

Inspiratiesessies
Samen naar meer

16 november 2020

Natuur in de Zorg

WORKSHOP setting ziekenhuis
Zorg is onze natuur, natuur is onze zorg

Romy Petitjean, AZ Sint-Lucas, Brugge

Karina Abeels, Natuur en Bos



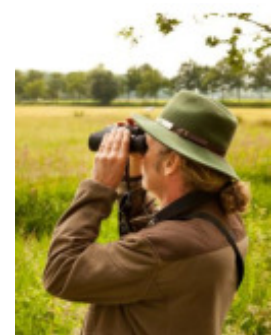
Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID

Fit in je hoofd Wandeling bracht AZ Sint Lucas, INBO & Natuur en Bos samen



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID

Context

- “Fit in je hoofd” wandeling
- Zorg is onze natuur
- Aanwezigheid van de natuur o.a. Steenbrugse Bosjes
 - ✗ uitbreidingsmogelijkheden
 - ✓ welzijn van de medewerkers, patiënten en bezoekers

“natuur@lucas”





Doelgroep

- Medewerkers
- Patiënten en bezoekers
- Buurtbewoners en omliggende organisaties



Partners

**AGENTSCHAP
NATUUR & BOS**



**INSTITUUT
NATUUR- EN
BOSONDERZOEK**



Vlaanderen
is wetenschap



Steenbrugse bossen



Assebroekse meersen

bonte specht



gewone engelwortel



rode eekhoorn

hermelijn



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID



hooibeestje



Kleine zilverreiger



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID



Campagne “Natuurlijk goed”

- Natuur en bos zet in op **natuurbeleving**
- Nu ook extra focus op positieve resultaten ikv welzijn en gezondheid
- Via campagne “Natuurlijk goed” en diverse concepten:
 - kleine wildernissen
 - snoezelbos
 - natuuroase
 - **wachtkamer in de natuur**



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID

Concept wachtkamer in de natuur

- Ziekenhuizen en zorgcentra naast natuur/bosgebieden kans bieden om:
 - **wandellussen** uit te werken
 - **gezonde boshoekjes** in te richten

Medewerkers, patiënten & bezoekers → verkwikkende pauze
→ heilzame wandeling

- Binnen: informatie geven via ziekenhuisbalie en infobord
- Buiten: specifiek infobord met wandellussen + tijdsindicatie
- Optioneel: gebruik van oproepsystemen



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID

Doel

- Natuur voor **Gezondheidswinst** via inrichting en gebruik van eigen domeinen Natuur en Bos
- Samenwerken met zorg- & gezondheid sector om nog betere groene infrastructuur te realiseren **op maat** van iedereen:

Medewerkers, patiënten, bezoekers **MEER BUITEN & DICHTER** bij de natuur en het bos brengen

De natuur en het bos **MEER BINNEN** reguliere & dagdagelijkse werking van zorginstelling brengen



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID

Realisaties

- Uitwerking van 3 wandellussen, inclusief bewegwijzering
- Creatie van extra rustbanken en stiltehoekjes
- Opmaak infoborden (4)
- Opmaak brochure
- Creatie natuurhoekje in het ziekenhuis



















Specificiteiten

- Slogan pilootproject:

Zorg is onze natuur, natuur is onze zorg

- Term “wachtkamer in de natuur” vertaald in :

-Welzijnsplekken

-Stiltehoekjes

-Rustplaatsen

buiten bos & binnen ziekenhuis



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID







Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID

Infobord



Zorg is onze natuur Natuur is onze zorg

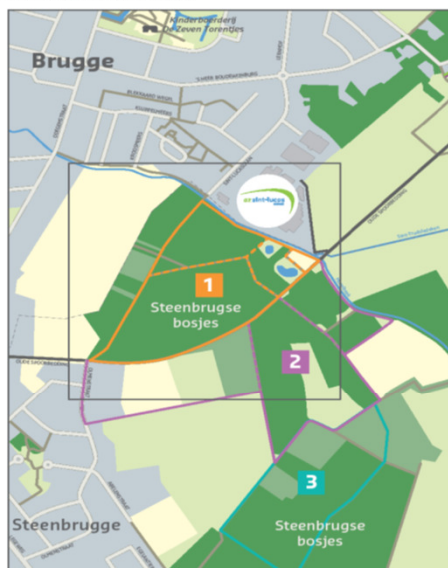
AGENTSCHAP
NATUUR & BOS

AZ Sint-Lucas Brugge wil samen met Natuur en Bos van de Vlaamse overheid meer mensen naar de natuur brengen, maar ook meer natuur naar de mensen brengen. Studies tonen aan dat de natuur een positieve invloed heeft op mensen, zowel fysiek als mentaal. De natuur helpt je om tot rust te komen, je hoofd leeg te maken en energie te tanken.

