

A photograph of two young women with backpacks crossing a shallow stream in a forest. They are smiling and looking towards the camera. Other students are visible in the background on a path. A large red diagonal overlay covers the bottom left portion of the image.

QUESTKAMP ACHTERHOEK

Hou je van gezelligheid, avontuur en natuur en wil

je jezelf beter leren kennen? Dan is een

QuestKamp jouw ideale schoolkamp!

4 dagen avontuur op
zoek naar je eigen natuur



MyQuest versterkt persoonlijke ontwikkeling in het onderwijs

Waarom

Op QuestKamp gaan is leuk! Je bent veel buiten, doet nieuwe dingen en leert jezelf en je klasgenoten op een andere manier beter kennen. Het is fijn jezelf goed te kennen. En het is in onze samenleving die snel verandert steeds belangrijker. Er is zoveel te kiezen. Als je jezelf goed kent, kun je beter omgaan met veranderingen en heb je minder last van de mening van anderen.

Wat doe je tijdens een QuestKamp?

Met je klas trek je door de Achterhoek, verblijft op een landgoed, doet verrassende oefeningen en leert nieuwe spelletjes. Stap voor stap leer je wat jou anders maakt dan anderen en wat jou verbindt met anderen. Aan het einde van het kamp heb je aangenaam kennis gemaakt met jezelf en misschien wel vrienden gemaakt voor het leven.

In kleine groepen van ongeveer 10 klasgenoten, trek je op de eerste dag wandelend door de schitterende landerijen van de Achterhoek. Je komt uit op een prachtig landgoed. Daar zet je je tentje op. Onderweg en op locatie doe je allerlei spelletjes. Voor de fun, maar ook om jezelf beter te leren kennen. Je bouwt een kompas, waarmee je altijd keuzes kunt maken. Je speelt, leert door zelf te ervaren, schrijft, tekent, deelt en je hebt met je groepje een coach. Door de kleine groepen, de prachtige natuur, het ervaringsleren en de deskundige begeleiding, gebeurt er iets bijzonders: leer je jezelf beter kennen en waarderen.



Samen veel lol maken en spelen helpt daarbij. In een open groep leer je sneller. Dat er een paar dagen geen afleiding is, helpt ook. Stap voor stap durf je te laten zien wie je bent. Na het QuestKamp ben je misschien wel blijer met je ouders, voel je je misschien meer op je gemak in de klas. Je voelt je in ieder geval gezien. Jij hoort erbij. Met jouw unieke talenten. En een aantal klasgenoten weten wat die talenten zijn. Op hen kun je bouwen. Als het even tegen zit, zullen zij je herinneren aan wie je bent. Uniek.

Waarom ga je op QuestKamp?

- Je wil een week lang plezier maken
- Je wil nieuwe spelletjes leren
- Je wil op een onvergetelijk kamp
- Je wil zonder dat het voelt als leren, heel veel leren over jezelf
- Je wil een van mooiste streken van Nederland leren kennen.

In kleine stappen
antwoord op de
vraag: wat maakt mij
uniek?

Hoe werkt het?

Wat jou uniek maakt, zit al in je. Vaak weten we dat alleen nog niet. Tijdens het QuestKamp doe je veel leuke spelletjes en ga je op avontuur. Daardoor leer jij jezelf beter kennen en je eigen keuzes maken. Even geen TikTok, even geen school, even geen vrienden of familie. Even er helemaal uit. Het gebruik van natuur, ervaringsleren, stilte en innovatieve technieken als Theory U, Motiverende Gespreksvoering, Rots en Water en Co-Active® coaching helpen daarbij. De bewezen werkwijze van MyQuest zorgt dat je blijer bent met wie je bent.





Waarom lopen?

Op QuestKamp lopen we niet zo veel, maar waarschijnlijk iets meer dan je normaal doet. Lopen werkt stimulerend. Het klinkt gek, maar door te lopen gaan je hersenen beter werken. Je kunt makkelijker oplossingen bedenken. Je krijgt creatieve ideeën en alledaagse problemen lossen op. Het versterkt je zelfvertrouwen en daadkracht.

Wil jij graag mee?

Vul het inschrijfformulier in en mail het naar info@myquest.academy. Je ontvangt dan van ons de welkomstinformatie met paklijst en voorbereidende oefeningen.

