



### **Woordje van de voorzitter**

'In een wereld die steeds meer één-dimensionale trekken vertoont, valt voor een mens niet te leven; die is te plat (Fons Van Reisen, Nederlands filosoof 1929-2008).

Onze huidige westerse maatschappij stelt het economisch en financieel succesvol zijn van de mens als adagio voorop. Afwijkingen en nuances op dit door iedereen na te streven beeld worden wel 'gedoogd', maar ook wel wat 'scheef' bekeken en veelal worden 'afwijkingen' stiefmoederlijk behandeld. Zo valt voor menig mens inderdaad niet te leven; dat is te plat!

Je zal maar geboren worden met beperkingen, of kopje onder gaan als de voortdurend ingelepelde 'ratrace' je te veel wordt. Als de steevast voorgeschotelde last je draagkracht langdurig te boven gaat, krijg je al snel het label 'kwetsbaar' toebedeeld.

Voor die kwetsbaren onder ons neemt vzw Terra-Therapeutica het op. Actieve en passieve tuin- en natuurbeleving helpt om het welbevinden terug te vinden als het langdurig tegenzit en wat moeilijker gaat in het leven. Dat is ons geloof en onze ervaring. Daar blijven we ons samen met jullie voor inzetten.

Luc Vanhoegaerden

## 1. Studiedag "Tuintherapie en Therapeutische tuin binnen de ouderenzorg"



Bezig zijn met groen, genieten van een aantrekkelijke tuin,... blijven tot op hoge leeftijd geliefde bezigheden. De voordelen ervan op het vlak van gezondheid en welzijn kunnen niet genoeg benadrukt worden. Cruciale vraag is: 'Hoe kunnen we via aangepaste en zinvolle groenactiviteiten oudere personen activeren?' Gedurende 3 jaar hebben we op de zorgcampus Dilsen-Stokkem een antwoord gezocht op deze vraag. De resultaten ervan willen we graag met jullie delen op onze thematische mini-studiedag 'Tuintherapie & Therapeutische tuin binnen de ouderenzorg'.

De studiedag gaat door op dinsdag 23 oktober 2018 in Dilsen-Stokkem.

Voor meer inlichtingen

[Invitatie studiedag 'Tuintherapie en therapeutische tuin in de ouderenzorg'](#)

Voor inschrijvingen

[infoterratherapeutica@gmail.com](mailto:infoterratherapeutica@gmail.com)

## 2. Presentatie Praktijkboek "Tuintherapie binnen de ouderenzorg"



Tijdens de studiedag wordt het 'Praktijkboek: tuintherapie binnen de ouderenzorg' voorgesteld. In deze publicatie tonen we hoe het medium groen doorheen het ganse jaar kan aangewend worden om het welzijn van bewoners van een woonzorgcentrum te verhogen. Wat is hierbij de rol van de omgeving? Via een aantal tips wordt aangeleerd hoe we de tuin van een woonzorgcentrum kunnen omtoveren tot een aangename, veilige en aantrekkelijke plaats die bewoners blijvend prikkelt en uitnodigt om buiten te komen.

### **Inhoudsopgave van de publicatie** (onder voorbehoud van kleine wijzigingen)

#### **Deel 1: theorie en kadering**

1. Tuintherapie en therapeutische tuinen
2. Tuintherapie en therapeutische tuinen binnen de ouderenzorg
3. Vaardigheden en doelstellingen bij tuintherapie
4. Best Practice voor tuintherapie

#### **Deel 2: tuintherapie in de praktijk**

1. Toelichting bij de activiteitenfiches
2. Chronologisch overzicht van de activiteitenfiches
3. Vijftig groenactiviteiten in de ouderenzorg (**geplastificeerd en uitneembaar**)
4. Hoe werken met de activiteitenfiches ?

#### **Bijlagen**

- BIJLAGE 1: een voorbeeld van een jaarplanning in je Woonzorgcentrum
- BIJLAGE 2: verantwoorde plantenkeuze in de tuin
- BIJLAGE 3: een jaarrond teeltschema voor een verhoogde plantenbak
- BIJLAGE 4: ouder worden en aanpassingen in de tuin
- BIJLAGE 5: tips voor de vrijwilliger

#### Literatuur en referenties

#### Links

Meer info en voorinschrijvingen: [infoterratherapeutica@gmail.com](mailto:infoterratherapeutica@gmail.com)

### 3. Tuintherapie en Therapeutische tuinen binnen detentie



Sinds 2016 trachten we tuintherapie te introduceren in de gevangenis van **Wortel**

Door middel van een moestuin wordt er gewerkt aan het verhogen van de basisvaardigheden van de gedetineerden. De noodzakelijke ondersteuning gebeurt door Frans, vrijwilliger-tuinier van het Centrum Algemeen Welzijn 'De Kempen' en Maaike, studente ergotherapie van de Hogeschool PXL te Hasselt.

