Dreef nieuws

NR 44

DERDE NUMMER 2025 Voor en door bewoners



IN DIT NUMMER:

Enik Recovery College
Samen werken aan herstel

Het Zandpand
Nieuwe plek voor ontmoeting

De werkwinkel
gaat op zoek naar wat bij jou past

www.echtovervecht.nl

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

Echt Overvecht

Echt Overvecht

Dreef POST

De zomer is er weer! Overvecht is groen en bloeit. En daar word ik erg blij van! Jij ook?

Ook word ik blij van Bright die op deze voorkant staat te stralen. En ik word blij van Enik, waar mensen elkaar helpen te helen. En al die andere bijzondere mensen en projecten die worden uitgelicht in deze Dreefnieuws.

Veel leesplezier!
Puck 't Hart

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



Vijf jaar Amazonetuin

Op 3 mei 2025 vierde de Amazonetuin haar eerste lustrum. Sinds het voorjaar van 2020 werken elke dinsdag hovenier Esther van Oss en een aantal (vaste) vrijwilligers aan het steeds mooier maken van de tuin. Het is er echt prachtig. Directeur Kees Vermaat van het gezondheidscentrum de Amazone hield een toespraak en zette het tuinteam in het zonnetje. Ook werd de miljoenste bezoeker van het gezondheidscentrum met een bloemetje vereerd. Het was een zonnige dag. Er werd gezellig gebabbeld en er werden veel stekjes geruild. Panino Fresco kwam met de ijskar langs. Niet alleen de plantjes, maar ook het gezondheidscentrum zelf groeit en bloeit. Zo is er nu een vaste samenwerking met de Hogeschool Utrecht. Het welzijn van bewoners staat voorop.

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

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, BlueSky, X, Instagram en YouTube)
Bestuur Echt Overvecht Bart Engbers, Ab Kools, Mohammed Saiah
Bezorgcoördinator Pieter Klein
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, Jolien Hiemstra, Margo Mulder, Lucy Nieuwdorp, Berry de Nijs, Bo Okhuijsen, Janne van Malenstein, Maira Rep, Harm Schoonhoven, Koos Smits, Godfried van Utrecht, Dennis van Elten en Marco van den Doel.

Dreefnieuws wordt mede mogelijk gemaakt door: Bibliotheek Overvecht, DOCK, Woonin, Portaal, ZIMIHC, Wijkplatform Overvecht, Ondernemersfonds Overvecht-Zuid, Overvecht Vastgoed, wijkbureau Overvecht, Veiligheid, Seniorvriendelijk Overvecht, Jongerenwerk JOU, Overvecht Aardgasvrij, Werk en Inkomen, Initiatievenfonds en Samen voor Overvecht.

Zakaria (11) en Zeyneb (7) Arbib wonen met hun vader, moeder en zusje Rokaya (10) vlakbij de Grote Trekdreef en zitten op de OBO de Gagel.

Zakaria zijn lievelingskleur is blauw en lievelingsdier is een hamster. Zakaria eet het liefste pizza maar wel de pizza die mama maakt! Zeyneb houdt erg van beige en katten en kittens. Ze is dol op sushi en garnalen.

Zakaria zit op basketbal en taekwondo. Zeyneb knutselt en tekent graag en zit op worstelen en paardrijden. 'We oefenen nu op pony's en later als ik groter ben mag ik op grote paarden.'

'Onze favoriete dag is samen met papa en mama en ons zusje iets leuks doen.'

Zeyneb is vandaag lekker buiten aan het fietsen met vrindinnetjes.

Zakaria moet straks nog rollenspel oefenen voor de eindmusical.

En over tien jaar? 'Dan zou ik wel heel ver willen zijn met mijn studie.' Hij wil namelijk later chirurg worden. En Zeyneb? Zij wil dokter worden.

De film waar Zakaria wel zou willen wonen is Ratatouille. En Zeyneb die zou wel graag in het boek Het Muizenhuis van Sam en Julia willen stappen.

Zakaria: 'Ik zou als superkracht wel willen kunnen teleporteren.' Zeyneb: 'Ja teleporteren, dan zou ik heel snel op een andere plek kunnen zijn, zoals van huis naar school of naar Marokko en weer terug.'

Wil jij jouw kind ook in het zonnetje zetten, stuur dan snel een mail naar: redactie@dreefnieuws.nl

TEKST **SUSANA CASAS VALLE**
FOTO **LUCY NIEUWDORP**



Zakaria wil later chirurg worden en Zeyneb dokter!



Enik Recovery College

Er zijn veel mensen die niet lekker in hun vel zitten. Dat kan al zo zijn vanaf dat je kind of jongere bent. Maar het kan je ook op latere leeftijd overkomen. Je kunt ervoor wegkruipen. Niet meer je huis uit komen. Of net doen alsof er niets aan de hand is. Maar op een gegeven moment moet of wil je er wel iets mee. En dan is het fijn dat er een organisatie als Enik Recovery College bestaat, waar je aan herstel kunt werken.

Vlnr: Axel, Annemarije, Jens, Saïd, Ása

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

Het uitgangspunt bij Enik is herstel door peer support. Dat betekent dat mensen met gelijksoortige ervaringen elkaar steun bieden en ervaringen delen. Dit gaat op basis van gelijkwaardigheid en wederkerigheid. Je leert van elkaar, inspireert elkaar en steunt elkaar. Dat zorgt voor herkenning en erkenning.

Recovery is Engels voor herstel. Enik noemt zichzelf dan ook een herstelacademie. Een leeromgeving en ontmoetingsplek voor mensen die in de knoop zijn geraakt door nare ervaringen, een psychische kwetsbaarheid of verslaving. Trauma's komen veel voor. Vrijwilligers, deelnemers en betaalde krachten brengen allemaal hun persoonlijke ervaringen mee. Er wordt hier niet gekeken naar je diagnose. Er zijn geen wachtlijsten. Er werken geen professionals die jou gaan vertellen wat je het beste kunt doen. Je komt hier om aan je herstel te werken. Omdat je dat zelf wilt. Niet omdat iemand zegt dat het misschien goed voor je zou zijn.
Er zijn herstelwerkgroepen en veel trainingen die je gratis kunt volgen. Je kunt ook leren om zelf een training te geven. Bij Enik noemen ze dat een training faciliteren. Iedereen komt hier iets halen en brengen.

Er zijn veel trainingen die je gratis kunt volgen

Ása: 'Ik kwam ruim twee jaar geleden bij Enik binnen lopen. Dat ging niet vanzelf. Ik vond het erg spannend. Inmiddels gaat het stukken beter met mij en geef ik zelf trainingen. En ik ben gastpeer (omdat iedereen gelijkwaardig is gebruiken ze ook hier het Engelse woord peer). Je kunt bij Enik op doordeweekse dagen gewoon binnen lopen voor een drankje of een broodje. Er zijn ook inlooptijden, om even met iemand te kunnen praten. Dat heet JIJenIK. Die gesprekken doe ik ook.'

Jezelf weer opnieuw uitvinden

Het woord 'ontwrichting' wordt bij Enik vaak gebruikt. Ása geeft er de volgende betekenis aan: 'Je leven is verstoord geraakt door een ingrijpende gebeurtenis. Je wereld is niet meer hetzelfde. Je moet jezelf weer opnieuw uitvinden om grip op je leven te krijgen. Dat kan soms best wel lang duren. Maar je kunt net zo lang bij Enik blijven als je wilt. Ik voel me bij Enik ontzettend gezien. Ik hoef hier niet gefikst te worden. Ik kan gewoon mezelf zijn.'



'Er zijn wandelingen en Stut theater, yoga, dans, meditatie... want iedereen heeft weer iets anders nodig om zich beter te gaan voelen'

Jens loopt stage voor de opleiding Social Work. Wat vindt hij van zijn stageplek? Jens: 'Het is een unieke manier van het beleven van mijn vakgebied. Als sociaal werker leer je mensen begeleiden. Hier mag dat juist niet. Iedereen komt hier met zijn eigen ervaring binnen en gaat daarmee aan de slag. Je leert van anderen en anderen leren van jou. Je hoeft niemand te begeleiden want iedereen begeleidt zichzelf.'

Hoe kom je bij Enik terecht?

Aan Annemarije Sjoerdsma (peer support facilitator) stel ik de vragen hoe je bij Enik terecht kunt komen en waarom iedereen gratis deel kan nemen aan het programma.

Annemarije: 'We zijn onderdeel van Lister. Dat is een organisatie die begeleid en beschermd wonen biedt in de regio Utrecht. We werken met veel partijen samen, zoals de praktijkondersteuner GGZ van de huisarts. Ook doen we mee aan de Samen Welkom bijeenkomsten van het buurtteam in Overvecht. Er is geen verwijzing of indicatie nodig. Je kunt gewoon binnen lopen. Enik wordt grotendeels vanuit de WMO door de gemeente betaald. Lister betaalt ook mee. Als mensen zelf aan hun herstel werken dan scheelt dat op termijn kosten voor de samenleving. Inmiddels is Enik aanwezig op een aantal plekken in de regio Utrecht. Je hoeft dus niet uit Overvecht te komen om hier mee te kunnen doen aan een training en je kunt ook elders een training volgen. Net waar er plaats is en wat jou aanspreekt.'

Welkom om mee te doen

Op de website van Enik staat een enorm aanbod aan bijeenkomsten en trainingen waar je op in kunt schrijven. Er zijn ook regelmatig wandelingen en er wordt samengewerkt met Stut theater. Ook is er yoga, dans, meditatie, retraite et cetera. Want iedereen heeft weer iets anders nodig om zich beter te gaan voelen. Kom vooral binnen voor een drankje of hapje. De sfeer is erg open en er is altijd wel iemand die je aan kunt spreken als je daar behoefte aan hebt.

Enik Recovery College
Neckardreef 12 (naast Tamarinde)
030-307 2278
Open ma t/m vr van 9.00-17.00 uur
www.enikrecoverycollege.nl

Recept voor

een kleine portemonnee

TEKST **MARGA ACHTERBERGH**



Salade met Surimi

Voor een snelle, echt zomerse lunch maak ik graag deze heerlijke salade. Surimi is een mengsel van viseiwitten, gemaakt door mager vlees van witvissen zoals kabeljauw en koolvis te versnijden en te vermalen. Het is rijk aan hoogwaardige eiwitten en bevat daarnaast waardevolle omega-3 vetzuren. Hierdoor zijn surimi sticks ook een gezond tussendoortje dat vooral bij sporters zeer geliefd is.

Zelf ben ik surimi vooral meer gaan gebruiken, gezien mijn moeder geen hollandse garnalen lust. Dit waarschijnlijk omdat ze die zo vaak moest pellen in haar jonge jaren. Hollandse garnalen waren mijn oorspronkelijk gebruikte ingrediënt voor deze salade. Voor ieder die een wat luxere versie van deze salade wil maken en van hollandse garnalen houdt, is dat dus een prima alternatief. Ze zijn namelijk vanwege hun hoge eiwitgehalte en lage vetgehalte, net als alle garnalensoorten, zeer gezond!

