

de Katern 2019



SCW Oost-Vlaanderen



**30 tips
voor je
bondswerking**



Gezinsbond
groeit met je mee

DE KATERN: 20 JAAR TIPS VOOR JE AFDELINGSWERKING

In november 1998 besliste de stuurgroep SCW van de Gezinsbond Oost-Vlaanderen om vier maal per jaar een informatieblad uit te geven: *De Limburgstraat 88*. "Laat het dan zijn: een vorm van contact, een bron van ideeën, een uitwisseling van nieuws, een infoblad van en voor o.a. (...) afdelingen, gewestelijke en provinciale werkgroepen. Het zou jammer zijn wanneer de informatie langs dit blad éénrichtingsverkeer zou worden. Wij durven dan ook rekenen op uw medewerking: hou de redactie op de hoogte van interessante activiteiten en plannen. Wanneer wij allen in deze richting denken, dan houden wij geen doodgeboren kind boven de doopvont."

Een doodgeboren kind bleek de katern allerm minst, al verdween recent *De Limburgstraat*. 20 jaar tips van en voor afdelingen. Dat is warempel iets om trots op te zijn! Het is onze diepe wens om er nog eens 20 bij te kunnen doen. Met een nieuwe vormgeving, maar hetzelfde engagement.

Gelukkige verjaardag, Katern!

1. Prikkel. Tussen pijn en passie

Alles om ons heen tintelt en zindert. Digitale schermen lichten op. De informatie-stroom breidt zich uit. Zintuigen raken overweldigd. Sommigen duiken gretig in die overvloed aan stimuli, anderen

gaan kopje onder of zoeken soelaas in een prikkelarme omgeving. Worden we rusteloos of futloos, lijden we aan digibesitas of burn-out? De uitersten bestaan vandaag naast elkaar: tegenover de flaneur in de bruisende metro-pool staat de moderne heremiet, en aan de afzonderingsruimte grenst het nooit rustende internet.

Prikkel. Tussen pijn en passie haakt in op het debat over de plaats van het individu in zijn omgeving. Reageren we verveeld of geïrriteerd, zijn we hoogsensitief of juist apathisch, zoeken we de platte rust op of vinken we de bucketlist af?

Voor gezinnen is er een 'prikkelend' parcours doorheen de tentoonstelling. Leden genieten van € 2 spaarkorting op tickets voor volwassenen.



Tentoonstelling - 20 oktober tot 26 mei 2019.

Museum Dr. Guislain, Jozef Guislainstraat 43, 9000 Gent.

www.museumdrguislain.be

I.s.m. Gezinsbond, Kinderrechtencommissariaat, Kopergieterij, Mediawijs



2. Kopen, de klok rond: alles over online shoppen

Het internet is één grote winkel. Je kunt er tal van producten kopen: cd's, boeken, schoenen, kleding... De e-commerce zit duidelijk in de lift: je bestelling wordt aan huis geleverd, je hebt een grote keuze, soms vind je er lagere prijzen...

Sommige consumenten zijn toch nog wat huiverig om via het internet een bestelling te plaatsen. Wordt wat ik koop en betaal wel geleverd? Zal er geen misbruik gemaakt worden van



mijn betaalkaart? Wat als de trui niet de verwachte tint van blauw is?... Tijdens deze bijeenkomst geven we informatie over je rechten als consument, waar je moet op letten en wat de wettelijke richtlijnen zijn bij een aankoop online.

Voordracht: 1,5u tot 2 uur.

Prijs: € 15 ter plaatse aan de begeleider - mits aanvraag via activiteitenbeheer

Nodig: Laptop (na te vragen bij de lesgever), beamer, aansluitingskabel van beamer naar laptop, projectiescherm, eventueel verlengkabel. Aanvragen via de webtoepassing 'Activiteitenbeheer'.



3. Bezoek aan Jules Destrooper



Geluk zit soms in een klein hoekje. Of in een klein koekje! In het bezoekerscentrum wandel je door het rijke verleden van Jules Destrooper en kom je te weten hoe onze koekjes precies gebakken worden. Je komt alles te weten over de oude familie recepten en de huidige productieprocessen.

Na de rondleiding voorzien wij een ontvangst in het Innovatiecentrum. Als alternatief op de degustatie van koekjes met koffie (basisformule aan € 5 p.p.), heeft onze chef 2 nieuwe formules uitgewerkt waarbij creatief wordt omgegaan met Jules Destrooper koekjes.

Rondleiding ca. 2u, verschillende formules mogelijk.

