Dreef nieuws

NR 37

EERSTE NUMMER 2024 **Voor en door bewoners**



IN DIT NUMMER:

Samen eten
zorgt voor verbinding bij Pahud

Stagebureau Overvecht
iedereen moet een kans krijgen

De Familieschool
ruimte voor het hele gezin

Steck
presenteert plannen voor de toekomst

www.echtovervecht.nl

Volg Echt Overvecht ook op Facebook, X, Instagram en YouTube!

Echt Overvecht

Echt Overvecht

Dreef POST

In dit eerste magazine van 2024 zijn weer zoveel leuke mensen en initiatieven te zien. IJsclub Siberia had een paar prachtige dagen op de ijsbaan in Park de Watertoren. Daar lees je in dit nummer over. En bij Pahud zijn ze gestart met de Happy Hap buurtmaaltijden. Eet jij ook een keer mee?
En lees ook vooral het stuk over Blijven meedoen voor ouderen, op pagina 18, met praktische tips en alle spreekuren op een rij.

Veel leesplezier!
Puck 't Hart

Dreefnieuws verschijnt 5x per jaar. Tussendoor staat er veel nieuws op Echt Overvecht Facebook, Twitter en Instagram.

Winnaar!

Jannet Pieneman is de winnaar van de Dreefpuzzel! Zij gaat binnenkort genieten van koffie of thee met taart voor twee bij Oproer Biercafé. De oplossing was: Prachtwijk.

BuurtBuik

Iedere zaterdag van 12.30-14.00 uur een heerlijke **gratis** driegangenmaaltijd.
Buurthuis de Boog
Gambiadreef 60
www.buurtbuik.nl/utrecht
utrecht@buurtbuik.nl

Bezorgers gezocht!

Dreefnieuws is nog steeds heel hard op zoek naar meer huis-aan-huis-bezorgers!

Lijkt het je leuk om 5x per jaar een vast wijkje in Overvecht te lopen? Wil je daarmee 20 euro verdienen in een paar uur? Dan zoeken we jou!

Mail snel je naam, leeftijd, adres en telefoonnummer naar:
redactie@dreefnieuws.nl





Wensen voor de wijk

Op een zaterdag in januari werden veel bezoekers bij het winkelcentrum Overvecht aangesproken door politici en vrijwilligers van GroenLinks en PvdA. Bij deze 'bakfiets-actie' vroegen ze mensen naar hun wensen voor Utrecht.

Giel van Dam van GroenLinks organiseert al jaren zulke acties: 'We willen daarmee ook buiten verkiezingstijd laten zien dat we open staan voor de mening van Utrechters. We gaan open in gesprek en iedereen kan wensen opschrijven. Die delen we dan met onze gemeenteraadsleden. Als mensen vragen hebben, schrijven we die ook op. Dan zorgt onze fractie dat ze antwoord krijgen. Zo horen we wat er in de wijken speelt.'
Aan deze bakfiets-actie deden zes vrijwilligers, twee raadsleden en een wethouder mee. Er zijn 46 wensen voor Utrecht opgehaald, verdeeld over allerlei onderwerpen, van wonen tot afval, van groen tot verkeer.

Heb je zelf wensen, vragen of ideeën voor de gemeenteraad? Kijk op www.utrecht.nl/bestuur-en-organisatie/gemeenteraad/praat-met-de-raad/ voor de mogelijkheden.

COLOFON
Dreefnieuws is een uitgave van Stichting Echt Overvecht en wordt 5 x per jaar gratis huis-aan-huis verspreid.
Hoofdredactie, coördinatie en grafisch ontwerp Puck 't Hart
Eindredactie en redactie-assistent Stephanie de Blieck
Social media & website Echt Overvecht Olivier Beens (website, Facebook, X, Instagram en YouTube)
Bestuur Echt Overvecht Bart Engbers, Ab Kools, Mohammed Saiah
Redactieadres mail: redactie@dreefnieuws.nl **post** Zamenhofdreef 17, 3562 JT Utrecht
Redactie Dreefnieuws Marga Achterbergh, Susana Casas Valle, Marja de Ruiter, Margriet Dings, Amina Haitoute, Margo Mulder, Lucy Nieuwdorp, Berry de Nijs, Janne van Malenstein, Maira Rep, Harm Schoonhoven, Koos Smits, Godfried van Utrecht, Marco van den Doel en Emil van der Wal.

Dreefnieuws wordt mede mogelijk gemaakt door: Bibliotheek Overvecht, DOCK, Woonin, Portaal, Brede School, Bewonersplatform Overvecht, Wijkplatform Overvecht, Overvecht Vastgoed, wijkbureau Overvecht, Veiligheid, Seniorvriendelijk Overvecht, Cultuur Platform Overvecht (ZIMIHC), Werk en inkomen, Overvecht Aardgasvrij, Initiatievenfonds en Samen voor Overvecht.

‘Bij mij is elke leerling welkom, maakt niet uit welk niveau je hebt’



Derk van de Hulst (30)

Muziekdocent BuurmanBaard
Woont samen met zijn twee katten in Overvecht.
Mooiste plek: Experimentele flats

‘Ik woon vier jaar in Overvecht en ben bekend als muziekdocent BuurmanBaard. De naam is zo gegroeid en ik gebruik deze naam nu als mijn werknaam. Ik ben muziekdocent en heb aan het conservatorium in Utrecht gestudeerd en studeerde ook muziekwetenschappen. Bij mij is elke leerling welkom. Ik ben van de persoonlijke aanpak en biedt muziekles op maat aan. Ik vind het namelijk belangrijk dat elke leerling op zijn of haar niveau met muziek bezig kan zijn.’

‘Ik zou Utrechters graag mee willen geven dat Overvecht een kleurrijke wijk is. De experimentele flats zijn een oase van rust in de wijk en maken de wijk bijzonder. Ook het feit dat er veel ruimte is en de natuur om de hoek is maakt Overvecht een mooie wijk.’

www.buurmanbaard.nl

TEKST **MARCO VAN DEN DOEL**
FOTO **LUCY NIEUWDORP**



TEKST **MARJA DE RUITER** FOTO'S **LUCY NIEUWDORP**

Abdel Harchaoui

Stagebureau Overvecht

'Mijn diepste overtuiging is dat iedereen een kans moet krijgen om zijn of haar droom te realiseren. Wat die droom ook is.' Aan het woord is Abdel Harchaoui, ondernemer in hart en nieren. In 2023 richtte hij samen met stichting Asha en 030 Office het Stagebureau Overvecht op. Met als doel: zorgen dat alle mbo'ers een geschikte stageplek vinden. Daarbij krijgen ze hulp, advies, begeleiding en training.

Iman (19) volgt een juridisch-administratieve opleiding op mbo niveau 4 bij ROC Midden Nederland. Vorig jaar liep ze studievertraging op, omdat ze geen geschikte stageplek kon vinden. Die plekken zijn er wel, want twee klasgenoten van haar kregen de stageplek waar zij ook op gereageerd had. Aan haar motivatiebrief lag het niet. Waar het wel aan lag? Dat weet ze niet. Ze nam contact op met het Stagebureau en kreeg daar sollicitatietraining en een stageplek. Abdel: 'We zien vooral dat studenten in de zorg en welzijnssector moeilijk een stageplek kunnen vinden. De zorg heeft veel mensen nodig, maar door gebrek aan personeel hebben de mensen die er werken geen tijd om stagiairs te begeleiden. Dus vinden deze studenten moeilijk een stageplek. Voor mbo-studenten met een migratieachtergrond is het vaak nog moeilijker. Dat ligt soms aan henzelf, maar ook bedrijven hebben last van een bepaalde kijk op stagelopers. We helpen niet alleen studenten, maar dagen ook bedrijven uit om flexibele stageplekken te bieden. Laat een groepje studenten een bepaalde klus doen, zodat ze leren samenwerken en dingen zelf uit moeten zoeken. Daar leren ze meer van dan elke dag hetzelfde doen.'

Iman zit nu elke donderdagmiddag in de bibliotheek Overvecht (bij het project Buren helpen Buren) en helpt mensen uit de wijk die met allerlei soorten vragen komen. Dat kan over geld gaan, maar ook over problemen in huis of met de overheid. Iman: 'Dit is echt veel leuker dan mijn vorige stage. Die was bij een groot bedrijf en daar moest ik elke dag hetzelfde doen. Hier moet ik samenwerken met andere studenten en moeten we oplossingen vinden voor vragen die wijkbewoners aan ons stellen. Ik kom nu meer uit mijn comfortzone en dit is heel goed voor mijn sociale ontwikkeling. Ik ben heel blij met het Stagebureau, want als die mij niet had geholpen dan had ik nog meer studievertraging opgelopen. Als ik mijn mbo-opleiding heb afgerond wil ik doorstuderen op het hbo.'

Ontstaan Stagebureau

In de wijkaanpak Samen voor Overvecht is 'Perspectief voor de jeugd versterken' een van de belangrijke



‘Een geschikte stageplek voor alle mbo’ers’

ambities. De start van het Stagebureau en van 030 Office is een invulling van die ambitie.

‘De zorg heeft veel mensen nodig, maar door gebrek aan personeel hebben de mensen die er werken geen tijd om stagiairs te begeleiden’

Abdel: ‘De gemeente zag al langer dat jongens en meiden op het mbo moeilijk aan een stageplek kwamen. Een stageplek zoeken is vooral de verantwoordelijkheid van de scholen zelf, maar niet alle opleidingen kunnen even goede begeleiding geven. We (de initiatiefnemers) vinden dat de jongeren die, om welke reden dan ook, minder kansen hebben, die alsnog moeten kunnen krijgen. Net voor de zomer kregen we groen licht van de gemeente op onze plannen en konden we van start.’

De initiatiefnemers zijn DOK 030 (een plek voor ondernemende mensen op de Pretoriadreef), de stichting Asha (een vrijwilligersorganisatie van Surinaamse Hindoestanen, die al langer met stagiairs werkt), 030 Office (een plek waar jonge ondernemers zelf een bedrijf kunnen starten op de Mississippidreef) en de gemeente. De studenten krijgen een sollicitatietraining, leren zichzelf te presenteren, er wordt een passende stageplek gezocht en de studenten krijgen tijdens hun hele stage begeleiding.

Voor wie is het Stagebureau?

Abdel heeft contact met alle ROC’s uit de regio. De gratis hulp van het Stagebureau is vooral bedoeld voor mbo-studenten die in Overvecht wonen. Maar zo langzamerhand druppelen er ook studenten uit andere wijken binnen en die worden ook geholpen. Bedrijven die een (of liefst meerdere) stageplekken kunnen bieden worden geholpen met het krijgen van de erkenning als Erkend Leerbedrijf, als ze die erkenning nog niet hebben. Het Stagebureau kan ook hulp bieden bij het opstellen van een stageplan en een goede begeleidingsstructuur. DOK 030 biedt zelf ook stageplekken als erkend leerbedrijf. Afgelopen najaar zijn meer dan 100 stageplekken gevonden en meer dan 300 stagiairs begeleid.

