

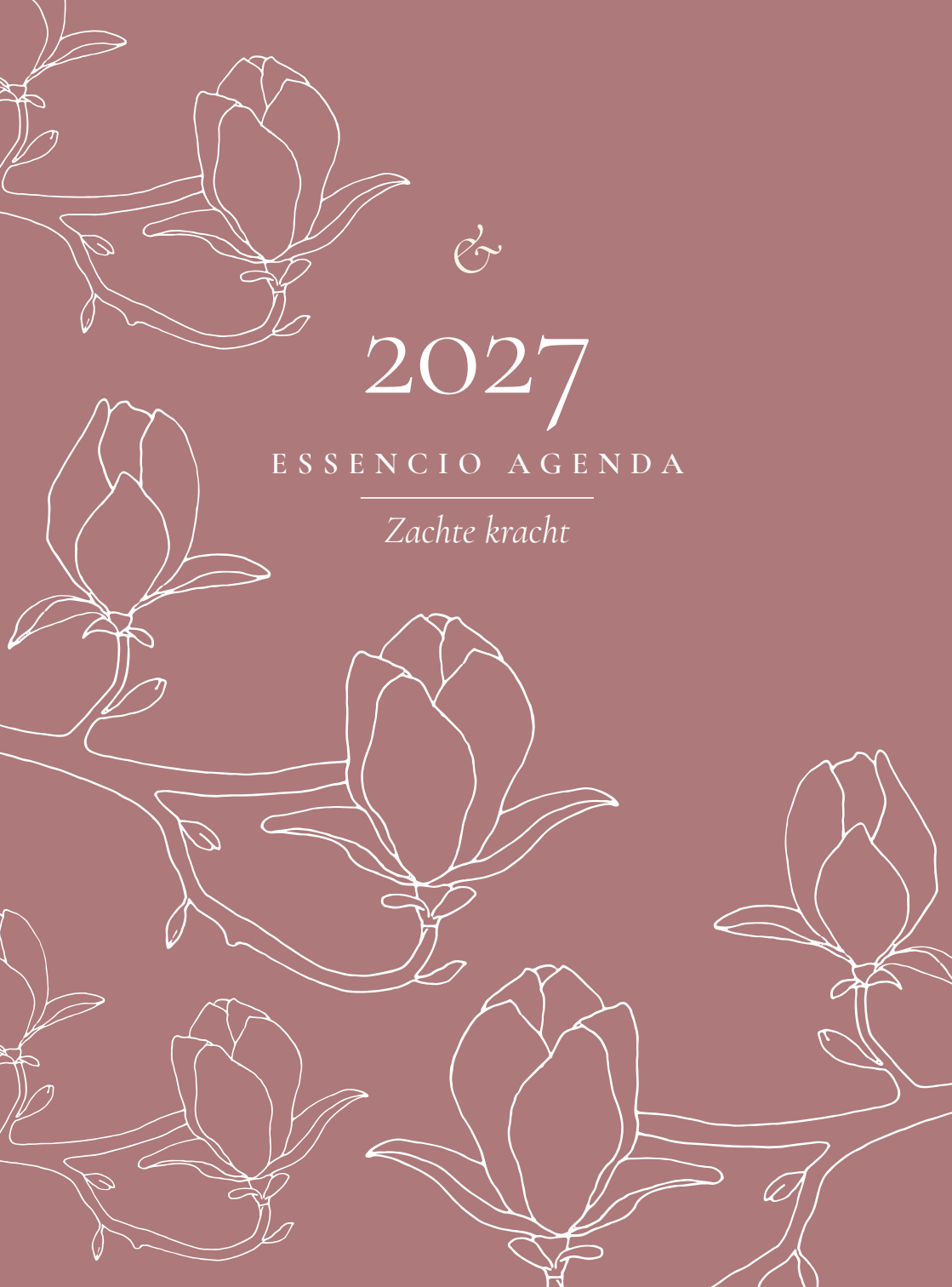


2027

ESSENCIO AGENDA

---

*Zachte kracht*



# Zachte kracht

Het ontwerp van deze agenda heeft lijntekeningen van bloeiende Magnolia's. De tere bloemblaadjes openen vroeg in het voorjaar, terwijl er nog geen enkel blad aan de tak zit. Het is een mooie metafoor voor dapperheid; tevoorschijn komen als je nog heel kwetsbaar en klein bent.

