

Bedrijvigheid in de Buurt: Psychosomatische fysiotherapie

Tien jaar geleden plakte ze haar eerste biljet op het raam: **Praktijk voor Vrouwenmassage**. Dat biljet is alweer een tijd verdwenen, maar na de zomer hangt er wellicht weer een nieuwe: **Praktijk voor Psychosomatische Fysiotherapie**. Wat deed en doet Josée van Helden aan het Kouwerplantsoen?



"Tien jaar geleden jaar geleden ging ik door een moeilijke periode. Net gescheiden, alleen met twee kinderen, baan kwijt, dus ik moest iets. Ik was opgeleid als fysiotherapeut en had me gespecialiseerd in massagetechnieken. Dus begon ik voor mezelf. Ik liet een speciale massagebank maken en richtte één van de slaapkamers in als behandelkamer. Zo begon ik kleinschalig mijn praktijk voor vrouwenmassage. En dat liep heel goed."

Josée paste verschillende massagetechnieken toe, afhankelijk van de klachten. "Naast de gewone massage, deed ik ook shiatsu, Indonesische massage en biorelease. De Indonesische massage werkt net als Shiatsu met drukpunten, maar het is harder, en je zoekt meer intuïtief dan systematisch naar pijnpunten. Maar de principes zijn hetzelfde: door pijnpunten te masseren hef je blokkades op. Lichamelijke klachten worden vaak veroorzaakt door emotionele blokkades.

Met biorelease kun je die ook goed behandelen. Biorelease is een soort zachte massage: door heel trage bewegingen kunnen achterliggende emoties loskomen."

De gewone fysiotherapie behandelt klachten aan het bewegingsapparaat, maar Josée combineert dat met een behandeling op het emotionele vlak. "Die belangstelling voor het psychische had ik al eerder. Na mijn studie fysiotherapie heb ik een tijd de opleiding voor natuurgeneeskunde gedaan, en ik heb theologie gestudeerd. Die studie heb ik indertijd helaas moeten staken, maar in mijn praktijk voor vrouwenmassage heb ik die belangstelling voor zingeving verder uitgewerkt. Mensen kwamen bij mij met lichamelijke klachten, maar die hebben zo vaak een psychische achtergrond, daar wilde ik ook aandacht aan besteden. Zo werd ik psychosomatisch fysiotherapeut."

Een jaar of vijf geleden verdween het biljet op Josée's raam.

"Ik solliciteerde naar een baan als psychosomatisch fysiotherapeut bij een gezondheidscentrum in Zeist. Daar werk ik nu nog steeds. Het was erg leuk om weer met anderen samen te werken, dat miste ik wel in mijn praktijk aan huis. Mijn privé-praktijk heb ik trouwens niet hele-

maal gestaakt, hoor. Ik geef op de vrijdagen nog steeds massagebehandelingen, maar alleen bij mensen thuis. Naast mijn baan in Zeist en de privé-praktijk ben ik ook nog de opleiding Psychosomatische Fysiotherapie gaan doen. Alhoewel ik mezelf dus eigenlijk al had ontwikkeld tot psychosomatisch fysiotherapeut, wil ik toch graag de



Het Buurtcomité Tuindorp-Oost organiseert in samenwerking met enkele inwonende kunstenaars van het voormalige gebouw van de Gerardus Majella een

EXPOSITIE VAN EIGEN KUNST

op zaterdag 8 april

van 12.00 uur tot 17.30 uur

en op zondag 9 april

van 10.00 uur tot 18.00 uur

in de aula van het schoolgebouw
aan de Winklerlaan 370



Een dertigtal kunstenaars uit Tuindorp Oost, tonen tijdens die dagen hun werk o.a.: schilder- en portretkunst, beeldhouwwerk, gouden en zilveren sieraden.



Tevens demonstraties mozaïek snijden en chocoladevormen gieten.

Mogelijkheid tot het aanschaffen van kunstwerken.



Amateurs uit de buurt zullen tijdens korte onderbrekingen van de expositie muziek ten gehore brengen.

Horeca aanwezig.

De school is bereikbaar:

- met de auto: via de Eykmanlaan, laatste zijstraat links vóór de overweg.
- met de bus: lijn 8, halte Winklerlaan.

VRJ ENTREE

papieren hebben. Dan kan ik me officieel laten registreren.

Deze zomer hoop ik mijn opleiding af te ronden, en daarna wil ik naast mijn baan in Zeist weer een praktijk aan huis starten, als Psychosomatisch Fysiotherapeut. In mijn privé-praktijk kan ik het op mijn manier doen en kan ik wat meer tijd uittrekken voor de behandelingen. Dat zijn weer de voordelen van het werken als zelfstandige."

En met wat voor klachten kunnen we dan bij haar terecht?

"Met pijnklachten: spierpijn, hoofdpijn; de klachten kunnen chronisch zijn, maar ook acuut ontstaan door bijvoorbeeld stress. Verder met hyperventilatie, paniekaanvallen, slaapproblemen, concentratiestoornissen, angst. Klachten die samenhangen met stress, burnout, scheiding, verlies, rouwverwerking. Dat zijn de gebieden waarop ik me de afgelopen jaren heb gespecialiseerd.

Als psychosomatisch fysiotherapeut begeef je je op de grens van het lichamelijke en het emotionele.

Veel lichamelijke klachten hangen nu eenmaal samen met onverwerkte emoties, en ik vind dat je die niet los van elkaar kunt behandelen.

Overigens doe ik wel eerst een screening, dat wil zeggen dat ik eerst in kaart breng wat de klachten zijn en aan de hand daarvan beoordeel of ik die persoon kan behandelen, of dat ik beter kan verwijzen naar de huisarts of naar een psycholoog.

Als ik ga behandelen, zijn er verschillende mogelijkheden.

Massages, oefeningen, of bijvoorbeeld RET. Dat is Rationeel Emotieve Therapie. Uitgangspunt daarbij is dat gevoelens en gedrag bepaald worden door de manier waarop wij betekenis geven aan gebeurtenissen, niet door die gebeurtenissen zelf.

