

VOR

VORMING EN ONDERWIJS
RANST

Vorming & Onderwijs

Ranst 2023 - 2024

Vu.: J. Van Damme, Vredestraat 154, 2600 Berchem



Kunstonderwijs

Inleiding	3
Beeld	4
Muziek - Woordkunst-Drama	
Dans	6

Vorming en onderwijs

Taal	10
Informatica	12
Conferenties	15
Yoga en meer	18
Hobby	20
Koken	23

Inschrijvingsdagen

Zaterdag 19 augustus	10-12 uur
Zaterdag 26 augustus	10-12 uur
Zaterdag 2 september	10-12 uur

Het VOR-secretariaat is in september elke zaterdag open van 10 tot 12 uur. Altijd bereikbaar via 03 475 05 33 of vor@ranstvor.be.

Voor de taallessen en informatica kan je online inschrijven met vermelding van naam, e-mailadres en telefoonnummer. Stort het cursusgeld op de rekening van VOR: BE47 7755 9026 0680. Voor de andere lessen is er een beperking van het aantal deelnemers.



Je hebt de nieuwe VOR-brochure in handen. De vzw Vorming & Onderwijs Ranst zorgt in onze gemeente al lang voor de organisatie van cursussen die het levenslang leren mogelijk maken en stimuleren.

Sinds de activiteiten van de Beeld- en Podiumacademie Lier hun weg vonden naar Ranst, ondersteunt de vzw ook het lokaal kunstonderwijs.

Die lessen openen mogelijk de poort naar jaren artistiek genot, beleven en aanvoelen. Of naar gewoon wat steviger en zelfbewuster in je schoenen staan. Je leest meer over het gevarieerde programma vanaf pagina 3.

Daarnaast heeft vzw VOR een uitnodigend en gevarieerd aanbod van lessenreeksen, cursussen en vormingsactiviteiten voor jong en oud. Taal- en informaticacursussen voor zowel beginners als meer gevorderden of gewoon als opfrissing voor wat in een vergeethoekje is geraakt. Ook kooklessen en lessen filosofie staan op het programma. Kortom, er is voor elk wat wils.

In deze jachtige tijden hebben ook yoga, mindfulness en pilates hun plaats in het VOR-aanbod gevonden. En ook de jaarlijkse conferenties zijn een vaste waarde met enkele grote namen die komen spreken over hun vakgebied.

Dankzij de inzet van enthousiaste vrijwilligers en geëngageerde lesgevers kon de vzw VOR de voorbije jaren haar activiteiten uitbouwen. Veel mensen van Ranst en omgeving nemen deel aan de activiteiten of kijken met plezier terug naar de lessen die ze volgden bij de Academie of VOR.

Wij hopen dat je ook dit jaar je keuze kan maken uit ons uitgebreid cursusaanbod en andere activiteiten voor het komend schooljaar 2023-2024.

Alvast veel lees- en leerplezier!

Kunstonderwijs

Inleiding

Heb je artistieke vlinders in de buik? In de ateliers **BEELD** van de academie kunnen beginnende en ervaren kunstenaars aan de slag. Vanaf 6 jaar experimenteer je in diverse richtingen, terwijl je vakmanschap opbouwt. Maar kunst leert je meer dan techniek. Je oefent 'out of the box' denken en ontwikkelt een persoonlijke blik. De opleiding Beeldlab voor volwassenen nodigt je uit voor een originele creatieve ontdekkingstocht. Of volg je liever een specifiek atelier, zoals Kunstambacht Papier, Schilderkunst of Tekenkunst? *Kom zeker een kijkje nemen in onze ateliers!*

Droom jij ervan om je muzikaal uit te leven in een symfonisch orkest, een streetband, een popgroepje met vrienden óf helemaal op jezelf? Nieuwsgierig naar de wondere wereld en muzikale schatten die schuilgaan achter noten en ritme? Voel en ontdek in onze dynamische lessen **MUZIEK** hoe jij vanop een podium je publiek kan entertainen, beroeren en verrassen met kleurrijke klanken die je vakkundig uit je instrument tovert. Al vanaf 6 jaar kan je kiezen uit een brede waaier aan muzikale opleidingen. Laat je bijten door die wonderlijke muziekmicrobe!

Als je het fijn vindt om in de schijnwerpers te staan, verhalen en teksten te vertolken voor een publiek, in de huid te kruipen van een personage of gewoon eens goed zot te doen, dan zijn de lessen **WOORDKUNST-DRAMA** beslist iets voor jou. Met je lichaam, mimiek, gebaren en stem geef je uitdrukking aan je fantasie, waarnemingen of gevoelens. Je verlegt je grenzen en ontwikkelt je zelfvertrouwen én je beleeft vooral veel plezier aan het samen spelen! Blijf dus niet in de coulissen staan, durf op je bek te gaan en doe dit met een grote dosis spelplezier.

Beweeg je graag en droom je ervan vliegend, rollend en draaiend over het podium te bewegen? Dan zijn onze lessen **DANS** zeker iets voor jou! Vanaf 4 jaar ben je welkom in speelse en fantasierijke lessen Kleuterdans. 6- en 7-jarigen kunnen terecht in creatieve lessen Dansinitiatie. Via verschillende werkvormen geven we hier al een dansante aanzet naar een correcte danstechniek. Vanaf 8 jaar krijg je een stevige technische en artistieke basis in ons Danslab: je leert alles over klassiek ballet & hedendaagse dans, je werkt aan toffe choreografieën en je leert elke week wel iets nieuws bij! Vanaf 12 jaar bouw je verder op deze basis en volg je uitdagende lessen hedendaagse en klassieke dans. Je staat elk jaar op het podium, je kan deelnemen aan tal van dansprojecten en een kijkje gaan nemen bij professionele dansgezelschappen. We leiden je op tot een sterke danser of danseres!



Muziek © Compagniefotografie
Woord © Stef De Koninck
Dans © Jokko / Joke Van den Heuvel



Locaties

De Fakkel, Gemeenteplein 25, Ranst
Pastorie (tuinklassen) Gemeenteplein 18, Ranst
Documentatiecentrum, Dorpstraat 43, Ranst

Meer info & inschrijvingen

Op www.beeldacademielier.be vind je alle informatie over de opleidingen, uurroosters, inschrijvingen of activiteiten van de academie. Het secretariaat van de hoofdzetel beantwoordt graag je vragen:

- Koepoortstraat 1, Lier
- 03 488 14 27
- info@beeldacademie.be
- Schrijf online in via mijnACADEMIE™ of via het secretariaat van de academie.

