



Factsheet: De Groene GGZ

Natuur als werkzame kracht in de zorg

Mensen met psychische problemen.

Wat is de omgedachte praktijk mentale gezondheid?

De Groene GGZ gaat de natuur in voor de zorg voor mensen met mentale problemen. Dit is een nieuwe benadering van mentale gezondheid. Behandeling en begeleiding zijn niet alleen binnen, maar juist ook buiten in het groen. Een natuurlijke omgeving helpt bij het herstel, geeft ontspanning en zorgt voor meer zin in het leven. Voor de Groene GGZ zijn de natuur en het groen een structurele bron van herstel, vitaliteit en verbondenheid.

De Groene GGZ bevordert biodiversiteit, zodat er verschillende planten en dieren in de omgeving zijn. Door natuur onderdeel te maken van de zorg, voelen mensen zich gezonder. Zorginstellingen maken verbinding met hun buurt en delen kennis en resultaten van hun onderzoek.



Werkzame elementen

- De natuur helpt mensen in hun herstel.
- Mensen voelen zich gezonder en energiever door tijd door te brengen in de natuur.
- De zorginstelling maakt verbinding met de buurt waardoor ontmoeting met elkaar gemakkelijker is in een begeleide situatie.
- Zorginstellingen delen kennis en onderzoek met elkaar.

Aandachtspunten

- Meer wetenschappelijk onderzoek is nodig om effectiviteit en kosteneffectiviteit in de praktijk aan te tonen en breed erkend te krijgen.
- De Groene GGZ sluit goed aan bij de doelen van de Green Deal Duurzame Zorg om de zorgsector te verduurzamen. Inmiddels zijn al meer dan 550 bedrijven en instellingen in de zorg en daarbuiten aangesloten bij de deal.

Wat levert het op?



Persoonsgerichtheid

- Cliënten krijgen meer zelfvertrouwen en voelen zich vitaler. Medewerkers ervaren meer energie en werkplezier.
- Er zijn aanwijzingen dat zorg in het groen leidt tot kortere opnames en minder medicatiegebruik.
- Groene zorg, zoals werken in de tuin, helpt mensen meer regie te krijgen op hun eigen leven.
- Cliënten die deelnemen aan natuuractiviteiten herstellen sneller, volgens het Trimbos-instituut. Zij hebben minder vaak zware zorg nodig.
- Contact met natuur verlaagt stress en maakt mensen mentaal sterker. Dat is al na 20 minuten merkbaar.



Houdbaarheid

- Ruim 30.000 medewerkers zorgen samen voor meer dan 300.000 cliënten. Op verschillende terreinen die samen groter zijn dan anderhalf Nationaal Park.
- Door groepsactiviteiten in de natuur is er een effectieve inzet van personeel. De kwaliteit van zorg blijft daarbij goed.



Duurzaamheid

- Bomen en groene daken zorgen voor een daling van 2-4 °C tijdens een hittegolf. Hierdoor hebben cliënten en personeel minder last van de warmte.
- Op de terreinen neemt het aantal gezonde insecten, planten en dieren met 5% toe.



Mischa Selis,
Psychiater, mindfulness trainer
en yogatherapeut

“Ons brein is natuur en iedere behandeling zou voorafgegaan horen te worden door herstel van een natuurlijke leefstijl.”

Meer weten?

omg@zinl.nl

Dit is een uitgave van Zorginstituut Nederland, november 2025.