Bij RET probeer je mensen dat te laten inzien, met behulp van opdrachten en oefeningen. Het lijkt me heel leuk om hiermee weer een privé-praktijk te starten."

Overigens staat José's praktijk nog steeds in de Gouden Gids, onder de naam Parabasis. Waar staat dat eigenlijk voor? "Dat komt van het Griekse parabaino, dat betekent 'voorbij lopen'. Het is vrij letterlijk bedoeld, mensen lopen zichzelf voorbij. Ik behandel overbelastingssymptomen, waarbij je over je grenzen bent gegaan. En het is de bedoeling weer bij je basis uit te komen. Het verwijst ook naar paramedisch (de fysiotherapie) en paranormaal/metafysisch: het intuïtieve, spirituele element in mijn manier van werken."

De Hoek

Terugblik op een bijzondere periode



In de afgelopen vijf jaar dat ik wethouder was, vormde de verslavingszorg voor mij een belangrijk onderwerp. We hebben in deze jaren vijf hostels geopend, waarvan De Hoek de eerste was. In december 2001 was de sleuteloverhandiging van dit eerste Utrechtse hostel. Dat was een bijzonder moment. De toekomstige bewoners en zorgverleners waren blij en vol hoop, maar de beheergroep en de omwonenden waren erg bezorgd over hoe het allemaal in de praktijk zou gaan.

Dat wist niemand, want niemand had hier nog ervaring mee.

We - de gemeente, het Leger des Heils, de verslavingszorg en de belangenbehartigers van de doelgroep - wisten wel dat er iets moest gebeuren aan de onmenselijke omstandigheden van dakloze verslaafden. Samen bedachten we daar oplossingen voor: gebruikruimtes in het centrum en hostels in de wijken. Daar zouden de verslaafden een menswaardiger bestaan door krijgen, dat allereerst. En natuurlijk zou dat ook leiden tot minder overlast en criminaliteit. Op de eerste bewonersavond over het hostel in Noord-oost werd heftig op de plannen gereageerd. Er klonk niet zozeer haat jegens verslaafden door, maar wel wantrouwen ten opzichte van de overheid en angst voor het onbekende. Een aantal omwonenden, vertegenwoordigers van de Pioniers (de volkstuintjes) en de scouting hadden wel het lef om toe te treden tot de beheergroep, die in 2000 startte. De taak van die groep was afspraken maken en er op toezien dat de buurt er niet op achteruit zou gaan door de komst van het hostel. Dat betekende pionieren en hard werken. De groep kwam in het begin maandelijks bij elkaar om samen met de GG&GD, het wijkbureau, het Leger des Heils en de politie te praten over maatregelen die de buurt leefbaar en veilig zouden moeten houden. Het ging er soms hard aan toe; zeker als de gemeente treuzelde met het inlossen van beloftes (zoals extra groen en verlichting). De toon was kritisch, maar ook opbouwend. En er was hart voor de mensen waar het uiteindelijk om ging. Ik beschouw het als een belangrijke mijlpaal voor de stad dat de groep het eerste beheerplan voor het hostel opstelde, dat goedgekeurd werd door de raad en tenslotte gezamenlijk werd ondertekend.

Dit beheerplan haalde het wantrouwen jegens de overheid weg, omdat er goede afspraken gemaakt waren. De beheergroepen van de andere hostels hebben daar prachtig op voort kunnen bouwen.

Het blijkt te werken, de hostels. En zelfs beter dan we dachten. De mensen gaan er enorm op vooruit en uit de metingen blijkt dat er geen negatieve invloed is op de omgeving. Het tijdelijke hostel de Hoek aan de Sartreweg zal plaatsmaken voor het vaste De Hoek aan de Kögllaan. De beheergroep heeft intensief meegekeken en geadviseerd bij alle stappen van dat proces. Voor sommigen betekent dat dus een inzet van al zes jaar! Zonder jullie zou het niet zo goed zijn gegaan met de hostels, waarvan De Hoek in het bijzonder. Dank voor jullie geweldige werk!

Ik zal de ontwikkelingen blijven volgen, hoewel op meer afstand, want ik heb mij beschikbaar gesteld voor de landelijke politiek. Net als alle betrokkenen zal ik heel erg trots zijn als De Hoek Kögllaan dit najaar geopend wordt.

Hans Spekman, wethouder Verslavingszorg en Maatschappelijke Opvang



Krijt en koffie. Komen jullie ook, helpen jullie ook.....????

Ook dit jaar wordt er weer een **straattekenwedstrijd** gehouden en wel op zaterdag 1 juli 2006 op het schoolplein van de Beiaard.

Echter om dit leuke feestje door te laten gaan hebben we hulp nodig. Wie biedt?

Noteer vast **1 juli** in de agenda en neem contact op met Wiljo Tukker (wtukker@wanadoo.nl) en biedt je hulp aan.

Alvast bedankt en tot 1 juli.

(In de volgende wijkkrant zal verdere informatie worden verstrekt).

Koninginnedag op het Kouwerplantsoen



DIT JAAR OP ZATERDAG 29 APRIL

Er zijn van die plezierige zekerheden in het leven: JAWEL ! Want we zijn er toch allemaal weer bij op Koninginnedag ? (dit jaar op zaterdag 29 april). Wij vanaf een uur of zeven om alles klaar te zetten en u en jij als onze gast vanaf even voor tien.

Het Wilhelmus zal weer klinken, de ballonnen vliegen weer naar hopelijk verre oorden, er klinkt weer (live) muziek en wellicht is clown Oeps ook weer van de partij.

De spelletjes, de pony's, de ijsjes, het terras, heel veel koffie en oranje-bittertjes zorgen verder voor sfeer en gezelligheid. Ook het springkussen, de broodjes knak, het touwtrektouw en de grabbelton zullen er weer zijn op 29 april.

We hopen dat de zon ons niet in de steek zal laten en zal bijdragen aan een feestelijke ochtend, waarbij iedereen, jong en oud, van harte is uitgenodigd op het Kouwerplantsoen.

Binnenkort vindt u een uitnodiging in uw brievenbus (maar ook zonder uitnodiging bent u natuurlijk hartelijk welkom).

