mens en wijk

HET magazine voor utrecht noordoost • herfst 2014 nr 6

Thema Duurzaamheid

FOTO DANI ZONDERLAND

Redactie

Bijna alles in dit nummer heeft een link met duurzaamheid. Het was daarom echt hartverwarmend om dit magazine te maken. We hebben met zeer bevlogen mensen gepraat, zoals Frans van den Berg en Brigitte Venturi van Voordorp op eigen kracht, die op de voorkant staan. Genoeg om te lezen en inspiratie op te doen. Op 10 oktober is de Dag van de Duurzaamheid. Mens en Wijk is gaan samen werken met de Wijraad Noordoost. Ook daar lezen jullie ook in dit nummer over.

Heb je nieuws? Aarzel dan niet en mail ons (info@mensenwijk.nl). Kijk ook eens op onze website voor leuke tips in Noordoost!
Woon je in Noordoost maar ontvang je geen Mens en Wijk? Meld het, dan bezorgen we deze na!

Puck 't Hart

UTRECHT NOORDOOST is Tuindorp, Tuindorp-Oost, Voordorp, Tuinwijk, Vogelenbuurt, Wittevrouwen, Lauwerecht, Staatsliedenbuurt, Zeeheldenbuurt, Hengeveldstraat en omgeving Huizingabuurt.

Colofon

www.mensenwijk.nl / info@mensenwijk.nl

Hoofdredactie: Puck 't Hart
Eindredactie: Suzan Breedveld
Drukwerk: Drukwerkconsultancy
Ontwerp: Puck grafisch ontwerp
Oplage: 16.000

Redactie: Puck 't Hart, Fien van Walbeek, Olga Leever, Maurice Hengeveld, Marianne van Buul, Annemarie Geersing, Tieneke de Groot en Dani Zonderland.

Aan dit nummer werkten mee: Marianne Bollen, Frans van den Berg & Brigitte Venturi, Maritt van Gulick, Ella Engbers, Reilif Bonse, Maarten Hartrich, Annette Polman, Juletta Vruggink, Rosalie van Zetten en Jonghout Boekmakers.

Bijzondere Ondernemer

Econovum

Peter Stoffelen woont in Wittevrouwen, met zijn vrouw en drie kinderen, en is sinds 2009 eigenaar van Econovum. Ze hebben een nieuw huis gekocht aan de Wittevrouwensingel, wat hij helemaal wil verduurzamen. Het wordt een ingrijpende verbouwing, maar dan is er ook meteen een mooie voorbeeldwoning. Er is daar ook een kantoor gepland waar hij vanaf volgend jaar een wekelijks energiespreekuur zal houden.

Het idee achter Econovum is om de bestaande woningvoorraad van Utrecht en omstreken te verduurzamen met als uiteindelijk doel dat alle inwoners zelfvoorzienend zullen zijn in hun energiebehoefte. Een zeer ambitieus doel! In Wittevrouwen en met de actie Zonnig Tuindorp is dit doel een beetje dichterbij gekomen; Econovum heeft in deze wijken alleen inmiddels al bijna 200 woningen voorzien van zonnepanelen.

Econovum adviseert en installeert zonnepanelen, zonneboilers, woningisolatie, warmtepompen, led-verlichting en sedumdaken. De klant komt altijd eerst, Econovum staat voor service en maatwerk. Wist u dat Econovum cursussen 'Montage zonnepanelen' verzorgt voor particulieren? In twee uur tijd weet u de basisprincipes van de werking en aansluiting van een zonnepaneelinstallatie en heeft u alle voorkomende materialen in handen gehad. De cursus wordt gehouden in Woudenberg en het cursusgeld is 40 Euro, inclusief koffie, thee en iets erbij.

Econovum, Peter Stoffelen, www.econovum.nl
Wittevrouwensingel 73, 3572 CD Utrecht, M 06 - 2150 1264, E info@econovum.nl

matchpoint
HUISWERKBEGELEIDING

www.matchpoint.nu
Ook geopend op zondag!
tel. 06 225 005 34

Het 'nieuwe leren' vraagt nogal wat van de zelfstandigheid van leerlingen. En thuis is er de verleiding van de computer, tv en mobiel…

Wij bieden kinderen structuur en ondersteuning. We zijn bovendien getraind in het herkennen van alle denkbare smoezen! Het huiswerkinstituut is gevestigd op sportcomplex Hercules aan de Voorveldselaan 2 in Utrecht en biedt plaats aan 16 scholieren van het VMBO-tl, het VWO en de HAVO.

Tweewielers Ronald Martens

Impulse EM C8, een evenwichtige, comfortabele elektrische fiets

- De fiets heeft een actieradius tot wel 180 kilometer.
- U kunt altijd schakelen terwijl u trapt, dankzij de Shift Sensor technologie.
- Deze fiets is voorzien van uiterst krachtige en onderhoudsvrije hydraulische velgremmen.
- De fiets is net zo wendbaar als een gewone fiets, door de centrale plaatsing van de motor en de accu.

2599,-

Pieter Nieuwlandstraat 26 in Utrecht, Tel: (030) 271 30 28
www.tweewielersronaldmartens.nl

losjes

MASSAGE

voor ontspanning, nek- en rugklachten, hoofdpijn e.a.

7 dagen per week geopend
Bemuurde Weerd oz 18
Cadeaubonnen online verkrijgbaar
www.losjesmassage.nl T 030 - 230 04 51

Tegen inlevering van deze advertentie krijgt u 10% Korting

(geldig tot 1 december 2014)

Jong & Oud

TEKST ANNEMARIE GEERSING

In Jong & Oud gaat Annemarie Geersing (25) Utrecht Noord-oost in en spreekt met een oudere uit de wijk over vroeger en nu. Ditmaal, geheel in het thema van het blad, praat ze over 'duurzaamheid' met Henk Klomp (73) uit Tuinwijk op een krukje tegenover de bloemenstal op de Willem van Noortstraat.

A: Bent u een beetje duurzaam?
H: Nou, dat weet ik niet hoor.
A: Scheidt u uw afval, bijvoorbeeld?
H: Ja hoor, papier, flessen, ik breng het naar de bak tegen-over mijn huis.
A: Ik scheid alleen glas en papier, geen plastic. Ik woon niet groot dus ik heb weinig ruimte om plastic te scheiden. Er is ook geen bak voor de deur, dus ik moet er een stuk mee fietsen. Scheidt u ook het plastic?
H: Ja hoor, ook het plastic. Daar is ook een bak voor, bij mij voor de deur. Dat scheelt toch weer met het gewone afval.
A: Dan bent u toch best wel duurzaam bezig. Men is tegenwoordig sowieso veel bezig met duurzaamheid, was dat vroeger ook zo?
H: Nee hoor, toen ik jonger was niet. Maar dat hoefde ook niet, er waren bijvoorbeeld een stuk minder auto's dan nu. De kinderen speelden gewoon op straat, nu spelen ze in het park. Ik weet nog dat ik mijn eerste auto kocht, in 1962, een Goggomobil. Er konden twee mensen in zitten. Ik was de eerste van de straat, iedereen keek uit het raam als ik aan kwam rijden, het was een hele happening.
A: Nu zijn er ook elektrische auto's, die moet je opladen. Die hoor je bijna niet, de motor gaat uit bij het stoplicht.
H: Ja, daar staat zo'n paal, aan de overkant van de straat.
A: Best duurzaam, toch?
H: Ja, maar hoeveel mensen rijden in zo'n auto? Bovendien kun je er maar veertig kilometer mee rijden, dan moet 'ie weer opladen.
A: Ja, daar moeten ze nog iets op vinden.
H: Ik heb wel een elektrische fiets, mijn vrouw ook. Het is heerlijk, het voelt alsof je altijd de wind in de rug hebt. Binnenkort gaan we ermee fietsen in Friesland.
A: Vindt u het goed dat we het milieu nu zo belangrijk vinden?
H: Ja hoor, al zijn er wel veel regeltjes. Als ik de hond uitlaat, heb ik zo'n papieren zakje bij me. Biologisch afbreekbaar, ook heel milieuvriendelijk trouwens. Als ik het zakje niet bij me heb, krijg ik een boete. Maar het is nodig dat we aan het milieu denken. We willen iets overhouden voor later, toch?

Voordorp op eigen kracht

Een mooi gesprek met twee van de vijftien mensen van Voordorp Op Eigen Kracht (VOEK), Frans van den Berg en Brigitte Venturi. VOEK is één van de voorlopers van gezamenlijke energie-projecten.
Met hun passie en betrokkenheid rondom duurzaamheid steken ze veel buurtbewoners en zelfs andere wijken aan. En dat is ook precies de bedoeling!

"Wij zijn veel meer dan een energiegroepje, VOEK is begonnen als een 'Transition Town initiatief', vertelt Brigitte. "We willen sociale cohesie bevorderen, en op meerdere vlakken mensen binden. Bij voorkeur duurzaam zodat we met elkaar onze manieren van wonen en leven duurzamer maken. Het gaat uiteraard om energiebesparing maar ook om voedsel, vervoer, et cetera." Ze begonnen in de zomer van 2009 met een filmavond over de kracht van gemeenschappen in tijden van crisis (als fossiele brandstoffen schaars worden) in het ecologisch wooncomplex Het Groene Dak in Voordorp. Daarna werd in 2010 het Energieteam Voordorp opgericht. Dat bestaat uit Frans, Walter en Jos Maarten. En in 2012 volgde de oprichting van buurtmoestuin De Voortuin midden in de wijk.

Buurtmoestuin de Voortuin
Brigitte houdt zich graag bezig met lokaal voedsel, en is ook één van de drijvende krachten bij De Voortuin. "Mijn ambitie is om van Voordorp een eetbare wijk te maken", aldus Brigitte. "De Voortuin is daar een mooi begin van. De gemeente en tuinenpark Ons Buiten hebben eraan bijgedragen. Er zijn sindsdien ook een hoop fruitbomen en bessenstruiken in de wijk geplant". Daarnaast is Brigitte actief bij de schooltuin van OBS Voordorp bij tuinenpark De Pioniers, samen met drie andere buurtbewoners. "Er is steeds meer animo voor lokaal voedsel en voor moestuinieren. In de Voortuin komen ongeveer twaalf mensen regelmatig bij elkaar om de tuinieren… en te oogsten. En iedereen uit de wijk kan kruiden plukken. Recent zijn ook de Veemarktmoestuinen gestart: zo'n 60 moestuinen midden in het bouwterrein Veemarkt. Het initiatief komt van andere mensen uit de wijk, maar het is precies wat ik bedoel met een eetbare wijk.

Brigitte en Frans
Fantastisch wat er allemaal gebeurt!" Brigitte is van oorsprong française en nu zelfstandig vertaler naar en van de franse taal. Frans is van huis uit bioloog maar is als vrijwilliger zeer gedreven en actief bij Energieteam Voordorp. Hij werkt ook vrijwillig als energie-ambassadeur bij de gemeente. En Frans helpt waar hij kan. Hij heeft al een adviserende rol gespeeld in Wittevrouwen, Tuindorp, Energie-U en bij zonnepanelen in de Talmalaan.

Meer mensen actief in de buurt
"We zetten ons heel gedreven vol passie in, maar we zouden het ook fijn vinden als er eens wat nieuwe mensen bij zouden komen. Dat deed ons zo goed aan de Veemarkttuinen: allemaal nieuwe mensen stonden ineens op! Geweldig."

House Greening Parties
"We zouden graag meer mensen warm maken voor de House Greening Parties. Dat is een klein buurtoverleg, gewoon in je woonkamer, waarbij je bewust wordt van je energie-verbruik en tips krijgt.

Hoe organiseeer je dat?
1: Prik een datum met één van onze adviseurs. Een avond of een zondag middag of wanneer je wilt.
2: Nodig een aantal buren uit (zoveel als er in je huiskamer/keuken passen)
3: Zet koffie en thee klaar
4: Iedereen levert zijn energienota in en dan gaan we kijken en praten.

