



Gelukkig Kerstfeest en een goed Nieuwjaar!

Beste leden van Wederzijds

Hier is de 9e Nieuwsbrief van en voor de leden van Wederzijds.

Wat bieden we? Een korte weergave van de discussie over de koers van Wederzijds, daar beginnen we mee.

Een interessant initiatief is genomen om zwemmen in onze wijk te realiseren. Een interview met een Wederzijdslid over wonen voor ouderen.

Verder: Buurtmobiel is actief geworden in Utrecht Noordoost.

Ook vind je in de Nieuwsbrief inbreng van leden met oproepen om deel te nemen aan groepen en aan activiteiten. Ook zijn er verslagen van voorbij activiteiten, film, lezing en wandelen. En het gedicht van Nelleke Wagenaar.

Veel leesplezier! De redactie

Van het bestuur

Algemene Ledenvergadering

14 november 2018

De Koers van Wederzijds

Op de Ledenvergadering van 14 november was na de pauze de discussie over de koers van Wederzijds. Met name ging het over de vorm die 'zorg voor elkaar' kan gaan aannemen in de toekomst. Het bestuur had gehoord dat er binnen Wederzijds hierover verschillende gedachten leven.

De discussie spitste zich in eerste instantie toe op de inhoudelijke kant van de zaak, daarna kwamen de meer organisatorische kwesties naar voren.

De inhoudelijke discussie

De vraag werd gesteld: Moeten de Wederzijdsleden voor elkaar zorgen als daarom gevraagd wordt? Het antwoord is en blijft: er bestaat binnen Wederzijds géén plicht om zorg te verlenen. Nee zeggen kan te allen tijde. Dan de vraag: hoe ver kan of moet zorg voor elkaar gaan? Er stonden twee posities naast elkaar.

- Eén: Tegen verdergaand en voortdurend. Dus geen structurele zorg. Incidenteel kan wel. Tenminste, als aan voorwaarden voldaan wordt. Zoals: het betreft vervanging van de vaste mantelzorger (= respijtzorg); de hulpvrager en hulpverlener moeten elkaar kennen, aardig vinden bij voorkeur.

- Twee: Vóór verdergaand en voortdurend. Althans: de bereidheid daartoe is er in principe. Uitgangspunt: aanvullend op en niet vervangend voor professionele zorg en de bestaande mantelzorger.

Het is dus gematigd verdergaand. Voorwaarde: er is bijstand vanuit Wederzijds. Je staat er niet alleen voor. Het is wel je eigen beslissing, maar er is back-up. Dit moet georganiseerd worden.

Organisatie

Organisatorische vragen die naar voren kwamen:

- Als je bezoeken wil doen. Wie zit daarop te wachten? Hoe kom je dat te weten? Geopperd werd een 'bezoekclub' in het leven te roepen.

- Niet iedereen bleek tegen verdergaande zorg te zijn. Wat weten we daar over? Wat doet het bestuur om daarachter te komen?

- Als je (ernstig) ziek of gebrekkig bent en je wilt graag hulp. Hoe meld je dat bij Wederzijds, als je dat al zou willen doen? Bij wie?

- Als zo'n aanvraag via de vereniging gaat, bijvoorbeeld via de buurtcoördinatoren, krijg je te maken met privacy-vragen. Bovendien: de vrager bepaalt wie er mag komen, niet de vereniging. Als er een 'deskundigengroep' of 'aanspreekpunt' ingesteld wordt binnen Wederzijds, die de aanvragen behandelt, is óók de vraag: Hoe dan verder? Hoe bewaak je de privacy? Een vertrouwenspersoon aanstellen?

- Afsluitend: Richtlijn is: mét iemand werken, niet voor iemand. Meld het als je hulp nodig hebt, bij voorkeur via de website. Als je dat niet wilt (bijv. omdat de hulpvraag een meer discrete behandeling vergt) is nog een praktische vraag: Waar? De website is bovendien niet voor alle leden een ideaal communicatiemiddel. Het is nodig ook andere wegen te ontwikkelen.

Reageren? Graag! Stuur dan een e-mail aan secretaris@wederzijds.net

Aankondiging

Nieuwe lezing

Na het succes van de vorige lezing over 'Gezond ouder worden' is de lezingencommissie begonnen met de voorbereiding van de Voorjaarslezing met als onderwerp 'Buurtteam Noordoost' ondertitel: Wat kan het buurtteam voor inwoners en/of Wederzijdsleden betekenen?

De lezing vindt plaats in het voorjaar, op een dinsdagavond in het Groene Dak in Voordorp. De datum staat nog niet vast maar zodra we meer weten informeren we u daarover.

De lezingencommissie vindt het heel belangrijk die onderwerpen te belichten die aansluiten bij de interesses van de Wederzijdsers.

