



De Kunst van het luisteren

Jaarverslag 2024

Utrecht in Dialoog

Niet overtuigen, maar begrijpen

Samen de krachten bundelen om verdeeldheid te overbruggen. Dat was 2024.

Het jaarthema 'De Kunst van het luisteren' resoneerde in al onze bijeenkomsten. Dit heeft onze stad nodig. De ontwikkelingen in de wereld vormden ook dit jaar een voedingsbodem voor discussie, polarisatie en extreem denken.

Nepnieuws, oorlogen en gebrek aan bestaanszekerheid leidden tot verdeeldheid en spanningen. Ook in de wijk, op school of op het werk. Wij geloven dat de waarderende dialoog

tussen diverse mensen de sleutel is tot het verbinden van Utrechters. Dialoog staat in het teken van het respectvol leren luisteren naar de ervaringen van anderen. Door te waarderen wat er is en te zoeken naar waar we meer van willen, worden we beter in het voeren van het goede gesprek. Niet overtuigen, maar begrijpen. Zo overbruggen we samen verdeeldheid.



2024 in het kort

Van organisator naar co-creator

Met ons programma hebben we in 2024 voortgebouwd op wat er in 2022 en 2023 is ingezet: de transitie van Utrecht in Dialoog als een organisatie die zelf dialoogbijeenkomsten organiseert, naar een organisatie die co-creator en kennispartner op het gebied van de dialoog en dialoogvaardigheden is. Daarbij is samenwerking met formele en informele organisaties, initiatieven, (semi) overheden, bedrijven en vrijwilligers het uitgangspunt.

In overleg met partners, sleutelpersonen en deelnemers speelden we ook in 2024 op verschillende manieren in op de groeiende behoefte aan inspiratie, gesprek, verdieping en contact bij jong en oud. Daarbij werkten we samen met tal van maatschappelijke partners. Waaronder De Kargadoor, In de Kern Gezond, DOCK, Resto van Harte, Lunetten Wil Wel, Oost voor Elkaar, Al Amal, het Verhalenhuis, Huis van Betekenis Masterpeace, Stichting Trage Post, An Nisa, Hospice Kanaalstraat, Wijkwijzer NoordOost, ZIMIHC, Orange the World en Zonta.

Krachtige leercommunity voor dialoog

Er is voortgang geboekt met een leercommunity voor dialoogbegeleiders, een plek waar ze elkaar kunnen ontmoeten, kunnen samenwerken en leren van elkaar. Maandelijks wordt er een Dialooghuis georganiseerd waar nieuwe thema's ontwikkeld worden en begeleiders kunnen oefenen. Verder is er in samenwerking met en met ondersteuning van kennispartner Kessels & Smit gewerkt aan de professionalisering van het vrijwilligersbeleid.

Behalve voor individuele inschrijvingen voor trainingen, zijn er workshops en trainingen op maat ontwikkeld en verzorgd voor de gemeente, het onderwijs, wonen, zorg en welzijn en cultuur. Dit met als doel de dialoog en dialoogvaardigheden bij een brede groep mensen onder de aandacht te brengen en ze in staat te stellen in hun eigen organisatie de dialoog verder te verspreiden.

Dialoogprogramma's

De wijk- en buurtdialogen in Leidsche Rijn en Lunetten zijn voortgezet. Ook bleef Utrecht in Dialoog wandeldialogen verzorgen in Overvecht, Kanaleneiland, Lunetten en Leidsche Rijn.

Dialoogvormen zoals de wandeldialoog en de creatieve dialoog zijn doorontwikkeld en voor een bredere groep toegankelijk gemaakt. Met de creatieve dialoogreeksen richtten we ons in 2024 voornamelijk op ouderen, met als doel deze met elkaar te verbinden.

Ten slotte werd een dialoogreeks "Doodgewoon praten" uitgevoerd in Leidsche Rijn. Het simpele maar tegelijkertijd waardevolle doel: "Het gesprek over de laatste levensfase van jezelf of je naasten mogelijk te maken", leidde tot een reeks waardevolle en diepgaande gesprekken over een onderwerp waar de meesten vaak niet over praten.

Over Utrecht in Dialoog

Wat doet Utrecht in Dialoog?

