

# Programma voor Groene Zorg

INTERIMRAPPORT 2025

Samenvatting van de kwalitatieve interviews

Laurène Thil (HIVA KU Leuven) en Dries  
Van Herreweghe (HIVA KU Leuven)



**KU LEUVEN**

**HIVA**

ONDERZOEKSINSTITUUT VOOR  
ARBEID EN SAMENLEVING



*Gepubliceerd door*  
KU Leuven  
HIVA - ONDERZOEKSINSTITUUT VOOR ARBEID EN SAMENLEVING  
Parkstraat 47 bus 5300, 3000 LEUVEN, België  
hiva@kuleuven.be  
<http://hiva.kuleuven.be>

© 2025 HIVA-KU Leuven

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvuldigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.



# Inleiding

## Context en doelstellingen

De zorgboerderijen of *l'agriculture sociale* in Wallonië omvat een reeks uiteenlopende activiteiten die variëren naargelang de individuele trajecten die de deelnemers worden aangeboden. Deze richten zich tot een breed publiek in België en kunnen verschillen naargelang de regio en de doelstellingen van de begeleidende structuren die de opvang organiseren, gaande van: personen met een handicap, cliënten van psychiatrische instellingen, jongeren in schooluitval, personen binnen de jeugdhulp, enzovoort.

Deze projecten zijn in de eerste plaats bedoeld voor mensen in begeleidingstrajecten of gezondheidszorg, hoewel bepaalde boerderijen ook een breder publiek verwelkomen. In alle gevallen gaat het erom activiteiten op landbouwbedrijven aan te bieden en de deelnemers daarbij te begeleiden. Het doel is hen opnieuw in contact te brengen met werk, natuur (dieren, planten) en menselijke relaties.

De deelname aan de werkzaamheden op de boerderij is een constant element: het gaat niet om het louter bezoeken, maar om een daadwerkelijke betrokkenheid bij het dagelijkse leven op de boerderij. Landbouwactiviteiten bieden hierbij een therapeutische waarde, maar het hoofddoel ligt in de herverbinding met zichzelf, anderen en met de natuur. Het ontbreken van een formele opleidings- of therapeutische vereiste maakt het mogelijk de persoon in te bedden in een reële leefomgeving en alledaagse activiteiten.

De dimensie van “groene zorg” binnen de zorgboerderijen wordt zichtbaar wanneer men het geheel van het systeem in beschouwing neemt van de eventuele doorverwijzer tot de boerderij met inbegrip van de sociale of gezondheidsinstelling die de deelnemer begeleidt en de landbouwer die opvangt.

De aangeboden activiteiten variëren afhankelijk van het type boerderij, de seizoenen en de mogelijkheden van de deelnemers. Ze kunnen onder meer bestaan uit hulp in de moestuin, verzorging van dieren, onderhoud van landbouwgronden, leren omgaan met gereedschap en teelttechnieken, enzovoort. Deze activiteiten blijken verschillende voordelen te bieden: het herstellen van een routine en werkritme, het versterken van sociale banden met landbouwers en andere deelnemers, het gevoel nuttig te zijn, en de mogelijkheid om tot rust te komen door opnieuw in contact te komen met de natuur en in de buitenlucht te werken.

Het project “Groene Zorg – Soins verts”, opgestart door de Stichting Terre de Vie, heeft tot doel het potentieel van zorgboerderijen om het welzijn van mensen die arbeidsongeschikt zijn wegens psychische gezondheidsproblemen, in het bijzonder door burn-out en/of depressie, te beoordelen en kwantificeren.

Dit programma onderscheidt zich van bestaande praktijken op twee belangrijke punten:

1. Het richt zich op een publiek dat tot nu toe weinig vertegenwoordigd is binnen de zorgboerderijen, namelijk mensen die arbeidsongeschikt zijn om psychologische redenen.
2. Het stelt voor dat deelname aan deze boerderijen plaatsvindt op medische voorschrijving, geïntegreerd in het zorgaanbod.

Het project steunt op drie pijlers:

- Een pilootproject, in de vorm van een experimentele regeling genaamd *Groene Landbouwzorg*. Dit bouwt voort op bestaande structuren van zorgboerderijen en beoogt een specifiek

protocol te ontwikkelen voor personen die arbeidsongeschikt zijn ten gevolge van een burn-out. Deze personen worden op boerderijen opgevangen, onder toezicht van een arts, zodat zij een herstelproces kunnen aanvangen in contact met de natuur.

- Een impactmeting, bedoeld om de effecten van deze vorm van groene landbouwzorg te evalueren en te kwantificeren.
- Een communicatie- en sensibiliseringsinitiatief, dat tot doel heeft de aandacht van de autoriteiten te vestigen op het potentieel van dergelijke programma's. Deze benadering wil een dialoog stimuleren tussen verschillende belanghebbenden, beleidsmakers, federale instellingen, universiteiten en artsen, om de erkenning en zichtbaarheid van het model van groene zorg te vergroten.

Het HIVA-onderzoeksteam is verantwoordelijk voor de impactmeting, via de verzameling van kwalitatieve en kwantitatieve gegevens, evenals via focusgroepen.

Dit document presenteert de resultaten van de zes kwalitatieve interviews die in 2025 werden uitgevoerd in het kader van deze impactstudie. Een aanvullend document zal begin december 2025 worden bezorgd met een samenvatting van de besprekingen van de Franstalige focusgroep die gepland staat op 19 november 2025.

Het eindrapport van deze impactstudie is gepland voor eind 2026. Dit rapport zal een synthese bieden van de resultaten die sinds 2023 zijn verzameld, aangevuld met de analyses van de twee geplande focusgroepen (Franstalig en Nederlandstalig) in 2026, evenals met de kwantitatieve gegevens verzameld tussen 2024 en 2026.

### **Kwalitatieve interviews afgenomen in 2025**

Dit rapport geeft een samenvatting van de zes kwalitatieve interviews die in 2025 zijn uitgevoerd, zowel in Vlaanderen als in Wallonië. Deze gesprekken, die gemiddeld ongeveer een uur duurden, werden online of face-to-face afgenomen. Het ging om semi-gestructureerde interviews, gebaseerd op een vragenlijst opgesteld door de onderzoekers, wat zowel systematische vergelijking van de getuigenissen als vrije verdieping van bepaalde thema's mogelijk maakte.

De profielen van de geïnterviewde personen werden gekozen om de diversiteit van de betrokken actoren binnen het programma te weerspiegelen. De steekproef omvatte vier vrouwelijke deelnemers aan het programma, één huisarts en één medewerker van een intermediaire organisatie.

Het is belangrijk te benadrukken dat de samenvatting van deze interviews geenszins statistisch representatief is voor alle meningen van de belanghebbenden binnen het programma *Groene Zorg*. Er bestaat een duidelijke selectiebias: deelnemers met een negatieve ervaring hebben het programma vermoedelijk verlaten vóór de interviews plaatsvonden, waardoor hun stem hier niet werd opgenomen.

De geïnterviewden werden gecontacteerd via de e-mailadressen die zij hadden opgegeven in het online kwantitatieve vragenformulier, of via contacten binnen het netwerk van het programma Groene Zorg. Meer specifiek werden de contactgegevens van de vertegenwoordiger van de intermediaire structuur, de huisarts en één deelnemer verkregen via actieve leden van het programma.

Hoewel deze verzameling getuigenissen geen statistische waarde heeft, levert ze reeds waardevolle kwalitatieve inzichten op: alle geïnterviewden uiten een overwegend positieve waardering voor het programma en voor het welzijn van de deelnemers.

Deze eerste bevindingen zullen in 2026 worden aangevuld met de kwalitatieve analyse van het online vragenformulier, waarin de deelnemers hun ervaren welzijn en hun evaluatie van het programma op regelmatige tijdstippen, ongeveer om de twee maanden, gedurende een langere periode zullen hebben gedeeld.

# 1 | Deelnemer 1

## **Een zoektocht naar vernieuwing en herbronning**

De beslissing om aan een programma voor groene zorg deel te nemen is geboren uit een gevoel van diepe uitputting. Na een periode van burn-out beschrijft de deelnemer een gevoel van verstikking in haar werkomgeving: een open space op een achttiende verdieping van een gebouw in het centrum van Brussel, zonder opening naar buiten noch mogelijkheid om zich opnieuw te verbinden met de natuur. “Er was geen groen vlakbij [...], dat miste ik enorm,” vertrouwt zij toe. Het eenvoudige feit geen raam te kunnen openen of geen stukje gras te vinden droeg bij tot haar gevoel van opgesloten te zijn.

Het is in deze context dat haar huisarts, hoewel nog maar gedeeltelijk op de hoogte van het systeem, haar een folder overhandigt getiteld “Ga naar het groen”. Dit document presenteert een zorgprogramma in de natuur, gebaseerd op opvang op de boerderij. Dit bood een onverwachte opening: “Die folder kwam op het juiste moment. Ik verwachtte er niets van, maar hij bood me een nooduitgang.” Het programma stelde haar een alternatief voor het passieve rusten voor: niet thuis blijven in de hoop zich beter te voelen, maar naar buiten gaan, bewegen, handelen, in een natuurlijke omgeving.

## **Een veilige omgeving**

Elke woensdag voegt de deelnemer zich bij een partnerboerderij, waar zij wordt opgenomen in een groep van andere personen in een kwetsbare situatie. Deze groep is samengesteld uit volwassenen met burn-out, maar ook uit jongeren afkomstig uit tehuizen of personen die lijden aan psychiatrische stoornissen. De heterogeniteit, aanvankelijk een bron van ongerustheid, wordt door de deelnemer als een kracht ervaren, op voorwaarde dat de opvang goed wordt begeleid: “Wat mij geruststelde, is dat ik aankwam met twee andere vrouwen die zich in een situatie bevonden die dicht bij de mijne lag. We hebben elkaar meteen begrepen.”

De dag wordt in twee delen georganiseerd: de ochtend is gewijd aan landbouwwerk ter ondersteuning van de boer (oogsten, voorbereiding voor de verkoop, onderhoud van de gewassen), en de namiddag aan een collectief perceel beheerd door de deelnemers. Iedereen draagt bij op zijn eigen tempo. De rol van die sociaal begeleidster die continu aanwezig is, wordt als doorslaggevend gezien door de deelnemer: “Zij is super vriendelijk, super gastvrij [...]. Zij heeft mij echt zin gegeven om te komen.” Dit klimaat van respect en soepelheid is voor haar fundamenteel: “Als er ook maar de minste druk of een beschuldigende opmerking was geweest, zou ik meteen vertrokken zijn.”

