Communityrichtlijnen

Ritme & Rust

Versie 1.0

Welkom

Welkom in de community van Ritme & Rust.

Wat fijn dat je er bent.

Deze community is ontstaan vanuit één eenvoudige gedachte: je hoeft het niet alleen te doen.

Achter ieder scherm zit iemand met een eigen verhaal, een eigen gezin en een eigen zoektocht naar meer overzicht, structuur en rust. Hier ontmoeten we elkaar niet omdat alles perfect gaat, maar juist omdat we elkaar kunnen ondersteunen, inspireren en helpen.

Deze community is een plek waar je vragen mag stellen, ervaringen mag delen, herkenning kunt vinden en kleine overwinningen samen kunt vieren.

Voel je vrij om mee te lezen, actief deel te nemen of juist eerst rustig kennis te maken. Alles mag op jouw eigen tempo.

Om ervoor te zorgen dat iedereen zich welkom, veilig en gehoord voelt, hebben we deze Communityrichtlijnen opgesteld. Ze zijn niet bedoeld om te controleren, maar om samen een omgeving te creëren waarin respect, vertrouwen en vriendelijkheid vanzelfsprekend zijn.

We hopen dat deze community voelt als een plek waar je mag landen. Waar je niet alles hoeft te weten, niet alles alleen hoeft te dragen en waar je stap voor stap jouw eigen ritme mag vinden.

Samen maken we deze community.

Samen zorgen we voor meer rust, meer verbinding en meer ondersteuning.

Waar ritme ontstaat, volgt rust. 🤎

Zo werkt onze community

Om het overzichtelijk te houden, is de community verdeeld in verschillende onderdelen. Ieder onderdeel heeft een eigen plek en een eigen doel. Zo weet je altijd waar je terecht kunt en blijft de community prettig en overzichtelijk voor iedereen.

Start hier

Dit is jouw eerste stop binnen de community.

Hier vind je de belangrijkste informatie om rustig van start te gaan. We leggen uit hoe de community is opgebouwd en wat je waar kunt vinden, zodat je je snel thuis voelt.

Supportplein

Het Supportplein is de centrale ontmoetingsplek van onze community.

Hier kun je delen hoe het met je gaat, een spontane vraag stellen, een tip geven of gewoon gezellig meelezen. We vinden het ook leuk als je jezelf hier even voorstelt, zodat we elkaar beter leren kennen.

Stel je vraag

Loop je ergens tegenaan binnen het Supportsysteem, Trello of het gezinsleven?

Stel je vraag gerust. Grote kans dat iemand anders dezelfde vraag heeft of graag met je meedenkt. Geen vraag is te klein of te groot.

Rustmomentje

Hier deelt Dunja regelmatig inspiratie, praktische tips, foto's, voice notes en persoonlijke inzichten die helpen om meer ritme en rust te creëren in het dagelijks leven.

Zie dit als een klein rustmoment tussen alle drukte door.

Kaartje van de week

Iedere zondagavond deelt Dunja een kaartje uit een kaartendeck, samen met een korte reflectie.

Een mooi moment om even stil te staan bij de afgelopen week en met een nieuwe intentie aan de komende week te beginnen.

Nieuwe aanvullingen

Hier vind je alle nieuwe checklists, printables, downloads en andere aanvullingen voor het Supportsysteem.

Zo blijf je eenvoudig op de hoogte van alles wat nieuw beschikbaar is.

Kleine overwinningen

Iedere stap vooruit is het waard om gevierd te worden.

Of je nu eindelijk overzicht hebt in je administratie, een rustige ochtend hebt gehad of een fijne week hebt ervaren: deel jouw overwinning gerust. Samen maken we ook de kleine successen zichtbaar.

Supportmaatjes

Hier kun je kennismaken met andere leden van de community.

Misschien herken je jezelf in elkaars verhaal, ontstaan er mooie gesprekken of groeit er zelfs een waardevolle vriendschap. Je hoeft het niet alleen te doen.

Aankondigingen

Hier deelt Ritme & Rust belangrijke updates, nieuws en praktische mededelingen.

Zo weet je zeker dat je niets mist.

Goed om te weten

Je hoeft niet overal actief aan mee te doen.

Voel je vrij om eerst rustig mee te lezen, af en toe iets te delen of juist actief deel te nemen. Er is geen goede of foute manier om onderdeel te zijn van deze community.