Je doet echt leuke ideeën op: Hoe kun je simpel besparen? Een gordijn voor de voordeur is al een groot verschil! Stroomkillers plaatsen tussen apparaten die uitgeschakeld staan blijken veel energie te besparen en een raam open zetten kan ook energiebesparend zijn. "Deze moderne 'tupperware parties' zouden echt een rage moeten worden. Mensen hebben zelf al zoveel kennis en samen kun je zo honderden euro's besparen. Heb je interesse om zelf zo'n party te houden? Mail ons!

Witte rook
Echt verrassend is te leren dat witte rook uit de schoorsteen je vertelt hoe verkeerd de CV ketel staat ingesteld. En hoe je zelf door het instellen van de ketel temperatuur veel kunt besparen zonder verlies aan comfort. Veel meer kun je daar over lezen op onze website."

Vrijwillig
Voek werkt onbezoldigd en is onafhankelijk, er is geen sprake van een financieel belang. Het is vrijwilligerswerk.
"We vragen af en toe subsidie aan, zoals voor een informatiebord waarop je affches kunt hangen. Die staat nu naast

Buurtbewoners aan het werk in de buurtmoestuin 'Voortuin' in Voordorp

de kinderopvang en de bushalte, heel handig."

Energie Box
Vorig jaar won VOEK een prijs, voor het meest succesvolle en inspirerende energie-initiatief van de stad Utrecht. Met die prijs heeft VOEK de Energiebox samengesteld. Gereedschap, materiaal en meetinstrumenten waarmee het energieteam gratis een warmtescan van uw woning kan maken, de werking van CV systeem kan controleren en een energiesluipverbruik in kaart kan brengen. Als je interesse hebt komt VOEK gratis thuis langs met deze box. "Je kunt een buiten warmte scan laten maken, dan zie je waar de energie lekt; we hebben sluipverbruikmeters (die mag je ook langer lenen) die het sluipverbruik per apparaat meten; een warmtemeter voor CV; vier infrarood temperatuurmeters (dan ga je met een lichtje langs de muur om te kijken waar de warmte lekt); douchezandlopers en divers gereedschap."

Spinneweb
"Wat we eigenlijk doen is een spinneweb in de wijk maken. Zo proberen we nu meer samen te gaan werken met de OBS school. Zij hebben al zonnepanelen en staan open voor samenwerking. Wij zouden de kinderen bewust willen maken, en natuurlijk hun ouders willen bereiken. In de les zou je kunnen vragen: hoeveel emmers water denk je dat je per dag gebruikt? Dan zeggen ze misschien drie, terwijl het er zeker tien zijn. Door zulke speelse dingen creëer je bewustwording!"

Buurtmobiliteit
Het nieuwe project van VOEK is Buurtmobiliteit, samen met Natuur-en Milieufederatie Utrecht. Er is onderzocht of er interesse is in Voordorp om auto's te delen. Auto's, maar ook bakfietsen, aanhangwagens, elektrische auto's, etcetera. "We hebben nu al een clubje mensen die graag vervoermiddelen willen delen of lenen. We gaan ermee aan de slag in het najaar. Ik denk ook aan andere deelprojecten: het delen van gereedschappen, boeken of maaltijden, zoals wat al wordt gedaan met Thuisafgehaald. Dat er iemand kookt, en dat je gewoon een bakje bij een buur kunt afhalen tegen de onkosten van het eten. Prachtig!"

Doe mee
"In Voordorp hebben we zeker voor 25 huishoudens zonnepanelen verzorgd. We proberen goed bij te houden wie er actief zijn in de markt. U-zon en Econovum, die elders in dit nummer staan, zijn goede, betrouwbare bedrijven.
Als iemand met een idee komt over iets, willen we graag meedenken of via onze website en mailinglijst ze in contact brengen met geinteresseerden. Het energieteam kan trouwens meer geestverwanten gebruiken en we zoeken eigenlijk nog iemand die onze website bij wil houden, en de Facebook- en Twitter-accounts leven in wil blazen. Want we zijn daar niet zo van..."

'Van graszaad tot zonnecel'
Het Energieteam Voordorp heeft een jaar geleden RTV Utrecht gevraagd duurzaamheid-televisie te maken. Door inspanning van verschillende partijen is dat nu gelukt. Zes afleveringen van 'Graszaad tot zonnecel' zijn gemaakt en worden uitgezonden op zaterdagen in september en oktober.

Meer informatie:
www.voordorpopeigenkracht.nl
ttvoordorp@gmail.com
energieteamvoordorp@gmail.com
www.devoortuininvoordorp.nl
www.transitiontowns.nl

De Wijkraad

TEKST FIEN VAN WALBEEK

Begin dit jaar bracht de wijkraad Noordoost een proefnummer van het digitale Wijkmagazine Noordoost uit om u te informeren over de wijk. Het voor u liggende magazine Mens & Wijk schrijft eveneens voor deze mooie wijk. Daarom hebben we – wijkraad en redactie van Mens & Wijk – besloten om samen te gaan werken. Immers: samen staan we sterker en kunnen we u zo goed mogelijk informeren over de wijk!

Op deze pagina's vindt u informatie over de wijkraad. In dit artikel zal ik, Fien van Walbeek, ingaan op wat de wijkraad Noordoost zoal doet en op de wijkraadpleging die dit najaar zal starten.

Tijdelijke moestuinen?
Het creëren van tijdelijke moestuinen op het Veemarktterrein. Voorlopig wordt op een deel van het Veemarktterrein niet gebouwd. Waarom zouden daar dan geen tijdelijke volkstuintjes kunnen komen als het gebied toch braak ligt?

Eén van de vele acties van de wijkraad
Dit betreft één van de vele initiatieven van de wijkraad Noordoost. Ook zijn we betrokken bij verlaging van de maximum snelheid op de Kardinaal de Jongweg, uitbreiding van Winkelcentrum De Gaard, zorgwoningen in Tuindorp Oost en hangjongeren problematiek. En ondersteunen we groepen actieve mensen uit een buurt die aandacht vragen voor overlast door een buslijn of voor bouwen in hun achtertuin. We helpen deze mensen op weg met advies, deskundigheid en onze relaties met het ambtenarenapparaat en leden van de gemeenteraad.

Maar wat is nu een wijkraad?
Er zijn tien wijkraden in de stad Utrecht. De wijkraad is een groep van actieve en betrokken bewoners. Wij onderhouden regelmatig contact met bewoners en ondernemers uit Utrecht Noordoost. Wij reageren op de plannen van het College B&W. Maar wij kunnen ook zelf het initiatief nemen door eigen voorstellen en adviezen aan het college voor te leggen. Wij adviseren over de leefbaarheid in de wijk. Vrijwel dagelijks zijn de vijftien leden uit de wijkraad actief bezig met onder andere: groenvoorziening, lucht- en waterkwaliteit, sociale veiligheid, bouwprojecten, veilig verkeer, bloeiende buurteconomie enzovoort. De wijkraad wordt ambtelijk ondersteund door het wijkbureau en overlegt over belangrijke kwesties met de wijkwethouder.

Ook uw hulp kunnen wij gebruiken!
Wat we willen bereiken, is dat de wijk er over tien jaar nog beter voorstaat dan nu. Onze visie daarop werken we momenteel uit, vooral op basis van achterbanraadplegingen. Uw voorstellen en ideeën vormen dus de basis daarvan. Ook houden we binnenkort een wijkraadpleging. In het artikel Wijkraadpleging (hiernaast) leest u meer hierover.
Wilt u meer informatie over de wijkraad? Of wilt u naar een vergadering komen? Kijk dan op de website www.wijkraadnoordoost.nl.

Iedere maand komen de leden van de wijkraad op een dinsdagavond enkele uren bijeen in het wijkbureau op de hoek van de F.C. Dondersstraat. De volgende vergadering vindt plaats op 14 oktober, vanaf 20.00 uur. U bent van harte welkom op deze vergaderingen! Of help ons praktisch mee!

Foto: Uitzicht over Het Lachende Paard (Groene Kop) Foto Patrick van Walbeek.

Wijkraadpleging

TEKST FIEN VAN WALBEEK

Aankondiging Wijkraadpleging Noordoost door wijkwethouder Victor Everhardt in tuinenpark De Pioniers (Foto Patrick van Walbeek)

Utrecht Noordoost wijkraadpleging
Sfeervolle tuinenparken in noordoost Utrecht en de vele zelfbeheerprojecten dragen bij aan de leefbaarheid in de wijk. Maar wat is nu precies leefbaarheid? Leefbaarheid houdt in dat de wijk Noordoost aantrekkelijk is om te wonen en dat iedereen, met elkaar, met veel plezier in de wijk woont en/of werkt, boodschappen doet, recreëert, elkaar ontmoet.

De stad Utrecht en daarmee ook uw wijk, Noordoost, is constant in beweging. Verandering kan zorgen voor verbetering. Hier willen wij van de wijkraad u graag nauw bij betrekken. U woont en leeft immers in deze wijk en weet als de beste waar verbeteringen mogelijk zijn.

Participatiemaatschappij en zelfredzaamheid
Zo weet u misschien dat (zorg)taken van de centrale overheid verschuiven naar de gemeente. De politiek spreekt over: participatiemaatschappij en zelfredzaamheid. Participatie betekent dat we actief deelnemen in de wijk en dat we met gezamenlijke inspanning taken voor elkaar krijgen.
Daarom heeft de wijkraad ervoor gekozen dit jaar te onderzoeken hoe het onderwerp participatie en zelfredzaamheid leeft in de wijk Noordoost en wat uw ervaringen hiermee zijn. Wat merkt u van de veranderingen vanuit het kabinet? Om dit in beeld te brengen, hebben wij uw inbreng nodig.

Wijkraadpleging
Om de mogelijke verbeteringen en uw ervaringen in kaart te brengen, houden wij in oktober een wijkraadpleging aan de hand van een enquête. Hierin krijgt u de kans uw mening en ervaringen te delen. Aan de hand van onderwerpen zoals ouderenzorg, jeugd, groen/duurzaamheid en sociale activiteiten willen wij graag weten hoe u hierover denkt.
U heeft vast de posters al zien hangen of een flyer hierover ontvangen.

De enquête zal zowel digitaal als op papier in de wijk beschikbaar zijn. U kunt nu alvast uw gegevens achterlaten op de website www.wijkraadnoordoost.nl. Dan ontvangt u deze enquête in oktober per e-mail.

De uitkomsten van de wijkraadpleging worden aan onze wijkwethouder de heer Everhardt gepresenteerd. Hij kan dan samen met u, de gemeente en ons, de leefbaarheid in de wijk Noordoost verder ontwikkelen en verbeteren.
Wij hopen van harte dat u in oktober bereid bent hieraan een kwartiertje mee te werken. Hoe meer deelnemers, hoe beter we het voor elkaar krijgen, in Noordoost en ook in Utrecht als geheel.

Buurland

TEKST MAURICE HENGEVELD

Zwembad, sauna, moestuin, touwbrug, pizzaoven, klimwand, jacuzzi, kippen, boomhut, veel gekleurde gevels en bijzondere feestjes, dát is Buurland in de Staatsliedenbuurt! In december 2013 vond de officiële oprichting plaats van Vereniging Buurland Utrecht, een levendige buurtgemeenschap in een voorheen ietwat verloederde afbraakwijk. Een Facebookpagina is er al sinds mei 2010. Eén van de eerste foto's daarop is het in de binnentuin van het woonblok Nolenslaan/Samuel Mullerstraat gegraven zwembad. Maar Buurland is meer dan dat, véél meer...

Gemeentelijke plannen

De Staatsliedenbuurt in Votulast – een verzamelnaam voor Vogelenbuurt, Tuinwijk, Lauwerecht en Staatsliedenbuurt – is een kleine buurt die lange tijd werd gekenmerkt door 'grotestadsproblematiek'. De gemeente Utrecht heeft daarom ingezet op een grondige, structurele en meer integrale aanpak voor de buurt. Het Masterplan Talmalaan – bedoeld om de leefbaarheid te vergroten – viel echter niet in goede aarde bij de huidige bewoners. Veel woningen van nog goede kwaliteit zouden moeten wijken voor een paar kleine groen-parkjes. De buurt bestaat voornamelijk uit sociale woningbouw en 3-hoogflats die in 2000 zijn gerenoveerd en nog zeker tot 2023 mee zouden moeten kunnen.

