

Boegbeelden groene sector

Branchevereniging VHG verzamelt 'boegbeelden': mensen die een bijzondere betekenis hebben (gehad) voor de groene sector. Door hun beroep, ervaring, expertise, visie of speciale activiteiten leveren ze een belangrijke bijdrage aan de waarde van groen in onze maatschappij. Door deze mensen te portretteren in VHG Magazine, kan de branche kennis nemen van hun inzichten en ideeën. We hopen dat deze verhalen inspireren om concreet invulling te geven aan het thema 'groen maakt gelukkig'. In dit nummer vertelt Hetty Linden, directeur GG&GD Utrecht, waarom groene initiatieven zo belangrijk zijn voor de gezondheid van wijkbewoners.

Hetty Linden, directeur GG & GD in Utrecht:

“Groen verbindt en draagt bij aan mentale fitheid”



Aardbeien, radijsjes, rozemarijn en munt. Ondanks het vertraagde voorjaar schieten de jonge plantjes uit de grond in de generatietuin bij Woonzorgcentrum Zuylenstede in Utrecht. In deze buurtmoestuin tuinieren bewoners uit de wijk Overvecht wekelijks samen met de ouderen. Het is een van de tientallen initiatieven die in Utrecht de afgelopen jaren van de grond is gekomen. Hetty Linden, directeur van de GG&GD en een groot liefhebber van groen, vertelt graag over deze 'groene pijler' die bijdraagt aan de gezondheid van de Utrechters.

Tekst: Annemieke Bos
Fotografie: Cornelia de Jong

Het initiatief voor de buurtmoestuin is in 2011 ontstaan. Aan de basis ligt onder andere wetenschappelijk onderzoek dat uitwijst dat samen tuinieren in de directe woonomgeving bijdraagt aan de gezondheid en sociale cohesie in een wijk. Voor de GG&GD, een van de partners in dit project, is dat ook een belangrijke doelstelling van de tuin: ontspanning door lichamelijke activiteit in een groene omgeving. Samen buiten actief zijn is goed voor de sociale contacten. Ook een gezonder voedingspatroon is belangrijk: de volwassenen wisselen hun kennis uit over groenten en fruit. De kinderen leren hoe groenten groeien en eten gezonder. Al snel ontstaat er in Overvecht een enthousiaste groep die bestaat uit een aantal vrouwen met een Marokkaanse achtergrond en bewoonsters van het woonzorgcentrum. Samen gaan zij aan de slag in de nieuw aangelegde tuin die de naam 'generatietuin' krijgt. Het leidt tot een succesvolle samenwerking, met positieve reacties van



Mijn groenplek

“Dat is in ieder geval het beekdal bij Renkum, maar er zijn nog veel meer mooie plekken. Nederland is eigenlijk één groot park. Vorige week was ik in Friesland aan het zeilen. Adembenemend, al dat water en die bloemen langs de waterkant. Daar kan ik heel gelukkig van worden. De kust vind ik ook mooi, net als Zuid-Limburg trouwens. Kortom: in Nederland is heel veel moois te zien. Anderen vinden het heerlijk om op een terras in Parijs een cappuccino te drinken. Ik zit liever met een kop thee op een boomstronk.”

de deelnemers: “Ik ben helemaal gelukkig”, “Anders had ik hier boven achter het raam gezeten, nu heb ik iets om voor te zorgen.” Het is duidelijk dat het tuinieren energie geeft. Ook leidt het tot nieuwe sociale contacten waarbij de vrouwen meer te weten komen over elkaars cultuur en generatie. “Ik ben toch wel blij dat je één keer in de week bij elkaar bent. Het is goed dat er contact is”, aldus een van de dames.

Mentale fitheid

Hetty Linden is verheugd over dit initiatief. “In deze tuin zijn culturen en generaties bij elkaar gebracht. Ze leren elkaar kennen en ontdekken dat dat contact heel leuk is. Nu zijn het zes tuintjes, maar over vijf jaar misschien wel tachtig, door de hele wijk heen. Het gaat juist om deze kleine pro-

jecten, dichtbij, vriendelijk van aard. Je ziet dat mensen zich blij voelen en ook erkend. Daar gaat het om. Zo'n initiatief draagt bij aan de 'mentale fitheid' van mensen. En als mensen mentaal fit zijn, zijn ze vaak ook gezonder. Ga maar na: als je je erkend en herkend voelt, zorg je beter voor jezelf, ben je kritisch op wat je eet enzovoorts. Alleen als het echt nodig is, roep je professionele medische of psychische hulp in. Dat is wat we als GG&GD voor ogen hebben. Er wordt in Nederland veel onnodige zorg geconsumeerd. Dat is een van de redenen waarom de zorgkosten zo hoog zijn. Hier in Utrecht trachten we die trend om te buigen door drie pijlers tot 'wasdom' te laten komen: sport, cultuur en groen. Zo creëren we voldoende ontspanningsmogelijkheden.”



