



# Heilzame TUINEN

*Ziekenhuiskamer als vogelkijkhut*

Meindert van Dijk

# Inhoudsopgave

<b>Waarom dit boek?</b>	<b>15</b>
<b>Over de MCL-campus</b>	<b>23</b>
• Fijn om vooraf te weten	24
• Geschiedenis van de plek	25
• Voorlopers van het MCL	29
• Groen bij het Triotel	32
• Over de tuinen op de MCL-campus	37
<b>Tuinen oostzijde – Henri Dunantweg</b>	<b>47</b>
• Hoofdingang met parkeerterreinen	49
• Spoedplein	62
• Groene daken	73
• Binnentuinen ‘winkelstraat’	77
<b>Tuinen zuidzijde – Aldlânsdyk</b>	<b>81</b>
• Lichtkunstwerk	82
• Kinderafdeling	83
• Reumatologie	91
• Geriatrie	93
• Dialysecentrum	103
• Langs de Aldlânsdyk	117
<b>Tuinen westzijde – Oostergoweg</b>	<b>123</b>
• Oostergoweg en Aldlânsdyk	125
• Nieuw Mellens	128
• Jelgerhuis met prairietuin	139
• Personeelsparkeerterrein met parkeergarage	144
<b>Tuinen noordzijde – Borniastraat</b>	<b>149</b>
• RIF en OCL met omgeving	152
- met o.a. de Mien Ruys-tuinen	157
• Certe KCL-gang	180
• Patio bij ‘Eitje’	187
• Dunantflat	187
• Noorderbreedte Revalidatie	192

<b>Aangrenzend groen</b>	<b>197</b>
• <b>Wandelparken</b>	<b>199</b>
<b>Toekomst</b>	<b>205</b>
• <b>Nieuwbouwplannen</b>	<b>206</b>
• <b>Een helende omgeving</b>	<b>207</b>
• <b>Groene loper</b>	<b>208</b>
• <b>Video nieuwbouw MCL</b>	<b>208</b>
<b>Heilzaam Groen</b>	<b>211</b>
• <b>Groen doet wat met je</b>	<b>213</b>
- met o.a. Marian Valk (column)	<b>214</b>
• <b>Wetenschap</b>	<b>217</b>
• <b>Tips en informatie</b>	<b>218</b>
• <b>Wat doet groen met jou?</b>	<b>224</b>
- met Hella van der Wijst, Jan de Hoop, Lutz Jacobi en Rodrick de Munnik	
<b>Tot slot</b>	<b>231</b>
• <b>Project met uitersten</b>	<b>232</b>
• <b>Schrijven is schrappen</b>	<b>232</b>
• <b>Pleidooi voor meer groen</b>	<b>232</b>
• <b>Dank</b>	<b>233</b>
<b>Bronvermeldingen</b>	<b>237</b>
<b>Beeldverantwoording</b>	<b>243</b>
<b>Colofon</b>	<b>246</b>

*Luchtfoto pagina's 8-9: Medisch Centrum Leeuwarden (MCL). Deze luchtfoto maakte ik vanuit een Cessna tijdens mijn laatste fotovlucht op zondag 20 augustus 2017. Ik kon toen nog niet bevroeden dat ik acht maanden later met acute leukemie langdurig in dit ziekenhuis zou zijn opgenomen. De rode X geeft de plek van mijn 'tuinkamer' aan.*



# Waarom dit boek?

## Een mooie lente

---

Het is donderdagmiddag 19 april 2018. Een prachtige lentedag met een strakblauwe lucht. Ik zit op de oude houten tuinbank achter in de tuin bij mijn huis.

Ik voel hoe de zon mijn huid verwarmt. De kievitsbloemen staan in bloei en steeds meer bomen en struiken komen in blad. Ik geniet van de roodborst die in de hoge berk zit te zingen. Een merel laat vanaf de nok van het dak rustig zijn volle strofen met warme klanken horen. Dikke, harige hommels zoemen om me heen. In de knoestige knotwilg zingt een koolmees met zijn gitzwarte petje het bekende 'zagende' deuntje: *tietsju-tietsju-tietsju*. Het vrouwtje is druk bezig met het aanslepen van nestmateriaal voor in de nestkast aan de schuur. Ik voel mij gezegend.

Op dat moment kan ik nog niet bevroeden dat ik de lessen uit de in 2016 gevolgde wandelcoach-opleiding enkele dagen later al voor mezelf zal moeten benutten.



