

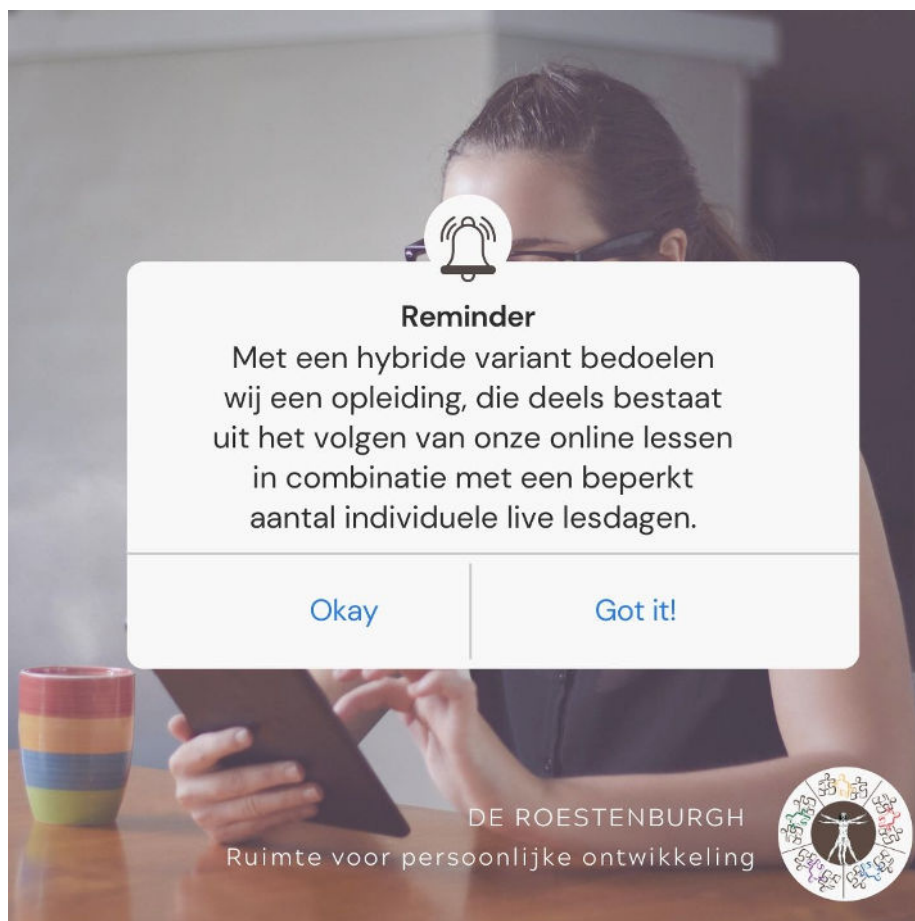


JANUARI 2026

Een nieuw jaar. Een nieuw aanbod.
Hybride varianten van onze opleidingen

Wat is een hybride variant?

Met een hybride variant bedoelen wij een opleiding, die deels bestaat uit het volgen van onze online lessen in combinatie met een beperkt aantal individuele live lesdagen.



Voor - & nadelen hybride variant

Er zijn natuurlijk verschillen met de live variant van een opleiding. Een hybride opleiding is individueel, waardoor de interactie beperkt is tot 2 personen: de trainer en jij. In een groep is meer interactie. Daarentegen geeft individueel veel meer ruimte voor persoonlijk casussen en is het bespreken van zaken waar jij de nadruk op wilt leggen makkelijker. Daarnaast is het voor veel mensen makkelijker zich open te stellen en hun kwetsbaarheid te tonen. Naast de trainer zijn er immers geen anderen aanwezig.

Omdat het minder dagen zijn, is een hybride variant goedkoper, ondanks dat jij alleen de 'uurkosten' draagt. Ook bespaar je reiskosten en hoeft je misschien minder vrij te nemen van je werk. Een hybride variant vraagt wel meer zelfdiscipline omdat je niet 'elke week naar een les hoeft te gaan'. Je hebt zelf tijd in je agenda te maken voor het doornemen van de online lessen. Zoals Johan Cruijff ooit zei: 'elk nadeel heb z'n voordeel' 😊

Onze LIVE opleidingen



Wij bieden drie opleidingen.