In september ben je welkom om een proefles te volgen!

Inschrijvingsgeld Beeldacademie 2023 - 2024

- € 372: vanaf 25 jaar + materiaalgeld: € 15 voor Tekenkunst, Beeldlab (BAK), Kunstambacht Papier of Schilderkunst.
- € 158: van 18 t.e.m. 24 jaar en volwassenen met recht op vermindering + materiaalgeld: € 15 voor Tekenkunst, Beeldlab (BAK), Kunstambacht Papier of Schilderkunst.
- € 81: -18 jaar
- € 54: -18 jaar met recht op vermindering



Opleidingen BEELD schooljaar 2023-2024

Jeugdatelier - Broechem

Van 6 tot 11 jaar - Beeldatelier: 2 uur per week

Hier kunnen creatieve kriebelvingers aan de slag. Ze mogen experimenteren met materialen en technieken. Speels veranderen ze fantasie in vakmanschap. Breng je eigen potloden, gom en slijper mee. Een materialenlijst volgt de eerste lessen.

Jongerenatelier

Van 12 tot 17 jaar - Beeldatelier: 4 uur per week

Ontmoet creatieve kameraden en laat je deskundig begeleiden naar een persoonlijk expressief project. In deze kunstinitiatie maak je kennis met allerlei technieken en materialen. Je leert vakmanschap te ontwikkelen en via wederzijdse feedback ga je op zoek naar je stijl.

Volwassenen - 5-jarige opleidingen

Vanaf 18 jaar of vanaf 16 jaar ook toegankelijk na een gesprek met de directie en leerkrachten.

Tijdens deze opleidingen volg je naast je atelier ook 1 uur per week het vak Kunst & Cultuur.

● **Tekening - Broechem**

Leer waarnemen via de fascinerende wereld van lijnen, vormen, verhoudingen, contrasten, composities en ritme. Zoek naar inspiratie bij grote kunstenaars en oude meesters. Ontwikkel je eigen beeldtaal. Je tekent op verschillende papiersoorten met potlood, houtskool, Siberisch krijt, conté, pastel, aquarel en Oost-Indische inkt.

● **Schilderkunst - Emblem**

De eerste jaren werken we aan de technische onderbouw van het schilderen en het interpreteren van beelden. Stapsgewijs leer je experimenteren en inhoudelijk werken vanuit een ontwerp of concept. Contact met het werk van diverse kunstenaars scherpt je visie en voedt je inspiratie. Je verwerft inzicht om een doordachte keuze te maken over wat het best bij je persoonlijkheid past.

● **Crossover - Broechem**

Een crossover zoekt naar een kruisbestuiving. Door twee ateliers te combineren, kijk je over de muur, vind je inspiratie in minder bekende uitdrukkingsvormen en bevrucht je je werk met onverwachte inzichten. Je hebt al een specialisatie behaald in één van de twee vakken die je voor je Crossover selecteert. In Crossover volg je les in twee disciplines, telkens vier uur. Je stelt je project voor tijdens een intakegesprek.

Volwassenen - 10-jarige opleidingen

Vanaf 18 jaar of vanaf 16 jaar ook toegankelijk na een gesprek met de directie en leerkrachten.

Je volgt 4 uur per week atelier. Het vak Kunst & Cultuur (1 uur per week) maakt deel uit van de opleiding.

● **Beeldlab - Broechem**

Deze 10-jarige opleiding zoekt naar je talent in teken- en schilderkunst, 3D-werk en grafiek. Je vindt je weg in de hoeveelheid van disciplines en je ontdekt je eigen beeldtaal. Ook wie al beeldende ervaring heeft, is welkom om in deze richting zijn of haar beeldtaal binnen een ruim kader te verbreden. In de loop van deze opleiding maak je ook kennis met de belangrijkste kunstrichtingen, oude meesters en hedendaagse kunstenaars.

● **Kunstambacht Papier – Broechem**

Het papierambacht omvat vele facetten: scheppen en bewerken van papier, papier-maché, boekjes of decors maken. In dit atelier leer je verschillende technieken en vaardigheden. Je bezoekt relevante expo's. Zo verwerf je kennis over de oneindige mogelijkheden van papier en stel je uiteindelijk je eigen project voor.

Volwassenen - Specialisatie

Tweejarige opleiding vanaf 18 jaar. Enkel toegankelijk na bevestiging van de jury of een intakegesprek.

Vereiste voorkennis: een opleiding 4^e graad in hetzelfde atelier. Je volgt 8 uur per week hoofdatelier en 40 uur (per jaar) keuzeatelier. Je werkt aan je eindproject.



Muziek Dans Woordkunst- Drama



Locaties

Muziek: De Fakkel en Het Spijker, Gemeenteplein 25, Ranst
Pastorie, Gemeenteplein 18, Ranst

Woord: De Fakkel, Gemeenteplein 25, Ranst

Dans: Sporthal Het Loo, Antwerpsesteenweg 45, Ranst

Meer info & inschrijvingen

Op www.podiumacademielier.be vind je informatie over onze muziek-, woord- en dansopleidingen, activiteiten of evenementen van de academie. Je kan hier ook online inschrijven vanaf 1 juni 2023.

Het secretariaat van de hoofdzetel beantwoordt graag je vragen:

- Gasthuisvest 50, Lier
- 03 480 45 79
- ranst@podiumacademielier.be
- Vragen over studieaanbod:
opleidingen@podiumacademielier.be
- www.facebook.com/podiumacademielier
- info@podiumacademielier.be

Inschrijvingsgeld Podiumacademie 2023-2024

- Tot en met 17 jaar: € 81
- Tot en met 17 jaar verminderd tarief: € 54
- Van 18 tot 24 jaar (leeftijd op 31.12.2023): € 158
- Vanaf 25 jaar (leeftijd op 31.12.2023): € 372
- Vanaf 25 jaar verminderd tarief: € 158

Op het secretariaat (Lier) kan je enkel met bancontact betalen. Digitaal betaal je via mijnAcademie.

Proeflessen

Ben je geïnteresseerd in een opleiding Muziek, Woordkunst-Drama of Dans, maar ben je niet zeker of de opleiding van je keuze wel echt iets voor jou is?

Vraag dan zeker een proefles/kijkles aan via ranst@podiumacademielier.be

Proeflessen Muziek tot en met 10 september.

