

## De BuitenFit® tuinen van BuitenZin



**beweeg & beleeftuinen  
voor zorgorganisaties**

**BuitenZin**  
— TUINONTWERP EN REALISATIE —



*"Buiten sporten op het beweegplein vind ik het leukste!"*



**BuitenZin**



## Wie is BuitenZin?

BuitenZin is een tuinontwerp en realisatiebureau voor bedrijven, particulieren en zorgorganisaties, die de totale zorg van uw projecten uit handen kan nemen.

### Waarom kan BuitenZin interessant zijn voor uw organisatie?

BuitenZin is gespecialiseerd in het ontwerpen, realiseren en adviseren van de beweeg & beleeftuin voor uw organisatie. BuitenZin bewaakt vooral ook de nazorg, duurzaamheid van uw project, en realiseert de maatschappelijke betrokkenheid bij uw project. Daarbij kunnen wij voor u de totale subsidies en sponsoring om uw beweeg & beleeftuin te realiseren verzorgen.

### Wat is een beweeg & beleeftuin/zorgtuin

Zorgtuinen, beweegtuinten of beleeftuinen. Wij gaan een stap verder en noemen ze BuitenFit® tuinen. Dit zijn tuinen rondom de zorgcentra waar bewoners lekker kunnen bewegen in de buitenlucht. Genieten van al het moois dat de natuur biedt. Onze BuitenFit® tuinen hebben een positief effect op het sociaal, lichamelijk en geestelijk functioneren van de bewoners. Een BuitenFit® tuin geeft de zorgorganisatie net die extra faciliteit die de bewoners en de zorgorganisatie nodig hebben. Bewoners ervaren meer kwaliteit van leven en zorgorganisaties hebben een unique selling point met een BuitenFit® tuin.



## Waarom een beweeg & beleeftuin ?

Bewegen is voor iedereen belangrijk en als het even kan in de gezonde buitenlucht. Zeker voor ouderen, kinderen en volwassenen met een verstandelijke of lichamelijke beperking. BuitenZin adviseert en ondersteunt de projectgroep (en) over de invulling van de beweeg & beleeftuin zodat het aansluit bij de wensen en de behoeften van de bewoners en zorgorganisatie.

Alle onderdelen in een beweegtuin beïnvloeden de fysieke conditie en geestelijke gesteldheid van de bewoners. Zo zorgt een rek- en strekpad voor flexibiliteit en balans. Een plein met beweegtoestellen zorgt voor meer kracht en uithoudingsvermogen. Ook op geestelijk en sociaal niveau ervaren ouderen een betere kwaliteit van leven. Ouderen voelen zich vaak eenzaam, blijkt uit onderzoek. In een BuitenFit® tuin ontmoeten ouderen elkaar en wisselen ze ervaringen uit over wat ze doen en zien. Ongemerkt breiden ze hun sociale contacten uit en daardoor worden de gevoelens van eenzaamheid en depressies verminderd of voorkomen. Hun zelfvertrouwen wordt positief gestimuleerd en ouderen krijgen meer regie op hun leven.



**BuitenZin**



De BuitenFit® tuin heeft een positief effect op de zelfredzaamheid en participatie van de ouderen in de samenleving. Aansluiten bij een vrijwilligersclub is bijvoorbeeld nu geen grote stap meer.

### **Beleven van geuren, kleuren en smaken**

Alle zintuigen komen in een beweeg & beleefstuin in actie en de tuin roept herkenningen en herinneringen op. Kruiden in de tuin doen ruiken. De kleurige beplanting is een lust voor het oog en trekt vogels en vlinders aan. Kweekbakken voor groente en fruit prikkelen de tast en smaak. De zintuigelijke beleving staat voorop en doorbreekt het dagelijkse leefpatroon. De geuren en kleuren laten bewoners hun pijn en beperkingen voor even vergeten.





Waarbij BuitenZin nadrukkelijk rekening houdt met uw organisatie, de eigen mogelijkheden en bijvoorbeeld bereikbaarheid en eventuele inzet van eigen medewerkers of bewoners en plaatselijke ondernemers.

### **Realisatiefase**

Plannen krijgen in de realisatiefase vorm en de visie achter het ontwerp van de beweeg & beleefstuin wordt zichtbaar. Tijdens de uitvoering van het project voert BuitenZin desgewenst de regie over de realisatie.

