

**GROEIFEEST
VOOR
DOE-HET-ZELVERS**



A	B	C	D	E	F	G
H	I	J	K	L	M	N
O	P	Q	R	S	T	U
V	W	X	Y	Z	1	2
3		5	6	7	8	★

A	B	C	D	E	F	G
H	I	J	K	L	M	N
O	P	Q	R	S	T	U
V	W	X	Y	Z	1	2
3	4	5	6	7	8	9

A	B	C	D	E	F	G
H	I	★	K	L	M	N
O	P	Q	R	S	T	U
V	W	X	Y	Z	★	2

Hallo daar,

Welkom in onze brochure '**Groeifeest voor doe-het-zelvers**'. We doen een gokje: jij bent op zoek naar iets origineels? Iets persoonlijks? Iets buiten de platgetreden paden en bestaande hokjes? Of je valt tussen de mazen van het net wat groepsfeesten betreft, maar wil je kind toch een speciaal moment gunnen?

Proficiat, je behoort tot de **dappere zoekers**, de grensverleggers binnen onze maatschappij! In het veranderende landschap van rituelen en tradities, verkennen jullie nieuwe pistes. Maar wat zijn avonturiers zonder wegwijzers? Zonder kompas of routekaart? Daar komen wij graag in het spel...

Het **huisvandeMens** richt zich op vrijdenkers en zinzoekers. We begeleiden al jaren mensen die niet gelovig zijn, maar toch waarde hechten aan dat 'ietsje meer' op belangrijke momenten in hun leven. Huwelijk, geboorte, overlijden en alles daar tussenin – you name it, we've done it!

Toch merken wij veranderingen. Vroeger was deze rituelenbegeleiding van A tot Z, maar steeds meer mensen gaan graag zélf aan de slag. '**Wat je zelf doet, doe je meestal beter**' – deze spreuk van Roger, de TV-goeroe voor doe-het-zelvers, is een motto geworden voor veel hedendaagse mensen. En dat is prima.

Alleen... hoe begin je eraan? Daarvoor maakten wij dit **inspiratieboekje**! Je bent nog steeds welkom bij ons voor een plechtigheid op maat, of gewoon voor een inspiratiegesprek. Maar heb je daar geen tijd voor of behoefte aan? Of verken je graag eerst eens terrein? Lees dan gerust verder.

Wij hebben deze leidraad ontworpen om handvaten te bieden bij je denkproces en voorbeelden die prikkelen. Het is maar een start, een 'aanzet tot'. Doe er gerust je eigen ding mee! Wie weet groei je er zelf ook een beetje van? We wensen je er alvast veel succes en plezier mee.

STAP ÉÉN



MOEDER, WAAROM FEESTEN WIJ?

Je hebt zin om erin te vliegen? Dat begrijpen we (zelf zijn we ook zo!) maar het is ook nuttig om eerst even stil te staan bij de richting die je uit wil. Je houdt immers niet ‘zomaar’ een groeifeest, want dan kan je je beperken tot lekker eten en cadeautjes. Nee, jij zoekt méér. Maar wat is dat ‘meer’ precies?

Er zijn drie soorten vragen om jezelf even te stellen: over je doel, over de aanwezigen en over je kind.



Wat wil je uitdrukken met dit feest? Welk gevoel, welke waarde, welke boodschap wil je benadrukken?

Dit feest gaat om groeien en groot worden maar wat wil jij met deze ceremonie versterken of voeding geven. Misschien wil je extra aandacht voor verbondenheid binnen de familie? Misschien heeft je kind een opkikker nodig in zelfvertrouwen?



Je antwoord op deze vraag is belangrijk, omdat je hierop kan terugkomen nadat je een feestplan bedacht. Het is je toetssteen en helpt je om de juiste elementen voor je opbouw te kiezen.



Wie wil je, naast je kind en jijzelf, een rol geven in de ceremonie?

Is er een peter/meter? Grootouders of andere mensen die een belangrijke rol spelen? Zijn er broers of zussen? Wil je iets waaraan iedereen kan deelnemen?



Je antwoord op deze vraag zal helpen kiezen welke elementen en symbolische handelingen kunnen ingezet worden.



