



Ja, hij maakt dingen stuk. En hij maakt kabaal. Maar andere vogels zijn hem dankbaar en het blijft een mooi beestje... foto: Janet Bos

Robert Daling NL kampioen rolstoeldansen

Voor de derde keer is Robert erin geslaagd samen met zijn partner kampioen te worden, maar hoe....

RUBRIEK pagina 11

Fotoreportage van Burendag

Een mooie dag, bijna droog, veel kramen, muziek en vertier en veel bezoekers op het Dokplein....

BERICHT pagina 13

Een eerste ingezonden brief en een foto

Nieuwe rubriek waarin u nu eens een keer aan het woord bent, maar vergeet niet om te schrijven....

U SCHRIJFT pagina 15



Muziek kunst & cultuur: kijken!.... 23

Kardinge zonder ijsbaan - denkbaar?

KARDINGE Zoals u in één van onze wijkkranten heeft kunnen lezen ondergaat het gebied rondom Kardinge de komende jaren een grote transformatie. Op het moment van schrijven zijn ijsmeester Jan Schuur en zijn crew druk bezig met het in orde te maken van de ijsvloeren van de vierhonderd meter baan en de ijshockeyhal. Dan start het seizoen van de oer-Hollandse wintersport, bekend van snert, koek-en-zopie en de oranje mutsen. 'Er gaat veel voorwerk aan vooraf, maar dat moet wel eerst gebeuren. We zijn nu al bijna drie weken bezig', aldus de ijsmeester.

door Henk Busker

Donkere wolken

'Echter, er hangen donkere wolken boven het ambitieuze plan. Dat stemt somber', aldus Guus Vries, voorzitter Vereniging Bedrijven Noord-Oost (VBNO). 'Na de gemeenteraadsverkiezingen begin 2022 voorzagen we al dat er politiek gezien een heel andere wind zou gaan waaien. Daarin zouden de hoofdthema's voornamelijk groen, duurzaam, diversiteit de boventoon gaan voeren en niet de leisure- (vrije tijd-) achtige bedrijven', aldus de heer Vries. De focus van de huidige coalitie zal vooral op kunst en cultuur gericht zijn en minder op sport & spel.

Vitaliteitscampus in een strategische investeringsagenda

Al meer dan twee jaar wordt er volop gewerkt aan het plan om van het toch al zo fraaie Kardingegebied een nog meer bruisende vitaliteitscampus te maken. Een campus waar in een parkachtige omgeving sport, recreatie, natuur, onderwijs, zorg, wonen en werken allemaal samen komen en waarin organisaties als Sport050, het Alfa-college en de Topsport Talent School samenwerken aan de gezondheid en het welzijn van de inwoners. De ijsbaan in Kardinge zou een prominente rol gaan spelen, die immers bij uitstek een van de publiekstrekkingen is in het pro-

ject dat vele miljoenen gaat kosten. Behalve de investering in Kardinge en omgeving is er nog een aantal projecten dat de aandacht vraagt. Daarbij valt bijvoorbeeld te denken aan de verdere stadsontwikkeling, de energietransitie, en vervanging & verduurzaming van het vastgoed. Die zijn cruciaal om de gemeente te verduurzamen, aantrekkelijk en economisch sterk en leefbaar te maken en te houden. De totale omvang van deze projecten en investeringen is zo groot, dat het noodzakelijk is om ze periodiek en in samenhang te bekijken. Zeker als het gaat om fikse investeringen moeten die projecten, net als die van Kardinge, opnieuw herijkt worden. De gemeente nam voor al die projecten, waaronder Kardinge en omgeving, het initiatief met het Alfa-college, daarbij ondersteund en met medewerking van vele andere partijen, waaronder de in het gebied gevestigde ondernemers.

Deze grote projecten, in samenhang bezien, geven ook de mogelijkheid om:

- te zoeken naar slimme opties voor prioritering en fasering (meer focus), besparingen, optimalisaties en/of combinaties van projecten;
- de gemeentelijke inzet en kans op cofinanciering door



Sportcentrum Kardinge

foto: archief DL

medeoverheden (provincie, Rijk, Europa) verder te vergroten;

- de raad nauw te betrekken zodat deze in een positie komt om kaders te stellen en beslissingen te nemen.

