

PROGRAM

*De Verbuys*

RAM

MA

*Januari- Juni 2012*



## INHOUD

---

Activiteiten in 't Werkhuys

Kalender/ 10-11

---

Activiteiten Residenten

Workshops en cursussen/ 12

Kalender/ 48-49

Projecten/ 50

Voorstellingen/ 53

---

't Kaffee/ 55

---

Gezocht/ 56

---

Zaalverhuur/ 57

---

De Antwerpse Cultuurcentra/ 58

---

Praktisch/ 59

---

# VOORWOORD

**Reuzenjaar!**

*De eerste 6 maanden van 2012 denken we enkel in reuze termen*

*U hebt daar toch ook al van gehoord? Alles staat in het teken van de reus.*

*15 September 2012 vieren de reuzen van Borgerhout hun 300ste verjaardag.*

*En dat mag geen gewone verjaardag zijn – dat wordt een reuzeverjaardagsstoet.*

*En omdat jarige reuzen niet graag alleen lopen, doen wij een oproep aan alle reuze fijne mensen met reuze ideeën en fantasieën.*

*Hoe meer reuzen hoe meer plezier! Want iedereen kan een reus maken.....*

*Je hoeft geen deel uit te maken van een vereniging maar heb je geen zin om een reus alleen te maken, mobiliseer je burens, de straat, het clubhuis, familie, kennissen,... en weet dat je er niet alleen voorstaat!*

*'t Werkhuys ondersteunt het project "maak je eigen reus". Bij ons kan je steeds terecht voor info en hulp bij het maken van jouw reus.*

*Laat dit reuzenverhaal vooral niet aan je voorbij gaan. Laat van je horen want het is reuzenfijn om in 't Werkhuys te zijn.*

*De reuzenondersteuners van 't Werkhuys!*

*Activiteiten in 't Werkhuys*

# REUZENJAAR IN BORGERHOUT

## Maak je eigen reus!

**De reuzen van Borgerhout vieren hun 300ste verjaardag. Vier je mee?**

Maak dan je eigen reus! Een muzikale reus, of een sportieve. Een blijde of een boze reus. Alle reuzen stappen mee in de Reuzenstoet van 2012; met elk hun eigen verhaal, jouw verhaal, het verhaal van Borgerhout.

Een reus maak je niet alleen! Werk samen met burens, vrienden, klasgenoten of leden van je vereniging. Je merkt het snel: samen een Reus maken is leuk!

### **Wat moet je doen:**

Snel inschrijven (project loopt al van september 2011),  
Wachten op bezoek van het Reuzenteam dat je een koffer vol tips  
en ideeën geeft, enthousiast aan de slag gaan.

**Hulp nodig? Het Reuzenteam staat klaar!**

*Jij, je vrienden/familie/kennissen en je reus stappen  
op 15/09/12 mee in de Reuzenstoet.*

---

Slaak nu een reuzenkreet, en schrijf je reuzensnel in bij:  
Het Reuzenteam / 0475.455.509 / reus@werkhuys.be  
www.reuzenjaar.be

---

Voor alle info over het REUZENJAAR van Borgerhout:  
één reuzensite [www.reuzenjaar.be](http://www.reuzenjaar.be).

Het Reuzenteam is Anke, Wietse & Ems. De reuzenlocatie voor het project "Maak je eigen reus" is 't Werkhuys.

---

## NOG IN DECEMBER...

**KINDERMATINEE met/door vzw Karton op zondag 11/12/2011**

**STAP FOR LIFE acties voor MFL op vrijdag 16/12/2011**

**KERSTAVOND IN GEZELNSCHAP op zaterdag 24/12/2011**

---

Meer info: check kalender op [www.werkhuys.be](http://www.werkhuys.be)

# VOLXKEUKEN

De Volxkeuken is er elke vrijdag. Jullie worden verwend met lekkere, gezonde, soms exotische, vaak verrassende maaltijden. De Volxkeuken wordt grotendeels gedragen door vrijwilligers die met passie komen koken of een helpende hand toesteken. Voel jij je ook geroepen om deze uitdaging eens aan te gaan? Neem dan zeker contact op met 't Werkhuys! Vaak zorgen we ervoor dat wanneer jullie buiken gevuld zijn, er nog iets cultureels te beleven valt. Gaande van muziek, vertellers, dans en zo veel meer! In 't Werkhuys gaat de liefde voor cultuur immers door de maag!

Voor een maaltijd betaal je €5 en je kan best op voorhand eventjes reserveren om zeker te zijn van een bordje.

*Elke vrijdag om 18u30 in 't Kaffee*

**€5 PER MAALTIJD**

**KOOKBOEKJE VOLXKEUKEN: €2**

**KADOBON VOLXKEUKEN: €5**

*(te bekomen in 't Werkhuys)*

Reserveren of info:

evi@werkhuys.be

0473 13 17 62 / 03 289 72 97



*Noteer alvast in je agenda:*

**Vrijdag 13/01**

**Nieuwjaarsvolxkeuken.**

Beste wensen en een glaasje cava  
*(de 1ste Volxkeuken van 2012!)*

**Vrijdag 03/02**

**Argentijnse Volxkeuken  
en pianoconcert**

door **Maria Schelfmo**

**Vrijdag 17/02**

**Valentijnsvolxkeuken  
(3-gangen menu aan €10)**

**Vrijdag 06/04**

**Paas Volxkeuken**

Voor alle andere vrijdagen:

www.werkhuys.be of check

facebook/ twitter @werkhuys



## PIANOBLUES OP MAANDAG

Elke maandagavond kan je gebruik maken van de piano die in 't Kaffee staat; laat je muzikaal talent horen. Wil je graag repeteren voor een optreden of examen; geef dan een seintje dan reserveren wij de piano voor jou op die bepaalde avond.

Meer info: info@werkhuys.be of 0477/75 32 47

## SPAANS FILO-CAFÉ

Spaanse conversatie voor mensen die hun taal willen uitbreiden en over meer dan “gerechten”, “reizen” en “una cerveza por favor” willen babbelen...

Voor mensen met een hoog niveau Spaans die geïnteresseerd zijn in sociaal-culturele en filosofische thema's...

**Woensdagavonden vanaf 18 januari**

*tussen 20u00 en 22u00 (tot 7/03)*

*in 't Kaffee en/of Literair salon*

**€5 PER SESSIE  
€40 VOOR 8 SESSIES**

Begeleiding: Oskar Gonzalez

Info: 0471/646.046 / oskar\_gonzalez@yahoo.com

# HART LABEUR

Ben jij ook verslaafd aan crocheteren, ouvrages en andere creatieve knutsel-prutsel-frutsel bezigheden? De creatieve zuskes Lot en Lies organiseren iedere dinsdagavond in 't Kaffee het leukste handwerkclubje van 't land. Bovendien is het gratis en toegankelijk voor iedereen! Zit je haak- of breiwerk met haken en ogen in elkaar? Snap je de ballen van't Chinees in patronenboekjes? Je lievelingsbroek zit vol gaten en wordt al eeuwen niet meer gedragen... Hou je van retro bomma jurkjes, frustreert het je ook dat ze altijd te groot zijn? Laat jij je keer op keer verleiden door die prachtige stofjes, maar blijven ze telkens weer onbestemd? Stapelen al je retouchkes zich torenhoog op? Stel je vragen gerust aan de dames van het maakplezier. Of mis je gewoon gezellige klets-kousen tijdens je maakplezier? Volg dan op dinsdagavond de geluiden van ronkende naaimachines richting 't Werkhuys. Naast gezellig tetteren en koffie-klatchen worden hier ook nuttige tips & tricks onder elkaar uitgewisseld. Haak, naai of brei jezelf een verhaal tijdens Hart Labeur. Hopelijk krijgt het zelfgemaakt- virus ook jou te pakken... Vaak worden er nevenactiviteiten gekoppeld aan Hart Labuer, zoals: stoffenverkoop, workshop,... Hou ze zeker in 't oog!

*Elke dinsdag van 20u00 tot 22u00 in 't Kaffee*

**GRATIS!** (Ter beschikking: Bernina naaimachine en overlock)

Begeleiding: de zusjes Lot en Lies Saldien  
Info: [hartlabeur.wordpress.com](http://hartlabeur.wordpress.com) / [hartlabeur@gmail.com](mailto:hartlabeur@gmail.com) /  
[www.berninablog.nl](http://www.berninablog.nl) / Zie ook Naai- en handwerk cursussen >  
Workshop & cursussen (pag. 32 & 33) – Les Gazelles.

## VOOR DE KIDS

Check agenda [www.werkhuys.be](http://www.werkhuys.be) op woensdag.

Meer info: [info@werkhuys.be](mailto:info@werkhuys.be) of 0477/75 32 47

## MATINÉES

Door het succes van de voorgaande edities bieden we ook in 2012 zondagmatinéés aan met een verscheidenheid aan muziekstijlen. Gooi de been-tjes maar los, warm je alvast op en laat je gaan tijdens de komende matinéés: swingen, rocken, meezingers,... Voor elk wat wils!

### *Zondag 22 januari De Ludo's*

Een levende jukebox die gevormd wordt door Jan De Smet en Stoy Stoffelen. Met meezingers op maat van het publiek!

### *Zondag 26 februari Mathieu & Guillaume*

Twee broers die elkaar op vocaal vlak perfect aanvullen. Mathieu als gitarist en gedreven zanger met een zeer warme stem. Guillaume als tweede stem en bespeelt de mondharmonica. Het betere Nederlandstalige lied ligt aan de basis van hun repertoire met een gezonde mix van folk, kleinkunst van de nieuwe generatie en kwalitatieve pop. In de talentenjacht X-Factor 2008 eindigden ze op een verdienstelijke 4de plaats, waarna Maurice Engelen hen onder zijn vleugels nam...

### *Zondag 25 maart Samoerai rockt!*

Hou de kikkerclub in de gaten, want ze zitten vol kikkerkwaad! Enkele liedjes uit de voorstelling Samoerai! brachten hen op een geweldig idee: een heus rockconcert om ter luidst! Meester Qweh-tah-wel staat alvast te head-bangen op de muziek van deze zes grote kleine jongens. Echte rock op maat van kinderen met muziek die pakt. Soms heftig, soms intiem. Teksten over stoute dingen doen, zotte uitvindingen en stomme monsters.

Reserveren of info:

[evi@werkhuys.be](mailto:evi@werkhuys.be)

0473 13 17 62 / 03 289 72 97

*Drie zondagmiddagen om 16 uur.*

*(deuren open om 15u30) – maaltijd om 18u*

*Concert in de theaterzaal / maaltijd in 't Kaffee*

**CONCERT €5 MAALTIJD €7**  
**(BORGERHOUTENAARS: €2 KORTING)**

# GEDICHTENDAG 2012

Gedichtendag is ieder jaar hét poëziefest van Vlaanderen en Nederland. Dit jaar staat het thema 'Stroom' onder stroom. Wim Geysen brengt speciaal voor deze dag een selectie uit zijn werk. Hij leest voor en brengt ook een akoestische versie van enkele van zijn liedjes.