Proeflessen Woord en Dans tot en met 25 september.

MUZIEK

Eerste graad

Van 6 tot 8 jaar

Muziekinitiatie: 1 uur per week - 2 jaar.

Instrumentles: is optioneel - 20 minuten. Tegen meerprijs kan je een lesuur afspreken met de toegewezen leerkracht.

Zit je in het eerste of tweede leerjaar en wil je muziek maken? Dat kan in onze Muziekinitiatie. We spelen veel muziekspelletjes om onze muzikantenoren te trainen, maar we gaan ook bijvoorbeeld tekenen, kleuren, dansen en toneel spelen.

Tweede graad

Vanaf 8 jaar - 3,5 uur per week - 4 jaar.

Instrument of zang: 1 uur per week, lesuur af te spreken met de leerkracht.

Muzieklab: 2,5 uur per week muzikale & culturele vorming en groepsmusiceren.

In Muzieklab leer je noten en ritme lezen, horen en herkennen. Wekelijks wordt er ook samen gezongen of muziek gespeeld in de les Groepsmusiceren.

Instrumentenaanbod: luit, fluit, saxofoon, hobo, gitaar, piano, viool, slagwerk, kopers (bugel, cornet, trombone, trompet, tuba), klarinet en zang. In Lier (hoofdschool) kan je ook lessen voor andere instrumenten volgen.



Derde graad

3 uur per week - 3 jaar

Instrument of zang: 1 uur per week.

Groepsmusiceren: 2 uur per week.

Voor Groepsmusiceren kan je kiezen uit tal van koren, orkesten, ensembles of andere creatieve lessen.

Onder bepaalde voorwaarden kan groepsmusiceren vervangen worden door een Live-traject (alternatieve leercontext – leren in verenigingen).

Vierde graad

2 uur per week - 3 jaar

Instrument of zang: 1 uur per week.

Keuzevak: 1 uur per week.

Wil je als **tiener (12+) of volwassene (15+)** ook graag een opleiding muziek starten? Kijk dan zeker op onze website voor concrete locaties en lesdagen.

Meer inlichtingen? opleidingen@podiumacademielier.be of www.podiumacademielier.be



WOORDKUNST - DRAMA

Tweede graad

Van 8 tot 12 jaar - 1 uur per week - 4 jaar.

Woordatelier: 1 uur per week.

In Woordatelier staat heel wat op het programma: spreek- en taalspelletjes, toneeltjes verzinnen én zelfs een heus toonmoment in elkaar boksen voor een echt publiek.

Derde graad

Vanaf 12 jaar - 2 uur per week - 3 jaar.

Woordstudio: 1 uur per week, lesuur af te spreken met de leerkracht.

Dramastudio: 1 uur per week.

In Woordstudio worden teksten (proza, poëzie) gelezen, geïnterpreteerd en vertolkt op een podium. Er is zeker ook ruimte voor eigen inbreng en vrijuit freewheelen op basis van een thema of tekst.

In Dramastudio ontdek je samen met anderen het plezier van improviseren en toneelspelen. Met je lichaam, mimiek, gebaren en stem geef je uitdrukking aan je fantasie, waarneming of gevoelens. Je onderzoekt hoe je vanuit je unieke verbeelding tot geloofwaardig spelen kan komen.

Vierde graad

2 uur per week - 3 jaar.

● Verteltheater

Verteltheater-stemregie: 1 uur per week.

Dramalab: 1 uur per week.

Verteltheater-stemregie is een verderzetting van het vak Woordstudio. Hier ga je nog meer aan de slag met teksten en gedichten.

Bij Dramalab ga je samen naar een uiteenlopend aanbod theatervoorstellingen kijken. Je leert er een mening over te vormen en erover te spreken, zodat je een brede kijk op theater krijgt.

● Speltheater

Theater: 1 uur per week.

Dramalab: 1 uur per week.

In het vak Theater leer je acteren met veel aandacht voor samenspel en spelplezier.

Opties verteltheater en speltheater worden bij voorkeur tegelijkertijd gevolgd. Het vak Dramalab moet dan maar eenmaal gevolgd worden.

Meer inlichtingen? woord@podiumacademielier.be of www.podiumacademielier.be



DANS

Kleuterdans

Voor kinderen geboren in 2018 en 2019.

Kleuterdans: 1 uur per week.

Speelse oefeningen rond motoriek, kracht, coördinatie, zelfvertrouwen, ritmiek en beleving zorgen voor gevarieerde lessen vol dansplezier op kindermaat. De lessen zijn altijd opgebouwd rond een leuk thema.

Eerste graad

Voor kinderen in het eerste en tweede leerjaar.

Dansinitiatie: 1 uur per week.

Je maakt hier kennis met de basis van klassieke en moderne dans. Improvisatie, dansjes, verplaatsingen, oefeningen rond ritme, coördinatie, expressie en fantasie komen ruim aan bod, altijd gelinkt aan de belevingswereld van kinderen.

Tweede graad

Vanaf 8 jaar - 2 uur per week.

Danslab klassieke dans: 1 uur per week.

Danslab hedendaagse dans: 1 uur per week.

Je bouwt aan een sterke hedendaagse en klassieke basis, waarbij veel aandacht gaat naar expressie, muzikaliteit, kracht, dynamiek, ruimte- en lichaamsbesef, coördinatie, doorzettingsvermogen en vooral ook naar veel dansplezier. Ben je heel gedreven en wil je nóg meer? Dan kan je auditie doen voor **deJuniorCompagnie** (vanaf 10 jaar)!

Derde/vierde graad

Vanaf 12 jaar

Danslab hedendaagse en klassieke dans:

2,5 uur per week.

Techniek, expressie, muzikaliteit en artistieke komen samen en tillen je naar een steeds hoger niveau. Je wordt zelfstandiger en bewuster als danser, durft je vol overgave te presenteren op een podium en je probeert je publiek te raken. Zo groei je door tot een echte podiumkunstenaar. Ben je heel gedreven en wil je nóg meer? Dan kan je auditie doen voor **deJuniorCompagnie 2** (vanaf 14 jaar) of **deCompagnie** (vanaf 16 jaar).

Meer inlichtingen? dans@podiumacademielier.be
of www.podiumacademielier.be



Vorming en onderwijs

Taal



Voor wie graag een nieuwe taal leert of een vreemde taal wil oprfrissen of onderhouden, richt vzw Vorming en Onderwijs Ranst dagcursussen en avondlessen in.

