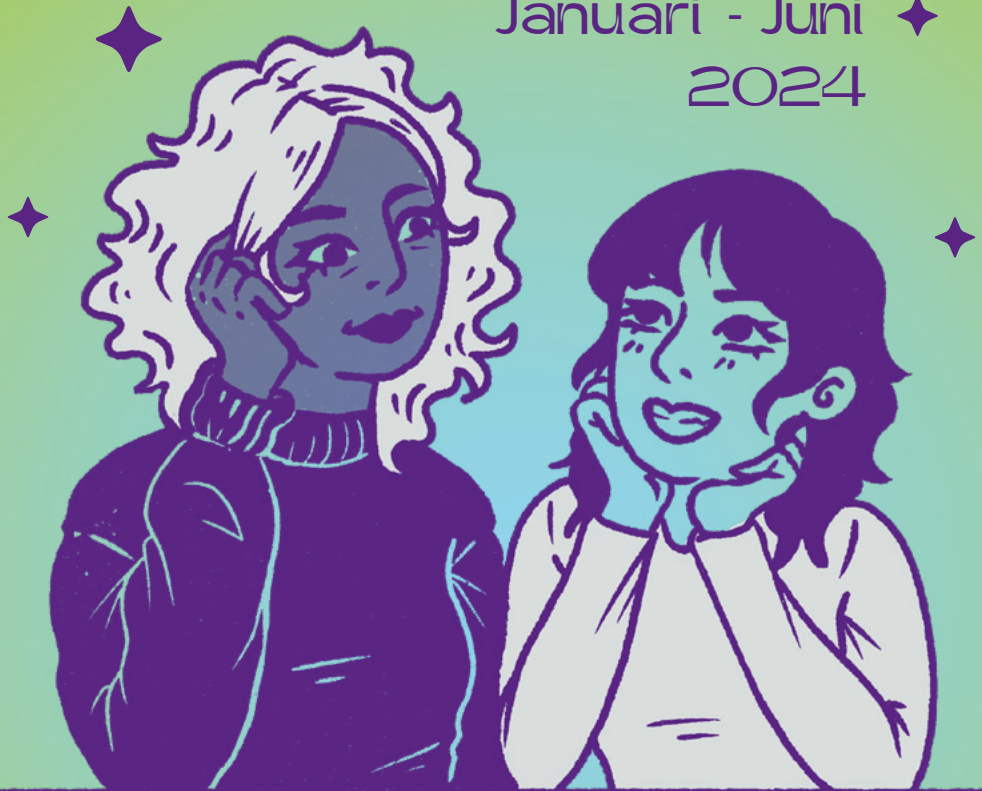


Programma boekje

Januari - Juni ✦

2024



✦ ✦ ✦ ✦ ✦
't Werkhuys ✦ ✦ ✦



Inhoud

Welkom!	2
Wist je dat je in 't Werkhuys...	4
Mensen ontmoeten	6
Interview vrijwilligers Alda en Wendy	10
Cultuurkalender	12
Zaal huren	16
Gratis en goedkoop	18
Verhalen van de wijk	20
Kruiswoordraadsel	22
Voor kinderen en tieners (-15 jaar)	26
Voor volwassenen (+15 jaar)	32
Koken & eten	32
Dansen, sporten & bewegen	34
Yoga & Wellbeing	48
Handwerk & spel	52
Kunst & expo	56
Theater en woord	58
Zang en muziek	62
Praktisch	64
Wie is 't Werkhuys?	65
Hoe bereik je 't Werkhuys?	66
Colofon	69

Welkom!

In dit boekje ontdek je het programma van 't Werkhuys, van januari tot juni 2024.

In 't Werkhuys kan je dansen, sporten, koken, eten, elkaar ontmoeten, en nog veel meer. Er is keuze voor iedereen.

Heb je niet veel geld? Bekijk dan onze pagina met gratis en goedkope activiteiten!

Wat vind je ervan?

Heb je suggesties, opmerkingen, of vragen? Wil je zelf iets organiseren? Spreek ons aan of laat het weten via info@werkhuys.be!



Wist je dat je in 't Werkhuys...

... elke weekdag kan eten met een kansentariaf?

Kom tussen 12:00 en 17:00 naar 't Kaffee en eet gezond voor € 4,5.

... je ook vegetarisch en halal kan eten in ons Kaffee?

Kijk op onze website voor het weekmenu.

... punten kan sparen met je A-kaart?

Alle info op <https://www.antwerpen.be>.

... elke laatste vrijdag van de maand gezellig kan eten, koken of Nederlands oefenen tijdens de Volxkeuken?

Iedereen is welkom!

... elkaar kan ontmoeten en tuinieren in de Samentuin?

Heb je zelf geen tuin? Kom dan zeker langs, leer nieuwe mensen kennen en geniet mee van onze tuin.

... altijd kan komen werken, vergaderen of schrijven in 't Kaffee?

Er is ook gratis wifi. (tWerkhuys-Guests, pasw: GratisInternet).

... gratis kranten en tijdschriften kan lezen in 't Kaffee?

... **oude kleren kan binnenbrengen?** Breng ze naar de Collectie aan de ingang. Info: <http://decollectieantwerpen.be/>



't Werkhuys is er voor iedereen!

Zoek je een zaal?
Nood aan een babbel?
Wil je graag helpen?
Veel ideeën?

Kom langs en wij helpen je graag verder!

Iedereen welkom!

Mensen ontmoeten

♦ 't KAFFEE

't Kaffee is er voor iedereen!

- om te eten: altijd vers, gezond en huisgemaakt
- om te drinken: warm, koud, alcoholisch of niet
- om mensen te ontmoeten, de krant te lezen, te handwerken... **Welkom!**

Mooi weer?

Geniet van ons prachtig terras, in de schaduw van de Boom.

Betalen?

Zowel cash als met de kaart.

Vragen?

Zie www.facebook.com/tWerkhuys, stuur een mailtje info@werkhuys.be of kom langs.

Wanneer?

Maandag tot vrijdag
Van 12:00 tot 23:00
Eten tot 20:00

Reserveren?

Voor groepen vanaf 8 personen

♦ Vrijwilligers

Vrijwilligers zijn heel belangrijk voor 't Werkhuys!

Iedereen kan vrijwilliger worden:

- Jong of oud(er)
- Met en zonder handicap
- Als je Nederlands wil oefenen
- Als je mensen wil ontmoeten
- ...

Wat doe je als vrijwilliger in 't Werkhuys?

- Afwassen 's middags (tussen 11:30 en 15:30)
- Afwassen 's avonds (tussen 17:00 en 20:00)
- Gastheer/gastvrouw 's ochtends (tussen 8:30 en 10:00)
- Koken tijdens de Volxkeuken op vrijdagavond (vanaf 15:00)
- Afwassen tijdens de Volxkeuken op vrijdagavond (om 18:00)
- Klusjes zoals schilderen, lampen vervangen, dingen repareren...
- Helpen in de keuken op weekdays
- Helpen tijdens een event
- In de tuin werken
- Toezicht bij tentoonstellingen
- Flyers en affiches posten

Jij kiest wat je graag wil doen!

Wil je ook vrijwilliger worden?

Kom langs of contacteer Machteld:
machteld@werkhuys.be
03/432.42.10

◆ Samentuin 'Werktuyn'



Werk je graag in de tuin?
Wil je mensen ontmoeten uit de buurt?
Heb je zelf geen tuin?
Ken je alles van planten en groenten?
Zoek je een plek om je groen afval te sorteren?

Achter 't Werkhuys ligt een grote tuin waar jij ook kan komen genieten of tuinieren. De tuin grenst aan de Reizigersstraat en is open voor iedereen. Vrijwilligers uit de buurt maken er een mooie groene oase van met groentjes en fruit. We hebben ook een buurtcompost voor je groen afval.

Contacteer Machteld als je graag wil helpen:
machteld@werkhuys.be
03/432.42.10

Interview vrijwilligers Alda en Wendy



Mooie vriendschappen ontstaan in 't Werkhuys

Vrijwilligers zijn het kloppend hart van 't Werkhuys. Soms worden ze ook echte vrienden. Daarom zetten we graag twee dames in de kijker die elkaar vonden in ons huys.

