

Limburg
ava
nsa

samen naar beter



AANBOD
KANSENGROEPEN

2025

Aanbod voor kansengroepen

Avansa Limburg organiseert leerrijke activiteiten in de vrije tijd voor elke volwassen Limburger. We vinden levenslang leren belangrijk. Want leren maakt mensen sterker. En sterke mensen maken de samenleving beter.

Maar voor sommige mensen gaat leren niet vanzelf. Mensen uit kansengroepen moeten vaak drempels overwinnen om een cursus te volgen. Avansa wil drempels wegnemen en het recht op leren voor zoveel mogelijk Limburgers realiseren.

Alle activiteiten in deze folder hebben als doel: mensen versterken. Alle activiteiten zijn persoonsversterkend, ontspannend of gericht op sociale en culturele participatie. Bij elke activiteit staat de prijs. We geven alle verenigingen waar armen het woord nemen uit Limburg een fikse korting om activiteiten met Avansa te organiseren.

Hoe werkt dat? Dat lees je in het reglement in bijlage.

De activiteiten in deze folder zijn een selectie uit het aanbod van Avansa. We hebben de activiteiten ingedeeld volgens bepaalde thema's. Dat helpt je misschien om te zoeken.

Op onze website vind je nog meer cursussen, workshops, uitstappen,... die je met ons kan organiseren. Avansa organiseert ook sociaal-artistieke projecten met kansengroepen. We werken er graag eentje uit met jouw vereniging of groep.

Tot slot is onze Vrijwilligersacademie interessant voor verenigingen die werken met kansengroepen. Het volledige aanbod vind je op www.vrijwilligersacademie.be.

Interesse om samen te werken?

Neem dan contact op met Annelies Braeken via:
annelies.braeken@avansa-limburg.be
011 560 105



veerkracht

&

weerbaarheid

afscheid: ruimte voor een nieuw begin

Iedereen krijgt vroeg of laat met afscheid te maken. Niet enkel bij een overlijden, maar ook op andere momenten. Dat hoort bij het leven.

In deze workshop ontdek je hoe elk afscheid, naast verdriet, ook een ontwikkeling als persoon met zich kan meebrengen.



3 keer 2,5u

€375 + kilometervergoeding

een techniek om minder te mopperen

Je wil niet geloven hoe vaak we mopperen en klagen op één dag. Dat is niet goed voor jezelf en je omgeving. Veerle las het boek "Een betere wereld, ophouden met klagen en mopperen" van Will Bowen.

Ze vertelt wat de negatieve gevolgen zijn van mopperen, en hoe je dat gemakkelijk kan ombuigen naar positief denken. Raar maar waar: een simpele truc met een eigen gekozen voorwerp, telkens als je moppert of klaagt, kan je gedrag veranderen.

Deelnemers mogen een eigen armband, steen of elastiekje meenemen.



3 keer 1,5u

€225 + kilometervergoeding

geluk: je bent het waard

In drie sessies leer je de Geluksdriehoek kennen. De Geluksdriehoek is een model van LOGO, met twee uitgangspunten.

Ten eerste, je gelukkig voelen is iets dat je zelf kan beïnvloeden. En ten tweede, je hoeft niet altijd het perfecte geluk na te streven.

De drie onderdelen van de geluksdriehoek zijn: jezelf kunnen zijn, je goed voelen, goed omringd zijn. Met elk deel ga je aan de slag.



3 keer 2u

€300 + kilometervergoeding

hartcoherentie

Hartcoherentie is je hartritme mooi laten samenvallen met je ademhaling. Dat zorgt ervoor dat je beter kan omgaan met stress en emoties. Hartcoherentie kan je aanleren in 4 sessies. Je leert welke oefeningen je kan doen om stress te verminderen, hoe je hart en ademhaling samenwerken, wat emoties daarmee te maken hebben, en nog veel meer.

Tijdens de sessies gebruik je een tablet om je lichaamssignalen te meten. Zo zie je op een wetenschappelijke manier wat de oefeningen met je lichaam doen. De begeleider brengt alle materiaal mee, je hoeft niet voor laptops of tablets te zorgen.