Dat is zachte kracht. Jezelf durven laten zien zoals je bent en bloeien op jouw tijd. Waar de wereld om ons heen steeds harder wordt, en het recht van de sterkste geldt, is er een steeds groter verlangen naar zachtheid. De voortdurende strijd om te willen winnen, de grootste prestatie te leveren, of de meeste macht te vergaren, brengt niet het beste in ons naar boven. Zachter leven kan daarop het antwoord zijn.

'Het grootste  
geschenk dat  
je iemand kan  
geven is oprechte  
aandacht.'  
*Richard Moss*

hand zijn, of het luisterende oor, of delen van je rijkdom. Door je innerlijke rijkdom te vinden, geef je meer ruimte aan een ander en aan jezelf.

Daarover inspireren we je een jaar lang met mooie quotes en foto's van de natuur, die zacht, maar ook krachtig zijn. We hoeven niets te bewijzen. We zijn al krachtig in onszelf.

*Margreet Kattouw*  
*Essencio*

Zachtheid laat je leven vanuit vertraging en verbinding, en maakt je een mooier mens, het is een gezonde basis voor sterke relaties. Het gaat over eerlijk, betrouwbaar en authentiek zijn. Zo zijn we krachtig in wie we zijn, niet in wat we doen of nastreven.

Een zachter leven leiden laat zien dat hoop en liefde het winnen van oordeel en haat. Het maakt je milder, opmerkzamer en daardoor meelevender. Zo kun je de helpende



PERSOONLIJKE GEGEVENS

naam

adres

postcode | woonplaats

privé: telefoon

e-mail

werk: telefoon | mobiel

e-mail

IBAN

rijbewijsnummer

paspoortnummer

kenteken auto

kenmerk (brom)fiets

donor ja/nee

bloedgroep

BIJ ONGEVAL WAARSCHUWEN

naam

adres

postcode | woonplaats

telefoon

werk

ALARMNUMMER 112, INDIEN MINDER URGENT 0900-8844

huisarts

apotheek

tandarts

politie

brandweer

JANUARI

WK	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
53					1	2	3
1	4	5	6	7	8	9	10
2	11	12	13	14	15	16	17
3	18	19	20	21	22	23	24
4	25	26	27	28	29	30	31

FEBRUARI

WK	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
5	1	2	3	4	5	6	7
6	8	9	10	11	12	13	14
7	15	16	17	18	19	20	21
8	22	23	24	25	26	27	28

MAART

WK	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
9	1	2	3	4	5	6	7
10	8	9	10	11	12	13	14
11	15	16	17	18	19	20	21
12	22	23	24	25	26	27	28
13	29	30	31				

JANUARI

WK	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
52						1	2
1	3	4	5	6	7	8	9
2	10	11	12	13	14	15	16
3	17	18	19	20	21	22	23
4	24	25	26	27	28	29	30
5	31						

FEBRUARI

WK	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
5		1	2	3	4	5	6
6	7	8	9	10	11	12	13
7	14	15	16	17	18	19	20
8	21	22	23	24	25	26	27
9	28	29					

MAART

WK	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
9			1	2	3	4	5
10	6	7	8	9	10	11	12
11	13	14	15	16	17	18	19
12	20	21	22	23	24	25	26
13	27	28	29	30	31		

APRIL

WK	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
13				1	2	3	4
14	5	6	7	8	9	10	11
15	12	13	14	15	16	17	18
16	19	20	21	22	23	24	25
17	26	27	28	29	30		

MEI

WK	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
17						1	2
18	3	4	5	6	7	8	9
19	10	11	12	13	14	15	16
20	17	18	19	20	21	22	23
21	24	25	26	27	28	29	30
22	31						

JUNI

WK	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
22		1	2	3	4	5	6
23	7	8	9	10	11	12	13
24	14	15	16	17	18	19	20
25	21	22	23	24	25	26	27
26	28	29	30				

APRIL

WK	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
13						1	2
14	3	4	5	6	7	8	9
15	10	11	12	13	14	15	16
16	17	18	19	20	21	22	23
17	24	25	26	27	28	29	30