Wim Geysen is auteur en theatermaker. Naast romans, non-fictieboeken en theaterstukken schreef hij de voorbije jaren heel wat gedichten - al dan niet in opdracht van verenigingen als Ouders Van Verongelukte Kinderen, Rondpunt en Pinocchio (brandwondencentrum Neder-Over-Heembeek). Voor Zuiderzinnen schreef hij het prozagedicht 'In Rood', een tekst waarin hij zijn visie op het leven 'verbeeldt'. Voor 't Werkhuys brengt Wim Geysen een selectie uit zijn werk. Hij leest voor en brengt ook een akoestische versie van zijn liedjes.

*Donderdag 26 januari 19u00* **GRATIS**

## FEEST VAN DEN BOOM

Het eerste zonnetje vieren we in 't Werkhuys door onze koer met zomerterras officieel te openen en brengt onze eigenste stadsdichter Peter Holvoet-Janssens een ode aan den boom die dan in bloei en groei staat. Kom mee genieten van muziek, lekker eten, zwoele drankjes, workshops & tentoonstellingen,...

We gooien de deuren open zodat iedereen de kans krijgt om de gezelligheid van 't Werkhuys te komen ontdekken! We sluiten af met een spetterend optreden!

*Dinsdag 1 mei* **GRATIS & MAALTIJD IS €5**



# ERFGOEDDAG

't Werkhuys zet ook dit jaar weer zijn deuren open voor de Erfgoeddag; met als thema 'helden'. We bieden een uitgebreid programma aan voor zowel kinderen als volwassenen. En omdat we in 2012 denken in het reuzenjaar ontbreken ook deze niet tijdens deze dag.

Voor de kids voorzien we een 'knutselateljee' rond wimpels, vlaggen en instrumenten maken. Met onze zelfgemaakte instrumenten, wimpels en vlaggen trekken we naar de Tuinbouwwijk en gaan we op de goede oude manier - als een echte fanfare - de renners aanmoedigen die voorbij vliegen.

Tijdens de knutselworkshop kunnen de ouders genieten van een heerlijk 'ouderwets' ontbijt en luisteren naar vertellingen...nadien vergezellen zij, al supporterend, hun kinderen naar de ten miles.

*Zondag 22 april om 9u30.*

Ateljee is van 9u30 tot 11u00 met aansluitend een optocht naar de Tuinbouwwijk waar de renners van de 10miles zullen passeren.

Alle leeftijden zijn welkom, kids onder de 4 jaar met begeleider.

Meer info over deze dag / prijs en uren: [www.werkhuys.be](http://www.werkhuys.be)

## BORGERRIO

Borgerrio is al aan zijn 6de editie toe! Hét gratis stadsfestival in het teken van diversiteit met zon, lekker eten, mooie dames, exotische geuren, muziek en zo veel meer.'t Kaffee is de ideale plek om even tot rust te komen of de groepen van de parade te zien jammen.

*Zaterdag 23 juni*

*in 't Werkhuys en op en rond de Turnhoutsebaan*

Meer info: [www.borgerhout.be](http://www.borgerhout.be)

## VERWACHT DEZE ZOMER...

Theaterweek voor kids / Hét marktje van 't Werkhuys / Rommelmarkt /  
Vertellersfestival "De Fabulatoriërs" / Peuterweek -> Zie zomerbrochure.

## KALENDER ACTIVITEITEN INT WERKHUYS

### JANUARI

vr	06/01	Geen Volxkeuken
ma	09/01	Pianoblues
di	10/01	Hart Labeur
vr	13/01	Nieuwjaars Volxkeuken
ma	16/01	Pianoblues
di	17/01	Hart Labeur
vr	20/01	Volxkeuken
zo	22/01	Zondagmatinee met De Ludo's
ma	23/01	Pianoblues
di	24/01	Hart Labeur
do	26/01	Gedichtendag 'STROOM' met Wim Geysen
vr	27/01	Volxkeuken
ma	30/01	Pianoblues
di	31/01	Hart Labeur

### FEBRUARI

vr	3/02	Argentijnse Volxkeuken
ma	06/02	Pianoblues
di	07/02	Hart Labeur
vr	10/02	Volxkeuken
zat	11/02	Zills 'n Thrills (een Oosterse belevenis)
ma	13/02	Pianoblues
di	14/02	Hart Labeur
do	16/02	Cultuurkoken (Spanje)
vr	17/02	Valentijns Volxkeuken
ma	20/02	Pianoblues
di	21/02	Hart Labeur
woe	22/02	Monoloog door Marleen Merckx
vr	24/02	Volxkeuken
zo	26/02	Zondagmatinee met "Mathieu & Guillaume"
ma	27/02	Pianoblues
di	28/02	Hart Labeur

### MAART

vr	02/03	Volxkeuken
ma	06/03	Pianoblues
di	07/03	Hart Labeur
vr	09/03	Volxkeuken
ma	12/03	Pianoblues
di	13/03	Hart Labeur
vr	16/03	Volxkeuken
ma	19/03	Pianoblues
di	20/03	Hart Labeur
vr	23/03	Volxkeuken
zo	25/03	Zondagmatinee met "Samoerai rockt!"

ma	26/03	Pianoblues
di	27/03	Hart Labeur
vr	30/03	Volxkeuken

### APRIL

ma	02/04	Pianoblues
di	03/04	Hart Labeur
vrij	06/04	Paas Volxkeuken
ma	09/04	Pianoblues
di	10/04	Hart Labeur
vrij	13/04	Volxkeuken
ma	16/04	Pianoblues
di	17/04	Hart Labeur
do	19/04	Cultuurkoken
vrij	20/04	Volxkeuken
zo	22/04	Erfgoeddag 'Helden'
ma	23/04	Pianoblues
di	24/04	Hart Labeur
vrij	27/04	Volxkeuken
ma	30/04	Pianoblues

### MEI

di	01/05	Feest van den Boom
vrij	04/05	Volxkeuken
ma	07/05	Pianoblues
di	08/05	Hart Labeur
vrij	11/05	Volxkeuken
zo	13/05	Concert met 'gloria' (Vivaldi)
ma	14/05	Pianoblues
di	15/05	Hart Labeur
vrij	18/05	Volxkeuken
ma	21/05	Pianoblues
di	16/05	Hart Labeur
vrij	25/05	Volxkeuken
ma	28/05	Pianoblues
di	29/05	Hart Labeur

### JUNI

vrij	01/06	Volxkeuken
ma	04/06	Pianoblues
di	05/06	Hart Labeur
vrij	08/06	Volxkeuken
ma	11/06	Pianoblues
di	12/06	Hart Labeur
vrij	15/06	Volxkeuken
ma	18/06	Pianoblues
di	19/06	Hart Labeur
vrij	22/06	Volxkeuken
ma	25/06	Pianoblues
di	26/06	Hart Labeur
vrij	29/06	Volxkeuken
za	30/06	Borgherrio

# HEDENDAAGSE DANS *techniek & choreo*

Aan de basis van deze cursus ligt het luisteren naar je lichaam. Je activeert alle lichaamssystemen en verfijnt de waarneming van je materie, structuur, volumes, gewichten, reflexen en krachten om je dans hiermee te voeden. Elke reeks ontwikkelt zich rond een bewegings-thema. Dit thema wordt verwerkt in een choreografie en zoekt naar een gezonde en anatomisch respectvolle organisatie van het lichaam in beweging. Momenten van analyse en exploratie op eigen tempo maken het mogelijk nieuwe bewegingspatronen te verkennen en te integreren. Zo kom je tot een vloeiende, vrije en expressieve dans.

## *Donderdagen vanaf 12 januari*

*Reeks 1: 12, 19, 26 januari / 2, 9, 16 februari / 1, 8, 15, 22, 29 maart*

*Reeks 2: 19, 26 April / 3, 10, 24, 31 Mei / 7, 14 juni*

*in de balletzaal voor alle niveaus van 20u30 tot 22u30*

**REEKS 1: €121 / REEKS 2: €88**

# HEDENDAAGSE DANS *improvisatie*

Deze cursus werkt naar groepsimprovisatie toe. Hij nodigt uit tot ervaringen die de eigen dans verrijken, meer vertrouwen geven en meer keuzemogelijkheden bieden bij improvisatie als instant-creatie. Aan de basis van de cursus ligt het luisteren naar je lichaam. De opwarming activeert alle waarnemingssystemen en maakt je meer bewust van de structuur en kwaliteiten van je lichaam, van in- en uitwendige steunpunten en van de ruimte die je lichaam kan innemen. Met die alertheid ga je improviseren. Aandachtspunten betreffende bewegingsmateriaal, ruimte- en tijdsgebruik leren je bewuster omgaan met de elementen die het groepsverhaal vormgeven en spannend houden. Dit bewustwordingsproces wordt ondersteund door observatie en door bespreking van ervaringen.

## *Maandagen vanaf 9 januari*

*Reeks 1: 9, 16, 23, 30 januari / 6, 13, 27 februari / 5, 12, 19, 26 maart*

*Reeks 2: 16, 23, 30 april / 7, 14, 21 mei / 4, 11 juni*

*in de balletzaal voor alle niveaus van 20u00 tot 22u15*

**REEKS 1: €121 / REEKS 2: €88**

---

Organisatie: Vzw Carte Blanche

---

Begeleiding: Lu Marivoet

---

Inschrijving en info: 03 663 24 08

info@carte-blanche.be /www.carte-blanche.be



# AFRIKAANSE DANS

*(met live percussiebegeleiding)*

Fanny Heuten geeft sinds vele jaren les in verschillende dansscholen en culturele centra. Haar stijl is een persoonlijke distillatie van verschillende stijlen, bewegingen en choreografieën die zij doorheen de jaren leerde en in zich opnam. De West-Afrikaanse invloeden zijn daarbij onmiskenbaar.

Fanny besteedt in haar lessen enerzijds aandacht aan het geaard zijn van de dans, de impulsen, het ritmische gevoel en de isolatie van de bewegingen. Anderzijds is de repetitiviteit van basisbewegingen belangrijk om te komen tot de essentie van Afrikaanse dans: **het opnemen, laten doorstromen en geven van energie. De interactie tussen dansers en muzikanten is zeer belangrijk.**

*Donderdagen vanaf 12 januari*

*Reeks 1: 12, 19, 26 januari / 2, 9, 16 februari / 1, 8, 15, 22, 29 maart*

*Reeks 2: 19, 26 April / 3, 10, 24, 31 Mei / 7, 14 juni*

*19u tot 20u30 (basiservaring), 20u45 tot 22u45 (gevorderden) in de theaterzaal*

**REEKS 1: € 120 (BASIS) / € 156 (GEVORDERDEN)**  
**REEKS 2: € 80 (BASIS) / € 104 (GEVORDERDEN)**

Organisatie: Vzw Carte Blanche

Begeleiding: Fanny Heuten

Inschrijving en info: 03 663 24 08

info@carte-blanche.be / www.carte-blanche.be

# ZANG/NATUURSTEM

Wat mag je verwachten van Bo's zanglessen in natuurstem? Bo Spaenc, componist voor theater, film, televisie en danscompagnieën wil iedereen die zichzelf verder wil ontdekken, leren omgaan met zijn/haar stem. Doel is werken aan je eigen klankkleur, durf en zangexpressie: zingen vanuit de buik. Er wordt gewerkt aan je ademhaling resonerend in je eigen klankkast. De zanglessen vertrekken vanuit het systeem van de raga's (India). Je leert precieze toonafstanden horen, voelen en plaatsen. Je gaat op zoek naar je eigen klank. Je "stemindividualiteit" - met boven-tonen en klankkleuren - wordt naar boven gehaald. Dan wordt een heel nieuwe harmonie gevormd met al deze individuele stemklanken. Het wordt een fascinerend "stemmenhuwelijk"!

