



Samen Sterk

SINDS 1945

Programma Aanbod 2025



De sfeer in Doorn en omgeving
voelt als thuiskomen
en erbij horen



Samen Sterk

SINDS 1945

Trots op ons BNMO-aanbod voor 2025, het jaar van ons 80-jarig bestaan.

Onze verbindende, versterkende, verdiepende nazorg- en lotgenotenprogramma's, onder deskundige begeleiding van onder meer het NLVi, worden weer mogelijk gemaakt door de financiële ondersteuning van het Vfonds.

De uitvoering vindt plaats in nauwe samenwerking met het NLVi, met hen evalueren en monitoren wij ons aanbod. Met u en onze samenwerkingspartner kijken en zoeken wij naar nieuwe, verbeterende en inspirerende programma's mede op basis van de adviezen en evaluaties, die wij van u als deelnemer van ons aanbod mogen ontvangen. Dit helpt ons ook om te zien of ze aansluiten bij uw wensen en verwachtingen; wat mist u of kan beter? Maar bovenal: wat vindt u goed en mag misschien wel vaker?

Zoals u weet ontvangt de BNMO al sinds zeer geruime tijd een verminderende bijdrage voor het programma-aanbod. De BNMO staat voor majeure veranderingen die leiden tot een betere financiële toekomstbestendigheid. Dit betekent ook dat er vanaf 2026 een aantal veranderingen gaan plaatsvinden. Het ministerie van Defensie zal meer verantwoordelijkheid gaan nemen voor alle dienstslachtoffers en financiering van onder meer onze programma's. Kijkend naar de al geruime tijd verminderende bijdragen ontkomen wij er niet aan om ook nu weer keuzes te moeten maken. De BNMO doet dit niet vanuit 'het hart', maar vanuit realiteit. Maar vooral ook met dankbaarheid voor wat nog wel kan en wij u nog kunnen aanbieden.

In ons aanbod zult u programma's herkennen, sommige gewijzigd en aangepast, enkele verminderd, maar ook een vernieuwd aanbod. Weet dat zij, ook in goed overleg met u, zijn samengesteld. Om u - en uw gezin - te helpen ervaringen te verwerken. Wij hopen dat dit mag bijdragen aan uw perspectief en kwaliteit van leven.



*Ronald Odenkirchen,
Algemeen voorzitter BNMO*

Foto: Erik Kottier

Ik zie er naar uit u in Doorn te mogen ontmoeten.

Het blijft komend jaar nog bij het oude!

U heeft ongetwijfeld meegekregen dat de BNMO hard aan de weg heeft getimmerd om dienstslachtoffers de erkenning en waardering te geven die ze verdienen. Een uiterlijke blijk daarvan is de ontwikkeling van een draaginsigne voor dienstslachtoffers. Een belangrijk en tastbaar resultaat. Een andere belangrijke ontwikkeling is dat Defensie haar verantwoordelijkheid als werkgever van dienstslachtoffers meer invulling gaat geven. In de praktijk zal dit betekenen dat Defensie mee gaat financieren met de programma's voor dienstslachtoffers. Hoe dat allemaal precies vorm gaat krijgen wachten we nog even af.

Voor u ligt weer een mooi programma dat met zorg door de BNMO en het Nederlands Veteraneninstituut voor u is samengesteld. Wij hopen u volgend jaar weer van harte te mogen ontvangen in Doorn.

Wij blijven ons daar in elk geval onverminderd hard voor inzetten!



*Paul Hoefsloot,
Brigadegeneraal
Directeur-Bestuurder*

Foto: Nederlands Veteraneninstituut

Inhoud

Voorwoord algemeen voorzitter BNMO en directeur-bestuurder NLVi	2
Introductie: verbindend, versterkend verdiepend	4
Kalender programma's BNMO 2025	16
Programma voor Politieleden	22
Aanmelden en annuleringsvoorwaarden	29
Aanvullende informatie	31
Overige informatie	31



Willem van Lanschotlaan 1
3941 XV Doorn
Tel. 0343-474110
www.bnmo.nl
secretariaat@tvo.bnmo.nl

Op de cover:

programma-aanbod voor jong en
oud, binnen en buiten.

Programma's voor de leden

pagina

6



Programma's voor partners, gezin en 2^e generatie

pagina

23



Verbindend, Versterkend, Verdiepend!

BNMO-leden mogen samen met hun partner, indien van toepassing, in totaal maximaal 10 dagen per kalenderjaar deelnemen aan begeleidingsprogramma's.

De begeleidingsprogramma's van de BNMO zijn erop gericht om elkaar te ontmoeten, sterker te worden en jezelf verder te ontwikkelen. Onze programma's zijn met andere woorden: verbindend, versterkend en verdiepend. In deze gids en op onze website worden de programma's ook zo aangeduid. Dus je weet direct wat voor soort programma het is en kunt daardoor een betere keuze maken.



Indeling van het aanbod

Het programma-aanbod bestaat uit **verbindende**, **versterkende** en **verdiepende** programma's. Bij de **verbindende** programma's gaat het vooral om het onderling contact. Je ontmoet leden die soortgelijke ervaringen hebben als jij. Hierdoor ontstaat vanzelfsprekend herkenning van en erkenning voor wat je hebt meegemaakt. De **versterkende** programma's bieden onderling contact en concentreren zich rond een bepaald thema, zoals een herdenking, een missie of activiteit. Leg je graag de focus op je persoonlijke ontwikkeling, dan zijn er de **verdiepende** programma's. Bij deze programma's krijg je veel persoonlijke aandacht en is er volop ruimte voor jouw specifieke situatie. Verder is het programma welke specifiek is bedoeld voor onze leden met een politieachtergrond onder een apart kopje herkenbaar vermeld in de gids. Dat geldt ook voor de programma's die bedoeld zijn voor de partners, gezin en 2de generatie.

Duur programma's

De begeleidingsprogramma's variëren in duur. Bij het programma van je keuze staat hoelang het programma duurt. De aankomst- en vertrektijden kunnen variëren. Informatie hierover vind je ook bij de programmabeschrijvingen.

Inhoud programma's

In deze gids wordt bij de verschillende programma's een aantal activiteiten genoemd, die als voorbeeld dienen van

activiteiten die mogelijk aangeboden zullen worden. Indien nodig kunnen de programmamakers vergelijkbare en/of gelijkwaardige activiteiten aanbieden. Bij de start van het programma wordt het aanbod van activiteiten toegelicht.

Kosten programma's

Het grootste gedeelte van de kosten van de BNMO en ons programma aanbod, wordt gesubsidieerd door Vfonds. Als deelnemer betaal je slechts een eigen bijdrage van € 22,50 per persoon per dag.

Als je vóór of na een programmadeelname wenst te overnachten, kun je naar de mogelijkheden vragen bij de Servicedesk van het Nederlands Veteraneninstituut (NLVi). Kosten verbonden aan deze overnachting(en) en eventueel ontbijt, zijn ook voor eigen rekening. Dat geldt tevens voor het overnachten bij het programma 'Introductiedag BNMO' te Doorn.

Deelname aan programma's

Als je je aanmeldt voor een programma, neem je in principe deel aan alle onderdelen, tenzij het echt niet anders kan. Houd hiermee ook rekening bij de keuze van het programma. Als je twijfelt of een bepaald programma past bij jouw mogelijkheden, neem dan vooraf contact op met de Servicedesk van het NLVi. Mocht je tijdens je verblijf onverwacht niet kunnen deelnemen aan een activiteit, dan meld je dit vooraf bij de programmacoördinator. Gezamenlijk kunnen jullie dan kijken wat eventueel wel mogelijk is.



Digitale programma-informatie en aanmelden

De programma's in deze gids kun je ook digitaal bekijken op de website www.bnmo.nl, onder het tabblad Programma Aanbod. Je kunt je online direct aanmelden voor alle programma's.

Het Nederlands Veteraneninstituut

In opdracht van de BNMO voert het Nederlands Veteraneninstituut (NLVi) de begeleidingsprogramma's uit die in deze gids staan. Je aanmelding voor deze programma's wordt door de Servicedesk van het NLVi verwerkt. Neem de



De Servicedesk van het Nederlands Veteraneninstituut.

aanmeldingsprocedure goed door. Bij onduidelijkheden kun je contact opnemen met de Servicedesk, telefoonnummer: 088 334 0050. Mocht je onverwacht je aanmelding moeten annuleren, dan verzoeken we je dringend dit tijdig en zo snel mogelijk aan het NLVi door te geven. Je geeft hiermee andere leden de kans om deel te nemen, die mogelijk nog op de wachtlijst staan. Meer informatie over het aanmelden en annuleren vind je achter in deze gids op pagina 29.

