

Zaadjes geplant

voor betere verbinding in zorg en welzijn

Een gezond milieu is een eerste levensbehoefte van ons allemaal. Toch staan we er niet altijd bij stil dat onze gezondheid baat heeft bij een gezonde omgeving en we daarom voorzichtiger met het milieu moeten omgaan. Immers, als we nu niet zuiniger met het **milieu** omgaan heeft dat negatieve invloed op onze gezondheid en leidt dat tot meer ziekte. Terwijl we - om de druk op de zorg te verlagen - juist inzetten op **preventie**. Het is water naar de zee dragen. Een tegenstrijdige situatie die **natuurlijk** onze inzet vraagt om ons meer te gaan verbinden. Dat was ook het thema van het netwerkevent van Samergo dat op 11 juni in Poortugaal werd gehouden, 'Natuurlijk verbinden'. "Dat vraagt flexibiliteit in denken, doorzettingsvermogen en kracht", zei Samergo-adviseur Marieke van der Lans tijdens de opening van het netwerkevent.



Een terugblik op het event

Iemand die aan den lijve heeft ondervonden hoe het is om flexibel en volhardend te moeten zijn, was de eerste spreker tijdens de bijeenkomst, wereldreiziger Florian Dirkse.

Dirkse is medeoprichter van The Ocean Clean Up. Hij vertelde over zijn avonturen op zee. "Als je je dromen najaagt kunnen prachtige dingen ontstaan. Dat vraagt ook om incasseringsvermogen, want niet alles gaat altijd van een leien dakje. Het betekent ook hard werken en natuurlijk leiderschap." Voordat hij zijn taak als dagvoorzitter van het Samergo-netwerkevent begon, nam hij de toehoorders mee op reis en vertelde inspirerende verhalen over zijn avonturen. "Het zeilen is mij met de paplepel ingegoten en na verschillende studies te hebben afgerond, wist ik nog niet wat ik wilde doen.

Toen kreeg ik de kans om drie maanden als co-schipper mee te gaan op een zeilboot. De boot moest van Midden-Amerika naar Europa worden gevaren. Dat voelde pas écht als verbinden en één zijn met de natuur. Het was het moment waarop ik bedacht dat het wel heel tof zou zijn om met vrienden de wereld te gaan rondreizen. Na vijf jaar lang geld sparen en grondige voorbereidingen heb ik mijn huis verkocht en mijn baan opgezegd. Samen met een vriend (Arjan) werd de Pegasus twee jaar lang ons onderkomen." Florian en Arjan kregen direct al te maken met de eerste tegenslag. "De boot bleek erg beschadigd door osmose en daarom moest de boot eerst worden hersteld en goed functioneren. We kregen hulp uit onverwachte hoek en konden met drie maanden vertraging toch op pad." Tijdens zijn zeilavonturen genoot Florian niet alleen van de schoonheid van de natuur, maar zag hij ook de vervuiling. Hij ervaaarde letterlijk hoe de plastic soep eruitzag. Na zijn terugkeer in Nederland richtte hij samen met Boyan Slat The Ocean Clean Up op om oceanen schoon te maken. Ademloos keken de aanwezigen naar de filmpjes en foto's die Dirkse liet zien.

'Als je je dromen
najaagt **kunnen**
prachtige dingen
ontstaan'



‘Een beter milieu begint bij jezelf’

Vervolgens kondigde Dirkse de volgende spreker aan. Déan Smits van **STBN** en aangesloten bij de **Groene Huisarts**.

Haar pleidooi was dat de mensen die werken in de gezondheidszorg zelf ook hun verantwoordelijkheid moeten pakken om de natuur gezond te houden. “Dat geldt voor de zorg zelf maar ook voor onderwijs en praktijkvoering. En ook privé kun je je steentje bijdragen want dat is hard nodig. De kans dat we in 2046 met 2 graden opwarming van de aarde te maken hebben, is groot. En zelfs de 3 graden ligt al op de loer.” Smits vroeg aan de aanwezigen wat zij al merkten van de klimaatverandering in hun spreekkamer. Een huisarts in de zaal gaf aan dat het al merkbaar was aan het sterk toenemend aantal mensen met allergieën en luchtwegklachten. Smits komt zelf uit Rotterdam en wist de aanwezigen te vertellen dat wonen in Rotterdam gelijk staat aan het roken van zeven sigaretten per dag vanwege de luchtvervuiling. De verbazing in de zaal was duidelijk hoorbaar na het horen van deze cijfers.



