



OOST KRANT

ONAFHANKELIJKE KRANT VAN UTRECHT-OOST

Maart 2023

TATTOOSHOP IN OOST

MONUMENTAAL OOST

RONDLEIDING

HET WOORD IS AAN

pagina **2**

WAAROM TATTOOS
ZO POPULAIR ZIJN

pagina **3**

HET PALEIS AAN
DE MALIEBAAN

pagina **4**

VAN UITHOF NAAR
UTRECHT SCIENCE PARK

Sofie van den Enk

**'Het helder frisse
geluid van de merel'**

Lees haar column op pagina 2 >>



KONINGSdag IN OOST

Arnoud Wolff | Frederik Hendrikstraat

KAZERNE KLEURT ORANJE



Oost viert dit jaar Koningsdag in de monumentale Kromhoutkazerne die tegenwoordig het University College huisvest. Op 27 april kleurt het sfeervolle binnenplein oranje en ben je welkom om te genieten van de vrijmarkt, attracties, foodtrucks, live muziek en vooral: héél veel gezelligheid!

Diederik Visser en Nynke van der Ham van het Oranjecomité Utrecht Oost leggen uit waarom het schoolplein in Rijsweerd niet langer de feestlocatie is: "Na de herinrichting is dat krappert geworden, terwijl we juist méér bewoners uit Oost willen laten meegenieten. Daarom vierden we

vorig jaar het feest in het Wilhelminapark dat centraler in de wijk ligt en meer ruimte biedt voor vrijmarkt en attracties."

TOPLOCATIE

Maar waarom dan wéér een andere locatie? "Vorig jaar zette de rechter een streep

Een drukke Koningsdag vorig jaar in het Wilhelminapark – ARNOUD WOLFF

door het Bierfestival in het Wilhelminapark vanwege de slechte staat van de grote ligweide. Hij droeg de gemeente op om voor dit groene rijksmonument éérs evenementenbeleid te maken en pas dan nieuwe vergunningen te verlenen. We kunnen daar niet op wachten, we moeten al vroeg

in het jaar alles vastleggen. Daarom zijn we blij dat University College ons met open armen ontvangt. Hun campus is ruim, sfeervol, goed bereikbaar - ook voor leveranciers en hulpdiensten - en veilig voor kinderen. Kortom: een toplocatie."

STUDENTEN ENTHOUSIAST

"De buurt is hier inderdaad van harte welkom", bevestigt Sjoerd Bosgra, directeur van de bacheloropleiding. "We huisvesten hier 750 studenten, van wie meer dan de helft uit het buitenland komt. Koningsdag voor hun deur vinden ze geweldig. Ze willen graag meedoen, als vrijwilliger of als deelnemer aan de vrijmarkt. Misschien dat onze studentenbands optreden. En studenten gaan rondleidingen verzorgen om bezoekers de rijke historie van deze oude kazerne te laten zien. We hebben er veel zin in." Diederik en Nynke delen zijn enthousiasme: "Koningsdag is een hele klus, maar we doen het graag, samen met bijna honderd vrijwilligers. Alles voor een geweldig Oranje-feest in Oost!" ■

Koningsdag Oost 2023
Do 27 april 10:00 - 18:00 uur
Prins Hendriklaan (Campusplein 1)
www.koningsdagutrechttoost.nl

De **Kromhoutkazerne** voor de genietroepen (militaire technen) is in 1913 aangelegd in de oude boomgaard langs de Vossegatsedijk. De fraaie hoofdepoort kwam te liggen aan wat nu de Prins Hendriklaan heet. Naamgever was J.H. Kromhout (1835-1897), een autoriteit op het gebied van vestingwerken van de Nieuwe Hollandse Waterlinie.

Het ontwerp was vernieuwend: rondom een groot binnenplein stonden losse paviljoens met daarin werkplaatsen, een school en een kantine. In de grote muziektent

oefende het befaamde militaire muziekkorps De Harmonie. In 1998 kocht het University College Utrecht het terrein en verbouwde het tot campus voor Engelstalig bachelor onderwijs. Sinds 2006 is het een Rijksmonument. In 2010 opende Defensie even verderop een nieuwe, moderne Kromhoutkazerne op de restanten van het Waterliniefort Vossegat (bouwjaar 1819).

De oorspronkelijke hoofdepoort van de Kromhoutkazerne in 1920

– HET UTRECHTS ARCHIEF



Oost mag het weten

Onze papieren editie verschijnt vier keer per jaar. Daarin delen we de mooiste buurtverhalen. Maar er is zoveel meer te vertellen over Oost! Kijk daarom ook op onze vernieuwde website voor dagelijkse nieuws, podcasts en fascinerende archieffoto's die de rijke historie van onze wijk laten zien. Ook voor interactieve kaarten met locaties van bijvoorbeeld alle minibiebs, groengroepen, struikelstenen en muurschilderingen in Oost. En oude edities en gastcolumns kun je op onze site nog eens rustig nalezen.

www.oostkrant.com



Het treintje van Langerak boemelde deze winter weer een mooi bedrag bij elkaar: ruim 3.300 euro! Met dank aan alle sponsors die een wagon aanhaakten. De opbrengst komt ten goede aan Villa Joep, een stichting die strijdt tegen neuroblastoom, een zeldzame en zeer agressieve vorm van kinderkanker. Villa Joep ondersteunt wetenschappelijk onderzoek én getroffen families. Naamgever is Joep Steijn die in 2003 op 4-jarig leeftijd overleed aan de ziekte. De olifant, het logo, was zijn lievelingsknuffel. ■

www.villajoep.nl

DE KEIZER
makelaarsgroep

Woning aan- of verkopen?
Bij De Keizer zit je goed!

030 275 90 40
www.dekeizer.nl
Biltstraat 113B Utrecht

Torba Villa
INTERIEUR TAPIJEN ACCESSOIRES

Kelims.
Heel veel
kelims.

Nachtegaalstraat 73 - 75 Utrecht torbavilla.nl

quist
makelaardij
THUIS IN TOP LOCATIES

Maliebaan 74 3581CV Utrecht 030 785 58 54 info@quistmakelaardij.nl

Hiske Alting, Pauline Res & Charlotte Res

Alting & Res Uitvaarten
Bel: 06 24 24 06 07 (dag & nacht)
Geertekerkhof 3 • 3511 XB Utrecht

Alting & Res Uitvaarten

HET WOORD IS AAN

Sofie van den Enk



Het helder frisse geluid van de merel brengt me altijd terug naar die sliert van opwinding die ik als kind al voelde. Het vroege voorjaar kondigt aan: zo koud zal het niet blijven, had je die knoppen nog niet opgemerkt, het bovenste knopje van de jas al los? Een jaar geleden, toen die sliert zich weer aandiende, hing er gelijk ook een grauwsliuier overheen. Die hoort daar niet, maar was een gevolg van de diagnose bij mijn vader, aan het begin van het nieuwe jaar. Het zou zijn laatste lente zijn. Er kwam zelfs nog een zomer, en toen het nest van de merel allang uitgevlogen was en de blaadjes uit de verse knoppen van een paar maanden daarvoor al begonnen te vallen, blies hij zijn laatste adem uit. In de winter zaten we binnen, kaarsjes aan, in ons holletje. We likten onze wonden en sliepen veel. Nu ontluikt het leven weer. We moeten dus naar buiten, zeggen, "O, lekker, kijk, de zon". Mijn vader zou de fiets gepakt hebben, of wandelen in dat bizarre tempo, en bij het schoolplein staan. Met pet, want de r is in de maand. Zolang je niet weet dat je een alvleesklier hebt, is er eigenlijk niks aan de hand. Ik noem rouw omgekeerde kraamtijd. Maanden wachten op een nieuw iemand die erbij komt, kunnen je niet voorbereiden op hoe het zal zijn als die er is. Zo echt, zo tastbaar. Met behoeftes en geluiden en een al heel snel onmisbare aanwezigheid. Tijdens al dat wachten is het weten dat er iemand op komst is toch volslagen onvoorstelbaar. Met eenzelfde schok van onvoorstelbaarheid komt het wegvallen van een mens. Ook al weet je het. Iedere dag was het weten bij me, iedere gebeurtenis had de tragiek van nu-nog-wel. Maar het nu-niet-meer, dat is ingezet met die laatste ademtocht, echoot door in een oneffen bewustzijn; dan weer een rustig weten, dan weer intuïtief grijpen naar de telefoon om even te vertellen over ... O nee. Niet meer tastbaar, niet meer met behoeftes, niet meer met geluid. Nou ja, die merel dan toch.