In de **Steenbrugse bosjes** zijn drie bewegwijzerde wandellussen uitgewerkt: van een korte wandeling van maximum 20 minuten tot een langere wandeling van ongeveer een uur. Verkorte lussen zijn mogelijk en met een stippelijntje op de kaart aangeduid. Langs wandellus 1 zijn er heel wat rustbanken en stiltehoekjes.

Medewerkers kunnen genieten van de natuur tijdens een pauze of samen met hun leidinggevende een functioneringsgesprek in de openlucht voeren. **Patiënten** kunnen hun wachttijd voor een consultatie in de buitenlucht doorbrengen of even van een ontvangen diagnose bekomen. Ook **bezoekers** zijn meer dan welkom om in de Steenbrugse bosjes frisse lucht op te halen.

Geniet van al dat moois!



Legende

- Bos
- Grasland
- Bebouwing en tuinen
- Water
- Gemeentegrens
- Onverharde weg
- Verharde weg
- Wandellus 1
- Uitbreiding lus 2
- Uitbreiding lus 3
- Startpunt lus 1
- Startpunt lus 2
- Rustpunt
- Wachtkamer in de natuur
- Infobord
- Gezondheidshoekje
- Helihaven



Wachtkamers in de natuur

- Ingrediënten
- >10% bewegen
- >10% ademen
- >15% rust
- >5% verse lucht
- >60% gezond
- >100% natuur als medicijn



Wandellus 1

totaalafstand
1,4 km

wandelduur
+/- 20 minuten

deels

Enkel bij gunstige weersomstandigheden is lus 1 volledig rolstoeltoegankelijk.

Wandellus 2

totaalafstand 1 + 2
2,4 km

wandelduur
+/- 35 minuten

Lussen 2 en 3 zijn uitbreidingen op wandellus 1.

Wandellus 3

totaalafstand 1 + 2 + 3
3,1 km

wandelduur
+/- 50 minuten

Voor meer info



www.stlucas.be
www.natuurenbos.be

Brochure

Zorg is onze natuur
Natuur is onze zorg



De natuur heeft een gunstige invloed op het welzijn van mensen.

Het AZ Sint-Lucas Brugge en Natuur en Bos van de Vlaamse overheid willen daarom de ziekenhuislogos *Zorg is onze natuur* omzetten in de praktijk.

Wist je dat:

- de natuur een positieve invloed heeft op mensen, zowel fysiek als mentaal?
- de natuur je helpt om tot rust te komen, je hoofd leeg te maken en energie te tanken?
- natuur ook de kwaliteit van je leefomgeving verhoogt, doordat ze zorgt voor een betere luchtkwaliteit, minder fijn stof, minder lawaaihinder en zachtere omgevingstemperaturen?
- natuur uitnodigt tot meer bewegen? Als je buiten komt, doe je bovendien nog extra vitamine D op van het zonlicht, waardoor je botten versterken en je immuunsysteem verbetert.
- frisse lucht ook helpt om onze eetlust en onze slaap te reguleren?