## **Het belang van het fysieke en de natuur**

Een aspect dat, in de ervaring van de deelnemer, de activiteiten op de zorgboerderij onderscheidt van andere vormen van begeleiding, is het in beweging brengen van het lichaam. Zo geeft de deelnemer, gewend aan zittend werk, aan dat ze eenvoudige maar in haar optiek krachtige bewegingen herontdekt. Wieden, planten, oogsten: activiteiten die haar in staat stellen uit de mentale verlamming te komen waarin zij opgesloten zat. “Thuis blijven, je trappelt ter plaatse, je stapelt nervositeit op. Hier is het een fysieke vermoeidheid die goed doet.”

Zij benadrukt de symbolische lading van het werken met de aarde: “Wanneer je onkruid verwijdert, heb je de indruk dat je alle kleine problemen van je leven verwijdert.” De deelnemer geeft aan dat deze gebaren voor haar tegelijk repetitief en nuttig zijn, ze omschrijft dat ze voor haar een meditatie-effect hebben zonder dat het wordt opgelegd. Ze benadrukt daarnaast ook de rol en het nut van inspanning: “Wat ik deed had zin, had nut. In tegenstelling tot oefeningen in mindfulness in een zaal, waarbij ik niets voelde, is hier het resultaat zichtbaar.”

Daarnaast leert ze ook landbouwtechnieken die ze eerder niet kende: “Ik begrijp nu waarom mijn tomatenplanten thuis het niet deden. Er is een hele kennis die je ontdekt door het te doen.”

### **Een vertrekpunt voor wederopbouw**

De regelmaat van deze wekelijkse activiteit, de verankering in de werkelijkheid en het groepsgevoel zijn voor haar essentiële factoren geweest in haar geleidelijke herstel. In retrospect geeft ze aan dat ze voor haar deelname aan het programma leefde zij in een soort leegte: “Ik was gestopt met werken, maar mijn dagelijks leven was niet veranderd. Ik zat nog steeds opgesloten thuis, zonder vooruitzichten.” Het werk op de boerderij markeert een breuk in deze cyclus van isolement.

Heel snel merkte ze een hernieuwde energie en onderneemt stappen om zich voor te bereiden op haar professionele re-integratie. “Het is echt op dat moment dat ik weer begon op te staan, ook moreel.” Ze neemt contact op met haar collega’s, vraagt een afspraak bij de bedrijfsarts en dringt er vooral op aan haar woensdagen op de boerderij te kunnen behouden: “Ik heb gevraagd om een deeltijdse hervatting om hier te kunnen blijven komen. Het is voor mij een pijler geworden.”

Ze geeft aan dat de activiteit haar in staat heeft gesteld haar prioriteiten te herzien: “Vroeger werkte ik zonder pauze, ik zat aan mijn bureau. Vandaag weet ik dat ik tijd nodig heb om buiten te zijn, om te ademen, om te stoppen.”

### **Een therapie gebaseerd op lichamelijke en zintuiglijke ervaring**

De deelnemer maakt een duidelijk onderscheid tussen deze benadering en de meer traditionele methoden van psychologische begeleiding. Ze vertelt met een zekere ironie over haar vroegere ervaringen: “Therapieën waarin men over zichzelf praat, ik geloofde er niet meer in. Ik had behoefte om mijn gedachten te verzetten.” Wat betreft de geleide meditatie: “Een kers in volle bewustzijn eten, dat heeft mij nooit aangesproken.”

Wat hier volgens haar werkt, is de verankering in het reële. Het feit dat men handelt en een plant ziet groeien, dat men een kist met groenten vult, geeft voor haar terug een gevoel van bekwaamheid: “Je ziet de dingen groeien, je ziet dat ze werken... je beseft dat de wereld blijft draaien.” Dit helpt haar om haar plaats in het levende terug te vinden en om uit de abstractie te komen waarin de burn-out haar had opgesloten.

Voor haar is het niet enkel een ontspannende activiteit, maar een vorm van lichamelijke therapie die actief en verankerd is in het dagelijks leven: “Het is geen symbolische zorg, het is een belichaamde zorg. En dat is wat het verschil maakt.”

### **Pleidooi voor erkenning**

Gezien haar overtuiging van de positieve impact van het programma, stelt de deelnemer zich vragen over de bestendigheid ervan: “Het is jammer dat de subsidies niet duurzaam zijn. Dit programma heeft echt een impact op de terugkeer naar werk.” Zij pleit voor een betere institutionele erkenning van deze alternatieve benaderingen, die in haar ogen de medische zorg niet vervangen maar wel doeltreffend aanvullen.

Ze benadrukt ook mogelijke voordelen die zij ziet die de landbouwers uit dit partnerschap kunnen halen: “Hij is de hele week alleen, en plots heeft hij twaalf mensen die hem helpen aardappelen te sorteren of de planten vast te binden. Dat is enorm.” Het programma steunt in haar ogen op een win-winmodel: het ondersteunt de geestelijke gezondheid van de deelnemers en versterkt tegelijk de lokale boerderijen.

Ten slotte nodigt zij uit om dit soort initiatief uit te breiden naar andere boerderijen, de activiteiten te diversifiëren (ook met dieren), en de administratieve procedures te vereenvoudigen zodat meer mensen ervan kunnen profiteren: “Het moet gemakkelijk zijn om er toegang toe te krijgen. Men zou niet moeten moeten verantwoorden waarom men behoefte heeft aan een frisse neus.”

## 2 | Deelnemer 2

De beslissing om een programma voor groene zorg te integreren is niet onbelangrijk: ze ontstaat uit een behoefte om opnieuw aansluiting te vinden bij een menselijker ritme en een rustgevende omgeving. Voor deze deelnemer was het een eenvoudig flyer die als trigger fungeerde. “Mijn man, die huisarts is, kwam terug met een klein foldertje. Hij zei tegen mij: ‘Kijk, dat zou je kunnen interesseren.’” Voor deze deelnemer was de folder een eerste opstap richting een concreet engagement: ze getuigt van een gemakkelijke inschrijving, een snel contact met de organiserende vereniging en een eerste dag op de boerderij.

Deze terugkeer naar het land kadert voor haar in een persoonlijke behoefte om te bewegen, om uit de fysieke en mentale opsluiting te komen. “Ik had zin om een beetje te bewegen, om buiten te zijn, om mij in te spannen.” De natuur wordt hier gezien als een therapeutische ruimte: de deelnemer geeft aan dat het landschap niet louter een decor is binnen de werking, maar een actieve bondgenoot in het herwinnen van vertrouwen en het opnieuw in beweging brengen van het lichaam.

### **Een collectief en soepel kader**

Het onthaal gebeurt één keer per week, op een boerderij die focust op handmatige groenteteelt. De deelnemers, die in groep worden opgevangen, worden ingezet op de boerderij om uiteenlopende redenen: burn-out, lichte cognitieve stoornissen of regulier vrijwilligerswerk. Naar het aanvoelen van de deelnemer verstoort deze diversiteit het evenwicht van de groep niet, het wordt als een meerwaarde ervaren. “Er waren patiënten met burn-out, anderen met een verstandelijke beperking en ook vrijwilligers.” Een gemengd gezelschap dat in dit geval geen probleem vormt, mede dankzij een individuele aanpassingsmogelijkheid: “Als je wilde uitrusten, kon dat. Als je wilde praten, praatte je. Anders bleef je in je eigen bubbel.”

De dag begint met lichte gymnastiekoefeningen, gevolgd door een bespreking van de taken van de dag. Iedereen kiest wat hij of zij wil doen, volgens eigen mogelijkheden en wensen: de bedden van de gewassen voorbereiden, wieden, planten... De begeleiding is vriendelijk en laat een relatieve mate

van autonomie toe. “De eerste keer ben ik een halve dag gebleven, daarna wat langer. Ze organiseren een maaltijd met de producten van de boerderij, dat was heel gezellig.”

### **Houvast en structuur**

Het hernemen van een ritme, zelfs bescheiden, brengt in de ogen van de deelnemer een waardevolle vorm van structuur. “Het brengt weer wat structuur in de dagen, in de week. Op maandag heb ik de tuinlessen, op dinsdag de kwekerij... Het is geen werk, maar het voorkomt dat je op de sofa blijft zitten.” Na zes of zeven maanden van stilstand speelt deze zachte hervatting van activiteiten, gecombineerd met menselijk contact en het leren van nieuwe vaardigheden, een belangrijke rol in het behoud van het psychologisch evenwicht: “Het heeft me geholpen om de moed erin te houden, om niet weg te zakken in een verstikkende routine.”

Het gesprek biedt inzicht in de voordelen van deze activiteiten: ze vullen de tijd, brengen structuur, geven dynamiek zonder te dwingen. En vooral, ze bieden mensen een logica van nuttig te kunnen bijdragen. “Het is rustig, je leert dingen, en bovendien zie je het resultaat: je hebt geplant, je hebt geoogst. Het is bevredigend.”

### **Een zorg verankerd in het reële, verschillend van klassieke benaderingen**

In vergelijking met meer conventionele therapieën, die gericht zijn op praten of het nemen van medicijnen, steunt groene zorg op verankering in actie en in de natuur. Deze deelnemer formuleert het als volgt: “Het contact met de natuur is heel rustgevend. En dan het feit weer een fysieke activiteit te hervatten, dat is aangenaam, je krijgt weer wat energie.” Dit type zorg staat voor haar niet haaks op psychologische of medische begeleiding, maar vult deze voor haar op tastbare wijze aan: “Het voorkomt dat je thuis in cirkels blijft draaien.”

Voor haar ligt het het verschil in de lichamelijke betrokkenheid en de directheid van de resultaten: je plant, je oogst, je kookt. Het lichaam wordt gemobiliseerd en de geest komt tot rust. Een andere manier om in de wereld te staan, zonder de passiviteit die soms wordt ervaren bij meer introspectieve therapieën.

### **Een zachte overgang naar re-integratie**

Hoewel het programma niet rechtstreeks invloed heeft gehad op haar professionele re-integratie, deze was ook verbonden met specifieke medische beperkingen, met name gerelateerd aan het werken achter een scherm, heeft het in haar optiek toch bijgedragen aan het behouden van een dynamiek van activiteit, essentieel in de overgangsfase. Ze legt uit: “Ik hervat begin juli, voor 30%. Ik denk dat ik deeltijds werken vroeger nooit zou hebben overwogen. Nu is het een evidentie geworden.”