Sofie van den Enk (42) is radio/tv-presentator en dagvoorzitter.

OOST IN DE OORLOG

Arnoud Wolff | Frederik Hendrikstraat

STENEN OM NIET TE VERGETEN



Riek Hoefsmit bekijkt de struikelstenen voor de familie Meijers – ARCHIEF FAMILIE HOEFSMIT

Als Riek Hoefsmit (98 jaar) terugdenkt aan het krantenartikel uit 1919, lichten haar ogen op. "Ik las dat scholieren van het Bonifatiuscollege via crowdfunding struikelstenen wilden plaatsen ter nagedachtenis aan in de oorlog gedeporteerde Utrechtse joden. Onmiddellijk dacht ik: wat zou het mooi zijn als de familie Meijers óók zo herinnerd kon worden!"

Riek woont nog altijd in Oost. Haar vader Johan Peer had een schoenmakerij op de Jacob van Ruisdaelstraat. "In de eerste oorlogsjaren bezorgde ik als bijbaantje schoenen bij klanten thuis. Zo ook bij de Joodse familie Meijers op de Paulus Potterstraat, een goede klant. Ik herinner me hun huis zo goed, omdat ik een keer onhandig het kleingeld liet vallen toen mevrouw Meijers open deed."

LAFHARTIG VERRADEN

"Niet veel later hoorde ik dat de ouders, Lion en Renée, waren gevlucht naar hun geboortedorp Brummen. De kinderen Lya (7) en Elly (4) moesten onderduiken bij gastgezinnen, gescheiden van elkaar. Ze zouden hun ouders nooit meer zien: die

werden in Brummen lafhartig verraden en in 1944 in een concentratiekamp vermoord. Pas na de oorlog zagen de zusjes elkaar weer. Ze emigreerden naar Amerika en zijn sindsdien onafscheidelijk."

WAARDEVOL CONTACT

Na het lezen van het krantenartikel vroeg Riek de bewoners van de Paulus Potterstraat om de actie van de leerlingen te steunen. "Ik hoopte dat zo ook de familie Meijers kon worden herdacht. En dat lukte! Kort daarna werd ik vanuit Amerika gebeld door een ontroerde Lya die van het nieuws had gehoord. Sindsdien heb ik met beide zussen een waardevol contact, dankzij de leerlingen en de struikelstenen." ■

Struikelstenen (Stolpersteine in het Duits) worden ter herdenking geplaatst bij woningen van slachtoffers van het naziregime. Het zijn kleine keien (10x10x10 cm) met een messing bovenplaat waarin de naam en data van geboorte en overlijden zijn gegraveerd. Verspreid over Europa vormen de inmiddels meer dan 90.000 stenen tezamen één groot monument. In Utrecht Oost liggen 19 struikelstenen bij acht woningen:

Maliesingel 36, Mauritsstraat 93, Stadhouderslaan 51 en 85, Oudwijkerlaan 4-II, Paulus Potterstraat 31, Prins Hendriklaan 50A en Wolter Heukelslaan 62 (stand per januari 2023).

Meer aangrijpende verhalen over de struikelstenen staan op onze website: www.oostkrant.com/struikelstenen



TATTOOSHOP IN OOST

Carel van den Tweel | Rika Hopperstraat

OP HET LIJF GESCHREVEN

Sinds april 2020 zit op de Nachtegaalsstraat tattooeshop BlackBear Ink. We vragen oprichter Hanne Smit (28) en shopmanager Karim Markgraaf (28): waarom zijn tattoos zo populair?

"Shops zijn toegankelijker en de tattoos veel mooier", vertelt Hanne. Ze laat zien hoe ouderwetse ankers, pin-ups en zee-meerminnen zijn vervangen door verfijnde botanische afbeeldingen, microrealisme (zeer gedetailleerde afbeeldingen) en collages. "Net als vroeger draait het om zelfexpressie, gedeelde verbinding, of simpelweg schoonheid. De meeste klanten weten heel goed wat ze willen. Ooit bracht iemand zelfs een PowerPoint mee!"

VANUIT HET HELE LAND

"We werken ook samen met internationale tattoo-artists die hier tijdelijk ruimte boeken en klanten trekken vanuit het

hele land. Ze werken met inschrijvingen, klanten weten precies welke kwaliteit en originaliteit ze krijgen. Dat systeem voorkomt ook impulsief gedrag."

GODS WERK

De mooiste reactie? "Mijn rijinstructeur bekeek ooit mijn tattoos en zei uiterst vriendelijk: Zo meisje, ga jij Gods werk afmaken?" En spijtoptanten? Die zeggen Hanne en Karim niet te kennen. Dat er verderop ook een tattoo removal shop zit, nemen ze dan ook voor kennisgeving aan. ■

www.blackbear.ink/studio-utrecht



Karim en Hanne van Tattooeshop BlackBear Ink – MICHAEL KARS

"Je eigen **kleur** geven aan de uitvaart"

Sandra van der Pas



passage uitvaarten

PASSAGEUITVAARTEN.NL
24 UUR | 06 - 55 30 33 85

Dirk

- Handgeschilderde huisnummers
- Familienamen
- Hout- en marmerimitaties

06-54388974

MET JE KRANTJE BUURTEN IN OOST

WWW.KOMBUURTEN.NL

WE GAAN VOOR DE BESTE VOETZORG!

