

Vitaal Varsse! Verbindt

Op weg naar het gezondste buurtschap van Bronckhorst



1) Onze ambitie

Stel je eens voor: een gemeenschap waar iedereen elkaar kent, waar gezond en vitaal leven de norm is en waar oude tradities hand in hand gaan met moderne ideeën over duurzaamheid en welzijn. Dat is wat we voor ogen hebben voor ons buurtschap.

De gemeente Bronckhorst heeft de ambitie om in 2035 de gezondste gemeente van de Achterhoek te zijn, maar wij in Varsse! houden van uitdagingen: waarom zouden we zo lang wachten? We gaan ervoor om al in 2030 de meest vitale en verbonden kern van de regio te zijn.

Onze visie voor Varsse! is gebaseerd op vier pijlers:

1. Optimale gezondheid voor alle inwoners
2. Een vitale en sportieve gemeenschap
3. Sterke sociale verbindingen
4. Duurzaamheid in alle aspecten van het dagelijks leven.

We hebben de ideeën om onze kern Varsse! gezonder, hechter, duurzamer en gezelliger te maken. Er is hier veel kennis, energie en ervaring aanwezig bij bewoners, verenigingen, clubs en ondernemers en die willen we verbinden en samen verder uitbouwen in dit programma.

2) Wat gaan we doen?

Om onze ambitieuze doelstellingen te realiseren, hebben we samen met een groot aantal bewoners een uitgebreid programma ontwikkeld dat inspeelt op de behoeften van alle leeftijdsgroepen en achtergronden waardoor participatie van alle doelgroepen gegarandeerd is.

Bij alles wat we doen, kijken we naar wat er al in de buurt aanwezig is en waar we op kunnen aanhaken. We willen jong en oud betrekken en vooral inspelen op waar de energie en het enthousiasme zitten bij onze bewoners. Geen opgelegde plannen dus waarin alleen aandacht

is voor wat “verkeerd is”, maar ideeën die leven in Varssel, waar mensen blij van worden en die uitgaan van wat er nóg beter kan. Daarom worden alle ideeën voorgelegd aan de verschillende doelgroepen en bepalen die zelf welke acties en initiatieven voor hen worden opgepakt.

2.1 Gezondheid en Voeding

Ons buurthuis wordt omgetoverd tot het kloppend hart met alle moderne faciliteiten die nodig zijn van een gezonder en aantrekkelijker Varssel.

Elke maand organiseren we *Het Gezonde Eetcafé*, waar iedereen kan aanschuiven voor een maaltijd met lokale producten. We hebben al een



kook- en eetclub in Varssel en die willen we uitbreiden. Zij verzamelen en delen oude recepten van vroegere generaties met lokale producten i.p.v. uit het buitenland geïmporteerde voeding.

We gaan *workshops* organiseren over fermentatie, conservering en andere traditionele voedselverwerkingstechnieken om voedselverspilling tegen te gaan en de verbinding met ons culinaire erfgoed te versterken. Ook kijken we naar het Varssels *Superfoods-lab* waarin we in samenwerking met lokale voedingsexperts en boeren experimenteren met onze lokale superfoods. Ook de thema's Nog Gezonder Gourmieten en De gezonde, lekkere BBQ staan op het programma. Bij het buurthuis wordt een *brood/pizzaoven* gerealiseerd die o.a. voor deze sessies en het regelmatig bakken van brood voor de buurt wordt gebruikt. We onderzoeken of hiervoor ook in Varssel geteeld graag kan worden gebruikt.

Een groep mensen gaat werken aan het realiseren van een *Gemeenschappelijke Moestuin*, waar traditionele en vergeten biologische gewassen een plaats krijgen. Daarbij zoeken we aansluiting bij de activiteiten van de zorgorganisatie die werkzaam is op o.a. het landgoed 't Zelle. De gekweekte groenten en kruiden komen beschikbaar voor de buurt.

Een ander initiatief is om de mogelijkheid te onderzoeken voor een lokaal *voedselbos* t.b.v. bewoners en bezoekers van Varssel.

