www.voordorpvooruit.nl
42
VOORDORP VOORUIT!
JAARGANG 9, NUMMER 5 DECEMBER 2012

De buurtkrant in de toekomst

De buurtkrant blijft in 2013 dezelfde columns en opmaak houden die de krant nu ook heeft. Wat dat betreft verandert er dus niets. Wat wel verandert is de manier waarop de krant verspreid gaat worden. Vanaf het eerste nummer in 2013 wordt de buurtkrant namelijk als nieuwsbrief digitaal verstuurd en dus niet meer als hard copy. Door de krant in de toekomst digitaal uit te brengen, besparen wij per uitgave ongeveer 800 euro. Veel geld, dus. En dat is nodig want de subsidie die wij tot nu toe van de gemeente kregen om de krant uit te brengen, is sterk gereduceerd. Wij kunnen de krant daardoor niet meer op dezelfde manier uitbrengen zoals we dat tot nu toe hebben gedaan.

De nieuwsbrief komt vooralsnog 6x uit (misschien later vaker), steeds op de eerste zondag van een even maand (dus op 3 februari, 7 april, 2 juni, 4 augustus, 6 oktober en 1 december). De deadline kopij is dan telkens de zondag voorafgaand aan die eerste zondag van de maand.

Uiteraard sturen wij alle bewoners van Voordorp graag de nieuwsbrief PER E-MAIL toe. Maar daar moet dan wel 1 handeling vanuit de bewoners aan vooraf gaan, namelijk het aanmelden op de nieuwsbrief. Dit kunt u doen door een email te sturen naar: www.voordorpvooruit.nl (bovenin Registreren). U blijft dan gratis op de hoogte van het nieuws binnen Voordorp.

Wilt u de krant toch als papieren versie blijven ontvangen?

Dan kunt u een abonnement op de krant nemen. De kosten hiervoor bedragen 25 euro per jaar.

Neem voor een abonnement contact op via voordorpvooruit@planet.nl of stuur een brief naar het buurtcomité, p/a R.A. Kartinistraat 36, 3573 XC Utrecht.
Er gaat nog iets veranderen, namelijk het beleid ten aanzien van oproepen en advertenties. Tot nu toe hebben bewoners en belanghebbenden steeds gratis advertenties en oproepen kunnen plaatsen.
Vanaf 2013 zijn wij echter mede aangewezen op eigen inkomsten. Daarom zullen wij vanaf de eerste editie van de nieuwsbrief in 2013 een bijdrage moeten vragen voor oproepen en advertenties.

De prijzen hiervoor zijn als volgt:

Oproep
(uitsluitend voor particulieren)

1/8 pagina	5,00 (incl. BTW)
1/4 pagina	10,00 (incl. BTW)

Zakelijke advertenties
(resp. Voordorp in bedrijf)

1/8 pagina	25,00 (excl. BTW)
1/4 pagina	45,00 (excl. BTW)
1/2 pagina	75,00 (excl. BTW)

Ook is het mogelijk om zakelijke advertenties op de website te plaatsen en / of ambassadeur van stichting Voordorp Vooruit te worden.
Neem voor voorwaarden en prijzen contact op met Petra van Straaten via voordorpvooruit@planet.nl.

4 november Lifestyle event

Het was een herfstige dag, die zondag 4 november. En dat heeft er zeker toe bijgedragen dat de opkomst tijdens het Lifestyle event een beetje teleurstellend was. Desondanks is het een zeer gezellige middag geweest. Bovendien is er ruim 220 euro opgehaald ten behoeve van Syrië.
Kon u niet aanwezig zijn tijdens het Lifestyle event en wilt u alsnog geld overmaken ten behoeve van het burgercomité Deraya in Syrië? Maak dan een bedrag over op **rekening 2232039** ten name van buurtcomité Voordorp Vooruit, onder vermelding van **'Syrië'**.

تَبنَّى ثورة
adopt a revolution Steun de Syrische Lente

NIEUWS VAN DE WERKGROEP A27 VOORDORP

Ingezonden

Yeah: dubbellaags ZOAB

Als jullie dit lezen ligt het 'fluisterasfalt' er al. Onze actie richting provincie, gemeente en Rijkswaterstaat heeft effect gehad. In november vorig jaar hadden we een brief geschreven en in juli volgde een gesprek op het Provinciekantoor. Vrijdag 16 november kregen we plotseling bericht dat 19 november begonnen zou worden met de werkzaamheden. Provincie, gemeente en Rijkswaterstaat hebben dit gezamenlijk opgepakt. We zijn blij verrast en erg benieuwd of wij en jullie na aanleg verschil merken in lawaai!

