

## Computer/Smartphone/iPad/iPhone

### ABC van de computer, deel 1 (voor echte beginners)

Lesdata: woe 20, 27 sept, 4 en 11 okt  
Uur: van 13.30 tot 15.45 uur  
Begeleiding: Guillaume  
Bijdrage: € 12,00

### Open computer klas

Leren werken met laptop of PC, computercursus.  
verschillende thema's, vragen kunnen worden  
gesteld en opgelost in groep.  
Lesdata: reeks van 8 lessen, start woe 20 sept  
Uur: van 13.30 tot 15.30 uur  
Begeleiding: Jean-Pierre  
Bijdrage: € 30,50 voor de reeks van 8 lessen

### Smartphone voor beginners

Lesdata: nog niet bekend, je kan je naam laten  
noteren op de interesselijst. We contacteren je zodra  
nieuwe lesdata gepland zijn.  
Begeleiding: Rita  
Meenemen: Smartphone met Android  
besturingssysteem.

### iPhone voor beginners

Lesdata: Groep A: di 10,17, 24 okt en 7 nov  
Groep B: di 12, 19 dec 9 en 16 jan  
Uur: van 16 tot 18.30 uur  
Begeleiding: Albert  
Bijdrage: € 16,00 voor de reeks van 4 lessen  
Meenemen: iPhone met IOS 10 + wachtwoorden

### iPad voor beginners

Lesdata: Groep A: di 12, 19, 26 sept en 3 okt  
Groep B: di 14, 21, 28 nov en 5 dec  
Uur: van 16 tot 18.30 uur  
Begeleiding: Albert  
Bijdrage: € 16,00 voor de reeks van 4 lessen  
Meenemen: iPad met IOS 10+wachtwoorden/codes

## Muziek

### Gitaar

Verschillende niveaus,  
kennis van notenleer is niet nodig.  
Lesdata: wekelijks op woe tussen 16 en 19 uur  
Startdatum: woe 13 sept  
Bijdrage: € 66,50 voor 1ste semester

**Wij doen nog veel meer, zie ons volledig  
programma op [www.doppahuis.be](http://www.doppahuis.be).**

Doppahuis vzw, cursus -en ontmoetingscentrum  
voor volwassenen  
Ambachtsschoolstraat 19  
3500 Hasselt

011/25 03 87  
[info@doppahuis.be](mailto:info@doppahuis.be)  
[www.doppahuis.be](http://www.doppahuis.be)

Bankrekening:  
IBAN BE44 0016 8928 8645  
BIC GEBABEBB

met vermelding van cursus, dagdeel en jouw naam.



Extra cursusaanbod 2017-2018

sfeer | talen | creatief | vrijwilligers | leren | diversiteit  
| muziek | gezellig | respect | toegankelijk | kennis |  
ontmoeting | cursussen | Hasselt | gemoedelijk | algemeen  
vormend | computer | textiel

## iPad vervolgreeks

Voor mensen die de beginnerscursus gevolgd hebben of met voorkennis.

Lesdata: di 23, 30 jan en 6 feb

Uur: van 16 tot 18.30 uur

Begeleiding: Albert

Bijdrage: € 12,00 voor de reeks van 3 lessen

Meenemen: iPad met IOS 10+wachtwoorden/codes

## Algemeen vormend

### Chansons fatales: voorbespreking & voorstelling

'Eddy et les vedettes' brengen op dinsdag 28/11 in CC Hasselt een nieuw programma met Franse chansons: *"De groep brengt een ode aan de duivelse dames van het Franse lied. Juliette Gréco, Edith Piaf, Françoise Hardy, Jane Birkin en andere Brigitte Bardots deden als onweerstaanbare femmes fatales niet alleen ontelbare harten op hol slaan, ze betoverden ook hun mannelijke collega's."*

Als voorbereiding op deze voorstelling organiseert het Doppahuis een reeks van twee samenkomsten.

Vooraf beluisteren en bespreken we de liedjes die aan bod komen. Als afsluiter gaan we samen (voor diegenen die wensen) naar het concert op 28/11.

Lesdata: di 14 en 21 nov

Uur: van 16 tot 18 uur

Bijdrage: € 6,00 voor de 2 samenkomsten

Bijdrage voorstelling: € 14,00 (groepstarief)

### Geheugentraining

50+ hersenen fit houden, hoe doe je dat?

