



Bekkevoort

Scherpenheuvel-
Zichem

Cursussen
Workshops
Lezingen
Uitstappen



September 2018 - juni 2019

Altijd Geslaagd Noord-Hageland

Bekkevoort en Scherpenheuvel-Zichem

Leuk leren, dichtbij huis. Een combinatie van vorming en vrije tijd. Interessant, nuttig en prettig tegelijk. In je buurt vind je cursussen, lezingen en workshops. Met een wagonnetje als logo. Want Bekkevoort, Scherpenheuvel-Zichem en Vormingplus Oost-Brabant koppelen hun wagons aan elkaar. Een uitnodiging om mee op de trein te springen en jezelf te verrijken. Met kennis, vaardigheden en een pak nieuwe vrienden.

Instappen!



Nieuw! meer op p. 12-13

www.scherpenheuvel-zichem.be


www.bekkevoort.be

www.vormingplusob.be

Vormingplus Oost-Brabant organiseert cursussen, workshops, lezingen, uitstappen en projecten.

Je vindt de driemaandelijke Vormingpluskrant met het aanbod in heel Oost-Brabant in GC den egger of in de bibliotheken van Averbode en Bekkevoort. Of vraag jouw exemplaar bij Vormingplus (info@vormingplusob.be, 016 52 59 00).



Thema	Titel	Start	Plaats	Pag.
Computer Techniek Wetenschap	Maak je eigen fotoalbum online	18/09/18	Averbode	4
	Sociale media: leer werken met de apps	22/01/19	Averbode	8
	@pptijd! Plan je reis met behulp van apps	12/03/19	Averbode	9
	Portretfotografie	18/03/19	Scherpenheuvel	10
	Bellen met beeld	4/06/19	Averbode	11
Gezondheid Zorg	Achter de schermen van Gasthuisberg	14/09/18	Leuven	4
	Mindful massage van hoofd, nek en schouders	17/11/18	Scherpenheuvel	7
	Rugzorg, geen zorgrug	27/03/19	Bekkevoort	10
	Omgaan met (je) hoogsensitiviteit	2/04/19	Scherpenheuvel	10
Kunst Crea	Honing: het wondermiddel	6/11/18	Bekkevoort	7
	Make-up voor feestdagen	24/11/18	Bekkevoort	7
	Decoreren met servetten	4/12/18	Averbode	8
	Introductie in de cultuur en keuken van Colombia	30/01/19	Zichem	8
	Initiatie zilverklei: oorbellen	19/02/19	Bekkevoort	9
	Klussen voor beginners	26/02/19	Scherpenheuvel	9
	Kleur en stijl: zomer	23/04/19	Bekkevoort	11
Persoon Relaties	Als ik neen zeg, voel ik mij schuldig	18/09/18	Bekkevoort	5
	Positief denken en de kunst van het genieten	3/10/18	Scherpenheuvel	5
	Aandacht voor jezelf, aandacht voor je kind	17/05/19	Scherpenheuvel	11
Samenleving Levensvisies	Stiltewandeling in Averbode Bos en Heide	27/10/18	Averbode	6
	Maak zelf je eigen bijenwasdoek	23/03/19	Averbode	12
	Meer ideeën voor minder vlees	27/03/19	Scherpenheuvel	12
	Bezoek windmolenpark Bekkevoort + Transitie Scherpenheuvel-Zichem	30/03/19	Scherpenheuvel	13
	Energiebesparende klussen	4/04/19	Bekkevoort	13
	Repair Café	23/03/19	Averbode	13

Achter de schermen van Gasthuisberg

Medewerker Universitair Ziekenhuis Gasthuisberg

Wou jij ook al langer een kijkje nemen achter de schermen van het grootste ziekenhuis van Vlaanderen? Vooraleer we deze stad in de stad verkennen, bekijken we de film 'Kosmos van Hoop'. Daarna starten we in de 'Patiëntenstraat'. We lopen via de inschrijvingen naar de raadplegingen, van radiologie naar het chirurgisch dagcentrum en van de spoedgevallendienst naar de verpleegeenheid. Via de 'Bezoekersstraat' belanden we tenslotte in de 'Transportstraat' met administratie, staflokalen en vervoersdiensten. We gaan zonder twijfel met een gerust hart terug naar huis. Gezond en wel...

