

# Welkom!

Welkom bij de Masterclass Groen voor de zorg. We starten om 16.00 uur. Zoek een fijn plekje op om de sessie te volgen en pak nog even wat te drinken. We zien je zo!

# Masterclass Groen voor de zorg

5 februari 2026

# Groen voor zorg



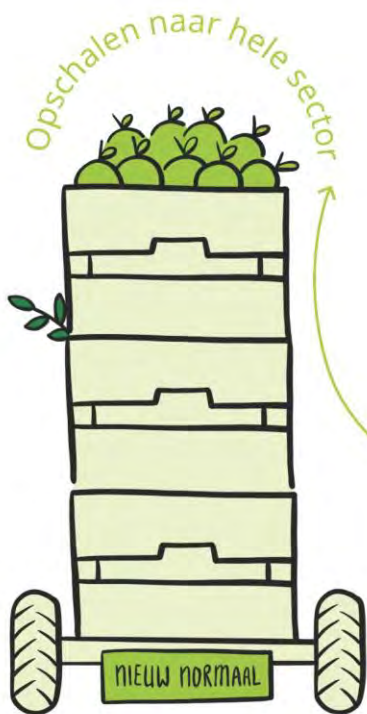
Groene  
GGZ



Groene  
Gehandicaptenzorg



Ministerie van Volksgezondheid,  
Welzijn en Sport



1. Bevordering biodiversiteit

2. Meer natuur in de zorg voor cliënten

3. Verhogen vitaliteit

4. Verbinding met de buurt/omgeving

5. Onderzoek en expertise

Missie  
Natuur benutten  
als bron van  
gezondheid

# Voor we beginnen...



Microfoon en video  
van alle deelnemers  
blijven uit



Vragen op  
opmerkingen?  
Gebruik hiervoor de  
chat, (co-)hosts en  
sprekers lezen mee



Mooie visual en  
PPT na afloop  
(geen opname)

# Even kennismaken

Vul de poll op je scherm in



# Programma

**Welkom & even kennismaken**  
door Tonja van Gorp

**Groene GGZ**  
door Renske Visscher

**Nature Based Health Interventions**  
door Matthijs van Middelkoop

**Afronding en vooruitblik**



# De Groene Zorg

Groene GGZ  
door Renske Visscher

# Een confronterende spiegel na overstap van zorgsector naar IVN...



Zoveel impact  
op klimaat?

Zoveel  
onderzoek?

Zoveel verschil  
in kosten?

Zoveel  
vrijwilligers?

# Wij zijn scharrelkippen

- 1,5 keer vaker de beweegnorm bij wonen in een groene omgeving en 20% tot 25% minder mensen met onverklaarbare lichamelijke klachten, angst, depressie en migraine bij huisarts (Maas e.a. 2006 en 2009)
- De natuur blijkt een belangrijke aanleiding of trigger te zijn voor persoonlijke ontwikkeling en zingevende ervaringen (Smith, 2007).

Zoveel  
onderzoek?



# Een sterker immuunsysteem

Bij het begin van het programma had 20 procent van de astmapatiënten een ernstige, niet goed te beheersen vorm van astma. Dat was in 2016 nog maar 2,5 procent. Het uitgangspunt is dat de weerbaarheid van het immuunsysteem van een mens vooral in de eerste duizend levensdagen wordt opgebouwd.

Zoveel  
onderzoek?

En dan natuurlijk nog het  
onderzoek naar  
kinderdagverblijven van  
Finland University

# Better than medication': prescribing nature works, project shows'

Guardian sept 2024

"More than 8,000 people were helped to take part in activities including nature walks, community gardening, tree planting and wild swimming. It is thought to be the largest such project in the world so far.

The results showed that after taking part in the schemes, people's feelings of happiness and of life being worthwhile jumped to near national averages, while levels of anxiety fell significantly. The project also found the cost of a green prescription was about £500, making it cost-effective compared with other treatments. Cognitive behavioural therapy costs about £1,000 for 10 sessions.

The seven green prescribing pilot projects began in 2020 with £5.7m of government funding. GPs, mental health teams and social workers referred those in need to the schemes.

Zoveel  
onderzoek?



# In tien jaar exponentieel onderzoek naar effect natuur op gezondheid met een positief resultaat op: •

| Gezondheidsvoordelen contact met natuur                                                            |                                                                                                 |                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kortstondig contact                                                                                |                                                                                                 |                                                                                                          |
| <b>Stemming</b><br>Positieve gevoelens<br>Zorgen loslaten<br>Vrijheid<br>Vitaliteit                | <b>Stress en aandacht</b><br>Ontspanning<br>'Ruimte in je hoofd'<br>Concentratie<br>Reflectie   | <b>Lichaamsfuncties</b><br>Hartslag/bloeddruk<br>Bloedsuiker<br>Cortisol<br>Pijn                         |
| Regelmatig contact                                                                                 |                                                                                                 |                                                                                                          |
| <b>Mentale gezondheid</b><br>Depressie/angst<br>Burn-out<br>ADHD<br>Weerbaarheid<br>Zelfvertrouwen | <b>Welzijn</b><br>Kwaliteit van leven<br>Zelfredzaamheid<br>Regie eigen gezondheid<br>Zingeving | <b>Fysieke gezondheid</b><br>Diabetes<br>COPD<br>Overgewicht<br>Hart- en vaatziekten<br>Immuun regulatie |

Zoveel  
onderzoek?

Figuur Prof. Agnes vd Berg

# Verschil in investering •••

Zoveel verschil  
in kosten?



Zorgbudget jaarlijks  
<100 miljard



Natuurbudget jaarlijks  
>1 miljard

# Huh? Iedereen doet mee? • • •

Zoveel groene  
vrijwilligers? 5  
miljoen! (Wur)



# Belang biodiversiteit en invloed op klimaat

Zoveel impact  
op klimaat?

Opwarming aarde

Nog 10 jaar?

70% verlies van biodiversiteit  
groter probleem dan CO<sub>2</sub>

30-37% van de klimaatdoelen  
kunnen we halen door te  
investeren in natuur en  
biodiversiteit (Bronson e.a. 2017 )

In 10 jaar tijd kan er veel!  
Ozonlaag, Zure regen, Loss  
plateau



# De natuur zoekt ruimte in NL...?

**Minimaal 50.000 ha aan  
zorginstellingen  
(Natuurmonumenten heeft  
112.000 ha)**

# En nog een paar uitdagingen...

- Verstening in de 30 grootste gemeenten nam de afgelopen vijf jaar toe, met een daling van 24% in openbaar **groen** per huisadres.
- Kansenongelijkheid stijgt – Buurten met afstand tot gezondheid vaak ook afstand tot groen/blauw
- Zorgkosten lopen op en zorgpersoneel neemt af, 85% van zorgprofessionals wil vaker werken in/met groen

# Wat nou als...

Zou het niet mooi zijn als we de terreinen van de zorg instellingen weer gaan benutten voor gezondere cliënten, vitalere medewerkers, een inspirerend contact met de buurt én daar samen werken aan gezondere natuur....

