

CULTUUR

Workshop juwelen Boho Chic

De Boho-look blijft trendy, in deze workshop maak je een halssnoer of armband of oorringen op jouw maat. Kleurig, of toon op toon, het is allemaal mogelijk. Voor deze workshop werken we met glaskralen, rocailles, hangertjes en kwastjes. We werken met vergulde of zilverkleurige metalen, natuurlijk nikkelvrij. Je leert ‘kettelen’, je krijgt tips en tricks en je leert nieuwe materialen ontdekken om de onderdelen netjes aan mekaar te bevestigen. Je hebt voor deze cursus geen voorkennis nodig.

De lesgeefster bezorgt al het materiaal waarmee je zelf je juweel kunt samenstellen. De prijs van het materiaal wordt bepaald door het gekozen model, door de gekozen kleuren en vormen en door het aantal onderdelen, te betalen op de avond van de les.

Waar: VTC de Mixx – lokaal Berghum
Wanneer: woensdag 31 oktober
Uur: van 19 tot 22 uur
Prijs: € 10 lesgeld
Maximum: 8 personen

Workshop juwelen

Leren werken met de loom Initiaal-hanger of Plume-hanger

In deze les leer je werken met de loomtechniek en maak je een trendy hanger van glaskralen. Het voordeel van die techniek is dat je veel sneller kunt werken dan met een peyote-techniek. Je kunt kiezen tussen het Initiaal-patroon of het Plume-patroon. De hanger kun je afwerken met kwast of pompon.

In deze les leer je het frame opstellen, de draad opspannen, het weven zelf, de draad instoppen en de hanger afwerken. Met het weefgetouw kun je trouwens oneindig veel ontwerpen maken zoals armbandjes, oorringen en andere hangers.

Iedereen werkt op een eigen weefgetouw. Het weefgetouw en het materiaal kun je via e-mail bij de lesgeefster ten laatste 2 weken voor aanvang van de cursus bestellen. Bij betaling en afhaling van het materiaal krijgt de cursist een patroon.

Het weefgetouw en het pakket met glaskralen, sluitstukken, garen, ketting, ringetjes en kwastje of pompon kosten samen 20 euro. Het lesgeld is niet in die prijs begrepen. **Het bestelde weefgetouw en materiaal moeten ook bij annulering worden betaald.**

Waar: VTC de Mixx – refter
Wanneer: woensdag 21 november
Uur: van 19 tot 22 uur
Prijs: € 10 lesgeld
Meebrengen: leesbril, indien nodig
Lesgeefster: Britt Vandermeulen - brittvandermeulen@telenet.be
Maximum: 8 personen

Klussen voor beginners, ook voor vrouwen

De cursus is voor de echte beginners.

Een eerste les handelt over “de werkkoffer” Het tweede deel van die avond gaat over de boormachine. De leraar toont de verschillen tussen de boormachines, welke boortjes je voor welk materiaal gebruikt... We boren in hout, steen, tegels, beton... Er komt ook uitleg over de verschillende soorten pluggen.

De tweede les handelt over elektriciteit. Na een korte uitleg, gaan we over tot oefeningen. De leraar heeft verschillende houten bakjes waarop een socket met schakelaar is gemonteerd. Deze moet vervangen worden door een hanglamp, of spotje. Nadien werken we rond het los- en vastmaken van de schakelaar. Er is een oefening over een stopcontact en een verlengdraad.

De laatste les gaat over sanitair. We beginnen met siliconen. Hoe proper maken, hoe verwijderen en hoe opnieuw aanbrengen? Nadien bekijken we een kraan en hoe je die kan vervangen. We bestuderen hoe het water onze woning verlaat via buizenstelsel en sifons. (hoe maak je zo een sifon proper?, wat doe je met een verstopping?). We sluiten die avond af met de stortbak van een toilet. We bekijken hoe die werkt en hoe je die kan repareren.

Waar: VTC de Mixx – lokaal crea plus
Wanneer: dinsdag 30 oktober, 6, 20 november
Uur: van 19.30 tot 22.30u
Prijs: € 50 voor de lessenreeks
€ 6 voor het materiaal (af te rekenen met de lesgever)
Lesgever: Filip Keymeulen
Maximum: 12 personen

Workshop bieren proeven

Nieuwe modeverschijnselen in de Belgische bierwereld: stout / houtlagering / lager alcoholgehalte maar wel hergisting / IPA / versnijbieren

Geen droog verhaal maar veel lekkere proevertjes ter illustratie.

