



Activiteitenboekje 2021-2022

Dienstencentrum
Convent

Herentals

Gezondheid

Bewegingscoaching via “bewegen op verwijzing”	p. 6
Gratis bloeddrukmeting	p. 6
Gratis gezondheidswandelingen	p. 6
Luister naar je lichaam	p. 7

Ontspanning

Bingo	p. 8
Kaarten	p. 8
Cafetaria	p. 8
Petanque	p. 9

Digitale fotografie

DF1: fotografie cursus voor beginners	p. 10
DF2: workshop digitale fotografie voor gevorderden	p. 11
DF3: praktijk met digitale spiegelreflex of systeemcamera	p. 12
DF4: workshop digitale fotografie	p. 13
DF5: van fotobewerking naar beeldbewerking (groep 1)	p. 14
DF6: van fotobewerking naar beeldbespreking (groep 2)	p. 15

Creatieve workshops en cursussen

Kalligrafie beginners en gevorderden	p. 16
Hobbyatelier	p. 17
Kantwerk	p. 17
Bridge	p. 18
Kunst en cultuur voor iedereen	p. 18
Knippen en naaien	p. 19
Bloemschikken	p. 20
Tekenen en schilderen	p. 20

Activiteiten in Dorpshuis Morkhoven

Knutselen rond een thema	p. 22
Kaarten	p. 22
Hobbyatelier	p. 23

Taallessen

Duits beginners	p. 24
Duits gevorderden	p. 24
Italiaans beginners	p. 25

Engels basis A	p. 26
Engels basis B (2 groepen)	p. 26
Engels gevorderden	p. 27
Engels gespreksgroep	p. 27
Frans beginners	p. 28
Frans basis	p. 28
Frans gespreksgroep	p. 29
Frans gevorderden A en B	p. 30
Spaans beginners en vervolg	p. 32
Spaans gespreksgroep	p. 33
 Basis computercursussen Convent2	
Windows 10 beginners en vervolg (module 1 en 2)	p. 34
Cybercafé	p. 35
 Basis computercursussen Dorpshuis Noorderwijk	
Windows 10 beginners en vervolg (module 1 en 2)	p. 36
Cybercafé	p. 37
 Gespecialiseerde computercursussen	
Photoshop CS Basis	p. 38
Photoshop CS Workshop 2020	p. 38
Photoshop CS Workshop 2021	p. 39
Systeemback-up van Windows PC	p. 40
Smartphone Android of iPhone (Apple)	p. 40
Whatsapp	p. 41
Workshop “cloud”	p. 41
 Buurtcafé 't Begijntje	p. 42
 Mantelzorgcafés	p. 44
 Dementie en lotgenotencontact	p. 45
 Overleg personen met een handicap	p. 47
 Extra info	
Gelegenheidsactiviteiten	p. 48
Thuiszorgdiensten en dienstverlening	p. 48

Inschrijven voor cursussen en activiteiten

Je moet voor al onze cursussen en activiteiten inschrijven behalve voor petanque, hobbyateliers, kaarten, gezondheidswandelingen en bloeddrukmeting.

Hoe schrijf je in?

Bel naar 014-28 20 00 of mail naar dienstencentrum@herentals.be en vermeld je naam, adres, telefoonnummer, mail (eventueel) en de cursus(sen) waarvoor je wil inschrijven.

Als je via mail inschrijft, dan krijg je een bevestigingsmail.

Je inschrijving komt op een wachtlijst volgens de inschrijvingsdatum.

Wij nemen met jou contact zodra de cursus start of zodra je kunt instappen.

Uitschrijven voor een cursus

Ben je ingeschreven voor of neem je deel aan een cursus of activiteit en beslis je om de cursus of activiteit niet langer te volgen? Schrijf je dan uit!

Zo kunnen wij onze wachtlijsten aanpassen en krijgen andere geïnteresseerden de kans om de lessen te volgen.

Hoe schrijf je uit?

Bel naar 014-28 20 00 of mail naar dienstencentrum@herentals.be en vermeld je naam en de cursus waarvoor je je uitschrijft.

Beweegcoaching via “bewegen op verwijzing”

Je wil meer bewegen en gezonder leven, maar je weet niet hoe? Vraag aan je huisarts een verwijfsbrief en laat je begeleiden door een professionele coach.

Coach Kristien Wouters uit Herentals motiveert je om meer te bewegen en maakt samen met jou een persoonlijk beweegplan op. Zij biedt haar begeleiding aan in dienstencentrum Convent2, maar een huisbezoek of een wandelgesprek kan ook.

Wat kost dit?

- individueel: 5 euro per kwartier per persoon
- wie recht heeft op een verhoogde tegemoetkoming betaalt voor een individuele les 1 euro per kwartier

Sommige ziekenfondsen geven een tussenkomst.

Hoe aanvragen?

Maak een afspraak: herentals@bewegenopverwijzing.be of 0493-99 43 94.

Gratis bloeddrukmeting

Elke 2de dinsdag van de maand tussen 14 en 16 uur kun je in dienstencentrum Convent2 je bloeddruk laten meten door een gediplomeerde verpleegkundige.

Gratis gezondheidswandelingen

Elke woensdag om 13.30 uur vertrekt aan Convent2 een groepje wandelaars.

Luister naar je lichaam

Wil je ontspannen en ontstressen? De oefeningen van deze cursus zijn gebaseerd op stoelyoga en een mengeling van oosterse bewegingstechnieken, relaxatie en meditatie. Draag makkelijk zittende kledij, breng een kussen en een drankje mee.

Wanneer?

Elke maandag van 14 tot 15.30 uur. Niet tijdens de schoolvakanties. Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Waar ?

De locatie wordt bij de inschrijving vermeld.

Info en inschrijven Convent2: 014-28 20 00 of dienstencentrum@herentals.be

Bingo

Wanneer?

Vanaf oktober tot mei elke eerste dinsdag van de maand van 13.30 tot 16.30 uur.

Wat kan je verwachten?

Een hele namiddag bingo spelen in fijn gezelschap.

Inschrijven?

Via 014-28 20 00 of dienstencentrum@herentals.be.

Kaarten

Wanneer?

Alle dagen vanaf 13 uur, ook tijdens schoolvakanties.