Vernieuwing

Dat het gebied rondom Kardinge aan vernieuwing toe is lijdt geen twijfel, hoewel veel sporters zeggen: 'Waarom zoveel geld investeren in organisaties die goed functioneren in en rondom Kardinge?'

De gemeente wil er een fijne omgeving van maken waarin sporters, studenten, werknemers en bewoners elkaar tegenkomen en daar vitaal bezig kunnen zijn. Kardinge zou dan ook beter verbonden kunnen worden met de omliggende wijken en het centrum van Groningen. De gemeente werkt aan een stedenbouwkundig plan voor Kardinge. Op welke plekken kan het allemaal gerealiseerd worden?

Uitnodiging

Twee voorlichtingen aan omwonenden, ondernemers en gebruikers van Kardinge hebben reeds plaatsgevonden in de bovenzalen van Kardinge. Na het stedenbouwkundig plan volgen nog allerlei onderzoeken, procedures en

ontwerpprocessen voordat de bouw werkelijk kan beginnen. Het streven zou zijn om in 2028 een groot gedeelte van de campus gerealiseerd te hebben. Een erg ambitieus plan.

Bewolking en vernieuwing

De donkere wolken en vernieuwing gaan op deze manier niet samen. Met de bouw en exploitatie van dit gebied met daarin een nieuwe ijsbaan op Kardinge zijn vele miljoenen gemoeid. 'Juist omdat meer dan de helft van de bezoekers niet uit de gemeente komt, vinden we dat de overheden de lasten eerlijker moeten verdelen', aldus wethouder Rik van Nijenhuys (PVDA). Daarmee doelend op de Groninger en Drentse gemeenten en de provincies Groningen en Drenthe.

Het college van B&W liet weten dat de nieuwbouw van Sportcentrum Kardinge mogelijk veel soberder moet, omdat het voor de gemeente Groningen misschien niet meer te betalen is. Dat komt doordat de gemeente de komende drie jaar op een tekort van veertien miljoen euro afstevent. De oorzaak daarvan is dat Groningen minder geld krijgt uit het gemeentefonds van het rijk.

lees verder op pagina 7. ➔

EEN HARDVOCHTIGE HERFST

ergens slaat de bliksem in hij duikt omlaag en wacht de juiste interventie

een toren kapseist zijn torso dreunt door ruiten op zoek naar holle vaten deuren splinteren uiteen hij hoort ze knerpend kaatsen

glasgerinkel klinkt op uitschreeuwende teksten

asfalt krijgt een nieuwe huid van craquelé papier een regenbui doordrenkt en plakt

het vast volgens de lijnen

een laatste luchtflits stottert enorme wolken gruis hij houdt zijn adem in

dan wordt het aardedonker.

© JELOU

Stadsdeel
Oost

COLOFON

WIJKCENTRUM HET DOK

**Contact**

Heeft u kopij die u graag in de volgende editie van De Lewenborger geplaatst zou zien?

Stuur dan een mail naar redactie@lewenborger.nl.

We proberen uw kopij in de eerstvolgende Lewenborger te plaatsen. Helaas kunnen wij niet garanderen dat uw artikel ook daadwerkelijk geplaatst wordt. Dit is elke maand weer afhankelijk van de hoeveelheid beschikbare ruimte en hoeveelheid advertenties.

Heeft u een vraag of opmerking naar ons gestuurd, dan proberen wij u zo spoedig mogelijk te antwoorden.

Fotografie

Janet Bos, Peter Kruijt, Wim Velt, Bas Schoonenboom, Saskia Osinga, Piet Gruisen, Afvalfotograaf050, Nienke Noordenbos, Bram Hügel, Ronald Tilleman, Gerda Eefting, Karin Bruggeman, Harry van der Werff

Redactie

Hanneke Verwey, Joanna Paszkiewicz, Henk Busker, Jelou Dichter, Saskia Osinga, Suzanne Atema, Piet Gruisen, Bram Hügel

