

PROGRAMMA

DOORLOPEND Infokraam met het aanbod van sport in Lier

DOORLOPEND Spelletjes en animatie voor de allerkleinsten

12u00 Onthaal

met koffie, thee, fruitsap & water

12u30 Verrassingsmaaltijd

€ 1,5 (€ 3 zonder GOMOR)

Initiaties 1 14u00

Tennis (vanaf 12 jaar)
Badminton (vanaf 8 jaar)
Volleybal (vanaf 12 jaar)

Initiaties 2 15u30

Taekwondo (vanaf 6 jaar)
Tafeltennis (alle leeftijden)
Kubb (alle leeftijden)

Initiaties 3 17u00

Tibetaanse oefeningen (alle leeftijden)
Voetbal (vanaf 10 jaar)
Dans (alle leeftijden)

Alle initiaties zijn gratis!

Let op: deelname aan maaltijd en initiaties gebeuren via inschrijving.

Geef zeker aan welke initiaties je wil volgen want voor sommige is het aantal deelnemers beperkt. Je kan er 3 kiezen (1 van keuze 1; 1 van keuze 2; 1 van keuze 3)!

Ook welkom als je liever een kijkje komt nemen en/of een babbeltje slaan.

Ons Gedacht, wat? Ons Gedacht is een vereniging waar armen het woord nemen. Bij Ons Gedacht vinden we dat armoede een onrecht is. Samen proberen we dingen te veranderen, zodat er echt iets verbetert in het leven van mensen in armoede. Vind jij armoede ook onaanvaardbaar? Wil je er mee iets aan doen? Voor jezelf of voor anderen? Dan is Ons Gedacht echt iets voor jou!

Elke dinsdag tussen 12u en 17u kan je bij Ons Gedacht terecht voor een luisterend oor, een gezellige babbel, informatie en een warme

tas koffie. Twee keer in de maand komen we bijeen om samen te werken aan de problemen die mensen in armoede ervaren. We doen ook een hoop leuke activiteiten en uitstappen én we maken vooral veel plezier! Je bent van harte welkom!

Carrousedag, wat? Met de Carrousedag willen we mensen op een laagdrempelige manier laten kennismaken met cultuur en sport in Lier. Dit jaar staat de Carrousedag volledig in het teken van sport. Smeer jullie beentjes al maar in!

zaterdag 30 mei 2015

CARROUSEL
DAG

*Koninklijk Technisch Atheneum
Predikherenlaan, 18 in Lier*

INITIATIES

Tennis, met Caroline

(14:00-15:00)

Je hoeft niet Kim Clijsters of Roger Federer te heten om te scoren op onze tennisinitiatie. Caroline van tennisclub 't Spui brengt jullie de basis bij. Samen geven we er een lap op! Meebrengen: tennisschoenen of schoenen met platte (!) zolen. Met loopschoenen, geribbelde zolen of schoenen met een hak mag je het tennisterrein niet betreden.

*Voor volwassenen en kinderen vanaf 12 jaar
Plaats voor 12 deelnemers*

Volleybal, met Jochem

(14:00-15:00)

'Ace', 'smash', 'pipe', 'pancake'... Klinkt dat jou ook als Chinees in de oren? Dan brengt Jochem van V.C. SMASH daar snel verandering in! Doe mee en maak kennis met de basistechnieken van het volleybal!

*Voor volwassenen en kinderen vanaf 12 jaar
Plaats voor 12 deelnemers*

Badminton, met Koen

(14:00-15:00)

*"Er zijn er die de kunst verstaan, het ding te raken hoe ze willen. Bij anderen minder bekwaam, vliegt de pluim naar eigen grillen."** Na de initiatieles badminton weten jullie als geen ander hoe de pluim te temmen! Koen van badmintonclub Tornado leert jullie de kneepjes van het vak! (* Uit het gedicht 'Badminton' van Bert De Smedt.)