Er zijn diverse boeren in Varssel die graag hun producten (vlees en zuivel) meer lokaal willen verkopen. Duidelijk is dat aan deze initiatieven meer aandacht moet worden gegeven. We willen de aanwezige marketingkennis inzetten om dit te realiseren.

Bij het streven naar gezondere voeding past het ook om suiker vaker te vervangen door *honing*. De lokale honingproducenten gaan we meer verbinden met de bewoners van Varssel door informatie te geven, acties te organiseren en producten makkelijker toegankelijk te maken.

Varssel kent een jaarlijks evenement, *Viva la Varssel*, waarbij bewoners zelfgemaakte hapjes maken en delen met elkaar. Ook dit event wordt gekoppeld aan de doelstellingen van dit programma m.b.t. gezondere voeding.

Tenslotte denken we ook op een andere manier aan de inwendige mens. Zo gaan we voorlichting geven over *verantwoord alcoholgebruik*, maar wel op z'n Varssele. Denk aan een proeverij van (deels lokaal gebrouwen) laag-alcoholisch bier, gecombineerd met een hilarisch 'dronkemansparcours' waar deelnemers met speciale brillen ervaren hoe het is om aangeschoten of onder invloed van verdovende middelen te zijn...

2.2 Beweging en Vitaliteit

We willen iedereen (nog meer) in beweging krijgen, of je nu 8 of 80 bent.

De aanleg van een multifunctioneel *Vitality Park* met buitenfitnessapparatuur, een beweegtuintuin voor senioren en een speeltuin voor kinderen is een logische stap.

Daarnaast gaan we intergenerationale sportevenementen organiseren, zoals een jaarlijkse *Varsselse Vijfkamp* waar teams van verschillende leeftijden samenwerken. Denk daarbij aan een mix van traditionele Achterhoekse activiteiten van klootschietstafettes tot obstakelruns door maisvelden en bossen.



Ook werken we aan de verdere uitrol en exploitatie van onze *Boeren Bootcamp* op lokale boerderijen waarbij deelnemers werken aan hun conditie door authentieke boerenactiviteiten uit te voeren zoals hooibalen stapelen, weidepalen slaan, koeien drijven, melken etc.

Het opzetten van een *Beweegmaatjes-programma*, waarbij fitte inwoners gekoppeld worden aan minder mobiele buurtgenoten voor gezamenlijke bewegingsactiviteiten.

Om fysieke activiteit te stimuleren, zullen we een scala aan bewegingsprogramma's introduceren. Hiervoor zullen we vanzelfsprekend contact zoeken met de beweegmakelaar van Bronckhorst.

Naast de installatie van buitenfitnessapparatuur bij het buurthuis, lanceren we een op maat gemaakte *Varsselse Fitness-app* op de site. Deze interactieve functionaliteit gaat gemeenschappelijke uitdagingen en competities faciliteren. Zo verbinden we mensen met dezelfde hobby's die dat vaak niet weten van elkaar. Bijv. hardlopen, fitness, golf, mountainbiken, motorcross, yoga etc. Daarnaast blijft Varssele de jaarlijkse fietstocht en wandeltochten natuurlijk organiseren. We zullen bovendien de sportieve tradities van Varssele benutten door samenwerkingen aan te gaan met lokale sportverenigingen zoals Golfclub 't Zelle en de Hamove. Deze partnerschappen zullen resulteren in een gevarieerd aanbod van *sportkennismakingsclinics* voor alle leeftijdsgroepen.

Ook wordt meer verbinding gemaakt met de lokale wandel- en de klootschietclubs en wordt de traditie van het buurtvolleybal, waar Varssele vier teams inzet, voortgezet.

De mentale gezondheid is voor veel jongeren en volwassenen een steeds belangrijker thema. Hoe ga ik om met stress, uitdagingen en tegenslag? We besteden hieraan aandacht door voorlichting te geven en in het buurthuis een *Programma Weerbaarheid* voor alle

doelgroepen te faciliteren. Het Centrum van Mentale Kracht uit Varssel zal hierbij een leidende rol spelen.

