

Vormingplus Halle - Vilvoorde

arch^{“”}educ

Driemaandelijks magazine - jaargang 4 - nr. 15

HET VOLLEDIGE VORMINGSAANBOD VAN HALLE-VILVOORDE OP WWW.ARCHEDUC.BE

Winter 2012

CURSUSSEN

WORKSHOPS

PROJECTEN

LEZINGEN

UITSTAPPEN





IN BEELD

HEDEENDAAGSE KUNST BETER BEGRIJPEN

In het kasteel van Gaasbeek kon je van september tot november genieten van kunst onder de noemer 'Sleeping Beauties'. Werken van kunstenaars als Spencer Tunick, Jan Fabre en Michael Borremans vormden er samen een unieke tentoonstelling. Cursisten van 'Is dat nu kunst?' leerden aan de hand van de tentoonstelling hedendaagse kunst beter begrijpen.

→ Wil je ook meer weten over kunst?

Ga mee op bezoek bij een kunstenaarsatelier (op 24 maart, p 26) of bij veilinghuizen en galleries (op 17 maart, p. 25).



Jan Fabre, Ik, aan het dromen, 1979 (courtesy collectie Muhika, foto Kasteel van Gaasbeek)

'02



MET Z'N ALLEN IN DE BUS

Een echte Britse dubbeldekkerbus was in september het decor voor de festiviteiten rond 'Vijf jaar Café Combinne'. In Halle, Vilvoorde en Asse schoven telkens een zestigtal mensen aan tafel voor een leuke babbel en een heerlijke hap.

→ Zelf meedoen aan de interculturele praatgroepen van Café Combinne? Surf dan snel naar www.cafecombinne.be voor alle locaties en data, of vraag de folder aan bij Arch'educ.



PISTE-PALAVER

In de piste van Stoeterij De Spronkenhoek kwam je te weten wat paardenfluisteren nu net is. Amazones van de stoterij gaven eerst een demonstratie. Daarna kon je deelnemen aan de pistepalaver. Hier leerde iedereen bij over de kennis en kunde van de anderen.

Binnenkort start de volgende cursus in de reeks 'Paardenkennis'.

→ Gezondheidsproblemen bij paarden en basiskennis EHBO
vanaf 23 februari in Kester (Gooik), p. 32



Foto's: Dijk, Vanderheyden





VOORWOORD



“Fietsvriendinnen” was een interessant project. Bij Arch’educ zijn we overtuigd van het belang van levenslang en levensbreed leren. In gewone mensentaal: we leren over alle mogelijke dingen, op alle mogelijke momenten en op alle mogelijke manieren in ons leven. “Fietsvriendinnen” is daar een mooi voorbeeld van. Je leest er meer over, verderop in dit magazine. En ja, dit project is zeker voor herhaling vatbaar.

Je wilt graag je sociale, persoonlijke of relationele vaardigheden verbeteren? Arch’educ biedt in samenwerking met verschillende organisaties vormingen aan. “Fit in je hoofd” is zo een project waar we graag aan meewerken. Geestelijke gezondheid bevorderen gebeurt op meerdere manieren. Zelfeducatie of zelfzorg zijn van groot belang binnen de campagne “Fit in je hoofd - goed in je vel”. Aan dit facet werken we dus mee. Ook hierover vind je meer informatie in dit nummer.

En uiteraard vind je in dit magazine tal van andere vormingen, cursussen en lezingen. Ons eigen aanbod en dat van andere organisaties. Levenslang én levensbreed...

Werner Godfroid

directeur

INHOUD

'06 INTERVIEW

FIT IN JE HOOFD, GOED IN JE VEL '06

Heb je al eens stil gestaan bij je geestelijke gezondheid? Dit is even belangrijk als je lichamelijke gezondheid! Daarom kan je in het project 'Fit in je hoofd' door middel van 10 simpele stappen aan je geestelijke gezondheid werken.

VRIENDINNEN OP TWEE WIELEN '08

Lusine leerde fietsen, samen met een groep vrouwen uit Zellik. Nu gaat ze zelf de straat op, en wil ze ook wel eens met een vriendin een uitstapje maken met de fiets.

SAMEN IN VERBONDENHEID '10

In Vlaanderen zijn er naar schatting 800 000 mensen familie van iemand met een psychisch probleem. Speciaal voor al deze mensen is er Similes, een familievereniging waarin men elkaar stimuleert in verwerking, zelfstandigheid en weerbaarheid.

‘13 **VORMINGSGIDS**

PERSOONLIJKHEID EN ONTPLOOIING ‘13

COMPUTER EN TECHNIEK ‘19

KUNST ‘23

ACTIEF EN CREATIEF ‘27

NATUUR EN MILIEU ‘31

SAMENLEVING EN CULTUUR ‘33

ZINGEVING ‘37

‘41 **ACTIVITEITENKALENDER**

‘47 **PRAKTISCHE INFORMATIE**

INTERVIEW

Fit in je hoofd, goed in je vel!

Je lekker in je vel voelen, daar kan je aan werken!

ILSE VERCAUTEREN is themawerker geestelijke gezondheid bij LOGO Zenneland: het Lokaal gezondheidsoverleg. LOGO werkt in opdracht van de Vlaamse Overheid aan gezondheidsbevordering en ziektepreventie. Geestelijke gezondheid is één van de zeven thema's waar LOGO aan werkt. In 2006 werd de campagne 'Fit in je hoofd' gestart. Dit project helpt je in tien stappen op weg naar een betere geestelijke gezondheid.

Is het dan zo slecht gesteld met onze mentale gezondheid?

ILSE VERCAUTEREN: Het klopt inderdaad dat België niet zo goed scoort op het vlak van mentale gezondheid in vergelijking met andere landen in de wereld. Als we kijken naar onze buurlanden, dan zie we dat er in Nederland bijvoorbeeld de helft minder zelfdodingen zijn dan in ons land. Daarom ook dat de overheid op meerdere vlakken initiatieven neemt om dit te veranderen. Dit gebeurt zowel in de gezondheidszorg als in de preventieve sector.

Van waar komt het taboe rond geestelijke gezondheid?

ILSE VERCAUTEREN: Vaak bekijkt men geestelijke gezondheid op

een te beperkte manier. De bedoeling van LOGO is om geestelijke gezondheid net zo vanzelfsprekend te maken als lichamelijke gezondheid. Meestal worden kwesties over mentale problemen in verband gebracht met psychiatrie of zelfdoding, maar eigenlijk heeft iedereen er wel eens mee te maken. Mensen in je omgeving tonen veel sneller medeleven wanneer je een been breekt, dan wanneer je te kampen hebt met een depressie of een burn-out.

Op welke manier kan je zelf aan je mentale gezondheid werken?

ILSE VERCAUTEREN: Wel, werken aan je mentale gezondheid wordt eigenlijk wat stiefmoederlijk behandeld, terwijl het net zo belangrijk is als gezond eten en regelmatig sporten. Met de tien stappen van 'Fit in je hoofd' word je al een heel eind op weg gezet om je geestelijke gezondheid op peil te brengen. Even stilstaan bij heel eenvoudige dingen zoals op tijd hulp vragen, durven nee zeggen, jezelf OK vinden, ... is erg gemakkelijk.

In de gemeente Dilbeek worden er in 2011 en 2012 tien activiteiten georganiseerd die helpen om je (nog) beter in je vel te voelen.

ILSE VERCAUTEREN: Dat klopt! Het zijn stuk voor stuk middelen die een houvast bieden en je stukje bij beetje voorthelpen naar een gezonder en gelukkig leven. Het gaat van films over cursussen tot gespreksavonden. Je zult zien dat er telkens één van de tien stappen van 'Fit in je hoofd' aan bod komt.

Hoe kan ik weten hoe het staat met mijn mentale gezondheid?

ILSE VERCAUTEREN: Op de website van 'Fit in je hoofd' kan je zelf een test doen. Aan de hand van een vragenlijst krijg je een heleboel feedback over onder andere je veerkracht, over eventuele klachten en over hoe je omgaat met problemen.

Soms heb je misschien niet de energie om zelf iets te doen aan je mentale gezondheid. Daarom vind je op de website ook heel wat



info over waar je terecht kan voor hulp. Je vindt er onder andere links naar cursussen, zelfhulp, en professionele hulp.

HOE FIT IS JOUW HOOFD?

Als je zelf eens wil testen hoe het met jouw mentale gezondheid zit, dan kan je surfen naar www.fitinjehoofd.be. Je vindt er een zelftest die je vertelt hoe fit jouw hoofd is, aan de hand van vragen over je veerkracht, klachten en de manier waarop je omgaat met problemen.

→ 4 WWW.FITINJEHOOFD.BE

1. VIND JEZELF OKÉ

Niemand hoeft perfect te zijn.
Zoals je nu bent, mag je er echt zijn.

2. PRAAT EROVER

Soms kan je in je hoofd van een mug een olifant maken.
Praat er met iemand over. Zo krijg je er meer vat op.

3. BEWEEG

Veel piekeren vreet energie. Door te sporten en te bewegen ga je vanzelf minder piekeren, en je krijgt er een ontspannen gevoel van!

4. PROBEER IETS NIEUWS

Droom je ervan de tango te leren dansen? Wil je iemand aan het lachen maken? Gebruik je fantasie! Zo krijg je het gevoel dat je uniek bent.

5. REKEN OP VRIENDEN

Als je het zelf niet zegt, kunnen je vrienden niet weten hoe je je voelt. Niets geeft je meer kracht dan vrienden die je begrijpen en aanvaarden.

FIT IN JE HOOFD IN DILBEEK

- Durf hulp te vragen - Opvoeden OP 19 JANUARI
- Durf nee te zeggen OP 7 FEBRUARI
- Vind jezelf oké - Stijl- en kleurenanalyse OP 14 MAART
- Gun jezelf rust - Omgaan met stress VANAF 19 APRIL, p. 18
- Beweeg - Tai-chi OP 27 MEI
- Probeer iets nieuws uit - Maak je eigen schilderij VANAF 19 JUNI, p. 30

→ 'Fit in je hoofd' in Dilbeek wordt georganiseerd i.s.m. gemeente Dilbeek - dienst welzijn en preventie, LOGO Zenneland, PRH en Arch'educ.

6. DURF NEE ZEGGEN

Als je nee durft zeggen, ervaar je jezelf als iemand met een eigen wil. Als je nee durft zeggen, dan krijg je respect.

7. GA ERVOOR

Durf een engagement aan te gaan. Breek uit jezelf door actief te zijn in een vereniging, door iemand te helpen, door te gaan voetballen. Ga op in de activiteit en hoor bij de groep.

8. DURF HULP VRAGEN

Hulp vragen getuigt van bescheidenheid en zelfkennis. Het is zeker geen teken van hulpeloosheid. Hulp vragen is OK!

9. GUN JEZELF RUST

Voel je je soms overbelast? Word je prikkelbaar omdat je geen tijd hebt? Maak regelmatig een moment vrij om tot rust te komen.

10. JE HOOFD BOVEN WATER

Soms zit alles tegen. Soms kan je niet meer doen dan het hoofd boven water te houden. Trek je even terug of ga op zoek naar een knuffel, en bedenk: er komen betere tijden.