We begonnen met de GGZ, maar inmiddels is de beweging doorgerold naar de gehandicaptenzorg en ze groeit nog steeds door

## *Initiatiefnemers*

Nature For Health, IVN,

## *Expertteam*

Green Mental Health, De  
Buitenpsychologen en VU  
Amsterdam

# Een beweging met vijf pijlers aan de slag



Biodiversiteit



Natuur in behandelingen



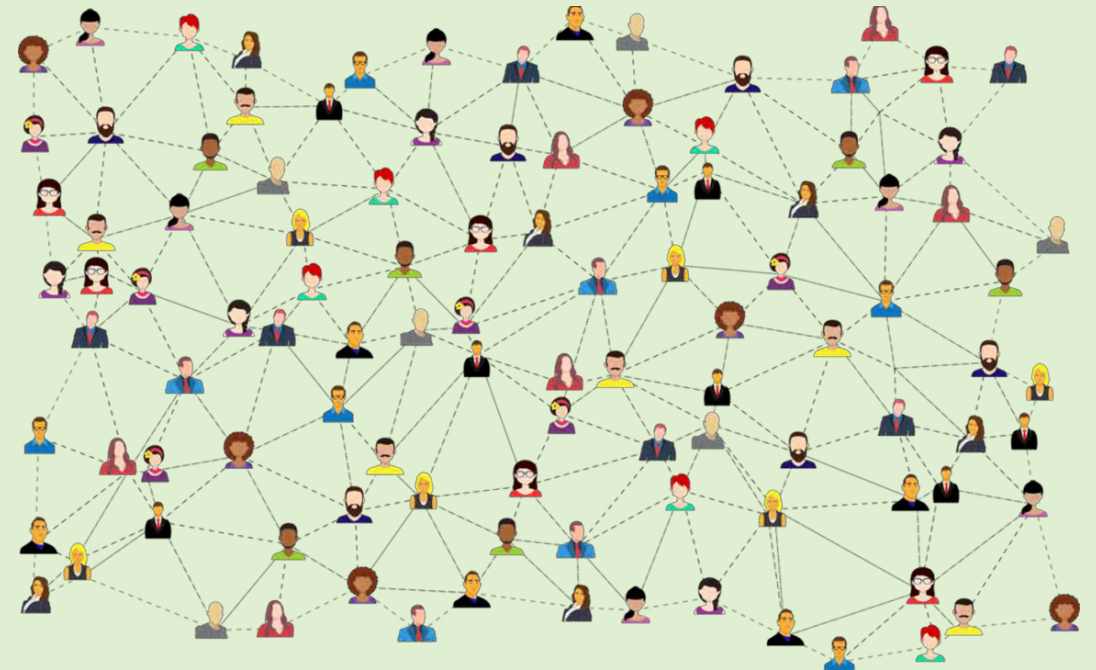
Vitaliteit medewerkers



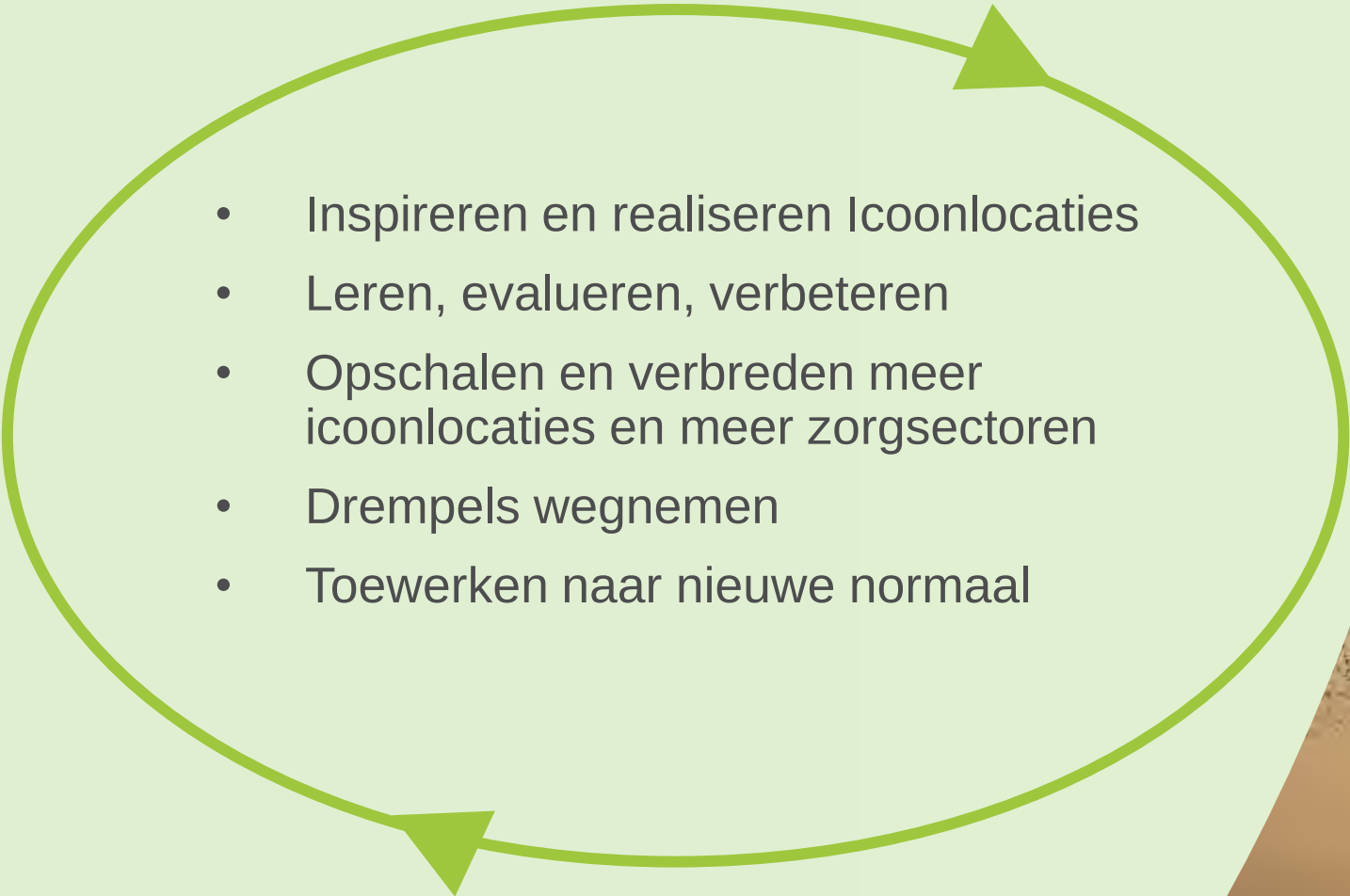
Integratie met de buurt



Onderzoek



# Een beweging naar nieuwe normaal

- 
- Inspireren en realiseren Icoonlocaties
  - Leren, evalueren, verbeteren
  - Opschalen en verbreden meer icoonlocaties en meer zorgsectoren
  - Drempels wegnemen
  - Toewerken naar nieuwe normaal