Wat heeft je kind jou geleerd? Wat bewonder jij aan je kind? Wat betekent het voor jou om los te laten (want ook dat hoort bij groeien)?



Deze denkoefening geeft al wat stof voor je eventuele eigen rol in het groeifeest.





Een groeifeest zet natuurlijk de feesteling in het zonnetje. Praten met hem of haar, is dus een tweede basisstap vóór je concreet aan de slag gaat. Speel even reporter en spreek met je kind alsof je hem/haar niet kent. Wees open en onbevangen, probeer niet te sturen of in te vullen. Filosofische gesprekjes met kinderen zijn doorgaans geniaal, een frisse wind door ons roestige volwassen brein! Wie weet wat je ontdekt...



Waar is je kind trots op?

Waar zijn er werkpunten? Wat zijn zijn/haar dromen?



Wat betekent groeien/groot worden?

Wat is er de voorbije jaren/maanden allemaal veranderd? Wat was daar leuk aan, wat minder? Hou zou je dat kunnen tonen? (Bv. een talent demonstreren, afstand doen van iets van vroeger, ...)



Wat wil je kind zelf zeker in de ceremonie?



Welke rol wil je kind opnemen in de ceremonie (verwelkoming, afsluiten, iets tonen van zichzelf, ...) en/of tijdens de voorbereiding (iets knutselen, een bedanking maken, ...)?



Hier verzamel je waardevolle informatie die je kan gebruiken bij het opbouwen van jouw ceremonie én je schept betrokkenheid bij je kind. Het wordt een gedeeld verhaal waardoor het groeifeest zelf een diepere ervaring wordt dan 'een leuk feestje'.



STAP DRIE DE STRUCTUUR



Binnen het vrijzinnig humanisme zien wij elke mens als uniek. Alle plechtigheden en rituelen die we ooit uitgevoerd hebben, waren dus telkens persoonlijk maatwerk. Toch zien we door de jaren heen **terugkerende elementen** in elke ceremonie. Beschouw ze als bouwstenen. Maar kijk nu eens hoeveel types huizen er zijn? En zelfs hoeveel verschillende soorten baksteen er zijn! Je begrijpt: bouwstenen geven een stevige structuur, maar je maakt er nog steeds mee wat je zelf wilt!

Intro

Hier **kader** je het moment en schept je de **juiste sfeer**. Wat aan bod kan komen: verwelkomen van de gasten, waarom een groeifeest en niet iets anders, waarom een groeifeest en niet gewoon een feestje, welke meerwaarde geeft/heeft het om dit te kunnen delen met je gasten, ...

Body

Hier breng je de verschillende fasen van een '**overgangsmoment**' of ritueel aan bod. 'Overgang', het woord zegt het zelf, betekent dat je iets achter je laat en iets tegemoet gaat. Er is dus aandacht voor het verleden, het loslaten en voor de toekomst, het nieuwe hoofdstuk.

Vaak is er een **symbolische handeling** die het keerpunt tussen beide duidelijk maakt (bv. ringen geven bij een huwelijksritueel, daarna ben je 'man' en 'vrouw'). Voor een groeifeest gaat het om het loslaten van de kleutertijd (6 jaar) of jonge jeugd (12 jaar) en het tegemoet stappen van de jonge jeugd (6 jaar) of pubertijd (12 jaar).



Hier zal je dus terugvinden:

- Een terugblik
- Stilstaan bij het heden/de overgang maken
- De toekomst

In het volgende deel maken we dit concreter en bieden we creatieve werkvormen, maar nu alvast dit: je hoeft niet aan elk aspect even veel aandacht te geven! Soms vind je het leuk om uitgebreid stil te staan bij de voorbije jaren en de groei daarin, soms wil je liever dromen en vooruit kijken. De keuze is aan jou!

Afronding

Misschien logisch maar **afsluiten met zorg** is een belangrijk aandachtspunt. Ga je eruit met een knalhit? Confetti? Spreek je nog even een dankwoord uit of doet de feesteling dat zelf? Hou je een applaus?

Je kan het aanpakken zoals je wil, maar afronding maakt dat de spanningsboog van je groeifeest mooi landt en het als 'af' voelt. Hier kan je ook mooi de overgang maken naar het hapje en drankje die meestal volgen om de ceremonie feestelijk te beklinken!