Van dinsdag tot en met vrijdag, kan ook 's avonds. Prijs en reservering steeds op aanvraag bezoekerscentrum@destrooper.be

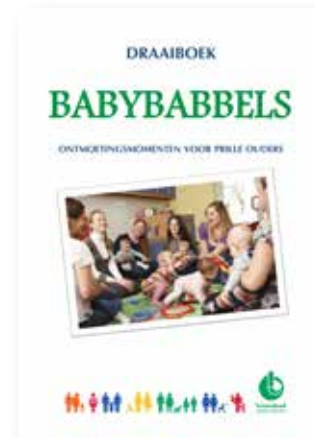
www.jules-destrooper.com/nl/bezoekerscentrum.
Bezoekerscentrum, Gravestraat 5 in Lo-Reninge 058/28 80 41

Jules Destrooper is spaarpartner van de Gezinsbond! (neem je lidkaart mee!)



4. Babybabbels: ontmoetingsmomenten voor prille ouders

Het is niet altijd evident, een baby in huis. Als jonge ouder vraag je je wel eens af hoe anderen het doen of twijfel je of je het wel goed aanpakt. Een babbel met collega-ouders kan uitkomst brengen! Als afdeling van de Gezinsbond breng je een kleine groep



jonge ouders (een aantal keer) samen voor een leuke workshop, een interessante infosessie of gewoon een toffe babbel in een gezellige sfeer. Ze kunnen

er ideeën over ouderschap en opvoedingsvragen uitwisselen of een beroep doen op laagdrempelige expertise. De focus ligt op de eigen inbreng van de ouders. Ouders krijgen de kans om met hun nieuwe baby'tje de deur uit te gaan. Zo helpen we mee aan het creëren van een netwerk voor deze prille ouders.

Draaiboek gratis bestellen via bondswinkel.

Eigen begeleiding mogelijk.

Vanaf januari 2018 kan je een beroep doen op een begeleider van het Centrum.

Meer info: vrijwilligers.gezinsbond.be/activiteiten/draaiboeken



5. Babygebaren

Babygebaren helpen je kindje om zich uit te drukken zodat een heleboel frustraties in de kiem kunnen worden gesmoord. Door gebruik te maken van gebaren kunnen baby's en jonge kindjes duidelijk maken wat ze bedoelen. Tijdens de workshop leer je een 15 tot 20-tal gebaren aan. Met die bagage kan je thuis onmiddellijk aan de slag. Vanaf 6 maanden kan je de babygebaren gaan gebruiken en rond een maand of acht kunnen kindjes terug gaan gebaren. Met babygebaren leer je een eenvoudige gebarentaal, waarmee je kunt communiceren met je jonge kind. Leer op een leuke spontane manier met je kindje communiceren nog voor de eerste woordjes!



Workshop

Prijs en voorwaarden: op aanvraag
Ellen Sergeant - 0477 93 35 73
info@debabykangoeroe.be
www.debabykangoeroe.be




6. Start2papa



Hoe troost je een baby? Wat vertelt je baby als hij huilt? Wat kan jouw rol als vader zijn als je partner borstvoeding geeft? Vandaag wordt er meer en meer van vaders verwacht. Toch is het niet altijd eenvoudig om je rol als vader in te nemen in die eerste levensmaanden, zeker niet wanneer je partner borstvoeding geeft.

Een kleine baby lijkt heel hulpeloos. Toch wordt hij geboren met verrassend veel vaardigheden. Een papa stimuleert en daagt uit en zet zo zijn baby aan tot het ontdekken van de wereld. In deze praktische sessies krijg je tips die tijdens de eerste levensmaanden een wereld van verschil maken. De eerste sessie werken we met speciale draagpoppen, in de tweede sessie zijn de baby's welkom.



Workshop: 1u15 min/sessie,
2 tot 3 sessies, max. 8 papa's
(met baby's tussen 0-3 maanden)
Prijs: € 70 /sessie + km vergoeding
vanuit Sint-Niklaas
Nele Allaert - 0485 85 25 30
nele@buiктеgenbuiк.be
www.buiктеgenbuiк.be

7. Belonen en straffen

'Dat heb je goed gedaan'. 'Als je nu niet luistert, zet ik de tv af'. 'Ruim even op, dan krijg je daarna een ijsje'. Belonen en straffen maken al snel deel uit van opvoeden. Door te straffen en belonen gaan we voorbij aan de gevoelens en de belevingswereld van een kind. Willen we kinderen laten opgroeien tot zelfbewuste en zelfstandige volwassenen, dan kunnen we daar maar beter wél aandacht voor hebben. Maar hoe doen we dit?



In deze vorming gaan we hiermee aan de slag. We kijken naar het gedrag van kinderen (3-10 jaar), maar we stellen vooral hun gevoelswereld voorop.

Interactieve vorming - met begeleiders van de Gezinsbond.

Maximum 20 deelnemers.

Prijs: € 15- mits tijdig aangevraagd via activiteitenbeheer.



8. Braingym

Het Brain Gym-programma werd in de jaren '80 ontwikkeld. Brain Gym combineert bewust voelen en observeren met 26 Brain Gym-oefeningen.

