

**Gezonde
Buurten**

Een project van Jantje Beton,
IVN Natuureducatie en JOGG

Menukaart Activiteiten en projecten



November 2023

Inspiratie voor procesbegeleiders
van Gezonde Buurten



ivn natuur
educatie

**JANTJE
BETON**
STOP NOOIT
MET SPELEN!

**JO
GG** gezonde jeugd
gezonde toekomst

Samenwerken aan een prettige buurt

Iedereen wil dat kinderen opgroeien in een fijne en gezonde omgeving. Een plek waar burens elkaar ontmoeten, samen bewegen en waar kinderen kunnen spelen. Jantje Beton, IVN Natuureducatie en JOGG willen dit bereiken in een groene, gezonde omgeving dichtbij huis. We geloven dat échte verandering bij de kern begint, daarom hebben kinderen én buurtbewoners de regie in onze projecten.

Samen met scholen, bestaande initiatieven, gemeenten en andere professionals werken we aan een gezondere buurt.

De activiteiten en samenwerkingen in deze menukaart dragen dan ook bij aan het creëren van een fijne en gezondere buurt. Lees snel verder voor inspiratie en activiteiten die wellicht ook in jouw buurt plaats kunnen vinden.



We inspireren je graag...



... met deze voorbeelden van samenwerkingen en activiteiten die bijdragen aan een betere buurt. De organisaties van de activiteiten in deze menukaart gaan graag het gesprek aan!

1. Tiny Forest

kern:



Zelfbeheer



Inrichting



Ontmoeten

Waarom

Volwassenen en kinderen hebben behoefte aan groen in de buurt. Het helpt om te ontspannen, je kan er leren en het verbetert de lucht en het leefklimaat

Wat

Op innovatieve wijze legt IVN met scholen en lokale partijen een inheems minibos aan: superklein, supergoed voor de biodiversiteit, super voor ontmoetingen in de buurt en een fantastische plek om buiten te leren!

Wie

Een [Tiny Forest](#) plant je samen met de buurt en schoolkinderen. Zij helpen ook bij het onderhoud. Wetenschappers houden de biodiversiteitsresultaten bij. En er worden mini-boswachters opgeleid!

[Contact](#)



2. IVN afdeling

kern:



activiteiten



Ontmoeten



educatie

Waarom

Vrijwilligers vormen het hart van IVN. Vanuit 162 lokale afdelingen organiseren zij cursussen, excursies, wandelingen en natuurgidsopleidingen.

Wat

Ga mee op pad of ga in je eigen omgeving aan de slag voor, met en in de natuur!

Wie

Activiteiten en excursies worden voor kinderen en volwassenen aangeboden. Kijk naar het lokale aanbod op de [IVN site](#).

Contact



3. SamenSpeelNetwerk

kern:



spelen



inrichten



Ontmoeten

Waarom

Kinderen met een beperking willen ook graag onbeperkt samenspelen op een fijne speelplek. Maar 9 van de 10 speelplekken zijn niet geschikt voor kinderen met een beperking.

Wat

Ga aan de slag met de richtlijnen op [deze website](#) en lees hoe je fysieke en sociale drempels laat verdwijnen of organiseer een activiteit voor kinderen met én zonder beperking.

Gemeentes die nog geen speelplek hebben voor kinderen met een beperking kunnen een financiële bijdrage aanvragen bij [het SamenSpeelFonds](#).

Wie

Het SamenSpeelNetwerk –initiatief van Jantje Beton en Stichting Het Gehandicapte Kind- zet zich in om samen spelen voor álle kinderen mogelijk te maken. Ook voor kinderen met een beperking.

Contact



4. JOGG-Teamfit

kern:



voeding



Ontmoeten

Waarom

JOGG wil dat iedereen gezond op kan groeien. Daarom helpt [JOGG-Teamfit](#) om de buurtomgeving gezonder te maken.

Wat

Een JOGG-Teamfit coach begeleidt jullie kosteloos om het voedingsaanbod in het buurthuis, kinderboerderij óf speeltuin gezonder te maken. JOGG-Teamfit helpt jullie stap voor stap met het opzetten van een gezonder voedingsaanbod.

