

Natuur op Recept

Een verkennend onderzoek naar de behoeften en mogelijkheden in Amersfoort



Leonie Tijsma

Groen Beter Best | Oktober 2015 | InnovatieNetwerk

Natuur op Recept

Een verkennend onderzoek naar de behoeften en mogelijkheden in Amersfoort

Rapport Natuur op Recept

Sleutelwoorden: Natuur op Recept
verkennd onderzoek
zorgverleners
natuurbeheerder
gemeente
Amersfoort

Datum: 9 oktober 2015

Auteur: Leonie Tijsma
Groen Beter Best

Opdrachtgever: Marleen van der Ham
InnovatieNetwerk



Samenvatting

Dit rapport laat de resultaten zien van een verkennend onderzoek naar de behoeften en mogelijkheden van Natuur op Recept in Amersfoort. Het idee van Natuur op Recept is dat zorgverleners hun patiënten doorverwijzen naar natuurgebieden in de buurt als aanvulling op hun behandeling. In dit verkennend onderzoek is gekeken naar de natuurgebieden, parken en bestaande wandelroutes in de gemeente Amersfoort. In het gemeentelijk zorg- en natuurbeleid is gezocht naar de visie over natuur en gezondheid. Ten slotte zijn zorgverleners, natuurbeheerders en gemeente geïnterviewd om te onderzoeken met welke vorm van Natuur op Recept zij zouden willen werken en wat de verschillende professionals van elkaar nodig hebben om Natuur op Recept uit te voeren. Vier concepten werden voorgelegd aan de geïnterviewden, namelijk de eenvoudige brochure, officiële verwijsbrief, app en aansluiten bij een bestaand welzijnsprogramma.

Verspreid door en om de stad ligt een verscheidenheid aan natuurgebieden en parken en in de meeste gebieden worden diverse wandelroutes aangeboden door de gemeente Amersfoort, het Utrechts Landschap en Klompenpaden.

De gemeente lijkt zich steeds meer bewust te zijn van de waarde van natuur voor gezondheid en welzijn. In zowel het zorg- als groenbeleid van de gemeente Amersfoort staat dit kort beschreven. Er zijn echter geen verdere visie of actiepunten aan verbonden.

De app en aansluiten bij een bestaand welzijnsprogramma, zoals Keivitaal in Amersfoort, hebben het meeste potentie. De eenvoudige brochure en officiële verwijsbrief zouden van toegevoegde waarde zijn als toevoeging op de app en het welzijnsprogramma.

Naar een video in de wachtkamer over natuur en gezondheid blijkt ook vraag te zijn bij zorgverleners.

Natuur op Recept is geschikt voor patiënten met psychomatische klachten, obesitas, chronische en/of mentale klachten en mensen met een bewegingsvraagstuk. Voor patiënten met klachtspecifieke problemen zoals een hernia, zere knie of schouder wordt Natuur op Recept ongeschikt bevonden.

Zorgverleners willen graag weten welke natuurgebieden en parken in de buurt van hun praktijk aanwezig zijn en willen meer informatie over deze gebieden. Daarnaast willen zij gebruik maken van de faciliteiten die de natuurbeheerder en gemeente te bieden hebben.

Natuurbeheerders en gemeente willen zorgverleners verwelkomen en bieden hun faciliteiten aan. Zij willen echter niet aansprakelijk zijn voor de zorgactiviteiten die plaatsvinden in hun gebieden en gebouwen.

Natuur op Recept moet eerst verder ontwikkeld worden als product voordat een pilot gestart kan worden. Daarnaast is een goede samenwerking tussen zorgverleners, natuurbeheerders, gemeente en eventuele andere partijen essentieel, evenals financiering, een Plan van Aanpak en onderzoeks- en monitoringsplan. Hiervoor is verder onderzoek nodig.

Inhoudsopgave

Samenvatting.....	2
1.0 Inleiding	4
2.0 Amersfoort Groene Stad	5
2.1 Natuur en parken	5
2.2 Wandelroutes	5
2.3 Centra voor natuur	7
2.3.1 Groene Huis	7
2.3.2 Stadsboerderij de Vosheuvel.....	7
2.3.3 Natuurboerderij de Brinkhorst.....	7
2.3.4 Utrechts Landschap.....	7
2.4 Beleid en visie gemeente Amersfoort	8
2.4.1 Zorgbeleid.....	8
2.4.2 Groenvisie.....	9
2.4.3 Groene zorg	10
3.0 Natuur op Recept	11
3.1 Vier concepten	11
3.2 Resultaten interviews.....	11
3.3 Video in wachtkamer.....	13
3.4 Doelgroepen	13
3.5 Samenwerking tussen zorgverleners, natuurbeheerders en gemeente.....	14
3.6 Overige aanbevelingen uit interviews.....	14
3.7 Opstarten pilot	16
4.0 Conclusie	17
5.0 Aanbevelingen	18
6.0 Literatuurlijst	19
Bijlage	22

1.0 Inleiding

In 2013 werd het eerste concept van Natuur op Recept gepresenteerd door de jongerendentank Panorama Natuur. Het idee was dat zorgverleners hun patiënten met een officiële verwijfsbrief doorverwijzen naar het groen in de buurt.

De gemeente Amersfoort heeft potentie voor de introductie van Natuur op Recept. Dit jaar schrijft de gemeente samen met burgers en organisaties de nieuwe groenvisie. Ook hebben de gemeente Amersfoort en het IVN in januari 2015 het symposium “Verwijs door naar het groen” georganiseerd. De uitkomsten van dit symposium laten zien dat er in Amersfoort vraag is naar groene zorg arrangementen, waaronder Natuur op Recept.

Het InnovatieNetwerk heeft opdracht gegeven een verkennend onderzoek uit te voeren naar de mogelijkheden van Natuur op Recept in Amersfoort. Het uiteindelijke doel van dit onderzoek is het starten van een pilot in de gemeente Amersfoort. De hoofdvraag van dit onderzoek is:

“Hoe ziet Natuur op Recept eruit en wat hebben zorgverleners, natuurbeheerders en gemeente van elkaar nodig om Natuur op Recept uit te voeren?”

Voor dit verkennende project is een literatuuronderzoek uitgevoerd naar het gemeentelijke groen- en zorgbeleid. Hier werd gezocht naar de visie en ambities van de gemeente met betrekking tot natuur, gezondheid en welzijn en groene zorg arrangementen. Er is geïnterviewd waar de natuurgebieden, parken en wandelroutes liggen binnen de gemeente Amersfoort en wie de beheerders zijn van deze gebieden. Om vervolgens een antwoord te kunnen geven op de hoofdvraag zijn professionals uit de zorg- en natuursector en de gemeente geïnterviewd. Op basis van de verzamelde informatie zijn aanbevelingen opgesteld om Natuur op Recept verder te ontwikkelen, is in beeld gebracht welke partijen hiervoor nodig zijn en wat benodigd is voor het starten van een pilot.

