REGENERATIEVE RECREATIE

Een nieuwe vorm van toerisme en recreatie in het Waddengebied



Fay de Koning
Jannie Slot
Wendy Oude Veldhuis

WADDEN

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization
De Waddenzee Werelderfgoed sinds 2009
WADDEN ZEE WERELDERFGOED

Regeneratieve recreatie draait om herstel én verbetering van natuur, cultuur en gemeenschap. Waar duurzaam toerisme zich richt op het beperken van schade, gaat regeneratieve recreatie een stap verder. Niet alleen behouden wat er is, maar bijdragen aan iets beters.

Letterlijk: zorgen dat een plek mooier, sterker of vitaler wordt door toerisme en recreatie.

Meer nieuws vind je op **visitwadden.nl/regeneratieverecreatie**

REGENERATIEVE RECREATIE

Een nieuwe vorm van toerisme en recreatie in het Waddengebied

WADDEN

EEN REGENERATIEVE TOEKOMST VOOR HET WADDENGEBIED



VOORWOORD

Als marketingstrateeg ben ik altijd voorzichtig met trends en wat 'in' is. Voor je het weet wandel je met de massa mee zonder dat dat past bij je eigen aanbod, doelgroep of doelen. Maar de nieuwe beweging op het gebied van regeneratieve recreatie en toerisme laat me al langere tijd niet los.

Want wat als toerisme niet alleen komt halen, maar ook kan komen brengen? Collega Fay ging een jaar op onderzoek uit en we stuitten samen op mooie voorbeelden van over de hele wereld: van lokaal eten in Oostenrijk, tot toeristen in Mexico die meehelpen met het oogsten. In Kopenhagen kun je gratis kanoën als je plastic meeneemt en de Faeröer eilanden sluiten één week het hele eiland af zodat tientallen vrijwilligers kunnen helpen met natuurherstel. Geen zware kost, maar avontuurlijke ervaringen die bijdragen op een mooie, leuke manier.

Maar is regeneratieve recreatie dan niet heel lastig? Het korte antwoord: jawel. Het gaat om een systeemverandering. Om samenwerken tussen ondernemers, bewoners, natuurorganisaties en bezoekers. En dat schuurt soms. Want hoe verdeel je de baten eerlijk? Hoe voorkom je dat het alleen een marketinglabel wordt?

Het klinkt groot en dat is het ook. Maar laten we klein beginnen. Sluit aan op je eigen wijze, met regeneratieve elementen. Een boswachter die bezoekers uitnodigt om mee te doen aan een natuurherstelproject. Een ondernemer die sup-cleanups aanbiedt. Bezoekers die lokaal eten kiezen en daarmee de natuurinclusieve akkerbouwer om de hoek steunen.

Regeneratieve recreatie is een reis met hobbels, dilemma's, compromissen en heel veel proberen. Maar we geloven dat dit gebied, juist omdat het als UNESCO Werelderfgoed kwetsbaar is, dé plek is waar we die zoektocht kunnen (of misschien wel moeten) aangaan met z'n allen.

Duurzaamheid blijft een belangrijke basis. Maar als we de blik iets verder vooruit schuiven, dan ligt er een toekomst waarin toerisme en recreatie de Wadden niet alleen spaart, maar mooier en sterker maakt.

We staan open voor het gesprek, het ontwikkelen van aanbod of een mooie gezamenlijke actie. Met partijen binnen én vooral ook buiten onze sector. Wij hebben er zin in om er samen met jou aan te werken de komende jaren.

Veel leesplezier!

Wendy Oude Veldhuis
Projectleider Visit Wadden





INHOUD

VOORWOORD 05

1. EEN NIEUW TIJDPERK VOOR HET WADDENGEBIED 08

2. WAT IS REGENERATIEVE RECREATIE? 18

3. BELEVING EN BEREIDHEID: DRAAGVLAK IN KAART 26

4. OBSTAKELS: DE PIJN VAN VERANDERING 32

5. EEN STAP RICHTING EEN REGENERATIEVE TOEKOMST 44

6. SAMEN VOORUIT 62

DANKWOORD 67

BIJLAGEN 69

BRONNENLIJST 72

COLOFON 74

1. EEN NIEUW TIJDPERK VOOR HET WADDENGEBIED



Recreëren en reizen. Voor veel mensen is het een vanzelfsprekend onderdeel van hun leven. Even eruit, het hoofd leegmaken, iets nieuws ontdekken. Dicht bij huis of wat verder weg. Wat ooit begon als vrije tijd, is uitgegroeid tot een economische motor en een belangrijke drager van regionale identiteit.

Ook het Waddengebied profiteert hiervan: toerisme creëert werkgelegenheid, versterkt lokale gemeenschappen en houdt cultuur, trots en tradities levend.

Tegelijkertijd is het steeds duidelijker dat het huidige systeem ook ecologische grenzen kent. Klimaatverandering, biodiversiteitsverlies, bodemdaling en extreme weersomstandigheden lenen zich niet langer voor abstracte discussies. Ze zijn zichtbaar en voelbaar, juist in kwetsbare gebieden als het Waddengebied. Met name vogels ervaren steeds meer verstoring door de toenemende druk.

De groei van recreatie en toerisme leidt op sommige plekken ook tot nieuwe spanningen: tussen bezoekers en bewoners, tussen economische winst en ecologische draagkracht, tussen korte termijn beleving en lange termijn bestendigheid.

Deze ontwikkelingen onderstrepen dat we moeten kijken naar nieuwe vormen van recreatie en toerisme. Niet minder toerisme als doel op zich, maar beter toerisme. Toerisme dat bijdraagt aan herstel, veerkracht en balans.

Daarom wint het concept van regeneratief toerisme wereldwijd aan betekenis. Een benadering die verder gaat dan verduurzaming en zich richt op het actief versterken van natuur, cultuur en gemeenschap.

In dit hoofdstuk bekijken we hoe die verschuiving in denken vorm krijgt. Er wordt gekeken naar de paradigmaverschuiving die wereldwijd gaande is binnen de sector, een verandering in hoe we naar de toeristische sector kijken en deze organiseren. Vervolgens vertalen we die naar de specifieke context van het Waddengebied. Vervolgens beschrijven we hoe Visit Wadden en haar partners deze omslag in praktijk willen brengen, met een gezamenlijke visie en een strategisch kompas dat richting geeft aan de komende jaren.

HET HUIDIGE SYSTEEM KENT GRENZEN

1.1 VAN GROEI NAAR BETEKENIS: DE PARADIGMA-VERSCHUIVING

Lange tijd werd de ontwikkeling van toerisme en recreatie vooral gemeten in aantallen: meer bezoekers, meer overnachtingen, meer bestedingen. Groei stond gelijk aan commercieel succes. Maar de waarde van de vrijetijdssector laat zich niet alleen in cijfers vangen. Steeds duidelijker wordt dat échte vooruitgang pas ontstaat wanneer recreatie en toerisme bijdraagt aan het welzijn van mensen, gemeenschappen en de natuur waar het deel van uitmaakt.



De Britse onderzoeker Anna Pollock (2012) stelt dat het industriële toerisme model, waarin toerisme wordt gezien als een lineaire keten van productie en consumptie, zijn houdbaarheid verliest. Zij heeft het over een ander perspectief, waarin de aarde wordt benaderd als een levend, zelfregulerend systeem waarvan toerisme onderdeel is en niet erbuiten staat.

In deze visie is toerisme geen activiteit die plaatsen benut of uitput, maar een proces dat in wederkerigheid functioneert met haar omgeving. Het draait niet langer om groei, maar om het versterken van de gezondheid en veerkracht van de plek. De centrale vraag verschuift daarmee van *'hoe halen we meer uit een bestemming?'* naar *'hoe draagt toerisme bij aan het leven dat hier al bestaat?'*

Ook onderzoeker Dianne Dredge (2022) wijst op deze noodzakelijke omslag. Zij ziet de toekomst van toerisme niet in schadebeperking, maar in herstel. Dat betekent dat toerisme niet alleen minder negatieve impact veroorzaakt, maar juist een actieve rol speelt in het versterken van ecosystemen, gemeenschappen en lokale economieën. Die verandering begint bij bewustwording: van het idee dat toerisme iets *neemt*, naar het besef dat het ook iets *kan teruggeven*. Dat de mens ook de oplossing kan zijn, in plaats van het probleem.

Deze manier van denken vormt de basis van regeneratieve recreatie. Niet langer draait het om hoeveel mensen er komen, maar om wat een bezoek oplevert voor natuur, cultuur en de mensen die hier wonen.

Om dat waar te maken, zijn organisaties nodig die deze nieuwe manier toepassen. Voor het Waddengebied ligt daar een duidelijke taak voor Visit Wadden. In de volgende paragraaf lees je waarom juist Visit Wadden regeneratieve recreatie omarmt en welke verantwoordelijkheid daarbij hoort.



TOEKOMSTBESTENDIG

De Wadden hebben een onweerstaanbare aantrekkingskracht. En terecht! Een grote opgave waar velen in het gebied aan werken, is om ervoor te zorgen dat ook de toekomstige generatie bezoekers van het gebied kunnen blijven genieten.

Vanuit het NBTC ondersteunen we dat; het is een opgave voor meer plekken in Nederland.

In Perspectief 2030 schreven we al hoe belangrijk het is dat toerisme werkt voor bedrijven, bewoners en bezoekers. Zodanig dat we lokale gemeenschappen en ondernemers ondersteunen, terwijl we de negatieve effecten, zoals CO_2-uitstoot en een te grote druk van bezoekers, minimaliseren.

En daar gaat het uiteindelijk om: het minimaliseren van negatieve impact, terwijl we de kracht van toerisme optimaal benutten.

Deze publicatie is weer een waardevolle stap in die richting. En eentje waarmee de Wadden zich opnieuw neerzetten als voorloper op dit gebied. Niet alleen in Nederland, maar in heel Europa.

Het NBTC draagt graag bij aan het verspreiden en toepassen van deze kennis in de praktijk. Want uiteindelijk zijn we allemaal gebaat bij een toekomstbestendige sector in een toekomstbestendige bestemming.

Thijs de Groot
Programmamanager Bestemmingsontwikkeling Nederlands Bureau voor Toerisme en Congressen (NBTC)





1.2 VAN WERELDWIJDE BEWEGING NAAR DE PRAKTIJK AAN ZEE

Deze nieuwe benadering sluit goed aan bij de opgaven en kansen van het Waddengebied. De Waddenzee is als UNESCO Werelderfgoed internationaal erkend vanwege zijn uitzonderlijke natuur- en landschapswaarden, maar het is tegelijk een gebied waar dagelijks wordt gewoond, gewerkt en gerecreëerd. De combinatie van hoge ecologische waarde en intensief gebruik maakt het gebied kwetsbaar.

Visit Wadden werkt met partners aan de gedeelde opgave om het toerisme toekomstbestendig te maken. We richten ons op een zorgvuldige omgang met het gebied en werken aan twee ambities:

- Bijdragen aan brede welvaart, inclusief de bescherming van natuur, landschap en erfgoed;
- Het Waddengebied positioneren als duurzaamste bestemming van Europa.

Visit Wadden is verantwoordelijk voor het destinatiemanagement in het Waddengebied. We helpen aanbod ontwikkelen dat het gebied ook in de toekomst sterk houdt, stemmen onze communicatie af op het soort bezoek dat hier past en monitoren bezoek. Vanuit die rol dragen we bij zodat natuur, gemeenschap en economie met elkaar in balans blijven.

VAN RIBTOCHTEN NAAR PLASTIC JUTTEN

De natuur van de Waddenzee staat onder druk. Toerisme is daarbij één van de factoren die extra gewicht legt op een ecosysteem dat al kwetsbaar is. Het roept een confronterende vraag op: vernielen we samen waar we juist voor komen? Zullen onze kinderen straks nog zwermen vogels zien, het slik onder hun voeten voelen en kunnen genieten van echte Waddenproducten?

Het kan, maar alleen als we het anders gaan doen. UNESCO waarschuwde in 2009 al: hoe combineer je groeiend toerisme met het behoud van de uitzonderlijke universele waarde van de Waddenzee? Het antwoord kwam in 2014 met de Strategie Duurzaam Toerisme, waaruit Visit Wadden is ontstaan, een samenwerking tussen drie provincies en regionale marketingorganisaties die laat zien dat toerisme en behoud van het gebied ook met elkaar kan. Maar duurzaam en regeneratief werken was niet altijd vanzelfsprekend. De promotie van snelle ribtochten, autoreizen en het coronajaar hielpen daar niet in mee. Toch kwam er een kentering. De dialoog met natuurbeheerders werd sterker. Het ambassadeursprogramma groeide en er ontstond een ban op dronebeelden.

Visit Wadden probeert vandaag niet alleen schade te beperken, maar vooral de volgende stap te zetten. Die stap gaat verder dan plastic jutten, lokaal eten of het onderhouden van kwelders. Het vraagt om creativiteit, om keuzes en vooral om goede informatie voor bezoekers en ondernemers, want juist daar begint verandering.

En op dat vlak is Visit Wadden sterk. Door verbinding te leggen, verhalen te delen en richting te geven, ontstaat ruimte voor een toekomst waarin recreatie het Waddengebied niet uitput maar versterkt. Een toekomst waarin regeneratief bezoek langzaam maar zeker de nieuwe norm wordt.



Sjon de Haan
Coördinator Wadden Sea World Heritage NL

Het is goed om verder vooruit te kijken in de toekomst. Een logische richting is regeneratieve recreatie als extra vorm van recreatie, naast de bestaande vormen.

Deze aanpak past bij de kwetsbaarheid én de kracht van het Waddengebied. En bij de gezamenlijke ambitie om dit landschap gezond door te geven aan de volgende generaties.

Zo'n koers vraagt om een duidelijk en gedeeld toekomstbeeld. Daarom is de volgende visie geformuleerd:

Als het over regeneratieve recreatie gaat, loopt het Waddengebied voorop. Hier dragen recreatie en toerisme bij aan de versterking van natuur, sociale veerkracht en brede welvaart.



1.3 POSITIONERING VAN HET WADDENGEBIED

Het Waddengebied heeft een sterke uitgangspositie om regeneratieve ontwikkeling waar te maken. We zijn het gewend om samen te werken, er staat een groeiende groep duurzame en lokaal gewortelde ondernemers klaar, en de mentaliteit is hier van nature gericht op gemeenschap. We moeten het met elkaar rooien. Dat past naadloos bij regeneratief denken.

De provincies hebben hun circulaire ambities uitgesproken, met Friesland als wereldwijde koploper in de circulaire economie (Circle Economy, 2025). Dat laat zien dat zuinig omgaan met grondstoffen, vernieuwend denken en systeemaanpak al diep in de regio zitten.

Ook het Ambassadeursprogramma binnen het Programma Gastheerschap speelt een belangrijke rol. Ondernemers, organisaties en bewoners zetten zich in als vertegenwoordigers van het gebied. Ze delen kennis over het Werelderfgoed en vergroten het besef van de waarde en kwetsbaarheid van het Wad. Zo groeit een gedeeld verantwoordelijkheidsgevoel en een sterke regionale identiteit.

BEKIJK HIER ALLE AMBASSADEURS

visitwadden.nl/nl/ambassadeur/bekijk-alle-ambassadeurs

De combinatie van circulaire ambities, regionale betrokkenheid en bestaande samenwerkingen geeft het Waddengebied een solide basis voor een regeneratieve aanpak.





1.4 VAN VISIE NAAR UITVOERING

De beweging naar een regeneratief Waddengebied vraagt om gerichte keuzes. Visit Wadden vertaalt deze visie in vier strategieën die de transitie ondersteunen en passen bij de uitgangspositie van de regio.

VISIE IN VIER STRATEGIEËN



1. Aanjagen van regeneratief aanbod

Visit Wadden stimuleert (net zoals partners als Vereniging van Waddenzeegemeenten, Economic Board Groningen, Innovatiepact Fryslân) de ontwikkeling van recreatief/toeristisch aanbod dat bijdraagt aan natuur, cultuur en leefbaarheid. De organisatie ondersteunt ondernemers bij het toepassen van regeneratieve principes, faciliteert kennisdeling en maakt inspirerende voorbeelden zichtbaar.

2. Bezoekers begeleiden naar gewenst gedrag

Visit Wadden moedigt bezoekers aan om keuzes te maken die het gebied niet schaden, maar juist versterken. Dat doen we met duidelijke communicatie, passende informatie en het zichtbaar maken van manieren waarop je zelf kunt bijdragen. We stimuleren de vraag naar regeneratieve ervaringen en nemen bezoekers mee in de unieke waarde én de kwetsbaarheid van het Waddengebied.

3. Samenwerken vanuit één richting

Een toekomstbestendig toeristisch systeem ontstaat als iedereen in het gebied dezelfde kant op werkt. Daarom zoekt Visit Wadden actief de samenwerking met ondernemers, overheden, natuurorganisaties, beheerders en bewonersinitiatieven. Met gezamenlijke projecten, het delen van kennis en goede afstemming bouwen we aan één duidelijke koers voor het hele Waddengebied.

4. Het Waddengebied positioneren als voorbeeldregio

Door successen, inzichten en methoden actief te delen, zie je hoe het Waddengebied regeneratieve recreatie kan inzetten als nieuwe extra vorm van recreatie. Visit Wadden versterkt die beweging door kennis te delen, regionale voorbeelden te laten zien en partners binnen én buiten het gebied met elkaar te verbinden.

HET GOEDE VOORBEELD: HET ZILTEPAD

Het Ziltepad is een langeafstandswandeling langs de Waddenkust. De route verbindt dorpen, bewoners en eeuwenoude kerken met het unieke landschap dat direct grenst aan het UNESCO Werelderfgoed Waddenzee. Juist de combinatie van die openheid en weidsheid maakt Het Ziltepad bijzonder. Wie het pad loopt, ervaart wat stilte en vertraging met je welzijn doet. Je wordt niet voortdurend afgeleid, maar beweegt door een gebied waar de 24-uurs economie geen rol speelt. Je gaat zelfvoorzienend op pad en dat maakt de route tot een avontuur.