Wie

Samen met enthousiastelingen uit de buurt kan je jouw buurtlocatie gezonder maken. Betrek mensen die gemotiveerd zijn om de buurt gezonder te maken.

[Contact](#)



5. De Buurt

kern:



spelen



ontmoeten



activiteiten

Waarom

De ontmoetingen in [De Buurt](#) en op de Buurtcamping zorgen voor inspiratie, goede voorbeelden, zelfvertrouwen, voor een thuisgevoel in de buurt, samenwerkingen, vriendschappen en relaties.

Wat

[De Buurtcamping](#), [Zwaaištenen](#) en [Buurtbankjes](#) zijn een initiatief van De Buurt. De Buurt werkt aan buurten waarin je elkaar groet, kent en helpt. Dit doen wij door in heel het land vrolijke, verbindende activiteiten te organiseren samen met buurtbewoners

Wie

Tijdens de Buurtcamping is het park drie dagen lang bewoond door alle mensen die de buurt rijk is: van yuppen tot daklozen, van muurbloempjes tot druktemakers en van zuigelingen tot senioren.

[Contact](#)



6. Gezond Natuur Wandelen

kern:



ontmoeten



activiteiten



educatie

Waarom

Met één uurtje wandelen per week adem je alle ingrediënten in voor een goed gevoel. Een positieve ervaring waar je de rest van de week met een glimlach op terugkijkt.

Wat

Je ontmoet nieuwe mensen, buurtgenoten die net als jou behoefte hebben aan wat contact, gezelligheid en een frisse neus. Op een vaste tijd en een vaste plek in de buurt

Wie

Buurtgenoten, jong en oud kunnen aansluiten. Er wordt in een rustig tempo gewandeld, want iedereen is welkom.

Contact



7. Beweegvriendelijke schoolomgeving

kern:



spelen



Inrichting



activiteiten

Waarom

Het is belangrijk dat alle kinderen veilig naar school kunnen komen, lekker kunnen bewegen en spelen in hun schoolomgeving. Daarom is het initiatief [beweegvriendelijke schoolomgeving](#) gelanceerd: een project waarin wordt gekeken hoe kinderen veilig en plezierig naar school kunnen fietsen.

Wat

Samen mét kinderen wordt de wandel- en fietsroute naar school onderzocht. Vanuit hun gezichtspunt wordt de route in kaart gebracht en worden oplossingen gezocht voor een fijnere en veiligere route.

Wie

Kinderen onder begeleiding van de Fietsersbond en Wandelnet

Contact



8. Voedselbosjes

kern:



inrichten



educatie



activiteiten



ontmoeten

Waarom

Waar komt ons voedsel vandaan? IVN heeft als droom om samen met partners duizend schoolpleinen en kinderopvanglocaties te vergroenen met een [Voedselbosje](#).

Wat

Een IVN Voedselbosje is een aangelegd bosje van 30 m² bestaande uit (deels) eetbare planten, struiken en bomen. In het Voedselbosje staan bekende en onbekende soorten zoals amandel, braam, citroenmelisse en colakruid.

Wie

Voedselbosjes worden samen met kinderen in een buurt en op een school aangelegd. Wanneer het fruit gaat groeien, gaan kinderen onder begeleiding aan de slag om het te oogsten en op te eten.

[Contact](#)



9. Buitenspeeldag

kern:



spelen



activiteiten



ontmoeten

Waarom

Wat is er nu leuker dan buitenspelen? [De Buitenspeeldag](#) is een initiatief van Jantje Beton en Nickelodeon. Het is dé grootste buitenspeelactie van Nederland. De Buitenspeeldag vindt ieder jaar plaats op de 2e woensdag in juni. Dit jaar is dat op 14 juni 2023.

