

Lessen uit praktijkproef in Oisterwijk

Hoe openbaar groen bijdraagt aan het welzijn van ouderen

Met een vergrijzende bevolkingssamenstelling is zorg voor kwetsbare ouderen een flinke maatschappelijke uitdaging. Hoe langer de periode van kwetsbaarheid wordt uitgesteld, hoe kleiner de zorglast. Hoe kwetsbaar ouderen zijn, hangt onder meer af van de omvang van het sociale vangnet en de fysieke gezondheid. In het project 'Groen voor Grijs' werd gekeken naar de invloed van groen. Jasperina Venema (Nature for Health Foundation) en Sabine van Rooij (WENR) vertellen over de bevindingen.

Auteurs: Jasperina Venema en Sabine van Rooij

Jasperina Venema is bestuurslid bij Nature for Health Foundation, **Sabine van Rooij** is onderzoeker Groene Infrastructuur en sociaalecologische netwerken bij Wageningen Environmental Research. De tekst kwam mede tot stand door Karen Vanheusden, Liesbeth van Kempen (gemeente Oisterwijk) en José Botermans (Wooncorporatie Leystromen).

Wetenschappelijk onderzoek toont aan dat een natuurlijke omgeving de sociale cohesie onder mensen bevordert.¹ Ook bewegen mensen liever en langer in een groene, natuurlijke omgeving dan in een 'verharde', grijze omgeving.² Beweging heeft een positief effect op de fysieke gesteldheid van ouderen en buiten zijn op het dag- en nachtritme. Bij dementerende ouderen is dat laatste echter vaak een probleem.^{3/4} Daarom werd in Oisterwijk het initiatief 'Groen voor Grijs' gestart. Tussen 2015 en 2019 werkten diverse partners (zie kader) samen en onder begeleiding van WUR en TRANZO aan het vergroenen van de versteende en vergrijzde wijk Waterhoef. Voorafgaand en bij beëindiging van het project brachten getrainde wijkvrijwilligers met enquêtes de kwetsbaarheid van zo'n honderd oudere mensen in de wijk in kaart.

Vooraf en tijdens het proces: opbouwen sociaal kapitaal

Vóór het daadwerkelijk vergroenen werd eerst aandacht besteed aan het opbouwen van sociaal kapitaal: tussen partners onderling en tussen partners en buurtbewoners. Daaronder wordt verstaan de kwaliteit van relaties binnen een groep, die toegang geeft tot nieuwe mogelijkheden zoals kennis, invloed en financiering.⁵

De woningcorporatie had participatie als speerpunt in haar beleid opgenomen en speelde daardoor een grote, positieve rol. Ze organiseerde buurtbijeenkomsten en wijkenschouwen en bij renovaties werd vergroening met buurtbewoners steeds meegenomen. Zo werden brandgangen die moesten worden opgeknapt meteen vergroend, zodat deze een uitstraling van een tuinpad kregen. Doordat de woningcorporatie de bewoners

kende, wist ze ook de 'sleutelfiguren' te bereiken en te enthousiasmeren.

In een vroeg stadium vreesde de gemeente dat het beheer van het vernieuwde groen extra kosten met zich mee zou brengen - kosten waar geen budget voor was. Overleg tussen de gemeente en andere projectpartners kostte in het begin veel tijd, maar leidde tot heldere afspraken onderling en met wijkbewoners. Na geslaagde vergroeningsactiviteiten werd de gemeente steeds hulpvaardiger en initiatiefrijker, waardoor uiteindelijk met haar hulp veel gerealiseerd is.

Wijkbewoners wilden tijdens de eerste bijeenkomsten vooral andere zorgen bespreken. Er was weinig betrokkenheid bij het onderwerp. Studenten van de HAS Hogeschool onderzochten wat de communicatie blokkeerde. Hun advies was om informeler en meer buurtgericht te communiceren en te benadrukken dat mensen invloed op de eigen, directe leefomgeving konden uitoefenen. De wijk Waterhoef is informeel en gericht op samenwerken. Binnen de gemeente is ze daar uniek in. De communicatie werd hierop aangepast. Formele uitnodigingen werden vervangen door een marktgraam

Partners in dit project zijn Topsector Tuinbouw en uitgangsmaterialen, provincie Noord-Brabant, Rabobank Hart van Brabant, Royal FloraHolland, De Groene Stad, Gemeente Oisterwijk, Wooncorporatie Leystromen, Mentorhulp Oisterwijk, Tuincentrum Bert Klerks en de Belvertshoeve. Het onderzoek is mogelijk gemaakt door bijdragen van de Topsector Tuinbouw en Uitgangsmaterialen, Provincie Noord-Brabant, Gemeente Oisterwijk en Woningcorporatie Leystromen en de belangeloze inzet van vele mensen in Oisterwijk. De volledige resultaten zijn te vinden in het rapport 'Groen voor Grijs'.⁶

met koffie en thee op een veldje, bijeenkomsten in het wijkhuis door 'tentmomenten' in de buurt. Toen werden de buurtbewoners enthousiast.

