




DUURZAME INITIATIEVEN MENUKAART

Een boekenruilkast, autodeelgroep of ander
duurzaam initiatief in je buurt opstarten?
Proef hier van ons aanbod workshops en trajecten of
kijk op www.simplifylife.be



Simplify Life is een initiatief van Netwerk Bewust Verbruiken dat o.a. duurzame buurtinitiatieven promoot. Wil je graag zelf een een initiatief opstarten in jouw buurt? Vraag dan één van deze workshops aan via leen@bewustverbruiken.be. Meer uitgebreide info over elke sessie lees je op www.simplifylife.be.

Pittigheidsgraad (Moeilijkheidsgraad)

-  beginner
-  medium
-  keukenprins(es)

Kooktijd (Duur volledig traject)

-  snel
-  medium
-  lang

MOBILITEIT

Een auto delen met je burens? Start een autodeelgroep.

(Door Cozycar, een initiatief van Autodelen.net vzw)  

- Infosessie over particulier autodelen bij je thuis of op locatie
Optioneel: bezoek een bestaande autodeelgroep uit de regio

Altijd een fiets op maat van je kind. Start Op Wielekes, een bibliotheek van kinderfietsen. (Door Netwerk Bewust Verbruiken)    

- Infosessie 'Start Op Wielekes'
Optioneel: bezoek een bestaande groep

DIENSTEN

Start een LETS-groep in je buurt. (Door LETS)    

Een LETS-groep is een soort ruilkring waar buurtbewoners goederen en diensten met elkaar ruilen zonder dat er geld aan te pas komt.

- Infosessie 'Start een LETS-groep'

WONEN

Een plaats om buren te ontmoeten? Timmer je eigen buurtbankje. 🌶️ ⌚

Creëer een plek voor de buurt om samen te komen.

- Workshop 'Start je eigen buurtbankje'

Optioneel: Maak van paletten een UH- bench of geef je bestaande zitbank een frisse look

Samenhuizen of cohousing: Hoe begin je eraan?

(Door Samenhuizen) 🌶️ 🌶️ 🌶️ ⌚ ⌚ ⌚

Wil je graag een huis delen met een aantal mensen of heb je liever elk je eigen woonunit met eventueel een gemeenschappelijke tuin, wasruimte, repetitiekot ... ?

- Workshop 'ABC van het samenhuizen'
- of Workshop 'Cohousing, hoe begin je eraan?'
- of Workshop 'Centen en documenten'

Optioneel: bezoek een bestaande samenhuiscgroep uit de regio

SPULLEN

Ontspullen: Hoe begin je eraan? (Door Netwerk Bewust Verbruiken) 🌶️ ⌚

Creëer meer ruimte en rust in je huis door je te ontdoen van spullen die je niet meer nodig hebt.

- Workshop met tips & tricks voor het ontspullen van je huis

Optioneel: Maak een geef- of boekenruilkast/ geefgevel voor je buurt

Geef kapotte spullen een tweede leven. Start een Repair café.

(Door Netwerk Bewust Verbruiken) 🌶️ 🌶️ ⌚ ⌚

Een Repair Café is een gratis bijeenkomst waar mensen samen spullen herstellen.

- Infosessie 'Start een Repair Café'

Optioneel: bezoek een Repair Café uit de regio

VOEDING

Regelmatig met je buren samen ecologisch koken.

Start een samenkeukenkookgroep. (Door Velt)    

- Samenkooktraject
 - Startworkshop: theoretisch
 - Samenkookworkshop: praktisch
- Improvisatieworkshop: praktisch (éénmalig, buiten het traject)

Samen ecologisch tuinieren. Start een samentuin. (Door Velt)      

- Infosessie 'Hoe start je een samentuin?'
Optioneel: bezoek een samentuin in de regio en/of trajectbegeleiding op maat.

Lekker eten van dichtbij. Start een voedselteam of een Buurderij (Door Voedselteams of Boeren & Buren)    

- Koop samen rechtstreeks en lokaal bij de boer.
- Infosessie 'Hoe start je een Voedselteam?'
 - Of infosessie 'Hoe start je een Buurderij?'

Een uitgebreidere ingrediëntenlijst van iedere workshop vind je op www.simplifylife.be



Met de steun van



VLAAMS-
BRABANT