

Nieuwsbrief BuitenVitaal



Natuur als Vitamine Groen succesvol!



In de afgelopen maand hebben wij met een goed gevoel afscheid kunnen nemen van drie deelnemers, allemaal gestart met een zorgbehoefte bij BuitenVitaal en nu aan het werk in een betaalde baan. Hierdoor hebben wij ook een positieve bijdrage kunnen leveren in het voorkomen van WIA aanvragen. Deze maand sluiten wij ook onze eerste 'Werkfit maken' traject af van het UWV met een positief resultaat. Vanuit een langdurig ziekteperiode binnen 6 maanden weer aan het werk in een reguliere baan. Met hulp van de groene omgeving en coaching is de persoonlijke effectiviteit verbeterd; de klant gelooft weer in zichzelf en heeft bij ons ontdekt dat het lichaam meer aan kan dan werd gedacht. Weerbaarheid vergroot en durft nu ook nee te zeggen in situaties waarbij dit wordt gevraagd om zo zichzelf te beschermen. Persoonlijke groei via ervaren en doen in de groene omgeving, nu werkzaam in zakelijke dienstverlening.

Wat hebben we toch mooi werk! De groene omgeving wordt tijdelijk gebruikt om te ontspannen en te leren om vervolgens aan de slag te gaan in een werkomgeving passend bij wie de persoon écht is binnen zijn en haar mogelijkheden. Uitstroom vanuit de groene omgeving naar o.a. zorg, onderwijs, detailhandel, zakelijke dienstverlening en de wereld van multimedia.

Afgelopen jaar hebben wij ook deelnemers mogen verwelkomen met matige tot ernstige psychische kwetsbaarheden. Samen met de zorg, de groene omgeving en coaching bieden wij voor deze mensen een dag van ontspanning aan, een dag met minder angst, een dag van betekenis.

Al deze successen, klein en groot, zorgen ervoor dat we ons sterk blijven maken om natuur en gezondheid geaccepteerd te krijgen in behandelingen, re-integratietrajecten en vergoedingen. Natuur, zorg en werk versterken elkaar als je het op de juiste manier inzet en dat kan ook op een ondersteunende én zakelijke manier. Scandinavië en Schotland zetten de groene buitenomgeving al in als groene medicijn bij o.a. psychische problematiek, wanneer volgt Nederland?

In deze nieuwsbrief informatie over onze nieuwe tijdelijke winterlocaties in Flevoland en op de Veluwe, onderzoek van de WUR over groene dagbesteding in de stad voor mensen met dementie, de natuur als pijn-aflerder en een publicatie over Schotse artsen die natuur mogen voorschrijven op recept.

Veel leesplezier!

Irene Miltenburg, directeur [BuitenVitaal](#)

BuitenVitaal



Directeur & loopbaanadviseur & coach Groene re-integratie:
Irene Miltenburg
Telnr. 06 51296273



Directeur & maatschappelijk begeleider Groene zorg:
Jos Verschuur
Telnr. 06 11847569

Vestigingsadres & postadres:
De Lopensaet 56
8252 KK Dronten
E-mail:
info@buitenvitaal.nl
Website:
www.buitenvitaal.nl
Sociale media:
LinkedIn (Irene Miltenburg & Jos Verschuur)
Facebook (Irene Miltenburg & Jos Verschuur & Buitenvitaal)
Twitter (Buitenvitaal)
Instagram (BuitenVitaal)

Werklocaties voor deelnemers:

Leuvenumse bossen & landgoed Oud Groevenbeek
Terreinbeheerder:
Vereniging Natuurmonumenten beheereenheid Noordwest Veluwe
Regio:
Harderwijk - Ermelo - Nunspeet

Randmeerbossen Flevoland: Boswachterij Roggebotzand, Reve-Abbertbos, Spijk en Bremerberg
Terreinbeheerders:
Staatsbosbeheer Flevoland
Regio:
Dronten - Kampen