# Samen werken aan gezondere natuur biedt super kansen voor verbinding met mensen in omgeving

Kracht van  
de buurt



# Een buurtvoorbeeld Van StreekFestival GGZE, Voedselbos FRITS



Bron: Facebook Vanstreek Festival

# Waarom binnen behandelen als het ook buiten kan?



Natuur in behandelingen  
– De Buitenpsychologen



# Meer biodiversiteit



# Meer weten?



## De groene stad als healing environment

Socioloog Jolanda Maas, tien jaar onderzoek  
naar Vitamine G

De hedendaagse maatschappij herontdekt de waarde van het groen in de stad. Steden blijken gevoelig te zijn voor extreme weersomstandigheden als wateroverlast en hitte. Warmte blijft in de stad hangen: vooral 's nachts koelen steden minder snel af dan hun omgeving. Het gemiddelde verschil kan op een warme zomerse dag oplopen tot meer dan 6 graden Celsius. De steden, met hun *urban city heat*, zijn dus 'hitte-eilanden' en daarmee al jaren internationaal een dankbaar onderwerp voor studies.

Auteur: Broer de Boer

Ook de wijze waarop veel steden zijn ingericht, stimuleert de gezondheid van de burgers niet. De

Positief saldo

Groen kost weliswaar geld, maar het levert onze

voor aangesloten leden probeert de organisatie hierin verandering te brengen. Eind vorig jaar

Bron: [www.issuu.com](http://www.issuu.com)



Bron: Boom Psychologie

ivn natuur  
educatie



# En er is nog meer....

- Grijs Groen en Gelukkig
- Gezonde Groene Buurten (met JOG'G/Jantje Beton)
- Traineeship Jongeren Green Mental Health/Greenescape (met NFH)
- Groene GGZ en Groene GZ (met NFH)
- Natuur op Recept (met NFH)
- En nog meer.....  
Biowalking, Mantelzorgwandelingen, groene schoolpleinen etcetc
- Bijna elke week excursies en activiteiten!

Voor meer info [www.ivn.nl](http://www.ivn.nl)



# Nature Based Health Interventions

Mijn persoonlijke reis  
Matthijs van Middelkoop







# Disconnect

“Veel van wat wij behandelen,  
ontstaat doordat mensen  
structureel te weinig in hun  
natuurlijke omgeving leven”