Stagebureau Overvecht

Wil je hulp bij het zoeken naar een stage of heb je een bedrijf en wil je mbo’ers een stageplek bieden? Kijk op de website of bel of mail.

06-1763 7870
info@stagebureauovervecht.nl
www.stagebureauovervecht.nl

Recept voor

een kleine portemonnee

TEKST **MARGA ACHTERBERGH**



Stamppot van rode biet met vis

Rode bietjes: het zijn eigenlijk bommetjes vol vitamines en mineralen. Ze zijn ook nog eens heerlijk zoet van smaak,waardoor kinderen ze meestal erg lekker vinden! Er is winterbiet en zomerbiet. Winterbieten moet je erg lang koken, wel twee uur. Vandaar dat ik hier kant-en-klaar gekookte bietjes gebruik. Wil je liever verse bietjes gebruiken? Koop dan 700 gram, kook ze goed gaar, laat ze afkoelen en verwijder de schil.

Bereidingstijd: 40 minuten
Prijs per portie: ca. € 1,50
Recept voor: 4 personen

Wat heb je nodig:

- een pureestamper
- 500-600 gram gekookte rode bieten
- 1 kg kruimige aardappels
- 1 flinke ui
- 100 gram verse roomkaas
- 1 el grove mosterd
- 4 koolvisfilets
- 10 gram bloem
- 10 gram boter
- plantaardige olie om te bakken
- zout en peper

Hoe maak je de stamppot:

- Schil de aardappels en snij ze in vieren.
- Kook de aardappels in kokend water met wat zout in 20 minuten gaar.
- Schil de ui en hak deze heel fijn.
- Snij de bieten in blokjes van ca. 1 cm.
- Pureer de gekookte aardappels met de stamper.
- Roer de roomkaas, mosterd en ui door de puree.
- Meng dan de bietjes door de puree.
- Maak de puree op smaak met versgemalen peper.
- Hou de stamppot tot opdienen zonodig warm in een voorverwarmde oven op 100 graden.

Hoe maak je de koolvis:

- Bestrooi de vis met zout en peper.
- Bestuif de vis met bloem en schud de overtollige bloem af.
- Verhit de olie met wat boter in een koekenpan.
- Bak daarin de vis in ca. 8 minuten om en om gaar en goudbruin.

Serveer de gebakken vis op de stamppot.

TIP:
Draag tijdens de bereiding een keukenschort of een oud shirt. Bietenvlekken kunnen erg hardnekkig zijn!



Heb jij ook een goed recept voor de kleine portemonnee?
Mail naar: redactie@dreefnieuws.nl





ZIMIHC theater Stefanus

TEKST **YVONNE MAATKAMP**



Kunst en cultuur in Overvecht

ZIMIHC theater Stefanus is een theater in de wijk Overvecht. Je vindt er elke maand gratis concerten, leuke voorstellingen en je ontmoet er andere mensen uit je eigen wijk.

Zet in je agenda: jubileumvoorstelling Galalalalaaa!

ZIMIHC bestaat dit jaar 35 jaar! En dat vieren we op zaterdag 25 mei 2024 groots met een jubileumvoorstelling: het Galalalalaaa! Het Galalalalaaa is een feestelijke voorstelling waarbij dans, muziek, theater en andere kunstvormen samenkomen. Het thema van de avond is circus. Verbinding, samenwerking en het plezier van de amateurkunst in Utrecht staan daarbij centraal. Dus zet de datum 25 mei alvast in je agenda, want je bent van harte uitgenodigd! Meer informatie volgt, houd daarvoor onze website in de gaten.

Soepsirene: gratis soep en cultuur

Samen met STUT organiseert ZIMIHC elke eerste maandag van de maand de Soepsirene. Daar delen we brood en verse soep uit aan Overvechters tot het op is. Kom gezellig samen in onze foyer en geniet van een gratis optreden en een lekkere lunch. Binnenlopen kan vanaf 12.00 uur en om 12.30 uur is er soep van LEKKER ZIMIHC.
De eerstvolgende Soepsirenes zijn op 4 maart, 1 april, 6 mei, 3 juni en 1 juli.



Spelen met Cultuur!

Kunst is goed voor de ontwikkeling van kinderen! Laat je kind kennismaken met muziek, dans, keramiek en andere creatieve uitingen. Op 17 april, 15 mei en 19 juni (van 9.30-10.30 uur) komen artiesten de peuters inspireren. In de workshop staat actieve deelname van kinderen in de leeftijd 1 tot 4 jaar centraal. Peuters en ouders maken kennis met verschillende activiteiten. Na de workshop is er gelegenheid om een kopje koffie of thee te drinken met andere ouders. Houd www.zimihc.nl in de gaten voor alle informatie.

ZIMIHC theater Stefanus
Braziliëdreef 2, 030 – 410 0441
Kijk voor de hele agenda op: **www.zimihc.nl**



Wijkbureau Overvecht

TEKST **ANNEMIEK KLUVER**

IJsclub Siberia

meer dan ijspret

Het was even spannend, maar al na drie dagen viel de beslissing: ja, we kunnen schaatsen op de ijsbaan van IJsclub Siberia! Twee dagen lang hadden we al ijspret. En wie weet, in februari nog een keer? Zo niet, dan niet getreurd. IJsclub Siberia heeft nog heel veel leuke evenementen op de kalender staan dit jaar.

Na drie jaar wachten was het in januari een feestje: met een echte koek & zopietent, schaatsverhuur, feestverlichting en muziek, werd het schaatsen een Oudhollands feestje in een nieuw jasje. Dit jaar was de ijsbaan niet opgespoten. Met alleen hemelwater vroor in drie dagen tijd de baan goed dicht. De kwaliteit van het ijs was prima. Inmiddels zijn alle spullen weer tijdelijk opgeborgen in de loods, in afwachting van weer een koude periode.

Opzet van de ijsclub

Robbert van Vliet, voorzitter van de ijsclub vertelt over de opzet in 2014: ‘Het doel van IJsclub Siberia was oorspronkelijk om jong en oud kennis te laten maken met winterpret in de buitenlucht. Maar omdat we niet elk jaar goede winters hebben, organiseren we ook andere evenementen. Die hebben allemaal dezelfde opzet: samen buiten rond een kampvuurtje, muziek erbij, (Oudhollandse) spelletjes doen. Daarmee hopen we mensen met elkaar in contact te brengen, het samenzijn te bevorderen, en met elkaar plezier te hebben.’

Hele jaar evenementen

Behalve voor de ijsbaan is de ijsclub actief voor veel meer evenementen. Op de kalender komend jaar staat in elk seizoen een feest gepland: in voorjaar, zomer, herfst en winter. Daarnaast komt er in de voorjaarsvakantie een dag in de bibliotheek met verhalenvertellers en beweging, de Winterburendag in het Johannescentrum, het Skatefeest in mei, en in augustus een van de hoogtepunten: het Over de Brug-festival. En waarschijnlijk in januari volgend jaar, terug van weggeweest: Glow-in-the-Park.

Donaties en subsidies

IJsclub Siberia werkt veel samen met partners in de wijk. Zij leveren diensten en goederen, en in ruil daarvoor staan ze op de website van de ijsclub, of nemen met hun goederen deel aan een evenement. Robbert: ‘Omdat we impact maken in de wijk met onze Oudhollandse activiteiten die we op een Overvechtse manier invullen, maken we al een aantal jaren gebruik van het Initiatievenfonds. Ook zetten we soms crowdfunding in om extra activiteiten te kunnen betalen. Daarnaast draait onze club op 25 vrijwilligers, die verdeeld zijn over de ijsbaan en de andere evenementen.’ Maar de club zit te springen om veel meer vrijwilligers. Denk aan kinderen helpen met schaatsen aantrekken, chocomel schenken en schaatsen op maat leggen. Bij de evenementen zijn vrijwilligers nodig voor de catering, voor de opbouw, als gastheer of -vrouw, of als begeleiding voor kinderen op een wandeltocht. Iedereen is welkom, en kan meedenken over zijn – of haar vrijwilligersrol. Dat maakt werken bij IJsclub Siberia extra leuk.

Meer weten of vrijwilliger worden?
Bel met Wilma Bos of Robbert van Vliet: 06- 4167 9005 of kijk op www.ijsclubsiberia.nl

Wijkbureau Overvecht
Zamenhofdreef 17, Utrecht. Openingstijden ma t/m vr 9.00 - 12.00 uur, overvecht@utrecht.nl



FOTO **LUCY NIEUWDORP**
TEKST **JANNE VAN MALENSTEIN**

Katja Ambalova (33)

Katja Ambalova is kunstenares, komt uit Rusland en woont met partner Kim in een Experimentele Flat. Favoriete plekken: de Experimentele Flats en park de Gagel

Katja: 'Ik ben geboren in Sint Petersburg, Rusland, en kwam in 2007 naar Nederland. Sinds anderhalf jaar woon ik in Overvecht, samen met mijn partner Kim, hij woonde al in een experimentele flat. Door de gezellige, knusse sfeer van de flats voelde ik mij er snel thuis. Het is hier een levendige buurt met een mooie mix tussen privé- en gezamenlijk leven. En de flats staan in een prachtige groene omgeving. Ik ben mondhygiëniste, maar raakte overwerkt. Tijdens mijn herstel keerde ik terug naar mijn eerste liefde: de kunst. Ik teken al mijn hele leven. Sinds dit jaar maak ik functionele kunst met epoxy, zoals onderzetters, broches en schalen. Onlangs heb ik mijn eerste tentoonstelling gehad in het Stefanus theater. In de toekomst ga ik grotere kunstprojecten realiseren en mijn vaardigheden als kunstenares verder ontwikkelen.'

'Door de gezellige, knusse sfeer van de experimentele flats voelde ik mij er snel thuis'



‘Samen eten geeft het gevoel bij elkaar te horen’

TEKST **MAUD BREDERO** FOTO **LUCY NIEUWDORP**

‘Ik ben intussen wel 77, maar ik voel me veel jonger. En zo lang ik nog overal kan komen, ben ik graag onder de mensen. Ik hoorde over een leuke activiteit bij Plan Einstein Pahud, naast het azc aan de Pahud de Mortangesdreef waarbij ook buurtbewoners welkom waren. Het ging erom samen een lichtsculptuur te maken voor de St Maartensoptocht. De ‘Pahud’ is niet ver van waar ik zelf woon. Ik ging er dus maar eens op af.’

Els vertelt hoe zij na die eerste activiteit daar van het een in het ander rolde. En ook hoe zij nu op maandagavond graag mee-eet met de buurtmaaltijd. ‘In de flat waar ik woon, leven de mensen langs elkaar heen. Door dit soort initiatieven voelen we weer dat we bij elkaar horen.’

Sinds Els niet meer werkt, doet zij graag vrijwilligerswerk. Ze vindt het belangrijk om een steentje bij te dragen aan Overvecht en plezierig om contact te hebben met de mensen die om haar heen wonen. Ze had al eens taalles gegeven aan een Syrisch gezin in het azc aan de Joseph Haydnlaan. Dat gezin verhuisde later naar Hoofddorp, maar nog steeds - nu online - geeft Els les aan de moeder. ‘Taalles kan ik natuurlijk ook geven in Plan Einstein Pahud, dacht ik. Dus bood ik dat aan toen ik daar aan die eerste activiteit mee had gedaan. Dat bleek een welkom aanbod.’