Eindredactie en opmaak

Bram Hügel
050 - 3181310
redactie@lewenborger.nl

Druk en advertentieopmaak

NoordPers BV, Uithuizen
0595 - 437777
kranterij@noordpers.nl

Uitgever

BeWoners Platform Lewenborg
kopgroep@bwpl.nl

Oplage

6.000

Advertenties

Henk Meis
06 - 12447483
kranterij@noordpers.nl

Bezorging

BeWoners Platform Lewenborg
Klachten over de bezorging?
bezorging.lwb@gmail.com

Verspreidingsgebied

Lewenborg, Drielanden, Zilvermeer, Noorddijk, Rijksweg, Oosterhoogbrug, Ruischerbrug, Ruischerwaard en Meerstad

Internet

www.lewenborger.nl

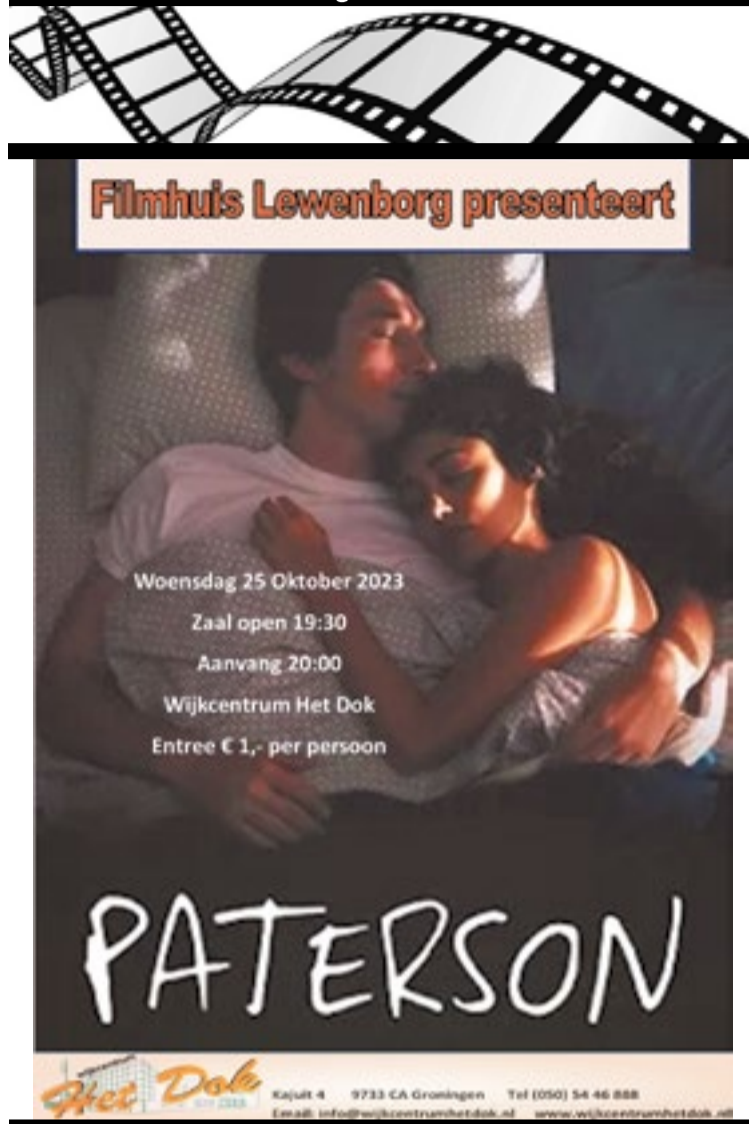
Volgende editie

Kopijsluiting

10 november

Verspreiding vanaf

16 november

Filmhuis Lewenborg | berichten oktober 2023

Beste film liefhebber,

Dit is de aankondiging van alweer de tweede voorstelling van het FHL in het nieuwe seizoen!

WOENSDAG 25 OKTOBER 2023 OM 20.00 UUR:
PATERSON (2016) van JIM JARMUSCH met in de hoofdrol ADAM DRIVER

Het grote publiek heeft Adam Driver in de afgelopen jaren leren kennen door zijn rollen in de drie Starwars-films tussen 2015 en 2019. Hij speelde daarin steeds de rol van de slechterik Ben Solo/Kylo Ren en heeft mede door zijn raadselachtige, ondoordringelijke uiterlijk – hoewel dat vaak verstopt was achter een masker! – veel fans gekregen. Hier volstaan we met de constatering dat het overgrote deel van ons publiek waarschijnlijk niet tot die schare behoort en dus wellicht ook niet op de hoogte is van datgene waartoe hij als acteur in staat is. Vandaar dat we deze film hebben geprogrammeerd. Hier zien we welke schoonheid en welk geluk bestaan in een leven, waarin het ritme van de dag de gang van zaken bepaalt: geen verpletterende veldslagen in de ruimte, maar een weergave van de simpele maar intense tevredenheid van een 'ordinary life'!