Bereidingstijd: 15 minuten
Prijs per portie: ca. € 1,50
Recept voor: 2 personen

Wat heb je nodig voor de salade

- 100 gr jonge bladsla met rucola
- 1 avocado
- 100 gr surimisticks/ -chunks
- 1 bosuitje

Wat heb je nodig voor de dressing

- 3 el maïskiemolie of olijfolie
- 2 el witte wijnazijn
- 1 tl fijne mosterd
- zout en zwarte peper

Hoe maak je de dressing:

- Roer de olijfolie, azijn en mosterd goed door elkaar heen tot een lobbige dressing.
- Breng de dressing op smaak met een mespuntje zout en wat versgemalen peper.

Vind je de dressing te zuur? Voeg dan een halve eetlepel water toe en meng alles goed.

Hoe maak je de salade:

- Pel de avocado en verwijder de pit.
- Snij de avocado in lange dunne repen.
- Snij het bosuitje in dunne schuine reepjes - ook het groen!
- Verdeel de jonge bladsla over 2 borden.
- Scheur de surimisticks uiteen en verdeel ze over de salade.
- Drapeer de avocadoreepjes over de salade.
- Giet de dressing over de salade.
- Strooi de gesneden bosui over de salade.

TIP:

- Serveer wat knapperig brood met bijvoorbeeld wat aioli bij deze zomerse salade!



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



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.

Kunst en cultuur in Overvecht:

TEKST **YVONNE MAATKAMP** FOTO (BOVEN) **RIANNE KOLENBRANDER**

ZIMIHC theater Stefanus

theater, ontmoeting en lekker eten!

Misschien ken je ZIMIHC theater Stefanus al wel. Bijvoorbeeld van het leuke Spelen met Cultuur, waarbij je als ouder/verzorger met je jonge kinderen kennis kunt maken met bijvoorbeeld muziek, circus en beweging. Of misschien ben je wel eens langsgeweest bij een gratis live Braziliaanse dans en jamsessie, Koerdisch cultuurevenement of een Oekraïense muziekavond. Ook ken je ons van het jaarlijkse Cultuurproeverij street food festival, waar mensen uit de buurt hun heerlijke eten met elkaar delen, en waar je geniet van optredens uit diverse culturen. Maar bij ons theater is nog veel meer te doen!

Wijkcateraar

Wist je bijvoorbeeld al dat ZIMIHC een wijkcateraar heeft? Onder de naam LEKKER ZIMIHC bereidt onze chef Jilles van der Stoep de heerlijkste lunches, borrelhapjes en diners op aanvraag. Lokaal, ambachtelijk en verantwoord. Alle opties zijn bespreekbaar. Neem eens een kijkje op onze website voor de menukaart.

Plek van ontmoeting

ZIMIHC theater Stefanus is er voor iedereen. Kom eens naar onze maandelijkse Soepsirenes en ontmoet daar je buurtbewoners onder het genot van een heerlijk kopje verse soep. Helemaal gratis. Ontmoet elkaar in onze fijne foyer waar er altijd een ZIMIHC'er voor je klaar staat!

Repeteren, optreden of vergaderen

ZIMIHC theater Stefanus heeft diverse ruimtes. We hebben een theaterzaal, maar ook verschillende ruimtes te huur waar je kunt vergaderen. Onze theaterzaal heeft een tribune met 175 zitplaatsen die uitbreidbaar is met losse stoelen. In onze vergaderruimte kun je met 18 mensen in alle rust overleggen. En onze foyer is zeer ruim, heeft een bar voor drankjes en een glazen plafond waardoor er veel natuurlijk licht binnenkomt. Kortom: de perfecte locatie voor jouw optreden, vergadering of repetitie.

Ben je nieuwsgierig geworden?

Kom eens langs, je bent van harte welkom!

www.zimihc.nl/lekker
www.zimihc.nl/agenda



ZIMIHC theater Stefanus
Braziliëdreef 2, 030 – 410 04 41
Kijk voor meer informatie en de hele agenda op: **www.zimihc.nl/agenda**

TEKST **SIBEL SUKAN (WIJKBUREAU)**

Ivoordreef:
toen, nu en straks



TOEN:

Aan de Ivoordreef stond een tienhoogflat zoals velen die kennen in Overvecht. Gebouwd eind jaren 60. Veel mensen hebben hier met plezier gewoond en zijn hier opgegroeid. Het pierenbadje was een geliefde plek in de zomer. De flat functioneerde niet meer goed en het samenleven in de flat werd in de loop van de jaren steeds lastiger. Toen is besloten de flat te slopen en er nieuwe woningen te gaan bouwen.

Foto: pierenbadje aan de voorkant van de flat aan de Ivoordreef, rond 2020.



NU:

Het heeft even geduurd, maar de voorbereidende werkzaamheden voor de nieuwbouw zijn begonnen. De grond wordt 'bouwrijp' gemaakt. Dit betekent de grond vlak maken, spontaan gegroeide struiken verwijderen en ondergrondse kabels en leidingen aanleggen. Meer dan vijfhonderd gevelpanelen van de oude flat zijn een voor een schoongemaakt. Ze komen straks in een andere vorm terug in de nieuwbouw.

Foto: het braakliggende terrein waar de nieuwbouw gaat komen. Foto uit 2024 van fotograaf D.C. Goosen.



STRAKS:

Eind dit jaar begint de bouw écht. Er komt een nieuwe buurt met 307 woningen in verschillende prijsklassen. Van sociale huur tot koop, appartementen en eengezinswoningen. Met nieuwe speelplekken, een sportveld en veel groen. Het wordt een mooie plek: niet alleen voor de nieuwe bewoners, maar waar ook de kinderen uit de buurt kunnen spelen of waar buurtgenoten een ommetje kunnen maken.

We bouwen aan een nieuw stukje Overvecht, met herkenbare elementen uit het verleden. De gevelpanelen worden hergebruikt, en de gekapte bomen worden nieuwe houten speelelementen. En ook het pierenbadje, waar veel buurtbewoners goede herinneringen aan hebben, komt in een nieuwe vorm terug.

Foto: impressie van hoe een deel van de nieuwbouw eruitziet en het pierenbadje dat terugkomt. Beeld van Era Contour.

We bouwen aan een nieuw stukje Overvecht, met herkenbare elementen uit het verleden

Meer informatie over de nieuwe buurt, verkoop en verhuur via www.ivoordreef.nl



Bright Richards (55)

Acteur en schrijver uit Liberia. Hij speelde in diverse producties en gezelschappen, waaronder het RO Theater. Oprichter van New Dutch Connections.

'Ik werk sinds 2016 in deze wijk. Ik begon op het AZC en nu begeleid ik statushouders in Overvecht. New Dutch Connections is een theatergezelschap dat statushouders in de spotlights zet. Door theatervoorstellingen vergroten ze hun professionele netwerk. We werken met partners zoals VodafoneZiggo, Deloitte en Accenture. Veel statushouders hebben talenten, maar missen de juiste contacten. Door ze letterlijk een podium te geven en hun verhaal te vertellen, vergroten ze hun netwerk en kunnen ze succesvol worden. Ik zeg weleens – met een knipoog – dat we tevreden zijn als de vluchteling belasting betaalt. Want dan hebben ze werk, perspectief én dragen ze bij aan de samenleving. Dan is onze missie geslaagd. Ik ben ook betrokken bij Black Achievement Month en Back On Stage, waar we gevluchte kunstenaars een podium geven.

Ik vind Overvecht een prachtwijk en dat komt door de diversiteit. En er is veel groen. Kom naar Overvecht om te ontmoeten en culturele verbindingen aan te gaan!'

www.newdutchconnections.nl

TEKST **MARCO VAN DEN DOEL**
FOTO **GODFRIED VAN UTRECHT**

'Door statushouders letterlijk een podium te geven, vergroten ze hun netwerk'



Het Zandpand

nieuwe plek naast de Marnixbrug voor ontmoeting en activiteiten

Wie vaak langs de Vecht over 't Zandpad in Overvecht fietst, kent het vast wel: het kleine gebouwtje naast de Marnixbrug. Het stond er al in de tijd dat de boten hier nog lagen. In coronatijd heeft de GGD hier nog een locatie gehad. Maar het gebouwtje heeft nu een nieuwe functie. Op donderdag 10 april is hier het Zandpand officieel geopend.

TEKST **OLIVIER BEENS** FOTO **JELLE DE RU**

Deze nieuwe locatie van De Tussenvoorziening in Utrecht is er voor iedereen uit de wijken Overvecht, Zuilen en Ondiep. Je kunt er mensen ontmoeten, meedoen aan activiteiten en talenten ontwikkelen. De opening is feestelijk gevierd samen met buurtbewoners, deelnemers en betrokken organisaties.

Het Zandpand is er voor de buurt

Het gebouw aan Zandpad 135 heeft de afgelopen jaren verschillende functies gehad. Nu heeft het eindelijk een nieuwe bestemming gekregen. Het pand is omgetoverd tot een gezellige plek. Hier kun je andere mensen ontmoeten, iets leren of gewoon even langskomen. 'Het Zandpand is er voor iedereen, een plek waar mensen samen kunnen komen,' zegt Jarrel Beets, manager bij de Tussenvoorziening. 'We zijn blij dat het pand een nieuwe rol kan spelen voor de buurt.'

Een medewerker en een deelnemer van De Tussenvoorziening sneden tijdens de opening gezamenlijk een taart aan, het feestelijke moment waarop het Zandpand officieel is geopend.

Bakkerij, atelier en meer

Sinds maart van dit jaar is de Bakkerij al open in het Zandpand. Hier bakken vrijwilligers taarten, quiches en meer lekkers. Word ook vrijwilliger en kom mee bakken! Of kom op dinsdag- of woensdagmiddag voor een vers kopje koffie, gezet door de barista's van het Zandpand. Daarnaast zijn er spullen van Atelier Spat te koop.

Samen mogelijk gemaakt

Het Zandpand is een initiatief van De Tussenvoorziening en mede mogelijk gemaakt door de steun van partners en sponsoren, zoals Geven is Leven, Keen Coffee, ADSU, tuincentrum Steck, Horesca Lieferink, Koffiebranderij Peeze, Streep Maakt en E2 Energie service.

Meer activiteiten in het Zandpand

Elke week zijn er verschillende activiteiten. Denk aan samen lunchen, een spelletjesmiddag of een creatieve workshop. Iedereen mag meedoen. Openingstijden: dinsdag, woensdag en donderdag.

Aanmelden

Je hoeft je niet aan te melden. Kom gewoon langs. De tijden van de activiteiten wisselen, dus vraag gerust naar het programma.

Houd je van bakken? Meld je dan aan als vrijwilliger bij de Bakkerij! Kijk op de website voor meer informatie en aanmelden. (zie rode balk) Of kom gewoon even langs.