Vele van deze oefeningen kwamen tot stand vanuit de ervaring dat er een duidelijk verband bestaat tussen bewegen en (lichaams)perceptie/coördinatie. Samen vormen ze een mooi geheel om je leer-vaardigheden optimaal te benutten. Deze workshop gaat over hoe Brain Gym kan helpen om beter te ontspannen (ouder en kind) en om makkelijker te leren (lezen, rekenen, concentreren, ...). Ouders leren bepaalde bewegingen aan om die aan



hun kind door te geven. Na een korte theoretische inleiding, gaan de ouders zelf bewegen en voelen wat stress doet met ons brein en hoe Brain Gym daarin een hulpmiddel kan zijn om stress te verminderen. En minder stress betekent beter leren.

Workshop. Prijs op aanvraag.

Erika Van Hooste

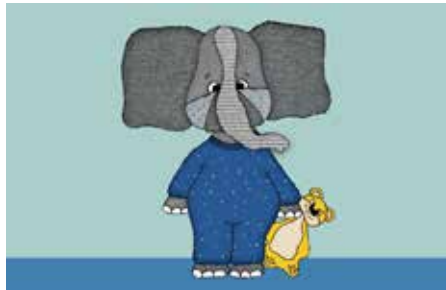
inbalansstekene@gmail.com

0478 36 01 99

www.inbewegingstekene.be



9. Lou gaat naar bed: slaaprituelen bij kinderen



Iedereen weet dat een goede nachtrust belangrijk is om optimaal te kunnen functioneren. Dat is bij kinderen net zo. Soms lukt het naar bed gaan niet zo goed en ontstaan er slaapmoeilijkheden

die ook bij ouders voor onrust en slapeloze nachten zorgen. Het lijkt vaak een uitdaging maar dat hoeft het niet te zijn. Auteur en opvoedingsondersteuner **Anja Copejans** gaat tijdens de lezing/workshop dieper in op slaaprituelen. Ze reikt handvatten aan en geeft praktische slaaptips voor het slaapritueel maar ook voor het doorslapen. Illustrator en kleuterjuf **Nathalie Slegers** leest ondertussen *Lou gaat naar bed* voor aan de kinderen en gaat nadien creatief met hen aan de slag.

Interactieve workshop in duo:

1,5 u (op woensdagnamiddag of zaterdagvoormiddag)

Interactieve lezing: 1,5 u

Prijs workshop in duo (voor ouders en kinderen): € 375 + verplaatsingskosten vanuit Zele

Lezing (voor ouders): € 250 + verplaatsingskosten vanuit Zele

Nodig: beamer en scherm

Anja Copejans - 0474 47 44 30

<https://www.facebook.com/boekenreeksLou>



10. Met de kleinkinderen online

Televisie, internet en andere media spelen een grote rol in het leven van kinderen en jongeren. Steeds meer grootouders staan voor de uitdaging



om hun kleinkinderen hierin te begeleiden. Hoe ga je als grootouder om met schermtijd? Vinden de kleinkinderen de weg in hun privacy instellingen? Heb je als grootouder al samen met de kleinkinderen gegamed of kijk je af en toe samen naar Snap's of Snapchats die binnenkomen? En als je er zelf niet veel van snapt, leer je meteen meer over privacy, gamen en sociale media.

De nadruk ligt vooral op opvoeding. Hoe kunnen grootouders hun kleinkinderen begeleiden en ondersteunen in deze digitale wereld? Met heel wat praktische tips, kennismaking met nieuwe tools en apps.

Interactieve vorming

i.s.m. Linc vzw en Mediawijs.

Prijs: € 75 - minimum 8 deelnemers

Tijdig aanvragen via de webtoepassing activiteitenbeheer om van de tussenkomst te kunnen genieten.

Met begeleiders van de Gezinsbond.



11. Wobbelyoga voor kinderen



Wobbelyoga is kinderyoga waarbij gebruik wordt gemaakt van het Wobbel board. Hiermee gaat een hele nieuwe wereld aan oefeningen en mooie verhalen open. Want het kan een eiland in de zee zijn waar we op uitrusten of een berg om over te klauteren. Een glijbaan om af te glijden... Wobbelyoga combineert het mooiste van yoga met alle mogelijkheden van de Wobbel. De Wobbel maakt de yogalessen vernieuwend, waarbij op een leuke en uitdagende manier wordt gewerkt aan kracht en balans. De lessen zorgen ervoor dat de kinderen hun lichaamsbesef vergroten en hun zelfvertrouwen zien groeien. Inspanning en ontspanning wisselen af en aan het einde van

de les stapt ieder kind trots, ontspannen en met een grote glimlach van de Wobbel.



Workshop voor groepen kinderen van 4 tot 10 jaar.