*Dinsdagen*

*Reeks 1: 17, 24, 31 januari / 7, 28 februari / 6, 13, 20, 27 maart*

*Reeks 2: 2, 17, 24 April / 8, 15, 22, 29 Mei / 5 juni*

*19u00 tot 20u30 (startgroep)*

*20u30 tot 22u00 (doorwerkgroep)*

*in de danszaal*

**REEKS 1: €90 / REEKS 2: €70**

Organisatie: Vzw Carte Blanche

Begeleiding: Bo Spaenc

Inschrijving en info: 03 663 24 08 / info@carte-blanche.be

www.carte-blanche.be

# FLAMENCO DANS

In de flamencolessen staat naast de onontbeerlijke techniek vooral het dansplezier centraal. Het Flamenco gevoel komt vanuit je buik, het dansen is gecontroleerd en ingehouden en dan weer vurig en passioneel. Deze cursus richt zich naar beginners. Er zal aandacht besteed worden aan voettechniek, armbewegingen, houding, ritme en expressie. Naast techniek ( basispassen, hand - en armbewegingen), leer je de Sevillanas dansen en maak je kennis met andere dansstijlen. Elise De Vliegheer is een veelzijdige dame, ze acteert, zingt én danst! Ze danst in de Gentse flamencofanfare 'La Guardia flamenca' en zingt ze in haar eigen salsa-flamencogroep 'Brrraka' en in het trio ' Villa Flamenco '.

## *Maandagen vanaf 9 januari*

*Reeks 1: 9, 16, 23, 30 januari / 6, 13, 27 februari / 5, 12, 19, 26 maart*

*Reeks 2: 16, 23, 30 april / 7, 14, 21 mei / 4, 11 juni*

*19u00 tot 20u30 (beginners)*

*20u30 tot 22u00 (basiservaring)*

*in zaal zeven*

**REEKS 1: €110 / REEKS 2: €80**

---

Organisatie: Vzw Carte Blanche

---

Begeleiding: Elise De Vliegheer

---

Inschrijving en info: 03 663 24 08 / [info@carte-blanche.be](mailto:info@carte-blanche.be)  
[www.carte-blanche.be](http://www.carte-blanche.be)

# CURSUS HIP HOP

Debbie valt niet onder één noemer samen te vatten. Ze is zowel een professionele danseres, visagiste als styliste. Haar curriculum is te lang om op te noemen. Naast haar klassieke scholing als danseres volgde ze Jazzballet, Hip Hop, Streetdance, RnB, Funky Jazz en Clip-dance.

Ze schoolt zich tevens ook voortdurend bij om nieuwe stijlen (zoals New Style en House Dance) onder de knie te krijgen en volgt vaak nationale en internationale workshops.

Ze geeft lessen hiphop/street en heeft samen met nog 3 andere choreografen/lesgevers een energiek hiphop team opgericht: "Skillz Dancecrew".

## *Donderdagen vanaf 12 januari*

*Reeks 1: 12, 19, 26 januari / 2, 9, 16 februari / 1, 8, 15, 22, 29 maart*

*Reeks 2: 19, 26 April / 3, 10, 24, 31 Mei / 7, 14 juni*

*18u30 tot 19u30 (beginners)*

*19u30 tot 20u30 (basiservaring)*

*in de balletzaal*

**REEKS 1: €82,5 / REEKS 2: €60**

---

Organisatie: Vzw Carte Blanche

---

Begeleiding: Debbie Declercq

---

Inschrijving en info: 03 663 24 08  
[info@carte-blanche.be](mailto:info@carte-blanche.be)  
[www.carte-blanche.be](http://www.carte-blanche.be)



# ARGENTIJNSE TANGO

2 Tangoadepten nodigen je uit op een reis naar Argentinië, bakermat van de tango. Scheep in met je danspartner en laat jullie meevoeren op het zachtgolvende allegro of het schuimkoppende staccato van de tango. Ontdek het plezier van dansen in een innige omhelzing.

*Woensdagen vanaf 11 januari (proefles)*

*19u00 tot 20u15 (beginners)*

*20u30 tot 21u45 (beginners-plus)*

*In de balletzaal*

**€5 VOOR DE PROEFLES / €80 VOOR 10 LESSEN**

---

Organisatie: Vivatango

---

Begeleiding: Suzanne & David

---

Inschrijving en info: [www.bloggen.be/vivatango](http://www.bloggen.be/vivatango)  
[vivatango@hotmail.be](mailto:vivatango@hotmail.be)



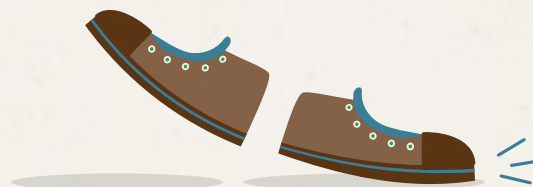
*maak muziek met je voeten*

# TAP TAP DĪ TAPDANS

**Rhythm-tapdans voor kinderen tussen 6 en 9 jaar.**

Wil je graag leren hoe je met je voeten muziek kan maken? Hoe je een ritme kan volgen of er zelf een bedenkt? Tapdansen is ritme, muziek, plezier en drummen met je voeten! Voor deze les hoeft je geen instrument te kunnen spelen en je hoeft niet te kunnen dansen, als je maar tot 8 kan tellen.

Eigen tapschoenen hoeft je niet te hebben. Er staan heuse tap-sandalen voor je klaar. Daarmee kan je kennis maken met de verschillende klanken en bewegingen van het tappen.



*Zaterdagen vanaf 7 januari*

*09u45 tot 10u45*

*In zaal zeven*

**€95, INCLUSIEF GEBRUIK TAPSANDALEN OP MAAT**

---

Organisatie: Divi-Divi

---

Begeleiding: Suzanna Pezo (drama-/mimepedagoog en tapdanseres)

---

Inschrijving en info: [suzanna@divi-divi.net](mailto:suzanna@divi-divi.net) /0487/296.644

# VAN VREUGDEDANS NAAR INNERLIJKE RUST

## *Chakradans voor vrouwen*

Langs de aardende, robijnrode dansbewegingen van je eerste chakra tot de kristalheldere tonen van je zevende chakra glijd je steeds dieper naar jouw eigen dans.

Gedurende zes woensdagavonden gaan we in deze vrouwendansgroep op een zinnenstrelende en speelse manier samen op verkenning. Met haar creatieve aanpak weet Tan thema's als spontaniteit, vrouwzijn, metaphoren, verbondenheid en diepgang tot een harmonisch dansgeheel te verbinden. Dansend ontdek je die plek in jou waar je innerlijke rust en vrouwkracht wonen.

*6 opeenvolgende woensdagen vanaf 1 februari  
van 19u30 tot 21u00*

*In de balletzaal*

**€60 PER REEKS - 6 AVONDEN**

---

Organisatie: de Robijn

---

Begeleiding: Tan Ljungberg

---

Inschrijving en info: [de.robijn8@gmail.com](mailto:de.robijn8@gmail.com) / [www.derobijn.be](http://www.derobijn.be)



# INTEGRALE YOGA

Door middel van fysieke houdingen, ademhaling en aandacht werk je aan bewustwording én evenwicht tussen lichaam en geest. Regelmatige beoefening versterkt je lichaam, maakt je meer soepel en lenig en brengt je terug in balans. Door yoga leer je je eigen lichaam beter kennen, verscherp je je intuïtieve vermogens en kom je dichterbij jezelf te staan. Yoga geeft vernieuwde levenskracht en innerlijke rust. Het voordeel is dat het door 'iedereen' kan beoefend worden, naar eigen vermogen, zonder vergelijken, prestatiedrang of competitie. Je kan dan ook op eender welk moment inspringen.

*Donderdagen van 20u30 tot 22u00*

*Vanaf 12 januari (met uitzondering van schoolvakanties)*

*In de zolderruimte*

**€8 PER LES / €65 VOOR 10 OPVOLGENDE LESSEN**

---

Organisatie: Santosha

---

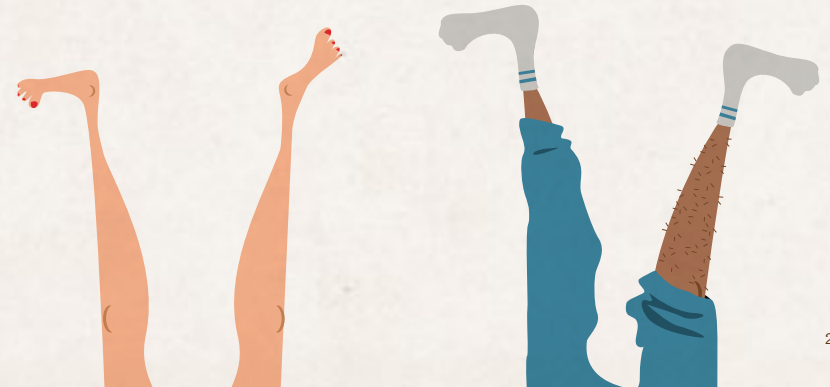
Begeleiding: Veerle De Wilde

---

Inschrijving en info:

0485 92 97 31/ [veerle\\_dewilde@yahoo.com](mailto:veerle_dewilde@yahoo.com)

[www.everyoneweb.com/yoga](http://www.everyoneweb.com/yoga)



# MAANSTEMMER

Antwerpen heeft een stiekem stadskoor.

Het heet 'Maanstemmer'. Het duikt op als een groepje guerilla-strijders: overal en onverwacht. In de wachtzaal van het gemeentehuis, op de roltrappen van een shopping center, in de hal van het Centraal Station. Vocale flashmobs, afgewisseld met verrassende optredens op stadsprojecten (zoals vorig werkjaar bij de opening van het Poetry Festival op de boot van stadsdichter Peter Holvoet-Hansen). Misschien zetten we onze tanden in een groter muzikaal avontuur, met een concertreeks in stadstuintjes bvb. We vliegen erin en zien waar we geraken!

Voor durvers die niet per sé naar de muziekschool hoeven geweest te zijn. Met nieuwe, aanstekelijke en uitdagende muziek. Een uniek, leerzaam en vooral plezant koorproject!