Zandpad 135 in Utrecht.

www.tussenvoorziening.nl/wat-is-er-nodig/activiteiten/kom-langs-bij-het-zandpand
www.tussenvoorziening.nl/wat-is-er-nodig/activiteiten/werken-in-de-bakkerij

Nieuw herdenkingsmonument

in Park de Gagel

Op zondag 4 mei heeft Rachel Streefland, wijkwethouder van Overvecht, een nieuw herdenkingsmonument in onze wijk onthuld. Het monument staat in Park de Gagel, vlakbij de Tigrisdreef, op het veld achter bushalte Maniladreef.



Cybille Latour wint

Ab Harrewijn Prijs

De Ab Harrewijn Prijs is een landelijke prijs die jaarlijks wordt uitgereikt aan iemand die zich inzet voor mensen 'aan de rafelranden van de samenleving'. Cybille Latour van Blik en Pot in Utrecht leert vrouwen hoe ze zelf kunnen zaaien en oogsten, en leert ze hoe ze met weinig geld toch een gezonde maaltijd kunnen maken.

Blik en Pot is een van de activiteiten onder de paraplu van Johannes in de Wijk, het diaconale project van de Johannescentrumgemeente. Vanuit eigen ervaring weet Cybille hoe moeilijk het kan zijn de eindjes aan elkaar te knopen.



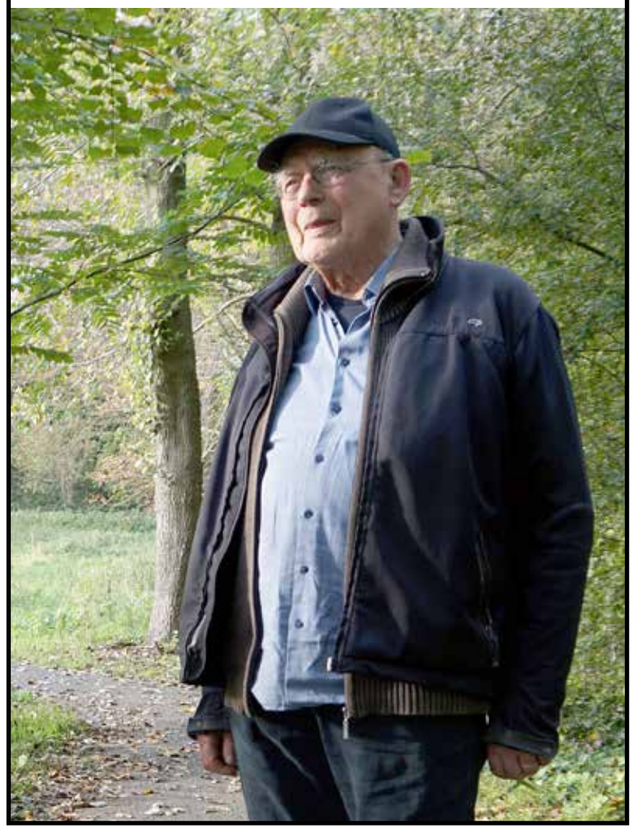
Hans van Lunteren overleden

18-10-1945 **11-05-2025 (79 jaar)**

We treuren om het verlies van Hans van Lunteren. Deze bijzondere kunstenaar en hovenier ontwierp ruim vijftig jaar geleden het Sjanghaipark in Overvecht-Noord. Dat werd een van de eerste projecten van Nederland waarbij bewoners meedachten en meewerkten. Er kwam ruimte voor speelplekken en groene kunst en het park groeide mee met de wensen en inzichten van Hans en de bewoners.

Hans werkte door het hele land heen. In Utrecht haalde hij het 'Toevallig groen' uit de anonimiteit. Koester de zaailingen (jonge planten die uit zaden zijn gegroeid), bepleitte hij. Hij bracht zaailingen in kaart, organiseerde samen met zijn partner Ienke Kastelein allerlei activiteiten en schreef erover, o.a. in een rubriek in de lokale krant DUIC. Hij was een man met een ruime visie en probeerde ook gemeentelijke groendiensten ervan te overtuigen dat ze zaailingen moesten waarderen en niet vanzelfsprekend moesten verwijderen. We nemen afscheid van een beminnelijk mens met een groot groen hart aan wie Overvecht een prachtig park te danken heeft.

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



Ondernemersfonds Overvecht-Zuid



Gratis cursus fietsonderhoud in Overvecht-Zuid

Leer je fiets zelf maken

Heb je een lekke band of doet je fietsverlichting het niet? Veel kleine reparaties kun je zelf doen. Dat bespaart tijd en geld. Daarom geeft Heel Utrecht Fietst een gratis cursus fietsonderhoud.

Wat leer je?
In 1,5 uur leer je:
- Een band plakken of vervangen
- Je fietsverlichting maken
- Je stuur en zadel goed instellen

Voor wie?
De cursus is voor iedereen in Overvecht.

Meedoen?
Meld je aan via: info@heelutrechtfietst.nl. Je krijgt dan een mail met de cursusdata in juli en september.

Geen fiets?
Met een U-pas kun je voor 30 euro een opgeknapte fiets kopen.

Nog niet leren fietsen?
Volg gratis fietslessen van de Fietsmeesters.

Meer info?
Kijk op www.heelutrechtfietst.nl.

Fietsen is goedkoop en gezond!

Deze cursus wordt mede mogelijk gemaakt door een bijdrage van het Ondernemersfonds, trekkingsgebied Overvecht-Zuid.

Het OfU kernteam Overvecht-Zuid bestaat uit Nicoline Meijer (ROC MN), Fadua Azrar (gemeente Utrecht) en Arjen van Ree (De Dreef en Project O). Zij stimuleren organisaties met initiatieven in Overvecht-Zuid te komen en beoordelen de aanvragen.

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**

Maan Limburg (36)

Maan is fotograaf en kunstenaar. Ze woont al acht jaar in de Experimentele Flats.

‘Mijn werk is vaak rauw en dromerig. Dat komt bijvoorbeeld terug in mijn boek The Lost World. Daarvoor heb ik leegstaande gebouwen in Japan gefotografeerd. In die gebouwen staat een soort eigen wereld: natuur komt terug, en je vindt er allerlei spullen van de vorige bewoners. In één huis groeide er ineens een palmboom uit de vloer! In Japan hebben ze heel veel van die leegstaande panden. Als Nederlander intrigeerde me dat, want in Nederland hebben we alleen maar tekorten aan huizen. Eigenlijk is dat jammer, want er kan veel moois ontstaan als je dingen met rust laat.’

‘Ik woon heel fijn in de Experimentele Flats. Overvecht is een hele comfortabele wijk en ik vind het fantastisch dat het hier zo groen is. Ik mis alleen wat plekken waar je bijvoorbeeld wat kan gaan drinken. Er zijn wel grote plannen voor het centrumgebied van Overvecht. Ik ben heel benieuwd hoe zich dat ontwikkeld. Soms bezoek ik daarom een inspraakavond en ik zou inwoners van Overvecht willen oproepen om dat ook te doen.’

www.maanlimburg.com

TEKST **JOLIEN HIEMSTRA**
FOTO **BO OKHUIJSEN**

‘Ik vind het fantastisch dat het hier zo groen is’

Heimwee recept

TEKST **MARGO MULDER**





Spaghetti van (J)oop

Judith Tadema (45 jaar) woont met haar partner en hun drie kinderen in Overvecht-Zuid.

‘Mijn liefde voor koken heb ik van mijn vader Joop. Hij is bijna twee jaar geleden overleden. Tijdens het koken denk ik vaak aan hem. Dat is fijn, want in een druk huishouden als het mijne is er op andere momenten weinig tijd om te rouwen.

Er zijn veel goede herinneringen. Mijn vader was een zorgzame man. Koken had hij zichzelf geleerd. Joop was een levensgenieter: hij dronk graag een glaasje wijn bij het koken en voegde dat ook aan het eten toe. Zoals aan zijn spaghetti, een van zijn klassiekers.

Joop paste iedere woensdag op onze kinderen en had gekookt als mijn partner en ik uit het werk kwamen. Vaak was dit spaghetti van Oop, zo noemden de kinderen hem. Wij konden dan tevreden aanschuiven. Mijn vader genoot enorm van de woensdagen met onze kinderen. Hij was een lieve vader en opa, en fantastisch met kinderen. Hij was echt een onderwijzer; wilde kinderen de wereld laten zien en laten ontdekken. ‘Ga het zelf maar doen’, zo ben ik opgevoed.
Toen hij ongeneeslijk ziek werd bleef hij nog zo lang als het kon oppassen en de dingen doen die hij altijd graag deed. Hij stond, met veel vrijwilligerswerk, midden in het leven en genoot van de vele ontmoetingen in verschillende omgevingen, onder andere als taalmaatje en als scheidsrechter.’

Spaghetti van (J)oop
Wat heb je nodig voor 4 personen:

- 500 gram runderriblap
- Scheutje zonnebloemolie
- 1 ui en 2 tenen knoflook
- 3 stengels selderij
- 3-5 wortels
- 1 blikje tomatenpuree (140 gr)
- 1 glas rode wijn (optioneel)
- 4 laurierblaadjes
- 1 eetlepel oregano
- 1 (ruime) theelepel tijm
- 1 (ruime) theelepel rozemarijn
- 1 rode of groene paprika
- 1 courgette
- 1 bouillonblokje (en wat water)
- 2 eetlepels maïzena (optioneel)
- 400 gram spaghetti
- Geraspte kaas

Zo maak je het:
1. Snijd de runderriblap in blokjes.
2. Doe de olie in een stoofpan en bak het vlees aan alle kanten bruin en schep het vlees eruit.
3. Doe de fijngesneden ui, selderij, wortels en knoflook in de pan en zet het vuur lager. Laat ongeveer 5-10 minuten rustig bakken.
4. Doe het vlees en de tomatenpuree erbij en laat 2 minuten meebakken.
6. Voeg het glas rode wijn toe. Laat even bruisen en wat verdampen.
7. Voeg het bouillonblokje toe en eventueel wat water. Zorg dat het vlees onder staat.
8. Voeg laurier en kruiden toe.
9. Laat de saus minimaal 1 uur stoven zodat het vlees zacht wordt.
10. Snijd ondertussen de courgette en de paprika in stukjes.
11. Voeg de groenten het laatste halve uur toe zodat ze zacht worden maar toch nog een ‘bite’ houden.
12. Kook de spaghetti.
13. Is de saus te dun? Meng dan twee eetlepels maïzena met een scheutje koud water en voeg het mengsel al roerend toe aan de saus. Laat even rustig koken.
14. Dien de spaghetti op met de saus en de geraspte kaas.



Knipoog
column

TEKST **MARGA ACHTERBERGH**

Kamperen...

De zomer komt eraan en niet ik, maar mijn poezenkind Roosje kampeert tegenwoordig veelvuldig. Ze bouwt haar eigen ‘tentje’ onder het plaid dat ik over mijn bank heb gedrapeerd. Regelmatig was ik haar opeens kwijt, tot ik een bobbel op mijn tweezitsbank ontdekte. Een voorzichtig duwtje met mijn hand tegen die bobbel leverde een schattig zacht mieuw-geluidje op. Daar lag madammeke dus heerlijk te chillen... in haar eigen tentje.

