

# Word coach cursus ‘Jouw Heuvelrugtuin’

Deel je kennis en ervaring!

Een Heuvelrugtuin is groen! Minstens 60% groen. Ook is een Heuvelrugtuin volledig gifvrij, biedt beschutting voor vogels en insecten en je vindt er planten die passen in de omgeving van het Nationaal Park. Ben je enthousiast over natuurlijk tuinieren en de natuur van de Utrechtse Heuvelrug? Heb je kennis en ervaring en deel je deze graag met anderen zodat zij een Heuvelrugtuin kunnen creëren? Mooi!

Voor zes Heuvelruggemeenten (Baarn, Rhenen, Utrechtse Heuvelrug, Veenendaal, Woudenberg en Zeist) organiseren we de cursus ‘Jouw Heuvelrugtuin’. Deze is bedoeld om natuurlijke tuiniers in spé daar bekend te maken met de belangrijkste aspecten van een Heuvelrugtuin en ze op weg te helpen en te inspireren om deze in hun eigen tuin te realiseren. *Voor het begeleiden van deze cursus zijn we op zoek naar coaches.*

## Wat ga je als coach doen?

Je gaat deelnemers aan de cursus ‘Jouw Heuvelrugtuin’ begeleiden tijdens een vijfweeks online programma. Als coach neem je cursisten mee in de beginselen van het natuurlijk tuinieren én denk je met hen mee over de stappen die ze kunnen zetten in de eigen tuin. Dit doe je door feedback te geven op opdrachten die cursisten wekelijks aanleveren nadat zij zelfstandig een e-learning module hebben doorlopen. Dankzij jouw coachvaardigheden en aanstekelijk enthousiasme voor tuinieren, kunnen de deelnemers na afloop van de cursus zelf aan de slag op weg naar hun eigen Heuvelrugtuin. We houden het simpel in deze basiscursus: plezier en inspiratie in de tuin staat voorop!

## Waar doen we het voor?

Natuur is goed voor je gezondheid en geeft plezier en ontspanning. Daarom willen we minder tegels en meer planten die thuishoren op de Heuvelrug. Er zijn veel mensen die wel op deze manier met hun tuin aan de slag willen, maar niet goed weten hoe. De cursus helpt hen (en hun burens) op weg naar een tuin die de biodiversiteit, klimaatbestendigheid en natuurwaarden van hun wijk en van het hele gebied ten goede komt. We maken daarmee het Nationaal Park nog een stukje groter en groener.



## Hoe zit de cursus in elkaar?

De cursus ‘Jouw Heuvelrugtuin’ is ontwikkeld met vrijwilligers uit de regio. De cursus bestaat uit 5 achtereenvolgende weken en bestaat uit:

1. Een online startbijeenkomst met de groep via Zoom van ca. 1 uur. Jij introduceert het project, zorgt ervoor dat iedereen elkaar leert kennen en neemt de praktische zaken door.
2. Vijf e-learning modules (verdeeld over vijf weken) die cursisten wekelijks zelfstandig doorwerken. De huiswerkopdrachten uit deze modules worden ingeleverd via OnsIVN. Jij geeft via dit platform schriftelijk feedback op de gemaakte opdrachten.
3. Een online slotbijeenkomst met de groep via Zoom van ca. 2 uur. In deze gezamenlijke afsluiting presenteren de cursisten hun eindopdracht.



Vanwege de heersende coronamaatregelen zijn *alle* onderdelen dus digitaal. Online coachen is misschien even wennen, maar wees gerust: op het gebied van techniek kun je volledig beroep doen op een 'tech buddy' van IVN, zodat jij je helemaal kunt toelagen op de inhoud en het coachen.

Omdat we, net als in elke IVN-cursus, waarde hechten aan ontmoeting en beleving, hopen wij later in 2021 nog een gezellig terugkommoment in één van de voorbeeld-Heuvelrugtuinen te organiseren.

### **Wat bieden we?**

- Een online informatiemoment om je bekend te maken met het project, de cursus, de andere coaches en het gebruik van Zoom voor online bijeenkomsten.
- Coachhandleiding met uitgewerkte draaiboeken voor de bijeenkomsten en alle benodigde materialen.
- Afstemming met en ondersteuning door een vast aanspreekpunt van het team Heuvelrugtuinen.
- Technische ondersteuning tijdens de online bijeenkomsten en bij vragen van cursisten door een 'tech buddy'.
- Er is een vrijwilligersvergoeding van 100 euro per cursus beschikbaar.
- Een interessante en vernieuwende mogelijkheid om jouw kennis, kunde en enthousiasme in te zetten voor het verbeteren van biodiversiteit, klimaatbestendigheid en natuurwaarden in het Nationaal Park.

### **Wat vragen we?**

- Je hebt ervaring met het geven/begeleiden van cursussen. Je kunt je inleven in de belevingswereld van tuineigenaren met weinig groene kennis.
- Je hebt basiskennis over natuurlijk tuinieren en de planten en dieren van de Heuvelrug.
- Je hebt zelf een natuurrijke tuin in de regio Utrechtse Heuvelrug.
- Je hebt de middelen om de cursus online te begeleiden: computer met camera en microfoon en een goede internetverbinding.
- We schatten de totale tijdsinvestering op ongeveer 30 uur. De belangrijkste onderdelen zijn:
  - Bijwonen van een online informatiemoment ter voorbereiding (datum nader te bepalen).
  - 1 online startbijeenkomst op **zaterdagochtend 5 juni 2021**;
  - Feedback geven op de huiswerkopdrachten gekoppeld aan vijf e-learning modules, schriftelijk via OnsIVN (richtlijn 3 uur per week voor een groep van ca. 12 cursisten);
  - 1 online slotbijeenkomst op **zaterdagochtend 10 juli 2021**.

Wil je wel graag coach worden, maar komt deze periode je niet zo goed uit? In september starten we graag weer met nieuwe cursusgroepen. Laat het ons alvast weten als je interesse hebt om in deze periode een groep te coachen.

### **Interesse?**

Heb je interesse om coach te zijn voor één of meerdere cursussen? Heb je nog aanvullende vragen? Stuur een mail naar Lisa Verbruggen via [l.verbruggen@ivn.nl](mailto:l.verbruggen@ivn.nl)

Voor meer informatie over het project Heuvelrugtuinen zie [www.jouweheuvelrugtuin.nl](http://www.jouweheuvelrugtuin.nl).

*Heuvelrugtuinen is een initiatief van Nationaal Park Utrecht Heuvelrug, Natuur en Milieufederatie Utrecht en IVN Natuureducatie en wordt mede mogelijk gemaakt door de steun van verschillende Heuvelruggemeenten, Waterschap Vallei en Veluwe en diverse trouwe sponsors.*