*Maandagavonden vanaf 9 januari (uitgezonderd schoolvakanties)*

*van 20u00 tot 22u00*

*In het literair salon*

**€110 PER JAAR OF €55 PER SEMESTER  
(1STE LES GRATIS PROEFLES)**

---

Organisatie: Maanstemmer

---

Begeleiding: Componist & dirigent Peter Spaepen ([www.peterspaepen.be](http://www.peterspaepen.be))

---

Inschrijving en info: [maanstemmer@peterspaepen.be](mailto:maanstemmer@peterspaepen.be) of [leenvansteen@yahoo.com](mailto:leenvansteen@yahoo.com)

# OEFENGROEP GEWELDLOZE COMMUNICATIE



'Geweldloze Communicatie' is een relatief eenvoudige methodiek die ons kan helpen om relaties op te bouwen en te onderhouden vanuit wederzijds respect.. We nemen bij deze vorm van communicatie volle verantwoordelijkheid voor wat we zeggen met aandacht voor de gevoelens en behoeften van jezelf en de anderen. Hoe eenvoudig de theorie ook is, het concreet toepassen van deze communicatievorm is dat zeker niet. Zowel het waarachtig uitspreken van de eigen gevoelens en behoeftes als het empathisch luisteren vragen heel wat aandacht en oefening.

Tijdens 10 bijeenkomsten oefenen we dit samen en bespreken we situaties. Zo leren we deze taal te integreren in onze dagelijks taalgebruik.

*Tweewekelijks: Zondagen vanaf 8 januari van 9u30 tot 12u15*

*In het literair salon*

**€30 VOOR 10 BIJEENKOMSTEN**

---

Organisatie: Bert Stienaers

---

Begeleiding: Zelfsturende groep

---

Inschrijving en info: 0496 106920



# IERSE STEP DANCE

*Voor jong & oud*

Wil je leren Iers dansen zoals Michael Flatley? Vliegen over het podium met soft shoe dansen en ritmes creëren met de heavy shoe dansen à la Riverdance & Lord of the Dance? Perfect voor de slanke lijn en een mooie houding. Kom langs en doe mee! Nathan is 21e van de wereldkampioenschappen in Dublin en maakt van jou de beste Ierse danser die in je zit. Ben je goed genoeg, dan kan je deelnemen aan competities en optredens.

*Woensdagen vanaf 1 februari 18u00 (jongeren) tot 20u00 (volwassenen)*

*In het tussenlokaal*

**INITIATIE GRATIS / €150 HALF JAAR / € 275 JAAR**

---

Organisatie: Eireann Dance Academy

---

Begeleiding: Nathan Baillieul

---

Inschrijving & info:

[info@eireann-academy.com](mailto:info@eireann-academy.com) / [www.eireann-academy.com](http://www.eireann-academy.com)

# MERIDIAAN CHÌ KUNG

Meridiaan Chi Kung is een reeks oefeningen die het lichaam opent via het meridiaan systeem. Deze reeks bestaat uit 6 basisoefeningen, 6 versterkingsoefeningen en 6 integratieoefeningen.

In de basisreeks die uit 6 oefeningen bestaat leer je de oorspronkelijke trilling en stroom van elke meridiaan opnieuw voelen, dit creëert interne ruimte, bevordert je vitaliteit en vreugdegevoel. Blokkades en toxines worden uit je lichaam verwijderd, interne kracht, pezenkracht, flexibiliteit en een evenwichtige lichaamsstructuur worden opgebouwd.

De oefeningen zijn aangepast aan ieders niveau, hebben onmiddellijk effect op je vitaliteit en kan je makkelijk verder thuis oefenen. Zowel voor beginners als ervaren beoefenaars.

**Instromen of proefles is altijd mogelijk!**

*Vrijdagen van 10u00 tot 12u00*

*vanaf 13 januari (10 lessen, behalve in de krokusvakantie en op 27/01)*

*vanaf 20 april (8 lessen, behalve op 18 & 25 mei)*

*In het tussenlokaal*

**€70 VOOR 5 BEURTEN KAART** (voor lopende cursus van 10 lessen)

**€120 VOOR 10 LESSEN**

**€96 VOOR 8 OPEENVOLGENDE LESSEN**

---

Organisatie: Bewust Bewegen

---

Begeleiding:

Hilde Broeckhove, erkend MCK docent en Tao Instructor

---

Inschrijving en info:

0497 46 92 19/ [hilde.broeckhove@gmail.com](mailto:hilde.broeckhove@gmail.com)/ [bewustbewegen.be](http://bewustbewegen.be)

# FLAMENCO

met Antonio Martinez

Antonio Martinez heeft zeer veel ervaring op gebied van dans: hij trad op in de grootste theaters (bv. Bozar, de Opéra Mauritius in Mauritius, CC's, Muntchouburg e.a.). tevens nam hij deel aan het beroemde Festival de Mont de Marsan, Festival de Wiltz etc. Antonio geeft les, sinds 1990, aan zijn eigen Flamenco school in Brussel, werd uitgenodigd voor verscheidene workshops en tekende niet minder dan 20 choreografiën. Hij wil zijn passie en kennis voor Flamenco dan ook graag doorgeven...

**Op woensdagen vanaf 11 januari**

**Alegrias: 18u00 tot 19u00**

**Zorongo: 19u00 tot 20u00**

**Guajira: 20u00 tot 21u00**

**In zaal zeven**

**€230 VOOR 23 LESSEN**

Organisatie:

Buenos Compases Flamencos asbl

Begeleiding:

Antonio Martinez

Inschrijving en info:

0475 30 69 05

antonio.martinez.flamenco@hotmail.com

www.flamencosomos.com



## YOGA

Wil je op diverse manieren werken aan je fysieke, mentale en emotionele conditie? Dan is de wekelijkse yoga met Paul Schuur misschien iets voor jou.

In zijn lessen nodigt hij je op een dynamische manier uit om bewuster te leven en meer evenwicht en harmonie in je leven te creëren. Er wordt gewerkt met asana's, versterkende en correctieoefeningen, zuiverings- en ademhalingsoefeningen. Ontspanning en meditatie krijgen ook ruim aandacht.

De lessen zijn zowel voor beginners als voor gevorderden.

**Dinsdagen vanaf januari**

**van 20u00 tot 21u30 op de zolderruimte (niet in schoolvakanties)**

**€8 PER LES,  
€70 VOOR 10 OPEENVOLGENDE LESSEN**

Begeleiding:

Paul Schuur / 0486 16 77 87

Inschrijving en info:

0486/167.787

# NIA DANS FITNESS



*Bruis, straal, dans, ervaar, kortom... geniet met Nia !*

NIA combineert dans, krijgskunsten en lichaamsbewustzijn tot een uniek geheel. Deze fusie van oosterse en westerse bewegingsvormen geeft vitaliteit, kracht, soepelheid, ontspanning, creativiteit, lichaamsbewustzijn en heel veel levensvreugde!

Verwen jezelf en kom dansen, bewegen, ervaren, spelen en vooral genieten met NIA!

**Praktisch:** Nia dans je op blote voeten in gemakkelijke losse kledij; je kan op elk moment meedoen en enige ervaring in dans of fitness is niet nodig. Neem wel een flesje water mee.

*Maandagen vanaf 9 januari (niet in schoolvakanties)  
van 20u00 tot 21u00 in de danszaal*

**€10 PER LES of €38 VOOR EEN REEKS VAN 11 LESSEN**

Organisatie & begeleiding: Marianne Schenck

Inschrijving en info: 0488 21 75 44 / marianne.schenck@telenet.be  
www.nianow.com / marianne-schenck

## (nog) YOGA

Aan de hand van lichaams-houdingen, ademhalings-technieken, ontspannings-oefeningen komen we tot innerlijke rust. Door de beoefening van Yoga op de juiste wijze ontstaat een betere gezondheid en meer energie en rust. Een noodzaak in deze gestresseerde tijden.

Rugklachten, hyperventilatie, constipatie, nervositeit, spijsverteringsklachten, slapeloosheid etc. worden verdreven. Er bestaan vele soorten Yoga en de laatste jaren komen er nog vele benamingen bij al dan niet gebaseerd op de oude beproefde systemen. We houden ons niet bezig met ijl zweverig alternatief of sektarisch gedoe. Geen nieuwe uitgevonden Hollywood, Astanga, Dynamische of Power Yoga. Back to the roots. Met beide voeten op de grond. Iedereen welkom!

*Woensdagen vanaf 11 januari  
van 10u00 tot 11u30 in zaal 7*

**€7,5 PER LES,  
€52 VOOR 8 LESSEN**

Organisatie: vzw Algemeen Yogaonderwijs

Begeleiding: David Somers (gediplomeerd Yogadocent)

Inschrijving en info:  
03/658.54.39 / www.yogavzw.be



# KUNG FU

Moderne of traditionele kung fu? Hardlopen, zwemmen of gewoonweg extra beweging? Het uitgangspunt van Xing Long Kung Fu is een correcte lichaamshouding en een goede gezondheid, en daar heeft elke sportbeoefenaar baat bij ongeacht zijn of haar discipline.

We trainen fundamentele kung fu bewegingen, houdingen en technieken. Concreet wordt veel aandacht besteed aan Ji Ben Gong (basis oefeningen), Tan Tui (“verende benen”) en Zhan Zhuang (standtraining). Dit zorgt voor een betere bloedsomloop, ontspannen en correcte lichaamshouding, natuurlijke ademhaling en een verhoogde concentratie.

Naast het trainen wordt veel aandacht besteed aan kung fu familieband door een thuis te creëren voor de studenten, en deze te versterken door organiseren van trainingkampen, reizen,...

*Zondagen vanaf 8 januari  
van 9u00 tot 13u00 in de danszaal*

**€25 PER MAAND / €20 (KINDEREN)**

---

Organisatie: Xing Long Kung Fu vzw

---

Inschrijving en info: [xinglong.kungfu@gmail.com](mailto:xinglong.kungfu@gmail.com)

## SHAKUMA FITNESS AFRO DANCE WORKOUT

Deze danstraining is gebaseerd op Afrikaanse muziek en dansbewegingen. Deze dans laat je lichaam bewegen en je spanningen vrij. Het houdt je in vorm! Alle lichaamsdelen worden tegelijkertijd gebruikt; maar prettig, simpel, intensief en efficiënt. Geen choreografie, maar juist een fijne “work-out”. “Your fitness is my business”.

*Donderdagen van 20u00 tot 21u00 in de danszaal*

**€50 VOOR 10 LESSEN (PROEFLES GRATIS)**

---

Organisatie: King Franky / Francis Abutoh / Shakuma Fitness Afro Dance Workout.

---

Inschrijving en info: 0496/152.036 / [shakumafitness@hotmail.com](mailto:shakumafitness@hotmail.com)  
[www.shakumafitness.com](http://www.shakumafitness.com)

## “NU BEGRIJP IK JE”

*(bijlessen Nederlands voor Polen)*

Korte lessenreeksen van 15 lessen, waar conversatie centraal staat. Wij bieden een aanvullend programma: naast conversatie, worden gelijkenissen en verschillen tussen de Poolse en de Nederlandse grammatica en zinsbouw onder de loep genomen. Waar nodig wordt naar het Pools vertaald.