Voor kinderen vanaf een jaar of zeven hebben we weer een spannende spelletjesronde bedacht.

Als uw kind daaraan wil meedoen, dan is het erg plezierig als u ons dat van tevoren laat weten.

Gezien de overweldigende belangstelling van vorige jaren hebben we helaas een limiet moeten instellen, waardoor het bij veel aanmeldingen wellicht niet meer mogelijk zal zijn om uw kind op de dag zelf alsnog in te schrijven.

Voor de jongere kinderen is er ook van alles te beleven, maar ook hierbij geldt: **schrijf uw kind op tijd in.**

Vanaf een uur of acht is iedereen welkom die ons de helpende hand wil bieden om alles klaar te zetten voor het feest dat om **10.00 uur** begint.

Wilt u meehelpen? Uw aanmelding bij een van onderstaande adressen wordt bijzonder op prijs gesteld.

Tot ziens op het Kouwerplantsoen !

Trinet Beens

Kouwerplantsoen 26, **273 09 83**

Ellen Otten

Kouwerplantsoen 34, **272 24 65**

BERICHT VAN 'HET PAARDENVELD'

Politie scherp op jongerenoverlast

De politie blijft scherp op meldingen van jongerenoverlast in de wijk. De wijkagenten, Angela van Vegchel en André Leeflang, vertellen over de aanpak: 'Omdat er vaak overlast wordt ervaren rond het winkelcentrum tijdens de pauzes van de middelbare school, zorgen we dat er op die tijden gericht gesurveilleerd wordt.

's Avonds richten we ons op overlastplekken en meldingen in de wijk. Bij constatering van strafbare feiten wordt hard opgetreden.'

Op 22 februari kreeg de politie de melding dat er werd gevochten op de Obbinklaan. Agenten troffen twee slachtoffers, van 16 jaar, aan die verwondingen in hun gezicht hadden opgelopen. Getuigen hadden een viertal jongeren herkend die bij de vechtpartij betrokken waren. De ouders waren inmiddels vertrokken, maar konden later in de wijk worden aangehouden. Tegen deze jongeren van 14 tot 16 jaar is proces verbaal opge maakt.

Inbraakpreventie in Noordoost

De wijk Utrecht Noordoost wordt de laatste maanden geconfronteerd met een groot aantal woninginbraken. De politie is regelmatig in de buurt aanwezig, zowel in uniform als in burger, met als doel de ouders te pakken. Wijkbureau Noordoost en politie gaan samenwerken om woninginbraken tegen te gaan. De nadruk komt te liggen op maatregelen die u zelf kunt treffen om woningen veiliger te maken. Door middel van het aanbrengen van goedgekeurd hang- en sluitwerk en een buitenlamp kunt u het risico van inbraak aanzienlijk verminderen.

Wat kunt u zelf doen?

Wanneer er bij u ingebroken wordt, verwacht u van de politie dat zij snel de inbreker te pakken heeft. Maar het voorkomen van inbraken begint een steeds grotere rol te spelen. Wacht niet meer tot het te laat is en er bij u ingebroken wordt, maar ga zelf aan de slag om veilig te wonen. Wees alert als onbekende mensen zich vreemd gedragen in de buurt en onthoud signalen. Aarzel niet om de politie te bellen als u ziet dat er ergens wordt ingebroken (**1-1-2 Als elke seconde telt!**).

Op wijkbureau Noordoost kunt u een gratis brochure afhalen over inbraakpreventie. Deze brochure is ook te downloaden via www.utrecht.nl/noordoost.

FIETS-/SKATEPUZZELTOCHT

Toen we vorige zomer aankondigden, dat we na de vakantie een puzzeltocht wilden organiseren voor fietsers en skaters, kregen we veel enthousiaste reacties. Toen de datum, zaterdag 1 oktober, echter bekend werd was dat enthousiasme gauw verdwenen.

Het bleek, dat op zaterdag veel mensen eigen activiteiten hebben, zoals winkelen, sporten en scouting. **We willen daarom dit jaar proberen de tocht te houden op 2e pinksterdag, maandag 5 juni.**

We maken er dan een puzzeltocht van in de directe omgeving van Utrecht met een aantal vragen die onderweg beantwoord moeten worden. De opdrachten zijn geschikt voor jongeren

en ouderen, voor het hele gezin of voor mensen die alléén meerijden. We zetten de partytent op, waar de uitzwaaiers en andere buurtbewoners gezellig een kopje koffie kunnen blijven drinken. Omdat we niet weten of pinkstermaandag wél geschikt is voor de puzzeltocht, laten we het al of niet doorgaan afhangen van het aantal aanmeldingen.

Wilt u **vóór 1 mei** een briefje in de bus doen met naam en adres op de Van Everdingenlaan 34 of Kouwerplantsoen 62? Mailen kan ook naar tuindorpoost@tuindorpoost.nl Vermeld wel het aantal deelnemers en de leeftijden. Deelnemers krijgen dan bericht aan huis.

druk ... druk ... druk ...



Het Gerrit Rietveld College had eind januari haar Open Dagen en begin maart de Open Lesmiddagen. Beide werden druk bezet en waren een groot succes!

Dat klinkt nogal verwaand om dat zo maar te schrijven 'een groot succes'. Toch kunnen we dat doen, omdat we de leerlingen van groep 8 die ons bezochten naar hun mening vroegen.

Maar laten we beginnen met te zeggen dat het erg druk was. Bijna 700 leerlingen van groep 8 zijn bij ons komen kijken tijdens de Open Dagen. Dat betekent in totaal dus al gauw zo'n kleine 2000 bezoekers. Enorm!

De Open Lesmiddagen werden eveneens door een kleine 700 leerlingen bezocht.

Er waren niet alleen veel bezoekers. Hun waardering was ook groot.

De leerlingen van groep 8 die de Open Dagen bezochten en die de vragenlijst invulden vonden bijna allemaal de sfeer erg goed (76 %), vonden zo goed als unaniem dat ze op alle vragen duidelijk antwoorden hadden gekregen (98 %) en ... hadden als overgrote meerderheid (zo'n 93 % !) een goede tot erg goede indruk van de Open Dag. Getallen waar we als school trots op mogen zijn.



