

HEEL HOLLAND HIKED

Deze zomer hebben wij met ons project **Heel Holland Hiked** in 22 dagen 523 km door Nederland gelopen. Met dit project wilden we aandacht vragen voor onze veranderende connectie met de natuur en de mentale gezondheid van jongeren. We zijn ons bewust van klimaatverandering, maar ons fysieke contact en intimiteit met de natuur is aan het vervagen. Daarnaast heeft onderzoek bewezen dat meer tijd buiten in de natuur kan helpen tegen burn-outs en andere gezondheidsklachten. Klachten waar jongeren in Nederland steeds meer mee te maken krijgen.



Onderweg haakten deelnemers aan en liepen een dag mee om met ons te praten over duurzame vraagstukken en mentale gezondheid. Tegelijkertijd wilden we jongeren laten ervaren wat natuur met ons doet en hoe mooi het kan zijn, zelfs dichtbij huis. Naast jongeren liepen er ook experts mee: van beleidsmakers tot boswachters, klimaat psychologen en duurzame ondernemers.



Ons doel was om zo veel mogelijk jongeren onderweg te spreken en dit is zeker gelukt! Honderd deelnemers hebben in totaal meegelopen en vijftien experts. We hebben een minidocumentaire gemaakt die wij laten tonen op VN conferenties om onze input vanuit de jongeren mee te geven. En we hebben veel bereik gehad via sociale media, om zo ook de jongeren te bereiken die niet meewandelden.





Voor ons was dit een groot avontuur en hebben wij er veel van geleerd. We hebben prachtige mensen ontmoet en geproefd van de Nederlandse natuur.

