

# Handreiking

Vrijwilligerswerk in groene  
activiteiten binnen de zorg

Voorbeelden, tips & tricks

# Achtergrond

**In de zorgsector is de laatste jaren steeds meer aandacht gekomen voor de inzet van natuur en groen, zowel in de preventieve als in de care of curatieve sfeer. Groen doet goed, een groene omgeving is heilzaam.**

Steeds meer onderzoek wordt gedaan naar, en bewijs gevonden voor deze heilzame en positieve werking van een groene omgeving en natuurbeleving. Ook zijn er her en der goede voorbeelden aan het ontstaan, waarbij groen en natuurbeleving wordt ingezet in de zorgsector, ook in Overijssel (zie publicatie Vitamine Groen, provincie Overijssel 2019). Tegelijkertijd rijzen de kosten van de zorg de pan uit (inmiddels 100 miljard per jaar) en is er een toenemende druk op de zorg en zorgmedewerkers.

Vrijwilligerswerk kan mede daarom van groot belang zijn. Ook hiervan zijn al de nodige voorbeelden te vinden: denk aan inzet van de Natuurkoffer/Groene visite, wandelingen voor ouderen, Gezond Natuur Wandelen etc. Toch is het altijd een zoektocht; hoe vinden we deze mensen die op vrijwillige basis een bijdrage willen leveren aan natuurbeleving voor mensen met een zorgvraag? Hoe zorgen we dat ze voldoende geëquipeerd zijn? Wat is nodig binnen de zorgorganisaties zelf om de vrijwilligers te behouden en belonen?

Als onderdeel het programma Natuur voor Elkaar hebben IVN Overijssel (IVN), Natuur en Milieu Overijssel (NMO), Landschap Overijssel (LO) en Stichting IJssellandschap (StIJ), een inventarisatie gemaakt van goede voorbeelden van de inzet van groen vrijwilligerswerk in de zorg. Daarbij zijn gesprekken gevoerd met vrijwilligers en met diverse zorginstellingen om te inventariseren wat de randvoorwaarden zijn voor de succesvolle inzet van vrijwilligers in groene activiteiten. Hierbij is gekeken naar bestaand materiaal over de inzet van vrijwilligers.

Tenslotte is op basis van de bevindingen en een sessie met een aantal vertegenwoordigers van zorgpartijen gesproken over de opties om nieuwe vrijwilligers te werven en op te leiden en zijn twee try-out trainingen uitgezet.

In dit document de bevindingen. Daarbij is een en ander zo compact mogelijk weergegeven zodat het kan dienen als handreiking voor zorgorganisaties die groene vrijwilligers willen betrekken bij hun primaire taak: zorg voor mensen.

# 1. Groen Vrijwilligerswerk in de zorg in Overijssel

Een inventarisatie bij de betrokken organisaties leverde het volgende overzicht op van projecten waarbij vrijwilligers zich inzetten voor het organiseren van groene activiteiten bij zorgorganisaties. De activiteiten zijn geordend naar zorgsector.

## Ouderenzorg

### Natuurkoffer / Groene Visite

Wordt door verschillende IVN-afdelingen in de provincie ingezet; betreft een dagbestedingsactiviteit binnen de ouderenzorg. Begeleiding door IVN-vrijwilligers. Meer informatie bij IVN Overijssel of Natuur en Milieu Overijssel.

### Wandelingen

Vrijwilligers van Stichting IJssellandschap begeleiden wandelingen voor ouderen met en zonder geheugen-beperkingen. Deelnemers komen via Solis en Humanitas (ouderenzorg Deventer) of wonen nog zelfstandig thuis. Vrijwilligers van onder andere lokale IVN afdelingen begeleiden wandelingen voor ouderen van bv de Posten (Enschede) en Zorgspectrum het Zand (Zwolle).