De gids wacht je op aan het onthaal in de grote ontvangsthal. I.s.m. UZ Gasthuisberg.

Uitstap op initiatief van de gemeente Scherpenheuvel-Zichem.

Vrijdag 14/09 van 13:30 tot 16:00
UZ Gasthuisberg | Leuven
Gratis



© UZ Leuven

Computer – Techniek - Wetenschap / Cursus

Maak je eigen fotoalbum online

Nathalie Scheepmans

Van je favoriete digitale foto's een mooi album laten drukken? Dat lukt je zeker! In deze cursus ga je aan de slag met gratis software. Je kiest je foto's, je schikt ze tot een fraai ontwerp en je werkt ze af met eigen teksten. Uiteraard kom je ook te weten hoe je het album bestelt en betaalt via internet. Ziezo, nu nog even geduld oefenen tot je fotoboek wordt geleverd!

Meebrengen: eventueel eigen foto's op cd-rom of USB-stick. De deelnemers brengen hun eigen Windows 10 laptop mee of kunnen er één reserveren. De drukkosten voor het fotoalbum zijn niet in de prijs inbegrepen.

Dinsdag 18/09 van 13:30 tot 16:30
Bibliotheek Scherpenheuvel-Zichem | Averbode
€ 15 (€ 11 reductieprijs*)



Als ik neen zeg, voel ik mij schuldig

Marian De Groof

Dagelijks komen er vragen op je af. Vaak durf je geen 'neen' zeggen. Of als je 'neen' zegt, voel je je daarna schuldig. In deze cursus sta je stil bij de manier waarop je omgaat met vragen, uitnodigingen, verwachtingen of veronderstellingen die op je afkomen. Welke invloed hebben deze vragen en verwachtingen op jouw gevoelens en gedachten? Wat maakt dat je je soms schuldig voelt? En hoe werken die schuldgevoelens eigenlijk? Hoe kan je 'ja' of 'neen' leren zeggen zonder je schuldig te voelen? Een concreet stappenplan helpt je vooruitgang te maken.

I.s.m. PRH.

Dinsdag 18/09 van 19:00 tot 21:30
Bibliotheek Bekkevoort
€ 14 (€ 11 reductieprijs*)



Positief denken en de kunst van het genieten

Bart Schoovaerts

Je dag om zeep wegens een vlek op je hemd? Je uitstap verknoeid omdat de zon niet schijnt? Je humeur onder nul door de ochtendfile? Laat tegenvallers je leven niet vergallen. Leer positief te denken! Een dosis realisme geeft je alvast een duwtje in de rug om (opnieuw) te genieten van de kleine dingen. Wedden dat je een pak bewuster zal leven? Tijdens deze cursus ga je op een interactieve manier op zoek naar gedachten die je onnodig belemmeren. Genieten kan je leren!

Woensdag 3/10 van 19:30 tot 22:00
GC den egger | Scherpenheuvel
€ 8 (€ 6 reductieprijs*)



Stiltewandeling in Averbode Bos en Heide

Ingrid Rosseel, Jenny Van Hoey, Nobby Thys

Op de Dag van de stilte organiseren we drie wandelingen door het Merodegebied rond de abdij van Averbode. Een stilte-en-natuurgids neemt je mee op pad: 's avonds bij zonsondergang, 's ochtends bij het kriecken van de dag of 's namiddags na de lunch. Elke wandeling verloopt in stilte en volgt een vergelijkbaar parcours. Wie wil kan na afloop van of in aanloop naar de wandeling in de abdij overnachten. Voor elk onderdeel kan apart ingeschreven worden via www.wandelen.abdijaverbode.be

Zaterdag 17:00 aankomst in de abdij + 18:00 avondmaal (voor overnachtende gasten) - 19:00 avondwandeling in stilte

Zondag 7:00 ontbijt (voor overnachtende gasten) - 8:00 stiltewandeling - 10:30 napraten bij koffie/brood/kaas

Zondag 14:00 stiltewandeling - 16:30 napraten bij koffie/brood/kaas

Deelnemers kunnen naar wens een programma samenstellen uit bovenstaand aanbod.

