

UITGAVE 3 • AUG 2024

# FLOWER PROJECT

Officiële Nieuwsbrief

## UPDATE

Graag delen we een aantal belangrijke mijlpalen met u die we als consortium de afgelopen maanden samen hebben bereikt en geven we een vooruitblik op onze toekomstige activiteiten.

### Over het FLOWER Project

Het FLOWER-project streeft ernaar het welzijn, de gezondheid en de sociale inclusie van kwetsbare ouderen te bevorderen door hen te stimuleren meer tijd in de natuur door te brengen. Met natuurworkshops in Slovenië, Nederland, Spanje en Italië richt het project zich op zowel ouderen als mantelzorgers, vrijwilligers of professionele verzorgenden, waarbij we waardevolle kennis, vaardigheden en activiteiten met betrekking tot de natuur aanbieden. Het project hanteert het principe van leren door te doen, verzamelt feedback om de middelen te verbeteren en ontwikkelt richtlijnen voor organisaties in heel Europa om sociale inclusie en duurzaamheid door middel van natuuractiviteiten te ondersteunen.

"Natuur  
gerelateerde  
competenties  
stimuleren bij  
ouderen"







## Recente activiteiten en hoogtepunten

In de afgelopen maanden hebben we ons gericht op het ontwikkelen van een toolkit met “blended-learning” lesmateriaal. Dit materiaal is erop gericht betrokkenheid bij de natuur te bevorderen en bij te dragen aan meer sociale inclusie, welzijn en gezondheid door simpelweg bezig te zijn met de natuur. Bovendien wordt er nadruk gelegd op duurzaamheid en het belang van groene vaardigheden voor natuurbehoud. Het materiaal, bestaande uit achtergrondinformatie over biodiversiteit, het belang van natuur op de geestelijke gezondheid, actief ouder worden, een database aan mooie natuuractiviteiten die je kunt ondernemen, wordt geïntegreerd in een online toolkit, die beschikbaar zal zijn via de websites van Gouden Dagen en de andere Europese partners.



## Ontwikkeling van lesmateriaal en co-designsessies

Tijdens de ontwikkeling van het lesmateriaal hebben we een vijftigtal natuuractiviteiten ontworpen om ouderen en verzorgenden aan te moedigen zoveel mogelijk tijd in de natuur door te brengen. Er is onder andere aandacht besteed aan de benodigde voorbereidingen, materialen, betrokkenheid van experts, stapsgewijze begeleiding en reflectie na afloop van de natuuractiviteit.

Om ervoor te zorgen dat het lesmateriaal effectief is, hebben we het getest met de doelgroep. In elk partnerland werden testworkshops georganiseerd, gevolgd door evaluaties om de relevantie, noodzakelijke aanvullingen, mogelijke aanpassingen, uitdagingen voor deelnemers, toegankelijkheid en algemene feedback te beoordelen. Dit interactieve proces van co-designactiviteiten heeft de afgelopen zes maanden centraal gestaan, waarbij de ontwikkeling en het testen van natuuractiviteiten de kern vormden.

# HOOGTEPUNTEN UIT DE WORKSHOPS

## Italië: Workshops over persoonlijk welzijn

In mei vond er in Laghetti Curiel, Campogalliano, een reeks workshops plaats gericht op persoonlijk welzijn en natuurverbinding voor ouderen en hun verzorgenden. Deelnemers namen deel aan mindfulness sessies, fotherapie, black-out poëzie en geheugentherapie. Deze activiteiten, begeleid door ervaren therapeuten en pedagogen, hadden bij deelnemers emotionele en psychologische effecten en zorgden voor een groter bewustzijn en ontspanning. [Lees meer...](#)







### Spanje: Ecologische acties en creativiteit

In april organiseerde de Spaanse partner van ouderenorganisatie CEOMA, workshops in het zorgcentrum Nueva Oliva (Pantoja, Toledo). Deze workshops waren gericht op het versterken van de banden tussen generaties en het bevorderen van milieubewustzijn. Activiteiten zoals "Bingo voor plantaardige allergenen" en "De helden van de planeet" stimuleerden ecologische acties en creativiteit onder de deelnemers. [Lees meer...](#)



### Slovenië: Virtuele ervaringen en tuinieren

In juni organiseerde het ontwikkelingscentrum van partnerorganisatie Hart van Slovenië vier workshops, waaronder een VR-natuurervaring en tuinier activiteiten. Deze sessies stelden de deelnemers in staat om virtueel natuurlijke landschappen te verkennen en planten te verzorgen. De workshops werden goed ontvangen en benadrukten de voordelen van natuuractiviteiten voor het emotionele en psychologische welzijn. [Lees meer...](#)



### Nederland: Zintuiglijke natuurbetrokkenheid

Eind april organiseerden IVN Natuureducatie en Gouden Dagen een co-creatiedag bij Herberg Welgelegen in Valkenburg. Activiteitencoördinatoren en deelnemers van de dagopvang testten creatieve activiteiten zoals het ontdekken van geurige kruiden en het maken van natuurfoto's om sociale verbinding en zintuiglijke betrokkenheid te stimuleren. Deze activiteiten zullen verder worden verfijnd en later dit jaar in alle partnerlanden worden aangeboden. [Lees meer..](#)

### Slovenië: Therapeutische natuuractiviteiten

Partnerorganisatie Spominčica Alzheimer Slovenië testte twee activiteiten, "Rotsen schilderen" en "Boom herkenning wandeling", met bezoekers van hun centrum. Deze activiteiten bleken kalmerend en therapeutisch te werken, riepen nostalgische herinneringen op en boden educatieve en fysieke betrokkenheid. Deelnemers stelden voor om ook een natuurwandeling te maken om stenen te verzamelen die zij vervolgens konden beschilderen. [Lees meer...](#)







## KOMENDE INITIATIEVEN

**Lancering van de toolkit:** In de komende maanden lanceren we een uitgebreide toolkit met 'blended learning' materiaal, beschikbaar in alle partnerlanden. Deze toolkit biedt onder andere meer dan vijftig natuur-gerelateerde activiteiten die deelnemers kunnen ondernemen om zo hun betrokkenheid bij de natuur te vergroten. Ook zullen we trainingssessies organiseren voor professionals die deze natuur activiteiten begeleiden. De bedoeling is dat de toolkit de competenties van het personeel van de partnerorganisaties zal versterken.

**Organisatie van begeleide natuuractiviteiten voor kwetsbare ouderen:** In elk land zal een partnerorganisatie een reeks van vijf workshops organiseren waarbij contact met de natuur centraal staat. Het is de bedoeling dat elke workshop 10-15 kwetsbare ouderen, mantelzorgers, familie, vrijwilligers en professionele zorgmedewerkers de kans geeft om een mooie ochtend of middag met de natuur bezig te zijn.

**Richtlijnen voor natuurworkshops, leermiddelen en feedback:** Op basis van de workshops zullen richtlijnen worden opgesteld voor organisaties die natuuractiviteiten voor kwetsbare ouderen willen organiseren en ontwikkelen. Daarnaast zal feedback worden verzameld voor verdere verbetering van de leermiddelen.

[www.flowerproject.eu](http://www.flowerproject.eu)



Co-funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

"De natuur is  
de sleutel tot  
onze  
intellectuele,  
cognitieve en  
zelfs  
spirituele  
voldoening."