Het Ziltepad draagt bij aan regeneratieve recreatie doordat wandelaars direct iets teruggeven aan het gebied. Door bij mensen thuis te logeren, mee te eten of onderweg bewoners te ontmoeten, versterkt het pad de leefomgeving en de leefbaarheid. Het bezoeken van de kerken vergroot het draagvlak voor erfgoed en geeft bewoners opnieuw trots voor hun dorp. Met het menuboekje leren wandelaars lokaal voedsel kennen en waarderen. De komende jaren komen daar activiteiten bij zoals afval rapen of meewandelen met boeren en natuurorganisaties.

Het animo groeit snel. De interactieve kaart wordt druk gebruikt, routeboekjes raken op en kerkovernachtingen zitten vol. Dat juist ook jonge mensen het pad omarmen, vind ik persoonlijk een cadeautje. En dat we volgend jaar een 400 kilometer aaneengesloten route langs 22 kerken hebben, voelt werkelijk fantastisch.



Ruth ter Voort
Projectleider Het Ziltepad



2. WAT IS REGENERATIEVE RECREATIE?



We noemden regeneratief toerisme al kort, maar zo'n nieuwe term vraagt om een duidelijke, gedeelde definitie. In de literatuur is veel te vinden over regeneratief toerisme.

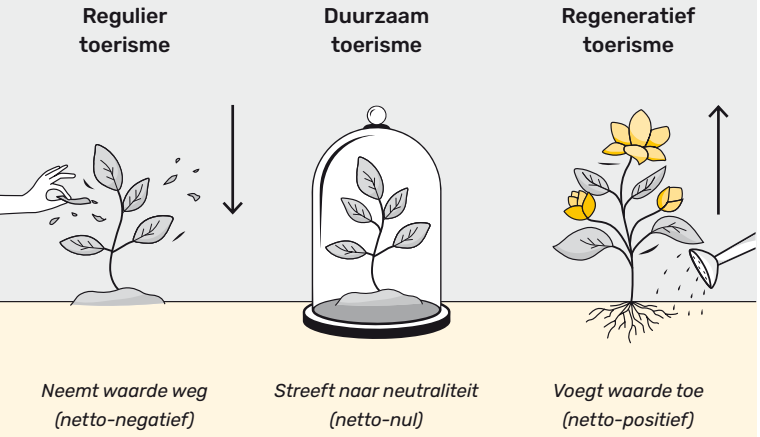
We kiezen er in deze publicatie voor om de term breder te trekken richting toerisme én recreatie. Door te spreken over regeneratieve recreatie hebben we een bredere benadering waarin ook de vrijetijdsbesteding van bewoners uit het Waddengebied wordt meegenomen.

Om tot een werkbare en toekomstgerichte definitie te komen, baseren we ons op inzichten uit verschillende wetenschappelijke perspectieven op regeneratie, duurzaam toerisme en gebiedsontwikkeling. Het gaat daarbij nadrukkelijk om de manier waarop deze concepten vertaald kunnen worden naar de specifieke context van het Waddengebied.

Het is belangrijk om helder te hebben wat regeneratieve recreatie precies betekent en hoe het zich verhoudt tot duurzame recreatie. Als de richting duidelijk is, kunnen alle partners dezelfde taal spreken, vergelijkbare doelen nastreven en werken aan projecten die écht bijdragen aan herstel.



VAN REGULIER TOERISME NAAR REGENERATIEF TOERISME



2.1 REGENERATIEVE RECREATIE DRAAIT OM WEDERKERIGE WAARDECREATIE

Het woord *regeneratief* verwijst in algemene zin naar herstellen, vernieuwen en het opnieuw laten groeien van iets dat is aangetast. Wie de term in een woordenboek opzoekt, vindt begrippen als *herstelgroei, vernieuwing* en *het opnieuw tot leven brengen*. Het is een principe dat in uiteenlopende sectoren wordt toegepast, variërend van landbouw en bouw tot energie, geneeskunde en gebiedsontwikkeling.

Wanneer dit principe wordt toegepast op recreatie en toerisme, spreken we van een benadering waarbij vrijetijdsbesteding niet alleen minder schade veroorzaakt, maar actief bijdraagt aan verbetering van de plek waar het plaatsvindt. In de literatuur wordt regeneratief toerisme omschreven als een vorm van toerisme die bijdraagt aan herstel van ecosystemen én aan het versterken van gemeenschappen *(Bellato, Frantzeskaki & Nygaard, 2022)*. Het draait om het gebied beter achterlaten dan het bij aankomst was: door meerwaarde creëren op ecologisch, sociaal en/of economisch vlak.

Voorbeelden hiervan zijn er in het Waddengebied al te vinden. Bezoekers en bewoners jutten op het strand, verwijderen aangespoeld afval uit de natuur en kunnen gevonden materialen soms een nieuw leven geven in lokale werkplaatsen of bij creatieve organisaties (zoals de Jutfabriek op Terschelling of DOK5 in Harlingen). Ook het programma *Wad Gaat Om* sluit hier naadloos bij aan: het brengt partijen samen om plasticvervuiling te verminderen en te voorkomen, circulaire alternatieven te stimuleren en gedrag te veranderen. Op deze manier werkt het programma aan een schoner, gezonder en toekomstbestendig Waddengebied.

Het lopen van Het Ziltepad is een ander regeneratief voorbeeld: wandelaars treden in de voetsporen van pelgrims, overnachten bij lokale kerken en schuiven aan bij bewoners voor een eenvoudige maaltijd. Deze vorm van recreatie verbindt bezoekers direct met landschap, cultuur en gemeenschap en versterkt zo de sociale cohesie in het gebied.

Een laatste voorbeeld is het programma Wadden-gastronomie versterkt Werelderfgoedbeleving. Het doel van dit initiatief is om de culinaire identiteit van het Waddengebied te versterken door lokale producten, producenten en verhalen centraal te zetten. Via netwerken, foodroutes, inspiratiekaarten en educatie worden bezoekers en bewoners gestimuleerd om de smaak van de Wadden te ontdekken. Door te koken met producten van dichtbij wordt niet alleen de regionale voedselketen ondersteund, maar ook de verbinding met landschap, gezondheid en bewust leven vergroot.

REGENERATIEF TOERISME: EEN NIEUWE MANIER VAN DENKEN

Duurzaam toerisme en regeneratief toerisme zijn geen compleet gescheiden werelden. Toch is er een wezenlijk verschil. Regeneratief toerisme gebruikt een nieuw wereldbeeld. Het is een zienswijze waarin natuur en mens één zijn en samenwerken in plaats van een manier van werken waarbij groei en economische voorspoed voorop staan (veelal ten koste van menselijke en natuurlijke bronnen).

Dit vraagt om een nieuwe manier van denken over recreatie en toerisme waarbij plaats en bewoners centraal staan. Waar eerder de vraag was wat de ontwikkeling van toerisme oplevert, is de vraag nu omgekeerd.

Welke positieve ontwikkeling heeft deze plaats nodig, zowel op het gebied van mens als natuur? Hoe kunnen beiden elkaar versterken? En op welke manier zou toerisme en recreatie daar aan bij kunnen dragen?

Ondanks dat er overlap bestaat tussen duurzaamheid en regeneratief denken, vraagt het dus tegelijkertijd om een heel andere manier van denken waarbij het grotere plaatje meegenomen wordt en er aandacht is voor samenhang tussen plaats, mens en natuur.

Shirley Nieuwland
Expert Regeneratief Toerisme









2.2 DENKEN IN LEVENDE SYSTEMEN

Regeneratieve recreatie is goed te begrijpen als je het plaatst binnen systeemdenken. In deze benadering wordt een gebied niet gezien als een optelsom van losse onderdelen, maar als één samenhangend geheel waarin natuur, gemeenschap, economie en landschap voortdurend met elkaar in wisselwerking staan. Een verandering op één plek heeft gevolgen op een andere.

De Britse denker Anna Pollock noemt dit *living systems thinking*: kijken naar een bestemming als een levend systeem dat groeit, beweegt en zich steeds ontwikkelt. Een plek is dus niet statisch, maar een netwerk van relaties tussen mensen, natuur, cultuur, economie en infrastructuur.

Voor het Waddengebied is dit een belangrijke manier van kijken. Hier grijpen ecologische, sociale en economische processen sterk in elkaar. De getijden, kwetsbare ecosystemen, lokale gemeenschappen, bezoekersstromen en de regionale economie beïnvloeden elkaar continu. Systeemdenken helpt om die wisselwerking te begrijpen en laat zien waar recreatie echt waarde kan toevoegen.

Zo vormt systeemdenken de basis onder regeneratieve recreatie. Het maakt duidelijk hoe activiteiten verder reiken dan één plek en bijdragen aan bredere gebiedsdoelen.

2.3 DUURZAME RECREATIE EN REGENERATIEVE RECREATIE HAND IN HAND

Duurzaam toerisme is al lange tijd een belangrijk onderwerp in het beleid rond de vrijetijdssector. Het gaat over het beperken van negatieve effecten, zodat natuur, landschap en gemeenschappen niet worden uitgeput en hun kwaliteit behouden blijft. Duurzaamheid draait daarmee vooral om behoud en het voorkomen van schade.

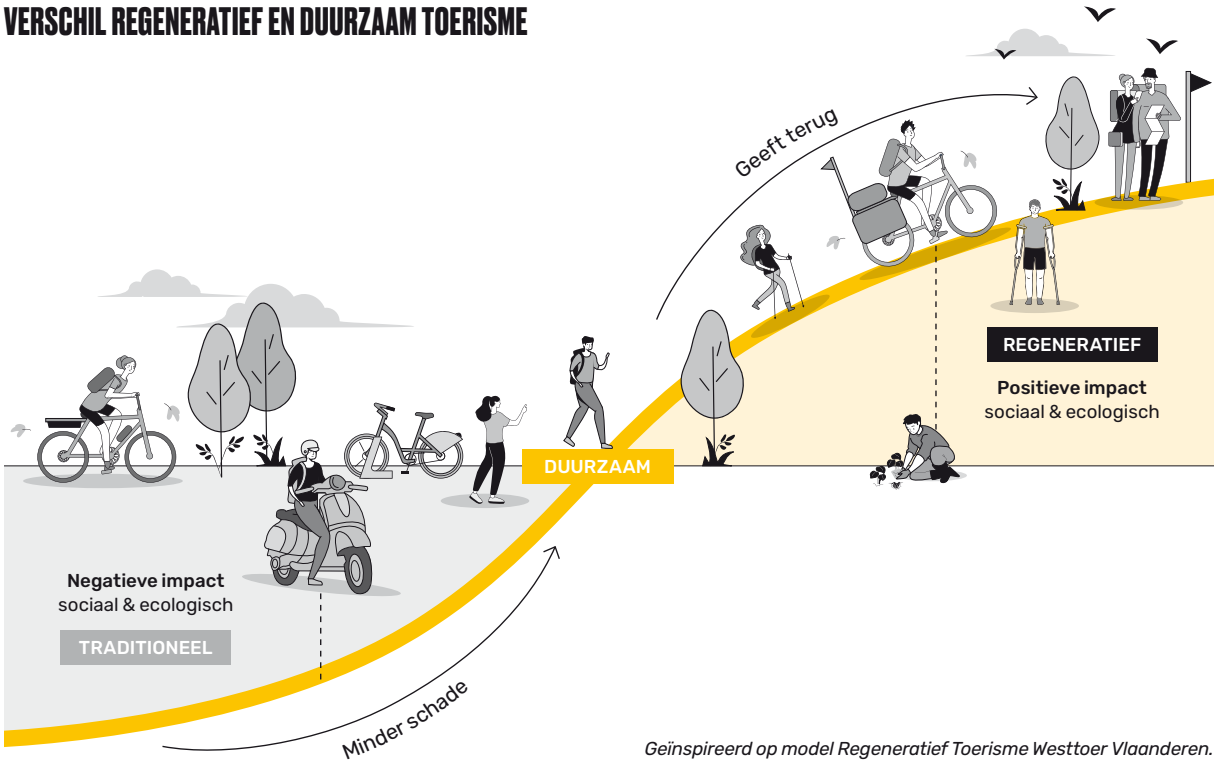
Regeneratieve recreatie gaat een stap verder. Het richt zich niet alleen op het verminderen van druk, maar op het actief versterken van de ecologische en sociale systemen waarvan recreatie en toerisme deel uitmaken.

Jasper Heslinga van het ETFI (2022) benadrukt dat duurzame recreatie vaak draait om afwegingen tussen positieve en negatieve effecten, een constante trade-off. Regeneratieve recreatie probeert die spanning te doorbreken. Het streeft naar meerwaardige waardecreatie, waarbij natuur, gemeenschap en economie tegelijkertijd worden versterkt.

Duurzaamheid en regeneratie zijn daardoor geen tegenpolen, maar partners. Zonder duurzame principes (zoals zuinig omgaan met energie, slimme mobiliteit en het goed sturen van bezoekersstromen) kan regeneratie niet plaatsvinden. Maar zonder regeneratief denken blijft duurzaamheid vooral gericht op behoud, terwijl het Waddengebied ook behoefte heeft aan herstel, vernieuwing en veerkracht.

Regeneratieve recreatie kan daarom worden gezien als een verlengstuk van duurzame ontwikkeling. Het bouwt voort op dezelfde basis, maar stelt een andere vraag: niet “Hoe voorkomen we schade?”, maar “Hoe dragen we actief bij aan herstel en versterking?”

VERSCHIL REGENERATIEF EN DUURZAAM TOERISME



Geïnspireerd op model Regeneratief Toerisme Westtoer Vlaanderen.

HOE ZIET DAT ER IN DE PRAKTIJK UIT?

Regeneratie kan groot zijn, maar begint vaak klein. Het draait om betekenisvolle verbindingen en acties die iedereen kan ondernemen.



Een campinggast die met de boswachter helmgras verwijdert op een plek waar dat beter is.



Een hotel dat gasten uitnodigt raapstelen te plukken bij de lokale boer.



Een B&B die gasten koppelt aan een dorpsbewoner voor een gezamenlijke maaltijd.



Een gemeente die toeristenbelasting investeert in beter OV voor bezoeker én bewoner.



2.4 VAN RICHTING NAAR REALITEIT

De inzichten uit dit hoofdstuk laten zien dat regeneratieve recreatie meer is dan een leuk idee. Het biedt een duidelijke ontwikkelrichting waarmee het Waddengebied natuur, gemeenschap en economie toekomstbestendig kan versterken.
De volgende stap is kijken hoe deze manier van denken aansluit bij de mensen die het gebied gebruiken: bezoekers, bewoners, ondernemers en andere betrokkenen.

Regeneratieve recreatie werkt namelijk alleen als er draagvlak is om anders te recreëren, anders te ondernemen en anders naar het gebied te kijken. Dat vraagt om inzicht in waarden, verwachtingen en bereidheid tot verandering.

Het volgende hoofdstuk richt zich daarom op de mensen achter het systeem. Hoe kijken zij naar recreatie in het Waddengebied? Herkennen ze de behoefte aan vernieuwing? En is er überhaupt interesse in deze vorm van recreatie onder bezoekers?

Hoofdstuk 3 gaat op deze vragen in en laat zien hoe regeneratieve recreatie aansluit bij wat bezoekers en betrokkenen belangrijk vinden.

REGENERATIEVE RECREATIE IS MEER DAN EEN LEUK IDEE

HET GOEDE VOORBEELD: STERKE YERKE

Sterke Yerke I begon in 1974 als een avontuurlijk project van zeven vrienden die een vlot bouwden van gerecyclede materialen. Wat startte als een vrolijke uitdaging op de Friese meren groeide uit tot een organisatie met een missie: aandacht vragen voor de gezondheid van zeeën en het wad. Met de Sterke Yerke II voeren de mannen naar Londen en begonnen zij hun eerste milieuprojecten. Met Sterke Yerke III deden ze in 1979 onderzoek naar de vervuiling van de Rijn met het Rijn-Waddenproject, waarmee ze aantoonden hoe vervuiling via rivieren uiteindelijk in de Waddenzee terechtkomt.

In hetzelfde jaar gingen ze naar Curaçao om aan te tonen wat de olievervuiling op de oceaan voor gevolgen had voor het milieu. Het vlot strandde helaas op Bonaire.

Vandaag staat Sterke Yerke IV symbool voor een nieuwe generatie. Het vlot vaart met kinderen, jongeren en vrijwilligers de Waddenzee op om hen bewust te maken van de impact van plastic op natuur, vogels en het kwetsbare ecosysteem. Aan boord zien kinderen de schoonheid van het gebied, luisteren ze naar het verhaal van Pier de Plasticjutter en jutten ze afval langs de kust van Harlingen. De combinatie van beleven, jutten en leren zorgt voor een diepe, blijvende indruk.

Sterke Yerke laat zien dat regeneratieve recreatie begint bij bewustwording. Door jongeren te inspireren, actiegericht te werken en verbondenheid te creëren, draagt het vlot bij aan een gezonder en veerkrachtiger Waddengebied.
Een avontuur dat betekenis krijgt.



Johan Vos
Voorzitter Sterke Yerke

3. BELEVING EN BEREIDHEID: DRAAGVLAK IN KAART

In het vorige hoofdstuk las je wat regeneratieve recreatie is en waarom deze benadering past als stroming binnen het Waddengebied. Maar een visie krijgt pas waarde als de mensen die het gebied bezoeken en bewonen zich erin herkennen. Daarom richt dit hoofdstuk zich op hun houding. Hoe open staan bezoekers en bewoners voor regeneratieve recreatie, welke waarden vinden ze belangrijk en welke drempels ervaren ze?

Met een combinatie van literatuuronderzoek, kwantitatief onderzoek en verdiepende gesprekken ontstond een scherp beeld van motivaties, verwachtingen en zorgen. We gingen op pad met een flinke vragenlijst en legden deze voor aan ruim 1.100 Waddenbezoekers. De resultaten zie je hieronder.