BuitenZin treedt op als projectleider en bewaakt de kwaliteit, de planning en het budget. Vanzelfsprekend in nauwe samenspraak met de opdrachtgever.

### **Nazorgfase**

In de nazorgfase bekijkt BuitenZin of de beweeg & beleefstuin voor uw zorgorganisatie ook werkt zoals oorspronkelijk bedoeld. De vertaling van ontwerp naar uitvoering en gebruik moet kloppen. Zodat de beweeg & beleefstuin precies de wensen van uw bewoners weerspiegelt, net als de waarden waar u als zorgorganisatie voor staat. Dit kan in een nazorgplan volledig worden uitgewerkt in overleg met de opdrachtgever. In het nazorgplan wordt de duurzaamheid, maatschappelijke betrokkenheid en activiteiten aanbod vastgelegd.





### **Maatschappelijke betrokkenheid en duurzaamheid**

Met de beweeg & beleeftuin heeft de zorgorganisatie een sterke troef in handen als het gaat om maatschappelijke betrokkenheid. Door de beweeg & beleeftuin deels of volledig openbaar te maken kan gebruik door derden bovendien gestimuleerd worden. Bijvoorbeeld door bewoners van omliggende aanleunwoningen en uitwisselingen met andere zorgorganisaties in de nabije omgeving. Ook zelfstandig wonenden senioren kunnen gebruik maken van de BuitenFit® tuin. Projectmatige samenwerking met basisscholen en voortgezet onderwijs is ook denkbaar of kinderen met een verstandelijke- en/of lichamelijke beperking die onder begeleiding van een hovenier het onderhoud van de tuin kunnen doen. Net als bijeenkomsten of festiviteiten voor kinderen en kleinkinderen van bewoners. Op deze manier komt de omgeving op een andere manier in aanraking met de bewoners waardoor de zorgorganisatie een maatschappelijke aantrekkingskracht genereert. BuitenZin kan deze wensen en mogelijkheden in een gefaseerd activiteitenplan uitwerken net als het ontwerpen en realiseren van de beweeg & beleeftuin. Na realisatie van de beweeg & beleeftuin en het opvolgen van het gefaseerde plan blijft de duurzaamheid gewaarborgd. Dat is de filosofie en ervaring van BuitenZin.

### **Subsidies en sponsoring**

Voor de realisatie van de beweeg & beleeftuin bestaan meerdere mogelijkheden om financiële steun aan te vragen bij verschillende fondsen.





Ook kan BuitenZin in overleg met de gemeente voor uw project intern, landelijke/ provinciale en Europese subsidies aanvragen. Met deze mogelijke financiële bijdrage wordt de beweeg & beleefstuin makkelijker of eerder realiseerbaar. BuitenZin kent de weg en verzorgt dit traject graag voor uw zorgorganisatie. BuitenZin streeft ernaar om de beweeg & beleefstuin voor een zo groot mogelijk deel subsidiabel te krijgen en door middel van sponsoring en actie matig geld in te zamelen. Sponsoring biedt vele mogelijkheden. Lokale en regionale ondernemers zullen hun naam graag koppelen aan de maatschappelijke uitstraling van de beweeg & beleefstuin en financieel dan wel kostenloos willen meewerken aan realisatie. Met scholen en verenigingen kunnen inzamelingsacties opgezet worden, die geld opleveren.

BuitenZin werkt deze mogelijkheden graag uit en kan eveneens de acties coördineren. Zodat de beweeg & beleefstuin tegen geringe of zelfs zonder extra investering gerealiseerd kan worden. Dit wordt in het sponsorplan uitgewerkt. BuitenZin maakt vooraf, in overleg met de zorgorganisatie, een realistisch en duidelijk financieel overzicht. Dit laat zien wat de beweeg & beleefstuin in aanloop en realisatiefase gaat kosten. BuitenZin zorgt ervoor dat door middel van subsidies en sponsoring de realisatie kosten deels of geheel worden terugverdiend.



