

# Nieuwsbrief BuitenVitaal

## Gezonder door groen!



### Welke re-integratieactiviteiten zetten we in?

Bedrijven, UWV en gemeenten hebben te maken met zieke werknemers en werkzoekenden die al enige tijd in behandeling zijn voor psychische problematiek. Ondanks deze behandeling(en) worden er geen stappen gezet richting werk op. Hoe komt dit?

In de praktijk zien we dat er veelal sprake is van een mix aan psychologische- en levensproblematiek waarbij ook nog een hulpvraag aanwezig is met betrekking op het in de praktijk brengen van vaardigheden en adviezen uit de behandeling. Behandelingen zijn veelal gericht op het individu. Re-integratietrajecten zijn veelal gericht op de verzekeringstechnische kant van het re-integratieproces (schadelastbeheersing). De focus ligt vooral op het aanleren van sollicitatievaardigheden en het zoekproces naar passend werk via de kortste weg. Vraagstukken over levensproblematiek en hoe dit in de praktijk toe te passen blijven nog wel eens onbeantwoord, in het luchtledige hangen tussen zorg en re-integratie. Levensproblematiek kan wel een stagnerende werking hebben op het herstel- en re-integratieproces.

In de praktijk zien wij ook dat het niet altijd mogelijk is om aan de hand van de huidige systemen en werkwijzen een goede inschatting te maken welke re-integratieactiviteiten ingezet kunnen worden. Er is behoefte aan meer en/of actuele informatie over de 'echte' belastbaarheid en hoe iemand functioneert. Als iemand al een tijdelijk werkzoekend is, dan is het lastig om op basis van werkverleden- en ervaring conclusies te trekken over de functionele mogelijkheden van iemand in het hier en nu.

Het inzetten van een Groene assessment- en oefenomgeving kan voor de bovengenoemde problemen een goede oplossing zijn, ook bij hoger opgeleiden. Dit betekent wel een andere manier van denken en doen in onze huidige rehabilitatie- en re-integratieomgevingen. Hoe dit te doen, is te lezen in deze nieuwsbrief.

In deze nieuwsbrief ook aandacht voor het onderzoeksproject groene rehabilitatie voor burn-out, vergroening afdeling geriatrie ziekenhuis, groene assessment- en oefenomgeving BuitenVitaal en aandacht voor de mooie bossen langs de Veluwemeerkust te Flevoland.

*Veel leesplezier!*

**Irene Miltenburg**, directeur [BuitenVitaal](#)

### BuitenVitaal



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



**Directeure & 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

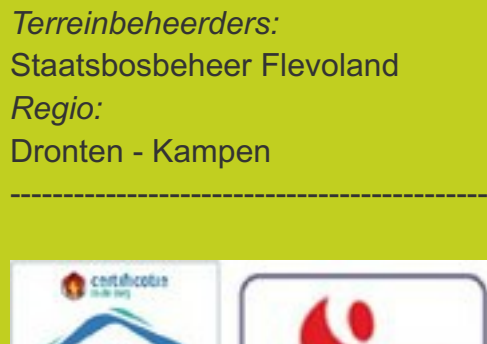
beheereenheid Noordwest Veluwe

*Regio:*  
Harderwijk - Ermelo - Nunspeet

#### Randmeerbossen Flevoland: Boswachterij Roggeboezand, Reve-Abbertbos, Spijk en Bremerberg

*Terreinbeheerders:*  
Staatsbosbeheer Flevoland

*Regio:*  
Dronten - Kampen



### Geschiedenis bossen Flevoland

*Bron: Landschapsbeheer Flevoland & Irene Miltenburg*

Flevoland viel droog eind 1957, begin 1958. In deze periode nam de welvaart toe en we kregen vrije tijd. In deze periode gingen we ook beseffen dat het leven niet alleen uit werk bestond. De nieuwe polders, Zuidelijk Flevoland en Oostelijk Flevoland werden door dit besef op een andere manier ingericht. Er werd ruimte geschepd voor zowel werk als recreatie. In het verleden werden alleen bossen geplant op gronden die niet geschikt waren voor landbouw. De bossen aan de oostkant, Roggeboezand, Reve-Abbert en het Spijkbos werden ook gepland op zandgrond. Maar het Wisentbos, het Bremerbergbos, Het Swifterbos en de bossen bij Lelystad werden geplant op betere gronden. Puur om maatschappelijke redenen. Gevolg hiervan is wel dat we in Flevoland te maken hebben met bossen met verschillende uiterlijkheden, fauna en flora. De moeite waard om ze allemaal te bezoeken!



