



## **Informatiebrief voor deelnemers onderzoek Amsterdam Zuidoost**

Deze informatiebrief geeft een overzicht van een onderzoeksprogramma waaraan je bent gevraagd om deel te nemen. Deze studie maakt deel uit van het NATURELAB-project. NATURELAB zet zich in voor de erkenning, promotie, en het gebruik van groenblauwe ruimtes (d.w.z. land en water) als zorgverleners. Dit doet NATURELAB door te onderzoeken welke voordelen natuuractiviteiten in groepsverband hebben. Deze activiteiten versterken gezondheid en welzijn door mensen in contact te brengen met de natuur in hun eigen buurt. NATURELAB richt zich op verschillende natuurlijke omgevingen: i) bossen en beschermde gebieden, ii) stadsparken en iii) tuinbouw en (moes)tuinen. NATURELAB werkt op verschillende proeflocaties in vijf landen, waaronder Peru, Portugal, Griekenland, Duitsland, en Nederland.

Voor Nederland wordt dit onderzoek uitgevoerd door de Vrije Universiteit (VU) Amsterdam en GroenPlatVorm ZuidOost (GpVZO). Neem de tijd om de volgende informatie te lezen. Als iets niet duidelijk is, neem dan contact op met een van de betrokken onderzoekers.

### **Wat is het doel van dit onderzoek?**

De effecten meten van groepsactiviteiten in de natuur op de gezondheid en het welzijn van kinderen (10+ jaar) en volwassenen. We zijn met name geïnteresseerd in de effecten op mentaal welzijn.

### **Wat gebeurt er als ik meedoe?**

Als je wilt deelnemen aan ons onderzoek, dan volgt er intake om te kijken of je aan de selectiecriteria voldoet en de groepsactiviteiten jou kunnen helpen. Deze intake volgt 2 stappen: 1) Het invullen van een korte online vragenlijst. Als je aan de selectiecriteria voldoet, dan word je gevraagd om je contactgegevens door te geven en je voorkeur aan te geven voor dag/tijd om een telefoongesprek (of persoonlijk bezoek) in te plannen. 2) Een vervolgesprek met iemand van het onderzoeksteam. Dit gesprek duurt maximaal 15 minuten. In dit gesprek worden verschillende vragen gesteld die helpen bepalen of je mee kunt doen aan het onderzoek. Dit is ook een mogelijkheid voor jou om vragen te stellen over het onderzoek. Als je aan alle selectiecriteria voldoet, dan word je uitgenodigd om deel te nemen aan de volgende fase van dit onderzoek. Als je mee wilt doen, zal het onderzoeksteam je willekeurig toewijzen aan één van de volgende twee groepen:

- *Groep A* zal deelnemen aan 5 groepsactiviteiten in de natuur op verschillende locaties in Amsterdam Zuidoost gedurende een periode van 12 weken (één sessie per twee weken;



ongeveer 2 uur per sessie; totaal 10 uur). Daarnaast ontvangt deze groep een lijst met lokale activiteiten, waaraan je in eigen tijd kunt deelnemen.

- *Groep B* zal deelnemen aan 12 groepsactiviteiten in de natuur in Brasapark en de Tuinen van Brasa gedurende een periode van 12 weken (één sessie per week; ongeveer 2 uur per sessie; totaal 24 uur).

Beide groepen worden begeleid door getrainde begeleiders en zullen plaatsvinden op een geschikte dag/tijd voor de groep. Je mag samen met je eigen ouder of kind meedoen, zolang jullie allebei aan de selectiecriteria voldoen. Als dit het geval is kunnen jullie in dezelfde groep worden ingedeeld. Eventuele reiskosten van je huis naar de locatie(s) kunnen tot een bepaald bedrag worden vergoed. Als je kleine kinderen hebt en kinderopvang nodig hebt om deel te nemen aan de groepssessies; wij bieden gratis kinderopvang aan, met buitenactiviteiten, voor kinderen van deelnemers tijdens de sessies.

Deelnemers in beide groepen zullen gevraagd worden om verschillende vragenlijsten in te vullen op 5 meetmomenten binnen een periode van 6 maanden. Het duurt 15 tot 40 minuten om deze vragenlijsten in te vullen op elk meetmoment (max 3 uur in totaal). Ook wordt je bloeddruk gemeten op vijf meetmomenten, voor en na groep sessies. De meeste vragenlijsten kun je zelf invullen via een digitale weblink. Als je hulp nodig hebt bij het invullen van deze vragenlijsten, dan helpt een van onze onderzoekers hier graag bij.

Om het onderzoek te evalueren, zullen we ook een aantal deelnemers vragen om mee te doen aan individuele en groepsinterviews. Deze evaluatie vindt plaats aan het eind van deze studie (6 maanden na de start van de eerste sessie). Verdere informatie over deelname aan deze evaluatie volgt eind 2026.

### **Moet je meedoen?**

Nee. Deelname is geheel vrijwillig. Het is jouw keuze om wel of niet deel te nemen aan dit onderzoek. Je kunt op elk moment gedurende dit onderzoek stoppen met jouw deelname; hiervoor hoef je geen reden door te geven en zul je geen nadelen aan ondervinden. Als je stopt, zal je geen vragenlijsten meer hoeven in te vullen. De data die al verzameld is zal wel gebruikt worden voor de doeleinden van dit onderzoek, tenzij je specifiek aangeeft dat al jouw data, bekend bij de VU Amsterdam, volledig geanonimiseerd moet worden of volledig verwijderd.



