



**Samen Sterk**

## Walk of Willpower

### Voor wie

Voor alle leden.

Ga jij mee op deze wandeltocht? Een nieuw pilotprogramma van de BNMO!



**Het wandelen is een uitnodiging om de luiken naar je binnenwereld open te zetten. Wat je daar raakt en bezighoudt, is belangrijk in je leven. En wat belangrijk is in je leven geeft toegang tot de kracht en creativiteit om dat leven (opnieuw) vorm te geven. Sommigen lopen om het einde van een bepaalde periode te markeren, anderen zien het als een sportieve uitdaging of misschien om te ervaren hoe het is om met een groep wandelingen te maken. Of je de tocht nu aangrijpt om je uithoudingsvermogen en wilskracht te testen of alleen voor**

**een goed gesprek of juist om na te denken over iets dat je dwars zit of misschien naar uitkijkt: de ene keus is niet beter dan de andere.**

### Wat ga je doen?

- Wandelen langs verschillende routes als het Maas- en Peelliniepad, de Zuiderwaterlinie en delen van de Walk of Wisdom (optioneel inclusief de Sunset March).
- Overnachten doen we in het Emmausklooster te Velp (bij Grave). Een busje zet ons dagelijks af op het vertrekpunt en haalt ons ook weer op.
- 's Avonds delen we de ervaringen buiten bij de vuurkorf of bij de houtkachel in de refter (eetzaal klooster).
- Je krijgt twee interessante lezingen. Een verhaalt ons over de militair-historische achtergrond van de verschillende routes en de andere gaat over de betekenis van lange wandelingen maken.

### Tips voor het wandelen:

- Schrijf voor vertrek op waarom je aan dit programma wilt deelnemen.
- Je bagage is meer dan schone kleren en een rugzak. Zoek iets, een voorwerp, dat symbool staat voor wie jij bent en een voorwerp waar je steun aan denkt te hebben als het moeilijk wordt tijdens het wandelen.
- Neem een aantekenboekje mee om iets in op te schrijven dat je raakt of kracht geeft tijdens de wandeling.
- Spreek van te voren af hoe je contact houdt met thuis: iedere dag een appje of geen bericht goed bericht.
- Een tijd na afloop kan je opschrijven in welke zin deze tocht voor jou betekenisvol was.

### Wat levert het op?

- Met acht deelnemers en begeleiding een midweek (vijfdaagse) wandelen.
- Je krijgt ruimte om je verhaal te delen.
- Je ervaart tijdens het wandelen wat je werkelijk beweegt. Wat je ook aan bagage meeneemt, 'het meeste draag je in je hart en je hoofd'.

## Waar



De midweek begint dagelijks vanuit het Emmausklooster. Het adres is Basilius van Bruggelaan 4, 5363 VA te Velp. Het Emmausklooster is het oudste kapucijnenklooster (1645) in Nederland en ligt in een landelijke omgeving waar je heerlijk kunt wandelen.

Neem goede wandelschoenen mee met bijpassende sokken, regenkleding, thermoskan, rugzakje, blaar- en wondverzorgingsmateriaal en snacks voor onderweg. De langste wandeling bedraagt ongeveer 25 km. Uitvallers kunnen worden opgehaald door het busje. De Walk of Willpower wordt begeleid door Bart Hetebrij.

## Wanneer

Maandag 1 t/m donderdag 4 november 2021.

## Programma

Het programma start op dag 1 om 10.30 uur. Op dag 4 vertrek je om 15.00 uur.

## Hulphonden

Tijdens dit programma zijn hulphonden van harte welkom. De verzorging van de hond is voor eigen rekening. Denk eraan ook voeding voor de hond mee te nemen.

## Kosten

De begeleidingsprogramma's van de BNMO worden gesubsidieerd door het vfonds. Je betaalt zelf een eigen bijdrage van € 52,- per persoon. Dit is inclusief koffie/thee, maaltijden (3x ontbijt, 4x lunch, 3x diner) en drie overnachtingen.

## Aanmelden

Je kunt je aanmelden via het mailadres [as@tvo.bnmo.nl](mailto:as@tvo.bnmo.nl)

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

- ⤴ je naam, adresgegevens, telefoonnummer en mailadres
- ⤴ lidnummer BNMO
- ⤴ dieetwensen
- ⤴ buddy- of hulphond

Voor meer informatie graag een mail naar [barthetebrij@hotmail.com](mailto:barthetebrij@hotmail.com).