Resultaat: vergroende locaties en sociaal kapitaal

Er werd vergroend volgens drie uitgangspunten. Allereerst moest de buitenruimte aantrekkelijk worden voor ouderen, met bijvoorbeeld goed beloopbare paden, bankjes, schaduw en aantrekkelijke en overzichtelijke beplanting. Bij gemeentelijke plannen voor het ►



opknappen van speeltuintjes of plantsoenen werden vanuit het project ideeën aangedragen om het ontwerp aantrekkelijker te maken voor kwetsbare ouderen. Als tweede werden zoveel mogelijk omwonenden bij het vergroenen betrokken. De voorkeur ging uit naar initiatief van wijkbewoners, ondersteund door professionals. Als laatste werd de samenwerking tussen buurtbewoners bij het maken van een ontwerp bevoor-

derd door ondersteuning van een professional. Buurtbewoners werden betrokken bij het beheer en bij het organiseren van activiteiten in de groene buitenruimte. Binnen het project zijn uiteindelijk twaalf locaties vergroend. Zo werden twee brandgangen opgefleurd met planten en twee speelplekken en twee groenstroken aangepast op ouderen. Daarnaast werden door wijkbewoners zeker vijf geveltuintjes aangelegd.

Conclusie: lessen en aanbevelingen

Bottom-upprojecten zijn onvoorspelbaar.

Van tevoren was niet te voorzien waar de vergroening plaats kon of zou vinden; in de openbare ruimte, op grond van de woningcorporatie of in (voor)tuinen. De consequenties van de verschillende mogelijkheden werden gaandeweg duidelijk. Belangrijk is daarom dat partners flexibel zijn en vertrouwen hebben in elkaar en burgers. Ga en blijf met elkaar in gesprek om oplossingen te vinden voor de hobbels op de weg. Kortom: bouw sociaal kapitaal op, met elkaar en met de wijk, en neem daar ruim de tijd voor.

Benut kansen die voortkomen uit de reguliere onderhouds- en realisatieplannen van de gemeente en woningcorporatie.

Dit zijn projecten waar makkelijk bij kan worden aangesloten en waar met burgers de inrichting en het beheer op een groene manier en aansluitend op de wensen kan worden uitgevoerd. Het eerste vergroeningsproject in het kader van Groen voor Grijs betrof een renovatie van een speeltuin die bij de gemeente op het meerjarig onderhoudsprogramma stond. Met vernieuwing van de speeltoestellen is direct een terras aangelegd waar ouderen van de spelende kinderen kunnen genieten. Ook werden rond de speelplek een vastestplantenborder, een bloementuintje en een moestuintje aangelegd.

Realiseer je dat groene ingrepen leiden tot ander beheer.

Meer belevingsgericht groen betekent soms ook meer beheer en onderhoud. Het groen dat wijkbewoners in Groen voor Grijs wensden was anders en duurder in onderhoud dan

het 'standaard' openbaar groen. De gemeente ging hierin mee, onder voorwaarde dat de bewoners ook zelf de handen uit de mouwen zouden steken. De verwachtingen moesten worden afgestemd tussen wijkbewoners, wijkraad, gemeente en woningcorporatie. Ook moest vertrouwen worden gekweekt. Afspraken werden van beide zijden nageleefd, waardoor het onderling vertrouwen sterk groeide.

Zorg voor budget voor realisatie van groen.

Weinig is zo demotiverend na overeenstemming en enthousiasme over groenverbetering te moeten concluderen dat realisatie niet door kan gaan door te weinig budget. Binnen Groen voor Grijs moest gaandeweg steeds extra budget worden vrijgemaakt. Het aanspreken van potjes en het aanvragen van subsidies door de projectpartners was niet zo eenvoudig als van tevoren gedacht. Dit haalde de snelheid uit het proces en zorgde ervoor dat energie wegebe. Daardoor is minder vergroening tot stand gekomen dan gehoopt en duurde het lang voordat de effecten merkbaar werden voor de wijkbewoners.

Stem je communicatie af op de mensen in de wijk.

In Groen voor Grijs duurde het even voordat een effectieve manier was gevonden om wijkbewoners te bereiken. Uit de leefstijlanalyse van de HAS Hogeschool bleek dat mensen uit deze wijk het best informeel benaderd kunnen worden. Door een informele schouw van de woningcorporatie met wijkbewoners te combineren met een tent en picknicktafels ontstonden de effectieve en veelvuldig georganiseerde 'tentmomenten'.

Heb geduld.

Het duurt minstens een jaar (één groeiseizoen) voordat groen echt uitstraling en effect heeft in de wijk en wijkbewoners het vergroeningsproject kunnen beleven.

Monitor de effecten.

Monitoring van het effect van groen op het welzijn van de oudere bewoners in de wijk kost tijd en inspanning. Meten kan eenvoudig, bijvoorbeeld door bij te houden hoeveel mensen er aanwezig zijn bij bijeenkomsten, door te kijken of dezelfde mensen terugkomen, en of de vrijwilligers het onderhoud blijven verzorgen zoals afgesproken. Er kan ook kwalitatief worden gemonitord door mensen te vragen hoe ze een bijeenkomst of een vergroeningsproject waarderen. Door te monitoren kan van de ervaringen worden geleerd, tijdig worden bijgestuurd en zijn de resultaten gemakkelijker te delen.

