

Meer weten?

Wil je meer weten over het aanbod; je inschrijven voor een cursus, groepsles of groepsactiviteit; als vrijwilliger aan de slag of heb je een andere vraag? Kom langs of neem contact op met het team via onderstaande contactgegevens.

Buurthuis de Paraplu

Van Bijkershoeklaan 10

3527 XL Utrecht

paraplu@interaktcontour.nl

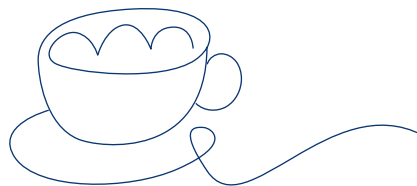
06 - 38 33 11 30

www.interaktcontour.nl/paraplu

* M.u.v. eventuele materiaalkosten.

** Afhankelijk van de activiteit zijn hier kosten aan verbonden.

In het programma zijn deze vermeld.



Buurthuis de Paraplu

INFORMATIE PROGRAMMA



DeParaplu
INTERAKTCONTOUR

interaktcontour.nl/paraplu

DeParaplu
INTERAKTCONTOUR

Buurthuis de Paraplu

Buurthuis de Paraplu biedt prikkelarme activiteiten, cursussen en ruimte aan voor inwoners van de gemeente Utrecht. Voor een betaalbaar kopje koffie of lunch ben je van maandag t/m vrijdag welkom. Daarnaast zijn er activiteiten voor mensen met niet-aangeboren hersenletsel.

In de Paraplu werken we met programmablokken; 4 blokken per jaar.

- BLOK 1 start op 1 september
- BLOK 2 start op 1 december
- BLOK 3 start op 1 maart
- BLOK 4 start op 1 juni

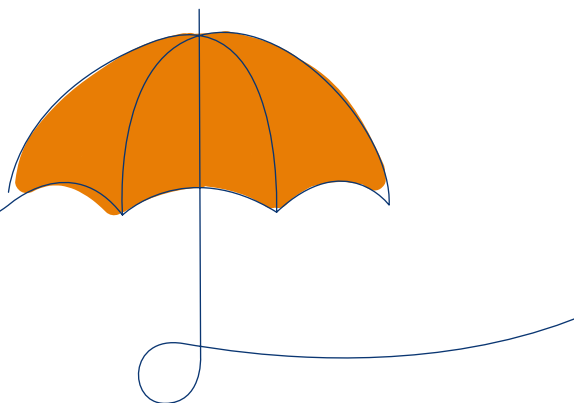
Het aanbod per blok kan verschillen. Vraag bij de receptie naar ons actuele aanbod of stuur ons een e-mailbericht.

We maken onderscheid tussen de volgende activiteiten:

Cursus

In ieder blok vind je een divers aanbod aan cursussen. Je leert (basis-) technieken waarmee je na afronding van de cursus zelf aan de slag kunt. Bijvoorbeeld in het vrije atelier, waar je zelfstandig aan een eigen project werkt. Alle cursussen worden door vakkrachten gegeven en gaan door bij minimaal 5 aanmeldingen.

Kosten voor een cursus zijn € 80,-.



Afhankelijk van de cursus zijn de lessen eens per week of eens per 2 weken. Je rondt de cursus af in 1 of 2 blokken. Een actueel overzicht van het aanbod vind je in het programma op onze website. Inschrijven voor een cursus kan via e-mail, telefoon of in de Paraplu zelf.

Naast de cursussen zijn er doorlopende groepslessen. De kosten hiervoor zijn per blok € 75,- (lessen van 2 uur per week) of € 37,50 (lessen van 1 uur per week of 2 uur per 2 weken).

Groepsactiviteiten

Sluit aan bij de gratis* groepsactiviteiten zoals de fotoclub en vrije inloop in onze atelierruimte. Onze ateliers (creatieve ruimtes) zijn ruimtes waar je jouw eigen creatieve werk maakt. Denk aan een schilderij, beeld of keramiek-project. Je kunt hier ook voor andere vormen van creativiteit terecht. De ruimtes zijn een aantal dagdelen in de week open.

Vrije inloop

Van maandag t/m vrijdag is de bar van 9.00 tot 16.00 uur open voor een kop koffie. Tussen 12.00 en 13.00 uur kun je ook soep en/of een tosti kopen. Daarnaast zijn er specifieke momenten in de week om gezamenlijk koffie te drinken en advies te krijgen over diverse onderwerpen.

NAH Specifiek

Voor mensen met niet-aangeboren hersenletsel (NAH) en hun partners en/of mantelzorgers zijn er diverse groepen met lotgenotencontact**. Met elkaar ervaringen uitwisselen en ontspannen. Je hebt geen indicatie nodig om mee te doen.

Vrijwilligers

De Paraplu draait dankzij de inzet van onze vrijwilligers. Hulp in de tuin, keuken en bij activiteiten is altijd welkom. Als je tijd en zin hebt om als vrijwilliger aan de slag te gaan, vinden we bijna altijd een passende klus! Dit kan structureel, maar mag ook eenmalig zijn.