Extra kleine bijdrage programma's

Soms biedt het NLVi een extra activiteit aan buiten het hoofdprogramma. De trainer zal dit vooraf bij het welkomstwoord melden. Je kunt je separaat hiervoor aanmelden. Het komt ook voor dat deelnemers zelf verzoeken om een extra activiteit tijdens een verblijf. In dat geval bekijkt de trainer/coach of er mogelijkheden zijn om aan een dergelijke wens te voldoen. In genoemde gevallen kan een kleine extra bijdrage (maximaal € 10,- per persoon) worden gevraagd.

Evaluatie programma's

Aan het eind van een programma vragen we je een digitaal evaluatieformulier in te vullen, soms in combinatie met een mondelinge evaluatie. Hiermee willen we de kwaliteit van het gebodene blijven bewaken en waar nodig verbeteren. Daarom is het van belang deze vragen zo goed en volledig mogelijk te beantwoorden.

Programma's voor leden

Dit zijn verbindende, versterkende en verdiepende programma's bestemd voor alle leden, tenzij anders aangegeven.

Introductiedag BNMO in Doorn

Verbindend programma



Je kunt kennismaken met de BNMO en krijgt informatie over de diverse programma's die jaarlijks georganiseerd worden. Gedurende deze dag kun je kennismaken met een creatieve en/of sportieve activiteit zoals happystones maken of een wandeling. Je krijgt een rondleiding door het NLVi-gebouw en ziet een verscheidenheid aan trainingsfaciliteiten, een fitnessruimte, hotelkamers en het restaurant. Verder ontmoet je op deze dag ook andere (nieuwe) BNMO-leden en is er ruimte voor onderling contact.

Wat: 1-daags programma; van 10.00 - 16.00 uur, incl. lunch.

Wie: Voor (nieuwe) leden en hun partners die nog niet eerder bij het NLVi in Doorn zijn geweest. Minimaal 12 en maximaal 16 deelnemers.

Wanneer: 5 april.

Prijs: Er geldt geen eigen bijdrage voor deelname aan dit programma.

Deelname gaat niet af van het aantal begeleidingsdagen.

Moral Injury

Verdiepend programma



Je hebt in je behandeling wel zicht gekregen op het trauma en de verwerking daarvan, maar er zit nog een laag onder waar je niet goed bij kunt. Je houdt nog steeds gevoelens van schuld, spijt en misschien ook wel schaamte. Maar waarom eigenlijk? Je weet het niet meer en allerlei gevoelens lopen door elkaar. Hoe nu verder? In deze 4 dagen gaan wij op reis om te onderzoeken hoe dit voor jou is. Daar is moed voor nodig. Als je door een verwonding vastgelopen bent in het leven, kan er een aanleiding zijn om over de drempel van je gewone leven te stappen en op onderzoek te gaan naar wie je nu ten diepste bent. Deze moeilijke taak van zelfontdekking en zelfontwikkeling wordt ook wel 'de reis van de held' genoemd en dit verhaal vormt de rode draad door dit programma.

Wat: 4-daags programma plus een terugkomdag: je arriveert op dag 1 om 10.30 uur en vertrekt op dag 4 om 15.30 uur. Op de terugkomdag arriveer je om 10.00 uur en je vertrekt dezelfde dag om 15.00 uur.

Wie: Voor leden. Minimaal 4 en maximaal 8 deelnemers.

Wanneer: 17 - 20 juni.

Locatie: Emmausklooster te Velp.

Terugkomdag: 11 november.

Locatie: NLVi in Doorn.

Prijs: Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Programma's voor leden

Weekend vredesmissieveteranen en partners

Versterkend programma



In dit programma ontmoet je andere leden en hun partners. Er is ruimte om te praten en ervaringen uit te wisselen in een prettige en ontspannen sfeer. Wij werken aan bewustwording. Wij helpen jou om een stap in je proces te maken. Via verschillende sportieve en creatieve activiteiten kom je erachter wat jullie gemeen hebben en hoe jullie elkaar als maten kunnen steunen.

- Wat:** 2-daags programma; je arriveert op dag 1 om 15.00 uur en je vertrekt op dag 3 na de lunch.
- Wie:** Voor veteranen en partners met missies vanaf 1979.
Minimaal 10 en maximaal 20 deelnemers.
- Wanneer:** 14 – 16 februari.
- Prijs:** Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Weekend vredesmissieveteranen en partners

Verdiepend programma



Je bent op een vredesmissie geweest en dat heeft invloed op je leven en dat van je partner. Je ontmoet andere veteranen en hun eventuele partners waar je verhalen mee kan delen. Je zult hierin ook (h)erkenning vinden. Door actief deel te nemen aan zowel creatieve en sportieve activiteiten als gesprekken, onder begeleiding van ervaren coaches, kun je met dit programma opnieuw definiëren wat voor jou waardevol is en hoe jij jezelf wilt ontwikkelen. Er is genoeg ruimte voor voldoende rust en ontspanning tussen de activiteiten.

Aanvullende informatie:

Dit programma is een verdiepende variant op het versterkende programma 'Weekend Vredesmissieveteranen en partners'.

- Wat:** 2-daags programma; je arriveert op dag 1 om 15.00 uur en je vertrekt op dag 3 na de lunch.
- Wie:** Voor veteranen en partners van missies vanaf 1979.
Minimaal 8 en maximaal 12 deelnemers.
- Wanneer:** 14 – 16 februari.
- Prijs:** Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Programma's voor leden

Schrijf je eigen verhaal

Verdiepend programma



Schrijf jij graag en wil je weten wat schrijven voor jou kan betekenen? Dan is 'Schrijf je eigen verhaal' precies iets voor jou. Uit onderzoek blijkt dat schrijven goed is en helpt bij het verkrijgen van inzicht en emotionele rust. Dit programma is een verrassende introductie tot schrijven als waardevol hulpmiddel voor het verwoorden van herinneringen, ervaringen en gebeurtenissen. Hoe heb ik dat gedaan? Hoe heb ik dat ervaren? Wat heb ik daarvan geleerd? Maar vooral ook: wat betekent dat voor mijn toekomst?

De veelzijdige vragen en opdrachten helpen je om jouw levensverhaal in kaart te brengen. De korte, gerichte oefeningen roepen niet alleen herinneringen, maar ook nieuwe wensen en doelen op. Het gaat erom te ontdekken waar jij blij van wordt, wat jij waardeert en waar jouw sterke punten liggen. Er is geen schrijfervaring nodig. Dit programma is geschikt als je nog niet eerder een schrijfprogramma hebt gevolgd.

- Wat:** 3,5-daags programma; je arriveert op dag 1 om 10.00 uur en je vertrekt op dag 4 om 15.00 uur.
- Wie:** Voor leden en hun partners.
Minimaal 8 en maximaal 10 deelnemers.
- Wanneer:** 10 – 13 februari.
- Prijs:** Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Schrijf verder aan je verhaal

Verdiepend programma



Heb je ooit een schrijfprogramma via de BNMO gevolgd en zou je graag verder willen met schrijven? Nieuwe verhalen schrijven of verdergaan met waar je gebleven bent? In dit programma nodigen we je uit tot schrijven door gezamenlijke schrijf oefeningen te doen en daarnaast op individueel niveau ondersteuning te bieden aan jouw schrijfproces. Ga verder in de ontdekkingsreis van wie je bent, waar je blij van wordt, wat je belangrijk vindt en waar je krachten liggen. Dit programma is alleen geschikt als je eerder deel hebt genomen aan het programma 'Schrijf je eigen verhaal'.

- Wat:** 2,5-daags programma; je arriveert op dag 1 om 10.00 uur en je vertrekt op dag 3 om 15.00 uur.
- Wie:** Voor leden en hun partners.
Minimaal 8 en maximaal 10 deelnemers.
- Wanneer:** 2 – 4 juni.
- Prijs:** Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Programma's voor leden

4-daags Ontmoetingspunt Doorn (OPD)

Verbindend programma

Het traditionele 4-daags programma Ontmoetingspunt Doorn (OPD) biedt veel onderling contact, ontspanning, afleiding en vermaak. Er is een gevarieerd aanbod aan zowel actieve als creatieve activiteiten met voldoende rustmomenten tussendoor. Door de vele keuzemogelijkheden kun je de activiteiten optimaal afstemmen op jouw wensen en behoeften.