*Maandag, vrijdag of zaterdag*

**€100 & SYLLABUS AAN €15**

---

Inschrijving en info: 0498/337.943 / [viva-pol@hotmail.com](mailto:viva-pol@hotmail.com)

# BEWUST BEWEGEN

Je neemt de tijd om te luisteren naar je eigen lichaam. Je onderzoekt welke bewegingen er in je schuilen en wat voor een beweging je bent. Wat doet je bewegen en hoe beweeg je dan? Welke dynamiek heb je nodig om je comfortzone te durven verleggen en nieuw bewegingsmateriaal te ontdekken? Door middel van eigen bewegingsmateriaal werk je aan bewustwording van je lichaamstaal. Dit proces wordt ondersteund door observatie, feedback en oefeningen met anderen uit de groep. Je komt zo dichtbij je eigen waarachtige manier van bewegen. De reeks staat open voor iedereen en er is geen ervaring vereist.

**Zaterdag 21/01 - 28/01 - 4/02 - 11/02 - 18/02**  
*van 10u00 tot 12u00 in het tussenlokaal*

**€8 PER LES**

Begeleiding: Lies Heirbaut

Inschrijving en info: 0486/629.585 / [lies.heirbaut@telenet.be](mailto:lies.heirbaut@telenet.be)

## **DRESS YOURSELF** *maak je eigen kledij - basiscursus*

In deze korte cursus leren we naaien. Van niets tot een eerste eigen jurk. e leren de basisvaardigheden: omgaan met de machine, een patroon overnemen en simpele aanpassingen naar eigen maat, knippen en in elkaar stikken: zowel in groep als individueel. Onderweg krijg je een aantal bruikbare basis- en afwerkingstechnieken mee. Wie thuis een stikmachine heeft, mag dat zeker meebrengen!

**Woensdagen vanaf april (18, 25 april, 2, 9, 16, 23 mei)**  
*van 9u00 tot 12u00*

**€75 VOOR 6 LESSEN**

# EEN JURK ALS CANVAS

*Experimenten met textielbewerkingen en prints*

We maken zelf een jurk, die we volledig eigen maken met behulp van een zelfgemaakt printontwerp. Wat is er allemaal mogelijk wanneer we een stof gaan bewerken? Na een beetje onderzoek en experiment, ontwerp je je eigen bedrukking en we kiezen een techniek om deze over te brengen op de jurk. Verschillende manieren van textielbewerken komen aan bod: beschilderen, simpele druktechnieken zoals stempelen, zeefdrukken, stofbewerkingen zoals borduren en applicaties,....

**Woensdagen vanaf april (18, 25 april, 2, 9 mei)**  
*van 13u30 tot 16u30*

**€60 VOOR 4 LESSEN (INCLUSIEF KATOEN EN BASISMATERIAAL)**

## **VERSIERDE HOOFDLINTEN EN DIADEMEN MAKEN**

We laten ons inspireren door voorbije modeperiodes, van de jaren '20 tot de flowerpower jaren, om een versierde diadeem te maken. Of zie je het meer in een elfen- of indianenstijl?

Met behulp van een aantal voorbeelden en een berg materiaal gaan we aan de slag en in een mum van tijd heb je je eigen eenvoudige hoofddekkel klaar.

**Breng materiaal mee dat je aanspreekt.**

Dit kan zijn: van veren en takjes, schelpen, oude Barbie-kleedjes, lintjes, stukjes stof, mooie steentjes, een oud speelgoedautootje,... zolang het niet te groot is!

**Woensdagen vanaf 11 april (11/04 of 16/05)**  
*van 14u00 tot 16u30 in het klaslokaal*

**€25**

Organisatie: Les Gazelles

Begeleiding: Karolien De Belder, kostuumontwerpster en leerkracht naaien.

Inschrijving en info: [zomermaaiklas@hotmail.com](mailto:zomermaaiklas@hotmail.com)

*Danstraining:*

# CONTEMPORARY & MODERN DANCE

*Voor professionele dansers, dansleerkrachten en gevorderde dansers.*

De bedoeling is het lichaam optimaal voorbereiden voor hedendaagse en moderne dans, letsels voorkomen, individuele beperkingen opheffen en grenzen verleggen.

Choreografieën maken en deelnemen aan de “Rayart Dance Company”, behoort tot de mogelijkheden.

Moderne Jazzdans: Op meeslepende jazzritmen, het plezier en de magie van de jazzdans ontdekken, “feelings” gestalte geven. Elke les wordt er een nieuwe choreografie aangeleerd. Vrijdag wordt jazzdans gestoffeerd met hedendaagse en moderne danstechnieken.

***Vanaf 11 januari***

***Maandagen van 9u15 tot 10u30 (danstraining)***

***Woensdagen van 9u15 tot 10u30 (hedendaagse & moderne jazzdans/beginnelingen)***

***Vrijdagen van 9u15 tot 10u30 (hedendaagse & moderne jazzdans/gevorderden)***

***In de danszaal PRIJS: €10/LES - €32/MAAND***

Organisatie: “Het Dansatelier” vzw

Begeleiding: Raymond Verborgt  
(universitair, internationaal dansdocent, danstherapeut & choreograaf + oprichter & choreograaf van ‘Rayart Dance Company’).

Inschrijving en info: 0485 73 19 78 / raymond.verborgt@pandora.be  
www.rayart.be

## TAIJĪ EN TAIJĪ WUXIGONG

Taijiwuxigong® is een eenvoudig en diepgaand systeem voor zelf-genezing, waarvan iedereen al na korte tijd de weldaad kan ervaren. Door beoefening van Taijiwuxigong® kun je gezond en jong blijven, kun je je mentale, sportieve en artistieke prestaties verbeteren en van ziektes genezen. Het doel van Taijiwuxigong® is zelfgenezing en zelf-regulering van lichaam en geest met behulp van drie soorten oefeningen: spontane beweging door gebruik te maken van aardekracht, daoyin en taiji houdingen die specifieke lichaamsdelen oefenen, meditatie (meestal staand).

Resultaten zijn: Versterking van de wervelkolom, afvoeren van ziekteverwekkende factoren (binqi) & verwijderen van fysieke en emotionele spanningen.

***Maandagen vanaf 9 januari (geen les op 25 mei)***  
***10u30 tot 12u00 in de theaterzaal***

**€10 PER LES / €90 VOOR 10-BEURTENKAART**

---

Organisatie & begeleiding: Sofie-Ann Bracke

---

Info en inschrijving: sofieannbracke@gmail.com / 0486 93 11 22



# BOLLYWOODDANS EN INDIAN DANCE

Bollywooddans is een mix van verschillende dansstijlen en wordt gedanst op de muziek van Indiase Bollywoodfilms. Deze uitdagende en verleidelijke dansstijl geeft je ineens ook een totale body work-out.

*Vrijdagen vanaf 6 januari  
Woensdagen vanaf 14 maart*

*Gevorderden: 18u00 tot 19u30*

*Beginners: 20u00 tot 21u30*

*In het tussenlokaal*

**€80 VOOR 10 LESSEN**

---

Organisatie: Pooja Verma

---

Begeleiding: Pooja Verma

Inschrijving en info:

poojaverma\_10@yahoo.com / 0486 92 98 38



## BOVENTONEN IN DE NATUURSTEM ZINGEN VANUIT DE BUIK

Zingen met SA RE GA MA PA DA NI SA

*"The art of true music making is about offering yourself as a gift, in an act of generosity, singing from the heart." - Gilles Petit*

### Natuurstem

Zingen vanuit je buik - Zingen vanuit je hart. Wat zijn boventonen? Hoe maak ik ze vrij in mijn zangstem? Klankkleur - Timbre - Trillingen - Klankkast - Stemontwikkeling - Improviseren

*Maandag 19u00 tot 20u30 (groep 1)*

*Maandag 20u30 tot 22u00 (groep 2)*

*Dinsdag 20u30 tot 22u00 (groep 3)*

*Vanaf 9 januari  
In het tussenlokaal*

**€132 VOOR 11 LESSEN**

## DIDGERIDOO

Adem, daar draait het om, het ligt aan de basis van alles!

Didgeridoo, een verlengstuk van het menselijk lichaam. Het is je luidspreker, de didg vertaalt letterlijk wat je lichaam doet. Het is de moeder van alle windinstrumenten, Adem, daar draait het om, het ligt aan de basis van alles. Didgeridoo is een boventoon-instrument,...

*Dinsdag 19u00 tot 20u30*

*Vanaf 10 januari  
In het muzieklokaal*

**€132 VOOR 11 LESSEN**

---

Organisatie: Art Tout

---

Begeleiding: Jackie Janssens

Inschrijving en info:

info@arttout.be / 0486 14 09 73

www.arttout.be

---

Als je zang en didgeridoo volgt, krijg je de tweede reeks aan de helft van de prijs.

Losse kledij is aangewezen.

# DJEMBÉ *(Kinderen)*

Op een speelse manier leren kinderen vanaf 5 jaar in groep de basis van de djembé. Geen schoolse strengheid, maar gewoon samen leuke muziek spelen met ruimte voor eigen creativiteit. Er is een toonmoment op het einde van de reeks.

*Zaterdagen vanaf 14 januari 11u45 tot 12u30 in het muzieklokaal*

**€75 VOOR 10 GROEPSLESSEN**

# DJEMBÉ *(Volwassenen)*

Elke les leer je nieuwe ritmes, van Afrikaanse jansa tot Braziliaanse samba. Van Indische dans tot hip hop. Notenleer of voorafgaande kennis is niet nodig.

De begeleidende cursus 'Stepping Stones' is ideaal om thuis te oefenen.

*Beginners: 19u00 tot 20u00*

*Gevorderden: 20u00 tot 21u30*

*Donderdagen vanaf 12 januari in het muzieklokaal*

**€99 VOOR 10 LESSEN *(inclusief digitaal cursusboek)***

Begeleiding: Walter Mets

Inschrijving en info:

0484/463.209 / [info@waltermets.com](mailto:info@waltermets.com) / [www.waltermets.com](http://www.waltermets.com)



# FOLK DANS

Wil je leren folkdansen? Op afspraak leren we je de danspasjes van wals, mazurka, polka en schottisch aan. Zij die de danspasjes al onder de knie hebben kunnen met ons meedansen vanaf 20.30 tot +/- 22.15 uur. Rond 21.45 uur wordt er telkens een nieuwe dans aangeleerd.

*Woensdagen vanaf 11 januari (uitgezonderd schoolvakanties)*

*van 19u30 tot 22u15*

*in de Theaterzaal*

**KENNISMAKING GRATIS**  
**€6 PER LES of €20 PER TRIMESTER**

Organisatie: Dansgroep Lange Wapper

Begeleiding:

Katrien van Craenenbroeck

Inschrijving en info: Dansgroep Lange Wapper  
[www.dansgroeplangewapper.be](http://www.dansgroeplangewapper.be) / 0486 53 90 81

# MULTI CIRCUSTECHNIEKEN

Al de verschillende circustechnieken komen hier aan bod. Van acrobatie tot evenwicht (bal, ton, rolla bolla, kabelopen, stelten,...) ook jongleren (balletjes, diabolos, flowersticks,...) en zelfs trapeze en doek voor de iets grotere onder ons.