2.3 Sociale Cohesie en Verbinding

Verbinding is belangrijk. De laatste jaren hebben we veel veranderingen gezien. Helaas zijn veel van onze oudere buren ons ontvallen, maar gelukkig hebben we ook veel nieuwe gezichten mogen verwelkomen.

Deze nieuwe Varsselaren brengen nieuwe ideeën en dromen mee, maar kennen onze manier van samenleven, zoals het noaberschap, nog niet goed. We willen deze mensen betrekken en laten zien hoe mooi en waardevol het is om op die manier samen te leven. We willen ook de nieuwe bewoners beter leren kennen. Zij worden warm welkom geheten met een echt Varssels



welkomstpakket en een gezellige *Kennismakingsavond*. Dit zorgt voor meer verbinding én een natuurlijke overdracht van lokale kennis en tradities.

Een bijzonder project wordt onze historische werkgroep. Jong en oud gaan samen op zoek naar de verhalen en geschiedenis van Varssel. Deze worden gedeeld in het *Varssels Verhalencafé* waar de meest bijzondere, grappige of ontroerende verhalen gedeeld worden. Het kunnen podcasts worden die we delen met de rest van wereld.

Met de nieuwe website, waaraan al hard gewerkt wordt, creëren we een *Digitaal Dorpsplein* - een online platform waar inwoners kunnen communiceren, hulp kunnen aanbieden of vragen en lokale initiatieven kunnen opzetten.

Jaarlijks organiseren we een *Varssels Talentenfestival*, waar inwoners hun vaardigheden en passies delen met de gemeenschap. Dit maakt onderdeel uit van het zomerevent Viva la Varssel.

Ook de *Jeugdclub*, die van groot belang is voor onze jongeren om elkaar nog beter te leren kennen, ervaringen op te doen en te leren van elkaar, is een blijvende activiteit in Varssel. Via de Jeugdclub zullen verschillende onderdelen van het programma m.b.t. fysieke en mentale gezondheid, voeding, samenleven en duurzaamheid op een aansprekende manier bij de Varsselse jeugd op de agenda worden gezet.

Tenslotte kent Varssel de *Ouderenmiddagen* in het buurthuis die door een enthousiaste groep wordt georganiseerd voor de bejaarde buurtgenoten. Vanzelfsprekend blijven we die ondersteunen. Deze biedt ook een uitstekende gelegenheid om met de thema's uit dit project aan de slag te gaan.

2.4 Duurzaamheid en omgevingsbewustzijn

Om een nog toekomstbestendigere gemeenschap te worden, zetten we in op ons eigen *Reparatiecafé* in het buurthuis waar reparatie, hergebruik en kennisdeling centraal staan.

Op de nieuwe website komt een *Prikbord* waarop vraag en aanbod van allerlei zaken worden gepost. Ook wordt om verspilling tegen te gaan onze eigen weggeefhoek gecreëerd met gebruiksvoorwerpen, bouwmaterialen en andere dingen die iemand over heeft en waar een buurtbewoner wat aan heeft.



In samenwerking met lokale boeren lanceren we een *Korte-Keten-Initiatief*, dat de distributie van lokale producten zal stroomlijnen en voedselverspilling zal tegengaan. Hieraan gekoppeld organiseren we workshops over duurzaam koken en conserveringstechnieken.

Er is al aandacht voor biodiversiteit in Varssel. We willen deze verder vergroten door ook het inzaaien van zo veel mogelijk *bloemranden* langs de straten, huizen en percelen in Varssel te stimuleren. *Adopteer een Akkerrand* waarbij mensen een stuk akkerrand 'adopterend' om wilde bloemen te zaaien en te onderhouden is wellicht haalbaar. Dat is goed voor de biodiversiteit én het creëert een prachtig bloemenlint door heel Varssel!

Daarnaast heeft Varssel a.g.v. de waterwinning te maken met verdroging, waardoor bomen en planten doodgaan. We willen hierover voorlichting geven en dan komen tot *herplanting* van bomen en planten die bijdragen aan meer biodiversiteit én bestand zijn tegen de veranderde omstandigheden.