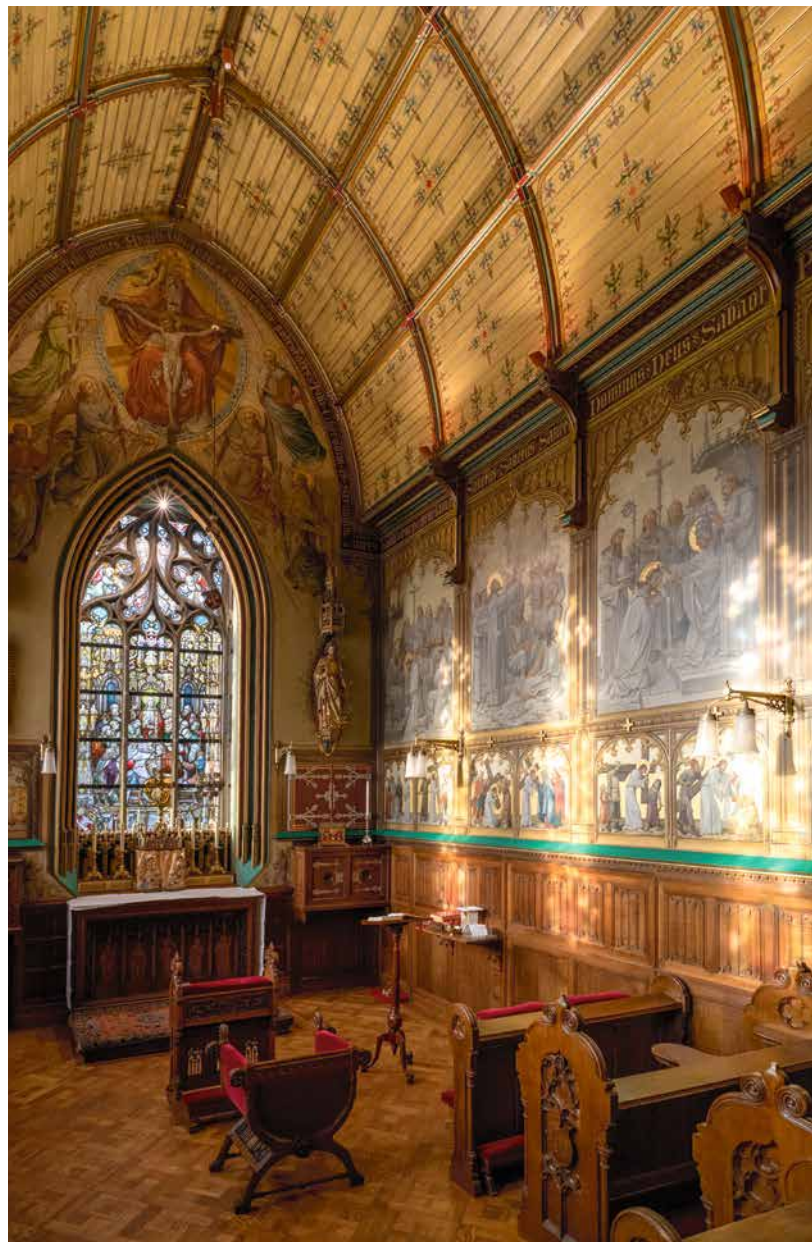


PODOTHERAPIE UTRECHT

030 - 252 27 23
info@podotherapie-utrecht.nl
www.podotherapie-utrecht.nl

PANORAMA OOST

Niels Bongers | Wat ziet hij, of wil hij zien, tijdens zijn wandelingen door Oost? In Oudwijk Noord spotte hij de mythische buurtkabouter de Ouwe Wyck.

Toelichting en meer panorama's op www.oostkrant.com/panorama

MONUMENTAAL OOST

Annemarie Reinders | Marislaan

PALEIS AAN DE MALIEBAAN

Het statige, witte pand Maliebaan 40 is een heus paleis. Het rijksmonument is de residentie van de aartsbisschop van Utrecht, kardinaal Wim Eijk. Zijn wapen hangt boven de hoofdingang: een zilveren kruis op rood met de spreuk *NOLI RECUSARE LABOREM* (weiger het werk niet).

Spoorwegdirecteur Hermanus Ameshof liet deze stadsvilla in 1868 bouwen. Na zijn pensionering verkocht hij het in 1898 aan aartsbisschop Henricus van de Wetering. Die woonde met zijn medewerkers in bij de pastorie naast de Catharinakerk en zocht een groter onderkomen. Architect Van Schaik kreeg de opdracht om de stadsvilla met een neogotische kapel uit te breiden. De glas-in-loodramen zijn een ontwerp van glazenier Otto Mengelberg. Zo kreeg Maliebaan 40 de grandeur van bisschop-

pelijk paleis. In 1929 werd de Weistraat achter het paleis omgedoopt tot Monseigneur van de Weteringstraat.

OORLOGSJAREN

Het pand kent een rijke historie. Zo steunde aartsbisschop De Jong in de oorlogsjaren 40-45 vanuit dit paleis het verzet tegen de Duitsers. Dat vergde moed, want rond de Maliebaan wemelde het destijds van de nazi's en NSB'ers. Voor zijn aanhoudende inzet om joden te redden kreeg hij vorig jaar postuum de eervolle Yad Vashem-onderscheiding van de staat Israël.

KAPEL OPGEKNAPT

In 2017 startte de huidige aartsbisschop een restauratie. In de salon kwam het originele behang uit 1868 onverwacht tevoorschijn. Besloten werd om die hele

De kapel met glas-in-loodramen ontworpen door Otto Mengelberg. De wandschilderingen beelden het verhaal van willibrord (658 - 739) uit, de eerste bisschop van Utrecht.

- MICHAEL KARS



Panorama #25 van Niels Bongers, een felicitatie waard! De tekenaar woont in Oudwijk en is verbonden aan De Inktpot, een collectief van Utrechtse striptekenaars. Bovenal is hij een verwoed wandelaar. Op zijn tochten door Oost schetst hij wat hem opvalt. Maar let op, zoals elke cartoonist neemt hij soms een loopje met de werkelijkheid: hij voegt een nieuw detail toe, of laat het juist weg, en zet daarmee zaken die spelen in Oost in een breder perspectief. Bekijk de hele serie op www.oostkrant.com/panorama

verdieping terug te brengen naar deze tijd, een grote klus. Ook de kapel is opgeknapt. De nieuwe belichting geeft het glas-in-lood en de oude wandschildering (het levensverhaal van willibrord) weer haar volle glorie. Het paleis dient tegenwoordig samen met het naastgelegen pand Maliebaan 38 als kantoor voor het Bisdom Utrecht. Het is daarom niet vrij toegankelijk. ■

ONDERNEMEN IN OOST

Mirjam Bedaf | Piet Heinstraat

(H)EERLIJK BROOD VAN DE BAKKERT

Na een korte loopbaan in het bedrijfsleven wilde Nils Engelman iets nieuws leren: brood bakken. "Met slechts drie ingrediënten iets bizar lekkers maken en toch eindeloos variëren. Magisch!"

Voordat hij het wist bakte hij voor de hele buurt, en niet veel later besloot hij full-time bakker te worden. De eenmanszaak De Bakkert groeide snel uit tot een heel team dat behalve brood ook patisserie (lekkernijen) maakt. Het openen van een eigen bakkerswinkel op de Adriaan van

Ostadelaan 57, in de buurt waar hij zelf woont, maakt de cirkel voor hem rond.

HYPERLOKAAL

Kwaliteit en duurzaamheid staan bij De Bakkert op één. "We maken alles zelf, met pure ingrediënten en zonder onnodige toevoegingen en broodverbeteraars. We wegen daarbij steeds verschillende factoren af, zoals het aantal voedselkilometers, dierenwelzijn en beschikbaarheid van vega en vegan opties." Nils koopt zoveel mogelijk lokaal in: bijvoorbeeld meel uit IJsselstein, appels uit De Bilt en gehakt

voor de saucijzenbroodjes uit Leusden. "Soms kunnen we voor biologische ingrediënten alleen in Frankrijk of Duitsland terecht, maar in principe zijn we een hyperlokale bakker. We zijn open op woensdag t/m zaterdag vanaf 08:00 uur." ■

Nils deelt graag zijn passie voor broodbakken en organiseert daarom elke maand workshops (ook voor teamuitjes). Meer informatie en aanmelden op www.debakkert.nl



FOTO: MIRIAM BEDAF



feeling fit
trainings- en fitnesscentrum
www.feelingfit.nl

In zwembad
De Krommerijn

Uw vraag vormt ons uitgangs



www.kaepnotaris.nl

KAEP
NOTARIS

Maliebaan 6 • 3581 CM Utrecht • T 030 234 50 50 • E info@kaepnotaris.nl

DE LEKKERSTE BAKKER
IN UTRECHT OOST

KOM EN ERVAAR HET ZELF!



BROOD • GEBAK • CAKE & KOEK
TAARTEN • HARTIGE & BELEGDE BROODJES

Burgemeester Reigerstraat 43
BANKETBAKKERIJ-VERSPEEK.NL

Langerak
Ijzerwaren b.v.