In deze film speelt Driver de rol van buschauffeur Paterson in... Paterson, New Jersey, een stad van dichters, van de in Nederland onbekende William Carlos Williams tot Allen Ginsberg, die in de zestiger jaren van de vorige eeuw in New York Bob Dylan inspireerde. Paterson is een dertiger, die een onopvallend, maar georganiseerd leven leidt aan de zijde van zijn vrouw, die als kunstenaar erg enthousiast steeds aan een nieuw 'project' begint en hun Engelse bulldog Marvin. Elk vrij moment werkt hij in zijn geheime schriftje aan een nieuw gedicht (over de onwaarschijnlijkste onderwerpen!) en precies dát zijn de ogenblikken dat hij de routine van zijn leven gewoonweg ontstijgt. Dáár gebeurt het voor hem in het echt en als toeschouwer krijg je zelfs inzicht in hoe het gedicht ontstaat en groeit.

Met een opvallend milde blik die we eigenlijk niet van Jim Jarmusch gewend zijn, toont hij ons hoe komisch, weemoedig en wonderlijk het alledaagse leven kan zijn met als hoogtepunt dit zinnetje: 'Waartoe dient het bestaan zonder liefde?' (zie de poster)

Inmiddels heeft u vast wel begrepen dat dit géén actiefilm is en dat u op het fascinerende ritme van het gewone mee moet deinen. Wie dat denkt te willen en te kunnen, is van harte welkom en wie dit niets lijkt slaat gewoon een keertje over!

Het nieuwe projectiescherm is inmiddels met groot succes in gebruik genomen! Er waren maar liefst 90 toeschouwers die daarvan én vrijwel allemaal van de film genoten hebben. Bitterballen zullen er bij de komende voorstelling niet zijn, maar u kunt wel verzekerd zijn van de duistere gastvrijheid van het FHL in ... het Donker van Het Dok!

Uw programmeurs

Op vrijdagmiddag 15 december is er weer een gezellige **Kerstmarkt** in wijkcentrum Het Dok



Wij organiseren een Kerstmarkt voor alle bewoners van onze wijk Lewenborg en omstreken in zaal de Vlootschouw van 14.00 tot 16.30 uur.

Dit is een markt voor alle knutselaars en creatievelingen die in onze wijk wonen. Zij kunnen een tafel huren (kosten 5 euro) en hun eigen spulletjes verkopen (kerststukjes, kerstkransen, schilderijen enz. enz.)

Lijkt het je leuk om een tafeltje te

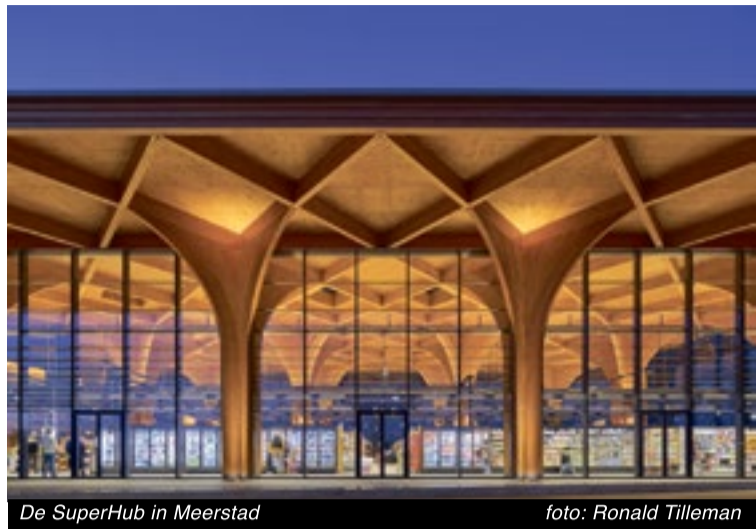
huren geef je dan voor 13 december op bij wijkcentrum Het Dok (dagelijks geopend van 09.00 tot 12.00 uur aan de balie).