***Vanaf maandag 9 januari tot 2 juni*** (uitgezonderd schoolvakanties)

*Maandag / 20u30 tot 22u00 / 16 tot 66 jaar*

*Woensdag / 14u00 tot 15u30 / 9 tot 12 jaar*

*Woensdag / 15u30 tot 17u00 / 13 tot 16 jaar*

*in de Theaterzaal*

**€200** (september t/m juni)

---

Organisatie: vzw Kay Fou

---

Begeleiding: Jan Van Berckelaer & Elias Eraerts

---

Inschrijving en info:

info@kayfou.be / 0473 28 08 68 / www.kayfou.be

# ACRO-PORTÉ

Hier vertrekken we van de 4 basisbalansen (vlag-vlieger-bolk-kolom), handstanden en dynamische manipulaties. Deze technieken worden in moeilijkheidsgraad gaandeweg opgetrokken om een zo groot mogelijk aantal balancetechnieken te beheersen. Daarna gaan we ze combineren tot een aantal wervelende reeksen.

***Maandagen vanaf 9 januari tot 2 juni*** (uitgezonderd schoolvakanties)

*19u00 tot 20u30 in de Theaterzaal*

**€200** (september t/m juni)

---

Organisatie: vzw Kay Fou

---

Begeleiding: Jan Van Berckelaer

---

Inschrijving en info:

info@kayfou.be / 0473 28 08 68 / www.kayfou.be



# JESDANS- THEATER

Ritmegevoel, nieuwe bewegingsmogelijkheden, je wordt soepel, sensitief en alert. De fysieke danstraining leidt tot het creëren van een danstheaterpresentatie die we tonen eind juni. Werkvormen die gebruikt worden: Afrikaanse dans, Butohdans, Yoga, Oriëntaalse- Oosterse dans en bewegingstheater technieken. Jes Danstheater kent vele facetten : explosief zowel als ingetogen(contraction-release),groot, klein,krachtig, sensueel,zwaar,licht etc. Er wordt ook gewerkt met live-muziek.

De cursus bestaat uit twee delen : de danstraining,waar iedereen kan aansluiten, zowel beginners als gevorderde dansers, daaruit ontstaat een creatiegroep die verder werkt aan de presentatie.

*Vrijdagen vanaf 20 januari*

*19u30 tot 21u00 / Danstraining*

*21u00 tot 22u00 / Creatie*

*In de danszaal*

---

Organisatie: JesDanstheater

---

Begeleiding:

Choreo Jessy / muzikale begeleiding: Koen, Tom, Nele en Co

---

Inschrijving en info: 0472/399.606 / jesdanstheater@telenet.be

# THEATER- OPLEIDING ACSENT

Theateropleiding Acsent is een driejarige avond en weekendacademie waar in het 1ste jaar de acteertraining centraal staat met een accent op individuele begeleiding.

In het 2de jaar staat het ensemble centraal met een presentatie in een theater. Het 3de jaar staat in het teken van de scheppende kunstenaar wat resulteert in een proces van collectieve creatie. . In 4u/week vormt AcSent een basis waarmee je je zelfstandig in het theater verder kan ontwikkelen.

Voor Acsent is theater de kunst van beweging en ze ziet kunst als middel...

*Dinsdagen*

*19u00 tot 23u00 in de theaterzaal*

---

Organisatie: Acsent

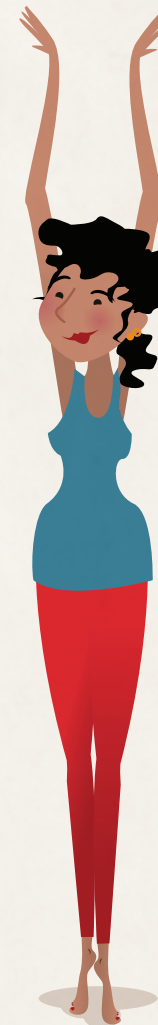
---

Begeleiding: Docenten Acsent

---

Inschrijving en info:

info@acsent.be / www.acsent.be



# BELLY DANCE

## & GIPSY BELLY DANCE FUSION

# ZAMBRA MORA

Kom en geniet van de mysterieuze wereld van Egyptisch buikdansen. Het zal uw zelfvertrouwen, vrouwelijkheid en concentratie verhogen! Welkom!

*Vanaf dinsdag 10 januari*

### **Dinsdag:**

18u00 - 19u00 belly dance (beginners)

19u00 - 20u30 belly dance (middengroep)

20u30 - 22u00 belly dance (middengroep + gevorderden)

### **Donderdag:**

19u00 - 20u30 belly dance (beginners + middengroep)

20u30 - 22u00 gipsy belly dance & zambra mora (middengroep + gevorderden)

### **Zaterdag:**

10u00 - 11u30 gipsy belly dance & zambra mora (middengroep + gevorderden)

11u30 - 13u00 belly dance (beginners)

**Plaats:** tussenlokaal (dinsdag) / zaal 7 (donderdag) / danszaal (zaterdag)

**€125 (10 LESSEN)**

Organisatie & begeleiding: Hayat Dance

Inschrijving en info: 0474 41 56 41 / flowers@terra.com.br /  
www.hayatdance.multiply.com

# WORKSHOP

# CUPCAKES/TAARTEN

Ooit zelf al eens de mooiste taarten willen maken? Dan leer je bij ons alles wat je nodig hebt, yamiemamie miss Lotte gidst je doorheen de wondere wereld van de rolfondant, glitters, parels,... tijdens een 3u durende workshop. Jij bent de beeldhouwer van je eetbare creatie. Cupcakes, taarten, yollies,... alles komt aan bod, we toveren ze om tot prachtige eetbare creaties voor jong en oud!

*Vanaf januari.*

**€40**

info & vragen: [info@yamiemamie.be](mailto:info@yamiemamie.be) / [www.yamiemamie.be](http://www.yamiemamie.be)

**Het yamiemamie boek is er!!!! - feest op een stokje-**



## DYNAMISCHE BEWEGINGSTRAINING

*(Geïnteresseerden kunnen deze workshop ook volgen los van de andere).*

Eén van de vier oriëntatiewerkshops waarin de basistrainingen van de Antwerpse Mime-Studio aan bod komen. Doel van deze training is het continu laten doorstromen van energie in beweging, zowel in de ruimte als in de tijd. Methodisch gezien worden in eerste instantie een aantal grote figuren aangeleerd, dikwijls geïnspireerd op dierlijke beweging. Daarna wordt hiermee geïmproviseerd in continu doorgaande beweging. Dit is een training die gebaseerd is op de vroege werkwijze van J.Grotowski.

***Vanaf maandag 20 februari t/m 24 februari 10u00 tot 17u00***

**€200**

Begeleiding: Martin Hovenaars

## FYSIEK SPEL- EN IMPROVISATIETRAINING

*(Geïnteresseerden kunnen deze workshop ook volgen los van de andere).*

Dit is de laatste van een reeks van vier oriëntatiewerkshops waarin telkens ingegaan wordt op 1 van de basistrainingen van de Antwerpse Mime-Studio.

In deze workshop vaardigheden die nodig zijn om goed te kunnen improviseren getraind, zoals o.a. fysiek en mentaal associëren, spiegelen of imiteren, transformeren. Deze training bevat ook enig stemwerk als voorbereiding op improvisaties met stem en beweging.

***Vanaf maandag 2 april t/m 6 april 10u00 tot 17u00***

**€200**

## AVONDOPLEIDING BEWEGINGSTHEATER *(onder voorbehoud)*

Deze avondopleiding start in het eerste jaar met een introductie van de vier basistrainingen van de Antwerpse Mime-Studio, nl. de analytische- en de dynamische bewegingstraining, de fysieke en psychotechnische acteurst- training, en een spel- en improvisatietraining met inbegrip van stemwerk in functie van improvisatie met stem en beweging. Deze avondgroep staat open voor iedereen die nieuwsgierig en gemotiveerd zijn eigen fysieke expressie- mogelijkheden wil vergroten en uitdiepen.

***Dinsdagen vanaf 10 januari 19u30 tot 21u30 €120 / TRIMESTER***

Organisatie: Antwerpse Mime-studio

Begeleiding: Jan Ruts & assistenten

Inschrijving en info: [mimestudio@scarlet.be](mailto:mimestudio@scarlet.be) / 03 236 37 13

# FYSIEKE EN PSY- CHO- TECH- NISCHE AC- TEURS- TRAI- NING

*(Geïnteresseerden kunnen deze workshop ook afzonderlijk volgen)*

Een oriëntatieworkshop in een reeks van vier, waarin de basistrainingen van de Antwerpse Mime-Studio aan bod komen. In deze workshop worden twee verschillende benaderingen geïntro- duceerd om de 'présence' van de podium- kunstenaar te verhogen, namelijk een fysieke (M.Chekhov) en een innerlijke (C.Stanislavski).

Interessant voor iedereen die iets wil doen t.o.v. een publiek.

***Maandag 2 januari t/m 6 januari,  
van 10u00 tot 17u00***

**€200**



Lees meer op [www.mimestudio.be](http://www.mimestudio.be)

# KALENDER WORKSHOPS EN CURSUSSEN

## MAANDAG

09u15 - 10u30	Danstraining
10u30 - 12u00	Taiji en Taiji wuxigong
19u00 - 20u30	Flamenco (carte blanche - beginners)
20u30 - 22u00	Flamenco (carte blanche - basiservaring)
19u00 - 20u30	Boventonen natuurstem (groep 1)
19u00 - 20u30	Acro-porté
20u00 - 22u15	Hedendaagse dans (improvisatie)
20u00 - 22u00	Maanstemmer
20u00 - 21u00	NIA
20u30 - 22u00	Boventonen natuurstem (groep 2)
20u30 - 22u00	Multi circustechnieken (16-66 jaar)

## DINSDAG

18u00 - 19u00	Belly dance (beginners)
19u30 - 20u30	Belly dance (middengroep)
19u00 - 20u30	Zang / Natuurstem (carte blanche - beginners)
20u30 - 22u00	Zang / Natuurstem (carte blanche - doorwerkgroep)
19u00 - 20u30	Didgeridoo
19u00 - 23u00	Theateropleiding Acsent
19u30 - 21u30	Avondopleiding Bewegingstheater
20u00 - 21u30	Yoga (Paul Schuur)
20u30 - 22u30	Belly dance (middengroep + gevorderden)
20u30 - 22u00	Boventonen natuurstem (groep 3)

## WOENSDAG

09u15 - 10u30	Hedendaagse en moderne jazzdans (beginners)
10u00 - 11u30	Yoga
14u00 - 15u30	Multi circustechnieken (9-12 jaar)
15u30 - 17u00	Multi circustechnieken (13-16 jaar)
18u00 - 22u00	Ierse Step Dance
18u00 - 19u00	Flamenco (beginners)
19u00 - 20u00	Flamenco (middengroep)
19u00 - 20u15	Argentijnse tango (beginners)
20u30 - 21u45	Argentijnse tango (beginners plus)

19u30 - 21u00	Chakradans
19u30 - 22u15	Folkdans
20u00 - 21u00	Flamenco (gevorderden)

## DONDERDAG

18u30 - 19u30	Hip Hop (beginners)
19u30 - 20u30	Hip Hop (basiservaring)
19u00 - 20u30	Afrikaanse dans (carte blanche - basiservaring)
19u00 - 20u00	Djembé volwassenen (beginners)
19u00 - 20u30	Belly dance (beginners + middengroep)
20u00 - 21u30	Djembé volwassenen (gevorderden)
20u00 - 21u00	Shakuma Fitness Afro dance Workout.
20u30 - 22u30	Hedendaagse dans (techniek)
20u30 - 22u00	Integrale Yoga
20u30 - 22u00	Gipsy belly dance & zambra mora (middengroep + gevorderden)
20u45 - 22u45	Afrikaanse dans (carte blanche - gevorderden)

## VRIJDAG

09u15 - 10u30	Hedendaagse en moderne jazzdans
10u00 - 12u00	Meridiaan Chi Kung
18u00 - 19u30	Bollywood & Indian dance (beginners)
19u30 - 21u00	JesDanstheater (danstraining)
20u00 - 21u30	Bollywood & Indian dance (gevorderden)
21u00 - 22u00	JesDanstheater (Creatie)

## ZATERDAG

09u45 - 11u00	Tapdans Kids
10u00 - 12u00	bewust bewegen
10u00 - 11u30	Gipsy belly dance & zambra mora (middengroep + gevorderden)
10u00 - 12u00	Bewust bewegen (5 zaterdagen in januari & februari)
11u30 - 13u00	Belly dance (beginners)
11u45 - 12u30	Djembé kinderen

## ZONDAG

9u00 - 13u00	Kung Fu
9u30 - 12u15	Cursus 'Geweldloze communicatie'

# STADSKLAP

## Inburgering = elkaar leren kennen

Wilt u in contact komen met inburgeraars? Een gesprek voeren over hun dagelijks leven en het uwe? Over opvoeding? Gewoontes? Ervaringen uitwisselen? Neem dan deel aan een Stadsklap.