INTERVIEW

Vriendinnen op twee wielen

Lusine leerde fietsen met Fietsvriendinnen!

Lusine komt uit Rusland en woont sinds één jaar in België. Begin 2011 leerde ze fietsen. Samen met een aantal andere vrouwen kwam ze te weten hoe je veilig de fiets op kan, en welke vaardigheden je hiervoor nodig hebt. Nu kan ze zelf op pad, en dat geeft haar meer vrijheid.

LUSINE: Ik vond het fijn om te leren fietsen. In het project Fietsvriendinnen werden we geholpen door een aantal vrijwilligers. Dat waren allemaal heel fijne mensen, en ik heb veel van hen geleerd.

Leren fietsen is niet zo gemakkelijk. Hoe ging dat in zijn werk?

LUSINE: Eerst leerden we de verkeersregels. Dat is uiteraard erg belangrijk als je de weg op gaat. Daarna liepen we op een parking wat rond met de fiets aan de hand, om de fiets beter te leren kennen. En dan is het, met vallen en opstaan, beetje bij beetje leren trappen, en sturen.

Wat vond je het moeilijkste aan leren fietsen?

LUSINE: Ik vond het erg moeilijk om mijn evenwicht te bewaren. Zeker wanneer je je arm moet uitsteken en dan ook nog eens achterom moet kijken om af te slaan. Dan durfde het wel eens mislopen!

Ga je nu zelf met fiets op pad?

LUSINE: Nog niet zo veel. Hier in Zellik fiets ik wel eens, maar naar Brussel durf ik niet te gaan. Daar is het veel te druk! Ik zou graag wat meer met mijn dochter gaan fietsen, om zo uitstapjes te maken. Ik zou de fietscursus zeker aanbevelen. Ik heb het al aangeraden aan enkele van mijn vriendinnen. Zo kunnen we dan samen gaan fietsen met enkele mensen uit Zellik!





DOE MEE!

In maart start een nieuwe reeks Fietsvriendinnen. Je kan zelf leren fietsen, of je kan er voor kiezen om andere vrouwen op de fiets te helpen. Wil je met andere vrouwen samen fietstochtjes maken? Dan kan je je opgeven als fietsvriendin.

→ Neem voor meer info contact op met Silvia:
silvia.derom@archeduc.be
02 451 61 87

fiets
vriendinnen

- Volwassenen leren fietsen op 9 maart in Zellik, p. 29
- Fietsen kan je leren vanaf 23 maart in Zellik, p. 30

INTERVIEW

Sterk in verbondenheid

Similes brengt familieleden van mensen met psychische problemen samen

In Vlaanderen zijn er naar schatting 800 000 mensen familie van iemand met een psychisch probleem. Voor al deze mensen is er Similes, een familievereniging waarin men elkaar stimuleert in verwerking, zelfstandigheid en weerbaarheid. **JANA DE BEUL** is psychologe en werkt bij Similes als coördinator van de lokale afdelingen in Vlaams-Brabant. Ze helpt de lokale kringen bij hun werking, zowel op het vlak van het organiseren van activiteiten als het ondersteunen van de vrijwilligers.

Similes is het Latijnse woord voor 'gelijken', en dat is meteen ook de basis voor hun manier van werken. Ze brengen lotgenoten samen: familieleden en vrienden van personen met psychische problemen.

Op welke manier is Similes ontstaan?

JANA DE BEUL: Similes is in 1972 ontstaan vanuit een groepering van familieleden van psychiatrische patiënten. In die tijd was inspraak van familieleden nog onbestaande in de psychische zorg. Ouders van patiënten wilden via de groepering meer betrokken worden bij de zorg van hun familielid. Later werd de werking uitgebreid naar partners, volwassen kinderen en vrienden van patiënten met een psychiatrisch probleem. Vanaf het moment dat een patiënt meerderjarig is, is het namelijk niet meer zo vanzelfsprekend dat mensen uit zijn of haar omgeving betrokken worden in de zorg.

Hoe proberen jullie het taboe rond geestelijke gezondheid te doorbreken?

JANA DE BEUL: 'Praten over' is hierin de eerste stap. Dat doen we o.a. tijdens gespreksavonden, waar men in een veilig kader de stap kan zetten. Maar ook door onze leden aan te moedigen erover te praten met vrienden en kennissen. We helpen ook mee aan grotere campagnes zoals de Te Gek!?-karavaan die in oktober door Vlaanderen trok. Op Canvas kon

je toen ook de gelijknamige reportagereeks zien. Dergelijke initiatieven zorgen ervoor dat geestelijke gezondheid bespreekbaar wordt.

Wie kan lid worden van Similes?

JANA DE BEUL: Eigenlijk kan iedereen, die in zijn of haar nabijheid iemand kent met een psychisch probleem, lid worden van onze organisatie. Momenteel bestaan onze leden vooral uit ouders, maar ook partners en kinderen van patiënten zien we meer en meer op onze bijeenkomsten. Ook hulpverleners, leerkrachten, opvoeders of artsen kunnen lid worden. Iedereen die betrokken is en die Similes steunt betekent een grote meerwaarde. Ook hulpverleners en patiënten zijn lid van de vereniging.

**‘Samenkomen met lotgenoten...
De (h)erkenning van je zorgen,
het groeien als persoon. Alles mag
maar niets moet, samen leren
bouwen aan een nieuwe morgen.**

**Similes**
sterk in verbondenheid

‘ Het is misschien een cliché, maar door samen te zijn en samen te praten, voel je je even niet meer zo alleen. Te weten dat er anderen zijn die in een gelijkaardige situatie leven en die je dus écht begrijpen, maakt het iedere keer weer wat draaglijker...



Op welke manier slaat Similes de brug tussen familie en professionals?

JANA DE BEUL: Ook hier gaat het over de verbondenheid die je bij Similes terug vindt in alles wat we doen. We proberen familie en hulpverleners elkaar beter te laten begrijpen. Aan familieleden leggen we uit wat de beperkingen zijn van de geestelijke gezondheidszorg. Omgekeerd geven we aan hulpverleners de noden en bezorgdheden van familieleden mee. Wanneer bijvoorbeeld een familielid ons contacteert met een communicatieprobleem met het ziekenhuis waar hun zoon verblijft, dan geven we in eerste instantie telefonisch advies. We raden aan om op andere manieren aan informatie te geraken. Vaak komt men met een andere vraagstelling, of via een andere contactpersoon al een heel eind verder. Als het echt stroef loopt nemen we soms de rol van bemiddelaar op.

Welke activiteiten organiseert Similes voor de leden?

JANA DE BEUL: Ons aanbod gaat van diverse informatieve brochures en boeken voor iedereen, tot copingcursussen voor familiebetrokkenen die leren hoe met een bepaalde aandoening het best wordt omgegaan, zonder daarbij de eigen behoeften uit het oog te verliezen. We organiseren ook informatieve, vormende en culturele activiteiten. Deze activiteiten staan open voor iedereen. We brengen er interessante informatie over ziektebeelden, juridische thema's en alles wat te maken heeft met psychische aandoeningen en zorg. Er zijn ook bijeenkomsten waar het accent ligt op ontmoeting en het uitwisselen van ervaringen. Deze zijn enkel bedoeld voor familieleden en vrienden van personen met psychische problemen, zodat zij in een veilige omgeving ervaringen kunnen uitwisselen. Ontmoeting en wederzijdse ondersteuning staan centraal. Ook weekends voor familieleden staan op het programma.

GEESTELIJKE GEZONDHEID RAAKT ONS ALLEMAAL EN TOCH WORDT ER WEINIG OVER GESPROKEN.

Psychische problemen, licht, matig of ernstig, komen veel voor. We hebben er allemaal mee te maken: als persoon, in ons gezin en familie, in relaties met anderen. Eén persoon op vier krijgt op een of andere manier te maken met psychiatrische zorg, het is dus geen ver van mijn bed verhaal! Toch spelen de ervaringen zich vaak af in de beslotenheid van gezinnen, het taboe rond geestelijke gezondheid is nog steeds groot.

Similes is de familievereniging voor geestelijke gezondheid, en helpt en steunt gezinnen met een psychisch ziek gezinslid. De vereniging streeft naar een moderne gezinsvriendelijke geestelijke gezondheidszorg, dichterbij de mensen, zonder wachtlijsten, met oog voor preventie, arbeid en wonen en naar het uitbouwen van inspraak en participatie. Similes steunt gezinsleden in hun herstel- en verwerkingsproces via juiste informatie en met de kracht die uitgaat van de ontmoeting tussen lotgenoten. We organiseren op diverse locaties activiteiten voor het ruime publiek en in het bijzonder voor familieleden van personen met psychische problemen, vrienden, collega's, studenten. Een persoonlijk onthaal, persoonlijke getuigenissen en de ontmoetingskansen maken onze bijeenkomsten zeer karakteristiek. Dagelijks bieden we telefonisch advies bij vragen over psychische ziektebeelden, over de hulpverlening, over hoe je omgaat met je ziek familielid of vragen van juridische aard, of verwijzen waar je terecht kan voor persoonlijke ondersteuning, ...

Voor onze leden beschikken we over een luxe vakantiewoning in Limburg aan 6,20 euro per volwassene per overnachting. (met dank aan de Stichting Ommersteyn)

Meer informatie over onze activiteiten, infobrochures, vakantiewoning, lid worden, ...

JANA DE BEUL, coördinator Similes Vlaams-Brabant
016 244203 of jana.de.beul@similes.be
Similes vzw, Groeneweg 151, 3001 Heverlee
www.similes.be



INFOREEKS VROEGE PSYCHOSE

- Verwarde geest in heldere taal - Wat is psychose?
op di 7 februari in Asse, p. 34
- Help een vriend/kind/jezelf om niet te flippen - omgaan met eerste psychotische ervaringen
op di 6 maart in Asse, p. 35
- Ontmoetingsmoment voor familieleden en vrienden
op di 17 april in Grimbergen, p. 36



PERSOONLIJKHEID EN ONTPLOOIING

ma	19.12	HET CONSTRUCT VAN DE WILDERNIS: ADHD BIJ KINDEREN EN VOLWASSENEN	14
woe	04.01	WIE BEN IK? JE EIGEN PERSOONLIJKHEID ALS BASIS VOOR EEN KRACHTIGE DYNAMIEK	14
woe	01.02	ASSERTIEF ZIJN	15
do	02.02	BOUWEN AAN VRIENDSCHAP	15
za	11.02	VORM GEVEN AAN JE TOEKOMST VANUIT JE NATUURLIJKE TALENTEN	16
do	16.02	AUTISME: WAT NU?	16
di	28.02	PALLIATIEVE ZORG	17
vr	02.03	AL SCHRIJVEND MEER JEZELF WORDEN	17
di	20.03	TEL IK MEE OF TEL IK AF?	17



HET CONSTRUCT VAN DE WILDERNIS: ADHD BIJ KINDEREN EN VOLWASSENEN

Wat is ADHD nu echt? De belevingswereld van een ADHD'er is een wildernis met beperkingen en pijn maar ook prachtige eigenschappen. Deze lezing steunt op wetenschap en ervaring. De spreker heeft zelf ADHD en is hulpverlener. Vooroordelen, oorzaken, diagnostiek, aanpak en medicatie komen aan bod in een scherp, herkenbaar maar hoopvol beeld.