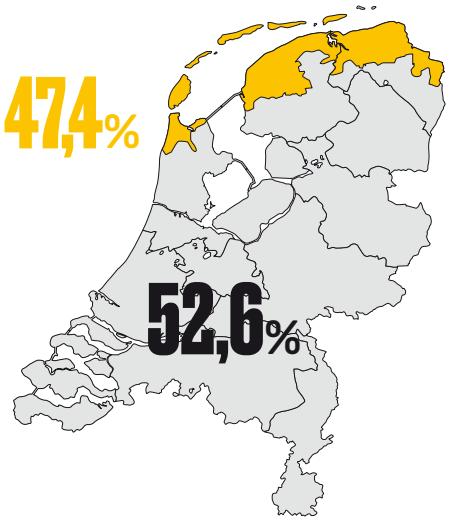
De onderzoeksverantwoording vind je in bijlage 1. In dit hoofdstuk bespreken we de belangrijkste inzichten, zodat duidelijk wordt hoe groot het draagvlak is en waar kansen liggen om regeneratieve recreatie in de praktijk te versterken.

GESLACHT RESPONDENTEN



0,3% gaf aan dit niet te willen zeggen.

HERKOMST RESPONDENTEN



LEEFTIJDSCATEGORIEËN ONDERZOEKSDOELGROEP



65+	55-64	45-54	35-44	25-34	18-24
38,9%	34,1%	18,1%	5,4%	2,4%	1,1%

3.1 BEZOEKERS WILLEN BIJDRAGEN

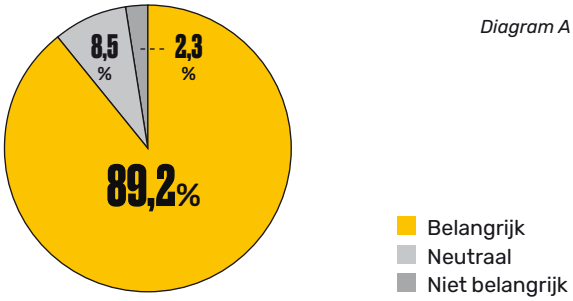
Het onderzoek laat zien dat respondenten duidelijk positief zijn over regeneratieve recreatie. Diagram A laat zien dat 89,2% deze vorm van recreatie belangrijk vindt voor het Waddengebied. 8,47% blijft neutraal. Slechts een kleine groep vindt het níet belangrijk. Daarmee is het draagvlak breed. De neutrale groep vormt bovendien een potentieel groeisegment: zij staan niet afwijzend tegenover regeneratieve recreatie, maar hebben mogelijk meer informatie nodig om het belang te zien.

HET CONCEPT SPREEKT AAN



RESPONDENTEN DIE REGENERATIEVE RECREATIE BELANGRIJK VINDEN

Diagram A



Dit beeld sluit aan bij de gevoerde gesprekken: ook daar hoorden we dat mensen positief zijn over het gedachtegoed, maar dat het begrip van wat regeneratieve recreatie precies inhoudt per persoon sterk verschilt. Veel geïnterviewden gaven aan dat het concept hen aanspreekt, maar dat zij behoefte hebben aan duidelijkheid en concrete voorbeelden om het belang ervan beter te kunnen plaatsen.

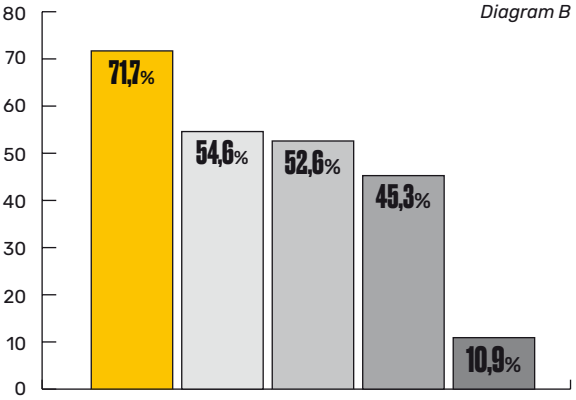
3.1.1 De belangrijkste drijfveren achter regeneratieve keuzes

Als we inzoomen op de redenen waarom mensen kiezen voor regeneratieve recreatie, ontstaat een consistent beeld. Diagram B laat zien dat natuurbescherming met afstand de belangrijkste motivatie is, gevolgd door de wens om tijdens een verblijf een positieve bijdrage te leveren aan het Waddengebied. Veel respondenten geven ook aan graag de lokale economie te steunen, bijvoorbeeld door lokale producten te kopen of mee te doen aan kleinschalige initiatieven. In de gesprekken klinkt datzelfde gevoel terug: *"Als ik weet dat ik een lokale ondernemer help, voelt dat gewoon beter,"* vertelde een van de geïnterviewde bezoekers.

Respondenten noemen daarnaast het belang van zorgvuldig omgaan met natuurlijke hulpbronnen. Dat sluit aan bij hun bredere zorg voor het landschap en de milieubelasting van recreatie. Een kleinere groep ziet regeneratieve recreatie ook als een manier om meer verbinding te voelen met de lokale cultuur en gemeenschap. Hoewel deze groep kleiner is, laat het zien dat regeneratief handelen voor sommige bezoekers niet alleen draait om zorg voor de natuur, maar ook om verdieping, authenticiteit en ontmoeting.

WAAROM RESPONDENTEN KIEZEN VOOR REGENERATIEVE RECREATIE

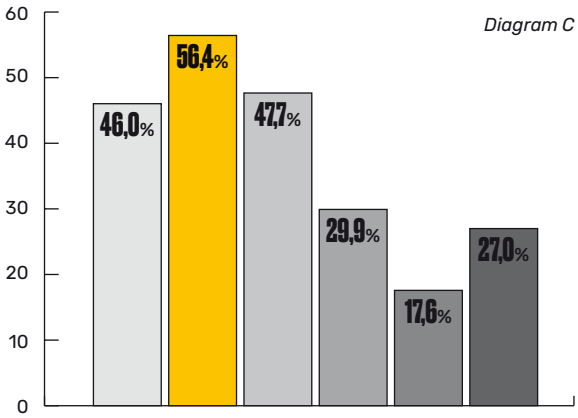
Diagram B



- Vanwege betere bescherming van de natuur.
- Het prettig vindt dat hun verblijf een positieve impact heeft op het gebied.
- Waarde hechten aan duurzaam gebruik van natuurlijke hulpbronnen.
- Geeft aan graag de lokale economie te willen steunen.
- Ziet regeneratieve recreatie als een manier om echt contact te maken met de lokale cultuur of gemeenschap.

REGENERATIEVE ACTIVITEITEN

Diagram C



- Wil deelnemen aan natuurbehoudsprojecten (clean-ups, biodiversiteitsinitiatieven).
- Is geïnteresseerd in lokale culinaire ervaringen met streekproducten.
- Kiest voor educatieve tours.
- Staat open voor workshops over lokale ambacht.
- Wil vrijwilligerswerk doen bij sociale projecten.
- Staat open voor verblijfsvormen bij lokale bewoners.

Samen laten deze motivaties een patroon zien: bezoekers willen bijdragen aan datgene wat het Waddengebied bijzonder maakt. Van natuur en landschap tot cultuur en de lokale economie. Ze zien regeneratieve recreatie als een manier om hun verblijf waardevoller te maken. Die combinatie van draagvlak en de wens om iets terug te doen vormt een stevig vertrekpunt voor de beweging richting een regeneratieve toekomst voor het Waddengebied.

3.1.2 Welke activiteiten spreken respondenten aan?

Om te begrijpen hoe regeneratieve recreatie er in de praktijk uit kan zien, is bezoekers gevraagd welke activiteiten zij zelf aantrekkelijk vinden. Die vraag laat zien welke vormen van aanbod het beste passen bij hun interesses en motivaties. Diagram C geeft een overzicht van de meest gekozen activiteiten.

Diagram C laat zien dat de interesse van bezoekers verspreid is over veel verschillende soorten activiteiten. Er springt geen enkele activiteit echt uit; juist dat biedt kansen. Het laat zien dat regeneratieve recreatie op allerlei manieren vorm kan krijgen: van natuurherstel en educatieve excursies tot culinaire ervaringen, ambachtelijke workshops en sociale initiatieven. Er is dus niet één juiste vorm, meerdere typen activiteiten kunnen bijdragen aan een regeneratieve ontwikkeling. Deze diversiteit geeft ruimte én een breed fundament om verschillende doelgroepen op hun eigen manier te betrekken.

Uit de gevoerde gesprekken komt een belangrijke kanttekening naar boven. Activiteiten moeten wél voelen als vrije tijd. Bezoekers willen graag bijdragen, maar het moet licht en plezierig blijven. Zoals een geïnterviewde het verwoordde: *"Het moet niet voelen alsof je de hele middag alleen maar aan het werk bent."* Dat laat zien dat regeneratieve activiteiten zowel betekenisvol als ontspannen moeten zijn om echt bij een recreatieve beleving te passen.



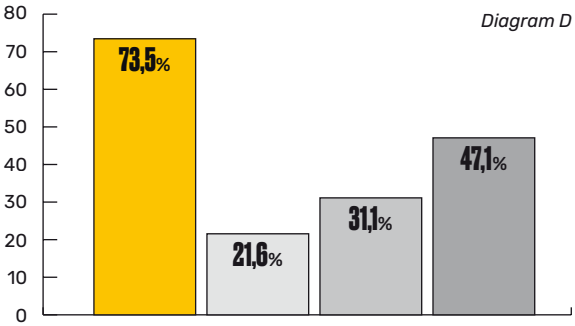
3.3 UITDAGINGEN DOOR DE LENS VAN BEZOEKERS EN BEWONERS

Naast het brede draagvlak zien bezoekers en bewoners ook een aantal uitdagingen die de ontwikkeling van regeneratieve recreatie kunnen remmen. Diagram D laat zien dat het grootste struikelblok een gebrek aan kennis en bewustzijn is.

73,45% van de respondenten geeft aan dat ze nog niet goed weten wat regeneratieve recreatie precies is of hoe ze zelf kunnen bijdragen. Dat beeld komt ook terug in de gevoerde gesprekken. Deelnemers noemen het concept nog abstract en vinden dat de informatie niet altijd zichtbaar of makkelijk te vinden is.

WELKE UITDAGINGEN ERVAREN RESPONDENTEN TIJDENS REGENERATIEVE RECREATIE

Diagram D



- Onvoldoende bewustzijn/gebrek aan kennis.
- Onvoldoende concreet en zichtbaar aanbod.
- Onvoldoende samenwerking.
- Kosten als drempel.

Respondenten noemen daarnaast dat het huidige aanbod nog niet altijd goed vindbaar of herkenbaar is. Ze willen graag bijdragen, maar dan moeten regeneratieve activiteiten wél makkelijk in hun beperkte tijd passen en duidelijk maken wat ze opleveren.

Een deel van de bezoekers ziet ook kosten als mogelijke drempel. Er leeft het idee dat regeneratieve of duurzame activiteiten automatisch duurder zijn. Dat is in veel gevallen niet zo, maar het beeld kan wel invloed hebben op de keuzes die mensen maken. In de gesprekken gaven bezoekers aan best te willen bijdragen, zolang het betaalbaar blijft en niet voelt als een extra investering bovenop hun bezoek.

Deze inzichten laten zien dat bereidheid alleen niet genoeg is. Duidelijkheid, zichtbaarheid en toegankelijkheid zijn nodig om intenties om te zetten in echt gedrag. In het volgende hoofdstuk beschrijven we hoe deze uitdagingen zich verhouden tot bredere knelpunten in de ontwikkeling van regeneratieve recreatie in het Waddengebied.

3.4 VAN BEREIDHEID NAAR REALITEIT: WAT VRAAGT DE VOLGENDE STAP?

De resultaten uit dit hoofdstuk laten zien dat bezoekers en bewoners bereid zijn iets bij te dragen aan het Waddengebied. Tegelijkertijd blijkt dat een positieve houding niet vanzelf leidt tot actie. Dat wordt duidelijk bij het thema natuurbehoud: 94,6% vindt natuurbehoud essentieel, maar slechts 46,03% wil ook echt meedoen aan activiteiten die daar direct aan bijdragen.

Die kloof tussen wat mensen belangrijk vinden en wat ze uiteindelijk doen, kwam ook in de gesprekken terug. Zoals eerder beschreven willen deelnemers best helpen, maar onduidelijkheid, beperkte zichtbaarheid van activiteiten en de wens dat recreatie vooral ontspannen moet blijven, spelen een grote rol in hun keuzes.

Zo ontstaat een helder beeld: het draagvlak is groot, maar om de stap naar écht regeneratief gedrag te vergroten, zijn duidelijke informatie, laagdrempelig aanbod en een samenhangend verhaal nodig. In het volgende hoofdstuk kijken we naar de bredere obstakels die de ontwikkeling van regeneratieve recreatie in het Waddengebied tegenhouden.

WAT VRAAGT DE VOLGENDE STAP

HET GOEDE VOORBEELD: TEXEL PLASTIC VRIJ

Toen ik in Zuid-Amerika werkte zag ik hoe vervuiling rechtstreeks van rivier naar zee stroomde. Die ervaring deelde ik op Facebook. Roland Bisschop reageerde. Onze gedeelde zorg om milieu en gezondheid vormde het begin van Texel Plastic Vrij.

Wat klein begon, groeide uit tot een initiatief dat direct bijdraagt aan de regeneratieve toekomst van het Waddengebied. Met twintig jutkooien, strandopruimacties en voorlichting aan bewoners en bezoekers wordt het landschap actief hersteld. In 2024 verzamelden we 15.000 kilo aangespoeld plastic. Het legen van de jutkooien blijft elke keer verrassend: wat vinden we ditmaal en hoeveel is er aangespoeld?

Vrijwilligers, inwoners en bezoekers reageren betrokken en voelen dezelfde verantwoordelijkheid voor natuur en leefomgeving. Onze boodschap aan iedereen die wil bijdragen is eenvoudig: neem een zak mee tijdens het wandelen, raap op wat je tegenkomt en lever het in bij een jutkooi. Iedere handeling versterkt het eiland én het Waddengebied.

Henk Griffioen
Texel Plastic Vrij



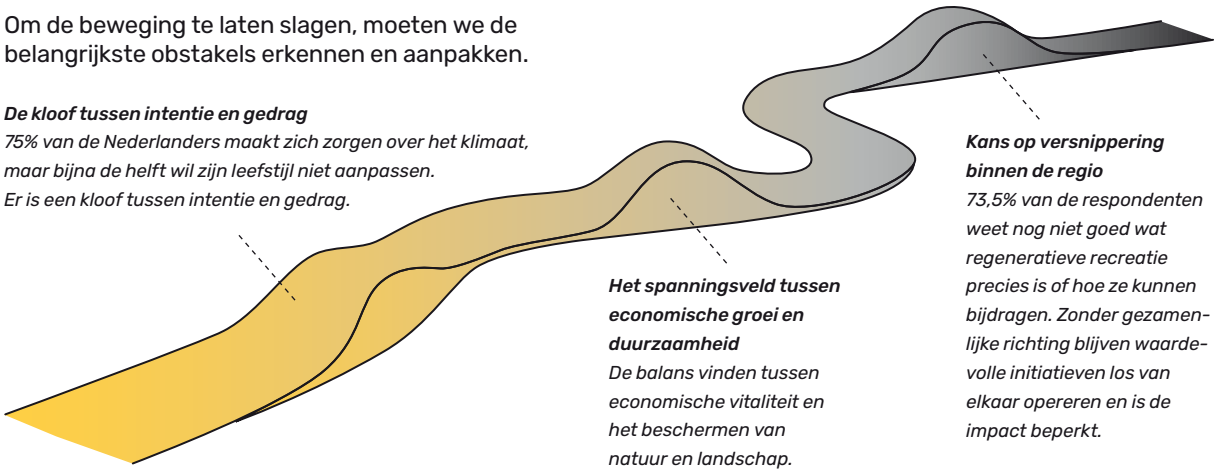
4. OBSTAKELS: DE PIJN VAN VERANDERING



HOBBELS OP DE WEG

Om de beweging te laten slagen, moeten we de belangrijkste obstakels erkennen en aanpakken.

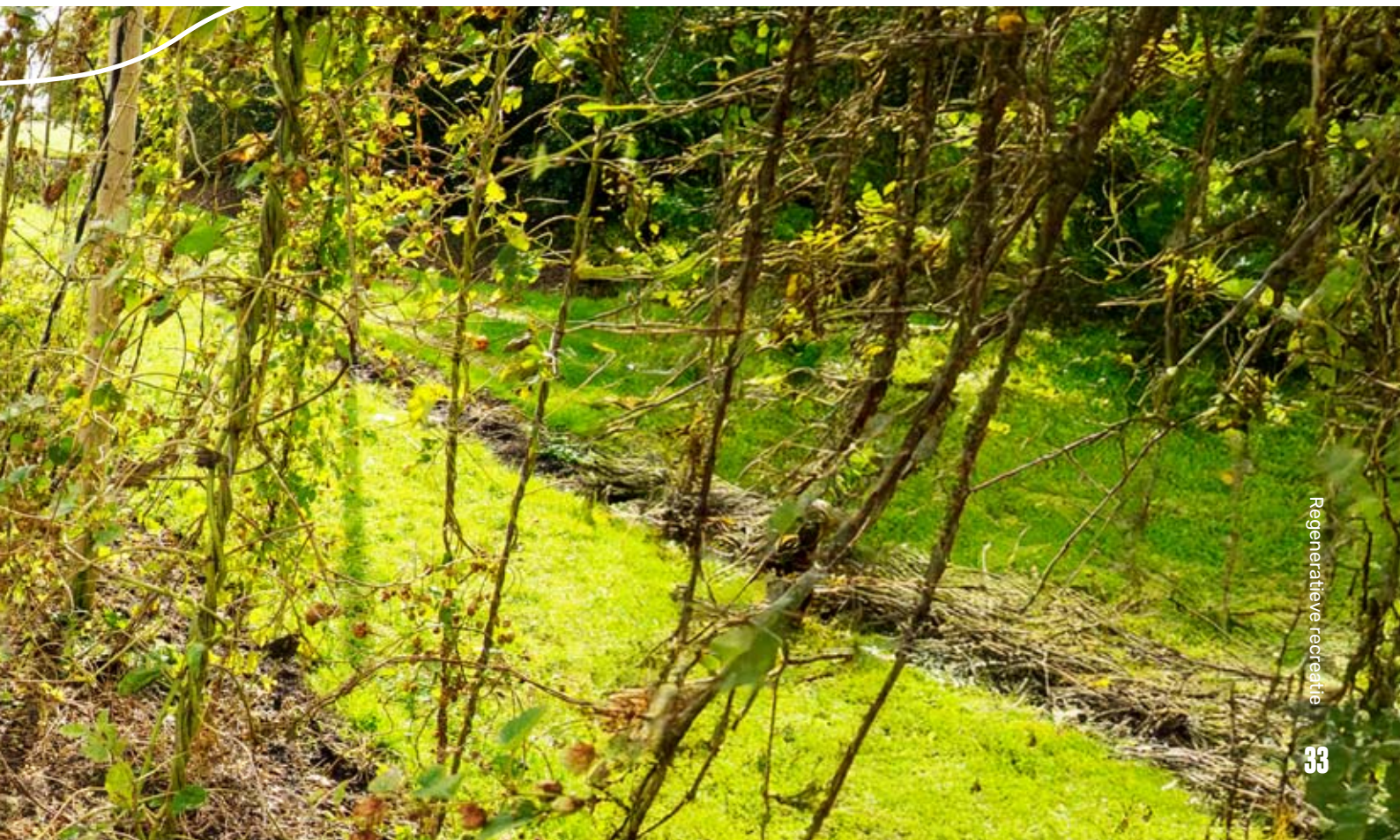
De kloof tussen intentie en gedrag
75% van de Nederlanders maakt zich zorgen over het klimaat, maar bijna de helft wil zijn leefstijl niet aanpassen. Er is een kloof tussen intentie en gedrag.