Wat: 4-daags programma; je arriveert op dag 1 om 13.00 uur, vertrek op dag 5 na het ontbijt. Als je op de dag van aankomst gebruik wilt maken van de lunch, kun je dit aangeven bij je aanmelding. De kosten van deze lunch zijn voor eigen rekening.

Wie: Leden en hun partners.

Wanneer: OPD algemeen 1 24 - 28 februari
(Minimaal 16 en maximaal 48 deelnemers)

OPD algemeen 2 24 - 28 maart
(Minimaal 16 en maximaal 48 deelnemers)

OPD algemeen 3 7 - 11 april
(Minimaal 16 en maximaal 48 deelnemers)

OPD (incl. Van Ewijckgroep) 20 - 24 oktober
(Minimaal 16 en maximaal 48 deelnemers)



Voor de OPD (inclusief Van Ewijckgroep) geldt dat leden die betrokken zijn geweest bij de Van Ewijck voorrang krijgen bij plaatsing.

Prijs: Voor deze programma's geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.



Programma's voor leden

Ervaringen met Nieuw-Guinea

Verdiepend programma



Je bent uitgezonden geweest naar Nieuw-Guinea en je wilt graag andere Nieuw-Guinea-veteranen en hun partners ontmoeten. Met elkaar in contact zijn, je ervaringen delen tijdens groepsgesprekken. Je hebt behoefte aan (h)erkenning en steun. Je wilt ondersteuning bij herinneringen die nog altijd een rol spelen en hebt behoefte aan informatie en advies. Als partner wil je onderzoeken welke invloed de impact van een uitzending op jezelf heeft en hoe je hier goed mee om kunt gaan. Ter afwisseling van de gesprekken kunnen jullie beiden aan ontspannende activiteiten deelnemen.

- Wat:** 4-daags programma; je arriveert op dag 1 om 11.30 uur en je vertrekt op dag 5 na het ontbijt.
- Wie:** Voor Nieuw-Guinea-veteranen en hun partners. Minimaal 8 en maximaal 40 deelnemers.
- Wanneer:** 31 maart – 4 april.
- Prijs:** Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Ervaringen met Nieuw-Guinea

Versterkend programma



Je bent uitgezonden geweest naar Nieuw-Guinea en je wilt andere Nieuw-Guinea-veteranen en hun partners ontmoeten en je ervaringen delen tijdens groepsgesprekken. Er is ruimte om elkaar te spreken over de impact van de uitzending en ter afwisseling kunnen jullie beiden deelnemen aan creatieve en sportieve activiteiten. Het programma 'Ervaringen met Nieuw-Guinea, verdiepend' staat links op deze pagina.

- Wat:** 4-daags programma; je arriveert op dag 1 om 11.30 uur en je vertrekt op dag 5 na het ontbijt.
- Wie:** Voor Nieuw-Guinea-veteranen en hun partners. Minimaal 10 en maximaal 40 deelnemers.
- Wanneer:** 14 – 18 juli.
- Prijs:** Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Programma's voor leden

OPD Feestelijk Pasen

Verbindend programma



Denk je aan Pasen, dan denk je aan eieren, kuikentjes en jonge paastakken. Dit alles verwijst naar nieuw leven en een nieuw begin. In Doorn ontmoet je gelijkgestemden en brengen we gezamenlijk de paasdagen door.

Er zijn diverse sportieve en creatieve activiteiten met het paasthema gepland. Op eerste paasdag vindt een paasviering plaats. Met samenzijn, activiteiten en ontmoeting willen we graag met elkaar verbinden.

Wat: 4-daags programma; je arriveert op dag 1 om 11.30 uur en je vertrekt op dag 5 na het ontbijt.

Wie: Voor leden (alleenstaand of met partner). N.B.: Alleenstaanden krijgen voorrang bij aanmelding. Minimaal 16 en maximaal 36 deelnemers.

Wanneer: 18 - 22 april.

Prijs: Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

OPD Herdenken en vieren 4 en 5 mei

Versterkend programma



Aan wie of wat denk jij op 4 en 5 mei? Welke herinneringen komen er tegenwoordig in je op? Via dit programma bieden wij de ruimte om ervaringen en gedachten te delen. Ook staan we stil bij de betekenis van vrijheid. Hoe belangrijk is vrijheid voor jou en wat is ervoor nodig om je vrij te voelen? Daarnaast worden er ook sportieve en ontspanningsactiviteiten aangeboden die gericht zijn op herdenken.

Samen gedenken wij hen, die het leven hebben gegeven voor onze vrijheid. De herdenkingsbijeenkomst vindt plaats op 4 mei in het Atrium. Samen herdenken we de slachtoffers van de Tweede Wereldoorlog (burgers en soldaten), oorlogssituaties en latere vredesmissies.

's Avonds kun je hier op de televisie kijken naar de Nationale Dodenherdenking op de Dam.

Wat: 4-daags programma; je arriveert op dag 1 om 11.30 uur en je vertrekt op dag 5 na het ontbijt.

Wie: Voor leden én hun partners en voor hen die de Tweede Wereldoorlog hebben meegemaakt. Minimaal 16 en maximaal 36 deelnemers.

Wanneer: 2 - 6 mei.

Prijs: Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Aanvullende informatie:

Leden en hun partners die de Tweede Wereldoorlog hebben meegemaakt krijgen voorrang bij plaatsing.

Programma's voor leden

Ervaringen dienstslachtoffers

Versterkend programma



Je bent dienstslachtoffer en je wilt graag gelijkgestemden ontmoeten in een ontspannen sfeer. Je kunt deelnemen aan groeps gesprekken waarin je ervaringen en verhalen deelt en steun vindt bij elkaar. Of je neemt deel aan ontspannende, creatieve en/of sportieve activiteiten. Van werken met klei, een paracord armband maken tot boogschieten of zwemmen.

Ontmoeten en verbinden staat bij die programma's wederom centraal. De wederzijdse steun en solidariteit onder dienstslachtoffers (van alle leeftijden) is groot. Het vinden van erkenning en herkenning is belangrijk. Daarom ben je van harte welkom, net als je eventuele partner.

Wat: 4-daags programma; je arriveert op dag 1 om 11.30 uur en je vertrekt op dag 5 na het ontbijt.

Wie: Voor dienstslachtoffers en hun partners.
Minimaal 10 en maximaal 30 deelnemers.

Wanneer: 3 – 7 maart en 29 september – 3 oktober.

Prijs: Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.



Midweek sportief óf creatief

Versterkend programma



Samen sportief bezig zijn, je creatief ontwikkelen. Voorafgaand aan het programma geef je jouw voorkeur aan. Je partner en jij kunnen tijdens dit programma deelnemen aan diverse activiteiten. In de ochtend krijg je activiteiten aangeboden die passen bij jouw keuze, sportief of creatief. Denk aan fietsen, wandelen en zwemmen, maar ook aan schilderen op muziek, pyrografie en speksteen bewerken. In de middag zijn er diverse vrijetijdsactiviteiten waaraan je kunt deelnemen. De keuze voor sportieve of creatieve activiteiten dien je kenbaar maken op het aanmeldingsformulier.

Wat: 4-daags programma; je arriveert op dag 1 om 11.30 uur en vertrekt op dag 5 na het ontbijt.

Wie: Voor vitale leden en hun partners.
Minimaal 16 en maximaal 40 deelnemers.

Wanneer: 1 – 5 december.

Prijs: Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Programma's voor leden

Van stress naar ontspanning

Verdiepend programma



Dit programma is erop gericht om jou rust en ontspanning te laten ervaren. De verschillende modules zijn zo samengesteld dat je zicht krijgt op stressfactoren en leert wat ontspannend kan werken. Middels diverse bewegingsvormen en creatieve ontspannende activiteiten krijg je inzicht in wat voor jou wel en niet helpend is. Voorbeelden van activiteiten die in het programma opgenomen kunnen zijn, zijn yoga (nidra), mindfulness, mandala tekenen, shinrin-yoku (bosbaden) en totem-tak schilderen.