Gegeven door Erik Vandeperre, lector bierkenner en gewezen voorzitter van Onder 't Schuim en Zythos.

Waar: VTC de Mixx – lokaal Blaberg
Wanneer: maandag 8 oktober
Uur: van 19.30 tot 22u
Prijs: € 5
€ 15 voor de bieren (af te rekenen met de lesgever)
Lesgever: Erik Vandeperre
Maximum: 30 deelnemers

Lessenreeks bloemschikken

Na het grote succes van de bloemschiklessen vorig jaar, gaan we verder met een nieuwe reeks. Steeds worden er nieuwe technieken bijgeleerd.

Waar: VTC de Mixx - lokaal crea plus / refter
Wanneer: woensdag 17 oktober: herfstkrans (refter)
woensdag 12 december: kersttafelstuk (crea plus)
Uur: van 19 tot 22u
Prijs: € 5 per les
Lesgeefster: Rita Van Dessel

Meebrengen: 1 week voor de les wordt de materiaallijst en de foto doorgestuurd via e-mail

Maximum: 17 deelnemers

Etiquette en hedendaagse omgangsvormen

“Hoe moet ik mij in deze omstandigheden gedragen? Welke houding, kleding en gedrag worden er van mij verwacht bij verschillende gelegenheden? Hoe moet ik dit feestje organiseren? Welk cadeautje is gepast?” Zijn dit vragen die je bezighouden of wil je je kennis hierover wat aanscherpen, dan is deze voordracht geknipt om duidelijkheid te brengen. We leiden u doorheen de belangrijkste thema's van de moderne etiquette en houden halt bij de speciale momenten (van geboorte tot overlijden) in het leven. Na een korte schets over historiek en belang van allerhande regeltjes, gaan we dieper in op de hedendaagse omgangsvormen met oog op hun praktische toepasbaarheid.

Waar: VTC de Mixx – lokaal Blaberg

Wanneer: maandag 26 november

Uur: van 19.30 tot 22u

Prijs: € 10

Lesgeefster: Sonja Gielen

Maximum: onbeperkt

Digitale fotografie voor beginners

Haal het beste uit uw toestel!

We leren:

- Wat is een fototoestel?
- Waarvoor dienen al die knopjes?
- Wat is een foto? Pixels, RAW- en JPG-bestanden, exif-informatie,...
- Diafragma en scherptediepte
- Wanneer welke sluitertijd gebruiken?
- Lenzen: brandpuntsafstand, lichtsterkte, perspectief
- Welke instellingen voor een landschap, portretten, macro, sport en beweging, dieren, architectuur, straatreportages, geïsoleerde voorwerpen, ...
- Hoe juist belichten in moeilijke omstandigheden? Wanneer en hoe een flitser gebruiken?
- Hoe de achtergrond verdoezelen of juist mooi integreren?
- Filters: UV- / polarisatie- / grijs- / IR- / ND- ...
- Foto's bijsnijden, draaien en de belichting/kleuren/contrast aanpassen, retoucheren, rode ogen wegwerken, omzetten naar zwart/wit, ruisfiltering,...
- Waarop letten bij aankoop/onderhoud van een toestel of lenzen?
- Inspiratie opdoen bij enkele bekende fotografen
- Beginselen van studiofotografie
- Afdrukken: printerinstellingen, papiersoorten,...
- Kennismaking met gevorderde technieken zoals panorama- en HDR-fotografie.

Waar: VTC de Mixx – lokaal Blaberg voor dinsdag (op 23/10 zal de les in lokaal crea plus doorgaan) en lokaal Hessel voor woensdag

Wanneer: dinsdag 18, 25 september, 2, 9, 16, 23 oktober, 6, 13 november

Uur: van 9 tot 11.30u

Of

Wanneer: woensdag 3, 10, 17, 24 oktober, 7, 14, 21, 28 november

Uur: van 20 tot 22.30u

Prijs: € 36 voor de lessenreeks
Lesgever: Theo Serneels (voorzitter fotoclub Shoot & Fun)
Meebrengen: digitaal fototoestel
Maximum: 12 deelnemers

Workshop kantklossen voor volwassenen (dames en heren!)

