DE GALECOPPER

KWARTAALUITGAVE VAN, VOOR EN OVER DE WIJK GALECOP

NUMMER 1 • DECEMBER 2022

In dit nummer

- Van de redactie
- De redactie stelt zich voor
- Agenda Wijkoverleg Galecop
- Opruimactie Galecop
- Bij JSV is altijd wat te doen
- Nieuwjaarsfeest 2023
- Wie wonen er in onze wijk
- De voedselbank
- Meer bloemen in de Galecop
- Oproepen
- Galecop Geweldig
- Galecop Nieuwjaarsreceptie

Colofon

- **Redactie**
  Irene Bakker
  Fransje van Beek
  Hillechien Boel
  Fenny Douma
  Lucia Neimann
  Jenny Smolders
  Marja de Swart

- **Redactie contact**
  Lucia Neimann,
  telefoon 19.00 - 20.00 uur:
  06 43783297

- **Vormgeving**
  Arend Bloemink

Verspreiding

De Galecopper vindt u in
- winkelcentrum Galecop bij de boekenkast,
- De Galecopperboog op de leestafel
- de wachtruimtes van de huisartsen en Fysiotherapie Ron van Leeuwen.

U kunt dit exemplaar gratis meenemen!

De redactie wenst iedereen gezellige kerstdagen en een heerlijk 2023

Van de redactie

Enkele bewoners van onze wijk vonden dat Galecop een eigen wijkkrant verdient, bestemd voor iedereen: jong, oud en daar tussenin. Er is wel een website voor wijknieuws, maar niet iedereen heeft een computer. Een papieren krant is voor iedereen toegankelijk.

Vrij snel vormden de initiatiefnemers samen met enkele wijkbewoners een redactie en na wat brainstormen en een paar bijeenkomsten is het ei gelegd en kon de eerste editie worden gedrukt. Op woensdag 14 december vindt om 14 uur de presentatie van **De Galecopper** plaats op Winkelcentrum Galecop. Wijkwethouder John van Engelen en secretaris van het wijkplatform Lya Jongeling, zullen het eerste exemplaar in ontvangst nemen.

De Galecopper, die viermaal per jaar verschijnt (dat is tenminste de bedoeling) wordt op verschillende plaatsen neergelegd, te weten: In Winkelcentrum Galecop bij de boekenkast, in De Galecopperboog op de leestafel en in de wachtruimtes van de huisartsen en Fysiotherapie Ron van Leeuwen.

Iedere belangstellende kan het blad meenemen om rustig thuis te lezen wat in de wijk speelt, wat er leeft, wie er wonen en hoe ze onze wijk beleven. Later is het wellicht mogelijk om huis aan huis te bezorgen. De tijd zal het leren. We stellen ons ook even voor, zodat u de gezichten ziet van de redactie. Verder vermelden we belangrijke telefoonnummers, emailadressen en weblinks in een aparte rubriek. Nuttig om bij de hand te houden.

We streven ernaar **De Galecopper** vier keer per jaar uit te geven en hopen dat u er plezier aan beleeft. Voor uw suggesties per email lucia@neimann.nl houden we ons graag aanbevolen.

Eerste opruimactie in Galecop met No Plastic Runner en Debbie van Rooijen een groot succes

Zaterdag 26 november vond in onze wijk een opruimactie plaats om Galecop zwerfafvalvrij te maken. Deze opruimactie was een initiatief van inwoonster Debbie van Rooijen en de stichting No Plastic Runner uit IJsselstein.

Om zoveel mogelijk mensen mee te laten doen lieten de organisatoren posters drukken en ophangen in de wijk, werden berichten op social media geplaatst en werd er mond tot mond reclame gemaakt voor deze activiteit. Met succes, want uiteindelijk waren er 20 mensen op komen draven, van jong tot oud. Een hele mooie opkomst voor een eerste gezamenlijke opruimactie in de wijk.

Na een inleidend praatje van de No Plastic Runner, met koffie en koek voor de deelnemers, werden de deelnemers verdeeld over 3 groepen en ging elke groep met knijper en vuilniszak de wijk in.

Na 2 uur zwerfafval opruimen, complimenten ontvangen van inwoners en veel gezelligheid kwamen de deeelnemers volbeladen terug bij de Galecopperboog.

