

Villa WesterVenne Heiloo

Verlag 1e jaar Zaaigoed moes- & zintuigentuin (2018)



Vrijwilligers van stichting Zaaigoed planten sierplanten in één van de plantvakken van de Zintuigentuin.

Eind 2017 is de 'verweesde' tuin van Villa WesterVenne door een team van stichting Zaaigoed heringericht tot een zintuigentuin, met een 10 plantvakken met kruiden en bloemen, een pergola met geurende klimmers en een moestuin in verhoogde plantbakken. Maatwerk afgestemd op de cliënten van de zorgvilla, de ouderen met geheugenproblemen die deelnemen aan het dagbestedings- en DemenTalentprogramma van WesterVenne. De zintuigentuin is de voedingsbodem voor jaarrond groen- en creatieve activiteiten die stichting Zaaigoed begeleid (1 dag per week, de vrijdagen). De transformatie van de tuin en uitvoering van het activiteitenprogramma zijn mede mogelijk gemaakt door financiële bijdragen van Fonds Sluyterman van Loo, RCOAK en de Pius stichting.

De 'koude start' van het project was lastig. Een deel van de beplanting heeft de vorstperiodes niet overleefd en moest opnieuw worden aangeplant. En de medewerkers van WesterVenne namen een afwachtende en sommige zelfs een afwijzende houding aan, ook omdat de tuin er in het begin van het seizoen natuurlijk nog kaal uitzag. De toegevoegde waarde van de zintuigentuin werd niet meteen onderkend.

Om het project bij iedereen, de ouderen en begeleiders, in 'hoofd en hart' te krijgen hebben de medewerkers van stichting Zaaigoed stapje voor stapje mensen 'verleid' om actief deel te nemen, onder andere door het organiseren van een zonnebloem wedstrijd. Iedere huiskamer kreeg een bloempot met aarde en de bewoners mochten 7 zaden selecteren, planten en opkweken. De zonnebloemen werden aanmoedigend toegesproken en de grond uit gekeken. De beloning voor de hoogste zonnebloemen was een feestelijke taart, zo groot dat iedereen er van kon mee-eten / -genieten.



De zonnebloem wedstrijd wordt met alle deelnemers afgerond met een speciale zoete smaaksensatie.

'Smaaksensaties', het proeven maar ook het ervaren van kleur, geur en textuur, zijn een vast onderdeel van de aan de tuin en seizoenen gerelateerde activiteiten en oogsten. De smaaksensaties worden samen met de ouderen bereid, rondgedeeld en gegeten. Daarbij wordt aan ze gevraagd of het smaakt, wat favoriete gerechten zijn en wat ze vroeger zelf zoal maakten? De smaaksensaties bevorderen het onderlinge contact, het samen genieten en het ophalen van herinneringen en smakelijke verhalen.



Van de appeloogst worden taarten gebakken en moes gemaakt en een deel wordt gedroogd voor oma's tuiti frutti.



Het samen zaaien, opkweken, oogsten, doppen en bereiden van de bonen is zinnenprikkelend voor iedereen.

De verschillende facetten van de zintuigtuin en het activiteitenprogramma met voor ieder wat wils kwam geleidelijk aan tot volle bloei. De planten sloegen goed aan, er kwam volop leven in de brouwerij, de bezoekers kwamen steeds meer naar buiten en gingen meedoen net als de medewerkers. De stagiairs Ryandrick en Sean vonden meteen aansluiting en ontpopten zich als Zaaigoed ambassadeurs. Het werd een heerlijke, lange zomer met een prachtig, zacht najaar waarin er voor iedereen heel veel te genieten viel; jong en oud, individueel en met elkaar, actief en passief.



Een lome zomerse middag in dezintuigtuin met de al aardig volgroeide plantvakken en nog kale pergola.

We kregen extra deelnemers vanuit het fantastische project DemenTalent. Bij ons helpen iedere vrijdag dhr. Fred (voormalig tandarts) en Ton in de moes- en siertuin. Beiden heren zagen er erg tegen op om naar WesterVenne te gaan maar komen nu juist heel graag. Dhr. Sien (oud bloemist) heeft veel lol in het, samen met de vaste vrijwilligster Anda, verzorgen van de kippen en geiten van villa WesterVenne. Mw. Anneke kwam gedurende de droogte op de fiets zelfs een extra dag naar WesterVenne om de planten water te geven!



Mw. Anneke geeft de planten extra water, dhr. Fred is geconcentreerd in de weer met de courgetten in de planttafels.