Wij willen u uitnodigen onderwerpen die u van belang vindt en waarvan u verwacht dat die voor meerdere Wederzijdsers gelden met ons te delen. Schroom niet één van de leden van de commissie te benaderen om uw ideeën te bespreken!

Groet van de lezingencommissie:

Marian Menting, Mieke Rienties, Joke Reusken,
Wil van Dijk en Yvonne Hesterman.

Initiatieven buiten Wederzijds

Project 'Beter Thuis'

Buurtteamorganisatie Sociaal Utrecht is het project 'Beter Thuis' in Noordoost gestart met het doel een bijdrage te leveren aan de toekomstige ouderenzorg in de wijk. In dit artikel informatie over het project Beter Thuis.

● *Waarom het project Beter Thuis?*

Pram Sutikno, 90-jarige bewoner in Noordoost, en ook lid van Wederzijds, vat kort samen wat mis is en wat beter kan.

'Hier zijn zoveel organisaties die zich bezighouden met ouderen en ouderenzorg, ik zie soms door de bomen het bos niet meer. Het is met de beste bedoelingen, maar ik heb het gevoel dat de toegang tot de juiste zorg hierdoor wel moeilijker wordt voor veel mensen. Ik zou graag zien dat we naar een systeem gaan waar meer rekening wordt gehouden met de mensen voor wie de zorg bedoeld is. Gebruiksvriendelijker en simpeler.'

Toekomstige ouderenzorg dus, die gebaseerd is op de vraag van ouderen, ondersteuning die daarop aansluit en makkelijk toegankelijk is.

● *De aanpak: van vraag naar oplossing*

Waar de vraag van ouderen tussen wal en schip valt, verbindt Beter Thuis bewoners, ouderen, ouderenorganisaties, huisartsen, mantelzorgers, wijkverpleging, sociaal makelaars en informele zorg. Door die verbinding kan Beter Thuis onverwachte, nieuwe combinaties in wonen, zorg en welzijn maken. Daarbij kijken we ook naar de inzet van technologische mogelijkheden.

Uitgangspunt is: werken vanuit de vraag van mensen en met mensen. Dat begint met gesprekken op 'straat'. Partners in Beter Thuis leren dan van en met elkaar ondersteuning te bieden, die beter aansluit bij wensen van ouderen.

● *Activiteiten*

In de afgelopen maanden hebben partners in Beter Thuis in overleg met bewoners een agenda opgesteld voor de komende periode. Op deze agenda staan onderwerpen als: hoe blijft u vitaal; hoe kan sociale robot Tessa ouderen ondersteunen in het vasthouden van de eigen regie; hoe zorgen we voor de juiste informatie op de juiste

plek op het juiste moment. Dit project richt zich op centraliseren van de nu versnipperde informatiestroom over zorg samen met bewoners, Uzelf, U-Centraal, wijkbureau Noordoost, de bibliotheek, bewoners, Cosbo en mantelzorgers.

Wilt u meer lezen? Meld u aan bij de nieuwsbrief Beter Thuis: beterthuis@btosociaalutrecht.nl.

Contact opnemen?

Bel Ingrid Horstik: 06-13884154

Op de volgende pagina vind je de tekst van het interview met Pram Sutikno. In de volgende Nieuwsbrief zal Nelleke Wagenaar vertellen over haar ervaringen met de robot Tessa die zij gaat testen.

Oproepen

Wandelgroep boven 10 km.

De wandelclub, die loopt op de derde donderdag van de maand, gaat gebukt onder blessures van de lopers. Dan valt de een (tijdelijk!) uit dan de ander maar... we houden vol en al is het een klein clubje: er wordt gelopen. Wil je meelopen? Dat kan. Opgeven bij Yvonne Hesterman met een telefoontje of via WhatsApp is het handigst 06-42839406.



Mahjong

Geachte mede-buurtgenoten. Wie heeft er zin om mee te doen met een mahjong-groep in Voordorp en omstreken? Geef je op en vermeld of je zelf een spel hebt.

Alvast hartelijke groet, Dodo Koenen
dkoenen@ziggo.nl



Interview met Pram Sutikno

Op de website van Beter Thuis in Utrecht verscheen een interview met Pram Sutikno, zie: <https://beterthuisinutrecht.wordpress.com/2018/11/18/het-verhaal-van-meneer-sutikno/>.

Het interview is opgenomen in de serie 'Ervaringen van inwoners uit Noordoost'. Pram woont in een wooncomplex voor ouderen in Tuindorp-Oost. Hij is 90 jaar. Goed ter been en openstaand voor contacten. Hij is een regelmatige bezoeker van de maandelijkse Wederzijdsborrel met eten. In het interview vertelt Pram over de moeite die hij heeft om in het woud van welzijns- en zorgaanbiedingen de weg te vinden.

