau heeft.	
1.3.3	De deur staat overdag, tussen bijvoorbeeld 10:00 en 16:00, altijd open. De rest van de tijd mogen bewoners ook naar buiten, maar is de deur gesloten. Er is dan dus meer begeleiding nodig.	
1.3.4	Als de deur opengaat, is er geen tocht.	
1.3.5	De tuin is van binnenuit zichtbaar (de bewoner is zichtbaar voor de medewerkers).	

2.

Veiligheid

De tuin mag geen gevaar opleveren voor de bewoners wat niet eerst met elkaar besproken en geaccepteerd is. De tuin heeft dus een vooraf besproken veiligheidsniveau. Wees ervan bewust dat het onmogelijk is een tuin 100% veilig te maken, net zo min dat mogelijk is voor het gebouw zelf. Bij het leven horen risico's. Dit thema valt uiteen in twee delen:

- 1. Veilige tuin:** Als de tuin niet als veilig wordt ervaren, zullen de bewoners niet het gevoel hebben dat ze de vrijheid hebben om de tuin te gebruiken, waardoor de tuin ontoegankelijk wordt, zie punt 1. Daarom is een veilige tuin de eerste voorwaarde waaraan een tuin moet voldoen om gebruikt te kunnen worden.
- 2. Aangename tuin:** Het tweede deel van een veilige tuin is het gevoel dat hoort bij een tuin. Is het een prettige plek waar mensen graag naar toe gaan, ook bij slecht weer?



2.1 Veilige tuin	
2.1.1	Je kunt niet makkelijk uit de tuin lopen het terrein af.
2.1.2	Eventuele schuttingen die nodig zijn, zijn weggewerkt in het groen, passen bij de omgeving met groen of zorgen voor een mooi zicht op de buitenwereld. Alternatief zijn natuurlijke eindpunten van de tuin, zoals bijvoorbeeld een schuur, serre, zitje of waterpunt.
2.1.3	Poorten zijn goed afgesloten, hoog genoeg en zo mogelijk verborgen.
2.1.4	De deuren en poorten die herkenbaar zijn, zijn ook toegankelijk voor bewoners.
2.1.5	De bestrating is zo vlak mogelijk en bevat zo min mogelijk randen of inkepingen.
2.1.6	Er zijn geen kleurveranderingen of intensiteitsverschillen in de looprichting van de bestrating (deze worden gezien als barrières).
2.1.7	Er zijn geen obstakels op de paden. Indien ze onvermijdelijk zijn, zijn ze gemarkeerd met een contrasterende kleur.
2.1.8	De bestrating is niet glanzend, te licht (door weerkaatsing van de zon) of lichtgrijs (door zichtproblemen).
2.1.9	De randen van de paden zijn duidelijk zichtbaar. Dit kan donkerder of lichter zijn, wat ook groen (bijv. gras) kan zijn.
2.1.10	Pergola's of andere constructies creëren geen lastige schaduwpatronen op de grond.

2.1.11	Als de bestrating niet vlak is, is er een leuning.	
2.1.12	Paden zijn breed genoeg (minimaal 150 cm). Ze kunnen incidenteel smaller zijn, maar nooit minder dan 90 cm.	
2.1.13	De maximale helling is 1:25 (4%).	
2.1.14	Als er een kleine trap is, moet deze duidelijk zichtbaar zijn, een leuning hebben en een duidelijk contrast vormen met de omgeving. Leuning: tussen 850 mm en 950 mm hoog. Mogelijkheid van een tweede leuning op 600 mm. Het mag maximaal 50 mm in diameter zijn en moet minimaal 50 mm van een muur worden geplaatst. Daarnaast kun je bij de aanwezigheid van alternatieve manieren om op plaats van bestemming te komen, denken aan een deel van de trap op ruime afstand af te zetten met een mooi hekje, waardoor je bewust om het hekje heen moet lopen wil je bij de trap kunnen komen.	
2.1.15	Er staan geen planten met giftige bessen binnen handbereik in de tuin.	
2.1.16	Er staan geen scherpe planten naast het pad (grassoorten kunnen erg scherp zijn).	
2.1.17	Je kunt niet verdwalen in de tuin, je kan zien waar je heen gaat.	
2.2	Aangename tuin	
2.2.1	Er is een groene, natuurlijke, biodiverse omgeving, die goed te overzien is.	
2.2.2	Er is een deel van de tuin waar je rustig en beschermd alleen kan zitten.	