De 4-daagse CURSUS PERSOONLIJKE & INTUÏTIEVE ONTWIKKELING (PIO) waarin toegelicht wat Vitamine HBS inhoudt en wat deze kijk op het leven (be)leven voor jou kan betekenen.

Daarnaast bieden wij een 9-daagse OPLEIDING ROUWBEGELEIDING (OR). In deze opleiding wordt diepgaander naar Vitamine HBS gekeken en wordt uiteengezet wat Vitamine HBS voor invloed heeft op rouw, verlies en het omgaan met lijden. In de zomer bieden wij deze opleiding in een zgn. Onderdompelveariant aan, waarin dezelfde inhoud in 6 dagen geboden wordt.

Onze COMBINATIE OPLEIDING ROUWBEGELEIDING & SYSTEEMTHERAPEUT (CORS) duurt 18 dagen en brengt alles wat de eerdere genoemde opleidingen bieden. Daarnaast wordt Vitamine HBS nog verder uitgediept en besproken. Ook komen de werkmethoden (tafel)opstellingen en Voice Dialogue aan de orde. Ze worden niet alleen besproken, en je leert deze ook te begeleiden en toe te passen. Daarvoor is zelfs een 'doe-dag' in de opleiding opgenomen. Omdat Vitamine HBS een andere - geen betere of slechtere - kijk geeft, krijgt een aantal thema's tijdens de opleiding afzonderlijke aandacht. Het gaat dan met name om anders kijken naar Burn-out, Ziekte en Verslaving.

Onze ONLINE opleidingen

Van elke live opleiding hebben wij een online variant gemaakt.

Deze online versies zijn géén een-op-een vervanging van de live opleidingen. Om Vitamine HBS diepgaand over te kunnen dragen is ons inziens ook live contact noodzakelijk. Omdat niet iedereen die belangstelling heeft voor Vitamine HBS, een live opleiding wil of kan gaan volgen, hebben wij de online varianten ontwikkeld.

Je vindt er wel degelijk heel veel informatie over Vitamine HBS en de toepassing ervan. De échte diepgang ontstaat echter tijdens live momenten.

Het is onze passie Vitamine HBS uit te dragen. Op welke manier dan ook. Dat is de reden dat wij de online versies van de opleidingen betaalbaar gehouden hebben.

Ons totale digitale aanbod vind je op onze [online academy](#)

De online variant van onze 4-daagse CURSUS PERSOONLIJKE & INTUÏTIEVE ONTWIKKELING (PIO) heeft dezelfde naam. Deze cursus kent 52 lessen. Gezien de omvang zijn het eerder lesjes. Hetgeen overigens niets zegt over de kwaliteit of diepgang van de inhoud van elke les. Je krijgt 52 maal kort en krachtig een stukje van deze manier van in het leven staan voorgeschoteld. Je krijgt elke keer een 'portie Vitamine HBS' 😊.

Bij elk onderdeel krijg je een uitnodiging. Het zijn uitnodigingen. Géén verplichtingen dus. Ze worden echter niet voor niets gedaan. De uitnodigingen

ondersteunen je bij het 'je eigen maken' van Vitamine HBS.

Je wordt gevraagd het onderwerp te doorgronden en te doorvoelen. Door open, nieuwsgierig en zo oordeelloos mogelijk waar te nemen. Wat doet de tekst per les met je? Wat zie je in je omgeving? Hoe gaan mensen én jijzelf met het beschreven onderwerp om? Wat doet het onderwerp met jou? Wat wil en kun jij anders gaan doen? Durf je dat ook? Doe jij dat ook?

Als je alle porties tot je genomen hebt, heb je in hoofdlijnen inzichten opgedaan in Vitamine HBS. Op basis daarvan kun je besluiten je deze Vitamine in je leven te integreren. Natuurlijk kun jij er ook voor kiezen om je verder te gaan verdiepen in deze belangrijke vitamine.

De online versie van onze **OPLEIDING ROUWBEGELEIDING (OR)** draagt de naam 'Over-lijden & Andere Ongemakken'.

Deze opleiding bestaat uit 11 modules en is voornamelijk opgebouwd uit gesprekken. Van deze gesprekken zijn verslagen gemaakt. Het zijn dus geen opnames van live gesprekken. In totaal zijn er zo'n 50 gesprekken...

