



KAIROSDAG

UITLEG EN TOELICHTING

Voor u ligt de beschrijving van onze Kairosdag. Hierin lichten wij toe wie we zijn, wat we doen en wat we van plan zijn. Wanneer u na het lezen hiervan net zo enthousiast bent als wij, komen wij graag naar u toe om de mogelijkheden te bespreken.

WIE ZIJN WE

Het idee van de Kairosdag is van Jonas van der Vlucht en Karin van der Tuin. Aanvankelijk begon het organiseren van gratis Kairoswandelingen als een experiment, om te zien wat er zou gebeuren als je mensen uitnodigt om echt zichzelf te zijn in contact met een ander, of dat nu een wildvreemde of een bekende is. Toen bleek hoe positief dat uitpakte en hoeveel energie mensen ervan kregen, besloten wij om rondom de wandeling een programma samen te stellen voor bedrijven die meer verbinding tussen medewerkers willen creëren en de onderlinge communicatie willen verbeteren. Ons team bestaat uit:

Jonas van der Vlucht (1979) is begonnen als radioman en werkt nu als dj, spreker, sprekerscoach en is onder de noemer *Jonas speelt met vuur* de aanstichter van onder meer het Kidspirationfestival, de Loft en samen met Karin, de Kairosdagen en -wandelingen.

Karin van der Tuin (1972) is van huis uit vertaler Scandinavisch en tekstschrijver en heeft gewerkt als mediator en conflictcoach. Nu verzorgt zij onder de noemer *Tuin Proeft* onder meer klankbordwandelingen, deel-erop-los-sessies en samen met Jonas de Kairosdagen en -wandelingen.

Andy Wallace (1975) is sociotherapeut en werkt in een jeugdinstelling met jongeren met gedragsproblemen. Daarnaast kookt hij met *Handy Cooking* wekelijks bijzondere maaltijden. Hij vindt het fijn om mensen te verbinden en dan het liefst door goed en gezond, verantwoord eten.

Emiel Duisterhof (1973) is als oud-militair een expert op het gebied van bushcraft, survival en veiligheidsinstructie. Daarnaast coacht hij mensen in gezondheidsvraagstukken, middels een gestructureerde of soms juist onconventionele aanpak.

WAT DOEN WE

Het programma bestaat uit drie onderdelen:

I. Kairoswandeling

Elkaar echt ontmoeten. Is dat niet heel zweverig? Welnee, dat kan ook gewoon met de voetjes in de klei! De ingrediënten van onze Kairos-wandeling zijn simpel. De uitkomst is buitengewoon. Zoals Einstein al zei: "Laat het hart koning zijn en onze logica de nederige dienaar." De rollen van hart en hoofd zijn tegenwoordig helaas maar al te vaak omgedraaid.

Wat er precies gaat gebeuren tijdens de wandeling, verklappen we de deelnemers vooraf niet. We vragen mensen slechts om met een open vizier te komen en zich te laten verrassen door wat er volgt. Met een inspirerende inleiding wordt het brein van de deelnemers even stil gemaakt, zodat zij meer vanuit hun hart gaan praten. Dit alles op een luchtige en grappige manier! De deelnemers gaan in tweetallen op pad; zij wandelen bij voorkeur met iemand die zij niet of nauwelijks kennen. Ze krijgen een kaartje mee met daarop enkele vragen en aan de hand daarvan gaan zij tijdens de wandeling met elkaar in gesprek. De uitkomsten komen aan het einde bij het vuur terug.

De ervaring leert ons dat deelnemers na afloop elkaar op een heel andere manier hebben leren kennen en bruisen van de energie. In deze uitgelaten stemming gaan de deelnemers naar het 2^e deel van het programma.

II. Plannen maken en lekker eten

Wanneer de deelnemers terugkomen van de wandeling is er tijd voor ontspanning. Zij krijgen dan de opdracht om in subgroepjes bestaande uit teamgenoten twee tekeningen maken. Op de ene tekening beelden zij uit wat er nu niet goed werkt en wat zij als team willen loslaten. Op de tweede tekening laten zij zien hoe de gewenste samenwerking eruit ziet. Hiermee gaan zij voorafgaand aan de maaltijd aan de slag.

Andy is de kok van deze dag en tovert allerlei bijzondere heerlijkheden op tafel. Hij zal een toelichting geven van wat hij maakt en hoe hij dit doet. Voor de liefhebber staat de deur van de keuken wagenwijd open om te komen meekijken en proeven! De deelnemers kunnen overal neerstrijken met lekkere hapjes en drankjes. Aansluitend wordt aan één grote tafel het hoofdgerecht geserveerd.

III. Vuur maken

Na het eten gaan we naar buiten en leert survival-expert Emiel de deelnemers hoe zij met niets anders dan materialen uit de natuur zelf vuur kunnen maken. Er is een grote vuurplaats in het midden. Daaromheen gaan de deelnemers in groepjes van vier aan de slag. Zodra het gelukt is om vuur te maken, brengen zij dit met een fakkel naar de hoofdvuurplaats. Zodra het grote vuur brandt door alle kleine zelfgemaakte vuurtjes, worden de tekeningen waarop zij uitgebeeld hebben wat ze als team achter zich willen laten, door de groep samen in het vuur gegooid. Zij mogen daarbij hardop uitspreken wat ze symbolisch willen loslaten. Daarna delen zij met elkaar wat hun wens voor de toekomst is. Afsluitend wordt er bij het vuur een toetje geserveerd.

WAT IS ONZE INSTEEL

Onze insteek is om mensen te voeden. Dat voeden vindt tijdens de Kairosdag op drie momenten plaats: Voeden van het hart middels de open gesprekken tijdens de wandeling, voeden van de innerlijke mens door supergezond eten en voeden van nieuwe intenties aan de hand van de tekeningen en het vuurritueel.

KOSTEN

De kosten voor onze Kairosdag zijn afhankelijk van het aantal deelnemers. Voor teams vanaf 15 deelnemers kost deze dag € 130,- ex btw per persoon. Voor kleinere teams maken wij graag een offerte op maat.

OP MAAT

Ons programma richt zich op het brengen van meer verbinding tussen uw medewerkers en het verbeteren van de onderlinge communicatie en omgang in een ontspannen setting. Om het programma zo goed mogelijk op uw specifieke wensen en behoeftes te laten aansluiten, willen wij vooraf graag met u in gesprek. Om een afspraak met u in te plannen kunt u contact met ons opnemen op telefoonnummer 06-41547472 (Karin) of 06-19228235 (Jonas).

Graag tot ziens en hartelijke groet,

Karin van der Tuin en Jonas van der Vlugt