Wat mag je verwachten?

We spelen meestal wiezen. Nieuwe kaarters zijn altijd welkom!

Cafetaria

Onze gezellige cafetaria is elke werkdag open van 13 tot 17 uur. Je kan bestellen tot een half uur voor sluiting.

Er is ook een zonneterras voor de mooie dagen.

Hier kan je mensen ontmoeten, een babbeltje doen, kaarten of een gezelschapsspel spelen, een tijdschrift of krant lezen of gewoon rustig iets drinken.

Petanque

Wanneer?

Maandag, dinsdag en donderdag vanaf 14 uur, ook tijdens de schoolvakanties.
Niet bij slecht weer, de petanquebanen liggen buiten.

Wat mag je verwachten?

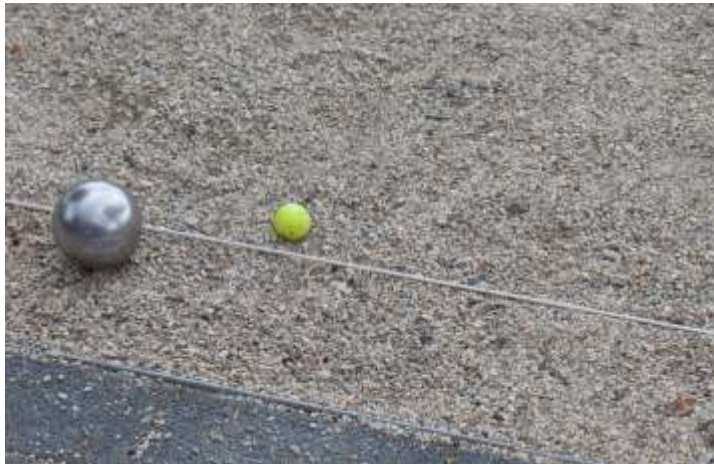
Je speelt volgens de regels van het spel.

Voor wie?

Nieuwe mensen kunnen in de loop van het jaar instappen.

Wat meebrengen?

Wie zelf een set petanqueballen heeft, mag die meebrengen. Er zijn in Convent2 ook petanqueballen beschikbaar.



DF1: fotografiecursus voor beginners

Wanneer?

Elke woensdag van 9 tot 11 uur. Niet tijdens schoolvakanties.

Voor wie?

Voor mensen die zich willen verdiepen in de fotografie en betere foto's willen leren maken. Je moet een digitaal fototoestel hebben (compact-, bridge-, systeem- of reflexcamera) en je moet met PC kunnen werken.

Wat kan je verwachten?

We bekijken de verschillende soorten camera's en leren het gebruik en de instelmogelijkheden van het toestel. We bespreken de beeldelementen: compositie, licht en kleur, scherptediepte, perspectief en standpunt.

We oefenen hoe je dit alles kan inzetten om betere foto's te maken van landschappen, portret, spelende kinderen, vakantie,... Je foto's worden regelmatig in groep besproken en je krijgt feedback om nog betere opnames te maken.

Je leert foto's beheren en bewerken met eenvoudige gratis software.

Wat meebrengen?

Je eigen toestel en handleiding. Zorg dat je camera voldoende is opgeladen!

DF2: workshop digitale fotografie voor gevorderden

Wanneer?

Elke eerste en derde dinsdag van de maand van 10 tot 12 uur. Niet tijdens schoolvakanties.

Voor wie?

Je kan vlot werken met een digitale spiegelreflexcamera of een systeemcamera, met PC of MAC en je hebt ruime ervaring en een goede technische kennis van de digitale fotografie. Je bewerkt je beelden met Photoshop en/of Lightroom.

De lesgever overlegt vooraf met nieuwe cursisten om te peilen of ze voldoende ervaring hebben voor deze cursus.

Wat kan je verwachten?

We zorgen voor workshops met theorie en praktijk rond verschillende thema's in de fotografie en we spelen hierbij in op de interesses van de cursisten. We doorlopen het hele fototraject van voor de opname tot aan het beoogde beeld: hoe maak je het beeld, camera-instellingen, geavanceerde opnametechnieken...

De foto's worden in groep besproken en je krijgt feedback vanuit de groep over de opname en nabewerking van je beelden.

We organiseren een daguitstap waar we fotografie combineren met een interessante tentoonstelling.

Wat meebrengen?

Je eigen toestel en handleiding. Zorg dat je camera voldoende is opgeladen!

Info en inschrijven in Convent2: 014-28 20 00 of dienstencentrum@herentals.be

DF3: praktijk met digitale spiegelreflex of systeemcamera

Wanneer?

Elke vierde dinsdag van de maand tussen 9.30 en 12 uur. Niet tijdens schoolvakanties.

Voor wie?

Voor cursisten die deelnemen aan de cursussen DF2 en DF4 en die de theorie willen oefenen.

Wat kan je verwachten?

We maken een wandeling op een plaats die we vooraf afspreken. We oefenen met de instellingen van de camera voor natuurfotografie. Zowel landschaps- als macro- en telefotografie komen aan bod.

Wat meebrengen?

Eigen toestel met groothoek-, macro- of kleine telelens, statief en aangepaste kledij.



Zorg dat je cameratoestel altijd voldoende is opgeladen. Breng eventueel een reserve batterij mee.

DF4: workshop digitale fotografie

Wanneer?

Eerste, derde en vierde vrijdag van de maand van 10 tot 12 uur. Niet tijdens schoolvakanties.

Voor wie?

Je moet een digitale spiegelreflexcamera of een systeemcamera hebben, vlot kunnen werken met PC of MAC én ervaring hebben met fotografie. De lesgever overlegt met nieuwe cursisten of ze voldoende ervaring hebben voor deze workshop.

Wat kan je verwachten?

We doorlopen het fotografietraject van voor de opname tot aan de afdruk. De onderdelen van dit traject worden eerst theoretisch uitgelegd en dan getoetst aan de praktijk. We leren ons fototoestel kennen en bedienen, bekijken de basisprincipes, bespreken opnametechnieken, leren foto's bewerken en bekijken de verschillende takken van fotografie zoals landschap, architectuur, macro, studio enz. We spelen in op vragen vanuit de groep. Een fotografische uitstap behoort tot de mogelijkheden.