### Beleeftuin

Vrijwilligers onderhouden een beleeftuin (Humanitas en Solis, Deventer). Meer informatie bij Solis en Humanitas

### Natuurlijk Samen en Natuurlijk Fit

Speciaal geworven en getrainde natuurvrijwilligers door Natuur en Milieu Overijssel zijn ingezet voor locaties van het Zand (Staphorst, Zwolle en Heino). Dit project is gestart rond 2017 en draait op sommige locaties nog steeds.



## Ziekenhuizen

### Beleefroute

Vrijwilligers begeleiden activiteiten in Isala Ziekenhuis (ook te lopen met een app). Informatie bij NMO.

## Revalidatie

### Beleeftuin

Onderhoud en activiteiten in de tuin van Vogellanden door vrijwilligers. Informatie bij Vogellanden of LO.

## GGZ / Re-integratie

### Zorgend landschap

Beheerswerkzaamheden op terrein van LO en particulieren.

### Baanbrekend Landschap

Beheerwerkzaamheden voor mensen met afstand tot de arbeidsmarkt. Meer informatie bij LO.

## Huisartsen / Fysiotherapie

### Gezond Natuur Wandelen

Wandelingen begeleid door vrijwilligers voor open publiek in Deventer en Ommen. Meer informatie bij IVN Overijssel

### Wandelingen

Wandelingen rond het Deventer Ziekenhuis (uitgezet door vrijwilligers). Informatie bij IVN Overijssel of LO.



### Dagbesteding

Beheerswerkzaamheden bij diverse instellingen. Meer informatie bij SBB.

Natuur op Recept bij Dimence Zwolle, Natuurexcursies en wandelingen bieden aan mensen met GGZ achtergrond

### Ommetjes/Wandelingen met de huisarts

Ommetjes begeleid en opgezet ism Frank Greven en vrijwilligers van IVN Oldenzaal

## Goede voorbeelden

Een viertal voorbeelden lichten we er uit. Vrijwilligers en vertegenwoordigers van zorgorganisaties presenteerden hun verhaal tevens op een Inspiratiebijeenkomst (februari 2020):

### 1. Wandelen met ouderen

Stichting IJssellandschap organiseert 8 jaar wandelingen voor bewoners van Solis en Humanitas en voor thuiswonenden ouderen met geheugenbependingen op terreinen van IJssellandschap Vrijwilligers begeleiden deze wandelingen. [Hier](#) vind je meer informatie.

### 2. De Natuurkoffer (IVN) of Groene Visite (NMO)

Een dagbestedingsactiviteit voor mensen met dementie. De activiteit wordt door verschillende (vaak aan IVN afdelingen verbonden) vrijwilligers georganiseerd bij ouderzorginstellingen. Het gaat om tientallen instellingen. De activiteiten worden volledig begeleid door de vrijwilligers en laten ouderen natuur (uit de natuurkoffer) aan een tafel beleven. Klik [hier](#) voor meer informatie van bijvoorbeeld IVN Oldenzaal-Losser en [hier](#) voor algemene informatie over de Natuurkoffer.

### 3. Zorgend Landschap

Carintreggeland organiseert in samenwerking met Landschap Overijssel activiteiten voor mensen met een zorgvraag rond dementie / cognitieve problemen, onder de titel 'Zorgend Landschap'. Het gaat hierbij om landschapsonderhoud met cliënten. Doel is bij te dragen aan een groter welzijn van cliënten en het afremmen van de effecten van dementie. Vrijwilligers spelen een belangrijke rol in de begeleiding van deze groepen. Klik [hier](#) voor meer informatie.

### 4. Beleeftuin

In 2016 is Vogellanden, samen met Landschap Overijssel en haar burens, gestart met het aanleggen van een prachtige ontmoetings- en beleeftuin. Een tuin waarin cliënten van het centrum, buurtbewoners en andere belangstellenden kunnen wandelen, ontspannen en tuinieren. De tuin wordt onderhouden door vrijwilligers, die tevens activiteiten voor cliënten organiseren. Voor meer informatie klik [hier](#).