Hetty Linden

Hetty Linden (1955) studeerde Voeding & Gezondheid aan de Wageningen Universiteit. Ze studeerde af als epidemioloog. “Een vrij technische opleiding, waarbij ik me in de eindfase heb gericht op voedselkeuze. Waarom doen mensen wat ze doen? Die vraag speelt een rode draad in mijn loopbaan. Zo heb ik tien jaar bij het ministerie van Landbouw gewerkt. In die periode was ‘vitaal platteland’ een belangrijk thema. Wat houdt de mensen daar? Waarom willen ze daar nog boer zijn? Dat zijn interessante vraagstukken.” Sinds 2006 is Hetty Linden directeur van de Gemeentelijke Geneeskundige en Gezondheidsdienst in Utrecht. In 2010 werd ze verkozen tot Overheidsmanager van het jaar. Verder is zij onder andere lid van de Raad van Toezicht van Aids Fonds, Soa Aids Nederland, Stop Aids Now en van het Voedingscentrum. Daarnaast is zij actief in verschillende besturen.

> “Alles wat met groen te maken heeft, kan verbindend werken.”

Evenwichtige ontwikkeling

Liefhebbers van sport en cultuur komen volgens Linden in Utrecht volop aan hun trekken. “Van recreatief tot topniveau is er veel aanbod. De ‘groentak’ was tot nu toe onderbelicht. Geen idee waarom, die lag misschien wat minder voor de hand. In ieder geval werken we er nu actief aan om deze te ontwikkelen. Dat doen we door veel groeninitiatieven te stimuleren. De GG&GD trekt de kar niet alleen. We werken samen met alle bewoners en professionals in de wijken, met steun van het college van B&W en de gemeenteraad. Men vindt het belangrijk dat we er wat aan doen. Inmiddels zijn er ruim twintig initiatieven gerealiseerd. Tijdens de eerste Dag van de Stadslandbouw eind april waren de projecten allemaal toegankelijk. Het zijn initiatieven van allerlei mensen en partijen. Daar waar men tegen drempels aanloopt, ondersteunt de gemeente, bijvoorbeeld door een vergunning te verlenen. Het is dus niet zo dat de gemeente bedenkt en financiert. De initiatieven lopen uiteen van dingen waar je geld mee kunt verdienen, tot activiteiten puur voor vermaak. Het

hele scala dus. Net als bij sport en cultuur. Dat vind ik een evenwichtige ontwikkeling. Als die drie lijnen goed ontwikkeld zijn, dan heb je een gezonde gemeenschap.”

Gezonde wijkaanpak

Linden kent de onderzoeken naar de relatie tussen groen en gezondheid. “Groen is niet hét medicijn. Zo zou ik het niet willen verkopen.” Ze is er wel van overtuigd dat groen een belangrijke functie vervult en kan bijdragen aan de fysieke en geestelijke gezondheid van mensen: “Alles wat met groen te maken heeft, kan verbindend werken: samen wandelen, tuinieren en eten. Sporten en spelen in het groen.” Het is vanuit deze visie en ook vanuit haar achtergrond (ze studeerde Voeding en Gezondheid in Wageningen – red.) dat zij de aandacht voor groen op de kaart zet in Utrecht. “Ik ben een natuurmens. Dat uit zich in mijn woonplaatskeuze, maar ook door de dingen die ik in mijn werk voor de GG&GD doe. Als je er niets mee hebt, gebeurt het niet. Je moet het agenderen, er mensen warm voor maken. Het is geweldig dat dat ook lukt.” Een goed

voorbeeld daarvan is het project ‘Gezonde wijkaanpak’ in de wijk Overvecht. Dit project is in 2008 in samenwerking met Agis Zorgverzekeringen (onderdeel van Achmea) gestart met het doel de fysieke en mentale conditie van de wijkbewoners te verbeteren. De aanpak is breed: huisartsen en andere eerstelijns hulpverleners, gemeentelijke diensten, politie, scholen, sportverenigingen enzovoorts werken mee aan tal van deelprojecten. Met succes: de gezondheid van de bewoners verbetert, de participatie groeit en zorgkosten dalen. Groen is een onderdeel van deze totaalaanpak. Hetty Linden constateert dat er echt iets verandert en is daar erg trots op. “Maar het is niet mijn verdienste. We doen het met elkaar, hulpverleners én bewoners. Ook het bedrijfsleven helpt mee, door ‘handen’ te bieden en kennis in te brengen. Heel praktisch en concreet zijn de initiatieven. Het is eigenlijk te veel om op te noemen. Eén ding is wel duidelijk geworden: je kunt echt iets veranderen in een wijk. En groen speelt daarbij een belangrijke rol.” ■