



# MIJN WERELD

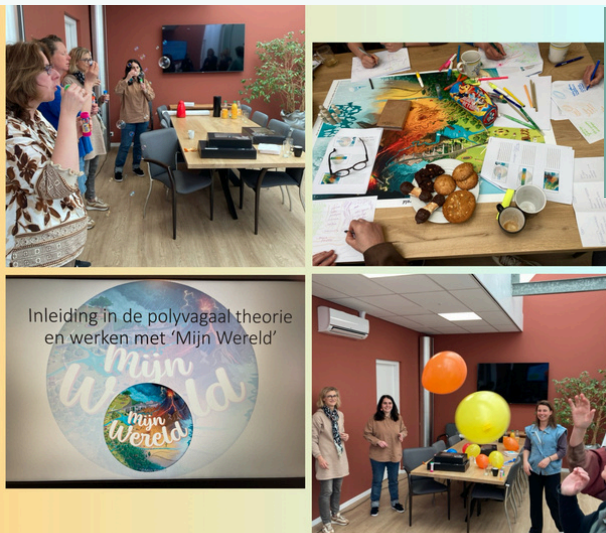
Nieuwsbrief maart 2026

## Samen op weg naar een groot groen gebied

Een winter met flink wat sneeuw om door te wandelen, sneeuwpoppen maken, gezellig met elkaar eten en samenzijn en nu de krokussen zien opkomen. Dit zijn allemaal dingen waar ons groene gebied van groeit. Ook van het ontwikkelen van nieuwe trainingen en materialen groeit ons groene gebied. Tijd om jullie een update te geven van waar wij de laatste tijd mee bezig zijn geweest.

## ACCREDITATIES NIEUWE TRAININGEN

In onze vorige nieuwsbrief heb je kunnen lezen dat we maar liefst drie nieuwe trainingen hebben! Voor de twee vervolgtrainingen heeft NVO/NIP/SKJ inmiddels mooie accreditaties afgegeven. Zowel de training 'Een neurobiologische kijk op de ouder-kind- en therapeutische relatie' als de training 'Verdieping in de polyvagaal theorie en werken met Mijn Wereld' zijn geaccrediteerd met 6 punten.



## VOLWASSENEN

Op veler verzoek hebben we het materiaal van *Mijn Wereld* nu beter beschikbaar gemaakt voor het werken met volwassenen. Er is een aparte set oefenkaarten. Ze bevatten steeds een korte psycho-educatie en één of een aantal neurale oefeningen per kaart. We krijgen inmiddels enthousiaste reacties binnen! Er zijn basispakketten voor volwassenen te bestellen, maar mocht je al beschikken over het materiaal voor kind en jeugd en je je set willen uitbreiden met een kaartenset voor volwassenen, dan kun je ze los bijbestellen. Je vindt ze onder 'materialen' op onze website. Mail ons in dat geval even voor het wachtwoord.



# TRAININGSAGENDA

*Je bent van harte welkom op één van onze trainingen! Hieronder vind je de data voor 2026:*

## *Basistraining*

*24-03-2026 (volgeboekt)*

*12-06-2026*

*06-10-2026*

*26-11-2026*

*Basistraining voor medewerkers die werkzaam zijn in de zorg voor mensen met een verstandelijke beperking:*

*10-03-2026 (met Annemiek Grijpma)*

*29-09-2026 (met Antonie Boom)*

*Een neurobiologische kijk op de ouder-kind en therapeutische relatie*

*17-04-2026*

*10-11-2026*

*Verdiepingstraining met casuïstiek en behandelplan*

*15-09-2026*

*Zie voor meer informatie over de trainingen:*

*<https://mijnwereldintherapie.nl/product-categorie/training-polyvagaal-theorie/>*



# INCOMPANY

*Wist je dat het ook mogelijk is om onze eendaagse basistraining incompany aan te vragen? Wil je met je gehele team meer kennis over de polyvagaal theorie, meer gezamenlijke taal om met elkaar te werken aan veiligheid, regulatie en veerkracht en praktische handvatten? Mail ons! [info@mijnwereldintherapie.nl](mailto:info@mijnwereldintherapie.nl)*



## BESTUURSLID PVI-NL

*Sinds januari jl. zijn wij toegetreden als bestuurslid van het Polyvagaal Instituut Nederland, de internationale partner van het Instituut in Amerika. Samen met fijne en deskundige collega's zullen wij ons inzetten om de polyvagaal theorie breder bekend te maken binnen het Nederlandse taalgebied. We zijn met veel plezier gestart!*



Onze gratis downloads kun je vinden op: <https://mijnwereldintherapie.nl/downloads/>

Hier vind je het overzicht van de drie gebieden/de drie autonome staten. In woorden zie je hier gevoelens, gedachten, gedrag en lichamelijke reacties passend bij ieder gebied/iedere staat. Ook de lege wereldkaart (met alleen de achtergrond kleuren) kun je hier downloaden. Hiermee kun je bijvoorbeeld een cliënt zijn/haar eigen wereld laten invullen met woorden of tekeningen.

DOWNLOADS

## MIJN WERELD<sup>®</sup> OP DE SOCIALS



*Mijn Wereld vindt steeds meer zijn weg binnen en buiten Nederland om kinderen, gezinnen en volwassenen te helpen zicht te krijgen op de werking van hun zenuwstelsel en meer veiligheid, regulatie en veerkracht te vinden. Dat juichen we natuurlijk toe! We zijn trots op 'Mijn Wereld' en het gedachtegoed erachter. Mijn Wereld is geregistreerd als merk/benchmark en als idee bij de BOIP in het i-depot. We vinden het superleuk als je een detailfoto post op sociale media, vertelt over je ervaringen of als je op je website noemt dat je werkt met Mijn Wereld. Wil je daarbij altijd ook 'Mijn Wereld' noemen, met een link naar ons? Zo ontstaat er geen verwarring over het auteursrecht of de theoretische achtergrond. Op onze website vind je hoe je hier respectvol mee omgaat <https://mijnwereldintherapie.nl/gebruik-van-het-materiaal-van-mijn-wereld-korte-uitleg-voor-gebruikers/>*

# BLOGS

De afgelopen periode schreven we weer enkele blogs, o.a. over hoe je eerst jezelf weer moet kunnen voelen, voordat je de ander kunt voelen en hoe de ontspanning door de oefening bij het wildwaterbootje leidt tot een nieuwe belichaamde ervaring van veiligheid. Je kunt onze blogs lezen op LinkedIn of op onze website: <https://mijnwereldintherapie.nl/blog-en-nieuws/>



# BOEK

Omdat onze missie is om zoveel mogelijk mensen te helpen zicht te krijgen op hun binnenwereld, op de werking van hun zenuwstelsel, zijn wij een boekje aan het schrijven hierover. Laat ons weten wat je graag zou willen lezen! Waarover wil je meer weten? Wat zou je willen dat iedereen weet? Mail ons! [info@mijnwereldintherapie.nl](mailto:info@mijnwereldintherapie.nl)

## TIPS OF TOPS?

Het creëren van meer veiligheid, regulatie en veerkracht kan alleen samen. We horen daarom heel graag je feedback, input of tips! Mail ons! [info@mijnwereldintherapie.nl](mailto:info@mijnwereldintherapie.nl)  
Of schrijf je review bij een product of in ons gastenboek op onze website.

WE HOPEN DAT JULLIE OOK AL HEBBEN GENOTEN VAN DE EERSTE ZONNESTRALEN EN WENSEN JE EEN FIJNE LENTE MET VEEL MOMENTEN IN HET GROENE GEBIED!

*Evelien & Martie*

