

Kennisproduct burgerparticipatie Pluk! Den Haag

Introductie

Met de handen in de aarde, lekker wroeten en gedachten laten afdwalen. Onkruid wieden, mest kruien. Zwoegend op het land om elke dag het plantgoed een toekomst te geven. Op zoek naar schoonheid en kracht, rust en routine. Tussen geloof en wanhoop hangen, tot plots de lente nadert en vogels gaan zingen. We bouwen aan een mooiere wereld, op onze unieke manier. Graag nodigen we iedereen uit om mee te werken als vrijwilliger op "Het Achterland" of in de "Pluktuin". We willen de jeugd laten zien dat natuur een schoonheid bezit, die je kostbaar moet verdedigen. En dat alles een kans moet krijgen om te kunnen groeien!

Voedsel groeit niet in de supermarkt. Daar kruipt tijd, kennis en liefde in. We moeten ons bewust zijn van de kracht van het land en actief meewerken met de aarde. Op harmonieuze wijze samenleven op deze aardkloot betekent kennis overdragen en respectvol handelen. Geen pesticiden, geen insecticiden; een humane benadering is meer dan voldoende.

Pluk! Den Haag



Pluk! Den Haag ontstond zo'n 15 jaar geleden, nadat gemeente Den Haag een tender had uitgezonden. Enkele wilde initiatiefnemers sloegen de handen in elkaar en sprongen in op de noden en wensen vanuit de buurt. Samen met Reakt (Parnassia Groep) stampten ze een zorgboerderij uit de grond voor hulpbehoevenden. We faciliteren zinvolle dagbesteding en willen maatschappelijk kwetsbare mensen hun zelfbeeld vergroten. Door structuur aan te bieden en uitdagingen op te werpen, hopen we een brug te slaan tot de reguliere arbeidsmarkt. Op die manier willen we bijdragen aan maatschappelijke activering. Het is een verhaal van vallen en opstaan, maar ook van een unieke samenwerking tussen verschillende groepen en instanties. Zoveel jaar later is Pluk! Den Haag uitgegroeid tot een unieke trekpleister, een resultaat van co creatie en visiegericht handelen.

Groene zorg

We hanteren een optimistische toekomstvisie en willen deze boodschap ook uitdragen. Op Pluk Den Haag komen Groene zorg en welzijn samen op 1 snijvlak. Duurzaamheid heeft niet alleen betrekking tot de natuur, maar gaat ook over sociaal kapitaal. Pluk is voor iedereen toegankelijk, net die mix van mensen vinden we zo belangrijk: onze deelnemers (cfr. cliënten) boksen vaak op tegen hardnekkige stigma's, terwijl onze bezoekers best veel kunnen leren van de veerkracht van onze deelnemers. Het is heel fijn om deze mix op te zoeken en informele leermomenten te organiseren. We zetten heel erg in op ontmoeting, in de ruime zin van het woord.

We geloven heel sterk in ons verhaal en zijn altijd op zoek naar natuurlijke partners. We vinden het belangrijk om deel te nemen aan de maatschappij. Deelnemers hebben elk hun eigen rugzakje en willen vaak gewoon participeren in de samenleving. Toch gaan ze veelal gebukt onder een label. Deelnemers willen vaak gewoon even hun ziektebeeld vergeten. In de reguliere zorg worden kansarme mensen te weinig gehoord. Wij trachten net kansen aan te bieden en te werken vanuit

intrinsieke motivatie. We leren hen nieuwe vaardigheden en gaan dagelijks het gesprek aan met hen. Iedereen werkt aan een betere toekomst, en doet dit op Pluk. Zo maken we Pluk samen elke dag mooier. Natuur is een fantastische leeromgeving dat kan dienen als instrument voor sociaalpedagogische praktijk. Daar maken we actief gebruik van!

Voorbeeldfunctie

Werken op Pluk (als begeleider, deelnemer, vrijwilliger of bezoeker) geeft enorm veel voldoening. Je voelt je een deel van het geheel. We merken aan iedereen die langskomt op pluk, zich vaak verbonden voelt met een "onzichtbare community". Ook daar willen we de komende jaren meer zichtbaarheid aan geven. Door educatieve activiteiten aan te bieden, versterken we het sociaal weefsel in de buurt. We gaan op zoek naar de gemeenschappelijke noemer en wat mensen verbindt. Vanuit de gemeente Den Haag merken we de zorgen rond mensen met een psychische stoornis, verslavingsachtergrond en buurtbewoners. We hebben een aanbod dat verschillende doelgroepen aanspreekt; en willen mensen koppelen aan de idealen van Pluk: de verbinding opzoeken tussen mens en natuur is onze hoofdmissie. Dat proberen we door te informeren en te sensibiliseren; maar ook gewoon door te doen!