Alda (72) was op zoek naar vrijwilligerswerk om nieuwe mensen te leren kennen, Wendy (49) wilde zich re-integreren in de maatschappij.

Alda startte een week na Borgerrio 2022, één van Wendy's eerste taken was helpen tijdens Borgerrio.

Welke taken doen jullie in 't Werkhuys?

A & W: Dat varieert van afwassen, afruimen in 't Kaffee, onthaal of helpen bij feestjes en evenementen.

Hoe was jullie eerste ontmoeting?

W: Ons eerste gesprek ging over blauwe ogen. Omdat we allebei vlak voor we begonnen in 't Werkhuys een blauw oog hadden opgelopen. We hebben onze foto's dan vergeleken. (lacht)

A: Ik was ziek geweest, alles kwam eruit, vanvoor en vanachter. Op een bepaald moment voelde ik dat ik moest gaan liggen, maar dan ben ik flauwgevallen. Boenk, op de grond. Heel mijn gezicht zag blauw.

W: Ik was op een avond gevallen met de fiets. Toen ik de foto van Alda zag, dacht ik dat zij ook een ongelukje met de fiets had gehad. (lacht)

A: Die blauwe ogen, dat schepte direct een band.

Wat vinden jullie van het vrijwilligerswerk hier?

A: Voor mij is het soms zwaar, ik heb last van mijn rug als ik lang moet rechtstaan. Voor de rest vind ik het heel boeiend en gevarieerd. Na het werk pak ik soms een Chai Latté, dat maakt alles goed.

Wat zijn jullie beste momenten of mooiste momenten?

A & W: Borgerrio was super tof!

W: Het beste moment is als we klaar zijn met werken! (lacht)

A: Ik vind het leuk dat iedereen mij zo vrolijk onthaald als ik binnenkom. Ik krijg altijd een knuffel en iedereen is blij om je te zien.

Waarom zijn jullie vrienden?

A: Ik zocht vrienden en Wendy zocht affectie. Dat vonden we in elkaar. Het was dus een match made in heaven!

W: Ik word mensen snel beu, maar met Alda kan ik een hele dag samenzitten.

Hebben jullie nog suggesties of nog iets te zeggen?

A: 't Werkhuys is goed bezig!

W: Wij zijn hier graag!



Cultuurkalender

◆ Nieuwjaarsvolxkeuken

Kom klinken op het nieuwe jaar met ons.

Op **vrijdag 19 januari** is iedereen welkom voor een nieuwjaarsvolxkeuken! Onze Raad van Bestuur zorgt voor een heerlijke maaltijd. Om 18u30 eten we samen.

Inclusief gratis glas cava!

Dag	Vrijdag 19 januari
Uur	Om 18u30
Prijs	9 euro (of 4,5 euro kansentarief)
Zaal	't Kaffee
Info	info@werkhuys.be 03 432 42 10

◆ Gedichtendag 25 januari

Elk jaar op Gedichtendag treden de **aspirant -schrijvers, -performers en -muzikanten** van de Academie Borgerhout op in 't Werkhuys. Elk jaar met een nieuw thema.

In 2024 is het thema **THUIS**.

Dag	Donderdag 25 januari
Uur	Om 20:00
Zaal	't Kaffee
Info	info@werkhuys.be, https://www.stedelijkonderwijs.be- /academie-borgerhout-mw

◆ Dag van de Academies

Beleef magische momenten tijdens de dag van de academies 2024.

Alle Antwerpse muziek, woord, dans en beeld academies brengen het beste van zichzelf. Geniet van tentoonstellingen en talrijke optredens.

We zetten dit jaar in op **MAGIE**:

- de magie van het moment, het nu
- het toveren met beelden, woorden, klanken en beweging
- de magie van verbinding

Nodig vrienden, familie en kennissen mee uit. Geniet, ervaar, ga samen op pad langs meer dan 10 magische locaties in Borgerhout.

Dag	Zaterdag 3 februari
Prijs	Gratis
Info	Magie.stedelijkonderwijs.be

◆ Jeugdboekenmaand in maart

In maart is het jeugdboekenmaand. 't Werkhuys doet ook mee met veel leuke activiteiten voor kinderen en tieners tussen 3 en 15 jaar.

Het thema dit jaar is **SPORT** en **SPEL**.

In 't Werkhuys kan je genieten van interactieve vertellingen op woensdag namiddag. Kom gezellig samen spelletjes spelen in 't Kaffee.

Of laat je kapot speelgoed herstellen tijdens het Repair Café!

Verzamel gelukskaarten door mee te doen met activiteiten. Dan mag je aan het Rad van Geluk draaien en win je een Geluksbrenger!

Dag	Maart
Zaal	't Kaffee
Info	info@werkhuys.be 03 432 42 10

◆ Repair Café op 17 maart

Op zondag 17 maart is het opnieuw Repair Café!
Laat je kapotte spullen herstellen: elektro, kledij, fietsen, computers en hout!

Dag Zondag 17 maart
Uur 12:30 - 16:30
Zaal 't Kaffee
Info info@werkhuys.be
03 432 42 10

◆ Feest van den Boom

Op 1 mei vieren we het Feest van den Boom!
Een gratis feest voor jong en oud! Met **workshops**, live **muziek** en een **volxkeuken**.

Dag Woensdag 1 mei
Uur Vanaf 12:00
Zaal Overal in 't Werkhuys
Info info@werkhuys.be
03 432 42 10

◆ Lindy Hop dansavond

Dans je benen los met Lindy Hop, een swingende dans uit de jaren '30!
Op voorhand kan je de juiste passen leren met een **initiatie Lindy Hop** door Dancing Sophie.

Dag Vrijdag 21 juni
Uur Vanaf 19:30
Zaal Theaterzaal
Prijs Gratis
Door Dancing Sophie
Info <https://www.dancingsophie.be/>

◆ Zomerfeest - Volxkeuken juni

We vieren de start van de zomer met een volxkeuken en **gratis optreden!** Onze vrijwilligers die Nederlands oefenen koken nog een laatste keer voor jullie. We eten samen om 18:30. Nadien kan je genieten van een gratis optreden.
Reserveer je bord op voorhand via onze website!

Dag Vrijdag 28 juni
Uur 18:30
Zaal 't Kaffee
Info info@werkhuys.be
03 432 42 10
Reserveren www.werkhuys.be/volxkeuken

Zaal huren

Ben je op zoek naar een zaal voor:

- je vereniging
- individueel
- een repetitie
- een tentoonstelling
- een workshop
- babyborrel of familiefeest
-



Keuze uit meer dan 10 zalen:

- groot of klein
- betaalbaar
- met / zonder spiegels
- met / zonder stoelen – tafels
- met / zonder geluidsinstallatie

Voor dansen, sporten en beweging:

- danszalen met zwevende vloeren + spiegels
- zolder voor 'stille' activiteiten
- mobiele dansbaren



Voor workshops, vergadering, lezing, bijeenkomst:

- klaslokaal met whiteboard, flipover, tafels en stoelen
- foyer met bar
- salon met comfortabele zetels
- muzieklokaal
- beamer en muziekbox ter beschikking

Voor tentoonstellingen, grote evenementen:

- koepelzaal met ophangsystemen en mobiele panelen

Voor theater, circus, grote evenementen:

- theaterzaal met podium
- foyer met bar en keuken

Voor kleine recepties en feestjes:

- Kaffee: enkel te huur op zaterdag en zondag
- een fuif of trouwfeest kan niet

PRAKTISCH

Kijk op www.werkuys.be voor foto's, afmetingen en meer info per zaal.

Wil je één van de zalen huren?
Heb je vragen of suggesties?
Wil je een zaal bekijken?

Contacteer ons:

- via telefoon: 03/432.42.12
- via mail: info@werkuys.be
- via website: <https://www.werkuys.be/zalen>

Gratis en goedkoop

Heb je niet veel geld? Geen probleem!

De maaltijden en drankjes in 't Kaffee zijn niet zo duur. Met kansentariaf eet je soep en een hoofdmaaltijd voor 4,5 euro. Er is altijd gratis water. Je kan ook heel veel activiteiten gratis of met korting doen in 't Werkhuys.