Spaghetti bolognese

Tussen 10.00 en 16.00 uur is het vaak gezellig in de huiskamer van Plan Einstein Pahud. Els: ’Laatst ging ik er in een verloren uurtje ook weer even heen. Er is altijd koffie en ook altijd wel iemand om een praatje mee te maken. In die huiskamer geef ik nu aan twee azc-bewoners uit Nicaragua taalles. En vorige week maandag waren er wel tien mensen groenten aan het snijden en in de keuken met grote pannen in de weer. Er werd spaghetti bolognese gemaakt, vertelden ze, en ook aardappelen en groenten gekookt. Ik hoorde dat er voortaan iedere maandagavond een buurtmaaltijd is. Dat is wel een kolfje naar mijn hand, of beter gezegd een spekkie naar mijn bekkie!’

Samen leven met de buurt

Bij die eerste buurtmaaltijd in Plan Einstein Pahud zat het meteen helemaal vol. Els: ‘Je loopt met een volgeschept bord lekker eten naar de tafel waar je naast iemand komt te zitten die je dan een beetje leert kennen die avond. Alle leeftijden zitten door elkaar aan tafel. Zo had iemand ook z’n moeder uitgenodigd. En naast mij zat een vrouw die haak- en brei-les geeft.



Els: 'Je loopt met een vol geschept bord lekker eten naar de tafel waar je naast iemand komt te zitten die je dan een beetje leert kennen die avond'

'Door dit soort initiatieven voelen we weer dat we bij elkaar horen'

Er is een goede sfeer en iedereen is aardig voor elkaar. Als je zo bij elkaar bent, hoor je ook wat er verder nog allemaal georganiseerd wordt. Daar word ik enthousiast van en dus wil ik graag een actieve buurtbewoner zijn. Laatst waren er mensen van de Haagse gemeenteraad op bezoek om te kijken of deze manier van asielopvang ook iets voor hun stad is. Mij was gevraagd om als buurtbewoner iets te komen vertellen. Dat vond ik leuk om te doen. Misschien ga ik op een gegeven moment ook meedoen aan activiteiten voor kinderen. Het is dankbaar werk en dat ik op de Pahud gewaardeerd word, vind ik natuurlijk ook heel prettig.'

Eet je ook een keer mee?
Je bent welkom op de Pahud! Elke maandag om 18.45 uur kun je gratis mee-eten.
Pahud de Mortangesdreef 61.



Heimwee recept

TEKST **MARGO MULDER**

Tarta de Santiago

Spaanse amandelcake





Susana Casas Valle (55 jaar) woont met haar man en twee zonen in Overvecht. Zij is de dichter van Dreefnieuws en ze is ook actief bij het Wijkplatform. Susana komt oorspronkelijk uit Spanje.

‘Dit recept heb ik, jaren geleden, gevonden toen ik voor de kookgroep Parels van Overvecht een nagerecht zocht. Dat was een succes. Thuis werd het ook gewaardeerd en sindsdien is het een succesnummer op onder andere verjaardagen.

Het is een Spaans recept. Mijn beide ouders zijn Spaans. Mijn moeder kende het niet; het stond niet in het kookboek waar zij uit kookte. Dit recept komt uit Galicië, een streek in Noord Spanje. Het kruis in het originele recept, op de taart, verwijst naar de pelgrimstocht Camino de Santiago. De Camino spreekt tot de verbeelding, ik wil ook nog een keer naar Santiago de Compostela. Mijn moeder kwam ook uit Noord Spanje, uit de naastgelegen provincie Asturias.

Als kind gingen we elk jaar met de trein naar Spanje. Mijn vader werkte bij de Nederlandse Spoorwegen. Amandelen doen me altijd denken aan die vakanties. Ik ging stiekem amandelen van de bomen plukken met mijn tante. Hele verse amandelen zijn ‘hemels’.

Amandelen en citroenen zijn belangrijk in de Spaanse keuken. Ook mijn moeder gebruikte ze veel. Bij het gerecht rijst met kip en saffraan, ging er op het laatst ook citroen doorheen. Op verschillende plekken in huis legde ze vanwege de geur de uitgeperste halve citroenen neer. De geur van citroen herinnert me altijd aan mijn moeder.’

Wat heb je nodig:

Voor 1 taart, 8 personen

- Ronde cakevorm
- 5 eieren
- 220 g witte basterdsuiker
- Rasp van 1 citroen
- 1 el kaneel
- 250 g amandelmeel
- Een beetje boter of olie om de cakevorm in te vetten
- Evt. een bakvel
- Poedersuiker

Zo maak je het:

- Verwarm de oven voor op 180 graden.
- Klopt de eieren luchtig.
- Voeg de suiker toe.
- Rasp de schil van de citroen.
- Voeg de rasp en kaneel toe en roer alles goed.
- Voeg de amandelmeel toe en meng alles goed.
- Vet de cakevorm met bakvel in.
- Doe het mengsel in de cakevorm en zet twintig minuten in de oven.
- Doe na 20 minuten aluminiumfolie over de vorm.
- Haal de cake na nog eens 20 minuten uit de oven.
- Laat afkoelen en versier daarna met poedersuiker.

Eet smakelijk!



Knipoog
column

TEKST **MARGA ACHTERBERGH**

Vandalisme: 'Ik snap dat echt niet'

Tweede Kerstdag 2023 in de avond: er staat een auto in brand voor de flat waar ik woon. Op oudejaarsdag volgden er nog meer in Utrecht, eveneens door brandstichting (!) vooral in Overvecht en Kanaleneiland... En ik snap dat dus echt niet...

Waarom zou je iets van iemand anders bewust vernielen? En dan ook nog eens in je eigen buurt? Een buurt waar veel mensen al weinig hebben, laat staan een uitgebreide autoverzekering die dit soort zaken dekt? Een buurt waar veel mensen zich toch al enigszins onveilig voelen.

Waaorm bijvoorbeeld een bushokje vernielen, als je weet dat jouw moeder en kleine zusje daar straks in de kou en regen staan? Plus dat dit soort dingen uit gemeenschapsgeld worden betaald. Alles dat wordt vernield heeft nu eenmaal een prijs. Een prijs die we uiteindelijk met zijn allen betalen.

Ik vraag me altijd af wat het is dat dit soort vandalen motiveert. Is het een sensatiezucht? Ik weet het niet.

Wat ik wel weet is dat je je eigen nest niet zou moeten bevuilen. Ik bedoel maar: zelfs dieren doen dat niet. Je leest tegenwoordig om de haverklap dat mensen elkaar neerslaan, neersteken of anderszins verwonden.

Is dat een uitvloeisel van de digitale cultuur? Daarmee bedoel ik die cultuur waarin we elkaar niet meer als mensen zien, maar als 'poppetjes' op een beeldscherm. Het lijkt af en aan wel alsof er geen onderling respect meer bestaat. Wat is er gebeurd met iets uitpraten?

Ik weet het echt niet en ik snap het echt niet. Maar als eeuwige optimist blijf ik hoop houden dat dit soort dingen zal overwaaien. Zullen we elkaar weer echt als mensen gaan zien? Wel: hoop doet leven!
En in het multi-culti portiek waar ik woon, gaat dat gelukkig prima ;-)

Marga Achterbergh is een bewoner van Overvecht. Ze schrijft voor Dreefnieuws over dingen die haar bezighouden.



TEKST **TJITSKE VAN DER WOUDE**

Mensen komen mensen gaan

De afgelopen tien jaar heb ik met heel veel plezier in Overvecht gewerkt. Ik heb de wijk absoluut in mijn hart gesloten, maar ik neem afscheid van mijn werkzame leven, ik ga in februari met pensioen.

Ik heb Overvecht leren kennen als een wijk met ontzettend veel mooie mensen en mogelijkheden. Zonder de ogen te sluiten voor de problematiek die ook in deze wijk geworteld is. En waar heel veel collega's en vrijwilligers keihard werken om de wijk te ondersteunen. En wie weet zien jullie mij binnenkort weer ergens opduiken als vrijwilliger.



Het team van de Buurtcentra is ondertussen al op volle sterkte. Mirjam Bekker (foto 1) en Josianne Gramsma (foto 2) zijn volop bezig in de drie buurtcentra die onder DOCK vallen. Samen met Wendela en Emine kun je ze daar tegenkomen. Ze zijn alle vier van de kopjes koffie en thee, en denken graag mee in wat er allemaal kan.



Binnen team volwassenen verlaat ook Nadja Kessel DOCK, haar zie je zeker nog terug in de wijk, zoals bijvoorbeeld bij Buurtmaaltijden. De werkzaamheden van Nadja worden voortgezet door Dieuwertje van Toor (foto 3), zij doet dit al een tijdje maar krijgt nu ook alle uren die daarvoor nodig zijn.



Lieve bewoners van Overvecht, ik ga jullie vast en zeker weer ergens tegenkomen, dus tot ziens!
Tjitske van der Woude

Buurtcentrum de Boog, Gambiadreef 60
Buurtcentrum de Jager, Teun de Jagerdreef 1
Buurtcentrum de Dreef, Schooneggendreef 27c
Speeltuin Gagelsteede, Gangesdreef 7
Speeltuin De Watertoren, Neckardreef 30



Brede School Overvecht

TEKST **DERK MARSEILLE**

Bewegen bewegen bewegen
Bewegen is belangrijk; voor de ontwikkeling, voor (het behoud van) je gezondheid en het is gewoon leuk. Volgens de beweegnorm is een uur per dag intensief bewegen voor kinderen noodzakelijk.

Gratis sporten
De Brede School vindt bewegen heel belangrijk. Daarom kunnen kinderen die naar een van onze 12 scholen gaan (gratis) kennismaken met verschillende sporten. Het gaat dan om een teamsport zoals basketbal of hockey. Maar ook vechtsporten: worstelen, kickboks. Of turnen, dans en breakdance.

Peuter kleuter bewegen
Voor peuters die naar een van de peutercentra gaan is er Peuter kleuter bewegen. Hier kunnen kinderen samen met hun ouders een spannend parcours afleggen en leren zij hoe ze ook thuis met verschillende materialen kunnen bewegen.

Avonturenclub
Ook buiten kan je bewegen. Bij de Avonturenclub gaan kinderen op pad in de omgeving rondom de school. Ze bouwen vlotten, maken vuurtjes en zoeken salamanders in de sloot. Hoe leuk is dat!

SportStart & Overvecht Heroes
Voor kinderen die wel iets willen doen, maar nog niet zo goed weten wat, is er SportStart; hier komt telkens een andere sport aan bod. Dit wordt georganiseerd met SportUtrecht.
Overvecht Heroes is speciaal voor leerlingen van de bovenbouw, voor wie lid worden van een sportclub (nog) niet vanzelfsprekend is. Twee uur lang sport en spel (onder begeleiding van jongerenwerkers van JoU en SVO de Dreef). Aanmelden daarvoor gaat via de school van jouw kind.