In hoofdstuk 2 staat de gemeente Amersfoort centraal. Er wordt beschreven welke natuurgebieden en parken er zijn en welke wandelroutes aangeboden worden. Ook wordt het gemeentelijke zorg- en groenbeleid besproken. Hoofdstuk 3 beschrijft hoe Natuur op Recept eruit moet zien en wat zorgverleners, natuurbeheerders en gemeente van elkaar nodig hebben om Natuur op Recept uit te voeren. De conclusie en aanbevelingen resulterend uit het onderzoek staan beschreven in hoofdstuk 4 en 5.

2.0 Amersfoort Groene Stad

In 2006 werd Amersfoort verkozen tot de Groenste Stad van Nederland, en een jaar later werd zij de Groenste Stad van Europa. Amersfoort profileert zich succesvol als groene stad.

2.1 Natuur en parken

Het Amersfoorts grondgebied beslaat 6.258 hectare. Hiervan is 734 hectare openbaar groen en water. Particuliere tuinen en landgoederen, volks- en dahlia tuinen worden hierbij niet bijgerekend. De kaart in de bijlage geeft het door de gemeente Amersfoort benoemde openbare groen weer.

2.2 Wandelroutes

Binnen de gemeente hebben diverse partijen zich bekommerd over wandelroutes in en om de stad. Hieronder worden ze per initiatiefnemer opgesomd:

Gemeente Amersfoort

In de wandelroutes van de gemeente Amersfoort staan de parken en hun natuurwaarden centraal. De routes zijn van verschillende lengte.

Wandelroute	Afstand	Startpunt
Bomenwandeling	?	De Observant, Stadhuisplein
Eem en Duinpad	8 of 10 km	Amersfoort Centraal Station
Klein Zwitserland	3,5 km	Watertoren op de Utrechtseweg
Landgoed Schothorst	3 km	Het Groene Huis
Legendes in Amersfoort	5,5 km	Hotel Den Treek
Park Randenbroek	?	Hoofdingang park of Ringweg Randenbroek
Waterwingebied	2 of 3,5 km	Van Randwijcklaan, Hogeweg, Station Schothorst of Arendhorst



Beweeggrondjes

De beweeggrondjes zijn een initiatief van Stichting Marathon en de gemeente Amersfoort. Beide partijen hebben de ambitie komende jaren 10 beweeggrondjes te realiseren verspreid door de stad. De rondjes hebben een lengte tussen de 3 en 9 kilometer en de afstanden staan onderweg aangegeven. Stichting Marathon en gemeente Amersfoort willen inwoners motiveren te wandelen en hard te lopen op veilige en gevarieerde routes. Het eerste beweeggrondje is gerealiseerd in de binnenstad en het tweede wordt dit najaar geopend in Liendert/Schuilenburg (zie figuur 1). De gemeente is op zoek naar sponsors voor de realisatie van de overige beweeggrondjes. Natuur staat echter niet centraal in deze rondjes.

Het beweeggrondje in de binnenstad is gesponsord door de ABN AMRO. De manager van deze ABN-AMRO-vestiging gebruikt de route voor functioneringsgesprekken, omdat hij merkt dat hij meer uit deze gesprekken haalt als deze wandelend gevoerd

Figuur 1. Beweeggrondje Binnenstad

worden. Ook wil hij hiermee wandelen tijdens de lunch mogelijk maken voor het ABN-AMRO personeel.

Spoor, Eem- en Isselpad

Deze drie wandelroutes starten in de binnenstad of het station en lopen via het wagenwerkplaatsterrein, de woonwijk Soesterkwartier en/of bedrijventerrein Isselt naar het buitengebied ten noordwesten van Amersfoort en staat in verbinding met het Klompenpad Het Derde Erf. Centraal in deze routes staan de landschappen, de kenmerkende bouwstijl van het Soesterkwartier (tuinstad) en het wagenwerkplaatsterrein.

Het wagenwerkplaatsterrein is volop in ontwikkeling, waardoor er ruimte is voor tijdelijke natuur. Al dan niet tijdelijke openbare, (natuur)speeltuinen en wandelroutes worden hier door burgerinitiatieven gerealiseerd. Verschillende partijen zijn betrokken bij de herinrichting van het gebied en burgers en organisaties worden gemotiveerd te participeren.

Utrechts Landschap

Het Utrechts Landschap heeft diverse wandelroutes in haar gebieden rondom Amersfoort. Deze verschillen in afstand en doelgroep. Voor enkele wandelroutes moeten de deelnemers geld betalen om deel te nemen. Deelnemers betalen voor een routeomschrijving op papier, materiaal zoals een knapzakje en/of borg.

Wandelroute	Afstand	Startpunt	Kost geld
Birkhoven	2 km	Barchman Wuytierslaan (naast Bospad)	Nee
Het Luciapad (familiespeurtocht)	4 km	Koetshuis Stoutenburg	Ja
Kompaspuzzeltocht (kinderactiviteit)	<1 km	Koetshuis Stoutenburg	Ja
Fietsje bij de Poel (kinderactiviteit)	<1km	Koetshuis Stoutenburg	Ja
De Heerlijkheid	4 km	Koetshuis Stoutenburg	Nee
Het Kasteel	1,5 km	Koetshuis Stoutenburg	Nee
Het Beekdal	2,5 km	Parkeerplaats t.h.v. Koedijkerweg 16, Amersfoort	Nee
Het Venster	5 km	Parkeerplaats bij de hockeyvelden aan de Schammersteeg 2, Stoutenburg	Nee
De Blauwborst	2,3 km	Parkeerplaats bij de hockeyvelden aan de Schammersteeg, Stoutenburg	Nee

Klompenpaden

Rondom Amersfoort zijn drie Klompenpaden te vinden. Deze routes liggen buiten het stedelijk gebied.

Wandelroute	Afstand	Startpunt
Derde erfpad	9 km	Fletcher Hotel / Het Witte Huis
Stoutenburgerpad	10 km	Koetshuis Stoutenburg
Zeldertsepad	7 km	Parkeerplaats Zeldertseweg

2.3 Centra voor natuur

Binnen de gemeente Amersfoort zijn vier bezoekerscentra die zich richten op natuur. Alle centra hebben een belangrijke publieke functie en zijn zoekende naar nevenactiviteiten om meer publiek aan zich te binden en de organisatie financieel onafhankelijker te maken. Alle bezoekerscentra beschikken over sanitaire voorzieningen en kunnen de bezoeker van een hapje en drankje voorzien. De locaties van de bezoekerscentra staan weergegeven op de kaart in de bijlage.