Iedereen was enthousiast en zeer nieuwsgierig naar hoeveel er in totaal opgehaald was. Onder het genot van een drankje werd alles gewogen en uiteindelijk bleek er 77,56 kilo aan zwerf-afval te zijn opgehaald.
Een prachtig resultaat, dat de wijk een stuk schoner heeft gemaakt. De organisatoren en de deelnemers hopen dat iedereen vanaf nu alles keurig in de vuilnisbak gooit.

In het voorjaar wordt nogmaals een opruimactie georganiseerd en hoopt men op nog meer opruimers en veel minder afval.

Alle opruimers worden bedankt. Er gaat een speciale dank uit aan de Galecopperboog voor de gastvrijheid en aan de Jumbo voor een mooie geldelijke bijdrage voor stichting No Plastic Runner.

Altijd wat te doen!

Voetbalvereniging JSV is al jaren een begrip in de wijk. Buiten alle voetbalactiviteiten zijn er ook maatschappelijke activiteiten bij JSV te vinden.

Biljarten op maandagochtend

*Wist je bijvoorbeeld al dat er elke maandagochtend in samenwerking met Sport ID kan worden gebiljart in de kantine van JSV? En dat het **gratis** is?*

Spelletjes op vrijdagavond

In het nieuwe jaar start JSV met een nieuw initiatief. JSV gaat op de vrijdagavond een gezellige spelletjesavond organiseren. Deze avond is voor alle leden, maar ook voor de wijk. Hier mag iedereen die het leuk vindt om op vrijdagavond gezellig uit te gaan, aansluiten! Voor de eerste maand in het nieuwe jaar hebben ze al twee activiteiten staan:

- *vrijdag 20 januari: bingo*
- *vrijdag 27 januari: klaverjassen kaartavond*

Wilt u zich opgeven voor een geplande activiteit, stuur dan een mail naar: samensterk@jsv-nieuwegein.nl

Vermeld daar:
- *uw naam en telefoonnummer*
- *de datum van het evenement (b.v. 20 januari of 27 januari).*

Galecop Geweldig voor prettig en gezond leven in deze wijk

Galecop Geweldig is vlak voor corona van start gegaan, met als doel samen met bewoners en professionals werken aan een wijk waar bewoners zo lang mogelijk prettig en gezond kunnen leven.

Om dit te bereiken is er eerst allerlei data verzameld, die gedeeld is met bewoners en professionals in de wijk. Op basis daarvan hebben bewoners thema's aangedragen tijdens bijeenkomsten van Galecop Geweldig, die van belang zijn om prettig en gezond te kunnen leven: de wijkagenda. De thema's zijn: bewegen, ontmoeten, prettig ouder worden, groene wijk en informatie.

De volgende stap is met elkaar verder verkennen welke ideeën haalbaar zijn en wie daarin een rol kan/wil spelen: zowel bewoners als professionals die werkzaam zijn in de wijk.
Op maandag 31 oktober heeft er een Netwerkbijeenkomst Professionals Galecop plaatsgevonden. Tijdens deze drukbezochte middag gingen diverse professionals van scholen, kinderopvang, zorg- en welzijnsorganisaties uit de wijk met elkaar in gesprek over de vijf thema's van de wijkagenda. Bespreekpunten waren vooral: waar liggen raakvlakken? Waar zien jullie kansen voor samenwerking? Om enkele ideeën te noemen: **Steunpunt Mantelzorg** kwam met het idee om te 'mantelwandelen', langs het beweeglint. **Dahlia's** ziet kans on vanuit hun dagbesteding te zorgen voor gezonde hapjes en catering wanneer er een samenzijn voor de wijk georganiseerd zou worden. Woningcorporatie **Portaal**, **Lister** en **Dahlia's** zien mogelijkheden tot ondersteuning op het gebied van aanleg groene tuinen/geveltuinen. **Kinderopvang Partou** ziet raakvlakken met natuurlijk spelen en ziet hierin een samenwerking met de scholen. **JSV** ziet kansen om gezellige activiteiten te organiseren die ook toegankelijk zijn voor bewoners in de wijk.

