

Jeugd, gezondheid en natuur

Op zoek naar de betere buitenbeleving

Er wonen wereldwijd nu meer mensen in de stad dan op het platteland.

Vervreemding dreigt. Hoe zorg je dat

jongeren liefde en begrip voor de

natuur krijgen? En hoe krijg je ze

eigenlijk de natuur in? Die vraag stond

centraal tijdens een LNV-conferentie.

“Ik snap het niet”, zegt Nafila Azzouzi, jongere en daarmee ervaringsdeskundige. “Alles wat we wel aardig vonden, vinden jullie niets en wat jullie leuk vinden, vonden wij helemaal niks.” Ze heeft het over speelbossen, groenvouchers, gezondheidstest, adoptienatuur, beleefpaden en tv-programma’s op Jetix. Initiatieven om de jeugd de natuur in te krij-

gen; flitsend gepresenteerd met kreten als Ticket to nature, Do disturb, Wildzoekers, Ecokids en Go4Nature.

Nafila is een van de 39 jongeren die deel hebben genomen aan een jongerenpanel, jongeren van 12 tot 18 uit het hele land. Allerlei niveaus, een paar allochtonen en opvallend meer meisjes dan jongens. Die maken zich blijkbaar meer zorgen over

Nafila Azzouzi spreekt zich met andere leden van het jongerenpanel uit over de voorstellen om de jeugd de natuur in te krijgen





natuur en milieu, zegt Sander Mulder van Yppah, organisator van het panel. Nafila staat dinsdag 3 oktober in Ede met drie collega-deskundigen (Lisanne Mulder, Martin Rombouts en Leroy Erkelens) voor een zaal met volwassenen. Bijna allemaal initiatiefnemers op de combinatie jeugd, natuur en gezondheid. De conferentiedeelnemers zijn bijeengebracht door Cailin Partners en Bureau Slinge in opdracht van het ministerie van LNV.

Zo'n adoptiebos bijvoorbeeld – 'dit is jouw boom!' – lijkt het jongerenpanel waardeloos. "De eerste keer is misschien nog wel leuk, de tweede keer ook. Maar daarna wordt het echt saai." "Ik denk niet dat we een relatie krijgen met een stukje bos", zegt Martin. En het wordt al helemaal erg als je er dan nog een verslag van moet maken.

Aanvliegroutes

LNV maakt zich zorgen; dat is de achtergrond voor deze conferentie. En het ministerie is zeker niet de enige partij die zich zorgen maakt. De jeugd lijkt steeds verder van de natuur te staan, bewegen moet concurreren met gamen, shoppen, tv-kijken en bijbaantjes en gezondheid lijkt gezien eetgewoonten en overgewicht een non-item. Voor de jongeren dan, veel volwassenen zien dat anders. De Gezondheidsraad heeft onderzoek

gedaan naar de relatie tussen natuur en gezondheid. Gealarmeerde volksvertegenwoordigers hebben Kamervragen gesteld. En vervolgens zijn er allerlei initiatieven gekomen, vandaag te zien tijdens de conferentiedag.

Motief is met name dat jongeren de natuur leren waarderen. Niet als iets vreemds en beangstigend, maar als verrijking en iets waar je voor moet zorgen. Het kan helpen tegen stress, adhd en depressies; natuur is volgens de Gezondheidsraad goed voor beweging en rust. En waardering en zorg voor natuur (en milieu) is misschien ook wel heel erg nodig wil je als mensheid de aarde overleven.

"Ik beschouw mezelf een beetje als aanstichter van het kwaad", zegt Roel van Raaij, directie Natuur. Hij heeft langzamerhand meer LNV-collega's om zich heen verzameld. En in de zaal zitten mensen vanuit 'verschillende aanvliegroutes', vanuit jongerencommunicatie, vanwege betrokkenheid bij natuur en natuureducatie of vanwege gezondheid. Plus nog twaalf Vlaamse collega's met dezelfde doelen en achtergrond. Dat belooft een grote diversiteit aan invalshoeken tijdens de workshops.

Van Raaij: "Ik ben tevreden aan het eind van de dag als de uitwisseling van projecten tot veel energie heeft geleid, als er voldoende reflectie komt op wat LNV wil

Gezondheidsraad: natuur beïnvloedt welbevinden

De belangstelling voor de combinatie natuur en gezondheid bij LNV en in het onderwijs (VHL, Helicon Opleidingen, HAN) wordt gevoed door een in 2004 uitgekomen rapport over de invloed van natuur op sociaal, psychisch en lichamelijk welbevinden.

In dit rapport van Gezondheidsraad en de RMNO (te downloaden op de site van de Gezondheidsraad) is de wetenschappelijke kennis over de gezondheidsbevorderende werking van natuur en natuurbezoek in kaart gebracht.

Onderdelen zijn invloed op stress, bewegen, sociaal contact en het belang van natuur en natuurbeleving voor de ontwikkeling van kinderen en voor persoonlijke ontwikkeling.

