

## **LEZINGEN R.O.E.R. 2011-2012**

Donderdag 8 en 22 september 2011 9.30 – 12 uur

### **Aristoteles**

Prof. Koen Verrycken

De cursus is voor iedereen, die wil reflecteren over wie en wat we zijn, een aanrader! Een syllabus wordt verstrekt. Er is geen voorkennis vereist.

ROER € 16 Uitpas / € 18

Dinsdag 13 september 2011 14 – 16 uur

### **Word een mens van de daad**

Marc Van den Herrewegen

Vele mensen weten wat goed voor ze is, ze lezen boeken, volgen allerlei adviezen op, praten onophoudelijk over boeiende dingen, zoeken zich te pletter en slagen er desondanks niet in die dingen te doen en te integreren wat hen gelukkiger en evenwichtiger kan maken. Ze missen daadkracht, discipline om tot de nodige transformatie te komen. Wat zijn de essentiële verschillen tussen mensen van het woord en mensen van de daad? Wat is er nodig om van een woord een daad te maken...? Hoe kan men slechte gewoonten ombuigen in goede? Leren doen wat goed is om te doen is een ware kunst die net als elke kunst discipline, toewijding, geduld, tijd en liefde vereist.

ROER € 9 Uitpas / € 10

Maandag 3 oktober 2011 10.00 – 12.30 uur en 14.00 – 16.30 uur

### **Galerietour**

i.s.m. Amarant

De wereld van de kunstgalerie

In Knokke siert heel wat kunst - vaak op een verrassende wijze - de talrijke openbare pleinen van de badplaats. Maar daarnaast bieden ook vele kunstgaleries een interessant overzicht van moderne en actuele kunst.

De galeriewereld is nog voor velen onbekend, en vormt als het ware een wereld op zich. Reden genoeg dus om op ontdekking te gaan.

Tijdens de lezing in de voormiddag komt u in contact met het galeriewezen: de werking, de organisatie, de samenwerking met de kunstenaar, de kunstselectie, tijdelijke tentoonstellingen...

In de namiddag bezoeken we een selectie kunstgaleries aan de Kustlaan en op de Zeedijk..

ROER € 16 Uitpas / € 18

Dinsdag 11 oktober 2011 19.30 – 21.30 uur

### **Hypnose, waarheid of verzinsel ?**

André Roelants

Wat is hypnose eigenlijk? Bestaat het echt? Wat kan men ermee aanvangen? Allemaal vragen die men zich stelt bij het horen van het woord HYPNOSE. Vaak wordt er gedacht in termen van slapen, niet meer weten wat men doet, niet meer wakker worden enz. Niets is minder waar!

Het is een natuurlijke toestand die elk van ons elke dag meemaakt; een toestand van geconcentreerde aandacht waardoor men zich losmaakt van de uitwendige omgeving en opgaat in een innerlijke wereld. Deze toestand is de toegangspoort naar het onbewuste, zodat je "bewust" met je gedachten kan bezig zijn.

ROER € 9 Uitpas / € 10

Donderdag 13 oktober 2011 9.30 – 12 uur

### **Bespreking Aristoteles**

Moderator

De cursus is voor iedereen, die wil reflecteren over wie en wat we zijn, een aanrader! Een syllabus wordt verstrekt. Er is geen voorkennis vereist.

ROER € 7 Uitpas / € 8

Donderdag 10 en 24 november 2011 9.30 – 12.00 uur

**Kant**

Prof. B. Raymaekers

De cursus is voor iedereen, die wil reflecteren over wie en wat we zijn, een aanrader! Een syllabus wordt verstrekt. Er is geen voorkennis vereist.

ROER € 16 Uitpas / € 18

Maandag 28 november 2011 19.30 – 21.30 uur

**Zin en onzin van voedingssupplementen**

Katia Cornelis

Elke morgen een pilletje met omega 3, een multivitamine en nog wat aminozuren, daarna een omeletje met spek, een rijstkoek, groene thee en 20 sit-ups zodat we langer leven. Is dit nodig? Is onze voeding ontoereikend? Weten de Chinezen of Indiërs meer? Eten we teveel of te weinig en verlengen de voedingssupplementen werkelijk ons leven?

ROER € 9 Uitpas / € 10

Donderdag 8 december 2011 9.30 – 12 uur

**Bespreking Kant**

Moderator

De cursus is voor iedereen, die wil reflecteren over wie en wat we zijn, een aanrader! Een syllabus wordt verstrekt. Er is geen voorkennis vereist.

ROER € 7 Uitpas / € 8

Dinsdag 13 december 2011 14 – 16 uur

**Alleenstaand zijn - een andere visie**

Marc Van den Herrewegen

Wat is het verschil tussen eenzaamheid en alleen zijn? Wat is het verschil tussen het verlangen naar een vaste relatie en het idealiseren ervan? Wij spreken over specifieke assertiviteit voor singles, hoe zij bijvoorbeeld de voordelen van het alleen zijn maximaal kunnen benutten. Hoe kunnen wij zonder Angst contacten leggen en verdiepen en met de angst voor ontgoocheling in een nieuwe relaties omgaan? Ook praktische en financiële aspecten van het alleen wonen en voordelen van het single zijn komen aan bod.