Wat

Op deze dag verandert Nederland in één grote speelplek. De activiteiten kan je zo gek maken als je wilt, maar klein maar fijn mag ook: van stoepranden of hinkelen in de straat, van het extra promoten van het reguliere woensdagmiddag sport- en spelaanbod in je gemeente tot het omtoveren van het stadshuisplein in een ware speeltuin.

Wie

Voor alle kinderen die graag buitenspelen.

[Contact](#)



10. NK Tegelwippen

kern:



inrichten



zelfbeheer

Waarom

Het weer in Nederland wordt steeds extremer. Het is daarom van belang dat we meer vergroenen.

Wat

Vervang je (tuin)tegels eens door groen! Het kampioenschap draait niet alleen om rivaliteit, maar het heeft een hoger, gemeenschappelijk doel. Wanneer tegels worden vervangen door gras, bloemperken, bomen en geveltuinen, wordt Nederland meer klimaatbestendig, behaaglijker voor insecten en dieren, koeler op warme dagen én veel mooier!

Wie

Iedereen kan meedoen met het [NK Tegelwippen](#).

Contact



11. Stichting Steenbreek

kern:



inrichten



zelfbeheer



ontmoeten

Waarom

Door projecten op te zetten die verstening tegen gaan draag je bij aan de biodiversiteit, gezondheid en/of klimaatadaptie.

Wat

Elk voorjaar doet [Stichting Steenbreek](#) een oproep om jouw creatieve groenproject te delen en daarmee anderen te inspireren.

Wie

Zowel initiatieven die spelen op het niveau van de straat of de wijk, als op niveau van dorp en stad zijn welkom. Dit kan van een gemeente zelf zijn, maar ook van een buurtvereniging, wijkorganisatie, corporatie, ondernemer of inwoner.

[Contact](#)



12. Guerilla Gardeners

kern:



inrichten



zelfbeheer

Waarom

Met planten en bloemen om je heen krijg je een beter humeur en red je wilde bijen. Daarnaast blijft de warmte in de zomer minder lang hangen. Zo houdt het groen de stad heerlijk koel.

Wat

Zet je buurt in bloei! [Guerilla Gardeners](#) helpen je om je buurt om te toveren naar een groene oase.

Wie

Iedereen kan meedoen. Kinderen klauteren in het groen en volwassenen ontmoeten elkaar tijdens het tuinieren of koffiedrinken.

[Contact](#)



13. Stichting Springzaad

kern:



activiteiten



educatie



spelen



zelfbeheer



inrichten



ontmoeten

Waarom

Het is belangrijk dat kinderen buiten, op natuurrijke, avontuurlijke en speelse plekken kunnen spelen en zo rijke ervaringen op kunnen doen.

Wat

Inspirerende workshops, studiedagen en excursies. Daarnaast vergroten ze de kennis, kwaliteitsbevordering en onderlinge uitwisseling van professionals en bieden ze een digitale speelnatuurkaart voor ouders, kinderen en iedereen die zich wil laten inspireren.

Wie

Binnen [Springzaad](#) zijn mensen actief uit het onderwijs, de buitenschoolse educatie en opvang, nme-medewerkers, pedagogen, buurtbewoners, ontwerpers, ecologisch hoveniers en waar iedereen welkom is die ook meer ruimte wil scheppen voor natuur en kinderen.

[Contact](#)



14. NatuurlijkSportief

kern:



spelen



ontmoeten

Waarom

Met [NatuurlijkSportief](#) doe je dingen die je deed als kind, of waarvan je dacht dat je het nooit zou durven. Lopen, rennen, klimmen, tillen, kruipen en springen. Regen, wind, warmte of kou, we passen ons aan en genieten ervan.

Wat

NatuurlijkSportief is een uniek en verfrissend beweegconcept waarbij sport weer buitenspelen wordt. Buitensporten was niet eerder zo eenvoudig, vrij en functioneel.

Wie

NatuurlijkSportief kan door iedereen worden beoefend. Het is een beweegconcept dat universeel toepasbaar is.

[Contact](#)



Bekijk de video!
gezondebuurten.nl

TOF
HOOR!



ivn natuur
educatie



JO gezonde jeugd
GG gezonde toekomst