



Pagina 5 Stolpersteine

Wie denkt er mee?

Pagina 8 Eksters in de wijk

van de geheime eksterclub



Pagina 7 Mahmoud Azzam

van Mulder fietsen



STREET ART FESTIVAL GRONINGEN



Door **Frans Geubel**

Graffiti kunstwerk van **Naomi King** op een loods bij Het Werk, tussen Struisvogel- en Paradijsvogelstraat.

Van donderdag 3 t/m zondag 6 augustus vond het Street Art Festival Groningen plaats in de Oosterparkwijk. Zeven kunstenaars uit Nederland, België, Engeland, Brazilië en Spanje fleurden de wijk op met grote muurschilderingen.

In die dagen werd mij enkele keren door bezoekers van buiten de stad gevraagd waar nu precies het Festival eigenlijk was. Ik moest dan helaas vertellen dat het om zeven locaties gaat, verspreid over de wijk. Vijf gevels, een muurtje en zelfs een heel gebouw (JOP). Met op de zaterdag en zondag

gratis rondleidingen, ook per fiets, en graffiti workshops waarbij iedereen zelf aan de slag kon. Bij de Groninger rapper Mongoose kon je op de zaterdag leren rappen. Dit alles vanuit en bij Wijkcentrum bij Van Houten. Naast dit festival vonden er vergelijkbare festivals plaats in Emmen, Assen en Leeuwarden.

We the North

'We the North' stelde 180.000 euro beschikbaar aan Writer's Block, een productiehuis uit Leeuwarden, om deze vier festivals te realiseren. Het cultuurprogramma We the North is een initiatief van de

drie noordelijke provincies en de gemeenten Assen, Leeuwarden, Groningen en Emmen. Het is een culturele samenwerking voor talentontwikkeling van makers in de podiumkunsten, popmuziek en beeldende kunst. In de Oosterparkwijk werkten Nijestee en het Gebiedsteam van de Gemeente ook mee aan het festival.

Door de vele regenbuien werden de werkzaamheden vertraagd, waardoor het festival met een dag verlengd werd.

Voor de schilderingen was van tevoren aan de wijkbewoners

gevraagd om thema's aan te reiken aan de kunstenaars, die verder de vrije hand hadden. De kunstenaars zijn: Thiago Mazza (Brazilië), Wietse (België), Eloise Gillow (Engeland), Zésar Bahamonte (Spanje), Ricardo van Zwol (Nederland), Naomi King (Nederland) en Annabel Adema (Nederland).

Omdat de meeste Oosterparkers niet van het gebeuren op de hoogte waren, leverde dit heel veel verbaasde reacties op, als men bij het uitlaten van de hond opeens op een kunstenaar in een bakje van een hoogwerker stuitte. Al

gauw sloeg de verbazing dan om naar bewondering en gingen men elke dag even kijken naar de vorderingen.

Op 3 en 4 augustus kwam Xander van Soelen van de Geheime Eksterclub naar de Oosterparkwijk om zijn gekleurde eksters te plaatsen, zie het artikel op pagina 8.

Op pagina 10 vindt u een foto-impressie met locatievermelding, voor diegenen die nog niet alle kunstwerken hebben gevonden.



Personal Fysio Fit van Weering

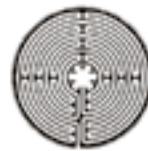
Praktijk voor fysio- en manuele therapie

H.L.M. van Weering
R. van Weering-Oosting
M.S. Dollekamp
R. Ottevanger
E. Winter
E. Reinders

Voor als bewegen alléén niet voldoende is!

Gerbrand Bakkerstraat 75 H.A. Kooykerplein 4-1
9713 HD Groningen 9713 GV Groningen
Tel: 050 - 313 02 20 Tel: 050 - 311 27 74

e-mail: info@praktijkvanweering.nl
Internet: www.praktijkvanweering.nl



Catrien Coolsma
UITVAARTVERZORGING

Informatie | Advies | Begeleiding

06 25 120 120
www.catriencoolsma.nl

Groningen | Drenthe | Friesland



DE HUISMEESTERS
Altijd in de buurt!

Friesestraatweg 18
9700 AM Groningen
(050) 365 71 71
info@dehuismeesters.nl
www.dehuismeesters.nl



Je kunt ons bellen,
mailen én je kunt 24/7
terecht op onze
website. 's Ochtends
kun je ook gewoon
even binnenlopen.
We helpen je graag.

Gratis juridisch spreekuur

Letselschade?

Op afspraak houden wij iedere
maandag van 15:00 tot 16:00 een gratis
juridisch spreekuur.

Wilt u langskomen? Een afspraak
voor het spreekuur kunt u maken
via telefoonnummer 050 - 7074 742

Informatie:
www.smitjuridischadvies.nl

Smit *Juridisch Advies*

Carla van der Burg
Uitvaartverzorging



T 050 318 66 36
www.carlavandenburg.nl
www.kinderuitvaart-groningen.nl

Samen Zorgvuldig Passend

Voor fietswaardig vakmanschap

Bij Herman van der Meulen bent u van harte welkom voor uw:

- **nieuwe fietsen**
- **gebruikte fietsen**
- **onderdelen**
- **reparaties**



Onze openingstijden vindt u op www.hermanvandermeulen.nl



VOOR FIETSWAARDIG VAKMANSCHAP

HERMAN VAN DER MEULEN

Batavus-Gazelle-Koga-Sparta-Union-Ridley

Oosterhamrikkade 44
9714 BD Groningen
T 050-5730965

www.hermanvandermeulen.nl

Jellemaweg 32
9801 CK Zuidhorn
T 0594-528441

info@hermanvandermeulen.nl



Groentje

Het is zoals het is

Door Petra Beekhuizen Khan

Nog eventjes en dan is het weer voorbij, de grote vakantie. De zomer hopelijk nog niet, als die al begonnen was. Voor mij moet een zomer warm zijn, desnoods te warm, maar niet dit. Dus ik hoop nog op een mooie nazomer.

Dit jaar was ik in Engeland. Ik wist dat ik er niet heen ging vanwege het lekkere weer. Het was nergens lekker wat mij betreft. In veel delen was het te koud en in de rest was het echt veel te warm. De balans was ver te zoeken.

Zouden we ons kunnen bekwamen in het beïnvloeden van het weer? Dit schijnt hier en daar al te gebeuren, het manipuleren van wolken. Gevaarlijke business lijkt me dat. Voor je het weet is alles nog meer uit balans.

Op een camping in Engeland hebben we het wel op onschuldige wijze geprobeerd. Op een dag zaten we knus onder de luifel te kijken naar

een gigantische bui die naar beneden kwam. We besloten te gaan trommelen en zingen om de zon tevoorschijn te laten komen. Heerlijk was dat. Alle remmen los terwijl de regen op het doek kletterde. Toen we stopten liet de zon zich daadwerkelijk even zien. Een uur later was het echt droog. Zou dat ook gebeurd zijn als we ons enthousiaste zonnelied niet hadden gezongen? Waarschijnlijk wel. ☺

Opvallend mooi vond ik de natuur in Engeland. Dit land staat bekend om haar mooie tuinen, soms strak en soms wild en kleurrijk. Maar ook al het groen dat we onderweg tegenkwamen vond ik er uitzonderlijk krachtig en mooi uit zien. De Engelsen lijken een speciale band met de natuur te hebben. Ook het snoeiwerk van de bomen langs de wegen was prachtig, het zag er nooit gekunsteld uit. Een hele mooie samenwerking tussen mens en natuur.

Terug in de Oosterpark pak ik de draad langzaam weer een beetje op. Nog even vakantie. Mijn zoon gaat naar de middelbare

school, ben benieuwd hoe zijn en ook mijn leven daardoor gaat veranderen. Een nieuwe fase.

De fasen van onze gevleugelde vrienden rond en in de vijver volgen elkaar heel snel op. De hele rits Nijlgansjes zijn dubbel zo groot als toen ik vertrok. Op hoge poten waggelen ze rond om zoveel mogelijk brood te pakken te krijgen dat door kinderen wordt gestrooid. De strenge ouders proberen de boel hard snaterend in het gareel te houden.

Bij de vorige zwangerschap hadden ze maar twee kuikens, die hebben het niet gered. De ouders waren ook niet echt geïnteresseerd. Ze lieten de kleintjes vaak rustig even alleen, zodat ze al vrij snel ten prooi vielen aan hongerige dieren die hun kans schoon zagen. Met dit vele nageslacht is blijkbaar de adrenaline in het lijf van de ouders naar een hoogtepunt gestegen. Ze zijn weer zo scherp als een echte Nijlgans betaamt.

Ik doe nog even een poging tot beïnvloeding. Ik visualiseer mezelf op een zonnig terras middenin september. Heerlijk!

GEDICHT

ELISE SCHAAP

*'Of ik dat immiteern van mien moe heb jong
nee, want dei zong
en mien pa was altied in toenne an t waark
en as a doar nait was zadde in de kaark
joa, en mien ome Henk
zat bie defensie op n tenk
en taanne Jacoba Pluk
was verkoopster bie Christine le Duc
joa en wel waarn d'r nog meer
o, oom Johannes, moar dei zat op n veer
en mien opa oet Krommenie
was voandeldroager bie de harmonie
dus as puntje bie poaltje komt
komt al dat blablabla oet mien aigen mond'*

E. FILIPPUS



NACHT VAN DE NACHT



Door Frans Geubel

Op zaterdag 28 oktober vindt voor de 19e keer de landelijke Nacht van de Nacht plaats. Deze nacht duurt extra lang, omdat dan ook de wintertijd ingaat. De duisternis staat hierbij centraal en het doel is om aandacht te vragen voor de problemen van lichtvervuiling. Nederland is een van de meest (industriële) verlichte landen ter wereld. En lichtvervuiling is schadelijk voor dier én mens!

Toevallig wordt het deze nacht volle maan. Maar haar zullen we nooit en te nimmer van lichtvervuiling betichten, dat zult u ongetwijfeld met mij eens zijn.

Evenals vorig jaar doet de Oosterkerk weer mee. Deze keer met 's avonds in de schaars verlichte kerk een viertal 'natuurlezingen'.

Een wandeling in het donker in de Oosterparkwijk is ook in ontwikkeling! De bedoeling is om de wandeling van korte intermezzo's te voorzien,

zoals zang, of een dichter die voordraagt, een muzikant, etc. etc. De wandeling zal dan twee keer gelopen worden. Lijkt het u leuk om hier ook op een creatieve manier aan bij te dragen? Aanmelden kan via jeroen.kuilman@wjj.groningen.nl of 06 55 46 50 82.

Hiernaast doen we een oproep voor opzichzelfstaande bijzondere activiteiten op die avond! Ook deze kunt u aanmelden bij bovengenoemd mailadres. Een volledig programma kan dan in oktober

MEDEDELING OosterArt Kunstmarkt

Ingezonden bericht

Door een tekort aan en te late aanmeldingen hebben we ons genoodzaakt gezien de markt te verplaatsen naar 1-6-2024.

Ook deze markt zal op het schoolplein van Bij Van Houten zijn. En met diverse muzikale optredens.

Op 9-9-2023 is er ook een grote kunstmarkt in Haren. Dus had je je er erg op kunst kijken (en kopen) verheugd, dan kun je naar Haren gaan.

