

2020

11 januari
Neon Indoor Minigolf

Deze namiddag hebben we 2020 ontspannend én sportief ingezet met een spelletje Neon Indoor Minigolf.

🗨️ We kwamen even op een andere plek terecht door de spelomgeving in jungle-thema, in combinatie met de neonverlichting en de levensgrootte dierenbeelden vormde dit een beleving op zich.



Het 'competitie-beest' kwam af en toe toch wel in ons naar boven, zeker als het balletje nét niet in de "hole" wou rollen... 😂

Hier volgt het eindtotaal van ons uurtje spelplezier samen:

- 🏆 1ste plaats: Peter (63 punten)
- 🥈 2de plaats: Barbara (64 punten)
- 🥉 3de plaats: Jelka (75 punten)

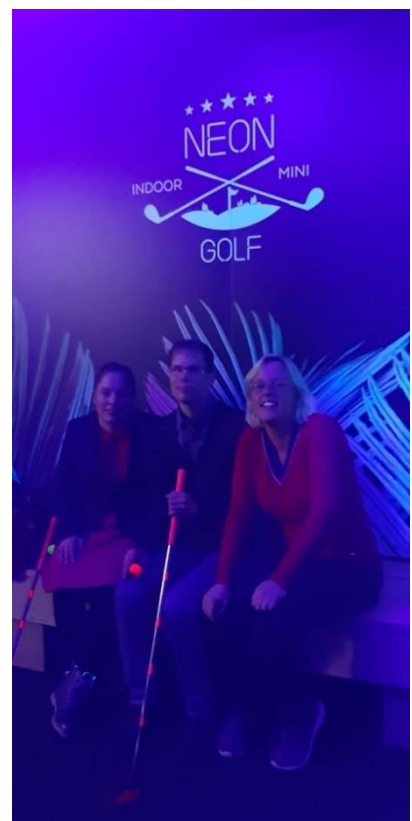
🍷 Nadien hebben we samen nog wat nagepraat met een drankje erbij en werden er ideetjes voor de (nabije) toekomst gedeeld met elkaar.

👋 2 uur later, rond 16.00 uur, was het tijd om afscheid te nemen van elkaar.

Kortom een mooie start van het Cokoen-jaar!

Peter

Ps: 📷 Geniet even mee van enkele sfeerfoto's van vandaag.



4 april
Video-ontmoeting met onze Cokoen - lotgenotengroep

Elkaar écht online ontmoeten

Speciale omstandigheden* bieden nu inspiratie én de ideale mogelijkheden tot het effectief uitproberen van nieuwe online toepassingen:

Een 📺 video-ontmoeting met onze Cokoen - lotgenotengroep werd zo daarstraks voor de eerste keer in praktijk omgezet.

Ik moet toegeven, het was toch wel een beetje spannend ...

📺 Om elkaar (nog eens of voor de eerste keer) te horen én te zien.

EN

🔧 Of alles technisch vlot zou verlopen.

💬 Na de korte voorstellingsronde was er slechts 1 gespreksvraag: “hoe is het met jou op dit moment?”

💬 Zo volgde een fijn en luchtig gesprek waarbij iedereen tijd kreeg om zijn/haar verhaal te delen met elkaar.

💬 Het gesprek viel (gelukkig 😊) niet stil en zo waren we al snel 1 uurtje verder.

😊 Een positieve ervaring voor iedereen om op deze manier contact te hebben met elkaar!

😊 Ook de goesting om eens écht deel te nemen aan onze activiteiten werd zo groter. 🙏

Wat mij betreft: zeker voor herhaling vatbaar! 👍

🌱 Blijf goed zorgen voor jezelf én voor mekaar.

Peter

Ps:

Ook ex-couveusekind en zin gekregen om deel uit te maken van onze privé Facebookgroep?

Meld je aan via de link onderaan in de opmerkingen, vul de 3 toelatingsvragen in en nadien heet ik je WELKOM in onze groep.

