



Jong Volwassen Natuur Coach Week

Rite of Passage week naar Volwassenheid & Innerlijke Kracht

Van Zondagavond tot Vrijdag eind van de middag

Een inspirerende en avontuurlijke week waarin je jezelf op nieuwe manieren leert kennen. Deze week is een oude reis in een nieuwe vorm. Het is een initiatie, een overgang van kind naar jongvolwassene. In veel traditionele culturen werd een jongere niet zomaar volwassen; hij of zij moest een proces doorlopen van uitdaging, groei en inzicht. Dit is jouw kans om uit je comfortzone te stappen, je eigen kracht te ontdekken en bewust de stap naar volwassenheid te zetten.

Door fysieke en mentale uitdagingen, natuurverbinding, rituelen en creatieve expressie ervaar je wat het betekent om verantwoordelijkheid te nemen voor je eigen leven. Aan het eind van de week word je niet meer als kind teruggegeven aan je ouders, maar als(jong)volwassene verwelkomd in de familie en gemeenschap. Dit is een reis waarin je de verbinding met jezelf, de natuur en de groep verdiept.

◆ Programma ◆

Zondagavond: Initiatie – Overdracht & Verbinding

- **Aankomst met ouders** (17.00 u): moment van samenzijn en van loslaten (19.00 u).
- Kennismaking met natuur symbool rond het vuur 🔥
- **Initiatieproces:**
 - Ouders dragen hun kind symbolisch over aan de "clan" – de groep waarmee ze deze reis aangaan. 🔥
- **Vuurceremonie & Intentie zetten**
- **Start opbouw van het kamp** en & eerste **gezamenlijke maaltijd** en eerste nacht in de natuur.

Maandag: Gronding & Samenkracht

- Ochtendritueel: ademhaling, beweging en intentie zetten
- Samen het kamp verder opbouwen
- **Samenwerkings- en vertrouwensoefeningen**
- Basistechnieken koken op vuur 🍲 🔥
- Voorbereiding wandel en kanotrektocht
- Avond: Kringgesprek & creatieve expressie

Dinsdag: Op Avontuur – Wandel- & Kano trektocht

- **Wandeltrektocht** door de natuur, kennismaken met de elementen 🌍 🌫️ 🔥 💧 🌿
- Eind dag overgaand in **kanotrektocht**
- Slaapplek onderweg op camping & gezamenlijk koken
- Reflectie in je dagboek 📖 en avond: Wilde man/vrouw - ritueel onder de sterren ✨



Jong Volwassen Natuur Coach Week

📌 Woensdag: op naar je Solo Quest – De Beproeving

- Ochtend: kanotrektocht vervolg en aankomst bij vervolg wandeltrekking terug naar het basiskamp
- Voorbereiding op de Solo Quest
- **Individuele tijd in de natuur** – alleen met jezelf, zonder afleiding, met je logboek, wat eten/drinken. 🌳
- Tijd voor stilte, reflectie, schrijven en ervaren, dit is de **essentie van de initiatie**, het moment waarop je alleen bent met jezelf en de natuur.

📌 Donderdag: Terugkeer & Expressie

- Terugkeer naar de groep: delen van inzichten en ervaringen en ritueel om ervaringen te integreren
- Middag: de **5 elementen** in jou – hoe resoneer jij met aarde, water, vuur, lucht en ether? - Creatieve uitingen
- Individuele steunende gesprekken iedere Jong Volwassene met de 2 coaches
- Start van je **individuele presentatie**: wat heb je ervaren en geleerd?
- Laatste avond rond kampvuur/ritueel met elkaar vieren, genieten, vooruitkijken

📌 Vrijdag: Initiatieceremonie – Terugkeer als Jongvolwassene

- Ochtend: verder voorbereiden presentaties
- Groeps- en bonding opdrachten/oefeningen
- De week als groep afronden en laatste reflecties en feedback
- Gezamenlijke laatste maaltijd & kamp opruimen
- Ouders komen aan (16.00 u) en start ceremoniële afsluiting
- Met ouders en begeleiders - deel je reis en inzichten met anderen: **Presentaties**
- **Initiatie-ceremonie**: oa. de groep draagt de jongvolwassene terug over aan de ouders, die dit erkennen en verwelkomen. 🌿 🔥
- **Eind** 18.00 u

☀️ Dit is niet zomaar een week, maar een overgang van kind naar jongvolwassene. Een diepe en transformerende reis, waarin je leert wie je werkelijk bent. ☀️

Je keert niet alleen terug met mooie herinneringen, maar met een diepere verbinding met jezelf, de natuur en je toekomst.

Rite of Passage

info@jongvolwassennatuurcoachweek.nl

www.jongvolwassennatuurcoachweek.nl