Wat meebrengen?

Je eigen digitale reflex- of systeemcamera én de handleiding. Zorg dat je camera voldoende is opgeladen.

Info en inschrijven in Convent2: 014-28 20 00 of dienstencentrum@herentals.be

Deze prachtige natuurfoto is gemaakt door cursist Guido Jacobs.



Om de beperkingen van de camera en de fotograaf weg te werken was fotobewerking noodzakelijk. Door de technologische evolutie van camera en software en beter inzicht in de digitale fotografie worden resultaten steeds beter. Een foto moet schitteren en de kenmerken hiervoor zijn “helderheid en contrast”.

DF5 Van fotobewerking naar beeldbewerking (groep 1)

Wanneer?

Elke tweede vrijdag van de maand van 9.30 tot 12 uur.

Voor wie?

Je moet ervaring hebben met fotobewerking.

Wat kan je verwachten?

Wat betekent “Helderheid en Contrast”? Wat is het verschil tussen bewerken en verwerken? Wat vertelt het Histogram? Werken met curven. Selectiemethoden en “doordrukken en tegenhouden”-methodes.

Wat meebrengen?

Een laptop voor de oefeningen met PTPhoto Editor. Deze software is gratis en biedt de gebruikers de gelegenheid om opnames te maken zowel in RAW als in Jpeg.

DF6 Van fotobewerking naar beeldbespreking (groep 2)

Wanneer?

Elke tweede dinsdag van de maand van 9.30 tot 12 uur.

Voor wie?

Je moet ervaring hebben met Photoshop CS6

Wat kan je verwachten?

Wat betekent „Helderheid en Contrast“? Wat is het verschil tussen bewerken en verwerken? Werken met Curven vormt de basis. Kennis van kanalen: de basis van de selectie methode is het “zone systeem”. De “doordrukken en tegenhouden”-methoden met helderheidsmaskers, kleur gradients en belichtingen samenvoegen.

Wat meebrengen?

Een laptop voor de oefeningen met PS CS6 of een meer recente release met de gratis uitbreidingssoftware: TKBasic V6. Hierover meer details in de eerste samenkomst.

Info en inschrijven in Convent2: 014-28 20 00 of dienstencentrum@herentals.be

Kalligrafie beginners

Wanneer?

Op donderdag van 13.15 tot 15.45 uur. Niet tijdens schoolvakanties. Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Wat mag je verwachten?

In de beginnersgroep worden nieuwe cursisten meteen ondergedompeld in het schrijven van mooie teksten. Je start met een alfabet waarin de techniek van het kalligraferen wordt uitgelegd.

Wat meebrengen?

De lesgever zorgt voor het basismateriaal voor het eerste alfabet en legt uit wat je nadien nodig hebt.

Kalligrafie gevorderden

Wanneer?

Op donderdag van 9.30 tot 12 uur. Niet tijdens schoolvakanties. Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Wat kan je verwachten?

Bij de aanvang van het schooljaar stelt de lesgever een aantal opdrachten voor waaruit de cursisten samen kiezen. Gedurende het jaar worden de opdrachten verder uitgewerkt.

Wat meebrengen?

De eerste les bespreek je met de lesgever welk materiaal je moet voorzien.

Hobbyatelier

Wanneer?

Woensdag van 13.30 tot 17 uur, ook tijdens schoolvakanties.

Wat mag je verwachten?

Breien, haken en handwerk met als thema 'leren van mekaar'. Sociaal contact is hier belangrijk. Er is geen lesgever en geen vast programma.

Voor wie?

Iedereen kan in de loop van het jaar instappen.

Wat meebrengen?

Je brengt eigen brei-, haak- of handwerk mee.

Kantwerk

Wanneer?

Maandag van 13 tot 17 uur, ook tijdens schoolvakanties.

Wat mag je verwachten?

Er is geen lesgever en geen vast programma. Sociaal contact is hier belangrijk met als thema 'leren van mekaar'.

Voor wie?

Je moet ervaring hebben. Je kan in de loop van het jaar instappen.

Wat meebrengen?

Je brengt eigen werk mee.

Info en inschrijven in Convent2: 014-28 20 00 of dienstencentrum@herentals.be

Bridge

Wanneer?

Elke donderdag van 13.30 tot 16.30 uur, ook in schoolvakanties. Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Er worden jaarlijks ook initiatielessen gegeven.

Wat mag je verwachten van de initiatielessen?

Je leert in 12 lessen stapsgewijs dit kaartspel. Een officiële instructeur geeft praktische lessen voor jong en oud. Spelen kan vanaf de eerste les. Na de lessenreeks mag je elke dondernamiddag komen bridgen.

Voor wie?

Extra inschrijvingen komen op een wachtlijst

Kunst en cultuur voor iedereen

Wanneer?

Woensdag van 11 tot 12.30 uur. Niet tijdens schoolvakanties. Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Wat mag je verwachten?

We maken een reis doorheen de tijd en starten in de prehistorie. We staan even stil bij de geschiedkundige achtergrond. We bekijken onder andere de bouwkunst, de beeldhouwkunst, de schilderkunst, de muziek, de mode, de tuinstijl... in een periode. We leggen de link met de moderne kunst.

Voor wie?

Voor liefhebbers van kunst en cultuur. Er is geen speciale voorkennis nodig. De lesgever werkt met een eigen cursus.

Knippen en naaien

Wanneer?

Maandag van 12.30 tot 16.30 uur, ook in schoolvakanties. Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Wat mag je verwachten?

Een gediplomeerde naaister begeleidt jou. Je kunt leren werken met een naai- en overlockmachine, een gepast patroon kiezen en uittekenen, een gepaste stof kiezen voor een kledingstuk. Je kunt er ook vrijblijvend terecht met vragen over patronen, stiksels, technieken,... of een kledingstuk inkorten, vermaken of omzoemen. Deze cursus heeft geen strikt programma.

Voor wie?

Er is geen speciale voorkennis nodig.

Wat meebrengen?

Je brengt je eigen werk mee. Wij hebben 3 naaimachines en 1 overlockmachine. Je mag ook je eigen naaimachine meebrengen.