Ijzerwaren - Gereedschappen
Elektra - Sanitair - Tuinartikelen

Burg. Reigerstraat 39/41
3581KL Utrecht
tel./fax 030 2109456

langerakbv@kpnmail.nl
www.langerakbv.nl

BUURTGENOTEN

Adeline Riesselmann | Stadionlaan

ANNA POTTER

Anna Potter (50) woonde als kind in Frankrijk, Engeland, Nederland en Noorwegen. "Ik ben in mijn jeugd zo'n 16 keer verhuisd! Ik heb een Amerikaans en een Nederlands paspoort, maar voel me vooral heel Engels." Veertien jaar geleden kwam ze met haar gezin terecht in Oost, om de hoek bij het Krommerijnpark. "Voor het eerst in mijn leven ben ik echt geworteld." Ze houdt van de buurt en de stad: "Het is hier net een klein dorp en er wonen veel leuke mensen." En: "Ik geniet van de natuur, het is

zo groen. Zo'n twee keer per week zwem ik 's morgens met een groepje in de Kromme Rijn." Ze volgde de Kunstacademie in Den Bosch, gaf jarenlang Engelse les bij de nonnen in Vught. Kunst heeft ze altijd gemaakt: fijnzinnige, dromerige schilderijen van verlaten landschappen en borduurwerk met vintage kant. Elk jaar doet ze mee aan de Atelierroute en sinds twee jaar maakt ze een prachtig Engelstalig literair kunsttijdschrift: *The Amphibian* (<https://theamphibianlit.wordpress.com>). ■



FOTO: ADELINE RIESSLMANN

Boomstraat viert 100 jaar in Stijl

Flinke klap erop, en hoppa, de laatste jubileumtegelt ligt erin! De jonge Mathis verricht zijn taak met verve, aangemoedigd door wijkwethouder Eva Oosters. Het is de feestelijke afsluiting van het buurtproject van zijn vader Jan Stolk: 34 bewerkte stoeptegels in de stoep van de Boomstraat waarin precies 100 steentjes zijn verwerkt uit een (helaas) gesloopte mozaïekvloer van huisnummer 7. De tegels zijn een ode aan het buurtgevoel in de Boomstraat en de Amsterdamse Schoolstijl waarin het huizenblok aan de oneven kant een eeuw geleden is gebouwd. ■



SPORTIEF OOST

Ralph Janssen | Ina Boudier-Bakkerlaan

KARATÉ

In een zaal achter het Stedelijk Gymnasium traint elke woensdagavond Kenpo Karaté Utrecht. Ik ga met mijn vriend een proefles volgen. Instructeur Menno ontvangt ons hartelijk. In de zaal vallen we in onze sportkleren wel uit de toon, want

■ Karateka Isabelle en instructeur Menno van Kenpo Karaté Utrecht – RALPH JANSSEN

iedereen draagt een mooie zwarte kimono. Bij binnenkomst buigt iedereen netjes. De groep vangt aan met een openingsgroet vol sierlijke bewegingen, die ik lastig kan volgen. We komen op deze manier wel in de juiste mindset.

ZELFVERDEDIGING

Tijdens de warming-up vermoed ik dat ze een tandje bijzetten vanwege onze aanwezigheid, want we zijn al afgemat als de les nog moet beginnen. Het thema vandaag is proportioneel geweld: 'Wan-

neer mag je welk soort geweld gebruiken?' De nadruk op zelfverdediging maakt deze karateschool uniek. Menno bootst levensechte situaties na, zoals de 'agressieve gek'. Hij vraagt: Wat doe je als iemand je arm niet wil loslaten? De bijna filosofische benadering van deze les verast me. De karateka's zijn enthousiast over de afwisseling tussen werken aan techniek en het simpelweg eruit rammen van energie tegen de stootkussens. Na de eindgroet concludeer ik dan ook: karaté is doen én denken. ■



FOTO: ARBOUD WOLFF

GROEN OOST

Deborah van der Vlist | Ina Boudier-Bakkerlaan

NATUURLIJK BLOEYENDAEL

De sneeuwklodjes bloeien, een ijsvogel scheert over het water en zonnestralen strelen het bevroren gras. Op deze vroege ochtend in februari ontmoet ik Daniel, die samen met Hans beheerder van Bloeyendaal is. Dit natuurpark ligt ingeklemd tussen de kantoren van Rijnsweerd en drukke autowegen. "Onze stichting is in 1990 opgericht als actiecomité tegen de aanleg van de A27. Dick Bruna ontwierp ons logo." Het terrein, ooit een landgoed, was lange tijd onderdeel van de Nieuwe Hollandse Waterlinie. Nu is het park een oase van rust voor mens en dier. Door de hoogteverschillen en eilandjes leven hier bijzondere planten en dieren. Vrij-

willigers onderhouden het park. Ze snoeien en houden de wandelpaden netjes. "Het is een gezellige club. Jaarlijks sluiten we het bladharken en takkenslepen af met een gezellig samenzijn met stampot." Het park wordt ecologisch beheerd. "We hooien met paard en wagen en leggen speciale habitats aan zoals een broedhoop voor ringslangen. Via informatieborden delen we onze kennis met parkbezoekers. Dus kom vooral langs en geniet van het prachtige Bloeyendaal." ■

■ Ontdek meer groene parels in onze wijk op www.groenoost.net



FOTO: JADINE VAN DEN BERG

RONDELEIDING

't Gilde | Utrecht

UTRECHT SCIENCE PARK

Het gebied rondom de universiteit mag dan sinds 2011 officieel Utrecht Science Park heten, de oude naam zullen we in Oost niet snel vergeten: De Uithof. Een verwijzing naar de eeuwenoude boerderij aan de voormalige Hoofddijk (tegenwoordig Toulouselaan), sinds 1992 een rijksmonument. Met de komst van de faculteit Diergeneeskunde in de jaren 60 kwam het gebied rondom De Uithof tot ontwikkeling. En toen ging het snel! Gebouw na gebouw werd uit de grond gestampt om universiteit, hogeschool, ziekenhuizen en een groeiende studentenpopulatie te huisvesten. Deze samen-

balling van talent trok vervolgens (internationale) bedrijven en instellingen aan die gericht zijn op gezondheid en wetenschappelijk onderzoek. Wil je zien hoe dit deel van Oost uitgroeide tot een internationaal befaamd wetenschapspark, waar inmiddels 30.000 mensen werken en 51.000 studenten een opleiding volgen? Wandel mee met de stadsgids van 't Gilde! ■

■ Zondag 2 april 11:00 - 12:30 uur
Kosten: € 8,- p.p. (U-pas € 4,-)
Inschrijven vanaf 14 maart via:
www.oostkrant.com/rondleiding



FOTO: DEBORAH VAN DER VLIST

Colofon

De Oostkrant wordt 4x per jaar huis-aan-huis bezorgd in Utrecht-Oost. Oplage 14.000.

De Oostkrant is een uitgave van Stichting Oostkrant (KvK 51098059 en IBAN NL85 RABO 0158028015), in 2010 opgericht zonder winstoogmerk. De (onbezoldigde) bestuurs- en redactieleden zijn bewoners uit de wijk. Inkomsten uit advertenties van lokale ondernemers dekken de productiekosten.

Meer informatie www.oostkrant.com

Bezorging Wil je de krant niet ontvangen? Mail je adres naar guus@touker.nl

Redactie Arnoud Wolff (hoofdredacteur), Mirjam Bedaf, Monique Biesart, Niels Bongers, Ralph Janssen, Michael Kars (fotograaf), Annemarie Reinders, Adeline Riesselmann, Carel van den Tweel en Deborah van der Vlist. Contact: redactie@oostkrant.com

Stichtingsbestuur Henriette Hettinga (voorzitter), Ger Offringa (secretaris), Michael Lohle (penningmeester), Marieke Folkers en Wilbert van Dam.

