

voor patiënt&zorgsector (care,cure,preventie)

1. IVN Biowalking 'op weg naar een gezond leven'




2. Grijs, Groen en Gelukkig voor VVT instellingen (care)

gezond, respectvol en gelukkig ouder worden




3. Natuurbeleving in het ziekenhuis voor ziekenhuizen (cure)

4. Walking Meetings voor bedrijven (preventie)





- 6 keer wandelen **met natuurgids en gezondheidsdeskundige**
- Start met info-middag over gebied en uitleg
- Ondersteuning met de Biowalk app
- Map deelnemer met wandelkaart , bw info, TBO info, ...
- Kopje koffie met versnapering bij gastheer van natuurgebied
- Aanbieding lidmaatschap Tijdschrift van IVN
- Sponsoring door Diabetesfonds en wandelbond
- Samenwerking met gezondheidsprofessional (zoals huisarts, verpleegkundige, fysiotherapeut, etc)
- Bijdrage consument: € 60,-
- Afsluiting met gezonde leefstijl informatie; opmaat naar gezondere leefstijl





Resultaten na een serie van Biowalks

- 83% heeft inzicht in wat bewegen doet met bloedsuikerwaarden;
- 67% heeft leren omgaan met de veranderingen in het bloed;
- 50% gaat beter om met diabetes door contact met lotgenoten;
- 67% heeft ervaren dat natuur goed is voor hun gezondheid;
- 92% vindt het belangrijk dat Biowalking in de natuur plaats vindt;
- 33% gaat vaker wandelen in de natuur.



ivn
biowalking



Leiden g-z-h **ivn** **dso** **Staatsbosbeheer** **TYMPAAN** **SPORTSERVICE ZUID-HOLLAND**



Bewegen in het GROEN Cronesteyn, Leiden



Roos van Gelderen
Wethouder Jeugd, Zorg en Welzijn



GGD **ivn** *beleef de natuur!*
Hollands Midden

Landschap
& Erfgoed
Zuid-Holland

hogeschool
Leiden

DE TUIN VAN
DE SMID **Leiden**

gezond, respectvol en gelukkig ouder worden

actiz
organisatie van zorgondernemers

NATIONALE POSTCODE LOTERIJ

met elkaar zorgen voor morgen

Innovatie Agro & Natuur, onderdeel van het Ministerie van Economische Zaken

IVN Grijs, Groen en Gelukkig



A photograph of a dirt path winding through a dense, green forest. The word "Walk." is written in large white letters on the left side. In the bottom right corner, the text "Nature Meetings" is written in white, with "walk with us." underneath it. Two people are visible walking on the path in the distance.

Walk.

Nature Meetings
walk with us.

WILDCARD: IVN Walking Meetings;
voor gezonde en productieve werknemers




Cadeautje? Natuurlijk!

Neem het mee als je weer naar buiten mag.




Ben je tussen 4 en 12 jaar, dan mag je aan de balie het cadeautje vragen om in de natuur op speurtocht te gaan.

Je krijgt het groenpakketje van IVN, de Papaver, gemeente Delft en Reinier de Graaf.

Meer lezen?

- [‘Waarom wij natuur nodig hebben’](#) Factsheet Natuur&Gezondheid 2013, dr. Agnes van den Berg
- [‘Beetje natuur, grote invloed’](#) Literatuurstudie 2014, drs Mark Mieras