Je body is het meest **cruciale deel** van het groeifeest, hier gaat het allemaal gebeuren! Maar dat is ook het stuk waar de meeste vragen rond leven. Een goede reden dus om hier apart op in te zoomen en je ideeën op gang te brengen met concrete voorbeelden...

Terugblik

Dit gaat over '**hoe hebben we je zien groeien**'. Het is een groeifeest dus benoemen dat er groei is geweest, is essentieel. Maar je kan zelf kiezen hoeveel aandacht je hieraan besteedt. Mogelijke invalshoeken kunnen zijn:



Vertellen over je kinderwens, zwangerschap, de geboorte, de naam, eerste stapjes, grappige anekdotes, ...



De gasten of sommige ervan (bv. peter/meter) een anekdote laten vertellen uit de afgelopen jaren



Vertellen (of anderen uitnodigen te vertellen) hoe de komst van het kind je/hun leven veranderd heeft. Niet alleen je kind groeit namelijk, ook opvoeden is een taak met vallen en opstaan waarin je telkens nieuwe dingen leert en ontdekt!



Creatieve manieren om terug te kijken zijn:

- Een foto/filmcollage maken rond mijlpalen
- Een levenslijn maken op de grond met enkele voorwerpen die belangrijke momenten markeren
- Een doos vullen met oude voorwerpen (eerste tuut, echogram, een oud kledingstuk, ...)

Dit kan je zelf als ouder(s), of samen met het kind, of het kind in z'n eentje, ...

Heden

Dit gaat over 'wie is het kind nu? wat maakt het uniek? tot wie is het uitgegroeid?'



Vertellen wat jij bewondert aan je kind, welke eigenschappen je herkent van jezelf en wat het kind net als nieuw toevoegt binnen je gezin



Creatieve manieren om hierbij stil te staan

- Iedereen een compliment over het kind laten opschrijven en dit in een complimentendoos verzamelen/aan een totempaal prikken/aan een boompje hangen, ...
- Een mini-quiz over je kind houden met het publiek
- Een foto als puzzel laten afdrukken, iedereen een stukje geven en terwijl elk zijn stukje legt die uitnodigen om iets te zeggen over het kind
- Het kind in het midden zetten en met een bol wol een spinnenweb maken. Wie de bol gooit, roept er ondertussen een eigenschap/compliment/... bij

Hier zit ook het kantelpunt van je groeifeest, het 'overgangsmoment'. In veel culturen is dit het moment dat een kind iets speciaals doet bv. voor het eerst een hostie ontvangen, voor het eerst uit de Torah voorlezen, een pijnlijke proef doorstaan, een paar dagen alleen overleven in de jungle, ... Het kind toont zo dat het klaar is om als 'groot' te worden beschouwd.

Mogelijkheden als je hiermee aan de slag wil:

- Iets dat symbool staat voor vroeger wegdoen, in 2 knippen, scheuren, ...
- Ergens over, onder of doorheen stappen (boog, lint, stok of tak, hoepel, ...)
- Het kind toont iets van zijn/haar kunnen (voorlezen, dansen, zingen, voetbaldribbel, zelfgemaakt filmpje, ...)

STAP VIER



Toekomst

Dit is het moment om het nieuwe hoofdstuk in het leven van je kind te benoemen en voeding te geven. **‘Waar wil je kind heen’? En wat willen wij meegeven?’**



Het kind kan vertellen over zijn dromen



Je kan vertellen wat je wil meegeven, letterlijk of bijvoorbeeld aan de hand van een verhaal



Creative insteken:

- Een boompje planten als symbool voor groei/toekomst. Eventueel kan je er wensen aan hangen of onder begraven
- De gasten (vooraf) uitnodigen iets mee te brengen dat symbool staat voor wat zij willen meegeven aan het kind en daar een ‘toolbox for life’ mee vullen
- (Biologisch afbreekbare) ballonnen oplaten





Interactie schept afwisseling en betrokkenheid. Win-win dus! Het is voor de hand liggend dat jij als ouder en het kind als centrale figuur iets doen, maar daar hoeft het niet bij te blijven... Enkele suggesties:

Broer/zus:

- Gedicht lezen, verhaal vertellen, eigen tekst-brief-filmpje maken...
- Vooraf laten knutselen aan iets (bv. complimentendoos versieren)
- Mee betrekken in een rituele handeling (bv. balpennen uitdelen, briefjes ophalen, ...)