Alvast veel beweegplezier!

De Brede School Overvecht organiseert leuke activiteiten voor kinderen. Kijk op: www.doemeebredeschoolutrecht.nl)

Seniorvriendelijk Overvecht

TEKST MARJA DE RUITER



De Domstad PlusBus
Een rondvaart in 's Hertogenbosch, een ritje langs de bloeiende fruitbomen in de Betuwe, een rondleiding door slot Zeist met high tea, een theatervoorstelling, winkelen bij een heel groot kringloopcentrum, naar Volendam, een modeshow waar je ter plekke kleding kunt kopen. De vrijwilligers van de Domstad Plusbus verzinnen elke keer weer andere leuke uitjes. Elke twee maanden wordt er een nieuw programmaboekje gemaakt. Wie wil er nou niet een gezellig dagje uit en andere mensen ontmoeten. De PlusBus rijdt met kleine busjes. Je wordt thuis opgehaald en weer terug gebracht. Alleen inwoners van Utrecht kunnen mee.

De Plusbus is bedoeld voor mensen van 65 jaar en ouder, die niet meer zo makkelijk de deur uitkomen, maar dat wel graag willen. Er gaan juist veel mensen mee die alleen wonen. Maar samen met je partner of een vriendin een uitje boeken kan ook.

Inschrijven is gratis. De kosten van het uitje zijn heel verschillend. Je kunt dus zelf kiezen wat bij je portemonnee past. Mensen met U-pas krijgen korting. Je betaalt contant aan de vrijwillig begeleider in de bus. Zit je in een rolstoel? Ook dan kan je mee, maar je dient dan zelf voor een begeleider te zorgen, die de rolstoel kan duwen. Die betaalt dezelfde prijs voor het uitje.

Meer informatie: bel met U-centraal op nummer 030-236 1793. Maandag, dinsdag, woensdag tussen 10.00 en 15.00 uur. Of kijk op de website:
www.u-centraal.nl/onze-mogelijkheden/domstad-plusbus

Seniorvriendelijk Overvecht
Voor meer tips, vragen of informatie over andere activiteiten: Dieuwertje van Toor (DOCK), 06-59951573, dvtoor@dock.nl



TEKST **JANNE VAN MALENSTEIN**
FOTO **JAAP VAN DER WEL**

Zelfbeheer in Overvecht

Peter Copier

de tuinman van de Hektordreef

Peter Copier is een kampioen onder de zelfbeheerders. Al meer dan 35 jaar zorgt hij er hoogstpersoonlijk voor dat het hofje aan de Hektordreef een groene oase is. Nog steeds doet hij dat onderhoud met veel plezier.

'De gemeente wilde hier destijds een rozenperk weghalen en er dan tegels leggen. Dat ging me aan het hart. Nog steeds trouwens. Veel te veel mensen bestraten tegenwoordig hun tuin. Zo zonde. Kan een verhuurder daar niks tegen doen? Utrecht wil toch vergroenen? Maar goed. Ik adopteerde het perk voor mijn huis en een buurman dat ernaast. Maar 18 jaar geleden hield het voor hem op. Sinds die tijd zorg ik voor beide perken, voor alle zes woningen.'

Copier doet het werk met veel plezier maar de jaren beginnen te tellen. Hij is 77. Een schouder wordt wat onwillig en dat is lastig met harken, schoffelen en snoeien.

'Soms wil ik stoppen, maar dan bedenk ik weer hoeveel plezier ik eraan beleef. Vroeger deed ik alles achter elkaar door. Tegenwoordig doe ik het in gedeeltes. Voor het zware werk kan ik altijd de hulp inroepen van Ronald Wolf van de gemeente. Wat ik wel eens jammer vind, is dat de buren het allemaal maar heel gewoon lijken te vinden dat ik het zo netjes bijhoud hier. Een beetje waardering doet een mens goed, hoor.'

Bij het weggaan kijken we nog eens naar zijn fraaie perken. Copier heeft nu alweer zin om straks aan de slag te gaan.

VERHUISBEDRIJFUTRECHT
vertrouwd betaalbaar veelzijdig

Onze klanten beoordelen ons gemiddeld
met een 9,1 en 99% beveelt ons aan!



Lever deze advertentie in
en ontvang 10% korting!

T: 030 205 4444
info@verhuisbedrijfutrecht.nl
www.verhuisbedrijfutrecht.nl



RITJE BESTELLEN?
EVEN BUURT MOBIEL BELLEN!
06-39721486
WWW.BUURTMOBIEL.COM

Vervoer voor en door de wijk.
Vrijwilligers besturen de voertuigen en
halen u thuis op en brengen u weg.
Ook verzorgen wij ziekenhuisvervoer.

Buurt-mobiel

Goeiedag
Overvecht



TEKST **KOOS SMITS**
(priester Rafaëlkerk)

Goeiedag, bus!

Bekende nummers
Wat betekenen in Overvecht de nummers : 1 + 3 + 6 ? Welnu, als dingen betekenen zij bussen, als mensen betekenen zij passagiers. Fijn dat ze er zijn, die bussen. En fijn dat ze redelijk comfortabel zitten. Nou ja, dat wil zeggen, als je al een zitplaats hebt. Want in spitsuur moet je bijna circusacrobaat spelen om staande te blijven.

Rijdende groeten
Nou ga ik het niet hebben over, dat je bij in- en uitstappen chauffeur en passagiers zou kunnen groeten; evenmin (overigens zeer aanbevelenswaardig) dat je met een zitgenoot een praatje zou kunnen maken; ook niet (wat in een hilarische bui mij plotseling te binnen schiet) dat je met de hele bus bij het binnenrijden van Overvecht luidkeels zou kunnen uitroepen: 'Hoera!'

Fiets contra bus
Neen, het is mij totaal onverwacht overkomen. Ik had het niet kunnen bedenken. Het kwam door die lastige verkeerssituatie bij rotondes. Grote bus en kleine fiets. Wij kwamen zo ongeveer tegelijk bij de rotonde. Ik had als fietser natuurlijk gewoon voorrang. Maar ja, zo een bus vol mensen! Je kon van buiten zien, dat sommigen haast hadden. Dus zwaaide ik naar de chauffeur: 'Rij maar door!'

Vrolijk feest
Maar wat gebeurde toen? De passagiers aan mijn kant van de lange harmonicabus hadden dat gebaar gezien. Ze hadden niet begrepen, dat ik slechts de chauffeur aanspoorde om door te rijden. Dat deed hij graag en hij zwaaide terug. Nogmaals, wat gebeurde toen? Wel, de hele zijkant van de bus begon naar mij te zwaaien en mij breed toe te lachen. En ik kaatste terug. Goeiedag! Dat was leuk. Probeer het zelf maar eens!

De Bibliotheek Overvecht

Voor lenen, lezen, leren, koffie, ontmoetingen en een praatje
Gloriantdreef 1 www.bibliotheekutrecht.nl

TEKST **ISABELLA ARONS**

VOOR KINDEREN



Voorlezen in de bieb
Lekker voorgelezen worden is goed voor de taalontwikkeling. En ook leuk en gezellig!

- Elke woensdag van 15.30-16.00 uur voor 4 t/m 8 jaar.
- Elke donderdag van 10.30-11.00 uur voor 2 t/m 4 jaar.
- Elke eerste woensdag van de maand Turks voorlezen voor 4 t/m 8 jaar.

CoderDojo
Ben jij tussen de 7 en 17 jaar? En wil je leren programmeren, zelf websites bouwen, apps ontwikkelen, programma's maken games of robots te bouwen? Doe dan gratis mee aan de CoderDojo. Gratis, wel even reserveren op: www.coderdojo-utrecht.nl.
Zaterdag 17 februari
van 14.00-16.00 uur



VOOR VOLWASSENEN



Digicafé
Nieuwsgierig naar de online wereld? Wil jij meer leren over actuele digitale thema's. Of je digitale vaardigheden verbeteren? Kom dan naar het Digicafé. Iedere maand bespreken we een onderwerp. Dat kan van alles zijn. Gratis inloop. De data zijn: 28 februari 27 maart | 24 april | 29 mei | 26 juni van 10.00-11.30 uur

En er is nog veel meer te doen in Bibliotheek Overvecht. Kijk voor meer informatie, het volledige programma en actuele openingstijden op de website.

Bibliotheek Overvecht
Gloriantdreef 1, 030-2861800
klantenservice@bibliotheekutrecht.nl
Openingstijden: ma 14.00-18.00 uur,
di–vr 10.00-18.00 uur, za 10.00-17.00 uur

www.bibliotheekutrecht.nl/bibliotheken/bibliotheek-overvecht.html



‘Een tweede vrijwilliger met naaimachine is van harte welkom!’

Martine Melein (49)

Vrijwilliger Repair Café

Martine Melein (49) is archeoloog, moeder van twee volwassen zonen en vrijwilliger met naaimachine bij het Repair Café Overvecht. Haar favoriete plek in Overvecht is de oude boomgaard bij Fort aan de Klop.

Martine: ‘Elke derde zaterdag van de maand komen zo’n acht tot tien vrijwilligers naar buurthuis Burezina om mensen te helpen iets te repareren. Dat varieert van het maken van kapotte stofzuigers, strijkbouten of smartphones tot het stoppen van gaten in truien. Een tweede vrijwilliger met naaimachine is van harte welkom. We draaien zonder subsidie en hebben gratis onderdak bij Burezina, een warm en gezellig buurthuis. Ooit kwam ik hier binnenlopen om iets te laten repareren. Zo rolde ik erin. Inmiddels ben ik al tien jaar chronisch ziek, word nu zelfs helemaal afgekeurd. Een zinvolle bezigheid vind ik belangrijk. Ik blijf dus iets doen voor andere mensen en voor het milieu. Als archeoloog promoveerde ik op opgegraven spullen uit Mesopotamië en als archeoloog weet ik, dat spullen en mensen bij elkaar horen. We hebben maar één Aarde. Wees daarom zuinig op je spullen. Kom naar het Repair Café. Je kunt er zonder afspraak terecht en het is gratis.’

Repair Café Overvecht
Buurthuiskamer Burezina,
Jeanne d’Arcdreef 1, Utrecht
In principe elke 3e zaterdag
van de maand, 14.00-17.00 uur.
repaircafeovervecht@gmail.com

FOTO **GODFRIED VAN UTRECHT**
TEKST **JANNE VAN MALENSTEIN**

Actief blijven meedoen



'Als je geen smartphone hebt, kan je straks niet meer communiceren, betalen, de weg vinden of nieuws lezen...'

De wereld wordt elke dag digitaler. De mobiele telefoon lijkt onmisbaar te worden. Als je geen smartphone hebt, kan je straks niet meer communiceren, betalen, de weg vinden of nieuws lezen. In brieven van de gemeente, bank of dokter word je voor informatie verwezen naar hun websites en apps. Als je een vraag per telefoon wilt stellen, krijg je een computer aan de lijn die je eerst adviseert om op de website te kijken. Vervolgens word je in een lange wachtrij gezet. Steeds meer overheidszaken moeten online worden geregeld, waarbij een DigiD onmisbaar is.