Opgelet: deze activiteit kan met maximum 16 deelnemers.



4 keer 1,5u

€1400 + kilometervergoeding

hulp vragen doe je niet, of toch?

Hulp vragen is niet altijd evident. Vaak denken we dat we het allemaal zelf moeten kunnen oplossen. Toch zit het in onze natuur om ons te laten helpen.

In deze workshop maak je kennis met een aantal hindernissen die maken dat je geen hulp vraagt. Je krijgt ook al een paar inzichten in hoe je het anders kunt aanpakken.



1 keer 2u

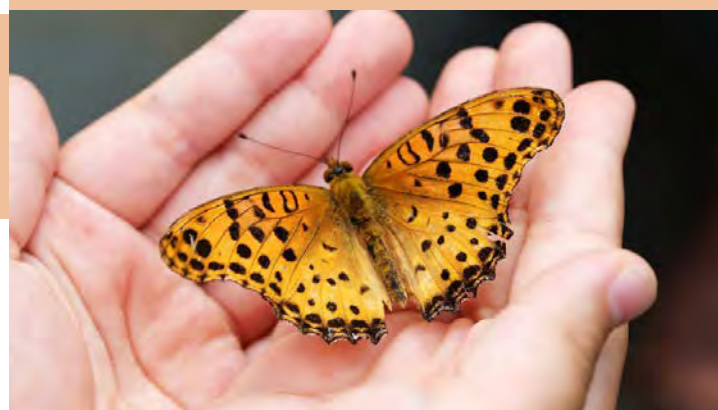
€150 + kilometervergoeding

jezelf kwetsbaar opstellen is een kracht

Kwetsbaarheid is een emotie waar bijna niemand zich goed bij voelt. We schamen ons ervoor en het maakt ons bang om niet waardevol genoeg te zijn. Daarom durven we het niet vaak te tonen.

Maar kwetsbaarheid maakt deel uit van het leven. Het betekent niet zwak of onderdanig zijn, maar moed om jezelf te zijn én te laten zien, dingen uit te proberen en het risico nemen te falen.

Deze workshop helpt je om je open te stellen voor jouw kwetsbaarheid.



1 keer 3u

**(met mogelijkheid vervolgssessies)
€150 + kilometervergoeding**

lachyoga

Lachyoga is lachen zonder reden.

Een sessie bestaat uit opwarmingsoefeningen, ademhalings- en stimulerende lach oefeningen, een lachmeditatie en relaxatie.

Dit vullen we aan met ludieke dans en spelletjes. Via het 'neplachen' komen we tot een echte lach.

We lachen niet om maar met elkaar. Lachyoga pept je conditie, humeur, vitaliteit, zelfvertrouwen en uitstraling op.



1 keer 1u of 1 keer 1,5u

€50 + kilometervergoeding (1u)

€75 + kilometervergoeding (1,5u)

maak je eigen

ritueel

In deze workshop maak je een ritueel voor een dagelijks moment of grotere levensgebeurtenis waar je extra aandacht aan wil schenken.

Mireille maakt je wegwijs in de wereld van gebruiken om te vieren, verbinden, veranderen of herstellen.

Ze voorziet materialen om je eigen ritueel vorm te geven.



1 keer 4u

€200 + kilometervergoeding

samen

zingen

Samen zingen is heel verbindend en geeft een enorm prettig gevoel. Het is een ware boost voor jouw "happiness".

Met een zangbundel zingen we bekende liedjes in het Nederlands en Engels die iedereen kan meezingen. Deze worden begeleid op gitaar en met de verschillende percussie-instrumentjes brengen jullie zelf extra sfeer en ritme in de samenzang.

En wat dacht je van een eigen lied voor jullie vereniging? Ja dat kan! In een mum van tijd maken we samen jullie eigen lijflied. Wat we daarna met veel trots en uit volle borst zullen zingen.



1 keer 1,5u

€125 + kilometervergoeding

weer stralen

In 10 sessies krijgen vrouwen in kansarmoede de kans om zichzelf in het middelpunt te zetten. Ze ervaren dat ook ze er mogen zijn. We denken samen na over onze binnen- en onze buitenkant.