Zelf waren we ook best tevreden. De sfeer tijdens de twee Open Dagen, de presentatie van de diverse onderdelen en natuurlijk de enorme drukte gaven ons een goed gevoel. Naast de Rietveld-uren, de domeinen, de Talentuin en andere onderdelen, was natuurlijk het Technasium met het vak Onderzoek en Ontwerpen heel speciaal. En trots waren we ook op de presentatie van het Bèta-lab, want dat was opgezet, ingericht en bemenst door collega's van school samen met het Universiteitsmuseum van de Universiteit Utrecht.

Ook de Open Lesmiddagen kregen een goede waardering van de leerlingen van groep 8. Er waren lessen in veel verschillende vakken. Van Frans, Duits en Engels tot Wiskunde, Natuurkunde en Scheikunde, van Handvaardigheid tot Gymnastiek... bijna alle vakken waren wel vertegenwoordigd.

Niet dat elke leerling lessen in al die vakken op één zo'n middag kreeg, want dat kan natuurlijk niet. Nee, ieder had een eigen programma van drie lessen. En over dat programma waren de leerlingen positief.

Dat alles wil niet zeggen, dat er niet puntjes ter verbetering zijn. Daaraan zullen we volgend jaar zeker aandacht besteden. Maar eerst kijken we tevreden terug. Tevreden ook, omdat er onder de bezoekende leerlingen velen uit de wijk kwamen. En dat is wat we natuurlijk ook graag willen: een school in en horend bij de wijk.



Utrecht ontdekken met GUV en GILDE



Sinds kort hangen er in alle GUV bussen posters waarop Gilde Utrecht aandacht vraagt voor de stadswandelingen. De samenwerking van de GUV en het Gilde is een van de vele bijzondere samenwerkingsprojecten in het kader van maatschappelijk ondernemen. Bedrijven steunen op deze manier een aantal vrijwilligersorganisaties, waardoor deze de aandacht krijgen die ze verdienen.

Gilde Utrecht werkt ook samen met rederij Schuttevaer en organiseert komende zomer een boottocht met als einddoel een bezoek, onder leiding van een gilde-gids, aan een van de prachtige forten die Utrecht rijk is.

Ook de gemeente Utrecht geeft alle medewerking, om via Gilde Utrecht, de verrassende verbouwing van het stadhuis te bezichtigen.

Uiteraard is het ten alle tijden mogelijk, voor uw familie of vrienden, een wandeling door de stad te organiseren.

Deelname is al mogelijk vanaf vier personen.

Sinds kort kunt u ook kiezen voor extra lange wandelingen van drie uur. Deze worden onderbroken door één of twee koffie-pauzes.

Elke zondagmiddag om 14.15 uur kunt u, zonder zich van tevoren aan te melden, een stadswandeling maken. Utrecht is rijk aan historische gebouwen, maar biedt ook rust en ruimte.

U zult dat ervaren, als u meewandelt met de stadsgidsen.

De wandelingen beginnen bij de balie van het cultureel historisch centrum "Rondom" Domplein 9 en duren ongeveer anderhalf uur.

Meer informatie kunt u krijgen bij Gilde Utrecht, Lange Smeestraat 7, tel. **234 32 52** of op onze website www.gildeutrecht.nl

DE BUURTOVERLEGGROEP

De buurtoverleggroep, die we in 2001 hebben ingesteld is al geruime tijd niet meer bij elkaar geweest. De laatste twee keer was de opkomst zeer teleurstellend. Ook kwamen er geen nieuwe leden bij naar aanleiding van oproepen in de wijkkrant. We hebben daarom gemeend de groep alleen bij elkaar te moeten roepen, als er belangrijke zaken spelen, waarover het buurtcomité graag wil sonderen hoe de meningen in de wijk liggen.

We hebben onlangs echter het verzoek van enkele leden gekregen om de overleggroep toch weer bij elkaar te roepen. Dat willen wij graag doen. Tenslotte hebben ook wij behoefte aan een klankbord. Maar we doen dat alleen als er voldoende belangstelling voor deelname is.

Bij de vele tijd, die we stoppen in de activiteiten van het buurtcomité en de wijkkrant hebben we geen behoefte aan "vergaderen omwille van het vergaderen".

Om de buurt te informeren waar we mee bezig zijn hoeven we ook niet bij elkaar te komen. Daar gebruiken we immers de wijkkrant uitputtend voor.

Meld u, als u mee wilt praten schriftelijk bij het secretariaat, telefonisch bij leden van het buurtcomité of op tuindorpoost@tuindorpoost.nl.

Bij voldoende aanmeldingen zullen we een datum voorstellen.

DE BARMHARTIGE SAMARITAAN

U zult het gemerkt hebben: op het grasveld bij de Zwaardemakerlaan staat een lege sokkel met een klein bordje er voor.

De tekst daarop luidt:

Piet Esser
De Barmhartige Samaritaan (1976)

Dit kunstwerk is ten behoeve van een kunstproject tijdelijk verplaatst naar een rotonde in Leidsche Rijn

Gemeente Utrecht
Dienst Maatschappelijke Ontwikkeling



Aanwonenden hebben bericht gekregen dat de Samaritaan een opknopbeurt krijgt en vervolgens tot oktober is uitgeleend aan Leidsche Rijn. De verontwaardiging daarover is groot. Er is geen enkel vóóroverleg geweest en de buurt in zijn geheel is ook niet geïnformeerd. Het buurtcomité heeft bij wethouder Lenting tegen de gang van zaken geprotesteerd en de volgende argumenten aangedragen:

- Al vanaf 1995 wordt beloofd het stadspark aan de Eykmanlaan op te knappen. Steeds heet het echter: "er is nu geen geld". Al 40 jaar zit Tuindorp Oost zonder een welzijnsvoorziening. Ondanks alle toezeggingen horen we steeds: "er is nu geen budget voor". Maar de gemeente smijt met ons geld om bij toerbeurt steeds zes kunstwerken rond te sleuren.