Buurt-community tegen verloedering

Toen woningcorporatie Mitros de plannen voor verkoop, sloop en nieuwbouw in de buurt – als rechtstreeks gevolg van de economische crisis – op de lange baan schoof, diende zich een nieuw initiatief aan ter verbetering van de buurt. Buurland, een vrolijk klein vrijstaatje tussen de flats, lijkt een hip alternatief tegen de verloedering. Woningcorporatie Mitros verhuurt één van de woonblokken aan studenten en starters. Deze jonge en creatieve bewoners hebben dit buurtgenootschap liefkozend 'Buurland' gedoopt en zijn allerlei buurtinitiatieven gestart. Eén daarvan is een jaarlijks festivalletje, dat dit jaar de naam 'Op de Buurderij' draagt. In vijf jaar tijd zijn er boomhutten en een pizzaoven gebouwd, maar ook een zwembad en een jacuzzi gegraven. Met de oprichting van een heuse kas en een verzameling kippen is de groene ruimte tussen de huizen ondertussen verworden tot een 'stadsboerderij'. Maar ook zijn er buurtbrede initiatieven als de buurtopruimingsdagen en de anti-inbraak borrel.

Plannen zat

Vanuit deze buurt community werd al snel het plan opgevat om te onderzoeken of het realistisch is de huidige 'Buurlandpanden' van woningcorporatie Mitros over te nemen en te renoveren. Beoogd doel daarbij was het creëren van kwalitatief goede en betaalbare (starters)woningen in diverse maten met de typische Buurland-sfeer in zowel buiten- als binnenruimtes. Begin februari dit jaar werd daartoe een goed bezochte informatiebijeenkomst georganiseerd, waar samen met adviesbureau Van Nimwegen en architecte Ineke Hulshof de voorliggende plannen werden gepresenteerd. Kort daarna werd ook de Wijkraad Noordoost bijgepraat. Inmiddels is echter duidelijk dat Mitros niet wil meegaan in de plannen en wordt door Buurland gezocht naar alternatieven.

Initiatiefrijke bewoners

'De vaart zit er desondanks lekker in bij Buurland', licht bewoner Stijn Biemans enthousiast toe. 'Waar het de afgelopen winterperiode wat stil leek in de tuinen van ons woonblok Nolenslaan/Samuel Mullerstraat, gebeurde er dus op de achtergrond van alles. En... bij de eerste zonnestralen in maart keerde het leven al snel weer terug. Zo zijn er inmiddels alweer nieuwe initiatieven opgestart, zoals Buurtuin Groenteland, een buurtmoestuin voor iedereen uit de wijk, Bij-Leren, een nieuw Utrechts initiatief dat bijleren aan de keukentafels van stadsgenoten stimuleert, en de Yardsale met de verkoop van onder andere tweedehands kleding. Ook is de pizzaoven van een aantal buren inmiddels weer in gebruik, onder andere voor hun cateringbedrijf 'de Wereldvercateraars'. Daarbij staat, naast een sociale insteek, dikwijls duurzaamheid voorop.

Verantwoord eten

Met Buurtuin Groenteland wil initiatiefnemer Esther van Keulen graag buurtgenoten bij elkaar brengen door ze samen te laten werken aan een mooiere, duurzame buurt. Samen met een aantal anderen is Richard Beumer al een tijd actief met een buurtkas, waar hij een ingenieus systeem bij gebouwd heeft dat aquaponics heet, een methode waarbij conventionele aquacultuur (het kweken van waterdieren zoals slakken, vissen, schaaldieren) op een symbiotische manier gecombineerd wordt met hydrocultuur (het kweken van planten in water). Groente uit deze kas wordt gedeeld met buren. Weer een andere buurman, Teun Berting, is als 'Wereldvercateraar' altijd op zoek naar duurzaam voedsel. Hij is nu onder andere werkzaam als coördinator horeca bij de Daktuin (op de Uithof). Diverse buren houden kippen, die groente- en fruitafval krijgen in ruil voor hun eieren. Buurman Piet Benthem heeft zijn kippenhok (zo groot als een

hele achtertuin) zo gebouwd dat alle buren één of twee eieren kunnen pakken als zij dat willen.

Alles duurzaam
Naast deze tuin- en voedselinitiatieven staat er ook een zogenaamd Ruilhuisje in een van de gangpaden van Buurland, waar mensen spullen kunnen neerleggen die ze zelf niet meer gebruiken. Deze spullen kunnen door anderen weer gebruikt worden. En er is een Facebookgroep voor bewoners waar actief geruild en geleend wordt. Er zijn twee grasmaaiers in de buurt die alle tuinen langsgaan, zo nu en dan. Biemans: 'Afgelopen periode, waarin we met Vereniging Buurland uitgebreid hebben gekeken naar mogelijkheden tot renovatie van onze panden, was er een aparte werkgroep 'Duurzaamheid' met onder meer Thomas van Sante en Annemarie Kaldewaij als actieve leden. De focus van deze werkgroep lag op het zoeken van alternatieve, duurzame manieren van bouw en renovatie.'

Toegevoegde waarde!
'Gemoedelijk wonen? Buurland buurtcollectief op zoek naar ruimte', viel recent op Twitter te lezen. Daarbij een link naar JijMaaktUtrecht.nl – een portal van de gemeente Utrecht voor uiteenlopende initiatieven in de stad – waar onder andere het volgende is te lezen. 'Gezamenlijk werken we aan een locatie met betaalbare, zelfstandige woningen voor leden van Vereniging Buurland, met gemeenschappelijke binnen- en buitenruimtes ter bevordering van de sociale cohesie.' Of dat uiteindelijk in de Staatsliedenbuurt is, zal blijken. Nu Mitros niet tot verkoop wil overgaan is Buurland op zoek naar alternatieven, waarbij niet valt uit te sluiten dat de community uitwijkt naar een andere locatie. Dat zou een verlies zijn voor de Staatsliedenbuurt, want boven alles is duidelijk dat Buurland een te koesteren initiatief is dat kleur geeft aan de buurt! We blijven de ontwikkelingen dan ook met grote interesse volgen...

Buurland
Nolenslaan 49-51, Utrecht
www.buurlandutrecht.nl

U-ZON

Het alternatief voor Zonnepanelen op maat

U-zon is het eerste bedrijf in Utrecht dat zich vanaf 2010 professioneel en op een dagelijkse basis toelegt op het leveren en installeren van hoogwaardige zonne-installaties.
Maarten Hartrich is de oprichter van U-zon, een bevlogen man met een heldere visie. U-zon staat voor gedegen advies, expertise en veel ervaring. Met oog voor detail en een energieke blik op de toekomst. "Want een toekomst moeten we delen!"

TOEKOMST
"Als elektrotechnicus heb ik mij altijd aangetrokken gevoeld tot nieuwe technieken. Ik houd erg van mijn vak en word als technische man graag uitgedaagd. Maar er is meer. Als mens voel ik een sterke verantwoordelijkheid voor de wereld om mij heen en werk oprecht aan een goede, duurzame toekomst voor komende generaties. Met innovatieve technieken als zonne-energie kan ik mijn ruime technische ervaring en accuratesse inzetten om aan die duurzame toekomst een bijdrage te leveren. Ik vind dat belangrijk!"

DE ZON IS VAN ONS ALLEMAAL!
"Het zelfstandig opwekken van energie is een geweldig gevoel. Ik ben overtuigd van de kracht en potentie van zonnestroom. Zonnepanelen zijn een directe manier om op je energierekening te besparen. Zelfs zonder subsidies is het al aantrekkelijk om te investeren in je eigen zonne-centrale. Een zonnepaneel heeft bijna geen onderhoud nodig, is stil, vervuilt niet en is op ieder dak makkelijk te plaatsen. Bovendien is de zon van ons allemaal!"

WAT VINDEN ANDEREN
"Jullie doen echt de inspanning voor een goede installatie alsof het je eigen dak is, en dat voelt heel goed. Erg precies in de afwerking en jullie hebben veel aandacht voor nazorg."
Frans van de Berg,
Energieteam Voordorp

U-Zon
Maarten Hartrich
M 06 - 2220 2111
T 030 - 273 27 31
Mr. Tripkade 37
3571 SV Utrecht
www.u-zon.nl
info@u-zon.nl

Lenen & delen

TEKST ANNEMARIE GEERSING

Spullen met elkaar delen of gratis weggeven; ten tijde van crisis wordt dit steeds populairder. Ook initiatieven waarbij de buurt met elkaar wordt verenigd, zijn in opmars. Deze drie duurzame, buurtgerichte initiatieven leven in Utrecht Noordoost.

Peerby

Leen spullen van mensen uit de buurt

Je kent het wel: de heg moet nodig worden bijgeknipt, maar je hebt geen heggenschaar. Of: je gaat spontaan een weekendje kamperen, maar je hebt geen luchtbed. Waar haal je dat zo snel vandaan? Om het voor één keer te kopen... Hiervoor is Peerby opgericht; een online netwerk waar je spullen kunt lenen van mensen uit je buurt. Op de website maak je een account aan en vertel je in een berichtje wat je zoekt en waar je het voor nodig hebt. Peerby stuurt je bericht door naar honderd mensen uit de buurt. Heeft één van hen het? Dan brengt Peerby jullie in contact.

Annette Polman (51) komt uit Wittevrouwen en leent spullen via Peerby.com

"De eerste keer leende ik via Peerby een ladder om bij mijn schoorsteen te komen", zegt Annette. "Ik kreeg de spullen om de schoorsteen te vegen er gelijk bij!" Ook deed ze een goed contact op: degene via wie ze de ladder leende bleek timmervrouw te zijn. "Ik heb haar gevraagd of ze een timmerklus voor me wil doen."

Help! Mijn telefoon!

Of die keer toen Annettes telefoon stuk ging, en ze datzelfde toestel nodig had om haar contacten over te zetten op een nieuwe telefoon. "Ik plaatste een oproep en binnen een uur was het geregeld. Een jongen uit de straat hierachter had zo'n telefoon liggen die ik even kon lenen."

Annette maakte een half jaar geleden een account aan op Peerby, nadat ze er in de krant over had gelezen. "Het leek me handig, omdat je niet alles thuis hebt liggen. Ik kan de spullen ook van vrienden lenen, maar Peerby is veel handiger omdat het de buurt is. Het scheelt tijd en kilometers."

Annette juicht dit soort initiatieven van harte toe: "Die deeleconomie moet er maar eens van komen! Er zijn genoeg spullen in de wereld, ik denk niet dat we gelukkiger worden van nóg meer spullen." Ook het contact met de buurt vindt ze leuk: "Je spreekt elkaar meestal niet heel uitgebreid bij het uitlenen, maar je leert wel kennen wie er in je buurt woont. Achter me woont dus die jongen met de telefoon, verderop een Rus van wie ik eens een fiets leende."

Slijptol en grote reiskoffer te leen

Zelf heeft Annette ook spullen te leen, maar vaak blijkt diegene al voorzien, als ze op een oproepje reageert. "Iemand zocht eens een keukentrap, die heb ik hier staan. Ik hoorde niks meer dus ik denk dat diegene het al had gevonden." Annette heeft wel meer spullen die ze kan uitlenen, zoals een slijptol of een grote reiskoffer, maar tot nu toe bleek dat niet nodig. Ook heeft ze een naaimachine staan, maar die leent ze niet zomaar uit. "Dat is een bijzonder exemplaar. Maar iemand mag 'm best eens hier thuis gebruiken, dan kan ik zelfs helpen!"

www.peerby.com

Beebox

Seizoensgebonden groentenbox

Groenten en fruit hebben vaak – voor ze in de supermarkt komen – al een wereldreis achter de rug, waardoor we het hele jaar kunnen eten wat we willen. Klinkt ideaal, maar duurzaam? Niet echt. Om consumenten dichter bij de boer te krijgen, is de Beebox opgericht. Dit is een krat streekproducten dat wekelijks bij je bezorgd wordt. Alle producten uit de box zijn seizoensgebonden en komen van biologische boerderijen uit de streek.

