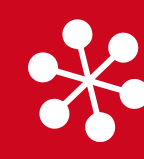




DOE MEE IN OVERVECHT



NR. 4

DECEMBER 2009

Kom naar CULTUURHUIS STEFANUS

Amazonedreef 40

VUILNISKINDEREN

Kindervoorstelling
Theater Roots and Borders
10, 11, 14, 15 en 16 december
9.30 uur
toegang gratis.

ALS DE DOOD VOOR DE NACHTEN

Spotlight theater
voorstelling van en over daklozen
zaterdag 19 december, 20.00 uur
(première met nagesprek).
zondag 20 december
15.00 uur en 20.00 uur
toegang € 3,50.

BUURTEN OVER GRENZEN, WERELDWIJD

culturele seniorenmiddagen
maandag 18 januari
13.30 - 16.00 uur
toegang gratis.

TANDEM, WINTERLICHT

Cultureel festival voor jong en oud
zondag 24 januari
13.00 - 17.00 uur
toegang gratis.

Kijk voor het verdere programma op: www.cultuurhuisstefanus.nl



Word Wijkvoorlichter!

Overvecht heeft sinds kort 'wijkvoorlichters'. Zij informeren bewoners persoonlijk over allerlei onderwerpen. Zo gaan ze voor Bureau Inburgering langs de deur om informatie te geven over de cursussen, en helpen ze de GG&GD met voorlichting over vitamine D. Wilt u ook wijkvoorlichter worden? Dat kan als u 16 uur per week beschikbaar bent en bij voorkeur twee talen spreekt (Nederlands en Turks, Berbers, Arabisch of Farsi). U krijgt een opleiding en maakt kans op een vaste baan.

DOE MEE IN OVERVECHT



Info: Sebastiaan van Zaanen of Jos Roukema van UW Reïntegratie.
030 - 239 1500.

Kom in beweging met Big! Move



Lopen, oefeningen doen en contacten maken. Kom in beweging. Doe mee met Big! Move. Want bewegen is gezond. Juist als u pijn heeft, juist als u zich niet zo lekker voelt. Maak hiervoor een afspraak met uw huisarts. Deze verwijst u door naar een groep. Dan gaat u onder begeleiding van een fysiotherapeut aan de slag. Op uw eigen niveau. Want inmiddels is het bewezen: wie meer beweegt, en meer contacten heeft, voelt zich fitter, gezonder en beter.

Meer informatie: Big! Move, Marije de Vries
06 - 5237 8225.
www.bigmove-overvecht.nl
info@bigmove-overvecht.nl

Voetballen als Cruiff

Op het nieuwe Cruiff Court in Park de Watertoren kun je elke dag voetballen, als je wilt. En voetballen op een Cruiff Court, dat is wat anders dan gewoon voetballen. Op een Cruiff Court is er begeleiding bij. De partijtjes verlopen daarom leuk en gezellig. YFC The Mall en de Stichting Klein Galgenwaard organiseren ze, en iedereen mag meedoen.

din | 15.00 - 17.00 uur: MEIDEN 10 - 15 jaar
din | 17.00 - 18.00 uur: JONGENS 13 - 16 jaar
din | 18.00 - 19.30 uur: JONGENS 17 jaar en ouder
woe | 13.00 - 15.00 uur: MEIDEN
woe | 15.15 - 17.30 uur: JONGENS
don | 16.00 - 17.00 uur: JONGENS 13 - 16 jaar
don | 17.00 - 18.00 uur: JONGENS 17 jaar en ouder



Gezondheid en Vitamine D

Vitamine D is belangrijk voor sterke botten en spieren. U maakt vitamine D aan als u in de zon bent. En verder zit het alleen in boter, margarine en vette vis. Met 'de buurtgerichte gezondheidsbevordering' maakt de GG&GD bewoners van Overvecht bewust van het belang van Vitamine D.

Kom naar de bijeenkomsten op:

Dinsdag 8 december, 9.30 - 11.30 uur.

Talentencentrum Cumulus De Dreef, Schooneggendreef 27c.

Donderdag 14 januari, 13.30 - 15.00 uur.

Tamarinde, Neckardreef 6.

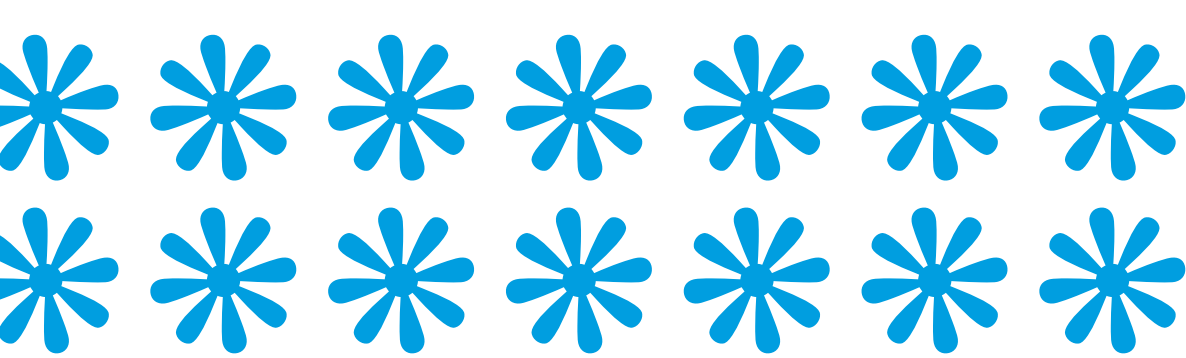


Meer Info:

Astrid van den Broek (GG&GD 030 - 286 3321.)
Wijkgezondheidswerker Overvecht

Overvecht is een krachtwijk. 'Doe Mee in Overvecht!' is de naam van het wijkactieplan van de gemeente Utrecht en de woningcorporaties Mitros, Portaal en Bo-Ex. Kijk voor meer informatie op de website of ga langs bij wijkbureau Overvecht, Zamenhofdreef 17.

Kijk voor alle info op WWW.DOEMEEINOVERVECHT.NL



Bijzondere mensen gezocht

Kent u een bijzondere Overvechter? Iemand die zich inzet voor de wijk? Iemand die daarom in een boekje moet over bijzondere Overvechters. Laat u dit dan weten aan Jeroen de Groot, jeroen.degroot@tiscali.nl, of bel 06 - 1609 6220.

ontwerp: www.talut.nl/ / fotografie: Rianne den Balvert, Eut van Berikum.