## 2. Aandachtspunten groen vrijwilligerswerk

**Bij groen vrijwilligerswerk in de zorg is een aantal onderwerpen van belang om het vrijwilligerswerk goed te organiseren en onderhouden. Het gaat om onder andere de volgende punten:**

### 1. Motivatie vrijwilligers

Mensen zetten zich vrijwillig in vanuit een bepaalde motivatie of passie. Iemand zet zich in, als hij/zij zich betrokken voelt bij bijvoorbeeld een organisatie of een bepaalde doelgroep. Uiteraard moet de vrijwilliger de werkzaamheden die hij/zij uitvoert zelf ook leuk vinden. Het moet gezellig zijn en de vrijwilliger moet zich gewaardeerd voelen in dat wat hij/zij doet.

### 2. Motivatie zorginstelling

Ook de motivatie van de ontvangende/begeleidende zorgorganisatie is van belang. Het is duidelijk dat de inzet van vrijwilligers relatief lage kosten met zich meebrengt, maar het is essentieel dat de organisatie helder is over haar doelen en wensen met betrekking tot het aspect “groen”. Daarbij is het goed als de ontvangende organisatie de factor groen borgt in haar kernwaarden. En uiteraard goed nadenkt over wat de meerwaarde van vrijwilligers kan zijn. Bijvoorbeeld: betere zorg voor mensen, meer betrokkenheid van de omgeving, de buurt en/of familieleden.

“Ik heb al zo vaak advertenties gezet”

### 3. Het vinden van vrijwilligers

Het werven van vrijwilligers, het ‘binnenhalen’ van nieuwe mensen wordt vaak als een probleem gezien. “Ik heb al zo vaak advertenties gezet”, is een regelmatig terugkomende uitspraak. En zeker als het dan gaat om specifieke activiteiten, in het groen, met natuurbeleving, dan wil je ook enige kwaliteit zien als ontvangende organisatie. Het gaat dan bijvoorbeeld om sociale kwaliteiten en begrip voor de aard en mogelijke beperkingen van cliënten, patiënten of bewoners van zorginstellingen. Maar ook om kennis en kunde als het gaat om bijvoorbeeld zorg voor een tuin, om het overdragen van kennis of om het begeleiden van aantrekkelijke activiteiten.



#### **4. De ontvangststructuur en begeleiding**

Mensen zetten zich vrijwillig in vanuit een bepaalde motivatie of passie. Iemand zet zich in, als hij/zij zich betrokken voelt bij bijvoorbeeld een organisatie of een bepaalde doelgroep. Uiteraard moet de vrijwilliger de werkzaamheden die hij/zij uitvoert zelf ook leuk vinden. Het moet gezellig zijn en de vrijwilliger moet zich gewaardeerd voelen in dat wat hij/zij doet.

#### **5. Minder of slecht functioneren**

Er kan een moment komen dat de inzet van de vrijwilliger onvoldoende is, dat niet meer wordt voldaan aan de verwachtingen van de ontvangende organisatie. Soms vraagt de vrijwilliger meer zorg dan dat hij/zij bijdraagt aan de zorg voor cliënten of bewoners en in een enkel geval is er misschien zelfs sprake van disfunctioneren. Wat doe je als ontvangende organisatie in dat soort gevallen? Hoe neem je op een goede manier afscheid van elkaar?



## 3. Tips en Tricks

**Hieronder vind je een hele serie tips en tricks die gedurende de sessies met vrijwilligers, zorgpartijen en andere betrokken organisaties naar voren kwamen. Onderwerpen zijn: hoe werf je vrijwilligers, wat is belangrijk bij het begeleiden van vrijwilligers en hoe houd je vrijwilligers vast en enthousiast.**

