

Een cirkel waar je

MENS

mag zijn!



DOOR LAURA HUIZER
EN FLOX VERHULST

Welkom bij de Mens! Cirkels.

Het idee voor de Mens! Cirkels ontstond tijdens mijn (Laura) deelname aan verschillende vrouwencirkels in Nederland en Portugal. Daar ervaarde ik waardevolle en prachtig-krachtige ontmoetingen, maar ik merkte dat de focus op gender voor mij vaak te klein voelde voor iets dat zoveel groter is. Dus dat wil ik, willen wij, anders gaan doen: een plek maken voor mensen.

Want vóór alles, zijn we **mens**.

Iedereen draagt een uniek verhaal. Een verhaal van ervaringen, cultuur, identiteit, gevoeligheden, dromen en nog zo veel meer. We verschillen van elkaar en juist door samen mens te mogen zijn, zien we waar we mogen leren van elkaar en onszelf.

In de cirkels draait het niet alleen om de mooie verhalen die we willen vertellen. We maken ruimte voor **alles** wat ons mens maakt. Dus ook voor de rafelrandjes van het leven, de lelijke shit.

Wij bouwen een atelier voor mensen die verlangen naar oprechte ontmoetingen en radicale zelfacceptatie. Mens! Cirkels zijn een plek voor verbinding, creativiteit, verdieping en nieuwsgierigheid.

Geen maskers, geen gefake: een plek om gewoon te mogen **zijn**.

Dus, Ben jij klaar om via creativiteit, voeding en verbinding een zelfonderzoek aan te gaan? Om je eigen pad te vinden, terwijl je ook met elkaar meewandelt? Dan nodigen we jou uit tijdens de volle maan in de Yurt. Voor een avond waarin je jouw volledige mens-zijn mag leren kennen.

Liefs,

Flox & Laura

Mens! Team

Dit zijn wij. Flo en Lau. Al meer dan 17 jaar een sterk team.

Dit heeft zich eerder laten zien in samen werken, creëren, vriendschap en sinds een tijdje ook als liefdeslevenspartners.

Met Mens! willen we onze krachten delen en de wereld ingooien waar we goed in zijn. Samen, met ieder haar eigen focuspunten.

Flox (zij/haar) is o.a zacht, diep voelend en radicaal eerlijk. Dit uit zich in haar werkt als schrijfster, social worker en chef. Tijdens de cirkels zorgt zij dan ook voor een gezonde en voedende maaltijd.

Laura (zij/haar) is oa. aanvoelend, nuchterspiritueel en creatief en dit zie je terug in haar werk als Pedagoog, doula en moeder. Ze begeleidt de cirkel.



Al jaren voel ik namelijk hoe samen maken en samen eten kan verbinden en verdiepen. Ik vind het zo zonde hoe we zo iets essentieels, vaak terugbrengen tot iets puur praktisch. Daarom zijn schrijven, koken en hosten mijn lovelanguages - Flox

*In de cirkel creëren we een echt veilige groep, waar je je mag uiten op jouw manier.
Kom maar gewoon als jezelf. - Laura*

MENS!



Programma

Aankomst

18.00 - 18.30 uur: Inloop

Maaltijd

We eten samen. Flox kookt en organiseert al meer dan 10 jaar diners die verbinden. Dus daar beginnen we mee: een gezonde maaltijd die op alle vlakken verwarmt en voedt.

18.30 - 19.15 uur: Gezamenlijke gezonde maaltijd

Cirkel

We stappen, onder begeleiding van Laura, samen de cirkel in.

Hier kan je je uiten door woorden, beweging en kunst. En je echt verbinden met jezelf en de ander. Samen voelen en vieren.

19.15: Opening van de cirkel

Meditatie

Introductie van het onderwerp.

Delen in de cirkel

Creatieve uitingsvorm

Delen in de cirkel met snacks.

Groepswork/Dansen

22.00 uur: Sluiten van de cirkel en de avond

Het programma is opgesteld op basis van de cyclus van de natuur. De thema's zijn vertaald naar de menselijke beleving.

We werken met volle maan, omdat dit een heel toffe energie met zich mee brengt.

Nog even praktisch

Locatie

De Mens! Cirkels van Welcome to Birth worden gehouden in een prachtige yurt in Wilsveen (tussen Leidschendam en Zoetermeer).

Adres:
Wilsveen 33
2266LN Leidschendam

Parkeren

Mag op het erf waar de yurt staat. Wel met het verzoek om te carpoolen waar kan ivm beperkte hoeveelheid plekken.

Prijs

De kosten voor de cirkels zijn 50.- per cirkel. Dat is inclusief alle materialen, maaltijd en begeleiding.

Maaltijd

De maaltijden zijn met zorg en oog voor duurzaamheid verzorgd. De maaltijden zullen vegan zijn. Heb je allergiën of dieetwensen? Laat het ons weten. Dan maken we wat op maat.

Aanmelden

Je kan je aanmelden via Hipsy:
<https://hipsy.nl/welcome-to-birth>

Data & thema's 2026

30 juni (dinsdag) · 18.30 – 22.15 uur
Thema: Bloeien.

29 juli (woensdag) · 18.30 – 22.15 uur
Thema: Zichtbaar zijn.

28 augustus (vrijdag) · 18.30 – 22.15 uur
Thema: Verbinding met jezelf en de ander

26 september (zaterdag) · 18.30 – 22.15 uur
Thema: Vieren

26 oktober (maandag) · 18.30 – 22.15 uur
Thema: Oogsten

24 november (dinsdag) · 18.30 – 22.15 uur
Thema: Loslaten

24 december (donderdag) · 18.30 – 22.15 uur
Thema: Rust en integratie

Laura & Flox