Ontwerp Studio Michelangela i.s.m. Concreat Drukwerk ALTIJDDRUKWERK.NL

Adverteren aanleveren tot 12 mei 2023 Contact: ger.offringa61@gmail.com

Volgende editie 1 juni 2023



Biologische winkel
Lunchcafé met terras
Unieke feestlocatie
Speeltuín

Kom kijken, ruiken en proeven

www.moestuynutrecht.nl



Dag en nacht bereikbaar
030 238 00 38

HAIRFIX

BURGEN. REIGERSTRAAT 66
3581 KV, UTRECHT

030-2520296
HAIRFIX.NL



Onderhoud - Verbouw
Nieuwbouw
Utrecht
tel 030-276 38 88
www.koedijkbouw.nl

van der Heijde
OPTIEK

BRILLEN • LENZEN • OOGMETING

Burgemeester Reigerstraat 26
T 030 25 11 555
www.vanderheijdeoptiek.nl
buiten openingstijden op afspraak

PODIUM OOST

HET PODIUM VOOR MAATSCHAPPELIJKE EN CULTURELE ACTIVITEITEN IN UTRECHT-OOST

IN DIT NUMMER



LEZING & DEBAT



ACTIVITEITEN



CULINAIR



SENIORENINLOOP



CULTUUR



VRIENDEN VAN

Oudwijkerdwarstraat 148 • 3581 LJ Utrecht • T 030 258 19 94
info@podiumoostutrecht.nl • www.podiumoostutrecht.nl

VOORTGANG VERBOUWING

HET SKELET STAAT VERBOUWING NOG OP SCHEMA

Het skelet van het nieuwe Podium Oost staat overeind. "Met een beetje fantasie zie je al hoe het eruit gaat zien." Bestuurslid Henk Mos volgt de vordering van de verbouwing op de voet. Bijna dagelijks overlegt hij met aannemer VIOS over alle mogelijke praktische zaken. Waar komt het lichtplafond in de grote zaal precies te hangen? Waar zitten de elektrische aansluitingen in de keuken? "Soms ook hele kleine details. Een deur die op een verkeerde manier opengaat. Of een wand, die bij de sloop anders in elkaar blijkt te zitten dan we dachten."

OP SCHEMA

Goed nieuws van de aannemer over de vorderingen. Volgens opzichter Jacco van Haren van VIOS ligt de verbouwing nog steeds op schema. "Tot nu toe hebben we nog geen grote tegenslagen gehad. We moeten natuurlijk nog wel afwachten of leveranciers van materialen op tijd leveren. Zo hebben we nog geen zekerheid over de levering van het juiste hout voor de nieuwe voorgevel. En er is een enorme vraag naar zonnepanelen. Maar daar verwacht ik geen grote problemen." Voorlopig gaat Jacco nog steeds uit van afronding van de verbouwing eind mei, begin juni.



Opzichter Jacco van Haren van VIOS.

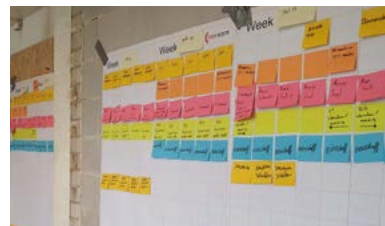


KIJKJE NEMEN

Veel vaste gebruikers zijn razend benieuwd, naar het nieuwe Podium Oost. Henk bekijkt, samen met Jacco wanneer het werk zo ver gevorderd is, dat een eer-

ste kennismaking mogelijk is. "We denken nu aan ergens eind april begin mei, maar dat is nog even afwachten" kijkt Henk vooruit. Zodra dat ook maar enigszins mogelijk is opent Podium Oost zijn deuren

weer voor dagelijkse activiteiten en de verhuur van ruimtes. De officiële heropening verwacht Henk pas in het nieuwe seizoen. "Maar die zal ook zo bijzonder zijn, dat niemand in de wijk die zal ontgaan."



V.l.n.r. Arjan Schothorst (VIOS), Klaas Jan Mijkes (Adviesbureau bouwfysica (Ewout van Halteren), Jacco van Haren (VIOS, opzichter), Martijn van der Veen Projectleider architectenbureau 19 Het Atelier) en Emiel Kniest (Projectleider gemeente Utrecht).

Tijdens de verbouwing proberen we iedereen op de hoogte te houden van de voortgang en ontwikkelingen. Dat doen we via onze website, onze nieuwsbrief, nieuwsflits, Facebook, Instagram en Twitter. En in elke Podium Oostkrant geven we ook een update van de stand van zaken.

Website: www.podiumoostutrecht.nl

FB: @PodiumOostUtrecht

Instagram: [podiumoostutrecht_](https://www.instagram.com/podiumoostutrecht_)

De nieuwsbrief verschijnt 1 x per maand en de nieuwsflits versturen we onregelmatig. Nog niet geabonneerd op onze nieuwsbrief? Stuur een mailtje naar info@podiumoostutrecht.nl met de vermelding Nieuwsbrief.



Scan de QR-code en je komt op de website met alle actuele informatie

Hé Utrecht-Oost!
AUTO WASSEN

doe je bij:



CarwashLarenstein.nl
C. de Haasweg 10 Biltoven



David van de Waal
onafhankelijk
uitvaartverzorger

030 - 320 1233

Dag en nacht telefonisch bereikbaar

vandavid.nl

IBB HOF
Hét winkelcentrum voor uw
dagelijkse boodschappen.
De ondernemers heten u
van harte welkom!

Wist u dat u bij ons de
eerste 2 uur GRATIS
kunt parkeren!



BROOD
COMPANY®

100% BIOLOGISCH

ELKE DAG OPEN VANAF 8:00 UUR,
ZONDAG VAN 8:00 TOT 13:00 UUR.
BURGEMEESTER REIGERSTRAAT 33,
3581 KK UTRECHT

WWW.BROODCOMPANY.COM



SUCCES DONATIECAMPAGNE: 1E HELFT IS BINNEN



Hoera! We zijn inmiddels op de helft van ons doel. Op dit moment is er meer dan € 10.000,- ontvangen. Nog bijna € 10.000,- te gaan en we hebben ons doel bereikt! Dan kunnen we de gastvrije, gezellige ontmoetingsruimte in Podium Oost inrichten.

DANK

Grote dank aan iedereen die heeft gegeven. Samen hebben we dit mogelijk gemaakt. We zien grote en kleine bedragen komen, alles is meer dan welkom. Chapeau!

3E ETAPPE

Maar, we zijn er nog niet. De leestafel en de stoelen uit de vorige etappes zijn gerealiseerd. Voor de 3e etappe, een pretti-

ge verlichting in de grote, multifunctionele ontmoetingsruimte is nog een flink bedrag nodig. Alle hulp is wederom erg welkom.

Nogmaals dank voor alle steun! We hopen ons weer snel te melden met goed nieuws over de derde etappe. Daarna gaan we verder met de 4e etappe, sparen voor een professionele koffiemachine.



Donaties zijn reuze welkom.

Scan de QR-code of ga naar www.podiumoostutrecht.nl

COEN SWIJNENBERG

"Ik heb een druk leven. Dus een bezoek aan Podium Oost schiet er vaak bij in. Dat geldt natuurlijk niet voor iedereen. Voor veel wijkgenoten is Podium Oost een soort huiskamer, waar iedereen welkom is! Nu even niet, want Podium Oost is aan het verbouwen. Het wordt nog leuker, toegankelijker en duurzamer. Dat is geweldig, maar om de inrichting up-to-date te maken is veel geld nodig. Doe jij ook mee om er een gezellige, gastvrije centrale ontmoetingsruimte van te maken waar mensen elkaar leren kennen en zich thuis kunnen voelen. Geef voor Podium Oost. Juist nu! Dat kan door een bedrag te doneren. Samen maken we het nieuwe Podium Oost nog toegankelijker en gezelliger!"



MONIQUE BIESAART

"Toen ik actief was voor de Oostkrant ontdekte ik Podium Oost. Een wijkdebat, culturele voorstelling, elkaar ontmoeten... dat is wat mij naar Podium Oost brengt. Ik word gelukkiger van het bewust leven in de wijk waar ik woon en niet van de grote stad, want die is zo onpersoonlijk. Daarom ben ik Vriend Van geworden.

Podium Oost is nu aan het verbouwen en ik hoop dat er na de verbouwing een beetje meer een horeca-sfeer is met gezellige zitjes. En bijvoorbeeld een speelhoek voor de (klein)kinderen in de buurt, waar (groot)ouders elkaar kunnen treffen. Daar is extra geld voor nodig en daarom is de actie 'Kleed Podium Oost Aan' gestart. Doe jij ook mee om een gezellige, gastvrije centrale ontmoetingsruimte in te richten waar mensen elkaar kunnen ontmoeten en leren kennen? Geef voor Podium Oost. Juist nu!"



CULTUUR

WIE IS DIE VROUW?

