

[Buiten-Gewoon]

EEN AVONTUURLIJKE DRIEDAAGSE VOOR JONG-VOLWASSENEN MET EEN PSYCHISCHE KWETSBAARHEID VAN 22 TOT 24 JUNI 2016

Zinvol...

- voor je patiënten

In alle veiligheid grenzen verkennen en, desgewenst, verleggen. Genieten van het contact met de natuur. De stilte ervaren. Je eigen positie in een groep bepalen. Beter zicht krijgen op je krachten en kwaliteiten. En weten hoe en waar je die maximaal kan inzetten. Uitdagingen aangaan, en genieten van kleine en grote overwinningen op jezelf, samen met anderen. Verder gaan dan je dacht dat mogelijk was...

Kortom: samen actief onderweg zijn brengt je sneller in contact met je binnenkant, met de belemmeringen en de kansen, met de overtuigingen en de openingen.

- én hun begeleiders!

Aan de hand van het ervaringsleren en door middel van actief onderweg zijn [activiteiten en groepsopdrachten] brengen we zowel een groeps- als een individueel proces op gang. Een proces met de focus op ontwikkeling, op het zichtbaar maken van meer mogelijkheden, van nieuwe perspectieven. Als begeleider krijg je hierdoor de kans om je patiënten op een ándere manier te 'ont-dekken'. In een andere omgeving, met andere mensen en bezigheden. Uitgedaagd worden om verder te kijken dan symptomen of pathologie. Je focus richten op de krachten en mogelijkheden van je cliënten en mee getuige mogen zijn van de energie en de goesting die hierdoor komt opborrelen.

Programma driedaagse

- DAG 1:

Aankomst in de loop van de voormiddag in het treinstation van Mariembourg of, desgewenst, rechtstreeks in het bivakhuis. Na een beknopte uitleg met betrekking tot kaartlezen en oriëntatie, trekken we te voet naar de bivakplaats. Onderweg wachten een aantal groepsgerichte ludieke opdrachten, die fungeren als ijsbrekers en die de toon voor de komende dagen zetten, waardoor de klemtoon op een coöperatieve en niet-competitieve sfeer komt te liggen. We komen oog in oog te staan met een uniek geologisch fenomeen, vergelijkbaar met een openlucht-grot. In een chaotische compositie van gangen en rotsblokken leggen we een laagdrempelig klauteren kruipparcours af. We leggen de nadruk op het samenwerken, op de bereidheid om elkaar langs, over en door de natuurlijke hindernissen te helpen. De eerste dag wordt dus opgevat als een letterlijke en figuurlijke oriëntatie: de deelnemers dienen niet enkel hun weg doorheen het landschap terug te vinden, maar verkennen tegelijkertijd de sfeer van een nieuwe omgeving.

• DAG 2:

We starten deze dag met een aantal uitdagende vertrouwensspelen en samenwerkingsopdrachten. Vervolgens zoeken we een oude steengroeve op, waar een uitdagend touwenparcours te wachten staat. Op het menu staan bijvoorbeeld:

- touwladderklimmen [15m hoog]
- tyrolienne [30m lange horizontale touwbrug over een 25m diepe kloof]
- afdaling in rappel [20m hoog]

Doorheen de opdrachten herkennen de deelnemers via feedback gedrag patronen. Het erkennen van het eigen aandeel in dat gedrag biedt de mogelijkheid om gedragsalternatieven actief te verkennen.

• DAG 3:

Na het ontbijt trekken we richting klimmassief, waar een initiatie rotsklimmen op het menu staat. Verschillende sporen van diverse moeilijkheidsgraden en verschillende uitdagingen [geblinddoekt, in stilte, per twee, ...] bieden elkeen de mogelijkheid om de eigen grenzen af te tasten. Het programma is op die manier niet alleen een kans om het eigen gedrag te leren kennen, maar ook een veilige experimenteerruimte om actief met nieuw gedrag aan de slag te gaan.

Opzet

Je kan je deelnemers, samen met jullie eigen begeleiders inschrijven. Voor groepen vanaf 8 personen [deelnemers en hun begeleiders], zorgen we voor één vaste NATURE-begeleider. Je wordt dan gedurende het volledige programma als één groep in de verschillende activiteiten en onderdelen begeleid. Dat biedt uiteraard voordelen op het vlak van de dynamiek in de eigen groep.

Indien je met minder personen inschrijft, dan zorgen wij voor een groepsindeling. Daarbij worden deelnemers en hun begeleiders niet uit elkaar gehaald, maar wel gekoppeld aan een andere groep. Groepen worden echter nooit groter dan 12 deelnemers.

