

PROGRAMMA VIVA-SVV

VIVA-SVV, dat zijn eigentijdse vrouwen in volle actie! We willen vrouwen stimuleren, zodat ze zich ondeugend, gezond en zelfverzekerd kunnen engageren in onze maatschappij. Iedereen is welkom: jong en oud, vrouw en man!

Hieronder vind je alvast een greep uit ons aanbod. Neem gerust een kijkje op onze website voor de volledige activiteitenkalender, die steeds verder bijgewerkt wordt.

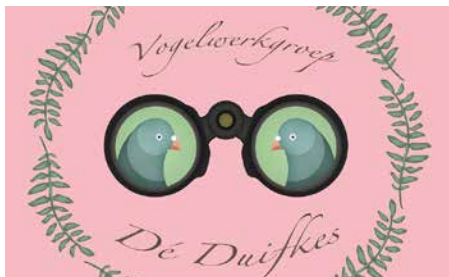


DAG VAN ALLEENSTAANDE OUDER

Jij kent vast wel een alleenstaande mama of papa in je vriendenkring, je familie of op je werk. Of misschien ben je er zelf eentje? De groep van alleenstaande ouders is een groeiende bevolkingsgroep. Op 21 maart is het de Internationale Dag van de Alleenstaande Ouder. In 2020 valt deze dag toevallig op een zaterdag: een ideaal moment om alleenstaande ouders in de kijker en bloemetjes te zetten! Wij rollen letterlijk en figuurlijk de rode loper uit voor de alleenstaande ouder. Maar iedereen is welkom! Er is voor ieders wat wils.

We organiseren deze dag samen met 'AlleenMama' en haar bezielster Josephine Malay.

- > Zaterdag 21 maart
- > Leuven (Kessel-Lo), Hal 5, Diestsesteenweg 104



VOGEL-SPOT-UITSTAP: HET VINNE

Het Vinne in Zoutleeuw is een moerasgebied met knuppelpaden waar je veel vogels kan spotten. In deze periode hebben we kans om een woudaapje, witwangstern en geoorde fuut te zien. Hoor je het in Keulen donderen? Dan is het zeker de moeite om mee op stap te gaan en deze prachtige vogels te ontdekken! Maar we zullen ook stilstaan bij de huis-,tuin- en keukenvogels zoals: het roodborstje, de winterkoning, de koolmees ... We worden die dag vergezeld door een womens only vogelwerkgroep 'De Duifkes'. Zij zijn een vogelwerkgroep voor zowel beginnende als gevorderde vogelspotters waar plezier maken centraal staat. Naar vogels kijken brengt je tot rust en laat je genieten van wat de natuur te bieden heeft. **MEENEMEN? Wandelschoenen, verrekijker, vogelgids, goed humeur en de zon!**

- > zaterdag 13 juni, 9u - 12u
- > Het Vinne, Zoutleeuw



BODY POSITIVITY. SABINE PEETERS AAN HET WOORD!

Sabine Peeters is auteur van het boek 'Lief voor mijn lijf' en weet uit eigen ervaring dat het niet altijd gemakkelijk is om van je eigen lichaam te houden. Sinds haar 16de heeft ze afwisselend last van de eetstoornissen anorexia en boulimie. Ze pleegde naar eigen zeggen roofbouw op haar lichaam en geest. Dat ze door zo'n dal is gegaan, heeft haar sterk gemaakt. Ze bokst op tegen negatieve invloeden van media, tijdschriften en mode en wil dat mensen zich goed voelen in hun eigen lichaam. Samen met Sabine organiseren we inspirerende avonden. We nemen er ook uitgebreid de tijd om jullie vragen te beantwoorden.

Ben jij alvast benieuwd? Surf naar onze website voor meer info!

VIVA-SVV Brabant

Zuidstraat 120, 1000 Brussel / 02 546 14 14 / viva-svv@fsmb.be / www.viva-svv.be / [f VIVA-SVV Brabant](https://www.facebook.com/VIVA-SVV-Brabant) / [@viva.svv.brabant](https://www.instagram.com/viva.svv.brabant)