2.3.1 Groene Huis

Het Groene Huis is de nieuwe naam van het Centrum voor Natuur en Milieu (CNME), dat zich bevindt op Landgoed Schothorst. In 2010 werd de oude boerderij waarin het toenmalige CNME gehuisvest getroffen door een vernietigende brand. De gemeente Amersfoort werd hierdoor gedwongen na te denken over een nieuw CNME en hoe dit ingericht zou worden. De gemeente besloot dat er een nieuw CNME moest komen en dat er naast de natuurdoelen ook ruimte moest zijn voor andere maatschappelijke en sociale behoeften. Denk hierbij aan een buitenschoolse opvang, wandelcoaching, yoga en andere beweegactiviteiten, kinderfeestjes enzovoorts. Volgens de directeur van het Groene Huis, wil de gemeente deze behoeften meer faciliteren in het nieuwe Groene Huis. Ook groene zorginitiatieven zoals Natuur op Recept wil het Groene Huis faciliteren. Zowel het Groene Huis als de gemeente Amersfoort willen geen aansprakelijkheid aanvaarden. Zij willen slechts faciliteren. De officiële opening van het Groene Huis zal plaatsvinden in april 2016. Het Groene Huis is het enige natuurbezoekerscentrum gericht op natuur dat wordt beheerd en gefinancierd door de gemeente Amersfoort.

2.3.2 Stadsboerderij de Vosheuvel

Stadsboerderij de Vosheuvel is een kinderboerderij welke is gevestigd langs de Heiligenbergerbeek ten zuiden van het voormalig ziekenhuis St. Elisabeth. De Stadsboerderij laat kinderen en scholen kennismaken met boerderijdieren en het leven op de boerderij.

De panden van het St. Elisabeth worden komend jaar gesloopt en het vrijgekomen terrein zal worden ingericht als park. Dit sluit goed aan op de aanliggende parken. Ten noorden van het voormalig ziekenhuis ligt Park Randenbroek en ten zuiden ligt Landgoed de Boom in de gemeente Leusden.

2.3.3 Natuurboerderij de Brinkhorst

Natuurboerderij de Brinkhorst is de kinderboerderij in de nieuwbouwwijk Vathorst. De boerderij biedt activiteiten en educatie aan voor kinderen en schoolklassen. Ook is er dagbesteding voor mensen met een verstandelijke beperking.

2.3.4 Utrechts Landschap

Daarnaast is er ten oosten van Amersfoort, net buiten de gemeentegrens, op Heerlijkheid Stoutenburg het Kasteel Stoutenburg. Zowel het landgoed als het kasteel zijn in beheer van het Utrechts Landschap. Het Koetshuis behorende bij het Kasteel wordt gebruikt als bezoekerscentrum. Hier kunnen mensen terecht voor informatie en activiteiten in de omgeving en het is tevens het startpunt van meerdere wandel- en fietsroutes. De wandelroutes zijn aangegeven op de kaart in de bijlage. Hoewel nog niet concreet met het Utrechts Landschap gesproken is op het moment van schrijven, wordt verwacht dat groene zorgarrangementen hier potentie hebben.

2.4 Beleid en visie gemeente Amersfoort

2.4.1 Zorgbeleid

Het zorgbeleid staat beschreven in het Beleidskader Lokaal Gezondheidsbeleid Amersfoort 2013-2016. De gemeente gaat ervanuit dat het gezondheidsbeleid succes zal hebben bij een integrale en intersectorale aanpak. Hierbij legt de gemeente dwarsverbanden met andere sectoren, zoals figuur 2 laat zien. Een goede inrichting van de openbare ruimte, waaronder groen in de buurt, draagt bij aan de gezondheid en het welzijn van mensen.



Figuur 2. Integrale en intersectorale aanpak Gezondheidsbeleid (uit: Beleidskader Lokaal Gezondheidsbeleid Amersfoort 2013-2016)

In het Beleidskader is extra aandacht voor een aantal (kwetsbare) groepen. In het beleidskader worden deze vertaald in in een aantal belangrijke kernboodschappen, deze staan beschreven in figuur 3.

De gemeente streeft naar een omslag van ziekte en zorg naar gezondheid en gedrag. Eigen kracht en verantwoordelijkheid vanuit de burger wordt hierin benadrukt. In het Beleidskader vertaalt dit zich in het hoofdstuk Leefstijl en Preventie, dat is onderverdeeld in de volgende punten:

- Gezond gewicht / actieve leefstijl.
- Verantwoord alcoholgebruik.
- Mentale weerbaarheid (bij depressie, dementie en eenzaamheid).

In het Beleidskader worden programma's, activiteiten en samenwerkingen beschreven die bijdragen aan de gezondheid en het welzijn van burgers. Groene zorgarrangementen en samenwerking met groene partners maken hier geen deel van uit.

- De bevolking van Amersfoort vergrijst. Nu is 12% ouder dan 65 jaar, in 2040 is dat 24%.
- Gezond gewicht blijft aandacht vragen. Overgewicht neemt toe met de leeftijd: van 15% bij 5-6-jarigen tot 55% onder ouderen.
- Een kwart van de scholieren jonger dan 16 jaar drinkt regelmatig alcohol. 7% van de volwassenen drinkt overmatig veel alcohol.
- Preventie van psychosociale problemen op jonge leeftijd is van belang, omdat emotionele en gedragsproblemen in de jeugd een verhoogd risico geven op psychische problemen in de volwassenheid. 49% van de volwassenen en 41% van de senioren heeft (een verhoogd risico op) depressieve klachten of angststoornissen. Eenzaamheid komt veel voor: 42% bij volwassenen en 51% bij senioren.
- Bewegen kan een centrale rol spelen bij gezondheidsbevordering (o.a. overgewicht, ongezonde leefgewoonten, depressie). Op dit moment beweegt 34% van de volwassenen, 39% van de senioren en bijna 3 op de 10 jongeren te weinig.
- Uit de cijfers komt naar voren dat een wijkgerichte aanpak vooral voor de aandachtswijken gewenst is.