Juletta Vruggink (34) uit Wittevrouwen heeft de Beebox.

"Kijk, de box is net gebracht", zegt Juletta. Een blauw krat vol streekproducten staat op tafel, gevuld met onder andere kersen, brood, eieren, vlees, bieten alsof ze net uit de grond komen en wortels in allerlei kleuren.

Juletta heeft de Beebox sinds de oprichting een jaar geleden. “Ik zag het op een markt bij de kinderboerderij in het Griftpark”, zegt ze. “Ik had er al vaker over gedacht en besloot het nu eens te proberen. Als het niet zou bevallen, konden we het zo opzeggen.”

Kervelsoep

De box bevalt, want een jaar later staat hij er nog. Elke donderdag wordt hij rond etenstijd gebracht. “Ideaal”, vindt Juletta, “want in het weekend hebben mijn vriend en ik meer tijd om te koken”. Op de website van de Beebox staan recepten die je met de producten kunt maken. “Ik heb in dit jaar al allerlei gerechten gekookt die ik nog nooit had gemaakt”, zegt Juletta. “Ons eetpatroon is dit jaar echt veranderd. We zijn andere dingen gaan eten dan de standaard gerechten die je gewend bent. Ik heb laatst bijvoorbeeld kervelsoep gemaakt, een keer een heel lekker recept met spruitjes en honing en in de winter zaten er vaak knollen in de box.”

Samen wassen

Juletta’s kinderen, Lennart (5) en Sepp (3), eten ook gewoon mee van de tweepersoonsbox. “Zij lusten niet alles, maar ik vind het wel leuk dat ze dit meekrijgen”, zegt Juletta. “Alle producten moeten gewassen worden, daar helpen ze bij.”

“Ik vind het leuk om dan meer aandacht aan eten te besteden. En ik vind het ook fijn om biologische boeren hiermee te steunen. ”

www.beebox.nl

Thuisafgehaald.nl

Laat thuis na je werk en zin om eten te bestellen, maar moe van de standaard ongezonde hap bij de afhaaltent? Of houd je veel van koken maar maak je altijd teveel en heb je niemand om voor te koken? Hier biedt Thuisafgehaald.nl een uitkomst: een online netwerk dat thuiskoks en afhalers uit de buurt met elkaar verbindt. Om mee te doen maak je een account aan op Thuisafgehaald.nl en beslis je of je een maaltijd wil afhalen of aanbieden. Zodat je gelijk na je werk kunt langsfietsen!

Rosalie van Zetten (21) uit de Vogelenbuurt is thuiskok op Thuisafgehaald.nl

Voor vanavond staat er quiche met gerookte kip en geitenkaas op het menu bij Rosalie van Zetten. Ze schuift de quiche in de oven als ik net bij haar ben. Tussen zes en half zeven komen de afhalers een portie ophalen. “Ik vind het concept van Thuisafgehaald leuk en sociaal”, vertelt Rosalie. “Ik vind het leuk om mensen te helpen die zelf niet kunnen koken.” Zelf houdt de 21-jarige veel van kokkerelen. “Ik kookte altijd al voor vrienden en familie, tot ik zo’n twee jaar geleden iets las over Thuisafgehaald. Dat leek me ideaal.” Sindsdien biedt ze haar kookkunsten online aan.

Arabische lamsburger

Rosalie biedt alleen een maaltijd online aanals ze een leuk gerecht bedacht heeft, meestal geen aardappelen, vlees en groente. “Ik houd van aparte gerechten, zoals een Arabische lamsburger of een Italiaanse cheesecake.” Haar inspiratie haalt ze vooral uit kookboeken. “Ik ben fan van Yvette van Boven en Ottolenghi, een oosterse kok. Ik gebruik hun recepten, maar voeg zelf dingen toe die me lekker lijken. Zo wordt het mijn eigen recept.” Boodschappen doet ze tegenover haar huis: bij de Turkse groentenwinkel en de supermarkt. “Maar als ik bijvoorbeeld een lekker vleesgerecht maak, ga ik daarvoor wel naar de slager. Ik houd van mooie producten.”

Gezonde afhaalmaaltijden

Dan gaat de bel, en vlak daarna weer. Het zijn de afhalers van een portie quiche. Ze hebben contant geld mee en een bakje om het eten in te doen. Eén van hen is André Veldman (62), een ‘vaste klant’ van Rosalie. “Ik kan zelf ook wel koken, maar ik haal regelmatig af”, zegt hij. “Het is gezonder dan maaltijden bij een gewone afhaal, en je eet vaak iets wat je normaal niet eet.”

Sinds een half jaar is Rosalie afgestudeerd als verpleegkundige en heeft ze meer tijd om te koken. “Tijdens mijn studie en stage was het soms best druk.” Of ze haar kookambities wil uitbreiden? “Ooit zou ik wel mijn eigen lunch- of koffietentje willen hebben”, geeft ze toe. “Wie weet... maar voorlopig ga ik aan het werk als verpleegkundige!”

www.thuisafgehaald.nl

Wittevrouwen Duurzaam

TEKST PUCK 'T HART

'Wittevrouwen Duurzaam' wil de schakel zijn tussen alle bewoners in Wittevrouwen die duurzame maatregelen willen treffen. Wittevrouwen Duurzaam is in mei 2013 gestart, met steun van de Gemeente Utrecht. Ik praat met Ella Engbers en Jeroen de Beer, twee van de vijf bestuursleden. De eerste informatieavond was in januari 2014, in de Jenaplanschool Wittevrouwen. Dat was een groot succes, de avond werd door maar liefst 130 mensen bezocht. Een onverwacht grote opkomst.

"We hadden flyers door de gemeente laten drukken en, samen met de energiescan van de gemeente, huis-aan-huis laten verspreiden. Daar zijn veel mensen op af gekomen. Op de informatieavond vertelde een expert in grote lijnen hoe je het energiegebruik van je woning kunt verlagen. Een zeer geslaagde avond," vertellen Ella en Jeroen. Zij willen de komende maanden gerichte onderwerpen, zoals onder meer HR-ketels en isolatiemogelijkheden, onder de aandacht brengen. Hiervoor zijn zij nu informatie aan het inwinnen. Ze overleggen ook regelmatig met energieambassadeurs uit andere wijken.

Duurzaam moet je doen!

Ella en Jeroen zijn, naast hun bestuurslidmaatschap voor WD, allebei ook energieambassadeur voor de Gemeente Utrecht. In totaal zijn er in Utrecht 50 energieambassadeurs actief. Ella werkt overdag o.a. als assessor voor een bureau in Amsterdam dat examens afneemt in de mobiliteitsbranche. Hiervoor deed ze aan bouwbegeleiding. Ella is getrouwd en woont met haar twee kinderen in de Poortstraat. Jeroen werkt als adviseur op het gebied van energiebesparing en klimaatverandering. Hij woont ook met zijn vrouw en twee dochters in de Poortstraat.
"Op de eerste informatieavond kwamen wel tien mogelijke onderwerpen naar voren waar in de wijk behoefte aan is. De bestuursleden van WD hebben verschillende groepjes geformeerd die met deze onderwerpen aan de slag zullen gaan. Zo zijn er nu enkele mensen bezig met zonnepanelen; een aantal mensen houdt zich bezig met dubbelglas en weer een andere groep heeft zijn huis energieneutraal laten renoveren en wil die kennis delen met geïnteresseerden. Wijzelf gaan HR-ketels behandelen."

Zonnepanelen

Een actie die nu loopt gaat over zonnepanelen. "We werken bij voorkeur met onafhankelijke adviseurs. Zij stellen een advies op maat op en vragen in een later stadium ook verschillende offertes op. Zo kijken zij bijvoorbeeld ook naar waar bomen staan en of deze in de toekomst schaduw op de panelen kunnen werpen. Wij vinden het belangrijk dat er goed wordt meegedacht met de bewoners."

HR-ketel

"Bij een HR-ketel is het belangrijk om hem goed in te regelen. Wij zoeken daarom een installateur die niet alleen de ketel ophangt, maar ook goed meedenkt met de bewoner. Wij hebben voor dit onderwerp een informatieavond in het najaar gepland."

Meten is weten

"Wittevrouwen Duurzaam heeft een aantal energiemonitors te leen. Hiermee kun je heel simpel je elektriciteitsverbruik bijhouden. De monitor is gekoppeld aan een website, waarbij je ook het gebruik van andere huishoudens (anoniem) uit de wijk kunt zien en jouw verbruik kunt vergelijken. Wij komen helpen bij het installeren van de monitor en je mag hem drie maanden houden. Dan gaat hij door naar de volgende die interesse heeft. Je kunt hem ook kopen natuurlijk. Op de eerste avond hebben zich hier 40 mensen voor aangemeld."

Poortpoetsers

Ella is ook actief bij het bewonersinitiatief de Poortpoetsers. Ongeveer vier keer per jaar wordt de Poortstraat helemaal schoongeveegd door een groep straatbewoners. "Het is een actie die nodig is omdat er veel afval ligt, maar het is ook gezellig en goed voor de sociale cohesie. Het oorspronkelijk plan was de Poortstraat weer haar oude allure terug te geven. Zo hebben wij onder meernieuwe lantaarnpalen gekregen, uniforme vuilnisbakken en nieuwe plantenbakken. We krijgen daarbij hele goede ondersteuning van Wijkbureau Noordoost", vertelt Ella.

Toekomst

"We willen een mooiere en schonere wereld voor onze kinderen creëren en tegelijkertijd onze energiekosten omlaag brengen. Daarnaast is het leuk om kennis te delen. Met meer mensen weet je ook meer."

Meer informatie

Wil je meer weten, mail ons op:
witevrouwenduurzaam@gmail.com
of kijk dan eens op onze nieuwe website:
www.witevrouwenduurzaam.nl

Nieuwe avond gepland over HR ketels

Alles over HR-ketels, 15 oktober 20.00 uur,
locatie Jenaplanschool Wittevrouwen.
Komt allen!

Luchtkwaliteit

Monique Bollen: "Noordoost is heel groen, maar nog niet gezond genoeg"

Waarom hebben we in Utrecht een milieuzone? Waarom investeren we zoveel in fietsstraten en fietsenstallingen? Waarom rijdt de schoonste busvloot van Nederland in Utrecht en vervoeren we ons afval door de grachten met elektrische boten? Monique Bollen, raadslid voor GroenLinks, legt het uit.

Monique Bollen is sinds maart gemeenteraadslid voor GroenLinks. Monique is milieuprofessional en woordvoerder duurzaamheid, milieu en luchtkwaliteit. Ze is daarnaast ook wijkcontactpersoon namens de raad voor Noordoost, de wijk waar ze ook zelf woont.

Utrecht neemt veel maatregelen om de luchtkwaliteit te verbeteren, waarom is dat zo belangrijk?
"De lucht in Utrecht is niet top, mede doordat we het verkeersknooppunt van Nederland zijn. Het inademen van schone lucht is een primair recht van mensen. Vieze lucht is gewoon heel slecht voor de gezondheid en in Utrecht is de lucht niet schoon genoeg."

Wat zijn de gezondheidsgevolgen van vieze lucht?
"Als je continu vieze lucht inademt, kan dat grote gevolgen hebben voor je gezondheid. Drie tot vijf procent van de gezondheidsproblemen die mensen hebben wordt veroorzaakt door vieze lucht. Luchtverontreiniging draagt bij aan het ontstaan van bijvoorbeeld hart- en vaatziekten en longkanker."

Noordoost is een groene wijk, zijn de problemen in deze wijk ook groot?
"Noordoost is inderdaad een prachtige, groene wijk. Helaas zegt dat niets over de luchtkwaliteit. Daarom nemen we ook in Noordoost maatregelen."