TEKST **ED KLUTE**

U op leeftijd:
06-8350 5096 (op ma en do)
info@uopleeftijd.nl
www.uopleeftijd.nl

Sinds 1 januari 2023 zijn COSBO-Stad-Utrecht en seniorenplatform ACO gefuseerd met de nieuwe naam 'U op leeftijd'.

Veel mensen, vooral de jongere generaties, vinden deze digitale ontwikkelingen prettig. Bedrijven en overheden spelen hierop in door hun serviceverlening te digitaliseren en tegelijkertijd op personeel te bezuinigen. Ouderen hebben hier steeds meer moeite mee. Zij hebben behoefte aan persoonlijk contact en persoonlijke ondersteuning als ze vragen hebben, willen betalen of een formulier moeten invullen.

Steeds meer ouderen geven aan dat er niet naar hen wordt geluisterd. Ze voelen zich steeds minder gezien als volwaardig burger. Een groeiende groep voelt zich steeds afhankelijker van hulp van anderen.

Gratis OV-abonnement 66+

De aanvraagprocedure voor een gratis OV-abonnement voor 66+ maakt dit nog eens extra duidelijk. Vanaf 1 januari kunnen 66+ die niet meer dan € 22.200 per jaar ontvangen een gratis OV-abonnement aanvragen. Informatie hierover staat op een website www.gratisreizenouderen.nl en communicatie gaat online. Voor de aanvraag moeten drie stappen worden gezet.
Stap 1: Regel een persoonlijke OV-kaart;
Stap 2: Download uw inkomensverklaring bij de Belastingdienst.
Stap 3: Vul het online formulier in.

De persoonlijke OV-kaart moet online worden aangevraagd. Er moet daartoe een pasfoto worden geüpload en worden betaald met internetbankieren. Enige hulppunt voor persoonlijke hulp is Servicewinkel U-OV Utrecht Centraal Station. Daarvoor moet je vanuit Overvecht dan wel met de Regiotaxi of de bus. Een inkomensverklaring moet worden gedownload op de website van de Belastingdienst met DigiD en worden geüpload op de website.

Kortom, de aanvrager heeft minimaal een computer, tablet, een smartphone en een internetverbinding nodig om de aanvraag online te kunnen doen. Daarnaast moet de aanvrager voldoende digitale vaardigheden hebben om alle handelingen te verrichten. De aanvrager moet een DigiD en een e-mailadres hebben en



via internet kunnen betalen. Lukt je dat niet zelfstandig, dan moet je voldoende mobiel zijn om eventueel zelfstandig naar Utrecht CS te reizen om hulp te vragen bij de Servicewinkel OV. Kan je dit allemaal niet, dan ben je volledig afhankelijk van kinderen, sociaal netwerk of professionele hulpverleners.

Uit onderzoek blijkt dat juist deze groep vaak niet beschikt over voldoende digitale vaardigheden en bang is om fouten te maken. Volgens het CBS beschikt 50 procent niet over een up-to-date smartphone, soms niet over internet, en vaak niet over internetbankieren. Gevolg: de groep die het gratis OV- abonnement het hardste nodig heeft maakt er minimaal gebruik van, wordt eenzamer en nog afhankelijker van hulp.

Hulp in de wijk

Contact met de overheid gaat steeds vaker digitaal. Je DigiD aanmaken bijvoorbeeld. Of je toeslagen aanvragen. Wil je daar hulp bij? Kom langs. We denken graag met je mee en bekijken samen wat nodig is om je verder te helpen.

Spreekuur Digitaal
Elke dinsdag en donderdag
van 13.00-15.00 uur
Bibliotheek Overvecht
Gloriantdreef 1.

Informatiepunt digitale overheid
Ma 14.00-17.00 uur
Di t/m za 13.00-17.00 uur
Bibliotheek Overvecht.

Nieuw in de bieb: Digi dinsdag
Gratis workshops over digitale onderwerpen. Iedere derde dinsdag van de maand 13.30 – 15.00 uur.
19 maart: Werken met Digihandig
16 april: Apps installeren en updaten
21 mei: Internetbankieren

Digicafe
Eens per maand van 10.00-11.30 uur
De data zijn: 28 februari, 27 maart, 24 april, 29 mei en 26 juni.
Bibliotheek Overvecht.
Gratis inloop.

Digiwijs 3.0
Digiwijs 3.0 biedt in Overvecht op de volgende locaties computercursussen en mogelijkheden om computervaardigheden te oefenen.

- Wij 3.0 Ghanaplein
  Ghanadreef 2
- Buurthuis de Boog
  Gambiadreef 60
- Buurthuis de Jager
  Teun de Jagerdreef 1

www.digiwijs30.nl/aanbod
030-878 1535 (ma t/m do)

Wijkservicepunt
Wijkbureau Overvecht Zamenhofdreef 17, Winkelcentrum Overvecht.
Open: maandag tot en met vrijdag van 10.00-17.00 uur

Gratis DigiHulplijn
Kom je er echt niet uit?
Bel dan de Digi Hulplijn!

Getrainde vrijwilligers helpen je gratis op weg met al je digitale vragen over je computer, laptop, mobiel én tablet.

Bel: 0800 - 1508
maandag t/m vrijdag
van 8.00 – 22.00 uur
zaterdag van 09.00 - 18.00 uur

Of stel je vraag via mail:
vragen@digihulp.nl



De Familieschool
ruimte voor het hele gezin

Iedere ouder wil hetzelfde voor zijn of haar kind; een goede toekomst. Janet Klein, directeur van De Schakel aan de Bangkokdreef, zet zich dagelijks in voor de kinderen bij haar op school. De school is er overigens niet alleen voor de kinderen, want het hele gezin is van harte welkom om vragen te stellen, cursussen te volgen en meer. Hiermee is De Schakel een echte Familieschool. Want om het goed te doen op school is het gewoon belangrijk dat kinderen thuis ook een fijne, stabiele basis hebben.

'Het is een ontmoetingsplek waar je ervaringen kan delen'

TEKST **BERRY DE NIJS** FOTO **GODFRIED VAN UTRECHT**

Voor de familie

De Familieschool bestaat al een tijdje en is ontstaan in Amsterdam. De gemeente en scholen onderzochten of het project ook in Overvecht opgezet kon worden. Na een bezoek aan een voorbeeld bij een basisschool in Amsterdam zei Janet direct 'ja'. De Schakel is een van de scholen waar de Familieschool is gestart. De Familieschool kun je omschrijven als een basisschool waar zowel ouders als kinderen zich thuis voelen. 'Door samen te werken en het gezin centraal te zetten, ontwikkelen kinderen hun talenten en staan ouders in hun kracht,' aldus Janet.

Wat heb jij nodig?

De invulling van De Familieschool kan per school anders zijn. 'Iedere wijk binnen Overvecht is anders en de behoeftes zijn anders,' vertelt Janet. 'Hoe een hulpvraag wordt beantwoord, ligt natuurlijk helemaal aan de situatie. We werken daarom samen met verschillende instellingen die ons daar weer bij ondersteunen. Denk hierbij aan het Buurtteam, de Werkwinkel en Jeugdeducatiefonds.' Soms gaat het om simpele dingen, zoals waar je het beste een typcursus voor je kind kan vinden. Een andere keer kan het gaan om het zoeken van werk of een opleiding voor jezelf als ouder. Maar ook huiswerkbegeleiding of het aanvragen van een wasmachine voor een gezin hoort hierbij. 'Zo kunnen we de ouders ook in hun kracht zetten om het beste uit zichzelf te halen.'

Samenkomen op de basisschool

Basisscholen vormen de perfecte basis voor de Familieschool. Je kind zit er op school, dus je kent al andere ouders en de juffen en meesters. Dat maakt het een stuk makkelijker om even binnen te wandelen voor een praatje of een vraag. 'Het is een ontmoetingsplek waar je ervaringen kan delen en dat past bij de Familie-



Janet Klein, directeur van De Schakel

'Voor en met elkaar, dat is waar de Familieschool voor staat'

school,' zegt Janet. De Schakel geeft daarnaast lunch en fruit aan alle kinderen op school en er zijn weggeefkasten met houdbare producten en kleding wanneer je dat nodig hebt. Zo ondersteunt de school het hele gezin.

Schakelloket bij De Schakel

'Op woensdagochtend hebben we het Schakelloket,' vertelt Janet. 'Je kan dan lekker samen koffie of thee drinken, bijpraten met andere ouders en met een vraag terecht bij het Buurtteam of de Werkwinkel. Zij zijn namelijk iedere week speciaal hiervoor aanwezig.'
Het Schakelloket wordt iedere week begeleid door Suzan en Aicha. Er zijn geregeld cursussen of er worden mensen uitgenodigd die iets komen vertellen over opvoeding of werk bijvoorbeeld. Het is er vooral heel gezellig en je kan als ouder je hart luchten en ervaringen uitwisselen.

Samen sta je sterk

Voor en met elkaar, dat is waar de Familieschool voor staat. Want samen sta je sterk en biedt je een vangnet voor de kinderen en hun ouders. 'Sinds we zijn gestart met de Familieschool zie je de kinderen gewoon groeien,' zegt Janet met een grote glimlach. 'Ze voelen de ruimte om zich te ontwikkelen, thuis en op school. Ze zien de kansen die ze hebben. Het gevoel van samenzijn versterkt ervan. We doen dit immers samen.'

Op dit moment doen vier basisscholen in Overvecht mee met de Familieschool. Dit zijn:

- De Schakel,
- Joannes XXIII,
- OBS De Klopvaart en
- De Watertoren.

De invulling kan per school anders zijn, maar het doel is hetzelfde: je kind samen zijn of haar talenten te laten ontwikkelen en gezinnen daarbij ondersteunen.

Heb je geen kinderen op een van deze vier scholen? Geen probleem, je bent altijd welkom om je vragen te stellen of om een kop koffie te drinken.

Wil je als basisschool bij deze mooie samenwerking aansluiten? Neem dan contact op met een van de scholen.

De Vreedzame Wijk

De handen uit de mouwen steken voor elkaar en voor de wijk

Precies 25 jaar geleden opende de allereerste Vreedzame School in Nederland zijn deuren in Overvecht. Op deze basisschool leren kinderen goed omgaan met onderlinge verschillen en conflicten. Ze staan open voor elkaar en voelen zich niet meer of minder dan die ander. Inmiddels zijn alle basisscholen in Overvecht Vreedzaam. Als een vlek verspreidde deze aanpak zich over de hele wijk. Niet alleen de leraar op school, maar ook de voetbaltrainer en de jongerenwerker spreken dezelfde taal. Samen werken ze aan een Vreedzaam Overvecht. Zoals Mohamed Achalhi die bij Stichting Jongerenwerk Utrecht (JoU) werkt. Wat is een Vreedzame Wijk precies?