Figuur 3 Belangrijkste kernboodschappen uit Gezondheidsbeleid (uit: Beleidskader Lokaal Gezondheidsbeleid Amersfoort 2013-2016)

2.4.2 Groenvisie

Met het verlopen van de Groen Blauwe Structuurvisie in 2015 is de gemeente in januari 2015 begonnen met het opstellen van de Groenvisie. Zij doen dit in samenwerking met Amersfoortse burgers en organisaties. In de Groenvisie staan de thema's klimaatbestendigheid, ecologie, bomen, recreatief groen, eetbaar groen, groenbeheer en water. Natuur en gezondheid is geschaard onder recreatief, en het woord gezondheid wordt in deze visie slechts twee keer genoemd. Hierover wordt het volgende gezegd:

"Recreatie heeft niet alleen met groen te maken, maar komt terug in meerdere beleidsvelden, zoals het sportbeleid, het lokaal gezondheidsbeleid en het verkeer- en vervoerbeleid (denk aan de fiets- en wandelroutes)."

"Wat zijn de waarden en functies van dit thema? Groene recreatie gaat gepaard met beweging en is daarmee gezond, voor lichaam en hoofd. Daarnaast is het sociaal en verbindend om met elkaar de natuur in te gaan en de natuur te ontdekken. De groene omgeving en de mogelijkheden die dat biedt voor spelen, sporten en recreëren dragen bij aan de aantrekkelijkheid van Amersfoort als (kindvriendelijke) woonstad en hebben daarmee ook een economische betekenis."

Hoewel de waarde van natuur op onze gezondheid hiermee erkend wordt, staat hier verder niks concreets over geschreven in de vorm van een visie of verdere actiepunten. De Groenvisie wordt in december 2015 afgerond.

2.4.3 Groene zorg

Zowel in het Beleidskader Lokaal Gezondheidsbeleid Amersfoort 2013-2016 als de Groenvisie wordt erkend dat natuur bijdraagt aan de gezondheid en het welzijn van mensen. In beide nota's worden natuur en gezondheid en welzijn niet samen toegepast in een concrete visie of verdere actiepunten en programma's.

Volgens de directeur van het Groene Huis is de waarde van groen voor de gezondheid nog nauwelijks doorgedrongen in de gemeente. De bewustwording hierover begint op gang te komen, hoewel in de praktijk al groene zorgactiviteiten worden uitgevoerd. Dit laatste bleek tijdens het symposium "Verwijs door naar het groen", dat in januari 2015 werd georganiseerd door het IVN en de gemeente Amersfoort. Hier waren diverse zorgverleners aanwezig die op eigen initiatief gebruik maakten van natuurgebieden en parken in Amersfoort. De uitkomsten van dit symposium laten zien dat er in Amersfoort vraag is naar groene zorg arrangementen, waaronder Natuur op Recept.

3.0 Natuur op Recept

Zorgverleners kunnen patiënten op verschillende manieren doorverwijzen naar natuur. Voor dit verkennend onderzoek zijn 13 zorgverleners, natuurbeheerders en een gemeenteambtenaar geïnterviewd om in beeld te krijgen met welke vorm(en) van Natuur op Recept zij zouden willen werken. In de Bronnenlijst bevindt zich in een complete lijst met de geïnterviewde professionals.

3.1 Vier concepten

Om de geïnterviewden een idee te geven van hoe Natuur op Recept eruit kan zien, zijn de volgende vier concepten uitgewerkt.

Eenvoudige brochure

Dit is een folder met weinig tekst en veel illustraties waarin de invloed van natuur op gezondheid en welzijn wordt uitgelegd en wat mensen zelf kunnen doen. Er worden ideeën gegeven waar mensen lokaal kunnen wandelen en recreëren. Eventueel worden deze routes en overige activiteiten (zoals diabeteswandelingen) los aangekondigd in een toegevoegde bijlage in de folder.

Officiële verwijfsbrief met doktersstempel

Deze serieuze verwijfsbrief ziet eruit als een bijsluiter van een medicijnendoosje en heeft een officiële doktersstempel. Het is formeel en serieus en natuur wordt op deze manier echt door de dokter voorgeschreven. Dit is het originele idee van Natuur op Recept, zoals Panorama Natuur het heeft bedacht in 2013.

App

Een app geeft informatie over natuur en gezondheid en inspiratie om lokaal te bewegen en recreëren in natuurgebieden. Daarnaast biedt de app de mogelijkheid om activiteiten en resultaten bij te houden, zoals routes, afgelegde kilometers, tijden, calorieverbruik. Interessant om hieraan toe te voegen wat deze resultaten doen met gezondheid en welzijn van de patiënt. In het geval van een fysiotherapeut, zouden oefeningen toegevoegd kunnen worden met uitleg hoe de oefening uitgevoerd moet worden. De app is eventueel te koppelen aan bestaande apps.

Als onderdeel van Keivitaal of een ander al bestaand welzijnsprogramma

In Amersfoort wordt het welzijnsprogramma Keivitaal aangeboden aan inwoners met overgewicht. Ondersteund door huisarts, diëtist en fysiotherapeut worden patiënten aangemoedigd een gezonde leefstijl aan te nemen om af te vallen en gezond te worden en of blijven. Voeding, beweging en structuur zijn belangrijke onderdelen van Keivitaal. Verblijven, bewegen of recreëren in natuur wordt niet in Keivitaal benoemd, maar is waarschijnlijk wel van toegevoegde waarde.

3.2 Resultaten interviews

De geïnterviewden hebben aangegeven met welke concept(en) van Natuur op Recept zij zouden willen werken en met welke niet. Ook hebben zij dit beredeneerd. In dit subhoofdstuk worden de algemene opmerkingen en de argumenten voor en tegen de concepten opgesomd.

Algemeen:

- Alle vier of een combinatie van de concepten zou werken, omdat verschillende doelgroepen bereikt worden met de verschillende concepten.
- De vier concepten vullen elkaar goed aan.
- Natuur op Recept leent zich goed om bewustzijn te creëren van de werking van natuur op gezondheid.

- Deze concepten zijn grotendeels passieve verwijzingen. Mensen worden nu niet aangemoedigd hun handen te gebruiken en mee te werken in aanleg en onderhoud van groen, terwijl mensen hier vaak veel voldoening en zingeving uithalen.
- Het blijft maatwerk.
- Veel mensen begrijpen weinig van een goede levensstijl en zullen niet uit zichzelf bedenken dat goede voeding, bewegen en naar buiten gaan belangrijk is en onderdeel is van een gezonde leefstijl.
- Mensen gaan niet uit zichzelf naar buiten. De zorgverlener moet patiënten laten zien hoe ze moeten wandelen, wat ze buiten kunnen doen. Hij moet ze laten zien waarom mensen naar buiten moeten en laten ervaren dat natuur goed is. Activiteiten gericht op doelgroepen moeten worden georganiseerd.

