

Randvoorwaarden voor **Natuur voor Gezondheid**

1. Tijd

- Activiteiten van 30–45 minuten zijn vaak al voldoende.
- Spreek cliënten bij voorkeur op de buitenlocatie af om reistijd te besparen.
- Plan patiënten achter elkaar, om tijd te besparen.
- Administratie kan achteraf of deels door de patiënt (bijv. reflectieverslag).
- In groepsverband begeleiden (bijv. wandelgroepen) kan tijdsefficiënt zijn.

2. Geld

- Buitenactiviteiten vragen geen huur of apparatuur, dat scheelt kosten. In bepaalde gevallen is wel een vergoeding nodig aan de terreinbeheerder van het natuurgebied, zie punt 5.
- Zorgverzekeraar: inzet van POH, psycholoog, fysiotherapeut of diëtist is meestal verzekerd, maar afhankelijk van contracten en locatie-eisen.
- Voor groepsessies is soms toestemming van de verzekeraar of gemeente nodig voor gecombineerde bekostiging.
- Gemeente/welzijn: begeleiding door buurtsportcoach of welzijnswerker wordt vaak door de gemeente vergoed, hoewel dat bij buurtsport-activiteiten vaak vooral de opstart betreft. Daarna moet de uitvoering meestal ofwel door reguliere beweeg-aanbieders of door vrijwilligers worden voortgezet.
- Extra budgetten zijn soms beschikbaar via GALA (Gezond en Actief Leven Akkoord), Sportakkoorden, ZonMw, Wijkbudgetten of leefstijlprojecten.

3. Privacy & Veiligheid

- Kies locaties waar deelnemers zich vrij kunnen uiten.
- Behoeftte aan privacy verschilt per persoon, bespreek dit vooraf.

- Wees alert op veiligheid: controleer routes op obstakels, gladheid, schaduw, rustpunten.
- Let op weersomstandigheden, zoals storm, onweer, hitte en op eventuele medische risico's bij deelnemers.
- Neem EHBO-setje en telefoon mee.

4. Route & Locatie

- Start op een goed bereikbare plek (bijv. praktijk, wijkcentrum).
- Kies een route passend bij de fysieke (on)mogelijkheden van de deelnemer.
- Zorg voor zitplekken onderweg.
- Gebruik herkenbare of herhaalbare routes, dat versterkt gedragsverandering.
- Zoek naar parken, groene stroken of toegankelijke natuurgebieden in de buurt.

5. Toestemming en kosten bij gebruik van natuurgebieden

- Toestemming is nodig bij groepsgebruik, herhaalde of zorggerelateerde activiteiten.
- Terreinbeheerders vragen vaak: omschrijving activiteit, aantal deelnemers, frequentie, gebruik van materialen, doel van de activiteit.
- Voorwaarden kunnen zijn: vermijden kwetsbare zones, stilte tijdens broedseizoen, geen afval, alleen op paden.
- Soms worden er kosten gerekend voor commerciële of structurele activiteiten.
- Neem vooraf contact op met de terreinbeheerder (Staatsbosbeheer, Natuurmonumenten, etc.).
- Bij welzijns- of zorgprojecten is soms vrijstelling mogelijk.

Toestemming en kosten bij gebruik van natuurgebieden

Onze natuur is kwetsbaar, het gaat in veel natuurgebieden niet goed met bomen, planten en dieren. Dus als we willen dat we de natuur voor gezondheid kunnen blijven gebruiken dan is er ook zorg en bescherming van de natuur nodig. Daarom is het van belang dat het in



bepaalde gebieden niet te druk wordt. En is het logisch dat voor commerciële activiteiten een vergoeding wordt gevraagd door de terreinbeheerder, waarmee het onderhoud en beheer kan worden bekostigd.

Wanneer moet je toestemming vragen?

Voor individueel gebruik (zoals een wandeling met één patiënt) is toegang tot natuurgebieden doorgaans vrij. Maar bij groepsactiviteiten of herhaalde zorggerelateerde sessies is er vaak sprake van georganiseerd gebruik. Dan gelden andere regels. Je hebt doorgaans toestemming of een vergunning nodig als:

- je groepsgewijs werkt (meer dan 1 à 2 deelnemers),
- de activiteit zorggerelateerd, educatief of commercieel is,
- het een terugkerende activiteit is (bijvoorbeeld wekelijks of maandelijks),
- je gebruikmaakt van materialen, paden of vaste plekken (bijv. bankjes, sportvoorzieningen),
- de activiteit extra belasting voor het gebied kan opleveren (bijv. kwetsbare natuur, stiltegebieden).

Let op: Ook activiteiten onder welzijn of sport kunnen hieronder vallen.



Wat wordt gevraagd bij een toestemming of vergunning?

De terreinbeheerder (zoals Staatsbosbeheer, Natuurmonumenten, of een lokale landschapsorganisatie) vraagt meestal om:

- Een korte omschrijving van de activiteit;
- Aantal deelnemers en frequentie;
- Tijdstip en duur;
- Doel (zorg, welzijn, educatie, commercieel);
- Gebruik van materialen of voorzieningen;
- Bereikbaarheid en eventuele risico's;

Soms moet je een formulier invullen of een aanvraag doen via een online portaal.

Mogelijke voorwaarden of beperkingen

Bij toestemming worden vaak extra regels gesteld, zoals:

- Geen toegang tot kwetsbare zones (broedgebieden, rustgebieden voor dieren);
- Stil zijn tijdens broedseizoen of in stiltegebieden;
- Geen afval achterlaten of verstoring van flora/fauna;
- Alleen gebruik van bestaande paden;
- Gebruik van groepsgrootte of tijdsvensters;
- Geen 'commerciële uitstraling' (zoals vlaggen of promotiemateriaal);

Kosten die kunnen worden gerekend

Sommige terreinbeheerders vragen een vergoeding bij:

- Commerciële activiteiten (bijv. coaching, betaalde groepswandelingen).
- Structurele groepsbijeenkomsten (bijv. een wandelgroep van een praktijk).
- Gebruik van voorzieningen zoals vuurplaatsen, bankjes, shelters, etc.

De kosten zijn afhankelijk van:

- Het aantal deelnemers;
- Frequentie en duur;
- Doel van de activiteit.

Bij welzijns- of zorgprojecten wordt soms (gedeeltelijke) **vrijstelling** verleend – overleg dit vooraf.

Tips

- Neem vooraf contact op met de terreinbeheerder (of boswachter) van het gebied waarin je wilt werken.
- Zoek de regels op via de websites van:
 - **Staatsbosbeheer**
 - **Natuurmonumenten**
 - **LandschappenNL**
- Werk eventueel samen met een lokale IVN-afdeling of natuurorganisatie die al toestemming heeft.

Tekst en inhoud © Annette Postma 2025

gezond
& groen 



Natuur voor
Gezondheid