- Als de wethouder aan de nieuwe Utrechtse in Leidsche Rijn wil laten zien hoe kunstwerken in de oude stad worden beleefd, zoals hij schrijft, dan kan hij ze beter in de eigen omgeving laten staan en wandeltochten langs de werken organiseren.

- De Barmhartige Samaritaan heeft niet slechts kunstwaarde maar heeft ook een maatschappelijke dimensie.



Hij is het uithangbord van Tuindorp Oost en het logo van het buurtcomité en de wijkkrant. Het is dan ook niet alleen onwaar, maar ook ronduit onheus, als de wethouder in de gemeenteraad stelt, dat het beeld nu

pas aandacht heeft gekregen door het weg te halen. Evenzo als het onjuist is, dat het beeld toch weg moest voor een schoonmaakbeurt, zoals hij in dezelfde raadsvergadering zei.

Het is immers omgekeerd: het beeld krijgt een schoonmaakbeurt omdat het naar Leidsche

Rijn gaat.

- Na de jarenlange ellende, doordat de beide lanen rond de Samaritaan tot overloopparkeerplaats voor Witte vrouwen waren gedegradeerd, gaan de lanen binnenkort heringericht worden. De bushalte wordt verplaatst, de T's langs de graskant gaan weg en er komen bloemen in de boomkransen. De lanen geven dan weer een imposante aanblik, niet alleen aan de bewoners maar ook aan de vele bezoekers. Er wordt al gesproken van een straatfeest deze zomer. Maar de Samaritaan zal het niet meemaken!

Wie is eigenlijk die Barmhartige Samaritaan?

Toen in 721 v. C. de Joden in ballingschap werden gevoerd, brachten de Assyriërs andere volken naar Samaria. Zij vermengden zich met de achtergebleven Joden, waardoor een bastaardvolk ontstond, dat als onrein werd beschouwd. Dat was de oorsprong van een diepe en langdurige vijandschap tussen Joden en Samaritanen.

Toen ruim zevenhonderd jaar later Jezus de vraag kreeg: wie is eigenlijk "je naaste" legde hij dat volgens een parabel als volgt uit: Een reiziger werd overvallen door rovers, die hem sloegen en halfdood langs de weg lieten liggen. Een Joodse priester kwam voorbij, zag de man en liep door. Dat deed ook een tempeldienaar. Tot er een Samaritaan langs kwam.

Die stopte, verzorgde zijn wonden, tilde hem op en bracht hem naar een herberg. Deze barmhartige Samaritaan bleek de échte naaste.

OVER DE KUNSTENAAR

De bekende beeldhouwer prof. V.P.S. Esser (Piet Esser) koos de figuur van de Samaritaan, ontdaan van ieder bijbels aspect, in april 1968 als onderwerp van een van zijn beelden. Esser noemde het beeldhouwen een 'wanhopig vak'. "Het is steeds kapotmaken en opnieuw beginnen". Hij modelleert zijn figuren eerst in was, verandert, laat het soms rusten en werkt er later weer aan. En pas als hij helemaal tevreden is, laat hij een afgietsel maken in brons. Aan de Samaritaan werkte hij maar liefst van 1968 tot het geplaatst werd op 11 november 1976. Over de keuze van de Barmhartige Samaritaan vertelt hij: "De mens die de mens steunt, draagt, - zeg maar de offervaardigheid- heeft me altijd geïntrigeerd. Tijdens de Vietnamoorlog zag je in de kranten steeds foto's van mensen die met een gewonde op hun schouder liepen. Dat liet me niet los. Je vindt dat motief terug in de Barmhartige Samaritaan".



Vincent Pieter Semeyn Esser werd geboren op 9 maart 1914 in Baarn. Hij volgde van 1934 tot 1939 lessen op de Rijksacademie in Amsterdam bij Jan Bronner. In 1938 won hij een zilveren medaille van de Prix de Rome. Hij volgde in 1947 Bronner op als hoogleraar aan de Amsterdamse Rijksacademie voor Beeldende Kunsten. Jan Wolkers was een van zijn leerlingen. Beroemde werken van Piet Esser zijn het Troelstramonument in Den Haag en het Watersnoodramponnement in Rotterdam. Esser wordt algemeen beschouwd als de nestor van de Nederlandse figuratieve beeldhouwkunst. Hij stierf op 19 november 2004 in de Dordogne, waar hij de laatste 25 jaar van zijn leven woonde.

ZO STEMDE TUINDORP OOST

(stembureaus Vogelsanglaan en Winklerlaan)

Partij	Tuindorp Oost		Utrecht totaal	
	aantal	%	aantal	%
Leefbaar Utrecht	111	6,5	8.161	6,8
Groen Links	205	12,1	18.245	15,1
P.v.d.A.	323	19,1	36.048	29,9
VVD	311	18,4	14.396	11,9
CDA	353	20,9	10.715	8,9
SP	169	10,0	13.232	11,0
B & G	4	0,2	2.565	2,1
D 66	93	5,5	8.495	7,0
Christen Unie	79	4,7	3.859	3,2
Overigen	55	2,6	5.043	4,1
Totale opkomst:	1.692	100,0	120.759	100,0
Stemgerechtigd	2.418		222.643	
Opkomstpercentage		70,0		54,2

VOORTGANGSBERICHT DIVERSE PROJECTEN

(stand van zaken bij het ter perse gaan van dit nummer)

