

Dementietuin St. Jozef

TEKST JAN JAGER

EEN TUIN ALS AHA-ERLEBNIS

Wat groen al niet doet met een mens: de beste casus is misschien wel de dementietuin van St. Jozef in Gelderland. Dementerende bejaarden knappen mentaal gezien op en ontwikkelen lichamelijk minder klachten als zij regelmatig de huiskamer verruilen voor de tuin.

‘Tuinen voor mensen met dementie zijn heel gewone tuinen. Je hoeft geen gekke capriolen uit te halen. Het zit ‘m vaak juist in kleine details. Je moet bijvoorbeeld geen elementen inbouwen die verwarring kunnen creëren. Dat kan al een donker afvoerputje zijn. Ouderen zien minder contrast en van het putje blijft niet veel meer over dan een zwart vlak. Iemand die helder van geest is, kan nog extrapoleren en concluderen dat het zwarte vlak een putje is, maar demente ouderen kunnen die link niet meer leggen. Ze zien een zwart gat. Het kan voor hen een reden zijn om niet door te lopen.’ Aan het woord is Anke Wijnja, landschapontwerper van de dementietuin bij verzorgingshuis St. Jozef in Wijchen. Opleid als industrieel ontwerper stelt zij misschien nog meer dan echte tuinarchitecten de gebruiker centraal. Dementie is haar specialiteit, maar ze benadrukt dat de tuin van St. Jozef niet enkel voor dementerende bejaarden is ontworpen. Sterker nog: de tuin heeft als primair

doel om dementerende ouderen weer meer bij de maatschappij te betrekken en daarvoor wordt de tuin juist ook opengesteld voor andere groepen.

Twee problemen, één tuin

Initiatiefnemer van de dementietuin is Karin Verreck van Cailin Partners. ‘Ik kwam in contact met gebiedsdirecteur Hans Vos van verpleeg- en zorginstelling ZZG Zorggroep, die constateerde dat ouderen eigenlijk heel weinig buiten komen. Daardoor bewegen ze weinig en komen in beperkte mate in contact met de wereld buiten de instelling.’ Beweging is momenteel een hot item en beweegtuinten al een beproefd concept in de verpleeg- en zorgwereld. Verreck: ‘Maar daarmee heb je nog niet direct het probleem van het isolement verholpen. Wij zochten één oplossing voor beide problemen en mochten van Hans Vos twee tuinen inrichten, waaronder die van woonzorgcentrum St. Jozef.

Hans Vos: ‘We komen uit een traditie van bouwen voor doel-



Foto: Anke Wijnja

groepen. Met name ouderen die niet uit zichzelf naar buiten gaan, zijn op deze manier min of meer afgesloten van de buitenwereld. Dat geldt zeker voor dementerende ouderen, die vaak ondersteuning en een context nodig hebben om deel te kunnen nemen aan datgene wat ze nog wel kunnen en waarvan ze genieten. Zo'n gesloten wereld is niet wat wij als ZZG en ik denk ook maatschappijbreed willen. Ondertussen neemt de behoefte aan dementiezorg alleen maar toe. Bij de inrichting van de buitenruimte moeten we hier rekening mee houden.'

Die buitenwereld is in het vroegste stadium van de planvorming betrokken. Karin Verreck: 'Tijdens brainstormsessies hebben we bewoners van aanleunwoningen in de buurt, de kinderopvang, het voortgezet onderwijs en nog veel meer partijen mee laten denken over inrichting, beheer en onderhoud van de tuin. En niet te vergeten: activiteiten die in de tuin plaats kunnen vinden. Het is de bedoeling dat zij hierin zelf een actieve rol hebben.'