Na de inleidende module 'Rouwbegeleiding', voert rouwbegeleider BARBARA gesprekken met alle onderdelen, facetten, actoren en andere mogelijke zaken, die een rol spelen bij de HBS kijk op rouw en verlies.

Barbara start haar gesprekscyclus met Vitamine HBS (onderdelen) in zijn algemeenheid. Daarna komen de gesprekken met de focus op rouw en verliesverwerking. Het kan dus zijn dat jij je in het begin je afvraagt of dit wel een opleiding rond verliesbegeleiding is. Ja, dat is het zéér zeker. Een brede kijk op Vitamine HBS is echter noodzakelijk vóórdat deze vitamine op rouw gelegd kan worden.

Barbara bespreekt met elke gesprekspartner de reden van hun bestaan, wat ze voor het mens-zijn betekenen en welke behoefte(n) ze hebben. Ook overlegt ze met haar gasten welke tips ze hebben om rouwprocessen te omarmen en te begeleiden.

Eén module omvat de samenvatting van alle gesprekken die Barbara voerde.

'Vitamine HBS. Een wijze les' is de online variant van onze **COMBINATIE OPLEIDING ROUWBEGELEIDING & SYSTEEMTHERAPEUT**.

De opleiding bestaat uit ruim 80 korte lessen. Een les duurt tussen de 10 en 15 maximaal 20 minuten. Je hoeft er dus - als je daar geen tijd voor of zin in hebt - geen uren achter elkaar aan te besteden.

De lessen waarin de inhoud behandeld wordt, staan online. Daarnaast zullen er regelmatig lessen toegevoegd worden omdat je als deelnemer casussen of vragen in kunt brengen. Als het onderwerpen zijn die Vitamine HBS kunnen verduidelijken, wordt daar gewoonweg een les aan gewijd. Vanzelfsprekend gebeurt dit anoniem dus zonder de inbrenger van de vraag of casus met naam en toenaam te noemen.

Het is een opleiding waarin stap voor stap Vitamine HBS 'onthuld wordt'. Maak je dus niet druk als je niet direct tijdens een les het onderwerp van de les het onderwerp begrijpt. Inzichten ontstaan immers soms als donderslag bij heldere hemel. Soms stap voor stap.

Ik maak wel eens een vergelijking met het koken van een ei. Een ei is ook niet van het ene op het andere moment gekookt. Je moet eerst een ei hebben, een pan, water, vuur en geduld. Daarna de handel samenvoegen en uiteindelijk kookt het ei.

Zo gaat het ook bij je verdiepen in Vitamine HBS.

Waarbij komt dat het in deze opleiding NIET gaat om begrijpen, maar om doorgronden. Waarmee ik bedoel dat je voelt wat Vitamine HBS voor jou en daardoor voor anderen kan betekenen. Zonder dat je het persé inhoudelijk moet kunnen verklaren.

Onze HYBRIDE opleidingen

Hybride Cursus Persoonlijke & Intuïtie Ontwikkeling

Je volgt thuis onze online variant van de cursus Persoonlijke & Intuïtieve Ontwikkeling, gevolgd door één afsluitende individuele live lesdag, waarin de online opleiding besproken wordt en vragen gesteld kunnen worden.

Als je een indruk wilt van de online opleiding, kijk dan op onze [online academy](#).

De kosten voor de hybride variant bedragen € 250,00

De 4-daagse live variant kost € 395,00.

Hybride Opleiding Rouwbegeleiding

Deze variant bestaat uit het thuis volgen van onze online Opleiding Overlijden & Andere Ongemakken, afgewisseld met 3 individuele live lesdagen waarin de online opleiding besproken wordt, vragen gesteld kunnen worden en jouw ervaringen met je 'oefenklant' gedeeld kunnen worden. Op de laatste lesdag wordt het examen afgelegd. De live lesdagen worden in onderling overleg vastgesteld.

Als je een indruk wilt krijgen van de online opleiding, kijk dan op onze [online Academy](#).

De kosten van de hybride variant bedragen € 800,00

De 9-daagse live variant kost € 995,00. Voor de 8-daagse Onderdompelvariant betaal je € 895,00.