# Weer wroeten in aarde moestuin

VRIEZENVEEN

**J**o Smelt, Hillie Schutte en het echtpaar Wiecher en Lina Roelofs voeren deze donderdag na de officiële opening van de beweeg- en beleefstuin de proef op de som. Ze proberen een van de toestellen uit en dat bevalt goed. De tuin is bedacht door de Almelose Hester Belderbos van het bedrijf Buitenzin en staat in de tuin van dagcentrum Ooms Aalf, onderdeel van woon- en zorgcentrum De Vriezenhof in Vriezenveen. „Maar de tuin staat open voor iedereen“, aldus directeur Paul de Jongh van De Vriezenhof. „Denk bijvoorbeeld aan de kleinkinderen die bij opa en oma op bezoek komen. Ze kunnen er samen naar buiten.“ De dames Smelt en Schutte kennen als lid van de cliëntenraad van De Vriezenhof het belang van bewegen voor ouderen. En ook is de tuin een plek voor ontmoeting. Het echtpaar Roelofs heeft de beweging...

we hebben een hometrainer, voor 4 euro gekocht bij de kringloopwinkel. Eigenlijk vind ik dat fietsen erg saai.“ De beleef- en beweegtuin is al bestudeerd was. „Het is een plek om rustig te mijmeren. Een plek waar ouderen weer eens met hun handen in de aarde van de moestuin kunnen wroeten“, legt Belderbos de gedachte achter de tuin uit. „Een projectgroep van De Vriezenhof heeft wemmen aangegeven, vandaar de komst van de moestuin. Ook wilden ze veel kleurrijke bloemen en planten.“ Aan een van de schuttingen hangen enorme foto's van de Vriezenveense fotograaf Stefan Schipper. Afbeeldingen waarop bewoonster Riek Wessels-Ribberink oefeningen voordoet: 'op de tenen staan', 'knie buigen' en 'strekken rug'. Wessels poseert alsof ze een beoefend model is. Tientallen belangstellenden kwamen na de opening door de deuren van de tuin. De aanwezige kinderen werden terughoudend. Ze bleven enthousiast als Smelt, Schutte en het echtpaar Roelofs.



Jo Smelt, Hillie Schutte en het echtpaar Lina en Wiecher Roelofs maken op de openingsmiddag van de beweeg- en beleefstuin bij dagcentrum Ooms Aalf kennis met een van de toestellen. Foto Tjara Tudor.

## Oranje Fonds kent € 10.000,- toe aan De Vriezenhof voor beweeg- en beleefstuin

Om een impuls te geven aan gezond bewegen heeft de Vriezenhof, in samenwerking met Buitenzin, een prachtige beweeg- en beleefstuin aangelegd voor bewoners van Vriezenveen. Bewegen, vooral in de buitenuitdacht, is voor iedereen belangrijk. In de tuin zijn diverse toestellen geplaatst, die door ouderen of mensen met een lichamelijke beperking kunnen worden gebruikt. Er is een wand met vogelhuisjes, kweekbakken voor planten, een activiteitentafel en een wand met vogelhuisjes. Kweekbakken voor planten en purprie bloemen en kruiden verlenen. In het ontwerp zijn bijvoorbeeld toegankelijk is voor iedereen, met een verwerkt. Doordat de beleef- en beweegtuin toegankelijk is inmiddels een staat de mogelijkheid tot meer sociale contacten. Zo wil de Vriezenhof komen voor alle bewoners van Vriezenveen. De beweeg- en beleefstuin is inmiddels een aantal weken geopend. Het is mooi om te zien dat er veelvuldig gebruik van wordt gemaakt, vooral door ouderen. Naast cliënten van de Vriezenhof komen ook andere zorgorganisaties met hun cliënten naar de beweeg- en beleefstuin. De Vriezenhof is haar sponsors zeer dankbaar. Zonder hen was het niet mogelijk geweest de tuin aan te leggen. Een van de grootste sponsors is het Oranje Fonds, dat de Vriezenhof € 10.000,- heeft toegevoegd. Het afgelopen jaar ondersteunde het Oranje Fonds steun jaarkaars ruim 7.500 sociale initiatieven in Nederland en het Caribische deel van het Koninkrijk. Het afgelopen jaar meten elkaar voor het met € 27,4 miljoen initiatieven die er voor zorgen dat mensen elkaar ontmoeten, in onder andere een begrip krijgen voor elkaar en zich inzetten voor een ander. Het Oranje Fonds wordt o.a. gesteund door de Nationale Postcode Loterij, De Lotto, en door Vrienden en bedrijven, koning Willem-Alexander en Koningin Máxima zijn sinds de oprichting het beschermende van het Oranje Fonds.