Prijzen: avondmaal, overnachting, ontbijt 1 pers, single kamer: € 70 - avondmaal, overnachting, ontbijt 2 pers, dubbele kamer: € 90 - koffie: brood en kaas bij het napraten: € 5 - wandeling: gratis maar inschrijven verplicht via www.wandelen.abdijaverbode.be

I.s.m. Abdij van Averbode, Inzicht Onderweg, Provincie Vlaams-Brabant, Regionaal landschap Noord-Hageland vzw.

Zaterdag 27/10 van 19:00 tot 21:30

Zondag 28/10 van 8:00 tot 10:30

en van 14:00 tot 16:30

Abdij van Averbode

Gratis



Foto: Marc Ryckaert

Inschrijven
mogelijk
vanaf 15/08/18

op www.wandelen.abdijaverbode.be

Honing: het wondermiddel

An Schellekens

Honing... de zoete smaak kennen we allemaal. Honingzalf, een honingmasker, een honingscrub of een ontsmettende honingcrème zijn misschien helemaal nieuw. Wist je dat in het Oude Egypte, honing als medicijn gebruikt werd? Tijdens een virtueel imkerbezoek verklapt An Schellekens (herboriste) je een heleboel weetjes over dat wondermiddel uit de natuur. Nadien volgt het testen en proeven en ga je zelf aan de slag. Je keert terug naar huis met je eigen kruidenhoning en een verzorgend product.

Materiaal t.w.v. € 12 inbegrepen.

Mindful massage van hoofd, nek en schouders

Andrée Borquet

Hoofd-, nek- of schouderklachten? Wie kent het niet? De nek is een soort bemiddelaar tussen het hoofd en de rest van ons lichaam. Als deze overgang overbelast wordt, ontstaat chronische spanning. In deze workshop leer je ontspannende massagetechnieken. Zo kan je voortaan jezelf en anderen op een eenvoudige manier verlichting bieden. Zittend op een stoel jezelf overgeven aan een deugdlopende aanraking is voedend voor lichaam en geest. Je wordt uitgenodigd om te ontspannen via stretching, massage en relaxatieoefeningen.

Meebrengen: gemakkelijke kledij + een matje voor de opwarmende oefeningen.

Make-up voor feestdagen

Lisa Deraedemaeker

Schoonheid zit in kleine dingen. De juiste make-up bijvoorbeeld, zowel bij een jonge als rijpere huid. Net dat subtiele verschil waarmee je je omgeving verbaast! Veel vrouwen hebben tal van make-up producten in huis maar weten niet goed hoe ze optimaal te gebruiken: hoeveelheid, zones in het gelaat, combinaties van kleuren? Deze cursus biedt nuttige tips om een passende make-up te kiezen en aan te brengen voor speciale gelegenheden.

Materiaal t.w.v. € 5 inbegrepen. Meebrengen: eigen make-up, ontschminkingsproduct, dagcrème, doos zakdoeken, wattenstaafjes, borsteltjes, handdoek en tafelspiegeltje, balpen.

Dinsdag 6/11 van 19:00 tot 22:00
Bibliotheek Bekkevoort
€ 28 (€ 21 reductieprijs*)



Zaterdag 17/11 van 10:00 tot 12:30
GC den egger | Scherpenheuvel
€ 14 (€ 10 reductieprijs*)



Zaterdag 24/11 van 10:00 tot 13:00
Bibliotheek Bekkevoort
€ 25 (€ 19 reductieprijs*)



Decoreren met servetten

Marleen Peetermans

In deze cursus leer je decoreren met servetten en tover je oude flessen, glazen, conservenblikken, bloempotten of dienbladen om tot mooie decoratiestukken of persoonlijke cadeautjes. Ontdek hoe je makkelijk de decoupagetechniek met servetten en papier onder de knie krijgt. Craquelé-techniek en vergulden komen ook aan bod. We werken met Annie Sloan producten, allemaal op waterbasis. Oefenen doen we op voorgeschilderde houten plankjes.