Het blijkt dat hoewel bijvoorbeeld een tekenbeet niet zo leuk is, er heel veel aanwijzingen zijn voor een positieve invloed. Maar gestructureerd onderzoek naar verbanden ontbreekt vaak nog. De Gezondheidsraad doet aanbevelingen voor de richting van dat onderzoek.

Het rapport betreft een deeladvies. Er komt nog een vervolg waarvoor de RMNO het voortouw neemt. Daarin wordt gefocust op de lacunes in kennis.

Alterra heeft in 2005 onderzoek gedaan naar 'Gezond werk in het groen'. Vaak wordt verondersteld dat werken in de natuur gezond is. Er zijn aspecten die daarvoor pleiten, maar ook hier wordt geconcludeerd dat eigenlijk meer onderzoek nodig is.



“Voor het eerst wonen er wereldwijd meer mensen in de stad dan op het platteland”, zegt Thomas van Slobbe, stichting wAarde. Er dreigt volgens hem een verdere vervreemding van de natuur

What to do?

Hoe kun je zorgen dat jongeren terug in de natuur komen?

- Persoonlijke benadering, want pluri-forme groep, met op deze leeftijd veel ontwikkeling en veel verschillen
- Natuur dichtbij halen, ontdekken via eten of spelen
- Niet te krampachtig vasthouden aan definitie natuur: niet alleen Ardennen, maar soms ook voetbalveld of festivalterrein
- Voor en door jongeren, interactief, in aansluiting op belevingswereld
- Niet overspoelen met informatie en feitjes
- Niet regelen, weg met verboden en geen paden want geen toeperving te vinden daar
- Geen angst voor hangjongeren aanpraten, maar deze betrekken
- Ruimte scheppen voor vrijheid en eigen ervaring
- Ouders betrekken
- Inspelen op wensen en behoeften (bijvoorbeeld ‘er goed uit zien’, b-delicious, spelen of ‘hangen’, niet enkel spanning, maar voor stadsjongeren soms juist ook rust)

en als deze jongeren ons een spiegel kunnen voorhouden.” Voor LNV is doel van de conferentie toetsing van de ideeën in het interdepartementale programma Jeugd, Natuur en Gezondheid en de ideeën die ze in een nieuwe NME-nota wil neerleggen.

Topervaring

Voor spreker Thomas van Slobbe, directeur van de stichting wAarde, is het ‘weergaloos belangrijk’ dat we op een ‘uniek keerpunt’ zitten. “Voor het eerst wonen er wereldwijd meer mensen in de stad dan op het platteland.” Hij was blij met een artikel in NRC Handelsblad van 28 september (‘Minister hoopt op minstens één topervaring in de natuur voor alle kinderen’), maar zegt hij, “dit keerpunt staat niet in de krant. En toch heeft het grote gevolgen. Waar je vroeger in de bosjes ging spelen, staan nu tien nieuwbouwwijken.”

Tel daarbij de opkomst van internet en je krijgt een enorme vervreemding, betoogt hij. Dat melk van koeien komt en spinazie niet in vierkante blokjes aan struiken groeit, is verbazingwekkend voor sommige kinderen. Van Slobbe ver-

telt het schokkende verhaal van een Japans meisje van elf dat een vriendinnetje had vermoord en zich verbaasde dat ze niet meer opstond. Bij een computerspelletje krijg je immers altijd meer levens.

Wat moet er echt gebeuren, wat willen we bereiken, wat stellen we ons als doel? Zo’n topervaring, dat is een mooi streven, vindt Van Slobbe. “Ineens kun je geraakt worden. Je ziet een wild dier of je valt uit een boom. Je zou het misschien niet verwachten, maar ik had het toen ik achtervolgd werd door een stier.”

Vandaag lijkt er opnieuw erkenning te zijn dat jongeren en natuur een onderwerp is. Maar, waarschuwt Van Slobbe, het gevaar is dat het bij zo’n constatering blijft. Aandacht is niet voldoende, actie moet er komen. “We zitten hier vooral elkaar te overtuigen”, zegt later Van Raaij. “Het moet naar buiten; we moeten uitstralen dat het belangrijk is en dat we er iets aan doen.”

Leerboerderij

Wat doet LNV dan bijvoorbeeld? Behalve rondetafelgesprekken in 2005 rond het thema ‘Jeugd en Natuur’, het project

Natuur en gezondheid in onderwijs

Van Hall Larenstein start 1 februari 2007 een minor 'Natuur, gezondheid en recreatie'.

Aanleiding is de belangstelling voor gezond leven, voor natuurbeleving en recreatie en de behoefte aan nieuwe initiatieven die aansluiten op de expertise van Van Hall Larenstein.

De minor, een specialistisch studiedeel in Velp, kan worden gekozen door studenten van Bos en Natuurbeheer en Tuin en landschapsinrichting en studenten van Hogeschool Arnhem Nijmegen (HAN) in Sport, Gezondheid en Maatschappij en de studie Verpleegkunde. Ook worden VHL-studenten toegelaten van Land en Watermanagement en Plattelandsvernieuwing.