Je leert de eenvoudige basisslagen van kantklossen en hoe je door de combinatie ervan verrassende resultaten krijgt. Zowel klassieke als moderne kant wordt aangeleerd naar keuze. Reeds na korte tijd kan je je creativiteit de vrije loop laten en je eigen eenvoudige ontwerpjes klossen.

Waar: VTC de Mixx – lokaal Berghum. Op 13 en 27 november in lokaal crea plus
Wanneer: dinsdag 2, 9, 16, 23 oktober, 6, 13, 20, 27 november, 4, 11 december
Uur: van 19 tot 21.30u
Prijs: € 40 voor de lessenreeks
eventuele kleine onkosten af te rekenen met de lesgeefster
Lesgeefster: Christina Van Doorslaer
Maximum: 15 deelnemers
Meebrengen: doosje naaispelden (zonder plastic kopje)

Workshop maken van een hoed in vilt

Een hoed in vilt is een elegant en warm, winter accessoire. Met een passend model en de juiste kleur word je persoonlijkheid in de kijker gezet. In 5 lessen maken we kennis met de basisbewerkingen voor het maken van een hoed. Er is keuze uit verschillende modellen. Laat je creativiteit de vrije loop en je zal verbaasd zijn over het resultaat.

Waar: VTC de Mixx – lokaal Berghum (tijdens dag) – lokaal crea plus ('s avonds)
Wanneer: dinsdag 25 september, 2, 9, 16, 23 oktober
Uur: van 13.30 tot 16.30u
van 19 tot 22u
Prijs: € 25 voor de lessenreeks
Prijs materiaal: de prijs varieert naargelang de gekozen kwaliteit. Gaande van ong. € 20 tot € 30.
Lesgeefster: Marina Segers
Meebrengen: indien je dit hebt: een isomokop, naaigerief, een scherpe schaar, een platte verfborstel (3 a 5 cm), glazen potje, stevig wit lint (ong. 1m lang en 1cm breed) en duimspijkers.
Maximum: 8 deelnemers

Workshop kleinmeubel – restylen met krijtverf ism hobbyshop creatief

Heeft u thuis een leuk meubelstukje staan dat aan vernieuwing toe is, dan is deze workshop echt iets voor u. In deze workshop verven we een klein meubeltje: stoel, bijzettafeltje, nachtkastje, koffertje, oude kader, ... met de Abbondanza krijtverf. Keuze uit vele verschillende kleuren verf en waxen. U dient het meubeltje wel zelf vooraf te ontvetten thuis.(st marc).

Waar: VTC de Mixx – lokaal crea kids
Wanneer: donderdag 8 november
Uur: van 19 tot 22u
Prijs: € 55 (alle materialen inclusief)

Lesgeefster: Petra Geens
Meebrengen: klein meubel (de verf gaat niet uit je kleding, zorg ervoor dat je (verf)kleding aan hebt of schort)
Maximum: 15 deelnemers
Meer info: www.hobbyshopkreatief.be of T 015/75 88 28

Basis Power Point voor beginners

Microsoft POWER POINT is een software programma uit het gekende en veel gebruikte MS OFFICE. POWER POINT is niet alleen een presentatieprogramma, maar je kan er ook een fotoalbum mee maken, een geïllustreerd dagboek, of leuke geanimeerde animaties, ... Deze cursus is voor beginners. Power Point wordt jullie op een leuke en eenvoudige manier aangeleerd, in een reeks van 4 lessen.

Waar: VTC de Mixx – lokaal Blaberg of Hessel (met beamer)
Wanneer: maandag 1, 8, 15, 22 oktober
Uur: van 13.30 tot 15.30u
Prijs: € 16 voor de lessenreeks
Lesgever: Baudouin Maricou
Meebrengen: laptop
Maximum: 15 personen

Lessenreeks olieverf, acryl, aquarel

Je kiest zelf welke techniek je wil aanleren. De lerares begeleid je waar nodig.

Waar: VTC de Mixx – lokaal crea plus
Wanneer: dinsdagnamiddag 2, 9, 16, 23, 30 oktober, 6, 13, 20, 27 november, 4 december
Woensdagavond 3, 10, 17, 24, 31 oktober, 7, 14, 21, 28 november, 5 december
Uur: van 13.30 tot 15.30u
van 19 tot 21u
Prijs: € 40 voor de lessenreeks
Lesgeefster: Anne-Marie Hooyberghs (kunstenares)
Maximum: 12 deelnemers per groep

Lessenreeks tekenen- houtskool, pastel en of kleurpotloden

Al doende leer je verschillende tekenmaterialen en technieken te gebruiken. Teken met potlood, pastel en aquarel zijn mogelijk, ook het onderling mengen van de verschillende tekentechnieken kan. Iedereen wordt volgens eigen kunnen, individueel begeleid.