- a) Woningbouw op het voormalige terrein van de Gerardus Majella Mavo aan de Winklerlaan.** Het ziet er nu naar uit, dat in november met de bouw gestart kan worden. In juni zullen de makelaars met de verkoop beginnen. Voor geïnteresseerden: de makelaars zijn Raat Makelaars in Utrecht en Koppes Makelaardij in Alphen a/d Rijn. Medio mei wordt er een site geopend.
- b) Mogelijke woningbouw op het Veemarktterrein.** De klankbordgroep is op 15 februari voor het eerst bij elkaar geweest. Projectleider Herman Baartman gaf een presentatie van de geschiedenis van het project, de programmatische kaders, de projectopdracht en de rol van de klankbordgroep. Vervolgens hebben de deelnemers in drie werkgroepen hun wensen kenbaar gemaakt ten aanzien van verkeer, voorzieningen en woningen. De projectleiding werkt momenteel met die wensen in het hoofd aan het opstellen van de randvoorwaarden en aan de planontwikkeling. Naar verwachting zal de klankbordgroep in de derde week van april weer vergaderen. Over de keuze van een alternatieve locatie voor de Veemarkt is intussen nog niets te melden.
- c) Wijkverkeersplan Noordoost.** De definitieve versie van het concept is inmiddels door het college vrijgegeven voor inspraak. Binnenkort komt er informatie en zal het plan ter inzage worden gelegd op het wijkbureau aan de Alexander Numankade.
- d) Herinrichting Van Everdingen- / Troosterlaan.** Naar aanleiding van het stadsplan over een parkeerverbod langs de graskant van beide lanen zijn er ruim tien 'zienswijzen' van omwonenden bij de gemeente binnengekomen. Deze hebben niet geleid tot een ander inzicht en het college van B & W heeft een definitief besluit genomen om het parkeerverbod in te stellen. Bewoners worden binnenkort geïnformeerd over een voorstel, hoe de lanen opnieuw ingericht kunnen worden.
- e) Omdraaien éénrichtingverkeer in de Valetonlaan en de Wevelaan.** De bezwaren, die door enkele bewoners tijdens een hoorzitting zijn verwoord, zijn door de juridische commissie ongegrond verklaard. Met de uitvoering zal naar verwachting medio april worden begonnen.
- f) Tweede hondentoilet op de zuidkop van het grasveld Trooster- Van Everdingenlaan.** Naar aanleiding van het stadsplan zijn er enkele zwaarwegende bezwaren binnengekomen van direct aanwonenden. De gemeente heeft nu geconcludeerd dat er onvoldoende draagvlak is en heeft besloten het hondentoilet niet aan te leggen. Het buurtcomité vindt dat een wijze beslissing.
- g) Invalidentoilet bij De Gaard.** Er is begin maart een bouwvergunning aangevraagd. Dat houdt in dat er een bezwaarperiode van zes weken geldt. Bezwaren worden niet verwacht omdat de meest betrokkenen gepolst zijn en die gaan graag akkoord.
- h) APV-borden "verboden voor fietsen, ook aan de hand" op De Gaard.** Het aanwijzingsbesluit is door het college van B & W besproken. Dat heeft vervolgens advies gevraagd aan de wijkverkeersgroep. Dat advies is rond 20 maart uitgebracht. Het wachten is nu op een definitief besluit van het college.
- i) De ontbrekende welzijnsvoorzieningen in Tuindorp Oost en Voordorp.** Het overleg van de Wijkvereniging Tuindorps Belang, de Stichting Voordorp Vooruit en de Stichting Buurtcomité Tuindorp-Oost met de Dienst Maatschappelijke Ontwikkeling is nog gaande. Een nieuw gesprek op 28 februari heeft nog niet geleid tot

een beslissing om in Tuindorp Oost een welzijnsvoorziening te realiseren. Inmiddels houdt ook de gemeenteraad zich met de kwestie bezig en voert het buurtcomité een briefwisseling met wethouder Janssen.

Ons standpunt is: het budget dat nú beschikbaar is, moet nú besteed worden voor de uitvoering van al lang bestaande plannen en niet voor het maken van nieuwe plannen.

- j) Parkeeroverlast door bezoekers van de Marnix Academie.** Naar aanleiding van initiatieven van Leo Huls, bewoner van de Naberlaan, heeft de Raad van Bestuur van de academie vier partijen uitgenodigd voor overleg op 20 maart over het parkeergedrag van gebruikers en bezoekers van de academie. Aangeschoven waren, de wijkagent, de ass. wijkmanager en de voorzitter van het buurtcomité Tuindorp-Oost. Uitgangspunt van het gesprek was: hoe kunnen we de soms gevaarlijke overlast door parkeerders in de lanen rond het schoolgebouw terugdringen?

Het werd een van alle zijden constructief gesprek. De komende maanden zullen worden gebruikt om de verschillende suggesties op haalbaarheid te onderzoeken.

- k) Het inrichtingsplan voor het nieuwe hostel.** Nu het nieuwe hostel in aanbouw is wordt het tijd om na te denken over de inrichting van het gebied direct rondom het hostel. Een belangrijk onderdeel voor de bewoners van het hostel vormt de binnentuin. Voor de omwonenden is vooral de zone rondom het hostel van belang.

Voordat de ontwerper van het plan, Tony Silvestrone, aan het tekenen is gegaan, hebben het Leger des Heils en de bewoners van "De Hoek" hun wensen op een rij gezet. Ze wilden een zitplek, een barbecue, een kippenhok voor hun kippen, een moestuin maar ook een gedenkplek. Een gedenkplek is een rustige plek in de tuin waar bewoners hun overleden medebewoners kunnen gedenken. De meeste wensen konden in het inrichtingsplan worden opgenomen. Als afscherming naar de volkstuinten komt een hek bekleed met



groen langs de binnentuin. Het ontwerp-inrichtingsplan is 7 maart besproken in de voorbereidingsgroep nieuwbouw van de beheergroep. Daarbij is vooral meegedacht over de inrichting van de zone rondom het hostel. Voor de zone langs het spoor, tussen de Kögllaan en het hostel wilden omwonenden graag gevarieerde

beplanting in verschillende kleuren, halfhoog, die in groepjes voor de muur van het gebouw staan. Vanuit enkele woningen rondom het hostel is de wens gekomen met bomen of struiken inzicht vanuit die woningen in het hostel te voorkomen. De ontwerper gaat vanuit die woningen kijken waar de bomen en struiken moeten staan. Er is afgesproken daarmee te wachten totdat het hostel zijn hoogste punt heeft bereikt en de bestaande bomen weer in blad staan. Daarna kunnen de bomen en struiken in het ontwerp worden ingetekend.

Op 7 maart is het inrichtingsplan ook voorgelegd aan de beheergroep. Deze kon zich goed vinden in het plan. Het plan zal direct na de bouw worden uitgevoerd zodat het nog dit jaar gereed is.