MEI

WK	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
18	1	2	3	4	5	6	7
19	8	9	10	11	12	13	14
20	15	16	17	18	19	20	21
21	22	23	24	25	26	27	28
22	29	30	31				

JUNI

WK	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
22				1	2	3	4
23	5	6	7	8	9	10	11
24	12	13	14	15	16	17	18
25	19	20	21	22	23	24	25
26	26	27	28	29	30		

JULI

WK	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
26				1	2	3	4
27	5	6	7	8	9	10	11
28	12	13	14	15	16	17	18
29	19	20	21	22	23	24	25
30	26	27	28	29	30	31	

AUGUSTUS

WK	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
30							1
31	2	3	4	5	6	7	8
32	9	10	11	12	13	14	15
33	16	17	18	19	20	21	22
34	23	24	25	26	27	28	29
35	30	31					

SEPTEMBER

WK	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
35			1	2	3	4	5
36	6	7	8	9	10	11	12
37	13	14	15	16	17	18	19
38	20	21	22	23	24	25	26
39	27	28	29	30			

JULI

WK	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
26						1	2
27	3	4	5	6	7	8	9
28	10	11	12	13	14	15	16
29	17	18	19	20	21	22	23
30	24	25	26	27	28	29	30
31	31						

AUGUSTUS

WK	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
31		1	2	3	4	5	6
32	7	8	9	10	11	12	13
33	14	15	16	17	18	19	20
34	21	22	23	24	25	26	27
35	28	29	30	31			

SEPTEMBER

WK	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
35					1	2	3
36	4	5	6	7	8	9	10
37	11	12	13	14	15	16	17
38	18	19	20	21	22	23	24
39	25	26	27	28	29	30	

OKTOBER

WK	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
39					1	2	3
40	4	5	6	7	8	9	10
41	11	12	13	14	15	16	17
42	18	19	20	21	22	23	24
43	25	26	27	28	29	30	31

NOVEMBER

WK	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
44	1	2	3	4	5	6	7
45	8	9	10	11	12	13	14
46	15	16	17	18	19	20	21
47	22	23	24	25	26	27	28
48	29	30					

DECEMBER

WK	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
48			1	2	3	4	5
49	6	7	8	9	10	11	12
50	13	14	15	16	17	18	19
51	20	21	22	23	24	25	26
52	27	28	29	30	31		

OKTOBER

WK	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
39							1
40	2	3	4	5	6	7	8
41	9	10	11	12	13	14	15
42	16	17	18	19	20	21	22
43	23	24	25	26	27	28	29
44	30	31					