Het spanningsveld tussen economische groei en duurzaamheid
De balans vinden tussen economische vitaliteit en het beschermen van natuur en landschap.

Kans op versnippering binnen de regio
73,5% van de respondenten weet nog niet goed wat regeneratieve recreatie precies is of hoe ze kunnen bijdragen. Zonder gezamenlijke richting blijven waardevolle initiatieven los van elkaar opereren en is de impact beperkt.

EEN STEENTJE BIJDRAGEN





In het vorige hoofdstuk lieten we zien hoe bezoekers een positieve kijk hebben op activiteiten die bijdragen. Maar draagvlak alleen is niet genoeg. Om regeneratieve recreatie echt van de grond te krijgen, moeten we ook begrijpen welke obstakels ontwikkeling en uitvoering in de weg staan.

De analyse is gebaseerd op verschillende bronnen. We spraken ondernemers, natuurbeheerders, beleidsmakers en andere betrokkenen over wat zij dagelijks ervaren. Daarnaast hebben we maatschappelijke ontwikkelingen meegenomen die recreatie in het Waddengebied beïnvloeden. Ook de uitkomsten van de bezoekers- en bewonersenquêtes, die inzicht geven in waar kansen en zorgen liggen, zijn verwerkt.

WAAR LIGGEN KANSEN EN ZORGEN

4.1 DE KLOOF OVERBRUGGEN TUSSEN INTENTIE EN GEDRAG

Als we iets nieuws willen, gaat dat niet vanzelf. Er zit (zoals vaak bij menselijk gedrag) een kloof tussen intentie en gedrag.

Die kloof zien we ook landelijk. Het CBS (2023) laat zien dat zo'n 75% van de Nederlanders zich zorgen maakt over klimaatverandering en dat veel mensen geloven dat hun eigen gedrag ertoe doet. Toch blijkt uit onderzoek van het SCP (2024) dat bijna de helft van de Nederlanders hun leefstijl niet wil aanpassen, zelfs als verduurzaming haalbaar en makkelijk is.

Deze trends laten zien dat goede bedoelingen niet genoeg zijn. Om gedrag echt te laten veranderen, moeten we de drempels in kennis, gemak en motivatie goed begrijpen.

4.1.1 Als alles 'duurzaam' heet

Bezoekers willen graag bijdragen aan natuur en leefomgeving, maar weten vaak niet wat er precies van hen wordt verwacht. Een belangrijke oorzaak is dat het begrip duurzaamheid zo breed en zo vaak wordt gebruikt dat het betekenis verliest. Van marketinglabels tot algemene oproepen om "beter te reizen": bezoekers worden overspoeld met informatie, zonder dat duidelijk is wat écht helpt en wat eigenlijk niet.

In een recreatieve omgeving (waar gemak en ontspanning centraal staan) zorgt die onduidelijkheid ervoor dat mensen terugvallen in oude gewoontes. Of gewoon kiezen voor de makkelijke manier. De intentie om iets goeds te



doen is er wel, maar zonder duidelijke handvatten blijft actie uit. Zoals één van de respondenten zei: *"Ik vind het belangrijk om mijn steentje bij te dragen. Dat is wel het minste wat ik kan doen. Maar soms weet ik gewoon niet waar ik moet beginnen."*

Zo blijft gewenst gedrag vaak een kwestie van toeval. Het is aan ons om dus een heldere, concrete boodschap te delen. Handelingsperspectief is handig, zodat bezoekers weten wát ze kunnen doen en hoe ze dat kunnen regelen.

4.1.2 Regeneratieve recreatie voelt abstract

Een tweede drempel is dat regeneratieve recreatie voor veel bezoekers een abstract begrip blijft. En laten we eerlijk zijn: het is een zogenaamde tongbreker. De term klinkt technisch en beleidsmatig, en sluit niet vanzelf aan bij wat mensen ervaren tijdens een dagje uit of vakantie.

Uit de gesprekken en enquêtes blijkt dat bezoekers de kern van regeneratie goed begrijpen, maar moeite hebben met het woord zelf. Het lijkt niet iets wat je kunt doen, maar meer een concept.

Het is dus belangrijk om te werken met begrijpelijke taal. We zien ook bij andere bestemmingen dat ze om het woord heen werken en het vrijwel nooit 'regeneratieve activiteiten' noemen. In Kopenhagen heet het programma bijvoorbeeld 'Copen Pay'. Op de Faeröer eilanden noemen ze hun regeneratieve week 'closed for maintainance'.

Door regeneratie te vertalen naar herkenbare woorden, beelden en voorbeelden, ontstaat ruimte voor gedrag. Tijd voor begrijpelijke taal richting bezoekers dus.

4.1.3 Gedragsverandering

Het dichten van de intentie-gedragskloof vraagt meer dan informatie en opties aanbieden. Een groot deel van ons gedrag wordt onbewust gestuurd, bijvoorbeeld door gewoontes, gemak en emoties. Daarom kunnen we kijken naar een aantal elementen die gedrag kunnen sturen. Een aantal voorbeelden:

1. Aansluiten bij persoonlijke waarden
Uit het onderzoek blijkt dat bezoekers waarden belangrijk vinden zoals authenticiteit, verbondenheid, natuurbehoud, rust en inclusie. Als regeneratieve activiteiten aansluiten bij die waarden, voelt het gedrag logisch en betekenisvol. En gedrag dat past bij wie iemand wil zijn, wordt sneller uitgevoerd en herhaald.

2. Vrijheid in keuzes
In recreatieve situaties werkt het opleggen van gedrag bijna nooit. Bezoekers komen voor hun plezier en willen zelf kiezen. Het is de kunst om regeneratief gedrag te laten voelen als default modus: zo doen we dat gewoon hier. Daarnaast is het van belang dat er een plezier-kant aan het gedrag zit. Het moet bijdragen aan een leuke of waardevolle tijd.

3. Trots als motor
Veel bezoekers en bewoners voelen zich sterk verbonden met het Waddengebied en zijn trots op het unieke karakter ervan, versterkt door de UNESCO-status. Die trots is een krachtige motivatie. Wanneer zichtbaar wordt wat gezamenlijke inzet oplevert, groeit waardering én de bereidheid om bij te dragen. Regeneratief gedrag maakt trots.

REGENERATIEF GEDRAG MAAKT TROTS!

4.1.4 Conclusie

Deze inzichten laten zien dat het dichten van de intentie–gedragskloof meer vraagt dan informeren of opties aanbieden. Het gaat erom dat bezoekers voelen dat hun bijdrage logisch, waardevol (voor zichzelf en de plek) is. Door persoonlijke waarden te activeren, keuzes aantrekkelijk te presenteren en positieve emoties te versterken, ontstaat een context waarin regeneratief gedrag steeds natuurlijker wordt.

Kennis uit de hoek van klimaatpsychologie en gedragsverandering speelt een grote rol om bezoekers beter te begrijpen, maar ook om ze een klein duwtje in de juiste richting te geven.





BEWUST ONTWIKKELEN BINNEN DE GRENZEN VAN HET WADDENGEBIED

De Vereniging van Waddenzeegemeenten hecht waarde aan duurzame en integrale ontwikkelingen in het Waddengebied. Voor recreatie en toerisme betekent dit dat activiteiten zorgvuldig worden ontwikkeld en passen bij de aard, schaal en draagkracht van het gebied. Regeneratieve recreatie kan hierin een meerwaarde hebben, maar is geen doel op zich. Het zou moeten dienen als een vorm van bewustwording bij het ontwikkelen van nieuwe initiatieven. Er zijn situaties denkbaar waarin ontwikkelingen niet regeneratief zijn, maar bij afweging tegen bredere criteria zoals werkgelegenheid, brede welvaart en sociaaleconomische effecten toch als wenselijk kunnen worden beschouwd.

De Vereniging van Waddenzeegemeenten vindt het belangrijk dat recreatie en toerisme bijdragen aan het behoud en de versterking van natuur, landschap, cultuur en lokale gemeenschappen. Door overbelasting, zoals vervuiling of aantasting van landschap en leefomgeving, te voorkomen blijft het gebied aantrekkelijk en leefbaar, zowel voor bewoners als bezoekers. Tegelijkertijd blijft het een uitdaging om deze kwaliteiten te combineren met economische ontwikkeling en voldoende werkgelegenheid. Hierbij is het van belang dat er bewustwording komt bij gebruikers van het Waddengebied.

De Vereniging van Waddenzeegemeenten ziet dat partijen steeds vaker de verbinding zoeken en samenwerken vanuit een integrale benadering. Door oog te hebben voor verschillende belangen ontstaat ruimte voor weloverwogen keuzes. In de praktijk ontstaan er steeds meer initiatieven waarin verbinding centraal staat, zoals combinaties van agrotoerisme en recreatie, en kleinschalige fiets- en wandelroutes zoals het Ziltepad, die bijdragen aan bewustzijn van landschap en cultuur.

Voor de toekomst ziet de Vereniging van Waddenzeegemeenten kansen in verdere samenwerking, kennisdeling en het sturen op kwaliteit, spreiding en duurzaamheid, zodat recreatie bijdraagt aan de regionale economie zonder de kernkwaliteiten van het Waddengebied aan te tasten. Natuurbeleving, stilte, donkerte en kleinschaligheid zijn bijvoorbeeld unieke kenmerken.

Folkert Bouma
Vereniging van Waddenzeegemeenten







4.2 SPANNINGSVELD TUSSEN ECONOMISCHE GROEI EN DUURZAAMHEID

Ook het spanningsveld tussen economische ambities en duurzaamheidsdoelen speelt een rol in de ontwikkelingen richting regeneratieve recreatie. In bijna alle gesprekken met betrokken partijen komt dit terug. Iedereen ziet het belang van een zorgvuldige omgang met het Waddengebied.

Tegelijkertijd zijn recreatie en toerisme belangrijke pijlers van de regionale economie. Ondernemers zijn afhankelijk van bezoekers om hun bedrijf gezond te houden. Natuurbeheerders en overheden moeten ondertussen waken over de draagkracht van het gebied.

Deze dubbele opdracht leidt niet automatisch tot botsingen, maar wel tot situaties waarin belangen niet altijd vlekkeloos in elkaar overlopen. Het spanningsveld ontstaat doordat het gebied meerdere functies heeft die allemaal waardevol zijn. De uitdaging ligt in het vinden van een balans die past bij zowel economische vitaliteit als het beschermen en versterken van natuur en landschap.

4.2.1 Verschillende belangen, maar dezelfde waarden

Uit de gesprekken blijkt dat het spanningsveld tussen economie en duurzaamheid niet komt doordat partijen andere doelen nastreven. Ondernemers, bewoners, beleidsmakers en organisaties willen allemaal hetzelfde: een vitaal en toekomstbestendig Waddengebied. De verschillen zitten vooral in wat zij nodig hebben om daar te komen.

Voor ondernemers is het economische belang logischerwijs een groot onderdeel. Bedrijven draaien op bezoekers. Zij vragen zich af wat verduurzaming concreet betekent voor hun bedrijfsvoering, of nieuw aanbod ook financieel interessant is en of hun inspanningen ook echt effect hebben.

Veel ondernemers zijn bereid stappen te zetten (sommigen doen dat al) maar hebben behoefte aan duidelijke voorbeelden, steun en inzicht in de waarde van hun eventuele investeringen.

Andere betrokkenen wijzen juist op natuur, rust en landschap als de basis van het Waddengebied. Zonder sterke ecologie verliest het gebied zijn aantrekkingskracht en daarmee óók economische kansen. Ook dat is een logisch perspectief.

Ondanks die verschillen liggen de onderliggende waarden opvallend dicht bij elkaar: liefde voor het landschap, zorg voor de gemeenschap en de wens om het gebied goed door te geven. Dat biedt een sterk uitgangspunt.

4.2.2 Economie én ecologie én community

Juist vanuit die gedeelde waarden ontstaat ruimte om het gesprek te voeren. Kijken hoe het Waddengebied als geheel sterker kan worden. Dat vraagt om een bredere blik op waarde in termen van financiën, maar ook in termen van landschap, leefbaarheid en toekomstbestendigheid. Dit sluit volledig aan bij het denken in brede welvaart.

Samenwerking is onmisbaar. Het overbruggen van een eventueel spanningsveld lukt alleen als ondernemers, natuurbeheerders, beleidsmakers en anderen elkaar blijven ontmoeten, elkaars positie leren begrijpen en samen werken aan één richting voor het gebied.

Drie bouwstenen zijn daarbij essentieel:

Een gedeelde visie: een gezamenlijk toekomstbeeld waarin natuur en economie elkaar versterken.

Ervaringsuitwisseling: laat betrokkenen door elkaars ogen kijken, bijvoorbeeld door ondernemers een dag met natuurbeheerders mee te laten lopen en andersom.

Praktische ondersteuning: bied voorbeelden, trainingen, coaching en hulpmiddelen die laten zien dat duurzaam en regeneratief ondernemen haalbaar is.

Als er wederzijds begrip ontstaat, verdwijnt de tegenstelling tussen economie en ecologie. Dan wordt zichtbaar dat beide elkaar juist nodig hebben: een gezond landschap trekt betrokken bezoekers aan, en die bezoekers brengen waarde terug het gebied in.





HET GOEDE VOORBEELD: DE WADDENVERENIGING

De Waddenvereniging organiseert tal van excursies die vrijwel altijd draaien om de kwetsbare natuur en hoe we beter voor de Wadden en onze omgeving kunnen zorgen. Bij veel activiteiten ligt de nadruk op soorten en de bijzonderheden van het Werelderfgoed Waddenzee. Soms gaan we dieper, bijvoorbeeld tijdens de jutsafari's samen met Ecosafari, of bij uitjes waarbij opruimactiviteiten en thema's als klimaatverandering en dynamische duinen centraal staan. Juist daar krijgt het regeneratieve karakter meer vorm.

We zien dat het animo voor activiteiten waarbij bezoekers actief bijdragen groeit. Vooral bij bedrijfsuitjes willen mensen de handen uit de mouwen steken en verantwoordelijkheid nemen om het gebied mooier achter te laten. Met sommige bedrijven organiseren we inmiddels jaarlijks terugkerende opruimacties, zodat alle medewerkers het wad een keer bewust meemaken. Dat zijn sterke signalen. In de praktijk merken we dat deelname echt iets doet. Mensen die mee zijn geweest, kijken anders naar hun omgeving. Geen strandwandeling is meer hetzelfde, ze nemen vanzelf afval mee en hebben meer aandacht voor de natuur. De ramp met de MSC Zoë liet dat ook zien: honderden mensen kwamen spontaan helpen. De zorgen voor de waddennatuur worden breed gedeeld, en hoewel bewustwording lastig te meten is, zien we kleine stapjes in de goede richting.

Waarom regeneratie belangrijk is? De natuur heeft al genoeg te lijden gehad. Willen we dat ook volgende generaties van het Waddengebied blijven genieten, dan moeten we écht iets doen. Onze boodschap: werk samen met terreinbeheerders en trek zoveel mogelijk gezamenlijk op. Dat werkt het beste, zoals we binnen het programma Wad Gaat Om zien.



Renate de Backere
De Waddenvereniging

4.3 VAN VERSNIPPERING NAAR GEZAMENLIJKE KRACHT

Het Waddengebied kent een grote diversiteit aan initiatieven, projecten en programma's die op hun eigen manier bijdragen aan natuur, leefbaarheid en een duurzame vrijetijdseconomie. Die rijkdom aan energie en betrokkenheid vormt een stevige basis voor de toekomst.

4.3.1 Eén boodschap over regeneratie

De manier waarop we over regeneratieve recreatie praten richting gasten doet ertoe. Wanneer alle organisaties in het gebied dezelfde woorden kiezen met dezelfde benadering in communicatie, vormt dat een prachtige eenheid in het verhaal. Een gezamenlijk verhaal helpt om duidelijk te maken wat het Waddengebied uniek maakt, welke keuzes daarbij horen en hoe bezoekers kunnen bijdragen.

Als iedereen dezelfde kernboodschap gebruikt (in eigen woorden, maar vanuit dezelfde richting) worden de mogelijkheden van regeneratieve recreatie zichtbaar en herkenbaar. Destinatiemanagement-organisaties, destinatiemarketingorganisaties, citymarketeers en communicatiemedewerkers van overheden, NGO's en beheerders in het Waddengebied spelen hierin een sleutelrol. Zij kunnen het gezamenlijke verhaal zichtbaar maken in campagnes, partners ondersteunen met communicatie en zorgen dat de lijn consistent wordt doorgezet.

