



Tegels wippen voor gezondere kinderen

Veel tegels eruit en een inheems zaadmengsel erin bij Stichting Lindenhout in Apeldoorn. Beeld: Anneke Rodenburg

De visie van Stichting Steenbreek – veel tegels eruit en samen zorgen voor een groene, biodiverse en klimaatbestendige leefomgeving – past goed bij de werkwijze van Stichting Springzaad. In 1989 bezochten de grondleggers van Springzaad groene schoolpleinen in Zwitserland en Duitsland. Ze kwamen enthousiast terug. Sindsdien onderzoekt en stimuleert Springzaad de aanleg van groene schoolpleinen.



Hergebruik van betonnen u-elementen in een buitenlokaal bij Stichting Lindenhout, Apeldoorn. Beeld: Anneke Rodenburg

Ruim 25 jaar vervangt de stichting Springzaad “schoolpleintegels” door groen en zorgt er onder andere voor dat klimaatmaatregelen aantrekkelijk en speels toegepast worden voor kinderen. Door inspirerende voorbeelden en cursussen laat Springzaad zien dat zo niet alleen de biodiversiteit, maar óók de gezondheid en ontwikkeling van kinderen een extra boost krijgen.

Het werk van Steenbreek draagt bij aan een koelere schoolomgeving: betonnen stoeptegels houden veel warmte vast op een zonnige dag. Kale grond, een bloemweide, bomen of struiken zorgen dat er water verdampt, waardoor de omgeving koeler aanvoelt. Regenwaterafkoppeling op een groen plein wordt een feestje voor kinderen. Na een flinke regenbui loopt het water vanuit de regenpijp of het waterornament naar een wadi en kunnen ze dammetjes bouwen. Een boomstam over een volle wadi wordt een nóg spannender brug, met grote keien wordt het een uitdagend parcours. In de winter, als het vriest, wordt de wadi een ijsbaantje.

Biodiversiteit

Door reliëf, inheemse bomen en struiken, kleine struipaadjes door ruigtes of bloemenweide ontstaat een klein landschap. In tegenstelling tot een speeltoestel ziet zo'n landschap er door weersinvloeden en jaargetijden iedere dag anders uit. Na een regenbui blijft er water in een dalletje staan, aantrekkelijk voor kikkertjes en waterbeestjes. Vogels komen er drinken. Boven op heuveltjes groeien andere planten dan onderaan in de plassen.

Een vegetatiedak met inheemse planten op school of fietsenhok dragen eveneens bij aan biodiversiteit én een koelere schoolomgeving. Klimplanten tegen de gevel, bijvoorbeeld een druif of klimop, zorgen



Tegelwippen door leerlingen van Jenaplanschool 'De Swoaistee' in Groningen. Beeld: P. Leene

voor nestgelegenheid en voedsel voor vogels, bijen en vlinders. Een takkenril is handig voor snoeiafval. Vogels en egels vinden er voedsel en een schuilplek. Kinderen bouwen hutten met de takken. Een liggende (dode) klimboom wordt uiteindelijk een prachtig insectenhotel. Eenmaal rot, vergaat hij ergens achteraf tussen struiken en is zo nuttig voor “kriebelbeestjes” als pissebedden en duizendpoten.

Zo ontstaan er verschillende milieus op het groene plein waar veel planten en dieren zich thuis voelen. Voor kinderen is van alles te ontdekken en voor leerkrachten zijn er volop aanknopingspunten voor leuke buitenlessen.

Gezondheid

Vanwege corona is buiten lesgeven en spelen/bewegen belangrijker geworden. Buiten lesgeven en spelen zorgt voor frisse lucht en beperkt de overdracht van virussen. Uit onderzoek van het Maastrichtse Universitair Medisch Centrum (februari 2021) blijkt dat 75 procent van de kinderen tussen de 4 en 18 jaar na de coronacrisis minder bewogen dan ervoor en dat herstel van het beweeggedrag uitbleef. Een op de vijf kinderen is in gewicht aangekomen.

Kinderen kunnen een plein dat is ingericht met reliëf, struiken en bomen niet in één keer overzien. Ze moeten op onderzoek uit, heuveltjes over, door struiken en bosjes, om vriendjes te zoeken, om te ontdekken wat er aan de andere kant van het plein is. Dit nodigt meer uit tot bewegen dan een vlak plein met speeltoestellen. Kinderen worden zo motorisch behendiger. De grillig gevormde “natuur” vraagt meer oplettendheid en stimuleert vaak meer behendigheid. Kinderen leren er omgaan met risico's.



Regenwateropvang in verdiept aangelegd basketbalveldje bij basisschool De Rythmeen in Bathmen. Beeld: Anneke Rodenburg

Ze moeten zélf nadenken en inschatten bijvoorbeeld wanneer ze een boom in klimmen. Hoe zet ik mijn voet veilig neer, welke tak is sterk genoeg? En hoe houd ik mij goed vast? Zo helpen reliëf, struiken en bomen om kinderen meer te laten bewegen en beter om te gaan met risico's.

Stichting KWF Kankerbestrijding adviseert al meer dan 10 jaar om kinderen op zonnige dagen in de schaduw te laten spelen.** Staan er veel bomen en struiken op een plein, dan zijn kinderen beter beschermd tegen huidkanker. Op schoolpleinen ontbreekt vaak voldoende groen om kinderen die bescherming te geven. Veel meer onderzoeken wijzen op positieve fysieke en psychische gezondheidseffecten van groen en groene schoolpleinen. *** /****

Kortom veel reliëf en groen op een schoolplein is goed voor de gezondheid en ontwikkeling van kinderen; het voorkomt overdracht van virussen, helpt huidkanker voorkomen en draagt bij aan een betere fysieke en psychische gezondheid van kinderen. Nu, zo vlak na de coronatijd, is aandacht hiervoor extra hard nodig.