Utrecht in Dialoog stimuleert betekenisvolle en verrassende ontmoetingen tussen Utrechters van alle leeftijden en achtergronden. In een dialoog praten deelnemers over belangrijke thema's en vragen die leven. Een dialoog stimuleert niet alleen meepraten, maar ook het waarderen van verschillen, het ontdekken van perspectieven, het realiseren van wensen en het vormgeven van de toekomst met elkaar. Het biedt een alternatief voor het debat. Waar in een debat de strijd van meningen voorop staat, wat vaak polariserend werkt, biedt de dialoog ruimte om écht naar elkaar te luisteren en worden thema's onderzocht vanuit eigen ervaringen. Het delen van verhalen en ervaringen is een bewezen methode voor het versterken van verbinding. Het is een krachtig middel voor het voorkomen en tegengaan van polarisatie. Met de dialoog helpen we Utrechters om beter samen te leven. Het draait om het versterken van relaties en verbanden, en het verder ontwikkelen van ideeën voor een verbonden, sterke stad.

Werkwijze Utrecht in Dialoog

Vindplaatsgericht: we gaan naar de mensen/buurtten toe waar mensen met elkaar in gesprek willen. Dat kan bij een organisatie, kerk/moskee, school, of buurthuis zijn.

Uitgaan van wens of behoefte van deelnemers: de thema's worden altijd in overleg met partners vastgesteld, en waar mogelijk samen met deelnemers zelf.

Samenwerkend met partners: we werken bij onze dialogen altijd samen met partners die geworteld zijn in een bepaalde wijk of buurt.

Vaak treden we in deze samenwerking op als co-creator en facilitator van de dialoog.

De *gelijkwaardigheid* in dialogen stimulerende: iedereen die aan een dialoog deelneemt heeft een gelijkwaardige positie.



Dialogoprogramma's

Geheel naar ons motto van 2024 – 'De kunst van het luisteren' zijn alle dialoogthema's opgehaald bij of samen bepaald met de dialoogdeelnemers zelf en/of samenwerkingspartners. Hieronder is een overzicht van alle dialoogthema's per dialoogreeks in 2024 te vinden.

- **Maandelijks Dialooghuis**

In 2024 organiseerde UID in het Dialooghuis verschillende dialogen over polarisatie zoals: 'Politieke polarisatie, veraf en dichtbij', 'Praten over Woke' en 'Verbonden blijven ook onder spanning' en 'Het stille midden'. Door juist het 'stille midden' centraal te stellen bij dialogen over polariserende en actuele thema's ontstaat er inzicht en begrip en voorkom je dat tegenstellingen groeien. In het Dialooghuis ontmoeten mensen elkaar die elkaar normaal gesproken niet zo snel zouden spreken. Daarnaast is het dialooghuis ook een plek om samen, als dialoogbegeleiders, te onderzoeken 'hoe' je het gesprek aan kunt gaan over moeilijke thema's en om van elkaar te leren. Er werden verdiepingsbijeenkomsten georganiseerd, vrijwilligers konden dilemma's delen en er werd geoefend.

- **Themareeks Jongerendialogen**

In samenwerking met Masterpeace en de International School Utrecht ontwikkelden studenten activiteiten met vluchtelingen rond juridische vragen en (mentale) gezondheidsthema's. Masterpeace werkt daarbij samen met het COA, Oekraïense vluchtelingen, Yunity, het Gerrit Rietveld College en het Bonifatiuscollege. De

dialoog bood jongeren een veilige manier om moeilijke thema's te bespreken. Het ging daarbij om de drie 'V's: Vertrouwen in jezelf, verbinden met de ander, versterken van perspectief. Voor de jongerendialogen heeft Utrecht in Dialoog een nieuwe handleiding en gespreksmateriaal ontwikkeld. Daarnaast faciliteerde Utrecht in Dialoog bij de International School Utrecht een dialoog en zij trainden de mentoren in de waarderende dialoogmethodiek met als thema: 'Verbonden blijven in tijden van conflict'. Op verzoek van de school heeft Utrecht in Dialoog dit thema vormgegeven naar aanleiding van tegenstellingen op de school over de oorlog tussen Israël en Hamas. Er zijn 5 dialogen georganiseerd.