Onafhankelijk onderzoek

Op 11 oktober is een Utrechtse delegatie naar de Tweede Kamer getogen, omdat de Ring Utrecht op de agenda stond. We wilden voorkomen dat nu al besloten zou worden dat de bak bij Amelisweerd verbreed wordt. Zowel onze komst als de daaraan voorafgaande mailactie aan politieke partijen heeft het een en ander in gang gezet. Naar aanleiding van kritische vragen van enkele kamerleden heeft de minister op 11 oktober toegezegd een onafhankelijk onderzoek te laten doen naar de mogelijkheden om bij Amelisweerd binnen de bak te blijven met de verbreding.
Omdat de bewonersgroepen willen voorkomen dat zo'n onderzoek een wassen neus wordt, is er een uitgebreide brief aan de Tweede Kamer gestuurd met daarin de voorwaarden waaraan een goed onderzoek zou moeten voldoen.
Desalniettemin zijn we er niet gerust op.
Kijk ook op: www.vriendenvanamelisweerd.nl

Maarssen

In Maarssen is bij de A2-verbreding aldaar (rond 2005) een extra hoog geluidsscherm geplaatst. Hoe kregen ze dat voor elkaar? Dinsdag 18 september hebben we van iemand van de gemeente Maarssen (Stichtse Vecht tegenwoordig) gehoord hoe de vork in de steel stak. De gemeente wilde een geluidsscherm dat aan dezelfde normen voldeed als bij een situatie waarin sprake zou zijn van een geheel nieuwe weg (nieuwbouwnormen). Om dat voor elkaar te krijgen heeft RWS een financiële bijdrage geleverd ter waarde van de wettelijke verplichting, dat was € 10 mln. De gemeente heeft meer dan 1,5 maal zoveel moeten neertellen voor de extra hoogte (plus onderhoud) over een snelweglengte van zo'n 3,5 km. Dat geld had de gemeente vanwege inkomsten uit de verkoop van een energiebedrijf. Tegenover die niet geringe kosten staat een geluidsvermindering van 3 à 4 dB. Hoe dat in de praktijk ervaren wordt, weten we niet.

BEVRIJD VOORDORP VAN VERKEERSOVERLAST

Luchtkwaliteitsavond dinsdag 29 januari 2013

De aangekondigde avond op 20 november hebben we moeten afblazen, het was te kort dag om dit goed te kunnen organiseren. We hebben nu meer tijd om een programma in elkaar te zetten rond luchtkwaliteit. We gaan in ieder geval de documentaire 'een onvrijwillig risico' draaien waarin o.a. een bewoonster uit Voordorp aan het woord komt over haar luchtwegklachten.
Zet de datum alvast in je agenda, houd onze website in de gaten en lees vooral de flyer die je half januari in de bus krijgt.

Tieneke de Groot,
namens de Werkgroep A27 Voordorp
werkgroepa27voordorp@gmail.com
www.werkgroepA27voordorp.nl

Een slimme wijk is op een duurzame toekomst voorbereid

Ingezonden

Sinds 2009 bundelen een aantal Voordorpers hun krachten en ideeën om hun manier van wonen, leven en werken te verduurzamen. Tientallen buurtbewoners doen nu op de een of andere manier mee.

Wat zijn zoal onze activiteiten?

Energiebesparing

- Persoonlijk advies
- Actie woonventilatoren (meer dan 100 gezinnen hebben eraan meegedaan)
- Housegreening parties (buren komen bij elkaar om energietips uit te wisselen)
- Thema-avonden

Lokaal voedsel

- Buurtmoestuin de Voortuin (meewerkdag elke tweede zondag van de maand vanaf 11 uur)

- Ophaalpunt biologische groenten

(zie ook www.groenekans.nl)

- Ondersteuning van de schooltuin OBS Voordorp
- Lijst van lokaal voedselproducenten/verkopers dichtbij
- Workshops, thema-avonden, excursies naar tuinen

Voordorp op Eigen Kracht is ook vaak betrokken bij evenementen in de stad en wijk NoordOost.
Nieuwe ideeën en initiatieven zijn welkom. Blijf op de hoogte: www.tstu.nl, en schrijf je in voor de digitale nieuwsbrief: ttvoordorp@gmail.com

Voordorp op Eigen Kracht is geïnspireerd door de wereldwijde beweging Transition Towns die de transitie wil maken naar een duurzame samenleving: minder afhankelijk van fossiele brandstoffen, meer lokale economieën, solidariteit en sociale cohesie binnen een regio, stad of wijk/dorp (zie www.transitiontowns.nl)

DE SNUFFELHOEK

Weet u waar ik me heel erg boos over kan maken? Over dat er anno 2012 nog zoveel armoede is! Dat er in Nederland meer dan 350.000 kinderen leven waarvan de ouders de hele dag lopen te tellen of er nog wel geld is om kleren te kopen. En dat veel van die ouders niet eens eten kunnen kopen voor hun kinderen. Die ouders gaan iedere week naar de voedselbank in plaats van naar de ING of ABN AMRO bank. Voedsel halen dat over de datum is... Het moet toch niet gekker worden in Nederland!

En het zijn niet alleen kinderen die zo beroerd moeten leven, maar er zijn ook heel veel alleenstaanden - waaronder veel ouderen – die de eindjes niet meer aan elkaar kunnen knopen. Nu is het zo dat die alleenstaanden vaak een huisdier hebben omdat ze anders wel héél erg alleen zijn. Ze aaien hun poezen, knuffelen hun hond, roeren 's morgens even in de vissenkom of praten wat met de kanariepiet. En terwijl ze dat doen maakt hun lichaam het gelukshormoon 'oxytocine' aan. Dit hormoon zorgt er o.a. voor dat ouders hun pasgeboren jongen voeden en verschonen. Ook mensen die dieren verzorgen voelen zich gelukkig en vergeten even hun (geld) problemen. Mooi toch!

