



Je steekt nog eens
wat op achter die

LAPTOP

In eigen tijd en op eigen tempo, aan de keukentafel of vanaf je bank. Deze leuke en interessante cursussen doe je lekker thuis.

Tekst: Alexander Hiskemuller.

MARGRIET-
DEAL!

2 Partner in wine

Welk wijntje is nou écht lekker? Na de online wijnproefcursus *Ontdek je smaak* van WijnSpijs Academy sta je nooit meer in dubio voor de schappen. Culinair consultant (en sommelier en ex-restaurateur) Laura Lemmers is een enthousiaste allesweter op het gebied van wijn. In meer dan twintig leuke filmpjes leert zij je proeven als een prof. Het 'oefenmateriaal' bestaat uit zes verschillende flessen wijn die gratis bij je worden bezorgd, mét keltersmes om ze gracieus van hun kurken te ontdoen. Gedurende de cursus proef je de meest uitgesproken stijlen wijn van de grootste wijnhuizen ter wereld, zoals Bodega Norton uit Chili en Boschendal uit Zuid-Afrika. Je kunt vier tussentijdse toetsen doen en afsluiten met een examen voor een certificaat.

CURSUS: *Ontdek je smaak – WijnSpijs Academy*. **KOSTEN:** € 147, inclusief zes flessen wijn, t.w.v. € 74,95, keltersmes en toegang tot de besloten WijnSpijs Academy Face-book-groep. **MEER INFORMATIE EN INSCHRIJVING:** academy.wijnspijs.nl. **LET OP:** Margriet-korting van € 50. Je betaalt dus geen € 147, maar slechts € 97. **Gebruik bij inschrijving code: Margriet.**

1 Go vegan

MARGRIET-
DEAL!

Je zou best weleens vegan willen koken, maar je hebt geen idee hoe? En misschien denk je stiekem dat vegan weliswaar gezonder, maar toch minder lekker is? Met de kennis, tips en heerlijke recepten van Eke Mariën en Joris Schildknecht ontdek je dat het tegendeel waar is. Op het leerplatform *Vegan Academy* maken de enthousiaste koks de overstap van dierlijk naar plantaardig koken voor iedereen toegankelijk. Je vindt er online cursussen, per stuk te koop of als deel van een abonnement. In video's laten Joris en Eke zien hoe je de gerechten bereidt, welke apparatuur je nodig hebt en waarop je moet letten om tot een goed kooksel of baksel te komen. Als gratis lid van de Academy krijg je ter inspiratie één cursus cadeau en toegang tot ruim vijftig recepten uit de receptendatabase.

CURSUS: *Vegan koken – Vegan Academy*. **KOSTEN:** € 75 (online masterclasses), € 25 (thema cursus als Italiëans, snacks, streetfood)). **MEER INFORMATIE EN AANMELDEN:** veganacademy.eu. **LET OP:** Margriet-korting van € 5. Je betaalt dus geen € 75 of € 25, maar slechts € 70 of € 20. **Gebruik bij inschrijving code: Margriet2020.**

MARGRIET-
DEAL!

3 Helemaal zen

Vóór corona werd de wereld steeds drukker en misschien vond je het toen al niet altijd even makkelijk om tot rust te komen. Nu biedt Margriet samen met het e-learningportaal Interplein een fantastische cursus om (weer) in balans te komen. Je leert over mindfulness en hoe je kunt mediteren én je krijgt handvatten voor een verantwoorde beoefening van yoga, dé vorm om je fysiek en mentaal lekker te voelen. De trainingen, acht in totaal, nemen je stap-voor-stap in video's en e-books aan de hand. Je kunt ze los volgen op het moment dat het jou uitkomt en je kunt erop terugrijpen als je ze nodig hebt. Een must voor iedereen die meer zen in zijn/haar leven wil.

CURSUS: *Zenpakket – Margriet i.s.m. Interplein*. **KOSTEN:** € 399. **MEER INFORMATIE EN INSCHRIJVING:** margriet.nl/zenpakket. **LET OP:** Margriet-korting van € 360. Je betaalt dus geen € 399, maar slechts € 39. Er is geen speciale code nodig.

Broodnodig

Is er iets lekkerder dan de geur van versgebakken brood? Jazeker, de geur van zélfgebakken brood! Door corona heeft het thuisbakken een vlucht genomen, maar je eigen brood bakken is nog niet zo makkelijk. Welke graansoort kies je voor welk soort deeg, wanneer heb je voldoende gekneet en hoe voorkom je dat het deeg plakkerig wordt? Je leert het in de online broodbakschool van

MARGRIET-DEAL!