Noem eens een aantal van deze maatregelen?
"Verkeer is de grootste lokale bron luchtverontreiniging. We willen als stad gezonde lucht en dan moet je zorgen dat het minder interessant is om met een auto door de stad te rijden en alternatieven juist aantrekkelijker maken. Daarvoor hebben we een hele mix van maatregelen. Zo is de maximum snelheid op de Kardinaal de Jongweg verlaagd, worden elektrische laadpalen geplaatst om elektrisch vervoer te stimuleren en stoplichten vriendelijk afgesteld voor fietsers en voetgangers."

Wat kunnen we van deze coalitie nog verwachten?
"In het coalitieakkoord staat dat we streven naar gezonde lucht. We moeten in 2015 voldoen aan de Europese normen voor luchtkwaliteit. We hebben met elkaar afgesproken dat we dan niet stoppen met het nemen van maatregelen, maar verder gaan om de luchtkwaliteit verder te verbeteren."

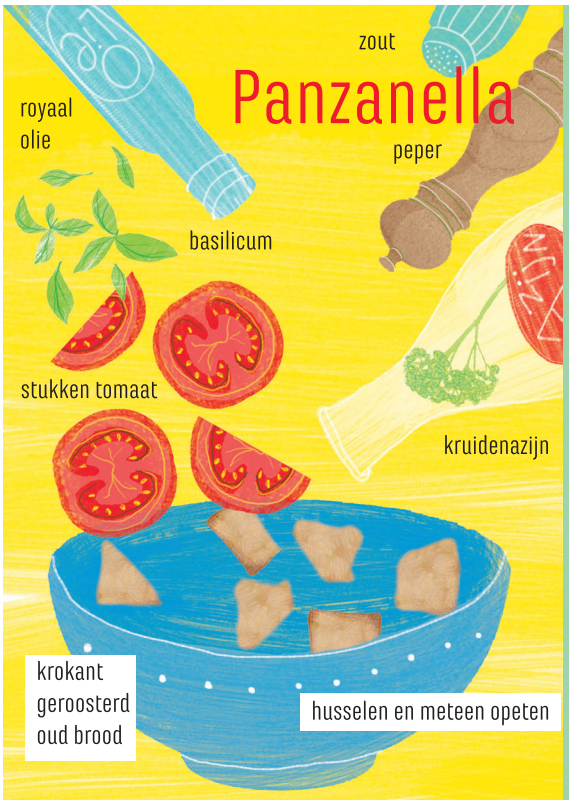
Kunnen Utrechters ook zelf iets doen?
"Het belangrijkste is dat je je beseft dat bijvoorbeeld 'even met de auto boodschappen doen' een negatief effect heeft op de luchtkwaliteit en daarmee ook op de gezondheid. En zou je nu nog wel een benzinebrommer aanschaffen, dat is echt iets van de vorige eeuw. Kies voor een elektrische scooter of nog beter, pak de fiets."

En als we zelf een suggestie hebben of een vraag?
"Mijn collega raadsleden en ik horen ze graag! Van de meeste fracties is een raadslid aanwezig bij het maandelijks overleg van de wijkraad NoordOost. U kunt mij altijd een mail sturen (m.bollen@utrecht.nl) of op straat aanspreken."

Slim koken met Restjes

ENJOY good food DON'T WASTE IT 2014
EU-JAAR TEGEN voedselverspilling
RIA & JENNY ZIEKEN HET UIT

Panzanella



OUD BROOD? Zooo lekker...!

BRUSCHETTA Bestrijk sneetjes oud (stok)brood met een mengsel van olijfolie, knoflook en zout. Rooster ze 1 minuut onder de hete grill. Beleg ze met tomaat en mozzarella, walnotentapenade of hummus. Meteen opeten.

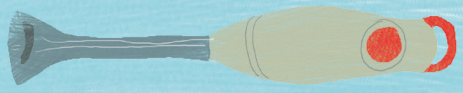
CROUTONS Voor in de soep of een salade: snijd oud brood in kleine blokjes en bak deze rondom bruin in (olijf)olie met knoflook, bestrooi ze met wat zout. Bewaren in een afgesloten bakje.

PANEERMEEL Spaar je oude boterhammen, kapjes en restjes stokbrood op in een open mandje op een droge plek. Is het mandje vol, laat alles dan nog even goed drogen in een lauwe oven. Maal het dan fijn in de keukenmachine en bewaar het in een dichte pot.

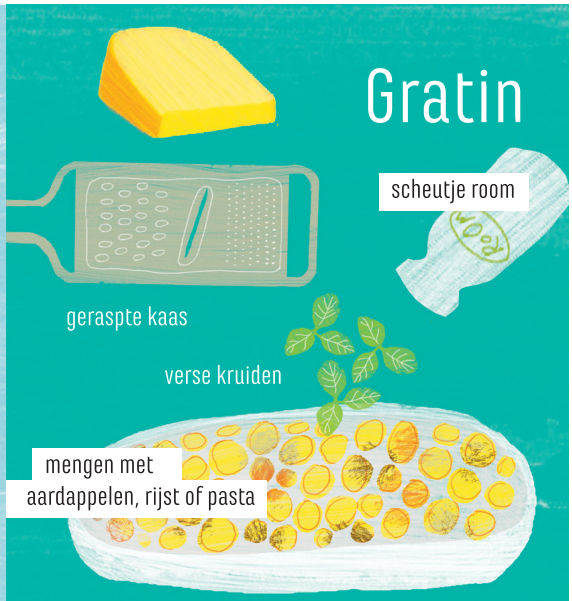
Broodchips

FAVORIET VAN RIA

1. Laat oud brood in water weken en maal het fijn met de staafmixer of keukenmachine. Het moet een smeerbare substantie worden.
2. Meng het naar smaak met wat grof zout, sesamzaad, geraspte oude kaas of Provençaalse kruiden.
3. Smeer het mengsel heel dun uit op een silicon-enmat of een vel bakpapier.
4. Leg dit op een bakplaat en zet deze 20 minuten onder in de oven bij 175 graden.
5. Keer dan het baksel met bakpapier en al om op de plaat.
6. Trek het bakpapier eraf, laat de broodchips nog 5 minuten bakken en zet de oven dan uit.



Gratin



In een ovenschaal doen. Kaas en/of paneermeel erover strooien. Klontjes boter erop.

Als je weet dat een gemiddeld gezin in Nederland jaarlijks 50 kg goed voedsel verspilt, snap je wel dat koken ook een stuk duurzamer kan. Om je daarbij te helpen, hebben Jenny Lindhout en Ria de Jong van Jonghout boekenmakers een grappig speels mini-boekje gemaakt met informatie en tips tegen voedselverspilling. Dit zijn een paar restjesrecepten uit dat boekje. Meer weten of het boekje aanvragen kan op www.jonghout.nl

Energiek Tuindorp

Op de foto vlnr: Maritt van Gulick, Kor Al, Frans van de Berg, Martijn Bool, Hans ter Rele, Richard van den Broek

Energiek Tuindorp is een enthousiaste en gevarieerde groep bewoners die graag willen bijdragen aan het verduurzamen van Tuindorp. Allemaal hebben ze al wel iets aan hun huis gedaan. Zonnepanelen met Zonnig Tuindorp, een zonneboiler, dakisolatie en sommigen ook al spouwmuur of vloerisolatie. Met energiebesparende maatregelen bezig zijn werkt aanstekelijk. Via het bewonersinitiatief Energiek Tuindorp zijn inmiddels bijna 95 opdrachten voor spouwmuurisolatie gegeven en zeker 50 voor vloerisolatie. De uitvoering is in volle gang. En er komen er steeds meer bij. Een gesprek met Maritt van Gulick, één van de initiatiefnemers van Energiek Tuindorp en tevens Energie-Ambassadeur. Maritt heeft zelf inmiddels negen zonnepanelen op het dak liggen en de muren, vloeren en het dak geïsoleerd. Een goed voorbeeld!

Zonnig Tuindorp

Voorjaar 2012 was er een oriënterende bijeenkomst over zonnepanelen in de Tuindorpkerk. Daar kwamen 50 mensen op af! Door vier buurtgenoten is toen Zonnig Tuindorp opgericht om een collectief aanbod te realiseren. volgt dan de eerste informatieavond met de geselecteerde aanbieder. Er bleek veel interesse voor een dergelijk collectief aanbod. Na de vierde informatieavond werd 10 juli j.l. het 1000ste zonnepaneel geïnstalleerd! Met 124 huishoudens wekken we in Tuindorp al meer dan 200MWh per jaar op, waardoor 95000 kg minder CO^2 uitstoot in Tuindorp. Dat is toch prachtig! En de actie loopt nog steeds, Econovum heeft een interessante aanbieding voor bewoners van Tuindorp en omgeving. Dus heb je ze nog niet? Het kan nog!
Enkele bewoners waardeerden al het werk van Zonnig Tuindorp zo, dat ze een deel van de ontvangen korting gedoneerd hebben om de kosten van Zonnig Tuindorp te dekken en ze een deel schonken aan Speeltuin de Pan!

Energiek Tuindorp

Energiek Tuindorp bestaat sinds juni 2013. Aangestoken door het succes van Zonnig Tuindorp is een nieuwe groep ontstaan."Dan heb je die zonnepanelen, en je bouwt energie op, maar er kan nog zoveel meer! Dus zijn we gaan kijken hoe we kunnen besparen met isolatie, want bij die oude huizen in Tuindorp (jaren '30) valt een hoop te verbeteren. We hadden in november een informatiebijeenkomst georganiseerd met de twee leveranciers die wij geselecteerd hadden en daar zaten ineens 100 mensen in de Pauluskerk! Dat was even schrikken!""

Spouwmuren- en vloerisolatie

"We begonnen met geld en energie besparen, maar we werden verrast door het leefcomfort! Heerlijk, een goed geïsoleerd huis, de warmte blijft binnen. En dan realiseer je je opeens dat deze convectorput jarenlang vooral de kruipruimte heeft verwarmd. Die heb ik meteen ook maar geïsoleerd met piepschuim platen. De kruipruimte was inmiddels opgeruimd en schoon met het zeil op de grond dus dat was prettig werken onder ons huis. We hadden dit voorjaar nog een avond, maar die werk minder druk bezocht. Het komt denk ik omdat men in de winter eerder aan isolatie denkt dan in de zomer."
Toch zijn er inmiddels bij zeker 95 woningen de spouwmuren en 50 vloeren geïsoleerd. Dit levert in Tuindorp naar schatting een besparing van 52.400 m^3 gas per jaar en dat is al gauw € 34.000,-. Dat staat gelijk aan ruim 100.000 kg minder CO^2 uitstoot door een lager gasverbruik. Tuindorp verduurzaamt steeds meer!

Houtworm

De Tonzon vloerisolatie wordt vakkundig door Conforta in de kruipruimte onder je vloer bevestigd. De kruipruimte moet dan eerst schoon worden gemaakt. Bij iemand ontdekten ze daar houtworm, altijd handig om op tijd bij te zijn. De spouwmuurisolatie wordt door Feenstra van buitenaf via gaten in de gevel gespoten. Het gaat om glaswol of thermoparels (piepschuimballetjes). "Omdat we met zo'n grote groep waren, kregen we veel meer voor elkaar dan alleen een lage prijs. We hebben hier met name hard onderhandeld over de garantie. Het is ook hier weer maatwerk, ieders huis en budget is anders, en dat laten we ook aan de mensen zelf over. Er worden allemaal individuele offertes gemaakt."

Samen van, voor en door bewoners

"Het grote voordeel van een collectief is dat ieder dat deel uitzoekt dat hem ligt en dat je toch samen een grote expertise opbouwt! En het is leuk om die kennis te delen, om iets voor je buurt te doen. Wij konden daarmee een hoop mensen ontzorgen en dat geeft weer een hoop energie. Er is ook altijd ruimte voor nieuwe initiatieven. Wij hebben dit opgezet, maar als mensen verder willen met een Energiebox of Warmte- en Koude Opslag om maar wat te noemen, dan kunnen ze op onze steun rekenen. De kracht zit hem er juist in dat mensen er voor een bepaalde periode hun schouders onder zetten. Het is werk voor de buurt, onbetaald en wij krijgen dezelfde korting die iedereen krijgt. Het is leuk, je leert veel nieuwe mensen kennen en de projecten bieden ook veel verbroedering en samenhang.
Een mooi project: van, voor en door bewoners."

www.energiektuindorp.nl

Wijk & Co

Passie voor werk en wijk

Wijk & Co inspireert en ondersteunt mensen in Utrecht Noordoost om – vanuit eigen willen en kunnen – hun talenten te ontwikkelen, zich te verbinden en samen te werken. Voor vragen, wensen, ideeën of gebruik van accommodaties in de wijk kunt u bij ons terecht.