ROER € 9 Uitpas / € 10

Donderdag 15 december 2011 15 – 16.30 uur

**Gezondheidscoaching**

Muriël Schoeters

Met welke vragen kan men terecht bij een gezondheidscoach? Er worden vier grote thema's besproken: omgaan met stress, omgaan met pijn, stoppen met roken en gezonde voeding. Op één avond kan Muriel Schoeters, als gezondheidscoach, je leven natuurlijk niet veranderen maar de voordracht kan wel een aanzet zijn om een bepaalde ongezonde gewoonte aan te pakken. Tijdens de interactieve voordracht worden er ook handvaten aangereikt om om te gaan met bepaalde gezondheidsproblemen. Zo doen we samen een oefening rond mindfulness, een bodyscan, een relaxatioefening en een quiz rond gezonde voeding.

ROER € 9 Uitpas / € 10

Donderdag 12 en 26 januari 2012 9.30 – 12 uur

**Kierkegaard**

Prof. K. Verstryngne

De cursus is voor iedereen, die wil reflecteren over wie en wat we zijn, een aanrader! Een syllabus wordt verstrekt. Er is geen voorkennis vereist.

ROER € 16 uitpas / € 18

Dinsdag 17 januari 2012 14 – 16 uur

**Omgaan met verdriet**

Marc Van den Herrewegen

Loslaten van een dierbaar iemand, een dierbaar iets, een destructieve relatie - hoe doen wij dat? Wij spreken over het verwerken van verdriet en de verschillende fasen van een rouwproces. Hoelang duurt verdriet en waarom? Leren voelen, opsporen en uiten van verdriet. Ook de verschillen tussen man en vrouw in verband met verdrietverwerking en het fenomeen van chronisch verdrietige mensen komen aan bod. Kun je hulp bieden aan iemand die rouwt? Hoe in relatie leven met iemand met verdriet, of met iemand die rouwt. Wij proberen zoveel antwoorden als mogelijk te vinden.

ROER € 9 Uitpas / € 10

Woensdag 18 januari 2012 15.30 – 18 uur

### **Digitale televisie**

Joost Verstraeten

Gedurende deze voordracht maken wij u wegwijs in deze nieuwe media. Geen verkooppraatjes maar in klare taal een kritische uitleg over de voor- en nadelen van dit systeem. Historiek – gebruikte technische termen – "De Digitale TV" – De spelers op de markt – Verschillen in installatie – Besluitvorming en vragenstelling zijn enkele begrippen uit deze voordracht.

ROER € 8 Uitpas / € 9

Woensdag 1 februari 2012 15.30 – 17 uur

### **Waarom ben ik toch zo? Waarom doe ik toch zo?**

André Roelants

In deze interactieve lezing trachten we inzichten rondom ontwikkelingspsychologische aspecten van de mens duidelijker te stellen en een aanzet tot oplossing te suggereren. Talloze psychologen en psychiaters hebben zich gebogen over het fenomeen van wat oneerbiedig de "programmering van de mens" heet. De ontwikkelingspsychologie leert ons steeds duidelijker dat de jeugdjaren een belangrijke rol spelen in ons latere "zijn". Het antwoord ligt steeds in ons onbewuste, en het onbewuste liegt nooit!

Men gaat al dan niet bewust gebeurtenissen verdringen omdat ze misschien te pijnlijk waren of omdat ze ons ooit angst hebben bezorgd. Op deze manier blijven we met onverwerkte "traumata" zitten, hoe klein deze traumata ook mogen zijn. En al klinkt het dan misschien wat scherp, toch is het zo dat ook mensen "geprogrammeerd" worden, zelfs van voor ze op deze wereld zijn. Het komt er op aan om deze "programmering" te onderkennen en bij te sturen om vrij en gelukkig te kunnen leven. In deze interactieve lezing trachten we inzichten rondom ontwikkelingspsychologische aspecten van de mens duidelijker te stellen en een aanzet tot oplossing te suggereren.

ROER € 9 Uitpas / € 10

Donderdag 9 februari 2012 9.30 – 12 uur

### **Bespreking Kierkegaard**

Moderator

De cursus is voor iedereen, die wil reflecteren over wie en wat we zijn, een aanrader! Een syllabus wordt verstrekt. Er is geen voorkennis vereist.

ROER € 7 Uitpas / € 8

Maandag 13 februari 2012 19.30 – 21.30 uur

### **Wat ligt in mijn boodschappenmandje?**

Katia Cornelis

De winkels liggen vol. In de yoghurt-rayon liggen er wel 40 soorten. Wat en hoeveel hebben we nodig? Wat is het verschil in kwaliteit? Wat vinden we terug op het etiket? Waarop moeten we letten? Wij helpen je vanuit wetenschappelijke verklaringen de juiste keuze maken.