Foto: Jongerendialoog Gerrit Rietveld college, april 2024

- **Themareeks Straatintimidatie**

Samen met de Gemeente Utrecht zijn er vier dialogen georganiseerd rondom het thema 'straatintimidatie'. Samen met Utrechters zijn we in gesprek gegaan over hoe we wél met elkaar om willen gaan in de openbare ruimte en wat daarvoor nodig is. In kleine groepen onderzochten deelnemers samen wat wel werkt en is besproken waar we meer van willen. Samen met professionals en partnerorganisaties is in een kick-off bijeenkomst een eerste verkenning en vooruitblik gedaan over hoe we het gesprek aan

kunnen gaan over straatintimidatie. Er zijn vier invalshoeken gekozen. Allereerst op het gebied van sport: Grenzen respecteren, in het veld en aan de zijlijn. Daarnaast hebben we gesproken over 'gelijkwaardige behandeling op straat' (thema: discriminatie) en 'hoe reageren we op elkaar wanneer we van elkaar verschillen?' (thema: lhbtq+). Het vierde thema was onderwijs: 'Veilige omgeving, ook buiten het schoolplein'. Deze eerste bijeenkomsten hebben bijgedragen aan verdere samenwerking tussen verschillende instanties en experts en methodiekontwikkeling.

- **Wandeldialogen over verbinding**

Door de laagdrempelige insteek van de dialogen en de samenwerkingen die Utrecht in Dialoog heeft opgebouwd, was de wandeldialoog een succes. Samen met organisaties als Indekerngezond, Stichting Al Amal, DOCK en Lunetten Wil Wel organiseerde Utrecht in Dialoog 16 wandeldialogen. Deelnemers ervaren de combinatie bewegen en toch met elkaar in gesprek zijn als positief: al wandelend praat je toch gemakkelijker met elkaar dan aan tafel. De onderwerpen die besproken werden zijn onder meer: Goed in je vel, thuis in je buurt, gezond leven en goede burens.



Foto: wandeldialoog Overvecht, najaar 2024

- **Wijkdialogen over Positieve gezondheid en veiligheid**

Wijkdialogen zijn een laagdrempelige manier om buurtgenoten te ontmoeten en in gesprek te gaan over thema's die leven in de wijk. We organiseren dialogen in buurthuizen en stellen thema's centraal die leven in de wijk. Verbondenheid, veiligheid, gezondheid en thuis voelen waren de thema's die in 2024 vooral aan bod kwamen. Er vonden in totaal 8 dialogen plaats in Terwijde, Leidsche Rijn en Lunetten. Twee ervan waren met Resto van Harte.



Foto: Wijkdialoog Positieve gezondheid, mei 2024

“Het is een verrijking in je kijk op de maatschappij als je een indruk krijgt van de leefwereld van mensen die heel anders denken. Het opent je ogen een beetje, geeft een ander soort bewustzijn en draagt bij aan bescheidenheid.” - Martin van Lijf, initiatiefnemer wijkdialogen Lunetten

- **Seksuele veiligheid**

Daarnaast organiseerden Utrecht in Dialoog samen met de Kargadoor, Zonta en Orange the World twee dialogen over seksuele veiligheid. Het ging daarbij om genderidentiteit en inclusie, maar ook om veiligheid voor vrouwen en meisjes in het uitgaansleven, op school en op het werk. In beide dialogen kwam de rol van de omgeving en omstanders uitgebreid aan bod. Hoe kunnen die de veiligheid vergroten en wat kun je zelf doen als je getuige bent van seksueel geweld.

- **Themareeks Doodgewoon praten**

Praten over de laatste levensfase. Ook in 2024 zijn we hiermee verder gegaan. Aan de hand van het Diamantmodel van Carlo Leget werd gesproken over: *Eigen regie en zelfstandigheid, Tot hoever ga je?, Naastenliefde, Afsluiten en loslaten en Rouwen en rituelen*. De opzet hielp mensen om stil te staan bij wat voor hen kwaliteit van leven is, hoe je dat bewaakt, maar ook bij je eigen grenzen. Het ging erom echt stil te staan bij verlies en rouw. Stil te staan bij waardig afscheid nemen en de bijzondere rollen die deelnemers vervulden in die laatste levensfase van hun naasten. De groepen waren meestal gemengd in leeftijd en dat leverde verrassende inzichten op. Jonge mensen zagen door de gesprekken aanleiding om met hun ouders over dit onderwerp te praten. Ouderen dachten na over wat zij met hun kinderen zouden willen delen.