2.2.3	Er is een deel van de tuin waar je samen met anderen kan zijn.	
2.2.4	Je kan beschermd zitten tegen de wind.	
2.2.5	In de zon zitten is mogelijk (liefst in de ochtend en late namiddag).	
2.2.6	In de middag is het mogelijk om in de schaduw te zitten. Bij voorkeur schaduw van een boom of pergola, maar in ieder geval een parasol. Denk dan aan simpele parasols, die iedereen kan bedienen.	
2.2.7	Het is mogelijk om buiten te zitten als het regent en toch droog te blijven.	
2.2.8	Er zijn voldoende zitplekken (minstens om de 100 meter).	
2.2.9	De zitplekken zijn zonder hulp te gebruiken (Verschillende hoogtes want iedereen is anders en met (arm)leuningen).	
2.2.10	Naast elke zitplaats is ruimte voor rolstoelen of scootmobielen.	
2.2.11	Er zijn zitjes met zachte kussens die schoon en droog zijn.	
2.2.12	Vanaf elke zitplaats zie je al de volgende zitplaats.	
2.2.13	Elke zitplaats heeft een interessant uitzicht. Elke zitplaats heeft een ander uitzicht.	

2.2.14	Er is genoeg intimiteit in de tuin, en er zijn genoeg plekjes waar men zich “thuis”, “normaal” en “even weg van het verpleeghuis” kan voelen.	
2.2.15	De inrichting van de tuin sluit aan bij wat bewoners nodig hebben: beleving en herkenning. Je thuis voelen, vrede en harmonie zijn in balans met avontuur en opwinding. Actief versus passief.	
2.2.16	Tuinmeubelen en andere elementen zijn herkenbaar voor de bewoners.	
2.2.17	Je kunt niet achter de zitplekken lopen. Ook vanaf de zitplaats heb je een uitzicht van maar liefst 6 meter.	
2.2.18	Er is voldoende privacy in de tuin, rekening houdend met de zichtbaarheid vanuit het gebouw.	
2.2.19	Er is geen geluidsoverlast door bijvoorbeeld snelwegen, airco's of een generator.	
2.2.20	Er is geen sprake van stankoverlast door bijvoorbeeld een fabriek of kapotte riolering.	
2.2.21	Het is mogelijk om zonder veel moeite buiten te kunnen eten en drinken. Denk aan het neerzetten van waterkannen en glazen.	

3.

Oriëntatie

Een zeer belangrijk aspect van de autonomie van de bewoner in de tuin komt voort uit de mate waarin de tuin door de bewoner kan worden geïnterpreteerd. Er zijn drie dingen die in elke tuin heel duidelijk moeten zijn:

1. Hoe krijg ik toegang tot de tuin;
2. Welke route kan ik in de tuin nemen; en
3. Hoe kan ik de tuin verlaten en het gebouw weer in?

Deze drie dingen kunnen worden bereikt door een zorgvuldig ontwerp gericht op visuele begeleiding. Oriëntatiepunten kunnen enorm helpen. Dit kan een standbeeld zijn, een brug, een boom, een speeltuin, dieren etc. Alles wat je zou noemen als je iemand aanwijzingen geeft. Weet dat de juiste oriëntatiepunten ook op de juiste hoogte zijn geplaatst. Mensen kijken over het algemeen eerder naar beneden dan naar boven.



3. Oriëntatie	
3.1	Je kan gemakkelijk zien waar je je bevindt in de tuin ten opzichte van de deur.
3.2	Het is mogelijk om minimaal één, maar liefst meerdere verschillende rondes te lopen zonder te hoeven omkeren.
3.3	Er is een logisch pad dat gemakkelijk te volgen is en je terug naar de deur brengt.
3.4	Bij de deur naar de tuin zie je groen.
3.5	Langs het pad zijn oriëntatiepunten waardoor de route makkelijk te onthouden is.
3.6	Er zijn duidelijke markeringen van het pad als de tuin groter is. De markeringen worden onder de 120 cm geplaatst.
3.7	Het is gemakkelijk om de weg terug te vinden naar de deur die weer naar binnen leidt.
3.5	In het geval van meerdere deuren: Elke deur heeft zijn eigen onderscheidende kenmerken.
3.6	De tuin is gastvrij. Het nodigt uit om de tuin in te gaan en verder de tuin in te lopen.
3.7	Al wandelend ervaar je de overgang van het ene deel van de tuin naar het andere duidelijk. Bijvoorbeeld bij een bruggetje, pergola of een overwoekerde boog.