- Wat:** 4-daags programma; je arriveert op dag 1 om 11.30 uur en je vertrekt op dag 5 na het ontbijt.
- Wie:** Voor leden en hun partner. Met name geschikt tot 65 jaar.
Minimaal 10 en maximaal 16 deelnemers.
- Wanneer:** 10 - 14 februari en 2 - 6 juni.
- Prijs:** Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Creatieve ontdekkingsreis

Versterkend programma



Creativiteit is het vermogen om nieuwe dingen te bedenken of te creëren. Met creativiteit kom je tot innovatieve oplossingen en nieuwe manieren van werken. Ga mee op een creatieve ontdekkingsreis waarin jij jouw onvermoede talenten naar boven laat komen.

Tijdens dit programma staan ontspanning en plezier voorop. Het actief creatief bezig zijn, kan een positieve invloed hebben op je gemoedstoestand en geeft je inzicht in jouw manier van denken en verwerken. Er worden verschillende creatieve technieken aangeboden, afhankelijk van de groepsgrootte. Je kiest van tevoren met welke techniek je aan de slag gaat tijdens het programma. Ervaring is niet nodig.

Aanvullende informatie:

Dit programma wordt tegelijk aangeboden met het programma 'Ben jij graag in beweging?' Jij en jouw partner kunnen deze programma's onafhankelijk van elkaar volgen. Geef dit aan bij inschrijving. Binnen het programma zelf is er een beperkte mogelijkheid om aan een onderdeel van het programma 'Ben jij graag in beweging?' mee te doen en alleen na overleg met de programmacoördinator van dat weekend.

- Wat:** 2-daags programma; je arriveert op dag 1 om 15.00 uur en je vertrekt op dag 3 na de lunch.
- Wie:** Voor creatieve leden en hun partners, met name geschikt tot 65 jaar.
Minimaal 10 en maximaal 20 deelnemers.
- Wanneer:** 21 - 23 februari en 16 - 18 mei.
- Prijs:** Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Programma's voor leden

Ben jij graag in beweging?

Versterkend programma



Een actief weekend, waarin plezier, ontspanning en het ontmoeten van elkaar voorop staan. Sportief bezig zijn, kan helpen in een herstelproces. Er is in dit programma ruimte om daarin stappen te maken. Er worden steeds wisselende activiteiten georganiseerd. Denk hierbij aan mountainbiken, wandelen, fitnesssen, smoothcampen, kubben, fietsen en nog veel meer. Dit is per programma verschillend. Ervaring is niet nodig. Een lichte fysieke beperking hoeft geen belemmering te zijn. Neem bij twijfel contact op met de Servicedesk.



Aanvullende informatie:

Dit programma wordt tegelijk aangeboden met het programma 'Creatieve ontdekkingsreis'. Jij en jouw partner kunnen deze programma's onafhankelijk van elkaar volgen. Geef dit aan bij inschrijving. Binnen het programma zelf is er een beperkte mogelijkheid om aan een onderdeel van het programma 'Creatieve ontdekkingsreis' mee te doen en alleen na overleg met de programmacoördinator van dat weekend.

Wat: 2-daags programma; je arriveert op dag 1 om 15.00 uur en je vertrekt op dag 3 na de lunch.

Wie: Voor sportieve leden en hun partners. Met name geschikt tot 65 jaar.
Minimaal 10 en maximaal 20 deelnemers.

Wanneer: 21 - 23 februari & 16 - 18 mei.

Prijs: Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Programma's voor leden

Vitaal blijven

Versterkend programma



Vitaliteit is volkomen modern. Maar wat is vitaliteit, hoe blijf je energiek en wat kan jij hier zelf aan doen? Tijdens deze midweek, waarin sport, geest en gezondheid centraal staan, krijg jij inzichten om hiermee aan de slag te gaan. Een afwisselend programma met workshops over fitness, bewegen, fietsen en wandelen.

Ook zijn er ontspanningsactiviteiten voor innerlijke rust, zoals tai chi en/of yoga. De workshops zijn gericht op het versterken van spieren en botten en het verbeteren van de balans. Uiteraard houden wij ook rekening met voldoende rusttijden tussen de verschillende workshops.

- Wat:** 4-daags programma; je arriveert op dag 1 om 11.30 uur en je vertrekt op dag 5 na het ontbijt.
- Wie:** Voor leden en hun partners. Met name geschikt vanaf 65 jaar.
Minimaal 10 en maximaal 30 deelnemers.
- Wanneer:** 10 - 14 maart & 10 - 14 november.
- Prijs:** Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Midweek 'Even ertussenuit' voor alleenstaande leden

Verbindend programma



Een midweek ertussenuit met zomerse sfeer. Elkaar ontmoeten en samen genieten van verschillende activiteiten. Afhankelijk van het weer worden er buiten of binnen sportieve, creatieve en spelactiviteiten aangeboden. Ook zijn er voldoende momenten om samen met elkaar een praatje te maken, de krant aan de leestafel te lezen of even te genieten van de prachtige omgeving dat Doorn je te bieden heeft.

- Wat:** 4-daags programma; je arriveert op dag 1 om 11.30 uur, vertrek op dag 5 na het ontbijt.
- Wie:** Voor alleenstaande leden.
Minimaal 16 en maximaal 36 deelnemers.
- Wanneer:** 7 - 11 juli.
- Prijs:** Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

■ Verbindend programma
 ■ Versterkend programma
 ■ Verdiepend programma

Januari

24 - 26 Chillen in Doorn pagina 20

Februari

10 - 13 Schrijf je eigen verhaal 8
 10 - 14 Van stress naar ontspanning 13
 14 - 16 Weekend vredesmissieveteranen en partners (versterkend) 7
 14 - 16 Weekend vredesmissieveteranen en partners (verdiepend) 7
 21 - 23 Creatieve ontdekkingsreis 13
 21 - 23 Ben jij graag in beweging? 14
 24 - 28 OPD algemeen 1 9

Maart

3 - 7 Ervaringen diensslachtoffers 12
 10 - 14 Vitaal blijven 15
 11 - 13 Kennismaking coaching met paarden 21
 21 - 23 OPD Politie 22
 24 - 28 OPD algemeen 2 9
 31/3 - 4/4 Ervaringen met Nieuw-Guinea (verdiepend) 10

April

5 Introductiedag BNMO 6
 7 - 11 OPD algemeen 3 9
 18 - 22 OPD Feestelijk Pasen 11
 28 - 30 Weekend 'Even ertussenuit' voor gezinnen 25

Mei

2 - 6 OPD Herdenken en vieren 4 & 5 mei 11
 16 - 18 Creatieve ontdekkingsreis 13
 16 - 18 Ben jij graag in beweging? 14
 23 - 25 Creatieve reis (partners) 23
 23 - 25 Tijd voor jezelf; Van stress naar ontspanning (partners) 25
 30/5 - 1/6 Outdoor weekend 27

Juni

2 - 4 Schrijf verder aan je verhaal 8
 2 - 6 Van stress naar ontspanning 13
 4 - 6 Kennismaking coaching met paarden 21
 17 - 20 Moral Injury 6
 21 - 22 Back to basic-weekend 24

Juli

7 - 11 Midweek 'Even ertussenuit' voor alleenstaande leden 15
 14 - 18 Ervaringen met Nieuw-Guinea (versterkend) 10
 21 - 25 Midweek 'Even ertussenuit' voor gezinnen 26

Voor politieleden | Voor partners, gezin en 2e generatie

Augustus

pagina

4 - 8	Midweek 'Even ertussenuit' voor gezinnen	26
13 - 17	OPD Herinneringen aan Indië	18
18 - 22	Midweek 'Even ertussenuit' voor gezinnen	26

November

pagina

10 - 14	Vitaal blijven	15
11	Terugkomdag Moral Injury	6
14 - 16	OPD Politie	22
21 - 23	En hoe gaat het nu met jou?	23
28 - 30	Doorn-to-be-wild	27

September

pagina

5 - 9	OPD Herdenken Roermond	18
19 - 21	Creatieve reis (partners)	23
19 - 21	Connect us	24
29/9 - 3/10	Ervaringen dienstslachtoffers	12

December

pagina

1 - 5	Midweek sportief óf creatief	12
12 - 14	Chillen in Doorn	20
23 - 27	OPD Feestelijk Kerstmis	20
29/12 - 2/1	OPD Feestelijk Oud en Nieuw	21

Oktober

pagina

10 - 12	Weekend 'Even ertussenuit' voor gezinnen	25
20 - 24	OPD algemeen (incl. Van Ewijkgroep)	9
24 - 26	Seventies Weekend	19

Nog meer programma's en activiteiten!

