

Betreft: Uitnodiging Ontmoetingsdag 2025 - Zingen, Beelden, Spelen en Dansen voor je Leven

Beste vakprofessionals, coördinatoren en bestuursleden van Zingen, Beelden, Spelen en Dansen voor je Leven,

Met veel enthousiasme nodigen wij jullie uit voor de **Ontmoetingsdag 2025** die plaatsvindt op **zaterdag 8 februari 2025** in het **ICOONtheater** in **Amersfoort**. Deze dag biedt een unieke gelegenheid om elkaar (weer) te ontmoeten, ervaringen uit te wisselen en samen te groeien.

Wat staat er op het programma?

De Ontmoetingsdag 2025 draait om verbinding, inspiratie, ontmoeting en groei. Dit jaar nodigen we je niet alleen uit om je te verdiepen in je eigen initiatief, maar ook om kennis te maken met de andere initiatieven binnen onze stichting. Dit ga je ervaren tijdens de plenaire onderdelen, maar je hebt ook de mogelijkheid om een specifieke workshop van een ander initiatief te volgen. Laat je verrassen door een ander vakgebied en ontdek nieuwe invalshoeken en werkvormen.

Thema van de dag: 'Groei'

Het thema van deze dag is '**Groei**' – een breed begrip dat niet alleen betrekking heeft op **persoonlijke ontwikkeling**, maar ook op de **groei van je activiteit** en **uitbreiding van je netwerk**. Groei kan zich op verschillende manieren uiten: zowel in **kwantitatieve** zin (meer deelnemers, grotere impact) als in **kwalitatieve** zin (diepere verbindingen, nieuwe werkvormen, vernieuwende ideeën).

Wat kun je verwachten?

- **Plenair** waarin we samen met de vier initiatieven in beweging komen, verrast worden en vooral plezier ervaren.
- **Workshops per initiatief:** In kleinere groepen ervaringen uitwisselen en nieuwe werkvormen ontdekken binnen je eigen discipline. Er zijn vier verschillende workshops:
 - 3 workshop voor de vakprofessionals: **Zingen voor je Leven, Beelden voor je Leven en Dansen voor je Leven.**
 - 1 workshop voor de **bestuursleden en coördinatoren:** Deze is bedoeld voor alle initiatieven.
- **Workshops ter verdieping** voor diegenen die zich verder willen verdiepen in een specifiek vakgebied of nieuwe inspiratie willen opdoen.

De toelichting op de workshops is te vinden aan het einde van deze uitnodiging.

Deze dag is mede mogelijk gemaakt dankzij de inzet van een aantal vakprofessionals:

- **Anadya Kock-Wouters** van Zingen voor je Leven Nijmegen;
- **Heleen van der Heul** van Zingen voor je Leven Almere;
- **Wieke Ubels** van Zingen voor je Leven Leiden;
- **Ellen Brouwer** van Beelden voor je Leven Katwoude;
- **Annet Vervoort** van Spelen voor je Leven Oss;

- **Lobke van der Sanden**, Adviseur Dansen voor je Leven;
- **Riet de Jong**; voorzitter Zingen voor je Leven Amsterdam.

Programma

- **10.00 – 10.30**: Ontvangst
- **10.30 – 12.00**: Plenair – Laat je verrassen, kom in beweging en heb vooral plezier
- **12.00 – 13.00**: Workshops ter uitwisseling per initiatief
- **13.00 – 13.40**: Lunch – Gebruik deze tijd ook om elkaar beter te leren kennen
- **13.40 – 14.30**: Workshops ter verdieping – Workshop naar keuze
- **14.30 – 15.30**: Plenair – Laat je verrassen, kom in beweging en heb vooral plezier
- **15.30 – 16.00**: Afsluiting met een drankje
- **16.00** : Einde van de dag

Locatie

ICOONtheater

Adres: Leeghwater 1-3, 3825 MR Amersfoort

Het ICOONtheater is uitstekend bereikbaar, zowel met de auto als met het openbaar vervoer. Het theater ligt direct naast het NS-station Amersfoort-Vathorst, op slechts 2 minuten lopen van het perron. Er is ook ruime, gratis parkeergelegenheid beschikbaar.

Kosten

- **€37,50 per persoon** (inclusief koffie/thee en lunch)
- **Vroegboekorting**: Als je je vóór **15 december 2024** inschrijft, betaal je **€32,50 per persoon**. Wacht dus niet te lang!

Inschrijven

Inschrijven kan tot uiterlijk **20 januari 2025**.

Aanmelden kan per e-mail via info@kankerinbeeld.nl. Vermeld in je aanmelding duidelijk:

- Je naam;
- Je e-mailadres;
- De naam van je initiatief + stad;
- Je functie binnen het initiatief;
- Eventuele dieetwensen.

Na je aanmelding ontvang je een e-mail met een betalingslink. De inschrijving is definitief zodra de betaling is voldaan.

We hopen op een grote opkomst en dat iedereen geïnspireerd en met nieuwe inzichten naar huis gaat!