Info en inschrijven in Convent2: 014-28 20 00 of dienstencentrum@herentals.be

Bloemschikken

Wanneer?

1 x per maand op vrijdag van 13.30 tot 16 uur. Niet tijdens de zomermaanden.
Inschrijven aan het onthaal. Voor de data bel je best naar 014-28 20 00.

Wat mag je verwachten?

Je kiest een makkelijk of moeilijker bloemstuk. Zo controleer je zelf de kostprijs.
We gebruiken telkens een andere techniek: op draad zetten, binden,

Voor wie?

Geen speciale voorkennis nodig. Nieuwe mensen kunnen ook in de loop van het jaar instappen. Een voorbeeld van het bloemstuk kan je bekijken in de cafetaria.
De lijst met benodigdheden vind je daar ook.

Wat meebrengen?

Voor materiaal moet je zelf zorgen. Tijdens de les toont de lesgever de bloemstukken voor een volgende bijeenkomst en de lijst met benodigdheden.

Tekenen en schilderen

Wanneer?

1 x per week op dinsdag of donderdag van 13.30 tot 16.30 uur, ook in schoolvakanties. Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Wat mag je verwachten?

De lesgever leert je de basisbeginselen en geeft je tips en uitleg waar nodig.
Dit is geen cursus met een strikt lesprogramma. Er zijn geen vaste opdrachten, iedereen kan tekenen wat hij wil.

Als je hulp nodig hebt of vragen dan helpt de lesgever je op weg met materialen,

technieken, kleuren, enz.

Voor wie?

Er is geen speciale voorkennis nodig.

Wat meebrengen?

De lesgever bespreekt tijdens de eerste les wat je nodig hebt.



Info en inschrijven in Convent2: 014-28 20 00 of dienstencentrum@herentals.be

Knutselen rond een thema

Wanneer?

Twee keer per maand op vrijdag van 13 tot 16 uur. Start op 3 september 2021.
Niet tijdens schoolvakanties.

Wat mag je verwachten?

Je maakt een knutselwerk onder begeleiding. Het thema wordt vooraf bepaald en we gebruiken verschillende knutseltechnieken.

Voor wie?

Je kunt altijd instappen. Er is geen speciale voorkennis nodig.

Wat meebrengen?

Voor materiaal kan je zelf zorgen of in samenspraak met de lesgever.

Kaarten

Wanneer?

Elke vrijdag van 13 tot 16 uur. Start op 3 september 2021. Niet tijdens schoolvakanties.

Wat mag je verwachten?

We spelen meestal wiezen. Sociaal contact is belangrijk.

Voor wie?

Nieuwe kaarters zijn altijd welkom.

Hobbyatelier

Wanneer?

Elke vrijdag van 13 tot 16 uur. Start op 3 september 2021. Niet tijdens schoolvakanties.

Wat mag je verwachten?

Breien, haken en handwerken. Sociaal contact is belangrijk. Er is geen lesgever en ook geen vast programma. We leren van mekaar.

Voor wie?

Je kunt altijd instappen. Er is geen speciale voorkennis nodig.

Wat meebrengen?

Je brengt je eigen brei-, haak- of handwerk mee



Info en inschrijven in Convent2: 014-28 20 00 of dienstencentrum@herentals.be

Duits beginners

Wanneer?

Maandag van 10 tot 12 uur. Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Wat mag je verwachten?

Je leert lezen, luisteren, spreken en schrijven. We gebruiken korte teksten die worden voorgelezen, we stellen vragen, leren nieuwe woorden en uitdrukkingen, reconstrueren en controleren de tekst en brengen verbeteringen aan.

Voor wie?

Geen voorkennis nodig. Best instappen bij start nieuw schooljaar.

Wat meebrengen?

De lesgever stelt zelf een cursus samen en zorgt voor kopieën.

Duits gevorderden

Wanneer?

Woensdag van 14 tot 16 uur. Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Wat mag je verwachten?

Je leert lezen, luisteren, spreken en schrijven. We gebruiken hiervoor krantenartikelen die worden voorgelezen, we stellen vragen, leren nieuwe woorden en uitdrukkingen, reconstrueren en controleren de tekst en brengen verbeteringen aan.

Voor wie?

Je moet basiskennis Duits hebben. Best instappen bij start nieuw schooljaar.

Wat meebrengen?

De lesgever stelt zelf een cursus samen en zorgt voor kopieën.

Italiaans beginners

Wanneer?

Elke donderdag 13.30 tot 15.30 uur. Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Wat mag je verwachten?

De cursus begint van nul. Je leert er praktisch Italiaans, met veel woordenschat en de basis van grammatica. De nadruk ligt op spelenderwijs leren.

Voor wie?

Er is geen voorkennis vereist. Instappen bij start nieuwe schooljaar.

Wat meebrengen?

De lesgever zorgt voor kopieën.



Engels basis A

Wanneer?

Maandag van 10 tot 12 uur. Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Wat mag je verwachten?

De lesgever werkt rond thema's zoals feestdagen. Na de pauze wordt er over de actualiteit gepraat in het Engels. Je krijgt elke les een dictee en huiswerk zoals een kruiswoordraadsel dat klassikaal verbeterd wordt. Minder gekende woorden worden dan uitgelegd.

Voor wie?

Kleine elementaire kennis vereist. Best instappen bij start nieuw schooljaar.

Wat meebrengen?

De lesgever zorgt voor kopieën.

Engels basis B (2 groepen)

Wanneer?

Groep 1: dinsdag van 9.30 tot 11 uur. Groep 2: dinsdag van 11 tot 12.30 uur.

Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Wat mag je verwachten?

Je leert lezen, luisteren, begrijpen, spreken en schrijven. We werken met korte teksten die we ontleden.

Voor wie?

Elementaire kennis vereist. Best instappen bij start nieuw schooljaar.

Wat meebrengen?

De lesgever zorgt voor kopieën.

Engels gevorderden

Wanneer?

Dinsdag van 14 tot 16 uur. Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Wat mag je verwachten?

Je leert lezen, luisteren, spreken en schrijven. We gebruiken krantenartikelen die worden voorgelezen, we stellen vragen, leren nieuwe woorden en uitdrukkingen, reconstrueren en controleren de tekst en brengen verbeteringen aan.