In het kader van Internationale Vrouwendag organiseert Podium Oost op zondagmiddag 19 maart in het University College Utrecht (UCU) de voorstelling 'Wie is die vrouw?'. Met voordrachten en presentaties in dansvorm presenteren vrouwelijke auteurs uit Utrecht Oost zich. In het programma gaan Karin Elich, dansdocente en oprichtster van het Catharijne Genootschap en auteur en actrice Veronique Konings in gesprek met o.m. Brigida Almeida, Charlotte Broer, Anne Gadellaa en Mehrnaz Salehi. Zeven auteurs uit Utrecht Oost zijn in ieder geval aanwezig en de lijst groeit nog steeds.

ONTMOETING MET AUTEURS

Nieuwsgierig geworden in het programma? In de pauze is er gelegenheid om kennis te maken met de auteurs en met hen over hun boeken te praten. Bruna Nachttegaalstraat is aanwezig met een intekenlijst om boeken te kunnen bestellen.

TIJDELIJKE LOCATIE

Podium Oost is heel blij dat het University College Utrecht (UCU) wederom hun auditorium zaal beschikbaar stelt voor een activiteit van Podium Oost. Het UCU aan het Kriekenpitplein is gemak-

kelijk lopend en op de fiets te bereiken. Er is ruime parkeermogelijkheid en met de bus is het met lijn 8, vanaf bushalte De Hoogstraat of Prins Hendriklaan, 300 meter lopen.

Zondagmiddag 19 maart
Tijd: 15.00 – 17.00 uur
Locatie: UCU, auditoriumzaal
Toegang: € 10,00
Vooraf aanmelden via:
www.podiumoostutrecht.nl/wie-is-die-vrouw



12 MND €90 TENNIS

OVERDAG EN IN HET WEEKEND

TIJD OM LEKKER TE TENNISSEN?

Neem dan een dalurenlidmaatschap bij SV Kampong Tennis voor maar 90 euro per jaar! Op ons mooie tennispark met 6 banen en een fraaie terrastuin is het lekker tennissen in een goede sfeer. Wij spelen het hele jaar op kunstgras. **Meld je aan via: www.kampongtennis.nl**

SV Kampong Tennis

Huis Van Ravesteyn

Kom binnen in een architectonisch hoogstandje

Adres: Prins Hendriklaan 112

Voor tickets en openingstijden: hendrickdekeyser.nl/museumbezoek

HK

Samen Eten

Elke 2e donderdag van de maand
Samen Eten in Sterrenzicht

Vooraf aanmelden:
info@podiumoostutrecht.nl

Sterrenzicht, Keerkringplein 40
www.podiumoostutrecht.nl

CURSUS VALLEN VERLEDEN TIJD
voor 55+ en ouder

In 6 wekelijkse lessen van 1 uur leren om vallen te voorkomen en hoe te vallen als het toch mis gaat.

Gegeven in Podium Oost door een oefentherapeut Mensendieck en een fysiotherapeut.

Meer informatie en/of aanmelden:
Eveline Egeler 06-21 20 60 72
info@utrecht oefentherapie.nl
www.utrecht oefentherapie.nl

TIJDENS DE VERBOUWING GAAT PODIUM OOST DOOR

Podium Oost is aan het verbouwen en de meeste activiteiten verhuisden tijdelijk naar een andere locatie. We gingen bij een aantal van hen op bezoek op te horen hoe het ze vergaat.

OOST VOOR ELKAAR INFORMATIEPUNT

Oost voor Elkaar is een Wijkcoöperatie. Voor iedereen die met elkaar wil werken aan zorgzaam en prettig wonen in onze mooie wijk. Opgericht door bewoners, voor alle bewoners van Utrecht Oost. We spraken Anja van der Aa, coördinator.

HOE VIND JE HET OP DE TIJDELIJKE LOCATIE?

We zitten met het Oost voor Elkaar informatiepunt zelf op drie locaties: Careyn Swellengrebel, Clubhuis U-Track (tijdens De Derde Helft) en in de huiskamer van de Wilhelminakerk. Iedere locatie heeft zo zijn eigen sfeer en dat bevalt prima. Het is heel fijn dat Oost voor Elkaar zijn werkzaamheden voort kan zetten. De Tai-Chi lessen van Olga worden onder de paraplu van Oost voor Elkaar gegeven in De Wilg waar ook het drukbezochte Cultuurhistorisch Café

Utrecht Oost is. De leefstijlclub vond onderdak in speeltuin De Bloesem en burenhulp doen we overal en voor de hele wijk.

HOE VINDEN JOUW BEZOEKERS DE TIJDELIJKE LOCATIE?

De bezoekers van de informatiepunten zijn blij met onze aanwezigheid op de verschillende locaties. Natuurlijk is het soms een beetje fris in de huiskamer van de Wilhelminakerk of een beetje te warm in Swellengrebel maar dat mag de pret niet drukken. We willen dat elke buurt een open, gastvrije en veel gebruikte buurtontmoetingsplek heeft. Overal stimuleren we ook laagdrempelige leefstijlactiviteiten.

WELKE WENSEN HEB JIJ VOOR HET NIEUWE PODIUM OOST?

Meer openheid en laagdrempeliger om ook de buurtbewoner naar binnen te laten

komen die normaal gesproken voorbij loopt. Dat sluit ook goed aan bij een van onze grootste wensen: de komst van een buurtverbinder in elke buurt. Iemand die één op één gesprekken aangaat met de bewoners, die mensen en initiatieven in de buurt verbindt. En die, indien nodig, de weg wijst naar verschillende instanties of naar activiteiten in de wijk zoals naar Podium Oost.

WAAR HOOP JIJ OP IN HET NIEUWE PODIUM OOST?

Podium Oost is en blijft het thuishonk van Oost voor Elkaar omdat het een organisatie is voor en door buurtbewoners. Ik zie ook wel mogelijkheden voor een verdere samenwerking in de vorm van communicatie en het organiseren van wijkdebatten en wijkdialogen.

ODENSEHUIS ANDANTE

Odensehuis Andante is een inloophuis en ontmoetingsplek voor iedereen met (beginnende) dementie en hun naasten. Zij zitten tijdelijk bij de Tuinvereniging de Pioniers.

HOE VIND JE HET OP DE TIJDELIJKE LOCATIE?

De ruimte bij tuinvereniging De Pioniers is ronduit fantastisch. Het is een heerlijke plek lekker in de natuur. Iedereen die er ooit geweest is zal dat beamen. Het is een hele fijne open en lichte ruimte inclusief keukens en openslaande deuren naar de gezamenlijke binnenplaats. Er is veel interactie met de tuinders die graag binnenkomen voor een praatje of een bakje koffie met de bezoekers van Odense.

HOE VINDEN JULLIE BEZOEKERS DE TIJDELIJKE LOCATIE?

De deelnemers zijn ook zeer te spreken over de tijdelijke locatie. Zij vinden het een mooie plek en fijn dat alles op de begane grond is. Af en toe heeft de taxi moeite om het te vinden, dat dan weer wel. Een klein nadeel is dat er geen aparte ruimtes zijn om in verschillende groepjes activiteiten te doen. Een klein kantoor voor de medewerkers was ook wel fijn geweest.

WELKE WENSEN HEB JIJ VOOR HET NIEUWE PODIUM OOST?

Meer gezamenlijke activiteiten met de buurt en Podium Oost om bekendheid voor dementie te genereren. Een betere



zichtbaarheid voor Odense en ook voor de buurtbewoners die te maken hebben met dementie, zodat het voor iedereen gemakkelijker wordt om te komen. Waar hoop jij op voor jezelf en voor jouw activiteit in het nieuwe Podium Oost? Toegankelijkheid, laagdrempelig, inclusief, zichtbaar. Laten weten dat de kennis aanwezig is en dat de wijkbewoners welkom zijn.

KOOKOOVAJA

Taalcentrum Kookoovaja geeft taallessen zodat mensen volop kunnen genieten en deel kunnen uitmaken van een buitenlandse cultuur of de Nederlandse samenleving.

HOE VIND JE HET OP DE TIJDELIJKE LOCATIE?