3.8	Er is altijd wel iets aan het einde van een pad om 'doodlopende wegen' te voorkomen. Bijvoorbeeld een zitplaats, beeld, etc..	
3.9	Er zijn meerdere verschillende tuinkenmerken en ze zijn van een afstand zichtbaar.	
3.10	Indien de tuin 's nachts toegankelijk is: Er is voldoende verlichting om de weg te kunnen vinden. Deze lampen verblinden je niet en zorgen niet voor vervelende schaduwen.	
3.11	Als de tuin 's nachts niet toegankelijk is: De tuin is aangenaam verlicht om van binnenuit een behaaglijk gevoel te geven.	
3.12	De tuin is interessant en gastvrij. Er is een duidelijk ontwerp maar het is niet saai.	
3.13	Er is een overzicht beschikbaar van de tuin. Bijvoorbeeld bij elk toegangspunt tot de tuin.	

4.

Sociaal contact

Een belangrijke kenmerk van een toegankelijke tuin is sociaal contact. De mogelijkheid om andere bewoners, familie, vrienden en mantelzorgers te ontmoeten speelt daarbij een grote rol. Zijn er elementen die kunnen dienen als een start voor een gesprek? Het is bekend dat proberen te focussen op iets anders dan jezelf, de communicatie aanmoedigt. Contact met dieren kan een waardevolle toevoeging zijn aan een toegankelijke tuin. Een verbinding met een kinderdagverblijf, school of gewoon de buurt kan ook zo'n toevoeging zijn. Toch is het ook belangrijk dat een deel van de tuin een rustige plek blijft zonder 'opgedrongen' sociale contacten. Probeer tuinwerkzaamheden ook voor de bewoners tot een belevenis te maken, bij voorkeur overdag. Bijvoorbeeld door te zorgen dat er stoelen staan bij de werkzaamheden en dat de tuinmannen in zijn voor een praatje. Laat daarnaast de bewoners weten wanneer er iets gaande is in de tuin, zodat ze mee kunnen kijken als ze dat willen.



4. Sociaal contact	
4.1	Er zijn terrassen in de tuin, waar een grotere groep mensen kan samenkomen om te zitten en te ontspannen, iets te drinken of te eten.
4.2	Er zijn kleinere zitjes waar mensen in groepjes van 2 of 3 kunnen zitten.
4.3	Deze kleinere zitplekken geven een gevoel van geborgenheid, zijn gezellig en bevatten veel groen.
4.4	Er is ruimte voor rolstoelen naast de banken of naast de tafel.
4.5	De paden zijn breed genoeg (minimaal 150 cm) om naast elkaar te kunnen lopen, ook met een rolstoel. Ze kunnen incidenteel smaller zijn, maar nooit minder dan 90 cm.
4.6	In de tuin is een rustige plek waar het personeel even kan pauzeren, zonder de aanwezigheid van bewoners.
4.7	Het is mogelijk om iets te drinken of wat te eten (of het is mogelijk om wat van binnen mee te nemen).
4.8	Er is een ruimte in de tuin waar het mogelijk is om samen te eten.
4.9	Er is een mogelijkheid voor kleinkinderen om in de tuin te spelen.
4.10	Als er een school of crèche in de buurt is, is het voor hen mogelijk om ook toegang te krijgen tot de tuin.
4.11	Er zijn huisdiervriendelijke dieren in de tuin.

4.12	In de tuin staan kunstwerken. Het liefst worden ze af en toe gewisseld (ook van plek), zodat ze blijven opvallen.	
4.13	Deze kunstwerken zijn gekozen op basis van hun vermogen om een gesprek te beginnen.	
4.14	De kunst roept geen angst op, houd er rekening mee dat de bewoners de context misschien niet meer kunnen lezen.	
4.15	Medewerkers hebben de mogelijkheid om een deel van hun werk buiten te doen.	
4.16	Medewerkers worden gestimuleerd om een deel van hun werk buiten te doen. Ook hierin worden ze ondersteund.	