NOVEMBER

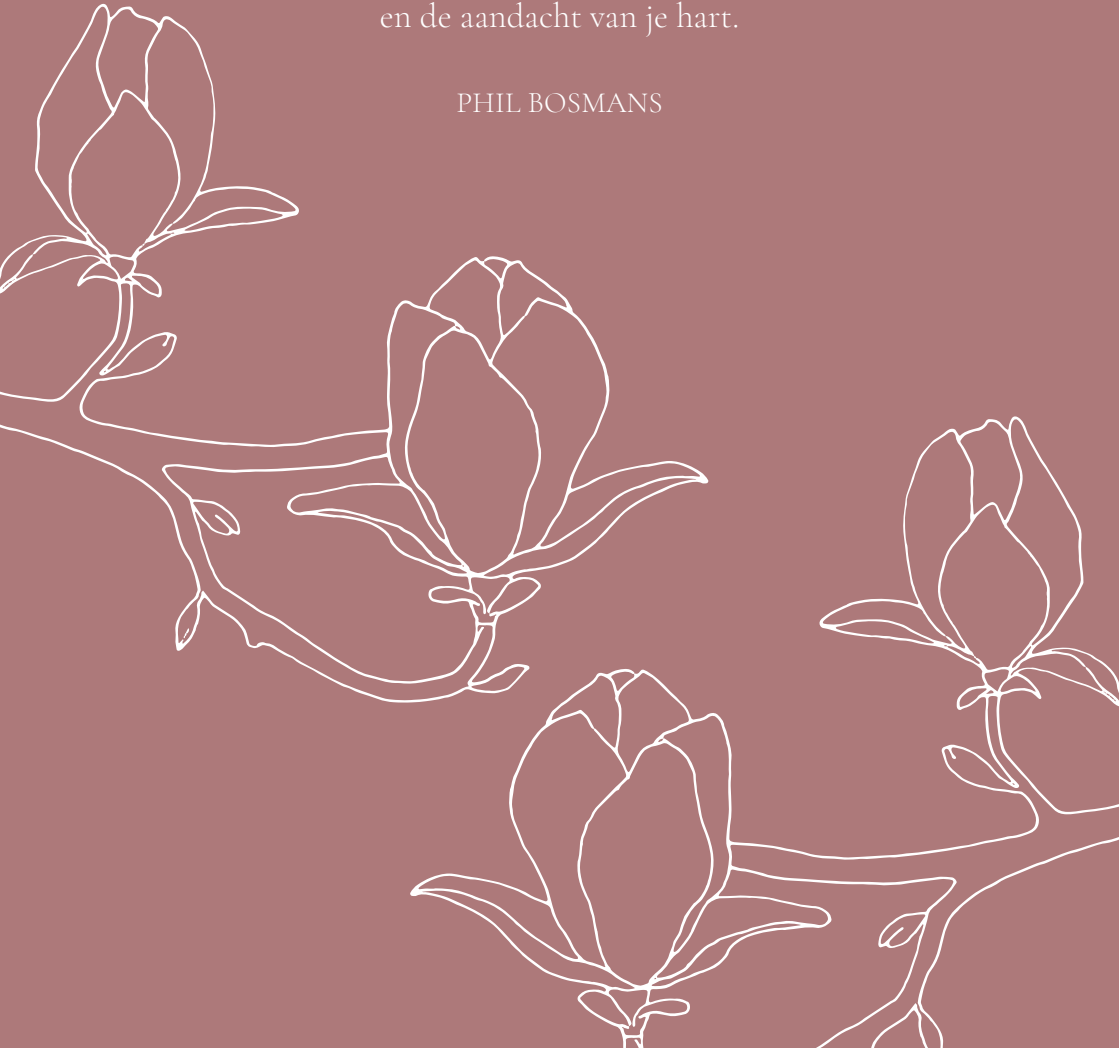
WK	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
44			1	2	3	4	5
45	6	7	8	9	10	11	12
46	13	14	15	16	17	18	19
47	20	21	22	23	24	25	26
48	27	28	29	30			

DECEMBER

WK	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
48					1	2	3
49	4	5	6	7	8	9	10
50	11	12	13	14	15	16	17
51	18	19	20	21	22	23	24
52	25	26	27	28	29	30	31

Meer dan door je mond  
zal de liefde spreken  
door de zachtheid van je handen,  
de tederheid van je gelaat  
en de aandacht van je hart.

PHIL BOSMANS



**VOORJAARSVAKANTIE**

Regio noord en midden: 20 februari t/m 28 februari  
 Regio zuid: 13 februari t/m 21 februari

**MEIVAKANTIE\***

Regio noord, midden en zuid: 24 april t/m 2 mei

**ZOMERVAKANTIE**

Regio noord: 10 juli t/m 22 augustus  
 Regio midden: 17 juli t/m 29 augustus  
 Regio zuid: 24 juli t/m 5 september

**HERFSTVAKANTIE**

Regio noord en midden: 16 oktober t/m 24 oktober  
 Regio zuid: 23 oktober t/m 31 oktober

**KERSTVAKANTIE**

Regio noord, midden en zuid: 25 december 2027 t/m 9 januari 2028

\* Scholen kunnen de meivakantie met een week uitbreiden. OCW geeft hiervoor adviesdata:  
 1 t/m 9 mei 2027. Kijk in de schoolgids of op de website van de school voor de juiste data.

---

---

---

---

---

---

---

**VOORJAARSVAKANTIE**

Regio noord: 19 februari t/m 27 februari  
 Regio midden en zuid: 26 februari t/m 5 maart

**MEIVAKANTIE\***

Regio noord, midden en zuid: 29 april t/m 7 mei

**ZOMERVAKANTIE**

Regio noord: 15 juli t/m 27 augustus  
 Regio midden: 8 juli t/m 20 augustus  
 Regio zuid: 22 juli t/m 3 september

**HERFSTVAKANTIE**

Regio noord: 14 oktober t/m 22 oktober  
 Regio midden en zuid: 21 oktober t/m 29 oktober

**KERSTVAKANTIE**

Regio noord, midden en zuid: 23 december 2028 t/m 7 januari 2029

\* Scholen kunnen de meivakantie met een week uitbreiden. OCW geeft hiervoor adviesdata:  
 22 april t/m 30 april 2028. Kijk in de schoolgids of op de website van de school voor de juiste data.