Het deed me terugdenken aan mijn eigen kampeertijden. Toen ik een klein meisje was, ging ons gezin kamperen in Drenthe. Later gingen we naar het Italiaanse Porlezza, waar we uiteindelijk met zo ongeveer de hele familie aan het kamperen waren. Eerst namen we nog de route via de Gotthardpas, hetgeen gezien de steile hellingen best lastig was met ons zwaar beladen Lelijke Eendje. Van lichtgewicht tenten had toentertijd nog niemand enig idee.
Mijn broer spuugde de eerste reis na talloze haarspeldbochten de halve achterbank onder. Dit vlak nadat ie vroeg: ‘Pa, wat is dat bordje met 14%.’ Het bleek de helling van de weg te zijn die ons Lelijke Eendje dapper beklom.

In latere jaren gingen we via de Gotthardtunnel met de autotrein. Onderweg in de tunnel pakte mijn moeder haar picknickmand uit en aten we gegrilde kip en andere heerlijkheden uit die tijd. Ik vermoed dat mijn voorliefde voor een hardgekookt eitje met een klein beetje zout als hartig tussendoortje uit die tijden stamt. Evenals mijn angst voor tunnels. Het was best gezellig in de autotrein dankzij mijn ouders. Echter, voor mij als jong meisje met een overmaat aan fantasie was het ook best wel erg eng in die lange donkere tunnel.

Mijn poezenkind Roosje heeft daarentegen geen enkele angst voor een donkere tunnel. Ze bouwt die geheel ‘eigenpotig’ onder het bankplaid, zet vervolgens haar tentje op en gaat er heerlijk liggen snurken ;-)

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



Heb jij zin in een zomer vol plezier en gezelligheid in Overvecht? Goed nieuws! Ook als je niet (lang) op vakantie gaat, hoef je je geen moment te vervelen. Voor de jeugd wordt er flink uitgepakt met het programma ‘Zomer op Dreef’. Ook Speeltuin De Watertoren en Gagelsteede organiseren extra gezellige activiteiten. Het wordt één groot feest!

Vakantie in Overvecht-*activiteiten van DOCK*

- **Maandag** van 13.00-16.00 uur, Buurtcentrum de Dreef (meer info Marzouka: 06- 5250 8191)
- **Dinsdag** van 13.00-16.00 uur, Buurtcentrum de Boog
- **Dinsdag** van 15.00-17.00 uur: voetbalveld Carnegiedreef
- **Donderdag** van 15.00-17.00 uur: onder voorbehoud achterpark ACA (Apollo, Centaurus en Atlasdreef).
- **Speeltuin De Watertoren**, Neckardreef 30
  De openingstijden ma t/m vr 13.00-18.00 uur en zaterdag van 12.00-17.00 uur
- **Speeltuin Gagelsteede**, Gangesdreef 7
  De openingstijden zijn van di t/m za 12.00-17.00 uur.

Aangepaste openingstijden van 21 juli t/m 31 aug 2025
- Buurtcentrum de Boog: ma t/m vr 10.00-16.00 uur
- Buurtcentrum de Dreef: GESLOTEN
- Buurtcentrum de Jager: GESLOTEN



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

www.dock.nl/overvecht



TEKST **MARCIA VAN DER HOEST**

Adil helpt jongeren sterker te worden

Adil groeide zelf op in Utrecht. Vroeger ging hij ook naar het buurthuis. 'Als je toen klusjes deed in de wijk, kreeg je muntjes. Die kon je gebruiken om bijvoorbeeld een skelter te lenen. Zo leerden we dat je iets moet doen om iets te krijgen.'

Adil Laajab (32) is jongerenwerker in Overvecht. Hij werkt op straat, in buurtcentrum Prosific én op basisschool Belle van Zuylen in Zuilen. 'Ik ben een bekend gezicht. Jongeren durven mij daarom makkelijk iets te vragen.'

Adil organiseert allerlei activiteiten, zoals zaalvoetbal. Nieuw is schaken. 'Bij schaken moet je goed nadenken. Net als in het echte leven. Elke stap die je zet, heeft gevolgen.' Hij helpt jongeren ook één-op-één. 'Soms hebben jongeren even steun nodig. Je kunt bij mij terecht met vragen over school, geld of problemen thuis. Geen vraag is raar.'
Zijn doel? Jongeren leren om kansen te pakken. 'Maar ook dat ze kansen kunnen missen als ze niet goed nadenken.'
Wat hij jongeren gunt? 'Een jeugd zonder zorgen. Geen stress over geld of problemen thuis. Dan kunnen ze gewoon kind zijn.'

Wil je Adil of andere jongerenwerkers ontmoeten? Kijk op **Instagram** voor alle activiteiten in Overvecht!

Seniorvriendelijk Overvecht

TEKST **MARJA DE RUITER**

Zomer: ga eropuit

In de zomermaanden liggen de vaste activiteiten vaak stil. Dus is er tijd om wat meer om je heen te kijken en te mijmeren over dingen die je anders zou willen. Misschien wordt het tijd voor een seniorenwoning. Informeer eens bij de woningcorporaties en fiets een rondje door een wijk of andere plaats waar je graag zou willen wonen. Hoe levendig is het daar en is er veel groen? Zijn er winkels in de buurt en is er een ontmoetingsplek?

Terras Rooie Nel

Mensen die regelmatig langs de Vecht fietsen weten misschien inmiddels wel dat er op de plek van het Vechthuis een nieuw restaurant zit: Rooie Nel. Een heerlijke plek om op het terras te zitten en naar de boten te kijken die voorbij komen bij de Roode brug. Met bus lijn 6 stap je net na de brug op de Anton Geesinkstraat uit.



Koken of bakken

Ben je wat meer aan huis gebonden, dan is het fijn om in deze maanden wat meer contact te hebben met mensen uit je buurt. Nodig ze eens uit voor een kopje koffie of een drankje. Als je van koken en bakken houdt dan zijn er altijd mensen die je daar blij mee kunt maken.

Naar buiten!

Lekker in het zonnetje een boek lezen is ook niet verkeerd. Dat kan ook op een bankje in het park. Neem een flesje water mee of een thermoskan met koffie of thee. Fijne zomer allemaal.

Seniorvriendelijk Overvecht
Voor meer tips, vragen of informatie over andere activiteiten: Dieuwertje van Toor (DOCK): 06-5995 1573, dvtoor@dock.nl



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

Zelfbeheer in Overvecht

Woongemeenschap Vulcanusdreef

Cuno Balfoort van de woongroep op de Vulcanusdreef vertelt een mooi verhaal over zelfbeheer. Niet alleen over zelfbeheer in het groen maar ook over het wonen zelf. Wie de binnentuin van dit complex van 188 woningen binnenkomt, stapt een paradijsje in. Hebben de bewoners ook nog eens de 21 boomspiegels rondom geadopteerd.

Cuno Balfoort: 'We woonden met een vriendengroep in een verzorgingstehuis. Daar zorgden we voor meer contact en levendigheid. Dat complex werd gesloopt. We hebben toen een open brief naar de corporaties gestuurd en gevraagd of we ergens gezamenlijk konden wonen in ruil voor werken aan sociale verbinding. Woonin reageerde, ook omdat de Vulcanusdreef destijds een probleemflat was. Inmiddels vormen we een woongemeenschap van 58 woningen – verspreid over het hele complex. Groter worden we niet. Samen zorgen voor meer onderling contact en veiligheid voor alle bewoners. En voor prachtig groen.'

Hoe doen jullie dat?

Cuno Balfoort: 'We zijn allemaal mensen met een groen hart. Daarom wil iedereen toch graag in Overvecht wonen? Veel van ons zijn betrokken bij andere mooie initiatieven. Hier blijken juist de groene activiteiten erg geschikt om elkaar te ontmoeten. Die zorgen voor de gewenste onderlinge verbinding. Over de renovatie van destijds zijn we niet zo te spreken, maar op dit punt is de samenwerking met Woonin erg goed. Een echte win-winsituatie. Een flinke groep actieve goede buren – allen sociale huurders trouwens – kan veel betekenen voor veilig en prettig wonen, zeker met zo'n grote, afgesloten binnentuin als hier. En dan vooral door bezig te zijn in het groen.'



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?

Heb jij recht op een U-pas?

Veel Utrechters met een laag inkomen hebben er recht op. De U-pas is een gratis voordeelpas met tegoed én korting. Kijk op u-pas.nl/aanvragen-of-verlengen of je in aanmerking komt.

Maak er gebruik van!

Wat kun je doen met de U-pas?
Je kunt het tegoed gebruiken voor o.a.:
- Sporten of een dagje uit
- Cursussen, rijles of muziekles
- Kapper of schoonheidsspecialist
- Concerten, een museum of de Museumkaart
- Een fiets, computer of schoolactiviteit voor je kind
- Daarnaast krijg je korting op o.a. bioscoop en musea

De U-pas is er voor het hele gezin
Kinderen krijgen hun eigen pas en eigen tegoed.
Je mag de tegoeden bij elkaar optellen: dat heet gezinstegoed.

Zo vraag je de U-pas aan
Stap 1) Ga naar **u-pas.nl** of scan de QR-code.
Stap 2) Beantwoord de vragen.
Stap 3) Start je aanvraag.

Hulp nodig bij jouw aanvraag?
- Kom langs bij de U-pasbalie: Open op maandag en vrijdag, 09.00-13.00. Het adres is Stadsplateau 1.
- Bibliotheek op Kanaleneiland. Open op woensdag even weken, 09.00-13.00.
- Bibliotheek Overvecht. Open op woensdag oneven weken, 13.00-17.00.
- Bezoek De Geldzaak (Steenweg 20), of bel/whatsapp: **030 236 17 66**
- Neem contact op met je buurtteam via **buurtteamsutrecht.nl**

2025-007 ENOF

Heb je vragen over de U-pas?
Bel dan gerust met het U-pasbureau via **088 600 63 00.**

Gemeente Utrecht

Utrecht.nl/rondkomen

Goeiedag
Overvecht



TEKST **KOOS SMITS**
(priester Rafaëlkerk)

Goeiedag jonge mensen!

Aankijken
Ja, daar begint het natuurlijk mee: als je iemand groet, kijk je die persoon aan. In het ideale geval kijk je dus elkaar aan en groet je elkaar. Beginnen we met die ander. Is het jou ook opgevallen, dat het merendeel van tegemoetkomers je niet eens aankijkt! Wellicht hebben ze je helemaal niet gezien, simpel voorbijgelopen. Draaien we echter de rollen om. Hoeveel passanten kijken wij aan? Zouden we thuis nog wel enkele mensen kunnen herinneren?