Materiaal t.w.v. € 17 inbegrepen. Meebrengen: enkele glazen, flessen, een dienblad of conservenblikken die je vooraf hebt beschilderd en een 5-tal servetten van goede kwaliteit (liefst ook drielagig).

Computer – Techniek - Wetenschap / Cursus

Sociale media: leer werken met de apps

Nathalie Scheepmans

Je bent al actief op Facebook maar ook benieuwd naar wat Whatsapp, Pinterest en Twitter te bieden hebben? Breng je tablet of smartphone mee en ontdek het op deze cursus!

Je werkt op je eigen tablet of smartphone. Het type (Android of IOS) maakt niet uit. Zorg ervoor dat je de login gegevens van je hotmail of gmail-account bij de hand hebt.

Kunst – Crea / Workshop

Introductie in de cultuur en keuken van Colombia

Maria Elena Campo Ortiz

De Colombiaanse keuken wordt gekruid door de drie belangrijkste etnische groepen van het Zuid-Amerikaanse land. Die mengeling van inheemse, Spaanse en Afrikaanse inwoners bepaalt niet alleen de gastronomische identiteit, maar ook de culturele eigenaardigheden van Colombia. Achter het fornuis laat Maria Elena Campo Ortiz je kennismaken met enkele heerlijke Colombiaanse gerechten. En samen koken is niet alleen van de smaken genieten, het is een van de beste manieren om een gesprek te voeren over cultuur en tradities! Het wordt een heerlijke ontdekking.

Ingrediënten t.w.v. € 10 inbegrepen. Meebrengen: snijplankje, keukenmes, schort, keukenhanddoek, doosje om eventuele overschotjes mee te nemen. I.s.m. Wereldkleur.

Dinsdag 4 en 11/12 van 13:30 tot 16:30
Bibliotheek Scherpenheuvel-Zichem | Averbode
€ 35 (€ 26 reductieprijs*)
Verlaagde prijs dankzij
Altijd Geslaagd Noord-Hageland



Dinsdag 22 en 29/01 van 13:30 tot 16:30
Bibliotheek Scherpenheuvel-Zichem | Averbode
€ 29 (€ 22 reductieprijs*)



Woensdag 30/01 van 17:00 tot 20:00
Ontmoetingscentrum Het Laer | Zichem
€ 34 (€ 26 reductieprijs*)



Initiatie zilverklei: oorbellen

Petra Warmerdam

Wil je graag je eigen zilveren oorbellen maken? Met Art Clay Silver kan het. Dit boetseerbaar zilver kneed en rol je als een blokje klei. In deze beginnersles maak je op drie uur tijd een persoonlijk pronkstuk, van ontwerp tot polijsten. Met deze basistechniek kan je thuis zelf aan de slag om andere juwelen te maken.

Alle materiaal en € 18 zilverklei inbegrepen.

Dinsdag 19/02 van 19:00 tot 22:00
Bibliotheek Bekkevoort
€ 32 (€ 24 reductieprijs*)



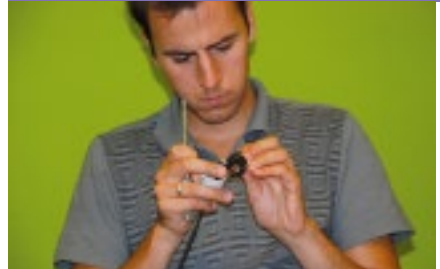
Klussen voor beginners

Filip Keymeulen

Een vakman voor een kleine klus? Dat doe je sneller zelf! Filip geeft je info over het basisgereedschap van een klusser en leert je hoe je zelf gaten boort, oude verflagen afschuurt, siliconen verwijdert en opnieuw aanbrengt. Problemen met sanitair of elektriciteit? Hier leer je de basis: een lekkende kraan of een verstopte afvoer repareren, een verlengsnoer maken of een lamp ophangen. Weinig tot geen ervaring? Dan is deze cursus voor jou! Je wordt geen volleerde vakman of -vrouw maar steekt beslist heel wat op tijdens enkele leuke avonden.