Al met al waren de vrijdagen in de zomer tot ver in de herfst een feest, met veel ouderen bezig in de tuin, met allerhande oogst of ontspannen aan het genieten. Niet eventjes maar uren achtereen, met als het wat fris was een jas aan en dekentje om. Een spatje regen? Niemand zit ermee. Ook de begeleiders en stagiairs gaven te kennen dat de vrijdag door de Zaaigoed activiteiten de fijnste dag van de week was, een dag om naar uit te kijken. Eind november, toen het best al fris was, hebben we met de DemenTalenten met palen en gaas nog een dubbele compostbak gemaakt, iedereen trots!



De tuin is in lente, zomer en herfst een uitnodigende plek waar de ouderen tot rust komen en energie opdoen.

In september heeft Erika Meershoek van stichting Zaaigoed een presentatie gehouden om samen met de medewerkers van Villa WesterVenne terug en vooruit te kijken, de balans op te maken en nieuwe wensen en ideeën voor het seizoen van 2019 in beeld te brengen. Extra over het voetlicht is gebracht dat Stichting Zaaigoed er is om te helpen en het zowel voor de bezoekers (de ouderen) als de medewerkers aangenamer te maken en waar mogelijk stress en werkdruk te verlichten. En dat het groen- en activiteitenprogramma nadrukkelijk een samenspel is. Aansluitend heeft Postdoc onderzoeker Hanneke Smaling, afdeling sociale geneeskunde bij de VUmc, een presentatie gegeven over haar Namaste Familieprogramma. Iedereen vond het een heel fijne en goede bijeenkomst. Hanneke Smaling was zo enthousiast over wat stichting Zaaigoed bij WesterVenne doet en bereikt dat Erika Meershoek gevraagd is om maart 2019 een presentatie te geven op een symposium van VUmc om meer mensen (mantelzorgers, zorginstellingen etc.) vanuit de uitvoeringspraktijk te informeren en inspireren. Voor de medewerkers van WesterVenne zal op basis van de bevindingen van 2018 en 2019 een praktisch werkboek worden gemaakt zodat, ook na vertrek van het Zaaigoed-team, de weldadige werking van de zintuigtuin blijvend kan worden benut en geogst zonder dat het veel (extra) inspanning vraagt.

Zoals al gezegd is de Zaaigoed-vrijdag een dag om naar uit te zien voor de deelnemers van de dagbesteding van WesterVenne, de ouderen van DemenTalent, de medewerkers en stagiairs van Villa WesterVenne en voor het team van stichting Zaaigoed zelf. Met heel veel enthousiasme en inzet is hier naar toe gewerkt. Het project loopt nu heel goed en krijgt bekendheid waardoor er meer aanvragen vanuit DemenTalent komen om mee te helpen in de tuin. Een mooi groot artikel in de Uitkijkpost heeft hier ook aan bijgedragen (zie overdruk op volgende pagina).

We zijn er echter nog niet, de zintuigtuin moet nog tot wasdom komen en de op de tuin geënte creatieve (binnen)activiteiten voor en met de verschillende groepen ouderen moeten nog vrucht dragen. De praktische mogelijkheden zullen in 2019 worden vergroot door het bijplaatsen van een groot tuinhuis annex werkplaats op de kop van de zintuigtuin. Het wordt primair het domein van de DemenTalent-deelnemers. In het tuinhuis kunnen vroeg in het jaar planten worden voorgetrokken, kruiden en zaden wordt gedroogd en een keur van creatieve tuin gerelateerde activiteiten en werkzaamheden plaatsvinden zoals het maken van insectenhôtels en zo meer, zonder dat de dagbestedingsgroepen worden gestoord. De financiering van het tuinhuis is inmiddels rond, mede ook door een spontane gulle reactie op het voornoemde krantenartikel!



Vrijwilligers nemen anderen mee de tuin in om samen te tuinieren.

Foto: STIP Fotografie

Stichting ZaaiGoed laat ouderen opbloeien

HEILOO - 'Groen met ouderen' is een project van Stichting ZaaiGoed voor krasse ouderen en ouderen met geheugenproblemen. Stichting ZaaiGoed is begin 2018 begonnen met het aanpassen van de bestaande tuin van Zorgvilla Westervenne naar een zintuiglijke tuin, waarbij de tuin de inspiratiebron is voor de creatieve activiteiten die met de bezoekers van Westervenne worden gedaan.