Eenvoudige brochure

Voordelen:

- Een folder is leuk en kan aangepast worden voor iedere praktijk.
- Hierin kunnen de beweegfondjes van de gemeente Amersfoort worden genoemd. Hiermee wordt de gemeente een gunst gedaan en wordt meerwaarde gegeven aan de beweegfondjes.
- Draagt bij aan bewustwording.

Nadelen:

- Geen sturing vanuit arts.
- Neemt niet iedereen serieus.
- Wordt grotendeels gelijk weggegooid.

Verwijsbrief

Voordelen:

- Voor ouderen zal de verwijsbrief beter werken. Zij zijn nog opgegroeid met veel respect voor dokters en hechten veel waarde aan wat de dokter zegt.

Nadelen:

- Geen of weinig sturing vanuit arts.
- Neemt niet iedereen serieus.
- Wordt grotendeels gelijk weggegooid.

App

Voordelen:

- Je kunt gebruik maken van al bestaande apps en deze koppelen.
- Met een app kan je makkelijk een systeem met bonuspunten invoeren.
- Laagdrempelig en makkelijk voor mensen die al geïnteresseerd zijn in apps.
- Kinderen vinden apps leuk.
- Zorgverlener en patiënt kunnen resultaten bijhouden.
- Sturing vanuit zorgverlener.
- Een app kan op een leuke manier motiveren om te voldoen aan de norm bewegen en andere doelen.
- Makkelijk om ideeën te opperen.
- Te koppelen aan wandel- en fietsroutes in de stad.

Nadelen:

- Niet iedereen is handig met apps of heeft een smartphone.
- Moet aangevuld worden met informatie op papier.

Onderdeel van Keivitaal

Voordelen:

- Het is makkelijk om aan te haken bij een al bestaand programma dat al draait en werkt.
- Het is een relatief kleine financiële investering aan te haken bij Keivitaal.
- Meer doelgroepen kunnen bereikt worden.
- Sturing vanuit zorgverlener
- Laagdrempelig voor mensen om daadwerkelijk wat te doen.
- Er is al veel samenwerking tussen verschillende zorgverleners.

Nadelen:

Geen nadelen werden genoemd.

Tabel 1 laat zien met welke concepten van Natuur op Recept de professionals zouden willen werken en welke niet. De app en integreren in een bestaand welzijnsprogramma hebben het meeste potentie volgens de geïnterviewden.

	Voor	Neutraal	Tegen
Brochure	4	2	3
Verwijsbrief	3	4	2
App	8	2	0
Welzijnsprogramma	6	3	0

Tabel 1 – Aantal voor- en tegenstanders van de verschillende concepten.

3.3 Video in wachtkamer

Meerdere geïnterviewden hebben aangegeven kans te zien in meer informatievoorzieningen over natuur en gezondheid in de wachtkamer of op websites. De Heijmans en Thijssen Stichting schreef voor het symposium Natuur en Gezondheid op 20 september 2014 een wedstrijd uit voor studenten om eenzelfde filmpje te maken. Hieruit zijn twee winnende video's gekomen welke van hoge kwaliteit zijn, maar nog aangepast moesten worden voor publicatie. De studenten zijn hiervoor benaderd maar hebben dit tot op heden nog niet gedaan.

3.4 Doelgroepen

Uit de interviews komt dat Natuur op Recept geschikt is voor patiënten met de volgende problematiek:

- Psychosomatische klachten, zoals stress, langdurige pijn en chronische vermoeidheid.
- Obesitas.
- Mensen met een bewegingsvraagstuk.
- Chronische- en/of mentale klachten.

Deze doelgroepen komen grotendeels overeen met de kernboodschappen uit het Beleidskader Lokaal gezondheidsbeleid Amersfoort 2013-2016, zie hoofdstuk 2.4.1.

Voor patiënten met klachtspecifieke problemen zoals een hernia, zere knie of schouder wordt Natuur op Recept ongeschikt bevonden.

3.5 Samenwerking tussen zorgverleners, natuurbeheerders en gemeente

Voor goede uitvoering van Natuur op Recept, en groene zorginitiatieven in het algemeen, is samenwerking tussen de zorg- en natuursector essentieel.

De gesproken zorgverleners hebben aangegeven dat zij het volgende van natuurbeheerders en gemeente nodig hebben om mee te doen met Natuur op Recept:

- **Natuurgebieden in de buurt.**
Zorgverleners hebben natuurgebieden en parken nodig in de buurt van hun praktijk.
- **Kennis van deze natuurgebieden.**
Ook kennis van deze natuurgebieden is belangrijk. Sommige zorgverleners werken buiten hun eigen woonplaats en zijn niet goed bekend in de plaats waar zij werken.
- **Folders van natuurgebieden.**
Enkele zorgverleners hebben aangegeven dat zij zouden willen dat natuurbeheerders folders van natuurgebieden in de buurt aanleveren.
- **Bewegwijzering.**
Goede bewegwijzering van de route met afstanden wordt belangrijk gevonden.
- **Faciliteiten van natuurbeheerder of gemeente.**
Zorgverleners willen graag gebruik maken van faciliteiten die natuurbeheerders en gemeenten kunnen bieden. Denk hierbij aan parkeerplaatsen, ontmoetingsruimten om te verzamelen, toiletten en de mogelijkheid voor het drinken van koffie.

De gesproken natuurbeheerders en gemeentebesturen zijn positief over het gebruik van Natuur op Recept in hun terreinen. Ze vereisen het volgende van de zorgverlener:

- **Zorgverlener neemt het initiatief.**
Natuurbeheerders en gemeente staan open voor initiatieven van en samenwerking met zorgverleners, maar het initiatief ligt bij de zorgverlener.
- **Geen verantwoordelijkheid.**
De zorgverlener is welkom om gebruik te maken van het groen en de faciliteiten, maar natuurbeheerders en gemeente aanvaarden geen aansprakelijkheid. De verantwoordelijkheid ligt volledig bij de zorgverlener.

3.6 Overige aanbevelingen uit interviews

Tijdens de interviews werden enkele andere aanbevelingen gedaan voor verder onderzoek naar en het opstarten van een pilot van Natuur op Recept.

POH en sociale wijkteams

Huisartsen hebben het erg druk en werken het liefst met bestaande programma's. Het is hierdoor de vraag of huisartsen bereid zijn mee te denken over de ontwikkeling van Natuur op Recept.