Dichter bij huis – de omgeving waar het netwerkevent werd gehouden - waren de verhalen van de volgende sprekers, Arjan Ponsen en Pauline Schouwenburg van **Buitenland van Rhoon.**

In die regio was het de uitdaging om te transformeren naar een gebied met alleen natuur. Om die transformatie te kunnen realiseren, was het nodig om te gaan samenwerken. Een bottom-up benadering waarbij boeren en natuur- en recreatieorganisaties de handen ineen hebben geslagen. Schouwenburg vertelde hoe er door samenwerken vanuit verschillende perspectieven, heeft het Rhoonse natuurgebied en impuls gekregen, voor de natuur en voor de mens: “De ambities uit ons streefbeeld bleken soms moeilijker te realiseren dan we eerder met z’n allen dachten. En de natuur die laat zich sowieso lastig sturen.” Toch pakt hun aanpak om natuur inclusieve landbouw en recreatie te realiseren goed uit. Haar collega, natuurbeheerder Ponsen, vertelde bijvoorbeeld over hoe met vrijwilligers reekalfjes worden gered. “De reekalfjes hebben een hoge aaibaarheidsfactor dus genoeg mensen die willen meehelpen. Hoewel die organisatie ook flexibiliteit en doorzettingsvermogen vraagt, want niet iedereen wil om 4 uur ’s ochtends opstaan om op pad te gaan op zoek naar reekalfjes.”



‘De natuur laat zich
sowieso lastig sturen’

De natuur als verbinder

Na ingespannen te hebben geluisterd naar de boeiende ervaringen van de sprekers was het tijd om naar buiten te gaan.

Gelukkig was het net gestopt met regenen en konden de aanwezigen in groepjes op pad in de mooie omgeving, gewapend met rugzak met inhoud geschonken door Buitenland van Rhoon. Met eigen ogen konden ze nu de omgeving bekijken waarover ze zojuist mooie voorbeelden van verbinding hadden gehoord. Maar het was niet zomaar een wandeling. Per groep kregen de deelnemers een kaart met vragen mee voor de nodige gespreksstof. De eerste vraag 'Hoe verbind jij natuur aan gezondheid?' gaf direct de kern weer van wat de uitdaging is. Hoe kun je op een goede manier met duurzaamheid aan de slag? En wat is daarbij de 'klimaatspagaat'?

Om de deelnemers een handje te helpen kwamen ze onderweg op hun pad **buitenpsycholoog** Susan van Hacht – Besems of **buitenfysiotherapeut** Janneke de Jong – De Vries tegen. Zij hebben al de daad bij het woord gevoegd en hebben de natuur letterlijk in hun behandelingen verwerkt. "Met mijn cliënten ga ik daadwerkelijk naar buiten. Ik betrek de natuur in het consult. Ik laat ze bijvoorbeeld takjes verzamelen en op een manier neerleggen die hun innerlijke gevoel weergeeft. Of ik laat ze een groentint uit de natuur beschrijven die bij de fase past waarin ze zitten. In eerste instantie denken sommige cliënten dat deze manier van werken zweverig is, maar al snel komen ze erachter hoe concreet de resultaten zijn die ze zelf maken en hoe belangrijk het is om verbonden te zijn met de natuur", zegt Van Hacht - Besems.



'Hoe verbind jij natuur aan gezondheid?'



Oogsten

Eenmaal terug was het tijd om nog een goed voorbeeld te bekijken hoe belangrijk de invloed is op een gezonde leefomgeving.

Carla Bastemeijer streeft ernaar van de gemeente Albrandswaard een zogeheten 'Blue Zone' te maken; een gebied waar mensen gezond ouder worden: "Daarvan bestaan er in de wereld een stuk of vijf en de mensen daar zijn erg gezond en worden relatief ouder dan elders ter wereld. In een blauwe zone leiden mensen een actief buitenleven en ervaren zij een zinvol bestaan. Binnen **BlueRhooon** staat niet de behandeling van problemen en ziektes centraal, maar juist de gezondheid van de bewoners."