We geven de lessen op verschillende niveaus: van volstrekte beginners tot conversatielessen om de taal te onderhouden.

De lessen gaan door in 'Het Spijker', Gemeenteplein 25, Broechem.

- **dagcursussen:**

- 27 lessen
- Beginnen in de week van 11 september

- **avondcursussen:**

- 30 lessen
- Beginnen in de week van 11 september

Voor meer informatie: vor@ranstvor.be en tel. 03 475 05 33 en www.ranst.be/vor



Ons taalaanbod bestaat uit:

• **Duits**

- Beginners: dinsdag 11.45 uur
- Derde jaar: donderdag 13 uur

• **Engels**

- Beginners: maandag 9.30 uur
- 7^{de} jaar: dinsdag 9.30 uur

• **Frans**

- Beginners: woensdag 14 uur
- Conversatie: woensdag 9.30 uur

• **Italiaans**

- Beginners: vrijdag 9 uur
- 2^e jaar: dinsdag 9.30 uur
donderdag 19.30 uur
- 3^e jaar: vrijdag 10.45 uur
donderdag 19 uur
- 5^e jaar: dinsdag 9.30 uur
donderdag 20.30 uur
- 6^e jaar: donderdag 19.30 uur

• **Spaans**

- Beginners: woensdag 9.30 uur
- 2^e jaar: maandag 9.30 uur (start op 18/9)
- 3^e jaar: dinsdag 19 uur (start op dinsdag 19/9)
- 4^e jaar: woensdag 9.30 uur
- 5^e jaar: maandag of dinsdag 9.30 uur
- 6^e jaar: donderdag 9.30 uur
- Conversatie: donderdag 9 uur en 10.30 uur
vrijdag: 9.30 uur

• **Zweeds (20 lessen)**

- 2^e jaar: zaterdag 11.15 uur
- 3^e jaar: zaterdag 9.30 uur

• **Nieuwgrieks**

- 2^e jaar: maandag 19 uur (start op 25/9)

Inschrijvingen:

- Inschrijven kan, vóór de aanvang van het schooljaar (tijdens inschrijvingsdagen) of ten laatste bij aanvang van de eerste les, op het secretariaat waar ook het inschrijvingsgeld betaald wordt.
- Laattijdige inschrijvingen (speciale voorwaarden, zie inschrijvingsgeld) gebeuren via de leraar.
- Oud-cursisten kunnen zich herinschrijven via bankrekening BE47 7755 9026 0680 van VOR voor **1 september**.
- Voor de inschrijvingsdata en -uren, zie pagina 2 van deze brochure.

De taalcursussen starten als er voldoende cursisten zijn.

Laattijdig inschrijven kan de oorzaak zijn dat een cursus wordt afgelast wegens te weinig deelnemers..

Inschrijvingsgelden

A. Het basisbedrag voor een taalcursus bedraagt		€ 120
B. VOR staat een verminderd tarief toe aan : - jongeren (tot 18 jaar) - studenten (18 tot 24 jaar) - senioren (65 jaar of ouder)	vereist document : - identiteitskaart - identiteitskaart en attest onderwijsinstelling	€ 100
C. Speciaal tarief - uitkeringsgerechtigde werkloze (uitgezonderd bruggepensioneerde) - verplicht ingeschreven als werkzoekende	- attest RVA / VDAB - attest RVA / VDAB	€ 65

Aanbod:

Social media

Iphone en Ipad,
Samsung Android, Samsung tablet.

Basissoftware

Met basissoftware wordt bedoeld het zogenaamde 'operating system' of besturingssysteem van de computer. De cursisten worden wegwijds gemaakt in **Windows 11**.

Hierin wordt een onderscheid gemaakt in :

- **Instapcursus:** voor absolute beginners zonder basiskennis.
- **Windows 11:** voor beginners die de instapcursus hebben gevolgd.

Toepassingssoftware :

Bij de toepassingssoftware leer je hoe je praktisch kan werken met het rekenblad Excel.

Specifieke toepassingen :

- **Digitale fotografie** (digitaal fototoestel) basiskennis vereist
- **Backup van Windows**
- **ChatGPT en Artificiële Intelligentie**
- **Banking op smartphone, payconiq, itsme**
- **Veilig op het internet**

Infrastructuur

VOR beschikt over een computerlokaal uitgerust met computersystemen die regelmatig worden aangepast aan de evolutie van de techniek. Twaalf computers zijn verbonden in netwerk en geven toegang tot het Internet.

Een modern projectiesysteem geeft aan de lesgever de mogelijkheid om op een gemakkelijke manier soms ingewikkelde instructies op een groot scherm weer te geven.

Er is plaats voor maximaal 10 personen per cursus.

Het lokaal is gelegen op de bovenverdieping van de bibliotheek in Ranst, Gasthuisstraat 17 (zij-ingang - achteraan).





Overzicht cursussen

Volgende cursussen gaan door in het computerlokaal op de bovenverdieping van de bibliotheek in de Gasthuisstraat in Ranst.

Voor beginners zonder basiskennis

Instapcursus: als je totaal geen voorkennis hebt van het gebruik van een computer, dan is deze les belangrijk om met succes te starten met de cursus Windows 11.

Concreet: donderdag 21 september van 9.30 tot 12 uur. Prijs € 5

Windows 11

Wil je meer uit je pc halen? Volg dan deze cursus en je zal veel beter kunnen werken met dit besturingsprogramma op je pc. Deze cursus laat je kennismaken met handige aspecten van dit systeem. Het mooie van deze cursus is dat alles wat je leert ook meteen toepasbaar is in het dagelijkse leven.

Concreet: deze lessen gaan door op donderdagen 28 september, 5, 12, 19, 26 oktober van 9.30 tot 12 uur. Prijs: € 60

Inschrijven kan via mail of tijdens de openingsuren van het VOR-secretariaat tijdens de inschrijvingsdagen (zie pagina 2).

Info

VOR-secretariaat, Gemeenteplein 25

vor@ranstvor.be of tel.: 03 475 05 33

www.ranst.be/vor

Bankrekeningnummer: BE47 7755 9026 0680

Volgende cursussen gaan door in 'Het Spijker' Gemeenteplein 25

Digitale fotografie

Praktijkgerichte cursus voor wie meer wil weten over fotografie.

Ervaar hoe je met kennis van compositie tot betere foto's komt. We geven inzicht in de eigenschappen van je fototoestel, je leert de sterke punten en de beperkingen.