*Voor volwassenen en kinderen vanaf 8 jaar
Plaats voor 8 deelnemers*

Taekwondo, met René

(15:30-16:30)

Taekwondo is meer dan een vechtsport alleen. Het is een levenshouding waarbij zelfbeheersing, discipline en respect voor de medemens vergroot worden. Ook het persoonlijk zelfvertrouwen en psychisch evenwicht worden versterkt. Geïnteresseerd? Dan laat René van Mun Mu Lier jullie kennismaken met de wonderde wereld van de Taekwondo!

Voor volwassenen en kinderen vanaf 6 jaar

Kubb, met De Samenhang

(15:30-16:30)

Jong, oud, dik, dun, sportief of iets minder sportief? Kubben kan iedereen! Dit Zweedse werpspel met houten blokken en stokken speel je in groep en is geschikt voor alle leeftijden! Plezier gegarandeerd!

Pingpong, met Saeed en Michael

(15:30-16:30)

In de 19de eeuw zouden Britse officieren in India het tafeltennis hebben uitvonden, als variant op het tennis. De salon- of eettafel diende als tennisbaan, als net werd een rijtje boeken gebruikt, de bal was een bolletje wol of een champagnekurk, de deksels van sigarendozen deden dienst als racket...

Geen champagne voor ons maar wel twee échte pingpongtafels, waar je je naar hartelust op kan uitleven! Saeed en Michael staan jullie bij met raad en daad!

Voor alle leeftijden - Plaats voor 6 deelnemers

Tibetaanse oefeningen om jong, gezond en vitaal te blijven, met Dirk

(17:00-18:00)

Enkele jaren geleden kampte Dirk met een dubbele hernia. Hij kreeg van de dokter te horen dat een zware operatie hem misschien van zijn pijn zou kunnen verlossen. Dirk koos

ervoor de operatie niet te laten doorgaan en ging zelf op zoek naar een oplossing. Dankzij vijf oude Tibetaanse bewegingsoefeningen, die hij dagelijks uitvoert, raakte Dirk verlost van zijn pijn. Hij wil de oefeningen en zijn ervaringen graag met jullie delen. Ook benieuwd? Neem dan zeker deel aan deze workshop! Meebrengen: een grote handdoek of een matje.

Voor alle leeftijden

Voetbal, met Kurt en Sven

(17:00-18:00)

Heb je interesse in voetbal of lijken de Lierse Homeless Boys iets voor jou? Kom dan naar de initiatie voetbal! Kurt en Sven laten je proeven van hoe het er op een training aan toe gaat. Geen ervaring vereist, wel veel enthousiasme!

*Voor volwassenen en kinderen vanaf 10 jaar
Plaats voor 20 deelnemers*

Dans, met Valery

(17:00-18:00)

Voelen jullie het soms ook zo kriebelen om te dansen? Ja? Dan mag je deze workshop zeker niet missen! Valery van Dansstudio Wagner staat te popelen om jullie een hoop coole moves bij te brengen. Bewegen, lachen, fijne muziek en wie weet... een toonmoment op het einde van de dag? Wij hebben er alvast zin in!

Voor alle leeftijden

CAR
ROU
SEL
DAG



Meer info en inschrijving

Ons Gedacht, Kluizestraat 37, Lier
Elke dinsdag tussen 12u00 en 17u00
03/488.22.72. of 0490/44.34.57
joke.nyssen@samenlevingsopbouw.be

Je kan je ook inschrijven via:
Dienstencentrum De Waaier
Dienstencentrum De Rosmolen
Goed Gevoel vzw
OCMW Lier

Wil je graag komen helpen bij de voorbereidingen, neem dan contact op met Kim (Ons Gedacht) – 0490/11.35.84.

In samenwerking met: TC 't Spui; BC Tornado; VC Smash; Mun Mu Lier; Dansstudio Wagner; Tafeltennisclub Lierse; Sportdienst Stad Lier; Straathoekwerk; Jeugdwelzijnswerk; Lierse Homeless Boys; De Samenhang; Goed Gevoel vzw

*Flyer niet op de openbare weg gooien a.u.b.
V.U. Joke Nyssen, Kluizestraat 37, 2500 Lier*