

Coaching met paarden

1-daagse programma

Voor wie

Voor leden

Wil je onderzoeken wat coaching met paarden voor jou kan betekenen? In samenwerking met coachpraktijk "Pebble Coaching" bieden we deze dag aan.



Heb je last van angsten, depressieve gevoelens, gebrek aan zelfvertrouwen? Of wil jij meer zijn dan je ziekte, maar lukt het nog niet om je hiervan los te maken? Coaching met paarden kan je hierbij helpen.

Wat ga je doen?

- In een groep van maximaal vijf leden, maak je kennis met coaching met paarden.
- In de ochtend krijg je tijdens de theorie over paardencoaching kort uitgelegd wat het is en hoe het werkt. We maken afspraken over de veiligheid in de groep en gaan vervolgens met elkaar naar de paddock om in een groep te werken aan een activiteit tussen en met de paarden. Tijdens en na deze activiteit gaan we met elkaar in gesprek over elkaar en onszelf.
- Na de lunch gaan we weer naar de paddock en gaan we opnieuw een activiteit met en tussen de paarden uitvoeren waarbij we de inzichten van de ochtend meenemen. De middag sluiten we gezamenlijk af.

Wat levert het op?

- Je ontdekt of het coachen met paarden iets voor jou kan betekenen.
- Je ervaart (h)erkenning in een kleine groep.
- Je ervaart plezier en ontspanning.
- Je krijgt inzicht in jezelf.

Waar



De coaching met paarden vindt plaats bij Coachpraktijk "Pebble Coaching" in Roswinkel, Noord Nederland. Een mooie locatie in het buitengebied, aan de rand van het dorp. De coach is Sharon van der Zwaag, oud politiemedewerker, ervaringsdeskundige PTSS en depressie.

Advies kleding: draag kleding bijpassend aan het weer, draag kleding die vies mag worden, stevige schoenen en géén mouwloze hemden.

Wanneer

Zaterdag 18 september 2021

De dag begint om 10.30 uur en eindigt om 16.00 uur.

Programma

10.00 – 10.30 uur: inloop

10.30 – 12.30 uur: korte theorie over paardencoaching en groepsessie

12.30 – 13.30 uur: lunch

13.30 – 16.00 uur: groepsessie en gezamenlijke afsluiting

16.00 uur: vertrek

Kosten

De begeleidingsprogramma's van de BNMO worden gesubsidieerd door het vfonds. Er wordt voor de paardencoaching geen eigen bijdrage gevraagd van de deelnemers. Lunch/koffie/thee/fris is inbegrepen. Reiskosten zijn voor eigen rekening.

Aanmelden

Je kunt je **vóór 1 april 2021** aanmelden via het mailadres as@tvo.bnmo.nl o.v.v. paardencoaching.

Na aanmelding en plaatsing ontvang je nadere informatie. Wil je bij de aanmelding het volgende vermelden:

- ♣ naam
- ♣ adres en woonplaats
- ♣ telefoonnummer
- ♣ mailadres
- ♣ lidnummer
- ♣ eventueel buddy/hulphond
- ♣ bijzonderheden waar tijdens de bijeenkomst rekening mee gehouden moet worden

Voor meer informatie graag een mail naar h.heyman@bnmo.nl