



BASECAMP 10

MENUKAART 2024

Sterk en weerbaar

WKARAKTER **+** ACADEMIE



INTRODUCTIE

De Karakter Academie is er voor iedereen

DKA biedt programma's, opleidingen en trainingen aan voor mens en organisatie, gebaseerd op vele jaren kennis en ervaring met sterk wisselende culturen, zowel nationaal als internationaal. Het programma-aanbod richt zich op een inclusieve maatschappij, iedereen doet mee.

We werken aan gedragsverandering door het verder ontwikkelen van eigen drijfveren, motivatie, zelfvertrouwen en zelfinzicht, zingeving, grenzen en wensen, waardevolle keuzes en gedrag. Dit gieten we in een mooi programma, wat leidt tot (weer) weten wie je bent en wat je wil in het leven – tot een nieuwe richting. In ons aanbod zal het fysieke-, mentale-, emotionele en de persoonsvorming altijd als rode draad door de trainingen lopen.

HOE?

Wij maken mensen en organisaties sterker en weerbaarder door middel van een intensief mentaal en fysiek trainingsprogramma dat wordt gegeven door **oud-commando's en overige experts**. Dankzij de combinatie van outdoor activiteit, - sport en persoonlijk leiderschapstrainingen ervaart de deelnemer lijfelijk het verschil t.o.v. een passieve levenshouding. Het resultaat? Een maatschappij met minder uitval, die **krachtiger, weerbaarder** en **gelukkiger** is.

DKA biedt een scala aan intensieve en succesvolle trainingen. We gebruiken unieke en bewezen methodes en zijn daardoor zeer effectief:

- Methodes, achtergrond coaches, aangevuld met ervaren specialisten.
- Daadkrachtig, duidelijk en effectief
- Praktische en nuchtere instelling
- Beter door oefening, beleving en doen!

Bij De Karakter Academie geloven we dat mentale gezondheid verder gaat dan de afwezigheid van klachten. Het draait om kracht, balans en het vermogen om uitdagingen aan te gaan. De sleutel? Karaktervorming. Wij bieden verschillende interventies met een unieke aanpak waarbij praten en doen hand in hand gaan. Theorie en praktijk versterken elkaar, zodat inzichten direct toepasbaar worden. Onze programma's zijn ontwikkeld om mentale weerbaarheid te vergroten en je te helpen grip te krijgen op je eigen leven.

De duur, inhoud en zwaarte van de trainingen wordt naar wens op maat gemaakt of aangepast. Deze brochure geeft specifiek inzicht in onze Basecamp 10 activiteiten.



BASECAMP 10

Deze trainingen zijn kernachtig en kort. We gebruiken een transparante methode om helder en veilig het eigen gedrag en het gedrag van het team zichtbaar te maken. Hoe zie ik mezelf en hoe zien de overige teamleden mij. Door gebruik te maken van outdoor simulaties leren we op een snelle manier naar elkaars gedrag te kijken met als doel persoonlijke kwaliteiten beter te ontwikkelen en in te zien. Kernwoorden hierbij zijn: Respect Aandacht en Vertrouwen (RAV). We besteden weinig tijd aan lange theoretische sessies, maar des te meer aan praktijk momenten met kernachtige feedback.

Centraal staat de invloed van de eigen rol op het team en de wisselwerking met de overige teamleden. De diversiteit aan opdrachten zorgt ervoor dat we steeds opnieuw geprikkeld worden om de juiste kwaliteiten binnen het team in te zien en te verbeteren. We krijgen een beter beeld van persoonlijke kwaliteiten binnen het team.

Door mensen de mogelijkheid en ruimte te geven om persoonlijke kwaliteiten verder te ontwikkelen en in te zien zal dit de team-output verbeteren. Het bijzondere karakter van de diverse locaties en met unieke mogelijkheden draagt ertoe bij dat we buiten onze comfort zone leren kijken.

Deelnemers worden geholpen hun fysieke en mentale prestatievermogen te optimaliseren. Het verbeteren van de proactieve aanpak voor het creëren van balans in de eigen (werk)omgeving, zodat men zich steeds beter bewust wordt van oorzaken en gevolgen van stress en hoe deze te hanteren.

Zicht krijgen op effecten van het eigen gedrag in samenwerking met anderen. Inzicht verschaffen in verschillende leiderschapsstijlen, afgestemd op individuele gedragingen en kernkwaliteiten van de teamleden. Inzichten die moeten resulteren in praktische aanbevelingen voor de eigen werkplek en persoonlijke situatie. Werken met eigen managementthema's en dilemma's is mogelijk.