LET OP: naast het Programma Aanbod biedt de BNMO ook nog andere (pilot)programma's en activiteiten aan. Deze programma's worden onder de aandacht gebracht in de Kareoler, de nieuwsbrief en/of op Facebook. Houd deze media dus goed in de gaten!

Meer informatie over het actuele aanbod in 2025 vind je op de website van de BNMO: www.bnmo.nl.



Samen Sterk

SINDS 1945

Programma's voor leden

OPD Herinneringen aan Indië

Versterkend programma



De ervaringen van de oorlog en de massale ontheemding die daarop volgden, duren tot op de dag van vandaag voort. Met dit programma willen wij verbinden, (h)erkennen en ontmoeten. Je kunt kiezen uit dagelijkse activiteiten op het gebied van sport & spel, en creativiteit. Ook is er de mogelijkheid om via gespreksactiviteiten de impact van de ervaringen die je hebt opgedaan in je leven te delen. De herdenkingsdienst vindt plaats op 15 augustus, gevolgd door een officiële herdenking in Den Haag, te bekijken via de televisie.

Wat: 4-daags programma; je arriveert op dag 1 om 11.30 uur, de start van het programma is na de lunch om 14.00 uur en je vertrekt op dag 5 na het ontbijt.

Wie: Voor leden en hun partner. Voor Indië-veteranen en hun partners. Voor veteranen uit de strijd tegen Japan in Zuidoost-Azië en de Bersiap-periode en voor hun partners of weduwen. Ook voor BNMO-leden die in of buiten de kampen geleden hebben onder de Japanse bezetting, dwangarbeid of deportatie.
Minimaal 10 en maximaal 36 deelnemers.

Wanneer: 13 - 17 augustus.

Prijs: Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

OPD Herdenken Roermond

Versterkend programma



Je kunt dagelijks kiezen uit activiteiten op het gebied van sport & spel, creativiteit en gezondheid. Op zaterdag 6 september wordt een herdenkingsdienst gehouden. Voor wie wil, kan meedenken over het vormgeven van de herdenking. En samen met andere leden stil staan bij de betekenis van deze periode.

Wat: 4-daags programma; je arriveert op dag 1 om 11.30 uur en je vertrekt op dag 5 na het ontbijt.

Wie: Voor leden en partners, én voor veteranen van voormalig Nederlands-Indië na 1945 en voormalig Nederlands Nieuw-Guinea na 1945 met hun partners.
Minimaal 24 en maximaal 36 deelnemers

Wanneer: 5 - 9 september.

Prijs: Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Aanvullende informatie:

Veteranen van voormalig Nederlands-Indië na 1945 en voormalig Nederlands Nieuw-Guinea na 1945 en hun partner krijgen voorrang bij plaatsing.

Programma's voor leden

Seventies Weekend

Verbindend programma



Love, peace & happiness, daar draait het om dit weekend. Alles staat in het teken van de jaren 70. Van het maken van je eigen seventies behang, het hippie buitenspel tot aan het foute seventies karaokefeest. Dit wordt een knotsgek, gezellig weekend.

Op vrijdagmiddag kom je binnen en maak je kennis met elkaar door een seventies vragenspel. Zaterdag is er tijd voor creatieve en sportieve activiteiten met het thema 'the seventies'. Denk hierbij aan het maken van een hippie hoofdband, een djembé workshop en vintage twister. Zaterdagmiddag trek je je meegenomen seventies outfit aan en dan begint het grote feest. Zondagochtend komen we bij van de seventies party en luisteren we naar ieders favoriete muziek van de jaren 70 en is er nog ruimte om een dromenvanger te maken of een soortgelijke seventies activiteit te doen. Na de lunch vertrek je helemaal relaxed naar huis.



- Wat:** 2-daags programma; je arriveert op dag 1 om 15.00 uur en je vertrekt op dag 3 na de lunch.
- Wie:** Voor leden en hun partners. Met name geschikt tot 75 jaar.
Minimaal 24 en maximaal 38 deelnemers.
- Wanneer:** 24 - 26 oktober.
- Prijs:** Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Programma's voor leden

Chillen in Doorn

Verbindend programma



Waarom niet de dagelijkse beslommeringen vergeten en even helemaal tot rust komen in een prachtige, bosrijke omgeving? Kom dan heerlijk ontspannen in Doorn! Ons 2-daags programma heeft van alles te bieden. Er is ruim keuze uit verschillende activiteiten van sportief tot creatief. Maak bijvoorbeeld je eigen schilderij of ga met de mountainbike op pad door de Doornse Bossen. Liever te voet? Met behulp van GPS-coördinaten kan je een prachtige wandelroute lopen. Of doe gewoon even helemaal niets, behalve lekker chillen met popcorn en een goede film. Kijk jij er ook naar uit om er even tussenuit te knijpen?

Wat: 2-daags programma; je arriveert dag 1 om 15:00 uur en je vertrekt op dag 3 na de lunch.

Wie: Voor leden en hun partners.
Minimaal 24 en maximaal 36 deelnemers. Met name geschikt tot 70 jaar.

Wanneer: 24 - 26 januari & 12 - 14 december.

Prijs: Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

OPD Feestelijk Kerstmis

Verbindend programma



Wil je de kerstdagen gezellig met gelijkgestemden doorbrengen? Dan is dit programma in Doorn iets voor jou! Het gebouw is dan mooi versierd met onder meer een prachtige kerstboom en veel sfeerlichtjes. Alle sportieve en creatieve activiteiten staan in het teken van Kerst. En natuurlijk vindt op eerste kerstdag een kerstviering plaats, waarin ruimte is om stil te staan bij vrede en liefde. In de avond zitten we met elkaar aan tafel voor een kerstdiner.

Wat: 4-daags programma; je arriveert op dag 1 om 11.30 uur en je vertrekt op dag 5 na het ontbijt.

Wie: Voor leden, alleenstaand of met partner, die deze dagen met gelijkgestemden willen zijn.
Minimaal 24 en maximaal 36 deelnemers.

Wanneer: 23 - 27 december.

Prijs: Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Aanvullende informatie:

Alleenstaanden krijgen voorrang bij plaatsing.

Programma's voor leden

OPD Feestelijk Oud en Nieuw

Verbindend programma



Zin in een feestelijk Oud & Nieuw, maar zie je er tegenop om dit thuis te vieren? In Doorn ben je met gelijkgestemden in een beschermde omgeving en dat geeft de nodige rust. Tijdens deze dagen worden diverse sport, vrijetijds- en creatieve activiteiten aangeboden. Een gezellige Oudjaarsavond met spellen, muziek en dans. Samen gaan we op feestelijke wijze het nieuwe jaar inluiden.

***Het NLVI bevindt zich in een vuurwerkvrije zone**

Wat: 4-daags programma; je arriveert op dag 1 om 11.30 uur en je vertrekt op dag 5 na het ontbijt.

Wie: Voor leden, alleenstaand of met partner, dit jaar zonder kinderen, die deze dagen met gelijkgestemden willen zijn.
Minimaal 24 en maximaal 36 deelnemers.

Wanneer: 29 december 2025 - 2 januari 2026.

Prijs: Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Aanvullende informatie:

Alleenstaanden krijgen voorrang bij plaatsing.

Kennismaking coaching met paarden

Verdiepend programma



Heb je last van angsten, boosheid, neerslachtige gevoelens en/of gebrek aan zelfvertrouwen? Wil jij hierdoor niet beperkt worden, maar lukt het je niet zelf om hier los van te komen? Coaching met paarden kan je hierbij wellicht helpen. Tijdens het theoriegedeelte krijg je een korte uitleg over paardencoaching. Wat is het en hoe werkt het? Tijdens de gezamenlijk activiteit wordt er in groepsverband gewerkt tussen en met de paarden. Ook ga je met elkaar in gesprek, over elkaar en over jezelf. Na de lunch ga je terug naar de paarden en worden de hernieuwde inzichten meegenomen in de activiteit.

Let op: paardencoaching is géén paardrijles. Je blijft letterlijk en figuurlijk met beide benen op de grond. Dit programma is een kennismaking met paardencoaching. Ervaring met paarden is niet nodig.