Activiteitenkalender 55+ Nieuw Bleyenburg,

Restaurant voor 55+:

maandag t/m vrijdag van 11.00 uur tot 19.30 uur.
zondag van 12.00 uur tot 19.30 uur.

Het is verstandig te reserveren. **Tel: 272 58 77**

Internetcafé:

maandag van 10.00 – 12.00 uur
woensdag van 14.00 – 16.00 uur
vrijdag van 10.00 – 12.00 uur

Senioren Advies Punt:

maandag en donderdag van 10.00 – 13.00 uur
laatste woensdag van de maand van 17.00 – 19.00 uur

Tel: 272 47 45; e-mail: SAP.nb@cascadezorg.nl

Consultatiebureau voor Senioren:

Gratis preventieve gezondheidscontrole door wijkverpleegkundige, Ludka Lyskawa.

maandag t/m donderdag op afspraak.

Tel: 263 26 92

Dagverzorging:

maandag t/m vrijdag van 10.00 tot 16.00 uur

Tel: 272 47 45 (Wilma Udo)

Voor het restaurant, internetcafé en het Senioren Advies Punt is geen afspraak nodig.

Di. 14 feb.	14.00-15.30	Pannenkoekenmiddag
Ma. 3 april	14.00-15.30	Tafeltennis competitie
Di. 4 april	14.00-15.30	"Ouder worden" door Marlies Souren
Do. 6 april	10.00 uur	Modeshow en verkoop
Za. 8 april	Vanaf 17.00	Bourgondisch buffet
Di. 11 april	14.00-15.30	Wentelteefjes bakken
Do. 13 april	14.00-15.30	Tafeltennis competitie
Di. 18 april	Vanaf 17.30	Nasi maaltijd en aansluitend toneel
Do. 20 april	14.00-15.30	Bingo
Zo. 23 april	14.00-16.00	Spelmiddag
Ma. 24 april	14.00-15.30	Film "The bridges of Madison County" deel 1
Di. 25 april	14.00-15.30	Film "The bridges of Madison County" deel 2
Do. 27 april	14.00-15.30	Tafeltenniscompetitie

Vanwege ziekte van de betreffende medewerker van Nieuw Bleyenburg is er verder geen programma beschikbaar.

Koersbal

Elke woensdag van 14.00 uur tot 16.00 uur

Kaarten

Elke vrijdag van 14.00 uur tot 16.00 uur en van 19.30 uur tot 22.00 uur inloopmiddag/-avond

Inschrijving en informatie:

Restaurant en Ontmoetingscentrum 55+ "Nieuw Bleyenburg"
Jan van Galenstraat 6, 3572 LA Utrecht,
Tel: 030-272 58 77.

EXPOSITIE VAN EIGEN KUNST
op zaterdag 8 april
van 12.00 uur tot 17.30 uur
en op zondag 9 april
van 10.00 uur tot 18.00 uur



Overige seniorenactiviteiten:

PRINSENHOF, Eykmanlaan 431

Gymnastiek:

iedere woensdag 9.30 – 10.15 en 10.30 – 11.15 uur

Aanmelden bij mevr. Wener, **tel: 271 65 04**

Tuindorpssoos:

iedere vrijdag van 13.30 – 16.30 uur

Aanmelden bij mevr. Ringeling, **tel: 238 09 20**

CENTRUM VOORDORP, A. Romerostraat 330

Voordorpssoos:

iedere donderdag 13.30 – 16.30 uur

Aanmelden bij mevr. Copray, **tel: 271 48 58**

JERUZALEMKERK, Troosterlaan 65

Zangkoor Animato:

iedere donderdag 14.15 – 16.15 uur

Aanmelden bij Dhr. De Grunt, **tel: 271 55 87**

ACTIVITEITEN-PROGRAMMA



Zondag 23 april: 'Afval bestaat dat?'



Wist je dat elke inwoner van Nederland gemiddeld jaarlijks 561 kilo afval produceert, waarvan 242 kilo bij het restafval belandt? En dat er elk jaar gemiddeld 63 kilo papier per persoon wordt ingezameld?

Op zondag 23 april kun je van alles te weten komen over afval, afvalscheiding en wat daarvan opnieuw te gebruiken is.

Maar, van afval kun je ook heel leuke dingen maken. Daarom staat er die dag een grote knutseltafel, waar je zelf aan de slag mag gaan.



Verder kun je meedoen aan de afvalscheidingrace.

Ondertussen zorgen het straatorkest 'Tegenwind' en een poppenkast voor een vrolijke omlistung.

Dit alles vindt van 13.00 tot 17.00 uur bij Griftsteede plaats.



Zondag 28 mei: Gedichtenwedstrijd

Op 28 mei zal voor de 2e keer de Park-Picknick-Poëzie dag plaatsvinden. Hier is een gedichten-wedstrijd aan verbonden. Vanaf begin maart ligt er bij Griftsteede een folder, waarin de inzendingdatum de leeftijdscategorieën en eventuele andere voorwaarden worden vermeld. Een ding is zeker, het gedicht moet over (iets in) het Griftpark gaan, maar mag niet de titel 'Griftpark' krijgen.

Zondag 11 juni: Activiteitendag rondom het thema 'kinderboerderijen, wat en hoe'

De band 'Frisbee' zal Country en Western muziek spelen met liedjes, die ook de kinderen leuk vinden.

EXPOSITIES

Dinsdag 4 april tot zondag 14 mei:

"**Dom en jungle**", schilderijen van de Dom door leden van de schilder- en tekenvereniging "Artivaria".

Meer weten over bovenstaande?

Bel naar Griftsteede: **272 28 88** of mail naar Griftsteede@utrecht.nl.

Griftsteede: Van Swindenstraat 129

Wist u dat.....

Wist u dat..... in de loop van mei op verzoek van het buurtcomité een nieuw, nu metalen hek, geplaatst gaat worden bij het plantsoentje aan de zuidkop van De Put? Het oude houten hek was door vandalen gesloopt. U kunt dus in het voorjaar weer veilig met uw (klein)kinderen de eendjes gaan voeren. Later in het jaar zal het groen in het plantsoentje opnieuw ingericht worden.