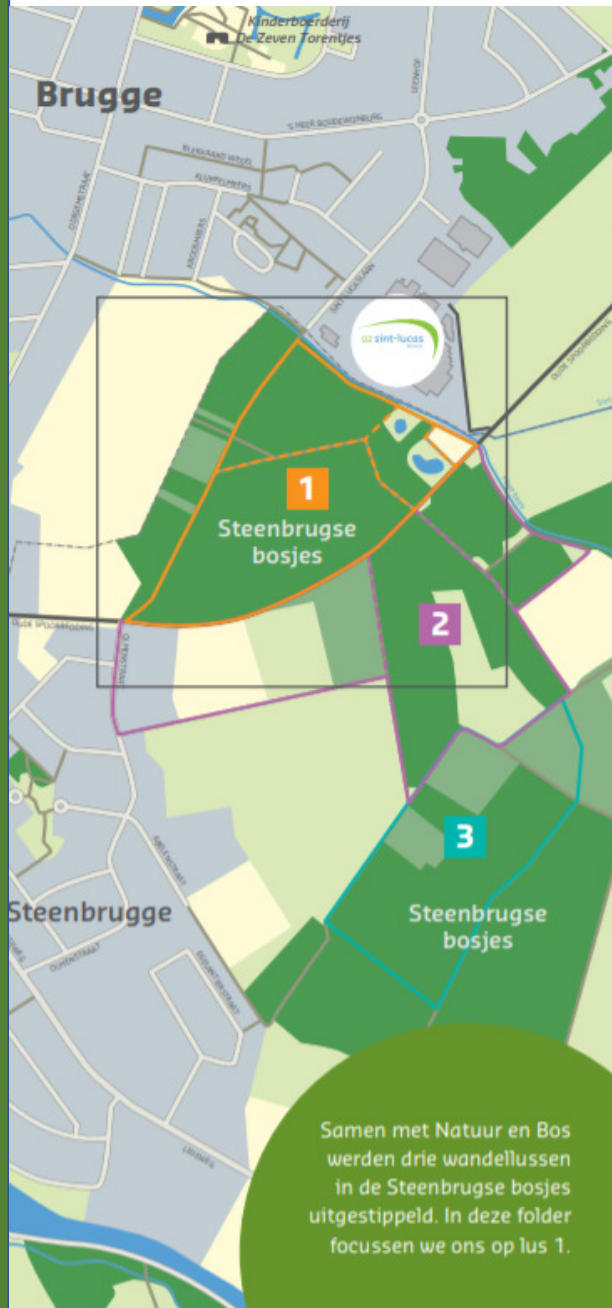
Wachtkamers in de natuur

- Ingrediënten
- > 10% bewegen
 - > 10% ademen
 - > 15% rust
 - > 5% verse lucht
 - > 60% gezond
 - > 100% natuur als medicijn



www.stlucas.be
www.natuurenbos.be

Hou de natuur gezond en neem je afval mee.
Hou het ziekenhuis proper en veeg je schoenen af bij het betreden van de gebouwen.



Samen met Natuur en Bos werden drie wandellussen in de Steenbrugse bosjes uitgestippeld. In deze folder focussen we ons op lus 1.

az sint-lucas
BRUGGE



Vlaanderen
is natuur

WELKOM IN DE
STEENBRUGSE BOSJES

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS

Brochure

Welkom in de Steenbrugse bosjes

Naast het AZ Sint-Lucas Brugge vind je de Steenbrugse bosjes. Dit gebied (50 hectare) bestaat uit een aantal kleine bosjes die verspreid liggen in de Assebroekse Meersen.

In de Steenbrugse bosjes zijn drie bewegwijzerde wandellussen uitgewerkt: van een korte wandeling van maximum 20 minuten tot een langere wandeling van ongeveer een uur. Verkortingen zijn mogelijk en met een stippellijn aangeduid op de kaart. Langs wandellus 1 zijn er heel wat rustbanken en stiltehoekjes met houtsculpturen.

Vlak naast het AZ Sint-Lucas Brugge bevindt zich een gezondheidshoekje met speeltoestellen en meer rustbanken.



100% natuur
als medicijn!



Legende

- Bos
- Grasland
- Bebouwing en tuinen
- Water
- Gemeentegrens
- Onverharde weg
- Verharde weg
- Wandellus 1
- Uitbreiding (lus 2)
- Uitbreiding (lus 3)
- Startpunt lus 1
- Start uitbreiding lus 2
- Rustpunt
- Wachtkamer in de natuur
- Infobord
- Gezondheidshoekje
- Hellhaven



OPGELET!

Enkel bij gunstige weersomstandigheden is lus 1 volledig rolstoeltoegankelijk.

Wandellus 1

totaalafstand
1,4 km

wandelduur
+/- 20 minuten



Wandellus 2

totaalafstand 1 + 2
2,4 km

wandelduur
+/- 35 minuten



Wandellus 3

totaalafstand 1 + 2 + 3
3,1 km

wandelduur
+/- 50 minuten



Signalisatie



Zorg is onze natuur
Natuur is onze zorg

Landelijk Plan Natuur & BOD



De afbeelding toont een informatiebord met twee panelen. Het linkerpaneel is getiteld 'Zorg is onze natuur, Natuur is onze zorg' en bevat een kaart van de regio met diverse zones en gebieden. Het rechterpaneel is getiteld 'DE STEENBRUGSE BOSJES' en bevat een kaart van dit specifieke gebied, vergezeld van foto's van dieren zoals een eekhoorn en een vlinder. Het informatiebord is vervaardigd uit donker hout en staat op een grasveld. In de achtergrond zijn moderne gebouwen met veel ramen te zien onder een bewolkte hemel.

DE STEENBRUGSE BOSJES

Landelijk Plan Natuur & BOD



De afbeelding toont een informatiebord met twee panelen. Het linkerpaneel is getiteld 'Zorg is onze natuur, Natuur is onze zorg' en bevat een kaart van de regio met diverse zones en gebieden. Het rechterpaneel is getiteld 'DE STEENBRUGSE BOSJES' en bevat een kaart van dit specifieke gebied, vergezeld van foto's van dieren zoals een eekhoorn en een vlinder. Het informatiebord is vervaardigd uit donker hout en staat op een grasveld. In de achtergrond zijn moderne gebouwen met veel ramen te zien onder een bewolkte hemel.

