



*iedere woensdagochtend: 10.00 - 12.30 uur*

## **ZIMIHC Creatief Café**

**De makers van de Bewegvriendelijke Wijk en de Derde Helft presenteren het Creatief Café: koffie drinken, ontmoeten en lekker actief zijn met muziek, theatersport of schilderen!**

Maak samen muziek, kruip in de huid van een ander met improv theater of werk aan je schildervaardigheden tijdens één van de ZIMIHC Creatief Café workshops. Of kom naar een voorstelling of expositie kijken. Heb je vooral zin in een kop koffie en een gezellig babbeltje met je buurtgenoten, dan ben je ook van harte welkom! Je kan iedere woensdagochtend bij ons binnenlopen.

*Het Creatief Café is onderdeel van De Bewegvriendelijke Wijk. Dit is een initiatief speciaal voor 55-plussers uit Utrecht Noordoost om alleen of samen te bewegen en elkaar te ontmoeten.*

# Programma december

## 7 december

**10:30 uur** – Maak muziek met de BuurtBand.

**10:30 uur** – Fotografie cursus met Nienke Jorissen.

## 14 december

**10:30 uur** – Maak muziek met de BuurtBand.

**10:30 uur** – Schrijfworkshop: Dierbaar in december met Gerdi Keeler.

**11:45 uur** – **Utrecht in Dialoog: Elkaar Zien!**

## 21 december

**10:30 uur** – Maak muziek met de BuurtBand.

**10:30 uur** – **Schrijfworkshop: Licht in donkere dagen met Gerdi Keeler.**

**11:45 uur** – Speelkwartier!

## 28 december

Geen vast programma. Cafe is open voor de gezelligheid!

### Over het dialoog: **Elkaar Zien!**

In de aanloop naar de feestdagen gaan we in gesprek over elkaar zien. Ken jij je buurt? Voel je een connectie met je bureu? Wat zie je als je naar een ander kijkt? Wat gebeurt er als je de ander echt ziet en als je zelf gezien wordt? Hoe weet je of je de ander écht ziet? En hoe zie je jezelf eigenlijk?

Tijdens dit dialoog ga je niet alleen met elkaar in gesprek, je onderzoekt ook op een creatieve manier het thema. Ella van der Naalt verzorgt het creatieve aspect van dit dialoog.

### Over de **Schrijfworkshop**

Met een schrijfworkshop zet je schijnwerpers op waardevolle momenten in je leven. Je beschrijft kleine verhalen uit verschillende periodes. Door de schrijfopdracht kun je met frisse ogen kijken naar wat je hebt beleefd. Zo gun je jezelf ruimte om te herinneren en ontdek je waardevolle invalshoeken voor jezelf. Schrijfervaring is niet nodig; je schrijft vanuit je zintuigen. Ga voor meer info naar [www.doordetijd.nl](http://www.doordetijd.nl)