Reisfotografie, reportage, portret en objectfotografie worden behandeld.

Het digitale komt ook uitgebreid aan bod. Bestanden, formaten en compressie worden op een begrijpelijke manier uitgelegd. Weten hoe je juist omgaat met digitale bestanden is belangrijk als je lang van je foto's wil genieten.

Tot slot is er nog een intro in beeldbewerking met een gratis beeldbewerkingsprogramma.

Concreet: de lessen gaan door op zaterdagen 7, 14, 21, 28 oktober, 18 november van 9.30 tot 12 uur. Kostprijs € 50

Back-up van windows pc

Wat is een back-up van een pc juist? Wat is het nut? Kan die back-up op meerdere manieren gebeuren? En welke manier komt dan het beste overeen met mijn situatie? Op al deze vragen (en nog meer) krijg je een antwoord in eenvoudige taal. En tijdens de cursus kan je het allemaal testen.

Concreet: deze les gaat door op donderdag 9 november van 9.30 tot 12 uur. Prijs: € 6



AI : Chat GPT

ChatGPT en Artificiële Intelligentie

Wat is dat? Heeft dat een invloed/impact op mij? Hoe ziet dat eruit?

ChatGPT is al enkele maanden 'hot' in het nieuws. Het zou een belangrijke doorbraak betekenen op gebied van artificiële intelligentie. Maar wat is dat nu juist 'artificiële intelligentie'? En wat betekent dat voor iedereen? In deze sessie komt dit en nog veel meer aan bod. Als je je eigen toestel meebrengt (iPhone/iPad, PC, smartphone of tablet) dan kan je daar ook meteen mee aan de slag. We gaan ook dieper in op de mogelijkheden en de potentiële gevaren van Artificiële Intelligentie.

Concreet: de les gaat door op donderdag 16 november van 9.30 tot 12 uur. Prijs: € 6

Werken met iPhone en iPad

Voor beginnende gebruikers

De cursus leert je de mogelijkheden van iPad en iPhone. Je leert er vlot mee werken, zodat je ten volle kan genieten van dit mooie stukje technologie: het instellen van het toestel, omgaan met apps, surfen en mailen, bellen, adresboek en agenda, multimedia, muziek en foto's.

Concreet: de lessen gaan door van 9.30 tot 12 uur op donderdagen 11, 18, 25 januari, 1 en 8 februari. Prijs: € 60

Cursus iPhone/iPad voor gevordenden

Je hebt al leren werken met de iPhone/iPad, maar je wil graag nog meer informatie over dit toestel en er vlotter mee werken. Deze cursus geeft je allerlei tips die het werken met je toestel aangenamer en vlotter maken.

We behandelen meer in detail o.a.:

beheer van foto's (als je toestel vol loopt bv),
Icloud, back-up, meldingen en het berichtencentrum,
het beheer van bestanden en siri.

Concreet: de lessen gaan door van 9.30 tot 12 uur op donderdagen 22, 29 februari, 7 maart. Prijs: € 35

Samsung Android

De cursus leert je de mogelijkheden van Samsung Android. Je leert er vlot mee werken, zodat je ten volle van genieten van dit mooie stukje technologie: het instellen van het toestel, omgaan met apps, surfen en mailen, bellen, adresboek en agenda, multimedia, muziek en foto's.

Concreet: de lessen gaan door van 9.30 tot 12 uur op woensdagen 10, 17, 24, 31 januari, 7, 21 februari. Prijs: € 60

Payconiq, itsme en bankieren op je smartphone

Bankieren op je smartphone, is dat wel veilig? En Payconiq en itsme, wat doen die juist? Kunnen die nuttig zijn voor mij? Heb ik er voordeel bij om die apps te gebruiken? Als je met deze vragen zit, dan zal deze infosessie je zeker helpen. Het is dus geen cursus over het gebruik van de de apps, maar wel een sessie die je zal helpen in je overweging om ze al dan niet te gebruiken.

Concreet: de les gaat door van 9.30 tot 12 uur op donderdag 15 februari. Prijs: € 5

Veilig op het internet

Internet is veel meer dan wat men vaak denkt.

Wat zijn Deepweb en Darkweb? Wat doen activisten op het internet en hoe proberen online oplichters je geld afhandig te maken? Dat en veel andere vragen wordt beantwoord in de korte opleiding "Internetveiligheid". De opleiding is niet technisch en geschikt voor iedereen die Internet gebruikt en e-mails ontvangt. Je leert hoe je eenvoudig valkuilen vindt en hoe je van Internet een veiligere haven kan maken.

Concreet: deze lessen gaan door op zaterdagen 14 en 21 oktober en een tweede reeks op zaterdagen 9 en 16 maart, telkens van 9.30 tot 11.30 uur. Prijs: € 12

VOR

VORMING EN ONDERWIJS
RANST

Vorming en Onderwijs Ranst

CONFERENTIES 2023 – 2024

- 30/10/2023** **MAARTEN BOUDRY**
Waarom ons klimaat niet naar de knoppen gaat
-
- 06/11/2023** **PETER VEREECKE**
Edith Piaf
-
- 13/11/2023** **DOMINIEK DRUART**
Dwars door Centraal-Amerika
-
- 27/11/2023** **MARC ZYS**
De Loge
-
- 04/12/2023** **CYNRİK DE DECKER**
Het turbulente verhaal van Sabena
-
- 08/01/2024** **BRUNO BEECKMAN**
Oekraïne / Rusland: en wij ??
-
- 22/01/2024** **JÜRGEN METTEPENNINGEN**
Paus Franciscus: hoop op toekomst
-
- 05/02/2024** **WALTER CLEMENT**
Hekserij
-

*Telkens om 14 uur / voor IEDEREEN toegankelijk
In GC Den Boomgaard (Polyvalente zaal), Antwerpsesteenweg 43 in Broechem*

Inlichtingen:
secretariaat VOR, Gemeenteplein 25, Broechem
Tel.: 03 475 05 33
Of via Erik Dutoit:
GSM 0495 28 21 08
E-mail: erik.dutoit@pandora.be

**Toegang: € 7 ter plaatse te betalen aan zaalingang
(geen reservaties en geen tickets vooraf)**

VOR Conferenties 2023-2024

De conferenties vinden plaats maandagnamiddag om 14 uur in 'Den Boomgaard', Antwerpsesteenweg 43. Iedereen is welkom, je hoeft dus geen 'lid' van VOR te zijn.