Deze keuze om te vertragen, om het persoonlijke en professionele leven beter in balans te brengen, gaat gepaard met een verlangen om activiteiten dicht bij de natuur te blijven doen, zelfs naast de terugkeer naar het werk. “Ik zou dit soort activiteiten graag willen blijven doen in mijn vrije tijd.”

Naast het welzijn heeft de ervaring op de boerderij concrete sporen voor haar nagelaten: vaardigheden, nieuwe gewoonten, veranderingen in de kijk op de landbouw. “Dit jaar heb ik een mooie moestuin thuis. Niet te veel slakken. En ik heb geleerd hoe ik bomen moet enten.” De band met de aarde is in haar optiek veranderd in vaardigheid en autonomie.

Zo vermeldt ze ook een verandering in haar kijk op consumptie: “Nu heb ik geleerd om het loof van bieten te koken. Vroeger gooide ik het meteen op de composthoop.” Het besef van het werk dat achter elke groente schuilgaat, werkt door in de dagelijkse handelingen, tot aan het toegenomen

respect voor het werk van de tuinders: “Zij werken hard voor een schamel inkomen. Hun sociale inzet zou beter erkend en gesubsidieerd moeten worden.”

### **Beperkingen en pleidooi voor toegankelijkheid**

Ondanks de voordelen worden bepaalde praktische beperkingen genoemd. “Het was niet altijd gemakkelijk om er te geraken. Je moet de auto nemen, en wanneer je weinig energie hebt, is dat snel een belemmering.” Hieruit komt bij haar het idee naar voor om meer locaties over het grondgebied te verdelen, om de logistieke beperkingen te verlichten.

Ten slotte pleit zij voor een bredere verspreiding van het programma: “Het zou bekender moeten zijn. Het helpt echt om het moreel hoog te houden. En niet alleen voor mensen met een burn-out. Ik heb gezien dat het iedereen goed deed.” Voor haar verdient deze vorm van zorgboerderijen, die zowel de zorg voor mensen als de zorg voor het land waardeert, om te worden geïntegreerd in het openbare beleid voor gezondheid en sociale integratie.

## **3 | Deelnemer 3**

De zorggast is sinds ongeveer zes maanden actief op een zorgboerderij met een focus op akkerbouw. Het engagement bedraagt momenteel een halve dag per week onder een vrijwilligersstatuut, met een maximum van twee halve dagen per week. Er bestaat evenwel de mogelijkheid om dit op termijn uit te breiden via een ander type contract.

Niet onbelangrijk is het feit dat de intermediaire organisatie ook bijkomende opties, zoals loopbaancoaching voorziet. De zorggast geeft aan dat dit momenteel voor haar nog te vroeg is, haar huidige traject is in hoofdzaak gericht op recuperatie, rust en het heropbouwen van structuur. Echter biedt dit wel enig perspectief richting een traject dat concreter toewerkt richting reïntegratie op de arbeidsmarkt.

### **Start en eerste ervaringen**

De zorggast geeft aan dat ze reeds op de hoogte was van het concept en het bestaan van de zorgboerderij. Ze werd niet bereikt via promotie of andere informatiecampagnes maar wist toevallig en vooraf al van het bestaan van de boerderij.

Verder bleken ook een aantal van de andere hulpverleners in haar algemene traject op de hoogte van het bestaan van het concept zorgboerderij, in haar geval is het echter niet zo dat zij in aanraking is gekomen met groene zorg na een doorverwijzing.

Voor de effectieve opstart heeft zij een gesprek gehad met een intermediaire organisatie. Daar werd een inleiding gegeven die als voldoende werd ervaren, als er nog vragen waren had ze de indruk dat die zeker gesteld konden worden. Ook werd er daar duidelijk gemaakt wat de visie is op het traject en de begeleiding binnen de zorgboerderij. Het wordt duidelijk gemaakt wat kan verwacht worden van het werken op de zorgboerderij en wat er niet van kan verwacht worden (bijvoorbeeld het feit dat het niet als een vervanging van andere vormen van begeleiding kan gezien worden).

In zijn totaal werd de stap richting opstart op de zorgboerderij door de zorggast als uitdagend ervaren gezien haar context en ging deze ook wel gepaard met de nodige onzekerheid. Desalniettemin

kijkt de zorggast ook hier tevreden op terug zonder uitgesproken bemerkingen over hoe het vlotter of beter had kunnen verlopen.

### **Samenwerking en begeleiding**

De profielen op de zorgboerderij zijn heel divers. Zo zijn er mensen met een andere of zelfs geen achterliggende problematiek actief op de boerderij. Ook binnen de groep personen met een burn-out bestaan verschillen en zijn er mensen met een grotere en kleinere afstand tot de arbeidsmarkt. Velen van hen hebben verschillende nuances in hun begeleiding nodig wat vanuit de optiek van de zorggast de taak van de zorgboerin behoorlijk complex kan maken.

Allen worden centraal aangestuurd door de zorgboerin die instructies uitdeelt aan de gasten. Deze instructies zijn naar de ervaring van de zorggast steeds duidelijk en ze heeft het gevoel dat die voldoende zijn voor wat er van haar verwacht wordt. Moest er meer uitleg nodig zijn, heeft ze het gevoel dat ze zonder problemen meer informatie kan vragen. Er wordt in zijn totaliteit veel vertrouwen en vrijheid gegeven aan de zorggasten en het is uiteindelijk de bedoeling dat zij (en mensen met een gelijkaardig profiel) zoveel mogelijk zelfstandig werken, hetgeen positief ervaren wordt.

De samenwerking op de boerderij kent verschillende vormen: soms wordt in kleine teams gewerkt, soms individueel. Een vast onderdeel is de koffiepauze halverwege de werkdag, die door de zorggast als belangrijk wordt beschouwd. De zorgboerin tracht hier zoveel mogelijk bij aanwezig te zijn maar dit is niet steeds mogelijk. Desalniettemin biedt het een belangrijk moment van sociaal contact voor de zorggast in kwestie.

De activiteiten zijn divers, gaat van onkruid wieden, licht constructiewerk en een breed gamma aan andere taken die nodig zijn om een akker te onderhouden. Haar huidig takenpakket gaat niet breder dan dat, er komen bijvoorbeeld geen taken rond verkoop of onthaal van mensen bij kijken. Wel is er in de ogen van de zorggast een grote mate van diversiteit in de taken, aangezien ze sterk kunnen variëren naargelang het seizoen.

Binnen haar bredere traject (dat ook loopt bij andere hulp- en dienstverleners) is het niet zo dat er structureel samen wordt gewerkt tussen de verschillende actoren, deze werken veelal naast elkaar. Dit is iets waar de zorggast mogelijks nog groeimogelijkheden ziet: het beter integreren van de verschillende hulp- en dienstverlening (inclusief de zorgboerderij) in een meer geïntegreerd traject.

### **Gepercipieerde meerwaarde**

In haar ervaring zijn verschillende aspecten binnen de activiteiten op de zorgboerderij positief, hieronder worden ze opgedeeld en kort besproken:

Een eerste positief punt dat ze aanhaalt is de laagdrempeligheid, waarbij de druk op de individuele zorggast steeds beperkt blijft en er een hoge mate van flexibiliteit is om de inhoud en structuur van het werk aan te passen aan de noden van het moment. Dit is voor haar belangrijk omdat haar draagkracht fluctueert doorheen de tijd en soms onvoorspelbaar kan zijn. Niet alleen is er de mogelijkheid om eventueel een week over te slaan indien nodig, ook kunnen de taken afgestemd worden naargelang wat nodig en mogelijk is voor haar. In de ogen van de zorggast wordt op die manier een veilige werkomgeving gecreëerd die essentieel is in haar herstel.

Aansluitend is voor haar het creëren en opbouwen van structuur op zich ook een belangrijke bijdrage aan haar algemene traject. Zij beschouwt dit als waardevol naar zichzelf toe, omdat ze daarmee het gevoel heeft dat ze belangrijke eerste stappen zet in verdere groei. De structuur binnen de context van zorgboerderij zorgt er bovendien voor haar voor dat ze uit het huis komt en meer kan loskomen van de context van ziekte. Een ander aspect dat aan bod komt is de voldoening die ze haalt uit haar bijdrage aan het veld. Enerzijds is dit het intrinsieke gevoel dat ze een meerwaarde kan bieden binnen de werking van de zorgboerderij. Anderzijds kan dit ook extern zijn indien ze een blijk van waardering ervaart vanuit de zorgboerin of andere zorggasten. Het natuuraspect is voor haar een

ander positief element. Waarbij ze het gevoel heeft dat het contact met de natuur, in haar geval het veld, een positieve impact heeft op haar welzijn. Het momentane aspect is in haar ogen ook belangrijk dat eveneens direct gekoppeld is aan het met de handen werken. Het biedt de mogelijkheid om enkel op het nu te concentreren en het hoofd op die manier wat leeg te maken.

Tot slot is een ander positief aspect het sociaal contact. Ze geeft aan dat het niet belangrijk voor haar is om vrienden te maken op de boerderij, maar heeft wel het gevoel dat de omgeving en het contact met mensen in gelijkaardige situaties positief is voor haar. Ze herkent zichzelf in de verhalen van andere zorggasten en haalt daar ook kracht en energie uit. Dit omdat ze in contact komt met mensen in een gelijkaardige situatie die met dezelfde problemen worstelen. Belangrijk is dat het voor haar vooral de combinatie van al deze aspecten is die zij zelf als het meest positief beschouwd. Het samengaan van het natuuraspect, het sociale, het type werk, het opbouwen van structuur, de laagdrempeligheid en het gevoel bij te dragen tot een groter geheel is net heel belangrijk voor haar.

### **Knelpunten**

Lastigere aspecten zijn voor haar het seizoensgebonden karakter van de activiteiten, waarbij er periodes per jaar zijn waarbij de opgebouwde structuur en context tijdelijk wegvalt.

Een ander aspect is vermoeidheid. Dit is voor haar soms een moeilijke balanceeroefening om energie te gebruiken terwijl ze weet dat ze er ook energie voor terug krijgt. Belangrijk hierbij is dat er hier wel rekening mee gehouden wordt binnen het werk op de zorgboerderij. Zo is er steeds de mogelijkheid om lichter werk te vragen indien nodig, iets dat de zorggast zeker als een pluspunt ervaart en bijdraagt aan het gevoel van de veilige werkomgeving.

