

Activiteitenverslag 2024 - Stichting Sociaal en Vitaal



Zelfoogsttuin en voedselverstrekking

In 2024 konden ruim 100 gezinnen uit de regio Heerenveen die moeten rondkomen van een minimaal budget, wekelijks verse en gezonde groenten, aardappelen en kruiden oogsten in onze zelfoogsttuin. De tuin biedt een breed palet aan gewassen: meer dan 80 verschillende soorten groenten werden geteeld, waaronder paprika, sperziebonen en boerenkool. Elke week was er een ander aanbod, passend bij het seizoen.

Daarnaast leverden we structureel verse groenten aan de Voedselbank Heerenveen, ten behoeve van zo'n 200 gezinnen. Een bijzonder mooie samenwerking, aangezien de beschikbaarheid van verse groenten beperkt is voor de Voedselbank.

Voorlichting en educatie

Via een wekelijkse nieuwsbrief werden de deelnemers geïnformeerd over de oogst van de week, de oogstinstructies en hoeveelheden. Ook werd er educatieve informatie gedeeld, zoals:

- groenteweeftjes en voedingswaarden;
- bewaartips;
- gezonde en betaalbare recepten.

Hiermee stimuleren we niet alleen de consumptie van gezonde voeding, maar dragen we ook bij aan voedseleducatie en bewustwording.

IVN-demonstratie

In week 20 heeft het IVN (Instituut voor Natuureducatie en Duurzaamheid) een educatieve middag verzorgd vol met proefjes en activiteiten voor kinderen en volwassenen. De gebruikers van de tuin konden zien en horen op welke manier de gezonde bodem bijdraagt aan gezonde gewassen en uiteindelijk een gezond en sterk lichaam.

Oogstapp

In 2024 werd ook de Oogstapp uitgebreid met een functie waarmee gezinnen

thuis receptinspiratie en bewaartips ontvangen op basis van hun oogst. Zo worden deelnemers op een laagdrempelige manier begeleid bij het klaarmaken van gezonde maaltijden.

Publieksactiviteiten en communicatie

In 2024 werden we onder meer uitgenodigd in het online programma NOSA, waarin het belang van sociale voedselinitiatieven werd uitgelicht.

Fryslân DOK-documentaire

Stichting Sociaal en Vitaal is verheugd om aan te kondigen dat er een bijzondere FryslânDOK-documentaire is gemaakt over onze sociale voedseltuin in Nieuwehorne. Onder leiding van de getalenteerde documentairemaker Thom Verheul heeft Omrop Fryslân een inspirerende film geproduceerd die de verhalen vertelt van gezinnen die noodgedwongen moeten rondkomen van een minimaal inkomen en hoe onze sociale voedseltuin een positieve impact heeft op hun leven.

De documentaire geeft een diepgaand inzicht in de missie en visie van Stichting Sociaal en Vitaal, en toont hoe gezinnen via onze tuin toegang krijgen tot verse, gezonde en onbespoten voeding. De situatie, het leven en de impact van de voedseltuin van een aantal oogsters in door de documentaire in beeld gebracht.



Activiteiten

Daarnaast hebben we diverse publieksactiviteiten georganiseerd om onze missie zichtbaar te maken en inwoners en partners te betrekken:

- **Voorjaarsfestuin** op 16 maart, in samenwerking met NLdoet, waar vrijwilligers hielpen in de tuin en bezoekers kennismaakten met onze activiteiten.
- **Informatiemiddag Sociale Voedseltuinen** op 5 juni, in samenwerking met De Kleine Boerderij en De Pluimerij.
- **Open dag** op 29 juni, waar belangstellenden uit de regio een kijkje konden nemen in de tuin en kennismaakten met de vrijwilligers en initiatiefnemers.
- **Première van de documentaire 'Paradijsje in Nieuwehorne'**, waarin onze tuin en de sociale impact ervan centraal staan (18 september).



Samenwerkingen en partnerschappen

Stichting Sociaal en Vitaal werkte in 2024 samen met onder andere:

- Stichting Leergeld
- Voedselbank Heerenveen
- Gemeente Heerenveen
- Friese Preventieaanpak
- Lokale ondernemers en bedrijven
- Aeres MBO Leeuwarden
- Middelbare scholen
- Andere voedselgemeenschappen in de regio