Vrijwilligers werken ieder jaar mee aan de inzameling van *zwerfvuil* in Varssel. Deze activiteit staat onder druk. We zullen onderzoeken hoe we mensen kunnen enthousiasmeren om hieraan te blijven meedoen.

3. Implementatie en Organisatie

We hebben een enthousiaste groep Varsselaars klaarstaan die hun tanden in dit project willen zetten. De Belangenvereniging Varssel coördineert het programma, maar natuurlijk kan iedereen die wil meedoen.

We knappen ons *buurthuis* op tot een modern en duurzaam centrum voor al onze activiteiten. Dit centrum moet onze ambities uitstralen als state-of-the-art, energieneutraal gemeenschapscentrum dat als hub zal dienen voor al onze activiteiten. Parallel hieraan ontwikkelen we een interactief digitaal platform dat niet alleen als informatieportaal dient, maar ook als virtuele ontmoetingsplaats voor de gemeenschap.

We maken gebruik van het uitbloashuiske bij ons buurthuis om lopers van het Pieterpad die door Varssel lopen en andere bezoekers via een tv-scherm of andere middelen te informeren over de initiatieven én de producten uit Varssel. We werken aan een flitsende, nieuwe website waar alle informatie te vinden is. Ook wordt indien mogelijk bij het buurthuis een *voedselautomaat* gerealiseerd waar wandelaars en bewoners producten uit Varssel kunnen aanschaffen.

De uitvoering van dit ambitieuze programma vereist een gedegen organisatiestructuur en sterke verankering in de buurt. De Belangenvereniging Varssel zal fungeren als overkoepelend orgaan, ondersteund door diverse werkgroepen die zich richten op specifieke aspecten van het programma.

Bij de totstandkoming en/of uitvoering van het programma's zijn ook de Jeugdclub Varssel, het Varssels Volksfeest, de ouderencommissie, het Centrum voor Mentale Kracht en diverse ondernemers zoals Enzerink betrokken. Daarbij wordt ook contact gelegd met Landgoed 't Zelle, de Hamove, Golfclub 't Zelle, Stichting Marope en diverse ondernemers in de buurt.

We zullen een *Varsselse Toekomstraad* instellen, bestaande uit vertegenwoordigers van verschillende leeftijdsgroepen en achtergronden, om continue feedback en nieuwe ideeën te genereren.

Voor de financiering van dit project zullen we, naast deze subsidie, gebruik maken van een mix van bronnen om ook de exploitatie op langere termijn te kunnen realiseren. We verkennen mogelijkheden voor publiek-private samenwerkingen, aanvullende regelingen van de Provincie, diverse Fondsen, de Rabobank, crowdfunding campagnes en de oprichting van een *Varssels Toekomstfonds*.

4. Resultaten en Impact

We laten zien hoe je op een leuke manier gezonder kunt leven, hoe je oude en nieuwe tradities kunt mengen, en hoe je een hechte gemeenschap blijft vormen in een tijd van individualisering. Door de implementatie van dit programma verwachten we:

- Een meetbare verbetering in de fysieke en mentale gezondheid van onze inwoners die wordt vastgesteld door periodieke metingen;
- Verhoogde sociale cohesie en een sterk gevoel van gemeenschapszin;
- Een significante reductie van onze ecologische voetafdruk;
- Vergroting van de aantrekkingskracht van Varssel als woon- en leefomgeving;
- Het creëren van een repliceerbaar model voor vitale en duurzame kernen.



We zullen onze ervaringen en best practices actief delen met andere gemeenschappen, zowel binnen als buiten onze regio. Door dit initiatief positioneren we Varssel niet alleen als de gezondste en meest vitale kern van onze gemeente, maar ook als een inspirerend voorbeeld van hoe traditionele gemeenschapswaarden en moderne duurzaamheidsprincipes kunnen samengaan in een toekomstbestendige leefomgeving. Wie weet organiseren we over een paar jaar wel een 'Varsselse Vitality Tour' waar mensen uit het hele land komen kijken hoe wij het doen!

Kortom, met dit project maken we Varssel niet alleen gezonder en sportiever, maar ook leuker, gezelliger en klaar voor de toekomst. En dat allemaal op onze eigen, unieke Varsselse manier!