### **Algemeen**

De zorggast ziet de formule van de zorgboerderij in zijn essentie als een win-winsituatie voor de betrokken actoren. Zowel voor de zorggast die laagdrempelig in een veilige omgeving stappen kan zetten in een niet noodzakelijk geconcretiseerde richting. Maar ook voor de zorgboer(in) die mensen kan helpen en ook helpers heeft op zijn/haar boerderij.

## **4 | Deelnemer 4**

### **Situatie van de deelnemster, de boerderij en het traject**

De zorggast is ongeveer een half jaar actief op de zorgboerderij waarbij zij gradueel is opgebouwd van een halve dag werk per week naar een volledige dag. Naar haar aanvoelen is dit momenteel zeker voldoende.

De activiteiten op de boerderij zijn vooral gericht op het oogsten van bessen en bloemen, waarbij ze participeert in alle taken die voor haar haalbaar zijn. Dit gaat van zaaien, jonge planten in de grond steken, onkruid wieden, palen plaatsen voor omheiningen. Het gaat enkel om uitvoerend manueel werk want er is geen winkel of andere manier van verkopen op de boerderij.

Binnen de boerderij werken ze met zogenaamde Meewerk-abonnementen, dit alles binnen het kader van CSA. Er is hierbij keuze tussen verschillende abonnementen en formules om op in te tekenen (tegen een vergoeding). Dit zorgt voor haar voor voldoende flexibiliteit om haar bezoeken in te richten. Ondanks deze flexibiliteit kiest zij er expliciet voor om vaste dagen in te plannen. Dit werkt beter voor haar in het creëren van structuur.

### **Start en eerste ervaringen**

Ze heeft de boerderij eerder toevallig ontdekt via een kennis die er als vrijwilliger soms bloemen ging plukken. Op haar aanraden heeft ze toen de boerderij bezocht om te kijken of het iets voor haar was. Toen ze tot dat besef kwam heeft ze op aanraden van de zorgboerin contact opgenomen met Groene Zorg om alles in orde te brengen. De communicatie die ze hierbij had met Groene Zorg verliep in haar ogen vlot, dit is tot op heden het geval. Ze heeft hierbij de indruk dat ze weet waar ze terecht kan met vragen (vooral de infolijn) en dat deze goed opgevolgd worden.

Wel merkte ze op dat ze geluk heeft gehad in de procedure bij de mutualiteit, waarbij ze de indruk had dat deze minder op de hoogte waren van het bestaan van zorgboerderijen. Het is eerder toevallig dat er een andere ervaren medewerker aanwezig was bij haar aanvraag die op de hoogte was. Ze had het gevoel dat dit anders wellicht moeilijker zou zijn geweest om alles in orde te brengen. Zeker in de meest acute periode van haar burn-out had deze administratieve zoektocht voor haar erg zwaar geweest.

### **Werking en begeleiding**

Haar takenpakket is gegroeid en aangepast doorheen de tijd in functie van haar draagkracht (die geleidelijk aan is toegenomen). Dit ervaart ze als een positief punt, ook is er de mogelijkheid om taken aan te passen en te herzien indien dat nodig is. Een concreet voorbeeld was toen ze veel eentonig werk moest uitvoeren. Dit heeft ze aangekaart bij de zorgboerin, die hier vervolgens rekening mee heeft gehouden en dit opgelost.

Naast de planning van de bezoeken is er in haar ogen ook voldoende flexibiliteit in het inrichten van de taken zelf, zo kan ze op moeilijkere dagen bijvoorbeeld haar taken aanpassen naar wat haalbaar is. Dit kan puur fysiek zijn op dagen dat vermoeidheid een probleem is, maar evenzeer op sociaal vlak. Concreet kan ze op dagen dat ze merkt dat sociale omgang te veel energie vraagt vragen om meer op zichzelf te werken.

Ze werken vaak in kleine groepjes, doorgaans van 2-4 personen (met mogelijkheid meer alleen te werken indien gewenst). De profielen zijn divers, van vrijwilligers die geen achterliggende problematiek hebben, tot profielen die meer aanleunen bij haar burn-out problematiek. Het gaat echter evenzeer over gepensioneerden die dit meer als een hobby zien. Het sociale aspect waardeert ze ook hierbij, waarbij ze het als een manier ziet om na te gaan hoe zij om kan gaan met sociale prikkels. Aangezien ze nu enkele maanden op de boerderij actief is, is het systeem op dit moment geëvolueerd naar een model waarbij ze soms op voorhand al laat weten als ze zich minder voelt, zodanig dat er dan al een beter passende taak gezocht kan worden. Ook wordt de weekplanning op voorhand via Whatsapp meegedeeld. Zo kan zij de planning zelf mee opvolgen en bepalen welke taken haar meer of minder liggen die week.

De boerderij wordt uitgebaat door een boerin die alle taken op zich neemt. De ondersteuning die geboden wordt door de zorgboerin is hierbij vooral praktisch van aard. Ze luistert en heeft sterke sociale vaardigheden en intuïtie, ze biedt echter geen expliciete ondersteuning buiten het

landbouwgerichte. Wel is er veel aandacht voor de haalbaarheid van taken en de draagkracht van de gasten.

### **Gepercipieerde meerwaarde**

De zorggast haalt verschillende punten aan die zij als positief ervaart. Belangrijk hierbij is dat ze naast haar werk op de zorgboerderij ook flankerende begeleiding vanuit de revalidatie, psycholoog en arbeidscoach volgt/heeft gevolgd. De verschillende actoren werken hierbij niet direct samen met elkaar. Wel heeft de zorggast zelf gevraagd om in de begeleiding naast de zorgboerderij ook aan de slag te gaan met de werking op de boerderij. Concreet werd er zo bijvoorbeeld een kader uitgewerkt waarbinnen ze kan reflecteren over bepaalde gebeurtenissen en taken op de zorgboerderij. Het feit dat de andere begeleiding inhaakt op de activiteiten op de zorgboerderij ervaart zij zelf als een grote meerwaarde, aangezien hier op de zorgboerderij zelf de tijd en mogelijkheden niet toe zijn.

Een andere belangrijke kanttekening is het feit dat het nog onduidelijk is of de interviewee ooit terug aan de slag zal kunnen in de reguliere economie. Daarom wordt er momenteel (zowel binnen als buiten de zorgboerderij) niet echt gewerkt aan traject richting arbeidsmarkt. De focus van haar algehele traject ligt momenteel vooral op herstel en rust. Een eerste meerwaarde die werd aangehaald is het gegeven dat de activiteiten voor haar helpen om het hoofd leeg te maken. Het feit dat ze hierbij met concrete fysieke dingen werkt is voor haar erg belangrijk. De concrete fysieke inspanning biedt haar mentale rust.

Ook het natuuraspect is voor haar belangrijk en vooral het werken in de buitenlucht. De taken of type gewassen zijn voor haar niet van primair belang. Voor haar draait het vooral over het feit dat men buiten kan werken en sterker meeleeft met de elementen en seizoenen. Verder werd de opbouw van structuur ook als erg belangrijk ervaren. Voor haar helpt het al als reden om 's morgens op te staan. Naast de dagen dat ze actief is op de zorgboerderij merkt ze ook dat deze opbouw van structuur zich doorzet in haar leven daarnaast. Ze haalt aan dat voordien dagen soms voorbijgingen zonder enige structuur.

Verder is ook het gevoel een bijdrage te kunnen leveren aan een groter geheel erg belangrijk voor haar. Het versterkt haar gevoel van eigenwaarde wat al eerder een probleem was binnen haar ziekteproces. Dit aspect maakt het werk op de boerderij voor anders dan bijvoorbeeld een wandeling in de natuur, ze heeft namelijk sterk het gevoel een meerwaarde te leveren. Verder is er ook een belangrijk sociaal aspect voor haar, waarbij ze kan voelen om terug samen te werken met anderen en leren aanvoelen in welke mate dit lukt.

Ze geeft een aantal punten aan waarrond ze heeft bijgeleerd. Het gaat enerzijds over praktische vaardigheden gericht op planten en bloemen. Daarnaast geeft ze aan dat ze ook dingen over zichzelf heeft bijgeleerd. Concreet gaat het over lessen rond het aanpakken van taken en problemen, zoals het belang van stapsgewijs aanpakken en opbouwen maar evenzeer het belang van rust. Ook heeft ze het gevoel dat ze het belang van beweging meer heeft leren waarderen. Tot slot merkt ze dat ze ook beter kan communiceren over hindernissen waar ze tegen botst of het stellen van grenzen (zowel naar zichzelf toe als naar anderen).

### **Aandachtspunt**

Het voornaamste aandachtspunt voor haar is het feit dat ze het belangrijk vindt dat de overige begeleiding binnen haar traject dieper ingaat op haar activiteiten en ervaringen op de zorgboerderij. Zonder de kaders en oefeningen die ze daar had aangeleerd had ze het gevoel dat ze niet zelfstandig tot dezelfde conclusies was gekomen binnen haar herstelproces. Dit werd niet geformuleerd als kritiek

naar de zorgboerin toe, die hier niet de tijd of opleiding voor heeft gekregen, maar wel als een belangrijk aandachtspunt.

### **Algemeen**

De zorggast is erg overtuigd van het belang en de meerwaarde van werken op een zorgboerderij. Zij heeft dit bijna uitsluitend als een positief traject ervaren en zou het zeker aanraden aan anderen. Voor personen die met gelijkaardige problemen kampen vindt ze het wel erg belangrijk dat het traject op de boerderij gekoppeld gaat met andere vormen van hulp- en dienstverlening.

## **5 | Huisarts**

### **Professionele en persoonlijke context**

De geïnterviewde is huisarts, heeft 20 jaar ervaring in een groepspraktijk maar besloot na een burn-out over te stappen naar een zelfstandige praktijk. Ze geeft aan dat haar persoonlijke traject haar gevoeliger heeft gemaakt voor kwesties rond evenwicht in het leven en voor het belang van hulpbronnen buiten de conventionele geneeskunde. Het tuinieren, dat zij sinds haar kindertijd beoefent, maakt deel uit van haar eigen therapeutisch evenwicht en heeft haar van nature ontvankelijker gemaakt voor het idee van groene zorg.

Ze ontdekte het programma via een nieuwsbrief van haar huisartsenkring, vervolgens door deel te nemen aan een online webinar. Verder geeft ze aan dat ze er onmiddellijk een meerwaarde in zag, gezien haar eerdere ervaringen met parallelle initiatieven zoals sport of natuur op voorschrift. Dit was in die mate het geval dat ze zich heeft ingezet voor de verspreiding van deze benadering onder haar collega's, met name door het programma uit te nodigen op congressen voor huisartsen.

