

Losgaan in de natuur

2 september 2020

Sectie: LIFESTYLE; LIFESTYLE/NATUUR; VOORPAGINA

Door: Reza Bakhtali

Kinderen staren vaker naar een scherm dan dat ze buitenspelen. En dat terwijl spelen in de natuur fysieke en geestelijke voordelen oplevert. In de speelnatuur van Natuurmonumenten kunnen kinderen lekker los, ook als ze een lichamelijke beperking hebben.

„We zijn met de Speelnatuur gestart omdat we zagen dat ouders het prettig vinden om een soort afgesloten plek te hebben waar ze hun kinderen in de natuur hun gang kunnen laten gaan”, vertelt Rinia Willemse, projectleider van OERRR, het jeugdprogramma van Natuurmonumenten. Inmiddels zijn er twintig OERRR-natuurspeelplekken verspreid door heel Nederland.

Deze speelplekken zijn in het leven geroepen omdat kinderen er baat bij hebben, vertelt Agnes van den Berg, omgevingspsycholoog en hoogleraar natuurbeleving bij de Universiteit van Groningen.

„Natuurlijke speelplekken dagen uit tot gevarieerd en actief speelgedrag en vormen een belangrijke schakel in een gezonde en evenwichtige ontwikkeling.”

„Bovendien laten steeds meer studies zien dat kinderen die in een groenere omgeving opgroeien, een betere psychische gezondheid hebben – natuur werkt namelijk rustgevend – en ze hebben ook een kleinere kans op overgewicht.”

Vlotten bouwen

De vele natuurspeellocaties zijn heel verschillend. Willemse: „We hebben in 's Gravenland bijvoorbeeld een plek waar we elementen van het landschap hebben teruggebracht.”

„Op Tiengemetten, onze grootste natuurspeelplek, is er heel veel water en kun je bijvoorbeeld vlotten bouwen.”

Kinderen met een lichamelijke beperking kunnen er nu ook terecht. Dat betekent niet alleen dat er paden voor rolstoelen zijn aangelegd.

Willemse: „We hebben de natuurspeelplekken laten testen door kinderen met een beperking. We kregen een hoop nuttige feedback.”

„Bijvoorbeeld over de wc's die niet allemaal geschikt waren om je te verschonen en waterpompen die je niet vanuit een rolstoel kon bedienen. Alles is meegenomen.”

Tien van de twintig natuurspeelplekken zijn geschikt gemaakt voor kinderen met een handicap.”

Onlangs tekende OERRR bovendien het SamenSpeelAkkoord met als doel om kinderen met en zonder beperking samen te laten spelen in en met de natuur.

Willemse: „We organiseren daarom op 23 en 26 september activiteiten onder leiding van een boswachter. In het SamenSpeelSpel komen kinderen met en zonder handicap samen in de speelnatuur van OERRR. Zo ontdekken ze dat iedereen kan spelen in de natuur, met of zonder beperking.”