Tijdelijke nieuwe werkplekken



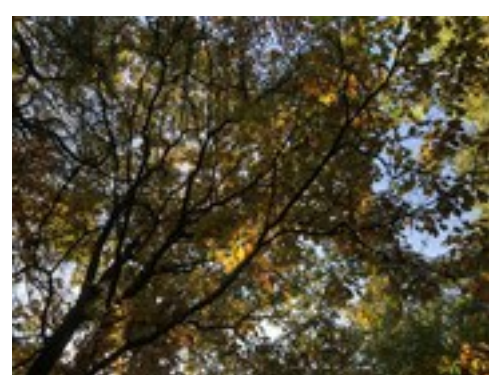
Winterlocaties BuitenVitaal

Bron: Irene Miltenburg

Vereniging Natuurmonumenten beheereenheid Noordwest Veluwe heeft te maken met een verbouwing. Hierdoor zijn wij tijdelijk verhuisd van de Leuvenumse bossen naar landgoed Oud Groevenbeek. Dit landgoed ligt tussen Ermelo en Putten in, langs de Putterweg. Als de verbouwing is afgerond, verhuizen we weer terug naar ons vertrouwde plek in de Leuvenumse bossen.

Ook in Flevoland verhuizen we naar een winterlocatie van Staatsbosbeheer. Vanaf 1 december 2018 zijn we actief in het natuurgebied Spijk-Bremmerberg te Biddinghuizen.

Groene dagbesteding in de stad



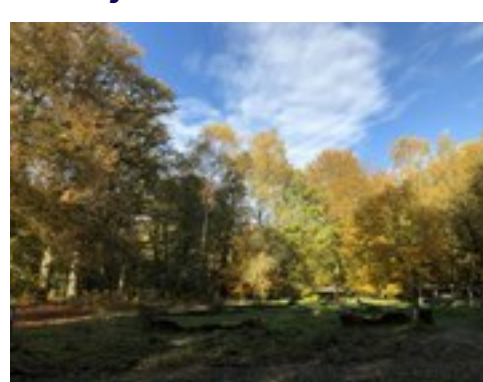
levendige plek voor mensen met dementie

Bron: persbericht Wageningen Universiteit

Groene dagbesteding in de stad voor mensen met dementie is de laatste jaren in opkomst en ook nog volop in ontwikkeling. Deze dagbesteding draagt eraan bij dat mensen met dementie (fysiek) geactiveerd worden, sociale activiteiten hebben en structuur in hun leven krijgen. Ook kunnen mantelzorgers hierdoor tot rust komen en krijgen ze tijd voor hun eigen activiteiten.

[lees verder >>](#)

Artsen in Schotland schrijven natuur voor



Natuur op recept

Bron: Wyke Potjer website hetkanWEL.

In de afgelopen periode kregen artsen in Schotland toestemming om natuur voor te schrijven aan hun patiënten. Het is onder meer bedoeld als medicijn tegen bijvoorbeeld een hoge bloeddruk, stress, angst en hartziektes.

[Lees verder>>](#)

De natuur als pijn-aflerder



Natuurbeelden helpen pijn te verdragen

Bron: Agnes van den Berg & website mijngezondheidsgids.nl

De rol van de omgeving op de beleving van pijn mag niet onderschat worden. Dat is de conclusie van prof. dr. Agnes van den Berg, hoogleraar natuurbeleving en gezondheid aan de Rijksuniversiteit Groningen.

Natuurbeelden kunnen rust veroorzaken in behandelingen.

[lees verder>>](#)

Nieuwsbrief ontvangen?



Nieuwsbrief over BuitenVitaal en natuur en gezondheid via de e-mail ontvangen? Meldt u zich dan [hier](#) aan voor de nieuwsbrief van BuitenVitaal.

Deze e-mail is verstuurd aan {{email}}.

Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#).