

deVerdieping
Trouw
 Trouw

18 december 2012 dinsdag

Natuur is soms heilzamer dan sportschool, vindt Nederland

BYLINE: Cokky van Limpt

SECTION: Vandaag; Blz. 1

Meer groen rond het huis kan leiden tot lagere zorgkosten en minder arbeidsverzuim. Dat denken acht op de tien Nederlanders, blijkt uit een publieksenquête die in oktober is uitgevoerd door Intomart GfK in samenwerking met Agnes van den Berg, hoogleraar natuurbeleving in Groningen.

Natuur heeft een positieve uitwerking op de gezondheid, vinden vrijwel alle Nederlanders. Ze zijn er ook van overtuigd dat het vooral voor kinderen belangrijk is dat zij opgroeien met voldoende natuur in de buurt.

De Friesland Zorgverzekeraar gaf opdracht voor de representatieve steekproef onder 1037 Nederlanders van 18 tot 85 jaar. "Deze maatschappij heeft veel aandacht voor de bijdrage van 'groen' aan gezondheid en aan preventie en behandeling van ziekten," zegt Van den Berg.

De Friesland werkt al jaren samen met natuurorganisaties in het 'Natuurcollectief' - It Fryske Gea, de Waddenvereniging en de Landschappen van Drenthe, Noord- en Zuid-Holland, Zeeland, Overijssel, Groningen en Flevoland. De bedoeling is om verzekerden te stimuleren veel naar buiten te gaan, de natuur in. Verzekeraar Menzis doet net zoiets met Natuurmonumenten.

"Uit de peiling blijkt dat het merendeel van de bevolking het belangrijk vindt dat zorgverzekeraars meer aandacht besteden aan de positieve effecten van natuur op de gezondheid", zegt Van den Berg. "Ook door informatie te geven over die heilzame effecten en over onderzoek naar de samenhang tussen natuur en gezondheid."

Nederlanders zéppen niet alleen dat ze de natuur belangrijk vinden voor hun gezondheid, bijna de helft van de bevolking is ook dagelijks of wekelijks buiten te vinden. Ze zoeken de natuur op om te ontspannen, problemen op te lossen of om hun conditie te verbeteren.

De natuur is volgens de meeste Nederlanders ook een goede remedie tegen somberheid en depressieve gevoelens. Bijna 60 procent zou een sombere of depressieve vriend of vriendin aanraden om vaker de natuur in te gaan. Dat is verre te prefereren boven de sportschool, in therapie gaan of antidepressiva slikken.

Vanmiddag vindt in het Amsterdamse debatcentrum De Balie een discussie plaats over de relatie tussen natuur en gezondheid, waaraan ook de GGD en Menzis meewerken.

DE VERDIEPING 8|9 Groen is goed voor gezondheid