Wat: 2-daags programma; je arriveert op dag 1 om 15.00 uur in Doorn. Dag 2 ga je naar Barneveld en je vertrekt op dag 3 om 13:30 uur vanaf de manege.

Wie: Voor leden en hun partners.
Minimaal 5 en maximaal 7 deelnemers.

Waar: De overnachtingen zijn in het NLVi.
De manege is in Barneveld.

Wanneer: 11 - 13 maart & 4 - 6 juni.

Prijs: Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Programma voor politieleden

OPD politie

Verbindend programma



Ontmoet en leer andere leden kennen in een ontspannen sfeer. Er is tijd om even te kletsen, naar buiten te gaan of met een van de activiteiten mee te doen. Je kunt kiezen uit sportieve of creatieve activiteiten: van schilderen tot mountainbiken. Van een frisse ochtendwandeling tot een goed gesprek.

Er is voor ieder wat wils. Een weekend waarin je op een ongedwongen manier in contact komt met gelijkgestemden.

Wat: 2-daags programma; je arriveert op dag 1 om 15.00 uur, vertrek op dag 3 na de lunch.

Wie: Voor politieleden en hun partners.
Minimaal 25 en maximaal 35 deelnemers.

Wanneer: 21 - 23 maart & 14 - 16 november.

Prijs: Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Programma's voor partners, gezin en 2^e generatie

En hoe gaat het nu met jou?

Verdiepend programma speciaal voor partners



Je partner heeft te maken gehad met indringende gebeurtenissen tijdens de uitoefening van zijn/haar werk. Dit heeft invloed op jou en je naasten. In het dagelijks leven heb je daardoor te maken met de zorg voor en zorgen over je partner en eventuele kinderen. Je houdt verschillende ballen in de lucht en de zorg voor jezelf schiet erbij in. Hoe ga je hier op een goede manier mee om? Hoe houd jij je hoofd boven water? Je ontmoet andere partners, deelt je verhaal en biedt elkaar (h)erkenning en steun. Daarnaast ontvang je informatie en tips over de impact van ingrijpende gebeurtenissen op de thuissituatie en hoe hiermee om te gaan. Je gaat samen aan de slag tijdens sportieve, creatieve en gespreksactiviteiten.

- Wat:** 2-daags programma; je arriveert op dag 1 om 15.00 uur en je vertrekt op dag 3 na de lunch.
- Wie:** Voor partners van leden.
Minimaal 8 en maximaal 16 deelnemers.
- Wanneer:** 21 - 23 november.
- Prijs:** Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Creatieve reis

Versterkend programma speciaal voor partners



Laat je onvermoede creatieve talenten naar boven komen. Ontspanning en plezier staan voorop. Het actief creatief bezig zijn kan een positief effect hebben op hoe je je voelt. Je ontmoet andere deelnemers die in soortgelijke situaties zitten. Dit biedt herkenning én erkenning. Je kunt je verhaal met elkaar delen, als je daar behoefte aan hebt en waar nodig steun aan elkaar bieden. In dit programma ga je aan de slag met verschillende creatieve werkvormen, bijvoorbeeld schilderen, fotograferen, houtbewerking, werken met speksteen of andere werkvormen. Ervaring is niet nodig.

- Wat:** 2-daags programma; je arriveert op dag 1 om 15.00 uur en je vertrekt op dag 3 na de lunch.
- Wie:** Voor partners van leden.
Minimaal 8 en maximaal 16 deelnemers.
- Wanneer:** 23 - 25 mei & 19 - 21 september.
- Prijs:** Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Programma's voor partners, gezin en 2^e generatie

Back to basic-weekend

Versterkend programma voor kinderen en het BNMO-lid



Lijkt het jou leuk om samen met je vader, moeder of kind back to the basic te gaan? Je bent de hele dag buiten en je beleeft samen het back tot basic buitengevoel. Dit 24 uren programma begint aan het begin van de middag door kennis te maken met de groep via een kennismakingsopdracht. Je leert elkaar beter kennen op een laagdrempelige manier. In de middag zet je je eigen tent op. Na een buitenactiviteit zorgen jullie er samen voor dat er gegeten kan worden. Afhankelijk van de weersomstandigheden kan er een vuurtje gemaakt worden. Na het eten is er nog een recreatieve activiteit en daarna breng je de nacht door in je tent. De volgende dag beginnen we in de ochtend met een zelfgemaakt ontbijt en vervolgens is er nog ruimte om een activiteit te ondernemen. Hierna is het tijd om de tent af te breken en nemen we afscheid van elkaar.

- Wat:** 24 uren programma. Je arriveert op dag 1 om 13.00 uur en je vertrekt op dag 2 na de lunch voor kinderen vanaf 5 tot en met 17 jaar (één kind) met het BNMO-lid (één ouder). Minimaal 10 en maximaal 20 deelnemers.
- Waar:** Nader te bepalen.
- Wanneer:** 21 - 22 juni.
- Prijs:** Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Kinderen van 5 t/m 10 jaar geldt een gereduceerde eigen bijdrage van € 12,50 per dag.

Connect us

Versterkend programma voor jongvolwassenen



Je hebt een vader of moeder die last heeft van ervaringen die hij of zij heeft opgedaan tijdens het uitoefenen van zijn of haar werk. Als één van je ouders last heeft van PTSS zul jij daar ook mee te maken hebben. Het kan soms fijn zijn hier met andere jongeren, die in een soortgelijke situatie zitten, in gesprek te zijn, 'wat betekent het voor jou als kind en hoe kun je met deze situatie omgaan'?

Belangrijk is dat je in het contact met de andere deelnemers, herkenning en erkenning kunt vinden, maar zeker ook van elkaar kunt leren. Eén ding is zeker: 'We gaan zeker niet alleen praten, er zullen ook voldoende sportieve en creatieve onderdelen in het programma zitten.'

- Wat:** 2-daags programma; je arriveert op dag 1 om 15.00 uur en je vertrekt op dag 3 om 15.00 uur.
- Wie:** Voor jongvolwassenen van 16 t/m 23 jaar. Minimaal 8 en maximaal 12 deelnemers.
- Wanneer:** 19 - 21 september.
- Prijs:** Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Deelname gaat niet af van het aantal begeleidingsdagen van de ouders.

Programma's voor partners, gezin en 2^e generatie

Tijd voor jezelf; Van stress naar ontspanning

Versterkend programma, speciaal voor partners



Tijd voor jezelf en even helemaal niets hoeven, hoe fijn is dat? Samen met gelijkgestemden volg je diverse activiteiten voor ontspanning en inzichten in jouw persoonlijke situatie. Hoe leer je weer voor jezelf te kiezen en hoe kan jij je weer opladen?

De verschillende modules zijn erop gericht om erachter te komen wat jou stress oplevert én wat je helpt om te ontspannen. Diverse bewegingsvormen en creatieve activiteiten die aan bod komen, zijn o.a. yoga (nidra), mindfulness, shinrin-yoku (bosbaden), dansexpressie en mandala tekenen. Er is voldoende tijd om elkaar beter te leren kennen door met elkaar in gesprek te gaan.

Wat: 2-daags programma; je arriveert op dag 1 om 15.00 uur en je vertrekt op dag 3 om 15.00 uur.

Wie: Voor partners van leden.
Minimaal 8 en maximaal 16 deelnemers.

Wanneer: 23 - 25 mei.

Prijs: Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Weekend 'Even ertussenuit'

Verbindend programma voor jonge gezinnen met kinderen tot en met 17 jaar



Een afwisselend programma met sport-, spel- en creatieve activiteiten zorgt ervoor dat deelname mogelijk is voor jong en oud. Ouders en kinderen komen gezellig samen om zowel middels actieve als ontspannende activiteiten bezig te zijn. Ontmoeten en verbinden, de onderlinge her- en erkenning zorgen voor een ontspannen sfeer voor ouders en kinderen.

Wat: 2-daags programma; je arriveert op dag 1 tussen 19:00 uur en 21:00 uur en je vertrekt op dag 3 na de lunch.

Wie: Voor jonge gezinnen (met kinderen tot en met 17 jaar).
Minimaal 24 en maximaal 36 deelnemers.

Wanneer: 28 - 30 april & 10 - 12 oktober.

Prijs: Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Kinderen van 0 t/m 4 jaar gratis. Voor kinderen van 5 t/m 10 jaar geldt een gereduceerde eigen bijdrage van € 12,50 per dag.