Heb jij ook ideeën of zin om mee te doen? Wij kijken ernaar uit om met je samen te werken! We brengen jou daarom regelmatig op de hoogte van wat er speelt in de wijk en waaraan je deel kunt nemen. Ook zullen er meer bewonersbijeenkomsten georganiseerd worden waarin we willen kijken hoe we genoemde ideeën kunnen uitwerken, mogelijk in samenwerking met het netwerk professionals.
De meest actuele informatie hierover vind je op: https://degalecop.nl/galecopgeweldig

Wie wonen er in onze wijk?

Elke dag zie je wel onbekende mensen op straat, in de supermarkt, op het buurtplein of in de wachtkamer bij de huisarts. Elk mens heeft zijn of haar eigen verhaal. Het leek ons leuk om zomaar iemand daarnaar te vragen en Sana voldeed met plezier aan ons verzoek. Eveneens gaf ze ons een recept van een gerecht uit Pakistan.

Sana komt uit Pakistan, leeft sinds 2014 in Nederland en kwam in 2015 in Galecop wonen, samen met haar man. Haar zoontje Mozes is hier geboren. Hij is nu drieënhalf jaar.

Haar man werkte in Pakistan bij een telecombedrijf en zij gaf les op een goede middelbare school. Daar probeerde ze zo weinig mogelijk over het geloof te praten, want christenen waren in de minderheid. Door haar geloof waren ze in Pakistan niet veilig en moesten ze vluchten. Alles moest ze achterlaten.

Ze was bang, want ze had nog nooit gevlogen en had ook nog hoogtevrees.

Na een lange vliegreis kwamen ze aan in Nederland en meldden zich in Ter Apel bij de balie. Alles was vreemd en ze wisten niet hoe te handelen. Er was politie en ook andere mensen. Ze werden gescand en de koffers werden geopend. Nadat ze met hulp van anderen de nodige papieren hadden ingevuld werden ze overgebracht naar Veenhuizen omdat Ter Apel vol was.

De eerste nachten waren heel moeilijk en de emoties kwamen los. In Veenhuizen waren vijfhonderd mensen, allemaal mannen. In 2014 waren veel Syrische vluchtelingen gekomen. Gelukkig zagen ze dat Sana en Sam een stel waren. Toch was het pittig en heeft ze veel gehuild. Ze waren daar drie dagen en daarna werden ze in Budel ondergebracht. Daar verbleven ze drie maanden en ze voelde zich toen ook beter.

Het bleef echter moeilijk om te accepteren dat ze gevlucht waren naar een ander land. Ook omgaan met de andere cultuur viel niet mee. Alles was anders. Het westen is heel open, in Pakistan is men alleen bij bekenden open. Andere kleding en een andere taal waar ze niets van begreep. Gelukkig waren er wel mensen die ook Engels spraken.

Ze heeft negen maanden een inburgeringscursus gevolgd en goed Nederlands leren spreken. Daarna volgde een opleiding educatie en nu heeft ze een baan bij de Hogeschool Utrecht waar ze de planning doet en roosters maakt. Haar man heeft in Pakistan hospitality management gestudeerd en heeft nu een eigen afhaalrestaurant.

Sinds juni 2015 wonen ze in Galecop. Ze vindt het jammer dat er niet veel contact is met buurtgenoten, meest oudere mensen. Tijdens de verhuizing heeft ze kennis gemaakt met een Nederlandse mevrouw en met haar heeft ze regelmatig contact.

Van haar andere buren kent ze alleen de gezichten. Toen ze hier pas woonde heeft de pastor haar in contact gebracht met gemeenteleden van de kerk. Die hebben haar geholpen o.a. met de boodschappen en de Nederlandse taal, maar veel mensen zijn inmiddels verhuisd.

In de tijd van de lockdown leefde ze erg geïsoleerd en was druk met haar kleine zoontje. Daardoor zijn ook contacten verwaterd. Haar familie en vriendinnen spreekt ze via internet.

In Nieuwegein wonen weinig Pakistani. Met slechts enkelen heeft ze contact want Pakistan is groot en er worden daar wel vijf talen gesproken. Ook zijn er onderling cultuurverschillen. Soms is er een klik maar soms ook niet.

Het echtpaar leidt een druk leven en heeft weinig vrije tijd. Als iemand op bezoek wil komen moet Sana soms zeggen dat het niet uitkomt. ‘Nee’ zeggen is in Pakistan heel onbeleefd. Je toont dan gebrek aan respect. Ze lost het op door dan direct een afspraak te maken op een moment dat het haar wel uitkomt.