Het seniorenbrein blijft fit door het leren van nieuwe vaardigheden. Ontdek hoe je het leven op oudere leeftijd boeiend kan houden. Met veel praktische tips, uitdagingen en oefeningen.

Lesdata: vrij 17 nov, 1, 8 en 15 dec

Uur: van 9.30 tot 11.50 uur

Begeleiding: Alice

Bijdrage: € 15,00 voor de reeks van 4 lessen

## Gezondheid

### Workshop Mindfulness (week van de Geestelijke gezondheid)

In deze workshop gaan we kennismaken met Mindfulness. We leren aan de hand van oefeningen en theorie wat Mindfulness voor ons kan betekenen. Hoe we beter kunnen leren omgaan met gedachten, gevoelens en lichamelijke ongemakken. We leren hoe we aanwezig kunnen zijn in het hier, aanwezig kunnen zijn in ons lichaam en hoe we onze adem hierbij steeds als anker kunnen gebruiken. Deze workshop is bedoeld voor iedereen die openstaat voor Mindfulness en Mindfulness-oefeningen en beter wil leren omgaan met gedachten, gevoelens, spanning en stress.

Lesdatum: vrij 6 okt

(eventueel verlenging mogelijk)

Uur: van 9.30 tot 11 uur

Begeleiding: Lut (professioneel mindfulness-trainer)

Bijdrage: € 4,00

### Gezond Wonen, binnen én buiten (Actieweek Gezond binnen)

Wist je dat je gemiddeld 85% van je tijd binnenshuis doorbrengt? En dat de lucht binnen vaak meer vervuild is dan de buitenlucht? Dat de buitenomgeving ook niet altijd gezond is, weet je wel. Denk aan smog, fijn stof, ... . Maar er zijn nog meer factoren die invloed hebben op de kwaliteit van de leefomgeving: geluid, hitte, zware metalen in de bodem, eikenprocessierupsen, teken, ... . En wat met hoogspanningslijnen, straling? Moeten we ons zorgen maken of valt het allemaal mee? Je komt het allemaal te weten in deze boeiende vorming.

Lesdatum: ma 9 okt

Uur: van 12 tot 13.30 uur

Begeleiding: Logo Limburg

Bijdrage: gratis

## CREA

### Festival Retour in het Doppahuis

Van 14 tot 22 oktober organiseert de provincie Limburg samen met verschillende partners Festival Retour. Ook het Doppahuis doet mee!

Keuze uit verschillende workshops met als thema 'Up-cycling': van oude materialen iets nieuws toveren, zodat het nog mooier wordt dan voorheen.

Keuze uit:

- verkleedkleden maken (voor of met kinderen)
- eco-shopping tas maken
- open naaiatelier: retouches, leren stikken
- halsketting maken uit behangpapier

Lesdatum: woe 18 okt

Uur: van 13 tot 17 uur

Begeleiding: Nicole, Suzy, Gilberte, Annie, Lucienne

Bijdrage: € 3,00 per workshop (bij inschrijving je workshop van je keuze meedelen)

### Patchwork

Patchwork: kleine stoflapjes, naald, draad én veel fantasie! Meer heb je niet nodig om je eigen prachtige patchwork te maken. Maak een typische patchwork plaid of een bijzondere handtas, ... .

Lesdata: woe 20, 27 sept, 4, 11, 18, 25 okt en 8 nov (reeks van 8 lessen, wordt verlengd)

Uur: van 9.30 tot 12 uur

Begeleiding: Hilde en Nicole

Bijdrage: € 31,50 voor de reeks van 8 lessen

### Schildersatelier: creatief met verf en kleur

In deze cursus maak je kennis met verschillende materialen en technieken. Je leert je eigen interessegebieden verder ontdekken, exploreren en verdiepen. Iedere week kom je samen om je creatief uit te leven, met de mogelijkheid om te leren van mekaar, maar vooral om je eigen ding te doen - met verve!

Lesdata: wekelijks op maandag

Uur: van 16 tot 18.20 uur

Begeleiding: Jacqueline

Bijdrage: € 61,50