Wanneer ondernemers, natuurbeheerders, gemeenten en regiomarketingorganisaties vanuit één verhaal communiceren, ontstaat een sterk front: een Waddengebied dat met één stem spreekt over bijdragen aan de natuur, cultuur en de rol van bezoekers hierin. Een gedeelde boodschap is dus strategisch een handige keuze. Het helpt bezoekers op weg, voorkomt versnippering en versterkt de gezamenlijke inzet voor een vorm van vermaak die iets bijdraagt.

4.4 OBSTAKELS ALS BOUWSTENEN VOOR DE VOLGENDE STAP

De inzichten die we krijgen vanuit dit hoofdstuk vormen een belangrijk onderdeel voor het strategisch kompas van Visit Wadden. De intentiegedragskloof, het spanningsveld tussen economie en ecologie en de versnippering in communicatie en projecten zijn hierin benoemd als structurele uitdagingen waar we actief op kunnen sturen.

Ook ondernemers, aanbod ontwikkelaars, regiomarketeers, beleidsmakers en natuur-beheerders kunnen deze inzichten gebruiken in hun dagelijkse praktijk. Voor ondernemers betekent dit bijvoorbeeld dat kennis over marketing en gedragsverandering helpt om aanbod beter vindbaar te maken en mensen te kunnen overtuigen.

Regiomarketeers krijgen richting voor een eenduidig verhaal naar buiten: begrijpelijke, uitnodigende communicatie die bezoekers helpt om bewuste keuzes te maken. Beleids-makers en natuurbeheerders kunnen de inzichten gebruiken om beleid en beheer beter te laten aansluiten op wat bezoekers nodig hebben om daadwerkelijk in actie te komen.

Het volgende hoofdstuk gaat in op wat iedereen in het Waddengebied nú al kan doen om regeneratieve elementen op te nemen in recreatie en toerisme. Op naar een praktische vertaalslag.

WAT WORDT DE VOLGENDE VERTAALSLAG?

HET GOEDE VOORBEELD: STAATSBOSBEHEER

Ons team op Texel organiseert meerdere activiteiten die nauw aansluiten bij het gedachtegoed van regeneratieve recreatie. Twee keer per jaar houden we een grote opruimactie in de Slufter. Dit is een moment waarop bewoners en toeristen samenkomen om het gebied schoner achter te laten dan ze het aantroffen. Daarnaast organiseren we ieder jaar een natuurwerkdag, waarbij de werkzaamheden per editie verschillen. Het mooie is dat we bij al deze activiteiten deelnemers zien van binnen én buiten het eiland.

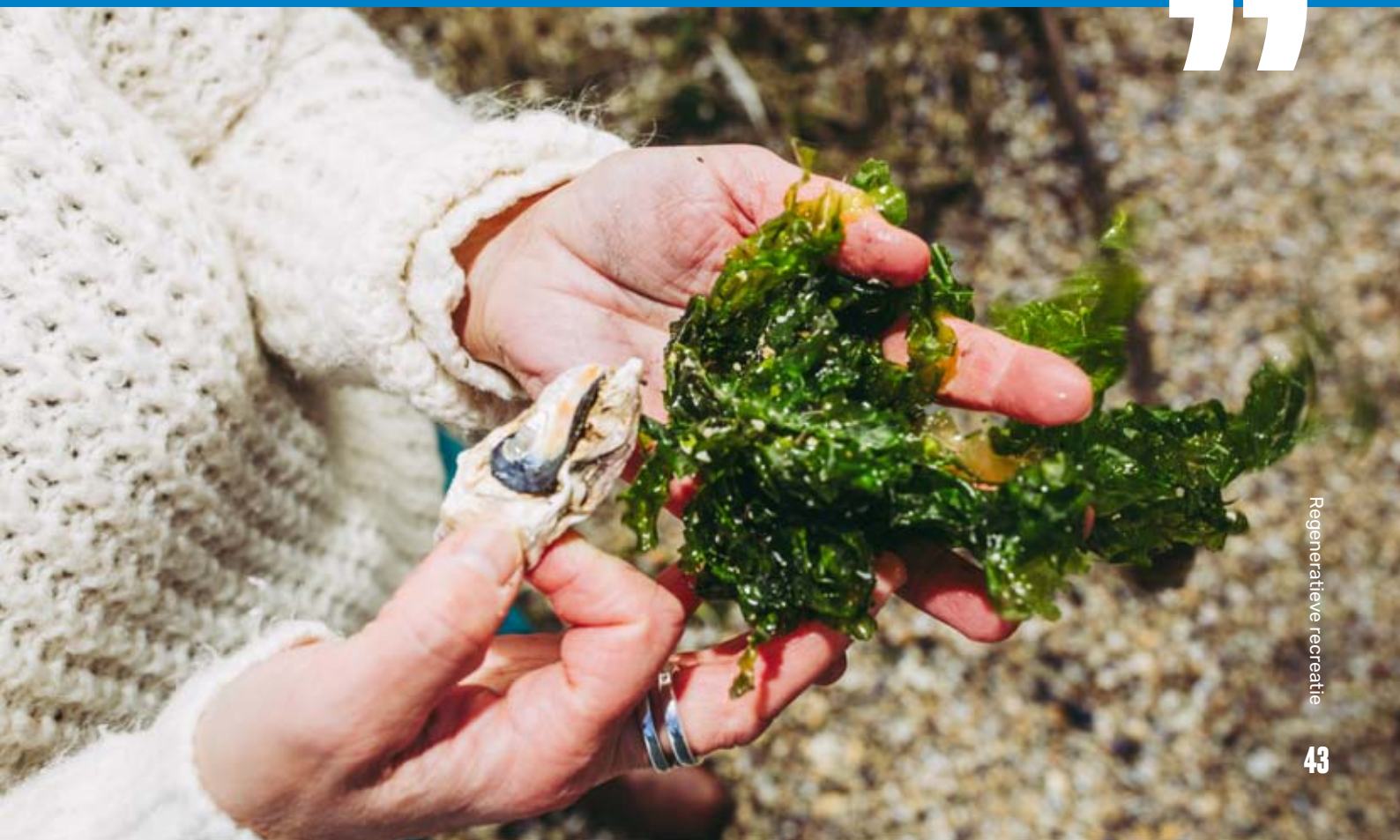
Dat recreanten leren over natuur, landschap en biodiversiteit is essentieel. Uit onderzoek weten we dat ruim 90% van de toeristen naar Texel komt voor de natuur, maar dat veel bezoekers de echte waarde en kwetsbaarheid ervan niet kennen.

Zoals de Vogelbescherming zegt: “Bescherm wat je bewondert.” Mensen gaan zorgvuldiger om met het gebied wanneer ze begrijpen hoe bijzonder het is. Ons terrein maakt deel uit van een uniek stuk natuur, en dat vraagt om gezamenlijke zorg en om vormen van natuurbeleving die samengaan met natuurbescherming. We merken dat het animo groeit. Toeristen sluiten spontaan aan, en scholen en organisaties vragen steeds vaker om een extra opruimactie of natuurklus tijdens een kamp of teamuitje.

Wat mij persoonlijk het meest raakt, is de positiviteit: mensen vinden het oprecht fijn om iets terug te doen. Als meer organisaties dit zouden stimuleren, door natuurklussen te promoten of teamuitjes te koppelen aan een bijdrage aan het landschap, wordt recreatie vanzelf meer wederkerig.



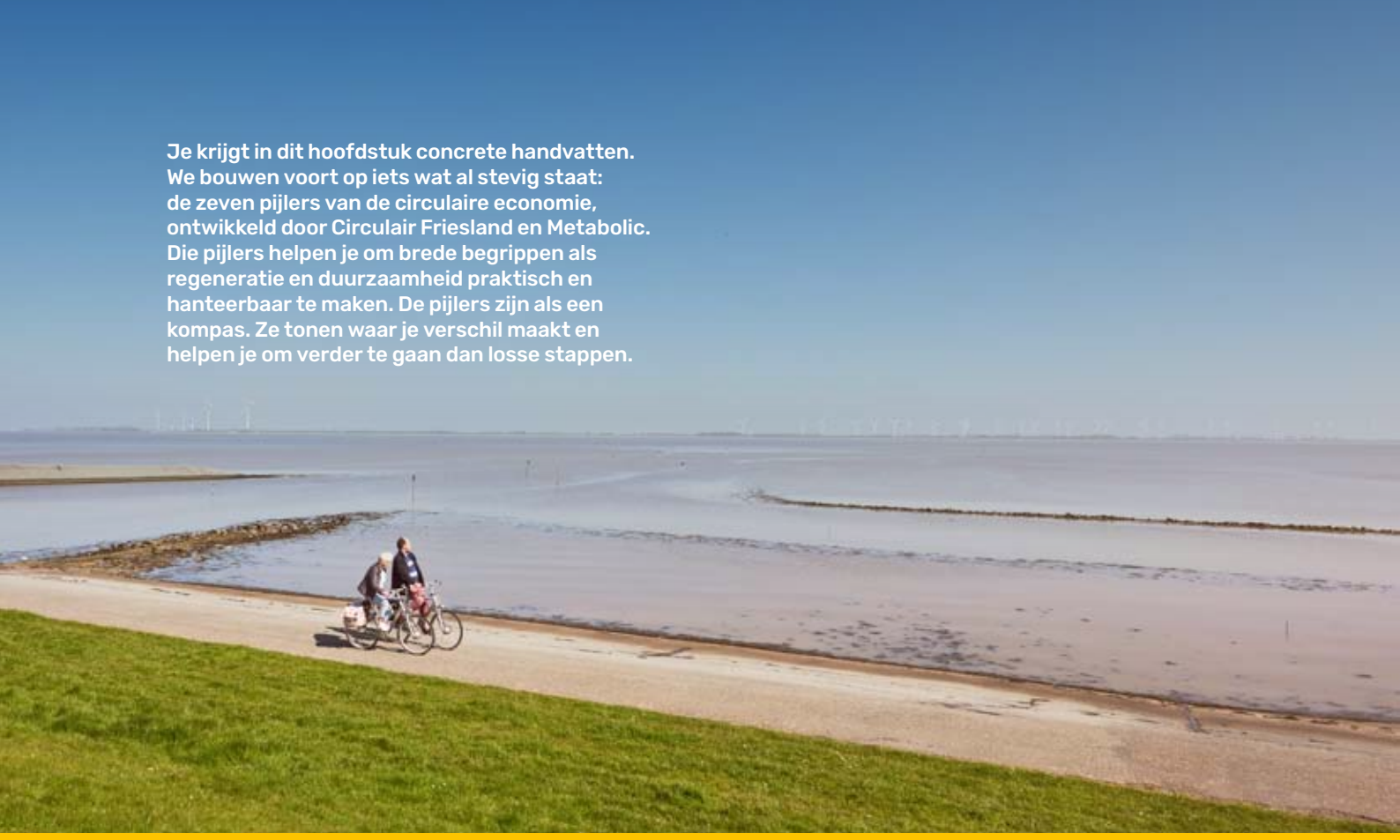
Charlotte Maas
Senior Boswachter bij Staatsbosbeheer Team Texel



5. EEN STAP RICHTING EEN REGENERATIEVE TOEKOMST



Je krijgt in dit hoofdstuk concrete handvatten. We bouwen voort op iets wat al stevig staat: de zeven pijlers van de circulaire economie, ontwikkeld door Circulair Friesland en Metabolic. Die pijlers helpen je om brede begrippen als regeneratie en duurzaamheid praktisch en hanteerbaar te maken. De pijlers zijn als een kompas. Ze tonen waar je verschil maakt en helpen je om verder te gaan dan losse stappen.



5.1 DE ZEVEN PIJLERS ALS VERTREKPUNT VOOR REGENERATIEVE ONTWIKKELING

In Friesland zit circulair denken al een tijd in de vezels. Vanuit de wens om bij te dragen aan de Sustainable Development Goals zijn zeven pijlers ontwikkeld die helpen om keuzes te maken voor een toekomstbestendig gebied.

Deze pijlers brengen de lijn van de Verenigde Naties terug naar heldere thema's waar je als ondernemer, initiatiefnemer of organisatie meteen mee aan de slag kunt.

DE PIJLERS

1. **Toegevoegde waarde**
2. **Materialen**
3. **Water**
4. **Energie**
5. **Biodiversiteit**
6. **Culturele diversiteit**
7. **Gezondheid en welzijn**

De eerste pijler: 'Toegevoegde waarde' is waar je naartoe werkt: het gebied mooier achterlaten dan je het aantrof. De andere zes pijlers zijn de bouwstenen waar je aan kunt denken bij het herstel: de manier waarop. Of het nu gaat om kiezen voor lokale, natuurinclusieve materialen, slim omgaan met water, of energie opwekken op een manier die past bij het landschap: elke stap telt.

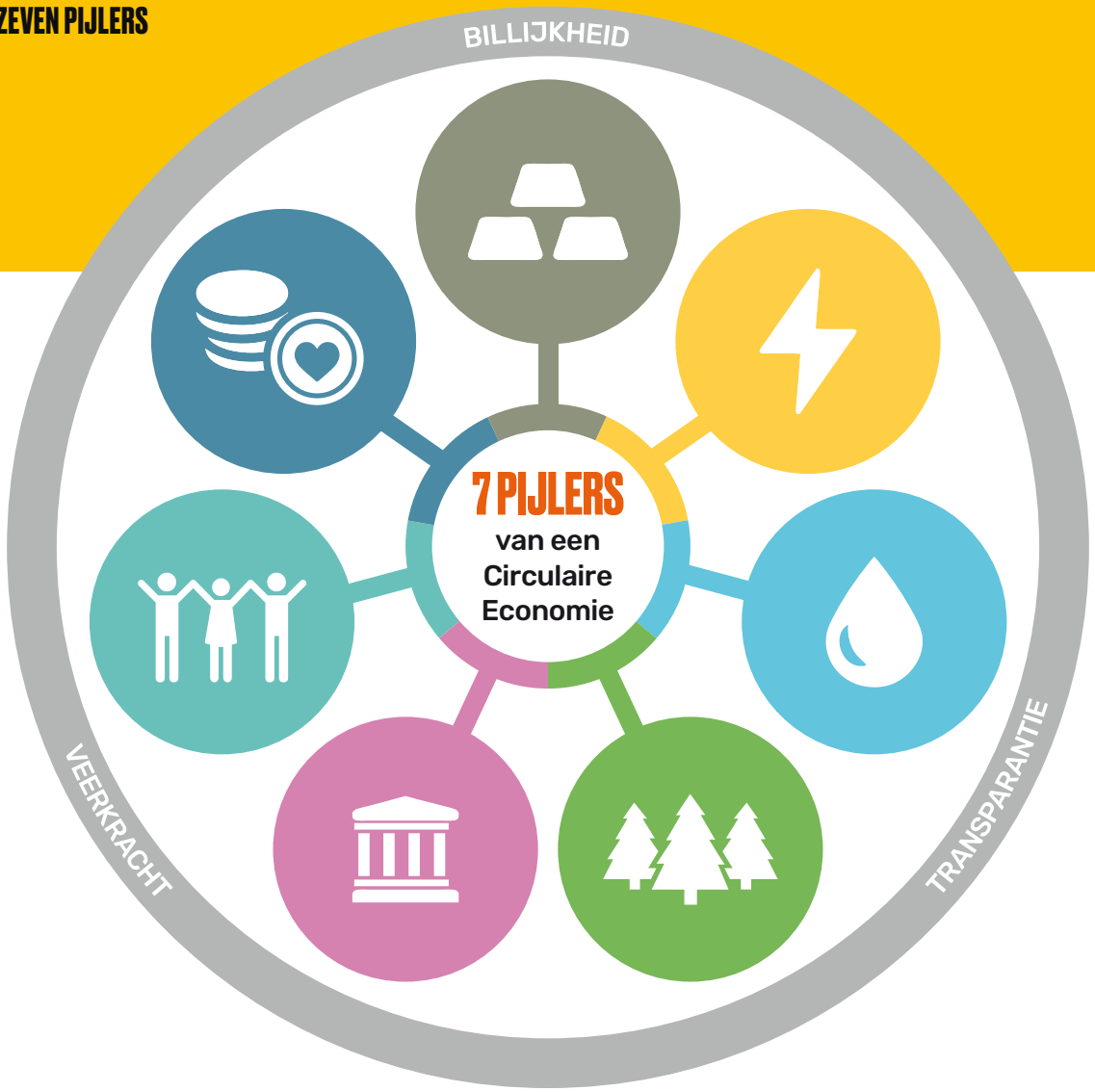
Niet alles hoeft perfect. Sterker nog, dat is onmogelijk. De kracht zit 'm in al die kleine verbeteringen samen. Daar maken we de impact.

Begin klein. Kies één pijler waar je energie van krijgt en zet in dat domein je eerstvolgende stap. Regeneratief werken is geen sprint, maar een route. In de komende paragrafen vind je een aantal concrete regeneratieve voorbeelden per pijler. Scan de QR-code voor meer voorbeelden en tips.

visitwadden.nl/regeneratieverecreatie

BEKIJK HIER VOORBEELDEN EN TIPS

DE ZEVEN PIJLERS



5.2 TOEGEVOEGDE WAARDE

Waarde toevoegen kan op veel manieren, afhankelijk van wat past bij je doelen. De volgende handvatten helpen je om die eerste stap te zetten.

ZET DE EERSTE STAP



1. Kijk naar wat het gebied nodig heeft

Regeneratief werken begint met het voelen en begrijpen van de plek. Je kijkt wat het gebied nodig heeft, wat de natuur vraagt en wat er leeft in de gemeenschap. Daar start je. Door van onderaf te werken en te luisteren naar bewoners, natuurbeheerders, (natuurinclusieve) boeren, (duurzame) vissers en organisaties in de regio, ontstaat ruimte voor plannen die iets teruggeven en het gebied sterker maken.