‘Openstaan voor elkaar en de verschillen omarmen maakt onze wijk zoveel rijker’

TEKST **MAUD BREDERO** FOTO **LUCY NIEUWDORP**

Mohamed: ‘Het gaat erom dat we ons samen verantwoordelijk voelen voor de opvoeding van onze kinderen en jongeren. Dat we ervoor zorgen dat zij openstaan voor anderen en een positief zelfbeeld hebben. En ook dat ze ruzies of conflicten op een vreedzame manier leren oplossen. Zo zorg je met elkaar voor een prettige en veilige leefomgeving. Het is belangrijk dat ze dit niet alleen op school leren. Want na school gaan kinderen weer naar huis, zijn ze online, op straat of op de voetbalclub. Ook daar wil je dat zij die vreedzame houding vasthouden. Dus in al hun leefgebieden trainen we mensen die deze Vreedzame aanpak willen ondersteunen. Bij JoU heb ik me gespecialiseerd in de Vreedzame Wijkaanpak, waardoor ik nu trainingen geef in heel Overvecht.’

Beetje vreemd

De Vreedzame Wijkaanpak brengt ook oudere mensen dichter bij elkaar. Veel mensen die samen in een flat wonen, leven langs elkaar heen. Ze hebben verschillende achtergronden, gewoontes of een andere cultuur en vinden elkaar maar een beetje vreemd. Maar als je samen wilt zorgen voor een veilige, prettige en schone buurt helpt een goed onderling contact daar natuurlijk wel bij. Daar liepen ze een beetje tegenaan bij de buurtaanpak van de S3 dreven (de Stroyenborchdreef, Schooneggendreef en Scharlakendreef). Dus vroegen ze Mohamed om hun buurtaanpak te ondersteunen vanuit de Vreedzame Wijkaanpak. Mohamed: ‘Ik geef nu trainingen bij verschillende bewonersinitiatieven, zodat de mensen zelf met deze methodiek aan de slag kunnen. Heel ingewikkeld is het allemaal niet. Het gaat erom dat we die saamhorigheid voelen en de handen voor elkaar uit de mouwen steken. Openstaan voor elkaar en de verschillen omarmen maakt onze wijk zoveel rijker. Maar mensen kennen elkaar vaak niet en zijn bang voor het onbekende. Bewoners die juist wel deze stap naar

‘Als je samen wilt zorgen voor een veilige, prettige en schone buurt helpt een goed onderling contact daar natuurlijk wel bij’



Mohamed Achalhi: 'Diversiteit is niet moeilijk, maar juist mooi'

elkaar maken, ontdekken dat we allemaal echt niet zo eng zijn. Tijdens de Ramadan organiseerden onze rolmodellen een grote iftar voor iedereen in de wijk, ook voor niet-moslims. Er kwamen veel mensen op af, en dat zegt gelukkig ook wel wat. Het werd een hele gezellige maaltijd samen. En dan zie je, dat diversiteit niet moeilijk is, maar juist mooi.'

Meer weten?
Neem dan contact op met Mohamed Achalhi, tel: 06-1361 7921 of e-mail: mohamed.achalhi@jou-utrecht.nl.
www.stichtingvreedzaam.nl

Waarom een Vreedzame Wijk?
Kinderen in Overvecht leven vaak in van elkaar gescheiden werelden. Op de basisscholen in onze wijk worden die werelden juist weer aan elkaar geknoopt. Door de kinderen te leren wat samenleven is. Wat het betekent om in een democratische samenleving op te groeien. En hoe je je stem kan laten horen. Maar ook hoe je een steentje kan bijdragen aan een fijne buurt voor iedereen.

De Vreedzame Wijkaanpak is er ook voor ouders, opvoeders, professionals en vrijwilligers. Trainingen worden aangeboden waardoor zij vaardigheden en kennis krijgen over conflictoplossing, communicatie, samenwerking en democratisch burgerschap. Alles draait uiteindelijk om verbinding, saamhorigheid en een gedeelde verantwoordelijkheid voor het prettig en veilig naast elkaar leven in de wijk.

'We leren de kinderen ook hoe je een steentje kan bijdragen aan een fijne buurt voor iedereen'

Samen voor Overvecht

Nina's weg

naar een energiezuinige jaren 70 woning



Samen met haar dochter van vier woont Nina Weijermars (41) in een jaren 70-woning in Overvecht-Noord. Ze vertelt over haar ervaringen met het energiezuinig maken van haar woning. Toen ze het huis kocht in 2021, was meteen duidelijk dat er het nodige moest gebeuren: 'Bij een stevige storm waaide het gewoon naar binnen.'

TEKST **MIRJAM ROLING**
FOTO'S **NINA WEIJERMARS**

Stappenplan

Om goed voorbereid te werk te gaan, bezocht Nina de voorbeeldwoning van de gemeente aan de Costa Ricadreef 183. 'In het Jouwhuisslimmer Huis keek ik vooral naar de isolatie en hoe een warmtepomp werkt. De tuin vond ik echt waanzinnig. Ik zou heel graag zo'n tuin willen die ingericht is op klimaatverandering.'

Nina vroeg de gemeente om een energieadvies. 'Een energieadviseur kwam bij ons langs en voerde meteen metingen uit. Je krijgt verschillende adviezen: van basisisolatiemaatregelen tot mogelijkheden om helemaal van het aardgas af te gaan. Voor mijn huis werd duidelijk dat spouwisolatie al voldoende aanwezig was, maar dat vloerisolatie erg belangrijk is als je vloerverwarming wilt. Daarnaast bleek dakisolatie een goede keuze om energie te besparen. Het energieadvies geeft goede informatie over de oplossingen die er zijn om energie te besparen voor jouw woning. Bovendien leer je stap voor stap hoe je werkt aan een energiezuinige woning.'

Stap voor stap

Na het energieadvies ging Nina aan de slag met de eerste stap richting energiezuinig wonen. 'Via het energieloket van de gemeente: jouwhuisslimmer.nl vond ik een bedrijf dat bij mij Tonzon vloerisolatie heeft aangebracht. Gevolgd door het vervangen van enkel glas voor HR++ glas bij de voordeur en op zolder.' Samen met een bouwbedrijf heeft Nina de dakisolatie aangebracht. 'We sloopten alle gipsplaten en het beetje isolatiemateriaal dat erin zat eruit. Dit materiaal hebben we vervangen voor 14 centimeter isolatiemateriaal. Hierbij kwamen we wat verrassingen tegen in de vorm van een vogelnestje en kranten uit 1974. De kosten voor dakisolatie heb ik betaald met een SvN-lening die je kan aanvragen voor het verduurzamen of verbouwen van je huis.'

Nieuwe kozijnen en glaswerk

Nina had al langer de wens voor nieuwe kozijnen en glaswerk: 'Niet alleen omdat het de isolatie verbetert, waardoor de energierekening omlaag gaat. Ook voelt de temperatuur in huis prettiger. De nieuwe kozijnen vind ik daarnaast veel mooier. Bovendien stijgt de waarde van je woning, dus je haalt de kosten er sowieso uit.' Nina koos bewust voor triple glas op de begane grond en de eerste verdieping. Bij de originele voordeur is alleen het glaswerk vervangen om kosten te besparen. 'In de slaapkamer wilde ik het graag goed isoleren. Dit heb ik vooral gedaan om hitte in de zomer buiten te houden.'

Een 0%-lening bij het Warmtefonds

De kosten voor het vervangen van het glaswerk en de kozijnen waren opgeteld en uitgesmeerd over twee jaar meer dan 30.000 euro. Dit kon Nina voor het grootste deel betalen via de renteloze 0%-lening van het Warmtefonds. Ook ontving ze ruim 5.000 euro aan subsidies vanuit de gemeente. Het Warmtefonds biedt voordelige leningen aan bewoners met een verzamelinkomen onder de 60.000 euro, zonder rente. 'Het aanvragen van de lening kost niet veel tijd, als je alle juiste papieren direct



‘Door de isolatie voelt de temperatuur in huis nu prettiger’

aanlevert. Dankzij de lening van het Warmtefonds kan ik mijn huis energiezuinig en naar mijn smaak maken. Ik betaal geen rente en kan de lening terugbetalen over een periode van 15 jaar. Alle ramen en kozijnen in een keer laten vervangen is natuurlijk goedkoper. Alleen moet je daarvoor wel over voldoende geld beschikken. Ik heb een deel bekostigd uit de overwaarde van mijn vorige koophuis, deels uit spaargeld en met verschillende leningen.’

De komende tijd nog

Nina heeft haar huis nu bijna volledig energiezuinig gemaakt, maar de wens voor een klimaatvriendelijke tuin blijft bestaan. ‘Het ontwerp voor de nieuwe tuin maakte mijn tante, helaas is zij afgelopen september plotseling overleden. Toch gaan we het plan voor de tuin alsnog uitvoeren als speciaal eerbetoon aan haar.’

Tips voor andere bewoners

Nina adviseert andere bewoners om actief op zoek te gaan naar voordelige betalingsmogelijkheden en vooral te beginnen. ‘Er zijn goede leningen op de markt en het is de moeite waard om te investeren in je woning. Het kost best wat uitzoekwerk en geregel, maar het is het uiteindelijk wel waard.’

Daarnaast raadt Nina aan om offertes aan te vragen bij meerdere bedrijven. ‘Ik koos zelf voor een bedrijf waar ik het beste gevoel over had. Zij gaan dan echt uitgebreide metingen doen in de woning. Ik heb nu een woning waar de energierekening omlaag is gegaan, meer comfort en ook nog eens mooiere kozijnen. Daarnaast is mijn woning ook nog eens in waarde gestegen.’

Wil je een energiezuiniger huis, maar weet je niet waar je moet beginnen? De gemeente Utrecht helpt je graag op weg met het energieloket Jouwhuisslimmer. Daar vind je praktische en onafhankelijke informatie over de situatie in jouw buurt, slimme tips en handige doorverwijzingen. Makkelijk! Dat scheelt je veel energie.

www.jouwhuisslimmer.nl/huis

In het voorbeeldhuis ‘het Jouwhuisslimmer Huis’ kun je een gratis rondleiding krijgen en je vragen stellen over energiezuinig wonen. www.jouwhuisslimmer.nl/huis
Bezoek het voorbeeldhuis op de Costa Ricadreef 183. Plan zelf een afspraak in via jhs-huis@utrecht.nl.

Gemeente Utrecht werkt aan een duurzame stad. De overstap naar verwarmen zonder aardgas draagt daar aan bij. Daar werken we in Overvecht-Noord aan samen met Mitros, Bo-Ex, Portaal, Energie-U en Stedin.



Meld Misdaad Anoniem: *wie jij bent blijft onbekend*

TEKST **SELEN UMUT**

Weet of vermoed jij iets over criminele activiteiten? Heb je iets gezien of herken je iemand op beelden? Dan is dat waardevolle informatie die ervoor kan zorgen dat daders worden opgespoord en criminaliteit wordt gestopt. Maar wanneer de dader jou ook kent, voel je je misschien niet veilig om met naam en toenaam te melden. Daarom is er Meld Misdaad Anoniem, kortweg M.



Wie jij bent blijft onbekend

Bij M. staat de anonimiteit van de melder op de eerste plaats. Wie jij bent, blijft onbekend. Om je anonimiteit te garanderen gaan zij heel ver.