Elke sessie is volledig afgestemd op het niveau van de gedetineerden. Resultaat is dat de gedetineerden hun cel verlaten, er minder gedragsproblemen worden waargenomen door de penitentiaire bewakingsassistenten en er een doorstroming is naar andere opleidingen zoals schilder. In een volgende fase wordt gekeken hoe de tuinwerking kan ingezet worden voor het verhogen van het fysieke/psychische welzijn en de beroeps- en sociale vaardigheden van de gedetineerden.

Vanuit de gevangenis van **Leuven Centraal** is de vraag gekomen naar een 'therapeutische tuin'. Een van de vleugels biedt na renovatie ruimte aan 100 gedetineerden. De intentie is om aansluitend aan deze gerenoveerde vleugel een tuin aan te leggen waar de toekomstige bewoners gebruik van kunnen maken op welbepaalde uren, dit in het verlengde van het vrije regime op hun vleugel. Het is geen moestuin voor enkele tuiniers maar een mooie buitenomgeving gericht op alle bewoners van de gerenoveerde vleugel. Het achterliggend idee is af te stappen van het concept 'luchten' tijdens een wandeling op een eentonige vlakte om te komen tot een 'therapeutische tuin', een meerwaarde op diverse levensdomeinen.

Het ontwerp van de tuin berust bij een ontwerpgroep bestaande uit de gedetineerden, personeel van Leuven Centraal, versterkt met Jasper, student groenmanagement van Hogeschool PXL en medewerkers van VZW Terra-Therapeutica.

**Meer info:** <http://www.groeneffect.nl/artikel/220318/groen-en-detentie-in-vlaanderen-een-fascinerend-samenspel>

#### 4. Groen en gezondheid: een kwestie van milieu of van zorg ?



Sinds 2016 zit Terra-Therapeutica aan tafel met diverse partners om in Vlaanderen 'Groen en gezondheid' in goed banen te leiden. Dit resulteerde in een studiedag 'Groen en gezondheid' en een hoorzitting voor de Commissie Welzijn en Gezondheid van het Vlaams Parlement.

Voor Terra-Therapeutica en een aantal gelijkgezinde partners staan gezondheid en welzijn van kwetsbare mensen centraal. De natuur is hierbij ons instrument en verdient alle aandacht.

Natuurorganisaties die mee aan de Ronde Tafel zitten slaan resoluut de weg in van 'meer natuur'. Een terechte bekommernis maar als dit uitgevochten wordt op de kap van kwetsbare doelgroepen, wordt het problematisch.

Via een 'Green Deal' trachten het Departement Omgeving, Natuurpunt en Bos+ diverse spelers binnen 'Groen en gezondheid' te verenigen met het accent op kwetsbare doelgroepen, therapie in het groen,... De vertrekpositie van de Green Deal, het 'nastreven van milieudoelstellingen' doet ons vrezen dat het hier louter gaat om 'meer natuur' dit ten koste van 'kwetsbare groepen'.

Vandaar volgende vragen

- is het opportuun de regie voor 'Groen en gezondheid' in handen te leggen van natuurbeheerders ?
- leidt zorgdragen voor kwetsbare natuur automatisch tot een zelfde bekommernis, kennis en kunde voor kwetsbare mensen ?


**Meer info:**

<http://terra-therapeutica.be/wp-content/uploads/2018/04/Green-deal-groen-en-gezondheid-milieu-of-zorgdoelstellingen-1.pdf>

Voor wie lid wil worden ?

Het lidgeld voor 2018 blijft behouden op **10 euro**.

Ons rekeningnummer is BE43 0689 0477 4601  
(met vermelding van 'lidgeld 2018, naam & emailadres').



*Niets is zo rijk als de onuitputtelijke  
weelde van de natuur. Ze toont ons  
alleen oppervlakken, maar ze is miljoenen  
meters diep.*

*Ralph Waldo Emerson*

Hartelijke groeten,  
Het Terra-Therapeutica team