Duurzaamheid

Duurzaamheid is vanzelfsprekend bij Springzaad. Waardevolle materialen worden hergebruikt. De dikke laag zand onder de verwijderde stoeptegels kan zo ingezaaid worden met een inheems biologisch zaadmengsel. Stoeptegels worden verwerkt tot amfitheater, pannakooi of speelse muurtjes. Ook houtrestanten, betonnen u-elementen,

kleurrijke wandelementen of keien kunnen speels hergebruikt worden.

Een groen plein met reliëf, bomen, takken, bladeren, bloemen, zand en water is ideaal voor kinderen. Ze kunnen er dromen en fantaseren, "heksensoep" maken of "T-rexje" spelen, rennen, klauteren, bouwen en sjouwen. De mooiste pleinen ontstaan wanneer ontwerpers durven spelen met reliëf, materialen en groen. Zo wordt het resultaat bijna vanzelf uitdagend. Risico's horen daarbij. Op "te veilige" pleinen leren kinderen weinig. Door kinderen, leerkrachten en ouders bij ontwerp en aanleg van het groene plein te betrekken voelt iedereen zich verantwoordelijk. Mensen bieden zich enthousiast aan voor sponsering of hulp bij het onderhoud en er is minder kans op vandalisme.

Op pleinen waar veel kinderen op een kleine oppervlakte spelen kan het plantgoed "weggespeeld" worden. Vooraf een inschatting maken van de oppervlakte van het plein en de hoeveel kinderen er spelen is handig. Is er nog gemeentegroen dat bij het plein betrokken kan worden of kunnen kinderen op een naburig (voetbal)veld voetballen in plaats van op het plein? Het plantgoed meteen beschermen, her en der prikkelstruiken aanplanten, of grotere maten gebruiken helpt. Op de website van Springzaad staan in de fotomap "Groene schoolpleinen in beeld" 23 fotocollages die als voorbeeld kunnen dienen bij het ontwerpen en aanleggen van groene pleinen. Consulents van Springzaad kunnen meedenken bij eventuele problemen.

Samenwerking

Door de waarde van het groene plein voor gezondheid en ontwikkeling van de kinderen in de visie van de school te beschrijven, kan deze vertaald worden naar beleid en concrete doelen. Dit heeft consequenties voor onder andere personeelsbeleid, scholing en financiën. Creatieve leerkrachten met oog voor flora en fauna kunnen collega's inspireren. Aandacht is nodig voor vragen als: Hoe geven we natuurbeleving en moestuinieren vorm? Hoe gaan we om met eventuele risico's en hoe pakken we het onderhoud van het groene plein aan? Stichting Springzaad geeft tips en cursussen, passend bij deze vragen.

Om het groene plein tot een succes te maken en om alle mogelijkheden ervan optimaal te benutten is beleid, scholing, creativiteit én samenwerking nodig. Door website en cursussen laat Springzaad zien hoe biodivers en klimaatbestendig ingerichte schoolpleinen de gezondheid en ontwikkeling van kinderen extra kunnen stimuleren. Het betrekken van kinderen, leerkrachten en ouders bij ontwerp en aanleg helpt groene pleinen tot een succes te maken. Net als samenwerken met allerlei organisaties om de mogelijkheden van het groene plein optimaal te benutten. Op de website www.onsgroeneschoolplein.nl staan allerlei bij het groene plein (en het beheer) passende opdrachten voor kinderen. Diverse landelijke en lokale organisaties bieden educatieve activiteiten aan zoals IVN en Stichting Velt die moestuincoaches opleiden die lessen in de moestuin kunnen begeleiden. Daarnaast bieden diverse landelijke en lokale organisaties educatieve activiteiten aan. IVN Natuureducatie en Velt leiden bijvoorbeeld moestuincoaches op om lessen in de moestuin te begeleiden. Meer informatie: www.steenbreek.nl en www.springzaad.nl.

Bronnen

- * www.mumc.nl/actueel/nieuws/voortdurende-coronacrisis-heeft-lange-termijn-invloed-op-leefstijl-kinderen
- ** www.kwf.nl/standpunten/smeren-kleren-weren
- *** hdegroenestad.nl/onderwerp/jeugd/
- **** www.fagt.nl/recent/kind-uit-groene-omgeving-wordt-slimmer/



Grillig gevormde natuur stimuleert vaak meer behendigheid.
Beeld: Anneke Rodenburg



Een imker geeft een buitenles over honingbijen. Basisschool de Korenbloem in Raalte.
Beeld: M. Westerbeek



Anneke Rodenburg aan het werk op het groene plein van Stichting Lindenhout Apeldoorn.
Beeld: W. Habermann

Over de auteur

Anneke Rodenburg is orthopedagoge, vakbekwaam hovenier en ecologisch hovenier en ontwerpt natuurrijke tuinen en speelterreinen. In 2001 startte ze haar bedrijf Tuin en vlinder. Haar visie: bij de inrichting van speelplekken vergeet men vaak gebruik te maken van het mooiste en goedkoopste "speeltoestel" waarmee grenzeloos gespeeld kan worden: de natuur. Rodenburg is Duurzaamste hovenier 2018. Ze ontwierp samen met leerlingen van basisschool De Rythmeen Het Groenste plein van Overijssel (2018). Ze schreef het boek *Stap voor stap naar groene kinderopvang* (2015), het artikel 'Tips voor een succesvolle speelplek' (*Tuin en landschap*, 2017) en columns over natuurlijk spelen voor tijdschrift *Oase* (2017-2022). Anneke Rodenburg is lid van Stichting Springzaad en Vakgroep Wilde Weelde.