Maar nu heeft dr. Nienke Endenburg van de Faculteit Diergeneeskunde hier in Utrecht onderzoek gedaan naar de verzorging van dieren van baasjes die van alleen een bijstandsuitkering moeten leven. En ja, natuurlijk krijgen die beestjes niet alle zorg die ze nodig hebben als ze ziek worden! Dank je de koekoek.

Als je naar de voedselbank moet om zelf te kunnen eten, heb je natuurlijk ook geen geld om de dierenarts te betalen als je honnepon ziek wordt! Dat kan ik zelfs als hond nog wel bedenken.

Natuurlijk vind ik het erg dat wij huisdieren het kind van de rekening worden daar waar het de bankencrisis betreft. Maar ik ben het niet eens met mensen die roepen dat arme mensen geen huisdieren meer mogen hebben!

Nadia

Arme mensen hun gelukshormonen afpakken? En wie zorgt er dan voor ons? Wie geeft ons onbetaalbare aandacht en liefde? We kunnen toch ook niet allemaal naar het asiel! Of moeten we, net zoals in de Oostbloklanden, allemaal op straat terecht komen?

Onlangs nog is Nadia, dochter van een straathond uit Roemenië, bij ons in de familie geadopteerd. Nadia heeft geluk gehad: ze heeft hier een goed tehuis gekregen.

Ook mooi is dat er in Nederland dierenartsen zijn die arme mensen met zieke dieren willen helpen. In Tilburg bv. hebben twee dierenartsen een Stichting Mens Dier Nood opgericht. Nog beter zou het zijn als dieren meeverzekerd kunnen worden in de aanvullende zorgverzekering. We zijn toch gewoon leden van het gezin en belangrijk voor het geluk van mensen. Betere antidepressiva dan een huisdier bestaan er niet!

In Arren Moede, *Woef!* *Jip*

Email: jip.russell@gmail.com
weblog: http://jips-snuffelhoek.blogspot.com

Ingezonden

NESU magazine ook te koop in Voordorp

Op 10 mei 2011 liep Mihai Nesu, voetballer van FC Utrecht, tijdens een training een dwarslaesie op. Begin dit jaar lanceerde Nesu de Mihai Nesu Foundation. Met zijn stichting wil hij onder meer gehandicapte kinderen in zijn geboorteland Roemenië helpen.

Om de Mihai Nesu Foundation te steunen heeft wijkbewoner Martin Veldhuizen, werkzaam bij ASR en supporter van FC Utrecht, een sabbatical genomen om zijn droom te verwezenlijken. Hij heeft zijn aspiraties om schrijver/journalist te worden gecombineerd met dit goede doel. In vier maanden tijd heeft hij een 68 pagina's dik magazine (de NESU) gemaakt waarvan de opbrengst naar de Mihai Nesu Foundation gaat. Het blad is grotendeels door Martin geschreven en alle artikelen zijn gerelateerd aan de voormalig FC Utrecht-speler Mihai Nesu.

Mooi Kerstcadeau

Het NESU magazine is een feest van herkenning voor FC Utrecht-fans. Er zijn interviews met onder andere Frans van Seumeren, Dries Mertens, Ton de Kruijk, Dave Bulthuis, Jan Monster en Robbie de Wit. Maar er is meer dan voetbal. In de NESU vind je ook het indrukwekkende levensverhaal van voormalig Voordorp-bewoner Edu Nandlal. Nandlal kreeg klap op klap maar heeft als geen ander een optimistische kijk op het leven. Ook kan je lezen hoe voormalig Olympisch schaatskampioen Monique Velzeboer, die net als Mihai Nesu door een ongeluk een dwarslaesie opliep, met haar handicap omgaat. Dr. Floris van Asbeck van De Hoogstraat in Utrecht legt uit wat een dwarslaesie is. Er is aandacht voor Roemenië, het prachtige land van herkomst van Mihai Nesu. En er is veel meer. De NESU is met het oog op de komende feestdagen een leuk en origineel Kerstcadeau!

Mooi initiatief

De redactie van Voordorp Vooruit vindt het een prachtig initiatief. Het NESU magazine kost € 4,95 en is te koop bij Primera De Gaard. Maar u kunt de NESU ook ophalen bij Martin thuis (Andrej Sacharowplein 4) of via e-mail (mjveldhuizen@gmail.com) bij hem bestellen. Martin komt het magazine dan bij u thuis brengen. Het magazine kan ook besteld worden. Kijk voor de bestelprocedure op: http://www.sportfacilities.com/?page=nesu&nesupage=nesu

De sloop van de Veemarkt nadert zijn voltooiing, waarmee de ontwikkelingen mooi op schema liggen.
Na de jaarwisseling zal een begin gemaakt worden met het bouwrijp maken van het terrein.
Ook zal dan begonnen worden met de verlegging van de Sartreweg en met de bouw van het geluidsscherm langs de A27.
Voor iedereen minder zichtbaar is de verdere ontwikkeling van de plannen voor de verschillende bouwvelden. Dat wil niet zeggen dat er niets gebeurt.
In tegendeel! Ieder heeft zijn eigen website; geweldig leuk en vernieuwend! Check eens www.marktmeesters.nu of www.bloky.nl of www.desmaaktuin.nl. Ondertussen is ook blok

