

'Deelnemen aan de maatschappij is oók gezond' Internationale Vrouwendag in Wijkcentrum Overdie

ALKMAAR - Geen high-heels-run tijdens Internationale Vrouwendag op zaterdag 8 maart in Wijkcentrum Overdie, maar wel van 17.00 tot 22.00 uur een gevarieerd programma met onder meer dans, cabaret en mode. Houriya Abbou van stichting VROUWenKRACHT coördineert de vrouwendag in het wijkcentrum. "Het wordt een feestje voor vrouwen uit deze buurt en andere stadsdelen. Alle activiteiten worden door vrouwen georganiseerd en uitgevoerd."

Het thema van de Internationale Vrouwendag is gezondheid en dat heeft volgens Houriya veel raakvlakken met de activiteiten van VROUWenKRACHT. "We organiseren veel activiteiten voor vrouwen waarmee ze hun talenten kunnen ontwikkelen. In Overdie zijn bijvoorbeeld nog veel vrouwen te vinden die zich geen raad weten met de Nederlandse taal of een computer. Sommigen kunnen simpelweg niet fietsen. Dat belemmert dus letterlijk de weg naar het vinden van een baan. En deelnemen aan de maatschappij is oók gezond. In onze computerclub zitten vrouwen die zich vooral hebben gericht op de opvoeding van de kinderen. Nu die ouder zijn en er meer tijd overblijft, willen ze zichzelf ontwikkelen. Als je ziet hoe blij ze zijn met basiskennis van een computer? Er gaat een wereld voor ze open: ze kunnen zelf contact onderhouden met familieleden en kunnen bijvoorbeeld zelf op zoek naar vacatures. Basale computerkennis is vandaag de dag pure noodzaak."

Mooi voorbeeld

Een ander onderdeel van de stichting zijn de kookcursussen. "Via deze trainingen kunnen deelnemers een baan zoeken in de horeca of hun eigen cateringbedrijfje opstarten. Ze leren over hygiëne, ondernemerschap en offertes maken. We zijn momenteel met een school in gesprek om een opleiding van een jaar aan te kunnen bieden. Daar hebben we nog wel deelnemers voor nodig dus belangstellenden kunnen zich melden. Deze opleiding wordt dan afgesloten met een diploma, wat de kansen op de arbeidsmarkt vergroot. Leden van de kookgroep verkopen tijdens de Internationale Vrouwendag lekkere hapjes. De opbrengst wordt in de koktraining gestoken. Dat vind ik een mooi voorbeeld van zelfverantwoordelijkheid."

Dansfeest

Internationale Vrouwendag in wijkcentrum Overdie begint om 17.00 uur met een openingsact. Verder kunnen bezoekers deelnemen aan de workshop 'Krachtig & Vrouwelijk cabaret'. De dag sluit om 20.15 uur af met een dansfeest in de grote zaal. De toegang is drie euro. Alle vrouwen - allochtoon en autochtoon - zijn welkom. Het complete programma is te vinden op www.vrouwenkrachtalkmaar.nl.



Stichting VROUWenKRACHT verzorgt onder meer kookcursussen. (Foto: aangeleverd)