Hartelijke groeten,

Namens het bestuur en onze programma manager,
Cora Honing
Voorzitter Kanker in Beeld

Toelichting programma

Workshops ter uitwisseling per initiatief

Bestuursleden en coördinatoren o.l.v. Riet en Cora:

In deze workshop voor bestuursleden en coördinatoren van onze initiatieven willen we ervaringen uit de praktijk uitwisselen. Wij kunnen wel een paar thema's bedenken zoals: aanwas nieuwe deelnemers, financiën en publiciteit. Maar mogelijk hebben jullie zelf andere, meer urgente thema's. **Laat het ons van tevoren weten.** Afhankelijk van het aantal deelnemers en de thema's gaan we plenair of in groepjes in de workshop aan de slag.

Zingen voor je Leven o.l.v. Anadya en Annet:

In het ochtendgedeelte komen de Stembevrijders, stemtherapeuten en koordirigenten een uur bij elkaar. Onze speerpunten zijn 'Niet praten maar doen', 'uitwisseling & leren van elkaar', 'ontmoeten en de onderlinge verbinding versterken'. We willen werken met materiaal dat je zelf meebrengt. We maken er samen een inspirerende en leuke ochtend van!

Beelden voor je Leven o.l.v. Ellen & Ali:

Uitwisseling van werkvormen met als aandachtspunten: Hoe verleid je deelnemers tot beweging en stimuleer je verandering? Een beweging kan leiden tot een anders ervaren van de situatie waar de deelnemer zich in bevindt. Welke werkvormen kunnen hierbij helpend zijn?

Dansen voor je Leven o.l.v. Lobke:

Tijdens deze workshop komen dansprofessionals bij elkaar, van docenten met ervaring tot docenten die net zijn begonnen. We delen ervaringen en wisselen werkvormen uit die goed werken. Laat je inspireren door andere bevlogen dansprofessionals en ga met nieuw lesmateriaal naar huis. We horen ook graag over jouw knelpunten, vragen en successen. Denk van tevoren na over wat je graag wilt meenemen naar deze workshop en wat je hoopt mee te nemen!

Workshops ter verdieping - Workshop naar keuze

Bestuursleden en coördinatoren o.l.v. Riet en Cora:

Met elkaar uitzoeken hoe je krachten kunt bundelen om de organisatorische kracht van een bestuur sterker te laten worden. Daarbij staat de vraag wat je van je eigen initiatief of dat van een ander zou willen leren centraal. We willen graag beginnen met de vraag: **hoe bereik je dat de leden het bestuur dragen?**

In kleine groepjes kunnen we hierover van gedachten wisselen om daarna plenair verder te gaan met de hele groep. De volgende vragen komen aan bod:

- Wat heeft wel/niet gewerkt voor jou als bestuur?
- Ken je de kwaliteiten en de levensbagage van je leden?

Afhankelijk van hoe de eerste ronde verloopt, zullen we verder werken in kleine groepjes of plenair. We hopen dat we door deze uitwisseling van elkaar kunnen leren en samen kunnen groeien.

Zingen voor je Leven o.l.v. Anadya:

In de middag kun je kiezen voor de Verdiepingsworkshop Zingen voor je Leven met als thema Groei. Muziek en liederen heb je in alle soorten en maten. Moeilijke en makkelijke liederen, liederen die meerstemmig zijn of in canon. Aan de hand van voorbeelden en zelf ervaren zullen we ingaan op verschillende lagen in een lied.

Beelden voor je Leven o.l.v. Ellen en Ali:

Groeien kun je op zoveel manieren. Wat is groei voor jou? En in welke gebieden kun je groeien? We onderzoeken aan de hand van 4 verschillende domeinen (fysiek, sociaal, psychisch en spiritueel) waar je je het meest mee bezig houdt en waar je meer groei in verlangt. Hoe geef je daar vervolgens vorm aan? We gaan beeldend spelen met jouw verlangens.

Spelen voor je Leven o.l.v. Annet:

Groeien door te spelen..

Je hoefde als kind niet te leren hoe je kon spelen; dat ging vanzelf, zonder na te denken. Je gaat “groeien” en het hoofd komt er vaker bij, waardoor spelen steeds lastiger wordt. Het onbevangen, blije, open kind zit er nog wel, maar een beetje op de achtergrond. D.m.v. improvisatietheater (en dat hoeft helemaal niet op een ingewikkelde en moeilijke manier) wordt je fantasie weer geprikkeld, vind je het kind in jezelf, durf je buiten je comfortzone, groei je in “steviger staan” ook met je kwetsbaarheid. In de ochtend maak je kennis met improvisatie theater en in de middag kun je ervoor kiezen om misschien wel voor het eerst (als dat geen “groeien” is) in een rol te kruipen.

Dansen voor je Leven o.l.v. Lobke:

Hoe creëer je dansopdrachten waar iedereen aan mee kan doen?

In deze workshop krijg je tips en een kort stappenplan om zelf een dansopdracht te bedenken. Je leert hoe je een veilige situatie creëert zodat iedereen durft te dansen. Deze workshop is geschikt voor iedereen die een dansopdracht in een muziek- of spelactiviteit wil verwerken, of voor dansprofessionals die op zoek zijn naar inspiratie om dansopdrachten op een andere manier vorm te geven.