Praktijkondersteuners van een Huisartsenpost (POH) en de sociale wijkteams staan midden in de wijk en tussen de mensen. Zij zien veel mensen die onder de doelgroep van Natuur op Recept vallen en ervan zouden kunnen profiteren. Daarnaast hebben de POH's en de sociale wijkteams een signalerende en preventieve functie, namelijk het voorkomen dat mensen ziek, eenzaam en minder functioneel worden. Tijdens het symposium "Verwijs door naar het groen" kwam naar voren dat de sociale wijkteams behoefte (gaan) hebben aan goedkope en laagdrempelige activiteiten. Het is interessant om met enkele POH's en sociale wijkteams kennis te maken om de behoeften en mogelijkheden voor Natuur op Recept uit te zoeken.

Benutten netwerk Raedelijk

Raedelijk is een adviesbureau dat is gespecialiseerd in vraagstukken over eerstelijnszorg in Midden-Nederland. De geïnterviewde adviseur van Raedelijk is enthousiast over Natuur op Recept en een video over natuur en gezondheid in de wachtkamer.

Dit najaar zijn er twee bijeenkomsten van het welzijnsprogramma Keivitaal. Hier komen eerstelijns zorgverleners, POH's en sociale wijkteams bij elkaar. Groen Beter Best wordt uitgenodigd een presentatie te geven over natuur en gezondheid.

Ook de video in de wachtkamer spreekt Raedelijk aan. Raedelijk biedt aan de video aan te kondigen in hun nieuwsbrief en te laten zien aan de aanwezigen van een Keivitaal-bijeenkomst zodra deze is ontwikkeld.

App ontwikkelen met Ron Haanschoten

De geïnterviewde fysiotherapeut van Adfys Montfoort in Montfoort is bezig met het ontwikkelen van een app die fysiotherapie en buiten bewegen combineert. Dit sluit uitstekend aan op de app die Groen Beter Best mogelijk wil ontwikkelen. Tijdens het interview werd het idee geopperd samen de app te ontwikkelen en introduceren in de gemeenten Montfoort, Amersfoort en een derde gemeente binnen de provincie Utrecht. Afgesproken is om dit najaar verder te praten over een mogelijke samenwerking.

Werken in natuur

Coöperatie 033GROEN i.o. vindt de vier concepten te passief. Zij zien graag dat meer mensen zich fysiek inzetten in de aanleg en onderhoud van groen. Mensen halen hier veel voldoening en zingeving uit en dit draagt bij aan hun welzijn. Er zijn goede voorbeelden van mensen die werken in de natuur als onderdeel van hun herstel en/of reïntegratie.

3.7 Opstarten pilot

Voor het opstarten van een pilot is het noodzakelijk een goed Plan van Aanpak te schrijven waarin onder andere de volgende onderdelen behandeld worden:

Afbakening en ontwikkeling Natuur op Recept

Natuur op Recept moet een concreet product zijn waar zorgverleners, natuurbeheerders en gemeente direct mee aan de slag kunnen. Het product moet eerst ontwikkeld en beschreven worden in samenwerking met de betrokken partijen.

Samenwerking

Zorgverleners, natuurbeheerders, gemeente en eventuele andere partijen hebben elkaar nodig bij de ontwikkeling en uitvoering van Natuur op Recept. Zij moeten elkaar kunnen vinden en het maken van goede afspraken is hierbij essentieel.

Financieel

Zowel voor de ontwikkeling van Natuur op Recept als de uitvoering van een pilot zijn financiële middelen noodzakelijk. Uit de interviews blijkt dat financiering een uitdaging zal zijn. Mogelijke financieerders zijn de gemeente en zorgverzekeringen.

Onderzoek en monitoring

Ook essentieel is het koppelen van een vorm van onderzoek en monitoring aan Natuur op Recept. Hier moet goed worden nagedacht over wat, hoe en waarom er onderzocht zal worden.

4.0 Conclusie

Gemeentelijke beleid

Hoewel de gemeente in zowel het Beleidskader Lokaal Gezondheidsbeleid Amersfoort en de Groenvisie schrijft dat natuur bijdraagt aan gezondheid en welzijn, wordt dit niet verder doorgezet in een groene zorgvisie of concrete acties. De gemeente is zich wel steeds bewuster aan het worden van de waarde van natuur voor gezondheid.

Natuur op Recept

Er is niet één soort Natuur op Recept en er is ook niet één het beste. De app en aansluiten bij een bestaand welzijnsprogramma zoals Keivitaal hebben het meeste potentie. Hoewel de eenvoudige brochure en de officiële verwijsbrief op zichzelf aanzienlijk minder kans van slagen hebben, zouden zij goed aansluiten als onderdeel van de app of een welzijnsprogramma. Een combinatie van alle vier of meerdere concepten van Natuur op Recept heeft de meeste potentie. Een van de redenen dat de app en aansluiten bij een welzijnsprogramma zoveel potentie hebben is omdat sturing vanuit de zorgverlener onderdeel is van het concept.

Maatwerk

Natuur op Recept is maatwerk en zal anders ingevuld worden door de verschillende zorgverleners. Enerzijds omdat iedere patiënt een eigen specifieke zorgvraag heeft, maar ook omdat zorgverleners afhankelijk zijn van het aanbod van natuurgebieden, parken en wandelroutes in hun specifieke omgeving.

Doelgroepen

Natuur op Recept is geschikt voor patiënten met psychomatische klachten, obesitas, chronische en/of mentale klachten en mensen met een bewegingsvraagstuk. Voor patiënten met klachtspecifieke problemen zoals een hernia, zere knie of schouder wordt Natuur op Recept ongeschikt bevonden.

Samenwerking zorgverleners, natuurbeheerders en gemeente

Zorgverleners willen graag weten welke natuurgebieden en parken in de buurt van hun praktijk zijn en willen meer informatie over deze gebieden. Daarnaast willen zij gebruik maken van de faciliteiten die de natuurbeheerder en gemeente te bieden hebben.

Natuurbeheerders en gemeente willen zorgverleners verwelkomen en bieden hun faciliteiten aan. Echter willen zij op geen enkele manier aansprakelijk zijn voor de zorgactiviteiten die plaatsvinden in hun gebieden en gebouwen.

Pilot

Natuur op Recept moet eerst verder ontwikkeld worden als product voordat een pilot gestart kan worden. Daarnaast is een goede samenwerking tussen zorgverleners, natuurbeheerders, gemeente en eventuele andere partijen essentieel, evenals financiering, een Plan van Aanpak en onderzoeks- en monitoringsplan. Hiervoor is verder onderzoek nodig.