Marije Bakt Brood. Marije leerde de kneepjes van het broodbakvak van niet de minste bakkers: *Heel Holland Bakt*-meesterpatissier Robèrt van Beckhoven en broodbak-bestsellerauteur Levine van Doorne deelden hun geheimen met haar. In tien overzichtelijke stappen met praktische instructievideo's ervaar je hoe je een heerlijk luchtig brood op tafel zet. Gemaakt met honderd procent natuurlijke ingrediënten en eenvoudige bakbenodigdheden. Maak witbrood of volkorenbrood of bak ze lekker allemaal in een smakelijke combideal. Schort aan, met je handen in het deeg en aan de bak.

CURSUS:

Basis witbrood bakken/ Basis volkorenbrood bakken – Marije bakt brood. KOSTEN: € 47 (wit of volkoren), € 67 (combideal beide).

MEER INFORMATIE EN INSCHRIJVEN:

marijebaktbrood.nl.

LET OP: speciale moederdagaanbieding. Tot 15 mei 2021 krijg je € 5 korting. Gebruik bij inschrijving code: MARGRIET5.



Je levensverhaal opschrijven? Leuk om te

MARGRIET-DEAL!

Maak er een potje van

CURSUS: *Van klei tot kom* – De Cursist. KOSTEN: € 349. START: 1 juni, 1 september en 1 december. MEER INFORMATIE EN INSCHRIJVEN: decursist.com. LET OP: Margriet-korting van € 50. Je betaalt dus geen € 349, maar € 299. Gebruik bij inschrijving code: MARGRIET.

Pottenbakken is razendpopulair! Vóór corona zaten alle keramiekstudio's bomvol en waren er wachtlijsten voor zo'n beetje alle beginnerscursussen door het hele land. Niet zo gek, want je eigen servies maken is niet alleen fijn creatief bezig zijn, het is ook nog superzen om te doen. En nu, met behulp van charmante, professionele Vlaamse pottenbakkers, leer je het online, middels veertig aansprekende stap-voor-stap (of in dit geval: draai-voor-draai) video's en uitlegsheets. De achtweekse basiscursus

Van klei tot kom, gegeven door keramiste Françoise Busin, is gekoppeld aan data waarop je kunt inloggen, waardoor alle deelnemers ongeveer hetzelfde tempo volgen en je in een besloten Facebookgroep ervaringen kunt uitwisselen. Ook kun je in deze groep terecht voor persoonlijke begeleiding. Denk: EHBO voor als je maaxsel meer lijkt op een abstracte wandplastic dan op de soepkom die je voor ogen had. Heb je na de basis je draai gevonden? Dan draai je lekker door met de semigevorderdencursus *Borden, schalen, vazen*.



MARGRIET-DEAL!

6 Geef woorden aan je leven

CURSUS: *Levensverhalen schrijven* – Etadoro.

KOSTEN: € 55.

MEER INFORMATIE EN

INSCHRIJVING: [etadoro.nl](https://www.etadoro.nl).

LET OP: **Margriet-korting van € 20. Je betaalt dus geen € 55, maar slechts € 35. Gebruik bij inschrijving code: MARGRIET20. Deze korting geldt voor alle cursussen van deze aanbieder.**

Als je foto's van afgelopen jaren terugkijkt, kun je je opeens realiseren hoeveel je hebt meegemaakt. Pieken en dalen, geluk en misschien ook ongeluk, je heb misschien bijzondere ervaringen opgedaan. Hoe leuk zou het zijn om aan de hand daarvan je levensverhaal op te schrijven? Bijzonder voor jou én voor je (klein)kinderen en andere dierbaren. Op het leerplatform *Etadoro* krijg je in zeven online lessen handvatten om er iets moois van te maken. Trainers en tekstschrijvers Annemarie van den Brink en Trea Scholten laten je zien hoe je eraan begint, hoe je tot de kern komt en welke vertelvorm het best bij je past. Je krijgt inspirerende schrijfp opdrachten om je verhaal pakkend onder woorden te brengen. En als je wilt, kun je je levensverhaal publiceren in gedrukte vorm. Je kunt de cursus in eigen tempo volgen en na aanschaf blijven de online lessen twee jaar beschikbaar.

doen en bijzonder om te (laten) lezen

Genieten doe je zo

Je hebt ze vast en zeker weleens ergens zien hangen: Theo Broersens feestelijke schilderijen van Dikke Dames. De Dikke Dames drinken een glaasje wijn of eten een lekker taartje. Ze zijn helemaal in hun sas met zichzelf. Eigenlijk zouden we allemaal wel wat meer van een Dikke Dame in ons mogen hebben... Om je ook in moeilijke tijden eraan te blijven herinneren hoe belangrijk genieten is, maak je nu je eigen Dikke Dame-schilderij via een online workshop. Caroline Mulders van de Utrechtse creatieve

hotspot GrachtenAtelier leert je schilderen met voluptueuze vormen en kleurrijke verfstreken. De inloopworkshop via Zoom duurt twee uur (van 19.00 tot 21.00 uur) en wordt centraal uitgelegd. Ook is er aandacht voor de individuele deelnemers. Van tevoren ontvang je een schilderspakket waarin alles zit wat je nodig hebt (onder andere een schilderdoek van 30x40 cm, verf en penselen). Leuk om samen met een paar vriendinnen te doen. Krijgen jouw Dikke Dames daarna een mooi plekje boven de bank?