Als we ons binnenin beter voelen, dan straalt dat ook af op onze buitenkant. Dat geldt ook andersom: als we er goed uitzien, voelen we ons ook beter.

Samen met Avansa organiseer je 5 sessies over persoonlijke versterking en innerlijk weer stralen. Daarna organiseer je zelf 5 sessies over uiterlijk weer stralen.



5 keer 3u

€750 + kilometervergoeding



beleef **de** natuur

mindful wandelen

Haal meer uit je wandeling. Mindful wandelen maakt je hoofd leeg en laat je echt genieten van het moment.

Tijdens onze wandeling leer je eenvoudige technieken die gericht zijn op ademhalen, ontspanning en bewust zijn van je bewegingen. Dit pas je daarna makkelijk toe tijdens je eigen wandeltochten.



1 keer 3u

€150 + kilometervergoeding

natuurwandeling

Op de grens van Bree en Bocholt, rijgen de natuurgebieden zich aan elkaar, als parels aan de Abeek. Bevers, everzwijnen, reeën, wolven, vossen en zelfs het reusachtige edelhert komen in het gebied voor, naast de grootste diversiteit aan libellen en waterjuffers van Vlaanderen.

Sint-Maartensheide- De Luysen is zeker één van de minst gekende, best verborgen parels die onze provincie rijk is. De wandeling is ongeveer 4km lang en duurt ongeveer 2,5 uur



1 keer 2,5u

**€125 + kilometervergoeding
(inclusief streekproduct)**

shinrin-yoku

therapie in het bos

Bosbaden, of in het Japans Shinrin-yoku, is therapie in het bos. Je stelt je zintuigen bloot aan de bosatmosfeer om je gezondheid te verbeteren. We trekken naar een mooie plek in de natuur om onze batterijen op te laden.

Marijke is een gecertificeerde Shinrin-yoku-gids. Ze laat je ervaren hoe helend de kracht van de natuur kan zijn door laagdrempelige en creatieve oefeningen. Je wandelt aan een rustig tempo en legt een drietal kilometer af. Zonder tijdsdruk.



1 keer 3u

€150 + kilometervergoeding

stiltewandeling

We wandelen samen door de natuur. Door te verstillen en te mediteren leren we op een natuurlijke wijze te onthaasten. Een stiltewandeling is een fijne combinatie van natuurbeleving, op adem komen, stil staan en toch bewegen.

Aan de hand van een aantal eenvoudige oefeningen creëren we samen met de groep rust en verbondenheid.



1 keer 2,5u

€125 + kilometervergoeding



onthaasten **&** verstillen

klankschalen

Klank is een krachtig middel om je te ontspannen.

Tijdens deze workshop vind je rust in je hoofd. Je stopt met piekeren.



1 keer 2u

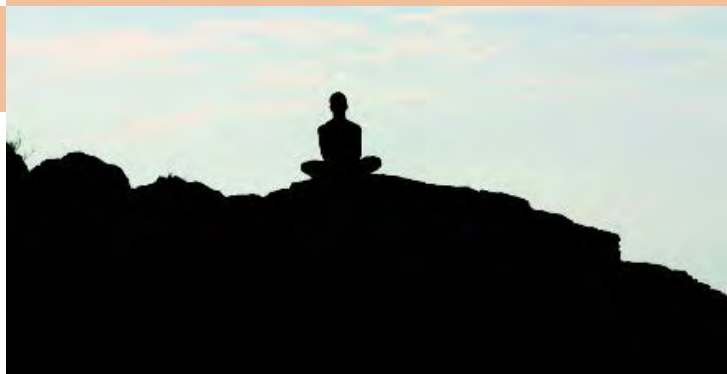
€125 + kilometervergoeding

leren mediteren

Zittende meditatie helpt om je geest kalm en helder te krijgen zonder dat allerlei emoties en gedachten je overvallen.

Fysiek zitten en de ademhaling komen aan bod. Je staat ook stil bij de geestelijke houding. Je leert omgaan met drukke en overheersende gedachten.

