Workshops en trainingen
voor Capelse vrijwilligers
SEPTEMBER - DECEMBER 2025

Bij het kenniscentrum van CapelleDoet kunnen vrijwilligers allerlei trainingen en cursussen volgen. De trainingen zijn gratis!

september

Omgaan met verbale agressie
Donderdag 18 september | 9.30 - 12.30 uur
Leer professioneel omgaan met verbale agressie en sta zo sterker in je schoenen!

In en uit verbinding
Donderdag 25 sep, 2 en 9 okt. | 10.00 - 12.30 uur
Veel mensen voelen zich eenzaam. Hoe ga je hier het gesprek over aan en hoe zorg je voor meer verbinding met of voor die ander?

Bespaar op je energierekening
Maandag 29 september | 10.00 - 12.00 uur
Tips en tricks om je energierekening te verlagen.

oktober

Vertrouwenscontactpersoon dagdeel 2
Donderdag 2 oktober | 10.00 - 12.30 uur
In 2 dagdelen leer je invulling te geven aan de rol van vertrouwenscontactpersoon binnen jouw vrijwilligersorganisatie (dagdeel 1 kun je online volgen).

Mental Health First Aid
Dinsdag 7, 14, 21 en 28 oktober | 14.00 - 17.00 uur
Een cursus van 4 bijeenkomsten over eerste hulp aan mensen met psychische klachten.

Moreel kompas
Dinsdag 7 oktober | 9.30 - 13.00 uur
Omgaan met morele dilemma's en ethische vraagstukken.

Tuinieren met de tuin mee
Woensdag 8 oktober | 9.00 - 13.00 uur
Breng de natuur dichter bij huis. Een ecologisch hovenier laat je in deze workshop zien hoe je een levende tuin onderhoud.

Effectief vergaderen
Dinsdag 14 oktober | 9.30 - 12.30 uur
Leer doeltreffend vergaderen met oog en oor voor elkaar, inhoud en proces.

Grenzen stellen
Donderdag 16 oktober | 9.30 - 12.30 uur
Vind je het lastig om je grenzen aan te geven? In deze workshop krijg je volop tips en tricks hiervoor.

Interculturele communicatie I
Donderdag 23 oktober | 9.30 - 13.00 uur
Elkaar beter leren begrijpen in taal, normen, waarden en gedragscodes.

oktober

Let's talk English – Engelse conversatieles
Maandag 27 okt. t/m 15 dec. | 10.30 - 12.00 uur
Wil je je kennis opfrissen of meer zelfvertrouwen bij het Engels spreken? Dan is deze cursus echt iets voor jou!

november

Diversiteit en inclusie...woke, of noodzaak?
Dinsdag 4 november | 13.30 - 17.00 uur
Na deze workshop weet je wat diversiteit en inclusie inhoudt en wat je er zelf mee kunt.

Interculturele communicatie II
Donderdag 13 november | 9.30 - 13.00 uur
Een vervolg op Interculturele communicatie I, waarin je aan de slag gaat met gesprekstechnieken.

Herkennen van financiële problemen
Dinsdag 18 november | 9.30 - 13.00 uur
Leer waarom financiële problemen vaak moeilijk te herkennen zijn en hoe je mensen op weg kunt helpen naar de oplossing.

Leren krachtig presenteren
Donderdag 20 nov. en 11 dec. | 9.00 - 13.00 uur
Maak indruk met jouw presentatie; duidelijke opbouw, heldere boodschap, krachtig neergezet!

Meldcode huiselijk geweld en onveilige situaties
Dinsdag 25 november | 9.30 - 12.30 uur
Leer wat te doen in onveilige situaties en bij signalen van huiselijk geweld.

Niet horen...maar luisteren
Donderdag 27 november | 9.30 - 12.30 uur
Luisteren met echte aandacht kan het verschil maken. Vaak hoor je iemand wel, maar heb je het ook goed begrepen?

december

Kennismaken met ChatGPT
Donderdag 4 december | 10.00 - 12.30 uur
Ben je nieuwsgierig hoe AI werkt of wil je graag leren werken met ChatGPT? Kom dan vooral naar deze workshop!

Aanmelden: www.capelledoet.nl/kenniscentrum

CapelleDoet is onderdeel van: welzijn capelle – vanuit het hart