Waardeer het sociaal kapitaal dat ontstaat.

Heb oog en waardering voor de opbrengst. Niet alleen voor de groenere wijk, maar ook voor de toename in de sociale contacten tussen wijkbewoners, verschillende bevolkingsgroepen en de versteviging van het sociale netwerk waar ook andere kwetsbare groepen voordeel van hebben. Bij Groen voor Grijs is ook tussen gemeente, woningcorporatie en wijkbewoners sociaal kapitaal ontstaan. Waar aanvankelijk voorzichtig te werk werd gegaan, ontstond gaandeweg vertrouwen en een samenspel tussen (semi)overheden, welzijnsorganisaties en wijkbewoners.

Naast groenere locaties leverde het project sociaal kapitaal op. Rond de locaties werden diverse informele momenten met koffiemomenten georganiseerd. Hier kwamen buurtbewoners en projectpartners samen en maakten zij afspraken over bijvoorbeeld het onderhoud. In totaal waren vijftig tot tachtig buurtbewoners betrokken. Ieder droeg bij waar hij kon en wilde. Buurtbewoners kwamen ook in contact met andere doelgroepen, zoals asielzoekers uit het nabijgelegen asielzoekerscentrum. Zij werden via welzijnsorganisatie Mentorhulp uitgenodigd mee te doen bij de aanleg van de projecten. Lokale bedrijven ondersteunden met eigen acties. Zo gaf een kleinschalig tuincentrum bewoners een gevelduinplantje bij het inleveren van een stoeptegels.



Het waren de jonge gezinnen die voor hun kinderen speelplekjes wilden waar ook ouderen fijn konden zitten, vanwege de interactie die dan plaatsvindt. Ondanks hun drukke leven waren zij bereid om tijd en energie te investeren in hun leefomgeving en buurtbewoners, en enthousiasmeerden ze hun kinderen dit ook te doen. Ouderen gaven aan dat ze veel nieuwe mensen ontmoetten en dat ze het leuk vonden om naar de bijeenkomsten op de groene plekken te gaan, al was het maar om er te kijken naar alle activiteit. Kinderen bleven geboeid omdat er altijd iets te ontdekken viel in het groen. Het project heeft dan ook positief verrast als het gaat om de toename van sociale cohesie en de positieve sfeer.



Alle deelnemers aan de activiteiten gaven aan het gevoel te hebben zelf een bijdrage te kunnen leveren aan de leefbaarheid, sfeer en kwaliteit van hun eigen leefomgeving. Zij ervoeren dit als zeer waardevol. Er was nooit een gebrek aan enthousiaste vrijwilligers, ook niet voor het zwaardere werk en terugkerend onderhoud. De kers op de taart was de manier waarop de gemeente en de woningcorporatie het project hebben omarmd.

Veiliger gevoel

Uit de enquêtes bleek dat ouderen zich na de groene interventies veiliger voelden: een belangrijk voorwaarde voor het naar buiten gaan. Dat er een relatie is tussen de gezamenlijke realisatie van wijkgroen op de verminderde kwetsbaarheid van ouderen, werd bevestigd.⁴ Na afloop van het project besloten lokale projectpartners zich te blijven inzetten voor vergroening van deze en andere wijken, wat resulteerde in de oprichting van stichting Groen voor Grijs Oosterwijk. Het project dient nu als inspiratie voor onder meer de wijk Dubbeldam in de gemeente Dordrecht. ◀

Referenties

1. Groenewegen, P.P., Van den Berg, A.E., De Vries, S. & Verheij, R.A. (2006). Study protocol Vitamin G: effects of green space on health, well-being, and social safety. *BMC Public Health*, 6:149
2. Berg, A.E. van den, en M. van Winsum-Westra, 2006. Ontwerpen met groen voor gezondheid, Alterra Rapport 1371. Wageningen.
3. Sato, M., Inoue, Y., Du, J., & Funk, D. C. (2019). Access to parks and recreational facilities, physical activity, and health care costs for older adults: Evidence from US counties. *Journal of Leisure Research*, 1-19.
4. Sugiyama, T., & Ward Thompson, C., 2007. Outdoor environments, activity and the well-being of older people: conceptualizing environmental support. *Environment & Planning*, 39, 1943-1960.
5. Nieuwenhuizen, W.; Westerink, J.; Gerritsen, A.L.; Schrijver, R.A.M.; Salverda, I.E., 2014. Wat je aan elkaar hebt - Sociaal kapitaal in het agrarisch natuur- en landschapsbeheer. Alterra-rapportnummer 2603.
6. Rooij, S.A.M. van, S. de Vries, F. Langers, J.J. Venema, J. van Hezik & J. Verboom. Groen voor Grijs. Leidt een hogere kwaliteit openbaar groen in de wijk tot een betere kwaliteit van leven voor ouderen? Notitie. *Wageningen Environmental Research*. Wageningen.