2. Ondersteun natuurherstel en kennisontwikkeling

Ecologische waarde ontstaat wanneer ondernemers, overheden en organisaties actief bijdragen aan de gezondheid van ecosystemen. Bijvoorbeeld door:

- Een deel van de opbrengsten te reserveren voor natuurherstelprojecten of partners zoals Staatsbosbeheer of natuur-verenigingen;
- Samen te werken met onderzoekers op het gebied van monitoring: denk aan vogeltellingen, biodiversiteitsmetingen en bodemonderzoek;
- Lokale natuurprojecten te steunen of te (helpen) organiseren.

3. Organiseer activiteiten die de gemeenschap versterken

Sociale waarde is minstens zo belangrijk in een regeneratieve benadering. Denk hierbij aan:

- Het organiseren van activiteiten voor kwetsbare groepen (bijv. natuurbelevingen, diners, workshops, koffie-middagen of lezingen);
- Ruimte bieden aan vrijwilligersinitiatieven, zoals excursies en culturele projecten;
- Samenwerking met buurtverenigingen en dorpsinitiatieven;
- Het creëren van plekken waar bewoners en bezoekers elkaar (niet geheel) toevallig ontmoeten.

4. Koester en deel lokale cultuur

Cultuur is een levend systeem. Door lokale tradities, verhalen en makers een podium te

geven, blijft cultuur behouden én krijgt het een nieuwe betekenis. Dit kan door:

- Activiteiten aan te bieden waarin tradities, verhalen en ambachten centraal staan;
- Lokale makers, muzikanten of ambachtslieden zichtbaar te maken in programma's of producten;
- Samen te werken met kerken, historische verenigingen of dorpsgemeenschappen.

5. Kies voor kwaliteit boven kwantiteit

Een regeneratieve benadering draait niet om zoveel mogelijk bezoekers, maar om de juiste bezoekers: mensen die bewust kiezen voor de omgeving, natuur en verrijkende ervaringen. Minder, maar waardevollere recreatie leidt tot:

- Minder druk op natuur en infrastructuur;
- Hogere waarde per bezoek, vaak ook economisch;
- Ruimte voor verdieping.

Kwaliteit boven kwantiteit is daarmee een belangrijk uitgangspunt binnen regeneratieve recreatie.





5.3 MATERIALEN

Het gebruik van materialen vormt een pijler waarop veel winst te behalen valt. Denk daarbij aan de inrichting van accommodaties, de bouw en renovatie van voorzieningen en de materialen die dagelijks in horeca en activiteiten worden gebruikt. Juist op dit vlak kan zichtbaar verschil gemaakt worden.

Het Waddengebied laat al inspirerende voorbeelden zien. Het WEC (Werelderfgoedcentrum Waddenzee) koos bij de inrichting bewust voor circulaire en hergebruikte materialen: vissen van gerecycled ziekenhuisplastic, podia van biolaminaat gemaakt van lokale reststromen, banken van fijngemalen schelpen en poefjes afgewerkt met gerecycled denim.



Dit soort materiaalgebruik laat zien hoe hergebruik, lokale reststromen en creatief ontwerpen samen kunnen bijdragen aan een sterker verhaal én een lagere impact op de natuur.

5.3.1 Praktische manieren om regeneratief met materialen om te gaan

De volgende vijf maatregelen laten zien dat regeneratief materiaalgebruik niet ingewikkeld hoeft te zijn. Het draait om stap voor stap bewustere keuzes maken: kiezen voor wat langer meegaat, wat lokaal te krijgen is en wat je opnieuw kunt gebruiken. Door materialen op deze manier te benaderen, draag je zichtbaar bij aan de toekomst van het Waddengebied.

1. Gebruik hergebruikte of tweedehands materialen

Hergebruik verlengt de levensduur van materialen en voorkomt dat grondstoffen verloren gaan. Meubels, bouwmaterialen en inrichtingselementen kun je vaak prima een tweede leven geven. Dat verlaagt de impact en geeft een locatie karakter.

2. Kies voor lokale materialen en leveranciers

Materialen uit de regio hebben een lagere milieubelasting, omdat er weinig transport nodig is. Ze passen bovendien bij het landschap, de cultuur en de identiteit van het gebied. Door regionaal te werken ontstaat een sterkere keten waarin ondernemers en leveranciers in het Waddengebied elkaar versterken. Lokale inkoop draagt zo ook bij aan sociale en economische waarde.

3. Doneer spullen aan anderen

Regeneratief werken betekent dat materialen zo lang mogelijk waarde houden. Ook als jij ze zelf niet meer nodig hebt. Door bijvoorbeeld meubels of apparatuur te doneren aan andere ondernemers, maatschappelijke initiatieven of lokale makers, voorkom je onnodige afvalstromen én versterk je de gemeenschap. Veel materialen zijn op een andere plek uitstekend te gebruiken: in buurthuizen, bij natuurorganisaties, in ateliers of bij startende ondernemers die hun plek nog moeten opbouwen.

4. Voorkom wegwerpmaterialen

Wegwerp plastic heeft een grote impact op natuur en waterkwaliteit. In kustgebieden waait licht materiaal gemakkelijk de lucht in en belandt het in zee of in kwetsbare natuur. In een regeneratieve aanpak hoort het terugdringen van single-use plastics en andere wegwerpartikelen daarom vanzelfsprekend thuis.

Steeds meer (horeca)ondernemers zetten hier stappen in. Via het programma Wad Gaat Om wordt er hard gewerkt aan het reduceren van plastics in het Waddengebied. Er wordt gekeken naar alternatieve producten die ondernemers kunnen inkopen en inzetten in hun zaak. Daarnaast zijn er al een heleboel bestaande alternatieven: herbruikbaar servies, navulsystemen voor schoonmaakmiddelen, papieren verpakkingen, refill-stations of een simpel 'breng je eigen beker'-concept.

Zulke oplossingen maken het voor bezoekers makkelijker om een duurzame keuze te maken, zonder verlies van comfort.

5. Organiseer afvalstromen slim

In een regeneratieve aanpak gaat afval niet alleen over scheiden, maar vooral over het terughalen van waarde. Organisch afval kun je composteren en inzetten om de bodem te verbeteren. Andere reststromen krijgen een tweede leven via lokale makers of door er nieuwe producten van te maken.

Goede afvalscheiding blijft de basis, maar je bereikt meer door afvalstromen zichtbaar en begrijpelijk te maken. Laat bezoekers zien wat er met ingezamelde materialen gebeurt of welke stromen worden hergebruikt. Dat maakt het systeem transparanter en nodigt mensen uit om bewuster met grondstoffen om te gaan. Wie weet gaan ze met nieuwe ideeën naar huis. Zo wordt afval geen eindpunt, maar het begin van iets nieuws.

HET GOEDE VOORBEELD: WONGEMA

Wongema in Hornhuizen is een herberg en dorpscafé in één, maar bovenal een plek waar mensen elkaar vinden die anders nooit met elkaar in contact zouden komen. Bezoekers komen er om te slapen, te werken, inspiratie op te doen of tot rust te komen, maar blijven ook hangen vanwege de stilte van het Hogeland en de onverwachte gesprekken die ontstaan.

Duurzaamheid is verweven in alles wat Wongema doet. Lokaal en biologisch voedsel, schoonmaak zonder schadelijke middelen en vergaande afvalscheiding, van bierdopjes tot waxinelichtjes, vormen de basis. Door veel materiaalstromen te hergebruiken en bewust in te kopen, werkt Wongema dagelijks vanuit regeneratieve principes, waarbij zowel mens als landschap centraal staat.

Via themaweekenden zoals het Aardappelfeest, Weekendje Heg en Landschap als Inspiratie wordt verbinding gezocht met het dorp, de omgeving en de natuur. Deze evenementen vergroten bewustzijn over biodiversiteit, cultuur en landschap, en brengen mensen met verschillende achtergronden samen.

De ervaring leert dat kleine duurzame keuzes grote impact kunnen hebben. Wongema laat zien dat regeneratief werken begint bij bewuste aandacht voor materialen, omgeving en ontmoeting.

Lucas Boerwinkel
Wongema



5.4 WATER

Water vormt het Waddengebied. Het tekent het landschap en stuurt de ecologische dynamiek. Voor ondernemers is watergebruik bovendien een vast onderdeel van het dagelijkse werk: van sanitair tot schoonmaak, van horeca tot groenbeheer.

Binnen een regeneratieve aanpak gaat het niet alleen om zuinig omgaan met water, maar om het slim inzetten, hergebruiken en het vasthouden ervan. In een gebied dat gevoelig is voor droogte, verzilting en extreme neerslag biedt bewust watergebruik een kans om de natuur te versterken én kosten te verlagen.



5.4.1 Praktische manieren om regeneratief met water om te gaan

Regeneratief waterbeheer draait om bewuste keuzes die waterstromen vertragen, vasthouden en slimmer inzetten. Veel maatregelen zijn eenvoudig toe te passen en leveren direct resultaat op, voor de natuur én voor de bedrijfsvoering. De volgende drie stappen vormen een praktisch vertrekpunt.

1. Vang regenwater op en gebruik het lokaal

Een waterton of regenwatersysteem is een toegankelijke oplossing voor ondernemers. Opgevangen regenwater gebruik je voor het besproeien van beplanting, schoonmaakwerk of het doorspoelen van toiletten. Zo verlaag je de druk op drinkwaterbronnen en blijft water langer in het landschap.

2. Maak slim watergebruik onderdeel van de bedrijfsvoering

Zoals eerder benoemd draait het bij regeneratief waterbeheer om bewust en efficiënt omgaan met water. Waterbesparende kranen en douches, efficiënte spoelsystemen zoals moderne vaatwassers en het gebruik van waterloze urinoirs verlagen het verbruik en houden het comfort op niveau.

Het structureel meten van het eigen watergebruik geeft inzicht. Zodra je weet hoeveel water een onderneming, organisatie of huishouden gebruikt, zie je sneller waar kansen liggen. Meten maakt duidelijk waar winst te halen valt en maakt verbetering concreet en haalbaar.

3. Maak bezoekers bewust van hun watergebruik

Bezoekers staan tijdens hun vakantie of een dagje uit niet vanzelf stil bij hun waterverbruik. Met subtiele en positieve communicatie help je hen om gedrag aan te passen. Ook het toepassen van zogenaamde nudges werkt goed om gedrag ter plekke te beïnvloeden.

Denk aan:

- Kleine reminders bij douches over waterbesparing (bijv. met stickers, een douchekop die rood licht geeft na 2 minuten of een playlist die ophoudt te spelen als de tijd voorbij is);
- Informatiebordjes bij regenwateropvang, zodat gasten zien waar ze aan bijdragen;
- Educatieve elementen tijdens activiteiten of excursies (of organiseer een 'kijkje achter de schermen', gasten zijn vaak nieuwsgierig en staan op vakantie open voor nieuwe informatie).

Door water zichtbaar, leuk en begrijpelijk te maken, groeit de bewustwording bij bezoekers en wordt regeneratief watergebruik een vanzelfsprekend onderdeel van hun vrije tijd. Positieve framing werkt daarbij sterk: niet 'korter douchen', maar 'water besparen zodat we samen het Wad beschermen'.





5.5 ENERGIE

Energieverbruik vormt een groot deel van de footprint van een organisatie. Een regeneratieve aanpak draait om twee kerngedachten:
- **De vraag verlagen;**
- **De energie die je nodig hebt zo lokaal, schoon en natuurvriendelijk mogelijk opwekken.**

REGENERATIEVE BENADERING VAN ENERGIE



Energie-autonomie is daarbij een belangrijk doel. Hoe minder afhankelijk je bent van externe bronnen, hoe sterker en veerkrachtiger de organisatie.

Voor sommige organisaties bieden CO_2-compensatiemodellen of deelname aan regionale energieprojecten een waardevolle tussenstap. Ze helpen om verantwoordelijkheid te nemen terwijl je misschien wel toewerkt naar volledig hernieuwbare bronnen.

5.5.1 Praktische manieren om regeneratief met energie om te gaan

De volgende handvatten laten zien welke concrete stappen je kunt zetten richting een regeneratieve benadering van energie.

1. Verminder energieverbruik structureel

In een regeneratieve benadering begint energiewinst niet bij opwekking, maar bij het terugdringen van de energievraag. Elke kilowattuur die niet verbruikt hoeft te worden, ontlast de natuur én verlaagt de kosten. Effectieve maatregelen zijn onder meer:
- Isoleren en optimaliseren van bestaande gebouwen (kierdichting, dakisolatie, HR++ glas).
- Slimme verwarming en koeling met zonnesystemen of slimme thermostaten.
- Energiezuinige apparatuur in horeca, sanitair en accommodaties.
- LED-verlichting en tijdschakelaars, zeker in buitenruimtes om lichtvervuiling te voorkomen.

Door eerst te besparen, wordt de overstap naar lokale hernieuwbare energie kleiner, haalbaarder en betaalbaarder.

2. Stap over op hernieuwbare en lokale energiebronnen

Materialen uit de regio hebben een lagere mIn een regeneratieve aanpak draait het om energie die past bij de plek. Dat betekent zoveel mogelijk kiezen voor bronnen die:
- Hernieuwbaar zijn (energie afkomstig van natuurlijke bronnen)
- Lokaal opgewekt kunnen worden

- Weinig of geen verstoring veroorzaken
- Bijdragen aan energie-autonomie

Praktische opties voor ondernemers zijn:
- Zonnepanelen
- Zonneboilers voor warm water
- Warmtepompen voor verwarming en koeling
- Aansluiten bij lokale energiecoöperaties, die vaak investeren in kleinschalige opwek
- Deelname aan regionale CO_2-compensatie- of herbebossingsprojecten

Belangrijk is dat energieopwekking zorgvuldig wordt gedaan, zodat landschap en natuur niet worden aangetast. Voor het Waddengebied betekent dit: geen grootschalige windinstallaties in kwetsbare zones en zorgvuldig omgaan met verlichting en infrastructuur.



HET GOEDE VOORBEELD: HOTEL DE WALVISVAARDER

Hotel De Walvisvaarder ziet duurzame en regeneratieve recreatie als een vanzelfsprekend onderdeel van ondernemen op Terschelling.

Onze visie is dat een verblijf op het eiland niet alleen zo min mogelijk schade moet veroorzaken, maar ook actief mag bijdragen aan natuur, gemeenschap en leefomgeving. Daarom investeren we al jaren in energiebesparing, elektrificatie en lokale kringlopen: van een grote zonne-installatie en hybride omvormers tot warmtepompboilers, slimme opslagoplossingen en het stap voor stap toekomstbestendig maken van onze gebouwen.

Ook in onze keuken werken we zo lokaal en seizoensgebonden mogelijk, met minimale verspilling en nauwe samenwerking met eiland-producenten.

We zijn vooral trots op het totaalplaatje: de lange adem waarmee we elke keer een volgende stap zetten richting een circulair en zelfvoorzienend hotel. In de komende jaren willen we dit verder versterken met batterijopslag, volledig elektrische verwarming en nog intensievere samenwerking met de Terschellinger gemeenschap.



Bram Visser
Hotel de Walvisvaarder

5.6 BIODIVERSITEIT

Biodiversiteit vormt de ecologische basis van het Waddengebied. De rijkdom aan soorten en leefgebieden maakt dit gebied uniek én kwetsbaar. Regeneratief handelen betekent hier bijdragen aan herstel en versterking van natuurlijke systemen, zodat het landschap ruimte houdt om te groeien en te ademen.



5.6.1 Natuurverstoring voorkomen: de basis onder biodiversiteit

Het versterken van biodiversiteit begint met het beschermen van wat er al is. In een gebied zo gevoelig als het Waddengebied vraagt dat om aandacht voor gedrag dat dieren met rust laat, leefgebieden in tact en opgeruimd laat en rustmomenten respecteert. Door ruimte te geven aan wat leeft, leg je de basis voor herstel.
Denk aan:

- Wandelen op de paden;
- Zachtjes praten;
- Drones thuis laten;
- Ontwijken van kwetsbare broed- of rustgebieden;
- Dimmen van verlichting om duisternis te behouden;
- Afval meenemen.

De Erecode voor Wadliefhebbers helpt toeristen en bewoners om zorgvuldig met het gebied om te gaan. Deze set gedragsregels legt uit wat gewenst gedrag is in het Waddengebied. Het biedt handelingsperspectief. Het volgen van deze erecode is geen regeneratieve handeling op zichzelf, maar wel een belangrijke voorwaarde. Alleen in een rustige, stabiele natuur krijgen soorten de ruimte om zich te herstellen, voort te planten en verder uit te breiden.

visitwadden.nl/nl/over-ons/erecode

BEKIJK HIER DE ERECODE

5.6.2 Het Biodiversiteitsloket

Voor ondernemers kan biodiversiteit abstract lijken, terwijl het in de praktijk vaak gaat om haalbare, concrete aanpassingen met direct effect. Om organisaties te begeleiden bestaan er mooie initiatieven, zoals Het Biodiversiteitsloket in Friesland. Het loket vertaalt ecologische kennis naar praktische mogelijkheden en geeft advies over manieren waarop je als ondernemer een volgende stap zet.

Daarnaast geeft het loket inzicht in projecten en programma's binnen de provincie, zodat iedereen kan bijdragen aan een sterkere biodiversiteit in Friesland. Kleine aanpassingen maken al verschil voor insecten, vogels en planten, en leggen zo letterlijk een mooie basis voor een levendig landschap.

biodiversiteit.frl/biodiversiteitsloket

BEKIJK HIER HET BIODIVERSITEITSLOKET

5.6.3. Praktische manieren om biodiversiteit te versterken

Het vergroten van biodiversiteit hoeft niet complex te zijn. Eenvoudige, gerichte ingrepen brengen veel effect teweeg en helpen soorten om een plek te vinden. Denk aan het volgende:



1. Creëer microhabitats

Microhabitats bieden voedsel, nestgelegenheid en beschutting voor allerlei soorten. Denk aan insectenhotels, nestkasten voor vogels of verblijfskasten voor vleermuizen. Een takkenril (een stevig opgebouwde stapel snoeihout, gemaakt van houtresten van eigen terrein) vormt eveneens een waardevolle schuil- en nestplek voor kleine dieren. Zulke structuren brengen direct meer leven rond een recreatielocatie en versterken de ecologische basis.