Tenslotte leer je meditatief stappen.



4 keer 2u

€400 + kilometervergoeding

mantra

zingen

Mantra zingen helpt je gedachten opzij zetten, brengt je tot rust en kan je weer helemaal opladen. Mantra betekent letterlijk “bevrijding van de geest”. Mantra’s zijn woorden of zinnen die steeds herhaald worden.

Deze mantracirkels worden begeleid door Marjan en Maria van Mantra Mala. Met hun stemmen, gitaar, harmonium en drum creëren ze een veilige sfeer en verbinding.



1 keer 2u

€150 + kilometervergoeding

stoelyoga

Stoelyoga is een variant op traditionele yoga met de stoel als steun. Een stoelyogales is haalbaar voor iedereen: ongeacht je lenigheid, kracht, leeftijd of conditie.

De lessen zijn rustig en mild, met een vleugje speelsheid en wat kleine uitdagingen. Meditatie, ademhaling en yogahoudingen komen aan bod. We maken spieren, gewrichten en gedachten soepel en krachtig. Je verbetert zo je balans, motoriek, coördinatie, aandacht, kracht, flexibiliteit en meer.



1 keer 1,5u

€75 + kilometervergoeding

GOOD
VIBES
ONLY

actief  creatief

dansworkshop:

reis rond de wereld

Je hoeft helemaal geen vliegtuig te nemen om op wereldreis te gaan. We ontdekken ritmes en dansvibes van over de hele wereld. We dansen doorheen de vier continenten, door tijd en ruimte.

We exploreren verschillende bewegingskwaliteiten en spelen met de muziek. Fun gegarandeerd! Alles kan, alles mag. Klaar om te ontdekken? klaar voor de reis?



1 keer 2u

€100 + kilometervergoeding

gezond koken

met een beperkt budget

Gezond eten is belangrijk. Dat weten we allemaal. 'Gezonde voeding is duur' wordt vaak gezegd. Maar is dat zo?

In deze workshop gaan we samen gezonde, evenwichtige en betaalbare menu's samenstellen die we dagdagelijks kunnen klaarmaken.

Je hebt geen kookmateriaal nodig. Dat brengt de begeleider mee. We kunnen de workshop aanpassen aan de noden van de deelnemers.



4 keer 3u

**€600 + kilometervergoeding
+ ingrediënten**

gitaar

voor beginners

Samen leren we gitaar spelen. We leren de basis. Dit zijn akkoorden en enkele eenvoudige riffs. We oefenen door liedjes te spelen.

Met deze basis kan je zelf verder aan de slag. Voor deze cursus kan je een gitaar huren van Avansa Limburg. Merk je dat gitaar spelen echt iets voor jou is? Dan kan je na afloop de gitaar kopen.



5 keer 1,5u

€375 + kilometervergoeding

kermisliedjes

van toen

Kermis is een feest waarnaar iedereen ooit uitkeek. Helaas is dat niet meer overal zo, want op vele plaatsen is er zelfs geen kermis meer.

Daarom, en ook voor hen die dit feest wel nog vieren, halen wij met plezier de kermisliedjes van toen (en nu!) nog even van stal.

Om samen te zingen en de echte kermisfeer nog een keertje te beleven!



1 keer 1u

€150 + kilometervergoeding

maak je eigen

slam poetry

Heb je iets te zeggen over mens en maatschappij? Wil je hiermee sterk naar buiten leren komen en mensen aanzetten tot denken?

In deze workshops Slam Poetry helpen we je op weg om je eigen slamtekst te schrijven en voor te brengen.

De workshop focust op het thema geluk.



3 keer 3u

€450 + kilometervergoeding



duurzaam

leven

herstel je kleding zonder naaimachine

Een losse naad, een gaatje in je bloes, een scheur, een losse knoop,... Wil je dat zelf kunnen herstellen?

Je oefent in deze workshop de verschillende basistechnieken van het naaien in. We doen dit zonder naaimachine. We bespreken ook welke materialen je nodig hebt om vlot te werken.