### Binnenhalen

- Stel een aansprekend doel als vragende organisatie. Zorg voor een aansprekend verhaal: hoe staat je organisatie erin? Wat is het je organisatie waard? Wat zijn de kernwaarden van je instelling? Wat mag de vrijwilliger verwachten van de organisatie?
- Maak duidelijk wat voor mensen je zoekt. Zorg voor specifieke vacatures; en formuleer duidelijke taken (met keuzemogelijkheden, balans, sturing en vrijheid). Zorg voor een heldere afbakening.
- Organiseer (in samenwerking met een van de groene partijen) een training Natuur & Gezondheid. Zie hoofdstuk 4.
- Organiseer open dagen/soepavonden voor mensen uit de buurt. Vrijwilligers werven is dan een onderliggend doel; het gaat ook om de buurt te laten weten wat er binnen je zorgorganisatie gebeurt (Buiten naar Binnen halen).
- Kijk naar de bestaande vrijwilligers: zijn hier talenten om meer met groen te doen?
- Zet bestaande vrijwilligers in als ambassadeurs voor de werving van nieuwe vrijwilligers.

### Werven

- Vacature via GroenBezig, het Overijsselse platform voor groen vrijwilligerswerk. Iedereen kan hier vacatures plaatsen: zie <https://groenbezig.nl/aanmelden>. In het kader van dit project werd bv samengewerkt met GGZ, en werden vrijwilligers geworven voor een wijkcentrum. Bekijk [hier](#) de vacature.
- Vacature via de vrijwilligerscentrale of via netwerken aanboren (bijv. Rotary, Lions). NB Veel groene vrijwilligers zijn actief in de periode 15 september t/m 15 maart. Daartussen is het broedseizoen. In die periode kun je die vrijwilligers binnen de zorginstelling in de tuin inzetten.



## Werven (vervolg)

- Benader lokale natuurclubs (bijvoorbeeld de IVN-afdeling) en actieve groene vrijwilligers. Soms willen zij in een bepaalde periode best andere dingen doen. Van maart tot juli is het broedseizoen en willen de vrijwilligers misschien wel binnen de zorginstelling aan de slag
- Benader lokale sportverenigingen. De plaatselijke atletiekvereniging heeft wellicht leden die zich wel willen inzetten bij het wandelen in de natuur, de voetbalvereniging heeft mensen die wel een aantal buitensportactiviteiten wil organiseren. Ook voor de langere termijn.
- Leg in je zoektocht naar vrijwilligers ook verbinding met andere partijen en organisaties zoals scholen, de gemeente of welzijnsorganisaties. Vertel over je plan en vraag of ze kunnen helpen. Denk ook aan zorgopleidingen/groene opleidingen (AOC/Zone college, evt. stagiaires)
- Betrek omwonenden
- Vraag aan volkstuinleden (of mensen op de wachtlijst voor een volkstuin) of ze een tuintje bij een zorginstelling willen onderhouden
- Werf in biowinkels.
- Werf binnen het netwerk van bewoners/cliënten: vrienden/familie/mantelzorgers

## Begeleiden

- Laat een (liefst) betaalde kracht de vrijwilligers coördineren/werven en aansturen.
- In bepaalde gevallen is het mogelijk toe te werken naar 'zelfsturende teams' die wel altijd terug moeten kunnen vallen op een aanspreekpunt van de organisatie. Deze medewerker kan de vinger aan de pols houden.
- Geef vrijwilligers de ruimte om eerst even af te tasten of proef te draaien.
- Organiseer (eventueel samen met andere zorginstellingen) een training; zorg voor bijscholing, draag kennis over; bied vrijwilligers een opleiding/cursus aan (zoals bijvoorbeeld Gezond Natuur Wandelen). Maak gebruik van e-learning modules beschikbaar via Groen Bezig, Landschap Overijssel en IVN.
- Bied vrijwilligers simpele tools aan om groen ook binnen te beleven
- Leg ook in het zorgaanbod zelf meer verbinding tussen de zorg en het groen. Houd bijvoorbeeld thee momenten of picknicks buiten, en zorg dat mensen vanuit de instelling structureel worden gestimuleerd om naar de tuin te gaan.
- Houd met regelmaat evaluatieve gesprekken met de vrijwilligers – laat zien dat je ze serieus neemt.