Hij zegt: In Indonesië waar ik vandaan kom, is het gemakkelijk: de familie zorgt voor je. Hij ziet de ontwikkelingen in Nederland met antropologische interesse aan. Met een wenkbrauw opgetrokken.

Tekst van het interview:

We gingen op bezoek bij meneer Pram Sutikno, negentig jaar en geheel zelfstandig thuiswonend in een mooi appartement in Noordoost. 'Al die verschillende systemen, ik zie door de bomen soms het bos niet meer.'

'Ouder worden in Nederland is voor mij een heel avontuur', vertelt meneer Sutikno. Hij is in 1953 vanuit Indonesië voor zijn studie antropologie naar Nederland gekomen en hier gebleven. Na zijn pensionering is hij vanuit Leiden naar Utrecht verhuisd. 'Toen ik jong was, heb ik me nooit echt beziggehouden met hoe het leven eruit zou zien als ik oud zou zijn. Ik was vooral druk met mijn werk en mijn gezin. Nu ik ouder ben

en hulpbehoevender word, ervaar ik ineens dat het hier in Nederland anders gaat dan waar ik vandaan kom. In Indonesië is het toch vooral de familie die voor elkaar zorgt. Hier in Nederland is het systeem heel anders.'

'Hier zijn zoveel instellingen, stichtingen en organisaties die zich bezighouden met ouderen en ouderenzorg', vertelt meneer Sutikno. 'Ik zie soms door de bomen het bos niet meer. Het is met de beste bedoelingen, maar ik heb het gevoel dat de toegang tot de juiste zorg hierdoor wel moeilijker wordt voor veel mensen. Ik zou graag zien dat we naar een systeem gaan waar meer rekening wordt gehouden met de mensen voor wie de zorg bedoeld is. Gebruiksvriendelijker en simpeler.'

Meneer Sutikno noemt als voorbeeld het aanvragen van een alarmknopsysteem. 'Ik ben onlangs gevallen en dan merk je dat je niet één, twee, drie weer op de been bent. Maar voordat je z'n alarmknop geregeld hebt, moet je zoveel uitzoeken. Alleen al de hoeveelheid aanbieders. Welk systeem moet je kiezen? En heel veel bureaucratie, je moet heel veel papieren invullen. Dat gaat ook niet meer zo makkelijk. Omdat ik in een complex woon, moet ik ook toestemming vragen aan de vereniging van eigenaren voor een sleutelkastje bijvoorbeeld. Ik zou het heel fijn vinden als er gewoon één systeem is.'

Meneer Sutikno is momenteel de oudste bewoner van het complex. 'Ik heb goed contact met de burens. Ze zijn heel vriendelijk en willen ook wel hulp bieden. Maar ze zijn veel weg. Ik zou best wat vaker een praatje willen maken, maar ik begrijp ook dat dat lastig is. Ze moeten naar hun werk en hebben andere sociale verplichtingen.'

Samen met zijn vriendin die iets verderop zelfstandig in de wijk woont. 'Wij doen aan living apart together', vertelt een glimlachende meneer Sutikno en hij onderneemt regelmatig dingen buitenshuis. Zo zijn ze onlangs lid geworden van Wederzijds en gaan ze af en toe uit eten via Eet met je hart. 'Heel gezellig, maar', zegt meneer Sutikno: 'Ik merk dat met het ouder worden, de ijdelheid ook wat opzij moet worden geschoven. Ik wil heel veel, maar niet alles lukt of gaat meer. Dat accepteren is soms best lastig.'

Buurtmobiel

Buurtmobiel, vrijwilligersvervoer, rijdt ook in Utrecht Noordoost. Eethuis De Helden aan de Jan van Galenstraat, is één van de plekken waar Buurtmobiel op rijdt! Lees hier meer over Buurtmobiel <https://www.buurtmobiel.com/waarom-buurt-mobiel/>.

Vertel ons en vertel elkaar hoe dit bevalt!

Hoe werkt het en wat kost het?

U belt het nummer 06 – 39 72 14 86, waarna u de centralist aan de lijn krijgt. U spreekt af van welke locatie of op welk adres wij u mogen ophalen en waar u naar toe wilt. Vervolgens haalt Buurtmobiel u op de afgesproken tijd op en brengt u naar uw bestemming. De chauffeur helpt u zo nodig met in- en uitstappen en met het inladen van uw boodschappen, uw rollator/krukken/stok. Uiteraard helpen wij u ook graag bij het uitstappen.

In verband met toenemende drukte adviseren wij u uw rit tijdig (liefst 1 dag van te voren) te reserveren per telefoon.

Openingstijden: maandag t/m vrijdag van 9.00-16.00 uur. Doorgaans zijn zij vanaf 8.30 uur telefonisch bereikbaar voor het bestellen van een rit. U kunt bellen naar 06-39 72 14 86.