Klusmateriaal t.w.v. € 5 inbegrepen.

Dinsdag 26/02, 5 en 12/03 van 19:30 tot 22:30
GC den egger | Scherpenheuveld
€ 50 (€ 38 reductieprijs*)



@pptijd! Plan je reis met behulp van apps

Peije Van Klooster

In het enorme aanbod van apps zijn er heel wat die van pas kunnen komen bij de voorbereiding van, tijdens of na je vakantie. Een hotel vinden, de vereiste inentingen opzoeken, reisgidsen of metroplannen downloaden, een parkeerplek zoeken, het lokale weer checken, e-boeken lezen, de menukaart vertalen, de beste foto's nemen ... Voor alles bestaat er wel een app! Daarnaast krijg je tijdens deze cursus ook heel wat tips om de batterij van je toestel te sparen en om diefstal en dure telefoniekosten te vermijden.

Stuur bij inschrijving merk en type van je toestel naar apptijdPV@vormingplusob.be

Om apps te kunnen downloaden heb je een Apple-ID (Apple toestellen), Google-account (Android) of Hotmail-account (Windows) nodig. Breng de logingegevens van deze account mee naar de activiteit.

Dinsdag 12/03 van 13:00 tot 16:00
Bibliotheek Scherpenheuveld-Zichem | Averbode
€ 15 (€ 11 reductieprijs*)



Portretfotografie

Wout Debeuckelaer

Een mooi portret of een feestelijke groepsfoto? Geen makkelijke opdracht. In deze cursus leer je eenvoudige poseer-technieken én hoe je de magie van het moment vastlegt. Je focust op de basistechnieken van de fotografie en het juiste gebruik van je toestel en belichting. Voeg daar nog een spannende compositie aan toe en je hebt het recept voor blijvende herinneringen.

Meebrengen: digitaal foto toestel en eventueel handleiding.

Maandag 18, 25/03 en 1/04 van 19:30 tot 22:30
Zaterdag 30/03 van 10:00 tot 13:00
GC den egger | Scherpenheuvel
€ 57 (€ 43 reductieprijs*)



Rugzorg, geen zorgrug

Viviane Wolfs

Vraag je je wel eens af hoe je op een rugvriendelijke manier kan zitten, staan en bewegen? En welke oefeningen je thuis en op het werk kan doen om rugg pijn en overbelasting tegen te gaan? Een kinesitherapeut van de Limburgse Rug- en Nekkliniek Campus Salvator helpt je op weg om je rug beter te leren kennen. Je krijgt praktische tips en leert oefeningen.

Meebrengen: een matje (type yogamatje).

Woensdag 27/03 en 3/04 van 19:30 tot 21:30
Bibliotheek Bekkevoort
€ 20 (€ 15 reductieprijs*)



Omgaan met (je) hoogsensitiviteit

Reinhilde Vermeulen

Een hoogsensitief persoon is meer dan gemiddeld gevoelig voor prikkels en indrukken. Stressgerelateerde aandoeningen zoals aanhoudende vermoeidheid, CVS, burn-out, depressie en fibromyalgie liggen op de loer. Op een meer authentieke manier omgaan met hoogsensitiviteit en hierin het nodige zelfinzicht te verwerven kan zorgen voor meer evenwicht. Wat is hoogsensitiviteit precies? Wat zijn de kenmerken van een hoogsensitief persoon? Hoe ga je om met (je) hoogsensitiviteit? Wat zijn de valkuilen en hoe kom je meer in je eigen kracht te staan? Er is voldoende tijd voor praktische tips en vragen.

I.s.m. HSP Vlaanderen.