Alle deelnemers verblijven in hetzelfde gebouw en eten op hetzelfde tijdstip. Op die manier worden kosten beperkt.

Samengevat: de deelnemers slapen op dezelfde locatie en nuttigen op hetzelfde tijdstip de maaltijden. Groepen van 8 deelnemers [cliënten én begeleiders samen] en meer worden niet met andere groepen gemengd, maar worden voor de activiteiten en reflecties als één groep begeleid. Groepen met minder deelnemers worden samengesteld tot groepen van ongeveer 8 à 12 deelnemers.

Begeleiding

Elk programma wordt ten velde begeleid door een eindverantwoordelijke van de organisatie, bijgestaan door technisch en [ped]agogisch geschoolde medewerkers. We voorzien minimaal 1 begeleider per 8 deelnemers. Alle opdrachten en activiteiten worden voorgesteld als uitnodigingen, waarbij de vrijheid van elke deelnemer onderschreven wordt. Elke programmaverantwoordelijke is EHBO-gebrevetteerd. Aarzel niet om ons meer informatie te vragen omtrent ons intern veiligheids- of opleidingsbeleid: we zijn er trots op...

Methodiek

Onze aanpak valt in een aantal kernwoorden te vatten. Ten eerste zijn we verknocht aan het **ervaringsleren**. Dat betekent dat deelnemers eigenaar zijn van hun ervaringen en er betekenis aan geven vanuit hun eigen beleving en referentiekader. We hechten daarbij belang aan zowel **actie** als aan **reflectie**. Afhankelijk van doelstellingen, richten we meer aandacht op het ene, dan wel op het andere. We proberen dit zoveel mogelijk op jullie vraag en doelen af te stemmen. Het ervaringsleren is een **relationeel** leerproces, waarbij we de groep hanteren als hefboom voor persoonlijke ontwikkeling. Tot slot gaan we **waarderend** aan de slag: kijken naar wat wél werkt, naar de kwaliteiten, onderbouwt het [zelf]vertrouwen. Het vormt een vruchtbare en veilige bodem om ook te kunnen, durven of willen kijken naar ontwikkelingspunten. Vraag gerust meer informatie omtrent achtergronden en invalshoeken van onze methodiek.

Locatie & bereikbaarheid

Alhoewel we op verschillende locaties actief zijn, geniet de vallei van de Viroin onze voorkeur. Deze prachtige en authentieke ongerepte streek, gelegen ten zuiden van Philippeville, is een ware verademing in vergelijking met toeristisch overspoelde streken in de Ardennen en de Condroz. Het programma kan desgewenst gestart worden vanaf het treinstation van Mariembourg. Van daaruit verzorgen wij dan het vervoer van de bagage.

Overnachtingen

De deelnemers en begeleiders verblijven in een functioneel **bivakhuis met tweepersoonskamers**, met wastafel op de kamer, en douches en toiletten op de gang.

Maaltijden

We verzorgen graag lekkere en gezonde maaltijden. De maaltijden bestaan uit een warme maaltijd op avond 1 en 2, en het ontbijt en het lunchpakket op dag 2 en 3. Deelnemers voorzien zelf een lunchpakket voor dag 1. De maaltijden worden door een kok voor jullie verzorgd, maar van de deelnemers wordt wel enkele handjes hulp bij het dekken en afruimen van de tafels, alsook bij de afwas, verwacht.

Prijzen & data 2016

Leeftijd:	vanaf 18 jaar	
Prijs:	per persoon [deelnemer of begeleider]	170.00 EUR
Data:	van woensdag 22 tot vrijdag 24 juni 2016	

Deze prijs is:

- **Inclusief**
 - Activiteiten en begeleiding [min. 1 begeleider/10 deelnemers; begeleiding 24/24 aanwezig]
 - Maaltijden [vanaf avondmaal 1 tot en met lunchpakket dag 3]
 - Aanpassing van programma ter plaatse in functie van mogelijkheden van de deelnemers
 - Gebruik specifiek materiaal [stafkaarten, gordels, klimhelmen, etc.]
 - Huur en administratie overnachtingaccommodatie [in optie; inclusief huurkosten zoals verbruik gas, water, elektriciteit, etc.]
 - Verzekering Burgerlijke Aansprakelijkheid organisatie en begeleiding
- **Exclusief:**
 - Vervoer heen en terug
 - Persoonlijke Ongevallenverzekering
 - Lunchpakket op dag 1

Inschrijven of meer informatie?

Neem contact op met ben@nature.be !