Buurtmobiel bij winkelcentrum De Gaard

Wat kost het? U betaalt altijd per persoon per rit.

Tarief volwassenen: ● U koopt een 10 strippenkaart, dan betaalt u 20 euro en krijgt 1 strip gratis erbij van ons. U betaalt 1,82 euro per rit. ● U koopt een 5 strippenkaart, dan betaalt u 10 euro. Dit is dus 2 euro per rit. ● U koopt een retourkje (1 kaart met 2 strippen, waarmee u heen en weer terug kunt), dan betaalt u 4 euro.

Huisdieren mogen gratis mee. Er mogen meerdere mensen op 1 kaart reizen. De kaart is niet persoonsgebonden.

Let op: de chauffeurs verkopen geen strippenkaarten in het voertuig.

BinnenUtrecht Noordoost zijn Strippenkaarten te koop bij Van Hezik Traiteur, Troosterlaan 21 (Winkelcentrum De Gaard).

Zwemvereniging in Noordoost? Jaaa!



Eind oktober waren er mensen bij elkaar in Buurthuis De Leeuw. Eén van hen was Anja van der Aa en zij wilde weten of er misschien mensen uit de buurt geïnteresseerd waren in samen zwemmen. Er gingen wat handen omhoog en Anja zou de mogelijkheden gaan onderzoeken. Er waren ook leden van Wederzijds bij aanwezig.

Stand van zaken? Er is zeker belangstelling. In januari gaat Anja met een eerste groepje van 10 mensen op woensdagavond zwemmen in het prachtige zwembad van de Van der Hoevenkliniek. Er zijn badmeesters gevonden en er zijn contracten afgesloten.

Maar de belangstelling is veel en veel groter. Er zijn nu al meer dan 50 mensen die mee willen doen en nog iedere dag komen er 'n paar bij. Dat betekent dat Anja inmiddels besloten heeft een echte zwemvereniging te gaan oprichten. Tot haar grote teleurstelling wil het wijkbureau geen subsidie verlenen, maar Anja heeft de wethouder ingeschakeld om die aanvraag opnieuw te bekijken. Het is toch zeker ook in het belang van de volksgezondheid dat dit gebeurt?!

Kortom: binnenkort heeft onze wijk een eigen zwemvereniging, waar je tegen een kleine bijdrage samen gezellig en veilig kunt gaan zwemmen. Opgave kan nog altijd bij Anja van der Aa: Telefoon 06-15 09 40 22.

Tekst Frans Jacobs

Verslag van activiteiten



Film aan huis

Zo eens per zes weken tovert Elga Klein Kranenbarg haar woonkamer om in een kleine bioscoop. Gemiddeld tien Wederzijdsleden komen dan op bezoek en kijken, nu alweer voor het derde seizoen, naar een speelfilm.

In het eerste seizoen stonden er Russische films op het programma. Nu is er gekozen voor Italiaanse klassiekers.

Diverse regisseurs staan op het programma. Momenteel is dat Vittorio de Sica, die in het naoorlogse Italië bekend werd als neo-realist. Een stroming die zich richtte op

de harde werkelijkheid van gewone mensen. Sofia Loren en Marcello Mastroianni schitteren in zijn producties en dat is genieten. Het is leuk om in een huiselijke omgeving met Wederzijdsers op deze manier terug te gaan in de tijd.



Lezing 'Gezond ouder worden' 18 oktober 2018

Met gemengde gevoelens liep ik die donderdag naar het 'Groene Dak' in Voordorp om te luisteren naar Jita Hoogerduijn.

Gezond ouder worden, dat weet iedereen toch wel? Bewegen en gezonde voeding, je leest er alles over in de krant en ziet het op tv. Niets was minder waar: Jita, gepromoveerd op 'De invloed van ziekenhuisopname op kwetsbare ouderen', liet ons een paar uur genieten van- en informeerde ons over het belang van gezond eten en bewegen.

Over aanmaak van spiermassa en het snelle verlies ervan als we ziek zijn en op bed moeten blijven

liggen. Aan de hand van beeldmateriaal liet ze ons statistieken zien van aanmaak, afbraak, leeftijd enz. Over de betekenis van voldoende eiwitten en waar we die vooral in aantreffen: kwark, ei, peulvruchten etc. Ook benadrukte ze het belang van slikken van vitamine D voor botten en geheugen omdat zonlicht niet genoeg meer is bij veroudering van de huid. We hadden het over broze botten die snel breken en de belangrijkste oorzaken van vallen op oudere leeftijd: struikelen over losse kledjes en/of huisdier(!), de elektrische fiets of de trap. Ze gaf veel ruimte om vragen te stellen, oordeelde niet maar gaf wel een advies. Kortom, heel plezierig om zo informatie tot ons te nemen. De wijze waarop ze ons liet weten wat je moet weten en doen om gezond ouder te worden was echt leerzaam. En daarvoor waren we gekomen!