### Onderzoeksproject groene rehabilitatie voor burn-out



#### Het potentieel van groene programma's

*Bron: Wageningse universiteit*

Burn-out is een toenemende beroepsziekte in Nederland., vooral onder jonge werknemers (18-30 jaar), met bijhorende ziekteverzuimkosten van ongeveer 1,8 miljard euro. De ontwikkeling van burn-out wordt bevorderd door een complexe wisselwerking tussen psychologische, omgevings- en maatschappelijke factoren, benadrukken de huidige richtlijnen die door huisartsen worden gebruikt, benaderingen op individueel niveau. Deze benaderingen zijn belangrijk maar suboptimaal in zowel verminderen van burn-outklachten als het bevorderen van een duurzame terugkeer naar werk. Bovendien, hoewel het onderzoek naar burn-out begon in de vroege jaren 1970, is er nog steeds weinig bekend over wat effectieve rehabilitatie inhoudt.

Tegelijkertijd suggereert een groeiend aantal studies dat zogenaamde groene programma's geschikt zijn voor revalidatie. Groene programma's combineren aspecten van de gezondheidszorg met bijvoorbeeld landbouw, natuurbeheer, tuinieren en landschap. Hoewel groene programma's divers zijn, hebben onderzoeken hun mogelijkheden getoond om individuele factoren aan te pakken (bijv. fysiek en mentaal welzijn, reflectie) en ook omgevingsomstandigheden (bijv. sociale contacten). Vandaar vervolgonderzoek om het potentieel te verkennen van groene programma's voor de rehabilitatie van jonge werknemers met burn-out in Nederland.

[Lees verder>>](#)

### Groene assessmentomgeving BuitenVitaal



#### In de praktijk

*Bron: Irene Miltenburg*

Aan ieder assessment liggen de volgende onderzoeksvragen ten grondslag:

- Wat is de afstand tot de arbeidsmarkt?  
- Welke interventies zijn nodig om deze afstand te overbruggen?

Deze onderzoeksvragen worden beantwoord met hulp van 3 onderdelen.

**Eerste onderdeel:** onder leiding van twee coaches het verrichten van werktaken in het groen. Dit gebeurt zowel individueel als in groepsverband. De coaches observeren het gedrag, de fysieke conditie en de sociale- en werknemersvaardigheden. Met behulp van observatieformulieren worden de resultaten systematisch verwerkt en besproken tussen de coaches onderling en met de deelnemer. Tegelijkertijd kan er vanaf dag 1 worden geoefend met de nieuwe vaardigheden en adviezen die men krijgt vanuit een behandeling. Op deze wijze kan in een korte tijd worden getoetst in hoeverre deze vaardigheden en adviezen in de praktijk werken of aangepast dienen te worden.

**Het tweede onderdeel** van het assessment bestaat uit het maken van loopbaan- en capaciteitentesten.

**Derde onderdeel** bestaat uit het doen van sollicitatieopdrachten om zo te laten zien wat er aan kennis en kunde in huis is aan sollicitatievaardigheden.

De uitkomsten van de bovengenoemde drie onderdelen van het assessment worden verwerkt in een rapportage met daarbij een advies over de te nemen vervolgstappen in het re-integratieproces.

### Vergroening afdeling Geriatrie ziekenhuis



#### Groene 'make-over' voor geriatrische patiënten

*Bron: Fhreja ontwerp bureau groene leefomgeving & Agnes van den Berg*

De afdeling geriatrie van ziekenhuis Tergooi Blaricum heeft een groene 'make-over' gehad. Dit t.b.v. het wetenschappelijk onderzoek naar het welzijn en het functioneren van ouderen in het kader van het programma Groene Gezonde Ziekenhuizen uitgevoerd door Agnes van den Berg en Jolanda Maas.

De meeste geriatrische patiënten zijn tijdens hun ziekenhuisopname afhankelijk van een begeleider om naar buiten te gaan. Daarom kan het grootste gezondheidseffect van groen, binnen op de afdeling worden bereikt. Hoe dit te doen?

[Lees verder>>](#)

Onderzoeksprogramma Groene Gezonde ziekenhuizen [Lees verder>>](#)

### Wist je dat....



#### Nieuwsfeitjes

*Bron: Irene Miltenburg*

- BuitenVitaal doet mee aan de proef "Modulaire Re-integratiediensten" van het UWV. Deze percelen zijn alleen bestemd voor klanten waarvoor nog niet is vastgesteld dat de Re-integratiedienst 'Werkfit maken' binnen de daarvoor gestelde doorlooptijd succesvol afgerond kan worden of als het niet goed mogelijk is om een adequate inschatting te maken of en zo ja, welke re-integratieactiviteiten voor de klant kunnen worden ingezet.

- Methodiek BuitenVitaal in beeld gebracht, bedrijfsfilmje is te zien op onze website en op [Youtube](#).

- Duurzaamheidsagenda Almere is gepresenteerd. Focus ligt op groen en beweging, biodiversiteit en groen en zorg.

- BuitenVitaal verzorgt op 4 juni 2019 een presentatie over de werkzame mechanismen van groene re-integratie aan het UWV, gemeenten en zorg.

- We doen ook aan *individuele* loopbaan- en re-integratietrajecten waarbij wandelcoaching als interventie wordt ingezet bij het oplossen van vraagstukken over identiteit, vitaliteit en persoonlijke effectiviteit verbeteren.



### 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.