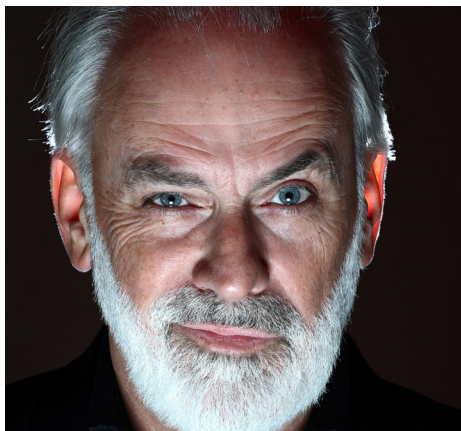


nog meer moois...

25.10 | 20:00 | Gili - Raar, hè?!



Na 40 jaar carrière wil Gili iets speciaals doen. Hij heeft de beste en geestigste elementen uit zijn voorgaande shows samengebracht voor een ultieme show. Maar pas op, het wordt geen simpele 'best of'. Gili zal ook nieuwe acts introduceren en hier en daar een tipje van de sluier oplichten, maar shhhhh, niet verklappen! Eén ding is zeker: aan het einde van de show zul je je afvragen "Raar, hè?!". Je wordt moeiteloos meegevoerd in zijn wereld van fijne leugens en eerlijk boerenbedrog.

Hij is een meesteroplichter, en daar is hij trots op. Op een charmante manier misbruikt hij het vertrouwen van zijn publiek. (WTV Focus)

01.12 | 20:00 | History of Britpop i.s.m. WILLY



We keren terug naar het Engeland van de vroege jaren negentig, waar na de punkexplosie van de late jaren zeventig de muziekwereld weer in een vredige slaap is gesukkeld. Vanuit Amerika weerklinken de scheurende gitaren van Nirvana en Pearl Jam, maar in de kelders van Londen wordt er druk gesleuteld aan een nieuwe sound. De rivaliteit die in de jaren zestig The Beatles en The Rolling Stones tot grote hoogten dreef, zet nu de twee bekendste bands van de Britpop lijnrecht tegenover elkaar: Oasis en Blur.

De muzikanten (Filip Heylens, Leen Diependaele, Krist Delacourt, Bart Van Lierde en Ron Reuman) spelen vurig en de songs worden onnavolgbaar aaneengesmeed door Luc 'Crapuul de Lux' Janssen, bewaker van de subcultuur.

Arnout Van den Bossche

COACH

ZA 28 SEP

cultuurcentrum
CasinoKoksijde

COACH

Vandaag is het meer dan ooit belangrijk om “te werken aan jezelf”. Of het nu gaat over daten, de opvoeding van je kinderen, de rommel in huis of je online activiteiten... er is werk aan. Gelukkig staat er voor elk probleem wel een coach klaar om je te helpen. Arnout is met veel enthousiasme in de coaching wereld gedoken en volgens hem kan het allemaal veel eenvoudiger.

Wil je weten hoe je erin slaagt om “je essentie te leven” of om “je emotionele blokkades op te lossen”? Wil je weten hoe coaches te werk gaan? Dan ben je vanavond op de juiste plaats! Met zijn gekende schema's geeft Arnout eenvoudige en nuttige inzichten die andere coaches je niet vertellen. De beste investering in jezelf!

OVER ARNOUT

Arnout Van den Bossche is een stand-upcomedian, bekend van zijn theatershows “Burn-Out voor Beginners” en “De Relatiefluisteraar”. Hij toerde daarmee door Vlaanderen en Nederland, goed voor meer dan 600 shows voor 100.000 man. Met beide shows stond hij in 2020 zelfs twee keer in een uitverkochte Lotto Arena.

UIT DE PERS

Ons huwelijk, onze slaap, de relatie met onze kinderen, de rotzooi in ons huis, ons eten, ons lijf, ons werk: noem het en er is een coach om ons erbij te helpen. In zijn zaalshow Coach zet Arnout Van den Bossche al die bereidwillige hulpverleners genadeloos in hun hemd.

Hoe diep ben je in de wereld van de coaches gedoken?

“Ik ben niet in een zweethut gaan zitten, als je dat bedoelt. Maar mijn vriendin is wel een aantal coachingssessies gaan volgen, zij heeft er ervaring mee. Zij is geadopteerd en dat was traumatisch, zoals veel adopties. Ze heeft zelfs een cursus gevolgd om zelf lifecoach te worden, maar is er vlak voor het einde mee gestopt omdat het echt niet klopte. Zij begrijpt als geen ander dat de eerste de beste coach zo'n trauma niet kan verhelpen. Al zeker niet door rond een kampvuur te zitten en op trommels te slaan. Zo'n coach helpt iemand niet van een trauma af, creëert een soort afhankelijkheid die tot een bijkomend trauma kan leiden. En zolang je die coach gelooft en volgt, ben je een goeie. Stel je kritische vragen, dan laten ze je vallen. Ik kwam op Youtube een coach tegen die in een vrijwaring schreef: heb je kritische bedenkingen bij deze cursus, dan is die niet voor jou bestemd. Je moet je zelfstandig nadenken dus uitschakelen.” (lacht)

Het woord ‘coach’ dekt ook vele ladingen.

“Het is een containerbegrip geworden. Waar is de tijd dat een coach gewoon een voetbaltrainer was. Nu kan een coach ook een mentor zijn, een therapeut, een leraar. Ik heb een Nederlandse collega die zangles volgt. Die moet nu ook al tussen de klankschalen gaan liggen: gewoon zangles van een zangleraar is niet goed genoeg meer, juist zingen is niet meer van belang. Die taalkundige vervuiling rond het woord coach stoort me. De personencultus errond ook. Zeker als ik al die coaches bezig zie op Instagram: jongens, toch. (denkt na) De opmars van het internet en van sociale media heeft ook een belangrijke rol gespeeld in coaching. Veel coaches verspreiden kennis die vroeger alleen beschikbaar was bij filosofen, priesters, heksen en stadsdichters. Het internet heeft die kennis – als het al kennis is – volledig platgeslagen.”

Nog even over jezelf: heb je moeten vaststellen dat je niet te coachen bent?

“Ik ben behoorlijk zelfredzaam. Maar ik had vroeger veel last van piekeren. Bij het UZ Gent heb ik ooit een kort traject gevolgd om daar iets aan te doen, met succes. Het was een zeer cognitieve therapie met vragenlijsten die mij een bepaalde rust gaven. Blijkbaar is piekeren een soort kinderlijke overlevingsstrategie: je rationaliseert alles en je denkt dat je het probleem aanpakt omdat je erover nadenkt, terwijl er niks gebeurt.

Dat brengt ons terug naar die comfort-zone. Piekeren zit in die zone, het voelt comfortabel aan. Maar zo verandert er niets. Er verandert pas iets door actie te ondernemen. In mijn geval was dat scheiden. Tot mijn echtscheiding heb ik gigantisch gepiekerd, tot we samen de pijnlijke beslissing namen om uit elkaar te gaan. Toen was ik van het piekeren verlost en ging alles stromen. Waarmee ik niet zeg dat iedereen met huwelijksproblemen nu massaal moet gaan scheiden. (lacht) Maar stilstand verlamt. Je kunt het er beter uitgooien en eens goed ruzie maken. Zweet het uit! Maar niet in een zweethut. En al zeker niet in een zweethut waarin je volledig naakt naast de goeroe moet gaan zitten.” (Het Nieuwsblad)

duur: ca. 80 min.