CURSUS: *Dikke Dames schilderen* – GrachtenAtelier.

KOSTEN: € 59,50 (inclusief schilderspakket).

START: 23 april, 14 mei, 4 juni en 25 juni. **LET OP:** **Margriet-korting van € 14,50. Je betaalt dus geen € 59,50, maar slechts € 45. Gebruik bij inschrijving code: MARGRIETGA.**

MARGRIET-DEAL!

Ga voor gezondheid

8 Een leven lang leren

Sinds vorig jaar december gooit de overheid een belangrijk wapen in de strijd tegen onverhoopte werkloosheid door de coronacrisis: het portal NL leert door. Allerhande opleiders bieden hierop hun cursussen, leerpakketten, trainingen en workshops aan, 450 in totaal (en het aanbod groeit). Allemaal online en kosteloos te volgen, omdat de overheid de aanbieder betaalt. Ja, je leest het goed: het is gratis en voor niets. Iedereen kan zijn of haar skills en kennis uitbreiden en/of updaten in zorg, finance, onderwijs, industrie en vele andere branches. Om bij te blijven in je huidige baan of om een beter cv te kunnen overleggen bij een toekomstige werkgever. Werk je niet (meer), dan is het toch een goed idee om op het portal rond te snuffelen, want er zitten talloze cursussen tussen die 'gewoon' leuk of handig zijn. Altijd willen leren fotoshopen? Een website bouwen? Analytisch en creatief denken? Je wordt er hartstikke kennishongerig van, van deze schatkist vol gratis educatie.

CURSUS: *te veel om op te noemen* – NL leert door.
KOSTEN: gratis. **MEER INFORMATIE EN INSCHRIJVEN:** hoewerktnederland.nl.

We hebben maar één lichaam en daar moeten we het ons hele leven mee doen. Eigenlijk is het een must om te weten hoe je lichaam werkt, waar je op moet letten en hoe je moet omgaan met eventuele ziektes en fysieke ongemakken. Het e-learningpakket *Gezond lichaam* van Margriet in samenwerking met *Interplein* biedt je in 25 op zichzelf staande trainingen inzicht in wat je erover moet weten: van gewricht tot rugpijn, griep en coronavirussen, PMS en hooikoorts et cetera. Ook zijn er trainingen waarin je de nieuwste ontwikkelingen uitgelegd krijgt over astma, kanker, artrose, kinderziektes, aambeien en fibromyalgie. Bovendien leer je over de ontwikkeling van geboorte tot puberteit en krijg je praktische gezondheidstips voor in en om het huis. Deze cursus biedt eigenlijk te veel om op te noemen, maar één ding is zeker: als je de volgende keer bij de huisarts bent, kom je goed beslagen ten ijs.

CURSUS: *Gezond lichaam* – Margriet i.s.m. Interplein. **KOSTEN:** € 399.
MEER INFORMATIE EN INSCHRIJVEN: margriet.nl/gezondlichaam.
LET OP: Margrietkorting van € 360. Je betaalt dus geen € 399, maar slechts € 39. Er is geen speciale code nodig.

Wat zie je er leuk uit!

Een kast vol kleren en toch het gevoel dat je niets hebt om aan te trekken? Dan koop je weer wat nieuws, wat even leuk is, maar geen blijvende oplossing voor je mode-crisismomentjes. En dat je bovendien opzadelt met een schuldgevoel, want de confectie-industrie is topvervuiler en de omstandigheden waarin de kleren zijn vervaardigd, zijn vaak niet fair. Stylist Mirjam Hamming leert je in haar *Instagram*-cursus *#verrekikontdek* hoe je voortaan met een grote glimlach voor je garderobe-

kast staat. Via een besloten *Instagram*-account (stories en feed) krijg je overzicht in de kleding die je hebt en hoe je steeds nieuwe combinaties kunt maken. Ook krijg je leuke opdrachten om je uit je comfortzone te halen (dus die nooit gedragen, want opvallende paarse blazer wordt opeens je tópstuk!) en slimme stylingtrucs om een outfit beter voor je te laten werken. Na afloop van de cursus geeft Mirjam een live-Q&A-sessie, waarin ze stylingvragen beantwoordt die je mogelijk nog hebt.

CURSUS: *#verrekikontdek*. **KOSTEN:** € 59. **AANMELDEN** gaat via de link in de bio op het *Instagram*-account [mirjam_stylecoaching](https://www.instagram.com/mirjam_stylecoaching).