5.

Betekenisvolle activiteiten

Een grote tuin biedt ook ruimte voor een verscheidenheid aan activiteiten. Deze activiteiten moeten worden afgestemd op de voorkeuren, mogelijkheden en wensen van de bewoners en hun naasten. Dat kunnen dingen zijn die ze vroeger samen deden, bijvoorbeeld de talenten of hobby's van de bewoners. Er moeten activiteiten zijn voor ieder, hou rekening met alle genders. Het is belangrijk dat de tuin ook prettig is voor personeel en bezoekers. Dit vergroot de kans dat de bewoners naar buiten gaan. Voor bewoners die niet mee willen doen aan een activiteit mogen deze activiteiten geen belemmering zijn om naar buiten te gaan.

Zorg voor variatie in de drukte. Dit kan door meerdere kleinere tafels te plaatsen in plaats van één hele grote. Het plaatsen van één hele grote tafel kan ertoe leiden dat er van tijd tot tijd te veel mensen zijn. Dit resulteert weer in teveel lawaai of het feit dat bewoners geen goed overzicht hebben. Alle activiteiten moeten geschikt zijn voor de locatie. Activiteiten dienen te passen binnen de filosofie en cultuur van de locatie.



5. Betekenisvolle activiteiten	
5.1	Er is een werkruimte, die ook toegankelijk is voor een rolstoel. De werkruimte is ook bruikbaar op een zonnige dag.
5.2	De werkruimte is ook bruikbaar op een regenachtige dag.
5.3	Er is een overdekte ruimte, liefst met zicht op de tuin, waar met planten gewerkt kan worden.
5.4	Er zijn dieren om voor te zorgen (of het is mogelijk om te zien hoe ze worden verzorgd).
5.5	Er zijn kippen en het is mogelijk om eieren te rapen.
5.6	Er is een buitenkraan, regenbak of gieter om de planten water te geven.
5.7	Er is een kruidentuin (zo mogelijk verhoogd) waar men kruiden kan voelen, ruiken, plukken of water geven.
5.8	Er is een moestuin (indien mogelijk verhoogd) waar men groenten kan voelen, ruiken, plukken of water geven.
5.9	Er is een bloementuin (indien mogelijk verhoogd) waar mensen bloemen kunnen voelen, ruiken, plukken of water geven.
5.10	In de tuin staat fruit om te plukken of te eten.

5.11	De bewoners en medewerkers hebben de mogelijkheid om in de tuin te werken (bladeren verzamelen, grasmaaien).	
5.12	Alle benodigde spullen om buiten betekenisvolle activiteiten te doen staan op een logische en zichtbare plek bij of in de tuin, compleet en zo voor het grijpen. Denk aan een rekje met bezems en harken, kistjes met creatieve spullen enz.	

6.

Reminiscentie

Het zien en beleven van dingen uit het verleden kan een goede stimulans zijn. Het kan dienen als gespreksonderwerp, het geeft een gevoel van vertrouwdheid en het kan ook het contact met dierbaren verbeteren. Een goede tuin houdt daar rekening mee. Hiervoor is kennis over de achtergrond van de bewoners essentieel. Hoe zag hun tuin er vroeger uit? Herkennen ze planten? Welke activiteiten hebben ze in het verleden gedaan?



6. Reminiscentie	
6.1	In de tuin staan planten en tuinmeubelen die de bewoners vroeger in hun eigen tuin hadden staan.
6.2	Houd rekening met de achtergrond van de bewoners en integreer de lokale filosofie en cultuur van de locatie in het ontwerp.

7.

Stimuleren van zintuigen

De tuin is ook een plek om de zintuigen te prikkelen. Subtiële prikkels kunnen hierbij een grote rol spelen. Wees je bewust van te veel of te weinig prikkels. Verdeel de stimulerende prikkels door de tuin. Zet ze niet allemaal op dezelfde plek, maar gebruik ze om de mensen aan te moedigen zich door de tuin te bewegen.



