



BOUW JE KARAKTER MET 4M

BEN JIJ ERBIJ?

*Let op! Er is slechts plek voor 11-18 mannen.
Toestemming begeleider/behandelaar vereist*



DATA

8 - 11 oktober 2026

Verplichte infoavond op 14 april



KOSTEN

80 euro



AANMELDEN INFO-AVOND

Stuur een mail naar Michel van Rijswoud:

m.vanrijswoud@dehoop.org

en kom naar de verplichte informatieavond



INFORMATIE

Scan de QR code



BOUW JE KARAKTER MET 4M

Dit jaar gaan we voor de vierde keer op karakterweekend! 4M draagt De Hoop een warm hart toe en daarom mogen cliënten en bewoners opnieuw mee voor slechts €80 eigen bijdrage.

Dankzij Vrienden van De Hoop leen je alle materialen die je nodig hebt: tent, rugtas, schoenen, kleding, en nog meer uitrusting. **Maar het belangrijkste ben jij!** Durf jij vier dagen uit je comfortzone te stappen? Durf jij de bergen in te gaan met mannen die net als jij zoeken naar kracht, groei, herstel of richting?

Ga mee op een intens en levensveranderend avontuur in de Zwitserse bergen. Je bouwt vriendschappen, ontdekt je grenzen, verlegt ze en ontvangt onderwijs van 4M dat je raakt en verandert. Zoals een deelnemer zei: "Ik kwam als dezelfde man terug, maar tóch compleet anders. Dit weekend zet iets in beweging dat je niet meer kwijt wilt."

We bereiden ons samen goed voor, met trainingen, ontmoeting en stappen in karakter en conditie.

WAT LEVERT HET JE OP?

- Een levensveranderend vierdaags weekend
- Broederschap en vriendschap
- Onderwijs van 4M
- Een volledig verzorgde reis naar Zwitserland
- Ruimte om te ontdekken wie je bent

WAT KOST HET JE?

- Tijd, inzet en bereidheid om echt de diepte in te gaan
- Aanwezigheid bij:
- Informatieavond op 14 april (verplicht)
- Minimaal 3 zaterdagochtend-trainingen: 9 mei, 30 mei, 27 juni, 11 juli en 12 september
- Avondtraining op vrijdag 2 oktober (verplicht)