Hybride Combinatie Opleiding Rouwbegeleiding & Systemtherapeut

Hierbij volg je thuis onze online Opleiding Vitamine HBS. Een wijze les, afgewisseld met 6 individuele live lesdagen, waarin de online opleiding besproken wordt, vragen gesteld kunnen worden en jouw ervaringen met je 'oefenklant' gedeeld kunnen worden. Optioneel zijn twee extra live lesdagen mogelijk: één waarin (tafel)opstellingen en de werkmethode Voice Dialogue aan de orde komen. En één waarin door de 'Vitamine HBS bril' naar Ziekte en Verslaving gekeken wordt. Op de laatste lesdag wordt het examen afgelegd.

De kosten bedragen € 1.350,00. Per optionele live lesdag bedragen de kosten € 220,00.

Om een indruk te krijgen van de online opleiding 'Vitamine HBS. Een wijze les' kun je op ons [YouTube kanaal](#) de eerste lessen gratis volgen.

Ter vergelijking: De live variant kost € 1.795,00

Tot slot

Als je een hybride variant wilt volgen, schrijf je dan in via het [inschrijfformulier](#). Je hoeft je niet afzonderlijk voor de online opleiding in te schrijven. De toegang daarvoor wordt bij de bevestiging van je inschrijving geregeld.

Ten aanzien van de genoemde prijzen:

- deze prijzen gelden op dit moment (januari 2026).
- omdat wij het erg belangrijk vinden Vitamine HBS uit te dragen, bestaat er geen bezwaar tegen betaling in termijnen. Hierover kunnen in goed overleg afspraken gemaakt worden.

2026

In de laatste nieuwsbrief van 2025 wensen wij je al een mooi 2026. Dan doen we hierbij graag nogmaals.



Disclaimer

Vitamine HBS (Holistisch Mensbeeld, Basisprincipes Boeddhisme en Uitgangspunten van het Systemisch Werken), is de basis voor mijn leven én mijn werk. Deze manier van in het leven staan, geeft een andere kijk op leven én dood. En alles wat daar tussen zit. Geen betere kijk dan velen hebben, geen slechtere,

maar een andere. Voor mij wel dé juiste kijk!

Mijn teksten zijn nooit gericht op het overtuigen van wie dan ook, maar op het benoemen van mijn realiteit en het delen van mijn kijk op allerlei onderwerpen. Ik verlang van niemand dat mijn waarheid onderschreven wordt. Dat hoeft niet en het kan wellicht niet eens.

Ik nodig iedere lezer uit mijn tekst te lezen en daarvan niets klakkeloos aan te nemen. Tegelijkertijd nodig ik iedereen ook uit, deze niet zonder meer af te wijzen. Ik wens elke lezer toe dat het lukt mijn kijk en alle andere kijken open te beschouwen, te doorgronden, te wegen en op basis daarvan een eigen kijk te laten ontstaan. En op basis van die eigen kijk bewust in het leven te gaan staan

Gratis kennismaken met Vitamine HBS

Een korte kennismaking met Vitamine HBS, vind je in ons [gratis ebook](#).

Daarnaast vind je een algemeen filmje op ons [YouTubekanaal](#).



Bereikbaarheid De Roostenburgh



Auto

Bokhoven is met de auto makkelijk te bereiken en er is gratis parkeergelegenheid. Parkeren voor de deur is niet mogelijk.

Graag je auto bij de kerk parkeren, daar is voldoende ruimte (onder de kastanjeboom en langs de muur van het kerkhof) en het is slechts een minuutje lopen.

Bus

Bokhoven is vanaf centraal station 's-Hertogenbosch met het openbaar vervoer beperkt bereikbaar. Kijk bij 9292.nl voor de dienstregeling (buurtbus).

Trein

Vanaf NS station 's-Hertogenbosch is het 8 km fietsen naar De Roostenburgh. Er zijn op het station OV-fietsen te huur.

Contact

Ben je benieuwd naar onze locatie of wil je kennismaken met ons en ons aanbod, neem dan contact met ons op. Op afspraak zetten wij koffie en thee voor je klaar.

- info@deroostenburgh.nl
- 06 - 23 42 29 29

ontvangst voegt u info@deroestenburgh.nl toe aan uw adresboek.