Dinsdag 2/04 van 19:30 tot 22:00
GC den egger | Scherpenheuvel
€ 11 (€ 9 reductieprijs*)



Kleur en stijl: zomer

Elke Coeimans

Imago is meer dan iemands uiterlijk. Inzicht in je persoonlijke kenmerken werkt verhelderend. Weg met impulsieve keuzes: hou rekening met wie je bent! Tijdens de sessies werk je samen om tot een persoonlijke analyse te komen. Je ontdekt de psychologie en filosofie achter kleur, stijl, visagie en lichaamstaal en hoe je die kan toepassen op je eigen uitstraling.

Meebrengen: een kledingstuk dat qua kleur en stijl goed past, een kledingstuk dat een miskoop is en je meest gebruikte make-up.

Dinsdag 23, 30/04 en 7/05 van 19:30 tot 22:00
Bibliotheek Bekkevoort
€ 43 (€ 33 reductieprijs*)



Aandacht voor jezelf, aandacht voor je kind

Dinette Kooiman

Tijdens deze vorming krijg je een aantal wegwijzers die je doen stilstaan bij jezelf als ouder, en bij de opvoeding van je kind. Door jezelf als ouder een dag lang echte aandacht en ruimte te geven, komt er beweging in je ouderschap en waait er een frisse wind... Tijdens deze cursus wordt een aantal vragen aangereikt waarmee je, met de nodige ondersteuning, aan de slag gaat. Een moment om jezelf als ouder (en daarmee ook je kind) in de drukte van alledag tijd te gunnen.

I.s.m. PRH.

Vrijdag 17/05 van 10:00 tot 15:30
GC den egger | Scherpenheuvel
€ 29 (€ 22 reductieprijs*)



Bellen met beeld

Peije Van Klooster

Gratis bellen via het internet? Dat kan makkelijk met je Android smartphone of tablet! Tijdens deze workshop installeren we een goede gratis app zoals Skype of Whatsapp. We maken een account aan en gaan meteen aan de slag. Zo zal je zien hoe deze toepassingen gebruikt kunnen worden om te bellen, berichten te sturen en ook foto's en bestanden met elkaar te delen. Skype en Whatsapp komen natuurlijk aan bod, maar ook Viber, Telegram en andere. Deze workshop is voor gebruikers van een Android smartphone of tablet.

Je brengt je eigen Android smartphone of tablet mee. Bij twijfel: raadpleeg de verkoper van je toestel. Zorg ook dat je de login van je e-mail (hotmail, gmail...) bij de hand hebt.

Dinsdag 4/06 van 9:30 tot 12:30
Bibliotheek Scherpenheuvel-Zichem | Averbode
€ 15 (€ 11 reductieprijs*)



Klaar voor de toekomst?

Graag denken aan nu én aan later? Maar hoe doe je dat dan?

LAB Zuid-Dijeland brengt je met een **toffe workshop**, een **interactieve avond** of een **interessante uitstap** beslist op duurzame ideeën. Elke activiteit wordt afgesloten met een **LAB-café!** Bij een knabbel en een drankje (traktatie ☺) biedt dat laatste halfuur de uitgelezen kans om na te praten en opborrelende ideeën uit te wisselen. Daarna kan je aan de slag thuis, in je buurt of je gemeente!

Aarzel niet: schrijf je in voor één of meer activiteiten, dan gaan we samen van start.



Maak zelf je eigen bijenwasdoek

Mimi Deplouge

Een duurzaam alternatief voor plasticfolie en zilverpapier? Met een bijenwasdoek kan je op een veilige manier voedsel bewaren en potten afdekken. Het is ook prima bruikbaar om boterhammen en fruit mee te nemen naar school of werk. Mimi van BeeFriendly ontwikkelde haar eigen techniek en voorziet voor iedereen leuke katoenen stofjes waarmee je drie wasdoeken maakt. Tijdens de workshop vertelt ze honderduit over de wonderde wereld van de bijen.