---

---

---

---

---

---

---

FEEST- EN GEDENKDAGEN

Nieujaarsdag	vrijdag 1 januari
Valentijnsdag	zondag 14 februari
Biddag	woensdag 10 maart
Goede Vrijdag	vrijdag 26 maart
Pasen	zondag 28 en maandag 29 maart
Koningsdag	dinsdag 27 april
Dodenherdenking	dinsdag 4 mei
Bevrijdingsdag	woensdag 5 mei
Hemelvaartsdag	donderdag 6 mei
Moederdag	zondag 9 mei
Pinksteren	zondag 16 mei en maandag 17 mei
Vaderdag	zondag 20 juni
Dankdag	woensdag 3 november
Sinterklaas	zondag 5 december
Kerst	zaterdag 25 en zondag 26 december

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

2028	NIEUWJAAR	PASEN	HEMELVAART	PINKSTEREN	KERST
	zaterdag	16 + 17 april	25 mei	4 + 5 juni	maandag + dinsdag
2029	NIEUWJAAR	PASEN	HEMELVAART	PINKSTEREN	KERST
	maandag	1 + 2 april	10 mei	20 + 21 mei	dinsdag + woensdag



JANUARI

---

---

---

---

---

---

---

---

APRIL

---

---

---

---

---

---

---

---

JULI

---

---

---

---

---

---

---

---

OKTOBER

---

---

---

---

---

---

---

---

FEBRUARI

---

---

---

---

---

---

---

---

MEI

---

---

---

---

---

---

---

---

AUGUSTUS

---

---

---

---

---

---

---

---

NOVEMBER

---

---

---

---

---

---

---

---

MAART

---

---

---

---

---

---

---

---

JUNI

---

---

---

---

---

---

---

---

SEPTEMBER

---

---

---

---

---

---

---

---

DECEMBER

---

---

---

---

---

---

---

---



# JANUARI

1	16
2	17
3	18
4	19
5	20
6	21
7	22
8	23
9	24
10	25
11	26
12	27
13	28
14	29
15	30
	31

# FEBRUARI

1	16
2	17
3	18
4	19
5	20
6	21
7	22
8	23
9	24
10	25
11	26
12	27
13	28
14	
15	

# MAART

1	16
2	17
3	18
4	19
5	20
6	21
7	22
8	23
9	24
10	25
11	26
12	27
13	28
14	29
15	30
	31

# APRIL

1	16
2	17
3	18
4	19
5	20
6	21
7	22
8	23
9	24
10	25
11	26
12	27
13	28
14	29
15	30

# MEI

1	16
2	17
3	18
4	19
5	20
6	21
7	22
8	23
9	24
10	25
11	26
12	27
13	28
14	29
15	30
	31

# JUNI

1	16
2	17
3	18
4	19
5	20
6	21
7	22
8	23
9	24
10	25
11	26
12	27
13	28
14	29
15	30

# JULI

1	16
2	17
3	18
4	19
5	20
6	21
7	22
8	23
9	24
10	25
11	26
12	27
13	28
14	29
15	30
	31

# AUGUSTUS

1	16
2	17
3	18
4	19
5	20
6	21
7	22
8	23
9	24
10	25
11	26
12	27
13	28
14	29
15	30
	31

# SEPTEMBER

1	16
2	17
3	18
4	19
5	20
6	21
7	22
8	23
9	24
10	25
11	26
12	27
13	28
14	29
15	30

# OKTOBER

1	16
2	17
3	18
4	19
5	20
6	21
7	22
8	23
9	24
10	25
11	26
12	27
13	28
14	29
15	30
	31

# NOVEMBER

1	16
2	17
3	18
4	19
5	20
6	21
7	22
8	23
9	24
10	25
11	26
12	27
13	28
14	29
15	30

# DECEMBER

1	16
2	17
3	18
4	19
5	20
6	21
7	22
8	23
9	24
10	25
11	26
12	27
13	28
14	29
15	30
	31







