

Workshops Vrijwilligersfestival Zoetermeer, 24 nov. 2018

Nr.	Titel workshop	Omschrijving workshop	Tijd
Locatie CKC, Leidsewallen 80, Zoetermeer			
C1	Los op je eigen broche, met rubber en tyvek	Het zwart rubber van een binnenband combineert goed met een kleurig stukje tyvek. De tyvek kun je d.m.v. hitte vervormen waardoor er een nieuwe vorm ontstaat. Een brochespeld erachter maken of aan een koord rijgen en je kunt je unieke sieraad dragen.	14:00-16:00
C2	STEMmig	Ervaar en beleef het plezier van het zingen in een Smartlappenkoor.	
C3	Dansplezier!	Er komen verschillende stijlen aan bod; een beetje klassiek, een beetje modern, een beetje jazz. Waar het om draait is het plezier in dansen!	
C4	Swingende gospels!	Leer hoe je onder leiding van zangpedagoge Sandra van den Brand adem- en zangtechniek gebruikt in swingende gospels! We zingen eenstemmige liederen, harmonieuze canons en verrassende quodlibets.	
C5	Zingen en dansen met "Jansen"	Trek uw dansoutfit maar uit de kast en smeer uw stembanden op voorhand. In deze workshop combineren we zang en dans op het nummer "Al die Jazz" uit Chicago.	
C6	Afrikaans feestje	Laat je meeslepen op de Afrikaanse ritmes van de djembé en sabar. Omar Mbenque zorgt daarbij voor voldoende inspiratie, dat wordt een swingend en enerverend feest.	14:00-15:00
C7	Afrikaans feestje	Laat je meeslepen op de Afrikaanse ritmes van de djembé en sabar. Omar Mbenque zorgt daarbij voor voldoende inspiratie, dat wordt een swingend en enerverend feest.	15:00-16:00
Locatie Forum, Stadhuisplein 1, Zoetermeer			
F1	Contact? Hoe dan?	Een gesprek voeren lijkt zo vanzelfsprekend, maar is niet altijd makkelijk. Iemand kan tegengas geven, er is onbegrip of iemand reageert heel anders dan je had verwacht. Hoe kan je in gesprek zijn, verbinding maken met de ander. Hoe kun je iemand motiveren die moeilijk te motiveren lijkt? Met deze workshop krijg je manieren aangereikt die je voor een gesprek in allerlei situaties kunt inzetten. Bijvoorbeeld bij vrijwilligerswerk, maar ook thuis met je kinderen of partner.	14:00 – 16:00
F2	Wil jij met je tijd mee en niet de boot missen?	Geef je op voor het avontuur van 3 dimensionaal ontwerpen en 3D printen.	
F3	Iedereen kan tekenen!	Leerzame workshop met veel lol en hilariteit. Wat leer je o.a. tijdens deze workshop? De basisvormen, een eigen stripfiguur ontwerpen, technieken en karikatuur tekenen. Ook jij kunt tekenen, dus schrijf je snel in voor deze workshop.	
F4	Ontwikkelklimaat voor vrijwilligers	Hoe creëer je 'een ontwikkelklimaat' voor en met vrijwilligers binnen jouw organisatie? Stichting Piëzo heeft veel ervaring met 'lerende vrijwilligers' en het creëren van een ontwikkelklimaat voor vrijwilligers. Wil je hier meer over weten voor jouw organisatie en/of werk jij samen met vrijwilligers die jij begeleidt en wil je hier extra kennis en handvatten voor hebben? Sluit dan aan bij deze workshop.	
F5	Puberbrein! Maak van de pubertijd, samen een fijne tijd!	Een workshop om meer uitleg te geven wat er in een koppie van een puber om gaat en wat er achter het pubergedrag schuil gaat. En ook eerlijke informatie, welke verleidingen pubers op welke leeftijd tegen gaan komen. Waarom je toch misschien wel stiekem een sigaretje zou proberen, je vergroeid lijkt te zijn met je mobiel, of dat je soms niet helemaal de waarheid spreekt. De bedoeling van de workshop is om handvatten te geven om tijd over te houden voor gezelligheid, thuis. En...om aanknopingspunten te geven (hoe doen andere ouders het?).	
F6	Rots en water voor volwassenen	Ervaar hoe sterk je eigenlijk bent. Wordt je bewust van je lichaamstaal. Botsen of meebewegen. Reageren vanuit rust. Durf trots te zijn. Allemaal onderwerpen die tijdens deze workshop aan bod komen. Twijfel niet en geef je op.	
F7	Het succes van de vrijwilliger	In het vrijwilligerswerk ervaar je veel positieve momenten, maar wat je onthoudt zijn voornamelijk de problemen en datgene wat niet goed ging. In deze workshop Leren van Successen belichten we de kwaliteiten van jou als vrijwilliger. Bij het waarderen- en talentgericht werken richt je je m.n. op 'wat werkt'. Kernwoorden hierin zijn kracht en kansen.	