Doe vooral wat past bij jouw leven, jouw behoefte en jouw tempo.

Samen zorgen we voor een fijne sfeer

De community van Ritme & Rust is een plek waar iedereen zichzelf mag zijn.

Iedereen heeft een eigen verhaal, een eigen gezin en een eigen manier van omgaan met de uitdagingen van het dagelijks leven. Juist die verschillen maken onze community waardevol.

Daarom vragen we je om met respect, vriendelijkheid en begrip met elkaar om te gaan.

Dat betekent onder andere dat we:

- naar elkaar luisteren zonder te oordelen;
- elkaar aanmoedigen in plaats van vergelijken;
- ruimte geven aan verschillende meningen en ervaringen;
- zorgvuldig omgaan met persoonlijke verhalen die worden gedeeld;
- elkaar behandelen zoals we zelf ook graag behandeld willen worden.

We vinden het belangrijk dat iedereen zich veilig voelt om een vraag te stellen, een ervaring te delen of juist alleen mee te lezen. Er is geen verwachting dat je altijd actief hoeft te zijn. Jouw aanwezigheid is al waardevol.

Wat past niet binnen onze community?

Om de community prettig en veilig te houden, is er een aantal dingen dat niet past binnen de sfeer die we samen willen creëren.

Daarom vragen we je om geen:

- kwetsende, beledigende of discriminerende berichten te plaatsen;
- reclame, spam of ongewenste promotie te delen;
- misleidende informatie te verspreiden;
- persoonlijke gegevens van anderen zonder toestemming te delen;
- berichten te plaatsen die de veiligheid of het vertrouwen binnen de community kunnen schaden.

Wanneer een bericht of gedrag niet past binnen deze richtlijnen, behouden wij ons het recht voor om een bericht te verwijderen of – wanneer dat nodig is – passende maatregelen te nemen. Uiteraard doen we dit altijd zorgvuldig en met respect.

Goed om te weten

Iedereen mag de community op zijn of haar eigen manier beleven.

Sommige leden delen dagelijks iets. Anderen lezen vooral mee. Beide zijn helemaal goed.

Het belangrijkste is dat iedereen zich welkom, veilig en gesteund voelt.

Onze rol als beheerder

Als beheerder van de community doen we ons best om een warme, veilige en ondersteunende omgeving te creëren waarin iedereen zich welkom voelt.

We zijn regelmatig aanwezig om vragen te beantwoorden, inspiratie te delen, nieuwe aanvullingen te plaatsen en de community te begeleiden. Tegelijkertijd begrijpen we dat iedere dag anders is. Daarom kan onze aanwezigheid per dag verschillen.

We vinden het belangrijk dat de community een prettige plek blijft voor iedereen. Wanneer dat nodig is, kunnen we berichten aanpassen of verwijderen, leden persoonlijk benaderen of – in uitzonderlijke situaties – maatregelen nemen om de veiligheid en sfeer binnen de community te waarborgen.

Wanneer we moeten ingrijpen, doen we dat altijd met respect, zorgvuldigheid en vanuit de intentie om de community veilig en prettig te houden voor alle leden.

We geloven in open communicatie. Heb je vragen over een beslissing of loop je ergens tegenaan? Neem dan gerust contact met ons op. We gaan graag met je in gesprek.

Goed om te weten

Deze community draait niet om perfectie.

Ze draait om verbinding.

We zijn allemaal mens. We maken fouten, leren van elkaar en groeien samen. Juist daarom geloven we dat een open gesprek vaak waardevoller is dan een snelle conclusie.

Tot slot

Bedankt dat je deel uitmaakt van de community van Ritme & Rust.

Door jouw aanwezigheid, vragen, ervaringen en betrokkenheid help je mee aan een plek waar mensen elkaar kunnen ondersteunen, inspireren en bemoedigen.

We geloven dat rust niet alleen ontstaat door een goed systeem, maar ook door het gevoel dat je er niet alleen voor staat.

Voel je daarom vrij om vragen te stellen, mee te lezen, jouw ervaringen te delen of juist kleine overwinningen te vieren. Alles mag op jouw eigen tempo.

Samen bouwen we stap voor stap aan een community waarin vertrouwen, respect en verbinding centraal staan.

Dank je wel dat jij daar onderdeel van bent.

Liefs,

Dunja
Ritme & Rust

Waar ritme ontstaat, volgt rust. 🤎

Versie 1.0
Ingangsdatum: 01-08-2026