Meer weten, nu aanmelden? ooster.artgroningen@outlook.com

Met vriendelijke groeten,
Petra, Menno en Jacqueline

gepubliceerd worden in de Wijkkrant en in de buurtmail. **De deadline voor alle activiteiten is 25 september!**

En zonder bewolking zal de volle maan voor een fantastische sfeer gaan zorgen.

COLOFON

Wijkkrant Oosterpark
(verschijnt 6 keer per jaar)

Redactie

Petra Beekhuizen Khan
Frans Geubel
Alan Haveman
Jarno Hoogeboom
Mark C Hoogenboom
Kevin Wagenaar
Erik Weersing

Hoofdredactie

Jarno Hoogeboom

Vormgeving

Kevin Wagenaar

Bezorging wijkkrant

Bij klachten over
bezorging wijkkrant
Tel: 06-42510350

Advertentieverkoop

Noordpers b.v.
Uithuizen
kranterij@noordpers.nl
Jan-Jaap Bakker
Tel: 0595-437777

Contact redactie

Tel: 06-42510350
redactie@wijkkrantoosterpark.nl

De redactie houdt zich het recht voor ingezonden stukken in te korten, te corrigeren en/of zo nodig te redigeren.





**Bewonersorganisatie
Oosterpark**
"Hart voor de wijk"

Herinrichting Zaagmuldersweg

Vanuit het uitvoeringsprogramma *Doorwaadbare Stad* worden er op dit moment voorbereidingen getroffen om de Zaagmuldersweg opnieuw in te richten. De Zaagmuldersweg is nu vooral een drukke verkeersader waar 50 km/uur gereden mag worden, in de toekomst wordt het een groene straat waar fietsers en voetgangers voorrang krijgen, de bus ruim baan heeft en de maximumsnelheid 30 km/uur wordt. Een echte buurtstraat dus!

De BO is in gesprek met de gemeente over de planning en houdt zo de vinger aan de pols. Zo wordt er in september een brede inloop georganiseerd, waar alle bewoners van de Oosterparkwijk welkom zijn. Hier worden de plannen gepresenteerd en kunnen bewoners ideeën, behoeften of juist knelpunten

aandragen. Na het gezamenlijk opgestelde plan wordt er een klankbordgroep geformeerd, die het ontwerp- en inrichtingsproces kritisch zal begeleiden. De klankbordgroep zal bestaan uit 15 inwoners, grotendeels bewoners van de Zaagmuldersweg. In oktober zal de klankbordgroep samen met de gemeente een wandeling maken door de straat, om eventueel nieuwe ideeën op te doen. Alle plannen worden aansluitend samengebracht in een eerste Schetsontwerp (SO). Na alle mitsen en maren wordt het SO omgewerkt tot Voorlopig Ontwerp (VO), dat weer de voorloper is van het Definitieve Ontwerp (DO). Tegen die tijd is het al december en praten we jullie bij over dit plan. Maar daarvoor uiteraard ook! Zie ook onze website en facebookpagina.



Een impressie van de Zonnelaan in Paddepoel.

©Gemeente Groningen

Vrijwilligersfeest

Eind september/begin oktober wordt het inmiddels jaarlijkse vrijwilligersfeest georganiseerd. Voor alle vrijwilligers in de Oosterparkwijk! De BO draagt graag bij aan dit feestje, want zonder de inzet van vrijwilligers wordt het in de wijk een dooie boel. Trefwoorden: muziek, bbq, gezelligheid en ontmoeting.



Mocht je als Oosterparkbewoner ook eens een buurtfeest willen organiseren, schroom dan niet contact met ons op te nemen. De BO wil graag helpen!

Michi-Noeki

Het zal niemand zijn ontgaan: een ruime meerderheid koost voor vishandel 'Moi Eem' als uitbater van de kiosk naast de Michi-Noeki. Er werd ongeveer 1100 stemmen uitgebracht. De BO heeft zich altijd hard gemaakt voor de mogelijkheid ook fysiek te kunnen stemmen, zodat iedereen in Oosterparkwijk zijn mening kon geven. Het is mooi dat dit is gelukt!

De andere partij was tabaksverkoper Cigo, hetgeen wel tot enige kritische vragen leidde aan de BO. Want kon een bewonersorganisatie wel

toestaan dat er gestemd kon worden op een winkel met rookartikelen? Ons antwoord: we zetten ons graag in voor de bewoners van de wijk, maar de BO is geen gekozen orgaan met een programma of een verlengstuk van de gemeente. Ons doel is het geven van informatie, het organiseren van inspraak en het betrekken van bewoners bij activiteiten. De BO adviseert en ondersteunt, maar is geen partner als het gaat om de inhoud. Zolang de inhoud de maatschappelijke aanvaarde grenzen niet overschrijdt, bemoeit de BO zich daar niet mee.



Oosterhamrikzone & Oliemuldersbrug: knelpunten

Vanwege de vele technische en maatschappelijke strubbelingen zoekt de gemeente nu samenwerking met diverse wijkorganisaties, waaronder de BO. Plannen kunnen wegens allerlei knelpunten vaak niet gelanceerd kunnen worden, zodat de vertraging oploopt. Afsproken is dat bewoners fysieke knelpunten op papier zetten, waarna de gemeente daarna een opdracht kan geven. Voordeel is dat de plannen meteen kunnen worden gedeeld met bewonersorganisaties. Het college moet nog wel de handtekening zetten onder dit voornemen, zodat de gemeente niet alsnog een eigen koers kan gaan varen. Uiteraard houden we jullie op de hoogte van de laatste ontwikkelingen.



Bewonersorganisatie Oosterpark

- Wij zijn bewoners van de wijk, die zich inzetten voor de wijk
- Ons doel is informatie, inspraak en draagvlak voor de bewoners
- Waar nodig en waar wij kunnen bieden we ondersteuning
- Een actie, probleem of feestje; laat het ons weten
- Jij kan ook ons helpen, stuur een mailtje of kom langs!

VOLG DE BO

- 🌐 <https://oosterparkgroningen.nl/>
- 📘 OosterparkGroningen
- 📺 OPWGroningen
- ✉️ **SCHRIJF EEN E-MAIL**
- ✉️ bestuurbo@hotmail.com

SCAN DE QR-CODE VOOR ONZE SITE



Wie wil meedenken over het plaatsen van Stolpersteine in de Oosterparkwijk?

Door Erik Weersing

Misschien zijn ze u wel eens opgevallen, bij een wandeling door de Folkingestraat. Stolpersteine oftewel struikelstenen. Vierkante stenen, waarop een klein messing plaatje is bevestigd dat mogelijk in de loop van de tijd wat dof is geworden. De plaatjes dringen zich niet op. Je loopt er gemakkelijk aan voorbij. Maar wie er oog voor heeft, leest de naam en de geboorte- en sterfdatum van hen die tijdens de tweede wereldoorlog zijn vermoord. Deze Stolpersteine zijn aangebracht in het trottoir voor het huis waar de slachtoffers woonden voor ze werden weggevoerd.

De Duitse kunstenaar Gunter Demnig heeft in 1992 het initiatief genomen tot het leggen van deze Stolpersteine. 'Stolpern' is Duits voor 'struikelen'. Het was niet zijn bedoeling dat passanten letterlijk over de stenen zouden struikelen, maar wel dat ze in het voorbijgaan de messingplaatjes zouden zien – en daarmee een ogenblik stil zouden staan bij het lot van de slachtoffers van het naziregime, ook al was het maar even, voor een kort moment. In de Thora, het heilige boek van de Joden, is een de spreuk te vinden die het achterliggende gedachte goed samenvat. "Een mens is pas vergeten als zijn naam is vergeten." En iedere naam is een individu, ieder plaatje kent zijn verhaal en ieder verhaal is een tragedie.

Voor de oorlog was de Folkingestraat de Jodenbuurt van Groningen. Van de honderden mannen, vrouwen en kinderen die er destijds woonden, heeft het overgrote deel de oorlog niet overleefd. De stenen herinneren aan hun

lot. "Maar Stolpersteine zijn niet alleen voor Joden bedoeld", benadrukken Philip Kluin en Douwe van der Bijl, tijdens het gesprek dat ik met hen had. "maar voor alle slachtoffers van het naziregime, dus ook voor Sinti, Roma, homoseksuelen, Jehova's getuigen en verzetsstrijders die tijdens de oorlog het leven hebben gelaten."

De stichting

Inmiddels zijn er over heel Europa, van Spanje tot Noorwegen, van Frankrijk tot het westelijk deel van Rusland, 100.000 stenen gelegd, waarvan 11.000 in Nederland. In Groningen zijn bewoners van de Schilderswijk (Kraneweg en Jan Steenstraat en omgeving) bijzonder actief geweest. Bij 84 adressen – waar in totaal 263 mensen woonden – bevinden zich nu Stolpersteine. Elders in de gemeente, zoals in Haren, zijn eveneens dergelijke initiatieven ontplooid. Om de initiatieven te coördineren, is eind 2021 de stichting Stolpersteine Groningen opgericht. "Doel is mensen te helpen die een steen willen plaatsen," legt Philip Kluin, de voorzitter van de stichting, uit. "Het voorstel kan uitgaan van de huidige bewoners van het pand of van nazaten van de slachtoffers of van wie zich op de een of andere manier betrokken voelt. We wijzen hen de weg richting gemeente, richting de archieven en helpen een handje mee wanneer iemand digitaal wat minder vaardig is. 'Oorlogsbronnen' is een website waarop veel informatie te vinden is. De stichting doet zelf geen voorstellen. We faciliteren alleen."

"De mensen in de buurt weten zelf het beste waar de steen geplaatst kan worden," vult Douwe van der Bijl aan. Hij is adviseur van de stichting. "In het trottoir voor het huis, uiteraard,



De Stolpersteine in de Jan Hissink Janssenstraat.

maar bijvoorbeeld niet onder een boom. In de herfst verdwijnt de steen onder de bladeren. En ook niet op een plek waar altijd veel fietsen worden neergezet. En evenmin op een plaats waar honden hun behoeftes doen. De Stolpersteine worden met de hand gemaakt, voor de Benelux door Alexander Stukenberg uit Amsterdam. De onthulling is de ene keer heel sober, de andere keer vindt er een ceremonie plaats, waarbij veel mensen aanwezig zijn. Het is aan de betrokkenen wat ze willen."

Lijsten

Auteur Jochem van Gelder heeft ruim dertig jaar geleden de razzialijsten opgespoord, die de Duitsers hanteerden bij het oppakken van Joden in Groningen. Met hun namen, geboortedata, beroepen en adressen – keurig op alfabetische volgorde. Hij heeft deze lijsten opgenomen in zijn boek 'Terug van weggeweest' dat

in 1993 is verschenen. Uit dit overzicht valt af te leiden dat er aan het begin van de oorlog een kleine 200 Joden in de Oosterparkwijk woonden. De meesten van hen zijn vermoord. Tijdens de oorlog zijn er in onze wijk meer slachtoffers gevallen. Zo is bekend dat er verzetsstrijders zijn gefusilleerd of in een kamp omgekomen. Ook zij mogen niet vergeten worden.