Binnen het gezin houden ze zich grotendeels aan de Pakistaanse levenswijze. Haar zoontje zal daar mogelijk problemen mee krijgen als hij in de puberteit komt. Naar Pakistan kunnen ze niet terug, maar in Canada hebben ze veel familie en er is een grote Pakistaanse gemeenschap waar de normen en waarden heersen waarin zij en haar man zijn opgegroeid.

Haar doel is vooruit te komen, want haar eigen gezin is het belangrijkst. Mocht er een lastige situatie zijn, dan is het een kwestie van doorzetten en ze realiseert zich heel goed dat je je eigen vreugde moet vinden en dat niet van anderen moet laten afhangen.

Recept van Sana

Kip Tandoori

Makkelijk basisrecept voor zelfgemaakte kip tandoori in een romige en kruidige saus zonder pakjes of zakjes.

Ingrediënten (2 personen)
- 500 gr kip
- 0.5 ui
- 175 gr rijst
- Naanbrood (Nederlandse versie: pitabrood van de supermarkt)
- optioneel: verse koriander

Marinade
- 0.5 eetlepel olie
- 0.5 theelepel komijn
- 0.5 theelepel zwarte peper
- 0.5 eetlepel limoensap
- 0.5 theelepel korianderpoeder
- 1 cm gember en knoflook (fijngesneden)
- 85 gr Griekse yoghurt (10% vet)
- 1 eetlepel tomatenpuree
- peper en zout

Bereiding
- Doe alle ingrediënten voor de tandoori marinade in een kom. Voeg de kip in blokjes toe. Dek af met folie en laat 1 a 2 uur marineren in de koelkast.

- Kook de rijst gaar. Snipper de ui. Verhit een pan en voeg er de ui aan toe met een beetje olie. Voeg de kip hier aan toe inclusief de marinade. Verwarm dit tot de kip gaar is, dit duurt ca. 20 tot 25 minuten.

- Omdat je de kip verwarmt in de saus blijft deze lekker mals. Voeg eventueel nog een eetlepel extra Griekse yoghurt en/of een beetje water toe aan de kip tandoori als de saus te dik is.

- Serveer de kip tandoori met de rijst, naanbrood en eventueel wat verse koriander. Lekker met een frisse salade.

TIP
Zonder naanbrood is dit gerecht glutenvrij.

De Voedselbank

Iedereen die onvoldoende geld heeft om eten te kopen kan in aanmerking komen om bij de voedselbank gratis eten te halen.

Zeker in deze tijd is hulp extra nodig. Iedere week zorgen de vrijwilligers voor het klaarzetten van een voedselpakket.
De Voedselbank koopt zelf geen eten en drinken in, alle houdbare producten krijgt de Voedselbank via inzamelingsacties bij bijvoorbeeld winkels, verenigingen en scholen.

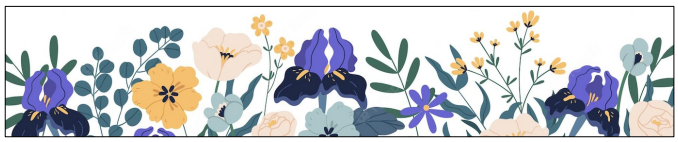
In de maand december wordt er ook bij ons, **basisschool Lucas Galecop**, weer een inzamelingsactie gehouden.
Van 6 tot en met 21 december staan de kratten van de Voedselbank op school voor het inzamelen van houdbare producten zoals b.v. groenten, fruit en soep in blik, pasta, rijst, suiker, koffie, thee, was-poeder, douchegel, shampoo, tandpasta/tandenborstels.

Afgelopen jaar hebben wij met elkaar 28 kratten met producten ingezameld. **Echt veel**.

De Voedselbanken kunnen ook dit jaar weer wat hulp gebruiken!! Helpt u ons mee?

Geraldine en Lucas

Leerlingen Basisschool Lucas Galecop



Meer bloemen in Galecop

Het wijkoverleg heeft besloten een deel van haar budget te besteden aan, jawel, bloemen in Galecop.

Op vier locaties zijn verschillende bollen geplant. De bloeiperiode van de verschillende bollen loopt vanaf eind februari/begin maart tot en met juni/juli augustus. In overleg met en gebaseerd op kennis van deskundigen is besloten het aantal locaties beperkt te houden en op de locaties grotere vlakken te voorzien van bloemen zodat het meer opvalt.