Je mag enkele kapotte kledingstukken meebrengen of je kan oefenen op onze proeflapjes.



1 keer 2,5u
€100 + 2 keer kilometervergoeding
+ €10 materiaalkost

maak je eigen schoonmaakmiddelen

Ervaar zelf hoe supermakkelijk het is om je eigen schoonmaakmiddelen te maken.

Het maken van je eigen schoonmaakmiddelen scheelt ontzettend in de portemonnee én in je PMD-zak.

Je leert hoe je zelf wasmiddel, allesreiniger en toiletreiniger maakt. Deze drie producten worden het vaakst gebruikt in het huishouden.



1 keer 2u
€100 + kilometervergoeding
+ €5 materiaalkost per deelnemer

upcycling: maak je dagboek van recyclagemateriaal

Wil je graag mooie papiertjes omtoveren tot een creatief boek vol herinneringen?

Samen gaan we aan de slag met oude landkaarten, muziekpapier, cadeaupapier, tijdschriftpagina's en meer om jouw eigen boek te creëren.

Dit boek kan je nadien gebruiken als dagboek, reisjournaal of om herinneringen vast te leggen.

Tijdens twee lessen sorteren we alle papiertjes tot katernen en binden we deze in tot je eigen 'junk journal'.



2 keer 2,5u
€442 + kilometervergoeding

upcycling:

maak je eigen bijenwasdoek

Beewraps of bijenwasdoeken zijn de huishoudfolie van de toekomst! Je gebruikt beewraps om potten en pannen af te dekken en aangebroken voedsel zoals een halve komkommer, stuk kaas,... luchtdicht mee af te dekken.

Maak ze in deze workshop zelf en geniet van een prachtige boterhamverpakking of vouwbare kommetjes voor onderweg. Je kan de beewraps afwassen met lauw water en ongeveer een jaar lang gebruiken.



1 keer 1,5u

**€100 + kilometervergoeding
+ €192 materiaalkost**

upcycling: maak een nieuw kledingstuk uit oude kleding

In deze workshop gaan we creatief aan de slag met oude kleding. Je bedenkt en maakt een nieuw kledingstuk, dat je niet in de winkel kan kopen.

Deelnemers mogen zelf oude kleding meenemen of aan de slag gaan met kleding uit een tweedehandswinkel.



1 keer 3u

**€100 + 2 keer kilometervergoeding
+ €10 materiaalkost**

upcycling:

maak je eigen snijplank

Je gaat aan de slag met hout van hier en maakt je eigen snijplank. Zo ontdek je met welke natuurlijke producten je de plank kan kleuren en hoe ze te onderhouden. Je kan de plank graveren en personaliseren.

We staan ook stil bij de herkomst en de eigenschappen van het hout.



1 keer 3u

**€557 + kilometervergoeding
+ €144 materiaalkost**



goed

omringd

authentiek

contact leren leggen

Ervaar je heel wat ontmoetingen als moeilijk, of niet helemaal 'echt'? Heb je beelden over jezelf, beelden over de ander, zenuwen, onzekerheid, te hoge verwachtingen, ... ? Het zijn mogelijke stoorzenders die je hinderen in je dagelijkse contacten en die echt ontmoeten in de weg staan.

Deze workshop zet je aan tot anders en authentieker contact leggen.



1 keer 2u

€150 + kilometervergoeding

een luisterend oor (zijn)

We luisteren vaak naar anderen. Dat lijkt vanzelfsprekend, maar kan je het goed? En als je iets wil zeggen aan een ander, hoe pak je dat dan het beste aan? Zonder te beschuldigen of te veralgemenen?

In deze workshop oefen je om te luisteren en goed te communiceren.



1 keer 2u

€150 + kilometervergoeding

vaardig in vriendschap

Wil je nieuwe vrienden maken of oude vriendschappen verbeteren? 'Vaardig in vriendschap' zet je op weg.

Deze 6-delige cursus start met het in kaart brengen van jouw sociale netwerk. Je ontdekt welk soort contacten je nog mist. In groep oefen je de nodige vaardigheden om actief contacten te leggen of te verdiepen.