"Het zou prachtig zijn wanneer mensen uit de Oosterparkwijk zich zouden willen inzetten voor het plaatsen van stenen voor al die mensen die door de nazi's zijn omgebracht", aldus Philip. "Zoals gebeurd is in de Schilderswijk. Wij zijn hen graag behulpzaam bij het werk dat hierbij komt kijken. Wij kennen de wegen."

De familie Duitscher

Tot nu toe liggen op één plek in de Oosterparkwijk Stolpersteine. Voor een huis in de Jan Hissink Janssenstraat attenderen messing plaatjes de voorbijganger erop dat hier ruim tachtig jaar geleden de familie Duitscher woonde. Vader Abraham, moeder Carolina, dochter Johanna en zoon Samuel. Ze zijn alle vier op 21 mei 1943 in Sobibor vermoord.

Wie interesse heeft om mee te denken over het plaatsen van Stolpersteine in de Oosterparkwijk, kan contact opnemen met Douwe van der Bijl. Email: douwevdbijl@gmail.com Ook kunt u contact met de stichting opnemen. Email: info@stolpersteinegroningen.nl Daarnaast bestaat de mogelijkheid de website van de stichting te bezoeken: www.stolpersteinegroningen.nl



Philip Kluin en Douwe van der Bijl.

**WIJKRESTAURANT
DE MEREL**

BINGO

VRIJDAG 20 OKTOBER
AANVANG: 20:00 UUR
(ZAAL OPEN OM: 19:00 UUR)

MERELSTRAAT 155
9713 VZ / 06- 85 08 82 64

BINGO

KOSTEN:
1 BOEKJE € 10,- P.P.
2 BOEKJES € 15,-
GELDT ALLEEN P.P.

TOEN EN NU

Door Frans Geubel

Op het adres Paradijsvogelstraat 5-7 was vroeger Grind en Zandhandel Bouwman en Zn. plus Siebesma en Van der Veen met betonmortel (Groninger Mortel Centrale - GMC) gevestigd. Op enig moment nam Siebesma en Van der Veen de Grind en Zandhandel over.

Ik heb helaas geen oorspronkelijke vestigingsdatum kunnen achterhalen. De foto is van 1961. Toen was ik 8 jaar oud en woonde we in Vinkenstraat 59a, met uitzicht op het kruispunt met de Paradijsvogelstraat en de Oliemuldersweg. En ook daarvoor al zag ik dagelijks de betonauto's rijden met hun draaiende trommel. Ik herinner me dat er eens eentje door zijn as was gezakt!

Siebesma en Van der Veen leverde een scala van producten aan aannemers in de weg- en waterbouw, asfaltcentrales, betonwarenfabrieken en betoncentrales. Het bedrijf vervoerde jaarlijks meer dan een miljoen ton voor derden over weg en water.

In 1995 werd het bedrijf overgenomen door de Paes-

Groep, en bleef op de locatie, maar in 2007 ging het op in Van der Wiel in Drachten. De stellages werden ontmanteld en de bebouwing werd gesloopt. Het terrein bleef kaal en leeg tot 11 december 2020, toen de gemeente het terrein voor 7 jaar in bruikleen gaf aan een groepje wijkbewoners met plannen. Dat werd de Paradijsvogel-tuin, die voortvarend aan de weg timmerde en timmert. In het Coronatijdperk repeteerde jeugdcircus Santelli er, oogstfeesten werden georganiseerd, de opening van de Raamexpositie in 2021 vond er plaats, en nog véél meer. Bouwsels verzezen, bewoners kwamen en het streven was en is om zo toegankelijk mogelijk te zijn en open te staan voor ideeën en initiatieven van ook buiten de tuin.

Er heerst hier een oprecht idealisme dat ook opkwam eind jaren 60 en toen helaas weer uitdoofde: wars van materialisme en kapitalisme, en met respect voor de natuur. Een uniek stukje Oosterparkwijk dus!

Op beide foto's is links hetzelfde pand te zien.



Foto boven: Gemeentepolitie 1961, Groninger Archieven

Foto onder: Frans Geubel



MAGNIFIQUE



Ingezonden bericht

Hallo,

Ik ben Francina en ik heb de schaar overgenomen van Joke en Janet. Ik ben een allround kapster met 37 jaar ervaring.

Vanaf 1 september gaat kapsalon Magnifique weer open. Ik heb er ontzettend veel zin in om jullie vanaf vrijdag 1 september in mijn salon te begroeten

Adres: Linnaeusplein 2, 9713 GS Groningen

DE WIJK IN BEWEGING

Ingezonden bericht

Na de zomervakantie starten we allemaal weer op. De scholen beginnen weer en het gewone leven wordt hervat. De start van het nieuwe seizoen trappen we af met de 'De Wijk in Beweging'. Dit vindt plaats op twee locaties in de Oosterparkwijk. Bij het JOP kunnen kinderen en ouders zich uitleven op het gebied van sport en spel. Het is voor jong en oud. Bij wijkcentrum Van Houten kun je inspiratie opdoen als je jezelf wilt ontwikkelen en wilt weten waar je nu staat. Of als je op zoek bent naar vrijwilligerswerk of een baan.

Bij het JOP is er van alles te ontdekken! Kinderen kunnen meedoen aan verschillende workshops, waaronder capoeira en taekwondo. Of lekker een potje voetballen kan ook. Durf jij het aan om hieraan mee te doen?

We zien je graag op dinsdag 19 september bij het JOP van 14.30 uur tot 19.00 uur,

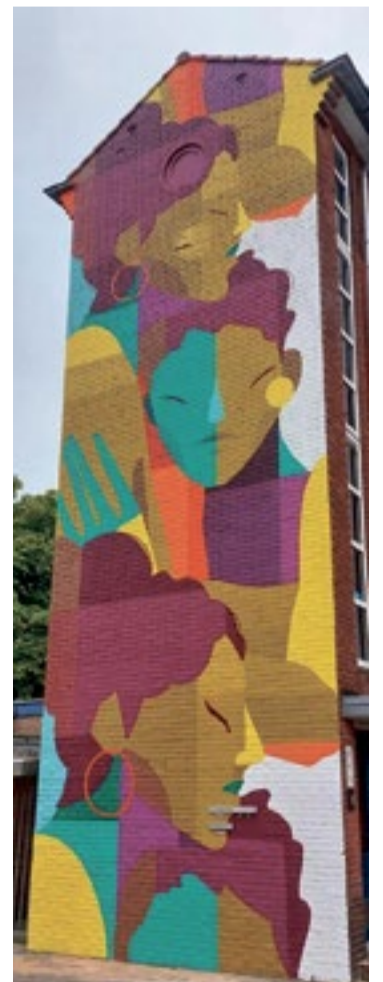
Klaprooslaan 304A.

Boost jezelf

In beweging komen kan soms moeilijk zijn als je (tijdelijk) thuiszit. Ervaar je een drempel in je zoektocht naar een baan of vrijwilligerswerk? Ben jij op zoek en wil je een volgende stap zetten? Bij wijkcentrum Van Houten kun je inspiratie opdoen. Ontdek je talenten, doe een CV-check en ga in gesprek met organisaties. Daarnaast kun je kennis maken met gelijkgestemden en er is ruimte voor gezelligheid!

Er zijn kappers aanwezig die je haren kunnen stijlen en Dress 4 Succes kan je kledingadvies geven. Een portretfoto is aanwezig om jou van je mooiste kant te belichten en vast te leggen.

De koffie staat klaar en we zien je graag op dinsdag 19 september bij wijkcentrum Van Houten van 14.30 - 17.30 uur. Bij van Houten, Oliemuldersweg 47.



Voor vragen kun je contact opnemen met: Lub Snijder (Opbouwwerker).
Tel: 06 55465099



Mulder Fietsen, Linnaeusplein 51

Door Mark C Hoogenboom

Al een jaar of vierentwintig zit Mahmoud Azzam in de fietsen. Bij Ferwerda, bij het Zwarte Schaap en twaalf jaar bij Mulder, eerst in Winschoten en daarna in de Oosterparkwijk. Inmiddels is het zijn eigen zaak en is hij zelf de ondernemer.

De wijk en de levendige straat bevallen hem prima. Ziekenhuis om de hoek, Gorechtkade voor de deur. Inmiddels heeft hij ook een DHL bezorgpunt, wat nogal wat volk trekt. Die ontdekken dan meteen dat er een fietsenzaak is in de Oosterparkwijk is en daar heb je wat aan. Aan de pakketjes verdienen je bijna niets.

De Oosterparkwijk is een goede buurt. Zelf woont hij wat meer richting het centrum, maar wandelt elke dag met plezier de wijk in.

Zijn ingewikkeldste reparatie wat een e-bike. Er was iets met de accu, maar het was maar niet te vinden. Uiteindelijk moest alles uit elkaar en bleek het

een draadbreek te zijn in een draadje dat door het frame van de fiets liep. Dat was een tijd lang zoeken!

Sowieso is er wel wat te op te merken over de accu's van e-bikes. Daar zit soms wel vier jaar garantie op, maar alleen het 1e jaar gaat goed. Daarna gaat elke accu achteruit, met ongeveer 10% per jaar. Na vijf jaar is de capaciteit 40% minder en dan komt de klant wel langs omdat je er nog maar ongeveer half ze ver mee kunt fietsen. Dan lijkt ie stuk, maar het is normale slijtage voor een accu.

Wat Mahmoud geleerd heeft is het belang van bezorgen en ophalen van een fiets. Daar heeft hij een bus voor. Bij een nieuwe is dat standaard, maar voor klanten die een stukje fiets niet goed zelf naar de winkel kunnen brengen kan deze ook gehaald worden. Kost €4 om de benzinekosten te dekken en bij reparaties boven de €50 is het zelfs gratis. De gerepareerde fiets haalt de klant dan zelf wel op, want naar de winkel lopen mag geen probleem zijn en terug

naar huis gaat weer op de fiets.

Zijn mooiste reparatie is een fiets van ruim dertig jaar oud. Met een vreemd binnenwerk dat je nergens meer ziet en waar je niets voor kunt krijgen. Toch aanpakken en eraan knoeien en knutselen totdat ie het weer doet. En als dat dan lukt, dan voel je je trots. Proefrit maken om zeker te weten dat alles werkt en dan goed werkend weer afleveren.

En altijd de banden even op spanning brengen als een fiets gerepareerd wordt. Dat is wel zo prettig en spaart de banden.

Zijn ervaringen met de Oosterparkers als klant is zonder meer positief. Maar een ontevreden Oosterparker komt beslist klagen en daar moet je dan wel tegen kunnen. Komen ze onderling dan altijd wel uit.

Advies voor het restant van de zomer: te veel zon is slecht voor de banden. Dus een fiets in de schaduw of in de schuur houdt het langer vol dan eentje vol in de zon...



Mahmoud Azzam aan het werk.

Tweede ronde HPV-vaccinatie voor jongeren 19 t/m 26 jaar van start

Ingezonden bericht

Jongeren, geboren in de jaren 1996 tot en met 2003, kunnen een afspraak maken voor de 2e vaccinatie tegen HPV. De vaccinatie is mogelijk 150 dagen na de 1e vaccinatie. Jongeren krijgen vanuit het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM) een sms om hen hieraan te herinneren. In de provincie Groningen is het mogelijk om een vaccinatie te halen in Groningen, Veendam en Delfzijl.