Selectief
- Eerste oefening: we gaan van nu af aan wandelaars en fietsers meer bewust tegemoet.
- Tweede oefening: als we mensen aankijken, wie groeten we dan? Groeten we alleen degenen die ook ons aankijken? Of misschien slechts een bepaalde categorie mensen? Zoals familieleden of bekenden; land- of leeftijdgenoten? Ik denk, dat we allemaal zullen ontdekken, hoe selectief we zijn in het aankijken, en nog veel meer in het aanspreken. Natuurlijk begrijpelijk! Maar eerlijk gezegd, toch ook een beetje discriminerend.

Jong Overvecht
Een van de dingen die ik bij deze kijk- en groetoefening heb vastgesteld, is dat ik geneigd blijk eerder ouderen dan jongeren aan te kijken en te groeten. Toen ik dat vaststelde, besloot ik: 'Nu ga ik ook jongeren aankijken en aanspreken.'

Tja, dat is grappig met die jongeren. Vaak lopen of fietsen (fatbiken) ze pardoes langs mij heen. Druk met van alles, maar in ieder geval niet met mij. Zelden ontving ik een spontane groet van die jonge kant. Maar van mijn oudere kant, och, dan keken ze (als ze al keken) toch wel heel verbaasd, niet begrijpend.

Kortom: we gaan de jongeren in Overvecht opgewekt aankijken en hartelijk groeten!

De Bibliotheek Overvecht

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

TEKST TREA SCHOLTEN



Biebbakkie
Iedere laatste woensdag van de maand gaan Lizet, Eveline en Sanne met bezoekers in gesprek. Ze nodigen je uit om je wensen en ideeën te delen. Dat mag van alles zijn: van een jeugdactiviteit tot een spelletjesmiddag voor volwassenen. Heb je geen wens of idee, maar wil je gewoon even een fijn gesprek: ook welkom! De koffie en thee staat klaar.
Woensdag 30 juli en 27 augustus, 14.00 – 16.00 uur



Zomerzoektocht met Vos en Haas! (5+)
Ben jij klaar voor een leuk avontuur tijdens de zomervakantie? Kom dan naar de bibliotheek en doe mee aan de Zomerzoektocht met Vos en Haas! Zoek samen met Vos, Haas en hun vriendjes naar verborgen opdrachten en puzzels. Vind de oplossing en maak kans op een Vos en Haas prijzenpakket.
Beeld: Vos en Haas – © Illustratie: Thé Tjong Khing – Uit de boeken van Sylvia Vanden Heede

BelevenisTafel
Heb je de BelevenisTafel al ontdekt? Het is een tafel met een touchscreen vol educatieve spellen, filmpjes, quizzen en verhalen. Je kunt er samen een spel op spelen, maar je kan ook in je eentje een spel doen. En: je leert er ook nog beter Nederlands van. Kom je het uitproberen?

Let op:
Tijdens de zomervakantie is de Bibliotheek Overvecht op vrijdag gesloten.

Bibliotheek Overvecht, Gloriantdreef 1, 030-286 18 00
klantenservice@bibliotheekutrecht.nl

Openingstijden:
ma–vr 9.00-18.00 uur, za 10.00-17.00 uur, zo gesloten.

Kijk voor meer activiteiten van Bibliotheek Overvecht en actuele openingstijden op:
www.bibliotheekutrecht.nl/overvecht



Claire Nolayisenga (60)
Gastvrouw bij Burezina
Mooiste plek: Winkelcentrum Overvecht

'Ik woon al tien jaar in Overvecht. In Overvecht hebben we alles wat nodig is in de buurt. We hebben winkels, groen en goede bus- en treinverbindingen.

Ik ben gastvrouw bij Burezina. Ik ontvang daar de mensen. Ik ben donderdag en vrijdag aanwezig. In Burezina zitten onder andere het Mamacafé en het Taalcafé. Ik vind Overvecht een mooie en rustige wijk met veel groen. Het is een schone wijk en het is er veilig wonen, vooral voor kleine kinderen.

Ik vind het fijn bij Burezina. Ik houd van mensen om mij heen en wil graag iets voor anderen betekenen, zo lang ik kan.'

Burezina
Jeanne d'Arcdreef 1
3561 SB Utrecht
www.burezina.nl

TEKST **MARCO VAN DEN DOEL**
FOTO **GODFRIED VAN UTRECHT**



Overvecht-Noord Aardgasvrij



Verduurzamen betekent je huis energiezuiniger maken

TEKST **MIRJAN ROLLING** FOTO LINKS **SILKE VAN DIEMEN** FOTO RECHTS (ZUIDPOOLDREEF) **KIKI DE BOER**

Verduurzamen

van je woning samen met je buren

Utrecht wil een duurzame stad zijn. Daarom werken we als gemeente aan de overstap naar schone energie. Gemeente Utrecht, Eneco en de woningcorporaties hebben besloten dat een aansluiting op het warmtenet op dit moment te duur is. Daarom onderzoekt de gemeente hoe we nu verder gaan met het project Overvecht-Noord aardgasvrij. Daarbij komen alle warmteoplossingen aan bod.

Samen verduurzamen: goed voor je huis én je buurt

Zo zijn er de afgelopen periode energieavonden voor particuliere woningeigenaren van eengezinswoningen georganiseerd. Tijdens deze avonden hebben woningeigenaren tips gekregen, specifiek per woningtype, over wat ze zelf kunnen doen om hun huis energiezuiniger te maken. Ook ontvingen zij informatie over beschikbare subsidies. Bijvoorbeeld hoe je samen met je buren aan de slag kunt gaan, zo wordt verduurzamen makkelijker, leuker en voordeliger.

Wat is verduurzamen precies?

Verduurzamen betekent je huis energiezuiniger maken. Denk aan het isoleren van je dak of muren, het plaatsen van zonnepanelen of het vervangen van enkel glas door HR++-glas. Zo verbruik je minder energie, wat zorgt voor een lagere energierekening en minder CO^2-uitstoot.

Samen met je buren

Je hoeft het verduurzamen van je woning niet in je eentje op te pakken. In veel buurten zijn mensen die met dezelfde vragen zitten. Waarom zou je dan niet samen optrekken? Dat kan van alles zijn: van informatie uitwisselen tot samen offertes aanvragen of collectief zonnepanelen kopen.

‘Samen verduurzamen is vaak goedkoper, doordat je bijvoorbeeld groepskorting krijgt’

In de gemeente Utrecht is er subsidie hiervoor beschikbaar als je samen met minimaal vijf buren aan de slag gaat. De subsidie heet ‘Subsidie Samen Verduurzamen’ en is bedoeld om bewoners te helpen bij het nemen van de eerste stappen richting een duurzamer huis. Denk aan advies van een energiecoach, het laten uitvoeren van een warmtescan of het opstellen van een stappenplan.

Hoe werkt het?

- Vind medestanders – Kijk eens rond in je straat of buurt. Misschien zijn er al buren die bezig zijn met verduurzamen of graag willen beginnen.
- Om je op weg te helpen, biedt de gemeente Utrecht subsidie voor coaching, begeleiding en het uitvoeren van duurzame maatregelen.
- Ga naar Samen woning duurzamer maken, subsidie aanvragen Gemeente Utrecht en bekijk de voorwaarden.
- Aan de slag. Samen verduurzamen is vaak goedkoper, doordat je bijvoorbeeld groepskorting krijgt bij leveranciers.

Informatie voor huurders en ondernemers

De gemeente sluit aan bij de aanpak van de stad Utrecht en werkt samen met de woningcorporaties, particuliere verhuurders en ondernemers. Huurders worden geïnformeerd door hun woningcorporatie of verhuurder over de mogelijkheden voor verduurzaming. Voor bewoners die onderdeel zijn van een Vereniging van Eigenaren (VvE) worden op een later moment aparte bijeenkomsten georganiseerd.

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 Woonin, Bo-Ex, Portaal, Energie-U en Stedin.



Een gezellige markt op de Kwangodreef

TEKST **ESTHER VISSER** FOTO **GODFRIED VAN UTRECHT**

PORTAAL is er niet alleen voor de huizen maar ook voor de mensen. Wij dragen graag bij aan goed samenleven in de buurt.

‘De grootste opbrengst is niet het geld, maar het samen zijn met de buurt’

De parkeerplaats van de Kwangodreef stond zaterdag 31 mei weer vol. Niet met auto’s, maar wel met 55 kramen waar buurtbewoners vol overgave tweedehandsspullen verkochten. Ook deelde de koffie-tuktuk gratis koffie en thee uit; gesponsord door Portaal.

Reclame maken op de scootmobiel

Els Mulder organiseerde de markt samen met haar buurvrouw Marian. Het was al de zesde keer dat zij dit deden. ‘We begonnen in januari al met organiseren,’ vertelt Els. ‘Zodra we de datum bekendmaken, zit het binnen drie dagen vol. Er was zelfs een reservelijst.’ Els kreeg hulp van haar moeder, die met haar scootmobiel flyers rondbracht en zo reclame maakte voor de markt. De markt kreeg steun van het Initiatievenfonds van de gemeente, en supermarkt Dirk van den Broek doneerde bananen voor de kinderen.

Woont u hier ook?

‘Het was echt een dag waarop mensen elkaar leerden kennen,’ zegt Maurice, adviseur leefomgeving van woningcorporatie Portaal. ‘De sfeer was gezellig en vrolijk.’

Els: ‘Ik zet de mensen die bij elkaar wonen bewust met hun kraam naast elkaar. Dan hoor je: ‘Woon je hier ook?’ en ontstaat er een gesprek. Na zo’n dag kennen mensen elkaar toch een beetje beter.’ Maurice vult aan: ‘Dit is precies wat Overvecht nodig heeft: niet alleen dure plannen, maar gewoon samen zijn.’

Voor jong en oud

Wat deze markt zo bijzonder maakt, is dat iedereen meedoet. Jong en oud en mensen van allerlei culturen. Iedereen komt even naar de markt. ‘We hadden picknickbanken neergezet, zodat ouderen even konden uitrusten. En we hadden een toilet gehuurd. Sommige bewoners waren er in de ochtend en kwamen in de middag weer terug.’

Er is veel verkocht die dag. Aan het eind van de dag haalde de gemeente alle spullen op die niet verkocht waren. ‘Zo bleef de straat netjes,’ vertelt Els. ‘Maar’, zegt ze: ‘de grootste opbrengst is niet het geld, maar het samen zijn met de buurt.’



De Wolf en de AirPod-hond

GASTCOLUMN **PAUL GRIFHORST**

Tijdens mijn ochtendwandelingetje door het Gagelbos – dat fijne stukje groen waar mens en natuur eigenlijk samen zouden moeten ademhalen – gebeurde het weer: een hond stuift blaffend op me af. Tanden ontbloot, ogen fanatiek. Baasje? Onzichtbaar, of ergens op de horizon. ‘Hij doet anders nooit zo!’, klinkt het verontschuldigend vanaf een bankje. Natuurlijk niet. Hij heeft waarschijnlijk net zijn training ‘blaf tegen alles met twee benen’ afgerond.