Participatieprojecten

"Alleen ga je sneller, samen geraak je verder". Duurzaam samenwerken is ook een sociale kwestie. Vanuit dit credo werken we samen aan de toekomst van pluk en proberen we een steen te verleggen in de maatschappij. Diversiteit is een onderdeel van onze leefwereld en door samenwerking kan je in relatie komen tot elkaar. Uiteindelijk worden individuele belangen verzoend met maatschappelijke, dat kan een enorme katalysator zijn...

Wat halen deelnemers uit dagbesteding bij Pluk! Den Haag? We bieden een groene locatie aan waar er in alle rust kan gewerkt worden. Toch is "de buitenwereld" nooit veraf. Deelnemers voelen zich daarnaast thuishoren bij de groep. Dagelijks komen ze in contact met gelijkgestemden en vergroten ze hun netwerk. We proberen altijd te kijken naar talenten i.p.v. tekortkomingen. Door structuur aan te bieden, hopen we mensen meer bewust te zijn van zichzelf, de omgeving en de relatie tussen beide. We willen hen 'sterker' maken en timmeren aan succeservaringen en sociale interactie. Dagbesteding geeft deelnemers de kans om bij te dragen aan de samenleving.

Recreatieve bezoekers daarentegen kunnen genieten van cultuurconsumptie en komen op hun manier in contact met andere gemeenschappen. Ook zij vergroten hun competenties door gemeenschapseducatie. We proberen zoveel mogelijk doelgroepen aan te spreken bij Pluk! De Haag en werken graag samen met lokale initiatieven zoals scholen, ondernemers en workshopbegeleiders.



Sinds enkele jaren hebben we een CSA-project lopen, een zelfoogsttuin. CSA staat voor Community Supported Agriculture en kan alleen ontstaan door samenwerking op verschillende niveaus. De consument verbindt zich voor langere tijd (jaarlijks abonnement) aan de boer. Samen met deelnemers dragen we zorg voor de groenten en de consument kan vervolgens zelf de groentjes van het land halen. Zo weet de consument ook waar de groentjes vandaan komen. Deze samenwerking past binnen het kader van duurzame lokale gemeenschappen die elkaar

versterken. Het CSA-project inspireert en zet mensen aan tot denken over bewuste voeding, gezonde levensstijl, korte-keten en voedselproductie. Zo bouwen we ons voedselsysteem op vanuit directe relaties. Ecologische duurzaamheid en economische duurzaamheid gaan hand in hand! Verder stimuleert het deelnemen aan de zelfoostuin het laagdrempelig mee leven met de tuin. Niemand hoeft te helpen, maar door te observeren wordt er mee beleefd. Iedere week verandert er wel iets op de tuin en is de invloed van de seizoenen en de weersomstandigheden goed te zien. Dit heeft een verbindende factor. Meer verbinding met de natuur en meer verbinding met het product dat later op je bord belandt. Deze verbinding is vaak stimulerend om het belang van voedsel in te zien en onze rol in de productie daarvan. Mocht men willen dan kunnen de handen ook uit de mouwen gestoken worden! Het verzorgen, zaaien of water geven van de planten is altijd nodig. En het is natuurlijk extra bijzonder om de groenten waar je zelf aan gewerkt hebt mee naar huis te kunnen nemen.

Verder willen we de komende jaren onze impact vergroten op de buurt en mensen warm maken om aan natuurbescherming te doen. We willen bewustzijn creëren en mensen enthousiasmeren rond maatschappelijke thema's en persoonlijke ontwikkeling.

Een kleine greep uit al onze activiteiten:

- Natuurbeleving voor de allerkleinsten (natuurbingo en natuurspelen in de Heemtuin)
- Inzicht bieden en verbanden leggen rond fauna en flora (kennisvergroting rond groenten en kruiden, zaaien, oogsten, composteren, bodemdieren en van bij tot honing) voor scholen en BSO
- Zintuigprikkeling voor senioren groepen en jongdementerenden (bakkie Pluk, natuurkoffer)
- Bewustzijn creëren rond uitsluitingsmechanismen en privileges voor jongeren
- Laagdrempelige seizoensmarktjes
- Pluktuin om door te struinen
- Teambuilding en coaching rond groepsdynamieken en samenwerken



Tot slot willen we een bijdrage leveren en een aantal hefbomen aanreiken voor mensen die duurzame ontwikkeling omarmen. Onze stichting "vrienden van Pluk" moet nog vorm krijgen en er liggen nog veel kansen op het gebied van vrijwilligerswerking. Tijdens de covid-pandemie merkten we bijvoorbeeld een groeiende aandacht voor groenbehoud. Aan ons om deze wens vorm te geven. De zon schijnt inderdaad voor iedereen, maar Pluk! Den Haag kan er mee voor zorgen dat iedereen van de zonnestralen kan genieten!

Wil je onderdeel zijn van pluk! Den Haag en een handje helpen om de pluk-community verder uit te bouwen. Wil je mee helpen voedsel verbouwen en mee helpen lokale monden te voeden? Zin om bij te leren over seizoensgebonden groenten en inzicht krijgen in verschillend teelttechnieken?

Schrijf een mailtje naar tuin@plukdenhaag.nl