Waar: VTC de Mixx – lokaal crea plus
Wanneer: maandag 24 september, 1, 8, 15, 22 oktober, 5, 12, 19, 26 november, 3, 10, 17 december
Uur: van 19.30 tot 22u
Prijs: € 48 voor de lessenreeks
Lesgeefster: Conny Augustijnen
Maximum: 10 deelnemers

Lessenreeks vrij haken

Vrije haaklessen voor beginners en gevorderden waar verschillende technieken aan bod komen.

Waar: VTC de Mixx – lokaal crea kids
Wanneer: maandag 8, 22 oktober, 5, 19 november, 10 december
Uur: van 19.30 tot 22u
Prijs: € 20 voor de lessenreeks
Lesgeefster: Phaedra Tanghe
Meebrengen: bolletjes wol en haakpen
Maximum: 12 deelnemers

Workshop kruiden - teelt en gebruik

Iedereen doet al wel eens wat bieslook in een salade of een kruidenboeket in een stoofpot. Hoe begin ik aan een kruidentuintje? Kan ik meer met kruiden dan ze te culinair te verwerken? Deze workshop leert je de basis van een kruidentuin, geeft een overzicht van groene en nuttige kruiden in de tuin. Ook de meervoudige toepassingen van kruiden wordt toegelicht. Lesgeefster is May Leysen, gepassioneerd tuinierster met een kruidig tintje. We kijken over haar schouders mee in haar kruiden-groentetuin.

Waar: VTC de Mixx – lokaal crea plus
Wanneer: woensdag 12 september
Uur: van 19.30 tot 21.30u
Prijs: € 6 lesgeld
Prijs proevertjes: af te rekenen met de lesgeefster
Lesgeefster: May Leysen

WELZIJN

Gratis infosessie “In balans door de kracht van paarden”

Het overkomt iedereen, opeens zit je vast, voel je je niet goed meer in je vel en ben je op zoek naar hulp. Martine De Nys, ervaringsdeskundige en oprichtster van “**IN BALANCE WITH HORSES**”, legt jullie in deze boeiende infosessie uit hoe krachtig de therapeutische werking van paarden is en hoe zij met de inzet van haar paarden hulp kan bieden aan jong en oud.

Ben jij hoogsensitief en heb jij een hart voor dieren?

Heb jij een laag zelfbeeld en weinig zelfvertrouwen?

Voel jij je vaak ongelukkig en neerslachtig?

Kamp je met een burn-out of stress?

Zocht je reeds hulp maar geraak jij er nog steeds niet uit?

Kom dan zeker langs en noteer alvast donderdag 4 oktober in je agenda!

Na de infosessie maak je kans op **1 gratis coaching!**

Waar: VTC de Mixx – lokaal Blaberg
Wanneer: donderdag 4 oktober
Uur: van 19.30 tot 21.30u
Prijs: gratis
Spreekster: martine@inbalancewithhorses.be

Lessenreeks gezonde grenzen (durven) stellen

Ontdekkingstocht naar onze persoonlijke ruimte. Samen, in respect voor ieders eigenheid.

In deze lessenreeks gaan we in een veilige omgeving verder op zoek naar jouw huidige gedragspatroon en overtuigingen en jouw ecologische persoonlijke grenzen.

- hoe blijf je in jouw centrum
- (h)erken jouw persoonlijke grenzen
- (h)erken wanneer je jouw grenzen overschrijdt of schendt
- Medeleven, zonder je te verliezen in de situatie en gevoelens van andere mensen
- Jouw grenzen en die van anderen respecteren
- Gezonde, stevige en flexibele grenzen en verbindende communicatie

Goed kunnen omgaan met grenzen is één van de basisvaardigheden in het leven. Dit gaat om veel meer dan een techniek. Het heeft te maken met ons zelfbeeld, met hoe we kijken naar onszelf en anderen en naar het leven. Het heeft ook te maken met onze overtuigingen, onze persoonlijkheid. Het is belangrijk je eigen grenzen te kennen om ze ook op constructieve wijze te kunnen respecteren en aangeven. Zo kan respectvolle interactie plaatsvinden.