5.0 Aanbevelingen

Investeer in app

Investeer in de ontwikkeling van een Natuur op Recept app. De geïnterviewde fysiotherapeut in Montfoort is hier al mee bezig. Het zou interessant zijn te onderzoeken of hij, Groen Beter Best en eventuele andere partners samen een app kunnen ontwikkelen en lanceren binnen verschillende gemeenten.

Integreer Natuur op Recept in Keivitaal

Onderzoek samen met Raedelijk of Natuur op Recept geïntegreerd kan worden in Keivitaal.

Video in de wachtkamer

Investeer in de ontwikkeling van een korte video over natuur en gezondheid voor in de wachtkamer van zorgverleners. Via het netwerk van Raedelijk kan de video verspreid worden onder zorgverleners in Midden-Nederland.

Sluit brochure en verwijfsbrief niet uit

Leg de prioriteit niet op de ontwikkeling van een brochure of verwijfsbrief, maar sluit dezen ook niet uit. Een brochure en/of verwijfsbrief zou goed in combinatie met een app of welzijnsprogramma ontwikkeld kunnen worden.

Sturing vanuit zorgverlener erg belangrijk

Welke vervolgstappen er ook genomen worden na afronding van dit verkennend onderzoek, zorg ervoor dat sturing vanuit de zorgverlener onderdeel is van het pakket.

Leg contacten met de POH's en sociale wijkdiensten

Praktijkondersteuners van Huisartsenposten (POH) en sociale wijkdiensten hebben een groot netwerk van zorgverleners en hebben contact met mensen die in de doelgroepen vallen van Natuur op Recept.

Verleid zorgverleners de samenwerking aan te gaan met de centra voor natuur

Amersfoort heeft vier centra voor natuur die zorgverleners zouden kunnen faciliteren in hun zorgaanbod. Onderzoek in hoeverre deze vier groene huizen open staan voor het faciliteren van Natuur op Recept en probeer vervolgens zorgverleners te inspireren (een deel van) hun zorgaanbod te verplaatsen naar een centrum voor natuur.

Vervolgonderzoek voor pilot

Dit verkennend onderzoek is niet afdoende gebleken om een pilot te starten. Voor het starten en uitvoeren van een pilot is vervolgonderzoek, zoals beschreven in hoofdstuk 3.7.

6.0 Literatuurlijst

Geïnterviewden

Zorg

Charissa Bruggeman
Fysiotherapeut
MTC Zorg
Interview op 20 juli 2015

Heleen Dröge
Psycholoog
Psycho-Logisch
Interview op 16 juli 2015

Josien Felix
Professional Publieke Gezondheid
GGZ regio Utrecht
Interview op 26 augustus 2015

Ron Haanschoten
Fysiotherapeut
Adfys Montfoort
Interview op 12 augustus 2015

Renske Hoekstra
Huisarts in opleiding
Interview op 17 augustus 2015

Marlou Pijnappel-Clark
Senior adviseur
Raedelijk
Interview op 7 juli en 17 augustus 2015

Sjors Uitermark
Fysiotherapeut
MTC Zorg
Interview op 20 juli 2015

Natuur

Guido van Beek
Coöperatie 033GROEN i/o
Interview op 23 juli 2015

Rob Fokkink
Coöperatie 033GROEN i/o
Interview op 23 juli 2015

Edgar van Groningen
Coöperatie 033GROEN i/o
Interview op 23 juli 2015

Kinke Hendriksma
Coöperatie 033GROEN i/o
Interview op 23 juli 2015

Marjolein Kloek
Wetenschappelijk Onderzoeker
Staatsbosbeheer
Voormalig deelnemer Panorama Natuur
Interview op 6 juli 2015

Gemeente Amersfoort

Carla van Dorp
Directeur CNME/Groene Huis
Gemeente Amersfoort
Interview op 4 augustus 2015

Literatuur

Gemeente Amersfoort. (2004). *Beleidsvisie Groen Blauwe Structuur*. Amersfoort: Gemeente Amersfoort.

Gemeente Amersfoort. (2008). *Parken in Amersfoort, Groene ruimten in een stedelijke omgeving*. Amersfoort: Gemeente Amersfoort.

Gemeente Amersfoort. (2013). *Beleidskader Lokaal Gezondheidsbeleid Amersfoort 2013-2015*. Amersfoort: Gemeente Amersfoort: Gemeente Amersfoort.

Gemeente Amersfoort. (2015). *Recreatie in het groen, Stand van zaken 2015*. Amersfoort: Gemeente Amersfoort.

IVN & Gemeente Amersfoort (2015). *Verwijs door naar Groen – verslag*. Amersfoort.

Websites

Gemeente Amersfoort. Beweegrondjes. (2015). Geraadpleegd op 2 juli 2015.
<http://www.amersfoort.nl/beweegroutes.html>

Gemeente Amersfoort. Wandelroutes en folders. (2015). Geraadpleegd op 1 juli 2015.
<http://www.amersfoort.nl/4/groenestad/Wat-is-er-te-doen-in-de-Groene-Stad/Inspiratieboekjes-en-wandelroutes/Wandelroutes.html>
<http://www.amersfoort.nl/wandelen.html>

Groenvisie Amersfoort. (2015). Geraadpleegd op 2 juli 2015.
<http://groenvisieamersfoort.nl/wordpress/>

Groenvisie Amersfoort, onderdeel Recreatie. (2015). Geraadpleegd op 2 juli 2015.
http://groenvisieamersfoort.nl/wordpress/wp-content/uploads/2015/03/Impressie_recreatiefgroen.pdf

Informatiepunt duurzame sloop ziekenhuizen St. Elisabeth en De Lichtenberg te Amersfoort (2015). Geraadpleegd op 25 augustus 2015.
<http://www.sloopelisabeth.nl/>

Het Groene Spoor. (2015). Geraadpleegd op 18 augustus 2015.
http://www.hetgroenespoor.nl/Pages/groenespoor/documents/flyerSpoor-Eem-enIsseltpad_def_mail.pdf

Keivitaal. (2015). Geraadpleegd op 18 augustus 2015.
<http://www.keivitaal.nl/>

Klompenpaden. (2015). Geraadpleegd op 1 juli 2015.
<http://www.klompenpaden.nl/alle-klompenpaden.html>

Stadsboerderij de Vosheuvel (2015). Geraadpleegd op 25 augustus 2015.
<http://www.devosheuvel.nl/index.php>

Utrechts Landschap. Koetshuis Stoutenburg. (2015). Geraadpleegd op 25 augustus 2015.
<https://www.utrechtslandschap.nl/infocentra/koetshuis-stoutenburg>

Utrechts Landschap. Wandelroutes en folders. (2015). Geraadpleegd op 1 juli 2015.
<https://www.utrechtslandschap.nl/routes/overzicht>

Illustraties

Illustratie op omslag. Koppelpoort

Fietsen 123. (2015). Geraadpleegd op 4 september 2015.