2. Vergroen verharde oppervlakken met streekeigen beplanting

Het vervangen van tegels of verharding door groen is één van de meest effectieve manieren om biodiversiteit te vergroten. Inheemse planten, struiken en kruiden trekken insecten en vogels aan en dragen bij aan een gezonde voedselketen. Door te kiezen voor soorten die van nature in het Waddengebied voorkomen, sluit de beplanting beter aan bij het lokale ecosysteem én bij de natuurlijke uitstraling van het landschap.

3. Maai me niet

Door minder vaak te maaien of gefaseerd te werken, krijgen planten de kans om te bloeien en zaad te vormen. Dit levert voedsel op voor vlinders, bijen en andere bestuivers, en creëert meer variatie in het landschap. Een kleine aanpassing in beheer zorgt voor merkbaar meer leven op het terrein.

4. Verbind groene plekken met elkaar

Door hagen, struweelranden of bloemstroken te planten, ontstaan kleine ecologische verbindingsroutes waardoor dieren zich veilig kunnen verplaatsen. Zo wordt een terrein niet alleen groener, maar onderdeel van een netwerk aan leefgebieden.

5. Beperk lichtvervuiling

Nachtelijke duisternis is essentieel in het Waddengebied. Door gebruik te maken van warm licht, lage lichtsterkte en goed gerichte armaturen wordt verstoring van nachtactieve soorten zoals vleermuizen en nachtvlinders beperkt. Minder licht betekent meer rust én meer natuur rondom je locatie.

5.7 CULTURELE DIVERSITEIT

Waar andere pijlers zich richten op natuur, materialen of energie, richt deze pijler zich op de menselijke ecosystemen. De mensen, verhalen en verbindingen die samen het sociale netwerk vormen. Het gaat om koesteren wat karakteristiek is voor het Waddengebied, maar ook om open te staan voor nieuwe ideeën die de cultuur laten meebewegen met de tijd. Diversiteit aan perspectieven draagt bij aan sociale veerkracht, creativiteit en inclusiviteit.

EEN INCLUSIEVE REGIO WAAR IEDEREEN MEEDOET



5.7.1. Praktische tips om culturele diversiteit te vergroten

Om culturele diversiteit sterker te maken, kunnen ondernemers, organisaties en initiatieven in het Waddengebied op verschillende manieren concreet aan de slag.

1. Koester en deel wat eigen is

De cultuur van het Waddengebied wordt sterker wanneer mensen haar actief beleven en doorgeven. Dat kan door lokale gebruiken, ambachten, streekproducten, taalelementen of oude verhalen een plek te geven in activiteiten, routes of gerechten. Door cultuur een vanzelfsprekend onderdeel te maken van wat mensen meemaken, ontstaat herkenning, trots en een stevige band met de plek.

2. Maak ruimte voor verschillende perspectieven

Een toekomstbestendige cultuur staat open voor nieuwe ideeën en invloeden. Door samen te werken met uiteenlopende groepen uit de regio (zoals jongeren, nieuwe bewoners, kunstenaars of mensen met verschillende culturele achtergronden) groeit het aanbod mee met maatschappelijke veranderingen. Dit verrijkt het recreatieve aanbod en laat bezoekers zien dat het Waddengebied een open en eigentijdse regio is.

3. Stimuleer ontmoeting tussen bezoekers en bewoners

Ontmoeting is een sterke motor voor wederzijds begrip en sociale samenhang. Het helpt wanneer recreatieve activiteiten en voorzieningen zo zijn ingericht dat bezoekers en bewoners elkaar vanzelf kunnen tegenkomen. Dat kan in gedeelde ruimtes, zoals een tuin of een café.

Ook verblijfsplekken waar gasten dicht bij het dagelijks leven van bewoners staan (een kleinschalige B&B in het dorp of slapen bij de boer) versterken de onderlinge verbinding. Wanneer recreatie en het gewone leven elkaar op een natuurlijke manier raken, groeit een inclusieve en gastvrije cultuur waarin iedereen zich betrokken voelt.

4. Gelijke kansen

Een inclusieve en diverse gemeenschap vraagt ook om gelijke kansen op de arbeidsmarkt. Organisaties kunnen hieraan bijdragen door mensen met verschillende achtergronden, leeftijden en vaardigheden een plek te geven binnen hun organisatie. Dit kan door bewust te werven, door stages of werkervaringsplekken aan te bieden of door samen te werken met lokale initiatieven die mensen begeleiden naar een passende werkplek.

Een diverse werkvloer versterkt niet alleen de sociale structuur van het gebied, maar zorgt ook voor een rijkere gastvrijheidsbeleving waarin meer verhalen, talen en perspectieven samenkomen. Zo draagt de recreatiesector bij aan een samenleving waarin iedereen mee kan doen.





5.8 GEZONDHEID EN WELZIJN

Gezondheid en welzijn vormen een belangrijk onderdeel van een regeneratieve benadering van recreatie. Het Waddengebied heeft van nature alles in zich om mensen tot rust te laten komen: open landschappen, schone lucht, vergezichten en stilte. In een regeneratieve context gaat het verder dan het aanbieden van een prettige omgeving. De kernvraag is hoe recreatie kan bijdragen aan een gezond en waardevol verblijf én tegelijkertijd de leefbaarheid voor bewoners versterkt.



5.8.1 Gemeenschappen waarderen

Voordat recreatie kan bijdragen aan gezondheid en welzijn, is het belangrijk dat het dagelijkse leven van bewoners niet onder druk staat. Rust, veiligheid en leefbaarheid in dorpen en buurtschappen vormen de basis voor een gezonde gemeenschap. Daarom is het nodig dat recreatie geen overlast veroorzaakt, zoals geluid in de avonduren, extra verkeersdrukte of drukte in woonstraten.

Ondernemers en organisaties dragen hieraan bij door activiteiten zorgvuldig te plannen, bezoekers helder te informeren over gewenst gedrag en voorzieningen zo te plaatsen dat ze uit de rustige zones van dorpen blijven.

Wanneer gemeenschappen worden beschermd tegen verstoring, blijft het Waddengebied een fijne plek om te wonen en een gezonde, gastvrije bestemming om te bezoeken.

5.8.2 Gezondheid en welzijn versterken

De volgende handvatten laten zien hoe recreatie actief kan bijdragen aan het welzijn van bezoekers en bewoners.

1. Faciliteer rust en ontspanning

Rust vormt een stevige basis voor herstel. Door stille plekken, mooie wandelroutes of zones met weinig prikkels aan te bieden, ontstaat ruimte voor ontspanning en mentale balans. Het landschap nodigt al uit tot vertraging. Bekijk waar je waarde kunt toevoegen aan ontspanning, ontlading of bezinning.

2. Stimuleer beweging in de natuur

Bewegen in de buitenlucht heeft een bewezen positief effect op het welzijn. Toegankelijke wandelpaden, fietsroutes of andere outdoor activiteiten helpen bezoekers om actief te zijn zonder dat het voelt als inspanning. Hiermee wordt gezondheid een vanzelfsprekend onderdeel van de beleving.

3. Maak gezonde en lokale voeding zichtbaar

Gezonde voeding draagt bij aan vitaliteit en versterkt tegelijk de connectie met het landschap. Door te werken met lokale, seizoensgebonden producten (overwegend plantaardig volgens het principe van Dutch Cuisine) ontstaat een voedzame en duurzame culinaire ervaring. Dit past bij zowel een gezonde leefstijl als bij de identiteit van het Waddengebied. Denk aan iconen zoals zilte groenten, aardappelen, knoflook, duindoorn, cranberries, lokale vis of schaaldieren.

4. Creëer ruimte voor zingeving en bewustwording

Het Waddengebied nodigt uit tot vertraging en reflectie. Door activiteiten aan te bieden die mensen stil laten staan bij de waarde van het landschap en de relatie tussen mens en natuur, ontstaat ruimte voor verdieping. Zulke momenten helpen bezoekers om bewuster aanwezig te zijn tijdens hun verblijf. Die bewustwording zorgt ervoor dat zij het gebied met meer respect en verantwoordelijkheid benaderen, wat zowel hun ervaring als de zorg voor het gebied versterkt. Bedenk aanbod dat past bij deze uitgangspunten (retraites, yoga, opstellingen, schrijversweekenden, soloreizen) of sluit aan bij één van de bestaande initiatieven (bijvoorbeeld Het Ziltepad, Walk of Grief of De Kop Leeg).



HET GOEDE VOORBEELD: SAVANNEBOERDERIJ VERBAARUM

Voor ons begon alles met het besef dat voedsel, gezondheid en milieu nauw met elkaar verbonden zijn. De vele voedselschandalen, het groeiende aantal welvaartsziekten en de zichtbare milieuproblemen maakten duidelijk dat het anders moet én anders kan. Wij zijn niet perse mensen die de barricades opzoeken, maar ‘Verbeter de wereld, begin bij jezelf’ is altijd ons uitgangspunt geweest. Vanuit die gedachte volgden we een permacultuuropleiding. Gedurende zo’n opleiding leer je hoe je duurzame en zelfherstellende systemen ontwerpt door de werking van natuurlijke ecosystemen na te bootsen. Daarnaast kochten we een oude, authentieke boerderij om onze visie in de praktijk te brengen.

Regeneratief werken betekent voor ons dat alles wat we doen bijdraagt aan verbetering. Dat ons land, onze omgeving, ons eigen welzijn en dat van onze dieren en gasten er beter van worden. Dat zie je terug in aandachtig handwerk, werken met de seizoenen en keuzes maken die niet commercieel gedreven zijn, maar goed zijn voor het systeem als geheel.

We zien dagelijks hoe deze plek teruggeeft. Composttoiletten voeden het land, het voedselbos ontwikkelt zich sterk, we delen zaden, planten en kennis, en de biodiversiteit neemt elk jaar toe. Onze kleine tuinderij voedt meer dan honderd mensen met puur eten. Gasten komen hier tot rust, leren nieuwe vaardigheden en ervaren hoe weinig je eigenlijk nodig hebt. Onze gasten worden het meest geraakt door de ruimte die eenvoud, rauw- en puurheid brengen.

Team Verbaarum

6. SAMEN VOORUIT

De voorgaande hoofdstukken laten zien dat het Waddengebied een stevige basis heeft om door te groeien naar een regeneratieve bestemming. Bezoekers en bewoners staan ervoor open, ondernemers zetten al stappen, natuurorganisaties brengen waardevolle kennis in en talloze initiatieven versterken landschap, cultuur en gemeenschap. De vraag die nu voor ons ligt, is hoe we verder gaan. Wat betekent deze visie voor de komende jaren en wat vraagt dat van iedereen die zich met het Waddengebied verbonden voelt? In dit laatste hoofdstuk gaan we op weg naar antwoorden.

HOE GAAN WE VERDER?




PUUR



6.1 Een gezamenlijke verantwoordelijkheid

Uit onderzoek en gesprekken blijkt dat regeneratieve recreatie écht vorm krijgt wanneer iedereen zich verantwoordelijk voelt voor het gebied en vanuit die gedeelde verantwoordelijkheid handelt. Het draait niet om individuele inspanningen, maar om een gezamenlijke beweging waarin keuzes steeds bijdragen aan een gezond en veerkrachtig Waddengebied. Die gezamenlijke opgave krijgt in de praktijk vorm rond drie elementen die elkaar versterken.

1. Regeneratief aanbod ontwikkelen dat waarde toevoegt

Regeneratieve recreatie wordt tastbaar wanneer je het terugziet in het aanbod dat ondernemers, organisaties en gemeenschappen neerzetten. Het gaat om activiteiten of elementen, plekken en ervaringen die meer teruggeven aan het gebied dan ze eruit halen. Dat kan klein zijn, zoals het werken met lokale producten of het toevoegen van nestkasten en insectenhotels. Of structureel, zoals een verblijf dat bijdraagt aan opruimen, sociale verbinding of cultuur.

Door bewust te kiezen voor waardecreatie groeit het recreatieve aanbod mee met de behoeften van het gebied. Hoe meer partijen deze elementen opnemen in hun eigen organisatie, hoe sterker de gezamenlijke beweging wordt.

2. Een gezamenlijke boodschap die richting en helderheid geeft

Regeneratieve recreatie werkt het beste als we hetzelfde verhaal vertellen. En blijven herhalen. Wanneer ondernemers, overheden, natuurbeheerders, DMO's en regiomarketeers dezelfde lijn kiezen, snappen bezoekers en bewoners waar het Waddengebied voor staat. Waar we naartoe bewegen. Een gezamenlijke boodschap maakt duidelijk welke keuzes hier passen en hoe iemand eenvoudig kan meedoen. Denk aan uitleg over rustig recreëren, waarom lokale producten waarde hebben of hoe je natuur, gemeenschappen en dorpen ruimte geeft. Zo wordt regeneratief handelen iets dat hoort bij het Waddengebied.

3. Educatie, kennisdeling en inspiratie

Een gebied ontwikkelt zich wanneer het blijft leren. Inspanningen krijgen pas echt kracht wanneer partners elkaar blijven voeden met ideeën, ervaringen delen en kennis makkelijk vindbaar maken. Door praktijkvoorbeelden te laten zien, bijeenkomsten te organiseren en resultaten zichtbaar te maken, groeit een lerende cultuur die regeneratieve recreatie vooruit helpt.

Educatie speelt daarin een grote rol. Voor ondernemers en beleidsmakers, maar net zo goed voor bezoekers en bewoners. Hoe beter mensen begrijpen wat hun keuzes betekenen, hoe eenvoudiger het wordt om bewust en regeneratief te handelen. Zo blijft de beweging dicht bij de praktijk en groeit iedereen stap voor stap mee.

We moeten opletten dat we niet in de valkuil trappen van de strenge juf. Het is aan ons de taak om regeneratieve elementen in ons aanbod leuk, luchtig en waardevol te maken voor bezoekers. Maar ook voor onszelf. Want het ís een prachtig uitgangspunt, waar we vooral veel energie van zouden moeten krijgen.

6.2 De rol van Visit Wadden in de komende jaren

Zoals beschreven in hoofdstuk 2 heeft Visit Wadden de taak om richting te geven aan de beweging naar een regeneratieve toekomst. De belangrijkste opdracht is het faciliteren van een denkomslag: recreatie en toerisme niet zien als iets dat alleen maar neemt, maar juist waarde toevoegt aan natuur, cultuur en gemeenschap.

We vervullen deze rol met plezier als verbinder en aanjager. Dit doen we op praktische wijze: een manier van werken die groeit door te doen, te testen, te reflecteren en aan te passen. Het plan voor de komende jaren ligt niet vast, maar ontwikkelt zich mee met de lessen uit de praktijk, de behoeften van partners en de dynamiek van het landschap.

We volgen continu wat er gebeurt in het gebied: welke keuzes goed uitpakken, waar bezoekers vastlopen en wat ondernemers nodig hebben. Zo zien we kansen en pakken we uitdagingen op. Door geregeld te evalueren en de richting aan te scherpen, groeit er een systeem dat meebeweegt met de natuur, de gemeenschap en de recreatiesector.

Regeneratieve recreatie vraagt daarom om wendbaarheid, een open blik en het vertrouwen om stap voor stap te bouwen aan iets dat het Waddengebied blijvend versterkt.

6.3 Een uitnodiging om samen te bouwen

Regeneratieve recreatie is geen doel op zich. Het is een extra route, waarmee we het Waddengebied sterker, veerkrachtiger en toekomstbestendig maken. Dat vraagt soms om anders te kijken: verder denken dan de dag van morgen, openstaan voor samenwerking en nieuwsgierig zijn. Want er kunnen mooie dingen ontstaan als natuur, gemeenschap en recreatie elkaar aanvullen.

De inzichten in dit boek vormen een eerste mijlpaal in een beweging die al onderweg is. Deze basis nodigt iedereen uit om actief mee te bouwen aan een regeneratieve toekomst. Dat begint bij bewuste keuzes: keuzes die waarde toevoegen, die verbinden en die het landschap met aandacht behandelen.

Elke stap telt. Een ondernemer die een nieuw initiatief start. Een gesprek in het dorpshuis. Een bezoeker die kiest voor een regeneratieve activiteit. Een organisatie die haar aanbod aanpast. Samen vormen deze stappen een beweging die het Waddengebied niet alleen beschermt, maar laat groeien.

Het UNESCO Werelderfgoed Waddenzee gebied verdient een toekomst waarin bewoners zich thuis blijven voelen, waarin de natuur haar eigen ritme kan volgen en waarin bezoekers opladen, maar ook betekenis en verbinding ervaren. Het wordt niet perfect. En dat is oké. Want als een grote groep een kleine stap in de goede richting zet, komen we verder dan wanneer we wachten op perfectie.

De toekomst van het Wad maken we samen. Elke keuze, hoe klein ook, brengt het gebied dichter bij een regeneratieve bestemming waar de bezoeker opgaat in het grotere geheel. We nodigen je uit voor jouw eerstvolgende stap, of als je wilt, eerst een goed gesprek met handelingsperspectieven. Wij hebben er zin in. Heb je nog een beetje extra inspiratie nodig? In bijlage 2 stelden we een lijst op met ideeën voor regeneratieve recreatie.

DE WEG NAAR REGENERATIEVE RECREATIE



DANKWOORD

In dit boek zitten een heleboel uren. Van hard-werkende, gepassioneerde mensen met ambitie. Dankjewel Fay, voor de enorme berg werk die je hebt verzet, je scherpe blik en je onderzoek onder bewoners, bezoekers en stakeholders. Dank ook aan Jannie, die vanaf het begin enthousiast was om mee te werken. Fijn dat we gebruik konden maken van je vooruitstrevende visie en connectie met Anna Pollock.

Dank aan Bouke, Martin, Roger, Aafke Wallie en Niels, die meelazen en hun feedback gaven. Ook de gesprekken die we voerden het afgelopen jaar gaven ons veel richting.