PRAKTISCHE INFO

DATUM MA 19 DEC 2011, VAN 19U30 TOT 22U30

BEGELEIDING ILJA VAN PEEL

LOCATIE CC HET BOLWERK, BOLWERKSTRAAT 17,
1800 VILVOORDE

INSCHRIJVINGEN LOCH NESS, LOCHNESS.INFO@GMAIL.COM,
SITES.GOOGLE.COM/SITE/VORMINGLOCHNESS,
PRIJS: 15 EURO

WIE BEN IK? JE EIGEN PERSOONLIJKHEID ALS BASIS VOOR EEN KRACHTIGE DYNAMIEK

Jezelf kennen is de basis om stevig in het leven te staan. In deze cursus word je je eerst bewust van jouw beeld over jezelf. Daarna gaan we op zoek naar de kern van je persoonlijkheid. Je maakt kennis met je eigen capaciteiten en met wie je zelf bent. Je wordt bewuster van je eigenheid en van je innerlijke kracht. Hierop zicht krijgen geeft je nieuwe levensenergie en een fundament om op te steunen. Het maakt je vrijer in je relaties. Je krijgt zicht op andere facetten van jezelf: je denken, je gevoelens, je lichaam. Hoe kan je in deze aspecten van je persoon nog meer jezelf worden? Tenslotte maak je kennis met een aantal belangrijke houdingen die je kan aannemen om als persoon te groeien en jezelf te ontplooiën. Gelieve zelf een lunchpakket mee te brengen. Koffie en water staan ter beschikking.

Opgelet: dit is een cursus, geen therapie (voor deze cursus kan je gedeeltelijk betalen met opleidingscheques, meer info op www.vdab.be/opleidingscheques of 0800 30 700).

PRAKTISCHE INFO

DATA WOE 4 T.E.M. ZO 8 JAN 2012, VAN 9U TOT 17U

BEGELEIDING GEERT FRATEUR, PRH

LOCATIE BALJUWHUIS, KAMMEERSWEG 2,
1570 GALMAARDEN

I.S.M. CULTUURDIENST GALMAARDEN

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01, WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: PV13/08, PRIJS: 100 EURO



www.archeduc.be

ASSERTIEF ZIJN

Veel mensen willen graag assertief kunnen zijn wanneer dat nodig is. Dat is niet zo gemakkelijk. Soms zeg je iets te brutaal. Soms laat je onvoldoende zien wat je wilt of waar je grenzen liggen. Hoe kan je jezelf blijven tegenover een buur of een baas die je overdondert? Hoe leer je je uitdrukken zodat mensen je duidelijk verstaan? Hoe laat je ook je lichaam spreken? Met zeven bouwstenen leer je in deze cursus assertief te zijn en zelfverzekerd naar voren te komen.

PRAKTISCHE INFO

DATA WOE 1, 8 EN 15 FEB 2012, VAN 19U TOT 22U15

BEGELEIDING PATRICK JOSSA, PRH

LOCATIE CC DE MEENT, GEMEENVELDSTRAAT 34,
1652 ALSEMBERG

I.S.M. CC DE MEENT

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01, WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: PV31/04, PRIJS: 20 EURO



www.archeduc.be

BOUWEN AAN VRIENDSCHAP

Contacten zijn belangrijk in ons leven. Het ligt in onze natuur om relaties te willen aangaan met anderen. Op een gezonde manier relaties uitbouwen betekent niet dat we ons aan anderen gaan vastklampen en er helemaal afhankelijk van zijn. Bouwen aan vriendschap is ook bouwen aan de relatie met jezelf. Pas als je eigen vriend kunt zijn, ben je in staat om in alle vrijheid met anderen contact te maken. In deze cursus leer je hoe je dit alles stap voor stap kunt realiseren.

PRAKTISCHE INFO

DATA DO 2, 9 EN 16 FEB 2012, VAN 19U TOT 22U15

BEGELEIDING THEA BOMBEECK, PRH

LOCATIE BALJUWHUIS, KAMMEERSWEG 2,
1570 GALMAARDEN

I.S.M. CULTUURDIENST GALMAARDEN

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01, WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: PV46/02, PRIJS: 20 EURO



VORM GEVEN AAN JE TOEKOMST VANUIT JE NATUURLIJKE TALENTEN

In deze cursus willen we je verlangen naar zelfrealisatie stimuleren. We leren naar waarde schatten wat er nu al is. We helpen je ontdekken wat er nodig is om moeilijkheden en obstakels het hoofd te bieden. We staan stil bij juiste keuzes die helpen bouwen aan de toekomst. 's Middags kan je lunchen in het cultuurcafé, of je kiest voor je zelf meegebracht lunchpakket.

PRAKTISCHE INFO

DATA ZA 11 EN ZO 12 FEB 2012, VAN 9U30 TOT 17U

BEGELEIDING GEERT FRATEUR, PRH

LOCATIE CC DEN BLANK, BEGIJNHOF 11, 3090 OVERIJSE

I.S.M. CC DEN BLANK

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01, WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: PV54/01, PRIJS: 30 EURO

AUTISME: WAT NU?

De term autisme roept veel verschillende beelden op. Mensen met autisme zien er onderling even verschillend uit. Ze kunnen zich net zo verschillend gedragen als mensen zonder autisme dat doen. En toch hebben ze allemaal een ding gemeenschappelijk: ze denken op een andere manier dan de gemiddelde mens. Dat verschil staat niet op hun gezicht te lezen. Daarom hebben 'gewone' mensen én mensen met autisme het vaak zo moeilijk om elkaar te begrijpen. We leven letterlijk in twee verschillende werelden. Deze avond gaan we op verkenning in hun leefwereld en maken we kennis met autismespectrumstoornissen.

PRAKTISCHE INFO

DATUM DO 16 FEB 2012, VAN 20U TOT 22U

LOCATIE HET KOETSHUIS, STRIJTEMPLEIN 15,
1760 ROOSDAAL

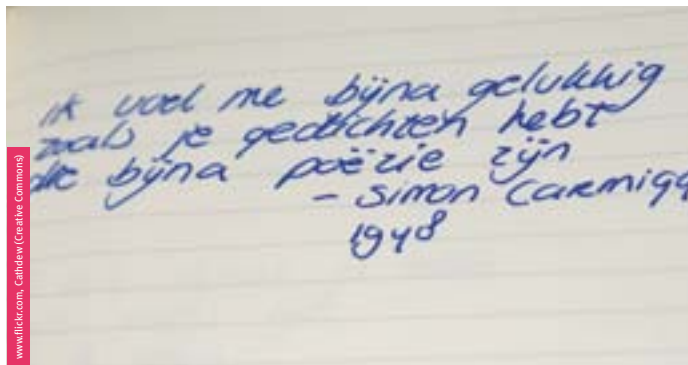
INSCHRIJVINGEN VLAAMSE DIENST VOOR AUTISME, 09 238 18 18,
WWW.AUTISMECENTRAAL.COM, PRIJS: 5 EURO

AL SCHRIJVEND MEER JEZELF WORDEN

De hele dag door gaan er honderden dingen door ons heen. Wanneer we naar TV kijken, als we gezellig praten en luisteren tijdens een etentje, wanneer we een complimentje krijgen, of wanneer er iets negatief op ons af komt. Het ontbreekt ons vaak aan een methode om te ontcijferen wat we precies voelen. Het is moeilijk om die gevoelens te benoemen, om er woorden aan te geven of ze te omschrijven. Deze cursus leert je zelfkennis opdoen via methodisch schrijven. We gaan niet schrijven over onszelf, maar wel uitdrukken in woorden wat er in jezelf omgaat. We gaan geen verhalen schrijven, maar schrijven over wat in verband staat met onszelf. Als je beschrijft wat er in jezelf omgaat, dan maak je een boeiende ontdekkingsstocht door je innerlijke wereld. Dat maakt levensenergie vrij. Wanneer je je gevoelens kan benoemen, dan groeit je zelfkennis, en dan kan je je leven gericht in handen nemen. Gelieve een lunchpakket mee te brengen.

PRAKTISCHE INFO

DATUM VR 2 EN 9 MAART 2012, VAN 9U30 TOT 17U
BEGELEIDING PATRICK JOSSA, PRH
LOCATIE ARCH'EDUC, STATIONSSTRAAT 70, 1730 ASSE
INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01, WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: PV55/01, PRIJS: 30 EURO



PALLIATIEVE ZORG

Iedereen is in meer of mindere mate bezig met de vraag: wat gaat er met mij gebeuren op het eind van mijn leven? Hoeveel inspraak heb ik? Hoe kan ik mijn laatste dagen bepalen?

PRAKTISCHE INFO

DATUM DI 28 FEB 2012, OM 14U
LOCATIE KASTEEL LA MOTTE, LUMBEEKSTRAAT 20,
1700 SINT-ULRIKS-KAPELLE
INSCHRIJVINGEN CC WESTRAND, 02 466 20 30,
WWW.WESTRAND.ORG,
PRIJS 6 EURO (ABO ALM: 5 EURO)

TEL IK MEE OF TEL IK AF?

Wil je als 50-plusser je levenservaring benutten, je verlangens en dromen onderzoeken, je kwaliteiten en drijfveren kennen? Met vernieuwde energie aan de slag!

PRAKTISCHE INFO

DATA DI 20 EN 27 MAART 2012, VAN 9U30 TOT 16U30
LOCATIE CC WESTRAND, KAMERIJKLAAN Z/N,
1700 DILBEEK
INSCHRIJVINGEN ZORG-SAAM, 016 24 39 73,
WWW.ZORGSAAAM.BE, PRIJS: 130 EURO



VOORUITBLIK

Fit in je hoofd: Gun jezelf rust - Omgaan met stress

Met een aantal oefeningen kan je beter met stress leren omgaan.

vanaf do 19 april 2012, Itterbeek (Dilbeek)

meer info: Arch' educ, 02 454 54 01, www.archeduc.be,

code: PV57/01, prijs: 30 euro

Pittig leven door zelfzorg. Verantwoordelijk voor mezelf, mijn relaties en de samenleving

Een cursus vol handige tips over zorgen voor jezelf.

vanaf vr 20 april 2012, Galmaarden

meer info: Arch' educ, 02 454 54 01, www.archeduc.be,

code: PV42/02, prijs: 100 euro

Vlot en zelfzeker in gesprekken

Wat komt er allemaal bij kijken als je een dialoog wil aangaan?

vanaf za 5 mei 2012, Asse

meer info: Arch' educ, 02 454 54 01, www.archeduc.be,

code: PV56/01, prijs: 30 euro



COMPUTER EN TECHNIEK



ma	16.01	KLUSSEN IN HUIS: SANITAIR	20
di	24.01	KLUSSEN IN HUIS: ELEKTRICITEIT	20
za	04.02	KENNISMAKING MET PC EN WINDOWS	21
do	01.03	KLUSSEN IN HUIS: FIETSONDERHOUD	21
ma	05.03	KLUSSEN IN HUIS: ELEKTRICITEIT	20
ma	12.03	FACEBOOK VOOR BEGINNERS	22
do	15.03	PRAKTISCH AAN DE SLAG MET JE GSM	22



COMPUTER EN TECHNIEK

KLUSSEN IN HUIS: SANITAIR

Lekkende kranen, verstopte afvoeren en klaterende toiletten: kleine problemen waar je gek van kan worden. Na deze cursus kan je je mannetje staan op sanitair gebied. Je leert een lekkende kraan herstellen, een nieuwe sifon plaatsen, de spoelbak van het toilet monteren, en nog veel meer. Met deze cursus krijg je inzicht in het sanitair van je huis. Als je thuis een universele tang en schroevendraaiers hebt, mag je deze naar de cursus meebrengen. Doe zeker geen aankopen voor de eerste les.