Gratis en leuk? Zet deze activiteiten zeker in je agenda!



Activiteiten voor volwassenen (+15 jaar):

- Mensen ontmoeten
 - Eten en drinken in 't Kaffee
 - Vrijwilliger worden
 - Samentuin 'Werktuyn'
- Cultuurkalender:
 - Nieuwjaarsvolxkeuken op 19 januari
 - Gedichtendag op 25 januari
 - Jeugdboekenmaand in maart
 - Repair Café op 17 maart
 - Feest van den Boom op 1 mei
 - Zomerfeest en volxkeuken op 28 juni
 - Lindy Hop dansavond op 21 juni
 - Zomerfeest en volxkeuken op 28 juni
- Koken en eten
 - Volxkeuken als taal oefenkans (laatste vrijdag van de maand)
 - Buurtmaaltijden en gratis water in 't Kaffee
- Dansen, sporten en bewegen
 - Alle lessen van Sport en Beweeg Mee
- Handwerk en spel
 - Playtime: gezelschapsspelletjes spelen in 't Kaffee
 - Boho kaarters: samen kaarten in 't Kaffee
- Kunst en expo
 - Art Club Borgerhout voor jongeren op maandag
 - Gratis tentoonstellingen in de Koepelzaal
- Muziek en zang
 - Luisterplezier op maandag
- Theater en woord
 - Samen Lezen op dinsdag
 - Boeken en proosten op woensdag

Iedereen is welkom in 't Werkhuys!

Verhalen van de wijk

- Woon je al lang in Borgerhout?
 - Weet je veel over deze buurt?
 - 't Werkhuys verzamelt verhalen van de wijk en de geschiedenis van Borgerhout!
- Deel je verhaal met ons!



We spraken al met enkele buurtbewoners, waaronder **Guy Van Soon**, geboren in Borgerhout in 1943. Hij zag de straten veranderen met de jaren. Zijn vader werkte als meubelmaker in de Sint Jansstraat, maar Guy interesseerde zich meer in kunst en literatuur. Guy schreef verschillende **gedichten over zijn jeugd** en over Borgerhout. Wij delen graag Hartslag, gepubliceerd in zijn bundel Het Licht achter de Deur. In zijn teksten doorschemert zijn vrijzinnige geest.



Wil je ook een verhaal delen?
Contacteer Machteld:
machteld@werkhuys.be
03 432 42 14

HARTSLAG

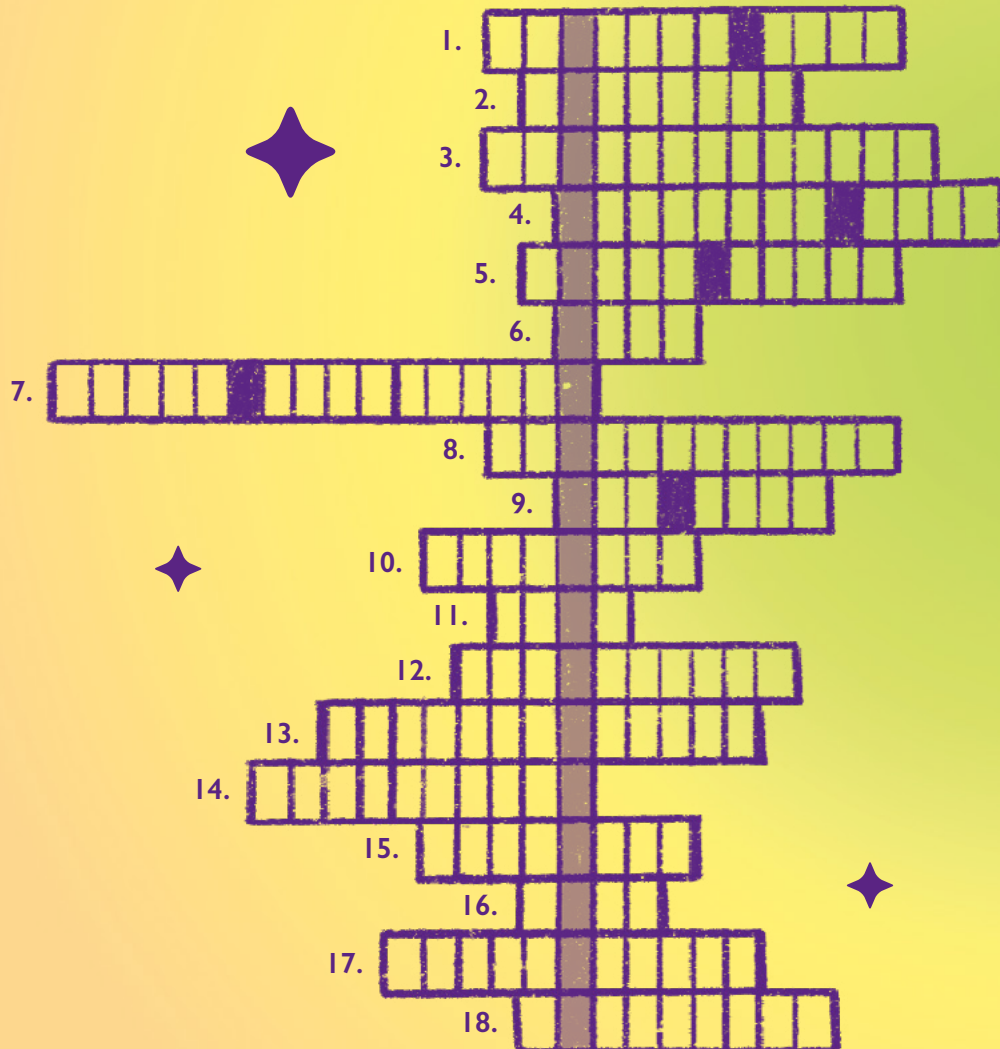
Het huis lag tegen de muur aan van een oude, nu gesloten bioscoop, dat waren toen de schitterende tempels waar geluk te koop was, voor anderhalf uur; de donkere zalen als een paleis van illusies, gordijnen als fluwelen golven, een onwerelds licht dat uit de plaasteren schelpen langs de muren werd geprojecteerd, met namen en affiches die spraken van verleiding en verderf, Luxor, Roma, Victory, ze leerden ons wat liefde was. Mijn vader keek mij aan alsof ik ongewild een vorm van pijnlijke herinnering betekende en dronk zijn koffie koud en zwart als een symbool van spaarzaam leven. 's Avonds kijkt hij naar een voetbalmatch en zit zich op te winden over buitenspel, maar twee uur later ligt hij bij gebrek aan zuurstof in een ziekenhuis en mediteert over het falen van de politiek en dat de zomer hem bedrogen heeft.

Guy van Hoof

Kruiswoordraadsel

Speeltijd!

Vind jij het woord dat we zoeken?
Breng deze pagina met de oplossing mee naar het
Feest van den Boom op 1 mei 2024.
Misschien win je er een mooie prijs mee!



Naam:

Emailadres:

Oplossing:

1. Je kan hier je kapotte spullen laten herstellen, 2 keer per jaar in 't Werkhuys.
2. Hoe heet onze collega die de communicatie en vrijwilligerswerking doet?
3. Hoe heet de maaltijd die je voor 4 euro kan eten met kansentarief?
4. Een populair gerecht op ons menu dat al heel lang meegaat.
5. Een ander woord voor onze plasticen tafelkleedjes.
6. Zo wordt je hier ontvangen door ons.
7. Zij haken en breien elke maandagnmiddag in 't Kaffee.
8. Zonder hen zou er geen Werkhuys zijn!
9. Kunstatelier met jongeren in 't Werkhuys.
10. Zo heet onze Samentuin aan de Reizigersstraat.
11. Deze staat op onze binnenkoer.
12. Dit gebeurt er dagelijks tussen mensen, groepen, buurtbewoners in ons Kaffee.
13. Een manier waarop anderstaligen Nederlands kunnen oefenen.
14. Op de laatste vrijdag van de maand wordt hier samen gekookt en kan je komen eten om 18:30.
15. Wie speelt regelmatig samen gezelschapspelletjes in 't Kaffee?
16. Elke dag wordt dit vers gemaakt in de keuken, met of zonder brood.
17. Waar kan je het Werkhuys vinden?
18. Hoe wordt onze buurt ook wel genoemd?