- M. staat volledig los van de politie
- M. neemt geen gesprekken op
- M. ziet geen IP-adres of telefoonnummer
- M. slaat geen gegevens op
- Je hoort nooit meer van M. na je melding

Je kunt veilig iets doen voor een veilige omgeving

De informatie die je anoniem doorgeeft, kan ervoor zorgen dat jouw leefomgeving een stukje veiliger wordt. De tienduizenden waardevolle meldingen die M. de afgelopen jaren ontving, hebben de politie, gemeenten en opsporingsinstanties geholpen om veel criminaliteit op te sporen. Dus twijfel je om misdaad te melden? Help Nederland Veilig. **Meld Misdaad Anoniem via 0800-7000 of www.meldmisdaadanoniem.nl**

Contact

M. is zeven dagen per week bereikbaar via 0800-7000. Op maandag tot en met vrijdag van 8.00 tot 22.00 uur en in de weekenden en op feestdagen van 9.00 tot 17.00 uur. Daarnaast kan je 24/7 online melden in een beveiligde omgeving via www.meldmisdaadanoniem.nl.

UTRECHT VEILIG!
Dat doen we samen

Team Veiligheid Overvecht

Gemeente Utrecht

Wijkzorg van **Careyn**

TEKST **BEA OTTEN**

Blijf overeind en voorkom een val

Iedere vier minuten belandt er een oudere (65+) door een val op de Spoedeisende Hulp (SEH). Door de vergrijzing neemt het aantal valongevallen toe. Veel ouderen onderschatten hun valrisico.

Belangrijke aandachtspunten:

- Medicijnen: heb kennis over jouw medicijnen: er zijn medicijnen die het risico op vallen verhogen.
- Voeding: zorg dat er voldoende eiwitten in jouw voeding zitten.
- Ogen: laat je ogen regelmatig controleren.
- Schoenen: draag goede, stevige schoenen.
- Woonomgeving: zorg dat er geen losse kabels en snoeren in je huis liggen waar je over kunt struikelen en geen losse kleden in de kamer.
- Hulpmiddel: gebruik je hulpmiddel op de juiste manier.
- Evenwicht en spierkracht: Beweeg zo'n 2,5 uur per week matig intensief (zodat je hartslag licht omhoog gaat), verdeeld over meerdere dagen.



Merk je dat je minder stabiel loopt, moeilijker opstaat of dat je bang/onzeker bent om te vallen, maak dan een afspraak met de huisarts, ergo- of fysiotherapeut voor een uitgebreide valrisicobeoordeling. Er zijn effectieve en leuke valpreventieprogramma's om aan mee te doen. Voor Careyn kun je hiervoor contact opnemen met fysiotherapeuten Karla Hordijk of Danielle van Rooijen.

Heb je wijkzorg nodig?
Bel met de Careyn klantenservice 088-123 99 88
Of kijk op de website: www.careyn.nl

Wijkteams in Overvecht
Zuid: Spoorzoom Neckardreef 6 · 088-123 9416
Noord: Gagelvecht Indusdreef 5 · 088-123 9414

Zorglocaties in Overvecht
Careyn Nieuw Tamarinde Neckardreef 6 · 030-258 8700
Careyn Rosendael Indusdreef 5 · 088-123 9988
Careyn Warande Werradreef 89, 99 · 030-258 8924

Straten uit Overvecht

TEKST **HARM SCHOONHOVEN**

De Kretadreef

De Kretadreef is een zijstraat van de Humberdreef. Op de hoek is het Beauty College Overvecht waar je voor 8 euro 50 door leerlingen je haar kunt laten knippen.

Kreta is een langgerekt eiland. Het is met een lengte van 260 kilometer het grootste van de talloze Griekse eilanden. Een kleine vijfduizend jaar geleden bloeide op Kreta de Minoïsche beschaving. De minotaurus - half man, half stier - werd als god vereerd.

Men sprak (oud)Grieks en had een eigen schriftsysteem, dat nog steeds niet helemaal ontcijferd is. Later werd het Griekse alfabet gebruikt. Een woord afgeleid van de eerste twee letters daarvan, alfa (α) en bèta (β).

Rond 1650 voor Christus heeft op 140 km ten noorden van Kreta een enorme vulkaanuitbarsting plaatsgevonden die een tsunami veroorzaakte die de havens van Kreta en de handelsvloot vernielde. Dat was het begin van het einde van de Minoïsche beschaving.

Het verhaal gaat dat toen een schip uit Athene op Kreta aankwam, de Atheners begroet werden door een oude inwoner van Kreta, die zei: 'Pas op. Alle inwoners van Kreta liegen altijd.' Dat noem je een paradox. Als het waar is, is het niet waar. Er zijn veel meer paradoxen. Zoals: Je kunt elk getal met zichzelf vermenigvuldigen (kwadrateren). Het kwadraat van drie is bijvoorbeeld negen. Er zijn dus evenveel kwadraten als getallen. Er zijn ook een heleboel getallen die beslist géén kwadraat zijn. Er zijn dus meer getallen dan kwadraten.



Fotobijschrift:
Ruïne van het Minoïsche paleis in Knossos niet ver van Heraklion, de hoofdstad van Kreta. Op de muurschildering zijn nog net de hoorns van een stier (of minotaurus?) te zien. De toeriste op de foto geeft een goede indruk van de afmetingen van het bouwwerk. Foto: WIKIPEDIA.

Veilig schaatsen
in Park de Watertoren



Er kon een paar dagen volop geschaatst worden afgelopen januari op de natuurijsbaan in Park de Watertoren! Het samen schaatsen geeft een positieve sfeer en zorgt voor verbinding. Zo zien wij dat als Ondernemersvereniging graag. Met een bijdrage vanuit het Ondernemersfonds in Overvecht-Zuid zijn daardoor de hekken rondom de ijsbaan betaald. Deze hekken stonden er met oog op de veiligheid voor bezoekers en ook voor het ijs. De hekken zorgden daarnaast ook voor een knusse sfeer.

Veilig en thuis voelen

Deze gratis toegankelijke natuurijsbaan is in 2016 gemaakt in Park De Watertoren langs de Marnedreef in Overvecht. Het doel was om een gezellige natuurijsbaan te realiseren waar jong en oud op een veilige manier het plezier van schaatsen op natuurijs kan ervaren. Een plek waar jong en oud zich thuis kan voelen. De nostalgie van toen, maar dan gewoon om de hoek. En dat is goed gelukt!



Het was in januari weer twee dagen genieten van het winterplezier bij de schaatsbaan van IJsclub Siberia. Met de draaiorgelmuziek en de koek en zopie met warme chocolademelk met slagroom, poffertjes en broodjes worst. Gezelligheid en sporten kwamen samen op de natuurijsbaan in Park de Watertoren, in Overvecht.



Ondernemers fonds Utrecht

Plannen gezocht

Ben je ondernemer in het gebied Overvecht-Zuid en heb je een goed idee voor de buurt? Mail dat naar: info@ondernemeninovervecht.nl. Wij zullen dan contact opnemen. Voor meer informatie over het Ondernemersfonds Utrecht, kijk op: **www.ondernemersfondsutrecht.nl**

Wijkplatform Overvecht

TEKST **MAARTEN SPIL** FOTO **GODFRIED VAN UTRECHT**



Een nieuw jaar, een nieuwe voorzitter en een vernieuwd Wijkplatform. Er staat veel te gebeuren in Overvecht en het Wijkplatform verandert mee. Na twintig jaar in Overvecht gewoond te hebben heb ik dit jaar de eer en het genoegen voorzitter van het Wijkplatform te zijn.

Er gebeurt veel in Overvecht, grote plannen voor het groot winkelcentrum, een radicale ruimtelijke visie voor het aangezicht van de wijk de komende twintig jaar en tal van initiatieven, deels onder Samen voor Overvecht, op het gebied van welzijn en veiligheid. Daarbij is het Wijkplatform het kanaal voor en door bewoners om gemeente en instanties effectief te spreken over wat de bewoners van Overvecht zelf willen en belangrijk vinden.

Er zijn bij het Wijkplatform nu woordvoerders voor ruimte, voor veiligheid, welzijn en eenzaamheid. Ik nodig je als bewoner van de wijk graag uit om op die onderwerpen, of andere onderwerpen die je zelf belangrijk vindt met het Wijkplatform het gesprek aan te gaan. Over hoe de wensen, dromen en belangen van bewoners beter tot hun recht kunnen komen in Overvecht.
Graag tot ziens bij een wijkdialoog of ledenvergadering!

Wij vinden het belangrijk dat bewoners gehoord worden. Het Wijkplatform organiseert daarom wijkdialoogavonden en verbindt wijkbewoners met elkaar.

info@wijkplatformovervecht.nl
www.wijkplatformovervecht.nl

Wij zijn open!

Amyon is een gedreven groep fysiotherapeuten, die jou de ruimte, tijd en aandacht geven die jouw hulpvraag verdient.



In onze hypermoderne en goed uitgeruste praktijk bieden wij jou deze specialisaties:

fysiotherapie
manuele therapie
fasciatherapie
psychosomatiek
oedeemtherapie
medische training
dry needling
echografie
shockwave
personal training
massage
hijama

Kom langs of bel voor een afspraak

Reinoutdreef 146
3562 LL Utrecht
085 27 37 157

info@amyon.nl
www.amyon.nl



amyon gezondheid en leefstijl

Dit kun je straks allemaal doen in het groene gebied achter Steck



TEKST **MARA LUIJERINK**

Ken je Steck aan de Gageldijk? Vroeger was dat Tuincentrum Overvecht. Je koopt er planten, bloemen, groenten en nog veel meer. Maar Steck is meer dan een tuincentrum. Er is van alles te doen voor jong en oud. Afgelopen zomer was er een maïsdoolhof en in de winter lag er een schaatsbaan. Voor de komende jaren heeft Steck nog veel meer plannen met het grote gebied. Steck wil er een toegankelijk park van maken waar lekker veel te beleven is.

Het doel? Utrechters nog meer laten genieten van de stadsnatuur en het Noorderpark. Steck wil ervoor zorgen dat je makkelijker van de drukke stad naar de natuur kunt gaan. En andersom. Steck wil een fijne plek zijn voor iedereen. Een plek waar je kunt ontspannen, werken, wandelen, leren en ontdekken. Daarom heeft Steck plannen gemaakt voor de komende jaren, tot ongeveer 2029.

Steck hoort graag wat mensen ervan vinden. Op het kaartje zie je welke toekomstplannen Steck heeft.

Steck wil een plek zijn waar je kunt ontspannen, werken, wandelen, leren en ontdekken

Een nieuw gebouw

Steck zit nu nog in een oud gebouw. Een belangrijk onderdeel van de plannen is dat het tuincentrum in een nieuw en duurzaam gebouw komt. Hier koop je straks nog meer lokale producten. En volg je allerlei creatieve en groene workshops.

Hotel en restaurant

Misschien heb je al gehoord over de plannen voor een nieuw hotel en een restaurant. Steck wil graag een hotel bouwen met maximaal vijftig kamers. Midden in het groen. Waar je geniet van de natuur en zo het Noorderpark in loopt of fietst. Het plan is dat er een restaurant naast komt. Voor hotelgasten én voor andere liefhebbers van goed eten.