K in ontwikkeling genomen (naast de al in ontwikkeling zijnde A-E-J-X-Y) beschikbaar voor een projectontwikkelaar, waarbij duurzame woningen centraal staan en die een prijs hebben van maximaal € 300.000 VON. Ondanks de crisis op de woningmarkt blijft er voldoende belangstelling voor de Veemarkt.
In de komende maanden zal blijken of ergens medio 2013 de eerste paal de grond in kan.
Op dit moment zijn er eigenlijk geen centrale bijeenkomsten meer gepland en is de berichtgeving vooral via de nieuwsbrief en via de website (www.utrecht.nl/veemarkt). Persoonlijk ben ik niet betrokken bij een initiatief of bouwveld maar puur uit belangstelling voor wat er met 'mijn achtertuin' gaat gebeuren. Ik denk nog steeds dat er leuke dingen staan te gebeuren als het bouwen eenmaal gaat beginnen. Alvast prettige feestdagen!
Sander Ekstijn, A.Romerostraat 323

Herfst in Voordorp

Bijgaande foto ontvingen wij van Ini Grolle. Hij is gemaakt op de Kögllaan en toont hoe mooi de herfst kan zijn.

Ingezonden

Mini Stek is huiswerk-instituut Matchpoint gestart.

Na de herfstvakantie is Mini Stek een nieuw initiatief gestart. Op USV Hercules opende Matchpoint huiswerkbegeleiding haar deuren. Scholieren van het VMBO-tl, HAVO en VWO kunnen daar terecht voor ondersteuning bij het huiswerk en bijlessen.
Mini Stek is een organisatie met twintig jaar ervaring in de kinderopvang. Huiswerkbegeleiding is een logisch vervolg op de begeleiding die ze kinderen tot en met de basisschool hebben geboden.

Er zijn veel oorzaken aan te wijzen waarom scholieren op de middelbare school onder hun niveau presteren.
Het 'nieuwe leren' vraagt veel van de zelfstandigheid van leerlingen. De klassikale instructie is grotendeels vervangen door een coachende docent die aansluit bij vragen van individuele leerlingen. Dat biedt veel ontsnappingsmogelijkheden aan leerlingen die moeite hebben hun werk te plannen, snel afgeleid zijn en zich verliezen in de gezelligheid van hun groep. Bekend is inmiddels dat de matige prestaties van jongens hier veel mee te maken hebben.
De kinderen van nu hebben een drukke agenda. Naast school hebben ze vaak een baantje, wordt er gesport, hebben ze muziekles… Daarnaast speelt het sociale leven van jongeren zich vooral af via Facebook en What's App.
Het valt niet mee om je huiswerk daar op een goede manier omheen te plannen.
Ouders hebben drukke banen en staan er tegenwoordig ook vaker alleen voor.
Het valt niet mee om dagelijks het gevecht met je kind aan te gaan over schoolwerk.
Matchpoint biedt structuur, leert kinderen plannen en effectief te studeren. En heel belangrijk… de studiebegeleiders zijn getraind in alle denkbare smoezen!

Voor informatie kunt u kijken op de website

www.matchpoint.nu

Genoeg van het gezeur in het weekend?
Matchpoint is ook open op zondagmiddag!
Informeer of u gebruik kunt maken van de starters-korting van 25%.

NIEUWS VAN
DE DIERENWEIDE OP
Tuinenpark Ons Buiten
opgericht 12 september 1928

Puzzelen met de dierenweide

Een bericht met allerlei puzzelstukjes van de dierenweide die tezamen tot een mooi plaatje leiden. Puzzelt u mee?

Bagger
Nu, na een paar maanden, zie je het resultaat van alle werkzaamheden op de dierenweide van Ons Buiten steeds beter en vallen alle puzzelstukjes in elkaar.
De heuvel met baggerslip uit de eendenvijver begint langzamerhand groen te worden en de geiten zakken er niet meet tot aan hun knieën in weg. Om de heuvel "groen" te krijgen hebben we de grond eerst moeten vrezen en is hij vervolgens met graszaad ingezaaid. Qua seizoen is dit niet de beste tijd, maar anders hadden we tot het voorjaar tegen zo'n zwarte heuvel aan moeten kijken. Nu, na een maand, begint het graszaad langzaam te kiemen en - ondanks dat de kippen, duiven en eenden zich tegoed hebben gedaan aan het graszaad - begint de heuvel toch groen te worden.

"Old Faithful"
Tijdens de baggerwerkzaamheden in de vijver hebben we gelijk een stroomkabel aangelegd en een fontein geplaatst die ervoor zorgt dat het water in beweging blijft. Dit komt de waterkwaliteit ten goede. De fontein heeft gelijk al een bijnaam gekregen: "Old Faithful". Dit is de bekendste geiser uit het Yellowstone park in de Verenigde Staten. Dit leek ons wel een grappige naam, voortbordurend op de internationale namen die we aan de dierenverblijven hebben gegeven.
Om meer schaduw op de dierenweide te creëren hebben we in oktober drie extra fruitbomen, plus de benodigde afrastering, op de weide geplaatst.
Ook daar proberen we zoveel mogelijk Hollandse fruitbomenrassen toe te passen. Er stond al een Walnoot (Juglans regia Coenen), een Stoofpeer (Pyrus c. Bergamot), een Goudrenet (Malus d. Rode Boskoop), een Stoofpeer (Pyrus c. Geisser wildeman) en nu is daar aan toe gevoegd een Pruim Opal (Prunus d. Opal), een Mispel (Mespilus germanica Westerveld) en een Appel Elstar (Malus d. Elstar).
Nu maar hopen dat deze fruitbomen goed aanslaan zodat de dieren volgende seizoenen voldoende schaduw hebben en wellicht wat van het fruit kunnen snoepen als dat aan het eind van het seizoen op de grond valt.

