



### Woordje van de voorzitter

*Alle grote waarheden maken drie fasen door : Eerst worden ze belachelijk gemaakt, dan heftig aangevallen en uiteindelijk als vanzelfsprekend aanvaard.*

*Arthur Schopenhauer - Duits filosoof 1788 -1860*

Gegroeid vanuit onze eigen ervaringen met wat tuinieren en natuurbeleving aan heling bij kwetsbaarheid kan bieden is, nu bijna vier jaar geleden, de werking van onze vzw ontstaan. Ook wij hebben in het begin ervaren dat Schopenhauer het bij het rechte eind had. Ongeloof en kritische bemerkingen over de mogelijkheden die tuinieren en natuurbeleving bieden om effectief het welbevinden te verhogen zijn ook ons deel geweest. Maar zoals woorden wekken zijn het de daden die trekken! In deze nieuwsbrief getuigen drie jonge mensen, ergotherapeuten, die enthousiast in hun praktijk met kwetsbaren werken in tuin en natuur. Het zijn die voorlopers die mee zullen uitmaken dat straks het werkmiddel 'Natuur en Tuinieren' als vanzelfsprekend zal aanvaard worden in de reguliere omgang met de kwetsbare medemens. Terra-Therapeutica gaat resoluut verder op de ingeslagen weg ten dienste van diegenen die het wat moeilijker hebben in het leven!

Luc Vanhoegaerden

## 1. Tuintherapie binnen de gevangenis, Wortel.



Detentie, gevangenis, gedetineerden, veroordeelden,.. Het zijn allemaal woorden die iedereen kent en wel eens in de mond durft te nemen. Maar wie zijn de mensen achter deze woorden ?

Er gaat een hele wereld schuil achter de grote poort van elke gevangenis. Dit geldt ook voor de gevangenis van Wortel gelegen in de Antwerpse Kempen. Hier huizen een driehonderdtal veroordeelde, mannelijke, gedetineerden.

Vanuit het dienst- en hulpverleningsaanbod wordt er al tegemoet gekomen aan de noden van een grote groep gedetineerden. Er werd opgemerkt dat een groep gedetineerden niet bereikt werd met het aanbod van hulp- en dienstverlening. Deze gedetineerdengroep waren mannen die vaak zichzelf isoleerden en hun cel zelden verlieten. Hierdoor hadden ze een passief handelingspatroon en werden er vaker gedragsproblemen ervaren door de penitentiair bewakings-assistenten.

Om tegemoet te komen aan hun noden benutten we het medium tuin. Door middel van het aanbieden van tuin(technische) activiteiten, in de vorm van een moestuin, is er gewerkt aan het verhogen van hun basisvaardigheden. Elke sessie was volledig afgestemd op het niveau en doelstelling(en) van de gedetineerde. Hierdoor verkregen ze een rijkere scala aan vaardigheden om het functioneren binnen de detentiecontext te verbeteren. Resultaat was dat de gedetineerden hun cel verlieten en dat er minder gedragsproblemen werden waargenomen door de penitentiaire bewakingsassistenten.

*Soetkin Driesen, ergotherapeut*

## 2. Tuintherapie binnen een psychiatrische setting, Universitair Psychiatrisch Centrum, Kortenberg



Ik ben Ellen Dehennin, en sinds 2008 werkzaam als ergotherapeute binnen een ziekenhuissetting voor mensen met dementie, lichamelijke aandoeningen en/of gedrags-problemen. Ik startte op een campus van UZ Leuven, in Lubbeek. Daar zaten we in een prachtig groene omgeving. Omheinde tuin, verhoogde tuinbakken en in de directe nabijheid een park met vijver en sociaal ingestelde eenden: het ideale kader om tuintherapie op te starten.