We zijn heel blij met alle mensen die met ons wilden sparren, fijne tips gaven of meeschreven aan deze publicatie: Paul Rutten, Nienke Kwikkel, Ruth ter Voort, Thijs de Groot, Anke Arts, Stefan Hartman, Elena Cavagnaro, Renate de Backere, Sjon de Haan, Johan de Vos, Lucas Boerwinkel, Henk Griffioen, Bram Visser, Remco Baar, Folkert Bouma, Christa Verver, Gezinus Winters, Shirley Nieuwland, Anna Pollock en Astrid Zwaag.

En ten slotte veel dank aan het Waddenfonds, Provincie Noord-Holland, Provincie Friesland, Provincie Groningen en Ministerie van Landbouw, Visserij, Voedselveiligheid en Natuur. Zonder hun financiële bijdrage was Programma Gastheerschap (waar deze publicatie onderdeel van is) niet mogelijk geweest.

Wil je meer weten over regeneratieve recreatie in het Waddengebied, heb je vragen of een goed advies? Of wil je eens met ons van gedachten wisselen? Mail ons vooral op info@visitwadden.nl. Deze publicatie is de start, we praten graag verder over de volgende stappen.

Dankjewel!


WADDENZEE

BIJLAGEN

BIJLAGE 1 - ONDERZOEKS-METHODOLOGIE

In deze bijlage wordt toegelicht hoe het onderzoek van Fay de Koning van Visit Wadden is uitgevoerd in het kader van haar studie (M) Strategische Communicatie. Het onderzoek vond plaats in het voorjaar van 2025. Er wordt beschreven welke stappen zijn genomen om inzicht te krijgen in de houding en ervaringen van bezoekers, ondernemers en natuurbeheerders in het Waddengebied. Door literatuur te combineren met een enquête en verdiepende gesprekken, ontstond een genuance erd beeld van hoe regeneratief toerisme in deze regio vorm kan krijgen en wat daarvoor nodig is.

Literatuuronderzoek

Het onderzoek startte met een literatuurstudie naar regeneratief recreatie en toerisme, duurzaam reizen, gedragsverandering en maatschappelijke ontwikkelingen die hierop invloed hebben. Daarbij is gebruikgemaakt van recente wetenschappelijke publicaties, beleidsrapporten en praktijkvoorbeelden uit binnen- en buitenland. Deze kennis bood een stevige basis om te begrijpen hoe regeneratieve recreatie zich onderscheidt van bestaande duur-zaamheidsbenaderingen en hoe het kan worden toegepast binnen de context van het Waddengebied.

Kwalitatief en kwantitatief onderzoek

Na de literatuurstudie volgde een fase van kwanti-tatief en kwalitatief onderzoek. Het doel hiervan was om inzicht te krijgen in hoe bezoekers, ondernemers en natuurbeheerders denken over regeneratieve recreatie en welke rol zij zien voor zichzelf in deze ontwikkeling. Dit onderzoek is uitgezet onder bezoekers en bewoners die vallen binnen de primaire doelgroep van Visit Wadden, omschreven in de persona Nora van de Wadden.

Door meerdere onderzoeksmethodes met elkaar te combineren, ontstond een breed en diepgaand beeld van hoe recreanten én regionale partijen kijken naar regeneratieve recreatie. Deze triangulatie verhoogt de betrouwbaarheid van de conclusies: patronen die in beide onderzoekslijnen terugkeren, kunnen met grotere zekerheid worden gezien als breed gedragen inzichten binnen het gebied.

Kwantitatief onderzoek onder bezoekers en bewoners

Het kwantitatieve deel bestond uit een uitgezette enquête onder bezoekers en bewoners van het Waddengebied. In totaal vulden 1104 respondenten de vragenlijst in. De meerderheid van de deel-nemers woont in het Waddengebied of bezoekt het regelmatig; aanvullend deden respondenten uit andere provincies mee die het gebied kennen als recreatieve bestemming.

Belangrijk om te benadrukken is dat de enquête is uitgezet via de sociale mediakanalen en de nieuwsbrief van Visit Wadden. De respondenten vormen daarom een groep met een relatief sterke betrokkenheid bij het Waddengebied. De resultaten geven hierdoor vooral inzicht in de houding en motivaties van de primaire doelgroep van Visit Wadden, en zijn niet één-op-één representatief voor alle bezoekers van het gebied.

De vragen richtten zich op waarden en motivaties, houding ten opzichte van duurzaamheid, bereidheid

om bij te dragen aan natuur en gemeenschap, en welke vormen van gedrag of activiteiten als haalbaar en aantrekkelijk worden ervaren.

Kwalitatieve gesprekken
Aanvullend zijn anonieme, semigestructureerde gesprekken gevoerd met bezoekers, bewoners, natuurbeheerders en ondernemers. Deze gesprekken zijn opgenomen, gecodeerd en thematisch geanalyseerd om patronen, ervaringen en drijfveren te identificeren.

Een lerend en toekomstgericht proces

Tot slot is gekeken naar bredere externe ontwikkelingen die invloed hebben op toerisme en leefbaarheid in het gebied. Trends zoals klimaatverandering, vergrijzing, digitalisering en veranderende waarden in de samenleving laten zien dat de beweging richting regeneratieve recreatie niet op zichzelf staat, maar onderdeel is van een bredere maatschappelijke verandering.

Het onderzoek verliep niet strikt lineair, maar ontwikkelde zich stap voor stap. Nieuwe inzichten uit gesprekken leidden tot aanpassingen in de vragenlijst, en resultaten uit de enquête brachten weer nieuwe thema's naar voren. Deze flexibele en lerende werkwijze maakte het mogelijk om het onderzoek steeds beter te laten aansluiten bij de werkelijkheid van de betrokkenen. Gebaseerd op kennis, onderzoek en dialoog vormt dit boek een stevige basis om samen verder te bouwen aan een regeneratieve toekomst voor het Waddengebied.

BIJLAGE 2 - VOORBEELDEN VAN REGENERATIEVE ELEMENTEN

01. Laat bezoekers actief meehelpen bij het herstel van kwelders of slaperdijken onder begeleiding van een natuurbeheerder.
02. Richt je terrein in met microhabitats en laat gasten deze zelf bijhouden.
03. Start een adoptieprogramma voor een lokale broedplek of natuurproject waar jouw gasten direct financieel aan bijdragen bij een boeking of aankoop.
04. Zet de tuin of camping om naar een 'levende proefplek' voor bodemherstel en betrek bezoekers bij het meten van bodemkwaliteit.
05. Plaats insectenhotels.
06. Maak een seizoensgebonden natuurtakenkalender waaraan bezoekers kunnen deelnemen (wilgen knotten, slootkanten herstellen).
07. Bied wandelingen aan waarin gasten helpen met monitoring van weidevogels of planten.
08. Transformeer een deel van je terrein tot proefveld voor zouttolerante planten die passen bij het Waddengebied. Vertel erover richting gasten of volgers.
09. Timmer samen met gasten vogelhuisjes, kasten voor vleermuizen of egels en plaats ze op je terrein of doneer ze aan een natuurbeheerder.
10. Organiseer oogst-maaltijden bij lokale (natuurinclusieve) boeren waarbij bezoekers zelf plukken én leren over teelt.
11. Kook met producten uit regeneratief beheerde percelen en deel de herkomstverhalen actief met gasten.
12. Laat gasten deelnemen aan veldwerk bij een visser met innovatieve, natuurinclusieve methoden, gevolgd door een maaltijd.
13. Richt een mini-voedselbos in op je terrein waar bezoekers zelf kunnen oogsten.
14. Organiseer 'reststromen-kookworkshops' met lokale producenten waarbij voedselverspilling daadwerkelijk wordt voorkomen.
15. Laat gasten samen met een boer testen hoe verschillende teeltmethoden bodemleven beïnvloeden.
16. Gebruik je eigen keuken als leerplek voor lokale jongeren om regeneratieve voedselketens te ontdekken.
17. Laat bezoekers meehelpen met onderhoud van monumentale kerkjes, molens of dijkhuisjes via een georganiseerde klusdag of NL Doet dag.
18. Ontwikkel een cultuurarrangement waarbij gasten lokale makers ondersteunen door zelf ambachten uit te voeren (netten boeten, manden vlechten).
19. Start een programma waarbij bezoekers bijdragen aan het behoud van varend erfgoed door mee te helpen met onderhoud of restauratie.
20. Bied logies aan in historische gebouwen die bezoekers helpen mee te verduurzamen.
21. Organiseer storytelling-avonden met dorpsbewoners en laat talentvolle bezoekers bijdragen door verhalen op te tekenen voor archieven.
22. Start een adoptieproject waarbij gasten jaarlijks bijdragen aan het behoud van een specifieke erfgoedlocatie.

23. Ontwikkel wandelingen waarbij bezoekers meehelpen om historische routes vrij te maken of zichtbaar te houden.
24. Bied workshops aan in traditionele waddentechnieken zoals vlas telen, garnalen pellen, houtsnijwerk of manden vlechten.
25. Laat bezoekers actief bijdragen aan digitale erfgoedcollecties (oude foto's scannen, verhalen opnemen).
26. Werk met een lokale ruilmethode (tijd = waarde) waarbij gasten vrijwilligersuren in het dorp 'betalen' voor een korting.
27. Laat bezoekers deelnemen aan dorpsdiners waarbij de opbrengst gaat naar leefbaarheidsprojecten.
28. Richt een minibieb, zadenbibliotheek of gereedschapsdeelkast op waar gasten ook aan bijdragen.
29. Start een microfonds waarbij elke gast automatisch een kleine bijdrage doet aan een lokaal project.
30. Bied workshops aan waarin bezoekers helpen bij het opknappen van dorpsplekken, zoals speeltuinen of pluktuinen.
31. Koppel bezoekers voor één dag aan een dorpsbewoner voor kennisuitwisseling of een activiteit.
32. Ontwikkel lokale feest- of herdenkingsdagen waarin gasten welkom zijn om mee te helpen in de organisatie.
33. Richt een community-tuin op waar bezoekers én buurtbewoners samen werken en oogsten.
34. Ontwikkel regeneratieve veldcolleges waarin bezoekers zelf leren meten: bodemleven, waterkwaliteit, biodiversiteit.
35. Bied educatieve nachtexcursies aan over donkerte, stilte en de impact van lichtvervuiling.
36. Bied een arrangement waarbij gasten invasieve exoten verwijderen in natuurgebieden samen met een gids.
37. Laat gasten meewerken aan citizen scienceprojecten zoals vogel- of vlinder tellingen.
38. Start een meeloopprogramma met boswachters of natuurbeheerders waarin bezoekers kleine beheertaken uitvoeren.
39. Ontwikkel lezingenreeksen waarin lokale experts (boeren, vissers, ambachtslieden) bezoekers betrekken bij actuele uitdagingen.
40. Bied cursussen aan in zilt tuinieren of natuurinclusief tuinontwerp.
41. Start regeneratieve arbeidsdagen voor bedrijven als te boeken arrangement.
42. Bied OV-arrangementen inclusief bagageservice en leenfietsen aan zodat bezoekers de auto echt thuislaten.
43. Bied bezoekers gratis toegang tot deelmobiliteit wanneer zij een regeneratieve activiteit volgen.
44. Start een shuttle-dienst die draait op hernieuwbare energie en die wordt gecombineerd met educatie onderweg.
45. Gebruik je bedrijf als proeftuin voor circulaire materialen, en laat gasten het proces actief (online of via social media) volgen. Suggesties vanuit huis zijn welkom!
46. Start een jaarlijks regeneratieverslag waarin je gasten als mede-investeerders van je herstelproject presenteert.
47. Transformeer je bedrijf tot leerplek voor lokale jongeren en laat gasten workshops geven of bijwonen.
48. Gebruik je terrein voor pilots rond klimaatadaptatie (waterretentie, hittebestendige beplanting) en betrek bezoekers daarbij.
49. Bouw een levende route door je bedrijf waarin elke stap laat zien hoe jij regeneratie toepast.
50. Open een dagcafé waar bezoekers en bewoners elkaar kunnen treffen om verhalen uit te wisselen.
51. Doneer de geïnde toeristenbelasting aan een lokaal project waar de gemeenschap op heeft gestemd.
52. Bied jut-activiteiten en opruimactiviteiten aan. Per fiets, kano, e-chopper, sup, scooter of wandelend.
53. Organiseer een verhalenavond voor bezoekers waarbij dorpsbewoners vertellen over het ambacht dat zij vroeger uitvoerden.
54. Laat bezoekers samenwerken met kunstenaars die werken met aangespoeld materiaal om nieuwe objecten of kunstwerken te maken.
55. Start een ruilmuur of kast waar bezoekers bijvoorbeeld een boek, recept of klein voorwerp achterlaten en in ruil iets meenemen dat door een iemand anders is ingebracht.
56. Organiseer aanschuifmaaltijden waarbij bezoekers bij bewoners thuis kunnen meeeten. Dit kan natuurlijk ook in een B&B zijn.
57. Organiseer een kleinschalige rommel- of tweedehandsmarkt waar bezoekers en bewoners spullen ruilen of verkopen, zodat materialen een nieuw leven krijgen.
58. Doneer voedseloverschotten aan lokale voedselbanken of initiatieven die maaltijden bereiden voor de gemeenschap.
59. Werk samen met lokale ecologen om inheemse beplanting te kiezen die past bij jouw terrein of accommodatie en tegelijkertijd de bodem, waterhuishouding en natuurkwaliteit versterkt.
60. Overweeg om voorzieningen van je accommodatie open te stellen voor de lokale gemeenschap en draag zo bij aan levendige, veerkrachtige dorpen.

BRONNENLIJST

- **Bellato, L., Frantzeskaki, N. & Nygaard, C.A. (2022, 2 maart)**
  Regenerative tourism: a conceptual framework leveraging theory and practice.
  https://doi.org/10.1080/14616688.2022.2044376

- **Bellato, L. & Pollock, A. (2023, 8 december).**
  Regenerative tourism: a state-of-the-art review.
  https://doi.org/10.1080/14616688.2023.2294366

- **CBS (2023, 28 november)**
  Drie kwart volwassenen bezorgd over klimaatverandering.
  https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2023/48/drie-kwart-volwassenen-bezorgd-over-gevolgen-klimaatverandering

- **CBS (2023)**
  Klimaatverandering en energietransitie: opvattingen en gedrag van Nederlanders in 2023.
  https://longreads.cbs.nl/klimaatverandering-en-energietransitie-2023

- **Dredge, D. (2022)**
  Regenerative tourism: transforming mindsets, systems and practices. Journal of Tourism Futures, Volume 8 No3, pp.269-281.
  https://doi.org/10.1108/JTF-01-2022-0015

- **Heslinga, J. (2022, 2 mei)**
  Regenerative tourism: Moving beyond sustainable and responsible tourism. Government of The Netherlands.
  https://www.cbi.eu/market-information/tourism/regenerative-tourism#requirements-for-businesses-to-be-regenerative

- **Kooij, P. (2022, 16 december)**
  Het OGSM model: zo werkt het.
  https://boommanagement.nl/artikel/het-ogsm-model-zo-werkt-het

- **Pope, J.P., Pelletier, L. & Guertin, C. (2017, 16 juni)**
  Starting off on the Best Foot: A Review of Message Framing and Message Tailoring, and Recommendations for the Comprehensive Messaging Strategy for Sustained Behavior Change.
  https://doi.org/10.1080/10410236.2017.1331305





COLOFON

Redactie
Fay de Koning, Jannie Slot, Wendy Oude Veldhuis en Niels Lahuis. Bij de redactie is gebruikgemaakt van AI-ondersteuning voor consistentie en structuur.

Fotografie
Stella Dekker, Marleen Annema, Lydia Annema, Sebastiaan Rodenbach, Marcel van Kammen, Jonathan Andrew, Renske de Boer, Roosmarijn Jongstra en Wendy Oude Veldhuis.

Design, opmaak en illustraties
Aplusb reclame, Delfzijl

Drukwerk
Weissenbach, Sneek

Papier
Dit bermgraspapier wordt in Nederland geproduceerd, van bermmaaisel uit het Groene Hart, Gelderland en de Belgische Ardennen. Duurzaamheidsscore A binnen NL Greenlabel. Draagt aantoonbaar bij aan een bloemrijk en bijvriendelijk landschap.

Partners Visit Wadden
Merk Fryslân, Marketing Groningen en Citymarketing Den Helder.

Partners Programma Gastheerschap
Stichting Merk Fryslân, Landelijke Vereniging tot Behoud van de Waddenzee, Stichting Werelderfgoed-centrum Waddenzee, Stichting De Helderse Vallei, Stichting Marketing Groningen, Stichting Economic Board Groningen, Stichting Citymarketing Den Helder, Vereniging van Waddenzee-gemeenten, Stichting NHL Stenden Hogeschool, Stichting Texels Museum, Stichting Tonnenloods Terschelling, Stichting Amelander Musea, MuzeeAquarium, Het Samenwerkingsverband De Waddeneilanden en Beheerderscollectief Waddenzee.

Mogelijk gemaakt door
Waddenfonds, Provincie Noord-Holland, Provincie Friesland, Provincie Groningen en Ministerie LVVN.

Meer informatie en downloaden e-book
visitwadden.nl/regeneratieverecreatie

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization

De Waddenzee Werelderfgoed sinds 2009

WADDEN ZEE WERELDERFGOED

Alle rechten voorbehouden. De inhoud van deze publicatie mag niet worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, geüpload in AI-tools en/of openbaar gemaakt in enige vorm zonder schriftelijke toestemming van (één van) de auteurs.

VISIT WADDEN - 2026

WADDEN · MERK FRYSLÂN · MARKETING GRONINGEN · dit is den helder

MOGELIJK GEMAAKT DOOR

waddenfonds · Provincie Noord-Holland · Provinsje Fryslân · provincie groningen · Ministerie van Landbouw, Visserij, Voedselzekerheid en Natuur



SCAN VOOR MEER NIEUWS OVER REGENERATIEVE RECREATIE

WADDEN

visitwadden.nl/regeneratieverecreatie

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization

De Waddenzee Werelderfgoed sinds 2009

WADDEN ZEE
WERELDERFGOED