“Ik was verrast door de openheid en diepgang van de gesprekken. Mooi om te zien hoe snel er een vertrouwdheid ontstaat en mensen met veel respect luisteren en ingaan op elkaars verhalen.” - Deelnemer Doodgewoon praten

- **Creatieve dialogen**

Schrijven, tekenen, schilderen, theater... Dialoog is meer dan alleen woorden. Samen met kunstenaars ontwikkelde Utrecht in Dialoog een palet aan creatieve dialoogmethodieken en bood deze aan, primair voor ouderen om onderling contact en veerkracht te versterken en om eenzaamheid tegen te gaan. Samen met DOCK zijn er 7 creatieve dialoogbijeenkomsten georganiseerd over thema's als *Vallen en opstaan, Je gezond voelen, Omgaan met verandering, Wij.. in de samenleving, Je thuis voelen, Samenleven en Opkomen voor jezelf en een ander*.



Foto: Creatieve dialoog, mei 2024.

- **Levende boeken-avond**

Een 'levend boek' is een mens met een bijzonder levensverhaal. Iemand die een groep in onze samenleving vertegenwoordigt die vaak onderwerp is van vooroordelen, onbegrip of discriminatie. Dit verhaal wordt gedeeld met een groep 'lezers' die vervolgens met elkaar verder praten over hun vragen, vooroordelen en ervaringen delen. Het leidde tot meer inzichten, begrip en er werden nieuwe contacten gelegd. Samen met het Verhalenhuis zijn twee Levende boeken-avonden georganiseerd met een transgender persoon, een (voormalig) dakloze, een vluchteling, een non, een Utrechter zonder verblijfsvergunning, een politieagent, een draagmoeder en iemand die blind geboren is.

“Nooit heb ik me gerealiseerd wat er allemaal bij komt kijken, als je geen vaste woonplek hebt en hoe mensen daarvan wegkijken. Terwijl het ons allemaal kan overkomen. Het was een eyeopener en ik wil er in de toekomst anders mee omgaan.”
- Deelnemer Levende boeken-avond

Samen met

Utrecht in Dialoog als co-creator

Utrecht in Dialoog is geworteld in de stad en stelt zich proactief op in het onderhouden van de relatie met samenwerkingspartners. We onderzoeken gezamenlijk met partners welke thema's en dialoogvormen passend zijn en ondersteunen partners die graag willen starten met het organiseren van dialogen. Extra aandacht ging uit naar samenwerking met initiatieven die goed geworteld zijn in de wijken en die inwoners bereiken die niet vanzelfsprekend meepraten en meedoen in de samenleving zoals Resto van Harte, Lunetten Wil Wel, Al Amal, en ZIMIHC. Ook verwelkomden we samenwerking met nieuwe partners als het Centrum voor Levensvragen, de Componist, Zonta, Orange the World en het Verhalenhuis.

Kennispartner voor dialoog

Utrecht in Dialoog biedt verschillende soorten trainingen aan voor individuele deelnemers. Iedereen kan zich opgeven voor een algemene basistraining. Daarvan zijn er vier gehouden. Verder vonden er drie verdiepingsworkshops plaats over geweldloze communicatie en over mindful luisteren. Daarnaast was er nog een tweedaagse vervolgtraining waarin het ontwikkelen van nieuwe dialoogvormen uitgebreid aan bod kwam.

Naast het trainen van individuele deelnemers om dialogen te organiseren, werd Utrecht in Dialoog ook uitgenodigd om in-company trainingen te organiseren. Dat was voor Stichting Samenspraak, de gemeente Utrecht en de International School Utrecht.