Eigenwijs en met het gevoel van 'ik weet het wel' was ik gegaan maar met veel nuttige informatie en een voldaan gevoel ben ik naar huis gegaan. Leuk dat de lezingencommissie dit voor ons organiseert. In het voorjaar wordt een nieuwe lezing georganiseerd. Ik kijk ernaar uit!

Agaath Battenberg

BuurtbijeenkomsT Tuindorp en Tuindorp-Oost

Vlinders, dat was het onderwerp van de vierde buurtbijeenkomsT bij Jeanne Huijssoon

Deze vierde bijeenkomst van de buurtgenoten van Tuindorp en Tuindorp-Oost afgelopen november werd georganiseerd door Corry van der Leer en Jeanne Huijssoon. Jeanne is deskundige op het gebied van Vlinders en toonde de werkelijk prachtige foto's van bijna alle vlinders die in Nederland voorkomen, via haar televisiescherm. Corry heeft de organisatie en de catering verzorgd.

Jeanne trakteerde haar buurtgenoten op een fotoreportage van een selectie vlinders en gaf een korte toelichting over voorkomen, kleuren, verschil tussen mannetje en vrouwtje etc. Zij gaat vaak naar buiten om vlinders maar ook vogels of bloemen te spotten. Dan kan verder weg zijn in Nederland maar ook dichtbij. Haar voorkeursplek in Utrecht is het landgoed Oostbroek. Maar ook op het tuinencomplex 'De Driehoek' is het goed toeven. Daar kan je haar regelmatig treffen met het fototoestel in de aanslag. Het lukt haar regelmatig een mooi plaatje te schieten. Voor belangstellenden: op dit moment is in het clubhuis van het tuinencomplex een tentoonstelling van haar te bewonderen.

Na het bekijken van de foto's met een kopje thee en koffie erbij werd overgegaan op wijn, sapjes en knabbeltjes wat de sfeer verder verhoogde. Want



daar zijn we het over eens: deze 'kleinschalige' buurtontmoetingen maken je sneller vertrouwd met elkaar, je praat wat makkelijker en kan elkaar verstaan (!) En juist de kleinschalige ontmoetingen en specifieke activiteiten maken het vragen of aanbieden van hulp makkelijker. Dat gebeurt ook in toenemende mate!

Allemaal onderstreepten we het belang van Wederzijds: hoe fijn het is buurtgenoten te leren kennen en elkaar op deze buurtbijeekomsTen, bij de maandelijkse borrel, bij de activiteiten, bij winkelcentrum De Gaard of bij de bakker tegen te komen.

Yvonne Hesterman

Buurtteam Noordoost

Vier Wederzijdsleden gingen voor een voortgezette kennismaking op bezoek bij Buurtteam Noordoost en spraken daar met Anna van Amerongen en Muhamed Velagic.

Als gewone burenhulp en nabuurschap niet genoeg is, biedt het Buurtteam, in opdracht van de gemeente, hulp aan de bewoners van Noordoost, bijvoorbeeld door ondersteunende gesprekken. Ook begeleidt het Buurtteam bewoners naar hulp die het zelf niet kan geven. Bijvoorbeeld: als iemand aan de gemeente hulp bij de huishouding vraagt of een trapliftje (dat zijn zogenaamde Wmo-voorzieningen), schakelt de gemeente het Buurtteam in. Het Buurtteam onderzoekt dan in hoeverre iemand die hulp nodig heeft en ondersteunt de aanvraag bij de gemeente.

Wederzijdsleden, die dat soort hulp of informatie van of over het Buurtteam willen, kunnen zich richten tot: Buurtteam Noordoost, Samuel van Houtenstraat 1, 3515 EA Utrecht; tel: 030-7400508; email: noordoost@buurtteamsutrecht.nl.

Anna van Amerongen is aanspreekpunt voor het bestuur van Wederzijds. Zij kan door het bestuur worden benaderd met vragen met betrekking tot de samenwerking of klachten van Wederzijdsleden over de hulpverlening van het Buurtteam. Komend voorjaar zal zij een lezing geven over haar werk en over het buurtteam voor Wederzijdsleden (nadere informatie van de lezingenclub volgt).

*Ineke Priem, Wil van Dijk,
Christel Terwiel, Hanneke Lommen*



Wandelgroep 'LekkerLopen'

Herfst 2018, een mooie dag, zonder regen en met een zonnetje als cadeau.