Max. aantal kinderen per groep: 10.

Prijs: € 35/uur, materiaal inbegrepen + km vergoeding.

Sabrina Vankerckhove

sabrina@hotmail.com - 0471 82 92 76

www.yogadreams.be

12. Perfectionisme: zeg me dat ik OK ben!

Perfectionisme is een basispatroon in onze maatschappij geworden. Twee kernwoorden liggen aan de basis: meer en beter. Ook onze kinderen krijgen dit mee. Zij worden aangemoedigd een patroon te ontwikkelen dat hen



slimmer, beter, gezonder,... maakt, maar soms het tegenovergestelde oplevert. Het 'meer en beter' wordt ervaren als 'Ik ben niet goed zoals ik ben'. Vanaf dan ontwikkelt het kind een nieuwe identiteit: alles staat in het teken van aanvaard worden, (graag) gezien worden, erkenning krijgen. Het kind gaat enorm zijn best doen, zichzelf wegcijferen, ... Hier is niets mis mee als het de eigen wil is. Bij veel kinderen gaat het echter over 'moeten', het is als een inwendige slavendrijver. **Ilse Peeters** is life coach, en richt zich vooral op stress en perfectionisme.



Lezing: +/- 1,5 uur

Prijs: € 150 en kilometervergoeding vanuit Hove.

Keuze van de lezing: algemeen of gericht op kinderen met faalangst en perfectionisme.

Nodig: projectiescherm
 Ilse Peeters, Huib Hostelei 14,
 2540 Hove
 03-455 07 84 - 0495-82 06 08
 ilsepee@gmail.com
 www.feelfreecoaching.be



genres, nieuw talent en oude rotten, nauwkeurig uitgekozen. Je kan in groep naar dit festival in de krokusvakantie, tijdens de Gentse Feesten en in de herfstvakantie. Klein Festijn biedt iedere editie een brede keuze met succesformules én nieuwe groepen die voor het eerst op het festival staan. Allemaal uitgekozen op speciaal ingerichte toondagen. Want zij willen het beste voor hun publiek. Grote namen of klassiekers zoals 'Vos en Haas' en 'Annie M.G. Smidt' én nieuw talent passeren in elke editie de revue.



Groepen van de Gezinsbond krijgen een groepskorting van € 1 per deelnemer.

Elk jaar tijdens de krokusvakantie, Gentse Feesten en de Herfstvakantie. Voor groepsinschrijvingen gelden aparte deadlines, op voorhand af te spreken dus! De meeste voorstellingen gaan door in: Lakenmetershuis, Vrijdagmarkt 24, Gent.
 productie@kleinfestijn.be
 www.kleinfestijn.be

13. Klein festijn

Voor elk wat wils is het uitgangspunt van Klein Festijn, het nieuwe kindertheaterfestival. Een mengeling van

14. Doeng Tsjoeka

Tuutuut! Langzaam komt de trein in beweging. Een bont gezelschap aan boord. Doeng tsjoeka tsjoeka doeng tsjoeka tsjoeka. Ritmisch rijdt de trein van deur tot deur. We zingen, toeteren en tokkelen, we klappen en dansen ons een weg naar huis... thuis... wie hoort waar? Kan het jonge publiek ons helpen een thuis te vinden voor iedereen? Een muzikale reis voor huismussen, gezelligheidsdieren en avonturiers!



Opgelet! Deze activiteit kan doorgaan vanaf 1 januari 2019

Concept en spel: ile Sagit, Martje Sermeus op gitaar en Sarissa Rombouts op saxofoon. Voorstelling voor kinderen van 2 tot 6 jaar.
 Prijs: € 240 - € 300 (2 voorstellingen op 1 dag op 1 locatie) Maximaal 30 kinderen (geen maximum voor volwassenen). Aanvragen via webtoepassing activiteitenbeheer.

15. Holder de bolder door middeleeuws Aalst



Geschiedenis hoeft echt niet saai te zijn, dat bewijzen ze in Aalst! Kinderen kunnen er de stad in trekken met een kruiwagen, gevuld met materiaal van de archeoloog en een oude kaart van Sanderus, uit de 17^e eeuw. Daarop zoeken ze de weg naar tien verschillende locaties. Makkelijk is dat niet: niet alle wegen en gebouwen bleven bewaard, sommige verdwenen zelfs. Bovendien kwamen er nieuwe gebouwen en wegen bij, die op de oude kaart nog niet te zien zijn. De 'holder de bolder-app' op de iPad maakt de junior archeologen tijdens de wandeling wegwijs in de geschiedenis van Aalst. Aan de hand van allerlei

vragen en speelse opdrachten leren ze heel wat bij. Kinderen kunnen de stadswandeling ontdekken samen met hun (groot)ouders.