Het gebouw dat we in de zomer hebben betrokken is een statig herenhuis aan de Biltstraat met hoge plafonds en mooie or-

namenten. We hebben het sfeervol á la Kookoovaja kunnen inrichten en zijn trots op hoe snel we dit voor elkaar hebben gekregen. Op de begane grond hebben we vanaf de straat veel bekijks en dat zorgt voor meer bekendheid.

HOE VINDEN JULLIE DEELNEMERS DE TIJDELIJKE LOCATIE?

Cursisten die op meerdere locaties les hebben gehad waren enthousiast over de nieuwe locatie, nieuwe cursisten vinden het fijn binnenkomen. Ook vinden ze het

prettig dat deze locatie goed bereikbaar is met het openbaar vervoer, want hier stopt de bus ook 50m verderop in de straat.

WELKE WENSEN HEB JIJ VOOR HET NIEUWE PODIUM OOST?

Dat het snel weer een bruisende plek wordt waar je altijd een warm welkom staat te wachten. We zijn heel benieuwd hoe de verbouwing vordert en hoe het eruit komt te zien!

UITKNIPPER

ACTIVITEITEN EN ONTMOETINGEN

Programma onder voorbehoud

Tijdens de verbouwing vinden onze activiteiten plaats in het UCU, Kriekenpitplein 1.

Kijk op www.podiumoostutrecht.nl voor het actuele programma. Reserveren www.podiumoostutrecht.nl en ga dan naar de titel van de voorstelling of mail naar info@podiumoostutrecht.nl o.v.v. datum en aantal personen.

MAART



Zondag 19 maart
Tijd: 15.00 uur
Toegang: € 10,00
Locatie: UCU, auditoriumzaal

Wie is die Vrouw?

APRIL



Zondag 23 april
Tijd: 15.00 uur
Toegang: € 10,00
Locatie: UCU, auditoriumzaal

Het Lot van het Bos

CULTUUR

AMELISWEERD HET LOT VAN HET BOS

Amelisweerd is de achtertuin van Utrecht Oost. Veel mensen genieten van het prachtige bos met z'n mooie buitenplaatsen. Podium Oost organiseert op zondag 23 april een programma over 'Het lot van het bos'. Sociaal-geograaf Rob van der Vaart komt op deze zondagmiddag naar het University College Utrecht om ons aan de hand van foto's, kaarten en ander archiefmateriaal mee te nemen in het bos.

Bijna iedereen in Utrecht Oost is op een eigen manier 'Amelisweerd-deskundige'. Als recreant, actievoerder, als kenner van de planten die er groeien, en zo is er nog wel meer te bedenken. Wat valt er dan nog over te zeggen?

Rob van der Vaart wil het graag over het grotere plaatje hebben. Wat voor landschap is dit eigenlijk? Hoe hebben de landgoederen zich ontwikkeld? Hoe werd Amelisweerd/Rhijnauwen steeds meer een 'stadsbos' en welke lotgevallen deelt het gebied met andere stadsbossen in Nederland en Europa? Hoe werd ons lokale bos een nationaal issue en wat zijn op dit vlak de laatste ontwikkelingen?

Het evenement vindt plaats op 23 april van 15.00 tot 17.00 uur in het auditorium van

het UCU aan het Kriekenpitplein 1. Deze locatie is gemakkelijk bereikbaar te voet en met de fiets. Er is ruime parkeermogelijkheid en met de bus is het met lijn 8, vanaf bushalte De Hoogstraat of Prins Hendriklaan, 300 meter lopen.

Podium Oost is heel blij dat het University College Utrecht (UCU) wederom hun auditorium zaal beschikbaar stelt voor voorstellingen en activiteiten van Podium Oost.

Zondagmiddag 23 april
Tijd: 15.00 – 17.00 uur
Locatie: UCU, auditoriumzaal
Toegang: € 10,00
Vooraf aanmelden via:
www.podiumoostutrecht.nl



Speel - o - Theek

Kom je ook spelen of lenen?

Speeltuin de Bloesem
Woensdag van 10.00 – 13.00 uur
www.podiumoostutrecht.nl

KLEED PODIUM OOST AAN

SCAN DE QR-CODE
OF GA NAAR WWW.PODIUMOOSTUTRECHT.NL

HELP JE MEE?

DONEER NU!



ACTIVITEITEN PROGRAMMA MAART- JUNI 2023
wijzigingen voorbehouden

Podium Oost is tijdelijk gesloten i.v.m. de verbouwing. We hebben de activiteiten zoveel mogelijk op andere locaties ondergebracht. De adressen van de locaties staan per activiteit vermeld.
Check onze website voor actuele informatie of bel: 030-2581994

MAANDAG	
14.30-16.30	Aquarellerende voor volwassenen De Wilg, Mecklenburglaan 3, 3581 NV Utrecht
14.30-16.30	Oost voor Elkaar Informatiepunt Swellengrebel, Burgemeester Fockema Andreaelaan 100, 3582 KV Utrecht
14.00-15.00	Fit met Ret Gymzaal Bonifatiuscollege, Burgemeester Fockema Andreaelaan 9, 3582 KA Utrecht
19.30-23.00	Bridgeclub Utrecht Oost Wilhelminakerk, Hobbemastraat 35, 3583 CW Utrecht
19.30-22.15	Swing In Utrecht Buurthuis de Leeuw, Samuel van Houtenstraat 1, 3515 EA Utrecht
DINSDAG	
09.00-10.15	Dapiyo beweegles Sterrenzicht, Keerkringplein 40, 3582 PM Utrecht
10.00-12.30	Oost voor Elkaar Informatiepunt Clubhuis u-track Mytylweg 79, 3585 LK Utrecht
13.30-16.30	Dinsdagmiddag Bridge Sterrenzicht, Keerkringplein 40, 3582 PM Utrecht
18.30-19.30	Mindful Yoga in de buurt Gymzaal Schoolplein 6, Schoolplein 6, 3581 PX Utrecht
WOENSDAG	
09.15-11.30	Oefentherapie Cesar Sterrenzicht, Keerkringplein 40, 3582 PM Utrecht
10.00-13.00	Speel-o-theek Speeltuinde Bloesem, Bloesemstraat 25A, 3581 XA Utrecht
10.00-12.30	Oost voor Elkaar Informatiepunt Huiskamer Wilhelminakerk, Hobbemastraat 35, 3583 CW Utrecht
10.00 uur	Wandelclub Speeltuinde Bloesem, Bloesemstraat 25A, 3581 XA Utrecht
20.00-21.00	Zumba Gymzaal Bonifatiuscollege, Burgemeester Fockema Andreaelaan 9, 3582 KA Utrecht
DONDERDAG	
10.00-15.00	Senioreninloop Sterrenzicht, Keerkringplein 40, 3582 PM Utrecht
10.00-12.00	Schaken Sterrenzicht, Keerkringplein 40, 3582 PM Utrecht
10.30-11.15	Fysio voor Senioren Speeltuinde Bloesem, Bloesemstraat 25A, 3581 XA Utrecht
12.00-13.00	Lunch Sterrenzicht, Keerkringplein 40, 3582 PM Utrecht
13.00-15.00	Computercafé Sterrenzicht, Keerkringplein 40, 3582 PM Utrecht
13.30-14.30	Tai-Chi De Wilg, Mecklenburglaan 3, 3581 NV Utrecht
15.30-19.30	UtrechtDanceCenter Kids Sterrenzicht, Keerkringplein 40, 3582 PM Utrecht
17.30-19.00	Samen Eten (2e donderdag van de maand) Sterrenzicht, Keerkringplein 40, 3582 PM Utrecht
19.30-20.45	Buikdansen Buurthuis de Beatrix, Prinses Beatrixlaan 2, 3554 JK Utrecht
VRIJDAG	
09.00-10.00	Mindful Yoga in de buurt Sterrenzicht, Keerkringplein 40, 3582 PM Utrecht
ZATERDAG	
14.00-16.00	Toneel voor Kids Speeltuinde Bloesem, Bloesemstraat 25A, 3581 XA Utrecht



ACTIVITEITEN SENIOREN INLOOP MAART- JUNI 2023
Programma onder voorbehoud

De Senioreninloop is tijdelijk naar Sterrenzicht, Keerkringplein 40, 3581 PM Utrecht. Check onze website voor actuele informatie of bel: 030-2581994

IEDERE DONDERDAG VAN 10.00 TOT 15.00 UUR

Onbeperkt koffie en thee € 1,50; Lunch € 2,00. Voor de lunch opgeven per week voor 10.30 uur bij info@podiumoostutrecht.nl, 030- 2581994 of bij Andy in Sterrenzicht.