### **Wat zijn de mogelijke voordelen van deelname?**

Als je besluit om deel te nemen, kun je verbeteringen ervaren in jouw gezondheid en welzijn. Ook draag je bij aan wetenschap en kennis over de effecten van natuuractiviteiten.

### **Wat zijn de mogelijke nadelen?**

Eerder onderzoek heeft aangetoond dat natuuractiviteiten geen medische risico's hebben. Wel kun je je mogelijk overvraagd voelen door deelname aan het onderzoek en de bijbehorende sessies, activiteiten en vragenlijsten. Ook kun je mogelijk sommige vragen als ongemakkelijk ervaren; je kunt zulke vragen indien nodig overslaan. Mogelijk kan deelname aan een groepsprogramma je onzeker maken. De groepsbegeleider is getraind om ervoor te zorgen dat iedereen in de groep zich op zijn gemak voelt. Je hoeft niets persoonlijks met de andere deelnemers of de begeleider te delen. Als groep wordt er afgesproken dat wat er in de groep gedeeld wordt, dit niet buiten de groep gedeeld wordt; maar dit kunnen we niet garanderen.

In zeldzame gevallen waarin er een risico bestaat dat jij een gevaar bent voor jezelf of anderen, dan zijn we verplicht om stappen te nemen om jouw veiligheid te waarborgen. Mocht dit gebeuren, dan zullen we dat altijd eerst met jou bespreken. Indien nodig verwijzen wij door naar andere hulpdiensten. In stap 2 van de intake, maken we een inschatting van dit risico.

### **Hoe zit het met de vertrouwelijkheid?**

Alle informatie die over jou wordt verzameld, wordt strikt vertrouwelijk behandeld. Al jouw persoonlijke gegevens (bijv. naam, e-mailadres) zullen een code krijgen. Niemand anders dan de onderzoekers van de VU Amsterdam zullen toegang hebben tot deze persoonlijke gegevens en code. Al jouw antwoorden op de vragenlijsten zijn daardoor vertrouwelijk. Om veiligheids- en logistieke redenen worden jouw naam en contactgegevens ook gedeeld met jouw groepsbegeleider en, indien je gebruik maakt van de gratis kinderopvang, met de kinderopvangmedewerker.

Alle data die wordt verzameld zal veilig worden opgeslagen op dataplatforms van de VU Amsterdam. Antwoorden op vragenlijsten en persoonlijke gegevens zullen op verschillende dataplatforms worden opgeslagen. Data wordt bewaard voor een periode van tien jaar; hierbij volgen wij de richtlijnen van de VU Amsterdam. Jouw antwoorden op de vragenlijsten kunnen ook gedeeld worden met andere onderzoekers van het NATURELAB-project om andere onderzoeksvragen te beantwoorden. Persoonlijke gegevens (zoals jouw naam of email adres) zullen nooit gedeeld worden.

Nadat het project is afgelopen, zal data waarschijnlijk volledig worden geanonimiseerd (dat wil zeggen: persoonlijke codes worden verwijderd en kunnen daarmee nooit meer worden gelinkt aan



antwoorden op vragenlijsten). Deze geanonimiseerde dataset wordt dan toegankelijk gemaakt en beschikbaar voor hergebruik door derden – alleen op deze manier voldoen we aan de EU FAIR datamanagement richtlijnen. Deze richtlijnen geven aan dat data Vindbaar (Findable), Toegankelijk (Accessible), Uitwisselbaar (Interoperable, uitwisselen en gebruiken van informatie) en Herbruikbaar (Re-usable) moeten zijn, oftewel FAIR in het Engels. Er zijn vertrouwelijkheidsrisico's verbonden aan het verzamelen, opslaan, gebruiken en overdragen van data (de mogelijkheid van het identificeren van de persoon in kwestie). Deze risico's kunnen niet volledig worden uitgesloten; maar het onderzoeksteam zal alles doen wat binnen hun mogelijkheden ligt om jouw privacy te beschermen. Als er toch een datalek heeft plaatsgevonden, word je zo snel mogelijk op de hoogte gesteld. De privacy statement van dit onderzoek bevat verdere informatie over dit onderwerp.

### **Wat gebeurt er met de bevindingen van het onderzoek?**

Wat we leren uit dit onderzoek wordt gedeeld met andere organisaties die deel uitmaken van het NATURELAB-project en andere relevante organisaties en belanghebbenden in Nederland. Resultaten van dit onderzoek kunnen worden gepubliceerd in wetenschappelijke tijdschriften of rapporten. Dit soort publicaties zullen nooit jouw naam of andere persoonlijke informatie bevatten.

### **Wie heeft het onderzoek goedgekeurd?**

Deze studie is beoordeeld en goedgekeurd door de ethische commissie van de Faculteit der Bètawetenschappen van de VU Amsterdam. Dit onderzoek is goedgekeurd op 7 Augustus 2025 door deze commissie (referentie 2025-028).

### **Met wie moet ik contact opnemen voor meer informatie?**

Als je vragen hebt, kun je deze nu of later aan ons stellen, ook na deelname. Als je meer informatie wilt ontvangen over ons onderzoek, of als je jouw rechten met betrekking tot deelname aan dit onderzoek wilt bespreken, neem dan contact op met een van onderstaande personen:

Aniek Woodward, VU Amsterdam, [a.woodward@vu.nl](mailto:a.woodward@vu.nl) (Nederlands en Engels)

Caroline Meier zu Biesen, VU Amsterdam, [c.meierzubiesen@vu.nl](mailto:c.meierzubiesen@vu.nl) (alleen Engels)