Reservatie verplicht.
Prijs € 5 per gehuurde iPad.
't Gasthuys - Stedelijk Museum Aalst
Oude vismarkt 13, 9300 Aalst.
053 72 36 02 - www.aalst.be/museum
museum@aalst.be



16. Wildtree: bushcraft activiteiten op maat!



Bushcraft is het overleven in en met respect voor de natuur en jezelf. Wildtree bushcraft organiseert activiteiten voor kinderen, particulieren en groepen. Er zijn workshops rond vuur maken, water zuiveren, diersporen zoeken, oriëntatie, en nog veel meer.

Ook zeker geschikt als een teambuildingsactiviteit voor je bestuursploeg! Er is ook aanbod voor kinderen en ouders samen. Alle informatie over de verschillende mogelijkheden vind je op www.wildtree.be.

Duur: afhankelijk van de gekozen activiteit.
Prijs: minimum € 250 en afhankelijk van het aantal personen en de gekozen activiteit.
Locatie: in samenspraak, kan ook op verplaatsing.
Wildtree, Nachtegalenlaan 4,
9100 Sint-Niklaas.
Arnout Pieters - +32 (0)468 32 65 52
Info@wildtree.be



17. K-boek: krachtig voor, tijdens en na kanker

Ongeveer 1 op de 4 mensen wordt in zijn of haar leven geconfronteerd met kanker. Maar hoe vertel je zo iets aan je gezin? En hoe ga je er zelf mee om? Wat doet kanker met je lichaam? En met je hoofd? Welke behandelingen zijn er? En vooral, hoe kun je tijdens zo'n negatieve periode toch positief blijven? **Sabine De Vos** neemt je mee in haar zoektocht naar antwoorden en toont je dat kanker je ook kracht kan geven. Ze

deelt tips en tricks over hoe je je levenskwaliteit kunt verbeteren, hoe je het draaglijk kunt maken en wat lotgenoten heeft geholpen.



Lezing: subsidie mogelijk via www.auteurslezingen.be
Prijs: € 375 + € 0,35 /km vanuit Sint-Martens-Latem.
Nodig: beamer, scherm, micro, grote tafel voor boeken, en indien mogelijk parkeerplaats voor de deur.
info@sabinedevos.com
www.sabinedevos.com
<https://www.facebook.com/sabine.devos.52>

18. Bewust duurzaam consumeren: tips en valkuilen

Als consument kunnen we allemaal een steentje bijdragen tot een meer leefbare en duurzame wereld. Door ons

aankoopgedrag kunnen we de industrie sturen om meer duurzame producten te produceren en in te voeren. Tijdens de lezing worden tips gegeven voor de aankoop van duurzame producten (speelgoed, huis- tuin- en keuken-toestellen, e.d.).

Thema's die behandeld worden zijn de criteria waarop je kunt letten bij duurzame aankopen, zin of onzin van Eco labels, valkuilen bij duurzaam aankopen. De lezing wordt geanimeerd met tal van voorbeelden uit het leven gegrepen.

Karine Van Doorselaer geeft reeds meer dan 20 jaar les (Universiteit Antwerpen) over duurzaam ontwerpen en nodigt jullie uit tot een boeiende gedachtenwissel over het thema 'duurzame producten'. Een aanrader!



Lezing
Prijs in overleg + kilometervergoeding
Kvandoors@skynet.be

19. Meel, bakker en brood, 200 jaar geschiedenis



De tijd dat de prijs van het brood het dagelijks leven beheerste, ligt achter ons. Of niet? Deze vraag is het uitgangspunt voor een boeiende avond over de betekenis van het brood in de Europese geschiedenis sinds 1800.

Prof. Peter Scholliers bekeek als eerste de eetcultuur vanuit academische hoek. Sinds zijn boek *Arm en rijk aan tafel* is hij passioneel met voeding bezig. Zo schreef hij smakelijk over ons Belgisch concept 'de boterham': uniek want zoals wij die snijden, beboteren en dicht-plooien doet men het nergens. Hij vertelt ons over prijsvorming en -evolutie, technologische transformaties, soorten brood, verkooppunten, brood als machtsmiddel in de oorlog en beleid van nationale en lokale overheden.

Lezing: pakket streekproducten (zuivel, meel, bier...) + kilometervergoeding.

Nodig: beamer/projector, projectiescherm

Peter Scholliers, p/a VUB, Pleinlaan 2, 1050 Brussel.

02-629 26 70

Peter.Scholliers@vub.ac.be



heden als bibliotheek voor de 21^{ste} eeuw.

Prijs voor de **rondleiding:** € 80 (max. 20 personen).