Graven?
Ook de geplande uitloop voor de konijnen op de weide is gerealiseerd.
Nu maar hopen dat de konijnen zich een beetje gedragen! Het bestaande hok is verplaatst naar een locatie op de weide en er is met kastanjehout een afrastering geplaatst. Hierdoor kunnen de geiten niet bij het konijnenhok komen. De konijnen gaan er wellicht onderdoor, maar rondom de weide staat robuuste afrastering en ligt 1,5 meter bestrating. We verwachten dat dit een onneembare barrière is voor de konijnen. Wellicht naïef, maar dan is ons volgende project al weer bepaald: graven!
Uiteraard zijn wij enorm blij met de subsidies die door de gemeente zijn verstrekt waardoor we dit alles mogelijk konden maken. Daar zijn we de gemeentelijke instanties natuurlijk zeer dankbaar voor!

Klein grut
Frequente bezoekers zullen al opgemerkt hebben dat er kleine (kriel)kipjes tussen de veel grotere Barnevelders lopen.
Een van de buurtbewoners heeft afgelopen seizoen drie krielhennetjes gekocht, wat achteraf één hennetje en twee haantjes bleken te zijn. Deze kon zij i.v.m. het kraaien niet houden. Er is in eerste instantie een haantje tijdelijk komen logeren totdat er een permanent adres was gevonden. Dat bleek nog niet eenvoudig en toen de resterende twee krieltjes het ook steeds slechter konden vinden met haar andere kippen, zijn ze alle drie komen "logeren".
Bij ons ging het eigenlijk boven verwachting goed en we kregen weer veel leuke en enthousiaste reacties. Toevallig bleken de nieuwe kippen ook nog eens Brabanter krieltjes te zijn. Dit is de mini-uitvoering van de veel grotere Brabanters die we al hebben. Om de balans met de haantjes te herstellen zijn er drie kleine kriel hennetjes bijgekomen. We hebben nu een toompje Brabanter krieltjes in de kleurslagen goud zwart getoept, wit, zwart en koekoek.
Op het mededelingenbord bij de weide vindt u een informatiebrochure over dit bijzondere kippenras.

Winterklaar
Ter voorbereiding op de winter is onlangs de potstal weer leeg gehaald en van schoon stro voorzien. De mest is op een aparte mesthoop opgeslagen en deze kan in het voorjaar weer op de groentetuintjes verwerkt worden. Zo proberen we de cirkel rond te krijgen door deze perfecte grondbemesting te gebruiken voor Ons Buiten.
Ook de hoeven van de geiten en schapen zijn gekapt en voorzorgsmaatregelen voor de vorst, in de vorm van warmtekabels, zijn gecontroleerd. Als het goed is kan de waterleiding nu een vorstperiode doorstaan en kunnen we ook tijdens vorst vers water tappen. De dieren hebben hier immers ook in de winter behoefte aan.
Het pluimvee is al redelijk door de rui, dus hun verenkleed is weer voorbereid op winterse kou. Dat geldt ook voor de vacht van de geiten en schapen. Alles en iedereen is zeg maar "winterklaar"! Tijd voor warme chocola en een puzzel?!

Mocht u vragen, suggesties of opmerkingen hebben, u weet ons te vinden: dierenweide@onsbuitenutrecht.nl

VOORDORP IN BEDRIJF

Holistische massagetherapie

Nek- en schouderklachten? Pijn in de onderrug?

Voor veel mensen zijn dit helaas herkenbare klachten. Soms zijn ze tijdelijk, en is een time-out voldoende om ze te verhelpen. Soms duren ze echter langer en gaan ze je beperken. Dan is het raadzaam om verder te kijken naar deze klachten.
Holistische massagetherapie kan daarbij helpen.

In mijn praktijk Heel en Al, gevestigd in Voordorp, begeleid ik mensen via holistische massagetherapie. Door massage kan je je lichaam beter gaan voelen, en daardoor het contact met je lichaam herstellen of verbeteren. Daarmee maak je ook contact met dat wat je bewust en onbewust hebt opgeslagen in je lichaam.

Bijvoorbeeld: de stress van hard werken, of emotionele pijn die je opgedaan hebt in je leven, en waar geen ruimte voor was/is om die te voelen.
Maar ook kan je de kracht van je lichaam gaan ervaren, de levenslust en de veerkracht die je in je hebt.
Daarmee spreek je het zelfhelende vermogen van je lichaam aan.

Heel en al
praktijk voor massagetherapie

Vanuit mijn eigen ervaring met lichamelijke klachten en de beperking die ik daarvan ondervond, ben ik de weg van lichaamsbewustwording gaan verkennen. Dat heeft mij veel gebracht.
Deze ervaringen geef ik graag door, met hoofd, hart en handen!

