

# Natuur & Gezondheid

## Onze droom:

IVN Limburg droomt van natuurbeleving voor iedereen. Want natuur maakt mensen fitter en gelukkiger. Wie je ook bent en waar je ook woont.

## Grijs, Groen en Gelukkig

Omdat groen ook ouderen gelukkig maakt, werken we samen met zorginstellingen en vrijwilligers om ouderen een groene en gelukkige dag te bezorgen. In Limburg werken we samen met zes zorginstellingen en 50 vrijwilligers.

### In 2020:

- leiden we beroepskrachten op om binnen en buiten de zorginstellingen groene activiteiten te organiseren en te begeleiden.
- leiden we mantelzorgers en vrijwilligers op om natuur de zorginstelling in te halen met de IVN Natuurkoffer. Via de training 'Natuur doet je goed' geven we hen tevens handvatten om natuuractiviteiten te begeleiden.
- maken we zorgcentra fysiek groen, onder andere met kruidwagens, plantentafels en plantenwanden.
- doen we wekelijks natuurwandelingen.



## Biowalking

Biowalking is wandelen in de natuur voor mensen met een chronische ziekte of beperking onder begeleiding van een (IVN) Natuurgids en een medisch professional. Wat Biowalking echt uniek maakt is de combinatie van natuurbeleving en patiëntenzorg.

### In 2020:

- organiseren we minimaal 10 biowalks in de Limburgse natuur.



## Gezonde buurten Zuid-Limburg

Het project 'Gezonde Buurt' werkt aan meer natuur, meer spelen en bewegen en meer ontmoeten, voor en door bewoners van Limburgse Gemeenten.

### In 2020:

- gaan we in Limburg van start met het project 'Gezonde Buurt'.

## Limburg Positief Gezond

Positieve Gezondheid gaat niet over ziekte en wat niet goed gaat, maar over wat wél goed gaat in relatie tot gezondheid van mensen. Positieve Gezondheid kijkt naar het lichamelijk, psychisch en spiritueel functioneren, als ook naar de kwaliteit van leven, maatschappelijke participatie en dagelijks functioneren.

### In 2020:

- werken we samen met meerdere organisaties het concept van Positieve Gezondheid uit.

## Dat doen we samen met onze partners, waaronder:

Lokale IVN Afdelingen, GGD Zuid-Limburg, huisartsenpraktijk Afferden, Land van Horne, Vitalis Woonzorg groep, Meander, Proteion, Jong Leren Eten, Insitute for Positive Health, Syntein, Limburg positief gezond en netwerk positieve gezondheid Noordelijke Maasvallei.