## Diagnose acute leukemie

Nog steeds op mijn tuinbank kijk ik een grote vlucht overvliegende ganzen na. Opeens hoor ik mijn vrouw roepen: 'Meindert, de dokter staat op de stoep!' Eerder die ochtend had ik een bezoek gebracht aan mijn huisarts. Mijn vrouw maakte zich zorgen om mijn voortdurende vermoeidheid en een hinderlijk kuchje. Ik weet de klachten aan de naweeën van een griep of van de reeds met antibiotica behandelde ziekte van Lyme. Voor het maken van een longfoto en bloedprikken stuurde de huisarts mij door naar het ziekenhuis.

Zonder omhaal van woorden geeft de huisarts ons de uitslagen van de onderzoeken. De diagnose: vermoedelijk acute leukemie. Het klinkt onwerkelijk. Mijn vrouw is geschokt. Zelf blijf ik rustig. We zien wel hoe het gaat.

De diagnose vormt een keerpunt in mijn leven. Van een rustig, relatief onbezorgd leven kom ik terecht in een rollercoaster. Mijn leven is in gevaar!

De volgende dag rijden we naar het Medisch Centrum Leeuwarden (MCL) voor een beenmergpunctie. Die bevestigt de diagnose. Ik moet er nu rekening mee houden dat ik minimaal drie tot zes maanden uit de running ben en in die tijd ook niet buiten mag komen.

## De tuinen van het ziekenhuis

Er volgen hectische dagen van aanvullend onderzoek, waarvoor ik naar het Universitair Medisch Centrum Groningen (UMCG) word gebracht. Mijn uitzicht is beperkt tot witte



*Uitzicht vanuit mijn kamer in het UMCG*



*Mijn 'tuinkamer' in het MCL*

binnen- en buitenmuren, een stukje grasberm, en in de verte enkele boomtoppen die boven de Groninger binnenstad uitsteken. Ik realiseer me dat ik het komende half jaar – en mogelijk nog langer – niet in de natuur kan wandelen en fotograferen en van mijn tuin genieten. Voor een actief buitenmens als ik is dat slikken! Dít is wat ik als het allerswaarste van mijn behandeling zie.

Ik besluit om niet bij de pakken neer te gaan zitten, maar zelf actie te ondernemen met wat ik wél kan doen. Ik laat een aantal door mijzelf gemaakte natuurfoto's op posterformaat afdrukken en hang ze op de witte muur tegenover mijn bed. Zo heb ik dan tóch uitzicht op natuur.

Tijdens mijn wandelcoach-opleiding leerde ik namelijk van gastdocent prof. dr. Agnes van den Berg over de positieve, heilzame effecten van natuur op gezondheid. Ik maakte toen voor het eerst kennis met het begrip 'groene zorg'.



# Over de MCL-campus

## Fijn om vooraf te weten

### Wat is 'de MCL-campus'?

De campus van het Medisch Centrum Leeuwarden (MCL) is het hele gebied tussen de Henri Dunantweg aan de oostzijde, de Aldlânsdyk aan de zuidzijde, de Oostergoweg aan de westzijde en de Borniastraat aan de noordzijde. In dit gebied bevinden zich niet alleen gebouwen en terreinen van het MCL, maar ook van zorgorganisatie Noorderbreedte en van andere organisaties. Met dit boek maak je aan de hand van tekst en foto's een groene wandeling door de tuinen op de MCL-campus.

### Historisch document

Toen ik in 2023 begon met fotograferen was het eerst alleen mijn bedoeling een uitgebreide fotoreportage te maken van de tuinen. De foto's zouden dan voor iedereen te zien zijn in mijn online beeldbank. Tijdens het fotoproject hoorde ik echter dat het MCL plannen heeft om de komen jaren flink uit te breiden. Daarvoor moeten het oude historische Triotel-gedeelte en de paviljoens van Noorderbreedte Revalidatie (het voormalige Bornia Herne) wijken.

Daarom besloot ik het fotoproject te laten uitgroeien tot een (foto)boek. Het is het eerste boek over de tuinen in en rond het MCL. Het geeft een beeld van de situatie in 2023, kijkt even terug in het verleden, en werpt een blik vooruit op de toekomst van de MCL-tuinen. Daarmee is dit boek een historisch document.

### Naamswijziging MCL

In mei 2024 maakte het MCL bekend dat de twee Friese ziekenhuizen Medisch Centrum Leeuwarden en Tjongerschans gaan fuseren. Ze gaan samen verder onder een nieuwe naam: Frisius MC. Vanaf 1 januari 2025 is Frisius MC één organisatie met twee hoofdlocaties: een in Heerenveen en een in Leeuwarden.

In dit boek houd ik vast aan de naam Medisch Centrum Leeuwarden (MCL), omdat deze van toepassing was gedurende het fotografieproject in 2023.