Samergo-adviseur Matine van Schie sloot de dag af door te zeggen dat het een vruchtbare middag was geweest en dat Samergo onder het motto van 'Natuurlijk verbinden' de zaadjes heeft geplant. Nu is het de taak aan de aanwezigen om te gaan oogsten en te verbinden.

'De mensen worden
relatief ouder
dan elders ter
wereld'



Bezoekers delen hun inzichten

Mireille Jansen van Drechtzorg:

“In mijn dagelijks leven werk ik veel aan innovatie, onder meer bij Stichting Drechtzorg. Waarvan ik mij tijdens de lezingen van Florian, Déan en Arjan en Pauline en Carla weer van bewust werd is dat het teweegbrengen van een verandering vaak van onderaf begint anders krijg je niet iedereen mee in de verandering die je teweeg wilt brengen.”

Erna Vogelzang van Aafje:

“Ik werd weer even wakker geschud als het gaat om het onderwerp Duurzaamheid. In ieder contract wordt het wel genoemd, maar hoe het ook echt concreet handen en voeten krijgt tijdens een transitie, blijft soms achterwege. Als ik het verhaal zo eens beluisterde van Déan, dan wordt het ook echt tijd dat voornemens acties gaan worden. Privé draag ik al mijn steentje bij door bijvoorbeeld tweedehands kleding te kopen of vaker de fiets te pakken.”

Tim Grevelink van Timformatie en zijn collega Lisa van der Welle werden ook even weer met de neus op de feiten gedrukt: “Wat we nu doen of juist niet doen heeft veel invloed op de toekomst. Het is belangrijk dat we met z’n allen ons hiervan bewust zijn en duurzaamheid standaard meenemen in onze werkprocessen.”

Andrea Fitskie van Anderzorg:

“Toen ik de cijfers hoorde in de presentatie van Déan schrok ik best wel, ik vond het heel confronterend. Bijvoorbeeld dat de zorg, die probeert mensen beter te maken eigenlijk zo’n grote vervuiler is. We moeten echt manieren vinden om natuurlijke producten te gebruiken.”

Margriet de Bruijne van Cohaesie:

“Milieubewustzijn staat bij Cohaesie zeker op het netvlies. Maar er ook daadwerkelijk iets mee kunnen doen dat is een tweede. Er zijn zoveel thema’s die ons bezig houden dat je soms door de bomen het bos niet ziet. Daarin zijn we vast niet de enigen. Maar ik heb wel gemerkt dat als je duurzaamheid wilt realiseren, je mensen nodig hebt die zich hier dagelijks mee bezighouden. Eigenaarschap is belangrijk.”



Natuurlijk kom je met ons in beweging!

Samergo organiseert jaarlijks de inspiratie- en netwerkbijeenkomst om partijen uit de zorg- en welzijnssector bij elkaar te brengen. Op die manier ontstaan er de mooiste samenwerkingen en raken mensen door elkaar of door de aanwezige sprekers geïnspireerd om zaken vanuit een ander perspectief te gaan bekijken.



Over Samergo

De best mogelijke zorg. Dichtbij en betaalbaar voor iedereen. Met als doel gezonde inwoners. Dat is de uitdaging waar zorg en welzijn voor staat. Dit vraagt om duurzame samenwerking. Over domeinen heen, voor en met inwoners. Samergo helpt partijen in zorg en welzijn om deze samenwerking waar te maken. Vanuit een onafhankelijke rol verbinden wij partijen en zorg en welzijn en delen we actief onze kennis. We initiëren en begeleiden bij de realisatie van duurzame netwerken en samenwerkingsverbanden in de eerste lijn en tussen de eerste lijn en andere zorgdomeinen en welzijn. Samenwerking die de samenhang en regie in de regio versterkt.

Neem gerust contact met ons op als u op zoek bent naar een adviseur, kwartiermaker, programmamanager, onderzoekspartner, procesbegeleider of andere stuwende of trekkende kracht voor de versterking van zorg en welzijn in de regio's Zuid-Hollandse Eilanden, Rotterdam e.o., Drechtsteden en Waardenland.