PRAKTISCHE INFO

DATA MA 16, 23 EN 30 JAN 2012, VAN 19U TOT 22U

BEGELEIDING WALTER DELARUELLE

LOCATIE JEUGDONTMOETINGSCENTRUM,
G. GEZELLELAAN 2, 1880 KAPELLE-OP-DEN-BOS

I.S.M. GEMEENSCHAPSCENTRUM DE OUDE PASTORIE

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01, WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: WT67/01, PRIJS: 25 EURO



KLUSSEN IN HUIS: ELEKTRICITEIT

In deze cursus krijg je meer informatie over stroomnet, aarding, watt en volt. Daarna gaan we aan de slag! Je leert kabels verlengen, stekkers aan draden monteren, ... Er is voldoende ruimte voor individuele vragen en jouw eigen projecten. Kortom: dit is een cursus met een zekere spanning! Als je thuis een kniptang, een universele tang of een schroevendraaier met geïsoleerd blad hebt, mag je deze naar de cursus meebrengen. Doe zeker geen aankopen voor de eerste les.

PRAKTISCHE INFO

DATA DI 24, 31 JAN EN 7 FEB 2012, VAN 19U TOT 22U

BEGELEIDING MARC VANHOOVELS

LOCATIE GEMEENSCHAPSCENTRUM DE CORREN, VAN
FRACHENLAAN 24/A, 1820 STEENOKKERZEEL

I.S.M. GEMEENTE STEENOKKERZEEL

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01, WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: WT66/01, PRIJS: 25 EURO

DATA MA 5, 12 EN 19 MAART 2012, VAN 19U TOT 22U

BEGELEIDING EWOUT SCHREVENIS

LOCATIE JEUGDONTMOETINGSCENTRUM,
G. GEZELLELAAN 2, 1880 KAPELLE-OP-DEN-BOS

I.S.M. GEMEENSCHAPSCENTRUM DE OUDE PASTORIE

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01, WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: WT66/02, PRIJS: 25 EURO



www.flickr.com, johndent (Creative Commons)

KLUSSEN IN HUIS: FIETSONDERHOUD

Fietsen is ontspannend voor lichaam en geest. Tenminste, als de techniek je niet in de steek laat. Niets is vervelender dan een ratelende versnelling of een loshangende ketting. Daarom is het nodig om je fiets op regelmatige basis te onderhouden. Tijdens deze cursus leer je een lekke band herstellen, remblokjes vervangen, je remmen afstellen, je ketting, pedalen en trapas vervangen. Je raakt ook bedreven in het afstellen van de versnellingen van jouw fiets. Breng als het kan je eigen fiets mee.

PRAKTISCHE INFO

DATA DO 1, 8, 15, 22 EN 29 MAART 2012,
VAN 19U TOT 22U

BEGELEIDING MARC VAN YPERZEELE

LOCATIE GEMEENTELIJKE BASISSCHOOL,
HOOGSTRAAT 6, 1570 GALMAARDEN

I.S.M. GEMEENTE GALMAARDEN

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01, WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: WT68/02, PRIJS: 30 EURO

KENNISMAKING MET PC EN WINDOWS

In het digitaal tijdperk is het belangrijk dat je met een computer kan werken. Heb je nog niet kennis gemaakt met pc en Windows? Dan is deze cursus zeker iets voor jou!

PRAKTISCHE INFO

DATA ZA 4, 11 FEB, 3, 10 EN 17 MAART 2012,
VAN 9U TOT 12U

LOCATIE SINT-GODELIEVE-INSTITUUT,
MECHELSEWEG 129, 1880 KAPELLE-OP-DEN-BOS

INSCHRIJVINGEN GEMEENSCHAPSCENTRUM DE OUDE PASTORIE,
015 71 02 53, WWW.GCOUDEPASTORIE.BE,
PRIJS: 95 EURO

FACEBOOK VOOR BEGINNERS

In deze workshop maak je kennis met Facebook, de website waar iedereen over spreekt. Eerst leer je een profiel aanmaken en daarna kan je aan de slag. Je gaat je vrienden opzoeken en je leert foto's delen met anderen. Verder bekijken we op een kritische manier de privacyaspecten van Facebook. Je leert ook evenementen, fanpagina's en groepen aanmaken. Deze workshop is een perfecte introductie tot Facebook! Je dient een basiskennis van computer en internet te hebben.

PRAKTISCH AAN DE SLAG MET JE GSM

Wil je praktisch aan de slag met je GSM? Maar je weet niet helemaal hoe eraan te beginnen? Na een korte uitleg over de werking van een GSM gaan we echt aan het werk. Je leert hoe je een adresboek kan beheeren, hoe je telefoonnummers kan opslaan en hoe je personen kan opbellen. We tonen hoe je de datum en het uur op een correcte manier instelt. Je leert ook hoe je voicemail en de wekker werkt. Daarna staan we stil bij SMS'en. Je leert korte berichtjes schrijven, opslaan en verzenden. We tonen je hoe je speciale symbolen in een SMS kan gebruiken. Tijdens de cursus is er veel tijd voor vragen. Alle stappen en handelingen worden inge oefend met je eigen GSM. Breng dus zeker je GSM en de handleiding mee.

PRAKTISCHE INFO

DATA DO 15 EN 22 MAART 2012, VAN 9U TOT 12U

BEGELEIDING SENIORNET VLAANDEREN

LOCATIE CC HET BOLWERK, BOLWERKSTRAAT 17,
1800 VILVOORDE

I.S.M. DIENST SOCIALE ZAKEN VILVOORDE

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01, WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: WT39/04, PRIJS: 10 EURO

PRAKTISCHE INFO

DATA : MA 12 EN DI 13 MAART 2012, VAN 19U TOT 22U

BEGELEIDING SARAH PLOMPEN

LOCATIE BALJUWHUIS, KAMMEERSWEG 2,
1570 GALMAARDEN

I.S.M. GEMEENTE GALMAARDEN

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01, WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: CMI32/01, PRIJS: 12 EURO



VOORUITBLIK

Online bankieren

Hoe ga je praktisch aan de slag met bankieren via het internet?
op ma 2 april 2012, Asse
meer info: Arch'educ, 02 454 54 01, www.archeduc.be, code: CMI34/01, prijs: 6 euro

Klussen in huis: fietsonderhoud

Leer hoe je je fiets gezond kan houden aan de hand van een aantal praktische tips.
vanaf 23 april 2012, Kapelle-op-den-Bos
meer info: Arch'educ, 02 454 54 01, www.archeduc.be, code: WT68/01, prijs: 30 euro



KUNST



di	10.01	DE CODES VAN DA VINCI, BACH EN PI. WISKUNDE, SCHILDERKUNST EN MUZIEK	24
do	08.03	IS DIT ANTIK? OUDE VOORWERPEN LEREN ANALYSEREN	24
za	17.03	KUNST IN VEILINGHUIZEN, PRIVÉCOLLECTIES EN GALERIES	25
za	24.03	BEZOEK AAN EEN KUNSTENAARSATELIER EN EEN KUNSTGALERIE	26

DE CODES VAN DA VINCI, BACH EN PI. WISKUNDE, SCHILDERKUNST EN MUZIEK

Wiskunde, schilderkunst en muziek... vormen een eeuwenoud trivium. Het ontdekken van dergelijke gelijkenissen laat toe de samenhang te zien tussen de soms erg wereldvreemde mathemata en andere culturele manifestaties.

IS DIT ANTIEK?

OUDE VOORWERPEN LEREN ANALYSEREN

Iedereen bezit wel iets ouds: een koperen kandelaar, een porseleinen theeservies of de linnenkast van grootmoeder. Maar is dit allemaal antiek? Hoe kom je dat te weten? Waaraan herken je een waardevol voorwerp? Wat is echt en wat is vals? Jean-Tony Dangis is antiekexpert en loodst je moeiteloos door de fascinerende wereld van antiek. Hij brengt stukken mee naar de les zodat je een antiek voorwerp praktijkgericht leert analyseren naar tijd, materiaal, stijl en waarde. Op een zondag tijdens de cursus zetten we onze kennis in de praktijk om. Dan brengen we een bezoek aan een grote antiekmarkt. Ook jouw eigen voorwerpen kunnen besproken worden. Vanaf de tweede sessie mag je gerust je eigen 'antieke' voorwerpen meebrengen. Wordt behandeld: koper, tin, zilver en verzilverd, goud, ijzer, zamac, porselein, biscuit, aardewerk en fijn aardewerk, zandsteengoed, glas, kristal en halfkristal.

PRAKTISCHE INFO

DATUM DI 10 JAN 2012, OM 14U

LOCATIE KASTEEL LA MOTTE, LUMBEEKSTRAAT 20,
1700 SINT-ULRIKS-KAPELLE

INSCHRIJVINGEN CC WESTRAND, 02 466 20 30,
WWW.WESTRAND.ORG,

PRIJS: 6 EURO (ABO ALM: 5 EURO)



PRAKTISCHE INFO

DATA DO 8, 15, 22, 29 MAART, 5 EN 12 APRIL
2012, VAN 19U30 TOT 22U30
ANTIEMARKT: ZO 15 APRIL 2012,
VAN 10U TOT 13U

BEGELEIDING JEAN-TONY DANGIS

LOCATIE CULTUURHUIS,
BRUSSELESTEENWEG 44/2, 1860 MEISE

I.S.M. GEMEENSCHAPSCENTRUM DE MUZE
VAN MEISE

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01,
WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: KE62/01, PRIJS: 65 EURO



KUNST IN VEILINGHUIZEN, PRIVÉCOLLECTIES EN GALERIES

Wist je dat je niet enkel in een museum kunst kan gaan bekijken? Op deze uitstap in Brussel beginnen we met het veilinghuis. Tijdens een bezoek aan veilinghuis Horta in Brussel krijgen we te horen hoe kunstwerken worden verhandeld en hoe een veilinghuis werkt. Daarna bezoeken we de Vanhaerents-collectie, een privéverzameling met hedendaagse kunst. Hier maken we kennis met de kunstvisie van een topverzamelaar. We komen te weten hoe een verzamelaar zijn werken aankoopt, waarom hij zijn collectie openstelt, en wat hij vindt van de handel in kunstwerken. We sluiten de dag af met een bezoek aan Harlan Levey Projects. In deze galerie horen we vast en zeker een ander verhaal. Hier staan de kunst, de kunstenaar en het experiment centraal. Harlan Levey Projects werkt als verzamelplaats voor kunstenaars, curatoren en designers die grenzen van hedendaagse kunst onderzoeken: de galerie en de openbare ruimte, figuratief en niet-figuratief, performance en schilderkunst. Deze uitstap is een kijk achter de

schermen, bedoeld voor iedereen die nieuwsgierig is naar kunst: voor mensen mét of zonder voorkennis, voor mensen met kritische vragen of mensen die gewoon willen kennismaken met enkele interessante initiatieven omtrent hedendaagse kunst. We verzamelen voor dit bezoek zeer stipt om 9u in het centraal station van Brussel en verplaatsen ons de hele dag in groep met de metro. In de namiddag maken we te voet een verplaatsing van ca. 1 km.