## Belonen en behouden

- Zorg voor een heldere coördinatie/aanspreekpunt
- Persoonlijk contact is belangrijk;
- Waardeer je vrijwilligers en erken ze. Belonen kan ook in termen van gehoord voelen, erken de gelijkwaardigheid van professionals en vrijwilligers. Een kleine attentie wordt gewaardeerd (grote vaak minder)
- Betrek je vrijwilligers bij de organisatie (uitnodigingen voor feestjes, attentie op je verjaardag, kleine attentie bij ziekte, lief en leed en updates vanuit de organisatie etc.). Aandacht is belangrijk
- Deel de oogst en successen ook met de vrijwilligers; in ruil voor het meewerken in de tuin/kas kunnen vrijwilligers meedelen in de oogst
- Peil wat de vrijwilliger eigenlijk wil (opleiding, vergoeding reiskosten, aandacht, erkenning, inzetten van kwaliteiten? Etc.)
- Het bieden van opleiding/cursussen (zoals bij Gezond Natuur Wandelen) kan banden verstevigen.
- Geef vrijwilligers de vrijheid en de ruimte om iets zelf te doen en mee te denken; zorg dat er geen sprake is van teveel sturing.
- Zorg dat er geen tijdsdruk is en betrek ze niet bij moeilijke bestuurlijke overleggen
- Zorg voor kleine activiteiten om mensen te verleiden (vitaliteitcheck, groenten uit de tuin voor thuis etc.)
- Zorg voor gezelligheid en een goede sfeer en voor duidelijkheid over frequentie en momenten.
- Wees eerlijk en open zodat de verwachtingen naar elkaar helder zijn.

## Coördinatie

- Zorg dat er een vast aanspreekpunt is (een professional)
- Laat een vaste kracht de vrijwilligers coördineren/werven/aansturen
- Koppeling met de kernwaarden van de instelling
- Programma: duidelijkheid over frequentie en momenten
- Behoeftetepeiling: willen buurtbewoners wandelen of liever vissen langs de waterkant?
- Maak je plan helder
- Voel je verantwoordelijk voor wat je wilt/voor de uitvoering
- Verbindingen maken met andere partijen, zoals met scholen: project, visite, werkdag, biologieles (generatietuin)
- Koppel het aan overlegvormen/functioneringsgesprekken

## Overige

- Mensen met natuurbeleving/mindfulness/bewegingskennis en intrinsieke motivatie inzetten
- Maak het niet te groot; begin klein. En: begin gewoon, zonder alle beren op de weg te willen uitschakelen (veiligheid natuurlijk wel van belang). Soms lukt iets, en gaat het groeien soms lukt iets niet, maar dat is ook weer leerzaam.
- Temper je verwachtingen
- Maak vooral gebruik van wat er al is
- Verwarm de kas-jaarrond (sponsor?) geef de kas een prominentere rol (maak een plan/ontwerp) combineer het met andere functies: koffie/thee, wifi etc.
- Financiën: Voor een vrijwilligersimpuls kan een projectmatige aanpak handig zijn. Daar is soms een extra financiële impuls voor nodig. Zoek externe financiering bij partijen als: Oranjefonds, Pr. Bernhard Cultuurfonds, Provincie, Postcodeloterij etc. Of: speel in op maatschappelijk verantwoord ondernemen doelstelling van grote ondernemingen.



## 4. Capaciteit opbouw/ training

Een belangrijk onderdeel van het werven en voldoende toerusten van vrijwilligers is het aanbieden van een training/scholing. Er is inmiddels voldoende trainingsmateriaal beschikbaar. Een voorbeeld van een outline voor de training is te vinden in de bijlage.