Huysbewoners



◆ Wereld Van Rayaan

De Wereld van Rayaan organiseert activiteiten voor kinderen en jongeren met een functiebeperking of ASS / HSP. Ze streven naar een warme en inclusieve samenleving dat blijkt geeft van acceptatie en verbinding en waarin diversiteit en inclusie een evidentie en een meerwaarde is.

Dag	zaterdag
Voor wie	5 tot 15 jaar
Prijs	GRATIS
Info	info@dewereldvanrayaan.be

◆ Brake-Out

Brake-Out, dat zijn talent- en leertrajecten voor jongeren met een verstandelijke beperking, ASS of NAH. Bij Brake-Out bouwen jongeren aan een toekomst met pit, waarin ze zelf hun leven in handen nemen. Op woensdag, donderdag en vrijdag kan je de Brake-Outers in 't Werkhuys vinden.

Dag	Woensdag, donderdag en vrijdag
Info	https://konekt.be/nl/brake-out

◆ Mobilant

Mobilant geeft ondersteuning op maat.

Heb je nood aan extra raad of een babbel? Heb je een moeilijke brief ontvangen, of ruzie gemaakt met je buurman? Misschien loop je de muren op van je lastige puber of zit je even niet lekker in je vel?

Wat je vraag ook is, je bent welkom op het contactpunt van Mobilant in 't Werkhuys. Tijdens de permanentie is er een begeleider van Mobilant aanwezig die je graag verder helpt.

Dag	Dinsdag van 13:00 tot 19:00 Woensdag van 9:00 tot 12:00
Info	03 458 42 50 info@mobilant.be https://www.mobilant.be/

◆ Sporting A - Vrijtijdsbemiddelaars

Woon je in Borgerhout? Heb je hulp nodig om leuke en goedkope cultuur-, sport- of familieactiviteiten te vinden?

Ben jij op zoek naar vrijetijdsactiviteiten voor jezelf, of voor je kinderen? Of begeleid je als hulpverlener een cliënt rond vrije tijd? Team Vrije tijd leidt toe naar een gepaste cultuur-, sport- en jeugdactiviteiten in Borgerhout.

Dag	Op donderdag en vrijdag in 't Werkhuys (na afspraak)
Door	Katrien, Kristiaan en Anna Elena
Info	www.antwerpen.be/teamvrijetijd + 32 489 53 40 76 (Katrien), +32 470 87 41 54 (Kristiaan)

Voor kinderen en tieners (-15 jaar)



♦ Vakantiekamp: Eureka, ik heb het!

Van Leonardo Da Vinci naar Marie Curie tot Mark Rober. We ontdekken de belangrijkste en gekste creaties van uitvinders over de hele wereld. De uitvinding van elektriciteit, cool. Een glitterbom die ook stinkt? Nog cooler! Ja, ook jij wordt uitvinder! Met de wijsheid van onze genieuze voorgangers bouwen we samen vijf dagen aan een innovatie die de wereld zal veranderen. Aan het einde van dit atelier verbazen we ouders en familie met onze eigen uitvinding. Een ervaren en leuke schrijfdocent begeleidt deze vijfdaagse.

Dag	12 februari tot 16 februari 2024
Uur	9:00 tot 17:00
Zaal	Klas 1
Voor wie	Kinderen van 6 tot 12 jaar
Door	Creatief Schrijven
Info & inschrijven	www.creatiefschrijven.be

♦ Bollywood dance

Beweeg je altijd? Wil je dansen als je muziek hoort? Dans dan mee met de lessen van Bollyfit Antwerpen! Het hele jaar door leer je verschillende soorten dansstijlen. Nikita geeft een mix van hiphop, moderne en klassieke dans. De nummers komen uit Bollywood Indische Stijl, maar ook in andere talen. Bollywood is een vrije stijl van dansen. Bollywood is voor iedereen en doet je hele lichaam bewegen. Op het einde van het jaar geeft iedereen een show op het podium.

Dag	Zondag
Uur	9:15 tot 10:00 (3 tot 6 jaar) 10:00 tot 10:45 (7 tot 11 jaar) 10:45 tot 11:40 (Bollyhop – 12+ en volwassenen) 11:40 tot 12:35 (Bollywood Fusion – 12+ en volwassenen) 12:35 tot 13:30 (Indian Semi Classical – 12+ en volwassenen, enkel vrouwen)
Zaal	Theaterzaal
Prijs	Per les: € 6 (kind), € 9 (volwassene)
Door	Nikita Singla, Bollyfit Antwerp
Info	0467 69 39 68, Bollyfitantwerp@gmail.com



◆ Breakdance met Moves

Tijdens deze breakdance lessen leer je verschillende skills aan. Elke B-boy en B-girl kan op eigen niveau oefenen en bijleren. Breakdancers die meer willen, worden klaargestoomd om deel te nemen aan **breakdance battles**.

Dag	Zaterdag
Uur	9:45 tot 10:45 (breakdance 6+) 10:45 tot 11:45 (breakdance 10+)
Zaal	Balletzaal
Prijs	€ 143 (voor 13 lessen)
Door	Moves Borgerhout (lesgever: Thomas)
Info	www.dansstudiomoves.be , moves.antwerpen@gmail.com , 0474/65.99.25 (Lylou)

◆ Hiphop met Moves

Leer hiphop dansen met Moves Borgerhout!
De lessen zijn voor iedereen toegankelijk, ervaring is niet nodig.

Dag	Zaterdag
Uur	12:00 tot 13:00 (hiphop 12+)
Zaal	Balletzaal
Prijs	€ 143 (voor 13 lessen)
Door	Moves Borgerhout (lesgever: Thomas)
Info	www.dansstudiomoves.be , moves.antwerpen@gmail.com , 0474/65.99.25 (Lylou)

◆ Ontmoetingsdag Selectief Mutisme

Op zaterdag 23 maart organiseert Vereniging Selectief Mutisme een info- & ontmoetingsdag voor ouders van kinderen en jongeren met selectief mutisme. We praten je bij over de ontwikkelingen rondom selectief mutisme en je kan je ervaringen met de praatangst van je kind delen met andere ouders en deskundigen.

Dag	Zaterdag 23 maart
Uur	10:00 – 16:00
Zaal	Foyer, Theaterzaal, Koepelzaal, Salon
Prijs	€ 30 (incl lunch en drank)
Info	www.selectiefmutisme.be , contact@selectiefmutisme.be

◆ Knallend Kidslab met JCW

Keep it secret! woensdag 14 februari 2024

Wist je dat een 14-jarige jongen in Amerika een geheime boodschap ontdekte doordat hij een muntje had laten vallen waar een boodschap in verborgen zat? Wat zou jij doen moest je dat vinden? Ontdek alles over spionnen, geheime boodschappen en verborgen schatten op ons Knallend Kidslab. Schrijf je snel in en onthul de pret, maar keep it secret...

Door weer en wind

Wist je dat de eerst erkende vlucht slechts 12 seconden duurde? Die gebeurde al meer dan 100 jaar geleden, maar ondertussen weten we al veel meer over de lucht en over vliegen. Zo vertrekken en landen er pag dag in Zaventem ongeveer 500 vluchten! Laat de wind je meevoeren naar ons knallend kidslab en ontdek alles wat je moet weten over lucht en luchtvaart!

Dag	Woe 14 februari 2024: Keep it Secret Woe 3 april 2024: Door Weer en Wind
Leeftijd	6 tot 12 jaar
Door	JCW – Jeugd Cultuur en Wetenschap
Info & inschrijven	http://www.jcw.be



Voor volwassenen (+15 jaar)

Koken & eten

Volxkeuken als taal oefenkans

Geen zin om te koken op vrijdag?

Kom dan lekker bij ons eten! Elke laatste vrijdag van de maand koken onze vrijwilligers die Nederlands oefenen.

Reserveer op voorhand je bord via www.werkhuys.be of achter de toog.

Wil je graag helpen?