Voor wie?

Je moet een degelijke basiskennis hebben.

Wat meebrengen?

De lesgever zorgt voor kopieën.

Engels gespreksgroep

Wanneer?

Maandag van 13.45 tot 15.15 uur. Nieuwe inschrijvingen komen op wachtlijst.

Wat mag je verwachten?

De lesgever gebruikt actuele onderwerpen, teksten van www.flanderstoday.eu, liedjesteksten, toeristische info, cartoons,... Je mag zelf ook onderwerpen aanbrengen. Dialoog is belangrijk, daarom wordt ook in groepjes gewerkt. Een ongedwongen sfeer en speelse aanpak primeert, zodat elk deelnemer zonder schroom zijn zeg durft te doen.

Voor wie?

Je moet over een degelijke basiskennis beschikken. Je mag gedurende het hele jaar aansluiten. Max. 12 cursisten. Extra inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Wat meebrengen?

De lesgever zorgt voor kopieën.

Frans beginners

Wanneer?

Donderdag van 9 tot 10.30 uur. Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Wat mag je verwachten?

Dit is een beginnerscursus. We starten bij de basis en bouwen geleidelijk op naar praktisch Frans dat je kan gebruiken op reis.

Voor wie?

Voor liefhebbers van de Franse taal en cultuur. Er is geen elementaire kennis vereist.

Wat meebrengen?

De lesgever gebruikt het tekstboek en werkboek Voyages 1 nieuw van de Uitgeverij Intertaal. Tekstboek en werkboek moeten door de cursist aangekocht worden.

Frans basis

Wanneer?

Maandag van 14 tot 16 uur. Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Wat mag je verwachten?

De lesgever werkt dikwijls rond thema's zoals feestdagen. Na de pauze wordt er over de actualiteit gepraat in het Frans. Je krijgt elke les een dictee en huiswerk.

Voor wie?

Een elementaire kennis is vereist. Instappen kan bij het begin van het schooljaar.

Wat meebrengen?

De lesgever gebruikt een eigen handboek dat door de cursist moet worden aangekocht en zorgt voor kopieën.

Frans gespreksgroep

Wanneer?

Woensdag van 13.30 tot 15 uur. Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Wat mag je verwachten?

Je leert vlot Frans praten aan de hand van onderwerpen zoals cultuur, geschiedenis, kunst, muziek, ... De lesgever legt de nadruk op uitbreiding van de woordenschat en uitspraak, minder op grammatica.

Voor wie?

Deelnemen kan enkel als je al over een degelijke kennis van de Franse taal beschikt.

Wat meebrengen?

De lesgever zorgt vooraf voor teksten die de groep gaat bespreken.



Info en inschrijven in Convent2: 014-28 20 00 of dienstencentrum@herentals.be

Frans gevorderden (A)

Wanneer?

Vrijdag van 14 tot 16 uur. Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Wat mag je verwachten?

De nadruk ligt op praten en grammatica aan de hand van actuele onderwerpen.

Voor wie?

Cursisten moeten over een degelijke basiskennis beschikken om te kunnen deelnemen. Instappen kan bij voorkeur in het begin van het schooljaar.

Wat meebrengen?

De cursisten maken gebruik van een handboek, dat je moet aankopen.

Frans gevorderden (B)

Wanneer?

Woensdag van 9.30 tot 11.30 uur. Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Wat mag je verwachten?

Je leert nuttige woorden, bruikbare dialogen en onmisbare spraakkunst. We trekken in deze lessen ook veel tijd uit voor Franse chansons, leuke spelletjes en discussies. De cursisten werken mondeling onderwerpen uit die hen interesseren: vb. een vakantiebestemming, een hobby of een actualiteit. We proberen in deze lessen onze kennis van het Frans op een aangename manier in de praktijk om te zetten én we herhalen heel vaak.

Voor wie?

Er is degelijke voorkennis vereist. Best instappen bij het begin van het schooljaar.

Wat meebrengen?

De lesgever gebruikt een recent handboek. Dit moet door de cursist aangekocht worden. De lesgever zorgt voor kopieën.



Info en inschrijven in Convent2: 014-28 20 00 of dienstencentrum@herentals.be

Spaans beginners

Wanneer?

Dinsdag van 10 tot 12 uur. Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Wat mag je verwachten?

De cursus begint van nul. Je leert er praktisch Spaans. De nadruk ligt op spelenderwijs leren.

Voor wie?

Er is geen voorkennis vereist.

Wat meebrengen?

De lesgever gebruikt het boek ! Sí, claro! 1.1 A1 breakthrough (intertaal) dat je aankoopt.

Spaans vervolg

Wanneer?

Vrijdag van 14 tot 16 uur. Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Wat mag je verwachten?

Je leert meer woordenschat, grammatica, belang van de juiste uitspraak. Als je deze cursus volgt, dan kun je in het buitenland al flink je plan trekken!

Voor wie?

Je moet een degelijke basiskennis hebben of de beginnerscursus gevolgd hebben.

Wat meebrengen?

De lesgever gebruikt het boek "Español en marcha", dit moet door de cursist worden aangekocht.

Spaans gespreksgroep

Wanneer?

Dinsdag van 14 tot 16 uur. Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Wat mag je verwachten?

Spreeken en onderhouden van je gevorderde kennis.

Voor wie?

Je moet over een heel degelijke basiskennis beschikken en je vlot kunnen uitdrukken in het Spaans.

Wat meebrengen?

De lesgever zorgt voor kopieën.



Info en inschrijven in Convent2: 014-28 20 00 of dienstencentrum@herentals.be

Windows 10 beginners (module 1)

Waar en wanneer?

Dienstencentrum Convent2. Elke woensdag van 9.30 tot 12 uur. Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Aantal lessen: 8

Wat kan je verwachten?

Je leert werken met muis en toetsenbord, aanmelden, afsluiten, basis internet en Word (tekstverwerking), verkenner, gegevens opslaan, mailen, enz.

Voor wie?

Wie niets kent van computers. Op een aangepast tempo worden al de basisvaardigheden aangeleerd in groep. Oefeningen worden in groep gemaakt.

Wat meebrengen?