Tuintherapie vond zijn oorsprong voornamelijk vanuit de zoektocht om zinvolle activiteiten te kunnen aanbieden aan patiënten die bij het bestaande therapieaanbod wat uit de boot vielen. Maar al snel zagen we dat deze therapievorm veel patiënten activeerde tot deelname. Tuinieren is voor vele ouderen immers een herkenbare, ontspannende en nuttige activiteit. In 2012 verhuisde onze afdeling naar campus Kortenberg en sindsdien maken we deel uit van UPC Z.Org. Gelukkig hebben we daar al een even mooi groen kader met eveneens mogelijkheid tot tuintherapie. Gezegend met enkele enthousiaste vrijwilligers wordt het tuinieren elk jaar grootser. Met als kers op de taart hopelijk ooit een verdere aanpassing van de huidige tuin tot dementievriendelijke tuin. Staat ook nog op het verlanglijstje: samen met het multidisciplinaire team onderzoek doen naar het effect van tuintherapie op het handelen en gedrag van personen met dementie.

*Ellen Dehennin, ergotherapeut*

### 3. Tuintherapie in het dagcentrum van het Woon-en zorgcentrum Dijlehof, Leuven



Doel van het project 'Dagelijks groen' is onze bewoners stimuleren om in de tuin te werken, stilstaan bij de schoonheid van de natuur, natuurherinneringen van vroeger ophalen, een praatje te maken of de geur van bloeiende lavendel opsnuiven. Met een gevarieerd aanbod aan natuurbelevingsactiviteiten willen we onze bewoners weer in contact brengen met de natuur en zo hun welzijn vergroten.

In het dagcentrum hebben we een verhoogde bak op maat laten maken zodat rolstoelgebruikers er onder kunnen rijden en optimaal kunnen meewerken. We werken met losse kleine plantenbakken die we in de verhoogde bak kunnen plaatsen. Het voordeel hiervan is dat we bij slecht weer de kleine bakken mee naar binnen kunnen nemen.

De tuinactiviteiten worden mee in de activiteitenagenda gepland. In samenspraak met de bezoekers zaaien en planten we kruiden, groenten en bloemen afhankelijk van het seizoen en de wensen. De oogst daarvan wordt gebruikt tijdens activiteiten in het dagcentrum. We merken dat dit project reeds leeft in ons dagcentrum. Het is een onderwerp dat dagelijks wel aan bod komt. Het zien groeien van zaaies tot een plantje geeft voldoening en een doel om naar uit te kijken. De eerste oogst van groenten en kruiden heeft al heel wat plezier gebracht. Deze tuinmicrobe is reeds doorgegeven aan onze collega's en zo hopen we dit project nog verder te kunnen uitbreiden naar het hele woonzorgcentrum.

*Moncy Vidal, ergotherapeut*

#### 4. Nieuws van het tuintherapeutisch front



Johan Lemmens, docent Hogeschool PXL, licht de werking van de Ronde tafel toe tijdens de [hoorzitting 'Groen en gezondheid'](#) voor de Commissie Welzijn van het Vlaams Parlement (Brussel, 22 september 2017)

6 laatstejaars studenten ergo van Hogeschool PXL zorgen gedurende het academiejaar 2017-2018 voor een continuering van onze projecten. Naast de bestaande projecten binnen Kataris (verslavingszorg) en Wortel (detentie) kennen we een opstart van tuintherapie in de psychiatrische kliniek Asster in Sint-Truiden.



Twee van onze kernleden, Soetkin Driesen en Chris Van Bastelaere, brachten het verhaal over "tuintherapie in de gevangenis van Wortel" op de Internationale Gartentherapietage (Grünberg, Duitsland, 23 september 2017)

## Word lid

Het lidgeld voor 2018 blijft behouden op **10 euro**. Ons rekeningnummer is BE43 0689 0477 4601 (met vermelding van 'lidgeld 2018, naam & emailadres').



“Dit werk bezorgt me rust in mijn hoofd. Even alles vergeten en iets positiefs maken, je kunt niet geloven hoeveel deugd dat doet. Misschien begin ik wel mijn eigen tuintje, de dag dat ik hier buiten kom.”  
(tuinier in de gevangenis van Wortel)

Hartelijke groeten,  
Het Terra-Therapeutica team