Er is geen voorverkoop. Voor een ticket betaal je € 7 aan de zaalingang.

Coördinatie: Erik Dutoit
GSM 0495 28 21 08
e-mail: erik.dutoit@pandora.be

30 oktober 2023

MAARTEN BOUDRY

Waarom ons klimaat niet naar de knoppen gaat

Precies een halve eeuw geleden voorspelden onheilsprofeten dat de mensheid afstevende op een catastrofe: uitputting van grondstoffen, milieuvervuiling, bevolkingsexplosie, gat in de ozonlaag. Stop de groei, klonk het overal, of de boel ontploft. Maar waarom kregen deze doemdenkers dan ongelijk? Hoe slaagden we erin om al deze rampspoed af te wenden?

In zijn nieuwe pamflet legt filosoof en 'verbeterlijke optimist' Maarten Boudry uit hoe we ons klimaatprobleem kunnen oplossen, zoals we ook eerdere ecologische rampen hebben afgewend. Fossiele brandstoffen maakten ons rijker en welvarender dan ooit tevoren, maar nu is de tijd gekomen om ze vaarwel te zeggen. Dat kunnen we zeker, aldus Boudry.



6 november 2023

PETER VEREECKE

Edith Piaf

Hoewel meer dan 100 jaar geleden geboren, prikkelt de naam van Edith Piaf nog altijd de verbeelding en de harten van heel veel mensen. Ze was klein, haar leven kort en haar amoureuze relaties talrijk. Haar leven begon op de straat, maar ze werd een ster op het wereldtoneel. Toen ze stierf, was ze pas 47 jaar, maar haar kaars had zo intens gebrand dat ze er dubbel zo oud uitzag. Hoe zijn haar leven, carrière en zoektocht naar liefde verlopen? Een intrigerend en inspirerend overzicht doorheen haar grote drama's, vele tegenslagen en kleine mirakels.

13 november 2023

DOMINIEK DRUART

Dwars door Centraal-Amerika

Dominiek Druart maakte een avontuurlijke reis van Colombia naar Mexico. De enorme diversiteit aan natuur en cultuur tussen Zuid- en Noord-Amerika is nauwelijks met woorden te beschrijven: van regen- en nevelwouden tot indrukwekkende hooglanden, langs koloniale stadjes en vulkanische gebieden. Dominiek is onder de indruk van de fascinerende Indianenbevolking met hun mysterieuze cultuur.

Hij heeft kennis gemaakt met de schatten langs de Mayaroute en denkt graag terug aan de tropische stranden en levendige lokale markten.

Kortom, een stuk van de wereld dat hem nooit meer loslaat !

27 november 2023

MARC ZYS

De Loge

Vrijmetselarij is voor velen van ons een mysterieus gebeuren. "De Loge" is dat misschien nog meer.

Marc Zys is gepensioneerd schooldirecteur en lid van de Loge in Antwerpen. Hij is m.a.w. goed geplaatst om ons een duidelijker beeld te schetsen van de rituelen en de symbolische handelingen die tot doel hebben om de broederband te smeden tussen de leden.

Vrijmetselarij is geen godsdienst, geen ideologie, geen sekte. Maar wat is het dan wel?

Na de voordracht kan je vragen stellen.

4 december 2023

CYRIK DE DECKER

Het turbulente verhaal van Sabena

Sabena wordt opgericht op 23 mei 1923. De eerste officiële Sabena-lijnvlucht gaat van Brussel naar Lympe, in het Engelse graafschap Kent, en met enkel post en vracht aan boord. In 1925 landt voor het eerst een toestel van Sabena in Afrika, na een vlucht van maar liefst 51 dagen. Het Afrika-netwerk zal steeds een belangrijk speerpunt zijn van Sabena. In 1947 steekt Sabena voor het eerst de Atlantische Oceaan over richting New York.

Maar financieel gaat het Sabena niet zo voor de wind.

British Airlines, KLM, Air France en Swissair snellen te hulp, maar de aanslagen van 11 september 2001 in de Verenigde Staten brengen de al broze luchtvaartsector nog meer schade toe. Begin oktober gaat Swissair zelf over de kop en Sabena volgt.

Op woensdag 7 november 2001 landt vlucht SN690 uit Cotonou (Benin). Een bijzonder moment, want dit is de laatste vlucht van Sabena.

8 januari 2024

BRUNO BEECKMAN

Oekraïne / Rusland, en wij?

Toen iedereen uit Kiev vertrok, ging hij erheen. Drie weken lang bleef hij koppig de sirenes en de doffe knallen trotseren en verslag uitbrengen. Nu is het even goed geweest. Zijn inschattingsvermogen dreigt hem, zoals elke doordeweekse mens na dagen vol bomalarmen en mortierinslagen, in de steek te laten. Zijn tank heeft een refill nodig. Dus is hij nu even thuis in Boechout. "Nu", dit is april 2023. Hoe het er in januari 2024 zal uitzien, weet op dit ogenblik niemand. Hopelijk veel positiever dan nu het geval is. Zeker is wel dat Bruno een eerstelijns-getuige is van het conflict dat nu al meer dan een jaar gaande is.



22 januari 2024

JÜRGEN METDEPENNINGEN

Paus Franciscus, hoop in de Kerk?

Jürgen Mettepenningen is een Belgisch theoloog, auteur en kerkhistoricus. Hij was even de woordvoerder van aartsbisschop Leonard. Momenteel leidt hij het studiebureau 'CEDER' waar thema's als pluralisme, onderwijs en ethische vraagstukken aan bod komen. Zijn recent boek over Paus Franciscus is de leidraad van de lezing. Of men nu gelovig is of niet, de paus intrigeert velen, omdat hij inspireert op de maat van mens en samenleving: "Zien, oordelen en handelen in een wereld die op hol slaat".



5 februari 2024

WALTER CLEMENT

Hekserij

Clara Goessen, de enige heks die op de brandstapel belandde in Antwerpen, krijgt geen eigen straatnaam. Zelfs een plek op de reservelijst wordt haar niet gegund, tot ontzetting en spijt van stadsgids Walter Clement (65), die nochtans een uitvoerig dossier had voorbereid om Clara hetzelfde eerherstel te geven als wat de stad Lier vorig jaar aan haar 'heksen' gaf.