*Oermoeder - Evert van Hemert*

*Staannd naakt - Evert van Hemert ►*

## **Kunst bij de hoofdingang**

Langs de allee vind je werken van vijf kunstenaars:

- **Evert van Hemert**  
*Oermoeder, Atsje, Staand naakt* (alle drie in brons)
- **Karianne Krabbendam**  
*Verwachting, Pilaarvrouw* (beide in hardsteen)
- **Herman van der Made**  
*Pantha Rei* (zwerfkei, graniet)
- **Nicolaas Matsier**  
*God van de drempel* (gedicht op tegel)
- **Bram de Smit**  
*Hoop* (cortenstaal)





*Scholekster met jong op sedumdak*



◀ Lunchpauze in de mooi gerenoveerde geriatrietuin



## Geriatric

Het Centrum Klinische Geriatrie Fryslân is voor kwetsbare oudere mensen met complexe ziekteproblemen. Het centrum bestaat uit een verpleegafdeling en een polikliniek. Hier zijn twee tuinen: een met een gaashek omheinde, afgesloten tuin bij de verpleegafdeling, en een kleine binnentuin bij de polikliniek.

### Omheinde tuin

Deze tuin werd in 2023 intensief gerenoveerd. Professionals vanuit de afdeling, onderzoekers van de VU Amsterdam en Snoek Puur Groen maakten samen het ontwerp. Dat leverde een tuin op die aantrekkelijk is voor de geriatrische patiënten, voor de medewerkers, én voor vogels en insecten. Een tuin ook die uitnodigt tot bewegen. Via een spiegel kunnen de medewerkers binnen een oogje houden op de patiënten die buiten zijn.

Op het hek rond de tuin groeien klimplanten, zoals zoetgeurende klimrozen en Toscaanse jasmijn, en bosrank. De border in het midden van de tuin is verhoogd met lage muurtjes. Je kunt er nu een wandelingetje omheen maken. Bankjes en terrasmeubels nodigen uit om rustig te zitten en te genieten.



*Uitzicht op de vernieuwde tuin bij Geriatrie*



*Zonnekruid*



*Verbonden - Diana Leenards*



*Slangenden of apenboom*





*Lage beukenhaag*

## Nieuw Mellens

Nieuw Mellens was een woonzorgcentrum van Noorderbreedte voor mensen met dementie. Het centrum is vernoemd naar de afgegraven terp Mellens, die oostelijk van het huidige Drachtsterplein lag. Nieuw Mellens ligt op de campus naast het MCL en heeft verschillende binnen- en buitentuinen. Een hek rond de buitentuinen beschermde de kwetsbare bewoners. Begin 2022 verhuisden de bewoners en medewerkers naar de nieuwe locatie Jabikshof in Goutum bij Leeuwarden. Het centrum was daarna tot maart 2023 in gebruik als tijdelijke noodopvang voor Oekraïense vluchtelingen.

◀ *Ingang Nieuw Mellens met allee*

Na hun vertrek is de verouderde Nieuw Mellens-locatie gerenoveerd. Vervolgens werden de gebouwen van Noorderbreedte Revalidatie (het vroegere Bornia Herne) aan de Borniastraat en de Henri Dunantweg begin 2024 gesloopt ten behoeve van de omvangrijke nieuwbouw van het MCL. De patiënten en medewerkers van Noorderbreedte Revalidatie konden terecht in het inmiddels gerenoveerde Nieuw Mellens.

Door de renovatiewerkzaamheden was het niet mogelijk om de oorspronkelijke binnentuinen van Nieuw Mellens in beeld te brengen. Dat is jammer, want het terrein had fraaie binnentuinen, ontworpen door tuinarchitect Siem de Vlas van Linum túnfoarmjouwning en advys en aangelegd door hoveniersbedrijf Snoek Puur Groen. De Vlas ontwierp voor Nieuw Mellens speelse, levendige en onderhoudsvriendelijke tuinen, die de zintuigen prikkelden van de bewoners met dementie. Ze hadden in alle jaargetijden iets bijzonders en waren toegankelijk met rolstoelen en rollators. De nieuwe tuinen en groenvoorziening rondom Nieuw Mellens kon ik gelukkig wel fotograferen.

Er loopt een ruim toegangspad naar de ingang van Nieuw Mellens, vergelijkbaar met de allee bij de hoofdingang van het MCL. Langs dit pad staan bomen, lage beukenhagen en bankjes. Aan de kant van de Oostergoweg liggen ruime perken met rozen en hortensia's. In een van de perken staat het deels bronzen kunstwerk *Fontein met tractorband* van beeldhouwer **Guido Geelen**.



*Ros met hommel*



*Hortensia*



*Kievitsbloem*



*Grote bonte specht*



*Houtduif in sierkers*





*De kikkerpoel*

# Heilzaam groen

in de zorg,  
op het werk,  
in en bij huis

---



*Ook een aquarium geeft rust en afleiding. Dit aquarium staat bij de afdeling Geriatrie in het MCL.*