PRAKTISCHE INFO

DATUM ZA 17 MAART 2012, VAN 9U TOT 18U

BEGELEIDING ARJAN SOHIER, ARCH'EDUC

LOCATIE STATION BRUSSEL-CENTRAAL,
EUROPAKRUISPUNT 2, 1000 BRUSSEL

I.S.M. HARLAN LEVEY PROJECTS, VEILINGHUIS HORTA

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01, WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: KE63/01, PRIJS: 45 EURO

BEZOEK AAN EEN KUNSTENAARSATELIER EN EEN KUNSTGALERIE

Wist je dat je niet enkel in een museum kunst kan gaan bekijken? We nemen een kijkje in het atelier van kunstenaar Jo De Smedt. Hij zal ons inwijden in de geheime wereld van een scheppend kunstenaar. We maken kennis met zijn kunst en we horen hoe zijn werken ontstaan. Na dit atelierbezoek stappen we in groep naar galerie de Ziener, waar op dat moment werk van Jo De Smedt te zien is. Zo maken we vanop de eerste rij mee hoe de tentoonstellingsruimte het kunstwerk beïnvloedt. Dit bezoek is er voor iedereen die geïnteresseerd is in kunst en graag meer wil weten over het werk van een kunstenaar of een galeriehouder. Tijdens dit bezoek is er ruimschoots de tijd om vragen te stellen. Meer info vind je op www.jodesmedt74.be en www.deziener.be. We wandelen ca. 1 km van het atelier tot galerie de Ziener.

PRAKTISCHE INFO

DATUM ZA 24 MAART 2012,
VAN 14U TOT 17U

BEGELEIDING JO DE SMEDT, JAN DE SMEDT

LOCATIE ATELIER JO DE SMEDT,
STEENWEG 45, 1730 ASSE

I.S.M. JO DE SMEDT,
GALERIE 'DE ZIENER' VZW

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01,
WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: KE64/01,
PRIJS: 10 EURO



VOORUITBLIK

Leren luisteren naar klassieke muziek

Samen luisteren naar muziekfragmenten verhoogt het muzikale genot. Wie dat wil kan meegaan naar een concert.

*vanaf za 14 april 2012, Kraainem
meer info: Arch'educ, 02 454 54 01,
www.archeduc.be,
code: KE65/01, prijs: 45 euro*



ACTIEF EN CREATIEF



wo	11.01	DE MAROKKAANSE KEUKEN	28
za	21.01	KALLIGRAFIE: VERVOLGCURSUS HUMANISTISCH CURSIEF	28
za	21.01	KALLIGRAFIE: VERVOLGCURSUS HUMANISTISCH CURSIEF	28
do	01.03	KOKEN MET SEIZOENSGROENTEN	29
vr	09.03	FIETSVRIENDINNEN: VOLWASSENEN LEREN FIETSEN	29
vr	23.03	FIETSVRIENDINNEN: FIETSEN KAN JE LEREN	30

ACTIEF EN CREATIEF

DE MAROKKAANSE KEUKEN

Couscous, tajines, brewat, ... deze exotische gerechten klinken als muziek in de oren. Na deze cursus blijft het niet bij watertanden alleen, maar ben je in staat om ze zelf te bereiden.

PRAKTISCHE INFO

DATA WOE 11, 18, 25 JAN EN 1 FEB 2012, OM 19U30

LOCATIE SINT-MARTINUSSCHOOL,
KOENSBORRE, 1730 ASSE

INSCHRIJVINGEN CC ASSE, 02 466 77 71, WWW.CCASSE.BE,
PRIJS: 100 EURO



KALLIGRAFIE:

VERVOLGCURSUS HUMANISTISCH CURSIEF

Kalligrafie biedt de mogelijkheid om een woord, een gedachte of een tekst een 'ziel' te geven. Bovenal is het ontzettend boeiend om het creatieve talent in jezelf te ontdekken en te exploreren. In deze cursus komen volgende onderwerpen aan bod: het verfijnen van de schrijftechniek, introductie van kleur, achtergronden en lay-outoefeningen. Met eenvoudige middelen komen we tot verrassende en persoonlijke resultaten. Iedereen die een basiscursus humanistisch cursief in de vingers heeft, kan meedoen. Ter plaatse betaal je nog 10 euro materiaalbijdrage (voor de hele reeks).

PRAKTISCHE INFO

DATA ZA 21 JAN, 4, 18 FEB, 3, 17 EN 31 MAART 2012,
VAN 10U TOT 12U30

BEGELEIDING MARION STOFFELS

LOCATIE GEMEENSCHAPSCENTRUM DE BOESDAALHOEVE,
HOEVESTRAAT 67, 1640 SINT-GENESIUS-RODE

I.S.M. GEMEENSCHAPSCENTRUM DE BOESDAALHOEVE

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01, WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: CE61/01, PRIJS: 50 EURO

DATA ZA 21 JAN, 4, 18 FEB, 3, 17 EN 31 MAART 2012,
VAN 13U30 TOT 16U

BEGELEIDING MARION STOFFELS

LOCATIE GEMEENSCHAPSCENTRUM DE BOESDAALHOEVE,
HOEVESTRAAT 67, 1640 SINT-GENESIUS-RODE

I.S.M. GEMEENSCHAPSCENTRUM DE BOESDAALHOEVE

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01, WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: CE61/02, PRIJS: 50 EURO



KOKEN MET SEIZOENSGROENTEN

Seizoensgroenten spelen hier de hoofdrol. Onder begeleiding van een ervaren kok maak je eenvoudige maar heerlijke recepten klaar: soepen, salades, sausjes, originele gerechten voor elke dag. Met deze nieuwe en gezonde manier van koken breng je meer afwisseling op tafel en doe je iets voor je eigen gezondheid zonder dat je iets hoeft te missen. Voor iedereen die graag gezond én lekker eet. Uiteraard eten we op het einde van de les samen gezellig de gerechtjes op.

PRAKTISCHE INFO

DATA DO 1, 8 EN 15 MAART 2012,
VAN 18U30 TOT 21U30

BEGELEIDING KLAAS SCHOONJANS

LOCATIE GEMEENSCHAPSCENTRUM DE CORREN,
VAN FRACHENLAAN 24/A,
1820 STEENOKKERZEEL

I.S.M. GEMEENSCHAPSCENTRUM DE CORREN

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01, WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: PCH30/01, PRIJS: 40 EURO

FIETSVRIENDINNEN: VOLWASSENEN LEREN FIETSEN

Binnen het project 'Fietsvriendinnen' zoekt Arch'educ vrijwilligers die beginnende fietsers willen begeleiden in het leren fietsen. Wat mag je verwachten? Op één dag maken we je vertrouwd met een beproefde methode van de Fietsersbond om anderen veilig op de fiets te helpen. Je krijgt op het einde van de vorming een competentiebewijs. In ruil vragen we van jou dat je minstens één cursusdag mee kan begeleiden (cursusdata: 23, 30 maart en 20, 27 april). Interesse in andere culturen en flexibel kunnen omspringen met taal is ook mooi meegenomen. Je doet dit samen met collega-vrijwilligers en staat er dus nooit alleen voor. Goede sfeer gegarandeerd! De training zal deels buiten gegeven worden. Draag dus comfortabele kledij en neem indien mogelijk je eigen fiets mee.

PRAKTISCHE INFO

DATUM VR 9 MAART 2012, VAN 10U TOT 16U

BEGELEIDING ARCH'EDUC

LOCATIE OCMW ZELLIK, BRUSSELSESTEENWEG 551,
1731 ZELLIK

I.S.M. PRIC, OCMW ASSE, INTEGRATIEDIENST ASSE

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01, WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: GZS24/02, PRIJS: GRATIS





FIETSVRIENDINNEN: FIETSEN KAN JE LEREN

Heb je nooit de kans gekregen om te leren fietsen? Of heb je het wel geleerd, maar nooit genoeg geoefend in het verkeer, omdat je bijvoorbeeld in de stad woont? Wij helpen je graag op weg! Een groep gemotiveerde vrijwilligers leert je fietsen, via veilige methodes en met aandacht voor je eigen ritme. Eenmaal je de basis geleerd hebt en je vertrouwd bent met de verkeersregels, ga je de straat op met een fietsvriendin! Wij zoeken voor jou een fietsvriendin met wie je vele gezellige uurtjes zal beleven. Zit in de prijs begrepen: cursus, gebruik van onze fietsen, drankje tijdens pauze, verzekering. Draag comfortabele kledij en breng indien mogelijk een eigen fiets mee (niet verplicht).

PRAKTISCHE INFO

DATA VR 23, 30 MAART, 20 EN 27 APRIL 2012,
VAN 9U30 TOT 11U30

BEGELEIDING PLOEG VAN VRIJWILLIGERS

LOCATIE PARKING SPORTCOMPLEX MOLENBOS,
MOLENBOS 1, 1731 ZELLIK

I.S.M. OCMW ASSE, INTEGRATIEDIENST ASSE,
PRIC, MOBIEL 21

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01, WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: GZS27/01, PRIJS: 5 EURO

VOORUITBLIK

Fit in je hoofd:

Probeer iets nieuws uit - Maak je eigen schilderij

Leer jezelf uitdrukken door een kunstwerk te maken, compleet van voorstudie tot volwaardig kunstwerk.

vanaf di 19 juni 2012, Dilbeek

*meer info: Arch'educ, 02 454 54 01, www.archeduc.be,
code: KE61/01, prijs: 12 euro*



NATUUR EN MILIEU



do	23.02	GEZONDHEIDSPROBLEMEN BIJ PAARDEN EN BASISKENNIS EHBO	32
di	07.03	FIJN STOF, ECHT ZO FIJN?	32



NATUUR EN MILIEU

FIJN STOF, ECHT ZO FIJN?

België scoort zeer slecht qua luchtvervuiling en men schat dat de gemiddelde levensverwachting in ons land met 13,6 maanden afneemt ten gevolge van luchtvervuiling door fijn stof. Hoog tijd om hier dieper op in te gaan.