De vier locaties zijn:
- Simon Vestdijkhove (aantal vlakken naast busbaan)
- middenberm Marnix Gijsenhove - Gerrit Achterberghove
- ingang van de wijk (zuidzijde/Batauweg) ter hoogte van bushaltes
- voor de speeltuin aan de noordzijde.

Oproepen

- *Het bestuur van Stichting Wijkoverleg Galecop is op zoek naar een notulist.*
De vergaderingen zijn vier keer per jaar.
Aanmelden bij Lya Jongeling, wijkoverleggalecop@gmail.com onder vermelding van 'Notulist'.

- *De redactie van deze wijkkrant wil graag in contact komen met een wijkbewoner van ca 18 jaar die het leuk vindt om mee te denken over wat voor jongeren interessant is om te lezen.*
Aanmelden bij Lucia Neimann, lucia@neimann.nl telefoon 0643783297 tussen 19.00 en 20.00 uur.

- *Wij zoeken helpende handjes! De Galecopper: de 1e wijkkrant in Galecop. De redactie bestaat uit enthousiaste bewoners uit Galecop, die graag de mensen uit de wijk op de hoogte houden met nieuws over de buurt. Denk en schrijf jij graag mee met de redactie, wil je de krant bezorgen, heb jij ideeën, talenten of vaardigheden die je graag in wilt zetten? Laat het Lucia Neimann dan weten: lucia@neimann.nl telefoon 0643783297 tussen 19.00 en 20.00 uur.*

- ***Op 9 januari vindt in DE KOM het jaarlijkse nieuwjaarsfeest plaats Iedereen is welkom.***
Het programma:
  - *19.00 uur: ontvangst*
  - *19.30 uur: zaalprogramma*
  - *20.15 uur: foyerprogramma met hapjes en drankjes.*

Aanmelden, tot 31 december, via nieuwjaarsfeest@dekom.nl o.v.v. van het aantal personen

- *Gratis dineren!*
Elke dinsdagavond gratis drie gangen menu, in De Galecopperboog, voor mensen die het nodig hebben. Verzorgd door Robin-food: 'We kijken niet waar je vandaan komt, maar waar je naar toe gaat.'
We stellen het op prijs wanneer je je aanmeldt: info@robin-food.nl

Even voorstellen
De mensen van het Wijkoverleg

Ik ben Berend Lensen,
42 jaar en ben sinds 2017 bewoner van Galecop. Afgelopen zomer heb ik de voorzittershamer over mogen nemen van Jan van Rossum.

Ik ben opgegroeid in Vreeswijk en omdat mijn ouders schippers zijn heb ik een groot gedeelte van mijn jeugd op het Prins Hendrik Internaat in Vreeswijk gewoond. In de weekenden was het altijd weer spannend waar het schip lag. Amsterdam, Rotterdam, Zwolle, Delfzijl, Maasbracht en uiteraard ook vaak in Vreeswijk.

Ik wilde uiteindelijk zelf niet gaan varen maar ben er nog wel dagelijks mee bezig. Ik ben namelijk verantwoordelijk bij een logistiek dienstverlener voor de afdeling binnenvaart. Onze afdeling is dagelijks bezig met het vervoer van goederen per binnenvaartschip via de binnenvaart. Naast mijn werk loop ik graag hard, zwem ik en spring ik af en toe op de racefiets en daarnaast heb ik ook nog een moestuin op ATV Galecop.

Als voorzitter wil ik me graag inzetten voor een fijne, mooie, leefbare en fleurige wijk waarin we naar elkaar omkijken. Klinkt misschien een beetje utopisch maar ik ben ervan overtuigd dat als we allemaal iets bijdragen we een heel eind gaan komen. Samen met het bestuur en de leden van het wijknetwerk gaan we er in ieder geval ons best voor doen !

Wil je meer weten over het wijknetwerk en wat er allemaal in de wijk gebeurt check de website www.degalecop.nl

Ik ben Lya Jongeling
en ik ben sinds een paar jaar actief bij de Stichting Wijkoverleg Galecop.

Daarnaast was ik 9 jaar lid van de ASD * in Nieuwegein. Sinds september ben ik secretaris en verzorg de agenda en notulen van het wijkoverleg. We vergaderen 4 keer per jaar.