Ons LekkerLopengroepje bestaat dit keer uit 4 vrouwen en 1 man. De laatste, Harm, loopt voor het eerst mee en blijkt als enige man daar geen enkele moeite mee te hebben. We startten in Voordorp en passeren o.a. de Hoogkampse plas, lopen langs een weide- en plassengebied, steken de Biltse Rading over en doorkruisen het beboste park Voordorp. We komen uit in de nieuwe wijk Veemarkt en verbazen ons over de gevarieerde bouw van de huizen. Onderweg, bij fort Voordorp staat een Pipo de clown woonwagen, ingericht als cafe! Reuze knus, de koffie maak je zelf, het toilet ernaast laat vogel- en watergeluiden horen. De moeite waard om deze koffielek te bezoeken! Een gezellige dag en na een aantal uren lopen een zeer voldaan gevoel.

Agaath Battenberg

Nóg een verslag van 'LekkerLopen'

Lekker gewandeld met 'LekkerLopen' op zaterdag 24 november. Iedere laatste zaterdag van de maand loopt dit clubje 10-15 km. Dit keer stond de wandeling Beerschoten, Houdringe, Panbos op het programma, 11 km.

Aan de rand van De Bilt liggen drie prachtige gebieden: landgoed Beerschoten, landgoed Houdringe en het Panbos. Samen vormen zij een aaneengesloten natuurgebied van 367 hectare. Parkbos, stuifduinen, weiden met boomgroepen en oude lanen wisselen elkaar af. Een veelzijdig landschap! Het was een lekkere frisse dag, geen regen en prettig gezelschap.

Corry van der Leer
06-38191363

Kunst aan huis buitenshuis

De Wederzijds Kunst-aan-huisgroep bracht op zondagmiddag 11 november een expositiebezoek aan huis bij de schilder/beeldhouwer Dirk Vrugink. Een mooi uitstapje buiten onze wijk!

Om 14.00 uur wachtte Dirk ons op in zijn huis in Lexmond. Een museaal huis, van beneden tot boven aan toe volgehangen met zijn werk. Het overzicht in huis gaf een indruk van zijn werk van de laatste tien jaar. Hij schildert en maakt smalle, lang oprijzende houten beelden. Tot slot mochten we boven in zijn atelier kijken. Daar kon hij aan ouder werk dat er stond, door de vergelijking met het werk dat we beneden zagen, een indruk geven van de ontwikkelingen die hij heeft doorgemaakt als kunstenaar.

Na het bekijken van zijn schilderijen en beelden reden we naar Brasserie Zus in het vestingstadje Woudrichem. Arsenaal 4. Kijk maar even op de website van Brasserie Zus. Hier zwaait Esther, de vrouw van Dirk, de scepter. En ze heeft er ook een BenB in een tweede kazemat. We gingen er naartoe omdat ook daar werk van Dirk te bewonderen valt. Zelf maakt Esther trouwens hele bijzondere sieraden, die kunnen we en passant even 'meenemen'. Op de foto zie je Wil van Dijk die er al een om heeft!

Esther had voor ons een maaltijd gemaakt, een runderstoof (van biologisch vlees) met pasta. Het was instructief, leerzaam, lachen, gezellig en vooral heerlijk smullen samen!

*Elga Klein Kranenburg en
Jet van Bennekom (06 538 39 808)*



Sanering Griftpark

Het pompgebouw en de zuiveringsinstallaties

Op 3 november 2018 heeft ingenieur in dienst van de gemeente Utrecht, Gert Leurink, de omwonenden uitgenodigd om te kijken in het pompgebouw en de zuiveringsinstallaties.



Sinds kort laat de gemeente Utrecht onderzoek doen naar de mogelijkheden om met behulp van bacteriën de bodemverontreiniging van het Griftpark aan te pakken.

De bodemverontreiniging onder het Griftpark is heel diep (35 meter) en zo sterk dat begin jaren negentig het Rijk en de provincie besloten om de bodemverontreiniging onder het park te isoleren. De isolatie wordt onder andere uitgevoerd door het permanent oppompen van grondwater onder het Griftpark. Het oppompen van het grondwater is nodig want zonder pompen zakt de bodemverontreiniging naar beneden en kan terecht komen in een zandlaag op 70 meter diepte waar drinkwater wordt gewonnen.