7. Stimuleren van zintuigen	
7.1	In de tuin staan planten die een duidelijke geur hebben. Deze planten kunnen worden aangeraakt.
7.2	In de tuin staan planten die 'geaaid' kunnen worden.
7.3	In de tuin staan bloemen om te plukken. Deze bloemen zijn goed bereikbaar en kunnen ook naar binnen worden gehaald.
7.4	Er is kennis over het feit dat de bloemen geplukt kunnen worden om mee naar binnen te nemen.
7.5	De tuin bevat een kleurrijk contrast van planten, op verschillende hoogtes.
7.6	De tuin is aantrekkelijk voor vogels, vlinders en insecten (er zijn bessen, bomen, struiken en veel bloemen het hele jaar door).
7.7	Je hoort de bladeren in de wind.
7.8	Er is een pad dat van de zon naar de schaduw leidt: je voelt het verschil in temperatuur.
7.9	Er is een waterelement in de tuin dat op een hoogte staat waar het kan worden aangeraakt. Het is niet te lawaaierig.
7.10	Zintuiglijke prikkels zoals zand, water of blote voeten zijn alleen aanwezig als ze passen bij de filosofie en als ze deel uitmaken van de achtergrond van de bewoners.

7.11	Er is een kom waar vogels water kunnen drinken.	
7.12	In de tuin staat een tafel voor planten en kruiden. De tafel heeft uitneembare bakken voor de planten, zodat deze ook naar binnen gehaald kunnen worden.	

8.

Oriëntatie in tijd en plaats

Elke dag naar buiten gaan kan helpen om te voelen hoe laat het is. Zonlicht draagt bij aan het vermogen om aan te geven hoe laat het is. Tijd doorbrengen in de ochtend- en avondzon draagt ook bij aan de aanmaak van vitamine D. Middagzon dient vermeden te worden (zie punt 2).



8. Oriëntatie in tijd en plaats	
8.1	De tuin geeft middels beplanting aan welk seizoen het is.
8.2	De tuin heeft interessante kenmerken voor elk seizoen.
8.3	Er zijn meerdere verschillende delen van de tuin en ze hebben allemaal hun eigen sfeer.
8.4	De tuin heeft een eigen karakter en past goed bij de filosofie en achtergrond van de bewoners.
8.5	Door de grootte van de elementen waan je je in een tuin.
8.6	Vanuit de tuin is het mogelijk om naar de buitenwereld te kijken.
8.7	De tuin is verbonden met de lokale cultuur als het gaat om plantensoorten en ornamenten.

9.

Duurzaamheid en borging

Een tuin is duurzaam, dat wil zeggen: er kunnen activiteiten worden gehouden, de tuin is bedoeld om voor langere tijd mee te gaan en de tuin is flexibel (dat wil zeggen dat hij zich kan aanpassen aan noodzakelijke veranderingen). Ook duurzaamheid ten aanzien van het ecosysteem van de stad en de natuur speelt een rol.



9. Duurzaamheid en borging	
9.1	Er is ruimte voor activiteiten die georganiseerd worden.
9.2	De tuin wordt voldoende onderhouden.
9.3	De gebruikte planten en materialen gaan lang mee. Ze kunnen ook tegen een stootje.
9.4	Er is budget voor tijdig onderhoud.
9.5	De tuin draagt bij aan de biodiversiteit.
9.6	Er is opslagruimte voor de onderhoudsploeg.

10.

Beplanting

Bij veel van de hierboven besproken punten speelt de keuze voor groen een rol. Een belangrijk aspect hierbij is een goed ontworpen structuur voor de hele tuin. Binnen deze structuur kan de beplanting in de loop van de tijd veranderen. Een goede kennis van hoe de planten groeien en hoe ze te onderhouden is hierbij essentieel. Ook is het belangrijk om te weten welke planten giftig zijn. Zorg voor herkenbare planten voor de bewoners.



10. Beplanting	
10.1	Het groen is geplant door een professional.
10.2	Het groen wordt onderhouden door een professional.
10.3	Bij veranderingen aan de tuin wordt er altijd een vakman ingeschakeld.
10.4	Het ideale contrast tussen grijs en groen is idealiter 30:70.
10.5	Gebruik veel verschillende soorten en gekleurde planten.

Referenties

Algemene dagelijkse levensverrichtingen. (z.d.). In Wikipedia.