ROER € 9 Uitpas / € 10

Donderdag 8 en 22 maart 2012 9.30 – 12 uur

### **Vrijheid**

H. Bos

Wat verstaan we onder vrijheid? Hebben we recht op vrijheid? En is vrijheid een individuele aangelegenheid of kunnen mensen alleen maar vrij zijn in relatie tot elkaar? Over deze en andere vragen denken we na in drie bijeenkomsten. In de eerste bijeenkomst oriënteren we ons op vrijheid" aan de hand van het werk van enkele filosofen als Nietzsche en Sartre. In de tweede bijeenkomst maken we kennis met het werk van Isaiah Berlin (1909-1997), één van de belangrijkste politieke filosofen van de 20<sup>e</sup> eeuw en bespreken wij delen van zijn boek "Two Concepts of Liberty". Tenslotte discussiëren we in de derde bijeenkomst over actuele maatschappelijke vraagstukken zoals de vrijheid van meningsuiting waarbij we onze eigen ideeën over vrijheid toetsen aan wat in de vorige bijeenkomsten aan de orde is gesteld. Een syllabus wordt verstrekt. Er is geen voorkennis vereist.

ROER € 16 Uitpas / € 18

Woensdag 28 maart 2012 14 – 16 uur

### **Aanleg van een kruidentuin**

Nancy Popieul

Of je nu een grote tuin hebt of een kleintje, of misschien alleen maar een balkon of vensterbank, het doet er niet toe. Deze voordracht is gespekt met allerlei tips rond het aanleggen van een kruidentuin.

ROER € 8 Uitpas / € 9

Maandag 16 april 2012 19.30 – 21.30 uur

### **Allergieën**

Katia Cornelis

Steeds meer en meer mensen worden geconfronteerd met een allergie. Wat is het verschil tussen voeding intolerantie en allergie? Wat is dit juist? Hoe ontstaat het? Wat moet je doen? De meest voorkomende allergieën: lactose, glutenvrij, ... worden uitgelegd.

ROER € 9 Uitpas / € 10

Donderdag 19 april 2012 9.30 – 12 uur

### **Bespreking Vrijheid**

De cursus is voor iedereen, die wil reflecteren over wie en wat we zijn, een aanrader! Een syllabus wordt verstrekt. Er is geen voorkennis vereist.

ROER € 7 Uitpas / € 8

Woensdag 25 april 2012 14 – 16 uur

### **Zin en signalen van ziektes en kwalen**

Marc Van den Herrewegen

Gedachten scheppen gevoelens en beïnvloeden onmiddellijk het lichaam. Waarom worden we ziek? Wat zijn de oorzaken en de bedoeling? Is ziekte volledig te vermijden? Welke rol speelt erfelijkheid in het ziek worden? Welke illusies bestaan er in verband met preventie? Hoe leren we praten met ons lichaam? Voor wat staan de verschillende lichaamsdelen symbool? Wat verplicht en belet een ziekte ons te doen? Onze kwaal kan onze leermeester zijn.

ROER € 9 Uitpas / € 10

Donderdag 10 en 24 mei 2012 9.30 – 12 uur

### **Hannah Arendt**

Mevr. G. Swillen

De cursus is voor iedereen, die wil reflecteren over wie en wat we zijn, een aanrader! Een syllabus wordt verstrekt. Er is geen voorkennis vereist.

ROER € 16 Uitpas / € 18

Dinsdag 15 mei 2012 14 – 16 uur

### **Chronisch vermoeidheidssyndroom**

Marc Van den Herrewegen

Zonder energie: geen vitaliteit, geen goedvoelen, geen geluk, geen gezondheid, geen optimisme, geen kracht enz. Zonder energie ben je dikwijls moe, uitgeblust, futloos, eventueel zelfs depressief. Energie doet je stralen, geeft je vleugels...verhoogt je geestelijke en lichamelijke weerstand. Hoe bereiken we een hoger energieniveau? Hoe behouden we onze vitaliteit? Wat zijn belangrijke energiegevers en vreters? Wat zijn de gevolgen van weinig energie en vitaliteit op onze gezondheid, relaties, creativiteit, werk, hobbies en uiteraard op je innerlijke goedvoelen? Wat zijn de oorzaken en mogelijke oplossingen van cvs? Wat zijn de gevolgen van cvs op je dagelijkse leven?

ROER € 9 Uitpas / € 10

Donderdag 14 juni 2012 9.30 – 12 uur

### **Bespreking Hannah Arendt**

De cursus is voor iedereen, die wil reflecteren over wie en wat we zijn, een aanrader! Een syllabus wordt verstrekt. Er is geen voorkennis vereist.

ROER € 7 Uitpas / € 8