### Er zijn twee ingangen:

**Optie 1:** Een training gekoppeld aan de werving van vrijwilligers binnen een specifieke zorginstelling. Deze opzet is getest in Zwolle bij Wijkcentrum de Pol (i.s.m. Natuur en Milieu Overijssel)

#### Bevindingen

- Werkt goed voor mensen die zich als vrijwilliger ook willen verbinden aan een bepaalde instelling/zorglocatie;
- Kan ook direct gekoppeld worden aan concrete werkzaamheden op de zorglocatie;
- Kan georganiseerd worden in samenwerking met een coördinator vanuit de zorgorganisatie/iemand die ook aanspreekpunt blijft na de training.

**Optie 2:** Een meer algemene training Natuur & Gezondheid binnen een bepaalde gemeente, waarbij opties worden geboden voor vrijwillige inzet bij diverse organisaties. Deze opzet is uitgetoetst in Deventer, i.s.m. Solis en WZC Humanitas.

#### Bevindingen

- Spreekt vooral mensen aan die zich niet direct willen committeren aan vrijwilligerswerk binnen een specifieke zorgorganisatie;
- De insteek is vooral: werven van mensen die geïnteresseerd zijn in de relatie tussen Natuur en Gezondheid
- Geeft wel de mogelijkheid om verschillende opties van vrijwilligerswerk onder de aandacht te brengen. Op de derde sessie worden zorgorganisaties die op zoek zijn naar vrijwilligers uitgenodigd.

De groene organisaties in de provincie kunnen ondersteunen bij het verzorgen van aanbod op maat. Ook is er een provinciaal programma [Natuur en Zorg](#) waarin zorgorganisaties kunnen worden ondersteund (advies en financieel).

## 5. Tot slot

### Meer lezen

#### Groene Vingers

Op verzoek van het Oranjefonds schreven Movisie en IVN een handleiding voor het succesvol betrekken van vrijwilligers bij groene buurtinitiatieven. De resultaten staan beschreven in de online publicatie [Groene vingers in de Buurt.](#)

#### De groene vrijwilliger

Motivaction deed in 2018 onderzoek naar de groene vrijwilliger van de toekomst. De studie bevat een aantal aanbevelingen voor het betrekken van specifieke typen vrijwilligers, voor welke werkzaamheden mensen interesse hebben en welke wensen er zijn aan ondersteuning. Zie [Groene Vrijwilliger van de Toekomst.](#)

### Meer weten

De groene organisaties in de provincie kunnen ondersteunen bij het verzorgen van aanbod op maat en zijn bereid om mee te denken. Heb je een vraag of wil je meer informatie, gerelateerd aan vrijwilligerswerk op het vlak van Natuur & Gezondheid dan kun je contact opnemen met:

- Wout Nieuwenhuis: Landschap Overijssel
- Peter Adema: Natuur en Milieu Overijssel
- Jet Nieboer: Stichting IJssellandschap
- Peter Mol: IVN Overijssel

Ook is er een provinciaal programma [Natuur en Zorg](#) waarin zorgorganisaties kunnen worden ondersteund (advies en financieel).

# Bijlage A: Opzet Training Hoe Groen Goed Doet

## Training Hoe “Groen Goed Doet” wat Natuur doet voor gezondheid

Training voor mensen die meer willen weten over hoe je natuur (beleving) in kan zetten voor je eigen en andermans gezondheid

### Training opzet

**Doelgroep:** voor iedereen die meer wil weten over hoe groen goed doet

**Doelen: na afloop van de training:**

- Kennen de deelnemers het belang van groen en natuurbeleving voor gezondheid;
- Zijn de deelnemers gemotiveerd om groen als middel in te zetten in de zorg;
- Hebben de deelnemers zicht op groene interventies die bijdragen aan gezondheid;
- Hebben deelnemers kennis gemaakt met interventies, mogelijke activiteiten;
- Kunnen de deelnemers zelf een aantal groene activiteiten opzetten;
- Is er animo om groen in de dagelijkse bezigheden en werkzaamheden te integreren

**Intern doel:** Werven van vrijwilligers voor Solis en Humanitas en voor andere organisaties.

### Programma 3 dagdelen

#### Dagdeel 1

2 uur (avond)

Deelnemers nemen zelf mee:

- een voorwerp aan de hand waarvan ze zichzelf introduceren;
- geschikte kleding in verband met buitenactiviteit.