F8	Jezelf flitsend presenteren	In een leuke en inspirerende workshop leer je om jezelf in pitch op een sprankelende wijze neer te zetten. Een Elevator Pitch is een korte krachtige presentatie over jezelf waarin je aangeeft wie je bent, wat je kan en waar je naar opzoek bent. Het is een effectieve manier om je te bewegen in netwerken, voor sollicitaties en verkoopgesprekken. Je gaat naar huis met een mooie en effectieve pitch.	
----	-----------------------------	--	--

Locatie Piezo Palenstein, Rakkersveld 253, Zoetermeer

P1	Kleurenanalyse	Deze leuke en leerzame workshop is voor iedereen die zich afvraagt in welk seizoenstype zij thuishoort. -Ben ik een lente-, zomer-, winter-, of herfsttype? Of behoort ik misschien tot één van de tussentypes; koel, warm, licht, donker, neutraal of helder? En wat houdt dat dan precies in? De voordelen van een kleurenanalyse. - Geen miskopen meer, - Tijdwinst; makkelijker winkelen, - Geldbesparing; minder kleding nodig door de vele combinatie.	14:00 – 16:00
P2	Feestelijk make-up	Deze workshop is voor iedereen die graag wil leren hoe je een mooie en feestelijke look creëert en hoe je je make-up extra feestelijk kunt maken. Je leert jezelf goed opmaken. Wat het effect is van goed aangebrachte oogschaduw en lippenstift. Of een lijntje je oogopslag goed doet en waar je precies blusher aanbrengt. Hoe je je make-up extra feestelijk kunt maken.	
P3	Wereldhapjes maken	Deze workshop is voor iedereen die graag wil leren hoe je hapjes maakt voor een feest. Hapjes uit de wereldkeuken, dat is dubbel feest! Of het nu gaat om een hapje bij het aperitief of om een heel hapjesmenu. Met hapjes maak je iedereen blij. Deze workshop neemt je mee op culinaire wereldreis.	
P4	Interculturele communicatie	Zoetermeer is multicultureel, hier wonen mensen met verschillende culturele achtergronden. Deze workshop is voor iedereen die kennis wil maken met zijn/haar eigen cultuur en de betekenis ervan voor jezelf. Vervolgens gaan we de belangrijke waarden van andere culturen leren kennen. Waarbij de aandacht vooral uitgaat naar interculturele communicatie.	
P5	Wil jij leren om je eigen fiets te repareren?	Deze workshop is voor iedereen die wil leren om zelf zijn of haar fiets te onderhouden. Je leert in deze workshop banden plakken, remkabels vervangen en remmen en versnelling bijstellen.	
P5	Een houten voederhuisje maken voor vogels	Deze workshop is voor iedereen die graag wil leren houtbewerken en ook een mooi product mee naar huis wil nemen. Er liggen bouw pakketjes klaar die je onder deskundige begeleiding in de houtwerkplaats aan elkaar leert zetten en afwerkt. Het product dat je gaat maken is een voederhuisje voor vogels. In koudere periodes kun je daarmee de tuinvogels bijvoeren. Je kan het voederhuisje vullen met allerlei voer.	
P7	Wil jij leren weven?	Deze workshop is voor iedereen die graag wil leren weven. Je gaat aan de slag op een weefraam. Weven op een weefraam is een eenvoudige en een leuke manier om kleine ontwerpen te maken. Je wordt professioneel begeleid en neemt een mooi eigen ontworpen weefwerkje mee naar huis.	
P8	Wereldhapjes maken	Deze workshop is voor iedereen die graag wil leren hoe je hapjes maakt voor een feest. Hapjes uit de wereldkeuken, dat is dubbel feest! Of het nu gaat om een hapje bij het aperitief of om een heel hapjesmenu. Met hapjes maak je iedereen blij. Deze workshop neemt je mee op culinaire wereldreis.	