De seizoenen centraal

En dan het ontwerp zelf: Anke Wijnja kroop in de huid van de dementerende oudere gekropen. En wat voor mensen in de bloei van hun leven geldt, geldt ook voor dementerende bejaarden: zoveel mensen, zoveel smaken. 'De een wil met meerdere mensen op een terrasje zitten praten, de ander vindt het fijn om in z'n eentje op een bankje te zitten. Weer een ander wil met zijn handen in de aarde wroeten. Voor alledrie is ruimte in de tuin. Maar bij alle ouderen willen we bereiken dat hun zintuigen worden geprikkeld. Ik wil ze

de seizoenen laten zien, laten ruiken, laten voelen. Want als je dement bent, zegt het woord "maart" je niet zoveel. Dus planten we sneeuwklodjes, maar ook de krentenboom die in de lente prachtig in bloei staat. We kiezen voor appelbomen zodat we in het najaar appels kunnen plukken en appeltaarten bakken. En de vrouwenmantel: het blad vangt in de morgen prachtig de dauwdruppels. En natuurlijk lavendel in de zomer, daar gaat de geest van open. Ik pas ook klassieke planten toe, zoals hortensia's, lieve-vrouwebedstro en maggiplant, voor een *aha-erlebnis*. Je wilt dat ze een connectie hebben. Ik werk met fontein die geluid geven, met planten die dieren aantrekken: vogels, vlinders. Er komt een vlindertuin, maar ook een pluktuin. Ouderen kunnen bloemen plukken zoals ze vroeger als kinderen ook deden. Het resultaat? Ervaring uit eerdere projecten bij ZZG uit Engeland (zie kader 'Minder agressief') en Denemarken leert dat dementerenden die over een soortgelijke tuin beschikken, beter in hun vel zitten en minder lichamelijke klachten ontwikkelen.' Hans Vos van ZZG: 'Ons doel is de levenskwaliteit van dementerenden te vergroten.'

Het aanleggen van de tuin kost uiteraard geld, maar dat is eenmalig. De meeste kosten van een tuin zitten normaliter in het onderhoud, en juist dat onderhoud wordt samen met de buurt opgepakt, als activiteit. En de andere activiteiten? Wijnja: 'Daarvoor hebben we onder andere een multifunctioneel prieel gebouwd. Het is sowieso een mooi element in de tuin. En het is belang-

rijk dat activiteiten ook door kunnen gaan als het regent. Beschut zitten is voor ouderen heel belangrijk – maar wel in de tuin.'

Aantal dementerenden stijgt naar 500.000

Het aantal mensen met dementie in Nederland wordt geschat op 230.000. Hiervan hebben 12.000 het al op jonge leeftijd. Door de vergrijzing van de bevolking en de stijgende levensverwachting is de verwachting dat dit aantal oploopt tot ruim 500.000 in 2050. De kans dat iemand in zijn leven dementie krijgt is 20 procent. Deze cijfers zijn door Alzheimer Nederland vastgesteld op basis van een onderzoek van TNO.

(Bron: Trimbos Instituut)

MEER ONDERZOEK

Wat betekent de dementietuin voor de cliënten van verzorgingshuizen? Leidt het ertoe dat de cliënten meer buiten zijn? En zijn de onderzoeken uit Engeland en Denemarken ook toepasbaar voor Nederland? Er is nog het nodige te onderzoeken als het gaat om dementietuinen. Op hogeschool CAH Videntum in Almere richten studenten zich op een groene en duurzame toekomst. Hierbij staan natuur en gezondheid, in relatie tot verdienmodellen, in het stedelijk gebied centraal. Zij gaan aan de slag met een monitoringonderzoek om meer inzicht te krijgen in het gebruik van dementietuinen en de wensen en behoeften.

NU ALVAST MEER LEZEN?

Mooney, P. and Nicell, P.L. (1992) 'The importance of exterior environment for Alzheimer's residents: Effective care and risk management', Health Care Management Forum, vol: 5, (2), pp. 23-29.

Minder agressief

Wetenschappelijk onderzoek* wijst uit dat wanneer demente ouderen in opvanghuizen toegang hebben tot een tuin:

- zij minder vaak vallen;
- zij minder snel agressief gedrag vertonen;
- hun mentale functioneren verbetert;
- hun geheugen scherper wordt;
- zij minder doorligwonden ontwikkelen.

* Door het Dementia Services Centre van de Universiteit van Stirling in Engeland, op basis van survey onder vijf verzorgingshuizen