Wat gaan we doen? Wat verwacht ik van vriendschap? Wie ben ik als vriend? Hoe maak ik nieuwe contacten en laat ik vriendschap groeien? Hoe ga ik om met grenzen of teleurstelling?



6 keer 2u

€720 + kilometervergoeding

verbindend theater

In de workshopreeks 'Verbindend theater' verkennen we op een laagdrempelige en speelse manier de creatieve, expressieve en sociale mogelijkheden van bewegings- en improvisatietheater.

We creëren samen een fijne, veilige groep waar we in verbinding met onszelf, de ander en het moment improviserend verhalen laten ontstaan. Samenspel, verwondering, humor en verbinding zijn de sleutelwoorden van deze workshopreeks.

Je leert dat jouw bijdrage aan een scène en in de groep essentieel is, dat we allemaal energetisch en creatief verbonden zijn met elkaar en dat je gerust (ook in het dagelijkse leven) erop mag vertrouwen dat jouw inbreng in om het even welke groep uniek en waardevol is.

Je hebt geen voorkennis of ervaring met theater nodig om deze workshop te volgen.



minimum 4 keer 2u

**€400 (voor 4 sessies)
+ kilometervergoeding**

wat maakt een relatie waardevol

In deze cursus leer je wat een relatie echt waardevol maakt, maar ook wat relaties moeilijk maakt.

Als je beter weet wie je bent en wat je wilt, maak je betere keuzes. Je stelt makkelijker prioriteiten en je geeft duidelijker aan hoe je de dingen voelt en wilt in relatie tot anderen.

Tijdens de eerste sessie gaan we samen wandelen (3 km). Je praat onderweg met een andere deelnemer over wat je belangrijk vindt in relaties. Jullie krijgen korte vragen mee die het gesprek begeleiden. Na de wandeling praten we na met een drankje en een hapje.

Tijdens de twee volgende sessies oefen je de eigenschappen die echt belangrijk zijn in de uitbouw van warme menselijke relaties.



3 keer 2,5u

€375 + kilometervergoeding



actualiteit



samenleving

omstaanderstraining:

react to racism

In deze interactieve workshop leer je hoe je kan omgaan met en reageren op racisme. Welke reacties hebben impact? Hoe passen die binnen het groter plaatje van racisme?

Tijdens de training krijg je theoretische achtergrond om structureel en onbewust racisme te herkennen in jezelf en in de maatschappij.

Daarnaast oefen je met concrete strategieën die je kan inzetten wanneer je met racisme te maken krijgt.



2 keer 3u

€600 + kilometervergoeding

what's in a name

Welke woorden gebruiken we om over mensen te praten. In deze vorming leer je dat woorden en de taal die we gebruiken een impact kunnen hebben.

Bovendien zijn we ons niet altijd bewust van onze taal. En zo kunnen we anderen – zonder dat we dat willen – kwetsen of uitsluiten.

We kijken welke woorden vandaag gevoelig liggen en denken na over hoe we mensen in onze omgeving kunnen aansporen om de juiste woorden te gebruiken.



1 keer 1,5u

€150 + kilometervergoeding

zo heb ik het niet bedoeld

Mensen van buitenlandse herkomst komen geregeld in aanraking met alledaags racisme: een uitspraak, een gebaar, een blik, ... die verwijst naar hun origine en die kwetst. Die uitspraken zijn vaak niet kwetsend bedoeld, maar hebben toch hun impact.

In deze vorming luisteren we naar ervaringen rond alledaags racisme en gaan met elkaar in gesprek. Aan de hand van oefeningen en interactieve werkvormen leren we beter begrijpen waar dat racisme vandaan komt en hoe het werkt.



2 keer 2,5u

**€500 + kilometervergoeding
(2 begeleiders)**



uitstappen

uitstap Brussel

Wil je graag een culturele uitstap organiseren met Avansa, voor jouw publiek?

Een uitstap naar onze hoofdstad Brussel te combineren met een bezoek het Koninklijk Museum voor Schone Kunsten Brussel. Dit museum heeft een uniek aanbod ontwikkeld. Museum op Maat biedt rondleidingen, creatieve parcours, ateliers en thema-activiteiten aan, op maat van sociale en sociaal-culturele verenigingen. Wij werken graag een uitstap uit op jouw maat.