## Praten over gewoontes, tradities, cultuur

Tijdens Stadsklap wisselt u ervaringen uit met inburgeraars die een cursus maatschappelijke oriëntatie (MO) volgen. Stadsklap is voor sommige inburgeraars het eerste persoonlijke contact met Antwerpenaars of Vlamingen. Indien nodig vertalen onze leerkrachten het gesprek. VormingPlus begeleidt samen met Inburgering Antwerpen de Stadsklapgroepen. Er bestaan verschillende Stadsklap-formules, zowel voor privé-personen als groepen.

## GRATIS

Organisatie: Onthaalbureau Inburgering en Vorming Plus Antwerpen

Meer info:

Marc Bolsens / 0479/136.741 / stadsklap@stad.antwerpen.be

# CULTUURKOKEN

Zin om kennis te maken met andere culturen en hun specialiteiten? We koken samen een heerlijk gerecht waarbij we de nodige kennis omtrent de streek en hoe zij daar koken gaandeweg ontdekken.

Donderdag 16/02 maakt Judith ons wegwijs in de Spaanse keuken en haar lekkernijen. Voor 19/04 is het land nog een verrassing!

**Donderdag 16 februari & 19 april**

*van 10u00 tot 14u00 in buurthuis de Dreipleintjes - Wijnegemstraat 65*

**€3 (reserveren op voorhand)**

Info & reserveren; [evi@werkhuys.be](mailto:evi@werkhuys.be) / 0473 13 17 62 / 03 289 72 97

Organisatie: 't Werkhuys i.s.m. buurthuis de Dreipleintjes

# INLEEFKAMP AFRIKA

*voor kleuters*

De inleefweek vertrekt vanuit het verhaal "Amina's droom", een verhaal over een Afrikaans meisje. Via bewegingsspelletjes, dans, muziek, theater en kookactiviteiten leren we haar cultuur op een speelse en ongedwongen manier kennen. De fantasie in het verhaal stimuleert kleuters in hun eigen ervaringswereld en geeft hen houvast, wat zorgt voor een intensere beleving.

Wie doet er met ons mee?

**Maandag 09 april tot Vrijdag 13 april**

*08u30 tot 16u00 (hele week)*

*mogelijkheid: nabewaking van 16u tot 17u (€2/keer)*

*op de zolderruimte*

**€80 PER WEEK** *inbegrepen koek en drankje*

**Mogelijkheid voor de jongste kleuters: halve dag €50 PER WEEK**

Organisatie: Doenja VZW

Inschrijving en info: Voor kinderen van 3 tot en met 6 jaar.

[www.doenjavzw.be](http://www.doenjavzw.be) of 0499155679 of [doenja.vzw@gmail.com](mailto:doenja.vzw@gmail.com)

## ZILLS 'N THRILLS

Dit evenement is reeds aan z'n 6de editie toe en ook ditmaal zal de Arabische cultuur harmonieus met andere culturen in elkaar overvloeien. U kan zich verwachten aan vernieuwende (buik)dansoptredens door Chebaro's Fusion Dancers, Moya Sukah en Suzy. Muziek wordt verzorgd door DJ & VJ Ftoch Ke, Oriental Lingerie Stand-Up Comedy door de Kazachstaanse Gorchava Davydova, workshop Arabische en Afrikaanse percussie door Joeri Wens, ruil -en handelsbeurs voor (2de hands) danskledij en accessoires (vraag uw stand tijdig aan!).

Tussendoor kan u genieten van een heerlijke mezze, oriëntaalse gerechten en Marokkaanse wijnen. We sluiten de avond af met een intiem concert van Dame Jeanne & Sarah Chebaro.

**Zaterdag 11 februari**

*van 16u00 tot 23u00*

**€10** (reserveren op voorhand)

Info & inschrijven workshop percussie, resrvatie ruil -en handelsbeurs voor danskledij & accessoires: 0485/577.336  
info@sarahchebaro.be

Organisatie:

Een samenwerking tussen Sara Chebaro & 't Werkhuys

www.sarahchebaro.be  
www.joeriwens.be  
www.werkhuys.be

## KEER JE CHAOS BUITEN

In deze 3 workshops doorlopen we 3 thema's die ons vaak stress en chaos bezorgen. Concreet gaat het over: overbodige rommel in je huis, algemene organisatie van het huishouden en je persoonlijke/gezinsadministratie.

Het doel is om je huis leefbaar en gezellig te maken zodat je er tot rust kan komen.

Er wordt vooral gewerkt met situaties ingebracht door de deelnemers.

De opleiding staat open voor zowel mannen als vrouwen die vallen onder de categorie: drukke bezige bijen.

Annelies is 'professional organiser' en gepassioneerd door orde en structuur en zet ze graag haar talent van "praktisch oplossingsgericht inzicht" in.

**Op dinsdagen 6, 13 en 20**

*maart van 19u00 tot 22u00*

**€15 per LES**

Organisatie & begeleiding:  
Mit / Annelies Siemons

Info & inschrijvingen: annelies@organisedbymit.be

## Voorstellingen

### CUCINEMA

Keuken en chaos zijn als water en vuur. Koken vraagt niet alleen om talent, maar ook om organisatie. In "Cucinema" tarten koks en acteurs de gangbare discipline en orde van de professionele keuken. Geraffineerde kooktechnieken worden van tafel geveegd en maken plaats voor een bizarre, maar amusante manier van eten bereiden. In een onvervalste sfeer van cabaret met live piano muziek worden de meeste verrassende gerechten in stijl en à table geserveerd.

**Donderdag 5 april tem zondag 15 april**

*om 19u00 in 't Werkhuys (Let op: op zondag 15 april om 12u30)*

**€22/ €24 (MAALTIJD INBEGREPEN)**

Organisatie: Laika & circo Ripopolo (In samenwerking met de Roma & Laika.)

Inschrijving en info: [www.deroma.be](http://www.deroma.be) / [www.laika.be](http://www.laika.be)

### FAULTY TOWERS – THE DINING EXPERIENCE

**Chaos, hilariteit en herkenbaarheid met Sybil, Basil en Manuel!**

*"...please wait to be seated and don't mention the war...!!!"  
"Senor Fawltly, don't git me! I know nothing!, I am from Barcelona!"*

Je gaat dineren in het hotel en laat je bedienen door Sybil, Basil en Manuel door 's werelds beste imitatoren van het illustere trio uit één van de beste televisiereeks ooit: Faulty Towers. Zij sleuren je mee in de hilarische wereld van het hotel- en restaurant wezen. Geniet van een heerlijk drie gangendiner onder het genot fantastische komedie.

Na het gigantische succes in het Melbourne Festival, het Adelaide Festival en Edinburgh Festival nu in Nederland en België. De nooit opgenomen dertiende aflevering voor televisie wordt werkelijkheid in 't Werkhuys.

**Van vrijdag 4 mei tem zondag 6 mei**

*om 19u00 in 't Werkhuys (Let op: op zondag 15 april om 12u30)*

**€36/ €34 (MAALTIJD INBEGREPEN)**

Organisatie: Interactive Theatre Australia

Inschrijving en info: [www.deroma.be](http://www.deroma.be) / [www.interactivetheatre.com.au](http://www.interactivetheatre.com.au)

# LEVEN IN EEN KRABBENMAND

Een theatermonoloog vertolkt door Marleen Merckx (Simonne uit "Thuis")  
Gebaseerd op een het boek 'Ik ben iemand/niemand' van Guy Didelez & Lieven de Pril.

'Mensen die in de shit zitten kunt ge vergelijken met een mand vol krabben. Iedereen wil eruit, maar zo simpel is het niet. Iedere keer als ge een beetje houvast vindt aan de rand van de mand is er wel een andere krab die zich aan u vasthaakt en uw poot als steun wil gebruiken. Dan wordt ge weer opnieuw de dieperik ingetrokken.'

Armoede zit vaak verborgen achter de gevels. Nochtans is het de realiteit van 1 op 10 mensen. Deze monoloog geeft een inkijk in deze - voor sommigen - onbekende wereld.

**Woensdag 22 februari, 20u00 in 't Werkhuys €5 (MET OMNISTATUUT €2)**

Info & reserveren: [evi@werkhuys.be](mailto:evi@werkhuys.be) / 0473 13 17 62 / 03 289 72 97

In samenwerking met de Gezinsbond Borgerhout.

Een productie van Paljas Produkties in een regie van Jan Verbist.

## CONCERT MET HET "GLORIA" (RV 589)

van Antonio Vivaldi; uitgevoerd door gemengd koor Collegium Cum Splendore, het Drongens Kamerorkest en vocale solisten.

Het gemengd koor Collegium Cum Splendore uit Gent stelt haar interpretatie van het beroemde Gloria (RV 589) van Antonio Vivaldi (1678-1741) voor aan het Antwerpse publiek. Het koor wordt voor de gelegenheid begeleid door het Drongens Kamerorkest en aangevuld met vocale solisten. Het geheel staat onder leiding van Liselotte Sels.

Vivaldi's Gloria is een monument uit de Italiaanse barok en een meeslepend muziekwerk, waarin onder één spanningsboog verschillende expressieve sferen gecreëerd worden, afwisselend door het koor en de solisten.

Het programma van deze namiddag wordt aangevuld met ander instrumentaal en vocaal werk uit de renaissance en barok.

**Zondag 13 mei, 15u00 in 't Werkhuys, theaterzaal & foyer**

**TICKETS: VVK €12 / ADK €15 (onder de 12 jaar gratis / studenten 50% korting)**

Organisatie: Gemengd koor "Colleium Cum Splendore (Gent)

Inschrijving en info: [liselotte.sels@gmail.com](mailto:liselotte.sels@gmail.com) / <https://sites.google.com/site/collegiumcumsplendore>

Reservatie: 0496/377.231 / [Jenny.claus@telenet.be](mailto:Jenny.claus@telenet.be)



**'t Kaffee is elke weekdag geopend van 12u00 tot 00u00**

't Kaffee - gelegen in Borgerhout - is er voor iedereen die houdt van lekker eten, gezellig samen zijn, de krant lezen en veel meer. Voor velen een vaste waarde voor anderen een te ontdekken plek.

Het is dé ontmoetingsruimte voor de buurt & de gebruikers van 't Werkhuys. Maar uiteraard staan onze deuren voor iedereen open.

Omdat wij werken vanuit de gedachte dat alle mensen belangrijk zijn beschouwen wij het Kaffee als het middelpunt tussen zowel de gebruikers, de buurt als toevallige voorbijgangers. Het Kaffee is de ideale plek om na het gebruik van de ruimtes, na een voorstelling in de Roma, bij het ophalen van je kinderen die een workshop circus-technieken, dans,... hebben gevolgd even samen te komen om na te praten of een beetje te ontspannen. Zin om te lunchen; wij bieden een ruim assortiment aan broodjes, soep, croques, salades, pastagerechten en desserts. Ben je met meerdere personen of wil je op vrijdagavond komen eten tijdens de Volkkeuken, geef je bestelling/reservatie dan op voorhand door, dan verlies je geen tijd met wachten. Bij mooi weer kan je genieten van ons prachtig terras tussen de planten op onze binnenkoer.

't Werkhuys is een bib-punt; dagelijks liggen er 3 kranten en verschillende magazines ter inzage.

't Kaffee is niet zomaar een café, maar een wereldcafé; we proberen steeds multicultureel te denken en te handelen. Daarnaast is het de bedoeling om op regelmatige basis een podium te bieden aan beginnend talent. Vanaf september hebben we een nieuw concept; pianoblues op maandag, waar je je pianotalent aan de wereld kan tonen! Hart Labeur, waar getetterd en gehandwerkt wordt, blijft trouw op post op dinsdagavond. Zin in een gezelschapspelleke, er staan er een aantal gratis ter beschikking. Muziek, theater, koken, reuzen, dansen, spelen; er valt veel te beleven in 't Werkhuys / Kaffee. .

We blijven open staan voor elk initiatief dat een bijdrage is op sociaal en/of cultureel gebied.

Tijdens de weekends kan je het Kaffee afhuren voor een babyborrel, verjaardagsfeestje, receptie, om te vergaderen of gewoon samen te komen. (feestjes beperkt tot 22u)

Wil je graag een leuke plek ontdekken in Borgerhout om iets te drinken, eten en op regelmatige basis deel te nemen aan activiteiten, spring dan zeker eens binnen! Wij zijn elke werkdag geopend van 12u00 tot 00u00.

Voor meer info/verhuurvoorwaarden bellen naar Evi (0473/131.762).

# GEZOCHT

## MENSEN DIE GRAAG KOKEN OP VRIJWILLIGE BASIS

Heb je een passie voor koken? Kan je je mannetje staan in de keuken en ontmoet je graag mensen? Dan ben jij de persoon die we zoeken!

Elke vrijdagavond organiseert 't Werkhuys een Volxkeuken waar een gezonde, maar lekkere maaltijd bereid wordt voor een 80-tal mensen. Vaak werken we binnen een land, streek of thema (spanje, sinterklaas, ...) Als je als keukenprins(es) leuke ideeën hebt of je wil graag eens een handje komen toesteken tijdens zo'n Volxkeuken, laat dan zeker iets van je horen!

Meer info: [info@werkhuys.be](mailto:info@werkhuys.be) / 0473 13 17 62 / 03 289 72 97

## FANS

Vind je 't Werkhuys een fantastische plek en wil je ons graag een klein steuntje in de rug geven? Een paar keer per jaar komt 't Werkhuys naar buiten met een affiche of flyers.

Je kan ons helpen door een affiche aan je raam te hangen! Laat zeker iets weten als je dat graag wil doen, dan leggen we ze klaar aan de toog van 't Kaffee of steken we ze in je brievenbus!

Meer info: [info@werkhuys.be](mailto:info@werkhuys.be) / 0473 13 17 62 / 03 289 72 97

## IDEE?

Zit je boordevol ideeën, wil je graag een project uitwerken of try-out geven: kom dan zeker eens langs en dan bekijken we het samen!

# ZAAL VERHUUR

meer info Rita Herremans  
bel 03/289.72.97  
[werkhuys@skynet.be](mailto:werkhuys@skynet.be)

't Werkhuys stelt haar ruimtes ter beschikking aan verenigingen, organisaties en individuele artistieke kelingen. Wil je één van de ruimtes huren, kom dan gerust langs of bel ons om de mogelijkheden te bespreken.

't Werkhuys voorziet enkele flexibele werkruimtes die gebruikt kunnen worden voor lessen, workshops, repetities en vergaderingen. Verder zijn er nog speciale ruimtes o.a. een ruime theaterzaal met podium, 2 dansstudio's en een balletzaal met spiegels en zwevende vloer, een muzieklokaal en een literair salon met comfortabele zachte zetels voor lezingen, filmvertoningen en praatgroepen.

## Wil je zelf een zaal huren?

Voor meer info kan je terecht bij  
Rita Herremans  
bel 03/289.72.97  
of [werkhuys@skynet.be](mailto:werkhuys@skynet.be)

## ONZE RUIMTES

### THEATERZAAL MET PODIUM (186m<sup>2</sup>)

De theaterzaal is gelegen op het gelijkvloers. Ze beschikt over een groot podium, een houten vloer en heeft centrale verwarming. Vier dubbele deuren monden uit naar de foyer en de binnenkoer.

### LITERAIR SALON (69m<sup>2</sup>)

Dit Arabisch ingericht salon is zeer geschikt voor lezingen, workshops en praatgroepen.

### MUZIEKLOKAAL (62m<sup>2</sup>)

Een ruimte met hoge plafonds en een goede lichtinval. Uiterst geschikt voor repetities van muzikanten en andere groepen.

### TUSSENLOKAAL (60m<sup>2</sup>)

Een lichtig dansatelier met spiegels en een zwevende vloer. (voor kleine groepen)

### DANSZAAL (79m<sup>2</sup>)

Een lichtig dansatelier met spiegels met spiegels en zwevende vloer.

### DE ZEVEN (110m<sup>2</sup>)

Langwerpige ruimte met houten vloer en spiegels.

### BALLETZAAL (112m<sup>2</sup>)

Een luchtige dansstudio met spiegels en een zwevende vloer met 2 verplaatsbare dansbaren.

### DE ZOLDER (90m<sup>2</sup>)

Polyvalente ruimte voor workshops, vergaderingen en repetities.

### KLASLOKALEN 1,2 & 3 (33m<sup>2</sup>)

Deze polyvalente ruimte kan gebruikt worden voor workshops, vergaderingen of als leslokaal.

# AANTWERPSE CULTUURCENTRA

## *Cultuurcentrum Berchem (ccBe)*

Driekoningenstraat 126,  
2600 Berchem  
03 286 88 20  
info@ccbe.be  
www.ccberchem.be

## *Cultuurcentrum de Schelde*

De Keyserhoeve 66, 2040 Zandvliet  
03 569 93 54  
ccdeschelde@stad.antwerpen.be  
www.ccdeschelde.be

## *Cultuurcentrum Deurne*

Frans Messingstraat 36, 2100 Deurne  
03 360 85 50  
ccdeurne@stad.antwerpen.be  
www.ccdeurne.be

## *Cultuurcentrum Merksem*

Bredabaan 561, 2170 Merksem  
03 641 62 10  
ccmerksem@stad.antwerpen.be  
www.ccmerksem.be

## *Cultuurcentrum Luchtbal*

Columbiastraat 110, 2030 Antwerpen  
03 543 90 30  
ccluchtb@stad.antwerpen.be  
www.ccluchtbal.org

## *Cultuurcentrum De Kern*

Kern 18, 2610 Wilrijk  
03 821 01 20  
kern@stad.antwerpen.be  
www.ccdekern.be

## *Casa Louisa Hoboken*

Kapelstraat 64, 2660 Hoboken  
03 820 80 46  
casalouisa@stad.antwerpen.be  
www.casalouisa.be

## *Cultureel Ontmoetingscentrum Sint-Andries (CoStA)*

Sint-Andriesplaats 24,  
2000 Antwerpen  
03 260 80 50  
ccandries@stad.antwerpen.be  
www.cosintandries.be

## *Nova Kiel*

Schijfstraat 105, 2020 Antwerpen  
03 259 04 20  
nova@stad.antwerpen.be  
www.nova-kiel.be

## *De Roma*

Turnhoutsebaan 286,  
2140 Borgerhout  
03 292 97 40  
info@deroma.be  
www.deroma.be

## *'t Werkhuys*

Zegelstraat 13, 2140 Borgerhout  
0477 75 32 47  
werkhuys@skynet.be  
www.werkhuys.be

# PRAKTISCH

## *'t Werkhuys*

Zegelstraat 13, 2140 Borgerhout / 03 289 72 97  
Voor inlichtingen, gelieve te bellen tijdens de kantooruren  
(weekdagen van 9u tot 17u).

Rita Herremans

Algemene coördinatie  
werkhuys@skynet.be

Evi Verrijcken

Stafmedewerker  
evi@werkhuys.be

Fien Delbon

Medewerker  
Fien.Delbon@stad.antwerpen.be

Brigitte Darmoise

Keuken

Hedwig Vaes

Kaffee/toog

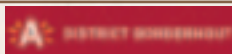
## *COLOFON*

V.U.: Rita Herremans, Zegelstraat 13  
2140 Borgerhout

Samenstelling: Rita Herremans, Evi Verrijcken & Fien Delbon  
Met dank aan Sammy Herremans om alles na te lezen.

Concept en vormgeving: Dennis Kestelle / [www.denniskestelle.be](http://www.denniskestelle.be)

Met de steun van:



## *Bereikbaarheid 't Werkhuys*

### **MET HET OPENBAAR VERVOER**

Tram 10 & 24 – Halte de Roma

Bus 30, 31, 34 & bussen uit de  
richting Turnhout en Lier – Halte  
de Roma

Meer info over de verbindingen met  
het openbaar vervoer vind je op  
[www.delijn.be](http://www.delijn.be)

### **TE VOET**

Ongeveer 25 minuten lopen vanaf  
het Centraal Station

### **MET DE AUTO**

Als u van de Singel komt, draait u aan  
de Stenenbrug richting centrum,  
de Turnhoutsebaan op.  
Na ongeveer 20 meter neemt u  
de eerste straat links, de Zegelstraat.

Zegelstraat 13, 2140 Borgerhout

0477 75 32 47

[werkhuys@skynet.be](mailto:werkhuys@skynet.be)

[facebook.com/werkhuys](https://www.facebook.com/werkhuys)

twitter: @werkhuys

[www.werkhuys.be](http://www.werkhuys.be)