Je mag je eigen laptop meebrengen als daar Windows 10 op staat. Overleg met de lesgever als je niet zeker bent. Convent2 heeft ook computers ter beschikking.

Windows 10 vervolg (module 2)

Waar en wanneer?

Dienstencentrum Convent2. Elke maandag van 13.30 tot 16 uur of vrijdag van 9.30 tot 12.00 uur. Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Aantal lessen: 10

Wat kan je verwachten?

Communiceren via internet, efficiënt zoeken op internet via Google. Een brief schrijven via de basis Word, die bewaren en opnieuw openen. Mails opstellen, alle vaardigheden van een mail toepassen. Groepen maken om mails te sturen.

Basis van powerpoint leren. Foto's van smartphone en camera overzetten naar PC.

Voor wie?

Je moet de basis kennen van Windows via module 1 of een beperkte kennis van Windows 10. Op een aangepast tempo worden al de basisvaardigheden aangeleerd in groep. Oefeningen worden in groep gemaakt.

Wat meebrengen?

Wij zorgen voor computers, maar je mag je eigen laptop meebrengen op voorwaarde dat er Windows 10 op staat.

Cybercafé

Wanneer?

Op vrijdagnamiddag, enkel na afspraak: 014-28 20 00.

Waar?

In Convent2.

Wat kan je verwachten?

Onze vrijwilligers begeleiden je en staan je met raad en daad bij.

Voor wie?

Voor wie vragen heeft over zijn computer, programma's of over de lessen.

Wat meebrengen?

Je mag je eigen laptop meebrengen, maar dat hoeft niet. Er zijn computers voorzien.

Info en inschrijven in Convent2: 014-28 20 00 of dienstencentrum@herentals.be

Windows 10 beginners (module 1)

Wanneer?

Op donderdag van 9.30 tot 12 uur. Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Aantal lessen: 8

Wat kan je verwachten?

Je leert werken met muis en toetsenbord, aanmelden, afsluiten, basis internet en Word (tekstverwerking), verkenner, gegevens opslaan, mailen, enz.

Voor wie?

Wie niets kent van computers. Op een aangepast tempo worden al de basisvaardigheden aangeleerd in groep. Oefeningen worden in groep gemaakt.

Wat meebrengen?

Je mag je eigen laptop meebrengen als daar Windows 10 op staat. Overleg met de lesgever als je niet zeker bent. Convent2 heeft ook computers ter beschikking.

Windows 10 vervolg (module 2)

Wanneer?

Op maandag van 9.30 tot 12.00 uur. Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Aantal lessen: 10

Wat kan je verwachten?

Communiceren via internet, efficiënt zoeken op internet via Google. Een brief schrijven via de basis Word, die bewaren en opnieuw openen. Mails opstellen, alle vaardigheden van een mail toepassen. Groepen maken om mails te sturen. Basis

van powerpoint leren. Foto's van smartphone en camera overzetten naar PC.

Voor wie?

Je moet de basis kennen van Windows via module 1 of een beperkte kennis van Windows 10. Op een aangepast tempo worden al de basisvaardigheden aangeleerd in groep. Oefeningen worden in groep gemaakt.

Wat meebrengen?

Wij zorgen voor computers, maar je mag je eigen laptop meebrengen op voorwaarde dat er Windows 10 op staat.

Cybercafé

Wanneer?

Op vrijdagnamiddag, enkel na afspraak: 014-28 20 00.

Wat kan je verwachten?

Onze vrijwilligers begeleiden je en staan je met raad en daad bij.

Voor wie?

Voor wie vragen heeft over zijn computer, programma's of over de lessen.

Wat meebrengen?

Je mag je eigen laptop meebrengen, maar dat hoeft niet. Er zijn computers voorzien.



Info en inschrijven in Convent2: 014-28 20 00 of dienstencentrum@herentals.be

Photoshop CS Basis

Waar en wanneer?

Dinsdag van 13.30 tot 16.00 uur.

Aantal lessen: 15

Wat mag je verwachten?

Je leert de basis van Photoshop. Wat zijn maskers, lagen, selecties, de interface, gereedschappen, selecties, filters en gereedschappen enz. Een volledig pakket voor de beginner om daarna de workshops te kunnen starten. Je werkt interactief in groep. Nadien kun je deelnemen aan workshops en je creativiteit ontdekken

Voor wie?

Iedereen die een goede kennis heeft van Windows 10.

Handboek

De lesgever heeft een cursus op maat gemaakt die je aankoopt.

Wat meebrengen?

Breng je eigen laptop mee of gebruik een van onze pc's in het leslokaal, een usb-stick of een externe harde schijf.

Photoshop CS Workshop 2020

Waar en wanneer?

Donderdag van 9.30 tot 12.00 uur.

Aantal lessen: 15

Wat mag je verwachten?

Je maakt basiscreaties met lagen, laagstijlen, maskers en kleuren. Je past de theorie toe. Verras iedereen met je creaties dankzij klonen, trucs, tips en maskers

Voor wie?

Je hebt de cursus CS5 Basis gevolgd of je hebt kennis van Photoshop CS versie.

Handboek

De lesgever heeft een cursus op maat gemaakt die je aankoopt.

Wat meebrengen?

Breng je eigen laptop mee of gebruik een van onze pc's in het leslokaal. Breng een usb-stick van minimaal 8 GB mee of een externe usb-schijf van minimaal 250 GB. Alle afbeeldingen worden door de lesgever bezorgd.

Photoshop CS Workshop 2021**Waar en wanneer?**

Dinsdag van 9.30 tot 12.00 uur.

Aantal lessen: 15**Wat mag je verwachten?**

Je maakt topcreaties met lagen, laagstijlen, aanpassingslagen, filters, overvloeimodi, enz. Je leert de vele gereedschappen kennen en je leert werken met de PEN. Creativiteit en moeilijkheidsgraad staan hier op hoger niveau.

Voor wie?

Je hebt de cursus Photoshop CS workshop 2020 gevolgd of je hebt kennis van Photoshop CS5.

Handboek

De lesgever heeft een cursus op maat gemaakt die je aankoopt.

Wat meebrengen?