Heb je vragen? Mail naar 030-207 207 4 of app naar 06-40219830.

Na aanmelding ontvang je een intakeformulier en een paklijst.



Praktische informatie

Locatie

Questkamp vindt plaats in de Achterhoek. We verzamelen op dag 1 op station Winterswijk-West en eindigen de 4^e dag om 16 uur op station Winterswijk.

Overnachtingen, eten en drinken

Afhankelijk van de periode waarin het QuestKamp plaatsvindt, overnachten we in tenten of op locaties waar we onze matjes en slaapzakken kunnen uitrollen. Alle eten en drinken is inbegrepen.

Na-traject

Wie na het QuestKamp door wil leren kan meedoen met QuestTribes, het na-traject van drie losse dagen kost €240,- inclusief BTW. Dit is optioneel. Meer over het na-traject lees je hieronder.

Na-traject: QuestTribes & coaching

Na-traject: QuestTribes en coaching

Na het QuestKamp ken je jezelf stukken beter en heb je ook geleerd van hoe anderen omgaan met vragen. Heb je toch nog twijfels of wil je nog steviger achter je plannen staan? Doe dan mee met QuestTribes. QuestTribes is de leergemeenschap van Questers waarin je na het kamp door kunt leren over jezelf. Je leert hoe je je voorbereid op je studie en het studeren, hoe je balans houdt in het studentenleven en veerkrachtig omgaat met tegenslagen.

Samen met twee coaches pak je tijdens drie zondagen in regio Utrecht door op je plannen, zodat je je optimaal kunt voorbereiden op je nieuwe avontuur. Daar is naast wilskracht ook discipline voor nodig. Het programma heeft daarom de volgende drie stappen:

Dag 1: gaat over commitment aan je plannen.

Dag 2: leer je omgaan met tegenslagen en uitstelgedrag

Dag 3: ga je presenteren. Na een pitchtraining, presenteer je, op jouw manier, jouw plannen en jouw toekomstbeeld aan mensen die voor jou belangrijk zijn.

De terugkomdagen starten doorgaans een maand na het QuestKamp en zijn gescheiden door een maand leertijd. QuestKamp en QuestTribes samen duren ongeveer 14 weken. QuestTribes is een beproefd en effectief instrument om datgene wat je beoogt daadwerkelijk te gaan doen. Het is een betaalbare manier om verder te gaan met je ontwikkeling en een erg leuke manier om samen elkaars groei te stimuleren.

Heb je na QuestTribes behoefte aan individuele coaching, dan bieden we dat graag aan. De kosten hiervoor bedragen €70,- exclusief btw per sessie.



Antwoorden op veel gestelde vragen

1. Waar verblijf ik? Hoe is het eten?

Is er frisdrank?

We kamperen op een landgoed. We hebben ook een danszaal tot onze beschikking. We koken samen. We lunchen aan lange tafels of picknicken onderweg. Met speciale dieetwensen kan rekening gehouden worden, deze geef je aan op je inschrijfformulier.

2. Is het lopen zwaar?

Het QuestKamp is niet zwaar. Alleen de eerste dag een beetje. Dan loop je ongeveer 12 kilometer met een dagrugzakje. Dat is voor iedereen met een redelijke conditie goed te doen. De andere dagen zijn we op het landgoed of lopen we kortere tochtjes met dagrugzak door de prachtige omgeving. Mocht je fysieke een beperking hebben, neem dan contact met ons op. Iedereen hoort er namelijk bij en iedereen kan op zijn manier meedoen.

3. Kan ik appen tijdens het kamp?

Iedereen levert voor de duur van het kamp zijn telefoon in. Ja, echt. Vier dagen geen bereik. Onze ervaring is dat dit voor de hele groep een positief effect op het werk heeft. Geef wel de contactgegevens van onze MyQuestcoaches door aan familie of anderen, zodat ze jou in geval van nood kunnen bereiken.

4. Wat moet ik meenemen?

Na aanmelding ontvang je een paklijst.

QuestTrek®

Leiderschap

Coaching

Teamcoaching

Workshops

Trainingen

WWW.MYQUEST.ACADEMY

Grebbergenlaan 15
Postbus 2036 · 3500 GA Utrecht
030-207 207 4 · info@myquest.academy