Afspraak maken

Jongeren, geboren in de jaren 1996 tot en met 2003, kunnen

gratis een HPV-vaccinatie halen. Zij moeten daarvoor eerst een afspraak maken via hpvafspraken.nl.

Nog geen 1e vaccinatie gehaald?

Jongeren die de 1e vaccinatie nog niet hebben gehaald, kunnen hiervoor tot 31 december 2023 bij ons terecht. Voor een goede bescherming zijn 2 vaccinaties nodig. De 2e vaccinatie kunnen zij in het eerste halfjaar van 2024 nog kosteloos halen. Daarna is deze vaccinatie niet meer gratis.

Openingstijden

Kijk voor de adresgegevens en actuele openingstijden op onze

pagina HPV-vaccinatie voor jongeren 19 t/m 26 jaar.

Wat is HPV?

HPV staat voor humaan papillomavirus. Iemand die het virus heeft merkt er meestal niets van, maar het is wel heel besmettelijk. In sommige gevallen kan een infectie leiden tot kanker. De vaccinatie tegen HPV beschermt goed tegen 6 soorten kanker, waaronder baarmoederhalskanker, penis- en anuskanker. HPV kan bij vrouwen én mannen voorkomen.

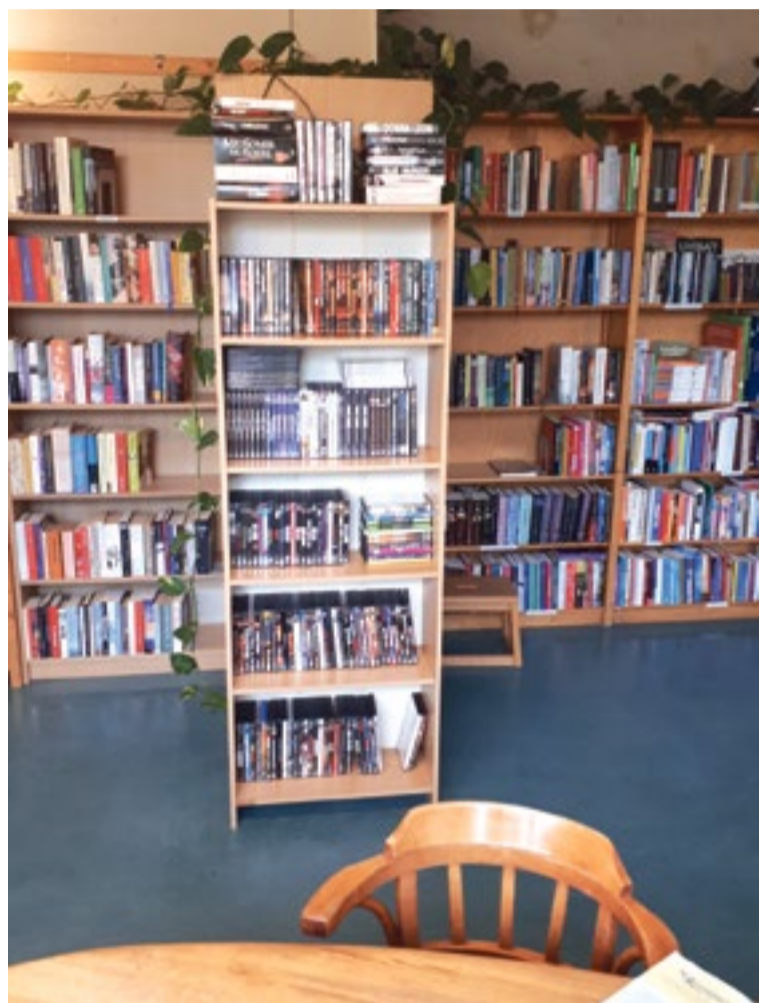


Bobby's Moppentrommel

Jesse bestelt een pizza bij de pizzeria.

"Wil je hem in 4 of 12 stukken?", vraagt de pizzabakker.

"Graag in 4 stukken", antwoordt Jesse, "want 12 kan ik écht niet op!"



Nieuws van de Leeskamer

Ingezonden bericht

De Leeskamer gaat natuurlijk na de zomervakantie weer open.

De planken en boeken zijn afgestoft, rubrieken nog eens doorgelopen of de titels wel op de juiste plek staan, een plant is verpot en heeft een flink grotere pot gekregen zodat er voorlopig ruimte om te groeien is en we hebben er zin in!

Sinds kort is er iets nieuws voor u te leen: een kast vol met DVD's. Vijf planken - een hele kast vol - die gevuld zijn met de meest uiteenlopende films. Er zijn flinke stapels met Duitse - en Engelse detective-series ooit te zien op tv. Een rij James Bond films die natuurlijk nog steeds de moeite waard zijn om te bekijken. Thrillers over allerlei onderwerpen en uit diverse landen.

Ook kunt u wat DVD's over Groningen en FC Groningen lenen.

En tot slot: veel, heel veel vechtfilms, uit Amerika, Japan; je kunt het zo gek niet bedenken.

We danken dit aanbod aan een bewoonster van de wijk,

die ze weer van haar broer had gekregen en meteen aan onze Leeskamer dacht. Dank daarvoor.

Het totaal is een zeer gevarieerd, eigenlijk net zoals het boeken-aanbod. Voor iedereen is er wel iets te vinden. U mag 3 DVD's per keer meenemen.

Voorlopig kunnen we echter geen boeken en DVD's meer aannemen.

Tot slot nog een mededeling voor Kinderen.

In het kader van de Kinderboekenweek van 4 t/m 15 oktober wordt er op woensdagmiddag 11 oktober voorgelezen vanaf 14.00 uur voor kinderen vanaf 6 jaar. Kom gezellig luisteren naar een grappig of spannend verhaal.

De openingstijden van de Leeskamer: Maandag en donderdag van 14.00 tot 16.00 uur Zaterdag van 11.00 tot 13.00 uur.

Hoop u in onze Leeskamer te ontmoeten.

Eksters in de wijk



Door Erik Weersing

Tijdens het eerste weekend van augustus vond in onze wijk het Street Art festival plaats. Op initiatief van Writers Block – dat is een organisatie die zich inzet voor de realisatie van kunst in de openbare ruimte - brachten kunstenaars uit binnen- en buitenland op verschillende locaties muurschilderingen op gebouwen aan. Opvallende decoraties die extra kleur geven aan de wijk. Elders in deze krant vindt u een fotoreportage van deze manifestatie die veel bekijks trok.

Een paar dagen daarvoor, als aanloopje naar dit evenement, kwam Xander van Soelen in actie. Op een heel bijzondere manier. Van oorsprong is hij portretschilder, maar sinds een paar jaar heeft hij zich

Een van de eksters.

Foto: Frans Geubel

gespecialiseerd in het schilderen van eksters op muren. Hierbij maakt hij gebruik van sjablonen, in totaal zijn het er drie. Dat betekent dat de ekster steeds dezelfde vorm heeft. De kleuren maken het verschil. Iedere ekster heeft zijn eigen, unieke coloriet. Xander sleept bij zijn projecten steeds een forse kist met spuitbussen met zich mee, waarin verf zit in alle denkbare tinten. Door deze iedere keer met elkaar te combineren, is het aantal variaties eindeloos.

Op acht of negen plaatsen in onze wijk heeft hij in twee dagen tijd een reeks aan eksters geplaatst. Onder meer op de muren van appartementencomplex 'De Papaver' aan de Klapprooslaan,



Boven: Bewoners in gesprek met Xander. Naast hem een forse kist met spuitbussen.

Rechtsonder: Xander plaatst een ekster op de voorgevel.

eentje bij de ingang van het gebouw en eentje aan de voorzijde. Verschillende bewoners waren naar beneden gekomen om Xander aan het werk te zien. Terwijl hij een sjabloon ophield, gaven ze commentaar. "Ja, dat lijkt me wel een mooie plek. Iets hoger, misschien. En iets meer naar het midden. Ja, zo is het goed. Perfect!" Ook hadden ze inspraak bij de keuze van de kleuren. Xander liet zich hierbij geheel leiden door de

voorkeuren van de bewoners. Over het resultaat waren deze dan ook dik tevreden. "Het is een verrijking van het gebouw."

Alle geschilderde eksters maken onderdeel uit van de door Xander opgerichte 'geheime eksterclub'. Inmiddels telt deze club, verspreid over het land, een paar honderd leden. Meer informatie heb ik niet. Het is, zoals gezegd, een geheime club.



Xander spuit een ekster op de muur bij de ingang van de Papaver.

OPROEP

Bent u al voorbereid op uw oude dag?

Ingezonden bericht



Beste Oosterparker,

Bent u al voorbereid op uw oude dag?

We willen graag van zoveel mogelijk Oosterparkers van 45 jaar of ouder horen of en hoe zij bezig zijn met het voorbereiden op later. Hoe doet u dit, wat vindt u hierin belangrijk? Wat helpt u hierin, en wat juist niet?

Wilt u voor ons deze vragenlijst invullen? Invullen kost ongeveer 10 tot 15 minuten en kan gevonden worden door het volgende adres in te typen: <https://tinyurl.com/2eu28ubw> of de QR-code rechtsboven te scannen.

Het onderzoek wordt uitgevoerd door onderzoekers van de Hanzehogeschool. Voor vragen kunt u altijd even contact opnemen met Nanda Kleinenberg-Talsma, per email (n.kleinenberg@pl.hanze.nl) of telefoon (050 595 6040).



Foto: Frans Geubel

Alvast heel hartelijk dank voor de moeite!

Hartelijke groeten,
Nanda Kleinenberg-Talsma



Wijkkoor Eusterpaark gaat door!



Ingezonden bericht

Het wijkkoor voor de Stadsschouwburg

Woon je in de Oosterparkwijk en hou je van zingen? Doe met ons mee!

Vanaf 14 september zingen we weer iedere donderdagavond in Ons Belang van 19.30 tot 21.00 uur. Wie wil kan daarna nog even blijven buurten, al dan niet onder het genot van een drankje. Zo leren 'oude' en 'nieuwe' Oosterparkers elkaar gemakkelijk kennen.

Ons wijkkoor heeft momenteel een stabiele vaste kern van 25

leden. Hannelore Duynstee is onze dirigente. Zij weet op wonderbaarlijke wijze het beste uit ons naar boven te halen.

Zingen door en voor Oosterparkers

We zongen al in het JOP bij de onthulling van de muurschildering van Dick Nanninga, tijdens het jubileum van Ons Belang en bij het HOP op de Dag van het Onkruid. Een deel van het koor zong mee in de voorstelling Overhoop in de Paradijsvogeltuin.

We zijn van plan om vaker van ons te laten horen, bijvoorbeeld bij de opening van de Michi Noeki op 22 september.

Lijkt het je wat?

Kom naar onze repetitie in Ons Belang, Zaagmuldersweg 82 C. Dan kun je ervaren of het iets voor jou is.

Meer informatie?

Bel of app Alie Vos 06 - 52 40 61 50 of Agnes Voorintholt 06 - 51 90 60 43

GEDICHT

W.A.P. World Animal Protection. Wereld dierenbescherming.