Wist u dat..... er een aantal bomen aan de zuidkant van de wijk gerooid zijn? De bomen waren ziek of gedegeneerd en niet meer te redden. Begin dit jaar waren ze al vermeld in de velijst in de gemeentekrant. Er kunnen nu nog geen nieuwe bomen geplant worden, omdat jonge aanplant een hete zomer niet overleeft.

Na de zomer komen er prunussen voor in de plaats. Dat is Japanse sierkers met roze bloemen. En wat fijn is: de prunussen geven geen bessen-overlast.

In het Kouwerplantsoen gaan acht van de negentien sierlinden weg. Ze waren in een slechte staat. Bewoners zullen daardoor meer lichtinval in hun woningen krijgen en de overige linden kunnen zich beter ontwikkelen.

Wist u dat..... dat onze webmaster, Arjan Vink, deze zomer gaat verhuizen naar Nijmegen? Staat u te popelen om zijn werk over te nemen? Meld u dan bij ons secretariaat.

Wist u dat..... er nog steeds mensen zijn, die niet weten, dat er op De Gaard een mededelingen-vitrine van het buurtcomité staat? De vitrine staat tegen de achterwand van de bloemenkiosk met het gezicht naar de busluis.

Wist u dat..... de ganzen achter de twee flats aan de Boekelaan overgebracht zijn naar een tijdelijk verblijf? Ze wonen voorlopig redelijk luxe op een boerderij in Drenthe. Ze zijn ook daar behoorlijk waaks. Er wordt nu gezocht naar een goed definitief tehuis voor hen.

DE DRIEHOEK Contract Volkstuinen getekend!

Op vrijdagmiddag 3 maart was het dan zo ver. In de grote trouwzaal van het Stadhuis zijn onder het toezien oog van wethouder Spekman de huurcontracten tussen de Gemeente en de volkstuinverenigingen in Utrecht getekend.

Vertegenwoordigers van veel volkstuinen waren aanwezig bij deze feestelijke bijeenkomst. Omdat De Driehoek niet is aangesloten bij de AVVN hebben de voorzitter, Gerard Legeland en de secretaris, Yvonne Goester, als zelfstandigen hun handtekening gezet (zie foto). Dat het na lange onderhandelingen nu eindelijk toch zo ver gekomen is, is voor het



Ecologisch Tuinenpark De Driehoek en de andere volkstuincomplexen in de wijk, De Pioniers en Ons Buiten, een grote geruststelling. Het contract loopt tot 2015 en dat betekent dat u als bewoners van de wijk en wij allen weer een hele tijd kunnen genieten van ons tuinenpark.

De Gemeente heeft ook het achterstallig onderhoud aangepakt. U zult gemerkt hebben dat her en der in de

wijk groot materieel ingezet wordt voor het baggeren van de sloten. Ook op De Driehoek is men begonnen. Dat betekent dat het nu wat rommelig is, maar straks ligt alles er weer keurig bij. Nu er weer voor 10 jaar zekerheid is willen wij graag iedereen, die van tuinieren houdt en geïnteresseerd is in een tuin, uitnodigen te komen kijken op ons tuinenpark De Driehoek. Op dit moment zijn er wel tuinen beschikbaar. Maar ook als u alleen maar wat wilt wandelen, en even wilt zitten in onze nieuwe vlin-dertuin, bent u natuurlijk altijd van harte welkom.

Stichting Buurtcomité Tuindorp-Oost:

Fruinplantsoen 90,
3571 PV Utrecht.
Telefoon: 271 37 36

E-mail:
tuindorpoost@tuindorpoost.nl

Website:
www.tuindorpoost.nl

Prikbord:
postmaster@tuindorpoost.nl

Wijkagenten:
Angela van Vegchel
André Leeflang
Telefoon: **0900-8844**

Wijkbureau:
Alexander Numankade 199-201
Telefoon: 286 39 40

E-mail: noordoost@utrecht.nl
Website:

www.utrecht.nl/noordoost

COLOFON

Aan dit nummer werkten mee:
Marco Barten, Janine Beens,
Trinet Beens, Gertruce van Beurden,
Dorothe Cras, Yvonne Goester,
Henriette den Hartog,
Albert Hogema, Wies Kool,
José Leijgraaff, Kitty Mulder,
Martien Pennings, Tony Silvestrone,
Wiljo Tukker en Kees van Veen

Fotografie: Gerard Legeland,
Rika Swyngedouw, Janine Beens.

E-mail: jose_leijgraaff@wanadoo.nl

Postadres: Naberlaan 7,
3571 ZH Utrecht

Bezorging: Ilse Thomis,
Tel: 271 37 36

Oplage: 2.900 stuks

Verschijsing: 6 x per jaar

Sluitingsdatum kopij:

28 mei 2006

Het Ecologisch Tuinenpark De Driehoek aan de Winklerlaan 51 te Utrecht, vraagt met
ingang van het nieuwe tuinseizoen 2006 een

Parkbeheerder m/v (vrijwilliger)

De taken van de parkbeheerder zijn onder andere:

- minimaal zes dagdelen per week aanwezig zijn op het tuinenpark
- aanspreekpunt zijn voor de tuinders
- toezicht houden op de naleving van de huisregels op het park
- contact onderhouden met het bestuur en de wijkagent
- zelf initiatieven nemen en oplossingen zoeken voor kleine problemen die een volkstuinenpark met zich kan meebrengen
- eventueel zelf klein onderhoud uitvoeren
- schoonhouden van het clubhuis "Pannendak"

De Driehoek krijgt geen subsidie van de gemeente, dus voor de functie van park-beheerder is derhalve maar een kleine vergoeding mogelijk. Deze wordt in overleg vastgesteld. Tevens bestaat de mogelijkheid een volkstuin op het tuinenpark ter beschikking te krijgen.

Voor nadere informatie over de invulling van de functie en de eventuele vergoeding kunt u terecht bij de voorzitter van de vereniging, de heer G. Legeland,

tel: 030-234 15 04