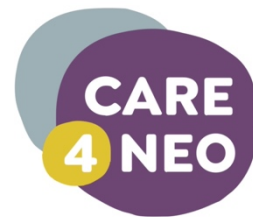


Mini Retreat – Ont-Moetingsweekend Next Generation Voor en door oud-couveusekinderen (18+)



📅 **25 & 26 april 2026**

📍 De Buitenhorst – Schaijk

💜 *Kom zoals je bent*

Ben jij oud-couveusekind (18+) en verlang je naar rust, verbinding en verdieping?
Dan is deze mini retreat precies wat je zoekt.

Een weekend midden in de natuur, waar niets moet en alles mag. Tijd en ruimte voor jezelf, om te ontspannen, te ademen en anderen te ontmoeten die jouw achtergrond begrijpen.

✨ Wat kun je verwachten?

- Een warm, afgestemd programma met ruimte voor jouw behoeften
- Inzicht sessie: stress en de stresscurve – herken signalen & leer omgaan met belasting
- Breathwork-sessie (Liquid Breath®): zachte, diepe ademhaling die ontspanning brengt en je helpt thuiskomen bij jezelf – een adempauze om gewoon te zijn
- Mindfulnesswandeling in de natuur
- Stilte, herkenning en open gesprek
- Begeleiding door ervaringsdeskundige vrijwilligers
- Een sfeervolle locatie in het groen – “De Oude Stal” op De Buitenhorst in Schaijk

🏠 Deelnamekosten (incl. volpension)

- Hele weekend: € 180,-
- Alleen zaterdag: € 125,-

📅 Vroegboekorting bij inschrijving vóór 1 oktober 2025

- 🌿 Weekend: € 150,-
- 🌿 Zaterdag: € 100,-

🕒 Aanmelden kan tot 1 april 2026

✉️ Inschrijven of meer weten?

Mail naar: eventsnextgen@care4neo.nl



Een mini retreat in verbinding met jezelf, de natuur en anderen die jou begrijpen.

Voel je welkom