Duur: 1 ½ uur (tijdens de openingsuren). Gentse Gidsen vzw, Godshuizenlaan 2B, 9000 Gent.

info@gentsegidsen.be - 09 233 07 72



Prijs voor de **rondleiding:** € 100 (max. 20 personen). Duur: 1,5 uur (tijdens de openingsuren). Gandante- info@gandante.be 09 375 31 61



20. Ontdek bibliotheek de Krook



De Gentse stadsbibliotheek verhuisde in 2017 van het Gentse Zuid naar de Krook: een architecturale parel, opvallend aanwezig maar niet opdringerig. En de Krook leeft! Bezoekers vinden hun weg maar ook voor niet-lezers heeft de Krook heel wat in petto. Wij kozen vier verschillende invalshoeken uit voor een geleid bezoek.

1. Wat: de bibliotheek 'nieuwe stijl': architectuur, bewoners en mogelijk-

2. Wat: De bibliotheek wordt vernieuwd, maar de boeken verdwijnen niet uit de schijnwerpers, meer zelfs: we halen een aantal Gentse schrijvers vanonder het stof. Een ludieke literaire verkenning.

Prijs voor de **rondleiding:** € 100 (max. 20 personen).

Duur: 1,5 à 2 uur (tijdens de openingsuren).

Gandante - info@gandante.be 09 375 31 61



Prijs voor de **rondleiding:** € 12 per persoon (min. 15 - max. 20 personen). Duur: 1,5 uur (tijdens de openingsuren). Info@ghent-authentic.com 09 269 52 18



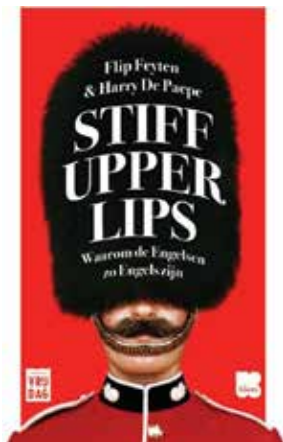
4. Wat: Rondleidingen in de Krook, zowel binnen-als buitenbezoek, met focus op de bijzondere architectuur van het gebouw. We wandelen in, rond en onder het gebouw, ontdekken deze stad-in-e-stad aan de Schelde, genieten van de schitterende uitzichten.

21. Stiff upper lips - waarom de Engelsen zo Engels zijn?

De Brexit heeft niet alleen met economie, migratie en soevereiniteit te maken, maar ook met de Engelsen zelf. Ze voelen zich niet alleen anders dan de anderen, ze zijn het ook. Wat maakt de Engelsen zó Engels? Die zoektocht

levert wonderlijke verhalen op. Hoe raakten de Engelsen verslingerd aan thee? Wat is het geheim van de Britse humor? En hoe staat het met hun legendarische gereserveerdheid, de 'stiff upper lips'? En waarom is

God een stoffige Engelsman? **Harry De Paepe** is anglofiel en leraar geschiedenis. Hij volgt de Britse politiek op de voet en publiceert er geregeld over.



Lezing: ± 1 uur

Prijs: € 150. Subsidie mogelijk via www.auteurslezingen.be.

Nodig: beamer en scherm.
harrydepaepe@gmail.com

Tip: na afloop kan je koffie en Engelse thee aanbieden, met Engelse koekjes en typische driehoekige Engelse sandwiches (kruidenkaas/zalm, en cheddar kaas/komkommer), zodat iedereen nog kan napraten.

22. Tralalie



Een cabaretseke muziekvoorstelling van **Bert Ostyn**. Deze ras muzikant speelt piano, viool en accordeon én hij zingt! Op onnavolgbare wijze brengt hij een verhaal over het leven en de liefde, over het kleine verdriet en de grote lach... Hij weet de vrolijkheid en de eenvoud van het leven uit te drukken met een kwinkslag, met visuele humor en prachtige en herkenbare liedjes. Het wordt een heerlijke, muzikale voorstelling met een verrijnde schalkse toets!!!



Voorstelling

Prijs: € 250 + verplaatsingskosten.
tralalie@gmail.com
<https://bertostyn.weebly.com/contact.html>

23. Samenleven met gezond verstand

Er gebeuren vandaag veel dingen die het samenleven ronduit ingewikkeld maken. Aanslagen, vluchtelingen, populisme: ieder

schreeuwt zijn onzekerheid en angst uit. En de debatten gaan hard tegen hard. Het gevolg is dat we dreigen te vergeten hoe we kunnen samenleven.

Patrick Loobuyck pleit ervoor dat we ons inspannen om te verbinden in plaats van te polariseren. Hij verheldert de morele uitgangspunten en de sociale mechanismen van ons samenlevingsmodel: vrijheid, gelijkheid, wederkerigheid en solidariteit.



Lezing: € 350.

Nodig: beamer, projectiescherm.