Wees welkom voor een kennismaking bij:
Heel en Al, praktijk voor massagetherapie
Karin de Jonge
Simon Bolivarstraat 35
3573 ZJ Utrecht
www.heelenalmassagetherapie.nl

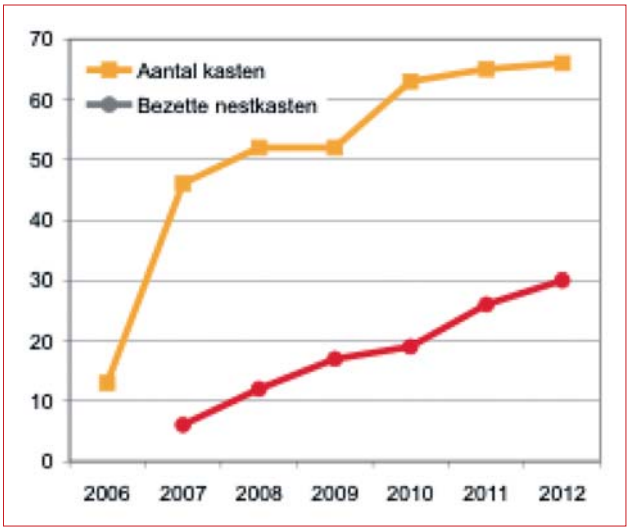
NIEUWS VAN DE GIERZWALUWWERKGROEP VOORDORP

Ingezonden

De vorige keer schreef ik dat er minimaal 4 en maximaal 6 gierzwaluwparen hebben gebroed in de Voordorpse nestkasten. Twee kasten moesten we nog inspecteren. Dat hebben we inmiddels gedaan.

Onopgeloste raadselen

Gezien het gedrag bij een kast in de David Ben Goerionstraat leek het alsof daar gebroed werd. Waarom zouden ze anders tot half augustus de kast als overnachtingsplek blijven gebruiken?! Gierzwaluwen die geen kroost (meer) hoefden te voeren waren al lang en breed vertrokken. Omdat we geen jongen hadden horen piepen of naar buiten zien turen, moesten we de kast van binnen bekijken. Bij deze inspectie bleek dat het binnenin bijna tot de nok toe gevuld was met stro. Vermoedelijk door de vorige bewoners (huismussen, en later ook nog spreeuwen) bij elkaar gesprokkeld. Bovenop die berg was een klein kommetje gemaakt. Geen eierschalen, poep of wat dan ook in de kast te zien. Dat soort sporen schijnen aanwezig te moeten zijn wil je broedsucces van gierzwaluwen mogen vaststellen.
Die late bezoeken van de gierzwaluwen aan deze kast blijven dus mysterieus. Geen zin nog in het verre zuiden, of een kapotte inwendige klok?
Bij een van de twee nestkasten in de Augusto Sandinostraat 61 had ik jongen voor de nestopening zien zitten, maar bij de andere kast niet. Dus hebben we ook hier de kast van binnen geïnspecteerd. Lastig te interpreteren, de foto nog opgestuurd naar iemand van Gierzwaluwbescherming Nederland, maar ook die kwam er niet uit. We durven over deze kast dus geen uitspraak te doen.



Stand broedseizoen 2012

Voor zover we kunnen nagaan hangen er 66 nestkasten in Voordorp. In minimaal 31 daarvan hebben in het afgelopen jaar huismussen, spreeuwen of gierzwaluwen gebroed. Dat is bijna de helft van de kasten, niet gek! Vanaf 2007 zie je een vrijwel continue opwaartse trend (zie ook de grafiek). In totaal is er bij 8 kasten activiteit van gierzwaluwen geweest. In 4-5 is met succes door gierzwaluwen gebroed, in 2-3 is overzomerd, en bij ministens één kast in de Steve Bikostraat is aangehaakt en naar binnen gekeken.
Doordat enkele kasten aan de tuinkant aan de gevel hangen en door hoge schuttingen aan het oog onttrokken worden heb ik niet alle kasten in de gaten kunnen houden. Dikke kans dat er dus meer gebeurd is in en bij de nestkasten.
Op de website van Voordorp Vooruit staan de kasten plus de broedparen op een kaart van de wijk ingetekend, voor wie wil weten of zijn/haar kast daar op staat en wat er door mij of anderen is gezien.

Tieneke de Groot
tienekedegr@gmail.com

Er is goed nieuws te melden over ons winkelcentrum "De Gaard".
Nadat in maart 2012 het schetsplan gepresenteerd is bleef het maar lange tijd stil. Gelukkig kwam in november 2012 het bericht dat de ontwikkelaar (TOP Vastgoed) en de gemeente overeenstemming hebben bereikt 'over de laatste details'. Dat maakt de weg vrij voor verdere planvorming en de uitwerking van het schetsplan.
Als eerste zal daarbij een Stedenbouwkundig Programma van Eisen (SPvE) worden uitgewerkt. Hierin worden alle randvoorwaarden vastgelegd die van belang zijn voor de nieuwe (bouw)plannen. Denk daarbij aan verkeer, laden, lossen, openbaar vervoer, openbare ruimte, parkeren, fietspaden etc. Ook de vragen en feedback naar aanleiding van de presentatie en publicatie van het schetsplan op de website worden hier in meegenomen!
De voorlopige planning van de gemeente geeft aan dat ze in het voorjaar van 2013 de nieuwe plannen willen presenteren. Hierin is nog steeds een rol voor de klankbordgroep om dit proces te mogen volgen namens de bewoners, de buurt & de winkeliers. Naast dit traject wil de wijkraad NO graag samen met de buurt en belanghebbenden gaan kijken om van het plein bij ons winkelcentrum een echt 'centrum' te maken waar je SAMEN komt. Bij diverse wijkraadplegingen is deze wens naar voren gekomen en met de stand van de planvorming lijkt het nu het juiste tijd om in te stappen en te kijken of dat in te passen is in de nieuwe plannen.
Een leuk extra initiatief; we houden jullie op de hoogte!
Sander Ekstijn, A.Romerostraat 323