Vanaf 10.00 uur	Inloop + koffie	11 mei
10.00 – 12.00 uur	Schaken met Frans	13.00 – 15.00
12.00 – 13.00 uur	Gezamenlijke lunch	Zin in Utrecht, Zelfregie en onmacht
13.00 – 15.00 uur	Computer-inloop	25 mei
		13.00 – 15.00
		Teken en schilderworkshop met Marie-Josée
AGENDA		8 juni
16 maart		13.00 – 15.00
13.00 – 15.00	Zin in Utrecht, Empathie	Zin in Utrecht, Waarde van de ouderdom
23 maart		22 juni
13.00 – 15.00	Teken en schilderworkshop met Marie-Josée	13.00 – 15.00
		Teken en schilderworkshop met Marie-Josée
13 april		13 juli
13.00 – 15.00	Zin in Utrecht, Krachtbronnen	13.00 – 15.00
20 april		Zin in Utrecht, Veerkracht
13.00 – 15.00	Teken en schilderworkshop met Marie-Josée	

Het complete programma voor de Senioreninloop is nog niet bekend. Kijk voor het actuele programma op onze website: www.podiumoostutrecht.nl

SOCIAAL

SAMEN ETEN



Er wordt heerlijk gekookt in Sterrenzicht. De dames maken elke keer weer een heerlijk driegangenmenu. Er zijn meestal rond de 15 gasten die gezellig samen eten op de 2e donderdag van de maand. Enkele bezoekers van Sterrenzicht weten ook het Samen Eten te vinden. Zo leren zij elkaar kennen en wie weet komen de Sterrenzichters straks ook wel naar het nieuwe Podium Oost. Vanaf een uur of 17.00 kun je binnenlopen en een drankje bestellen, om 17.30 eten gaan we eten. Wees welkom iedereen die graag mee wil eten.

terwacht gebruiken. Dus, kom vooral eens langs, mee-eten of meekoken. Informatie bij Andy via: info@podiumoostutrecht.nl

VOORAF AANMELDEN

In verband met de boodschappen is het nodig dat iedereen zich van te voren aanmeldt. Dat kan tot uiterlijk 12.00 uur op de dag zelf. Bellen naar 030 2581994, mailen naar info@podiumoostutrecht.nl of via het contactformulier podiumoostutrecht.nl/samen-eten/. Helaas verhinderd? Laat het ons dan even weten i.v.m. inkopen.

Elke 2e donderdag van de maand
Locatie: Sterrenzicht
Tijd: 17.00 uur
Kosten: € 6,00 met U-pas € 3,50 voor 3 gangen

SOCIAAL

SENIORENINLOOP

De Senioreninloop loopt als vanouds door. Tijdens de verbouwing ontmoeten de bezoekers elkaar in buurthuis Sterrenzicht. “We zitten gemiddeld met vijftientig mensen aan tafel tijdens de lunch. De vast club senioren vanuit Podium Oost is wel gewend dat we hier tijdelijk zitten en de interactie met de Sterrenwijkers gaat ook helemaal prima. Zij weten ons ook te vinden!”, vertelt Andy, onze beheerder van Podium Oost. “We maken er wat van! Woon je in de buurt, kom vooral ook eens langs, er is op donderdag van alles te doen.”

ZIN IN UTRECHT

Zin in Utrecht verzorgt 1x per maand tijdens de Senioreninloop een themabijeenkomst over zingeving, levensvragen en spiritualiteit.

TEKENEN EN SCHILDEREN

Met veel plezier geeft Marie-José Meulenbelt 1x per maand een workshop tekenen en schilderen Het is voor haar een uitdaging om mensen die beweren niet creatief te zijn toch het drempeltje over te halen en vrij aan de slag te gaan. “Het leukst is

het als de mensen aan het eind van de middag geïnspireerd en blij hun werk mee naar huis nemen.”

COMPUTER-INLOOP

Hoe vraag ik een DigiD aan? Waarom blijft het scherm zo staan? Wat is toch dat geluidje dat ik steeds hoor? Josephine Kestens heeft antwoord op alle digitale vragen. Zij vindt het belangrijk om goed de tijd te nemen voor de digitale problemen. “Vlug ‘even laten zien hoe het moet’ werkt niet. Ik neem rustig de tijd om een oplossing voor het probleem uit te leggen en herhaal de stappen die we nemen. Zo kunnen mensen het zelf oplossen als het nog een keer gebeurt.” Kijk voor het programma van de Senioreninloop links onder op deze pagina of op onze website.

Elke donderdag
Locatie: Sterrenzicht
Tijd: 10.00 – 15.00 uur
Kosten: Onbeperkt koffie en thee € 1,50
Lunch € 2,00

SOCIAAL

SPEEL-O-THEEK

Ook de Speel-o-Theek gaat gewoon door tijdens de verbouwing. Op de woensdagmorgen kunnen ouders en kinderen verantwoord en duurzaam speelgoed lenen in speeltuin de Bloesem. Tijdens de openingstijden van de Speel-o-Theek kunnen de kinderen ook ter plekke met het speelgoed spelen. De Speel-o-Theek is voor kinderen van 0 t/m 4 jaar. Loop gerust eens binnen.

Elke woensdag (tijdens de vakanties is er geen Speel-o-Theek)
Locatie: Speeltuinde Bloesem
Tijd: 10.00 -13:00 uur
Kosten: € 25,00 per jaar



Kom je ook spelen of lenen?

PODIUM OOST woensdag 10.00 - 13.00 uur
Leeftijd 0 t/m 4 jaar
www.podiumoostutrecht.nl

COLOFON

Podium Oostkrant is een uitgave van Stichting Podium Oost en verschijnt als los katren in de Oostkrant. Stichting Podium Oost is ingeschreven bij de Kamer van Koophandel onder nummer: 58300899.

Redactie

Andy Wernsen, Anne Gadellaa, Anneke van Dalen, Hans Elsendoorn en Paula Reiling.

Vormgeving

Michelangelo i.s.m. Concreat, Utrecht

Redactieadres

PO-krant@podiumoostutrecht.nl

Podium Oost

Oudwijkdwarstraat 148
3581 LJ Utrecht
Telefoon: 030-2581994
info@podiumoostutrecht.nl
www.podiumoostutrecht.nl

De fietsenmaker in uw buurt



www.tielemanfietsen.nl

like ons op facebook

rijwielhandel tieleman en zoon

Welkom bij Autobedrijf de Rooij



C.de Haasweg 14 Bilthoven
030 2204816



Schoenmakerij & Verftartikelen De Zilveren Hamer

Schoenreparaties
Fournituren
Sleutels
Stoermerij-service
Naamplaten
Hollandse slipservice
Alabastine en Bison
Verfbodemgelden

HG Producten
Stofzuigerzakken
Horlogebandjes
Batterijen en Lampen
ECOZZ tasjes
Dylon textielverf
WECYCLE

Openingstijden
zo - ma. gesloten
di - vr. 08.00-18.00 uur
za. 08.00-17.00 uur
zilverenhamer@kpnmail.nl

De Zilveren Hamer
Jan van Scorelstraat 144
3583 CV Utrecht
030-251 4 215
www.zilverenhamer.nl



KLAARENBEEK INTERIEURS

Burgemeester Reigerstraat 14-18
3581 KS Utrecht
T 030 2513 123

SINCE 1909

www.klaarenbeek.nl