De naam laat het al zien.
Zij zetten zich in voor dieren.
Op veel fronten, bovendien.
Hoe vaak worden niet de regels
voor dierenwelzijn ontdoken!
Dus hebben zij heel terecht
de politiek hier op aangesproken.
En hoe mooi is het te zien,
als je ergens écht voor gaat,
je soms daarvoor wordt beloond
met een prachtig resultaat!
Veel dieren verblijven in kooien.
Varkens, eenden, kippen, konijnen.
Die in veel te kleine ruimtes,
zitten weg te kwijnen.
Slangenleer voor sjieke schoenen.
Dons en bont voor ons gerief!
En onbegrijpelijk, véél te lang,
namen wij dit maar voor lief.
Maar dit soort gruwelijkheden,
heeft ook zeker hun prioriteit.
Ook daarin investeren zij
al hun liefde, geld en tijd.

Ja, een einde maken aan dierenleed,
blijft hun doel, nu, hier en wereldwijd!

Maria Riksten-Brouwer

Vogels kijken bij Van Houten!



Ingezonden bericht

Dierendag 2023

Geïnspireerd door de prachtige ligging van het wijkcentrum aan de Pioenvijver zal Michiel Meeuwsen - beheerder - vertellen over zijn ervaring met vogels aldaar.

Bevlogen wijkbewoners, waaronder vroege vogels, vrije vogels en vreemde vogels zijn van harte welkom.

De bijeenkomst wordt georganiseerd in samenwerking met Wijkbieb de Leeskamer.

Woensdag 4 oktober, van 19.00 tot 20.00 uur. De toegang is gratis

Wijkcentrum 'Bij Van Houten', Oliemuldersweg 47. In de glazen aanbouw - achter het monumentale pand.

COLUMN

Kunst in de OPW

Door Willem Bouman

Wanneer het om kunst gaat dan heeft iedereen een eigen mening en smaak.

Zo zal het ook zeker gaan wanneer we het hebben over de nieuwe muurschilderingen die inmiddels onze wijk sieren. Ik vind het zeker SIEREN.

Er zullen er zijn die daar een andere mening over hebben, dat mag.

Op verschillende plekken in de wijk zijn er deze zomer muurschilderingen geplaatst door verschillende kunstenaars. De wijk wordt kleurrijker en diverser net zoals we als bewoners kleurrijker en diverser worden en wijk van ons allemaal. Waar we hopelijk met steeds meer plezier wonen en willen blijven wonen. Wat mij betreft mag er een nieuw wandelboekje komen waardoor wij zelf maar ook bezoekers van onze wijk langs deze kunstwerken geleid worden, inclusief uitleg en info over de kunstenaars.

Uw columnist Willem Bouman



FOTOREPORTAGE

Door Frans Geubel

STREET ART FESTIVAL GRONINGEN



Kunstenaars en locaties

Linksboven: Zésar Bahamonte -
Zaagmuldersweg 16

Rechtsboven: Thiago Mazza -
Jan Groningerstraat

Linksmidden: Wietse -
JOP, Klaprooslaan

Rechtsmidden: Eloise Gillow -
Zaagmuldersweg 3
(Het Oude Politiebureau)

Linksonder: Annabel Adema -
naast Zésar Bahamonte
(Zaagmuldersweg 16)

Rechtsonder: Ricardo van Zwol -
Gorechthuis, Gorechtkade



WIJKAGENDA

Er gebeurt veel in de Oosterparkwijk! In de wijkagenda op mijnnoosterparkwijk.nl zie je wat er waar te doen is. Hieronder lees je alvast een aantal activiteiten.

JOP

JOP Club groep 7 en 8

Dinsdag 19.00-20.00 uur

De JOP Club is er helemaal alleen voor iedereen in groep 7 en 8. Ze bepalen met de jeugdwerkers samen wat ze doen, hoe ze het doen en wie ze nodig hebben voor hun plannen.

Inloop jeugd

Woensdag 14.30-17.00 uur

Afen toe even naar de spelcontainer, binnen op adem komen, stukje fruit eten, beetje dansen met je vrienden.

Vanaf 26 september:

Dinsdag 14.30-17.00 uur

Theetjes drinken, je verhaal doen, beetje geiten met je matties.

Soosavond 12+

Woensdag 19.00-21.00 uur

Fifa, darts, muziek, moves, je weet toch. Hou ook de Facebookpagina van JOP in de gaten!

HET OUDE POLITIEBUREAU

Inloop koffieochtenden

Elke maandag- en woensdagochtend 10.00-11.30 uur. De gezellige bedieningsmedewerkers van HOP serveren graag heerlijke koffie & thee voor u en uw buurtgenoten, tegen buurttarief (€1,00/€1,20)

Lunch & diner

Dinsdag t/m vrijdag 11.30 – 14.30 uur lunch.

Verschillende lekkere lunches op de kaart zoals tosti's, uitsmijters en salades.

Dinsdag t/m vrijdag 17.00 – 21.00 uur diner.

Van een lekker sateetje met friet tot en met allerlei wereldse gerechten, voor ieder wat wils. Reserveren is zeer aan te raden.

OPEN DAG

WIJ OOSTERPARKWIJK

Donderdag 14 september
16.00 - 20.00 uur
Heesterpoort 1

MICHI-NOEKI

Kom langs voor een kopje koffie, om even uit te rusten, je baby te verschonen, een krantje te lezen of je telefoon of scootmobiel op te laden. De Michi-Noeki is vanaf eind september open van maandag t/m vrijdag van 9.00 - 17.00 uur.

SVO, LOCATIE BIJ VAN HOUTEN

Doe Club

Woensdag 14.30-16.00 uur

Contact: Gisela Brouwer: 06-14301158 / Yvonne Mulders: 06-55465632

Bij de Doe Club mogen alle doeners van groep 1 t/m 4 lekker actief zijn met het maken van bijna alles. Opgeven is niet nodig, een goed humeur wel.

Schilderclub L.O.S.

Donderdag 09.30-11.30 uur

Contact: diolla@gmail.com
Gratis.

Voor iedereen met een creatieve geest en een smalle beurs, voor ervaren of beginnende schilders. Meedoen is gratis, de gezelligheid ook. Je betaalt alleen voor je koffie of thee. Als je zelf geen schilder materiaal hebt, dan hebben wij dat voor je. Van harte welkom!

Kookclub

Donderdag 15.15 - 18.00 uur

Contact: Gisela Brouwer: 06-14301158 / Yvonne Mulders: 06-55465632

Voor de smikkelaars en smullers van 9 jaar of ouder. Raspen, snijden, roeren, bakken en dan samen lekker eten. Opgeven is verplicht, want vol=vol.

OOSTERLICHT

De Oosterkerk is, naast de reguliere zondagse kerkdiensten, 3x per week open voor bezoek. Iedereen mag binnenlopen, in de zaal gaan zitten, een moment stil zijn, naar de muziek luisteren, nadenken en/of bidden.

De Open Kerk vindt plaats op:

Dinsdag 12.00 - 13.30 uur

Woensdag 18.30 - 20.00 uur

Donderdag 12.00 - 13.30 uur

Voetbal jeugd 12+

Elke vrijdag van 19.30 - 21.00 uur. Tot de herfstvakantie op het Cruijff Court Oosterparkwijk, vanaf de herfstvakantie in de gymzaal Goudenregenplein.

Voetbal & spelletjes tot 15 jaar

Elke zondag van 14.00 - 15.30 uur op het Cruijff Court.

Georganiseerd door jongeren van Oosterlicht en de Oosterkerk. Wees welkom!

WIJK IN BEWEGING

Dinsdag 19 september

Bij van Houten: 14.30 - 17.30 uur

JOP: 14.30 - 19.00 uur

Voor jong en oud!

BIJ VAN HOUTEN

Koffieochtend

Dinsdag en donderdag van 10.00-12.00 uur. Koffie en thee gratis.

Haak maar aan!

Dinsdag van 10.00-12.00 uur.

Kom! Soep!

Dinsdag tot en met vrijdag van 12.00-14.00 uur. Soep voor €1. Ook meenemen.

Vrijdagmaaltijd

Elke vrijdag van 17.30-19.00 uur. Een maaltijd kost €2,50 per persoon.

Leeskamer

Open op maandag en donderdag van 14.00-16.00 uur en op zaterdag van 11.00-13.00 uur

Vrij tekenen en schilderen

Elke donderdag van 9.30-12.00 uur. Gratis.

Spellenvereniging Rabenhaupt

Elke zondag vanaf 19.30 uur. Niet in vakanties en niet op 1 oktober!

Yoga

Dana van Nimwegen verzorgt op maandag, woensdag en vrijdag verschillende yogalessen. Ook organiseert zij workshops in bij Van Houten.

Meer informatie over data, tijden en aanmelden: www.danavannimwegen.nl of mijnnoosterparkwijk.nl

Repaircafé

Zaterdag 23 sept, 28 okt, 25 nov, 23 dec. 13.00 - 16.00 uur

Voor en door bewoners van de Oosterparkwijk! Repareren of het juist leren? Dit is je kans!

Stitch 'n bitch

Zaterdag 16 sept, 21 okt, 25 nov, 16 dec. 10.00 - 12.30 uur.

Neem je eigen handwerkje waar je mee bezig bent mee.

Spelletjesavond

Woensdag 6 sept, 4 okt, 1 nov, 6 dec. 19.30 - 21.30 uur

Loop binnen en doe mee! Gratis.

Pubquiz

Dinsdag 12 sept, 7 nov, 20.00 - 22.00 uur. Opgeven met een team van max 4 personen via welkom@bijvanhouten.nl.

Rommelmarkt en kledingruilbeurs

Zaterdag 7 okt. 12.00 - 16.00 uur

Leeskamer verkoopt boeken. De kledingbeurs loopt via WIJ. Aanmelden voor de rommelmarkt via welkom@bijvanhouten.nl. Een tafel is gratis.

Speelgoed(ruil)beurs +

kinderkledingbeurs

Zaterdag 25 nov. 14.00 - 17.00 uur

In het kader van Sinterklaas.

Vrijwilligersfeest

Zaterdag 30 sept. 16.00 - 23.00 uur

Aanmelden:

www.link050.nl/ontwikkellink/cursus/vrijwilligersfeest-oosterparkwijk/622/

LENTEFESTIVAL 2024

22 t/m 24 maart JOP terrein

ONS BELANG

Bingo

9 sept, 7 okt, 4 nov, 9 dec, 6 jan, 10 febr, 2 mrt, 6 april, 11 mei, 1 juni.

19.00 – 23.00 uur. Bingo met 6 rondes en superronde. Zaal open 19.00 uur, aanvang 20.00 uur. Boekje €7,50, dubbel boekje €12,50, superronde €2,50.

Klaverjas- en sjoeltoernooi

21 okt, 16 dec, 17 febr, 20 apr. 19.30 – 23.00 uur (zaal open 19.00 uur)

Klaverjas- en sjoeltoernooi met leuke prijzen voor de winnaars. Er wordt Amsterdams geklaverjast en we spelen met wisselende partners. Met verloting in de pauzes.

Muziekmiddag

29 okt, 26 nov, 29 dec, 28 jan, 25 febr, 24 mrt, 28 apr, 26 mei, 14.00 – 17.00 uur

Een gezellige middag met elke keer een optreden van een andere band of groep.

