

GEMEENTELIJKE ACTIVITEITEN maart 2020

! PROGRAMMA DIENSTENCENTRUM T HOFKE



Op maandag altijd wandelen, ook steeds op een andere locatie.

2 maart: buurthuis Vechmaal

9 maart: buurthuis Mechelen-Bovelingen

16 maart: buurthuis Klein-Gelmen

23 maart: buurthuis Horpmaal

30 maart: buurthuis Veulen

Start om 14u en 1,25 euro voor koffie en taart.



Woensdag 11 maart om 18u

kaas- en wijnavond in **De Bammerd (AC)**

Prijs: 15 euro



Maandag 16 maart

Wandeling in de Voerstreek

We vertrekken om 12u aan het AC.

Prijs: 4 euro (inclusief taart & koffie)

Inschrijven kan tot en met 6 maart.



Dinsdag 3 maart

Bowling

We vertrekken om 13u30 aan het AC

Prijs: 8 euro (inclusief taart & koffie)



Woensdag 4, 11 en 18 maart vanaf 13u

Kaarten in **Hall 20**

Woensdag 25 maart vanaf 13u

Kaarten in **de kleine zaal (AC)**

1,25 euro voor koffie en taart.



Woensdag 25 maart en 1 april om 11u
Keuken AC

Kooklessen voor heren. Prijs: 10 euro.

Inschrijven kan tot en met 2 maart.



DORPSRESTAURANT:

5 maart: buurthuis Heers

12 maart: buurthuis Rukkelingen

19 maart: buurthuis Horpmaal

26 maart: buurthuis Veulen

Deuren open vanaf 11u45, kostprijs 7 euro per persoon – altijd op voorhand reserveren tot maandag 19u op 011 67 41 45.



2 | YOGA



Maandag 2-9-16-23-30 maart, telkens van 14u tot 15u
De Bammerd

Info: dienst sociale zaken, 011 48 01 17,

0473 30 14 39 of sonja.doomen@heers.be

4 | HUISDIERENGEHEIMEN 2



Woensdag 4 maart van 13u30 tot 16u

Kleine feestzaal, De Bammerd

De kindergemeenteraad organiseert voor alle kinderen van 4 tot 12 jaar een leuke filmnamiddag: "Huisdierengeheimen 2".

Inschrijven voor 1 maart. Info: dienst sociale zaken, 011 48 01 17, 0473 30 14 39 of sonja.doomen@heers.be

5 | INTERNATIONALE VROUWENDAG



Donderdag 5 maart van 19u30 tot 22u30

De Bammerd

Wij organiseren voor alle vrouwen een avond waarop je heerlijk kan genieten van 3 leuke workshops: de voedingsdriehoek op je bord; kleur, stijl en make-up advies; party dance. Info: dienst sociale zaken, 011 48 01 17, 0473 30 14 39 of sonja.doomen@heers.be

6 | AVOND VAN DE VRIJWILLIGER



Vrijdag 6 maart om 20u - De Bammerd

Doe je regelmatig inkopen voor je buurman die slecht te been is? Ben je een actief lid van een socio-culturele, sport-, jeugd-, ouderen- of milieuvereniging? Of steek je op een andere manier vrijwillig de handen uit de mouwen? We ontvangen je met veel plezier op vrijdag 6 maart vanaf 20u in De Bammerd en maken er samen een gezellige avond van. **Inschrijven is niet nodig, gewoon komen!** Info: cultuur@heers.be, 011 48 01 22

! BOEKENWURM



Tot eind maart loopt nog de leesbevorderingsactie 'Boekenwurm' voor kinderen tot 12 jaar. Na elk (voor)gelezen boek van de 'Boekenwurm'-leestafel ontvangen ze een stempel op de Boekenwurmkaart. Als de kinderen 5 stempels verzameld hebben, ontvangen ze een verrassing.

Info: 011 48 43 05, bibliotheek@heers.be, <https://heers.bibliotheek.be>, facebook.com/Bibliotheekheers

2 | BBB



Maandag 2-9-16-23-30 maart, telkens van 19u30 tot 20u30

De Bammerd

Info: dienst sociale zaken, 011 48 01 17, 0473 30 14 39 of sonja.doomen@heers.be

4 | LEGO STORYSTARTER I.S.M. EGIDE PRINCEN



Woensdag 4 en 18 maart (vervolgessie) telkens van 14u30 tot 17u

Roppebibliotheek

Kinderen lezen in groepjes hetzelfde boek en gaan creatief en digitaal aan de slag met Lego StoryStarter. Voor kinderen vanaf 10 tot 14 jaar. Maximum 12 deelnemers of 4 deelnemers per groep.

Inschrijven verplicht.

Info: 011 48 43 05, bibliotheek@heers.be, <https://heers.bibliotheek.be>, facebook.com/Bibliotheekheers

8 | MULTIMOVE



8-15-22 maart, 26 april, 3-10-17-24-31 mei en 7 juni
Spathal Heers

Multimove onderstreept het belang van een brede motorische ontwikkeling en kan de start betekenen van een gezonde en levenslange sport- en bewegingsparticipatie. Plezierbeleving staat hierbij centraal.

10u – 10u45: 3- en 4-jarigen (volzet)

11u – 11u45: 5- en 6-jarigen

Online inschrijven via www.heers.be/multimove. 20 euro voor 10 lessen. Online betalen binnen drie werkdagen op rekeningnummer BE60 0910 2212 9870. De plaatsen zijn beperkt! Gratis T-shirt.

Info: sport@heers.be, 011 48 01 21, 0479 29 94 14

GEMEENTELIJKE ACTIVITEITEN

maart 2020

11 VOORLEESUURTJE I.S.M. MARTINE KINDERMANS



Woensdag 11 maart van 15u tot 16u

Roppebibliotheek

Thema: 'Jeugdboekenmaand: kunst'.

Voor kinderen van 5 t.e.m. 8 jaar.

Maximum 15 deelnemers.

Info en inschrijven: 011 48 43 05, bibliotheek@heers.be, <https://heers.bibliotheek.be>, facebook.com/Bibliotheekheers

18 START TO BOOTCAMP I.S.M. DE SPORTRAAD

START TO BOOTCAMP

Startdag op woensdag 18 maart om 19u30

Buitenterreinen De Bammerd

In dit uur train je werkelijk alles: conditie, kracht, stabiliteit, mobiliteit en snelheid. Dat doe je allemaal op eigen tempo. Start to Bootcamp combineert de voordelen van een personal trainer met de gezelligheid van het trainen in groep. Tijdens de bootcamps word je gestimuleerd, gemotiveerd en deskundig begeleid (door Kootsjing), zodat jij effectief kan trainen. Je voelt je sterker, energiever en zelfzekerder. Online inschrijven via www.heers.be/bootcamp, deelnameprijs 25 euro voor 10 lessen en kan worden overgeschreven worden op rekeningnummer BE60 0910 2212 9870 met vermelding van Bootcamp + naam.

Info: sport@heers.be, 011 48 01 21, 0479 29 94 14

21 KIJK IK FIETS (VOLZET)



Zaterdag 21 maart om 11u30

Sporthal Heers

'Kijk ik fiets' is een project waarbij 4- tot 7-jarigen, die al vlot kunnen fietsen met steunwielletjes, op 2 uren leren fietsen op 2 wielen. De begeleiding van de kinderen gebeurt door één van de ouders. Een ervaren monitor begeleidt de fietslessen en geeft nuttige tips aan de kinderen en de ouders.

Info: sport@heers.be, 011 48 01 21, 0479 29 94 14

26 ALGEMENE VERGADERING SPORTRAAD EN KAMPIONENVIERING

Donderdag 26 maart

't Paenhuijs, Ridderstraat

19u30 algemene vergadering - 20u30 viering kampioenen

Voor sportverenigingen en kampioenen

i.s.m. de sportraad

Info: sport@heers.be, 011 48 01 21, 0479 29 94 14

29 KNUFFELTURNEN



Zondag 29 maart van 10u tot 11u

De Bammerd

Knuffelturnen is een plezierige manier van bewegingsopvoeding voor jonge kinderen samen met hun ouders of grootouders. Voor peuters vanaf hun eerste stapjes. **Inschrijven:** online inschrijven via www.heers.be/knuffelturnen. Het deelnamegeld van 5 euro dient binnen de 3 dagen overgeschreven te worden op rekeningnummer BE60 0910 2212 9870 met vermelding van naam + knuffelturnen + datum. De plaatsen zijn beperkt!

Info: sport@heers.be, 011 48 01 21, 0479 29 94 14

29 BABYSNOOZ



Zondag 29 maart van 11u15 tot 12u - voor baby's van 4 tot 11 maanden.

De Bammerd

De workshop babysnooz bestaat uit baby-yoga en babymassage. Pure quality time met je baby. **Inschrijven:** online inschrijven via www.heers.be/babysnooz. Het deelnamegeld van 5 euro dient binnen de 3 dagen overgeschreven te worden op rekeningnummer BE60 0910 2212 9870 met vermelding van naam + babysnooz. De plaatsen zijn beperkt!

Info: sport@heers.be, 011 48 01 21, 0479 29 94 14

14 LEEF BRANDVEILIG VOOR OUDERS EN KINDEREN



Zaterdag 14 maart van 9u30 tot 11u30

De Bammerd

Helaas lopen jaarlijks heel wat mensen brandwonden op.

Voorkomen blijft nog steeds beter dan genezen.

Deelname is gratis. Kinderen van 0 tot en met de laatste kleuterklas komen met hun ouders en kinderen van het eerste tot en met het zesde leerjaar komen met of zonder ouders. Tussendoor kunnen de kinderen (van 0 tot 3 jaar) deelnemen aan een veiligheidsparcours. Inschrijven voor 7 maart. **Inschrijven:** dienst sociale zaken, 011 48 01 17 of 0473 30 14 39 of sonja.doomen@heers.be

19 MAANDELIJKS ONTMOETINGSMOMENT



Donderdag 19 maart van 9u tot 11u30

Buitenschoolse kinderopvang "Het Hemeltje"

Voor alle mensen die vragen hebben rond ontwikkeling, gezondheid, opvoeding van baby's, peuters, kinderen, jongeren en jongvolwassenen (tot 24 jaar).

Info: dienst sociale zaken, 011 48 01 17 of 0473 30 14 39, sonja.doomen@heers.be

22 APERITIEF CONCERT ACADEMIE HASPENGOUW



Zondag 22 maart om 10u30

De Bammerd

Op zondag 22 maart vieren we opnieuw muzikaal en beeldend de lente in de Academie Haspengouw Heers. Onze leerlingen van graad 3 staan enthousiast op het podium en laten horen wat ze tot nog toe leerden tijdens hun muzieklessen.

De leerlingen van beeld stellen met trots hun werken tentoon. Iedereen van harte welkom (gratis toegang)!

Info: cultuur@heers.be, 011 48 01 22

27 JEUGDBOEKENMAAND



Tijdens de Jeugdboekenmaand in maart kunnen scholen deelnemen aan een bibspel, is er een themastand rond het thema 'Kunst' en organiseren we auteurslezingen voor de Heerse scholen. Op vrijdag 27 maart zal jeugdauteur Reina Ollivier voor de leerlingen van het 5de en 6de leerjaar een lezing verzorgen.

Info: 011 48 43 05, bibliotheek@heers.be, <https://heers.bibliotheek.be>, facebook.com/Bibliotheekheers