- Wil je je Nederlands oefenen en heb je niveau 1.2?
- Wil je anderen helpen om Nederlands te oefenen?
- Kook je graag?
- Wil je mensen leren kennen?
- Laat iets weten!

Na de volxkeuken kan je vaak genieten van een optreden, voorstelling, vertelling

... Hou onze kalender in het oog!

Dag	Elke laatste vrijdag van de maand (niet in schoolvakanties)
Uur	Om 15:00 koken Om 18:30 eten (iedereen)
Zaal	Kaffee
Prijs	€ 9 (of €4,5 kansentarief)
Menu	www.werkhuys.be
Info	info@werkhuys.be



Dansen, sporten & bewegen



◆ Afrikaanse dans met live percussie

Dans op het ritme van de **Afrikaanse beats**. De interactie tussen dansers en **live muzikanten** is zeer belangrijk.

Dag	Donderdag
Uur	19:00 – 20:30 (beginners) 20:45 - 22:15 (basis)
Zaal	Theaterzaal
Prijs	€ 165 (reeks van 11 lessen) € 135 (reeks van 9 lessen)
Door	Fanny Heuten – Stage Rumours
Vanaf	10 januari 2024
Info	info@stagerumours.be of 0478/32 07 67

◆ Flamenco

Beweeg je hele lichaam met je heupen en armen op Spaanse muziek. Met schoenen met hakken en handgeklap zorgen we voor het **ritme**. In de lessen leer je techniek en choreografie. Kom mee Flamenco dansen en ontdek de poëzie van de **dans en de muziek**.

Dag	Maandag
Uur	18:30 – 19:20 (jongeren, 11+) 19:00 - 20:00 (gevorderden) 20:00 – 21:00 (half gevorderden)
Zaal	Zaal 7
Prijs	€ 90 (jongeren) € 120 (half - gevorderden)
Door	Tamara Dewispelaere – Lunar vzw
Vanaf	8 januari 2024
Info	vzwlunar@gmail.com of www.lunarvzw.com

◆ Folksdans

We dansen **gezellig** samen op woensdagavond. Met baldansen zoals bourrée en jig, en koppeldansen zoals wals, Schottische, mazurka en polka. Met **live begeleiding** op accordeon.

Dag	Woensdag
Uur	20:30 tot 22:00
Zaal	Theaterzaal
Prijs	€ 75 per jaar
Door	Lange Wapper - Katrien Van Craenen broeck (dans), Bernard Van Lent (accordeon)
Vanaf	10 januari 2024
Info	0486/53 90 81 of katrien.vancraenenbroeck@gmail.com

◆ Buikdans met Sarah Chebaro

Wil je graag kennis maken met de typische heup,- buik,-,- borst en schouderbewegingen dan is deze beginnerscursus iets voor jou! Ben je al ervaren in buikdans dan volg je de intermediaate cursus.

Dag	Woensdag
Data	10, 17, 24, 31 januari en 7 februari
Uur	Van 19:00 tot 20:00 (beginners) Van 20:00 tot 21:00 (intermediaate)
Zaal	Zaal 7
Info	chebarosarah@gmail.com

◆ Dancing Queens

Dans je eigen verhaal op het ritme van je zijn en geniet vooral samen. Onderzoek je danstaal aan de hand van oefeningen, verleg je grenzen en ontdek samen nieuwe dingen. Kom op een fijne manier thuis in je lijf.

Dag	Donderdag
Uur	Tussen 10.15u en 12.45u
Zaal	Balletzaal
Prijs	€ 100 voor 10 lessen / € 10 per les
Door	Angela Dreher
Vanaf	11 januari 2024
Info	angeladreher@yahoo.com

◆ Lindy Hop

Lindy Hop is een swingende partnerdans uit de jaren 1930 en 1940. Je leert deze energieke dans van Dancing Sophie en Ivo. Je kan kiezen tussen verschillende niveaus.

Dag	Dinsdag
Uur	19:00 tot 20:00 (Beginners Vervolg) 20:00 tot 21:00 (Intermediair) 21:00 tot 22:00 (Gevorderden)
Zaal	Theaterzaal
Door	Dancing Sophie
Vanaf	9 januari 2024
Info	www.dancingsophie.be of 0496 46 76 51

◆ Jazzdans

Hedendaagse Jazzdans voor gevorderden. Dans op blues of evergreen jazzmuziek, alleen met partner of in groep, elke les is er een nieuwe choreografie.

Dag	Zondag
Uur	9:00 en 12:00
Zaal	Balletzaal
Prijs	€ 50 per reeks van 5 lessen
Door	Raymond Verborgt
Info	raymond.verborgt@pandora.be - 0485/731.978



◆ Hoop it out

Vaak zijn de heupen en bekken de opslag plaats voor trauma's en stress. Hoelahoepen is een manier om een **gezondere balans binnen-in jezelf** te creëren. Het doel van deze activiteit? Een vernieuwde **uitlaatklep** aanbieden in je dagelijks leven om je **hoofd en lichaam in balans** te brengen. De lessen zijn vanaf 14 jaar.

Dag	Maandag
Uur	18:00 – 19:00
Zaal	Foyer
Prijs	€ 60 (5-beurten kaart) Elk kwartaal gratis proefles.
Vanaf	13 januari 2024
Door	Celine – Hoop It Out
Info	info@hoopitout.be

◆ Heels Comfybrance

Wil je graag **leren dansen** of **terug beginnen dansen** zijn wij 'THE PLACE TO BE' voor jou. We leren je choreo's in verschillende stijlen die je kan dansen op hakken of sneakers. We dansen **commercial, hiphop, Jazz** en **R&B**. Wil jij graag jouw zelfvertrouwen een boost geven en sensueel leren dansen. Join us!

Dag & Uur	Vrijdag van 19:00 tot 20:00 Zondag van 14:00 tot 15:30
Zaal	Zaal 7
Door	Elsa Waegemans
Prijs	€ 60 (5-beurten kaart) Elk kwartaal gratis proefles.
Vanaf	19 januari 2024
Info	0487/15 67 70 of IG: @heels_comfybrance

◆ Heelsdance

Heelsdance is dansen op “heels”. Je leert **sensueel en vrouwelijk bewegen**. We dansen onder andere op female hiphop, Jazz/Funk, afro-dance en moderne ballet. Het is een open klas.

Dag	Woensdag
Uur	19:00 tot 20:00
Zaal	Balletzaal
Door	Antwerp Heels
Info	Info@antwerpheels.com www.antwerpheels.com

◆ Heelsdance: Intermediate Class

Dansen op heels voor gevorderden! Tijdens deze intensieve les wordt de nadruk gelegd op de choreografieën en uitvoering waarbij er meer complexe technieken worden aangeleerd.

Dag	Woensdag
Uur	20:00 tot 21:15
Zaal	Balletzaal
Door	Antwerp Heels
Info	Info@antwerpheels.com www.antwerpheels.com

◆ Bollywood Dance

Beweeg je altijd? Wil je dansen als je muziek hoort? Dans dan mee met de lessen van Bollyfit Antwerpen! Het hele jaar door leer je **verschillende soorten dansstijlen**. Nikita geeft een mix van hiphop, moderne en klassieke dans. De nummers komen uit Bollywood Indische Stijl, maar ook in andere talen. Bollywood is een vrije stijl van dansen. Bollywood is voor iedereen en doet je hele lichaam bewegen. Op het einde van het jaar geeft iedereen een show op het podium.

Dag	Zaterdag
Uur	9:15 tot 10:00 (3 tot 6 jaar) 10:00 tot 10:45 (7 tot 11 jaar) 10:45 tot 11:40 (Bollyhop – 12+ en volwassenen) 11:40 tot 12:35 (Bollywood Fusion – 12+ en volwassenen) 12:35 tot 13:30 (Indian Semi Classical – 12+ en volwassenen, enkel vrouwen)
Zaal	Theaterzaal
Prijs	Per les: € 6 (kind), € 9 (volwassene)
Door	Nikita Singla, Bollyfit Antwerp
Info	0467 69 39 68, Bollyfitantwerp@gmail.com

Dag	Maandag
Uur	18:00 tot 19:00
Zaal	Balletzaal
Prijs	€ 5 per les (€1 met kansentarief)
Door	Nikita Singla, Bollyfit Antwerp
Info	sportenbeweegmee@antwerpen.be www.antwerpen.be/sportenbeweegmee

◆ Bhangra Dans

Hier leer je verschillende dansstijlen uit India. Het is een swingende dans met veel vrolijkheid.