Computercusus OZO

Donderdag 14.00 – 17.00 uur. Aanmelden: Entree WIJ Oosterparkwijk, Heesterpoort 1. Prijs: €10 voor strippenkaart van 5 lessen.

Heeft u een vraag over computeren? Wilt u bv leren om uw bankzaken online te regelen of een spelletje te installeren? U krijgt er met wat begeleiding al gauw wat handigheid en plezier in!

Klaverjassen

Dames: maandag 13.45 – 16.45 uur.

Een gezellig kaartje leggen met andere dames.

Gemengd: maandag en dinsdag. 20.00 uur – 23.00 uur (zaal open 19.30 uur)

Organiseer je een activiteit in en voor de oosterparkwijk? Meld deze aan op Mijnnoosterparkwijk.nl

LOCATIE ADRESSEN

bij Van Houten

Oliemuldersweg 47

050 - 3171280

welkom@bijvanhouten.nl

JOP

Klaprooslaan 304 a

Tel: 050 - 3124624

06 - 463 272 54

jopbeheer@werkpro.nl

Ons Belang

Zaagmuldersweg 82c

050 - 3122937

Speeltuinenvereniging Oosterpark

Resedastraat 2a

050 - 2308831

svoosterpark@gmail.com

Het Oude Politiebureau

Zaagmuldersweg 3

050 - 2113684

hop@werkpro.nl

Michi-Noeki

Zaagmuldersweg 67a

06 - 52170666

michi-noeki@mijnnoosterparkwijk.nl

WIJ OOSTERPARKWIJK
WIJ OOSTERPARKWIJK
 Heesterpoort 1
 9713 KX Groningen

 T 050 367 89 60
 E wijooosterparkwijk@WIJ.groningen.nl
 I wij.groningen.nl/oosterparkwijk

 Openingstijden
 werkdagen tussen
 09.00-17.00 uur

Verken de wereld van zorg en ondersteuning: Open Dag bij WIJ Oosterparkwijk

Ontdek de diverse facetten van WIJ en geniet van een gastvrije ontvangst op donderdag 14 september.

Bent u benieuwd naar de wereld van de WMO? Of nieuwsgierig naar de taken van casemanagers? Vraagt u zich af wat OGGZ-medewerkers precies doen? Op donderdag 14 september kunt u een kijkje nemen in de veelzijdige wereld van WIJ Oosterparkwijk.

WIJ Oosterparkwijk opent haar deuren voor een breed publiek. Dit doen WIJ tussen 16.00 en 20.00 uur. Onder het genot van een gratis hapje en drankje bent u van harte welkom om kennis te maken met de verschillende diensten en mogelijkheden die WIJ te bieden heeft. Deze namiddag biedt een unieke gelegenheid om inzicht te krijgen in wat WIJ voor de wijk betekent.



Meer weten?

Heeft u vragen over de open dag of wilt u meer informatie ontvangen? Neem dan gerust contact op met Chris Guikema via 06 554 70 816.

14 september tussen 16.00 - 20.00 uur
 Heesterpoort 1

Kledingruil 7 oktober

Wegens succes organiseren WIJ Oosterparkwijk en H&M Groningen opnieuw een kledingruil. Heeft u kledingstukken in de kast hangen die u niet meer draagt? Of bent u toe aan 'nieuwe' kledingstukken? Iedereen is welkom, ook mannen!

Zaterdag 7 oktober van 12.00 tot 16.00 uur bij Van Houten, Oliemuldersweg 47a.



Hoe werkt het?

U neemt max. 10 schone en draagbare kledingstukken p.p. mee (zonder gaten, vlekken en dierenharen). Voor elk kledingstuk wat u inlevert krijgt u een munt en elke munt kunt u besteden aan een nieuw kledingstuk. Sokken en ondergoed kunnen niet worden geruild. Neem de munten van de vorige keer ook weer mee, want deze kunt u gewoon gebruiken.

Belangrijke verandering: schuldsanering verkort tot 18 maanden vanaf 1 juli 2023

Groningse Kredietbank (GKB) voert nieuwe regeling uit om financiële lasten te verlichten.

Goed nieuws voor mensen die worstelen met ernstige financiële problemen: de wettelijke schuldsanering is ingekort van 3 jaar naar slechts anderhalf jaar. Een recente aankondiging bevestigt deze opmerkelijke wijziging in de schuldsaneringsregeling.

Kortere termijn voor schuldsanering

Met ingang van 1 juli 2023 is er een belangrijke verandering doorgevoerd in de schuldsaneringsregeling. Voorheen duurde een schuldsaneringstraject 36 maanden. Echter, met de nieuwe wijzigingen is deze looptijd teruggebracht tot 18 maanden. Deze verandering is van toepassing op zowel de minnelijke schuldregeling (MNSP) als de Wet Schuldsanering Natuurlijke Personen (WSNP).

Hulp voor financiële betalingsproblemen

Voor degenen die ernstige financiële betalingsproblemen ondervinden en geen uitweg meer zien, biedt deze regeling een lichtpuntje. De Groningse Kredietbank (GKB) speelt een sleutelrol bij het uitvoeren van deze nieuwe regeling. Individuen die in aanmerking willen komen, kunnen zich aanmelden bij de GKB, gevestigd aan het Harm Buitenplein 1.

Voor degenen die wat extra ondersteuning nodig hebben, staat GeldWIJs klaar. GeldWIJs fungeert als financieel spreekuur en bevindt zich aan de Heesterpoort 1. Hier kunt u op een laagdrempelige manier advies inwinnen en uw vragen over financiën stellen.

Open voor gesprekken en ondersteuning

GeldWIJs is beschikbaar op maandag- en woensdagmiddag, van 13:30 tot 16:30 uur. Als de stap naar GeldWIJs te groot lijkt, kunt u contact opnemen met WIJ in jouw wijk. Voor bewoners in de Oosterparkwijk staat Axel Kroeze klaar om vragen te beantwoorden via telefoon of WhatsApp. Marcel Mooibroek, collega van Axel, ondersteunt bewoners uit het Centrum.

De verandering in de schuldsaneringsregeling is een stap in de richting van financiële opluchting voor velen. We streven ernaar om mensen te helpen hun financiële lasten te verlichten en een hoopvolle toekomst tegemoet te gaan.

Axel Kroeze
 06-55465638

Marcel Mooibroek
 06-29805609

Proef het Seizoen bij buurtrestaurant Bie de Buuf: Een culinaire ontdekkingsreis voor kinderen!

Stap in de smakelijke wereld van "Proef het Seizoen" bij buurtrestaurant Bie de Buuf - waar jonge avonturiers elke maandagmiddag een culinaire ontdekkingsstocht beginnen. Samen koken, nieuwe smaken proeven en de magie van seizoensgerechten ontdekken!

Elke maandagmiddag worden de deuren van buurtrestaurant Bie de Buuf wijd opengezet voor de jongste leden van de Oosterparkwijk. Hier staat een welkomstdiner klaar, klaargestoomd voor een avontuurlijke culinaire reis! "Proef het Seizoen" draait om teamwork, het verkennen van nieuwe smaken en het ontdekken van de wonderlijke wereld van seizoensgroenten. In kleine groepjes slaan we de handen ineen om voorgerechten, hoofdgerechten en nagerechten te bereiden, en genieten we daarna gezamenlijk van onze creaties.

Ontdekkingsstocht

Vanuit alle hoeken van de wereld worden gerechten opgediend: van sushikunswerkjes tot hartige quiches, van Mexicaanse bowls tot delicate springrolls. Elke week verwelkomen we enthousiaste kinderen die voor het eerst een spannend gerecht uitproberen. En verrassend vaak vallen deze nieuwe smaken in goede aarde! Samen beginnen we met het fijne werk van groente snijden en eindigen we met de voldoening van een opgeruimde keuken en schone borden.

Voor wie



Jonge culinaire avonturiers tussen 8 en 12 jaar oud zijn van harte welkom om deel te nemen en samen met ons nieuwe smaakervaringen te ontdekken. We staan altijd open voor nieuwe ideeën, dus als je een eigen favoriet recept hebt, breng het gerust mee!

Ben je nieuwsgierig geworden naar "Proef het Seizoen"? Aarzel niet en kom gerust langs voor een kennismaking. Of neem contact op met Rosbina: 06 31781337. Laat je verrassen door de smaken van het seizoen en de vreugde van samen koken en genieten!

Locatie en tijden:

Bie de Buuf
 Datum: iedere maandagmiddag
 Tijd: 14.30 - 17.00 uur
 Locatie: Bie de Buuf, Paradijvogelstraat 10

Ingelijst: Alie Vos



Je bent actief in de Oosterparkwijk, waar houd je je mee bezig?

Met verschillende dingen eigenlijk. Zo ben ik lid van het kernteam van het jaarlijkse Lentefestival op het JOP-terrein. We organiseren dit gratis toegankelijke wijkfestival met behulp van een groep enthousiaste vrijwilligers. Voor wie het gemist heeft: Google: Oog tv Lentefestival of kijk op Youtube: Oosterparkers vermaken zich op het lentefestival. Binnenkort beginnen we met de voorbereidingen voor de volgende editie; 22, 23 en 24 maart 2024. We doen ons best om het festivalterrein nog weer mooier en beter aan te kleden. Daarbij kunnen we nog wel handige en/of creatieve mensen gebruiken. Geïnteresseerden kunnen voor meer informatie mailen: aliepioen@gmail.com.

Verder ben ik bestuurslid van het Wijkkoor Eusterpaark, wat we vorig jaar met behulp van Bij Vrijdag en De Wijk de Wereld hebben opgericht. Dit laagdrempelig koor is voor wijkbewoners die graag zingen. Sommigen kunnen dat al heel goed, anderen (zoals ik) hebben nog een hoop te leren. Op donderdagavonden zingen we van 19.30 tot 21.00 uur in Ons Belang aan de Zaagmuldersweg. Momenteel is het vakantie. We beginnen weer op 15 september.

Af en toe help ik Emy en Hazem met het snijden van de groenten voor de vrijdagmaaltijden bij Van Houten. Zij toveren voor soms wel 75 mensen een heerlijke maaltijd op tafel. Ik bewonder vooral hun eigen gemaakte marinades, dressings en sauzen.

En dan ben ik nog vrijwilliger bij Ons Belang, waar ik af en toe een bardienst doe.

Het leukste vind ik dat ik veel leuke mensen leer kennen, waar ik anders nooit mee in contact zou zijn gekomen. Als ik nu door de wijk loop of fiets, kom ik altijd mensen tegen die ik ken.

Wat is de leukste ervaring die je in je werk hier hebt gehad?

Dat is denk ik wel het Lentefestival, als op het JOP-terrein wijkbewoners van alle leeftijden, soorten en maten samen genieten van de sfeer, de muziek, het theater en van de gezelligheid.

Aan wie wil je deze pen graag doorgeven?

Aan Marijke Nieborg. Zij is voorzitter van de Bewonersorganisatie Oosterparkwijk.

Weggeefwinkel Oosterparkheem: groter en duurzamer dan ooit tevoren

Een nieuw hoofdstuk voor de Merelstraat-winkel als ruimte en succes hand in hand gaan.

In het hart van het Oosterparkheem heeft de Weggeefwinkel aan de Merelstraat een opmerkelijke transformatie ondergaan. De winkel, die bekend staat om zijn inzet voor duurzaamheid, recycling en gemeenschapsgeest, heeft zijn vloeroppervlak verdubbeld om nog meer inwoners van dienst te kunnen zijn.