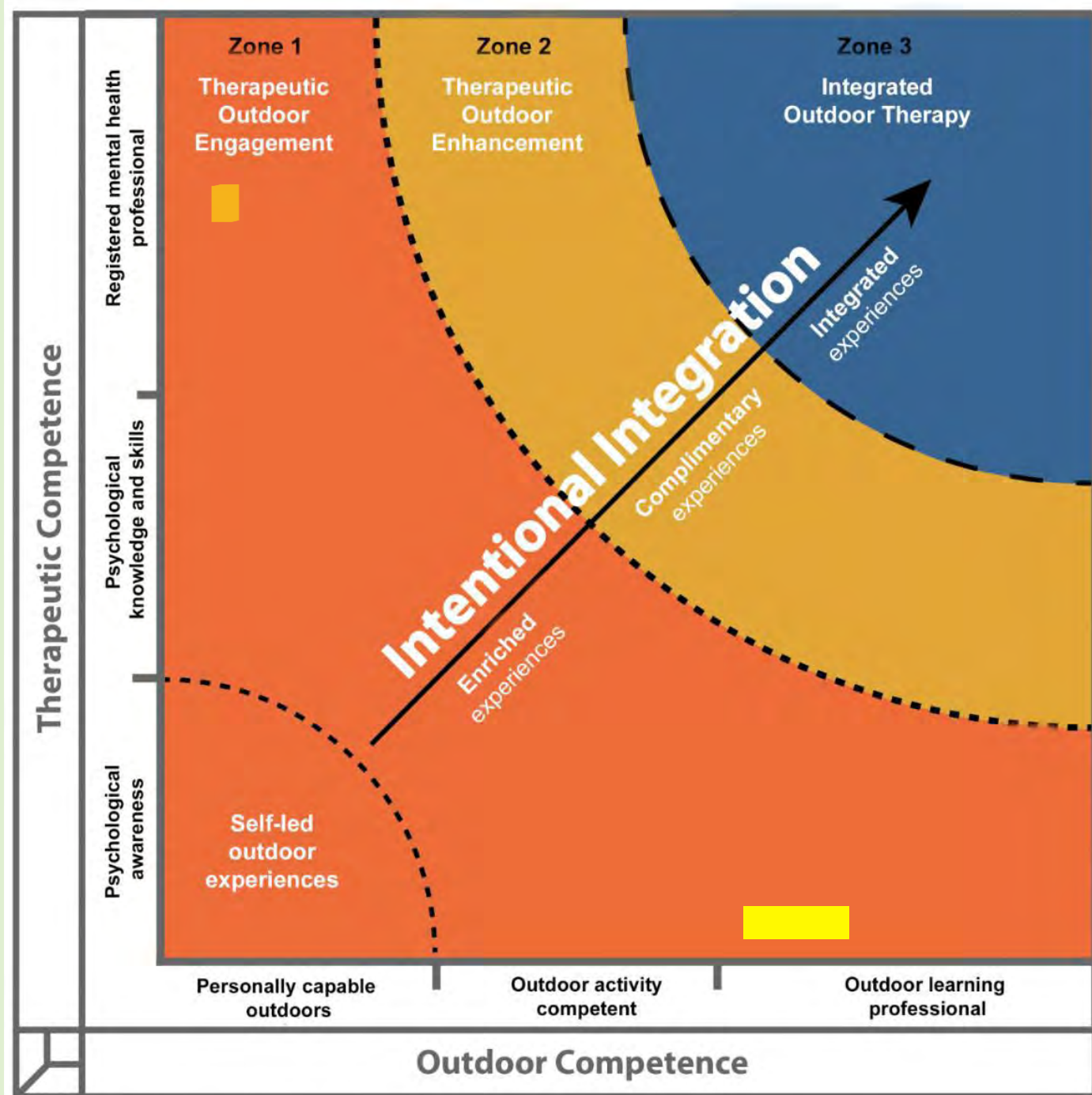


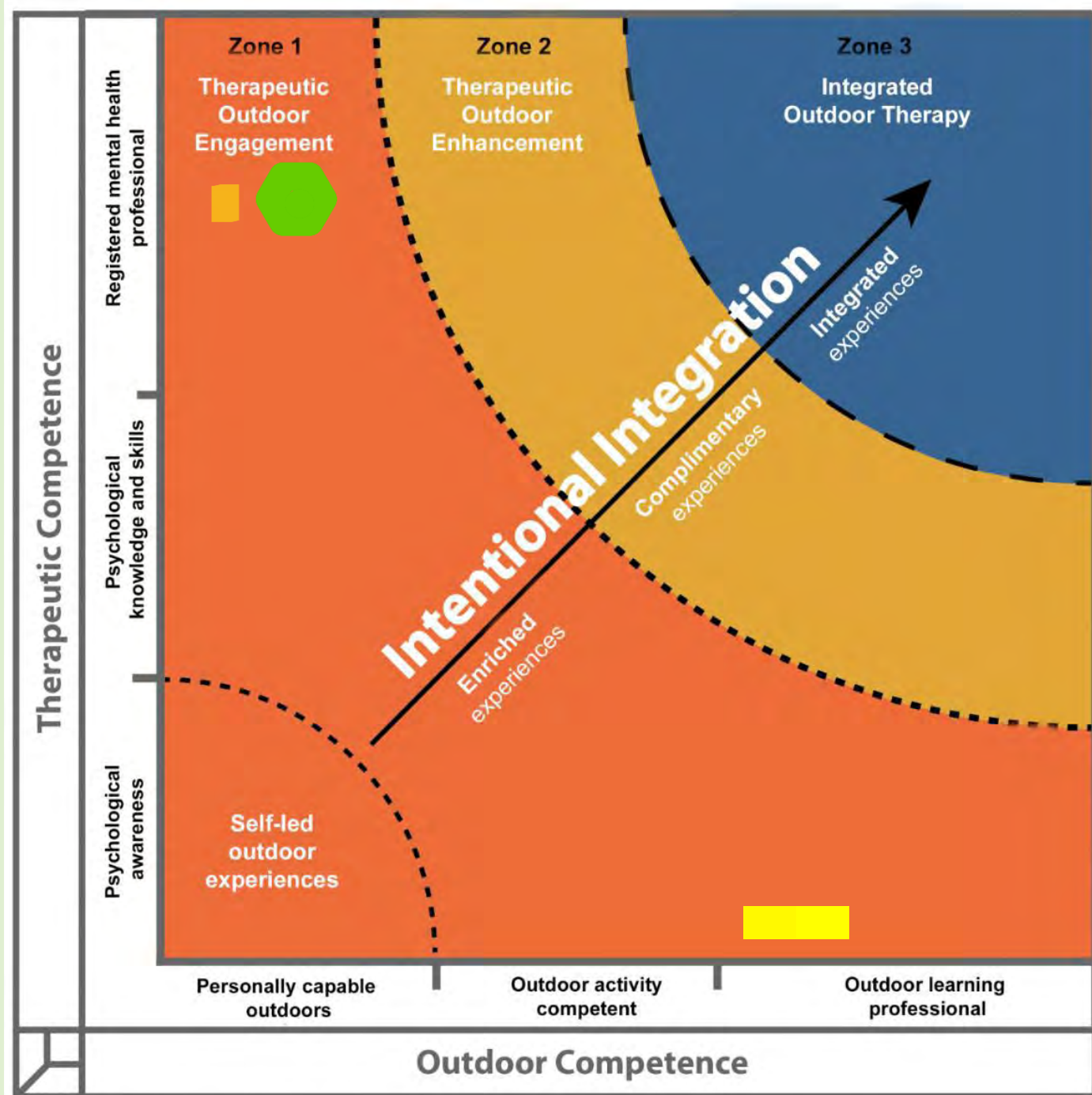


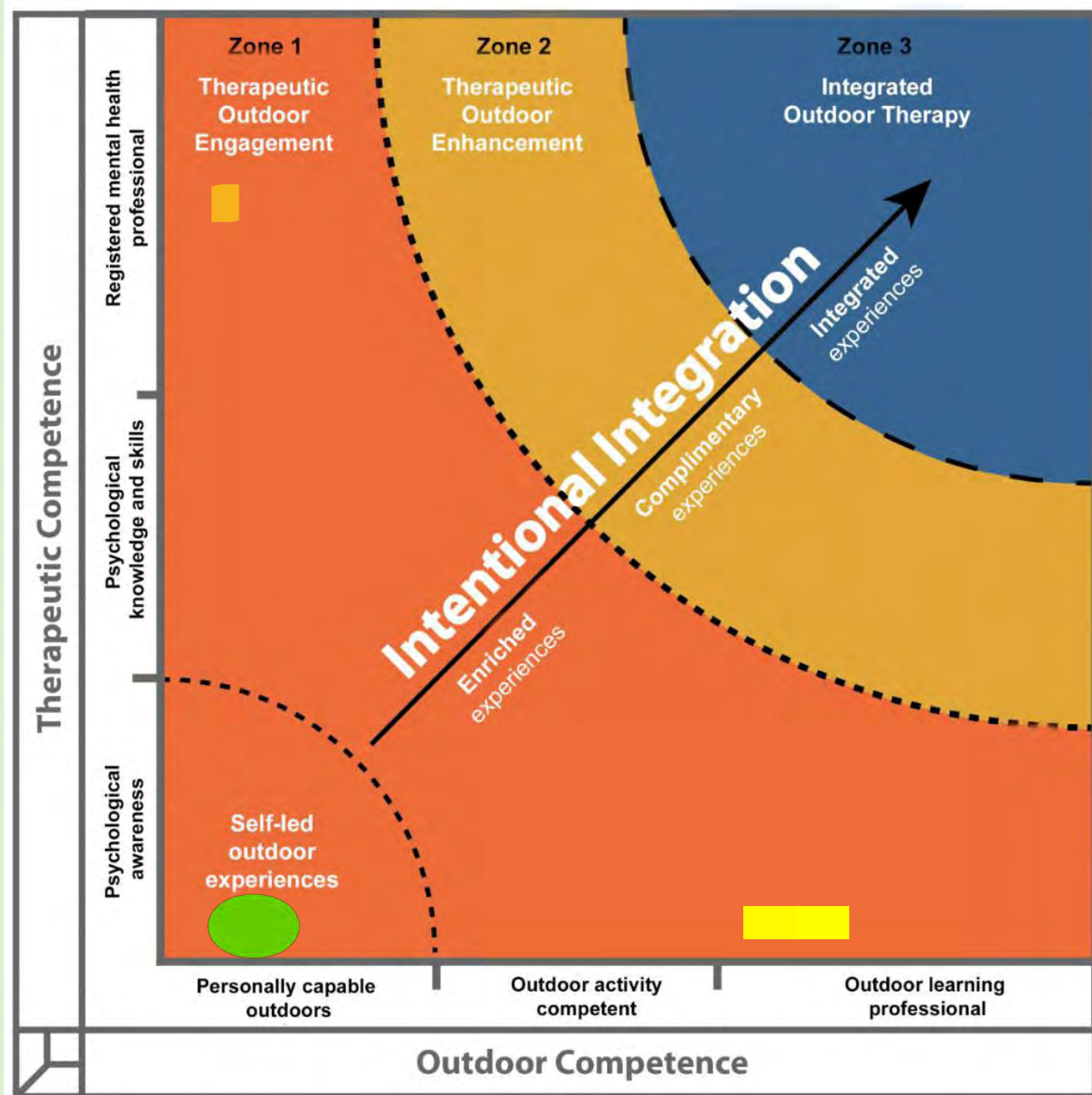


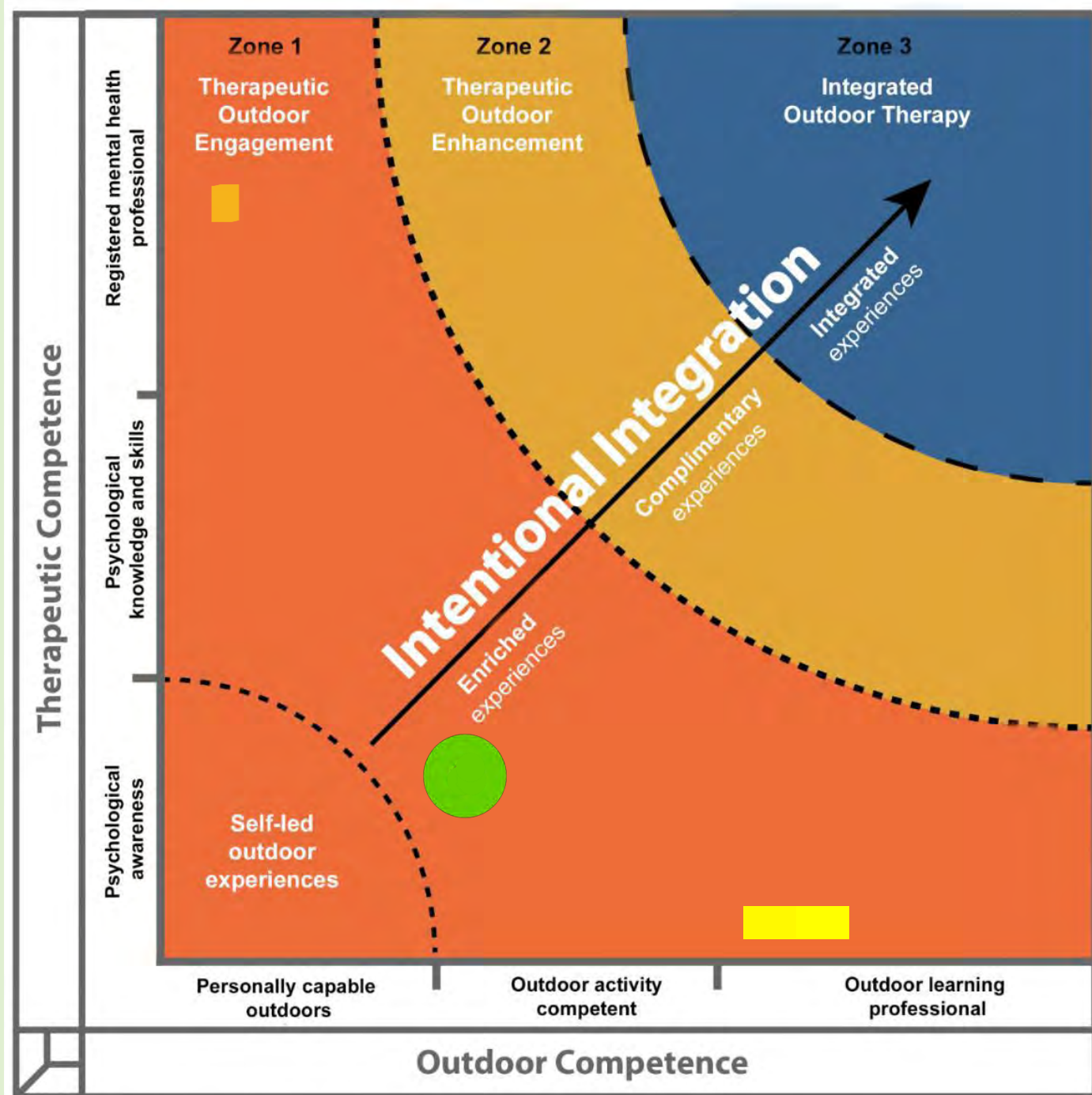


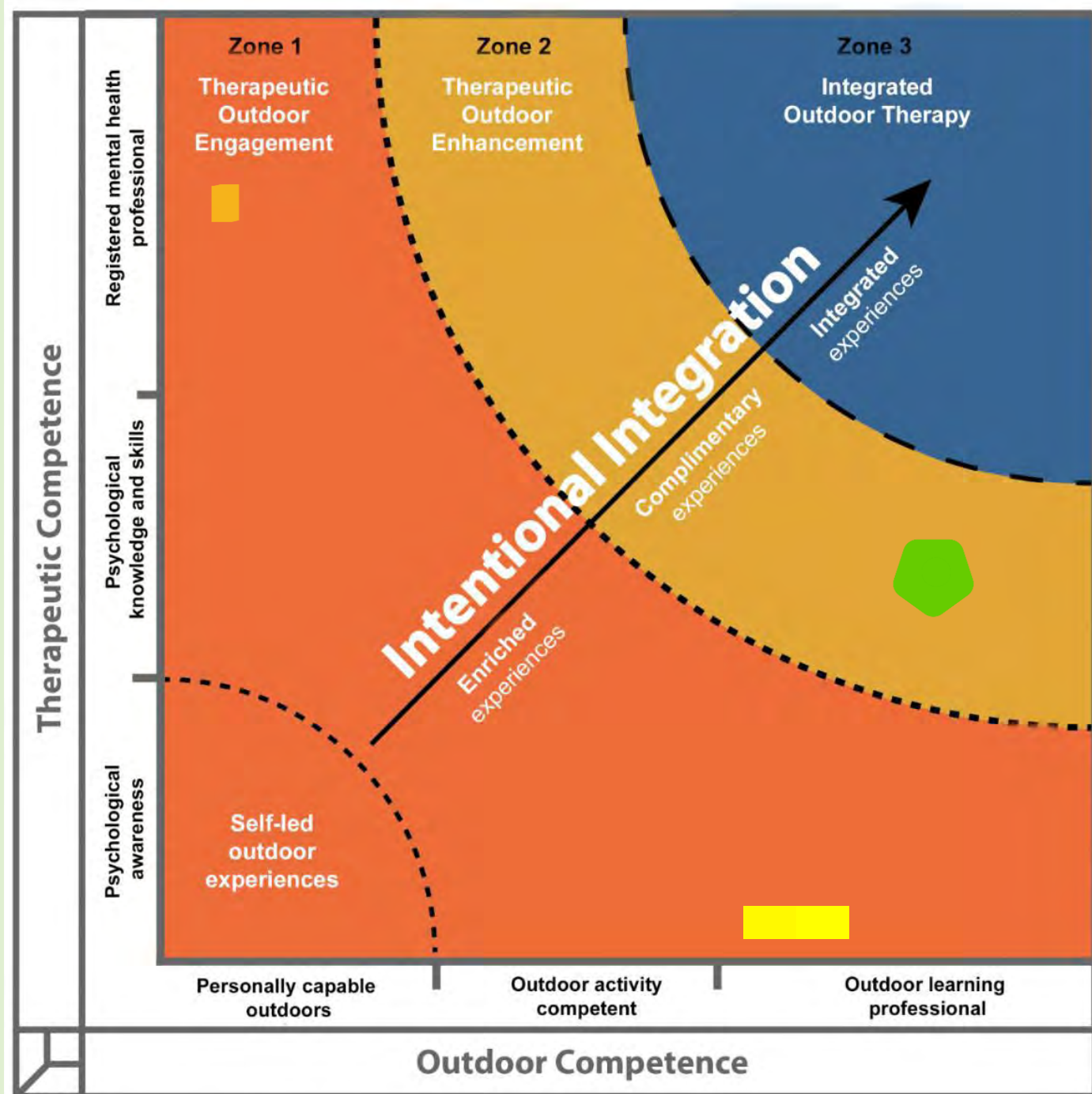
SENCE

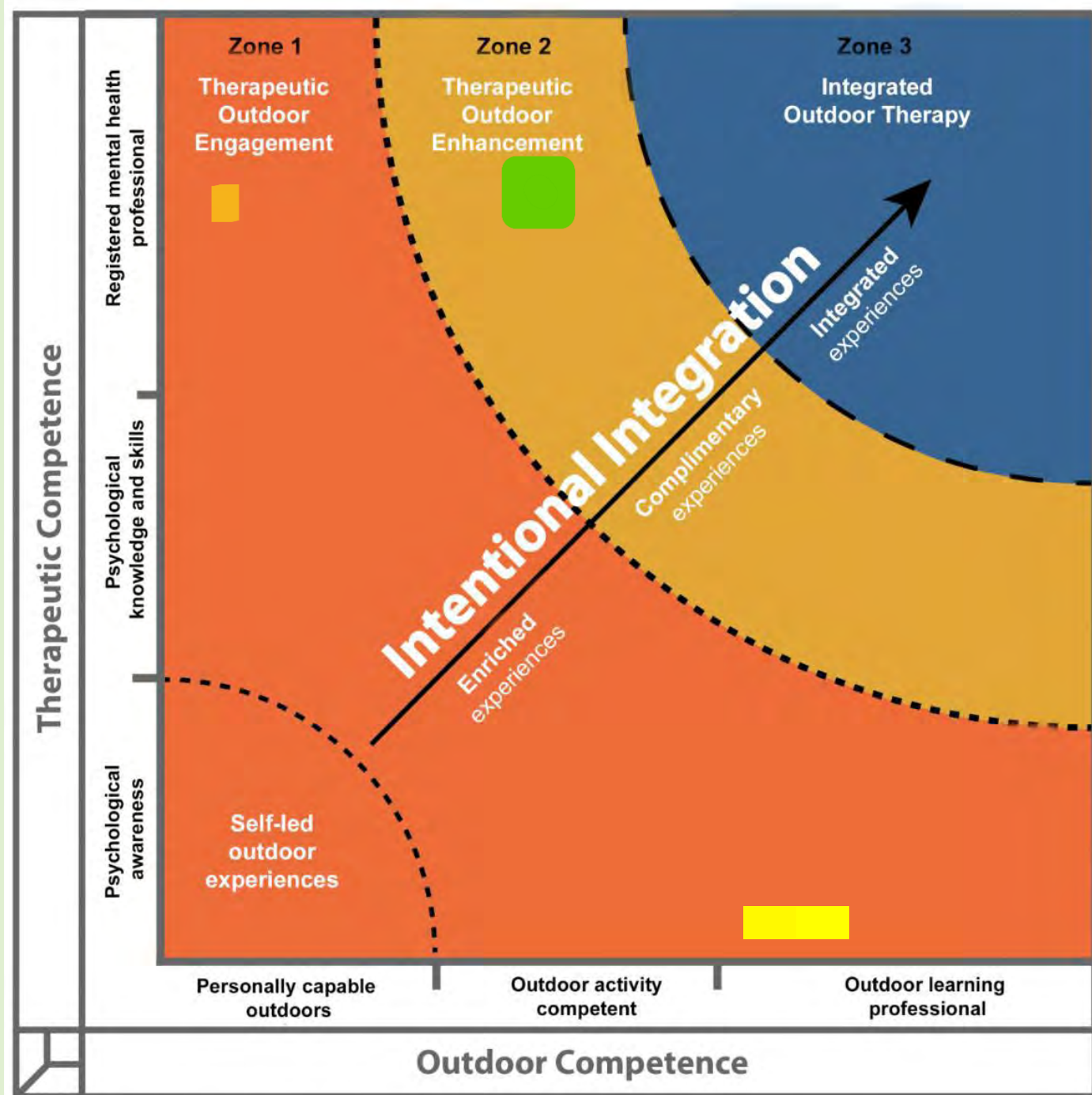


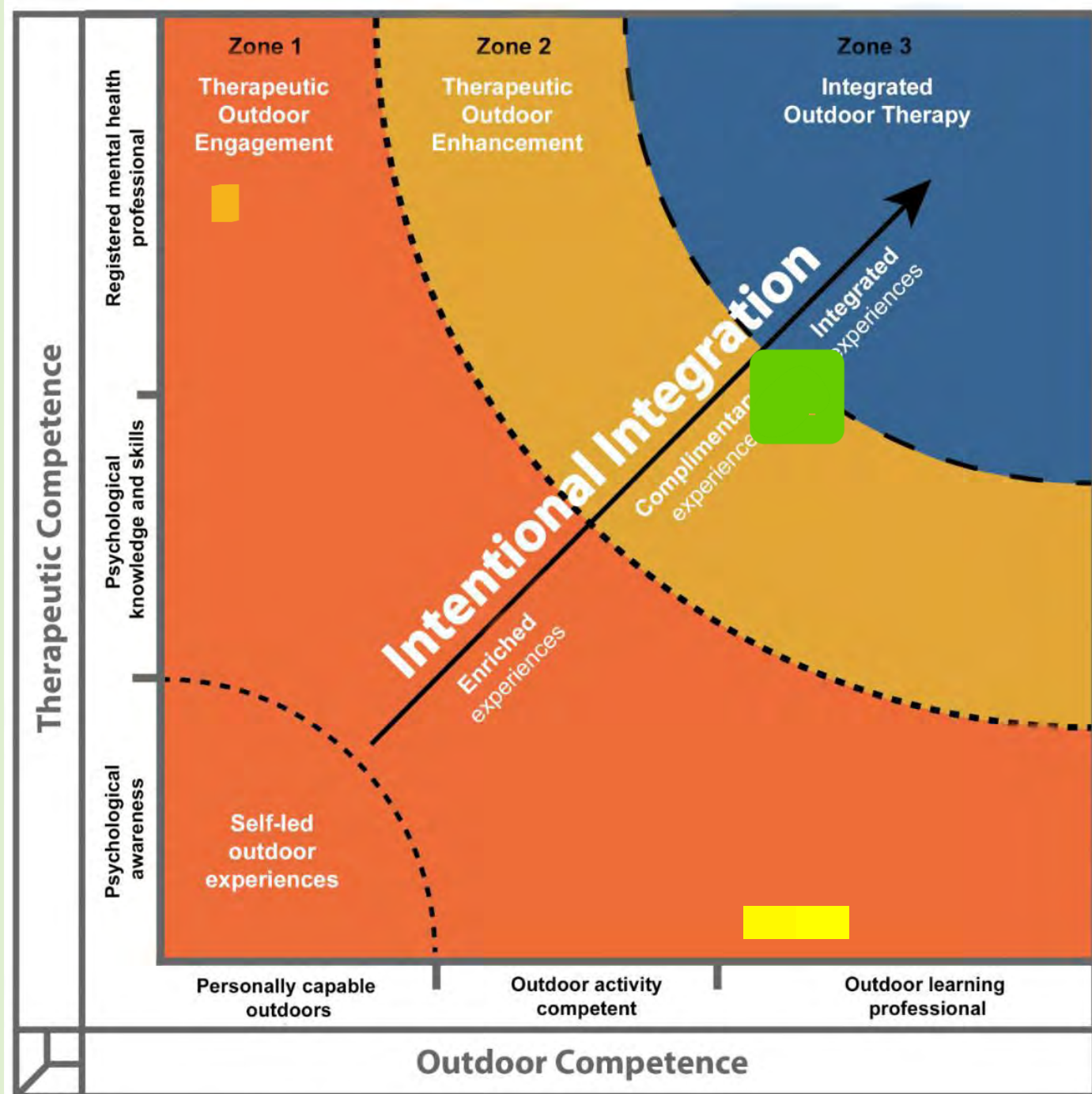


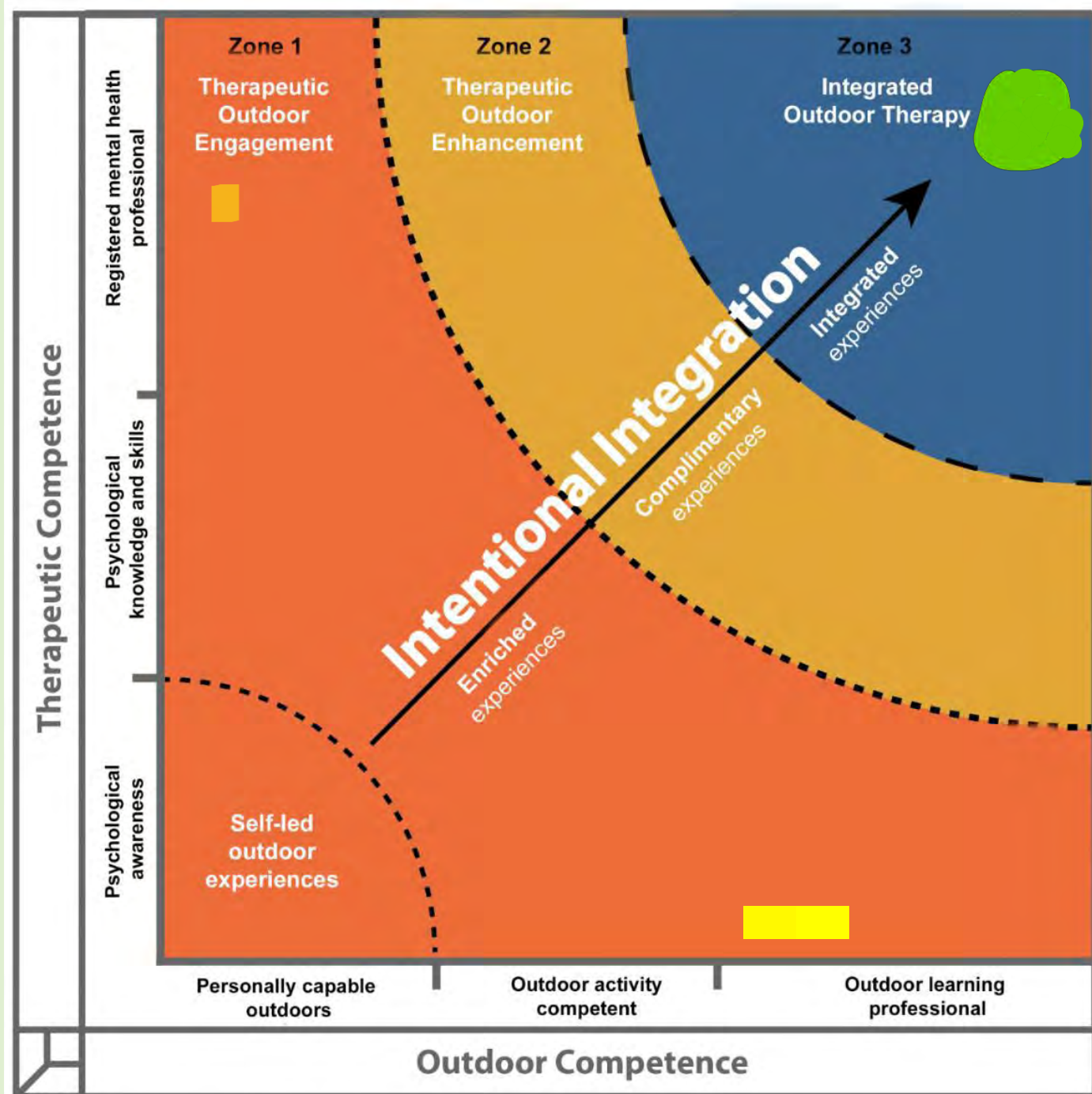


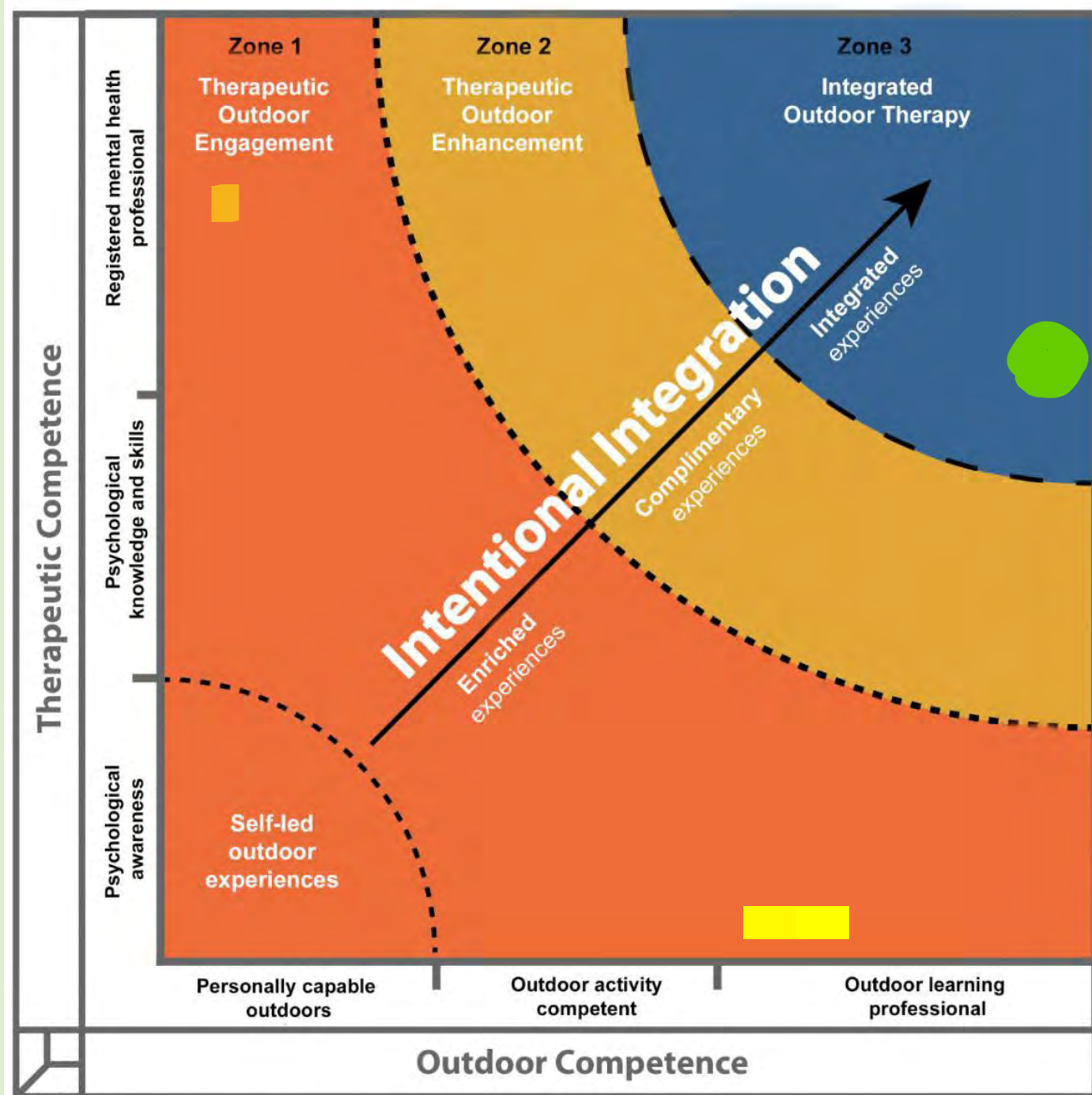










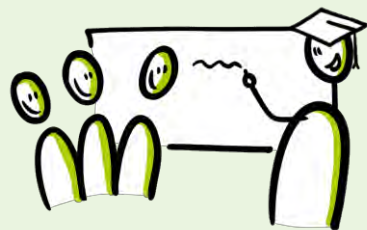