Breng je eigen laptop mee of gebruik een van onze pc's in het leslokaal. Breng een usb-stick van minimaal 8 GB mee of een externe usb-schijf van minimaal 250 GB. Alle afbeeldingen worden door de lesgever bezorgd.

Info en inschrijven in Convent2: 014-28 20 00 of dienstencentrum@herentals.be

Systeemback-up van Windows PC

Wanneer?

Maandag van 9.30 tot 12.00 uur.

Aantal lessen: 7

Wat mag je verwachten?

Je moet een backup hebben van al de gegevens op je computer, maar ook van het besturingssysteem. Alleen zo ben je veilig als je harde schijf defect is, Windows niet meer werkt, je pc gehackt is of geblokkeerd. Je leert een eigen herstel-USB of herstel-CD en een systeemback-up maken. Je leert werken met de beste systeemback-up software.

Voor wie?

Voor elke computergebruiker.

Handboek

Cursus aanschaffen die lesgever op maat heeft gemaakt.

Wat meebrengen?

Eigen laptop + externe harde schijf (USB-HDD) met minimum 250 GB vrije ruimte. Je kan ook gebruik maken van onze pc's in het leslokaal.

Smartphone Android of iPhone (Apple)

Waar en wanneer?

Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst. Data krijg je aan het onthaal.

Wat kan je verwachten?

We werken samen met Seniorennet. Je volgt 4 lessen. Kostprijs: 20 euro. Je hebt de keuze uit een beginnerscursus of een vervolgcursus

Voor wie?

Je moet zelf een Android Smartphone of Apple iPhone hebben !

WhatsApp

Wanneer?

De data krijg je aan het onthaal.

Wat mag je verwachten?

We werken samen met Seniorennet. Je volgt 1 les. Kostprijs: 5 euro.

Voor wie?

Je moet met een smartphone kunnen werken.

Wat meebrengen ?

Je eigen smartphone. Zorg dat hij opgeladen is!

Workshop “cloud”

Waar en wanneer?

Dinsdag van 13.30 tot 16 uur. Nieuwe inschrijvingen komen op een wachtlijst.

Aantal lessen: 6

Wat mag je verwachten?

Wat is de 'Cloud', hoe werkt het en wat is het nut? Verschil tussen werken in een lokale map en in Cloud. Veiligheid en betrouwbaarheid. Wat is One Drive, Dropbox, GoogleDrive en Stack? Vergelijking van aanbieders, gratis en betaalde versies. **De lesgever installeert op je laptop een cloud-service.**

Voor wie?

Je moet kennis hebben van Windows en internet.

Wat meebrengen?

Laptop met Windows 10 of gebruik één van onze pc's in het leslokaal.

Handboek

De lesgever heeft een cursus op maat gemaakt die je aankoopt.

Buurtcafé 't Begijntje ligt in het midden van de pittoreske en historische omgeving van het Herentalse Begijnhof.

Buurtbewoners en andere bezoekers zijn welkom om hier gezellig te komen babbelen, iets te drinken, te kaarten of een gezelschapsspel te spelen.

Open elke woensdag van 13.30 tot 16 uur

Meer info: 014-28 20 00 of dienstencentrum@herentals.be





Mantelzorgcafés

In samenwerking met de ziekenfondsen, de familiegroep (jong)dementie Herentals, CADO Herentals en Samana biedt lokaal dienstencentrum Convent2 mantelzorgcafés aan. In een mantelzorgcafé kunnen naasten van zorgbehoevende personen terecht voor een luisterend oor en een deugddoende babbel. Je kunt hier netwerken en workshops volgen en je vindt hier toegankelijke informatie. Heb je een praktische vraag of wil je gewoon je hart eens luchten? Je bent van harte welkom om te komen ontspannen en even je zorgen te vergeten. Want samen zijn met lotgenoten, dat doet deugd. In het najaar 2021 zijn er 3 mantelzorgcafés.

Dag van dementie - dinsdag 21 september - 14 tot 17 u

- Film: "The leisure seeker" en fototentoonstelling: "Als je niet meer weet dat je vergeet" in cultuurcentrum 't Schaliken
Kostprijs: 5 euro, vrijetijdspastarief: 2,50 euro.
Schrijf in via www.schaliken.be/tickets of 014-21 90 88
- Tentoonstelling "kunst om niet te vergeten" in samenwerking met stedelijke academie voor beeldende kunsten in Dienstencentrum Convent2

Woensdag 20 oktober 2021 - 14 tot 16 uur

- Thema: zelfzorg. Deel 1: 'Introductie zelfzorg' door Liliana Nikolova van Coponcho. Deel 2 voorstelling oppasdiensten / mogelijkheden door dienstencentrum Convent
- Locatie: dienstencentrum Convent2, Augustijnenlaan 26/1
- Deelname is gratis. Je moet wel inschrijven: 014-28 20 00 of dienstencentrum@herentals.be

Dinsdag 23 november 2021 - 14 tot 16 uur

- Thema: dementie en palliatieve zorg
- Spreker: Jolijn Deceulaer, vormingswerker PNAT Palliatief Netwerk Arrondissement Turnhout
- Plaats: dienstencentrum Convent2, Augustijnenlaan 26/1
- Deelname is gratis. Je moet wel inschrijven: 014-28 20 00 of : dienstencentrum@herentals.be

Woensdag 8 december 2021 - 13.30 tot 16 uur

- Thema: workshop 'Kleine geluk voor mantelzorger'
- Een fijne, losse workshop met tips en praktische oefeningen. 'Klein geluk voor de mantelzorger in Vlaanderen', is een boek van Samana vol recepten en tips om aan de slag te gaan rond je eigen mantelzorgsituatie. Je leert verademen met simpele, kleine oefeningen die aansluiten bij jouw noden als mantelzorger. Je leert je behoeften aan rust, ontspanning, energie, contact of vrolijkheid kennen... Zo kom je weer aan het roer te staan van je eigen leven.
- Spreker: Patricia Truyens van Samana
- Plaats: dienstencentrum Convent2, Augustijnenlaan 26/1
- Deelname is gratis. Het boek kun je aankopen.
- Je moet inschrijven: 014-28 20 00 of dienstencentrum@herentals.be

“2-birds” is een kunstwerk op zijde van Ilse Wuyts. Zij werd gekozen uit inzendingen na onze warme oproep om een kunstwerkje te maken voor een waarderingskaartje dat wij bezorgen aan mantelzorgers.