En als je dan, heel vriendelijk, vraagt of het beest misschien iets minder los kan? Dan krijg je het hele theater: ‘Het is hier toch een losloopgebied?’ Vrij vertaald: ‘Wat doe jij hier eigenlijk, zonder viervoeter?’ Of de klassieker: ‘Hij ruikt jouw angst.’ Alsof ik in een matige fantasyfilm ben beland en de hond een soort moreel kompas is dat ‘goede’ van ‘slechte’ wandelaars scheidt.

Even voor de duidelijkheid: ik ben niet bang voor honden. Gebeten? Ja. In mijn pols. Als kind. Maar ik ben opgegroeid met honden – lieve honden, de goedzakken van het ras. Honden die niet denken dat elke passant een inbreker of wandelende snack is. Het zijn niet de honden die het probleem zijn. Het zijn de baasjes.

De mensen die denken dat ‘vrije opvoeding’ ook voor labradoodles geldt. Die hun eigen stress en frustratie doorgeven aan het dier, en dan verbaasd zijn als hij zich gedraagt als een dolle kleuter op suiker. Die zouden verplicht op cursus moeten – niet de hond, maar zij zelf.

En nu komt het mooie: het zijn vaak precies deze types – de baasjes-met-AirPods – die het hardst schreeuwen over… de wolf. Die enge wolf! Die ‘killer’ die door een bos sluipt alsof het de Hunger Games zijn. Terwijl hun eigen Fluffy jaarlijks in tenen, kinderarmpjes en parkchihuahua’s hapt. Wist je dat er **jaarlijks zo’n 150.000 bijtincidenten zijn met honden in Nederland?** Da’s geen tikfout.

Tuurlijk, wolven zijn geen knuffeldieren. Maar ze lopen tenminste niet zomaar op je af. Ze zijn terughoudend, schuw, onafhankelijk. Eigenlijk zijn ze – en dat durf ik best te zeggen – precies wat honden ooit waren, vóór wij ze veranderden in nerveuze schoothondgeneralen of blaffende ‘daleks’. Misschien moeten we de wolf niet vrezen, maar er stiekem iets van leren. Want laten we eerlijk zijn: wie is er nou echt het probleem? De wolf? Of de hond met tuigje – en zijn baasje dat te druk is met TikTok om op te letten?



Hulp nodig?

Buurtteam Overvecht

denkt met je mee!

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



Sanoris en Agata

Zo nu en dan gebeuren er dingen in je leven, die overweldigend kunnen zijn. De opvoeding van je kinderen bijvoorbeeld, maar ook mantelzorgen, werk, gezondheid, geld en veiligheid in je buurt of eigen huis kunnen zorgelijk zijn. Erover praten helpt, maar weet jij waar je kunt aankloppen? Weet dan dat je er niet alleen voor staat en terecht kan bij Buurtteam Overvecht.

Buurtteam Overvecht staat klaar voor iedereen die hulp nodig heeft. In Overvecht werken verschillende organisaties samen onder het motto 'Samen Welkom'. Buurtteam Overvecht is er om samen met jou je hulpvraag te bespreken en of deze door het buurtteam moet worden opgepakt. En zo ja, om meteen een vervolg af te spreken. Misschien is dat wel met Agata, die al jaren actief is bij het buurtteam.

Persoonlijk plan

'De behoefte van de bewoners staat altijd centraal bij bij het zoeken naar een oplossing,' vertelt Agata. 'Bijvoorbeeld door hen de juiste weg naar de beste instantie te wijzen. We kijken naar wat er nodig is, zoals bijvoorbeeld financiële hulp bij een betalingsachterstand, een huisarts bij een zorgvraag of aansluiten bij een groep met mensen die hetzelfde meemaken als jij. We helpen wijkbewoners op weg naar aanbod en organisaties waarmee zij het best geholpen zijn.' Het buurtteam gaat hiervoor actief op pad in de wijk om met bewoners te praten. 'We komen bij de mensen thuis om te kijken hoe het gaat, bijvoorbeeld na een melding van de gemeente, huisarts of Veilig Thuis. Wij maken een plan op maat om de situatie te verbeteren voor iedereen.'

Doelen stellen

Het ondersteuningsplan bestaat uit de doelen die je wil bereiken en de stappen die je ervoor gaat ondernemen. Dat begint met het beantwoorden van vragen om te zien hoe je er op dat moment voorstaat en later met vragen over hoe het nu gaat. De doelen bepaal je samen.
'Door je persoonlijke plan koppelen we je aan passend aanbod en organisaties voor de beste ondersteuning,' vertelt Agata. Enkele van deze partners zijn Gemeente Utrecht, DOCK, U Centraal, Enik Recovery College, SportUtrecht en de huisartsenpraktijken in de wijk. Deze partners kunnen de bewoners ook doorverwijzen naar het buurtteam; zo kun je de zorg optimaal afstemmen en blijft iedereen elkaar helpen. Alle vormen van hulp worden benut: groepsgericht, individueel en soms ook digitaal. 'Er zijn bij verschillende initiatieven in de wijk hulptroepen te vinden, zoals Het Papiercafé, de spreekuren van Buren helpen Buren, en nog veel meer. Samen kijken ze wat jij nodig hebt om uiteindelijk zelfstandig weer verder te kunnen.

'Herstel doe je zelf, maar niet alleen!'

Sanoris kan daar zeker over meepraten. In 2022 klopte ze aan bij de gemeente en werd doorverwezen naar het buurtteam voor hulp. 'Agata is samen met haar collega Yuri met mij stap voor stap aan het werk gegaan om alles weer op orde te krijgen. Zo begonnen ze met het regelen van de basiszorg voor mij, zoals de huisarts en een zorgverzekering. Toen Agata bij mij thuis kwam, had ik door alles wat er was gebeurd geen energie om voor mijzelf te zorgen.' Samen maakten Sanoris en Agata ook een plan op maat. 'Ik zag het plan als een soort spel, omdat je echt ziet dat je vooruitgaat. En dat motiveerde mij om door te zetten en weer beter te worden.'

En dat heeft ze zeker gedaan! Het was hard werken om alle trainingen te volgen en aan de slag te gaan in een supportgroep. 'Ik vroeg mij eerst af of het zou helpen. Ik vond de trainingen spannend en moeilijk, maar heb zeker doorgezet. Het buurtteam doet er alles aan om je te helpen. Zij geloofden in mij en dat gaf mij de kracht mijzelf te vergeven en met liefde naar mijzelf te kijken.' Natuurlijk moet je wel zelf bereid zijn om te werken aan jezelf en je doelen. 'Herstel doe je zelf, maar niet alleen,' zegt Sanoris, 'het buurtteam is er voor je.'

Buurtteam staat voor je klaar

Inmiddels staat Sanoris steviger in haar schoenen. Daar is zij het buurtteam zeer dankbaar voor. Ze is bezig met vrijwilligerswerk, is in afwachting van een eigen huisje en doet een opleiding tot ervaringsdeskundige, zodat ze op haar beurt weer anderen kan helpen die in een vergelijkbare situatie zitten. 'Ik wil daarbij mijn eigen verhaal gebruiken en de weg die ik met het buurtteam heb afgelegd. Want zonder hen zou ik hier niet zijn. Wees dus niet bang en kom langs. Ze staan voor je klaar.'

Hulp nodig?

Heb je hulp nodig of ken je iemand die hulp nodig heeft? Neem dan contact op met het buurtteam voor gratis hulp. Binnenlopen mag ook bij de Gloriantdreef 25 (achter de bieb) van maandag tot en met vrijdag van 9.00 - 17.00 uur. Kom langs, bel of mail Buurtteam Overvecht. Kijk op de website voor actuele openingstijden. Daar vind je ook meer informatie over de werkwijze en wat het buurtteam voor je kan betekenen.

Buurtteam Overvecht
Gloriantdreef 25
030-740 05 05
www.buurtteamsutrecht.nl

Buurtteam Overvecht bestaat uit een team voor volwassenen en een team voor kinderen en gezinnen.

In een van de volgende nummers van Dreefnieuws lees je over de ondersteuning aan kinderen en gezinnen vanuit Buurtteam Overvecht.



De Werkwinkel
gaat op zoek naar wat bij jou past

TEKST **MAUD BREDERO** FOTO'S **LUCY NIEUWDORP**

De Werkwinkel in NOA is een plek waar je als wijkbewoner spontaan binnen kan lopen. Want een afspraak maken is daar niet nodig. Je bent er altijd welkom. Of je nu op zoek bent naar vrijwilligerswerk, een betaalde baan of een opleiding of cursus, de mensen van de Werkwinkel kijken met je mee wat je nodig hebt om je droom waar te maken. Jennifer Brame is coördinator van de Werkwinkel in Overvecht. Zij heeft de afgelopen drie jaar al heel wat mensen geholpen. 'We luisteren vooral naar de vraag achter de vraag. Want vaak speelt er zoveel meer in iemands leven wat invloed heeft op werk. Als je een goede, duurzame stap wil zetten, is het hele plaatje zo belangrijk.'

Jennifer: 'Soms komt er iemand bij ons die wel iets wil qua werk, maar nog geen idee heeft wat of hoe. Dat kan bijvoorbeeld een moeder zijn, die overdag opeens meer tijd over heeft, omdat haar kinderen op school zitten. Tijdens de schooluren van haar kinderen zou ze best wel wat willen doen. Of het is iemand die 12 jaar lang hetzelfde werk heeft gedaan en nu toe is aan iets anders. En soms zijn het studenten die klaar zijn met hun studie en niet goed weten hoe ze werk kunnen vinden dat echt bij hen past. De Werkwinkel helpt ook mensen die nog nooit een baan in Nederland hebben gehad, de taal niet goed spreken en het fijn vinden dat iemand meekijkt naar de stappen die gezet kunnen worden naar werk of een studie.'

De mensen van de Werkwinkel luisteren goed naar wat iemand graag wil. Ze kijken wat daarvoor nodig is en maken dan samen met de bezoeker een plan. Welke stappen kunnen het beste gezet worden om ergens te komen? Jennifer: 'Bij ons vind je persoonlijke hulp en begeleiding naar werk, vrijwilligerswerk of een opleiding of cursus. Je kunt leren wat bij je past, we kunnen met je mee op oriëntatie bij bedrijven of mee op sollicitatiegesprek. We kunnen helpen met een plekje vinden om eerst uren op te bouwen of ervaring op te doen. In Overvecht en ook buiten de wijk en stad hebben we een groot netwerk van allerlei partijen die daar iets in kunnen betekenen.'