A photograph of a forest with tall, thin trees and a sunburst effect in the upper right. A large green oval is centered over the image, containing the text 'Buiten begint het!'.

# Buiten begint het!



# Wat kun jij doen?



Educatiemodule  
Groene GGZ – IVN



Nieuwsbrief  
Natuur en Gezondheid



Investeer in Natuur voor  
een Gezonde Toekomst:  
Onze Visie op  
Gezondheid en Welzijn -  
Collectief Natuurinclusief



Handleiding  
Alles is gezondheid



Elke week een activiteit met  
een natuurgids  
[www.ivn.nl/natuuractiviteiten](http://www.ivn.nl/natuuractiviteiten)

# Vooruitblik programma

## Masterclasses Groen voor de Zorg

|         |                                                                                                                                                 |
|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2 april | Natuur inzetten voor vitale medewerkers en bezoekers met o.a. onderzoek Jolanda Maas over het effect van groen op de vitaliteit van medewerkers |
| Mei     | De zorg naar buiten<br>natuur in behandeling                                                                                                    |
| Juni    | Vergroenen van je omgeving                                                                                                                      |
| Oktober | De inzet van groene vrijwilligers uit de buurt                                                                                                  |

**Dank voor je deelname en tot de volgende keer!**

[www.ivn.nl/aanbod/de-zorg/kennisdeling](http://www.ivn.nl/aanbod/de-zorg/kennisdeling)

# Tot slot:

Vul de poll op je scherm in

