

VAKANTIE VOOR MOEDERS EN KINDEREN IN DE WILDE PRACHTIGE NATUUR VAN LAPPLAND

WAARDEVOLLE QUALITY TIME VOOR MOEDER EN KIND (VANAF 5 JAAR) EEN NATUURVAKANTIE VOL AVONTUUR, VERBINDING EN INNERLIJKE RUST



PERSOONLIJKE AANDACHT EN RUIMTE VOOR INNERLIJKE RUST



VAKANTIE VOOR MOEDERS EN KINDEREN IN DE WILDE PRACHTIGE NATUUR VAN LAPLAND

Uit eigen ervaring als moeder, pedagoge en therapeute weet ik: vakantietijd is vaak een bijzonder uitdagende periode. Uw kinderen moeten een geweldige tijd hebben, kwaliteitstijd tussen moeder en kinderen moet mogelijk worden. U wilt weer op krachten komen. Vaak haalt de realiteit ons in: we bevinden ons in een vakantiehuysje dat net zoveel werk met zich meebrengt als thuis. Te weinig andere kinderen, geen vrije tijd voor uzelf zonder kinderopvang en school. Het is voor mij een bijzondere wens om een aanbod te creëren dat daadwerkelijk aan onze verwachtingen voldoet.

Voor de vrouwen: Tot rust komen en energie opdoen, vreugde en rust ervaren in de natuur, nieuwe perspectieven ontwikkelen (mogelijkheid voor individuele gesprekken of uitwisseling in de groep, om met nieuwe moeders en perspectieven terug te keren naar het dagelijks leven).

Gemeenschap en uitwisseling ervaren tijdens uitstapjes, kanotochten, zwemmen in het meer, fietsen, creatief bezig zijn of ontspannen in de sauna terwijl de kinderen goed verzorgd zijn.

Voor de kinderen: Samen plezier beleven met andere kinderen, een kwaliteitsprogramma in de natuur met leuke, spannende en verrijkende spelletjes, activiteiten, ontdekkingen en uitstapjes.

En: samen kwaliteitstijd als gezin genieten.

Ons aanbod omvat:

- Overnachting in een vakantiehuysje met volledig uitgeruste keuken, badkamer met wasmachine, woon- en slaapkamer (een huysje heeft 4 slaapplekken; kan gedeeld worden of alleen gebruikt worden)
- Dagelijks programma voor de kinderen
- Dagelijks programma voor de vrouwen
- Gebruik van de sauna
- Gebruik van kano's en SUP's
- Mogelijkheden voor individuele coachingsgesprekken
- Gezamenlijke barbecue-evenementen

Individuele aankomst: wij helpen jullie de beste reismogelijkheid te vinden.

Gedetailleerd programma met exacte inhoud van diensten in de bijlage.



Prijs vanaf 590 EUR per moeder-kind

Neem gerust contact met ons op per mail of telefoon voor jullie persoonlijke situatie. Wij bellen ook graag terug.

E-Mail: info@naturresort-lapland.com

Telefoon: +46 (0)72 7455332 of +49 (0)178 6031117



NaturResort Homeyer AB
Tina & Michael Homeyer
Märsvägen 2
924 93 Gargnäs
Zweden



WWW.NATURRESORT-LAPPLAND.COM

VAKANTIE VOOR MOEDERS EN KINDEREN IN DE WILDE PRACHTIGE NATUUR VAN LAPLAND

DAG 1 - AANKOMST IN LAPLAND

Aankomst per vliegtuig, trein of auto

Check-in bij NaturResort Änglagård

Gezamenlijk diner

DAG 2 - KENNISMAKEN

Gezamenlijke start met uitgebreide Zweedse brunch. Kennismaking en introductie van het programma.

Gezamenlijke verkenning van de omgeving:
Wat kun je hier allemaal doen?
Mogelijkheid om te zwemmen in het huismeer.

Vrije tijd om te ontspannen, winkelen etc. (supermarkt op 200 meter)

Kinderprogramma: spelletjes op het terrein, schattenjacht om de omgeving te leren kennen.

Vrouwenprogramma: bijeenkomst. Afstemmen van het programma; wat zijn jullie behoeften?
Wat zouden jullie willen beleven? Mogelijkheid om afspraken te maken voor individuele of groepsgesprekken

Gezamenlijk koken op het kampvuur

Het programma kan veranderen afhankelijk van weersomstandigheden of individuele wensen van de deelnemer.

WWW.NATURRESORT-LAPPLAND.COM



DAG 3 - AAN HET MEER

Gezamenlijk ontbijt

Kinderprogramma: plezier en spel aan het meer
(boot varen, bouwen, zwemmen)

Eigen tijd voor de vrouwen
(lezen, wandelen, kanoën, sauna, koffie drinken, praten)

Gezamenlijke uitstap: met het barbecue-vlot het meer op

DAG 4 - DE STILTE EN HET BOS

Ontbijt

Kinderprogramma: spel en plezier rond het thema bos
(sporen zoeken, hutten bouwen, knutselen met hout, geluiden en stilte)

Vrouwenprogramma: kano en stilte
(ontspanning en stilte als hulpbron)

Gezamenlijk koken en eten, avondronde over het thema stilte, tentoonstelling van kinderwerken

DAG 5 - DE TUIN EN DE SCHAPENBOERDERIJ

Ontbijt

Kinderprogramma: dicht bij de dieren
Een dag op de boerderij van Anna-Karin en Pelle

Vrouwenprogramma: kracht en tijd voor mij – hier en thuis
Workshop "Mijn innerlijke tuin"

Gezamenlijk koken en eten



DAG 6 - DE NATUUR ALS HULPBRON EN KRACHTBRON

Ontbijt

Vrouwenprogramma:

De natuur als hulpbron – welke hulpbronnen heb ik?

Excursie en workshop over natuurbeleving: mentaal, lichamelijk, emotioneel, creatief, spiritueel.

Kinderprogramma: "Ik kan iets creëren!"

Spel en plezier rond het thema zelfeffectiviteit, beleven in plaats van consumeren – spelenderwijs in de natuur.

Gezamenlijk koken en eten

DAG 7 - DE SAMI

Ontbijt

Gezamenlijk programma:

Hoe leven de Sami, het laatste inheemse volk van Europa

Excursie met ontmoetingen en workshop

Gezamenlijk koken en eten

Gezamenlijk programma: Lapland-olympiade

Vrouwenteam en kinderteam

Het programma kan veranderen afhankelijk van weersomstandigheden of individuele wensen van de deelnemer.

DAG 8 - DE RIVIER

Ontbijt

Kinderprogramma:

Leven aan en in de rivier – vloten, dieren in de rivier, verplaatsen, vlot bouwen, dieren knutselen, snijden

Vrouwenprogramma: "Alles stroomt"

Workshop rond het thema "Alles stroomt" – of ook niet: wat te doen? Flowform en land-art als methode om aan dit thema te werken.

DAG 9 - AFSLUITING

Ontbijt

Vrouwenprogramma: groeps- en/of individuele gesprekken

Wat heb ik meegenomen? Wat kan ik thuis toepassen?

Kinderprogramma: een rendier voor thuis

Eigen tijd voor vrouwen en kinderen

Gezamenlijk koken en eten bij het vuur met elandburger en stokbrooddeeg, avondronde

DAG 10 - AFSCHIED EN TERUGREIS

Ontbijt

Check-out: feedback en afscheid

Transfer van Gargnäs naar luchthaven of station (op eigen gelegenheid, wij adviseren jullie over de busmogelijkheden)