Wie zijn wij

v.l.n.r. Petra Jongerius, Bep van Rees, Reilif Bonse, Ron Reese, Rosa Balrak, Wies Kool, Anna Maria Schotborgh (FOTO Henni Bunnik)

Sociaal makelaars accommodaties

Wies en Bep zien buurtcentrum De Leeuw als plek om bewoners bij elkaar te brengen. De leeuw biedt ruimte voor het ontwikkelen en uitvoeren van bewonersinitiatieven, nieuwe ideeën zijn van harte welkom!

Sociaal makelaars kinderen

Anna Maria en Rosa maken verbindingen tussen buurtbewoners en door hen bedachte activiteiten. Een voorbeeld hiervan is een bewoner die in het kader van haar studie een activiteit wilde organiseren voor kinderen. Anna Maria en Rosa ondersteunen haar hier in.

Sociaal makelaar volwassenen

Petra en Reilif zetten zich in voor volwassenen in de wijk. In Utrecht Noordoost wonen veel ouderen waarvan de geboden zorg vanaf 2015 onzeker wordt. Petra en Reilif vinden het dan ook mooi te zien dat er vanuit de wijk initiatieven ontstaan waar zij, vanuit Wijk & Co, ondersteuning aan kunnen bieden.

Informatie:

www.wijkenco.nl
Facebook.com/buurtcentrumdeleeuw
twitter.com/WijkenCo
E-mail: noordoost@wijkenco.nl

Duurzame tips

IN HUIS

- Zet de verwarming standaard 1-2 graden lager en een uurtje eerder op de nachtstand. Met iedere graad die je de thermostaat lager instelt, bespaar je gemiddeld 7% op je energiegebruik voor verwarming (verreweg de grootste energiepost in huis).
- Vervang je oude CV-ketel met een hoog rendement (HR) ketel. Hiermee kun je €200 aan stookkosten per jaar besparen. Laat de ketel regelmatig onderhouden worden. Deze werkt dan efficiënter en veiliger.
- Geef de radiatoren de ruimte om hun warmte kwijt te kunnen. Banken en gordijnen weerhouden de warmte om door de ruimte heen te verspreiden. Onderschat dit niet, met deze tip kun je al €100 besparen aan jaarlijkse stookkosten.
- Douchetimer. Daag je gezinsleden uit om korter te douchen! Als alle leden van een huishouden twee minuten minder douchen, dan scheelt dat op jaarbasis ongeveer 12.000 liters water en 90 m^3 gas. Dit betekent al gauw een besparing van 80 euro per jaar.
- Maak een isolatie-plan voor je huis: goede isolatie bespaart je veel energie en geld. Eén ding kun je alvast aanpakken; plakken van radiatorfolie achter de verwarming.
- Zet ook de waakvlam van de CV-ketel uit in de zomer en als je langer dan vijf dagen van huis bent. Hiermee bespaar je ongeveer 90 m^3 gas, dit is zo een €60 per jaar.

APPARATEN

- Zet zoveel mogelijk apparaten uit: de tv, de airco, de elektrische oven etc. Ze hoeven niet op standby te staan.
- Apparaten als de televisie, cd-speler, magnetron, computer en babyfoon verbruiken energie als je ze niet echt uitzet. Je kunt daarom eenvoudig energie besparen door allerlei apparaten daadwerkelijk uit te zetten.
- Heb je overal al spaar- of ledlampen? Zo nee, mooie tijd om ze nu te wisselen. En: licht uit in vertrekken waar je toch niet bent.
- Gebruik bespaarstekkers tussen elektronische apparatuur en stopcontact of gebruik doosstekkers met een schakelaar. Bespaarstekkers zetten het apparaat automatisch uit als het niet wordt gebruikt. Als je een bespaarstekker tussen het stopcontact en bijvoorbeeld een fax plaatst, dan bespaart dit gemiddeld al €175. Vooral doen bij apparatuur met een stand-by mode.
- Houd de koelkast altijd schoon en vooral de koelelementen. Als de achterkant van een koelkast of vriezer schoon is dan werken deze voor 30% efficiënter.
- Om voedingsmiddelen goed te kunnen bewaren in de koelkast moet de temperatuur niet kouder zijn dan vier graden. Meet de temperatuur met een thermometer in een bak met water midden in de koelkast. Een vriezer hoeft niet kouder dan -15 graden te zijn. Kouder dan dit heeft geen meerwaarde. Zet je koelkasten en vriezer niet te koud.
- Doe de Bespaartest op www.bespaartest.nl

Duurzame uitvaart

TEKST PUCK 'T HART

Duurzaam begraven in een natuurgebied is tegenwoordig mogelijk. De kist moet natuurlijk van goed afbreekbaar materiaal zijn, en er mag geen grafsteen op, maar meestal wel een boomstam of zwerfkei, met eventueel een naam en data daarop. Je koopt de plek voor onbepaalde tijd en daarmee steun je dan ook Natuurmonumenten of Staatsbosbeheer. Dat kan al op Den en Rust in Bilthoven, en bij Stroe op de Hoge Veluwe, en binnenkort nog op veel meer plekken. Ik praat over duurzame uitvaarten met de directeur PCB Uitvaart, David de Waal.

Hoe werd je uitvaartbegeleider?
"Ik was verpleger in een ziekenhuis, werkte veel 's nachts en zag een vacature voor drager bij een uitvaarder, voor overdag. Dat was mooi te combineren met mijn ziekenhuiswerk. Ik vond het meteen mooi werk, met veel diepgang, en prettig contact met mensen. Dus zei ik het verplegersvak vaarwel en werd ik uitvaarder. Twintig jaar geleden kwam ik bij PCB. Hier heb ik de kans om leiding te geven en tevens contact met de families te onderhouden. Dit is een klein team met leuke collega's. We zijn met zeven collega's in totaal, in onze vestigingen in Vianen en Nieuwegein zit één persoon, hier in Utrecht zijn we met zijn vijven. Wij zijn niet winstgedreven, we maken wel winst, maar het is niet ons doel. Ons doel is mooie uitvaarten organiseren waar nabestaanden goed op terug kunnen kijken en die hen helpt met de rouwverwerking."

Wat is milieuvriendelijker: begraven of cremeren?
"Dat maakt eigenlijk niet zoveel uit. Het minst duurzaam van uitvaarten is het vervoer van de mensen, die met auto's naar de uitvaart komen. Je kunt ook kiezen voor een loopkoets waar de rest van de stoet omheen loopt. De producten zijn natuurlijk ook verschillend. We hebben tegenwoordig ook fairtrade manden, gemaakt van bananenbladen. Die zijn wel duurzaam. Zeker als je dat vergelijkt met een eikenhouten kist. Voor de catering kun je natuurlijk kiezen voor lokale biologische producten. Een steen uit Belgie is meestal ook duurzamer dan een natuursteen uit China. Het zijn allemaal minimale verschillen, maar nabestaanden hebben wel de keuze. Je kunt dus zelf de duurzaamheid van je uitvaart voor een groot deel bepalen."
www.pcbuitzvaartzorg.nl

Kinderdagverblijf Villa Kakelbont, Sesam en Jodokus BSO Tindola, BSO De Warmoes, BSO Kaktus, BSO Villa Kakelbont, BSO Spoenk, BSO Bolderburen

Voor meer informatie: www.ludens.nl / ip@ludens.nl / 030 – 256 70 70

Ludens
kinderopvang in de buurt

Buurt

BOEKBESPREKINGEN MAURICE HENGEVELD

De Zeeheldenbuurt is een klein stukje stad in Utrecht Noordoost. De statige buurt wordt begrensd door de Kardinaal de Jongweg in het noorden, de Sartreweg in het oosten, de Biltstraat in het zuiden en de Oosterspoorbaan – de voormalige treinverbinding tussen Utrecht en Hilversum – en de Jan van Galenstraat in het westen. Over het ontstaan van de Zeeheldenbuurt verscheen in 2012 het boek Buurt – van zeehelden, stille helden en andere mensen in Utrecht Oost, een leuke, leerzame en verrassende geschiedenis.

'Een buurt is slechts een stratenplan met een verzameling opgestapelde stenen, maar achter die stenen gaan de ontelbare verhalen van mensen schuil.' Dat schrijft Ronald Giphart, Nederlands schrijver en bewoner van de Zeeheldenbuurt, in zijn inleidende column in Buurt – van zeehelden, stille helden en andere mensen in Utrecht Oost. Het bijzondere lees- en kijkboek werd geschreven en samengesteld door buurtbewoners Jos van Beurden, Hans van Dijk en Sipke de Jong naar een idee van Van Beurden, PhD-onderzoeker (verbonden aan de Vrije Universiteit van Amsterdam), schrijver en moderator. Op zoek naar 'de geuren, de kleuren en de geheimen van zes straten' verzamelden zij opmerkelijke en verrassende wetenswaardigheden en ontroerende, vaak ook ontluisterende verhalen.

Het boek behandelt de geschiedenis van de Zeeheldenbuurt vanaf het jaar nul, de eerste bouwplannen, de architectuur en het sociale leven en eindigt met een unieke gids van honderd oude huizen. Ook de bewoners komen in het boek voorbij in verhalen over wat hen drijft, verbindt en af en toe uit elkaar drijft.' Portretten van Karel Doorman, Willem Barentsz, Cornelis Houtman, Jan Cornelis de Rijp, Jacob van Heemskerk en Buys Ballot – naar hen zijn de straten in de Zeeheldenbuurt vernoemd – zijn kris kras door het boek heen te vinden en maken het compleet.

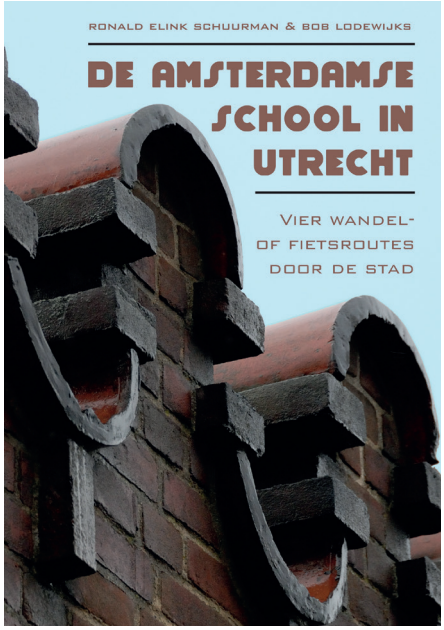
Hoewel ik de Zeeheldenbuurt zelf nauwelijks ken – ik kan me alleen een wild feestje in één van de statige panden in de aangrenzende F.C. Donderstraat herinneren, maar dat was in mijn jeugd – las ik het boek met bijzonder veel plezier. Mij sprak daarbij vooral het hoofdstuk 'Nieuwe tijden' aan over de periode 1955 – 1985 met de komst van steeds meer woongroepen voor studenten en gastarbeiderspensions in de buurt en de bouw van flats aan de Karel Doormanlaan. Maar ook de gids over honderd oude huizen bevat leuke wetenswaardigheden over de buurt en haar bewoners.

Eén adres licht ik hier graag even uit, Willem Barentszstraat 100. Daar woonde onder andere mw. A.J. Wolthers-Arnolli, van 1927 tot 1941 gemeenteraadslid voor de socialistische SDAP (nu PvdA). Als voorzitter van de in 1932 opgerichte Nederlandse Vrouwen Electriciteits Vereeniging (NVEV) pleitte zij voor minder huiselijke arbeid en propageerde daarom het gebruik van elektrische apparaten als stofzuigers en elektrische fornuizen. Volgens haar eigen zeggen stond zij daarmee aan de wieg van het elektrisch koken in Nederland! Kijk, dat zijn leuke verhalen!

