



**De zorgboerderij komt
graag met u in gesprek!**

Wij stellen alvast
onze 7 kernkwaliteiten
aan u voor...



Lian

Deelnemer

"De beesten wachten echt op je. Nog voor de koffie voer ik de koeien en geef ik de schapen vers stro."

Willem

Zorgboer

"Echt werk vindt iedereen prettig en belangrijk. Het maakt mensen trots."



John
Deelnemer

“Hier ben ik gegroeid”

“Mensen als John kunnen zo veel meer dan je denkt”



Peter
Zorgboer

Het louterende boerenleven

Je zult er maar staan, aan de zijlijn van de maatschappij. Verslaving, geestelijke of lichamelijke handicap, dementie, autisme... er zijn vele redenen waardoor mensen een afstand tot de samenleving kunnen ontwikkelen. Vaak komen zij in een negatieve spiraal terecht waar je niet gemakkelijk weer uitkomt.

Voor deze groep mensen is het uitermate belangrijk dat zij tot rust komen, hun kracht hervinden en opnieuw eigenwaarde opbouwen. Zo kunnen zij beter voor zichzelf zorgen en een betekenisvol leven leiden samen met familie en vrienden. Dat is precies waar zorgboerderijen zich op richten. En met succes. Met ruim 1.000 zorgboerderijen is het louterende boerenleven een begrip in Nederland.

Maak kennis met de 7 helende kwaliteiten van de zorgboerderij. Of beter nog, kom eens langs. Wij komen graag met geïnteresseerden - in welke vorm dan ook - in gesprek.

Ruimte, rust en regelmaat



1

Ruimte om je heen is ruimte in je hoofd. De boerderij is voor vele deelnemers een nieuwe omgeving. Dieren en planten hebben een rustgevende werking op hun gemoedstoestand. Dichtbij de natuur ontwikkelen deelnemers nieuw bewustzijn voor de tijd, seizoenen, voor leven en dood. Het leven op de boerderij is overzichtelijk en geordend. Verzorging van dieren en planten dwingt ritme af. Een regelmaat die structuur biedt, houvast. Bovendien is er altijd een plekje om je terug te trekken.

Sociaal actief



2

Mensen willen van betekenis zijn, voor zichzelf en voor anderen. De zorgboer(in) vormt hier de spiegel, het rolmodel. Hij of zij heeft aandacht voor de deelnemers, kijkt naar wat ze kunnen en willen en heeft altijd een passend klusje paraat. Bovendien komen deelnemers op de boerderij in contact met veel verschillende mensen. Zo leren ze beter communiceren en bouwen ze een sociaal netwerk op.

Nuttig werk



3

Van fysiek werk word je lichamelijk en mentaal sterker. Op een klus die klaar is, kun je trots terugkijken. Iets bijdragen aan de boerderij en daarmee aan de maatschappij is een beleving die diep doorwerkt. De zorgboer zet de mogelijkheden van de deelnemer centraal, niet de beperkingen. Al het werk dat deelnemers doen - hoe klein ook - doet ertoe. Zo ontwikkelen zij zelfrespect en verantwoordelijkheidsgevoel.

Gezond eten

4



Gezonde voeding is een belangrijke voorwaarde voor een gezond leven. Maar gezond eten is iets wat veel deelnemers nogal eens in de ijskast laten staan. Door actief te werken aan voedingsproducten en dagelijks samen een warme maaltijd te bereiden en te nuttigen, krijgen de deelnemers meer waardering voor gezond eten en drinken. Een belangrijke stimulans!

De stap naar het echte werk

7



Een reguliere baan of vrijwilligerswerk is niet voor iedere deelnemer weggelegd, maar voor een grote groep wel. Met de opgedane ervaring, sociale contacten en zelfrespect zijn diverse deelnemers klaar om opnieuw op eigen benen te staan in de maatschappij. Zo kan de zorgboerderij een opstap zijn om door te stromen. Veel zorgboeren hebben uitstekende contacten met allerlei bedrijven, potentiële werkgevers zowel binnen als buiten de agrarische sector.

Beweging

5



Emotionele problemen los je niet op met denken. Doen en bewegen hebben een helende werking. Fysiek bezig zijn leidt af, biedt afstand en geeft vaak nieuwe inzichten. Door lekker buiten te werken, krijgen deelnemers een betere conditie, voelen zich fitter, slapen beter en zitten lekkerder in hun vel. De taken op de boerderij hebben een positieve invloed op zowel de grove als de fijne motoriek.

Even eruit

6



Iedere dag die de deelnemer doorbrengt op de boerderij, betekent even lucht voor het thuisfront, instelling of mantelzorg. Zij weten dat de deelnemer in goede handen is, zijn even vrij van de intensieve zorgtaak en hebben ruimte voor eigen tijd en bijvoorbeeld andere gezinsleden. Dit heeft een positieve invloed op de rust in de thuissituatie van de deelnemer. Zo kunnen zorgboerderij en (mantel) zorg elkaar versterken en samen een optimale omgeving creëren voor de deelnemer.

Oorspronkelijke kracht

De zorgboerderij is een succesformule. Dat zeggen we niet alleen zelf, maar dat komt ook steevast uit onafhankelijk, wetenschappelijk onderzoek. Wat ons betreft ligt de kracht in het terugkeren naar de oorsprong, de natuur. Aan het begin van de voedselketen werken, betekent heel direct verbonden zijn met het leven op aarde. Dit terugkeren naar de bron geeft een diepe emotionele beleving. Deelnemers leren opnieuw naar zichzelf kijken: wie ben ik, wat kan ik en wat wil ik?

Kom eens langs. U bent van harte welkom op de zorgboerderij om zelf te ervaren wat het kan betekenen voor uzelf of uw naasten. We komen graag met u in gesprek.

Zie voor zorgboerderijen in uw omgeving:

www.zorgboeren.nl

www.landbouwzorg.nl

www.bvkz.nl

Gijs

Deelnemer

"Ik ben zo blij met deze plek, want hoe anders had het kunnen lopen."

Inge

Zorgboer

"Voor iedereen is er een passende activiteit of werk op de boerderij."

Federatie Landbouw en Zorg

Postbus 54, 3780 BB Voorthuizen, T 0342 47 54 17

federatie@landbouwzorg.nl, www.landbouwzorg.nl