De vermeende heksen Anneken Faes Brosis, Anna Cops en Cathelyne Van den Bulcke werden in 1590 zwaar gefolterd en tot bekentenissen gedwongen in Lier. Anneken en Anna kregen lichte straffen, maar Cathelyne werd echt op de brandstapel gezet. Lier plaatste al ter nagedachtenis een zogenaamde heksensteen op de Grote Markt, met uitleg, en het college van burgemeester en schepenen gaf haar officieel eerherstel. Walter vertelt er alles over.



Yoga en meer...

HATHA yoga

De beoefening van yoga is goed voor lichaam en geest. Het sleutelwoord in yoga is aandacht. De beoefening van aandacht creëert een geest die rustig en harmonisch is. In het lichaam wordt rust en harmonie ervaren als ontspanning.

De aandacht wordt geoefend in lichamelijke rek- en strekoefeningen, ademhalings- en ontspanningsoefeningen. De beoefening in groep onder begeleiding werkt ondersteunend wat het eenvoudiger maakt om vol te houden.

Deze sessies gaan door in de polyvalente zaal van sporthal Het Loo op maandag van 9 tot 10.30 uur en dinsdag van 9 tot 10.30 uur.

Ze starten op maandag 18 september. De prijs voor een reeks van 30 lessen is € 130.

Inlichtingen over de inhoud van de lessen: 0470 48 86 10

OKIDO yoga

Deze vorm van yoga is geschikt voor jong en oud(er) die graag wil bewegen en zo ook meteen wil werken aan haar of zijn gezondheid op een leuke, dynamische en rustgevende manier.

De lessen gaan door op donderdagavond van 19 tot 20 uur op de yogazolder van het Spijker. De lessen starten op donderdag 21 september. Inlichtingen over de inhoud van deze lessen: 0496 24 58 71

De prijs voor een reeks van 30 lessen is € 130.

MINDFULNESS

Op momenten dat we de meeste stress ervaren, houden we ons meestal vast aan een oordeel, een mening of wat zou 'moeten'. We kunnen leren de dingen te zien en met enige rust en mildheid ernaar kijken. Daardoor behouden we de vrijheid om ermee om te gaan. We ontwikkelen het vermogen om met een open blik naar ervaringen te kijken in het besef dat er altijd ups en downs zullen zijn. We leren tot onszelf te komen en te genieten van dit moment.

Dit programma is geschikt voor iedereen die beter wil omgaan met de uitdagingen van iedere dag en maakt je meer bestand tegen stress, angst, pijn en depressie.

Programma: de inhoud bestaat uit oefeningen en meditaties.

De groepssessies (min. 6 en max. 10 personen) bestaan uit 8 opeenvolgende maandagavonden van 19 tot 21 uur en gaan door op de yogazolder van het Spijker op 2, 9, 16, 23 oktober en 6, 13, 20, 27 november. De prijs voor een reeks van 8 sessies is € 130. Inlichtingen over de inhoud van de lessen: 0470 48 86 10





PILATES

Met respect voor bouw en fysiologie van het lichaam, het zenuwstelsel en het brein, word je aangemoedigd om actief mee te doen en keuzes te overwegen. De samenwerking van geest en lichaam tijdens het uitvoeren van bewegingen en tijdens reflectiemomenten binnen een geborgen sfeer, zorgt voor een individueel leerproces. Het is een bewegingservaring om je gezondheid en veerkracht te boosten. Pilates is toegankelijk voor iedereen, er is geen sportachtergrond vereist. Kledij: vrij, met kousen of blootvoets.

De lessen gaan door op maandag van 10.30 tot 11.30 uur of op vrijdag van 10 tot 11 uur in de parketzaal van de sporthal Het Loo. Je betaalt € 120 voor de lessenreeks (max.10 beoefenaars).

Start lessen: maandag 9 oktober.

Meer inlichtingen op de website: www.somapilates.be

Gsm: 0468 12 43 74

Cursusgeld over te schrijven op de rekening van VOR: BE47 7755 9026 0680 met vermelding van de cursus

Inschrijvingsdagen: zie pagina 2 van deze brochure

**Inlichtingen voor praktische zaken:
Marleen Dillen 0483 16 01 86.**



VOR biedt ook een lessenreeks wijsbegeerte aan.

Waarom filosoferen? Iedereen voelt aan dat in een wereld die 'op zijn kop' staat, men eindeloos zal zoeken naar allerlei zinvolle, zinloze en zelfs gekke oplossingen. En wat is dat opgedrongen spel van dikwijls tegenstrijdige meningen.. dat spel heet kortweg filosoferen. In het dagelijks spraakgebruik wordt de term filosofie gebruikt om elke vorm van wijsheid of levensbeschouwing aan te duiden (zoals in 'iemand's filosofie') of iemands uitgangspunten (zoals in "het sluit niet aan op de filosofie achter het plan"). Het kan voor iedereen een nuttige gelegenheid zijn om dit te verfijnen. Een helder denken kan heilzaam zijn in deze tijd van *fake news* en tegenstrijdige berichtgeving rond oorlogen, spaarboekjes, ziektes. Leren filosoferen is vrijer worden of tenminste niet bedrogen worden door gladde praatjesmakers in de media!

Deze reeks omschrijft het begrip filosofie, ontwaart stromingen doorheen de geschiedenis, duidt en verdiept op een speelse wijze filosofische begrippen. Enkele grote (en soms Vlaamse) denkers worden beknopt en vooral heel eenvoudig toegelicht. Tijdens de les illustreert men een en ander met concrete voorbeelden uit het dagelijks leven, het nieuws van de dag of de realiteit. De enige vereiste is simpel: willen meedenken en aanvaarden dat andere visies de eigen visie kunnen verrijken door ze open en eerlijk te bevragen. De ervaring van de vorige jaren leert dat de deelnemers (jong en oud) door hun inbreng in 'eigen' woorden er een vrolijke leerschool van verdraagzaamheid en zelfkennis van maken.

Deze cursus is een verkennende wandeling door het filosofisch landschap.