<http://www.fietsen.123.nl/thumbs/824x600c/2011-04/fietsen-in-amersfoort.jpg>

Figuur 1. Beweeggrondje Binnenstad

Gemeente Amersfoort. Beweeggrondjes. (2015). Geraadpleegd op 2 juli 2015.

<http://www.amersfoort.nl/beweegroutes.html>

Figuur 2. Integrale en intersectorale aanpak Gezondheidsbeleid

Gemeente Amersfoort. (2013). *Beleidskader Lokaal Gezondheidsbeleid Amersfoort 2013-2015*.

Amersfoort: Gemeente Amersfoort.

Figuur 3. Belangrijkste kernboodschappen uit Gezondheidsbeleid

Gemeente Amersfoort. (2013). *Beleidskader Lokaal Gezondheidsbeleid Amersfoort 2013-2015*.

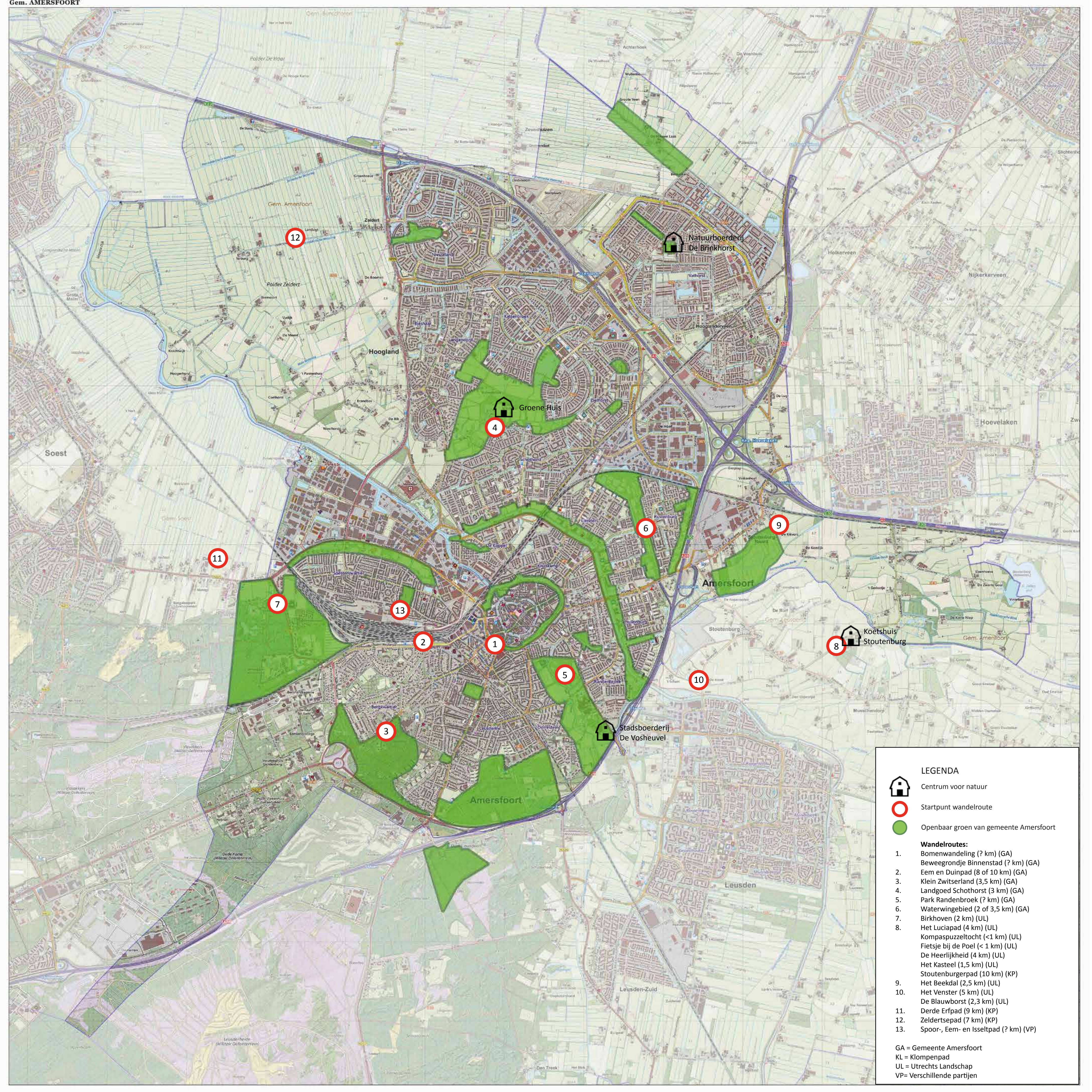
Amersfoort: Gemeente Amersfoort.

Bijlage. Basistopografische kaart Amersfoort.

Jan Willem van Aalst (2015). Topografische gemeentekaart Amersfoort. Geraadpleegd op 2 juli 2015.

<https://nl.wikipedia.org/wiki/Bestand:Gem-Amersfoort-OpenTopo.jpg>

Bijlage



 Centrum voor natuur

 Startpunt wandelroute

 Openbaar groen van gemeente Amersfoort

Wandelroutes:

1. Bomenwandeling (? km) (GA)
2. Beweggrondje Binnenstad (? km) (GA)
3. Eem en Duinpad (8 of 10 km) (GA)
4. Klein Zwitserland (3,5 km) (GA)
5. Landgoed Schothorst (3 km) (GA)
6. Park Randenbroek (? km) (GA)
7. Waterwingebied (2 of 3,5 km) (GA)
8. Birkhoven (2 km) (UL)
9. Het Luciapad (4 km) (UL)
10. Kompaspuzzeltocht (<1 km) (UL)
11. Fietsje bij de Poel (<1 km) (UL)
12. De Heerlijkheid (4 km) (UL)
13. Het Kasteel (1,5 km) (UL)
14. Stoutenburgerpad (10 km) (KP)
15. Het Beekdal (2,5 km) (UL)
16. Het Venster (5 km) (UL)
17. De Blauwborst (2,3 km) (UL)
18. Derde Erfpad (9 km) (KP)
19. Zeldertsep (7 km) (KP)
20. Spoor-, Eem- en Isselpad (? km) (VP)

GA = Gemeente Amersfoort
KL = Klompenpad
UL = Utrechts Landschap
VP= Verschillende partijen