Materiaal € 15 inbegrepen voor 3 bijenwasdoeken. Indien je er meer wil maken, betaal je de extra kost rechtstreeks aan de lesgever. Meebrengen: 2 badhanddoeken. Heb je nog een oud strijkijzer, breng het dan zeker mee.



Zaterdag 23/03 van 10:00 tot 13:30
Bibliotheek Scherpenheuvel-Zichem | Averbode
€ 25 (€ 19 reductieprijs*)
verlaagde prijs dankzij LAB Noord-Hageland
LAB-café met traktatie inbegrepen



Meer ideeën voor minder vlees

Ilse Craps

Minder vlees eten is gezond én goed voor het milieu. Wil je vaker vegetarisch eten en zoek je inspiratie en informatie? Hoe krijg je je gezin mee in het verhaal? Hoe behoud je een volwaardig en gezond voedingspatroon met volwaardige vleesvervangers? Hoe ga je creatief om met nieuwe producten en dergelijke kost? We wisselen tips uit, producten worden getoond en proevertjes aangeboden. Je krijgt ook enkele recepten mee zodat je thuis meteen aan de slag kan!

Proevertjes € 2 inbegrepen.



Woensdag 27/03 van 19:30 tot 22:30
GC den egger | Scherpenheuvel
€ 15 (€ 11 reductieprijs*)
verlaagde prijs dankzij LAB Noord-Hageland
LAB-café met traktatie inbegrepen



NIEUW NIEUW NIEUW NIEUW

Zaterdag 30/03 van 9:30 tot 13:00
€ 5
verlaagde prijs dankzij LAB Noord-Hageland
LAB-café met traktatie inbegrepen

Bezoek windmolenpark Bekkevoort + Transitie Scherpenheuvel-Zichem

Jan Caerels

Maak van dichtbij kennis met een moderne windturbine! De gigantische molen zelf is niet toegankelijk, maar een deskundige wijst je alle details aan waar windenergie wordt omgezet in elektriciteit. Hoeveel wekt zo'n turbine op? Hoe past ze zich aan aan de wind? En hoe wordt de stroom getransporteerd? Daarnaast zoomen we in op de maatschappelijke voor- en nadelen van windenergie, en het samenspel van overheden en de energiesector. Daarna keren we terug naar Scherpenheuvel waar we kennismaken met Transitie Scherpenheuvel-Zichem vzw. Zij willen een energie-coöperatie oprichten.

Plaats van afspraak: op de parking van GC Den Egger te Scherpenheuvel-Zichem, A. Nihoulstraat 74. Verplaatsing op basis van carpooling. Meerijden = € 0,10/km, te betalen aan de chauffeur.



Donderdag 4/04 van 19:30 tot 22:30
Polyvalente zaal Bib Bekkevoort | Bekkevoort
€ 14 (€ 10 reductieprijs)
LAB-café met traktatie inbegrepen

Energiebesparende klussen

Anja Aerts

Weg met die hoge energierekening! In deze demo krijg je tips voor een beter gebruik van je toestellen. Anja legt uit welke voordelen een hoogrendementsketel biedt en hoe het zit met een open haard. Je komt daarnaast meer te weten over het ventilatiesysteem D en de categorieën (A+, A++ enz.) op (af)wasmachines. En tot slot: eenvoudige ingrepen mét effect zoals een spaardouchekop, isolatie van leidingen en spaar- of ledlampen. Doel: minder water, gas en elektriciteit verbruiken. Ziezo, nu kan je thuis aan de slag. Goed voor je portemonnee en het milieu!



Ook interessant!

Zaterdag 23/03 van 9:30 tot 12:30
Bibliotheek Scherpenheuvel-Zichem | Averbode
Vrije bijdrage

Repair Café

Breng je kapotte spullen mee om te herstellen met de hulp van de aanwezige handige harry's en harrietten of kom gewoon eens langs om een kijkje te nemen.

Ism Transitie Scherpenheuvel-Zichem



Inschrijven

Je schrijft je bij voorkeur in via www.vormingplusob.be.