GEZONDHEIDSPROBLEMEN BIJ PAARDEN EN BASISKENNIS EHBO

Iedere paardeneigenaar wil zijn of haar paarden gezond houden, maar gezondheidsproblemen doen zich onvermijdelijk en onverhoopt voor. In deze cursus bekijken we systematisch waar en welke problemen zich zouden kunnen voordoen. Alles begint met het zorgvuldig observeren van het paard. Het meten van de ademhaling, de pols en de temperatuur zijn belangrijke vaardigheden die elke paardeneigenaar onder de knie moet hebben. We besteden ruim aandacht aan de diverse worminfecties en gevolgen ervan. Ook het kennen en herkennen van de symptomen bij aandoeningen van de luchtwegen, huidaandoeningen, maag/darmproblemen (kolieken) komt aan bod. We bespreken uitgebreid het bewegingsapparaat en beengebreeken. Hierbij kan je als cursist het onderscheid tussen belastingskreupelheid en bewegingskreupelheid leren herkennen. We sluiten de cursus af met een avond praktische EHBO, waarin je je onder meer kan bekwalen in het leggen van diverse verbanden. Deze cursus is deel van de reeks "Van paardenliefhebber tot paardenkenner in één leerseizoen". Vraag de folder van de hele reeks aan bij Arch'educ.

PRAKTISCHE INFO

DATUM DI 7 FEB 2012, OM 14U

LOCATIE KASTEEL LA MOTTE, LUMBEEKSTRAAT 20,
1700 SINT-ULRIKS-KAPELLE

INSCHRIJVINGEN CC WESTRAND, 02 466 20 30,
WWW.WESTRAND.ORG,
PRIJS: 6 EURO (ABO ALM: 5 EURO)

PRAKTISCHE INFO

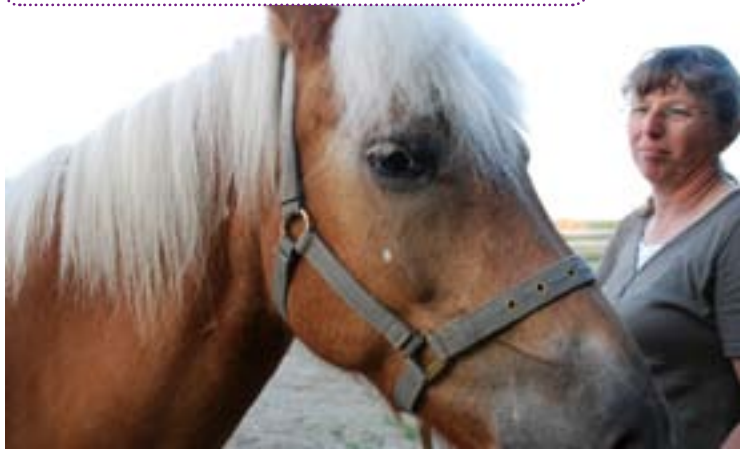
DATA DO 23 FEB, 1, 8, 15, 22 EN 29 MAART 2012,
VAN 19U30 TOT 22U30

BEGELEIDING RUUDJE SPRONK

LOCATIE STOETERIJ DE SPRONKENHOEK,
MOLENSTRAAT 38, 1755 KESTER

I.S.M. STOETERIJ DE SPRONKENHOEK

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01, WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: NM32/01, PRIJS: 108 EURO





SAMENLEVING EN CULTUUR



di	24.01	ERVEN EN ERFENISSEN	34
di	07.02	INFOREEKS VROEGE PSYCHOSE: 'VERWARDE GEEST IN HELDERE TAAL' - WAT IS PSYCHOSE?	34
di	06.03	INFOREEKS VROEGE PSYCHOSE: 'HELP EEN VRIEND/JE KIND/JEZELF OM NIET TE FLIPPEN' - OMGAAN MET EERSTE PSYCHOTISCHE ERVARINGEN	35
di	06.03	DE MENS IN DE GEVANGENIS	35



SAMENLEVING EN CULTUUR

ERVEN EN ERFENISSEN

Erven is een complexe problematiek waar iedereen op een zeker moment mee te maken krijgt. Je doet er goed aan na te denken over wat er met je bezittingen gebeurt als je er niet meer bent.

PRAKTISCHE INFO

DATUM DI 24 JAN 2012, OM 14U

LOCATIE KASTEEL LA MOTTE, LUMBEEKSTRAAT 20,
1700 SINT-ULRIKS-KAPELLE

INSCHRIJVINGEN CC WESTRAND, 02 466 20 30,

WWW.WESTRAND.ORG,

PRIJS: 6 EURO (ABO ALM: 5 EURO)

INFOREEKS VROEGE PSYCHOSE: 'VERWARDE GEEST IN HELDERE TAAL' - WAT IS PSYCHOSE?

Iedereen denkt wel eens een stem te horen, terwijl er in werkelijkheid niemand geroepen heeft. Of men denkt in het halfduister een persoon te zien, om dan te ontdekken dat het de schaduw van een voorwerp was. Soms worden dergelijke beelden, vreemde gedachten of het horen van stemmen als erg hinderlijk ervaren. Soms kan dit samengaan met angst, hevige emoties of energieverlies. Dan lukt het niet meer om gewone taken aan te pakken. Vaak gaan dit soort klachten voorbij door zorg en extra aandacht. Maar in sommige gevallen kan het een voorteken zijn van een psychose, ook bij pubers. Wat is psychose eigenlijk? Wat is het niet? Daarover leer je meer in deze informatiesessie.



PRAKTISCHE INFO

DATUM DI 7 FEB 2012,
VAN 20U TOT 22U

BEGELEIDING VDIP-MEDEWERKER(S)

LOCATIE CC ASSE (OUD GASTHUIS),
GEMEENTEPLEIN 26,
1730 ASSE

I.S.M. SIMILES,
VDIP HALLE-VILVOORDE
(VROEGE DETECTIE EN
INTERVENTIE PSYCHOSE)

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01,
WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: GZS28/01,
PRIJS: 3 EURO

INFOREEKS VROEGE PSYCHOSE: 'HELP EEN VRIEND/JE KIND/JEZELF OM NIET TE FLIPPEN' - OMGAAN MET EERSTE PSYCHOTISCHE ERVARINGEN

Vroeger werd psychose geassocieerd met onvermijdelijke achteruitgang. Recent onderzoek toont aan dat dit niet zo is. Wij weten nu dat een psychose heel verscheiden kan verlopen. Slechts bij een deel van de mensen leidt dit tot psychische verslechtering. Sterker nog, de meeste mensen met ervaringen die voorteekenen van psychose kunnen zijn, ontwikkelen de ziekte nooit, vooral als daar op een goede manier aandacht wordt aan geschonken. En zelfs als een psychose uitbreekt valt er bij de meeste patiënten aanzienlijk herstel of aanzienlijke verbetering te verwachten. In deze informatiesessie verneem je hoe dat gebeurt en wat daarvoor nodig is.

PRAKTISCHE INFO

DATUM DI 6 MAART 2012, VAN 20U TOT 22U

BEGELEIDING VDIP-MEDEWERKER(S)

LOCATIE CC ASSE (OUD GASTHUIS), GEMEENTEPLEIN 26,
1730 ASSE

I.S.M. SIMILES, VDIP HALLE-VILVOORDE
(VROEGE DETECTIE EN INTERVENTIE PSYCHOSE)

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01, WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: GZS29/01, PRIJS: 3 EURO

DE MENS IN DE GEVANGENIS

Jan De Cock getuigt over het gevangenisleven wereldwijd en vertelt over zijn ervaringen. Hij trok wereldwijd langs zo'n 100 gevangenis op zoek naar het leven achter tralies.

PRAKTISCHE INFO

DATUM DI 6 MAART 2012 OM 14U

LOCATIE KASTEEL LA MOTTE, LUMBEEKSTRAAT 20,
1700 SINT-ULRIKS-KAPELLE

INSCHRIJVINGEN CC WESTRAND, 02 466 20 30,
WWW.WESTRAND.ORG,
PRIJS: 6 EURO (ABO ALM: 5 EURO)

VOORUITBLIK

Inforeeks vroege psychose:

Ontmoetingsmoment voor familieleden en vrienden
Iemand in je omgeving heeft een psychose, en je wil erover praten. Dat kan!

op di 17 april 2012, Grimbergen

*meer info: Arch' educ, 02 454 54 01, www.archeduc.be,
code: GZS30/01, prijs: gratis*

Goesting in politiek?

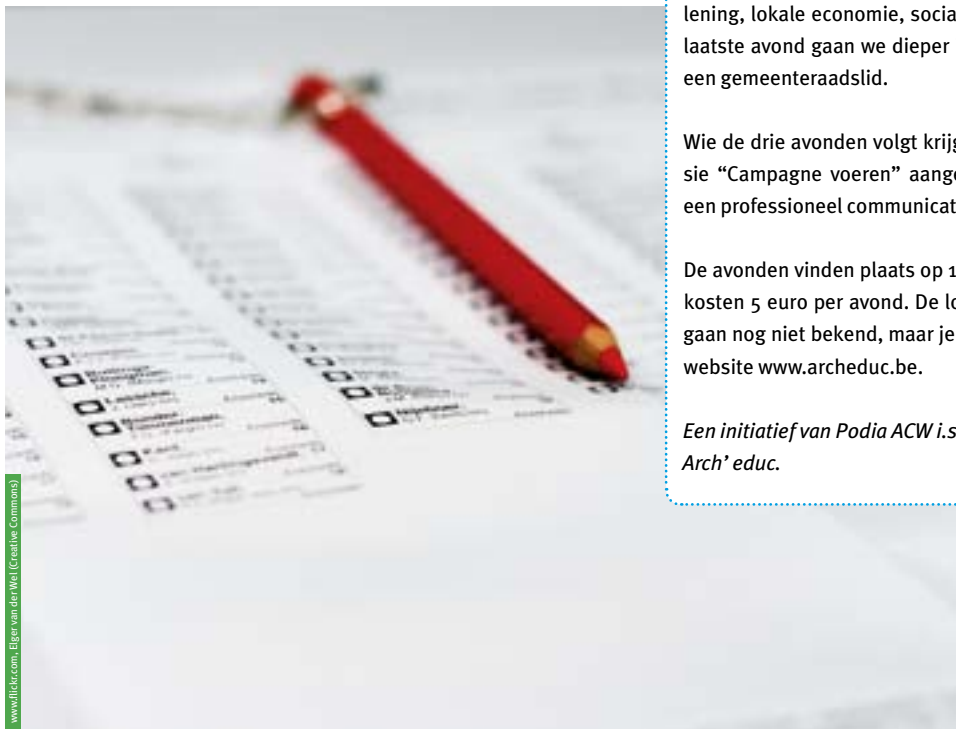
Zou je graag zelf in de politiek willen stappen? Ben je kandidaat-kandidaat van een democratische partij of overweeg je je kandidaat te stellen voor de komende gemeenteraadsverkiezingen?

Neem dan deel aan de drie avonden over gemeentelijke beleidsvoering. Tijdens deze avonden leer je alles over hoe mensen naar hun gemeente kijken. Daarnaast krijg je informatie over de werking van het bestuurlijk apparaat: het nieuwe gemeentedecreet, interne staatshervorming, maar ook inhoudelijke uitdagingen zoals dienstverlening, lokale economie, sociale cohesie, enz. Tijdens de laatste avond gaan we dieper in op de rol en de taak van een gemeenteraadslid.

Wie de drie avonden volgt krijgt door ACW een gratis sessie "Campagne voeren" aangeboden, onder leiding van een professioneel communicatiebureau.