## Bewoners de Vriezenhof blij met unieke beweeg- en beleefstuin

**VRIEZENVEEN** | Om een impuls te geven aan gezond bewegen, heeft de Vriezenhof, in samenwerking met Buitenzin, een prachtige beweeg- en beleefstuin aangelegd voor inwoners van Vriezenveen. Van de tuin wordt inmiddels al door vele bewoners gebruik gemaakt. Bewegen, vooral in de buitenuitdacht, is voor iedereen belangrijk. In de tuin zijn diverse toestellen geplaatst, die door ouderen of mensen met een lichamelijke beperking kunnen worden gebruikt. Er is een wand met vogelhuisjes, kweekbakken voor planten, een activiteitentafel en een wand met vogelhuisjes. Kweekbakken voor planten en purprie bloemen en kruiden verlenen. In het ontwerp zijn bijvoorbeeld toegankelijk is voor iedereen, met een verwerkt. Doordat de beleef- en beweegtuin toegankelijk is inmiddels een staat de mogelijkheid tot meer sociale contacten. Zo wil de Vriezenhof komen voor alle bewoners van Vriezenveen. De beweeg- en beleefstuin is inmiddels een aantal weken geopend. Het is mooi om te zien dat er veelvuldig gebruik van wordt gemaakt, vooral door ouderen. Naast cliënten van de Vriezenhof komen ook andere zorgorganisaties met hun cliënten naar de beweeg- en beleefstuin. De Vriezenhof is haar sponsors zeer dankbaar. Zonder hen was het niet mogelijk geweest de tuin aan te leggen. Een van de grootste sponsors is het Oranje Fonds, dat de Vriezenhof € 10.000,- heeft toegevoegd. Het afgelopen jaar ondersteunde het Oranje Fonds steun jaarkaars ruim 7.500 sociale initiatieven in Nederland en het Caribische deel van het Koninkrijk. Het afgelopen jaar meten elkaar voor het met € 27,4 miljoen initiatieven die er voor zorgen dat mensen elkaar ontmoeten, in onder andere een begrip krijgen voor elkaar en zich inzetten voor een ander. Het Oranje Fonds wordt o.a. gesteund door de Nationale Postcode Loterij, De Lotto, en door Vrienden en bedrijven, koning Willem-Alexander en Koningin Máxima zijn sinds de oprichting het beschermende van het Oranje Fonds.



**SPONSOREN**  
De Vriezenhof is haar sponsors zeer dankbaar. Zonder hen was het niet mogelijk geweest de tuin aan te leggen. Een van de grootste sponsors is het Oranje Fonds, dat de Vriezenhof € 10.000,- heeft toegevoegd. Het Oranje Fonds steun jaarkaars ruim 7.500 sociale initiatieven in Nederland en het Caribische deel van het Koninkrijk. Het afgelopen jaar meten elkaar voor het met € 27,4 miljoen initiatieven die er voor zorgen dat mensen elkaar ontmoeten, in onder andere een begrip krijgen voor elkaar en zich inzetten voor een ander. Het Oranje Fonds wordt o.a. gesteund door de Nationale Postcode Loterij, De Lotto, en door Vrienden en bedrijven, koning Willem-Alexander en Koningin Máxima zijn sinds de oprichting het beschermende van het Oranje Fonds.

Recente krantenartikelen van het laatste project.







### Recente referenties BuitenFit® tuinen

Woon- en Zorgcentrum de Vriezenhof Vriezenveen  
Meester Siebelinkhuis Almelo  
Erve Nienenhoek Den Ham  
Residentie Berkelstraat Beter Wonen Almelo

### Overige referenties BuitenFit® tuinen

Zorgpluswonen De Eshorst Almelo  
TMZ De Wemelanden Vriezenveen  
TMZ Meulenbelt Almelo  
TMZ MeulenbeltZorg Tubbergen

### Lopende projecten BuitenFit® tuinen

ZorgAccent locatie Krönnenzommer Hellendoorn  
Woningstichting St Joseph locatie Hagenpark Almelo  
ZorgAccent locatie de Hofkamp Almelo  
Gezondheidscentrum Almelo

**BuitenZin**  
— TUINONTWERP EN REALISATIE —

Doelenstraat 30 - 7607 AJ Almelo

0546-562766 - [www.buitenzin.nl](http://www.buitenzin.nl)