Peter/meter:

- Iets laten vertellen hoe zij hun rol hebben ervaren de voorbije jaren
- Een speciaal kleurtje geven bij een symbolische handeling (bv. een ballon of briefje in een andere kleur dan de rest)
- Kunnen samen met feesteling iets ondernomen hebben op voorhand, in het kader van dit feest (leuke activiteit, vrijwilligerswerk...) en vertellen hier iets over op feest

Soms wil je ook **mensen die niet aanwezig zijn** een rol geven, bv een overledene, iemand in het buitenland, iemand die te ziek is om te komen. Dat kan op veel manieren, van prominent tot discreet. Vaak is er schroom omdat niemand de sfeer wil kelderen met iets droevigs maar de ervaring leert dat dit als heel warm en positief kan ervaren worden. En zeg nu zelf, of je er nu iets mee doet of niet, iedereen dacht toch aan hen dus waarom dan niet tezamen en op een mooie manier? Je kan het gewoon kort benoemen of je kan er iets creatiefs mee doen:

- Foto/voorwerp plaatsen van die persoon
- Kaarsje branden (stilletjes terzijde of net duidelijk aangestoken tijdens het groeifeest als een moment om even aan hen te denken)
- Bij een ritueel ook voor hen iets voorzien (blanco briefje, een extra ballon, ...)



ALGEMENE TIPS

Zo, nu heb je veel specifieke informatie gekregen waarmee je hopelijk al wat inspiratie hebt opgedaan. Graag geven we je nog enkele algemene tips mee die wij als doorwinterde ritueelbegeleiders zelf ondervonden hebben. Leren van elkaars fouten is tof, dan hoeft je ze namelijk zelf niet te maken!



Less is more: Je hoeft niet aan elk onderdeel even veel aandacht te besteden. **Kies** samen met je kind wat de meeste focus verdient. Als je tien symbolische momenten op elkaar gaat stapelen, verliezen ze hun kracht. Hier komen de voorbereidende vragen uit stap 1 & 2 goed van pas. Toets af: bereik ik met mijn plan het gevoel en het doel dat ik voor ogen had?

Ook qua **tijd** hou je het best binnen de perken - 30 à 45 minuten zijn prima.



Ken je Pappenheimers. Je eigen feest op touw zetten heeft een groot voordeel: je kent je publiek als geen ander! Zijn er veel jonge kinderen aanwezig? Hou het actief en niet te lang. Stem je taalgebruik ook af op hen en praat niet over hun hoofd.

Ook voor **symbolische handelingen** maak je best de check wat werkt binnen jouw kring. Stel: je werkt met wensen of complimenten - zijn ze dan het type dat je best vooraf al eens laat nadenken (bv. al de opdracht meegeven in de uitnodiging) of komt er dan net niets van in huis en vraag je beter ter plekke om iets neer te schrijven? Beide systemen kunnen werken, de vraag is gewoon: wat past best bij jouw publiek?





Thema's: Een thema kan helpen als een **rode draad** doorheen je groeifeest. Dat kan een uitgesproken hobby of interesse zijn van je kind (sport, elfjes, superheld, ...) of een bepaalde stijl (het geheel als een sprookje brengen bv.) Maar voel je niet verplicht om er een thema bij te sleuren als je niet meteen iets kan bedenken. Een thema dat niet klopt, zal geen meerwaarde zijn. Sowieso is 'groei' het onderwerp van heel je ceremonie, dus ook daarmee creëer je al samenhang.



Verandering van spijs doet eten. Jij kiest zelf waar je klemtonen legt, maar zoek naar **verschillende manieren**. Laat verschillende mensen aan het woord, wissel praten af met iets actiefs, een streepje muziek, iets visueel, ... De aandachtsspanne van kinderen is niet zo lang als je ze niet blijft prikkelen en als we eerlijk zijn: zelf vinden we een beetje variatie toch ook tof?