Jennifer Brame

Wat zeggen de buurtbewoners over de Werkwinkel?
Esther: 'Door de doortastende medewerkers van de Werkwinkel ben ik als gastvrouw van NOA aangenomen. Het is een ontmoetingsplek waar iedereen welkom is voor een praatje of wat rust vindt onder genot van een kopje koffie of thee. De meeste bezoekers komen gericht voor één vraag binnen, maar ik merk dat er ook onderliggende hulpvragen zijn waarbij ik de bezoekers heb kunnen doorverwijzen naar onder andere de Werkwinkel of het Taalinformatiepunt (op maandag van 13.00 - 15.00 uur).
Door laagdrempeligheid, het open karakter en de brede kennis van medewerkers van diverse organisaties op maatschappelijk vlak is NOA een fijne landingsplaats aan het worden.'
Haja: 'Er is altijd een luisterend oor voor wat ik graag wil. En niet alleen luisteren, maar ook hulp met allerlei afspraken of bij het maken van een CV. Het gaat niet alleen over een nieuwe baan, maar over mijn hele situatie. Ik ben heel blij dat ik met al mijn vragen terecht kan bij de Werkwinkel.'

De Werkwinkel zit in NOA bij Tamarinde op de Moldaudreef 1.

Werkwinkel openingstijden:
Maandag van 13.00 – 16.30 uur
Woensdag van 09.00 – 12.30 uur
en van 13.00 – 16:30 uur
Donderdag van 13.00 – 16.30 uur

Werkwinkel NOA
(Tamarinde), Moldaudreef 1
Telefonisch op dinsdag, woensdag en donderdag op 030-7200933.
info@werkwinkelsutrecht.nl
www.werkwinkelsutrecht.nl

'Bij ons vind je persoonlijke hulp en begeleiding naar werk, vrijwilligerswerk of een opleiding of cursus'

Renate de Heer (37)

Renate woont sinds 2016 met veel plezier in een klein jaren 70/80-complex bij de Einsteindreef. Zij is actief bij het collectief Taste Before You Waste en bij de groep Overvecht in Opstand. Deze groep komt op voor het in stand houden van het aandeel sociale huur en het karakter van Overvecht.

‘De koppeling die steeds wordt gemaakt tussen problemen en sociale huur vind ik verkeerd en achterhaald. Het stigma op bewoners van Overvecht als kwetsbaar klopt gewoon niet. Ik word heel blij van samenkomen om iets voor elkaar te krijgen. Via Overvecht in Opstand heb ik veel meer binding gekregen met de wijk en ik weet dat we samen dingen kunnen veranderen.’

‘Toen ik na Lunetten hier kwam wonen had ik eindelijk het gevoel dat ik naar de grote stad was verhuisd. Ik voelde me vanaf het begin veilig want het is hier veel minder stil op straat.’ Renate’s favoriete plek in Overvecht is de oude appelboomgaard bij het Paul de Bruijnpad, een zijweg bij de 1e Polderweg. ‘Heel mooi als het in de bloei staat en er wonen ook schildpadden. Dit is dus een voorbeeld van een plek die alleen bestaat dankzij de gezamenlijke inzet van bewoners.’

‘Gedichten schrijven en flyers maken zijn voor mij een manier van communiceren. Overvechters wil ik meegeven dat het zin heeft om je te verdiepen in plannen over je eigen leefomgeving en je erover uit te spreken.’

www.instagram.com/overvechtinopstand
antiomgevingsvisie@proton.me

TEKST **SUSANA CASAS VALLE**
FOTO **BO OCKHUIJSEN**

‘Overvecht is mijn plekkie, Utrecht is mijn thuis’

Utrecht Veilig dat doen we samen!

TEKST **RUBEN KOK**, DIGITALE WIJKAGENT

Waargebeurd verhaal

over oplichters die zich als bank voordoen



Meneer Jansen lette altijd goed op zijn geld. Maar op een dag veranderde alles. Het begon met een e-mail die eruitzag alsof die van zijn bank kwam, die waarschuwde voor vreemde dingen op zijn bankrekening. Er stond dat hij meteen moest inloggen via een link in het bericht. Meneer Jansen klikte op de link en voerde zijn (inlog) gegevens in. Hij wist niet dat de e-mail nep was. Het was een phishing mail: een manier waarbij oplichters proberen je persoonlijke gegevens te stelen door te doen alsof ze van een organisatie zijn.

Het telefoontje

Een paar dagen later kreeg meneer Jansen een telefoontje. De persoon zei dat hij van de bank was en vertelde hem dat er vreemde afschrijvingen waren op zijn rekening en dat meneer Jansen moest helpen om dit op te lossen. De persoon sprak netjes en klonk heel geloofwaardig. Maar hij was een oplichter. Hij gebruikte verschillende trucjes om meneer Jansen onder druk te zetten:

- **Haast en druk:** De oplichter zei dat meneer Jansen snel moest handelen om zijn geld te redden, door bijvoorbeeld een speciale ‘kluisrekening’ te openen. Een kluisrekening is nep. Oplichters zeggen dat je je geld daarheen moet sturen om het veilig te houden, maar het is hun eigen rekening. Zo stelen ze je geld.
- **Persoonlijke gegevens:** Hij vroeg om zijn rekeningnummer en pincode.
- **Technische hulp:** De oplichter vroeg meneer Jansen om een programma zoals Anydesk te installeren op zijn computer. Daarmee kon hij op afstand alles op de computer zien.
- **Hulp bij de bankpas:** De oplichter zei dat hij iemand kon langs sturen om de bankpas, contant geld en sieraden op te halen, zogenaamd om ze veilig te bewaren.

Het besef

Gelukkig begon meneer Jansen te merken dat er iets niet klopte. Hij dacht terug aan de waarschuwingen die hij in Dreefnieuws had gelezen over neptelefoontjes van de bank. Toen besloot hij op te hangen. Hij belde zijn bank op via het echte telefoonnummer. Daar hoorde hij dat er niets aan de hand was met zijn rekening. Het telefoontje was een poging tot oplichting.

Hoe kan je jezelf beschermen?

Het verhaal van meneer Jansen is een waarschuwing voor ons allemaal. Hier een aantal tips om je te beschermen tegen neptelefoontjes van oplichters die zeggen dat ze van de bank zijn:

1. Wees wantrouwig: Vertrouw niet meteen op telefoontjes of e-mails die om persoonlijke informatie vragen. Banken vragen nooit om je pincode of volledige inloggegevens.
2. Controleer de identiteit: Hang op en bel je bank terug via het officiële telefoonnummer dat je op de website van de bank vindt.
3. Installeer geen onbekende programma’s: Installeer nooit programma’s op je computer op verzoek van iemand die je niet kent.
4. Gebruik tweefactorauthenticatie: Activeer waar mogelijk extra beveiliging van jouw bankrekening. Je logt eerst in met je wachtwoord, en daarna met een code die je op je telefoon krijgt. Zo is je account beter beschermd.

Wat moet je weten?

- **Meld oplichting:** Denk je dat je slachtoffer bent van neptelefoontjes van de bank? Bel dan meteen je bank en doe aangifte bij de politie.
- **Blijf op de hoogte:** Lees over nieuwe manieren van oplichting, zodat je weet waar je op moet letten. Houd jezelf op de hoogte van de nieuwste vormen van fraude en oplichting.
- **Praat erover:** Vertel je vrienden, familie en buren over deze vorm van oplichting. Zo weten zij ook waar ze op moeten letten.

Let goed op en bescherm jezelf!
Samen zorgen we voor een veilige buurt.

Gemeente Utrecht

Team Veiligheid Overvecht
Samen maken we Utrecht veiliger!

UTRECHT VEILIG! Dat doen we samen



Wijkambassadeur Rachella Vorm

TEKST **DENNIS VAN ELTEN** FOTO **GODFRIED VAN UTRECHT**

Dit keer wijkambassadeur Rachella Vorm. Zij is moeder van twee volwassen kinderen Tabitha en Justin.

Rachella Vorm is directrice van RV Exclusive. Zij coacht, begeleidt en brengt publieke en zakelijke belangen bij elkaar. Zij is gewend om in gesprek te gaan met regeringsleiders, commissarissen en DGA's en te bemiddelen om zo tot een bevredigend resultaat te komen.

Als dochter van een diplomaat, opgegroeid in een diplomatieke wereld heeft zij haar authentieke manier van werken en bemiddelen ontwikkeld.

Rachella: 'In het dagelijks leven zet ik mij in voor de medemens. Mij inzetten voor de medemens is iets wat ik vanuit huis heb meegekregen. De Surinaamse cultuur is heel belangrijk voor mij, de eerste zes jaar van mijn leven heb ik in Suriname gewoond. Op mijn zesde kwam ik naar Nederland, naar Utrecht.'

'Op middelbare schoolleeftijd ben ik naar Overvecht verhuisd. Ik ben nog even weggeweest uit de wijk, maar woon er nu weer met veel plezier.'

'Ik werd gevraagd voor de wijkambassadeurs vanwege mijn betrokkenheid. Het groen en het multiculturele springt er voor mij uit, vooral de kracht van de diversiteit in de wijk. Het multiculturele zit ook in mijn DNA. Dat is vanuit mijn cultuur met de paplepel in gegoten omdat in Suriname verschillende culturen door elkaar wonen. Vanuit mijn unieke blik hoop ik een goede wijkambassadeur te zijn.'

'Mij inzetten voor de medemens is iets wat ik vanuit huis heb meegekregen'

Festival Tweetakt
Van vrijdag 20 t/m 29 juni
Festival Tweetakt vindt plaats op verschillende locaties in de stad. En op Fort Ruigenhoek, een groen, historisch forteiland aan de rand van de stad. Op het forteiland, dat alleen tijdens Tweetakt is opengesteld voor publiek, presenteert Tweetakt elk jaar een beeldende kunsttentoonstelling voor kinderen. En er zijn daar de hele dag voorstellingen, zowel buiten als in mobiele theaters. www.tweetakt.nl



Nieuw: Het Mantelzorghuis in Overvecht
Als mantelzorger gaat je aandacht vaak uit naar anderen. In het Mantelzorghuis gaat het nu eens vooral om jou. Het is een plek waar mensen vragen hoe het met jóu gaat. Je kunt in het Mantelzorghuis andere mantelzorgers ontmoeten en meedoen aan activiteiten. Heb je vooral behoefte aan even rust? Dat kan ook.
Open: Iedere dinsdag van 13.00 tot 16.00 uur.
Welkom op de Ankaradreef 4



Nieuwe muurschildering Seinedreef
Op Bevrijdingsdag is er een nieuwe muurschildering in Overvecht onthuld: de Kunst van Vrijheid, op de muur van het gebouw aan de Seinedreef 3 bij Shoppingcenter Overvecht.
Jongeren uit onze wijk maakten een kleurrijke graffiti met als thema 'vrijheid', onder begeleiding van kunstenaars Munir de Vries en Harmke Datema-Chang. Een kunstwerk vol dromen en betekenis.

Straten uit Overvecht

TEKST **HARM SCHOONHOVEN**

De Hongkongdreef

De Hongkongdreef verbindt het eind van de Sjanghaidreef met de Tigrisdreef.