Ingezonden

Berichten van Het Energieteam Voordorp

ZONNE-ENERGIE, de Gemeente Utrecht helpt u erbij

Het wordt winter met korte dagen, sneeuw en regen. En als de zon schijnt staat hij laag aan de horizon. Niet de beste tijd om te genieten van je zonnepanelen. Toch is juist de winter eigenlijk de beste tijd om je te verdiepen in de mogelijkheid van aanschaf.
De ervaring van het Energieteam leert dat bewoners die zich verdiepen in zonnepanelen overgaan tot aanschaf. Onze ervaring leert ook dat tussen interesse en plaatsing van zonnepanelen makkelijk 3 maanden verstrijken. En dat als je nu begint, de panelen in het voorjaar op je dak kunnen liggen. Precies het moment dat de zonnepanelen weer veel energie leveren.
Het Energieteam Voordorp kan met u samen berekenen waar de voor- en nadelen liggen van aanschaf en begeleiden bij de aanschaf. Dat doen we kosteloos, zonder winstoogmerk.
Maar misschien wel de belangrijkste reden om nu samen rond de tafel te gaan zitten is de tijdelijke flinke subsidie die de Gemeente Utrecht beschikbaar stelt aan particulieren die zonnepanelen willen aanschaffen.
De subsidie komt in een notendop neer op ongeveer 25% van het totaal bedrag (50 cent per Wattpeak). Met deze subsidie kan het zomaar zijn dat de investering in zonnepanelen al na 6 jaar is terugverdiend. Vervolgens heb je nog 20 jaar gratis geleverde elektriciteit. Het wordt nog gunstiger wanneer je bedenkt dat energie over 20 jaar 4 keer zo duur is als nu.
Als laatste is het Energieteam altijd op zoek naar betrouwbare installateurs van zonnepanelen. Hebt u een goede (of slechte) ervaring of kent u een goede installateur, dan horen wij dat graag.
Voor meer informatie: energieteamvoordorp@gmail.com
Het Energieteam is onderdeel van Voordorp Op Eigen Kracht
www.tstu.nl

Meer ruimte voor daghoreca en restaurants in de wijk

Ingezonden

De gemeente Utrecht zet de komende jaren in op meer daghoreca en restaurants en wil overlastgevende horeca beperken. De horeca kan zich, meer dan voorheen, buiten het centrum ontwikkelen, dus aan de randen van de binnenstad, de toegangswegen naar de binnenstad en in de wijken. In de wijken gaat het vooral om daghoreca en restaurants. Hiervoor is het bestaande horecakader van de gemeente aangepast. De gemeenteraad moet nog over dit horecakader beslissen.

Sturen op gewenste horeca

Horeca die weinig overlast veroorzaakt, krijgt meer ruimte. Gebleken is dat bewoners juist in de eigen buurt behoefte hebben aan daghoreca en restaurants. Deze komen er vaak niet, omdat omwonenden bezorgd zijn dat deze zich ontwikkelen tot overlastgevende horeca.
In tegenstelling tot Utrecht, gebruiken andere steden sluitingstijden voor restaurants als middel om te sturen op overlast. Het college stelt voor hetzelfde te doen en gaat in gesprek met betrokken partijen en bewoners over het instellen van sluitingstijden voor restaurants in Utrechtse wijken. De gemeente scherpt ook het beleid aan voor horecabranches die overlast veroorzaken.

Handhaving

Het handhaven van horecagerelateerde overlast is een taak van de gemeente en gebeurt door de daarvoor aangestelde inspecteurs van de afdeling Toezicht en Handhaving.
Bij aanvang van hun dienst melden de inspecteurs zich aan bij de meldkamer van de politie. Mocht er een horecagerelateerde overlastmelding binnenkomen bij de politie, dan wordt deze direct doorgezet naar de betreffende inspecteurs.
Als er geen inspecteurs in dienst zijn op het bewuste moment van overlast, dan is het aan de politie om de melding af te handelen. De dag na haar optreden ontvangt de afdeling Toezicht en Handhaving deze informatie van de politie, zodat daar (eventueel) een vervolg aan kan worden gegeven.

Meldt overlast

Bewoners kunnen overlastmeldingen van horecagelegenheden doorgeven aan de politie op het moment dat het feitelijk plaatsvindt, via het nummer 0900-8844
Algemene meldingen over horeca, of klachten achteraf, kunnen worden doorgegeven aan de balie Bouwen, Wonen en Ondernemen via nummer 030 286 48 02 of per e-mail aan bwo@utrecht.nl
Zorg daarbij dat de melding zo duidelijk en compleet mogelijk is: welke tijdstippen betreft het en om wat voor overlast gaat het (muziek, rokers, terrasgebruikers, vertrekkende bezoekers, stank)?

Jacotien Visser,
Gebiedsmanager veiligheid Noordoost

ACTIE: KORTING OP WORKSHOPS

Ontwikkel je talent

Mijn passie is het ontdekken van ieders talent. Uit ervaring weet ik dat het werken met kleur, energie en meditatie effectief is om je inspiratiebron en je natuurlijke intuïtie naar boven te halen.
Ik ben Lorette Kos, lifecoach en kunstenaar. Voor meer informatie kijk op www.koscoaching.nl.