Programma's voor partners, gezin en 2^e generatie

Midweek 'Even ertussenuit'

Verdiepend programma voor het gezin



Bij het NLVi ben je op de juiste locatie voor een heerlijk verzorgde midweek ertussenuit. Deze dagen bieden een breed scala aan activiteiten gericht op kinderen van verschillende leeftijden en/of het hele gezin. Voorbeelden zijn buitenactiviteiten zoals mountainbiken, hutten bouwen en wandelen, creatieve activiteiten zoals schilderen en happystones maken. Ook kan er een bezoek aan het zwembad worden gebracht. Van de ouders wordt verwacht dat zij één dagdeel in deze midweek zelf een activiteit ondernemen samen met hun kinderen. Daarnaast wordt van ouders een actieve rol verwacht gedurende het gehele programma bij het begeleiden van hun eigen kinderen. Let op: er is geen animatieteam voor kinderen!



- Wat:** 4-daags programma; je arriveert op dag 1 om 11.30 uur en je vertrekt op dag 5 na het ontbijt
- Wie:** Voor jonge gezinnen (met kinderen tot en met 17 jaar).
Minimaal 24 en maximaal 36 deelnemers.
- Wanneer:** 21 - 25 juli & 4 - 8 augustus & 18 - 22 augustus.
- Prijs:** Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Kinderen van 0 t/m 4 jaar zijn gratis. Voor kinderen van 5 t/m 10 jaar geldt een gereduceerde eigen bijdrage van € 12,50 per dag.

Programma's voor partners, gezin en 2^e generatie

Outdoor Weekend

Verbindend programma voor het gezin



Houd jij van lekker buiten zijn? Kom dan dit weekend naar Doorn. Het belooft weer een topweekend te worden. We trekken door het bos, we doen aan buitenspelen en hebben veel plezier met elkaar. Op vrijdagmiddag kom je binnen en maak je kennis met de andere gezinnen. Zaterdag staat in het teken van Outdoor activiteiten. Wat dit gaat zijn, is nog een verrassing. Zondag zullen jullie helemaal uitgewaaid en met een fris gevoel weer naar huis vertrekken.

- Wat:** 2-daags programma; je arriveert op dag 1 om 15.00 uur, vertrek op dag 3 na de lunch.
- Wie:** Voor leden, hun partners en hun kinderen vanaf 8 tot en met 17 jaar.
Minimaal 24 en maximaal 36 deelnemers.
- Wanneer:** 30 mei - 1 juni.
- Prijs:** Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Doorn-to-be-wild

Verbindend programma voor het volwassen gezin



Tijdens het Doorn-to-be-wild Weekend maak je op een speelse manier kennis met andere deelnemers. Er staan diverse creatieve en sportieve activiteiten gepland, zoals een dansworkshop en het ontwerpen van je eigen T-shirt. Natuurlijk is zo'n weekend niet compleet zonder een Doorn-to-be-wild Party: een leuke kleurrijke avond met hapjes en drankjes en een 'wilde' muzieklust! Stel dus je meest wilde outfit samen en maak je klaar voor een bijzonder weekend vol gezelligheid.

- Wat:** 2-daags programma; je arriveert op dag 1 om 15.00 uur, vertrek op zondag om 14.00 uur.
- Wie:** Voor leden, hun partners en hun thuiswonende volwassen gezinsleden.
Minimaal 24 en maximaal 38 deelnemers.
- Wanneer:** 28 - 30 november.
- Prijs:** Voor dit programma geldt een eigen bijdrage van € 22,50 p.p. per dag.

Extra programma's en activiteiten

LET OP: naast de programma's in het BNMO aanbod 2025 biedt de BNMO mogelijk ook nog andere (pilot) programma's en activiteiten aan. Deze programma's worden onder de aandacht gebracht in de Kareoler, de nieuwsbrief en/of op Facebook. Houd deze media dus goed in de gaten! Meer informatie over het actuele BNMO aanbod in 2025 vind je op de website van de BNMO: www.bnmo.nl. Mocht je hierover nog vragen hebben, bel dan met het BNMO-secretariaat: 0343 - 474110.



Skûtsjesilen in Friesland.



Airborne Wandeltocht in Oosterbeek.



Workshop 'Modelbouwen'.



Workshop 'Fotograferen met je mobiel'.



Samen Sterk

SINDS 1945

Aanmelden voor programma's in het Programma Aanbod

De BNMO heeft met het Nederlands Veteraneninstituut (NLVi) afspraken gemaakt over de aanmeldprocedure voor de programma's die in deze gids worden aangeboden. Neem deze informatie goed door, zodat je weet wat je kunt verwachten. Voor pilotprogramma's en activiteiten die door de BNMO via de website worden aangeboden en die niet in deze gids zijn opgenomen, gelden andere procedures. De aanmelding verloopt in die gevallen volledig via de BNMO zelf. Zodra je je hiervoor hebt aangemeld, word je verder geïnformeerd door een medewerker/vrijwilliger van de BNMO. De navolgende tekst gaat uitsluitend over de aanmeldingen voor programma's die in deze gids staan.

Hoe meld ik mij aan voor de programma's?

Je kunt je op twee verschillende manieren aanmelden. Via de website van de BNMO of via het inschrijfformulier in deze gids. Aanmelding via de website geniet onze voorkeur en scheelt administratieve handelingen en kosten.

1. Via de website: www.bnmo.nl. Bij elk programma vind je aan de rechterkant van het scherm het aanmeldformulier. Vul dit zo volledig mogelijk in en bevestig je aanmelding met de knop 'Nu aanmelden'. Je kunt je voor meerdere programma's tegelijkertijd aanmelden. De Servicedesk van het NLVi ontvangt direct een kopie van de aanmelding.

2. Via het inschrijfformulier: vul de keuze en de datum van het door jou gewenste programma in. Vul verder alle gevraagde gegevens zo volledig mogelijk in. Stuur dit formulier op naar het adres: Nederlands Veteraneninstituut, t.a.v. Servicedesk, Postbus 125, 3940 AC Doorn. Je krijgt van de Servicedesk binnen een maand (of zo mogelijk eerder) een bericht van ontvangst.

3. Bij vragen: bel de Servicedesk van het NLVi: 088 334 0050.

Aanmelden

In verband met de planning ontvangen we je aanmelding graag zo spoedig mogelijk, liefst tot uiterlijk acht weken voor aanvang van het programma. Meld je je aan binnen acht weken voor de start, neem dan eerst even contact op met de Servicedesk, telefoonnummer: 088 334 0050.

Wat gebeurt er na mijn aanmelding?

Zodra jouw aanmelding binnen is, krijg je een ontvangstbevestiging. Heb je een aanmeldformulier per post ingestuurd, dan ontvang je zo snel mogelijk, doch uiterlijk binnen een maand een ontvangstbevestiging per post. Mocht je na deze termijn nog geen ontvangstbevestiging hebben ontvangen, meld dat dan aan de Servicedesk! Je aanmelding wordt verder door de Servicedesk van het NLVi in behandeling genomen. Naast de bij je aanmelding gevraagde NAW-gegevens, vraagt de Servicedesk ook nog naar aanvullende informatie. Deze informatie is heel belangrijk om je verblijf zo aangenaam mogelijk te maken, vul deze daarom ook zo volledig mogelijk in.

Acht weken voorafgaand aan de start van een programma selecteert het NLVi de deelnemers aan de hand van criteria die door het bestuur van de BNMO zijn vastgesteld. Zo is bijvoorbeeld bepaald dat deelnemers die zich voor het eerst aanmelden, met voorrang worden geplaatst. Het komt regelmatig voor dat we meer aanmeldingen binnenkrijgen dan we kunnen plaatsen. In dit geval kun je op een wachtlijst geplaatst worden. Houd er rekening mee dat je op het laatste moment nog uitgenodigd kunt worden bij eventuele annuleringen van andere deelnemers.

Het komt voor dat er acht weken voor de start van het programma nog onvoldoende aanmeldingen zijn om het programma te laten doorgaan. We brengen dan via diverse communicatiekanalen het programma extra onder de aandacht. Hiervan zal de Servicedesk je op de

Aanmelden

hoogte brengen. Vier weken voorafgaand aan de start van het programma wordt opnieuw bekeken of er alsnog voldoende aanmeldingen zijn ontvangen. Indien dit niet het geval is, wordt het programma geannuleerd. Je ontvangt dan zo snel mogelijk bericht hierover. De Servicedesk kan je ook een alternatief programma aanbieden.