Foto: Tweedaagse training Dialoog ontwerpen en begeleiden, september 2024

In cijfers

Utrecht in Dialoog heeft in 2024:

- Minimaal 710 Utrechters (unieke personen) met elkaar in ontmoeting gebracht in dialoogbijeenkomsten
- 60 dialoogtafels georganiseerd
- 89 mensen getraind in dialoogvaardigheden
- 3 organisaties in het maatschappelijk domein zijn getraind in dialoogvaardigheden.
- Met 10 vrijwilligers samengewerkt in het kernteam, waaronder studenten, nieuwkomers, herintreders en werkzoekenden.
Deze vrijwilligers hebben in het kernteam van Utrecht in Dialoog werkervaring opgedaan, hebben hun stage afgerond of zijn doorgestroomd naar (betaald/vast) werk.



Foto: Dialooghuis december 2024

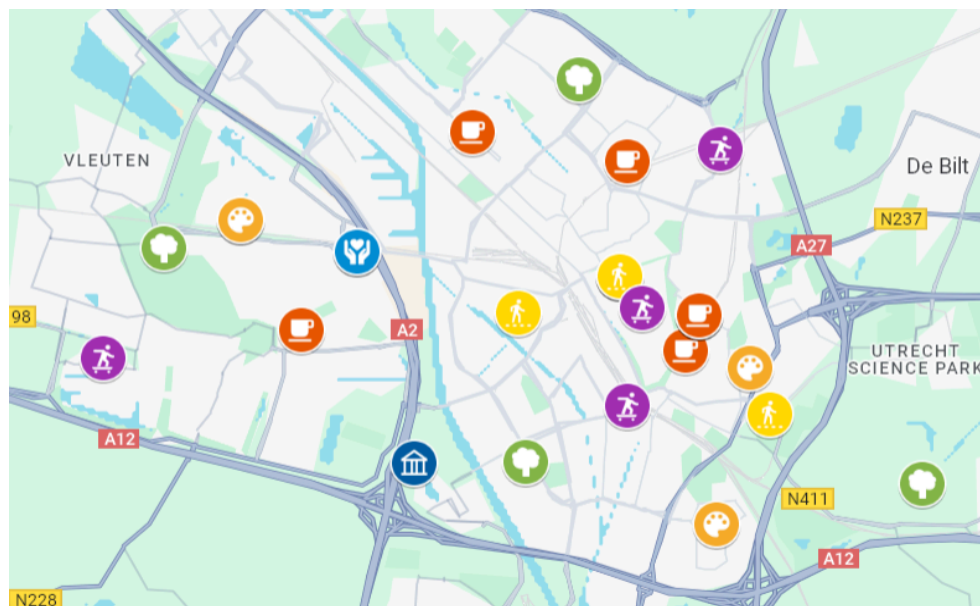
Financiële verantwoording

De jaarrekening 2024 vindt u [hier](#) in een aparte bijlage

Op de kaart

De onderstaande kaart geeft alle dialogen, trainingen en workshops weer die in 2024 hebben plaatsgevonden.

Klik op de afbeelding om de interactieve kaart te openen.



[Naar de interactieve kaart](#)

Kantoor

-  Kantoor - Kargadoor
-  Kantoor - Maliebaan

Tafeldialogen

-  Bibliotheek Zuilen
-  Grytte Maliebaan45
-  Buurtcentrum de Jager
-  Buurtcentrum Terwijde
-  Centrum Bij De Buren
-  Stichting Simonshuis
-  Indekerngezond

Creatieve dialogen

-  Wilhelminakerk
-  Buurtcentrum Terwijde
-  De Musketon

Jongerendialogen

-  Gerrit Rietveld College
-  International School Utrecht
-  Gezondheidszorg College Utrecht
-  Theaterschool Utrecht
-  De Pijler Buurtcentrum

Wandeldialogen

-  Stayokay Hostel Utrecht - Bunnik
-  Máximapark
-  Ghanadreef 2A
-  Livingstonelaan 120

Doodgewoon praten

-  Indekerngezond

Stop straatintimidatie

-  Sport College Utrecht - ROC Midden
-  Stadsklooster Utrecht
-  De Kargadoor

Seksuele veiligheid

-  De Kargadoor

Trainingen

-  Grytte Maliebaan45
-  International School Utrecht