Geraadpleegd op 9 juli 2018, van https://nl.wikipedia.org/wiki/Algemene_dagelijkse_levensverrichtingen

Andrews, J. (2013) Improving the design of housing to assist people with dementia University of Stirling, The Dementia Services Development Centre.

Andela, G. & Guinée, A. (2006) Vanzelfsprekende schoonheid. Tuin- en landschapsarchitect Hans Warnau. Wageningen: uitgeverij Blauwdruk.

Becker, H.M., (2003) Levenskunst op leeftijd, geluk bevorderende zorg in een vergrijzende wereld. Delft, Eburon.

Berg, A. van den & Berg, M. van den, (2001) Van buiten word je beter. Een essay over de relatie tussen natuur en gezondheid, Wageningen, Alterra.

Berg, A.E. van den (2015). Groen in de zorg: Een quick-scan inventarisatie van het groene zorgaanbod in Nederland. Groenekan: Natuurvoormensen omgevingspsychologisch onderzoek.

van den Berg, E.A., and van Winsum - Westra. M., Ontwerpen met groen voor gezondheid; richtlijnen voor de toepassing van groen in "healing environments", in Reeks beleevingsonderzoek. 2006: Wageningen. p. 64.

Bovenberg, F., Takkenkamp, J., Vennik, L. & Francken, G. (2010) Helende omgeving draagt bij aan herstel. Sociale Psychiatrie (2010,94) p 7-14.

Bourdon, E., Belmin, J. (2021) Enriched gardens improve cognition and independence of nursing home residents with dementia: a pilot controlled trial. *Alz Res Therapy* 13, 116 (2021). <https://doi.org/10.1186/s13195-021-00849-w>

Browning, W.D., Ryan, C.O. & Clancy, J.O. (2014). 14 Patterns of Biophilic Design. New York: Terrapin Bright Green LLC.

Chalfont, G., Walker, A., (2013). Dementia Green Care Handbook of Therapeutic Design and Practice. Safehouse books, Lancashire.

Clement, A.J.M. (2014) Samen langer zorgeloos! Eindhoven: TU.

Cohenmansfield, J. (2007) Outdoor Wandering Parks for Persons with Dementia, *Journal of Housing for the Elderly*.

Cooper Marcus, C. (2007) Alzheimer's Garden Audit Tool, *Journal of Housing for the Elderly*.

Cullen, G. (1971) The concise Townscape, The Architectural Press, Oxon, New York.

Detweiler, M. B., et al. (2002). Wander Gardens: Expanding the Dementia Treatment Environment

Deenik, J. (2018, 26 mei). Improving health, step by step: physical activity for severe mental illness in the Netherlands. geraadpleegd op 23 juli 2018 van <https://blogs.bmj.com/bjbm/18/05/26/improving-health-step-by-step-physical-activity-for-severe-mental-illness-in-the-netherlands/>

Evans, S.C., et al., Connections with nature for people living with dementia. *Working with Older People*, 2019. 23(3): p. 142-151.

Fleming, R., Bennett, K., (2017). Dementia training Australia Environmental design resources, University of Wollongong.

Geeter, K. de & Munsterman, k. (2017). Inhoud LACCS-programma.

geraadpleegd op 20 juli 2018 van <http://www.laccsprogramma.nl/36-inhoud/139-laccs-waarden>

Gezondheidsraad & RMNO, (2004) Natuur en gezondheid. Invloed van natuur op sociaal, psychisch en lichamelijk welbevinden. Den Haag: GR, publicatie nr 2004/09; RMNO, publicatie nr A02a

Gezondheidsraad, (2017) Gezond groen in en om de stad. Den Haag: GR, publicatie nr 2017/05

Giebel, C., de Boer, B., Gabbay, M., Watkins, C., Wilson, N., Tetlow, H., & Verbeek, H. (2022). Developing a Meaningful Garden Space in a Care Home with Staff and Family Members: A Qualitative Study. *International journal of environmental research and public health*, 19(12), 7025. <https://doi.org/10.3390/ijerph19127025>

Graham-Cochrane, T. (2010). Gardens that care: Planning outdoor environments for people with dementia. *Alzheimer's Australia SA*. http://www.enablingenvironments.com.au/uploads/5/0/4/5/50459523/gardens_that_care_planning_outdoor_environments_for_people_with_dementia.pdf

Grant, C.F. & Wineman DArch. J.D., (2007) The Garden-Use Model, *Journal of Housing for the Elderly*

Haas, G.J.F. de, (2011) Leren met een beperking; ABC. Theorie en toepassing.