(*door COVID-19, het coronavirus)



30 mei
Online ontmoetingsmoment

📺 Online ontmoetingsmoment 📺

Deze voormiddag om 11.00 uur stond er voor de tweede keer een online contactmoment gepland via een videomeeting.

Zelfs virtuele 'landsgrenzen' werden zo opengezet naar Nederland. 📄

Met 3 personen in totaal werd het een best gezellig babbeltje 'en petit comité'. 👍

Na de verwelcoming en enkele afspraken (ook online is veiligheid erg belangrijk!) en een klein technisch probleempje konden we starten:

Het kleine aantal deelnemers gaf dan weer het voordeel om een uitgebreidere voorstellingsronde te houden.

Verdere uitwisseling en interesse over thema's zoals: gezinssamenstelling, schooltijd en bijhorende moeilijkheden (met helaas ook pestgedrag), lichamelijke 'restletsels' i.v.m. couveusetijd/vroeggeboorte die ook nu soms lastig kunnen zijn, ... kwamen aan bod.

Zo waren we erg vlot al 45 min aan het praten (erg positief 😊) en de 'voorziene gesprekstijd' van 60 min begon korter te worden...

De 'noden' van de groep zijn natuurlijk erg belangrijk i.v.m. gespreksonderwerpen.

Toch had ik als voorbereiding enkele stellingen opgeschreven en stelde voor om – indien interesse/tijd – deze nog te stellen en zo dus langer te praten:

🗨️ Couveusekind ben je voor het leven

🗨️ Als couveusekind ben ik beperkt in mijn mogelijkheden

🗨️ Door zelf zorg nodig te hebben (gehad), wil je in het latere leven ook zorgen

Deze vragen deden iedereen (incl. mezelf) even stilstaan en hun eigen mening hierover vormen (er zijn natuurlijk geen 'goede' of 'foute' antwoorden 😊) en werd er ook verder gedeeld met elkaar.

Ook de thematiek 'het coronavirus' 🦠, dat momenteel iedereen treft, kwam ook even ter sprake.

Na een 'afsluitronde', rond 12.30 uur, was het tijd om elkaar 'uit te zwaaien'. 🤝

Zo werd het weer een mooie Cokoën activiteit! 🙌

Peter



19 september
Online ontmoetingsmoment

19/09/2020

Deze voormiddag zijn we opnieuw (online) samengekomen.

2 deelnemers en ikzelf waren present op deze zonnige zaterdagvoormiddag. 🌞

Een van de voordelen om 'vanuit je kot' te kunnen deelnemen: je moet je niet verplaatsen en zo kwam er ook een inschrijving uit Nederland. 🇳🇱

Online 🎥 of offline 🪑 contact met elkaar, het is natuurlijk niet helemaal hetzelfde, toch was het ook vandaag weer een mooi moment samen:

Een uitgebreide kennismaking gaf meteen veel (h)erkenning voor iedereen. (Incl. mezelf 😊)

Door je persoonlijke verhaal te vertellen, herkennen de anderen vaak raakpunten met hun eigen situatie, ook gewoon luisteren kan helpend zijn.

Opgroeien en meedraaien in onze (soms moeilijkere, drukker, stressvolle) maatschappij, het gaat niet altijd even vlot om je eigen plaatsje te vinden waar je je goed voelt: schooltijd, werk, relaties, omgaan met zichtbare en onzichtbare restletsels, ... ook als ex-couveusekind.

Even stilstaan bij je levenscyclus, je couveusestart, de mijlpalen die je tot op heden bereikt hebt, het kan écht wel eens deugd doen en je (opnieuw) kracht geven. 💪

Over mijlpalen gesproken... 😊

Ik kan weer met trots een 'mijlpaal' afvinken van m'n lijstje:

Diploma: check ✅

Werk: check ✅

Rijbewijs: check ✅

En... sinds kort ook...

Eigen appartement gekocht: check ✅

(Verhuis is pas voorzien voor 2021)

1 ding hebben we allemaal gemeen: we blijven échte vechtertjes die er elk op onze manier en tempo écht wel komen, soms met vallen en opstaan maar die zeker... blijven doorgaan! 💪

Dankbare groeten

Peter