Dag	Maandag
Uur	19:00 tot 20:00
Zaal	Balletzaal
Prijs	€ 5 per les (€1 met kansentarium)
Door	Nikita Singla, Bollyfit Antwerp
Vanaf	22 januari 2024
Info	sportenbeweegmee@antwerpen.be www.antwerpen.be/sportenbeweegmee

◆ Braziliaanse Zouk

Braziliaanse Zouk is een koppeldans die focust op connectie en creativiteit in beweging.

Enkele redenen om zouk te leren:

- Geweldige community en sfeer
- Diverse muziek (RnB, pop, Braziliaanse funk, reggaeton, lyrical en veel meer)
- Alle bewegingen (spins, hoofd, bodywaves, counterbalance, voetwerk)
- Techniek en fun gecombineerd!

Dag	Dinsdag
Uur	20:00 tot 21:00 (intermediate) 21:00 tot 22:00 (beginners)
Zaal	Zaal 7
Door	Zouk Lab Antwerp
Vanaf	22 januari 2024
Info	www.zouklab.be , 0494/07 43 53 (whatsapp)

◆ Paaldansen

Paaldansen is veel meer dan rond een paal draaien. Het is een **complete work-out**. Verleg je grenzen en ontdek je krachten tijdens een paaldansles. Iedereen kan leren paaldansen. Er zijn verschillende niveaus, nu ook introlessen en voor beginners.

Nog niet zeker? Volg dan eerst een **proefles!** Organiseer je een vrijgezellenfeestje, vriendenuitje, bedrijfsincentive, ...? Dan kan je bij ons terecht voor een **workshop** Paaldansen die een flinke dosis fun garandeert!

Dag en Uur	Donderdag van 19:00 tot 22:00 Zaterdag van 10:30 tot 15:30 Zondag van 13:00 tot 17:30 Woensdag van 9:30 tot 11:00 (Pole & Dance)
Zaal	Zaal 7
Prijs	Beginners 165€ Met al wat kennis beurtenkaartjes vanaf 160€
Door	Paaldansles
Info	www.paaldansles.be

Dag	Woensdag
Uur	11:00 tot 12:30 (Intro Paaldans)
Zaal	Zaal 7
Prijs	€ 5 per les (€ 1 met kansentarium)
Door	Karin – Paaldansles
Vanaf	24 januari 2024
Info	sportenbeweegmee@antwerpen.be www.antwerpen.be/sportenbeweegmee

◆ JesDansTheater

Danstraining, improvisatie & creatie.

We onderzoeken de relatie tussen lichaam, geest & natuur En datgene wat zich vaak enkel laat vertalen door beweging.

Scherp je zintuigen aan door :

- Authentiek bewegen
- Butoh
- Danstheater
- Etnische en Rituele dans
- Sensitieve en Expressiedans
- Lichaamsbewustzijn
- Meditatie
- Yoga



Er wordt soms ook gewerkt met live muziek & sound!

Welkom elke beweger : dansers, acteurs, kunstenaars en levensbewegers! Geen ervaring vereist.

Kennismakingmomenten : 9 en/of 10 januari, inschrijven per mail.

Dag	Dinsdag en woensdag
Uur	20:00 en 22:00
Door	Koepelzaal
Prijs	Per reeks (20€ proefles)
Door	Jessy Driessens
Vanaf	9 en 10 januari 2024
Info	jesdanstheater@telenet.be



◆ Zumba Light

ZUMBA is een combinatie van fitness en dans. Je beweegt op Latijns-Amerikaanse muziek. Zumba Light is voor deelnemers die de les graag rustiger volgen.

Dag	Maandag
Uur	14:00 tot 15:00
Zaal	Balletzaal
Prijs	€ 5 per les (€ 1 kansentarief)
Door	Oliver
Vanaf	22 januari 2024
Info & inschrijven	sportenbeweegmee@antwerpen.be , www.antwerpen.be/sportenbeweegmee

◆ Bodymix

Cardio, krachttraining, stretchoefeningen...

Bij bodymix komt het allemaal aan bod. Je traint alle lichaamsdelen op muziek.

Dag	Vrijdag
Uur	19:15 tot 20:15
Zaal	Balletzaal
Prijs	€ 5 per les (€ 1 kansentarief)
Door	Fatima Talhaoui
Vanaf	26 januari 2024
Info & inschrijven	sportenbeweegmee@antwerpen.be www.antwerpen.be/sportenbeweegmee

◆ Pilates

Pilates zorgt voor een **evenwichtige** ontwikkeling van alle spiergroepen. Je kweekt een sterk en flexibel lichaam. Ook de coördinatie van je bewegingen wordt verbeterd.

Dag	Vrijdag
Uur	18:00 tot 19:00
Zaal	Balletzaal
Prijs	€ 5 per les (€ 1 kansentarief)
Door	Fatima Talhaoui
Vanaf	26 januari 2024
Info & inschrijven	sportenbeweegmee@antwerpen.be www.antwerpen.be/sportenbeweegmee

◆ Shakuma

Shakumafitness is een Afrikaanse danswork-out die eenvoudige danspassen combineert met aerobicsoefeningen. De oefeningen gebeuren op het ritme van afrobeatmuziek en pakken zowat alle spieren in je lichaam aan.

Dag	Dinsdag
Uur	18:30 tot 19:30 (Shakuma) 19:30 tot 20:30 (Shakuma Abbs & Butt) 20:30 tot 21:30 (Shakuma)
Zaal	Balletzaal
Prijs	€ 5 per les (€ 1 kansentarief)
Door	King Franky
Vanaf	23 januari 2024
Info & inschrijven	sportenbeweegmee@antwerpen.be www.antwerpen.be/sportenbeweegmee



Yoga & wellbeing



◆ Ademreis - vrijheid in zijn!

Padma organiseert ademcirkels in 't Werkhuys.

Wil je:

- Een nieuwe relatie met je lichaam opbouwen?
- Vrijheid creëren waar je nu vast zit?
- Fysieke en emotionele spanning loslaten?
- Je adem- en lichaamsbewustzijn vergroten?

Als mens houden we vaak vast aan het oude. Verandering vraagt moed.

In vijf workshops maak je een **therapeutische ademreis doorheen alle spanningsvelden in je lichaam.**

Zaal	Zolder
Prijs	€ 320 (ondernemer) of € 375 (supporter)
Begeleiding	Anneleen Rabijns en Astrid Alders
Info	www.padma.be

◆ Taichi Qigong

"Where the focus of mind goes, energy flows"

Kom dieper en sterker in je kracht te staan door het beoefenen van Taiji en Qigong.

Ontwikkel zo:

- sterkere vitaliteit en energie
- betere gezondheid
- grotere lichamelijke soepelheid
- verhoogd concentratievermogen
- stabiele innerlijke rust en balans
- emotioneel evenwicht

EN... het is ook nog eens gewoon super leuk om te doen!

Met Qigong oefeningen halen we spanning uit het lichaam.

Altijd welkom voor een gratis proefles!

Dag	Maandag
Uur	19:00 tot 20:30 (Taiji) 20:45 tot 21:45 (Qigong)
Zaal	Theaterzaal
Prijs	€ 80 voor 16 lessen
Door	Tim Wirds
Vanaf	8 januari 2024
Info	timwirds@gmail.com of 0495 102 631



◆ Meridiaan Chi Kung

Meridiaan Chi Kung is een reeks oefeningen om je energie op te bouwen. Je krijgt oefeningen op jouw niveau, iedereen kan deelnemen. Je voelt direct het effect.

Nog niet zeker? Volg dan eerst een proefles.

Dag	Vrijdag
Uur	10:00 tot 12:00
Zaal	Danszaal
Prijs	€ 80 / 16 lessen € 90 (5 beurtenkaart) of € 160 voor reeks van 10 lessen
Door	Bewust Bewegen
Vanaf	19 januari 2024
Info	hilde.broeckhove@gmail.com

◆ Speelse, innerlijke reis met Sien

“Fuck this shit. Own this shit. Be the shit.”