Inschrijven kan ook in het inschrijfpunt van jouw gemeente (tijdens de openingsuren):

- GC den egger, August Nihoulstraat 74, Scherpenheuvel, 013 46 06 50, info@denegger.be.
- Openbare bibliotheek Bekkevoort, Eugeen Coolstraat 17 A, 3460 Bekkevoort, 013 46 05 55, bekkevoort@bibliotheek.be

Vermeld steeds je naam, adres, telefoonnummer en mailadres. Je inschrijving is pas definitief na betaling (binnen de 7 dagen na inschrijving).

Meer info over het aanbod vind je op www.scherpenheuvel-zichem.be / www.denegger.be / www.bekkevoort.be / www.vormingplusob.be.

Waar vinden de activiteiten plaats?

- Bibliotheek Scherpenheuvel-Zichem | Westelsebaan 134, Averbode
 - GC den egger | August Nihoulstraat 74, Scherpenheuvel
 - Ontmoetingscentrum Het Laer | Brabantsebaan 74, Okselaar
 - Bib Bekkevoort | Eugeen Coolsstraat 17 a, Bekkevoort
 - UZ Gasthuisberg | Herestraat 49, Leuven
 - Abdij van Averbode | Abdijstraat 1, Averbode
-

Moet ik iets meebrengen?

Vaak is alles inbegrepen in de prijs maar voor sommige cursussen moet je ook eigen materiaal meebrengen (een zelfgekozen stofje om mee te naaien, een handdoek, je eigen fototoestel ...). In deze brochure wordt het belangrijkste vermeld maar de volledige informatie vind je steeds terug op de inschrijfpagina van de cursus (www.vormingplusob.be) onder 'Praktische info'. Op de bevestigingsmail die we jou toesturen, wordt die info herhaald.

Annuleren

Indien je niet kan deelnemen aan een activiteit waarvoor je bent ingeschreven, laat je het zo snel mogelijk weten. Zo krijgen ook mensen op de wachtlijst de kans om deel te nemen.

Annuleer je:

- meer dan 7 werkdagen voor de start van de activiteit? Dan krijg je een terugbetaling van 75% van het inschrijvingsgeld.
- minder 7 werkdagen voor de start van de activiteit? Dan krijg je geen terugbetaling.

Let op: er is geen terugbetaling voor activiteiten met een prijs lager dan € 8.

Is er iets wat je tegenhoudt om je in te schrijven?

Heb je iets extra nodig om onze cursussen te volgen? Kunnen we het je ergens gemakkelijker maken? Bijvoorbeeld met een groter lettertype, meer pauzes, een tolk gebarentaal ... Of moet je af en toe eens kunnen bewegen? Ben je bang dat het niveau te hoog zal liggen? Heb je last van een aandoening? Geef ons een seintje en samen zoeken we naar een oplossing: 016 525 905 of tiny.alaerts@vormingplusob.be. Is het moeilijk om je op voorhand vrij te maken voor een activiteit? Ken je je uurrooster pas later? Heb je goede en slechte dagen, bijvoorbeeld door een ziekte? Laat het ons weten vóór je inschrijft.

* Altijd Geslaagd Noord-Hageland wil een betaalbare prijs aanbieden voor iedereen.

We hanteren een standaard- en een reductietarief (25% vermindering op het standaardtarief indien dit hoger is dan € 8). Krijg je een werkloosheids- of een ziekte-uitkering of val je onder het OMNIO-statuut? Dan betaal je het reductietarief. Dit duid je zelf aan bij je inschrijving, wij bellen je dan even op voor het juiste statuut.

Is het reductietarief nog te hoog voor jou? Neem dan zeker contact op met Tiny Alaerts (tiny.alaerts@vormingplusob.be), we bepalen samen een redelijke prijs.



Snel inschrijven

Noord-Hageland

altijd geslaagd



v.l. Stadsbestuur Scherpenheuvel-Zichem, Augustijnstraat 13-15, 3270 Scherpenheuvel

Altijd Geslaagd Noord-Hageland is een samenwerking van:

