

Ronde 1

9:30 – 10:15

Interview- en filmtechniek - Jordy Meyster

Zelf filmpjes maken met je telefoon is leuk, maar hoe krijg je ze net iets professioneler? Jordy Meyster geeft interviewtips, deelt kennis over filmtechnieken en vertelt over zijn filmcursus voor (Stek-) vrijwilligers. **Studio I**

Klimaatverhalen - Dominic Boot

Dominic Boot heeft zich in verschillende functies verdiept in de nauwe samenhang tussen ecologie en economie. Tijdens deze workshop wordt u meegenomen langs drie verschillende visies op klimaatverandering, die afwijken van hetgeen algemeen wordt aangenomen.

Studio II

Communities in het cyane tijdperk - Eelco Koolhaas

De Community: een stad, een bedrijf, een zakelijk netwerk; het is een goudmijn. De een kan dit, de ander dat. Via een (gezamenlijke) uitdaging worden al deze krachten soepeltjes gemobiliseerd en, vooral, gebundeld. Communities passen in het cyane tijdperk, waarin zelforganisatie, creativiteit en sportiviteit voorop staan. **Studio III**

Ongedocumenteerd in Den Haag - Mpanzu Bamenga

Mpanzu Bamenga is jurist en coördinator bij Den Haag Wereldhuis, een project van Stek. Hier kunnen mensen zonder geldige verblijfspapieren terecht voor advies en informatie. In deze workshop deelt hij verhalen en ervaringen van ongedocumenteerden uit de stad. **Kelder rechts**

Ronde 2

10:30 – 11:15

Durf te dromen - Dorinde IJdo

“Dat lukt me nooit.” “Dat kan ik helemaal niet.” “Daar heb ik de kennis/materialen/geld niet voor.” Allemaal gedachten die je kunnen tegenhouden om te dromen: te fantaseren over wat je écht graag zou willen, waar je naar verlangt. Door middel van een aantal oefeningen krijg je een beeld van jouw droom en maak je een eerste stap richting de verwezenlijking ervan.

Droom je mee? Dorinde IJdo werkt bij StekJong met en voor Zinzoekers. **Studio I**

CO2 vrij Den Haag: we zingen the climate song - Lennart van der Linden & Femke Slegers

Klimaat als speerpunt van de duurzame samenleving: daar gaat deze workshop over. Lokale initiatieven worden gepresenteerd en er is ruimte voor discussie. We zingen ook ‘the climate song’, om alvast onze stem te laten horen! **Studio II**

Competentiegerichte begeleiding voor sociaal kwetsbare mensen - Tineke Talma (Kessler Stichting)

Tineke Talma, trajectcoördinator bij de Kessler Stichting, vertelt over de methodiek ‘competentiegericht begeleiden’. Deze vorm van begeleiden sluit aan bij de eigen krachten van een cliënt en is gericht op het uitbreiden van het vaardigheidsrepertoire. **Studio III**

Virtueel Mediahuis Burgerjournalistiek - Janice Roopram

Er wordt hard gewerkt aan de oprichting van het Virtuele Mediahuis in Den Haag. In dit ‘huis’ kunnen foto’s, video’s, teksten en digitale bestanden worden gedeeld. Kom langs en hoor meer over dit project en de mogelijkheden ervan! **Kelder rechts**

Politieke tegen-stellingen - Henk Baars

Doe actief mee in deze dynamische workshop. Henk Baars, afdelingsmanager van Stek, daagt u uit met prikkelende one-liners en politieke tegen-stellingen. **Kelder links**

Ronde 3

11:30 - 12:15

Leve de liefde! - Yvonne Schoonhoven & Ineke Zuurmond

Yvonne Schoonhoven en Ineke Zuurmond zijn beiden werkzaam als geestelijk verzorger in de ouderenzorg. In deze workshop laten ze zien hoe zij met ouderen in gesprek gaan over thema's met een levensbeschouwelijk tintje. U wordt uiteraard uitgenodigd om mee te doen! **Studio I**

Slow talk: geweldsvrije dialoog - Hugo Skoppek

Tijdens deze workshop leren we hoe we betere luisteraars kunnen worden en - als dat nodig is - voor onszelf op te komen. **Studio II**

Op de toekomst voorbereid: gemeenschappelijk wonen - Nelleke Cornelissen & Heleen Goddijn (Slimme Senior)

Een workshop over het opzetten van woonvormen waar je samen met anderen oud wilt worden. Met prikkelende stellingen en informatie waarin duidelijk wordt wat je mogelijkheden zijn om langer en gezonder te leven. **Studio III**

Verduurzamen op je werk - Joost Bomhoff

Het verduurzamen van gebouwen en diensten is niet alleen goed voor het milieu, maar heeft ook andere voordelen. In deze workshop deelt Joost Bomhoff zijn kennis op dit gebied. Met praktische tips waar je als bedrijf of organisatie direct mee aan de slag kunt. **Kelder rechts**

De boerenstand in Nederland - Henk Hoving

Hobbyboer Henk Hoving vertelt over zijn passie voor het platteland en de boeren. **Kelder links**

Ronde 4

13:00 – 13:45

Eerste Wereldoorlog: gevecht op leven en drank - Joep Stassen

Tijdens de Eerste Wereldoorlog veranderde veel op politiek en maatschappelijk terrein. Drank speelde een rol bij de krijgshandelingen en in de landen die hieraan deelnamen en zou voortaan een speciale plaats innemen in de maatschappij. **Studio I**

Geluk in de politiek - Mieke van Ginkel

Alles wat de politiek doet, raakt aan ons geluk. Daarom op deze dag een presentatie, discussie en stemming over 'geluk in de politiek'. Mieke van Ginkel is directiesecretaris bij Stek en voormalig wethouder. **Studio II**

Zingen met en door elkaar - Martijn Breeman

Troubadour Martijn Breeman is van vele markten thuis: hij schrijft liedjes met een knipoog, maar ook ernstige en liefdevolle liederen. Laat je in deze workshop verrassen door je eigen en elkaars muzikaliteit. **Studio III**

Geweldloos communiceren - Janny Nijwening & Ria Wusten

Deze workshop gaat over dialoog tussen mensen. Janny Nijwening en Ria Wusten gaan met je in gesprek over het onderwerp geweldloos communiceren. **Kelder rechts**

Social Media voor goede doelen - Marian Hoek van Dijke

Veel mensen zitten voor hun plezier op facebook of twitter. Maar wat heb je als goed doel te zoeken op social media? En hoe pak je dat een beetje systematisch aan? Communicatieadviseur Marian Hoek van Dijke deelt haar zoektocht en ervaringen binnen Stek. **Kelder links**

Ronde 5

14:00 – 14:45

Durf te dromen - Dorinde IJdo

“Dat lukt me nooit.” “Dat kan ik helemaal niet.” “Daar heb ik de kennis/materialen/geld niet voor.” Allemaal gedachten die je tegen kunnen houden om te dromen: te fantaseren over wat je écht graag zou willen, waar je naar verlangt. Middels een aantal oefeningen krijg je een beeld van jouw droom en maak je een eerste stap richting de verwezenlijking ervan. Droom je mee? Dorinde IJdo werkt bij StekJong met en voor Zinzoekers. **Studio I**

Meer groen, zelf doen! - Hanneke van Veen

We willen de leefbaarheid van onze buurt vergroten, opwarming van de aarde tegengaan, CO2-uitstoot verminderen, et cetera. Wat kunnen we zelf doen in onze eigen woonomgeving? In deze workshop hoor je hoe je aan de slag kunt. Meer groen, zelf doen! **Studio II**

Improvisatietheater: oefeningen voor beginners - Marieke Putman Cramer

Deze theateroefeningen zijn een leuke manier om elkaar beter te leren kennen en ook geschikt om zelf eens toe te passen! Het is een speelse workshop die iedereen erbij betreft: we staan steeds met de hele groep op het ‘toneel’, dus koudwatervrees hoeft niet! **Studio III**

Zinvol crowdfunden - Esther Dwarswaard (Geloof in je project)

Crowdfunden kan een goede manier zijn om geld en draagvlak te werven voor je project. Het platform ‘Geloof in je project’ wil ruimte bieden aan organisaties en projecten die zijn opgestart vanuit religie of zingeving. Het helpt organisaties op een professionele manier een crowdfundingactie op te starten. **Kelder rechts**

Heb je geen status, wat dan? - VluchtelingenWerk

Het vluchtelingenvraagstuk is actueler dan ooit. VluchtelingenWerk Nederland behartigt de belangen van vluchtelingen en asielzoekers in Nederland, vanaf het moment van binnenkomst tot en met de integratie in de Nederlandse samenleving. Maar als je asielaanvraag wordt afgewezen, wat dan? Welke mogelijkheden heb je? Laat je in deze workshop bijpraten over leven zonder status. **Kelder links**

Ronde 6

15:00 – 15:45

Schuldpreventie - ir. Henny van der Most

Henny van der Most praat u in deze workshop bij over schuldpreventie. Zij is actief bij verschillende maatschappelijke organisaties, waaronder De Pit van Moerwijk, dé plek waar buurtbewoners elkaar ontmoeten en samenkomen. **Studio I**

Fondsenwerven voor dummies - Vanessa Verhoeven (Fonds 1818)

Je wilt een project opzetten in je buurt of in je stad. Je hebt een doel, een plan en enthousiaste mensen. Maar hoe kom je aan de centen? In deze workshop geeft Vanessa Verhoeven, projectadviseur bij Fonds 1818, informatie over het vinden van financiering bij een lokaal fonds als Fonds 1818. **Studio II**

Dom Paul Bellot: een bouwer voor de Heer (architectuur) - Mathilde van der Kleij

Dom Paul Bellot, geboren in 1876, ontwierp verschillende abdijen en kerken. Hij wordt genoemd om zijn expressionistische bouwstijl. Mathilde van der Kleij neemt u mee langs de meesterwerken van deze monnik en architect en laat u proeven van zijn bijzondere architectuur. **Studio III**

Een beeld van het hindoeïsme - dr. Victor van Bijlert

Het hindoeïsme is de derde niet-christelijke religie in Nederland, naast de islam en het judaïsme. Wat is hindoeïsme eigenlijk? Hoe krijg je er greep op? De workshop probeert op deze vragen een antwoord te geven. **Kelder rechts**

Duurzaam beleggen - Dorine Putman (ASN bank)

Duurzaam bankieren is een 'hot item'. Met geld kun je veel invloed uitoefenen om de wereld mooier te maken. Voor onszelf en voor volgende generaties. Dorine Putman van ASN bank legt in deze workshop uit hoe dat werkt: duurzaam bankieren en beleggen. **Kelder links**

Ronde 7

16:00 – 16:45

Alle tijd van de wereld: Benedictijns time management - Theo Hettema

Het lijkt soms wel of we het steeds drukker krijgen. Hoe ga je het beste met je tijd om? Deze workshop zit vol tips & tricks voor time management vanuit een bewuste levenshouding.

Studio I

Anders denken over God - ds. Carel ter Linden

Carel ter Linden is emeritus-predikant en auteur van verschillende boeken, onder andere “Wat doe ik hier in godsnaam”. In deze workshop daagt hij je uit om opnieuw na te denken over God.

Studio II

Basisinkomen: een universeel recht - Ina van Dijk

Ina van Dijk, van de Vereniging voor Basisinkomen Den Haag-Zoetermeer, legt in deze workshop uit wat een basisinkomen inhoudt. Ook komt aan bod waarom het onder de huidige sociaal-economische omstandigheden nodig is om over dit onderwerp na te denken en ermee te experimenteren.

Studio III

De Sociale Kruidenier - Kees Buist

Meer zelfrespect, groter zelfvertrouwen en het gebruiken van eigen talenten om aan je toekomst te bouwen: dat is De Sociale Kruidenier voor klanten van de Voedselbank. Een splinternieuw en groot vrijwilligersproject dat door Stek, Voedselbank Haaglanden en andere partners wordt ontwikkeld. Luister, geniet en doe mee met deze workshop: uw hoogtepunt van de dag op het laagste punt van dit gebouw. **Kelder rechts**

Doorlopend

Leiden Islam Academie - Welmoet Boender

Deze doorlopende workshop vormt een rustpunt waar mensen met elkaar in gesprek kunnen gaan over de betekenis van de vijf zuilen van de islam in de Nederlandse context.

Ria's boekenmarkt - Ria van der Geest

Ria is de bibliothecaris van De Bovenkamer: de bibliotheek/mediatheek van Stek. Laat je door haar adviseren en inspireren om eens een nieuw boek op te pakken: misschien iets waar je zelf niet opgekomen zou zijn. Wie weet word je aangenaam verrast!

Culinaire Afrika Tour (vanaf 12:00) - Lerina Kwamba

Lerina gaat samen met vrijwilligers van Kariboe Bibi een kookworkshop geven. Hier leert u om diverse Afrikaanse hapjes te maken. De landen die aan bod komen zijn: Congo, Kameroen, Angola en Tanzania. Daarnaast zal een vrijwilliger een Ethiopische koffieceremonie laten zien.

#ikbenverbonden - Chantal Tieleman

De campagne #ikbenverbonden wil een positieve boodschap laten horen, als tegengeluid tegen toenemende polarisatie in de samenleving. Het begint met de vaststelling dat verschillen het begin zijn van verbinding. Dat we hoe dan ook altijd met elkaar verbonden zijn. En dat dit ons niet bang moet maken, maar nieuwsgierig en oprecht, barmhartig en solidair.

Deze activiteiten vinden plaats in het centrale gedeelte van het theater.