- een speelse, innerlijke reis begeleid door Sien Van den Brande.

Ben je klaar voor een gezonde portie uitdaging & persoonlijke groei?

Hou je van humor én diepgang? Ben je nieuwsgierig naar hoe het zou zijn om (opnieuw) verliefd te worden op jezelf en het leven? Dan is dit unieke traject helemaal iets voor jou!

Dag	Maandag 22/1, 29/1, 5/02, 19/02, 26/02
Uur	19:30 tot 21:30
Zaal	Danszaal
Prijs	€ 300 (incl btw en lesmateriaal)
Door	Sien Van den Brande
Vanaf	22 januari 2024
Info	sien@eb-gloed.be, 0473 32 57 45

◆ Stretching en Relaxatie

Maak je lichaam en je spieren los om daarna goed te stretchen. Je focust op ademhaling en knelpunten in je lichaam. Je komt ontspannen van je mat af.

Dag	Maandag
Uur	15:00 tot 16:00
Zaal	Balletzaal
Prijs	€ 5 per les (€ 1 kansenarief)
Door	Oliver
Vanaf	22 januari 2024
Info	hilde.broeckhove@gmail.com
Info & inschrijven	sportenbeweegmee@antwerpen.be, www.antwerpen.be/sportenbeweegmee



Handwerk & spel

◆ De Zotte Breibollen

Heb je zin om je week goed te starten? Dan kan je op maandag komen handwerken in 't Werkhuys! Samen met een groepje plezante breiers, hakkers & babbelaars ga je aan de slag.

Dag	maandag
Uur	vanaf 14:00
Waar	't Kaffee
Prijs	GRATIS (eigen materiaal meenemen)
Info	nikoldp@gmail.com

◆ Ping Pong

Elke maandagmiddag staat de pingpong tafel klaar. Sla een balletje, toon je kunsten.

Dag	Maandag
Uur	13:00 tot 15:00
Prijs	Gratis
Zaal	Theaterzaal
Door	Leo Reijnders
Info	http://www.thecloudknitters.be/

◆ Schaken

Elke donderdag kan je een ontspannen partijtje schaken bij de **Borgerhoutse Schaakkring**. Kom gratis proberen. Vind je het leuk? Je kan lid worden. Als je wil, kan je ook meedoen met officiële wedstrijden.

Wanneer	donderdag van 20:00 tot 23:30
Waar	klaslokaal 1
Prijs	lidmaatschap is 65€ / jaar
Begeleiding	Borgerhoutse Schaakkring
Info	wim.dhaluin@skynet.be

◆ Playtime = spelplezier

Speel je graag gezelschapsspelen? Leer je graag mensen kennen in een ontspannen sfeer? **Ontdek de leukste, tofste en nieuwste spelletjes!**

Wanneer	elke eerste donderdag en elke derde dinsdag van de maand
Waar	't Kaffee
Prijs	Gratis
Info	Facebook: @PlaytimeWerkhuys/



◆ Biljart: wekelijkse training

Je kan elke week biljart komen trainen in 't Kaffee (na afspraak).

Wanneer	maandag en donderdag
Waar	't Kaffee
Prijs	lidgeld biljartclub
Info	willy.dekimpe@skynet.be of 0475/790 957

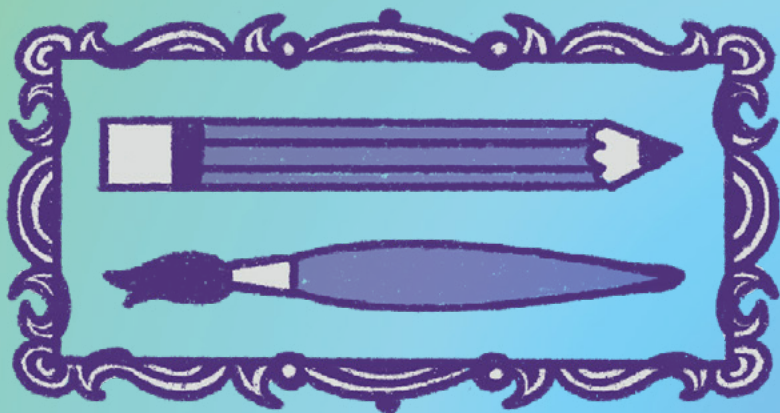
◆ Boho kaarters

Heb je zin om te kaarten maar vind je geen medespelers? Wil je graag nieuwe mensen leren kennen? Denk je dat kaarten enkel voor oudjes is? Dan heb je het fout!

Kom mee (kleuren)wiezen of rieken op vrijdagavond in 't Kaffee. Iedereen is welkom!

Wanneer	vrijdag vanaf 19:30
Waar	't Kaffee
Prijs	Gratis
Info	Gerrit – 0486 14 99 97

Kunst & expo



◆ Art Club Borgerhout

Ben je tussen 16 en 26 jaar oud?
Ben je graag creatief bezig?
Woon je in de buurt?

Kom dan naar de **Art Club Borgerhout!**

In de Art Club maak je **samen met andere jongeren beeldende kunst**. We tekenen, schilderen, illustreren, ... Alles kan! Op het einde van het schooljaar toon je samen met de andere jongeren je kunstwerken in een **tentoonstelling** in 't Werkhuys.

Dag	Maandag
Uur	18:00 tot 20:00
Prijs	gratis
Zaal	Art Club lokaal
Door	Art Club Borgerhout
Voor	Voor jongeren van 16 tot 26 jaar
Info	Machteld@werkhuys.be 03 432 42 10 of 0486 165 325

◆ Art Club Borgerhout: expo

De jongeren van de Art Club Borgerhout en de kunstenaars die hen inspireerden, tonen hun werk en het traject van 2023-2024. Kom kijken, laat je verbazen en inspireren!

Dag	Vernissage vrijdag 10 mei om 19:00, open van 11 mei tot 26 mei
Uur	4:00 tot 17:00
Prijs	gratis
Zaal	Koepelzaal
Door	Art Club Borgerhout
Info	Machteld@werkhuys.be, 03 432 42 10

◆ Contour: Expositie

Anouk Luyten, Eva Sels en Nina Rutjes heten je welkom in een wereld waar de contour tussen wat we zien en wat we denken te zien vervaagt. Drie interpretaties van een herkenbare werkelijkheid die toch bevreemdt en verwondert. Dit is het universum van Contour. Welkom! Expositie van autonoom werk in fotografie, grafiek en illustratie.

Dag	Vernissage vrijdag 1 maart vanaf 19:30 Open op 2 en 3 maart
Uur	13:00 tot 18:00
Prijs	gratis
Zaal	Koepelzaal
Door	Nina Rutjes, Anouk Luyten en Eva Sels
Info	

Theater en woord



◆ Samen lezen

Hou je van lezen, woorden en verhalen? Wil je graag nieuwe mensen leren kennen? Dan is Samen Lezen iets voor jou! Kom op dinsdag om 11:00 naar 't Werkhuys: lees mee en geniet van verse soep om 12:00.

Dag	Dinsdag
Uur	11:00
Prijs	GRATIS
Door	Bond Zonder Naam
Info	samenlezen@bzn.be of kom langs

◆ Collectief Theater Hart

Collectief Theater Hart staat open voor spelers, acteurs, dansers die mee willen trainen. Wie wil, kan je in de voorstelling meespelen. We werken aan het Hooglied van Hugo Claus. We oefenen met expressie -en communicatiemiddelen als Butoh dans, het theater van Grotowski, het theater van Lecocq, het theater van de onderdrukten van Boal en Gordon Craig. "Hier leer je theater spelen zoals je dat nergens anders kunt leren!" (Joeri Spillebeen)

Dag	Donderdag
Uur	19:00 tot 21:30
Prijs	GRATIS
zaal	Zolder
Door	Collectief Theater Hart
Begeleiding	Poppe Boonstra
Info	hart@telenet.be of 0472 368 355 www.collectieftheaterhart.be

◆ FUS! Improvisatietheater

Wil je improvisatietheater proberen? In een achtdelige reeks spelen we, verzinnen we verhalen & personages, spelen we met emoties, ... Zet je zintuigen op scherp en de humor volgt vanzelf! Volgde je al een basisreeks en wil je nog bijleren? In reeks 2 speel je verder met je werkpunten op een speelse manier.