Neem contact op met Hugo Keunen voor meer informatie via hugo.keunen@avansa-limburg.be of 011 560 118



1 volledige dag

**prijs te bepalen
(vervoer + inkom/gids)**

uitstap

Red Star Line Museum

We bezoeken het Museum Red Star Line en leren meer over de periode van de geschiedenis wanneer Europeanen naar Amerika emigreerden. We horen persoonlijke getuigenissen van mensen die toen de Amerikaanse droom zochten.

Na het museumbezoek, op weg naar de treinstation, via het centrum, wandelen we van de oude haven richting het futuristische gerenoveerde Havenhuis.



1 volledige dag

**prijs te bepalen
(vervoer + inkom/gids)**

uitstap

KMSKA

Het Koninklijke Museum voor Schone Kunsten Antwerpen oftewel KMSKA is een van de belangrijkste musea van België en Europa. Het museum ontsluit zeven eeuwen kunst: van Vlaamse primitieven tot expressionisten.

De ruimtebeleving en het lichtspel in het vernieuwde historische gebouw zijn overdonderend.



1 volledige dag

**prijs te bepalen
(vervoer + inkom/gids)**



samen lezen

Het opzet van Samen lezen is eenvoudig: we zetten ons gezellig rond een tafel met koffie en koekjes en de begeleider leest een verhaal voor.

Mensen mogen mee lezen of gewoon mee luisteren. Regelmatig stoppen we om te praten over wat we gelezen hebben.

Er ontstaan steevast mooie gesprekken. Mooie literatuur doet ons nadenken over onszelf, over de ander en over de wereld waarin we leven.

Aantal sessies is overeen te komen.

Kostprijs: vrijwilligers- en kilometervergoeding



sociaal- artistieke projecten

Avansa Limburg organiseert ook sociaal-artistieke projecten met kansengroepen. Op die manier laten we jullie stem horen, op een creatieve manier.

Dat kan bijvoorbeeld via fotografie of theater, met een podcast of via digital storytelling, door te tekenen, schilderen, zingen, ...

We bespreken samen de boodschap die we willen brengen, en op welke artistieke manier we dat willen doen. Samen gaan we op zoek naar middelen om het project te kunnen realiseren.

Avansa helpt met het schrijven van een subsidiedossier, opmaken van een begroting, zoeken naar de juiste begeleiding, ...

Heb je zin in zo'n project voor jouw vereniging of groep?
Contacteer Ina: ina.arts@avansa-limburg.be of 0476 46 01 07.

Vrijwilligers academie



vrijwilligersacademie

Vrijwilligers zetten zich samen met anderen actief in voor wat leuk, goed en juist is. Kunnen én mogen bijdragen aan hun omgeving. Dat is wat ze willen! Daarom helpt de Vrijwilligersacademie van Avansa Limburg hun talenten ontplooien en geeft ze ruimte om nieuwe initiatieven op te zetten.

We organiseren cursussen en workshops voor vrijwilligers over onderwerpen waar zij wakker van liggen. Welke papierwinkel moeten we in orde maken? Hoe maak ik een draaiboek voor onze activiteiten? Hoe maak ik een mooie flyer voor onze vereniging? Dit doen we in open aanbod en voor vrijwilligersgroepen op aanvraag.

Ook vrijwilligersorganisaties vinden bij ons vormingen en trajecten voor hun vrijwilligersondersteuners. Op welke manier geef ik feedback aan vrijwilligers? Hoe pak ik de werving en coaching aan? Wat doe ik bij conflicten in de vrijwilligersploeg? Deze onderwerpen bieden we steeds op maat aan.

Hebben de vrijwilligers die jij ondersteunt, of heeft jou vereniging nood aan vorming? De Vrijwilligersacademie heeft een ruim aanbod aan vormingen die je kennis en vaardigheden trainen.

Meer info vind je op
www.vrijwilligersacademie.be