PROGRAMMA

Het programma bestaat uit (meer)daagse activiteiten. Wij maken gebruik van diverse locaties in binnen- en buitenland. Onderstaand wordt per programma de globale opzet besproken. Definitieve invulling verzorgen wij graag met de opdrachtgever. Er wordt een keuze gemaakt uit een aantal (outdoor) activiteiten die als middel gebruikt worden om de vooraf gestelde doelen te bereiken: bushcraft, teamontwikkeling, boksen, kracht en conditie, wandelen, persoonsvorming, rugby, grensverleggende activiteiten, bootcamp, fiets en ATB-activiteiten. Dit samengevoegd in een programma zorgt voor unieke ervaringen.

KARAKTERDAGEN, 8-12UUR

Het programma wordt aangeboden in carrouselvorm op locaties naar keuze en kan bestaan uit verschillende onderdelen. Het thema van de dag wordt in overleg vastgesteld. Het verzorgen van tussendoortjes, lunch en het diner behoren tot de mogelijkheden.

TRAIN DE TRAINER PROGRAMMA, 48 UUR

Een exclusieve, innovatieve, opleiding van 48 uur aaneengesloten, gericht op het beïnvloeden van docent/trainers gedrag met als doel de kwaliteit van de reflectie te verhogen. Binnen het programma is het inzicht/ervaring van de coach leidend voor de juiste invulling van de vorming/gedragsbeïnvloeding.

Vooraf wordt de inhoud in overleg vastgesteld. Het programma geeft hier verder richting aan en is gericht op het 'prikkelen' van specifieke, noodzakelijke drijfveren. Dit programma wordt aangeboden op de locaties: Fort Sabina en Winterberg.



BASECAMP 10 FORT SABINA, 48 UUR

Op dit mooie erfgoed organiseren wij meerdere activiteiten waaronder een Basecamp 10 programma. Gebruikmakend van de mogelijkheden die het fort en de omgeving bieden wij ook hier uitdagende programma's aan.

BASECAMP 10 WINTERBERG, 48UUR

Deze locatie leent zich voor tal van activiteiten. Iedereen kan op eigen niveau grenzen verkennen. Een spannend klim- en buitensportprogramma, of een mooie wandeling in de prachtige omgeving behoren tot de mogelijkheden. In samenwerking met onze partner Prof Training Center wordt een uniek, grensverleggend programma aangeboden.

Voor dit programma kunnen we in iedere gewenste accommodatie voorzien. Dit geldt voor overnachting en catering.

We hebben op opties van zeer primitief tot super de luxe. We beschikken over diverse accommodaties, of het nu een verblijf is in een grot of een 4 sterren accommodatie waar u kunt genieten van een welverdiende rust na een inspannende dag.

BASECAMP 10 BEST, 48 UUR

Op deze uitdagende locatie, net ten noorden van Eindhoven, organiseren wij Basecamp 10 programma's in samenwerking met onze partner BBS Outdoor. Samen met anderen heerlijk in de natuur actief zijn

BASECAMP 10 KATWIJK, 24 UUR

Bij onze partner Green Adventures worden door ons Basecamp 10 evenementen georganiseerd. De ligging vlak bij het strand biedt unieke mogelijkheden.

MEERDAAGSE PROGRAMMA'S POLEN EN SCHOTLAND OP AANVRAAG

Onze partners in Polen en Schotland maken het mogelijk meerdaagse, volledig verzorgde reizen aan te bieden met op maat gemaakte programma's. Wij gaan graag in gesprek om de mogelijkheden te bespreken.



COÖRDINERENDE BEPALINGEN EN KOSTEN

Dit programma wordt gerealiseerd door navolgende partners van De Karakter Academie BV.

Neem contact op met info@dekarakteracademie.nl en vraag een offerte op maat aan!

PARTNERS



Outdoor
Roosendaal



FRANS VAN ZEELAND

GERARD BROSENS

RESULTATEN EN IMPACT

Resultaat en Impact meten begint met een verandertheorie: een nauwkeurige beredenering van hoe we veronderstellen impact te maken. Ons werk bestaat uit verschillende type activiteiten. Uit deze activiteiten komen effecten en hogere effecten voort. Door te meten of en in welke mate deze effecten optreden weten we welke impact we maken en of we ons werk dus goed doen. Hiernaast worden bij aanvang van programma's 0-metingen uitgevoerd en na afloop wordt het resultaat vastgelegd aan de hand van onderzoek, evaluaties en metingen. De resultaten worden vastgelegd in procesevaluaties en zijn inzichtelijk.



CONTACT

DKA Managementteam Basecamp 10

Raymond Bochove

Telefoon: 06-54221475

E-mail: raymond@dekarakteracademie.nl

Ed Oskam

Telefoon: 06-19919377

E-mail: ed@dekarakteracademie.nl



www.dekarakteracademie.nl