Broedplaats voor ondernemers

Ben je een duurzame ondernemer? Een groene maker? Dan wordt de broedplaats die Steck wil bouwen een inspirerende werkplek voor je. Hier werk je met andere ondernemers aan toffe ideeën.

Binnenkort komen de Ontdekhal, het Bamboebos en de Wildopvang bij Steck. Benieuwd? Lees hier meer.

De Ontdekhal

Leren, ontdekken en doen kan in de nieuwe Ontdekhal. Dit wordt een plek voor jong en oud waar techniek, groen, vernieuwing en creativiteit centraal staan. Je kunt er timmeren, zagen en nog veel meer.

Bamboebos

In het Bamboebos kunnen jonge natuurliefhebbers klimmen en klauteren. Dit Bamboebos komt op de plek naast het maïsdoolhof. Hier kunnen kinderen zich lekker uitleven en de natuur ontdekken. Vies worden mag, of nee, móet.



Wildopvang Stichting Snorhaar
Stichting Snorhaar krijgt waarschijnlijk ook dit voorjaar een mooie plek op het terrein van Steck. De stichting vangt wilde zoogdieren op als ze ziek of gewond zijn. Van egels tot hazen en van konijnen tot eekhoorns. De vrijwilligers van de wildopvang verzorgen de dieren.

Binnenkort komen de Ontdekhal, het Bamboebos en de Wildopvang bij Steck

Van plannen naar uitvoering
Steck denkt zorgvuldig na over de plannen voor het bouwen in het gebied. Want Steck valt binnen een groen gebied. Het heeft ook een UNESCO Werelderfgoedstatus. Daarom moet én wil Steck rekening houden met de omgeving en de geschiedenis van het gebied. Hoe? Steck doet verschillende onderzoeken en houdt zich aan speciale regels.

Ook praat Steck met de mensen die in de omgeving wonen. Wat vinden bewoners van de plannen? Steck organiseerde een eerste bewonersavond in september vorig jaar. Meer dan 75 mensen luisterden naar de plannen en praatten mee.

Bewonersavond
In maart 2024 organiseert Steck weer zo'n bewonersavond. En laatst stond Steck op de markt bij Shopping Center Overvecht, om te vertellen over de toekomstplannen. En vooral om te horen wat mensen ervan vonden. De eerste reacties zijn positief. En daar is Steck blij mee!

Bewonersbijeenkomst
Dinsdagavond 12 maart.
Inloop vanaf 19.00 uur.
Start 19.30 uur.
Locatie: Steck.

Heb je vragen over de plannen?
Ideeën? Wil je meedenken en meepraten? Mail Steck op: info@steckutrecht.nl.

Meer lezen?
Kijk op de website van Steck: www.steckutrecht.nl

Of kom langs!
Steck, Gageldijk 3
3566 ME Utrecht



Lang leve Siberia!

Gelukkig bleken twaalf weken regenval een zegen. Gelukkig stond het baantje blank. Gelukkig werd het Watertorenpark voor even Vladivostok, gelukkig stond Siberia paraat.

En terwijl het pekinezenorgel Daddy Cool nog maar eens draaide, wierp de lage zon (knijp je ogen dicht in deze bocht) steeds langer wordende klapwiekschaduwen van pierlala's

op het witgekraste ijs, waar de konen roder kleurden en waar werd gekrabd, geschraapt, gegleden en gelachen en de opgetogen

kinderstemmen kraaiden. IJspret Overvecht, het was het wachten waard. Gelukkig viel de winter op een woensdagmiddag, dit jaar.

Joost Hontelez



Woonin

Huur je bij Woonin? En heb je vragen, ideeën of signalen over jouw woning of portiek?

Vanaf donderdag 29 februari vind je ons ook maandelijks in het Wijkbureau Overvecht (Zamenhofdreef 17) in winkelcentrum Overvecht. We zijn daar elke laatste donderdag van de maand van 10.00 tot 12.00 uur aanwezig. We ontmoeten je graag!

Kan jouw vraag of signaal niet wachten?
Dan kun je ook altijd contact met ons opnemen via:

- De buurtbeheerder
- Het klantportaal op www.woonin.nl
- WhatsApp via het telefoonnummer 088-989 0123 (elke werkdag van 8.30 tot 17.00 uur bereikbaar)
- Telefoon: 088-989 0123 (elke werkdag van 9.00 tot 16.00 uur bereikbaar)

Spreekuur Wijkbureau Overvecht
Zamenhofdreef 17, elke laatste donderdag van de maand van 10.00 tot 12.00 uur.



Alle Utrechtse huurders hebben recht op hulp bij **energiebesparing**

Maak er gebruik van!



Heel veel Utrechters kunnen hulp en geld krijgen van de gemeente. Lang niet iedereen maakt er gebruik van. Jammer toch? Weet jij waar je recht op hebt? **Kijk op utrecht.nl/rondkomen.**

Gemeente Utrecht

utrecht.nl/ rondkomen

Bewonersplatform Overvecht

Afbouwen

Het Bewonersplatform zet zich al meer dan 25 jaar in voor een beter Overvecht. We denken mee en reageren op plannen. In het jaarverslag van het Bewonersplatform kun je lezen wat er in 2023 is gedaan. En op de website vind je ook het werkplan en de speerpunten voor 2024.

Het is veel werk voor een kleine groep actieve bewoners. Dat kunnen we niet meer voortzetten. In 2024 gaat het Bewonersplatform de activiteiten afbouwen. We gaan nog wel reageren op belangrijke plannen waarover dit jaar besluiten worden genomen.

De Omgevingsvisie zal bepalen hoe de wijk er in 2040 uit zal zien. Er moeten veel woningen, banen en voorzieningen bijkomen. Waar kan dat en waar niet? Wat is er nodig voor veilig verkeer en goed openbaar vervoer? Hoe behouden we het waardevolle groen?



Dit jaar worden belangrijke besluiten genomen over de vernieuwing van het Centrumgebied. Ook komt er een plan voor de openbare ruimte van Het Amazonekwartier. En een onderzoek of tijdelijke woningbouw mogelijk is op Het Nieuwe Zandpad. Dat is de strook langs de Einsteindreef waar de gemeente ooit een prostitutiezone wilde maken.

De Noordelijke Randweg Utrecht (NRU) loopt langs de wijk en heeft nieuw asfalt nodig. Wat kan er dan meegenomen worden om het leefbaarder te maken voor de bewoners langs die weg en bezoekers van het Noorderpark?

Het Bewonersplatform Overvecht is een bundeling van actieve en betrokken bewoners in Overvecht. Het Bewonersplatform zet zich in voor verbetering en ontwikkeling van Overvecht.

info@bewonersplatformovervecht.nl
www.bewonersplatformovervecht.nl



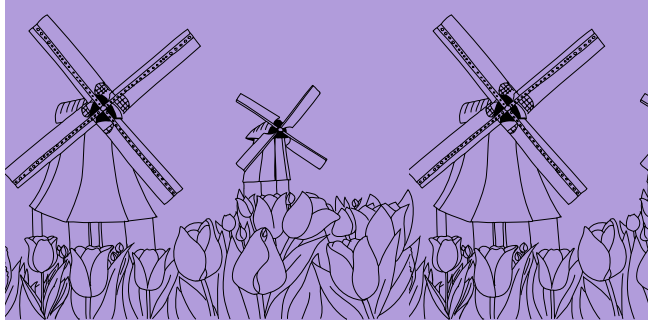
Ontdek Nederland in de bieb

Ben je niet geboren in Nederland en wil je meer leren over de Nederlandse cultuur, gebruiken en gewoonten? Sluit je dan aan bij deze speciale bijeenkomst.

Je krijgt praktische tips en we delen met elkaar ervaringen over het dagelijks leven in Nederland. Iedere maand staat een ander thema centraal. Kom langs en doe gratis mee.
Aanmelden: s.joosen@bibliotheekutrecht.nl
We kijken ernaar uit je te ontmoeten!

Bibliotheek Overvecht
Iedere 3e donderdag van de maand
van 10.30 – 12.00 uur, Gloriantdreef 1.

De data voor dit jaar: 21 maart, 18 april, 16 mei
20 juni, 19 september, 17 oktober, 21 november
19 december.





De ranke, slanke torens

van de Esmoreitdreef,
klinkt als een sprookje
en dat is het ook.
Ooit was er één, al
lang zijn ze met zijn twee.
De tweeling torens
van Overvecht zijn
altijd wit, schoorstenen
waar nooit rook uitkomt.

De ingenieur -wiens naam
in coole letters
aan de buitenmuur prijkt-,
was een pionier
van verwarming op afstand,
maar liet zich niet door
de vlam van het moment
aansteken*.
De hulpwarmtecentrale
diende Overvecht
altijd stil en ongemerkt.

In dit gemeentelijk
monument met
weinig beglazing,
is stadsverwarming
allang niet meer
van en voor de stad,
maar van een
conglomeraat
op afstand, altijd stil
totdat je het merkt.

De ranke, slanke torens,
steken zij straks
nog overal bovenuit?
Of zijn dat dan vele malen
hogere en bredere reuzen?
Woontorens voor een happy
few, en het verhaal
dat zij leefden, en wij
daarom ook,
nog lang en gelukkig?

Susana

*Bron: Utrechtsch Nieuwsblad, artikel afscheid van directeur van de Pegus ir. A.J. Mijnlieff 17-12-1966

DREEFSTRIP

WOW!-Academy: samen leren over de wereld

TEKST EN FOTO'S **BERRY DE NIJS**

Wist je dat de leerlingen van Basisschool Joannes XXIII aan de Neckardreef een speciale les kunnen volgen? Kinderen uit groep 5 tot en met 8 kunnen meedoen aan de WOW!-Academy. WOW! staat voor Weten Over de Wereld en dat kan over van alles en nog wat gaan. Groep 5 is bezig met leren over media, zoals kranten, Instagram en tijdschriften. Daarom lezen ze bijvoorbeeld Kidsweek en bespreken ze wat ze hebben gelezen. Voor deze lessen worden ook wel eens gasten uitgenodigd en die worden dan van alles gevraagd. Dat is superleuk! Vooral als ze alles willen weten over Dreefnieuws!

Vandaag lezen we Kidsweek en schrijven op waar het stuk over gaat.





Daarna bespreken we het artikel. Dat is best moeilijk, maar wel heel leuk.

Ik wil ook graag wat zeggen juf, over Paarse Vrijdag!



Tijd om het interview voor te bereiden! Eerst wordt deze tekst gelezen over de schrijfster en Dreefnieuws.

Samen bedenken we allerlei vragen! We willen natuurlijk alles weten over Dreefnieuws en hoe een tijdschrift gemaakt wordt.





Goh, hoe lang werk je eigenlijk al bij Dreefnieuws? (Antwoord: 4 jaar!)



De juf heeft alle vragen opgeschreven. Stuk voor stuk goed bedacht!



Na een intensieve middag is het lekker om eventjes zelf te lezen. We hebben weer veel geleerd vandaag!

EINDE