Thema's:

- Gezondheid en Natuurbeleving (hoe draagt de natuur bij aan gezondheid en welbevinden);
- Ontwerp en inrichting van stedelijke gebieden ter stimulering van activiteiten;
- Therapeutische en educatieve aspecten (hoe draagt outdoor-recreatie bij aan gezond leven en hoe promoot je dat);
- Economie en gezondheidsbeleid (hoe draagt natuur bij aan het terugdringen van kosten van de gezondheidszorg).

Bij Larenstein verwachten Hans van Haeren, opleidingscoördinator, en John Riggers, coördinator urban forestry, er veel van. "Uit NIPO-onderzoek bleek veel belangstelling onder potentiële studenten", meldt Riggers. "Voor de komende minor wordt het maximum aantal deelnemers gesteld op 24."

Werkgelegenheid verwachten ze in het management van buitenruimtes, bijvoorbeeld bij gemeentes en voor mensen uit gezondheidszorg die kennis hebben van de invloed en werking van natuur.

En wat betreft het achterliggende idee, zegt Riggers: "Natuur is gezond." Dat er een relatie tussen natuur en gezondheid bestaat, is al lang bekend, maar over de werking ervan minder. "In deze minor willen we studenten vanuit diverse disciplines samen laten werken om informatie te verzamelen, te onderzoeken en toe te passen in praktijksituaties."

De minor-ontwikkeling maakt deel uit van het RIGO-project 'Natuurlijk gezond'. Daarbinnen wordt met Helicon Opleidingen gewerkt aan een doorlopende leerlijn op het gebied van natuur en gezondheid.

Onder 'Nature 4 citizens' vallen twee mbo-opleidingen op het gebied van natuur en gezondheid, die aansluiten op het VHL-curriculum. In Nijmegen is de opleiding gestart voor Activiteitenbegeleider Natuur & Welzijn en in Velp: Outdoor en Adventure. Bovendien is er in Helmond en Den Bosch een verwante opleiding voor Wellness & Lifestyle.

Met Helicon Opleidingen wordt verder Landmiles ingevuld. Doel van dit project is bevordering van natuurbeleving en beweging met het oog op persoonlijke gezondheid. Sporten in de natuur, zoals mogelijk is bij de door VHL en Helicon gesponsorde Posbankloop.

het kind en het aanspreken van zintuigen en gevoelens daarbij. Stadskinderen kunnen de boerderij ervaren, het boerenleven voelen en wellicht een topervaring beleven.

"Zorgboerderijen kenden we al", reageert collega Van Raaij. "Nu dus de leerboerderij (bezoekboerderij of excursieboerderij). U wilt niet weten hoeveel e-mailverkeer dat losmaakt tussen de verschillende directies bij LNV. Hoe, wanneer, waar en wat gaan we ermee doen?"

Saai

Veel eensgezindheid op de conferentie, maar toch is er ook wel scepsis. Een topervaring is mooi, maar kinderen worden niet zomaar meer vrijgelaten om het bos of de natuur in te gaan. Je kunt niet terugverlangen naar vroeger toen 'wij volwassenen' in de natuur rondbanjerden. Er is angst voor onveiligheid, drukte en gevaar. Het is veel lastiger om er te komen. Er is geen controle of toezicht. Hooguit gaan ouders met de kinderen in het weekend op de paden lopen (saai!), maar zelf ontdekken, buiten de paden, los? Nee, dat kan echt niet. Bovendien, wat vinden ze zelf? Als je een uur op weg bent voor een stukje natuur, is de lol snel weg. Een boom aankleden? Nee, dan liever bij H&M jezelf. In het bos spelen? "Ik ga er liever zitten kletsen met m'n vrienden", reageert Lianne Mulder, opleiding Styling & Design op het Groenhorst College in Velp. Naar de boerderij? "Nee, echt niet. Dat is vies en het stinkt."

De volwassenen hebben hier, ook gezien de opmerking van Nafila, nog niet echt een goed idee hebben van wat de jongeren aanspreekt. De jongeren zijn nu blijkbaar toch anders met natuur bezig dan zij. Er zijn veel do's en nog veel meer don'ts. De jeugd niet segmenteren, is er een. Natuur niet belasten met leren.

En bovendien, wat zijn de gevolgen van een topervaring in de natuur? Wat betekent dat voor je houding tegenover die natuur? Wekt het walging of waardering? Is het spannend of saai? Kom je nog een keertje terug of was het misschien nu echt de laatste keer? □

'Binding van Jongeren met Natuur', deze conferentie en binnenkort de NME-nota waarin natuurbeleving wordt benadrukt. Loek Treep, LNV, vertelt over leerboerderijen. In Nederland zijn er twee, maar in Noorwegen zijn er

honderden. "Ik denk dat daarin voor het onderwijs veel te halen is. Het is een heel krachtige leeromgeving."

Leerboerderijen zijn bedoeld om NME-activiteiten aan te bieden. Ze benadrukken het leerproces, de ontplooiing van