28 maandag

29 dinsdag

30 woensdag

31 donderdag

OUJJAARSDAG

1 vrijdag

NIEUWJAARSDAG

2 zaterdag

3 zondag

De toekomst behoort aan hen die geloven in de schoonheid van hun dromen. *Eleanor Roosevelt*

Mijn dankbaarheid

# De moedigste kracht die er is

In onze maatschappij lijkt snelheid, hardheid en je twijfel verborgen houden, te worden beloond. Dat lijkt krachtig, want we denken onze doelen er sneller mee te halen. Maar er is een ander soort kracht die zachter en authentieker is. Eén die niet schreeuwt en niet hoeft te winnen, en niet bang is om gezien te worden zoals je werkelijk bent. Het is de kracht van iemand die kwetsbaar en menselijk durft te zijn. Omdat je weet: ik weet wie ik ben, en dat is genoeg. Laten we met onderstaande tips oefenen in deze zachte kracht.

## Zachtheid vanuit jouw eigen keuze geeft energie

Er is een verschil tussen zacht zijn uit angst, en zacht zijn omdat je het wilt. Het eerste put je uit, terwijl het tweede je ruimte geeft, aan jezelf als aan de ander.

## Een eerlijke grens zijn om te bewaken

Stel je grenzen met zachte kracht, zonder drama, uitleg, of schuldgevoel. Wees duidelijk en helder. Een rustige stem spreekt met kracht en ontvangt respect.

## Stil zijn heeft kracht en invloed

Het is vaak niet direct nodig of handig om een snelle, eerste reactie te geven. Meestal is het beter om even te wachten, adem te halen en te reflecteren. Na je eerste emotie zie je dingen vaak scherper en kun je dat beter verwoorden. Kracht door wachten, is een stille wijsheid.

## Aanwezig zijn is genoeg

Er écht voor iemand zijn, zonder te praten over jezelf of iets anders, is krachtig. Luisteren naar wat ertoe doet, het gevoel geven aan een ander dat hij of zij gezien wordt.

Zachte kracht vraagt dat je jezelf kent, dat je durft te voelen, en niet wegloopt voor wat moeilijk is, maar er zacht naartoe beweegt. Jij bent niet te zacht voor deze wereld. De wereld heeft jouw zachtheid harder nodig dan ooit.

‘Kwetsbaarheid is niet het tegenovergestelde van kracht, het *is* kracht — omdat het moed vraagt om gezien te worden zonder masker.’

4 maandag

5 dinsdag

6 woensdag

7 donderdag

8 vrijdag

9 zaterdag

10 zondag

Mijn dankbaarheid

Mijn to do's | intenties | herinneringen | reflecties | ideeën



11 maandag

12 dinsdag

13 woensdag

14 donderdag

15 vrijdag

16 zaterdag

17 zondag

Het streven naar waarheid en  
schoonheid is een activiteit waarbij  
we in ons hele leven kind mogen  
blijven. *Albert Einstein*

Mijn dankbaarheid



Mijn to do's | intenties | herinneringen | reflecties | ideeën

18 maandag

---



---



---

19 dinsdag

---



---



---

20 woensdag

---



---



---

21 donderdag

---



---



---

22 vrijdag

---



---



---

23 zaterdag

---



---



---

24 zondag

Mijn dankbaarheid

---



---



---

De kracht van vertrouwen  
 maakt onrust tot rust.  
*Dr. Eliza Laurillard*

Mijn to do's | intenties | herinneringen | reflecties | ideeën



25 maandag

26 dinsdag

27 woensdag

28 donderdag

29 vrijdag

30 zaterdag

31 zondag

Wie het kleine ziet, heeft  
inzicht. Wie in zachtheid  
verblijft, heeft kracht.  
*Lao-Tse*

Mijn dankbaarheid



1 maandag

---

---

---

2 dinsdag

---

---

---

3 woensdag

---

---

---

4 donderdag

---

---

---

5 vrijdag

---

---

---

6 zaterdag

---

---

---

7 zondag

Mijn dankbaarheid

---

---

---

Schoonheid zit niet in het gezicht;  
schoonheid is een licht in het hart.  
*Kahlil Gibran*

Mijn to do's | intenties | herinneringen | reflecties | ideeën