1. Wat is filosofie? Wanneer 'filosofeert' men? Zich verwonderen?
2. Waarnemen en denken. Wat 'doen' de hersenen? De ziel?
3. Wat is nuttig en goed? Omschrijvingen van het 'kwade'.
4. Individu en identiteit. Het 'ik' en het 'onbewuste'.
5. Vrijheid en gemeenschap. Plaats van geld en economie.
6. Leren 'eindig' zijn. Is er iets 'eeuwigs' in de mens? Oud worden.
7. Zin en betekenis van het leven. Is het een cadeau? Euthanasie.
8. Drogredenen leren onderscheiden. Omgang met internet.
9. Hedendaagse denkwijzen en gezond verstand. Zwijgen?
10. Eigentijds zijn? Wat is 'woke' en cancel-cultuur? Hoe verder?
11. De filosofie achter de yoga-sutras. Wie was Patanjali?
12. De 'visie' achter bovenzinnelijke ervaringen en voorspellingen.
13. Stoïcijn's of epicuristisch leven. Of zichzelf zijn.
14. Heeft Plato (idealisme) of Aristoteles (realisme) gelijk?

Deze cursus wordt gegeven door F. Mosca-Drieskens. Hij is docent filosofie. Als ethicus studeerde hij geneeskunde en filosofie. Hij was jaren verantwoordelijk voor een alternatief rusthuis in Olen. Hij schrijft en geeft lessen in o.a. stervensbegeleiding en mindfulness. Hij houdt van lekker (Italiaans) eten en flaneren. Hij leert dagelijks bij, vooral door zijn zes kleinkinderen en hun multi-taskende opvoeders.

De cursus wordt gegeven op woensdagen van 20 tot 21.30 uur in het Spijker. Start van de cursus op woensdag 11 oktober.

Prijs: € 110 voor 20 lessen te storten op de rekening van VOR (BE47 7755 9026 0680) met vermelding van naam en emailadres.





“Bloemen geschikt voor elk seizoen, is een rijke bron van inspiratie voor al wie op een creatieve manier wil bezig zijn met materialen uit de natuur, tuin of serre. In elke les leren we stap voor stap om een mooi bloemstuk te creëren.”

Groep 1	woensdag van 9 tot 11.30 uur DATA: 6/9/2023-4/10/2023-8/11/2023-6/12/2023-7/2/2024-13/3/2024-10/4/2024-15/5/2024
Groep 2	woensdag van 19.30 tot 22 uur DATA: 6/9/2023-4/10/2023-8/11/2023-6/12/2023-7/2/2024-13/3/2024-10/4/2024-15/5/2024
Groep 3	donderdag van 19.30 tot 22 uur DATA: 7/9/2023-5/10/2023-9/11/2023-7/12/2023-8/2/2024-14/3/2024-11/4/2024-16/5/2024

Kostprijs: € 45

te betalen op rekening BE47 7755 9026 0680 van VOR met vermelding van naam, adres en groep.

Lesgeefster: Carin Vandoninck GSM 0475 85 49 16.

Vorbereidende vergadering: woensdag 30 augustus om 19.30 uur in de tuinklas bij de pastorie (achteraan Gemeenteplein).

Hobbycursus naaien

Zelf mode maken is een eigentijdse leuke hobby. Patronen, stoffen en kleuren uitkiezen en daar dan in je persoonlijke stijl unieke kleding van maken.

Nog nooit genaaid? Heb je 2 linkse handen? Of wil je de fijne kneepjes van het vak onder de knie te krijgen? Iedereen kan in 't naaiclubje terecht en kiest zelf wat te maken of te herstellen. Je werkt op je eigen tempo en de leerkracht geeft je de nodige hulp en praktische tips.

Prijs: € 165 voor 30 lessen.

Lesgeefster: Brigitte Mestach 0499 35 04 40

De lessen gaan door op maandagen van 19 tot 23 uur, te beginnen op maandag 25 september en op donderdag vanaf 28 september van 9 tot 13 uur in 'De Fakkel' (Gemeenteplein 25, Broechem).

Inschrijven via lesgeefster of tijdens de inschrijvingsdagen (zie pagina 2).





kookcursus 1	dinsdag: 13.30 – 17.30 uur data: 26/09/2023-10/10/2023-28/11/2023-19/12/2023-23/01/2024-27/02/2024-26/03/2024-23/04/2024
kookcursus 2** thematisch koken	woensdag: 9 – 13 uur data: 27/09/2023-11/10/2023-29/11/2023-20/12/2023-24/01/2024-28/02/2024-27/03/2024-24/04/2024
kookcursus 3* voor beginners	donderdag: 18.30 - 22.30 uur data: 28/09/2023-12/10/2023-30/11/2023-21/12/2023-25/01/2024-29/02/2024-28/03/2024-25/04/2024
kookcursus 4	dinsdag: 9 – 13 uur data: 26/09/2023-10/10/2023-28/11/2023-19/12/2023-23/01/2024-27/02/2024-26/03/2024-23/04/2024
kookcursus 5	donderdag: 9 – 13 uur data: 28/09/2023-12/10/2023-30/11/2023-21/12/2023-25/01/2024-29/02/2024-28/03/2024-25/04/2024
kookcursus 6	woensdag: 18.30 – 22.30 uur data: 27/09/2023-11/10/2023-29/11/2023-20/12/2023-24/01/2024-28/02/2024-27/03/2024-24/04/2024
kookcursus 7	dinsdag: 18.30 – 22.30 uur data: 26/09/2023-10/10/2023-28/11/2023-19/12/2023-23/01/2024-27/02/2024-26/03/2024-23/04/2024
kookcursus 8	donderdag: 13.30 – 17.30 uur data: 28/09/2023-12/10/2023-30/11/2023-21/12/2023-25/01/2024-29/02/2024-28/03/2024-25/04/2024

Plaats:

in de keuken van Gemeenschapscentrum “Den Boomgaard”
(via toegangsdeur aan achterzijde, naast de loskade).
Parkeermogelijkheid achteraan op de parking.

Kostprijs: € 55

Maximum 10 cursisten per groep.

Voor de eerste les zorgt de lesgever voor de gezamenlijke aankoop van de ingrediënten.
De kosten worden in de les verdeeld onder de cursisten.

** Culinair de wereld rond. Koken uit alle windstreken.

* Je bereidt toffe en lekkere gerechten uit de dagelijkse keuken en leert:

- voedingsmiddelen verantwoord kiezen, kopen en gebruiken; recepten correct lezen, snijtechnieken toepassen, koken, bakken, braden, stoven, gebruik van de oven;
- in een gezellige sfeer, onder begeleiding per les, enkele gerechtjes klaar te maken en samen op eten en nadien evalueren;
- het uitgewerkte menu, stap voor stap uitgelegd. Je krijgt het mee naar huis, zodat je het ook thuis kan maken.

Reservedata:

dinsdag 28/05/2024
woensdag 29/05/2024
donderdag 30/05/2024