### **Medisch belang van groene zorg**

Het interview benadrukt de relevantie van dit type therapie bij de aanpak van burn-out, een steeds vaker voorkomend gezondheidsprobleem in de huisartsenpraktijk. Volgens de geïnterviewde vormen groene zorg een waardevolle aanvullende hulpbron in het therapeutisch arsenaal van artsen.

- **Een alternatief voor klassieke benaderingen**

Veel patiënten in een situatie van burn-out willen zich niet engageren in psychotherapie, hetzij door hun terughoudendheid om over hun ervaringen te praten, hetzij door emotionele vermoeidheid. Voor deze mensen vormen groene zorg een andere ingang: het gaat er niet om te praten maar om te handelen, om zich via concrete activiteiten opnieuw met zichzelf en met de natuur te verbinden. Voor de interviewee biedt groene zorg dus een tastbaar alternatief voor patiënten die anders zonder passende begeleiding zouden blijven.

- **Een aanvullend instrument op medicamenteuze behandelingen**

Traditioneel combineert de behandeling van burn-out psychotherapie met het voorschrijven van antidepressiva. De geïnterviewde is echter van mening dat het voor bepaalde profielen – met name die met een zogenaamd “lichte” burn-out – mogelijk is om te beginnen met een niet-medicamenteuze

aanpak. Groene zorg maakt het mogelijk om het herstellend vermogen van een patiënt te testen, zijn of haar reacties te observeren en zijn of haar actieve betrokkenheid bij het eigen herstel aan te moedigen, voordat zo nodig wordt overgegaan tot medicatie. Deze geleidelijke aanpak plaatst de patiënt in een dynamiek die meer respect heeft voor zijn of haar eigen tempo.

- **Preventie van terugval**

Een essentieel aspect dat naar voren wordt gebracht is de secundaire preventie. Groene zorg dient niet alleen om de burn-outcrisis door te komen, maar maken het ook mogelijk om nieuwe gewoonten te verankeren: vertragen, het eigen ritme respecteren, opnieuw verbinding maken met de natuur, en een meer evenwichtige verhouding tot werk ontwikkelen. Deze leerervaringen verminderen het risico op terugval, wat bijzonder belangrijk is in een context waarin veel patiënten hun werk te snel hervatten en zichzelf blootstellen aan een nieuwe instorting.

- **Een globale benadering van de zorg**

De geïnterviewde benadrukt de holistische dimensie van de groene zorg. Ze mobiliseren zowel het lichaam als de geest: een gat graven, een zaadje planten, water geven, oogsten... Deze eenvoudige handelingen vragen aandacht, kalmeren de geest en herstellen de relatie met het lichaam die vaak wordt verwaarloosd in onze op intellectuele prestaties gerichte samenlevingen.

De uitdrukking mens sana in corpore sano illustreert volgens de interviewee deze visie goed. Door het bewerken van de aarde vindt de patiënt opnieuw een fysieke en zintuiglijke verankering die de medische begeleiding aanvult.

- **Belang van de collectieve dimensie**

Ten slotte maakt de gedeelde ervaring op een boerderij het mogelijk om het isolement te doorbreken dat vaak wordt gevoeld door mensen met een burn-out.

Samenwerken met andere deelnemers schept een band, herstelt het vertrouwen en biedt de voldoening van het gezamenlijk produceren van een zichtbaar resultaat.

Deze collectieve dynamiek wordt gezien als een essentiële factor voor herstel, omdat zij het gevoel van erbij horen versterkt en de patiënt weer een sociale plaats geeft.

## **Observaties over het functioneren van de boerderijen**

Hoewel de geïnterviewde nog geen directe feedback heeft gekregen van patiënten die het programma voor groene zorg hebben gevolgd, heeft zij deelgenomen aan een opendeurdag, wat haar in staat heeft gesteld om het functioneren van de betrokken boerderijen concreet te observeren. Dit bezoek bracht haar ertoe verschillende belangrijke aspecten te benadrukken.

In haar optiek onderscheidt groene zorg zich door de gemengdheid van de deelnemers. Op eenzelfde boerderij kan men mensen in burn-out tegenkomen, personen die in de psychiatrie worden gevolgd, mensen met een lichte verstandelijke beperking, evenals vrijwilligers. Deze mix maakt het mogelijk om etikettering te vermijden: niemand wordt herleid tot zijn of haar status van "patiënt". Iedereen kan zich presenteren zoals hij of zij dat wil en zich integreren in een collectieve dynamiek waarin ziekte of kwetsbaarheid niet op de voorgrond staat.

De deelnemers zijn niet verplicht om de redenen van hun aanwezigheid uit te leggen. Sommigen kiezen ervoor om hun traject te delen, anderen verkiezen discreet te blijven: deze vrijheid wordt als essentieel beschouwd. Ook is de deelname aan de taken flexibel. Iedereen kan zelf beslissen over zijn of haar mate van betrokkenheid, wat het gewicht van prestatie en oordeel, dat vaak zwaar weegt in de klassieke professionele context, aanzienlijk verlicht.

Een van de opvallende punten die door haar werden waargenomen is de afwezigheid van dwang. In tegenstelling tot de werkwereld, waar alles wordt geregeerd door productiviteit, bieden groene zorg

een ruimte waar de tijd opnieuw wordt aangeleerd. Als iemand niet de hele dag wil werken of er gewoon wil zijn zonder actief deel te nemen, wordt dat aanvaard. Dit aspect wordt vaak ervaren als een enorme opluchting door de deelnemers, die opnieuw ademruimte vinden in een zorgzame context. De geïnterviewde benadrukt echter een noodzakelijke waakzaamheid: sommige boerderijen zouden kunnen worden geconfronteerd met de grote omvang van hun percelen en met de verleiding om de deelnemers sterk te betrekken om de oogsten te verzekeren. Deze productivistische logica gaat echter in tegen het therapeutische doel, vooral voor mensen in burn-out die al de neiging hebben zich te overinvesteren. Het is daarom essentieel om een evenwicht te bewaren tussen de landbouwkundige behoeften en het welzijn van de deelnemers.

Voorbij het onmiddellijke therapeutische aspect, brengt de ervaring van de boerderijen een symbolische dimensie naar voren: de aarde bewerken, de groenten zien groeien, deelnemen aan een natuurlijke cyclus geeft de deelnemers een gevoel van continuïteit en nut. Het feit om, zelfs bescheiden, bij te dragen aan het landbouwkundig werk schept in haar ogen een nieuw zelfrespect bij deelnemers, zonder de druk op te leggen van een verplichting tot resultaat.

### **Obstakels en hefbomen voor huisartsen**

De geïnterviewde identificeert verschillende obstakels die de integratie van groene zorg in de praktijk van huisartsen nog steeds afremmen.

#### **Belemmeringen verbonden aan de zorgverleners**

- **Onbekendheid met het programma:** veel artsen weten niet precies waaruit de groene zorg bestaat, noch hoe ze die moeten voorschrijven. Het ontbreken van specifieke opleiding of regelmatige communicatie verklaart deels dit gebrek aan eigenmaking.
- **Generatieverschillen:** volgens de geïnterviewde staan jongere artsen over het algemeen ontvankelijker tegenover deze innovatieve benaderingen, terwijl sommige oudere artsen gehecht blijven aan meer klassieke methoden, gericht op farmacologie of traditionele psychotherapie.
- **Werkdruk:** aangezien de raadpleging in de huisartsenpraktijk al zeer intensief is, kunnen sommige artsen vrezen dat het integreren van een gesprek over groene zorg de opvolging nog zwaarder maakt.

#### **Belemmeringen verbonden aan de patiënten**

- **Weerstand tegen werkonderbreking:** veel patiënten met burn-out weigeren te stoppen met werken of minimaliseren hun symptomen. Nog vóór het overwegen van een alternatieve therapie zoals groene zorg, moet de arts vaak veel tijd besteden aan het overtuigen van de persoon om de noodzaak van rust te aanvaarden.
- **Gebrek aan informatie:** patiënten zijn zelden op de hoogte van het bestaan van deze programma's en kunnen sceptisch staan tegenover een aanpak die buiten de gebaande paden van de conventionele geneeskunde treedt.

#### **Voorgestelde hefbomen**

Om deze obstakels te overwinnen, stelt de geïnterviewde verschillende pistes voor:

- **Meer opendeurdagen organiseren:** die stellen artsen en patiënten in staat om het functioneren van de boerderijen concreet te zien en de aanpak beter te begrijpen.
- **Communicatie versterken via bestaande kanalen:** nieuwsbrieven van huisartsenkringen, congressen, beroepsverenigingen zoals de SSMG. Deze kanalen vormen strategische schakels om een groot aantal zorgverleners te bereiken.
- **Praktische hulpmiddelen creëren:** bijvoorbeeld een checklist om te gebruiken tijdens consultaties met patiënten met burn-out. Dit type hulpmiddel zou het mogelijk maken om

groene zorg als een optie naast andere (psychotherapie, praatgroepen, enz.) te integreren zonder de consultatietijd onnodig te verlengen.

- **Regelmatig opleiden en sensibiliseren:** het organiseren van jaarlijkse of tweejaarlijkse sensibiliseringssessies zou het mogelijk maken de informatie up-to-date te houden en groene zorg te verankeren in de dagelijkse praktijk.

De geïnterviewde is van mening dat groene zorg beter geïntegreerd zou moeten worden in de praktijk van de huisartsgeneeskunde. Hun verspreiding vereist betere informatie, erkenning in de medische opleidingen en de beschikbaarstelling van concrete hulpmiddelen voor de zorgverleners. Met deze hefboven zou het mogelijk zijn om de toegang van patiënten tot deze benadering aanzienlijk te vergroten, die vandaag nog beperkt is tot degenen van wie de arts het programma kent en ondersteunt.

### **Verwachte impact en reflectie over het welzijn**

Een van de centrale aandachtspunten van het interview betreft de impact van de groene zorg op het welzijn van de patiënten. Hoewel de geïnterviewde nog geen directe feedback heeft ontvangen van patiënten die naar een boerderij zijn doorverwezen, maken haar observaties en haar persoonlijke ervaring het mogelijk om verschillende verklarende mechanismen te onderscheiden.

#### **▪ Hervverbinding met zichzelf en met het lichaam**

Groene zorg bevordert in de ogen van de interviewee een terugkeer naar de lichamelijke gewaarwordingen die vaak worden verwaarloosd in een context van burn-out. Tuinieren, graven, water geven, oogsten zijn allemaal handelingen die de patiënt opnieuw met zijn of haar lichaam verbinden. Deze fysieke betrokkenheid draagt bij aan het herstel van de relatie tussen lichaam en geest, waardoor men uit de overmatige mentalisering komt en weer een concrete verankering vindt. Het lichaam wordt terug een bondgenoot van het herstel, en niet langer een instrument dat door het werk is uitgeput. Volgens de huisarts wordt deze dimensie versterkt door het directe contact met de natuurelementen: de aarde voelen, het water aanraken, de groei van de planten observeren, wat de patiënt eraan herinnert dat hij of zij deel uitmaakt van een levende cyclus.

#### **▪ Mentale rust en emotionele regulatie**

Het feit zich te concentreren op een eenvoudige taak, in het huidige moment, kalmeert vanuit de optiek van de huisarts de stroom van gedachten. Voor patiënten van wie de geest verzadigd is door professionele en persoonlijke verplichtingen, biedt deze focus een relatieve rust. De interviewee merkt op dat de manuele activiteit werkt als een vorm van actieve meditatie: ze houdt de geest bezig zonder hem uit te putten, waardoor er psychische ruimte vrijkomt. Deze rust vertaalt zich vaak volgens haar in een verbetering van de slaapkwaliteit, een vermindering van de angst en een betere capaciteit om emoties te beheersen. De patiënten leren het zwijgen te waarderen, te vertragen en zich opnieuw een zachter ritme eigen te maken.

#### **▪ Collectieve dimensie en sociale steun**

Vanuit haar ervaring ziet ze de collectieve dimensie als een andere bepalende factor. Het werken naast andere deelnemers doorbreekt het isolement, geeft opnieuw een gevoel van erbij horen en herstelt het vertrouwen in anderen. De geïnterviewde benadrukt hoe essentieel deze sociale dynamiek is: ze geeft de patiënt, die vaak verzwakt is door de terugtrekking of uitsluiting die met burn-out gepaard gaat, opnieuw een sociale plaats. Het eenvoudige feit van samen een maaltijd te delen, de taken te bespreken of elkaar te helpen bij het tuinieren voedt een gevoel van solidariteit. Deze inclusieve sfeer versterkt het zelfrespect en stelt iedereen in staat zich erkend te voelen, zonder oordeel of hiërarchie van waarde.

- **Ritme van het leven en aanleren van geduld**

Vanuit de optiek van de geïnterviewde huisart confronteert het werken met de aarde de patiënten met een meer natuurlijke ritme: groenten groeien niet sneller als men eraan trekt, op dezelfde manier kan een patiënt zijn genezing niet forceren. Volgens haar zorgt dit symbolische leren voor meer respect voor de eigen grenzen en tot acceptatie van de tijd die nodig is voor herstel. Geduld en respect voor het levende worden vanuit die optiek meer gezien als hulpmiddelen die overdraagbaar zijn naar het dagelijks en professioneel leven. De cyclus zaaïen-verbouwen-oogsten geeft volgens haar ook een uitgestelde voldoening: de patiënten leren opnieuw te wachten en zich te verheugen over geleidelijke resultaten, in plaats van in de onmiddellijke behoefte en prestatie te blijven.

- **Vorbereiding op de terugkeer naar werk**

De geïnterviewde is van mening dat deze ervaringen een meer doordachte terugkeer naar het werk vergemakkelijken. Groene zorg stelt de patiënten in staat hun fundamentele behoeften te identificeren en de voorwaarden te bepalen waaronder zij hun professionele activiteit kunnen hervatten zonder terug te vallen: het behoud van één dag per week voor een activiteit die energie geeft, herorganisatie van de werktijd, bewustwording van persoonlijke grenzen. Ze geeft aan dat sommigen ontdekken dat zij een heroriëntering van hun loopbaan kunnen overwegen of een meer evenwichtige manier om hun beroep uit te oefenen. Zo is in naar haar mening groene zorg niet alleen een therapie, maar ook een voorbereiding op een duurzame en respectvollere levenswijze.

- **Een globale, belichaamde en duurzame zorg**

Ten slotte wordt de aanpak gezien als meer belichaamd dan psychotherapie alleen. Vanuit de visie van de huisarts raakt het programma meer aan de fundamentele dimensies van de gezondheid: de relatie tot zichzelf, tot de natuur en tot anderen. Voor de geïnterviewde maakt deze globaliteit het tot een bijzonder geschikt instrument voor burn-out, dat een pathologie is van de ontkoppeling – ontkoppeling van zichzelf, van het lichaam, van de samenleving en van het natuurlijke ritme van het leven. Ze geeft verder aan dat de waargenomen voordelen zicht niet tot de duur van het programma beperken: ze blijven het dagelijks leven van de patiënten positief beïnvloeden, die vaak praktijken behouden die geïnspireerd zijn door hun ervaring (tuinieren, wandelingen, creatieve vrijetijdsbesteding). De impact is naar haar mening duurzaam en gaat verder dan het therapeutische kader om deel uit te maken van een echte transformatie van de levensstijl.

- **Verbreiding van welzijn en visie op gezondheid**

Ten slotte beperkt groene zorg zich voor haar niet tot een individuele therapie. Ze is van mening dat het bijdraagt aan een breder welzijn: respect voor het milieu, herontdekking van de natuurlijke cycli, erkenning van het landbouwkundig werk. Ze bieden een andere manier om gezondheid te zien, niet langer alleen als de afwezigheid van ziekte, maar als een evenwichtige relatie tussen het individu, de samenleving en de natuur. Deze bredere opvatting van welzijn opent voor haar de weg naar een meer preventieve, meer ecologische en meer menselijke geneeskunde, die de mens beschouwt in zijn ecosysteem en niet los ervan.

## **Maatschappelijke en agrarische dimensie**

Het interview belicht ook de positieve effecten voor de landbouwsector en voor de samenleving als geheel. Volgens de interviewee beperkt groene zorg zich niet tot een individuele therapie: ze maakt deel uit van een bredere dynamiek van sociale erkenning, van waardering van de landbouwberoepen en van transformatie van de relaties tussen gezondheid, samenleving en milieu.

De geïnterviewde benadrukt hoezeer het werk op het land vaak onbekend en weinig erkend blijft, terwijl het een pijler van onze samenleving vormt. De zorgboerderijen maken het volgens haar mogelijk om dit beroep opnieuw zichtbaarheid en betekenis te geven. De patiënten ontdekken de complexiteit, de eisen en de waarde van het landbouwkundige werk, wat bijdraagt aan een groter

respect voor degenen die de samenleving voeden. Dit proces draagt volgens haar bij aan het verkleinen van de kloof tussen de stedelijke en de rurale wereld.

De ontmoeting tussen de deelnemers en de landbouwers genereert een dynamiek die voor beide partijen gunstig is. De patiënten vinden een therapeutische ruimte, terwijl de boeren profiteren van menselijke steun en van een nieuwe erkenning. Deze relatie is volgens haar niet utilitaristisch, maar gebaseerd op uitwisseling: aan de ene kant bieden de deelnemers tijd en energie volgens hun mogelijkheden; aan de andere kant stellen de landbouwers hun ruimte open, delen hun knowhow en verwelkomen met welwillendheid.

Naar haar mening doorbreken de zorgboerderijen, dankzij hun diversiteit aan doelgroepen, de sociale barrières. Ze is namelijk van mening dat het samenbrengen van mensen uit verschillende milieus – in burn-out, in een situatie van handicap, vrijwilligers, landbouwers – maakt het mogelijk een inclusieve microsamenleving te creëren waarin ieder zijn plaats vindt. Zo vermindert deze diversiteit de stigmatisering die verbonden is aan psychische problemen of sociale kwetsbaarheid, en draagt bij aan een betere samenhang binnen de gemeenschap.

De huisarts geeft aan dat naar haar mening groene zorg ook bijdraagt aan een preventieve visie op volksgezondheid voorbij de individuen. Vanuit haar perspectief wordt het door een niet-medicamenteus alternatief te bieden mogelijk de overmedicalisering te verminderen en de autonomie van mensen te bevorderen. Zo zou ook de samenleving profiteren van dit betere evenwicht: veerkrachtigere burgers, minder terugvallen, een mogelijke vermindering van het ziekteverzuim en van de kosten voor het gezondheidssysteem. Echter benadrukt de geïnterviewde benadrukt sterk de noodzaak het fragiele evenwicht te bewaren tussen de landbouwactiviteit en de therapeutische missie.

Het gaat erom ervoor te zorgen dat de productievereisten de behoeften van de patiënten niet onderdrukken. Deze aanpak nodigt uit tot nadenken over een alternatieve economie, minder gericht op de onmiddellijke opbrengst en meer op duurzaamheid, solidariteit en samenwerking. Groene zorg worden zo een sociaal laboratorium om meer menselijke economische modellen uit te proberen.

Door de deelnemers in direct contact te brengen met de aarde, wekken de zorgboerderijen ook een ecologisch bewustzijn. De patiënten worden zich bewust van het belang van biodiversiteit, van het respect voor de seizoenen en van de kwetsbaarheid van de ecosystemen.

Deze bewustwording draagt bij aan een samenleving die meer zorg besteedt aan haar milieu, in een logica van ecologische transitie.

De individuele gezondheid sluit dan aan bij de gezondheid van de planeet, in een perspectief van duurzaamheid. Ten slotte benadrukt de geïnterviewde de symbolische en sociale reikwijdte van de groene zorg: zij herinneren eraan dat gezondheid niet alleen in het dokterskabinet wordt opgebouwd, maar ook in de menselijke relaties, in de omgeving en in de band met de aarde. Deze visie opent de weg naar een meer solidaire samenleving, waar de zorg gedeeld wordt en waar ieder kan bijdragen aan het gemeenschappelijk welzijn.

### **Financiële en filosofische aspecten**

De kwestie van de financiële aspecten en de onderliggende filosofie neemt een belangrijke plaats in in de reflectie van de geïnterviewde. Volgens haar moet groene zorg niet alleen worden begrepen als een alternatieve therapie, maar ook als een ervaring die de waarde ter discussie stelt die de samenleving toekent aan zorg, werk en aan menselijke relaties.

- **Logica van uitwisseling en wederkerigheid**

In plaats van te spreken over vergoeding, geeft de geïnterviewde er de voorkeur aan het begrip uitwisseling naar voren te brengen. De deelnemers geven wat zij kunnen in termen van tijd, energie en aanwezigheid, en in ruil daarvoor ontvangen zij een therapeutisch kader, aandacht en begeleiding. Deze logica van wederkerigheid, gebaseerd op geven en teruggeven, wijkt af van een commerciële visie op gezondheid. Zij maakt het mogelijk om evenwichtigere menselijke relaties op te bouwen, minder gemarkeerd door de contractuele logica en meer door solidariteit.

- **Risico van productivistische ontsporing**

Een gevaar dat wordt benadrukt is dat de deelnemers worden veranderd in goedkope arbeidskrachten onder het voorwendsel van therapie. Als de nadruk te sterk komt te liggen op de landbouwproductiviteit, loopt men het risico de logica's te reproduceren die vaak aan de oorsprong liggen van burn-out: overinvestering, prestatiedruk, uitbuiting. Het evenwicht is dus cruciaal: de boerderij moet een plaats van zorg blijven, en geen onderneming die de kwetsbaarheid van de patiënten instrumentaliseert om daar winst uit te halen.

- **Reflectie over de betekenis van werk**

Groene zorg nodigen uit om de waarde van werk te heroverwegen. In tegenstelling tot het betaalde werk, dat vaak een bron van stress en druk is, krijgt het landbouwkundige werk dat in een therapeutische context wordt verricht een andere betekenis: het is losgemaakt van de onmiddellijke economische imperatieven en hervindt een intrinsieke waarde. Het wordt een activiteit die verbindt, die zorg biedt, die zin geeft, eerder dan een verplichting. Deze visie draagt bij aan het herdefiniëren van de verhouding tot werk in onze hedendaagse samenlevingen.

- **Kritiek op kapitalistische logica's**

De geïnterviewde ziet in de groene zorg een impliciete kritiek op de dominante kapitalistische logica's. In een wereld waarin alles ertoe neigt te worden beoordeeld in termen van productiviteit, rentabiliteit en winst, stellen groene zorg een ander model voor: dat van samenwerking, wederzijdse hulp en respect voor het natuurlijke ritme. In die zin belichamen zij een vorm van zachte weerstand tegen de excessen van een systeem dat het onbehagen en de uitputting voedt.

- **Een uitgebreide zorgfilosofie**

Ten slotte passen de groene zorg in een bredere zorgfilosofie. Het gaat niet alleen om het genezen van een ziekte, maar om het zorgen voor mensen, voor hun relaties en voor hun omgeving. Voor de interviewee sluit deze benadering aan bij een meer humanistische en ecologische visie op gezondheid: het idee dat zorg verder gaat dan het medische kader en betrekking heeft op de manier waarop wij collectief ons leven, onze relaties en onze verhouding tot de natuur organiseren.

De financiële en filosofische aspecten laten zien dat groene zorg veel meer zijn dan een eenvoudige therapie: zij vormen een sociale en culturele experimentatie die onze fundamentele waarden ter discussie stelt. Zij nodigen uit om na te denken over wat wij beschouwen als waardevol – tijd, relatie, gezondheid, natuur – en over de manier waarop wij die in onze samenleving willen behouden.

## 6 | Intermediair

De interviewee is betrokken bij het groene zorg als een intermediair. Hij is actief als binnen de thuiszorg waarbij één van zijn taken ook het ondersteunen van zorggasten. Deze ondersteuning start van bij de aanmelding, waarbij de geïnteresseerde contact opneemt en vervolgens uitgenodigd wordt voor een intakegesprek.

Binnen dit gesprek wordt in de eerste plaats gekeken naar de achtergrond, noden en wensen van de geïnteresseerde. Ook wordt er specifiek bevraagd waarom men precies interesse heeft in het concept van groene zorg.

Aan de hand van deze info wordt een profiel opgesteld, aan de hand van dit profiel wordt samen met groene zorg gezocht naar een gepaste zorgboerderij. Hierbij spelen enerzijds de noden en wensen een centrale rol maar zeker ook regio en bereikbaarheid, een aspect dat de keuze enigszins limiteert.

Eens deze koppeling tussen geïnteresseerde en potentiële zorgboerderij gemaakt wordt, wordt er een kennismaking georganiseerd. Tijdens deze kennismaking wordt er gekeken of er een goede match is tussen beide partijen op basis van de noden en wensen, ook wordt er gekeken naar de concrete afspraken op de zorgboerderij. Belangrijk hierbij is de frequentie van het aantal bezoeken, welke taken er zullen worden uitgevoerd door de zorggast, wat de rol van de zorgboer(in) is en de rol van de ondersteunende dienst.

De interviewee geeft zelf aan dat de rol van de ondersteunende dienst er doorgaans in bestaat om op regelmatige basis contact te houden met de zorggast, in het bijzonder in de eerste fase. Dit contact is vaak telefonisch maar op sommige momenten ook fysiek op de boerderij zelf. Dit contact wordt gradueel afgebouwd en vindt uiteindelijk eens om de paar maanden plaats.

De doelgroep die in dergelijk ondersteuningstraject begeleidt wordt is breder dan enkel personen met burn-out, het omvat evenzeer mensen met uit de geestelijke gezondheidszorg, mensen met ASS, ex-gedetineerden, gepensioneerden, etc.

### **Toeleiding**

Vooraleer de stap richting zorgboerderij kan gemaakt worden, moet de notie ervan bekend zijn bij het doelpubliek. Volgens de interviewee komen mensen met burn-out op diverse manieren in aanraking met groene zorg en het aanmeldingstraject. Zo zijn er mensen die tot bij hem komen na doorverwijzing vanuit het medische veld: de huisarts, psycholoog, psychiater en/of zorgafdeling. Daarnaast blijken er ook mensen die door OCMW's en/of het CAW op de hoogte gebracht worden van groene zorg. Verder komt een deel van de aanmeldingen via thuiszorg tot bij hen, waarbij er redelijk wat coördinatoren en verantwoordelijken op de hoogte zijn van groene zorg (gezien de soms gemeenschappelijke structuren waarin ze zich bevinden). Om deze bekendheid te vergroten trachten de interviewee en andere collega's binnen de intermediaire organisatie zich regelmatig in te zetten om de informatie actief te verspreiden onder deze actoren.

### **Situering groene zorg en zorggasten**

Zoals eerder werd aangehaald is de doelgroep voor groene zorg breder dan enkel mensen met een burn-out. Zo geeft de interviewee aan dat maar een minderheid van zijn cliënten tot de doelgroep burn-out behoort. Vanuit zijn optiek zijn de trajecten van personen met een burn-out gemiddeld genomen iets korter in vergelijking met de andere zorggasten. Doorgaans gaat het over een traject van 6 maanden tot een jaar. Qua naambekendheid geeft de interviewee aan dat in de 3 jaar dat hij actief bezig is met de groene zorg trajecten het gevoel heeft dat de naambekendheid nog steeds eerder beperkt is. Hij merkt op dat het iets bekender wordt door bredere mediabekendheid (van zowel de problematiek als groene zorg) maar dat het nog steeds over een niche gaat. Belangrijk is wel dat hij de indruk heeft dat de professionals die in aanraking komen met groene zorg het als een meerwaarde ervaren. Dit is ook het geval bij de zorggasten, waarbij de cases die hij mee opvolgt bijna unaniem positief zijn.

### **Situering zorgboerderijen**

Gelijkaardig aan een diversiteit in het type zorggasten is er ook een grote diversiteit in het type zorgboerderijen. Zo zijn er eerder traditionele boerderijen die hun boerderij openstellen voor zorggasten vanuit een sociale insteek. Sommige van deze boerderijen vertrekken sterk vanuit een familiale context, wat op zijn beurt voor sommige zorggasten ook een voordeel kan zijn. Anderzijds zijn er ook minder klassieke boerderijen die deelnemen aan het traject die eerder aanleunen bij bio-boerderijen en CSA's. Hierbij wordt veelal sterk vanuit een sociale insteek vertrokken. Tot slot zijn er ook verschillende maneges die zich aanbieden, waarbij er geholpen wordt met de zorg voor de dieren, stallen, etc. De interviewee haalt aan dat er vaak onderling ook sterke verschillen zijn tussen deze boerderijen, vooral op het vlak van perceptie en verwachtingen, dewelke steeds mee moeten genomen worden bij de match tussen zorgboerderij en zorggast. Echter wordt deze diversiteit wel als een meerwaarde ervaren, omdat het nu eenmaal een nauwere koppeling mogelijk maakt.

### **Het belang van een goede match**

Zoals eerder aangegeven is de intermediair van mening dat het gros van de deelnemers binnen groene zorg tevreden en overtuigd zijn van het traject. Hierbij zijn er sommigen die zenuwachtig en met enige spanning het traject aanvatten, na zich te hebben ingewerkt blijkt dit veelal weg te vallen. De intermediair geeft aan dat een belangrijk vertrekpunt hierbij het standpunt van de zorgboer(in) is. In het bijzonder gaat het dan over het hebben van de juiste verwachtingen en het ontbreken van druk vanuit de zorgboer. Dit wordt als zodanig cruciaal gezien dat de intermediairs hier actief op toezien binnen hun opvolging. In de visie van de intermediair is het belangrijk dat de zorgboer(in) de mensen laat gaan en op hun eigen tempo werken. Vandaar dat een juiste selectie van zorgboerderijen erg belangrijk is.

### **Evenwicht**

Wanneer gevraagd werd naar een evaluatie van de verschillende trajecten geeft de intermediair aan dat deze steeds vertrekt vanuit de ervaring van de zorggast: *“als het voor de zorggast klopt, dan is het goed”*. Dit hangt wederom sterk samen met de individuele noden en verwachtingen van zowel zorgboer(in) en die van de zorggast zelf. Waarbij er op sommige zorgboerderijen meer druk wordt gelegd op de zorggast, maar dit niet steeds negatief uitdraait. Zo geeft de interviewee aan dat sommige zorggasten energie putten uit het feit dat ze net als een belangrijke schakel binnen de boerderij worden gezien. Het gevoel een meerwaarde te bieden wordt hier als een belangrijk aspect aangehaald door de interviewee. Er moet steeds een evenwicht zijn: de zorggast mag niet als vervanging van een werknemer worden beschouwd. Indien dit evenwicht in die mate overschreden wordt, worden hier vanuit de intermediaire organisatie stappen ondernomen om de zorggast in kwestie richting een andere boerderij te begeleiden. Belangrijk is echter ook dat dit evenwicht ook in de andere richting werkt. Zo haalt de intermediair aan dat er ook zorgboeren/boerinnen zijn die tegen zichzelf

beschermd moeten worden, omdat ze dreigen teveel zorg op zich te nemen. Ook dergelijke situaties zijn nefast voor een duurzame samenwerking tussen zorgboer(in) en zorggast en moeten opgevolgd worden door de intermediair en zijn collega's.

### **Samenwerking met conventionele gezondheidszorg**

Wat samenwerking met andere actoren binnen het gezondheidsproces betreft geeft de intermediair aan dat er een overkomst wordt voorzien waarbij de zorgboer(in) zich engageert om mee te werken aan het zorgproces indien dit gevraagd wordt. In de praktijk verloopt het contact van de andere zorgverleners eerst via de intermediair tot bij de zorgboer(in). Hierbij kan, indien wenselijk, een overleg georganiseerd worden tussen de verschillende betrokken partijen. Dit blijft doorgaans echter beperkt en op vraag van de andere zorgverleners, aangezien de intermediaire organisatie de druk vanuit de zorg optiek beperkt willen houden voor de zorgboer(in).

### **Uitstroom**

De intermediaire organisatie tracht in de mate van het mogelijke een exitgesprek te organiseren met de zorggast. Dit is niet altijd mogelijk gezien de context, waarbij mensen soms terug uitvallen, evenzeer blijft het contract op vraag van beide partijen soms ook bewust lopen. Op die manier kan de zorggast verder werken op de zorgboerderij ook al is de zorgnood verminderd of weggevallen. De interviewee is van mening dat vanuit zijn ervaring, mensen met een burn-out binnen de werking relatief vaak terug aan de slag geraken. Vanuit zijn positie heeft hij een beperkt zicht op de langere termijnuitkomsten, maar hoort regelmatig positieve signalen van de zorgboerderijen, die wel vaker contact houden met zorggasten die zijn uitgestroomd. Vanuit zijn optiek zijn er een aantal factoren die belangrijk zijn binnen dergelijke succesvolle trajecten. Hierbinnen zijn vooral rust en een herwonnen zelfzekerheid belangrijk. Het gevoel op een eigen tempo te kunnen bijdragen aan de werking van de boerderij is hierbij in zijn optiek centraal. Hierbij speelt ook waardering van de zorgboer vaak een belangrijke rol: *“mensen moeten de kracht terugkrijgen om in zichzelf te geloven, en weer terug voelen van: Ik moet het wat rustiger aan doen, maar ik kan het wel en ik heb iets te bieden aan werkgevers”*.

Aansluitend aan deze eerder psychologische aspecten en noden is er ook het natuuraspect dat naar voor wordt gebracht. De verbondenheid met de natuur, hetzij dieren of planten wordt expliciet als een voordeel aangehaald alsook het werken in open lucht. Concreet is het met de handen werken ook een meerwaarde, aangezien het letterlijk en figuurlijk tot tastbare resultaten leidt. Een derde aspect is het sociale. Ondanks het verschil in settings en context wordt ook dit veelal als een meerwaarde beschouwd. In meer klassieke landbouwbedrijven is er vaak een sterk familiale context waar mensen warm onthaald worden. Maar ook binnen de settings blijkt het gevoel deel uit te maken van een warme en veilige werkomgeving duidelijk als een meerwaarde gezien te worden.

### **Verbeterpunten**

Naast de sterktes van het traject werd ook gevraagd naar mogelijke verbeterpunten. Hieruit kwam naar voor dat er nood is aan meer ondersteuning van de zorgboeren. Veel van de zorgboeren/boerinnen vertrekken vanuit een sterke motivatie maar moeten waken over de haalbaarheid voor zowel de boerderij als het traject met de zorggasten. Hierbij zou vanuit de optiek van de intermediair meer ondersteuning zeker een meerwaarde kunnen bieden. Dit kan in de vorm van vormingen zijn, financieel (al beklemtoonde hij wel dat dit nooit de drijfveer is van de zorgboeren/boerinnen) maar ook maatschappelijke waardering van het werk en de bijdrage die geleverd wordt.

Ook op vlak van toeleiding is er naar zijn mening nood aan meer ondersteuning, vooral wat tijd en middelen betreft. Momenteel is het toeleiden en opvolgen van zorggasten een neventaak voor hem en zijn collega's, waarbij de coördinatie met andere taken niet evident is. Dit leidt ertoe dat sommige

potentiële kandidaten die intensievere opvolging nodig hebben niet kunnen deelnemen vanwege tijdsgebrek. Hij haalt hierbij aan dat het tijd en ervaring vraagt om kennis te hebben van het werkveld en het profiel van de verschillende zorgboeren. Dergelijke kennis is cruciaal voor een goeie matching tussen zorgboer(in) en zorggast.

## 7 | Conclusie

Uit de gesprekken komt een overwegend positief beeld naar voren. Ondanks de verschillende invalshoeken van deelnemers, zorgverleners en intermediaire dienstverleners zijn de indrukken in grote mate positief. Hierbij is het wel belangrijk om oog te hebben voor het selectierisico dat inherent is aan de methode waarop de geïnterviewden geselecteerd werden. Dit is te verantwoorden gezien het doel van dit rapport, het contextualiseren van de lopende kwantitatieve bevraging binnen diverse zorgboerderijen. Los hiervan valt op dat veel positieve elementen spontaan terugkeerden in de gesprekken. Hieronder volgen de meest wederkerende thema's gevolgd door een aantal reflectiepunten die eveneens regelmatig terugkeerden in de gesprekken.

Een eerste aspect dat herhaaldelijk werd benoemd, zowel in deze interviews als in eerdere gesprekken bij de opstart van het project, is het opbouwen van structuur. Verschillende deelnemers gaven aan dat zij tijdens hun ziekteperiode een gebrek aan structuur ervoeren. De activiteiten op de zorgboerderij blijken voor de meeste interviewees actief bij te dragen aan het creëren van een vaste structuur. Sommige deelnemers beklemtoonden dat deze verbetering breder gaat en zich ook manifesteerde op dagen waarop zij niet aanwezig zijn op de boerderij.

Een ander element dat regelmatig werd aangehaald, is het versterken van eigenwaarde. Het werk op de zorgboerderij geeft veel deelnemers het gevoel opnieuw iets te kunnen betekenen binnen een groter geheel, een ervaring die voor velen lang afwezig was. Op dergelijke momenten voelt men zich niet louter herleid tot 'zieke', maar als een actief lid van een gemeenschap dat een bijdrage levert. Verschillende geïnterviewden gaven aan dat ook waardering en complimenten van de zorgboer(in) voor hen een belangrijke bron van energie zijn die zich dan eerder extern situeert.

Daarnaast kwam het fysieke aspect van het werk vaak ter sprake. De kracht hiervan ligt volgens de deelnemers in het feit dat het hen helpt om zich te concentreren op het heden, wat voor velen een uitdaging vormt binnen hun herstelproces. Ook de directe link met het resultaat van hun inspanningen werd als positief ervaren. Vermoeidheid werd wel benoemd als aandachtspunt, maar in het algemeen waren de geïnterviewden het eens over een positieve balans, waarbij zij meer energie halen uit het werk dan dat het hen fysiek kost.

Het contact met de natuur werd eveneens expliciet genoemd. Voor veel deelnemers vormt de boerderij een sterk contrast met hun vroegere werkplek. Het tastbare van werken met aarde en planten werd vaak benadrukt, net als het ritme van de seizoenen en het contact met de elementen.

Ook de sociale context speelde voor de interviewees een rol, die speelde vaak in twee richtingen. Enerzijds is er het contact met mensen die in een gelijkaardige situatie zitten, waarbij men kan praten en reflecteren over het proces dat men doormaakt. Daarnaast is er veelal ook een sterke diversiteit van gasten op de zorgboerderijen aanwezig, dit blijkt dan weer zijn waarde te hebben in het feit dat de zorggasten ook niet voortdurend geconfronteerd willen worden met hun ziekte en problemen. Dit heeft dan weer vooral zijn waarde in het doorbreken van isolatie.

Tot slot bleek uit alle interviews dat al deze positieve aspecten vertrekken en bouwen op een veilige en warme omgeving. Het laagdrempelige is hierbij cruciaal, waarbij de zorggast het gevoel heeft dat er aandacht is voor zijn/haar draagkracht. Het ontbreken van druk en de eventuele stress die daarbij komt kijken blijkt hierin absoluut centraal te staan. Binnen dit kader blijkt een open dialoog met de zorgboer(in) cruciaal te zijn, waarbij open kan gesproken worden over noden, problemen en wensen.

Naast deze positieve aspecten die regelmatig terugkeerden in de gesprekken kwamen ook een aantal andere patronen naar voor die aandacht en/of reflectie vergen.

Wat bekendheid betreft, blijkt dat veel zorggasten eerder toevallig in contact kwamen met het concept zorgboerderij, bijvoorbeeld via vrienden of door er toevallig langs te komen. Binnen het bredere hulpverleningsveld is het concept niet overal gekend. Verschillende professionals die met zorggasten werken, bleken niet op de hoogte, hoewel zij doorgaans wel open leken te staan voor het idee.

Verder werd door sommige zorggasten aangegeven dat er nood is aan bijkomende ondersteuning door de zorgboer(in). Hierin werden doorgaans geen concrete voorstellen gedaan maar het getuigt van het feit dat in de perceptie van de zorggasten de zorgboer(in) erg druk bezet en bevraagd wordt.

Tot slot blijkt het traject richting arbeidsmarkt op de zorgboerderijen vaak eerder impliciet aanwezig. Hoewel expliciete stappen om de afstand tot werk te verkleinen zelden worden georganiseerd, zijn er aan de hand van de getuigenissen van de interviewees wel duidelijk positieve effecten merkbaar. Door deze effecten doelgericht en explicieter te benutten, kan de impact van de trajecten worden versterkt. In sommige van de interviews werd dit ook concreet benoemd: sommige deelnemers ervaren het als een meerwaarde om in hun flankerende begeleiding buiten de boerderij te reflecteren over hun ervaringen. Op enkele zorgboerderijen bestaan bovendien al mogelijkheden om aanvullend jobcoaching te volgen. De huidige groep had hier nog geen ervaring mee, maar erkende wel het potentieel hiervan. Aan de hand van deze ervaringen blijkt er nog groeipotentieel mogelijk in het afstemmen van flankerende begeleiding op het werk op de zorgboerderijen.