09 264 39 53

Patrick.loobuyck@ugent.be

patrick.loobuyck@uantwerpen.be

patrick.loobuyck@ua.ac.be

<https://www.canvas.be/video/genre/educatief-spiritueel/patrick-loobuyck-verschillende-levensbeschouwingen-in-harmonie-naast-elkaar>



wetenschap over deze thema's?

Historicus **Koen Aerts** (UGent) werkte mee aan "De kinderen van de collaboratie" en brengt het spanningsveld tussen beeldvorming en onderzoek in kaart. Een aanrader!

Lezing: 1,5 u met mogelijkheid tot vragen.

Prijs: € 200, + eventuele verplaatsingskosten.

Nodig: beamer en scherm en geluidsversterking voor pc (Apple).

Koen Aerts - koen.aerts@ugent.be



24. Koen Aerts: kinderen van de collaboratie



De spraakmakende Canvas-reeks "De kinderen van de collaboratie" leidde ook nu nog tot hevige beroering en discussie. Omdat wetenschappelijk onderzoek soms lijnrecht in gaat tegen het collectief geheugen. Beeldvorming versus onderzoek: welke plaats kregen bevrijding, collaboratie en repressie in het collectief geheugen? Wat vertelt de

25. Geschiedenis op het puntje van je stoel: Johan Op de Beeck



'Als ik voor een zaal sta wil ik inspireren. De mensen anderhalf uur op het puntje van de stoel krijgen. Samen genieten is dat'. Klaarwakker one-liners, scherpe analyses, drama en humor kruiden de lezingen van **Johan Op de Beeck**.

Of hij het nu heeft over de zonnekoning Lodewijk XIV (en diens netvrouwen), Napoleon, of de Belgische geschiedenis... Het is altijd een unieke belevenis. Een les geschiedenis zoals je ze op school had willen krijgen. Zijn boeken lezen al even vlot en aangenaam. Een rasechte verteller. Een echte aanrader!

Wie een voorsmaakje wil van dit verteltalent, kan terecht bij de podcasts van Klara.

Lezing: ± 1,5 uur

Prijs op afspraak

www.johanopdebeeck.com



26. Kansarm maar niet kansloos

Kinderarmoede is een hardnekkig maatschappelijk probleem. Daar waar het globale armoederisico relatief stabiel bleef, is de kinderarmoede het laatste decennium systematisch gestegen. Als gevolg daarvan staat ook in Vlaanderen de bestrijding van kinderarmoede hoog op de beleids-

agenda. Als hefboom om kinderarmoede aan te pakken wordt vaak een kinderrechtenbenadering naar voor geschoven.

Nicole Formesyn baseert

haar lezing op interviews met 30 kwetsbare gezinnen met kinderen in armoede. Een belangrijk element in de bevraging van gezinnen is dat kinderarmoede niet los kan gezien worden van armoede van de ouders. De levensomstandigheden en het welzijn van kinderen worden in belangrijke mate mee bepaald door de (gezins)context waarin het kind opgroeit. Deze opvatting loopt als een rode draad doorheen deze lezing.



27. Verander de klimaatsverandering

De klimaatcrisis. Zonder twijfel de grootste ramp die de mensheid ooit heeft bedreigd. Toch liggen we er niet van wakker. In deze interactieve lezing probeert filmregisseur, televisiemaker en klimaatactivist **Nic Balthazar** uit te leggen waarom hij zich zoveel zorgen maakt. En hij zou geen film- en tv-maker zijn mocht hij dat niet doen met een hoop filmpjes en beeldmateriaal. Zou het kunnen dat de situatie misschien nog zorgelijker is dan wordt verteld? En hoe het komt dat we niet geloven dat alle oplossingen die voorliggen een

stuk hoopvoller en realistischer zijn dan wordt verteld? Zou het kunnen dat alle crisissen die ons bedreigen misschien een gemeenschappelijke oorzaak hebben? En dus ook een gemeenschappelijke oplossing? Een boodschap van doortastend alarm, maar ook een boodschap van hoop.

Lezing: minimum 50 aanwezigen. (liefst meer).

Prijs te bespreken. Kilometervergoeding: € 25. Subsidie mogelijk via www.auteurslezingen.be
Nodig: beamer + geluidsinstallatie.
nic.balthazar@gmail.com



28. Waardig ouder (laten) worden. Denk er tijdig aan!

Bemiddeling (= Mediation) is de techniek om conflicten ver van de rechtbank op te lossen. Als je ouders ouder worden (of jij zelf) dringen bepaalde vragen zich op. Vaak gaat het over waardig wonen, zorgvolmacht, samenwonen met verschillende generaties, ...
Er is heel veel onwetendheid waardoor er achteraf niet alleen familieruzies en erfeniskwesties zijn maar vooral ook spijt. Spijt dat men het niet eerder wist. Spijt ook dat deze ruzies niet tijdig

Lezing: 70 euro en kilometervergoeding.