Er wordt nu onderzocht of het mogelijk is de pompen onder het Griftpark te vervangen door bacterieschermen die naar beneden zakkende bodemverontreiniging afbreken. De bacteriën zitten al in de ondergrond van het Griftpark en komen mee met het verontreinigde grondwater dat onder het Griftpark wordt opgepompt. De gemeente is erin geslaagd om deze bacteriën te gebruiken voor de reiniging van het opgepompte grondwater in een speciale zuiveringsinstallatie. De installatie breekt de verontreiniging voor 99% af. Het gereinigde water zou gewoon gebruikt kunnen worden in de vijver van het Griftpark of voor de veegwagens van de gemeentereiniging. Als

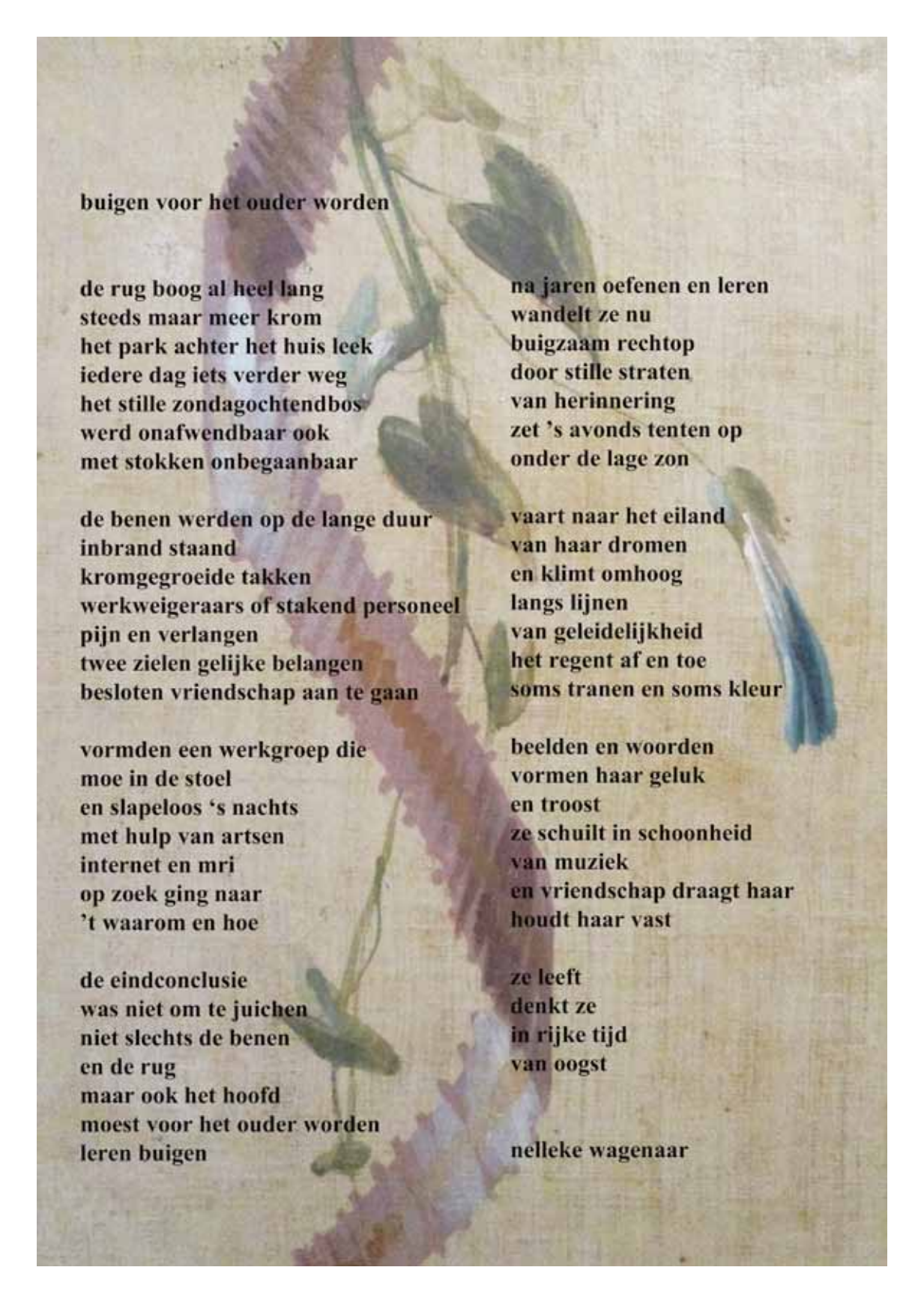
er meer water door de vijver stroomt, stroomt er ook meer water door de Vaalhaven en dat is goed voor de natuur. Dan komen de ijsvogels weer in het Griftpark wonen.

Als we kijken bij de drie pompen in het ondergrondse gebouw uit 1996, ruikt het er naar naftaleen. Het is een pompemaal dat het opgepompte grondwater uit het Griftpark doorpompt naar een speciale zuiveringsinstallatie aan de Brailledreef. Er wordt 10 kuub/uur water naar de waterzuivering gepompt. Omdat de zuiveringsinstallatie aan de Brailledreef hoger ligt dan het pompemaal is veel aandacht geschonken aan het risico van terugstromen van water in geval van een calamiteit.