Dag	Woensdag (basis – 1 & 2)
Uur	19:30 tot 22:00
Prijs	€ 155 / € 140 (korting)
zaal	Tussenlokaal en Zwansaal
Door	FUS! Impro
Begeleiding	FUS! docenten
Vanaf	31 januari 2024
Info & inschrijven	fusimprov.be/cursussen

◆ Boeken en proosten!

Boeken en proosten, kom erbij!

- Ben jij ook zo gek op het lezen van boeken?
- Praat je daar graag over onder het genot van een hapje en drankje?
- En zou je nieuwe mensen willen leren kennen?
- Meld je dan nu aan voor een avond vol gezelligheid.
- 1 Keer per maand komen we samen en zal er een gekozen boek centraal staan.

Dag	Woensdag (eerste woensdag van de maand)
Uur	20:00 tot 22:00
Prijs	gratis
Zaal	't Kaffee
Door	Nicolien Hopmans
Info	nicolienhopmans@gmail.com

◆ Workshop Impro voor beginners

Ben je op zoek naar een unieke ervaring vol **plezier en avontuur**? Wil je jezelf uitdagen en je verbeelding laten werken? Dan is dit dé workshop voor jou! Georganiseerd door dé Belgische Improvisatie Liga. We bieden we een dynamische en interactieve **kennismaking** met de kunst van **improvisatie**. Of je nu een ervaren acteur bent of nog nooit op het podium hebt gestaan, deze workshop is speciaal ontworpen voor **beginners**. Stap uit je comfortzone, ontwikkel nieuwe vaardigheden en beleef een onvergetelijke ervaring! Er zijn twee reeksen: in de Paasvakantie en in augustus.

Dag	Reeks 1: di 2/4, do 4/4, di 9/4 en do 11/4 Reeks 2: do 8/08, do 15/8, di 20/8 en do 22/8
Uur	219:30 tot 22:00
Zaal	Theaterzaal
Door	BIL – Belgische Improvisatieliga
Info	info@bil.be, www.bil.be

◆ Workshop Impro voor gevorderden

Heb je al **enkele jaren** ervaring in improvisatietheater en wil je je skills wat uitdiepen? Dan is deze workshop voor gevorderden zeker iets voor jou! Op 2 zaterdagen gaan we dieper in op **vier thema's**:

1. In het moment blijven, controle lossen, in het hier en nu blijven spelen, niet nadenken
2. Werken met non-verbale elementen, stilte, rust en kalmte op scene
3. Personages: hoe een personage duidelijk maken en mogelijke inspiratiebronnen bekijken
4. Verhaal: blijven bij één verhaallijn, hoe een rode draad ontwikkelen

Dag	Za 17/08 en za24/08
Uur	10:00 tot 17:00
Zaal	Theaterzaal
Door	BIL – Belgische Improvisatieliga
Info	info@bil.be, www.bil.be

Zang & muziek

◆ Koor Notches

Hou je van zingen? Leer je graag mensen kennen? **Elke woensdag zingen we samen:** van klassiek tot wereldmuziek. Notches treedt ook op om te zingen op een buurtfeest, festival, voorstelling. Zing je mee?

Dag	woensdag
Uur	20:00 tot 22:00
Waar	zolder
Prijs	€75 / semester of €150 / jaar
Door	Notches – Tine Joris
Info	notches@outlook.com

◆ Gitaar en Ukelele met Agamuzi

Bij AgaMuzi kan je lessen volgen voor:

- Beginners met basiservaring: gitaar of ukelele
- Samenspel: gitaar en ukelele (enige ervaring)
- Gitaar Gipsy Jazz: beginners en gevorderden

Je kan een instrument huren.

Dag	Donderdag
Uur	18:00 tot 22:00
Waar	Muzieklokaal
Begeleiding	Sfen van Staeyen
Vanaf	18 januari 2024
Info	www.agamuzi.be of info@agamuzi.be

◆ Luisterplezier

Hou je van muziek?

Luisterplezier, dat is:

- je muzieksmaak uitbreiden
- Instrumenten beter leren kennen
- Gelijkgestemden ontmoeten
- Beter leren luisteren

Luisterplezier wil geïnteresseerden zonder muzikale voorkennis leren plezier beleven aan **klassieke muziek**. We luisteren naar opnames of live muziek en wisselen indrukken uit.

Dag	Maandag
Uur	13:30 tot 15:30
Waar	Salon
Prijs	€ 5 per sessie / € 25 volledig seizoen / gratis met kansentariaf
Door	Nadine Duymelinck- vzw Cantiga
Info	03 236 00 39 of clara.begeleidster@gmail.com



Praktisch

Wie is 't Werkhuys?

Adres:
't Werkhuys
Zegelstraat 13
2140 Borgerhout

Telefoon:
03/432.42.10 (algemeen)
03/432.42.12 (zaalverhuur)

van 9:00 tot 17:00

Email: info@werkhuys.be

Website: www.werkhuys.be

Nieuwsbrief: Schrijf je in op de maandelijkse nieuwsbrief en blijf op de hoogte:
www.werkhuys.be

Ellen Bogaerts

Coördinator
Ellen@werkhuys.be

Evi Verrijcken

Operationeel verantwoordelijke
Evi@werkhuys.be

Machteld De Ryck

Vrijwilligersbeleid en communicatie
Machteld@werkhuys.be

Domien De Gruyter & Carine Neuman

Keuken

Veerle Van Reusel, Jorinde Cielen,

Deborah Federico & de studenten

Kaffee / Bar

En al onze vrijwilligers – zonder jullie geen Werkhuys!
Dank jullie wel!

Hoe bereik je 't Werkhuys?

MET OPENBAAR VERVOER

Tram 8 en 10: halte Zegel

Tram 24: halte Roma

Bus 410 – 415 – 416 – 417 – 418 – 427

– 429 - 30: halte Roma Info: www.delijn.be

TE VOET

Vanaf Centraal Station: ongeveer 25 minuten wandelen via Turnhoutsebaan, richting Roma / Deurne.

MET VELO of FIETS

Gebruik de handige fiets van 't Stad: de Velo.

Info: <https://www.velo-antwerpen.be/>

Aan de stations: Fonteinstraat (069), Montgomery (132), Turnhoutsepoort (068) en Krugerpark (108).

MET AUTO

OPGELET voor lage-emissiezone: www.sna.be

Neem via Singel de Stenenbrug richting

Centrum. Neem op de Turnhoutsebaan na

20 meter eerste straat links: de Zegelstraat





Colofon

Jonge, nieuwe talenten krijgen kansen in 't Werkhuys. Elk jaar maakt een enthousiaste ontwerper het programmaboekje. Wij leveren de tekst, zij maken er een speels en leuk geheel van. Er zijn intussen boekjes in 13 heel verschillende stijlen.

Ben je ook creatief? Wil je graag het volgende boekje ontwerpen?

Laat het ons weten!

Dit boekje werd vormgegeven door **Hanne Goessens**. Ze is een jonge ontwerper en illustratrice die recent haar masterproef in beeldende kunsten heeft behaald. Met veel enthousiasme kijkt ze uit naar toekomstige projecten en samenwerkingen! Neem gerust contact met haar op via Instagram [@soft_peachfuzz](https://www.instagram.com/soft_peachfuzz).



V.U.: Evi Verrijcken, Zegelstaat 13, 2140 Borgerhout
Samenstelling: Machteld De Ryck & Evi Verrijcken
Concept en vormgeving: Hanne Goessens
Met de steun van:



't Werkhuys

Zegelstraat 13
2140 Borgerhout

03/432.42.10 (algemeen)
03/432.42.12 (zaalhuur)
info@werkhuys.be
www.werkhuys.be

Deel je moves,
foto's en selfies:
@werkhuysvzw
#werkhuysvzw
facebook.com/twerkhuys

Zaal huren?
Lekker eten en drinken?
Gewoon genieten?

Kom naar 't Werkhuys en laat
je verrassen!