De avonden vinden plaats op 12, 20 en 26 maart 2012, en kosten 5 euro per avond. De locatie was bij het ter perse gaan nog niet bekend, maar je vindt alle informatie op de website www.archeduc.be.

Een initiatief van Podia ACW i.s.m. De Wakkere Burger en Arch' educ.



www.123rf.com, Eigen van de Wel (Creative Commons)



ZINGEVING



vr	20.01	FILOCAFÉ STROMBEEK-BEVER	38
zo	22.01	FILOCAFÉ VILVOORDE	38
vr	17.02	FILOCAFÉ STROMBEEK-BEVER	38
zo	26.02	FILOCAFÉ VILVOORDE	40
vr	16.03	FILOCAFÉ STROMBEEK-BEVER	40
zo	25.03	FILOCAFÉ VILVOORDE	40



ZINGEVING

FILOCAFÉ STROMBEEK-BEVER

Begin 2012 start er een nieuw filocafé in Strombeek. We komen samen in de namiddag van iedere derde vrijdag van de maand. In groep bedenken we een onderwerp waar we dan gedurende twee uur over spreken, onder begeleiding van een filosoof.

Voor een filocafé moet je zeker niet gestudeerd hebben. We praten over zaken uit het dagelijks leven die we overleggen, analyseren en waar we filosofisch bij redeneren. Het filocafé is een gezellige bijeenkomst waar je naar toe kan komen om na te denken over het leven. Je leert er ook bij over de meningen en opinies van anderen. Het wordt telkens een boeiende namiddag!

PRAKTISCHE INFO

DATUM VR 20 JAN 2012, VAN 14U TOT 16U

LOCATIE DIENSTENCENTRUM TER BORRE,
SINT-AMANDSPLEIN 7, 1853 STROMBEEK-BEVER

I.S.M. DIENSTENCENTRUM TER BORRE

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01, WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: ZF40/01, PRIJS: GRATIS

DATUM VR 17 FEB 2012, VAN 14U TOT 16U

LOCATIE DIENSTENCENTRUM TER BORRE,
SINT-AMANDSPLEIN 7, 1853 STROMBEEK-BEVER

I.S.M. DIENSTENCENTRUM TER BORRE

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01, WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: ZF40/02, PRIJS: GRATIS

DATUM VR 16 MAART 2012, VAN 14U TOT 16U

LOCATIE DIENSTENCENTRUM TER BORRE,
SINT-AMANDSPLEIN 7, 1853 STROMBEEK-BEVER

I.S.M. DIENSTENCENTRUM TER BORRE

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01, WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: ZF40/03, PRIJS: GRATIS



FILOCAFÉ VILVOORDE

Denken is gratis: dat is de basis van het filocafé. Iedere vierde zondag van de maand kan je komen filosoferen over onderwerpen die je interesseren. Voor filosofie moet je niet geleerd zijn of gestudeerd hebben. In een groepje en met een filosoof wissel je meningen, redeneringen en overtuigingen uit rond een centrale vraag. Verwacht hier niets hoogdravends: het filocafé is filosofie op mensenmaat. Het gaat over dingen die jij en ik begrijpen. Wat voor vragen kan je verwachten? Bijvoorbeeld: Wanneer is naïviteit een deugd? Bestaan er slechte mensen? Wat is geluk? Het filocafé is de perfecte zondagmiddag voor wie graag nadenkt en nieuwsgierig is naar hoe andere mensen denken. Wie gewoon wil luisteren is ook van harte welkom. Het filocafé is gratis. Vooraf inschrijven is niet nodig.

PRAKTISCHE INFO

DATUM ZO 22 JAN 2012, VAN 14U30 TOT 16U30

LOCATIE BO BAR, BOLWERKSTRAAT 17, 1800 VILVOORDE

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01, WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: ZF39/01, PRIJS: GRATIS

DATUM ZO 26 FEB 2012, VAN 14U30 TOT 16U30

LOCATIE BO BAR, BOLWERKSTRAAT 17, 1800 VILVOORDE

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01, WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: ZF39/02, PRIJS: GRATIS

DATUM ZO 25 MAART 2012, VAN 14U30 TOT 16U30

LOCATIE BO BAR, BOLWERKSTRAAT 17, 1800 VILVOORDE

INSCHRIJVINGEN ARCH'EDUC, 02 454 54 01, WWW.ARCHEDUC.BE,
CODE: ZF39/03, PRIJS: GRATIS



Filocafé

denken is gratis



ACTIVITEITENKALENDER

DATUM	TITEL	LOCATIE	ORGANISATIE	CONTACT	PAGINA
15/12/2011	Bloemschikken rond Kerstmis	De Kluis, Roosdaal	KAV Ledeberg-Roosdaal	054 33 95 66	
15/12/2011	Bloemschikken	Sint-Jozefscentrum, Zaventem	KAV Sint-Jozef Zaventem	KAV.ZAVENTEM@GMAIL.COM 02 305 35 08	
15/12/2011	Hobbynamiddag	Sint-Jozefscentrum, Zaventem	KAV Sint-Jozef Zaventem	KAV.ZAVENTEM@GMAIL.COM 02 305 35 08	
19/12/2011	Het Construct van de Wildernis: Lezing over ADHD bij kinderen en volwassenen	Vilvoorde, CC Het Bolwerk, Vilvoorde	Loch Ness	SITES.GOOGLE.COM/SITE/ VORMINGLOCHNESS	
19/12/2011	Avondlezing: autisme en talenten	Het Koetshuis, Roosdaal	Vlaamse Dienst voor Autisme	WWW.AUTISMECENTRAAL.COM 09 238 18 18	
20/12/2011	Lieve Blancquaert - In Beeld!	Gemeenschapscentrum Warande, Liedekerke	Gemeenschapscentrum Warande	WWW.LIEDEKERKE.BE 053 64 55 91	
20/12/2011	Dansnamiddag	Zaal "Ons Huis", Sint-Stevens-Woluwe	OKRA Sint-Stevens-Woluwe	02 720 15 46	
21/12/2011	Workshop bloemschikken: tafeldecoratie	Parochiezaal Essene, Essene	Christophe Heyvaert	WWW.CHRISTOPHEHEYVAERT.BE 0475 34 74 38	
22/12/2011	Bloemschikken	Oud Gasthuis, Asse	CC Asse vzw	WWW.CCASSE.BE 02 466 77 71	
28/12/2011	Lightgraffiti - Workshop	Gemeenschapscentrum Warande, Liedekerke	Gemeenschapscentrum Warande	WWW.LIEDEKERKE.BE 053 64 55 91	
4/01/2012	Wie ben ik? Je eigen persoonlijkheid als basis voor een krachtige dynamiek	Gemeenschapscentrum Baljuwhuis, Galmaarden	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	14
9/01/2012	Portrettencyclus	Piereman, Strombeek-Bever	Cultuurcentrum Strombeek	WWW.CCSTROMBEEK.BE 02 263 03 43	
9/01/2012	Module 3: pottendraaien voor beginners	Piereman, Strombeek-Bever	Cultuurcentrum Strombeek	WWW.CCSTROMBEEK.BE 02 263 03 43	
10/01/2012	De codes van Da Vinci, Bach en pi. Wiskunde, schilderkunst en muziek	Kasteel La Motte, Sint-Ulriks-Kapelle	Westrand - Cultuurcentrum Dilbeek	WWW.WESTRAND.ORG 02 466 20 30	
10/01/2012	Waarnemen is een begin: kleuren vormen	Piereman, Strombeek-Bever	Cultuurcentrum Strombeek	WWW.CCSTROMBEEK.BE 02 263 03 43	
11/01/2012	De Marokkaanse keuken	Sint-Martinusschool TSO, Asse	CC Asse vzw	WWW.CCASSE.BE 02 466 77 71	28
11/01/2012	Avondlezing: autisme: een extreme vorm van mannelijk denken?	Het Koetshuis, Roosdaal	Vlaamse Dienst voor Autisme	WWW.AUTISMECENTRAAL.COM 09 238 18 18	
12/01/2012	Tekenen als voorspel	Piereman, Strombeek-Bever	Cultuurcentrum Strombeek	WWW.CCSTROMBEEK.BE 02 263 03 43	
16/01/2012	Martine De Conseth - Kalligrafie voor gevorderden	Gemeenschapscentrum Warande, Liedekerke	Gemeenschapscentrum Warande	WWW.LIEDEKERKE.BE 053 64 55 91	

DATUM	TITEL	LOCATIE	ORGANISATIE	CONTACT	PAGINA
16/01/2012	Klussen in huis: sanitair	Jeugd ontmoetingscentrum, Kapelle-op-den-Bos	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	20
20/01/2012	Filocafé	Dienstencentrum Ter Borre, Strombeek-Bever	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	38
21/01/2012	Kalligrafie: vervolgcursus humanistisch cursief	Gemeenschapscentrum De Boesdaalhoeve, Sint-Genesius-Rode	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	28
21/01/2012	Kalligrafie: vervolgcursus humanistisch cursief	Gemeenschapscentrum De Boesdaalhoeve, Sint-Genesius-Rode	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	28
22/01/2012	Filocafé	Bo Bar, Vilvoorde	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	40
24/01/2012	Erven en erfenissen	Kasteel La Motte, Sint-Ulriks-Kapelle	Westrand - Cultuurcentrum Dilbeek	WWW.WESTRAND.ORG 02 466 20 30	
24/01/2012	Klussen in huis: elektriciteit	Gemeenschapscentrum De Corren, Steenokkerzeel	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	20
28/01/2012	Het plezier van zingen - Allround a Capella	CC De Plotter, Sint-Katherina-Lombeek	Wisper vzw	WWW.WISPER.BE 09 229 21 72	
28/01/2012	Muzikale coaching	Vormingscentrum DH, Dworp	Wisper vzw	WWW.WISPER.BE 09 229 21 72	
31/01/2012	Creatieve werkvormen in de zorg	CC Dilbeek, Dilbeek	Zorg-Saam vzw	WWW.ZORGSAAM.BE 016 24 39 73	
31/01/2012	Samenwerken met voelen	CC Dilbeek, Dilbeek	Zorg-Saam vzw	WWW.ZORGSAAM.BE 016 24 39 73	
1/02/2012	Assertief zijn	CC de Meent, Alseberg	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	15
2/02/2012	Bouwen aan vriendschap	Gemeenschapscentrum Baljuwhuis, Galmaarden	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	15
4/02/2012	Creatief met Photoshop Elements	Sint-Godelieve-instituut, Kapelle-op-den-Bos	Gemeenschapscentrum De Oude Pastorie	WWW.GCOUDEPASTORIE.BE 015 71 02 53	
4/02/2012	Multimedia voor beginners	Sint-Godelieve-instituut, Kapelle-op-den-Bos	Gemeenschapscentrum De Oude Pastorie	WWW.GCOUDEPASTORIE.BE 015 71 02 53	
4/02/2012	Kennismaking met pc en Windows	Sint-Godelieve-instituut, Kapelle-op-den-Bos	Gemeenschapscentrum De Oude Pastorie	WWW.GCOUDEPASTORIE.BE 015 71 02 53	21
7/02/2012	Straatgeveltuintjes	Gemeenschapscentrum De Oude Pastorie, Kapelle-op-den-Bos	Gemeenschapscentrum De Oude Pastorie	WWW.GCOUDEPASTORIE.BE 015 71 02 53	
7/02/2012	Fijn stof, echt zo fijn?	Kasteel La Motte, Sint-Ulriks-Kapelle	Westrand - Cultuurcentrum Dilbeek	WWW.WESTRAND.ORG 02 466 20 30	32
7/02/2012	Inforeeks vroege psychose: 'Verwarde geest in heldere taal' - Wat is psychose?	CC Asse (Oud Gasthuis), Asse	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	
11/02/2012	Mezelf vandaag realiseren en mijn toekomst in handen nemen	CC Den Blank, Overijse	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	
15/02/2012	Stout Meisjes - lanka Fleerackers en Marita De Sterck	Gemeenschapscentrum de Muze van Meise, Meise	Gemeenschapscentrum De Muze van Meise	WWW.DEMUZEVANMEISE.BE 02 268 61 74	