In Overvecht ligt de speciale zuiveringsinstallatie van het Griftpark naast de rioolzuivering. Daar gaat de persleiding uit het Griftpark naar toe. We zien de beluchtingstanks, waarin voor turbulentie en lucht wordt gezorgd ten behoeve van de bacteriën. Er zit een filter op de uitlaat van het water om te voldoen aan de normen voor lozing op het oppervlaktewater. Het gereinigde water is zo schoon dat je het bijna zou kunnen drinken.

We danken dhr. Leurink. Het was prettig te horen dat de groenten in de schooltuintjes in het park en onze eigen tuinen daarbuiten eetbaar zijn en ook de appels van dieper wortelende bomen.

Renée Frant



buigen voor het ouder worden

de rug boog al heel lang
steeds maar meer krom
het park achter het huis leek
iedere dag iets verder weg
het stille zondagochtendbos
werd onafwendbaar ook
met stokken onbegaanbaar

de benen werden op de lange duur
inbrand staand
kromgegroeide takken
werkweigeraars of stakend personeel
pijn en verlangen
twee zielen gelijke belangen
besloten vriendschap aan te gaan

vormden een werkgroep die
moe in de stoel
en slapeloos 's nachts
met hulp van artsen
internet en mri
op zoek ging naar
't waarom en hoe

de eindconclusie
was niet om te juichen
niet slechts de benen
en de rug
maar ook het hoofd
moest voor het ouder worden
leren buigen

na jaren oefenen en leren
wandelt ze nu
buigzaam rechtop
door stille straten
van herinnering
zet 's avonds tenten op
onder de lage zon

vaart naar het eiland
van haar dromen
en klimt omhoog
langs lijnen
van geleidelijkheid
het regent af en toe
soms tranen en soms kleur

beelden en woorden
vormen haar geluk
en troost
ze schuilt in schoonheid
van muziek
en vriendschap draagt haar
houdt haar vast

ze leeft
denkt ze
in rijke tijd
van oogst

nelleke wagenaar

Wederzijdsborrel op donderdag 27 december vanaf 17.00 uur

De borrel vindt plaats in Eethuis De Helden, Jan van Galenstraat 6. Voor leden van Wederzijds en hun introducé(e)s die wel eens een kijkje willen nemen. D   gelegenheid om elkaar te ontmoeten, kennis te maken en kennismakingen te hernieuwen.

Wie al haar of zijn medeleden iets te vertellen of te vragen heeft... zeg dat aan      van de aanwezige buurtcoördinatoren of bestuursleden. Die geven jou het woord, zodat je kort-maar-krachtig je vraag, je aanbod, je plan of je wens in de groep kunt gooien. Na de borrel: samen-eten. Voor de borrel hoef je je nooit op te geven, voor het samen-eten wel. De dagschotel, ook de vegetarische, kost    10.

Je geeft je op voor het eten direct bij onze gastheren van De Helden, André en Hans. Stuur een mailtje naar dehelden@wederzijds.net. Laat het hen weten als je vegetarisch wilt eten.

Gebruik dit e-mailadres ook als je je onverwacht moet afmelden. Geef je op vóór maandag 24 december 17.00 uur.

Onderteken je mail met je voor- en achternaam.

De buurtcoördinatoren

Loeki Feringa De Helden	06-53 91 83 77
Christel Terwiel Wittevrouwen	christelterwiel@wederzijds.net
Frank Wiezer Wittevrouwen	frank.wiezer@ziggo.nl
Wil van Dijk Voordorp / Veemarkt	wil.van.dijk@ziggo.nl
Elga Klein Kranenbarg Lauwerecht / Vogelenbuurt	ekleinkranenbarg@hotmail.com
Ren��e Frant Vogelenbuurt	renee@frant@gmail.com
Cor van der Flier Vogelenbuurt	cjvanderflier@gmail.com
Joke Reusken Tuindorp / Tuindorp-Oost	jokereus@xs4all.nl
Yvonne Hesterman Tuindorp / Tuindorp-Oost	yvonne.hesterman@gmail.com
Mieke Rienties Tuinwijk	mieke.rienties@ziggo.nl
Hanneke Lommen Tuinwijk	hannekelommen@outlook.com

Komende borreldatums Wederzijds

Steeds de laatste
donderdag
van de maand.

27 DECEMBER

2019

31 JANUARI

28 FEBRUARI

28 MAART

25 APRIL

Bijdragen Nieuwsbrief

Nelleke Wagenaar
Frans Jacobs
Corry van der Leer
Dodo Koenen
Elga Klein Kranenbarg
Ingrid Horstik (Beter Thuis)
Yvonne Hesterman
Hanneke Lommen
Agaath Battenberg
Ren  e Frant
Jet van Bennekom
Christel Terwiel
Rien Hamers

Colofon

Redactie Nieuwsbrief:
Rien Hamers

E-mail:
rienhamers@wederzijds.net



Vormgeving: Kees van Wel