'Buurt – van zeehelden, stille helden en andere mensen in Utrecht Oost' is voor 15 euro te verkrijgen in de boekwinkel en op Willem Barentszstraat 4 en 56. Een aanrader voor buurtbewoners, maar zeker ook voor iedereen die interesse heeft in Utrecht en haar historie.

Gids Utrecht

Een bijzondere ontdekkingstocht door Utrecht



Vier wandel- of fietsroutes door de stad Utrecht rond het thema 'de Amsterdamse School'. Dat is kort gezegd wat Ronald Elink Schuurman en Bob Lodewijks aanbieden in het boekje 'De Amsterdamse School in Utrecht', dat in juni dit jaar verscheen. Een meer dan bijzondere ontdekkingstocht door de Domstad waar de aansprekende bouwstijl rijk vertegenwoordigd blijkt!

De Amsterdamse School is een stijl in de bouwkunst, die valt te plaatsen onder de periode van de Moderne Bouwkunst. De stijl wordt gekenmerkt door het gebruik van enerzijds veel bakstenen en anderzijds expressieve en fantastische vormen. Grondleggers van de Amsterdamse School waren de Amsterdamse architecten Michel de Klerk, Joan Melchior van der Meij en Piet Kramer, die rond 1910 samen deze nieuwe bouwstijl ontwikkelden. Bekende Utrechtse voorbeelden van deze bouwstijl zijn het voormalige postkantoor op de Neude, het Hoofdgebouw III van de NS (bekend als de Inktpot) aan het Moreelsepark en het Louis Hartlooper Complex aan het Ledig Erf. Dat Utrecht meer architectonische schatten uit de periode van de Amsterdamse School kent, blijkt uit het boekje 'De Amsterdamse School in Utrecht'!

In ruim 130 pagina's wordt de lezer aan de hand van vier routes door Utrecht langs telkens ongeveer 25 karakteristieke gebouwen geleid. Hoewel alle vier zeer de moeite waard zijn, is voor bewoners van Noordoost vooral Route 3 – door Tuinwijk en Wittevrouwen – erg leuk. Deze ongeveer vijf kilometer lange route voert langs een aantal opmerkelijke woonhuizen, maar ook langs Hotel/Restaurant Badhu aan het Willem van Noortplein en aan de Dekhuyzenstraat 40-60 de voormalige Kliniek voor Kleine Huisdieren, onderdeel van de Rijks Veeartsenijschool. Of wat te denken van het voormalig Veterinair Anatomisch Instituut aan de Bekkerstraat (zie foto). Dit zeer massieve en imposante gebouw bevat naast kenmerken van de Amsterdamse Schoolstijl ook bijzonder beeldhouwwerk.

Baddhu

Bijzonder vind ik het om in dit verhaal even stil te staan bij Badhu aan het Willem van Noortplein, met haar het unieke concept van Arabisch eten, drinken en slapen inmiddels al geruime tijd een begrip in de buurt, de stad en ver daarbuiten. Het is een prachtig staaltje herbestemming van het voormalige vijfde Volksbadhuis. De smeedijzeren letters op de gevel, typerend voor de Amsterdamse Schoolstijl, verwijzen nog naar het verleden. Menig oorspronkelijk buurtbewoner kan zich waarschijnlijk nog herinneren dat je daar, bij gebrek aan eigen sanitaire voorzieningen, voor ongeveer een dubbeltje kon douchen. De bestemming badhuis verdween in de jaren vijftig uit het Utrechtse straatbeeld, maar gelukkig is het prachtige gebouw goed bewaard gebleven en heeft het een prima functie met toegevoegde waarde voor de buurt gekregen.

'De Amsterdamse School in Utrecht' is een bijzonder leuk boek en te bestellen via www.freemusketeers.nl en kost € 15,95.

Griep

TEKST MARIANNE VAN BUUL

De warme dagen van de zomer zijn inmiddels ingeruild voor koelere dagen, de eerste herfstkleuren dienen zich aan. De dagen worden korter, vogels trekken naar het zuiden, paddenstoelen schieten uit de grond en wolkenvelden maken de mooiste tekeningen in de lucht. Het is herfst. De eerste blaadjes dwarrelen uit de bomen, zodat het grasveld bij de Meester Sickeszlaan niet meer alleen groen kleurt, maar ook rood, oranje en bruin. Rond deze tijd liggen zowel griep als verkoudheid weer op de loer.

Een gewone verkoudheid wordt vaak verward met griep. Wat is eigenlijk het verschil? Griep is een besmettelijke ziekte van de luchtwegen, veroorzaakt door een infectie met het influenzavirus. De meest voorkomende symptomen zijn: een plotseling begin met koorts, koude rillingen, hoofdpijn, spierpijn en een droge hoest. De hoest kan lang aanhouden, de overige klachten verdwijnen meestal na twee tot zeven dagen. Griep verloopt over het algemeen heftiger dan een gewone verkoudheid. De meest voorkomende complicaties zijn bronchitis en longontsteking. Symptomen van een gewone verkoudheid blijven beperkt tot het bovenste deel van de luchtwegen (loopneus, niezen, waterige ogen en keelpijn) en verdwijnen over het algemeen sneller. Tevens treden er minder complicaties op. Hoge koorts en spierpijn worden over het algemeen niet geassocieerd met verkoudheid, maar wel met griep.

De meeste mensen krijgen in de winter griep omdat het griepvirus beter gedijt bij lagere temperaturen. Verder zitten mensen in de winter veel en dichter bij elkaar in kleine ruimtes, waardoor het virus zich makkelijker kan verspreiden. Het virus verspreidt zich via kleine druppeltjes tijdens hoesten of niezen en via de handen. Sommige mensen lopen meer kans op complicaties als ze griep krijgen, dit zijn mensen van 60 jaar en ouder, mensen met een hartaandoening, een longziekte of suikerziekte, nierpatiënten en mensen met een verlaagde weerstand door andere ziekten of veroorzaakt door een medische behandeling (zoals chemotherapie). Huisartsen roepen hun risicopatiënten elk jaar vanaf eind oktober op om een griepprik te komen halen. Het griepvaccin bevat onschadelijk gemaakte stukjes van de virusvarianten die in het komende winterseizoen in Nederland worden verwacht. Het afweersysteem reageert hierop door afweerstoffen tegen de griepvirussen aan te maken. Omdat het griepvirus voortdurend verandert, bouwen mensen bij infectie met het griepvirus geen weerstand op die hen levenslang beschermt. Daarom moet de samenstelling van het vaccin jaarlijks worden aangepast en moet de griepprik elk jaar worden gegeven. Het duurt ongeveer twee weken voordat de griepprik voldoende bescherming biedt.

Genoeg erover. Ik pak mijn fiets om naar het winkelcentrum De Gaard te fietsen. Even later staat er een man voor me bij het stoplicht, bij het kruispunt van de Kardinaal de Jongweg en de Eykmanlaan. Hij hoest hard en snuit vervolgens uitgebreid zijn neus. Zou hij griep hebben of een gewone verkoudheid? Het stoplicht springt op groen. Ik steek over en kijk nog even naar de man op de fiets. Waarschijnlijk is hij gewoon verkouden...

Elektrische auto's

Snelle opmars van elektrisch rijden in Utrecht!

TEKST MAURICE HENGEVELD

"De wijk Noordoost heeft de meeste oplaadpunten voor elektrische auto's in Utrecht!" Het kwam voorbij tijdens de redactievergadering voor deze editie van Mens en Wijk, met duurzaamheid als thema. Of dat de basis kon worden voor een artikel over elektrisch rijden. Met volle overtuiging antwoordde ik "ja", maar eenmaal aan het werk bleek dat iets te voorbarig! Lees hieronder wat ik wel vond over elektrisch rijden in de Domstad...

Een zware domper

"Strop voor eigenaren elektrische auto: bijladen plotsklaps 60 procent duurder!", kopte een bericht op Joop.nl van afgelopen 16 juni. Waar het thuis of op je werk opladen van de accu van elektrische auto's onverminderd goedkoop blijft, bleek uit het artikel dat opladen bij openbare laadpalen ineens stukken duurder wordt. De oorzaak van dit ongemak zou liggen in een maatregel van voormalig minister Maxime Verhagen van Economische Zaken om de markt voor elektrisch laden los te koppelen van subsidies. Aanbieders van openbare laadpalen zien zich daardoor genoodzaakt alle kosten door te berekenen. Een zware domper voor wie om belastingtechnische redenen heeft besloten elektrisch te gaan rijden!

Utrecht Elektrisch

Kort daarvoor bleek nog uit het onderzoek 'Elektrisch rijden in de G4' – in opdracht van de G4 gemeenten Amsterdam, Rotterdam, Den Haag en Utrecht – dat elektrische rijders in de betreffende gemeenten intensief gebruikmaken van elektrische auto's en hybride auto's met stekker. Liefst 75 procent van de e-rijders gaf daarbij aan minimaal 200 km per week en 25 procent zelfs meer dan 500 kilometer per week elektrisch te rijden. Op de vraag 'heeft u een oplaadpaal in uw gemeente aangevraagd' bleek dat 80 procent van de elektrische rijders in Utrecht (aantal niet vermeld!) een dergelijke voorziening nabij het woonadres heeft aangevraagd. Van de Utrechtse respondenten in het onderzoek gaf 85 procent op zijn/haar auto (ook) op te laden bij een openbaar laadpunt.

Grote ambities

De Mariaplaats kreeg het eerste oplaadpunt in Utrecht in 2011 en destijds sprak de gemeente de ambitie uit dat aantal te laten groeien tot 200 tegen het einde van 2012. De gemeente stelde de luchtkwaliteit in de stad te willen verbeteren, de C02-uitstoot te willen verminderen en te willen bijdragen aan een aantrekkelijke en leefbare stad voor bewoners en bezoekers. Ingezet werd op het stimuleren van OV, fiets en schoon vervoer. In het juni 2011 gepresenteerde actieplan schoon vervoer 2010-2014 worden verschillende acties beschreven om stille, schone en zuinige voertuigen welkom te heten in de stad. Het (laten) plaatsen van oplaadpunten vormt een belangrijk onderdeel van dat plan. De ambities waren hoog en op vrijdag 14 maart 2014 werd de inmiddels 100ste elektrische oplaadpaal in gebruik werd genomen op de parkeerplaats naast het winkelcentrum Vleuterweide.

De cijfers

Cijfers over het precieze aantal elektrische rijders in Utrecht blijken moeilijk te achterhalen. In een blogpost op het KpVV dashboard voor duurzame en slimme mobiliteit uit juni 2013 wordt echter gesteld, dat gemeten per 10.000 inwoners de provincie Utrecht in 2012 de meeste elektrische auto's had, te weten 10. In totaal zou het gaan om 10.447 auto's. In hoeverre die cijfers kloppen is niet bekend en vertalingen naar de stad Utrecht zijn helaas niet te vinden, ook niet op Utrecht.nl, de website van de gemeente. Daar wordt echter wel verwezen naar oplaadpalen.nl voor informatie over (semi) openbare oplaadpunten in de gemeente.

Conclusie

Elektrisch rijden is dus zonder enige twijfel aan een snelle opmars bezig, ook in Utrecht. Voor wie meer informatie wil over de mogelijkheden heeft de gemeente Utrecht een informatiepagina op de website onder utrecht.nl/utrecht-elektrisch, waar ook informatie te vinden is over elektrisch opladen en waar dat kan. Voor wie geen elektrische auto heeft, maar gebruik wil maken van een deelauto (ook duurzaam!) hebben wij hiernaast wat aanbieders op een rijtje gezet.