De Stichting Wijkoverleg Galecop bestaat uit een aantal mensen uit de wijk Galecop die zich inspannen voor de wijk Galecop om zodoende de veiligheid (in alle vormen) te verbeteren en de leefbaarheid te vergroten.

* Een atrium septum defect, ASD, is een aangeboren hartafwijking. Er zit dan een gat in het tussenschot tussen de hartboezems.

Ik ben Bea Boogaard-Hoofd.
Ben al gedurende 20 jaar lid van de Stichting Wijkoverleg Galecop en sinds 2017 vervul ik de functie van penningmeester.

Elk jaar ontvangt onze Stichting een wijkbudget van de gemeente en de woningcorporaties.
Dit budget mag worden besteed aan initiatieven vanuit de wijk, die op één of andere manier een bijdrage leveren aan de leefbaarheid binnen de wijk Galecop.

Bewoners kunnen bij mij een subsidie aanvraag indienen als men een initiatief heeft. Deze aanvraag wordt indien hoger dan € 200,00 beoordeeld door de leden van de Stichting.

Zolang er financiële ruimte is en de leden de aanvraag goedkeuren, wordt de aanvraag gehonoreerd (zie de voorwaarden op www.degalecop.nl).

DeGalecop.nl
Voor de klik met Galecop

Gezocht
Nieuwe leden

De Stichting Wijkoverleg Galecop is dringend op zoek naar nieuwe leden. Bewoners die iets voor de wijk willen betekenen, heten wij van harte welkom op onze reguliere vergaderingen. Voor 2023 staan er vier ledenvergaderingen gepland waar bewoners van harte welkom zijn. De vergaderdata worden vermeld op onze website www.deGalecop.nl en staan ook in de kolom hiernaast.
Iedereen heeft toegang tot deze website en kan zelf ook gebruik maken van de mogelijkheden van de website om nieuwtjes, oproepen of dergelijke te plaatsen.

Bijeenkomsten Stichting Wijkoverleg Galecop 2023

Heeft u interesse in wat er speelt in de wijk?
Maakt u zich zorgen over iets in de wijk?
Of heeft u een goed idee?
De bijeenkomsten van het Wijkoverleg zijn openbaar toegankelijk.
U bent van harte welkom.

Het is fijn als u zich van tevoren even wilt aanmelden via wijkoverleggalecop@gmail.com.

Ook de wijkwethouder, wijkcoördinator en de wijkagent zijn meestal aanwezig.

Openbare vergadering
- 17 januari
- 11 april
- 29 augustus
- 7 november

Themabijeenkomsten
- 7 maart
- 23 mei
- 3 oktober
- 12 december

Nieuwjaarsbijeenkomst Galecop

Zondag 8 januari,
Buurtplein de Galecopperboog,
15.00 - 18.00 uur.

- inloop is vrij
- (welkomst)drankje
- hapjes (warm, koud, halal), knabbeltjes, snoep
- kinderdisco (aparte ruimte)
- kinderactiviteiten
- toespraak voorzitter Stichting
- Wijkoverleg Galecop

U bent van harte welkom!

De Zaak vol Smaak

Aandacht voor lekker!

Zaak vol Smaak Wim Kastelein bestaat 15 jaar!!!

Dat gaan we vieren!!

Een mijlpaal! Dat willen wij samen met u vieren... en hoe kunnen we dat beter doen, dan u te laten genieten van ons ambachtelijke assortiment wat door de jaren heen is opgebouwd. Met vers vlees, vleeswaren, salades, vlugklaar, soepen, grillproducten en heel veel variatie voor de kant-en-klare maaltijd. Dagverse producten die we voornamelijk zelf maken met de beste ingrediënten. Profiteer van onze heerlijke jubileumacties!!

Profiteer van onze Jubileumtas

Speciaal voor ons jubileumfeest hebben wij een voordeeltas samengesteld met ambachtelijke producten voor een feestprijs.

Feesttas
vol lekkers nu slechts
19.50

De feesttas is gevuld met:

- 4 Slavinken
- 4 Hamburgers
- 4 Verse varkensworst
- Vleeswarentrio
  - Boeren achterham
  - Gebraden gehakt
  - Cervelaat

Geldig t/m 17 februari 2023