Dementie

Bijeenkomsten en praatcafés

In Convent2 kun je deelnemen aan de bijeenkomsten van de praatcafés voor familieleden en partners van personen met dementie.

Vraag info aan het onthaal. De data vind je ook in ons maandblaadje



Kunst om niet te vergeten

De Stedelijke Academie voor Beeldende Kunst gaat in september opnieuw van start met een kunstproject voor personen met dementie.

Samen met de werkgroep dementievriendelijke gemeente organiseert de academie een cursus beeldend vormgeven waarin personen met dementie hun verborgen talenten kunnen blootleggen. Maar het gaat niet enkel over kunst maken. Ook ontmoeting en meedoen staan centraal. Familieleden, begeleiders en mantelzorgers van de cursisten mogen meekomen.

De lessen vinden plaats in de Stedelijke Academie voor Beeldende Kunst in de Markgravenstraat.

U kunt inschrijven via www.herentals.be/academie/sabk/inschrijven

Lotgenotencontact - rouw en verlies

Praatnamiddagen voor personen die een geliefde hebben verloren. Wij noemen dit lotgenotencontact "Niet loslaten, anders vasthouden".

Vraag aan het onthaal meer info.



Overleg voor Personen met een Handicap (OPH)

Het OPH is een Herentalse vereniging voor mensen met een mentale of fysieke beperking en hun vertegenwoordigers. In de werkgroep zitten alle Herentalse organisaties die werken met deze doelgroep. Ook burgers die zelf een handicap hebben of hun vertegenwoordiger kunnen deelnemen. De schepen van sociale zaken maakt ook deel uit van het OPH. De coördinatie van deze vereniging gebeurt door het lokaal dienstencentrum Convent2. Het OPH:

- ondersteunt met informatie, vorming en ontmoetingsmomenten
- zet initiatieven op poten ten voordele van mensen met een beperking. Voorbeelden zijn de Handibeurs of een G-sportdag
- adviseert het stadsbestuur over items die mensen met een beperking aanbelangen
- heeft een afgevaardigde in het strategisch atelier “zorg en welzijn”
- vergadert vier keer per jaar.

Wat staat er op het programma in het najaar?

Woensdag 8 september - 19 tot 21 uur - Manu Keirse

- thema: rouw en verlies
- spreker: Manu Keirse is klinisch psycholoog, hoogleraar verliesverwerking aan KUL, doctor in de geneeskunde en gespecialiseerd in patiëntenbegeleiding, rouwverwerking en palliatieve zorg
- plaats: lokaal dienstencentrum Convent2, Augustijnenlaan 26/1
- deelname is gratis
- schrijf in: 014-28 20 00 of dienstencentrum@herentals.be

Ontmoetingsdagen voor mensen met een handicap

Het OPH organiseert in dienstencentrum Convent2 activiteiten om mensen met een beperking samen te brengen op een aangename en ontspannen manier. Dit kan een muziekavond zijn, een filmavond of een workshop.

Zondag 10 oktober - 14 tot 18 uur - Handiseniorenbeurs

- het OPH en het seniorenoverleg organiseren samen met stad Herentals en lokaal dienstencentrum Convent2 voor de tweede maal een handiseniorenbeurs. Hier kun je kennismaken met organisaties die dienstverlening, hulpmiddelen en vrijetijdsactiviteiten aanbieden voor senioren en mensen met een handicap.



Er is randanimatie met een optreden van “Drie Bijzondere Gasten met Talent”, een demo van de staprobot van “To walk again” en een optreden van S-Sport. Je kunt deelnemen aan een rolstoelparcours van het Vlaamse Fonds voor Gehandicapten of aan een activiteit van de atletiekclub.

- plaats: foyer van cultuurcentrum 't Schaliken en zaal 't Hof
- inkom is gratis en inschrijven is niet nodig
- je krijgt een gratis draagtas voor alle folders en informatie

Dinsdag 9 november - 19 uur - infomoment FOD Sociale Zekerheid en VDAB

- onderwerpen: nieuwe wetgeving inkomensvervangende tegemoetkoming en integratietegemoetkoming en jobbegeleiding voor mensen met een handicap
- plaats: lokaal dienstencentrum Convent2, Augustijnenlaan 26/1
- deelname is gratis
- schrijf in: 014-28 20 00 of dienstencentrum@herentals.be

Gelegenheidsactiviteiten

Wij organiseren regelmatig extra activiteiten. De info vind je in de maandelijkse Uit-kalender van Herentals, het maandblaadje(*) of www.herentals.be/convent

In de gangen van Convent2 kun je genieten van een tentoonstelling van werken van onze eigen cursisten.

Thuiszorgdiensten en dienstverlening

Heb je vragen over thuisdiensten, pensioen, subsidies,..? Dan kan je terecht bij onze maatschappelijk werker en de sociale dienst. Maak een afspraak.

In het dienstencentrum zijn ook zitdagen van de federale overheidsdiensten.

De coördinator van de CADO (collectief autonome dagopvang) en de verantwoordelijke van de gezinszorg van Thuiszorg Kempen hebben ook een kantoor in Convent2.

Meer info vind je in de infobrochure “thuiszorgdiensten en dienstverlening”. Je kunt dit boekje downloaden via www.herentals.be/convent of gratis ophalen aan ons onthaal.

Het maandblaadje kun je downloaden op www.herentals.be/activiteiten-dienstencentrum-convent2



Infobrochure thuiszorgdiensten en dienstverlening

Contactgegevens

Je vindt dienstencentrum Convent2 aan de Augustijnenlaan 26/1, in de gebouwen van het vroegere moederhuis.

Je kunt Convent2 bereiken via de inrit van warenhuis Delhaize aan de Augustijnenlaan. Je auto kan je parkeren langs de Augustijnenlaan of op het parkeerterrein aan Convent2.

Je kunt ook via het Hofkwartier te voet of met de fiets naar Convent2 via de doorgang naast nummer 10. Er is een fietsenstalling achter het gebouw.

Tel. 014-28 20 00 - dienstencentrum@herentals.be