DATUM	TITEL	LOCATIE	ORGANISATIE	CONTACT	PAGINA
16/02/12	Avondlezing: autisme: wat nu?	Het Koetshuis, Roosdaal	Vlaamse Dienst voor Autisme	WWW.AUTISMECENTRAAL.COM 09 238 18 18	
17/02/12	Filocafé	Dienstencentrum Ter Borre, Strombeek-Bever	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	38
23/02/2012	Gezondheidsproblemen bij paarden en basiskennis EHBO	Stoeterij De Spronkenhoek, Kester	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	32
25/02/2012	Introductie tot de engelenmagie door Ina Cüster	Hof Ten Hemelrijk, Opwijk	Het Element	WWW.TEMPLEOFSTARLIGHT.EU/ CONTENT/INTRODUCTIE-TOT-DE- ENGELLEN-MAGIE	
26/02/2012	Filocafé	Bo Bar, Vilvoorde	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	38
27/02/2012	Beeldend - Keramiek voor gevorderden	CC De Plotter, Sint-Katherina-Lombeek	CC De Plotter	WWW.DEPLOTER.BE 02 582 44 33	
27/02/2012	Module 4: glazuren	Piereman, Strombeek-Bever	Cultuurcentrum Strombeek	WWW.CCSTROMBEEK.BE 02 263 03 43	
28/02/2012	Beeldend - Keramiek voor gevorderden	Atelier Maria Cocquyt, Wambeek	CC De Plotter	WWW.DEPLOTER.BE 02 582 44 33	
28/02/2012	Palliatieve zorg	Kasteel La Motte, Sint-Ulriks-Kapelle	Westrand - Cultuurcentrum Dilbeek	WWW.WESTRAND.ORG 02 466 20 30	17
29/02/2012	De geheimen en de geneugten van arganolie - Jamila Amadou	Gemeenschapscentrum Warande, Liedekerke	Gemeenschapscentrum Warande	WWW.LIEDEKERKE.BE 053 64 55 91	
1/03/2012	Klussen in huis: fietsonderhoud	Gemeentelijke Basisschool Galmaarden, Galmaarden	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	21
1/03/2012	Koken met seizoensgroenten	Gemeenschapscentrum De Corren, Steenokkerzeel	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	29
2/03/2012	Ontdek je eigen opvoedingsstijl	Gemeenschapscentrum Baljuwhuis, Galmaarden	Zorg-Saam vzw	WWW.ZORGSAAM.BE 016 24 39 73	
2/03/2012	Al schrijvend meer jezelf worden	Arch'educ, Asse	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	17
4/03/2012	Kinderklanken voorjaar 2012	Gemeenschapscentrum de Boes- daalhoeve, Sint-Genesius-Rode	Vzw 'de Rand'	WWW.DERAND.BE 02 456 97 80	
5/03/2012	Klussen in huis: elektriciteit	Jeugdonthoetingscentrum, Kapelle-op-den-Bos	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	20
6/03/2012	De mens in de gevangenis	Kasteel La Motte, Sint-Ulriks-Kapelle	Westrand - Cultuurcentrum Dilbeek	WWW.WESTRAND.ORG 02 466 20 30	
6/03/2012	"Inforeeks vroege psychose: 'Help een vriend/je kind/jezelf om niet te flippen'	Kerkstraat, Kapelle-op-den-Bos	GC De Oude Pastorie	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	
7/03/2012	Tips bij het kopen (en verkopen) van antiek	Oud Gasthuis, Asse	CC Asse vzw	WWW.CCASSE.BE 02 466 77 71	34
7/03/2012	Avondlezing: Feiten en fabels over autisme	Het Koetshuis, Roosdaal	Vlaamse Dienst voor Autisme	WWW.AUTISMECENTRAAL.COM 09 238 18 18	16
8/03/2012	Is dit antiek? Oude voorwerpen leren analyseren	Cultuurhuis, Meise	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	24



DATUM	TITEL	LOCATIE	ORGANISATIE	CONTACT	PAGINA
9/03/2012	Fietsvriendinnen: Volwassenen leren fietsen	OCMW Zellik, Zellik	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	29
12/03/2012	Facebook voor beginners	Gemeenschapscentrum Baljuwhuis, Galmaarden	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	22
13/03/2012	Siertuin zonder gif	Gemeenschapscentrum De Oude Pastorie, Kapelle-op-den-Bos	Gemeenschapscentrum De Oude Pastorie	WWW.GCOUDEPASTORIE.BE 015 71 02 53	
15/03/2012	Praktisch aan de slag met je GSM	CC Het Bolwerk, Vilvoorde	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	22
16/03/2012	Filocafé	Dienstencentrum Ter Borre, Strombeek-Bever	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	38
17/03/2012	Kunst in veilingshuizen, privécollecties en galleries	station Brussel-Centraal, Brussel	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	25
20/03/2012	Tel ik mee of tel ik af	CC Dilbeek, Dilbeek	Zorg-Saam vzw	WWW.ZORGSAAM.BE 016 24 39 73	17
21/03/2012	vtbKultuur-reportage - Compostella	dienstencentrum De Spil, Meise	Gemeenschapscentrum De Muze van Meise	WWW.DEMUZEVANMEISE.BE 02 268 61 74	
22/03/2012	Avondlezing: autisme en humor	Het Koetshuis, Roosdaal	Vlaamse Dienst voor Autisme	WWW.AUTISMECENTRAAL.COM 09 238 18 18	
23/03/2012	Fietsvriendinnen: Fietsen kan je leren	Parking Sportcomplex Molenbos, Zellik	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	30
24/03/2012	Bezoek aan een kunstenaarsatelier en een kunstgalerie	Atelier Jo De Smedt, Asse	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	25
25/03/2012	Filocafé	Bo Bar, Vilvoorde	Arch'educ	WWW.ARCHEDUC.BE 02 454 54 01	40

COLOFON

Dit is het driemaandelijks magazine van Arch'educ, Volkshogeschool Halle-Vilvoorde vzw, Stationsstraat 70, 1730 Asse. Het magazine is een aanvulling op de interactieve website www.archeduc.be
T 02 454 54 01 - F 02 454 54 02
E info@archeduc.be

REDACTIE

Wouter Krznaric (eindredactie), Werner Godfroid, Ellen Ruys, Arjan Sohier

WEBREDACTIE

Wouter Krznaric (eindredactie),

CONCEPT, VORMGEVING, VERSPREIDING EN DRUK

www.megaluna.be

Dit magazine werd gedrukt op Respecta silk 115 gr



COVERBEELD

Ans Brys

VERANTWOORDELIJKE UITGEVER

Werner Godfroid, Broeck 22, 1547 Bever

Een deel van de informatie en aankondigingen komt rechtstreeks van de organisatoren. Arch'educ is niet aansprakelijk voor de juistheid van deze gegevens noch voor de programma's van andere organisatoren.

Laat mensen
schitteren

Met steun van de
Vlaamse overheid



NOTA'S



A series of horizontal dotted lines spanning the width of the page, intended for writing notes.

NOTA'S



A series of horizontal dotted lines spanning the width of the page, intended for writing notes.



ARCH'EDUC MAAKT JE WEGWIJS.

Arch'educ is het Vormingplus-centrum van Halle-Vilvoorde en organiseert een brede waaier aan activiteiten: cursussen, workshops, lezingen, informatie-avonden, uitstappen, projecten ... Daarnaast maakt Arch'educ alle sociaal-culturele activiteiten in Halle-Vilvoorde bekend.

PRAKTISCHE INFO

In dit magazine vind je een overzicht van alle activiteiten van Arch'educ en van andere organisaties die vorming organiseren in Halle-Vilvoorde. Ofwel zoek je via de vormingsgids, die is ingedeeld in thematische rubrieken. Een andere manier van zoeken is via de activiteitenkalender achteraan dit magazine. Deze kalender geeft een chronologisch en beknopt overzicht van alle activiteiten in jouw buurt. De website van Arch'educ geeft een mooi overzicht van het vormingsaanbod in Halle-Vilvoorde. Via de website kan je ook inschrijven voor een maandelijkse nieuwsbrief.

Bij elke activiteit staat wie ze organiseert. Je schrijft gewoon in bij de organisator zelf.

INSCHRIJVEN BIJ ARCH'EDUC

Voor activiteiten van Arch'educ kan je op verschillende manieren inschrijven:

- Bel naar 02 454 54 01
- Fax je inschrijving naar 02 454 54 02
- Schrijf je in via het online inschrijfformulier
- Stuur een mailtje naar info@archeduc.be
- Vermeld de code van de activiteit bij je inschrijving

Soms is het aantal plaatsen beperkt. Schrijf dus zo snel mogelijk in. Moeten wij uitzonderlijk een activiteit annuleren? Dan nemen we in elk geval contact met je op. Je deelnemingsbijdrage wordt terugbetaald.

Moet je zelf je inschrijving annuleren?

Doe dat dan in elk geval twee dagen vóór de start van de activiteit zelf. Soms staan er mensen op een wachtlijst die graag je plaats innemen. Als je op voorhand annuleert, krijg je je inschrijfgeld ook terug.

KOSTPRIJS

Arch'educ hanteert bewust een lage prijs voor iedereen. Is die prijs voor jou toch een belemmering, geef ons dan een seintje.

Arch'educ is een erkende opleidingsverstrekker. Onder bepaalde voorwaarden kan je in aanmerking komen voor het systeem van opleidingscheques. Surf voor meer informatie over opleidingscheques naar www.vdab.be/opleidingscheques of bel naar het gratis nummer 0800 30 700.

Vormingplus Halle - Vilvoorde

arch educ

ARCH'EDUC, VOLKSHOGESCHOOL HALLE-VILVOORDE VZW

Stationsstraat 70 -- 1730 Asse

T 02 454 54 01

F 02 454 54 02

E info@archeduc.be -- www.archeduc.be

**Wil je op de hoogte blijven van
het vormingsaanbod in je buurt?**

Je ontvangt alle informatie over nieuwe activiteiten in de
maandelijkse nieuwsbrief.

Schrijf je in op onze website:

www.archeduc.be

Het volgende nummer van dit magazine gratis bij je thuis?

Neem gerust contact met ons op.