Out of the box: De grenzen van je groeifeest zijn de grenzen van je **fantasie!** Binnen de aangeboden klassieke structuur kan je heel persoonlijk en creatief zijn maar denk je liever nog wat verder 'out of the box'? Prima! Je zou bijvoorbeeld de body kunnen vervangen door een tocht door het bos, waar het kind opdrachtjes kan uitvoeren, verhalen te horen krijgt, iets meekrijgt van de gasten, enz. Hier kan je misschien ook meer loslaten. Je vraagt personen om elk 'iets' te doen op zo'n halte en je ziet wel wat er van komt. Lekker verrassend!



TOT SLOT

Zoals gezegd, dit boekje is slechts een **aanzet**. We willen prikkelen en stimuleren, niet overdonderen met eindeloze lijsten aan voorbeelden. Doe er het jouwe mee! Google, lees, wissel uit met andere ouders, ga pinteresten. En... wees natuurlijk ook welkom bij een huisvandeMens voor een inspiratiegesprek op maat of een volledig begeleidingstraject. Onze dienstverlening is kosteloos en van harte!

Je kind groeit. Jij groeit. Maar ook wij groeien. De wereld staat niet stil, en we proberen ons aanbod af te stemmen op de evoluerende noden en vragen. Nog even op een rijtje welke **opties** je momenteel hebt binnen het vrijzinnige kader:

Humanistisch Verbond Ouders is de drijvende kracht achter de grote groepsleutefeeften via school. Voor meer info of de contactgegevens van het organiserende comité in jouw buurt, bezoek www.lentefeeft.be.

Bij een **huisvandeMens** kan je terecht voor:

- Individuele groeifeesten op maat
- Inspiratiegesprekken
- Ondersteuning van jouw kleinschalige groepsfeesten (als je met enkele ouders samen iets wil op touw zetten)
- Kleinschalige groepsleutefeeften (in sommige regio's). Neem contact voor meer info.

We modereren ook een facebookgroep waar je inspiratie kan vragen of delen: www.facebook.be/groups/groeifeestvoordoehetzelfers

Misschien ben je nu al een heel eind op weg geholpen? Wij hopen het alvast. **Feedback** of **suggesties** zijn zeker ook welkom, zo kunnen wij onze dienstverlening nog verder verfijnen.

Wie weet kunnen wij op een later punt in je leven opnieuw van betekenis zijn? Een nieuw kindje verwelkomen, een relatie vieren, afscheid nemen van iemand? Je voorafgaande zorgplanning op punt zetten? Een luisterend oor bieden bij moeilijke momenten? Gooi een lijntje uit naar ons, we helpen je met veel plezier verder!

A	B	C	D	E	F	G
H	I	J	K	L	M	N
O	P	Q	R	S	T	U
V	W	X	Y	Z	1	2
3		5	6	7	8	★

A	B	C	D	E	F	G
H	I	J	K	L	M	N
O	P	Q	R	S	T	U
V	W	X	Y	Z	1	2
3	4	5	6	7	8	9

A	B	C	D	E	F	G
H	I	★	K	L	M	N
O	P	Q	R	S	T	U
V	W	X	Y	Z	★	2

DE HUIZENVANDE MENS IN WEST-VLAANDEREN



huisvandeMens Brugge

Hauwerstraat 3c

8000 Brugge

050 33 59 75

brugge@deMens.nu

- www.facebook.com/huisvandemensbrugge



huisvandeMens Diksmuide

Esenweg 30

8600 Diksmuide

051 55 01 60

diksmuide@deMens.nu

- www.facebook.com/huisvdmensdiksmuide



huisvandeMens Ieper

Korte Torhoutstraat 4

8900 Ieper

057 23 06 30

ieper@deMens.nu

- www.facebook.com/huisvandemensieper



huisvandeMens Kortrijk

Overleiestraat 15A

8500 Kortrijk

056 25 27 51

kortrijk@deMens.nu

- www.facebook.com/huisvandemenskortrijk



huisvandeMens Roeselare

Godshuislaan 94

8800 Roeselare

051 26 28 20

roeselare@deMens.nu

- www.facebook.com/huisvandemensroeselare



- www.vrijzinnigwestvlaanderen.be

- www.facebook.com/vrijzinnigwestvlaanderen

Adressen buiten West-Vlaanderen? Check www.demens.nu!