Deze uitbreiding biedt niet alleen meer ruimte voor een breder scala aan items, maar ook voor meer gemeenschapsinteractie en uitwisseling. De grotere ruimte stelt de winkel in staat om nog meer items te ontvangen en te delen met de buurt.

Een succesverhaal

De Weggeefwinkel heeft zichzelf bewezen als een doorslaand succes. Talloze inwoners hebben de weg naar deze oase van gratis spullen gevonden, en de ingebrachte items zijn van uitstekende kwaliteit. Het is een bewijs van hoe samenwerking en het delen van hulpbronnen kunnen bijdragen aan een duurzamere en hechtere gemeenschap.

Openingsdagen en meer

De Weggeefwinkel aan de Merelstraat is geopend op dinsdag, woensdag en zaterdag. Om op de hoogte te blijven van de exacte openingstijden, mogelijke veranderingen, speciale verlotingen en andere interessante updates, raden we aan om de Facebook-pagina van de winkel in de gaten te houden.

Kom langs en ontdek de schatten die wachten om hergebruikt en gekoesterd te worden.



Ouder worden in de Oosterparkwijk: hoe bereidt u zich voor op later?



Foto: Frans Geubel

Bent u al bezig met uw toekomst op latere leeftijd? Wij zijn geïnteresseerd in de ervaringen van zoveel mogelijk Oosterparkers van 45 jaar of ouder met betrekking tot de voorbereiding op het ouder worden. Hoe pakt u dit aan en wat vindt u hierin belangrijk? Welke

hulpmiddelen ondersteunen u hierbij, en welke juist niet?

Onderzoek

Zou u zo vriendelijk willen zijn om voor ons deze vragenlijst in te vullen? Het invullen kost ongeveer 10 tot 15 minuten en kan gevonden worden door het volgende adres in te typen: <https://tinyurl.com/2eu28ubw> of de QR-code hieronder te scannen.



Dit onderzoek wordt uitgevoerd door onderzoekers van de Hanzehogeschool. Mocht u vragen hebben, dan kunt u altijd contact opnemen met Nanda Kleinenberg-Talsma via n.kleinenberg@pl.hanze.nl / 050 - 595 6040.

De Wijk in Beweging: inspiratie, activiteiten en samenkomst op 19 september

Wijkcentrum bij Van Houten en JOP bieden een scala aan mogelijkheden voor persoonlijke ontwikkeling en plezierige activiteiten in de wijk.

Iedereen wordt uitgenodigd om deel te nemen aan twee ondernemende evenementen op dinsdag 19 september. Zowel het wijkcentrum Van Houten als het JOP (Jongeren OntmoetingsPlek) openen hun deuren voor een dag vol inspiratie en activiteiten voor jong en oud. Als u op zoek bent naar mogelijkheden om jezelf te ontwikkelen en meer te leren over waar u staat in het leven, dan is het wijkcentrum bij Van Houten de place to be. Hier kunnen buurtbewoners samenkomen om te ontdekken, te leren en te groeien. Of u nu interesse hebt in vrijwilligerswerk, een nieuwe baan of simpelweg wilt netwerken, het wijkcentrum biedt een gastvrije omgeving waar de koffie op deze dag zal klaar staan. Noteer de datum: dinsdag 19 september van 14.30 tot 17.30 uur. Het wijkcentrum bij Van Houten verwelkomt iedereen.

Het JOP is dé hotspot voor actie en plezier. Met een scala aan workshops en activiteiten om uit te kiezen, is er voor elk wat wils. Van capoeira tot taekwondo of zelfs een potje voetbal, het JOP heeft alles om jongeren in beweging te krijgen. Durf jij de uitdaging aan om deel te nemen aan deze spannende activiteiten? Kom dan langs op dinsdag 19 september van 14.30 uur tot 19.00 uur. Of u nu op zoek bent naar persoonlijke groei of gewoon een leuke tijd wilt hebben, de evenementen op 19 september bieden voor elk wat wils. Zorg ervoor dat u erbij bent en deel uitmaakt van de bruisende energie van de buurt. Voor meer informatie en eventuele vragen, neem contact op met Lub Snijder (opbouwwerker WIJ), via 06 55465099. Lub staat klaar om alle nieuwsgierige bewoners te helpen en te informeren.

Locatie en Tijden:

Wijkcentrum bij Van Houten
Datum: dinsdag 19 september
Tijd: 14.30 - 17.30 uur
Locatie: Oliemuldersweg 47

JOP (Jongeren OntmoetingsPlek)
Datum: dinsdag 19 september
Tijd: 14.30 - 19.00 uur
Locatie: Klaprooslaan 304A

Een warme uitnodiging aan de helden van de Oosterparkwijk: Vrijwilligersfeest!

Een welverdiende viering voor degenen die het hart van de gemeenschap vormen.

De Oosterparkwijk straalt van trots en dankbaarheid terwijl we onze geweldige vrijwilligers in het zonnetje zetten. Het maakt niet uit of uw bijdrage groot of klein is geweest, het is jouw inzet die de wijk doet bloeien. Om onze waardering te tonen, nodigen we jou uit voor een feest dat speciaal voor jou is georganiseerd.

Een feest voor jullie, onze onmisbare vrijwilligers

Jouw inzet heeft de Oosterparkwijk opgebouwd en verbonden, en nu is het tijd om even achterover te leunen en te genieten. Het wijkfeest staat gepland op 30 september en we kijken ernaar uit om jou te verwelkomen. Bij Van Houten, ons vertrouwde wijkcentrum, opent zijn deuren tussen 16.00 en 21.00 uur. Een gezellige sfeer, goed gezelschap en veel plezier staan op het menu.

Een culinaire verwennerij: gratis BBQ voor alle smaken

Wat is een feest zonder lekker eten? We hebben voor jou een heerlijke verrassing in petto: een GRATIS barbecue-maaltijd, inclusief halal en vegetarische opties! Geniet van smakelijke gerechten terwijl u de vruchten plukt van uw inspanningen. Laat uw smaakpapillen dansen terwijl u met medevrijwilligers bijpraat en nieuwe vriendschappen sluit.

Muziek, lachen en verbinding: een DJ uit onze wijk

En laten we de muziek niet vergeten! Onze eigen DJ's uit de wijk zal de avond vullen met opzweepende klanken en ritmes. Dans, lach en geniet terwijl u samen met andere vrijwilligers herinneringen maakt en de banden binnen onze hechte gemeenschap versterkt.

Claim uw plek - meld u aan!

De Oosterparkwijk roept alle vrijwilligers op om zich snel aan te melden voor dit onvergetelijke evenement. Er is ruimte voor 200 vrijwilligers om deel te nemen aan de festiviteiten. Wacht niet te lang, want de plaatsen zijn beperkt.

Zet 30 september in uw agenda, trek uw dansschoenen aan en maak u klaar voor een feest dat helemaal om u draait. We kunnen niet wachten om u te verwelkomen in het wijkcentrum bij Van Houten. Uw toewijding maakt het verschil en dit feest is onze manier om u te bedanken!

Feestdetails:

Datum: 30 september
Tijd: 16.00 - 21.00 uur
Locatie: Wijkcentrum bij Van Houten

Aanmelden kan hier:

<https://www.link050.nl/ontwikkelink/cursus/vrijwilligersfeest-oosterparkwijk/622/>

Het Repaircafé herstart zijn activiteiten: tweede seizoen van start op 23 september

Op 23 september gaat het Repaircafé vol enthousiasme het tweede seizoen in. Na een succesvol eerste jaar kijken we met trots terug op wat we hebben bereikt. We zijn echter nog steeds op zoek naar gepassioneerde mensen die plezier halen uit het repareren van voorwerpen, of die juist onder begeleiding de vaardigheid willen leren.



Een langgekoesterde wens is het opzetten van een klusdienst, waarbij we gezamenlijk een positieve impact kunnen creëren voor elkaar en de gemeenschap. Als u hierover graag van gedachten wilt wisselen of meer details wilt verkrijgen, aarzel dan niet om ons een berichtje te sturen. Deze uitnodiging geldt ook voor diegenen die interesse hebben in kleine tuinklusjes, zoals werkzaamheden in de moestuin en het verzorgen van tuinbakken bij Van Houten. Samen streven we ernaar om iets moois te betekenen voor onze directe omgeving. We zien uit naar uw deelname en betrokkenheid!

Bent u geïnteresseerd en wilt u meer informatie? Neem dan gerust contact op met Lub Snijder via telefoonnummer 06-55465099 of stuur een e-mail naar lub.snijder@wij.groningen.nl

De kiesgroep



Iers reisverhaal

Door Erik Weersing

Glengariff – volgens de reisgids een van de mooiste plaatsen aan de Ring of Kerry – bleek neer te komen op een soort Iers Valkenburg, met een heleboel autobussen, grote hotels en een hele rits souvenirwinkeltjes, waar je beeldjes, bekers en vlaggetjes kon kopen met daarop de tekst 'Greetings from Glengariff'. We waren er snel uitgekeken. Een paar honderd meter buiten het stadje voerde een smalle weg de bossen in. De wegwijzer meldde dat dit de afslag was in de richting van 'State Forest' en 'Barley Lake'. Een woud en een meer – dat maakte ons nieuwsgierig. We besloten de aangegeven route te volgen en kwamen in een herfstig bos terecht, met veel bruine en roodbruine kleuren. De weg werd steeds smaller en slingerde met scherpe bochten omhoog, de heuvels op, en toen het bos ophield, was het nauwelijks meer dan een pad van kiezelstenen. We passeerden nu een klein, vervallen huisje dat een eindje van het pad afstond, in de schaduw van een grote

boom. Vervallen, ja, dat was het zeker. De deur hing half naar buiten, het dak was verzakt en de muren waren bedekt met een uitbundig groeiende klimop. Overall lag afval - oude dozen, lege blikjes, een verrotte regenton. En er liepen poezen rond, minstens tien poezen, gevlekt, rossig, grijsgestrept en allemaal broedmager. Toen ik me bukte om er eentje te aaien, kraakte de deur van het huisje en kwam de meest verformfaaide man naar buiten die ik ooit had gezien. Hij droeg een rafelige, generaties oude broek die hem om het lijf slobberde, een vuile zeemanstrui die boven met een veiligheidsspeld bijeen werd gehouden en een versleten jasje zonder knopen. Hij had dikke baardstoppels, zijn grijze haar plukte alle kanten op en wanneer hij lachte zag je twee of drie bruine stompjes van tanden.

Hij zette twee bakjes voer op de grond waar alle poezen in no time omheen

stonden te dringen en toen hij zich weer oprichtte, zei hij iets in een dialect dat ik niet verstond. Ik ving enkel de woorden "I Like cats... I like cats" op. Zijn ogen, heel jong leken die ogen, gleden langs ons heen en hij praatte heel langzaam en zacht, of hij het niet gewend was om te praten. Waarschijnlijk was hij dat ook niet, leefde hij hier alleen met zijn katten.