Haas, G.J.F. de (2017, 12 december). Gert-Jan de Haas over het brein en complex gedrag op CCE Podium. geraadpleegd op 10 juni 2018 van <https://www.cce.nl/over-cce/actueel/gert-jan-de-haas-over-het-brein-en-complex-gedrag-op-cce-podium>

Hamel, R., (2009) Ontwerpen voor de gebruiker, het nut van omgevingspsychologische expertise in het ontwerpproces, artikel in topos/02/2009 UVA

Haug, J.J.M. & Schuurman, F. (2017) Voetpaden voor iedereen. Bouw Advies Toegankelijkheid, Utrecht.

Hendriks, I.H., et al., Nature and dementia: development of a person-centered approach. *International Psychogeriatrics*, 2016. 28(9): p. 1455-1470.

Huber, M., Vliet, M. van & Boers, I. (2016) Heroverweeg uw opvatting van het begrip 'gezondheid' NED TIJDSCHR GENEESKUNDE (2016;160, 1-5). Intramurale zorg. (z.d.). In Wikipedia. Geraadpleegd op 10 juni 2018, van https://nl.wikipedia.org/wiki/Intramurale_zorg.

Jansen, S.J. (2009) Technologie in de verstandelijk gehandicaptenzorg. Onderzoek naar het arbeidsbesparende vermogen van toezichhoudende technologie in de nachtzorg. scriptie Master Health Care Management / Health Sciences, Universiteit Twente, Enschede.

Karmanov, D. (2009) Feeling the Landscape Six Psychological Studies into Landscape experience, PhD thesis Wageningen

Lemaire, T. (1970). *Filosofie van het landschap*. Baarn: Uitgeverij Ambo b.v.

Lynch K. (1972) *What time is this place*, Massachusset, MIT Press.

Mul, F. (2018, 10 juli). Verplichting buitenruimte bij wonen met zorg komt terug. Geraadpleegd op 16 juli 2018, van <https://www.vgn.nl/artikel/26811>

Motealleh, P., Moyle, W., Jones, C., Dupre, K. (2021) The Impact of a Dementia-Friendly Garden Design on People With Dementia in a Residential Aged Care Facility: A Case Study, *Health Environments Research & Design Journal* 2022, Vol. 15(2) 196-218 2021.

NHS (2018). What is dementia? Geraadpleegd op 16 juli 2018, van <https://www.nhs.uk/conditions/dementia/about/>

Nicholas, S.O., A.T. Giang, and P.L.K. Yap, The Effectiveness of Horticultural Therapy on Older Adults: A Systematic Review. *Journal of the American Medical Directors Association*, 2019. 20(10): p. 1351.e1-1351.e11.

Nillisen, J. & Opitz, S. (2013). Dimensie voor dementie. Kleinschalige woonvormen voor dementerende ouderen. Arnhem: Wiegerinck.

NVTL (2010) *Gezond Ontwerp! De betekenis van tuin en landschapsarchitectuur in de zorg*. Amsterdam, NVTL.

Oldenburger-Ebbers, C.S., Backer, A.M. & Blok, E., (1995). *Gids voor de Nederlandse Tuin- en landschapsarchitectuur*. Rotterdam: Uitgeverij De Hef publishers.

den Ouden, M., et al., Daily (In)Activities of Nursing Home Residents in Their Wards: An Observation Study. *J Am Med Dir Assoc*, 2015. 16(11): p. 963-8.

Paus Franciscus (2015, 24 mei). Laudato si' - 'Wees geprezen' - over de zorg voor het gemeenschappelijke huis (p.150). Geraadpleegd op 21 juli 2018, van <https://www.rkdocumenten.nl/rkdocs/>

Plaats, A. van der (2017, 7 juni). Ontstaansgeschiedenis. geraadpleegd op 01 juli 2018 van <http://breincollectief.nl/>

Pollock, A. & Marshal, M., (2012) *Designing outdoor spaces for people with dementia.*, University of Stirling, The Dementia Services Development Centre.