Een bijzonder project waarbij ook enkele vrijwilligers via het DemenTalent-project meedoen, dat wil zeggen dat ouderen met geheugenproblemen hun passie blijven uitvoeren als vrijwilliger. Zo heeft het Zintuigtuin-project momenteel vier vaste vrijwilligers. De nieuwe zintuiglijke beplanting, uitgezocht op kleur, geur, smaak en tast (en niet te vergeten geluid, door de vele grassen die wuiven in de wind) wordt wekelijks onderhouden, aangevuld en bewonderd

door de bezoekers, medewerkers en vrijwilligers. Maar ook door insecten waaronder vele bijen! "De bijen zijn afkomstig van een imker uit de buurt. De honing is werkelijk heerlijk. Honing van 'onze Zintuigtuin,' aldus Liesbeth van Ginkel van Stichting ZaaiGoed.

Maar de tuin bestaat niet alleen uit bloemen en sierplanten. Samen met de bezoekers van Westervenne en de vrijwilligers heeft Stichting ZaaiGoed ook zaden voor groenten, fruit en kruiden beschikbaar gesteld. In kweekbakken, ook op hoogte, zodat iedere bezoeker kan deelnemen aan de activiteiten in de tuin. Na het oogsten worden deze producten gebruikt bij het koken voor de bezoekers van de zorgvilla.

Natuurlijk kunnen de bezoekers van Westervenne ook gewoon in de tuin zitten en genieten van de mooie beplanting en de bloeiende planten. De beplanting komt van kwekerij G. Meijer uit Heiloo.

Elly Zomerdijk, zorgmanager Westervenne: "De Zorgvilla is zes dagen per week open. Per week komen hier ongeveer honderd bezoekers. Op donderdagavond zijn wij ook open. Dan ontvangen wij bezoekers samen met hun mantelzorgers. Wat wij nog graag zouden willen voor in de tuin is een tuinhuis. Een eigen plek voor de bezoekers die zich veel bezighouden met de Zintuigtuin. Een tuinhuis waar ze bij slecht weer een eigen plek hebben, waar ze activiteiten kunnen voorbereiden en waar ze kunnen koken. Het tuinhuis moet daar dus geschikt voor zijn. Westervenne zoekt daar een sponsor voor."

Tevens worden er nog vrijwilligers gezocht voor het onderhoud van de Zintuigtuin. Geïnteresseerden kunnen contact opnemen met Erika Meershoek via e-mail: contact@stichtingzaaigoed.nl.

Tekst: Yvonne van Stiphout



De zintuigen is er in mooi oud Hollands in meerdere opzichten "om den schoonheid en den nutte".

Dat de zintuigtuin en de daaraan gerelateerde door stichting ZaaiGoed gefaciliteerde groen- creatieve activiteiten niet enkel het verschil maken voor de bezoekers, medewerkers, stagiairs en vrijwilligers van Westervenne blijkt uit de reacties die wij ontvangen van de partners / mantelzorgers. We sluiten graag af met de aanprijzing die we ontvangen hebben van mevrouw Agaath Tissing, de echtgenote van Fred, één van de DemenTalent deelnemers.

"Vorige jaar is de diagnose Alzheimer gesteld bij mijn man. Veel van wat hij kon is vervlogen door de Alzheimer maar wat hij nog wel kan is werken in de tuin. Dit voorjaar kregen we een enorme kans om mijn man te laten deelnemen in de tuin van Villa Westervenne en dit onder de werkelijk bezielende begeleiding van de mensen van de Stichting ZaaiGoed!!! Wat een toepasselijke naam, want dat doen ze; iets goeds!, zaaien voor mensen die dementerende zijn.... en hun partners. Mijn man gaat nu elke vrijdag naar de tuin en met heel veel plezier. Hij komt opgewekt thuis en beweert dat hij weer naar 'de zaak' is geweest; de moestuin! Ik heb dan even de handen vrij om wat zaken te doen die om aandacht vragen. Ik ben zo dankbaar dat deze oplossing er voor hem is maar ook voor mij.

De mensen in Villa Westervenne genieten van de tuin met haar bloemen, vlinders etc. Daarnaast worden er ook groenten verbouwd die dan weer geogst en gebruikt worden voor de maaltijden. Hoe mooi is dat?

Kortom het werken van mijn man in de tuin met hulp van Stichting ZaaiGoed en de geweldige begeleiding hierin is ronduit een zegen voor ons allebei."

Agaath Tissing-van der Ziel