Hij zweeg. Wij wisten ook niets te zeggen en daarom riepen we maar een paar keer "goodbye" en liepen terug naar het pad. Verderop loste het pad op in rotsformaties, we klauterden er overheen en zagen, verscholen tussen de heuvels, het meertje liggen, klein en donker en geheimzinnig. De grond werd nu steeds drassiger, het water sopte ons op het laatst rond de schoenen en daarom zijn we, toen we een meter of tien van het meertje af waren, maar niet verder gegaan. Het begon ook al aardig donker te worden, het was beter om nu om te keren en terug te lopen naar Glengariff.



Informatiebijeenkomst Fibromyalgie.

15 september 2023

Georganiseerd door de patiëntenvereniging FES

Heeft u de diagnose **fibromyalgie** of denkt u dat uw klachten hieraan gerelateerd zijn, dan is deze bijeenkomst voor u.

Klachten die bij fibromyalgie kunnen voorkomen zijn:

- Pijn
- Chronische vermoeidheid
- Stijfheid
- Slaapproblemen
- Temperatuurgevoeligheid
- Concentratiestoornissen
- Darmklachten
- Gevoelloosheid / tintelingen
- Chronische hoofdpijn
- Depressieve gevoelens en angsten

De bijeenkomst is van 10:30 tot 12:30 uur.

Locatie: Fysiopraktijk Scoef, Irislaan 19713 RA Groningen

Fysiotherapeut Mathijs de Niet geeft een korte lezing over behandelmogelijkheden van chronische pijnklachten.

Kom langs. U kunt bij het genot van een kopje koffie of thee vragen stellen. De bijeenkomst is gratis.

Heeft u vragen over de bijeenkomst dan kunt u bellen met Elsbeth Bruin, contactpersoon FES, 06-38740262

THEATER IN DE OOSTERPARK

**Na het succes van de locatievoorstelling
Overhoop in de Paradijsvogeltuinen gaan we door!
Mooi nieuws: iedereen van 18 jaar en ouder kan meedoen
aan theaterlessen in de Oosterpark komend najaar!**

Doe je mee?

Komend najaar zijn er twee lokale ervaren theaterdocenten die hun kennis komen delen: een mooi moment om in te stappen, met of zonder theaterervaring!

Als we genoeg aanmeldingen hebben, gaan we werken in twee groepen. Zo hebben de docenten alle tijd en aandacht om basistechnieken stap voor stap eigen te maken voor de beginnende spelers en kunnen de meer ervaren spelers flink worden uitgedaagd op hun eigen spelniveau.

Wanneer en waar:

Donderdagavond 19.30-22.00 uur
bij Van Houten: Oliemuldersweg 47

14 september

Proefles, de start met alle spelers! We maken kennis met elkaar en je krijgt les van de docenten. Na deze avond maken de docenten een groepsindeling.

21 september t/m 2 november

7x Theater met Carin Halsema
9 nov t/m 21 december

7x Theater met Jaap de Graaf

Hoe:

Aanmelden bij cultuurcoach Rozan:
rozan.vergeer@bijvrijdag.nl / 06-38565577

Contributie:

15 weken les voor €75,-.
Mocht dit niet passen in jouw budget, neem contact op met cultuurcoach Rozan, zij kijkt of we iets kunnen regelen zodat je toch kunt meedoen.

KUNSTROUTE

Door Petra Beekhuizen Khan

Een nieuw initiatief van de werkgroep ONS (Oosterpark Nooit Saai) en ook nieuw voor de Oosterparkwijk: kunst van Oosterparkse kunstenaars bij Van Houten!

Op 6 juni bespraken Petra Beekhuizen Khan en Frans Geubel dit bij Van Houten met de onlangs in dienst getreden werkbegeleider/beheerder Pauline Kleine en een half uur later was de kunstcommissie een feit! We gingen op zoek naar geschikte wanden en ontwikkelden een route die begint bij de entree. We noemen het De Kunstroute.

We denken voor de eerste expositie aan 3 kunstenaars, wonend in (of een connectie hebbend met) de Oosterparkwijk en aan een tijdvak van drie maanden.

Heb je interesse? Meld je aan!

Vertel hierbij iets over je werk en achtergrond. We ontvangen graag enkele foto's van je werk.

Aanmelden: kunstroute.bijvanhouten@gmail.com



Lezen met mensen met dementie

Ingezonden bericht

Velen van ons krijgen vroeg of laat te maken met dementie, bij onze naasten, de burens of bij onszelf. Gelukkig zijn er tal van initiatieven om deze mensen op te vangen en actief te houden. Ik was te gast bij het Odensehuis aan de Molukkenstraat waar een vrijwilliger en een klein groepje mensen met dementie samen een tekst lezen en bespreken. Dat was een bijzonder mooi en ontroerend uurtje.

Alles is goed, niks is fout

Het groepje dat hier elke vrijdagochtend samenkomt vindt het duidelijk ook fijn: "We hebben het allemaal leuk met elkaar toch" hoor ik iemand zeggen. De mensen kennen elkaar en zorgen voor elkaar vertelt vrijwillige leesbegeleider Anna. Als iedereen zit zegt ze: "We gaan weer een uurtje samen lezen, alles is goed en niks is fout." De teksten worden uitgedeeld en dan, als het stil is, begint Anna voor te lezen.

Herinneren en herkennen

De korte eerste tekst gaat over slapen, dromen en herinneringen. Wie wil er iets over zeggen?" vraagt Anna. "Is er iets dat je herkent?" Een heer met een zeer Haags accent vertelt daarop uitgebreid hoe hij vroeger pas kon slapen als hij een paar keer tot honderd heeft geteld, maar dat het wat dat betreft tegenwoordig steeds beter gaat. Hij is verbaasd over die herkenning: "Jij zat dat te lezen en ik dacht slaat dat nou allemaal op mijn?" Hij vertelt verder over hoe hij vroeger was en dat hij nu een ander mens is geworden, een beter mens zo te horen: "Ik heb me eige gedwongen om geen ruzies meer te maken" – "en bevalt dat?" vraagt Anna, "Prima", zegt hij en vervolgt: "En ik heb belangstelling voor anderen, dat had ik vroeger ook niet, ik ben ook een stuk rustiger geworden, dus ik vind dat dit verhaal veel betrekking heeft op mijn. Ik wor 87 maar ik begin nou pas te leren" – "Nee, het is nooit te laat" beaamt Anna.

Over thuis zijn.

Na afloop vertelt Anna me dat

het de eerste keer is dat ze deze heer zo uitgebreid en positief hoort reageren op een tekst. "Andere keren was hij wel eens weggelopen omdat hij het er niet over wilde hebben." De tweede en derde tekst, beide korte gedichten roepen wat op bij twee dames. De ene dame vertelt dat zij het nog steeds moeilijk vindt om haar situatie te accepteren "Als ik ergens over inzit ga ik naar beneden een spelletje spelen en dan zeg ik tegen mezelf 'en nou ga je naar bed, ogen dicht!' De andere dame, voor de oorlog geboren zoals de meeste aanwezigen hier, herinnert zich akelige gebeurtenissen uit haar kindertijd; ze slaat de armen om zich heen en roept: "ik krijg het er koud van" Maar even later straalt ze weer: "ik heb een lieve man, een fijn huis en lieve kinderen, ik heb het fijn hier." Ze bedoelt dat ze het in deze groep fijn vindt, het is als een thuis, hoor ik ook van de anderen.

Gelijkwaardig

Anna laat de mensen praten, luistert en vraagt soms iets. Ze vertelt me achteraf dat ze nul verstand heeft van dementie (ze is een socioloog en werkt in de ruimtelijke ordening) maar dat ze de gesprekken leuk vindt. "De gelijkwaardigheid hierin is mooi, het zijn het soort gesprekken die ik ook met mijn vriendinnen zou voeren. Ik haal zelf ook veel plezier uit het lezen van poëzie, niet dat ik daar zo goed in ben, maar als je er zo'n 20 minuten met elkaar op gaat inzoomen gaat zo'n tekst toch meer voor je leven."

Een leesbegeleider wordt niet onvoorbereid op pad afgestuurd. Er is een onlinecursus van twee avonden en een dag, je krijgt een map met gesprekstechnieken en natuurlijk de teksten die de Culturele Apotheek voor je uitzoekt.

Tekst: Jeanet Verveer

Meer info:

www.odensehuisgroningen.nl/

Project 'Gezonde Voeding' bij Voedselbank stimuleert gezonde keuzes

Ingezonden bericht

Een groep enthousiaste vrijwilligers binnen de Voedselbank Groningen heeft een bijzonder project opgezet dat draait om gezonde voeding. De projectgroep 'Gezonde Voeding' merkte op dat diverse gezonde producten vaak onaangeraakt blijven liggen in de winkelschappen van Voedselbank Groningen. Tuinbonen, pastinaak, andijvie en spinazie zijn hier voorbeelden van.

De projectgroep wil klanten van de Voedselbank helpen om gezonde voedingskeuzes te maken. Samen met een professionele kok worden eenvoudige, gezonde recepten bedacht en klaargelegd voor klanten van de Voedselbank. De gekozen recepten zijn gebaseerd op producten die op dat moment beschikbaar zijn in de winkel. De Voedselbank ontvangt van haar leveranciers soms grote hoeveelheden seizoensgroenten. De reacties van klanten zijn positief, met opmerkingen als "Dit ga ik proberen" en "Leuk om iets nieuws te proberen". De verse kruiden en groenten die worden gebruikt in de recepten zijn onder andere afkomstig van Stichting Toentje en van de voedseltuin van Werken met zorg.

Inspiratie wordt ook gehaald uit het kookboek 'Samen koken in Groningen', dat tot stand kwam in nauwe samenwerking met de Voedselbank Westerkwartier.

Anja Bandringa, docent Voeding en Diëtetiek aan de Hanze-hogeschool, is één van de auteurs van het boek. Het succes van dit initiatief is zo groot dat de gemeente Groningen heeft besloten om het kookboek beschikbaar te stellen voor klanten van de Voedselbank

Groningen. Op 21 augustus wordt het gratis kookboek "Samen koken in Groningen" officieel uitgereikt aan klanten van de Voedselbank Groningen. En nieuwe klanten krijgen het ook uitgereikt zolang de voorraad strekt.



OOGSTFEEST

Door Frans Geubel

Op zaterdag 2 september vond voor de derde keer het Oogstfeest in de Paradijsvogeltuin plaats. Met heel veel verschillende activiteiten, zoals 'Doe Het Zelf Pannenkoeken Bakken' en 'Fiets 'm erin' (in het Oosterhamrikkanaal).

In de volgende Wijkkrant verschijnt een uitvoerig verslag.



Een van de deelnemers aan 'Fiets 'm erin' gaat van start.





World Cleanup Day op 16 september

Een beter milieu begint bij jezelf op zaterdag 16 september. Dan is het World Cleanup Day. Een dag waarop in 157 landen tegelijk wordt opgeruimd om zwerfafval te stoppen waar het hoort: in de vuilnisbak. Je kunt aansluiten bij een groep mensen in de buurt of zelf een opruimclub beginnen. Op www.ivn.nl/aanbod/worldcleanupday vind je meer informatie. Wil je op een andere dag een opruimactie in je eigen buurt organiseren? Nijestee helpt huurders daarmee door materiaal uit te lenen. Meld je aan via woonzaken@nijestee.nl of **(050) 853 35 33**.

www.nijestee.nl

Nijestee i