Toegankelijkheid rolstoelgebruikers



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID

Toegankelijkheid rolstoelgebruikers



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID

Extra realisatie



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID



Knelpunten

- Pilotproject werd niet onmiddellijk door alle betrokkenen omarmd
- Moeilijk effect van natuur op gezondheid aan te tonen → korte tijdsperiode pilotproject
- Tegenstrijdigheden in doelstellingen partners gelinkt aan vb specificiteit sectoren, ondernemingsplan, strenge klinische hygiëne richtlijnen, etc.



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID

Knelpunten

- Grote hoeveelheid aan bestaande recreatieve activiteiten in natuur- en bosgebieden
- Niet in alle natuur-en bosgebieden mogelijk
- → rekening houden met kwetsbaarheid en draagkracht

- Complexe interne structuur partners levert eventueel:
 - meer nood afstemming op diverse niveaus
 - vertraging verloop pilootproject
 - vereist voorzien maximaal intern draagvlak



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID

Aanbevelingen

- **Samenwerkingsovereenkomst** tussen zorginstelling en Natuur- en bos ivm formele afspraken directies
- **Overlegmomenten** en **interne infosessie** met ziekenhuis medewerkers uit diverse diensten met diverse disciplines zoals hoofdverpleegkundigen, therapeuten, preventie adviseur etc
- Effectiviteit verband tussen natuur & welzijn, gezondheid aantonen aan hand van **wetenschappelijk onderzoeken** en praktijkvoorbeelden
- **Systematisch draagvlak** creëren binnen beide partners
- Indien nodig: **vrijwilligerswerking** ikv zwerfvuil problematiek en andere overlast



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID

Aanbevelingen

- Focus op **verbindingspunten partners**
- **Vaste contactpersonen/aanspreekpunten** zorginstelling
- **Interne verspreiding** via infovergadering met kaderleden
- Brochures ter beschikking stellen aan onthaal en secretariaten → mits efficiënte communicatie
- **Communicatie** van pilootproject **uitbreiden** naar buurt en andere nabij gelegen instellingen, indien dit wenselijk en goed afgestemd is met betrokken partners



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID

Vrijwilligerswerking



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID

Project financiering

- Personeelsinzet en budgettaire impact → binnen reguliere werking betrokken partners

- Kosten **Natuur en bos:**

inrichting rustplekken, levering hout, productie houten banken, voorzien houtambachtsman, inzet lokale arbeidsploegen, aanmaak infoborden en brochures, signalisatie borden wandellussen, verbetering paden, vrijwilligerswerking etc.

- Kosten **AZ Sint Lucas:**

opmaak wandposter, lay-out communicatiemateriaaldragers, inrichting natuurhoekje in ziekenhuis, inrichting aansluiting kort pad bij helihaven ziekenhuis etc.



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID

Uitlopers pilotproject



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID

Wensboom

- initiatief organisatie Samana ism AZ Sint-Lucas ziekenhuis & Natuur en Bos
- Wensboom bestaat uit drie zomereiken vlak bij welzijnsplek in Steenbrugse bossen
- Wensen voor personen met chronische ziekte en hun mantelzorgers
- ikv “Dag van de Chronisch Zieke Mensen”
- Gestart op 11 oktober 2020 samen met “Week van het Bos”
- Actie loopt tot **1 december 2020**



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID

Volgende stappen

- **Opschalen** naar andere zorginstellingen met groene ruimte in buurt of groen op eigen terrein of nog in te richten
- **Evaluatie** van pilootproject ikv onderzoek van Instituut van Natuur- en Bosonderzoek (INBO)
- Onderzoek naar de beleving van (bio)diverse natuur rond zorginstellingen voor het welzijn van de mens en de natuur
(Ilse Simoens)
- **Aanbevelingen** INBO onderzoek toepassen in de praktijk



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID

Vragen aan deelnemers



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID

Wat neemt u mee van deze infosessie?



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID

Wat vindt u een belangrijk thema om in de toekomst nog verder te verkennen?



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID

Hoe wenst u rond dit soort thema's in toekomst nog verder informatie uit te wisselen?



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID

Wenst u betrokken te blijven bij uitwerking van fiches rond dit thema?

Gelieve dan, aub, uw emailadres achter te laten in chat. Na workshop wordt u de ontwerp-fiche doorgestuurd om aan te vullen



Vlaanderen
is natuur

AGENTSCHAP
NATUUR & BOS



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID

Heeft u nog vragen? Stuur ze dan naar:
natuuroplossing.anb@vlaanderen.be



Vlaanderen
is natuur

**AGENTSCHAP
NATUUR & BOS**



NETWERK
NATUUR & GEZONDHEID