Actie

Met deze actie krijg je 25% korting op één van onderstaande cursussen óf op de eerste 3 coachingsgesprekken. Deze actie loopt t/m 21 december. Geef je dus snel op!

Cursus Intuïtie door creativiteit

In 3 sessies gaan we op gevoel werken met kleur en vorm. Het gaat niet om het maken van een perfect kunstwerk, maar om het ontdekken van je innerlijke kind. Met creatieve oefeningen ervaar je wat kleur met je doet, hoe vorm en beweging je energie geeft. We werken met visualisaties, inspiratiekaarten, mandala's, tekenen, schilderen en materialen, kortom, allerlei speelse vormen van creatief zijn. Je ontdekt wat je echt leuk vindt.
Met kleur leer je de essentie van je persoonlijkheid goed kennen. We maken ook de stap naar hoe je die energie en inspiratie kunt aanwenden in je dagelijks leven. Maak kennis met je intuïtie op een ontspannen manier. Verbaas jezelf hoe creatief je blijkt te zijn! De kosten zijn 75,- euro (ipv 100,-) voor 3 sessies, inclusief materiaal.

Cursus Inspiratie door Mindfulness

Wat inspireert jou? Waar krijg je energie van? Met behulp van mindfulness-oefeningen maak je een innerlijke reis. Met geleide visualisaties ontdek je waar jouw bron van energie en kracht zit. Door meditatie creëer je rust in jezelf. Van daaruit ontstaan in jouw binnenste de mooiste ideeën, kleuren en beelden over de zingeving in je leven. Wil je graag eens écht tijd voor jezelf nemen en ben je nieuwsgierig naar wat je inspireert? Dan is deze workshop zeker iets voor jou! De totaalprijs voor de 3 sessies van 2 uur is 67,50 euro (i.p.v. 90,-).

Aanmelden?

Beide cursussen worden gegeven in februari 2013 in Utrecht Voordorp. Heb je interesse in een workshop of wil je een gratis kennismakingsgesprek dan kun je je opgeven via mijn website: www.koscoaching.nl/cursussen.
Dan maak je automatisch gebruik van de korting.
Je kunt je voorkeur opgeven voor dagdelen. De exacte data worden daarna bepaald. Voor meer informatie kun je me ook bellen: 06 27399995.

De redactie van Voordorp Vooruit bedankt alle vrijwilligers die zich in 2012 voor de buurtkrant hebben ingezet, zoals betrokken bewoners, schrijvers, interviewers, fotografen, bezorgers, buurtcomité!

De redactie wenst alle lezers prettige feestdagen en een voorspoedig 2013 !

TEKEN VOOR EEN INFORMATIEBORD IN DE WIJK

Een informatiebord in de wijk waarop initiatieven/clubjes uit de wijk nieuwsberichten en posters kunnen hangen zou heel fijn zijn, vindt u niet?
Het bord zou bijvoorbeeld aan de A. Romerostraat naast het glasbak (bij het café) geplaatst kunnen worden.
Dit project kan via het leefbaarheidsbudget van het wijkbureau NoordOost bekostigd worden. Draagvlak moet echter aangetoond worden.
Vindt u het ook belangrijk dat een informatiebord in de wijk komt, stuur dan een mail naar ttvoordorp@gmail.com met het bericht: 'Ik vind het belangrijk dat een informatiebord in een centrale plaats in de wijk Voordorp komt te staan'. Vergeet niet, je naam en de naam van je straat te vermelden.

OUD EN NIEUW 2012

Sinds enkele jaren vieren we "Oud en Nieuw voor kinderen" in Voordorp. Wat met een klein groepje begonnen is groeit nu steeds groter en blijft een succes voor alle kinderen die niet tot 24:00 willen, mogen of kunnen opblijven. Dus kom vooral en neem je familie mee!

Wat: Oud en Nieuw vieren

Waar: op het schoolplein van de OBS Voordorp

Wanneer: op oudjaarsavond

Hoe laat: om 19:00 verzamelen tot 20:00

Wie: iedereen die zin heeft

Meenemen: kindervuurwerk, hapjes, oliebollen

Voor de ouders is er glühwein.
Als het giet, doen we het niet!
Contact persoon: Nicolette van der Schoot , 2517379

Agenda

Oud en Nieuw, 19:00 uur verzamelen op het schoolplein van de OBS Voordorp

Luchtkwaliteitsavond, dinsdag 29 januari 2013

COLOFON

Voordorp Vooruit, p.a. R.A. Kartinistraat 36,
3573 XC Utrecht, e-mail: voordorpvooruit@planet.nl.

Aan dit nummer werkten mee: Aard de Kruijf, Adriana Oliehoek, Brigitte Venturi, Christie Bakker, Frans van den Berg, Ini Grolle, Jacotien Visser, Marjo Verduyn, Martin Veldhuizen, Nicole Beeker, Paul Klein Kiskamp, Petra van Straaten, Renée van Andel, Sander Ekstijn, Tieneke de Groot.

Sluitingsdatum kopij: 27 januari 2013

De redactie stelt zich niet verantwoordelijk voor de inhoud van ingezonden stukken.