

Spiegelen met behulp van het paard, vervolg



Voor wie

Voor leden, ook van de tweede generatie, en leden met een geüniformeerde achtergrond en hun partner die eerder een programma met paardencoaching hebben gevolgd.

Deze vierdaagse training bestaat uit 2 blokken van 2 dagen, met 3 à 4 weken ertussen.

Wat ga je doen?

- Je maakt kennis met en ontmoet andere leden en partners in Doorn.
- Je kunt 2x twee dagen werken aan persoonlijke doelen tijdens meerdere sessies met het paard bij Caprilicoaching in Barneveld.
- Je ervaart hoe het paard jouw lichamelijke spanningen en blokkades spiegelt.
- Samen met de paardencoach kun je je bewust worden van hoe jouw lichaam reageert op spanning als gevolg van de impact van (ingrijpende) ervaringen.
- Deze bewustwording geeft je de mogelijkheid nieuwe keuzes te maken en te oefenen hoe hiermee om te gaan. Je onderzoekt wat jouw spanning kan verminderen, hoe blokkades kunnen oplossen en hoe je richting kunt geven aan persoonlijke groei.
- Je kunt na de sessies in een ongedwongen sfeer je ervaringen delen in de groep o.l.v. de paardencoach en de trainer van het NLVi.
- Na een trainingsdag is er ruimte voor gezelligheid, rust en ontspanning in Doorn.

Wat levert het op?

- Je hebt in contact met het paard aan den lijve ervaren waar zich spanning/blokkades hebben opgebouwd door hoe het paard hierop reageert.
- Je hebt samen met de paardencoach gekeken naar de achtergrond hiervan en onderzocht hoe hierin een verschuiving kan plaatsvinden.
- Je hebt je ervaringen kunnen delen en elkaar (h)erkenning en steun geboden.
- Je bent aan het einde van een trainingsdag rozig teruggekomen naar de Basis waar je rust en ontspanning hebt ondervonden.
- Je hebt ontdekt wat paardencoaching je heeft te bieden om beter in je vel te zitten.

Waar



Het Nederlands Veteraneninstituut (NLVi) in Doorn ligt centraal in het land, in een groene bosrijke omgeving en beschikt over 37 ruime hotelkamers. Iedere kamer heeft een eigen douche en toilet. Tijdens je verblijf kun je gebruik maken van de fitnessruimte en de sauna. Het programma wordt begeleid door trainers van het NLVi. De training vindt plaats bij Caprilicoaching in Barneveld. Je ontvangt een routebeschrijving.

Wanneer

Blok 1: woensdag 2 – vrijdag 4 juni 2021

Blok 2: woensdag 22 – vrijdag 24 september 2021

Blok 1 en 2 vormen een geheel en kunnen niet afzonderlijk worden gevolgd.

Aankomst en inchecken is vanaf 15.00 uur, het programma om 16.00 uur en je vertrekt op dag 3 om 13.00 uur.

Programma

- Dag 1 : 16.00 – 21.30 uur
- Dag 2 : 09.00 – 17.00 uur + avond vrij te besteden
- Dag 3 : 09.30 – 13.00 uur

Aanvullende informatie

- Je logeert 2x twee dagen bij het NLVi, incl. ontbijt. Je dineert op dag 1 en dag 2 bij de Basis.
- Je krijgt lunchpakketten mee op de dagen (dag 2 en dag 3) dat je naar de manege gaat.
- Je vertrekt de laatste dag vanaf de manege naar huis.

Kosten

De begeleidingsprogramma's van de BNMO worden gesubsidieerd door het vfonds. Je betaalt zelf een eigen bijdrage van € 13,- per persoon per dag. Dit is inclusief koffie/thee, maaltijden (2x ontbijt, 2x lunch, 2x diner) en twee overnachtingen.

Aanmelden

Je aanmelding wordt verwerkt door de Servicedesk van het NLVi. Je kunt je aanmelden, liefst uiterlijk acht weken voor aanvang van het programma. Op dat moment selecteert de Servicedesk de deelnemers aan de hand van criteria die door het bestuur van de BNMO zijn vastgesteld. Na aanmelding en plaatsing ontvang je nadere informatie. Je kunt je aanmelden door het aanmeldingsformulier in te vullen op de website van de BNMO (www.bnmo.nl) of het aanmeldingsformulier aan te vragen bij de receptie van het NLVi. Tel.nr: 0343-474200. Ook voor vragen kun je hier terecht.