Het eiland Hongkong ligt voor de kust van de zuidchinese miljoenenstad Shenzhen waar drie grote rivieren in zee uitmonden. Door zijn ligging heeft Hongkong een goede natuurlijke haven. Financiële dienstverlening is de andere pijler van de economie. Samen met het schiereiland Kowloon, omliggende gebieden en nog een paar eilanden vormde het vroeger een kolonie onder Brits bestuur. Tegenwoordig is het deel van de Volksrepubliek China.

De geschiedenis van Hongkong kan niet los gezien worden van de handel in en verslaving aan opium. De Britten kochten van de Chinezen thee en porselein. Opium uit Brits-Indië (het huidige India, Pakistan en Bangladesh) ging de andere kant op. In 1839 begon de hoge Chinese ambtenaar Lin Zexu een campagne om de opiumverslaving aan te pakken. Hij liet beslag leggen op de Britse opiumvoorraden om die te laten vernietigen. Dit leidde tot de eerste en tweede opium-oorlog, die de Britten met Franse hulp wonnen. Ze dwongen China het gebied Hongkong af te staan.

Een groot deel van Hongkong bestaat uit steile rotsen waar niet gebouwd kan worden. De vlakkere delen zijn grotendeels volgebouwd met dicht op elkaar staande wolkenkrabbers, zowel woontorens als kantoren. Meer dan 500 daarvan zijn meer dan 150 meter hoog. Ter vergelijking, de tienhoogflats in Overvecht zijn dertig meter hoog. Het hoogste gebouw is het Internationale Handelscentrum (ICC) in Kowloon met 484 meter even hoog als de bergen in de omgeving.

Een typische woontoren in Hongkong. Hongkong heeft een subtropisch klimaat, vandaar dat bijna alle woningen voorzien zijn van airconditioning, zoals op de foto te zien is.
Foto: Wikipedia.





‘De elfjarige Syrische bootvluchteling moest tijdens zijn eerste zwemles in De Kwakel zijn trauma voor water overwinnen’

Ilia ten Böhmer (31)

filmregisseur en ondernemer. Woonde zes jaar in Overvecht. Werkt op bedrijventerrein Nieuw Overvecht. Favoriete plek: zwembad de Kwakel

‘Onlangs hebben we een korte poëtische film gemaakt over een elfjarige Syrische bootvluchteling. Tijdens zijn eerste zwemles in De Kwakel moet hij zijn trauma voor water overwinnen. Ik zwom daar regelmatig en heb er inspiratie voor deze film opgedaan, die Inundation heet. Deze zal op een aantal filmfestivals gaan draaien.

Na acht jaar videoproductie met mijn bedrijf Waves heb ik in maart Nami opgericht; een reclame/communicatiebureau dat verhalen ontwikkelt die positieve maatschappelijke verandering veroorzaken. We baseren onze verhalen op wetenschappelijk gedragsonderzoek. Nu voeren we bijvoorbeeld een campagne voor laaggeletterde ouders plus een campagne voor nicotinevrije social media. Zien roken doet roken, zeker bij kinderen. De tabaksindustrie hoeft ons niet te bellen, longartsen wel. Voor Utrecht zien we ook veel kansen voor goede verhalen. Kijk eens op onze website, dan zie je hoe we onze mooie woorden concreet maken.’

www.wearenami.com
Manitobadreef 7c
06-8312 0293

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

Wijkplatform Overvecht

TEKST EN FOTO **SUSANA CASAS VALLE**

Is Overvecht de groenste wijk van Utrecht?

Op de site ‘Utrecht in cijfers’ staat dat Overvecht na Vleuten-De Meern het meeste openbaar groen per huishouden heeft. Leidsche Rijn komt op de derde plaats. Een groot deel van dit groen bestaat uit het bovenwijkse Noorderpark (18% van Overvecht) en Natuurgebied Zuilen.

Naast Vleuten-De Meern is ook in Overvecht meer dan driekwart van de bewoners tevreden over het groen in de eigen buurt. De parken en het buurtgroen zoals in onze binnenhoven zorgen voor ademruimte in dichtbevolkte buurten en een gezonde leefomgeving voor de bewoners in de vele flats. Daarnaast staan er ook vaak oude kostbare bomen die o.a. zorgen voor broodnodige verkoeling.

De druk op het buurtgroen gaat toenemen omdat er de komende jaren veel woningen bij komen. Niet alleen



zullen veel meer mensen gebruik maken van hetzelfde groen, door bouwplannen dreigt ook bestaand groen te verdwijnen.

Groen is leefbaarheid, daarom vinden wij het belangrijk om het waardevolle bestaande groen tussen de flats te koesteren. Gelukkig heeft ook de gemeenteraad zich er unaniem over uitgesproken om dit zoveel mogelijk te behouden door middel van de motie ‘Ontzie de binnenhoven’. Zodat we ook in onze buurten een van de groenste wijken kunnen blijven.

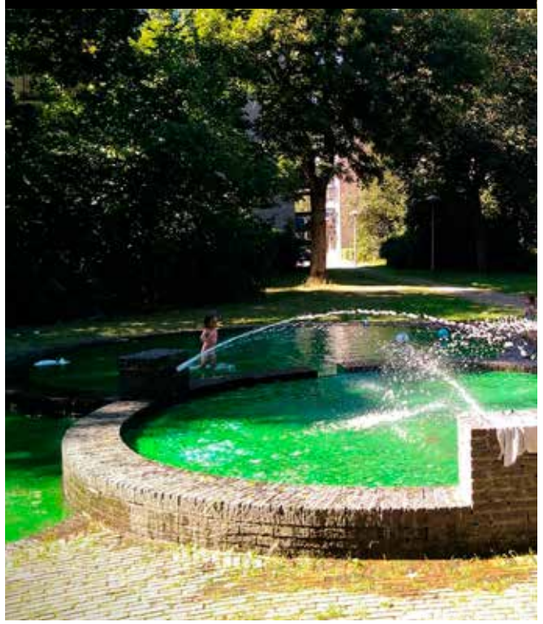
Heb je een vraag, mening of een groene plek in de wijk die heel belangrijk voor je is? Laat het ons weten, we komen graag in contact!

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

info@wijkplatformovervecht.nl
www.wijkplatformovervecht.nl

Bij mooi weer gaan de pierebadjes in Overvecht weer open! Deze is in het park achter de Pernambucodreef, prachtig beschut gelegen tussen hoge bomen. Op de volgende pagina zie je het badje op de Samosdreef. Er zijn 14 pierebadjes in Overvecht! (FOTO OLIVIER BEENS)

www.utrecht.nl/wonen-en-leven/duurzame-stad/groen-en-water/hitte



‘Echt zoals hij was’



Kies PCB Uitvaartzorg voor een afscheid in stijl met je leven

Afscheid nemen van een geliefde, dat wil je stijlvol doen. Bel daarvoor PCB Uitvaartzorg. Al 90 jaar jouw vertrouwde uitvaartzorg, thuis in de wijk en de stad. Bij PCB Uitvaartzorg is iedereen welkom.

★★★★★ Lees de ervaringen van anderen met PCB Uitvaartzorg.

Bel 030 262 22 44
- Voor informatie
- Een gratis voorgesprek
- Bij een overlijden

pcbuitvaartzorg.nl

uitvaartzorg pcb
afscheid in jouw stijl



TEKST EN FOTO **ROSA WOLBERT**

De buurtkamer

waar ontmoetingen de wijk versterken

Woonin staat voor meer woningen én betere buurten. Maar hoe zetten we ons in voor betere buurten? Een mooi voorbeeld hiervan is de buurtkamer aan de Ankaradreef 4, in Overvecht. Deze plek is een gezamenlijk initiatief van Woonin, Portaal, Gemeente Utrecht, Dock en JOU en speelt een belangrijke rol in de wijk.

In Overvecht is het een vertrouwde plek midden in de buurt waar bewoners elkaar ontmoeten. Sociaal wijkbeheerder Karima Achelhi is er elke donderdag, waar zij iedereen warm en enthousiast verwelkomt.

‘We organiseren van alles,’ vertelt Karima. ‘Van schoonmaakacties tot voorlichtingen over de voedselbank en grofvuil. Maar ook gezellige koffiemomenten en samen koken. Een hoogtepunt was de iftar voor 300 mensen, georganiseerd door de vrouwen die de buurtkamer vaak bezoeken.’

Vooral vrouwen komen naar deze plek. ‘Een aantal van deze vrouwen zit thuis, soms na een scheiding of omdat ze zorgen voor een kind met speciale behoeften. In de buurtkamer vinden ze steun, herkenning en contact met buurtgenoten. Elke donderdag komen er zo’n vijftien vrouwen. In totaal zijn er veertig vrouwen betrokken.’

De impact van de buurtkamer is groot. ‘De dames kijken echt uit naar die donderdagen,’ zegt Karima. ‘Ze voelen zich verbonden en gesteund. Zelfs buiten de bijeenkomsten om hebben ze contact via een WhatsApp-groep. Zonder de buurtkamer zouden ze elkaar minder vaak zien en zou het netwerk dat ze hebben opgebouwd misschien niet zo sterk zijn. De buurtkamer is essentieel voor hun welzijn en dus voor de buurt.’

Als het aan Karima ligt, blijft de buurtkamer groeien: ‘We willen de activiteiten uitbreiden en meer bewoners betrekken. We werken al met stagiairs en hopen binnenkort ook meer vrijwilligers te vinden.’ Soms is een plek waar mensen samen kunnen komen, een kop koffie kunnen drinken en elkaar echt ontmoeten, al genoeg om een buurt te verbinden.

Ben jij benieuwd welke activiteiten er in de buurtkamer zijn? Kijk dan op het mededelingenbord bij de ingang. Daar vind je een overzicht van alle activiteiten, op welke dag ze zijn en voor wie ze bedoeld zijn.

Buurtkamer
Ankaradreef 4



Oases van Overvecht

In de steeds heet wordende stad
pootjebaden
voorzichtig door het water waden
spelen in het koele azuurgroen of blauw
buurten met kleedjes in het gras
het water horen kletteren
en de kleintjes spetteren
een band met de wijk
die nooit meer slijt.

FOTO EN GEDICHT **SUSANA CASAS VALLE**

DREEFSTRIP

The Colosseum Gym

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

Kickboksen niets voor kinderen? Ik dacht het toch van wel! Bij The Colosseum Gym wordt er hartstikke hard getraind en vooral heel veel plezier gemaakt. Goed voor je zelfvertrouwen, coördinatie en kracht. Op dinsdagavond van 18.00 tot 19.00 uur trainen deze jongens en meiden van 5 tot en met 10 jaar in drie verschillende groepen. Want de een begint net en de ander doet al mee aan competities.
Hoe stoer is dat!





Tijdens de training mogen we ook in de ring boksen.







Pfoe! Tijd om uit te rusten!





Kom je ook meedoen?
The Colosseum Gym geeft KIDS Kickboksen op dinsdag, donderdag en zaterdag voor kinderen van 5 tot en met 10 jaar en van 11 tot en met 17 jaar. Geef je eens op voor een proefles! Labradordreef 10, Utrecht, 030-303 1065.
www.thecolosseum.nl

EINDE