Deelauto's

Greenwheels

De auto waarvoor je betaalt wanneer je hem gebruikt. Greenwheels heeft in Utrecht zo'n 170 deelauto's staan, verspreid over alle wijken. Dit zijn compacte auto's en gezinsauto's. Sinds 2011 zitten er ook elektrische deelauto's bij. Greenwheels biedt verder in Nederland auto's aan bij de meeste stations.
www.greenwheels.com

Snappcar

SnappCar is een zogenaamde 'peer-to-peer' autodeelorganisatie. Dat betekent dat ze zelf geen auto's aanbieden. Ze verzorgen een online platform waarop je de privéauto van een andere particulier kunt huren. De verhuurder bepaalt zelf de dagprijs. Iedereen kan ook zijn eigen auto aanbieden voor verhuur. SnappCar zorgt ervoor dat dit makkelijk en goed verloopt. Zo wordt je auto goed verzekerd en huurders worden gecontroleerd op hun identiteit en rijgedrag. www.snappcar.nl

MyWheels

MyWheels (voorheen Wheels4all) heeft in Utrecht ongeveer 20 deelauto's in en rond de binnenstad en in Leidsche Rijn. Er zijn verschillende soorten auto's te huur, ook van particulieren; het zogenaamde 'peer-to-peer' autodelen. Deze organisatie biedt dus zowel georganiseerd als peer-to-peer autodelen aan. De organisatie werkt non-profit en heeft als motto: Geen winst maar idealen.
www.mywheels.nl

DriveMoby

DriveMoby biedt je een eigen nieuwe auto voor een vast laag bedrag per maand. Dit is een all-in prijs, dus inclusief onderhoud, verzekering en pechhulp. De meest populaire auto's zijn de Kia Picanto en de Volkswagen Up. www.drivemoby.nl

Connect Car

ConnectCar heeft ongeveer 20 deelauto's in Utrecht, verspreid over buurten in of net buiten betaald parkeergebied. De auto's zijn er in verschillende maten; van kleine boodschappenauto tot flinke gezinswagen. www.connectcar.nl

www.deelauto.nl
www.utrechtdeelt.nl

Leever beleeft

Duurzaam delen

Het deed pijn om mijn auto weg te doen, twee jaar geleden. Een glanzende Rover45 was het, in sjiek British Racing Green. Jarenlang toerde ik dagelijks het land met haar door. Totdat ik in de buurt ging werken. Aan de overkant van de straat zelfs. Mijn Rover stond maar in haar parkeervak te staan, praktisch ongebruikt. Zonde. Het klonk natuurlijk wel goed om over 'mijn auto' te praten, maar mensen met linkse hobby's, zoals ik, zijn daar toch wat minder gevoelig voor. En dus verkocht ik haar.

Ik besloot op de Groene Wielen over te stappen. En daar heb ik tot op de dag van vandaag geen spijt van. Er zijn enkele minpuntjes; ik beloof u daar in de volgende alinea gedetailleerd op terug te komen, maar het Groene Wielen-abonnement heeft toch voornamelijk voordelen. Reserveren? Geen probleem. In Utrecht Noordoost staat op iedere hoek van de straat zo'n kek rood wagentje. Is de auto op jouw favoriete adres uitgeleend, dan staat de volgende op twee minuten loopafstand. Je houdt je pasje bij het raam, de deur springt open en rijden maar. En je betaalt alleen voor de kilometers en de uren dat je de auto hebt geleend. Ideaal.

Het delen van een auto heeft z'n charmes. Zo vind ik af en toe een uitgeprinte routebeschrijving (ja, ze bestaan nog!) in het handschoenenkastje, bijvoorbeeld naar de Keukenhof. Deze bestemming zou in mijn hoofd niet opkomen, maar dankzij mijn medehuurders word ik toch even geattendeerd op dergelijke oorden van onschatbare toeristische waarde. En ik hoorde dat achtjarige jongetjes uit de buurt een briefjes-systeem hebben bedacht: op een geheime plek achterin de auto verstoppen ze katten-belletjes voor elkaar met daarop de bestemming plus een waardeoordeel ('Alweer naar de bouwmarkt, bah!'). Kinderen uit doorsnee gezinnen-met-auto-voor-de-deur kennen deze geneugten niet.

Maar nadelen zijn er ook. Zo merk ik tot mijn spijt dat het contact met medeweg-gebruikers drastisch is veranderd sinds ik geen coole groene Rover meer bestuur. Nooit meer kijkt een heerschap belangstellend door de autoruit naar binnen tijdens het filerijden. En medeweggebruikers rijden altijd kilometers vóór of achter je – angstvallig houden ze afstand. De rode autootjes hebben duidelijk nog een imagoprobleem. Ook moet je ermee leren leven dat je de deelbolide niet als gemakkelijke bergplaats voor lippenstiften, zonnebrillen, woordenboeken en paraplu's kunt gebruiken. Het kán wel, maar valt de deur in het slot, dan ben je je bezittingen kwijt. Met dit alles valt echter te leven als ik niet ALTIJD de klos zou zijn met tanken. Het is alsof alle abonneehou-ders uit de buurt hebben afgesproken de tank compleet leeg te rijden totdat ik de auto heb gereserveerd. Duurzaam rijden: het is mooi, maar het kent zo z'n beperkingen.

Olga Leever werkt en woont in de Staatsliedenbuurt. Zij heeft een tekst- en trainings-bureau: **www.deschoneschrijfster.nl**

Persoonlijke ontwikkeling
Life coach
Elisa Hoekstra
www.elisahoekstra.nl

AMENTI UITVAARTVERZORGING
030 - 666 22 44
dag en nacht
Caroline de Bruijn & Narda Delhaas
Drususlaan 18 De Meern
Jan vd Heijdenstraat 11 Utrecht
www.amentiuitvaartverzorging.nl

X-CELLENT hairstyling
Antonius Matthaeuslaan 83,Utrecht
Tel:271 40 80 - www.xcellenthairstyling.nl
Knippen vanaf 16,95; kinderen 13,95

triaderm
huid-, oedeem- & lasertherapie
Huidproblemen?
De huidtherapeut kan helpen.
GRATIS CONSULT
• Microdermabrasie bij o.a. pigment & littekens
• Peelings & acnebehandeling voor de onzuivere huid
• Definitieve laserontharing van gezicht of lichaam
ADRES (gratis parkeren) 030-271 55 11
Alexander Numankade 199 www.triaderm.nl
3572 KW Utrecht contact@triaderm.nl

Gratis 2e pak stofzuigerzakken!

mini stek
Kinderopvang
in Tuindorp, Tuindorp Oost en Voordorp
www.mini-stek.nl
030-272 30 37

Unipart Utrecht
eigen servicedienst voor witgoed apparatuur
Verkoop, reparatie en onderdelen
Jan van Galenstraat 99,Utrecht
030 - 27 20 007www.witgoedherstel.nl
Bij inlevering van deze advertentie
2e pak stofzuigerzakken gratis!
(alleen huismerk)

Omvormers

TEKST TIENEKE DE GROOT

Eind vorig jaar schoof ik het luikje van de compostbak in onze nieuwe moestuin open. Voor het eerst – vol verwachting. Het krioelde, woelde en wriemelde van klein tot zeer klein grut. Vooral veel pissebedden zag ik. Het moet voor hen een walhalla zijn in die bak. Groenteafval uit de keuken, snoeiafval en gras, dus werk aan de winkel, ofwel vreten maar. Samen met regenwormen, bacteriën en schimmels hebben ze het afval omgevormd, veranderd in voeding voor de moestuin. En de geur ervan is best lekker, ondanks al die pissebedden die hun naam niet meehebben. Als er veel bij elkaar zitten en je hebt een goeie neus, dan zou je de ammonialucht die ze uitscheiden kunnen ruiken. Een soort urinelucht, vandaar hun naam.

Wat zou er gebeuren als mijn afvalomzetters in staking gaan? Niet alleen de pissebedden, maar ook de miljoenpoten, oorwormen, springstaarten, bacteriën en schimmels. Dat doet me denken aan de staking van de treinschoonmakers laatst. Het gaf wat overlast, okee, en dáár was de urinelucht (in de wc's) goed te ruiken, maar het was te doen. Het effect van stakende opruimers uit het kleine-dierenrijk zou van een heel andere orde zijn. De compostering in mijn moestuin wordt ingewikkelder tot onmogelijk bijvoorbeeld. En wat te denken van al die koeien, paarden, vogels, vossen; van al die vlaaien en keutels die ze produceren... oeps. Stel dat de vliegenmaden, mestkevers en andere kleine schepsels die stront niet langer wegwerken. Zie je de dikke laag derrie en poep waardoor je je heen moet waden al voor je?! Waar laat je al die zooi, zonder in energieslurpende technische oplossingen te verzeilen?

Ik kijk nog eens goed naar mijn pissebedden en schuif wat gecomposteerd spul in m'n emmer om naar de jonge courgettes en tomaten te brengen. De natuurlijke kringloop, wat een fantastisch systeem.

Ruwe pissebed (Foto Weia Reinboud)

Weten wat er speelt in Noordoost?

Wijkbureau Noordoost brengt tweewekelijks een digitale nieuwsbrief uit met interviews, aankondigingen en projectinformatie.
Meldt u aan via **www.utrecht.nl/noordoost** en blijf op de hoogte.

Kijk onder 'Nieuws' en selecteer 'Digitale Nieuwsbrief'. Na het invoeren van uw e-mailadres ontvangt u een bevestiging.

Al meer dan 80 jaar mogen wij een steun zijn voor Utrechters

Een waardevolle uitvaart vraagt een goede voorbereiding. Laat u daarom tijdig voorlichten over alle mogelijkheden.

Dag en nacht bereikbaar voor directe hulp na overlijden: (030) 262 2244

PCB UITVAARTZORG

Donaudreef 25 · 3561 EL Utrecht

pcbuitvaartzorg.nl

Biologisch in noordoost

BeterBio.nl

BeterBio, al je biologische boodschappen gratis thuisbezorgd!

Bij BeterBio doe je al je biologische boodschappen online. Je kunt kiezen uit één van de groente- en fruitpakketten met seizoensproducten, een receptenbox proberen, maar ook je biologische boodschappen op maat bestellen. Elke combinatie is daarbij mogelijk.

BeterBio biedt naast gemak zeker ook flexibiliteit bij je boodschappen. Het streven van BeterBio is om duurzaam te werken. Zo rijden de bezorgbussen op groengas en wordt er met speciale koelboxen bezorgd. Op de site tref je altijd de actuele informatie over de telers, de wekelijkse nieuwsbrief en natuurlijk passende recepten.

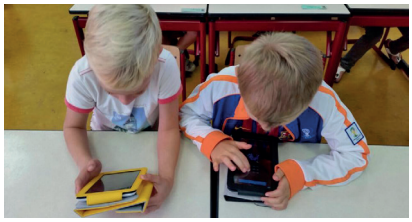
Beter Bio
www.beterbio.nl, T 085 - 401 34 25, info@beterbio.nl

Basisschool De Nijepoort

in Groenekan heeft nog een paar plekken!

Zoekt u een leuke, fijne en veilige school voor uw kind? Kom dan eens kijken bij De Nijepoort in Groenekan! Een kleine, openbaar toegankelijke school, waar hoge eisen aan het niveau van onderwijs worden gesteld. De school behaalt goede resultaten en heeft veel aandacht voor de talenten van het individuele kind. Nieuwsgierig? Voor een rondleiding en meer informatie kunt u bellen met Jacobien Flier 0346 - 210 252 of een e-mail sturen naar info@nijepoort.nl. Of kijk voor meer informatie op: www.nijepoort.nl.

De Nijepoort, Groenekanseweg 21 en 32, 3737 AG Groenekan.



De volkstuinen van...

Astrid Sperber en Carolien Bokdam

Wat begon met een veld vol koolzaad is nu een veld vol tuintjes op het **Veemarktterrein**. Na hard werken, het koolzaad eruit trekken, schoffelen, perken en paadjes maken en zaaien is het nu een echte tuin met groenten en kruiden waar de eerste oogst al van binnen is! De eerste rucola smaakte heerlijk, de aardbeien, wortels en tomaten gaan als een speer. Buurvrouwen Astrid en Carolien genieten ervan om hun tuinen week na week te zien transformeren in kleine paradijsjes.

FOTO DANI ZONDERLAND