Waar: VTC de Mixx – lokaal Blaberg
 Wanneer: maandag 22 oktober, 5, 12, 19, 26 november, 3 december
 Uur: van 9 tot 11.30u
 Prijs: € 52 voor de hele lessenreeks
 Lesgeefster: Marleen Deboeck
 Maximum: 15 personen

Workshop: Gezonde brooddozen

Leren, groeien, sporten en spelen. Kinderen kunnen heel wat energie gebruiken. Daarvoor is **gezond en gevarieerd eten nodig**. Een **gezonde, gevulde brooddoos** houdt de energie van een kind op het juiste peil, zodat hij of zij aandachtig is en zich kan concentreren in de klas. In deze creatieve workshop steken de kinderen met de ouders/grootouders **de handen uit de mouwen** en maken samen een lekkere, aantrekkelijke en gezonde brooddoos. Een leuke voormiddag vol met tips om het kind een gezonde en leuke lunchbox voor school mee te geven.

Waar: VTC de Mixx – lokaal Hessel Blaberg/Berghum
 Wanneer: zaterdag 15 september
 Uur: 9 tot 11.30u
 Prijs: € 7 (1 flesje water inbegrepen)
 Begeleider workshop: Diëtiste Inne Verbist -
 Elke deelnemer krijgt op het einde een folder over een gezonde brooddoos mee.

Workshop: Omgaan met stress

Merk je dat de alledaagse dingen je steeds meer moeite kosten? Dat kleine dingen soms onoverkomelijk lijken? Dat je snel prikkelbaar bent en emotioneler op dingen reageert? Voel je je doorgaans uitgeput en moe? Dan is deze lezing misschien iets voor jou. Tijdens deze lezing gaan we de veelgebruikte stelling ‘het zit allemaal tussen je oren’ ontcrachten. We focussen op hoe je goed voor je mentale gezondheid kan zorgen. Een lezing vol tips en trics waar je verder mee aan de slag kan.

Waar: VTC de Mixx – lokaal Blaberg
 Wanneer: maandag 1 oktober
 Uur: van 19.30 tot 21.30u
 Prijs: € 7 (1 flesje water inbegrepen)
 Begeleider workshop: Joke Janssens, psychotherapeute

Workshop: “Feel good Food”

Ga jij ook knabbelen als je gestresseerd of verdrietig bent? Stop jij ook weleens iets in je mond zonder dat je het bewust doorhebt?
“Bestaat Feel good Food” echt? Wil je leren hoe je kan omgaan met emotie-eten. Wil je weten hoe je snoep - of eetbuien kan voorkomen? Dan is deze lezing iets voor jou!
Je ontdekt je persoonlijke valkuilen en je ingesleten patronen waardoor je steeds hetzelfde gedrag stelt. Een lezing vol tips en tricks om te stoppen met ongezond snoepen & snacken.

Waar: VTC de Mixx – lokaal Hessel
Wanneer: maandag 19 november
Uur: van 19.30 tot 21.30u
Prijs: € 7 (1 flesje water inbegrepen)
Begeleider workshop: Diëtiste Inne Verbist

Hoe online inschrijven

Ga naar reserveren.demixx.be.

Indien je nog geen gebruikersnaam en paswoord hebt, vraag je deze aan bij de zaalwachter van de Mixx via zaalwachter@herselt.be

Nadat je bent ingelogd, klik je op ‘inschrijven voor activiteiten’. Je kiest vervolgens de workshop van je keuze. Bij foutmeldingen of problemen, kan je steeds contact opnemen via zaalwachter@herselt.be.

Betalingen

Je ontvangt na bevestiging van inschrijving een factuur. Deze factuur dient betaald te worden vóór de aanvang van de module met de gestructureerde mededeling. De inschrijving is pas definitief na ontvangst van de betaling.

Annuleren

Annuleren kan kosteloos tot 7 dagen voor aanvang van de activiteit.

Wanneer je niet aanwezig bent op de workshop maar wel gereserveerd hebt, worden de plaatsen aangerekend. Tenzij tijdig geannuleerd wordt of een doktersattest ten laatste 1 week na de activiteit bezorgd wordt.

Digitaal: reserveren.demixx.be

Via e-mail: cultuur@herselt.be

Meer informatie:

Diane Berghmans – 014/53 90 57

Christel Bervoets – 014/53 90 58

Lut Willems – 014/53 90 56

cultuur@herselt.be