Nodig: beamer

Nicole Formesyn - 09 265 84 70

0491 344 123 - nicole.formesyn@samenlevingsopbouw.be





werden opgelost. **Claudia De Groot** is fiscaal jurist en bemiddelaar bij Mediationboom Conflict Bemiddeling. Zij richt zich tot de medioren, senioren én 'de kinderen van'. Ze verduidelijkt de techniek van de erfenisovereenkomst en de bemiddeling om familieruzies en erfeniskwesties op te lossen.



Lezing: 1,5u.

Prijs: € 30. Geen kilometervergoeding.

Nodig: wifi, projectiescherm, micro
Claudia De Groot - 0472 23 43 28
Claudia@mediationboom.be
www.mediationboom.be
facebook.com/mediationboom

29. Wat mijn kleinzoon weten moet



Géorg Kluger is 14 wanneer zijn vader, niet-praktiserende Jood, hem in maart 1939 op de Rode Kruistrein naar Antwerpen zet. Met de belofte dat hij en zijn moeder hem snel zullen nareizen. Zij zullen er echter nooit geraken... Géorg is alleen op de wereld.

In Antwerpen wordt de jongen niet goed opgevangen. Hij belandt in een Franstalig internaat in Kalmthout. Als de oorlog uitbreekt in mei 1940 vlucht Géorg met zijn leraren naar Leffinge. In november neemt het internaat zijn intrek in een verlaten kasteel in Bassines. Vanaf nu volgen beangstigende en gruwelijke gebeurtenissen zich op. Géorg was de oom van **Karine Van den Heuvel-Huts**, vrouw van Fernand Huts. Samen met auteur **Ivo Pauwels** dook zij in Géorgs verleden. Ivo boetseerde het geheel tot een aangrijpende kroniek over een van de verborgen oorlogskinderen van WOII.



Lezing

Prijs: € 300 (binnen Oost-Vlaanderen geen verplaatsingsvergoeding).
Nodig: beamer, laptop, scherm, correcte bekabeling (micro, geluidsinstallatie).
karine.hutsvdh@gmail.com
ivopauwelsauteur@gmail.com

30. Das Box: stadspellen voor groepen

De spellen van Das Box worden al 10 jaar over heel Europa gespeeld en zijn uitgegroeid tot een vaste waarde, voor jong én oud. Omdat je het spel



aankoopt en de rest zelf organiseert zijn deze spellen ook zeer betaalbaar. Eenmaal aangekocht, kan je het steeds opnieuw spelen.

Er zijn spellen op maat van kinderen en volwassenen.

Waarom niet met Super Snap een stad beter leren kennen? Kies je liever voor actie en spanning? Dan ga je toch voor Super Cops. Of maak van de kinderen echte detectives met Super Secret.

Alles wat je nodig hebt, vind je in de doos en de app die bij het spel hoort. Extra leuk: leden van de Gezinsbond krijgen 10% spaarkorting bij aankoop in de webshop (let op: ga naar de shop via gezinsbond.be/dasbox)!



Uitstap/stadspel

volwassenen en/of kinderen
Prijs: vanaf € 29 (gezinsbox)
€ 79 (groepsboxen)
Nodig: gsm en de spelbox
www.dasbox.be
0485 85 85 86
info@dasbox.be

Noteer in de agenda!

LIVE! met Lieve Blancquaert

Fotografe en journaliste **Lieve Blancquaert** is bij ons te gast met Live! Over haar drieluik Birth Day, Wedding Day en Last Days. Een unieke lezing speciaal voor de Gezinsbond. Een voorbode op de overzichtstentoonstelling in het voorjaar!

**Donderdag 28 februari 2019
om 20u, Zaal Parnassus,
Oude Houtlei 22, 9000 Gent.
Inschrijven via gezinsbond-ovl.be
vanaf 1 december 2018.**



Colofon

Deze katern kwam tot stand m.m.v.: Aureel Van den Brande, Gracienne De Bruyn, Els D'Eer, Frank De Groote, Luc De Meester, Marc Engels, Georgette D'Hondt, SCW Gezinsbond Brussel, Marjan Verheyen, Joost Vermeersch, Alix Vermeire en Suzanne Vreys.

Eindredactie & coördinatie:
Suzanne Vreys



Op zoek naar nog meer tips? www.dekatern.be

Om jullie nog meer van dienst te zijn, hebben we alle tips van dit jaar en de voorbije jaren verzameld op de website [dekatern.be](http://www.dekatern.be). Deze website zal vanaf half december online staan met nog meer tips en een handige zoekfunctie. Zo kan je zoeken op doelgroep, leeftijd, categorie, in welke katern je het eerder zag, maar ook gewoon alfabetisch... Heb je zelf nog een leuke activiteit georganiseerd, een interessante spreker gehoord... laat het ons weten!



Gezinsbond
groeit met je mee