Is je aanmelding binnen twee maanden voor aanvang van het programma door ons ontvangen, dan informeert de Servicedesk je zo snel mogelijk of er nog ruimte is in het programma en over jouw mogelijke deelname.

Gaat mijn deelname altijd door?

Een aanmelding betekent niet automatisch dat je kunt deelnemen aan een programma. Dit kan diverse redenen hebben:

1. Er zijn meer aanmeldingen dan plaatsen. De BNMO hanteert dan plaatsingscriteria. Zo hebben leden die nog niet eerder aan een begeleidingsprogramma hebben deelgenomen, voorrang op leden die al vaker zijn geweest.

2. Er zijn te weinig aanmeldingen, waardoor we helaas het programma niet kunnen laten doorgaan.

3. Het aantal aangepaste kamers is beperkt. Wanneer hier meer vraag naar is, kan het voorkomen dat we helaas moeten aangeven dat deelname niet mogelijk is.

4. Het komt soms voor dat meerdere deelnemers aangeven dat zij een zorgbehoefte hebben, waarvoor wij samenwerken met Buurtzorg. De mate waarin beperkt zich echter tot een maximum aantal deelnemers. Als het aantal aanmeldingen dit maximum overschrijdt, moeten wij je helaas laten weten dat deelname niet mogelijk is.

5. Wanneer het maximaal aantal (10) begeleidingsdagen per BNMO-lid(maatschap) wordt overschreden, kan deelname worden afgewezen (zie 'Indicatie voor extra programmadeelname').

Annuleringsvoorwaarden

1. Wanneer een programma om een of andere reden niet kan doorgaan, ontvang je minimaal vier weken voor aanvang van het programma bericht. Indien mogelijk krijg je direct een alternatief geboden.

2. Wanneer je zelf een programma om welke reden dan ook moet annuleren, vernemen wij dit graag tijdig en zo snel mogelijk. Hiervoor in de plaats kan een lid van de

wachtlijst worden uitgenodigd om deel te nemen. Hoe later jij annuleert, hoe kleiner de kans is voor een ander om te kunnen deelnemen!

Bij annulering binnen 21 dagen, zonder een gevalideerde/geldige reden, worden de totale kosten bij de BNMO in rekening gebracht. Daarom zijn wij genoodzaakt om bij annulering van jouw zijde zonder een gevalideerde/geldige reden een bedrag van € 100,- per aangemelde persoon in rekening te brengen. Bij annulering, zonder een gevalideerde/geldige reden, van jouw zijde tussen de drie en zes weken voorafgaand aan de eerste dag van het programma, brengen wij € 50,- per aangemelde persoon in rekening.

3. In het geval van niet gemelde afwezigheid, geldt eveneens hetgeen in punt 2 is vermeld.

4. Zolang er sprake is van een openstaande post (contributie, annuleringskosten etc.) mag en kan er niet aan een (ander) programma worden deelgenomen.

5. Om in aanmerking te komen voor restitutie van annuleringskosten, dien je daartoe een verzoek in bij het Dagelijks Bestuur via secretariaat@tvo.bnmo.nl. Laat dit verzoek vergezellen van een vorm van validatie/geldige reden, zoals ziekenhuisopname, overlijden, etc.

Helaas zien wij ons, mede door de stijgende kosten, genoodzaakt deze annuleringsvoorwaarden op te nemen. Dit mede op basis van een analyse over de afgelopen twee jaar waaruit blijkt dat door (te) late annuleringen veel geld verspild wordt dat wij graag willen benutten om ons aanbod zo goed mogelijk te kunnen blijven ontwikkelen.

De Servicedesk van het NLVi

Je aanmeldingsformulier voor deelname aan een programma uit het Programma Aanbod wordt verwerkt door de Servicedesk van het NLVi.

De contactgegevens van de Servicedesk zijn als volgt:

Telefoon: 088 334 0050.

E-mail: servicedesk@NLveteraneninstituut.nl.

Adres: Nederlands Veteraneninstituut,
t.a.v. de Servicedesk
Postbus 125,
3940 AC Doorn.

Aan hoeveel programma's kun je deelnemen?

Ieder BNMO-lid kan met zijn of haar partner deelnemen aan maximaal 10 begeleidingsdagen. Let op: ook de (pilot) programma's die op de website van de BNMO worden aangeboden, vallen hieronder. Voor sommige (sport) activiteiten die op de website van de BNMO worden aangeboden, gelden andere regels. Kijk hiervoor op de website www.bnmo.nl. Eventuele deelname van kinderen (tot en met 17 jaar) bij gezinsprogramma's gaat niet ten koste van het maximum aantal begeleidingsdagen.

Indicatie voor extra programmadeelname

Buiten de standaard 10 dagen per jaar, kun je extra deelname aan een programma aanvragen wanneer daartoe een noodzaak is. Hiervoor dien je een verzoek in bij het Dagelijks Bestuur van de BNMO. In dit verzoek staat vermeld aan welk programma je wilt deelnemen en hoeveel extra dagen het betreft. Tevens vermeld je de reden. Het verzoek kun je mailen aan het e-mailadres: secretariaat@tvo.bnmo.nl.

Partners van leden

Je partner is welkom om samen met jou deel te nemen aan de programma's. Geef dit aan op het aanmeldingsformulier. Je partner kan uitsluitend zelfstandig deelnemen aan een programma als dit specifiek is bedoeld voor partners. In bijzondere gevallen kan een verzoek gedaan worden om als partner zelfstandig deel te nemen aan een programma. Ook hiervoor dien je een verzoek met argumentatie in bij het Dagelijks Bestuur van de BNMO op het e-mailadres: secretariaat@tvo.bnmo.nl.

Kinderen van leden

De BNMO heeft enkele begeleidingsprogramma's die bedoeld zijn voor het hele gezin. Bij de omschrijving van het programma staat duidelijk aangegeven voor welke leeftijdscategorie kinderen het programma geschikt is. Kinderen zijn samen met hun ouder(s) van harte welkom voor specifiek deze programma's.

Kosten begeleidingsdagen en de eigen bijdrage

De kosten voor de begeleidingsdagen van de BNMO worden voor het grootste gedeelte gefinancierd door het Nationaal Fonds voor Vrede, Vrijheid en Veteranenzorg, kortweg Vfonds. Wij zijn Vfonds dankbaar voor dit nu al meer dan 50 jaar durende samenwerkingsverband. Als deelnemer betaal je slechts een eigen bijdrage per persoon per dag van € 22,50. Deze kosten staan per programma vermeld op de website van de BNMO. De eigen bijdrage wordt jaarlijks door de Bondsraad van de BNMO vastgesteld. Dit bedrag dien je bij vertrek te voldoen bij de receptie van het NLVi. Er volgt geen restitutie indien je later komt of eerder vertrekt; ook niet als je dit vooraf hebt gemeld.

Vrijstelling eigen bijdrage

Wanneer de eigen bijdrage een belemmering vormt om deel te nemen aan een programma, dan kun je vrijstelling aanvragen. Je kunt hiervoor een schriftelijk en gemotiveerd verzoek indienen bij de BNMO (e-mail: secretariaat@tvo.bnmo.nl). Binnen veertien dagen krijg je bericht van de BNMO of je verzoek wel of niet gehonoreerd kan worden. De Servicedesk van het NLVi zal van dit antwoord op de hoogte worden gesteld.

Privacy en klachten

De BNMO heeft de privacy van haar leden hoog in het vaandel staan. De Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG), de Privacy Verklaring van de BNMO, het Privacy Reglement van de BNMO en het Privacy Reglement van het NLVi kun je op de desbetreffende websites opzoeken. Mocht je een klacht hebben over jouw verblijf bij het NLVi, dan heeft het NLVi regels opgesteld voor de behandeling van deze klachten. Je kunt die verkrijgen bij de Servicedesk en downloaden op de website van het NLVi, www.nlveteraneninstituut.nl. Dit geldt ook voor de algemene voorwaarden en de huisregels.



Veteranen staan op voor onze vrijheid.

**Daarom wil Vfonds jullie
lof en waardering geven.**

Wij steunen verschillende initiatieven van organisaties die zich inzetten voor en met veteranen en hebben een speciale regeling voor de ondersteuning van reünies. Bekijk ze op vfonds.nl.