Pollock, A. with Cunningham, C., (2018) *The room outside.*, HammondCare Media, Edinburgh, Scotland.

Roncken, P.A., (2018) *Shades of sublime a design for landscape experiences as an instrument in the making of meaning*. Wageningen: Wageningen University.

Staats, H. (2002). *Omgevingspsychologie in de ruimtelijke ordening. Welbevinden als functie van drie ruimtelijk bepaalde criteria*. Leiden: Werkgroep Energie- en Milieuonderzoek. Universiteit Leiden (extern rapport, 34 pg.).

Steenhuis, M & Hooimeijer, S., (1992) *Maakbaar landschap Nederlandse Landschapsarchitectuur 1945-1970*, Rotterdam, NAI uitgevers

Stichting Voorall, (2016) *Richtlijnen 'Paden in parken en natuurgebieden'*. Den Haag

Stigsdotter, U. & Grahn, P. (2009) What Makes a Garden a Healing Garden? *Journal of Therapeutic Horticulture* (2009 XIX), p 60-69.

Stuart Smith, S., (2020) *The well gardened mind. Rediscovering nature in the modern world*. London, William Collins / Harper Collins Publishers.

Tavenier, M. (2012, 20 november) *Revalidatietuin centrum voor reuma en revalidatie Rotterdam (CRRR)* Geraadpleegd op 28 juli 2018, <http://marnixtavenier.nl/2012/11/revalidatietuin-hillegersberg/>

Timmers-Huigens, D. (1995) Mogelijkheden voor verstandelijk gehandicapten. STAD:Lemma., samenvatting p.42-45

van der Velde-van Buuringen, M., W.P.Achterberg, and M.A.A. Caljouw, Daily garden use and quality of life in persons with advanced dementia living in a nursing home: A feasibility study. Nurs Open, 2020.

van der Velde-van Buuringen, M., R. Hendriks-van der Sar, W.P.Achterberg, and M.A.A. Caljouw, The effect of garden use on quality of life and behavioral and psychological symptoms of dementia in people living with dementia in nursing homes: a systematic review. Frontiers in Psychiatry, 2023. 14.

Vereniging Gehandicaptenzorg Nederland (2017). Feiten en cijfers. Geraadpleegd op 16 juli 2018, van <https://www.vgn.nl/feitenencijfers>.

Vlug (2013). Het ontwerp voorop Landschapsarchitectuur in een nieuwe tijd. In J. Vlug, A. Noortman, R. Aben, B. ter Mull & M. Hendriks(red.), De noodzaak van ontwerpen. Veldverkenningen in de Nederlandse landschapsarchitectuur, (p 8-15). Velp: Hogeschool Van hall Larenstein.

Vroom, M.J., (1967) Het Landschap onze tuin

Vuksanovic, B., Castelijns, M. & Bavel, M. van. (2013) IMPACT – Samen ontwerpen aan betere gebouwen voor de geestelijke gezondheidszorg. Van Aken architecten BNA Onderzoek. <https://www.bna.nl/bna-onderzoek/kennisbibliotheek/>

Wouwe, H.van & Weerd, D. van de (2001). Triple-C Herstel van het gewone leven. Geraadpleegd op 9 juli 2018, van http://www.methodieken.nl/methodieken_methoden.asp?methode_Triple-C-Herstel-van-het-gewone-leven

Zeisel, J. (2006) Inquiry by Design Environment, Behavior, Neuroscience in Architecture, Interiors, Landscape and Planning. New York - London: W.W. Norton & Company

Zeisel, J. (-) Dr. John Zeisel. geraadpleegd op 1 juli 2018 van <https://www.imstillhere.org/About/dr-john-zeisel>

Zevenbergen, H. (2012, 14 augustus). De lichaamsgebonden ervaringsordening. geraadpleegd op 26 juli 2018 van <http://www.platformemg.nl/publicatie/de-lichaamsgebonden-ervaringsordening/>



Copyright © 2023 Universitair Netwerk voor de Care sector Zuid-Holland (UNC-ZH), Leids Universitair Medisch Centrum, Leiden.
Aan de inhoud van deze uitgave kunnen geen rechten worden ontleend.