- 19:30 uur**    **Ontvangst met koffie en thee, inleiding**
- 19:35 uur**    **Kennismaken; natuursymboliek**  
Wie is wie? Vertel iets over jezelf, over de reden om mee te doen, over je relatie met natuur, aan de hand van een meegebracht voorwerp. Wensen en verwachtingen noteren.
- 20:00 uur**    **Belang van natuur**  
Deelnemers noteren voor zichzelf de belangrijkste redenen om meer te doen met groen “waarom is de natuur voor jou belangrijk voor gezondheid?”. Plenair bespreken we de positieve effecten.  
Woordenwolk; in groepjes.
- 20:20 uur**    **Belang van natuur 2**  
Trainer vertelt over de positieve effecten van natuur op welzijn en gezondheid van mensen. Positieve gezondheid. Filmpje: [Natuur op recept](#)
- 20:45 uur**    **Zintuigen**  
Vaak kunnen we via zintuiglijke beleving contact maken.  
Tweetalen: 1 geblinddoekt, ander heeft natuurproduct (blad, kastanje, ander raar ding, verfroller). Wat ervaar je? Plus wolk: Natuurbeleving wolk: ervaren, voelen, gedachten, gedrag
- 21:10 uur**    **Groene uitdagingen**  
Filmpje: [Natuur op recept 2](#)
- 21: 20 uur**    **Huiswerkopdracht**  
Huiswerk: bedenk zelf een natuuractiviteit gericht op gezondheid  
Handout meegeven, leeswijzer
- 21:25 uur**    **Evaluatie, afronding**  
Zelf ervaren is het eerste belang, daarom volgende keer naar buiten.  
Wat wij nu vertellen zijn richtingaanwijzers. Is kennis over, maar je moet het zelf ervaren...

## **Dagdeel 2**

Dagdeel (zaterdag): 4 uur

Buiten dag:

Wandeling obv Gerrit Ruiter

## **Natuuractiviteiten circuit**

Deelnemers voeren een aantal natuuractiviteiten uit in kleine groepen of tweetallen met bijvoorbeeld tastspel, geurenpad, boomtopwandeling, regenboogspel en/of natuurschilderij. Uit boekje Natuur doet goed.

Opdracht: ga zelf wat doen met een vriend, vriendin, familielid.

Probeer wat uit en documenteer je ervaringen

### Dagdeel 3

2 uur (avond)

**19:30 uur    Ontvangst**

**19:35 uur    Huiswerk**

Terugkoppeling van ervaringen: Deelnemers presenteren de resultaten van de huiswerkopdracht. Terugkoppelen leeservaring

**20:00 uur    Leermethode flow:**

Over hoe bouw je een activiteit op; Sharing Nature met focus op de fasen. Filmpje: biowalking

**20:20 uur    Netwerk verkennen**

Markt van opties. Pitches van diverse partijen: Ulebelt, St. IJssellandschap, Zorgend Landschap, Ziekenhuis, Dimence groep Solis, Humanitas, Groene Visite, Gezond Natuur Wandelen

**21:00 uur    Persoonlijk Groen Plan**

Deelnemers noteren wat zij de komende maand op gaan pakken nav de training. Ze prioriteren hun acties en deze delen we met elkaar.

**21:20 uur    Evaluatie**

**21:30 uur    Afsluiting:** Natuur is een prachtige therapeut; en nog gratis ook.





Dit document is het resultaat van een samenwerking tussen Natuur en Milieu Overijssel, Landschap Overijssel, Stichting IJssellandschap en IVN Overijssel (projectleiding).

Tot stand gebracht met steun van de Provincie Overijssel, vanuit programma Natuur voor Elkaar.



Zie wat jij kan doen, ga voor groen