Wijkbewoners, kom met zijn allen gezellig naar deze kerstmarkt. De zaal ademt één en al kerstfeer en er zijn ook warme chocolademelk en glühwein. Tijdens deze markt zingt een kerstkoortje leuke kerstliedjes en misschien laat de kerstman zich ook weer zien.

We zien je graag op onze Kerstmarkt!



KORTE BERICHTEN



De SuperHub in Meerstad

foto: Ronald Tilleman

Groninger Architectuurprijs voor SuperHub Meerstad

Opnieuw prestigieuze prijs voor project van architectenbureau De Zwarte Hond

MEERSTAD Vrijdag 6 oktober zijn in Het Groot Handelshuis aan de Grote Markt de prijzen voor de beste nieuwe architectuurprojecten van Groningen uitgereikt.

De vakjury gaf de Groninger Architectuurprijs aan het project SuperHub in Meerstad, ontworpen door De Zwarte Hond. Het publiek koos voor de nieuwe vestiging van

sociaal ontwikkelbedrijf iederz, ontworpen door De Unie Architecten. De tweede prijs werd door het publiek toegekend aan basisschool De Driebond in Engelbert, ontworpen door Vector-i in opdracht van de gemeente Groningen en Openbaar Onderwijs Groningen. Lees meer op de website van platform GRAS: <https://tinyurl.com/bdefwtnh>.



De muzikanten van het eerste uur, rechts Adri Berkhout

Muziek in Lewenborg van start gegaan

LEWENBORG Op 28 september jl. heeft de eerste muziekbijeenkomst plaatsgevonden in gebouw de Werf. Het werd een geslaagde avond met veel muziekplezier. Ook de nieuwe cultuurcoach Michael Rasker kwam langs om dit nieuwe initiatief te steunen.

Dit initiatief houdt in, om elkaar te vinden en om samen te spelen. Zangers met instrumentalisten, zangers met zangers, en instrumentalisten met elkaar of misschien wel allen in één groot orkest.

Lijkt het je wat en wil je meedoen? De volgende muziekavond is op **26 oktober 2023**, van **19.30 - 22.00 uur**. Aanmelden kan via lewenborgmusic@outlook.com, maar spontaan binnenlopen is ook mogelijk. Neem wel je instrument (en/of zangstem) mee, je lesenaar en vergeet niet je teksten of muzieknotaties.

De Werf (groen houten gebouw) bevindt zich aan het fietspad achter de Swoaistee, tussen de Oude Bieb-brug en het LeRoyhuis.

Heb je vragen: lewenborgmusic@outlook.com.

Tot spoedig, Adri Berkhout

Schade in de openbare ruimte kun je gemakkelijk online melden

GRONINGEN Zie je een kapotte lantaarnpaal, ervaar je hinder van losliggende stoepetegels of zie je loshangende takken in een boom? Dan kun je eenvoudig online een melding maken bij de gemeente via meldingen.groningen.nl. Tip: zet hem bij je favorieten. De app voor het maken van meldingen is niet meer in gebruik.

Als je een melding doet, vragen we naar je gegevens (telefoonnummer en e-mailadres). Je hoeft dit niet in te vullen. Maar we willen je vragen dit wel te doen. Soms is het nodig om contact op te nemen voor extra informatie en uitleg. Meldingen die we niet begrijpen, kunnen we helaas niet oppakken. Samen helpen we de openbare ruimte voor iedereen prettig te houden. We danken je alvast voor je hulp.

De Muiterij gaat op de Hollandse toer

Woensdagmiddag 25 oktober is er weer een Muiterij-middag in Wijkcentrum Het Dok. Deze keer zijn onze gasten amusementskoor Ratjetoe uit Oosterhoogebrug. Met dit bonte gezelschap is het één en al feest. Dus hou je van een feestje kom dan gezellig langs en geniet met volle teugen van dit spektakel.

geniet van dit gebeuren. We zien je graag!

Waar: Wijkcentrum Het Dok
Zaal: de Vlootschouw
Datum: 25 oktober 2023
Tijd: 14.00 – 17.00 uur
Kosten: 6,00 (contant te voldoen)

Team Muiterij
dickmedema@hotmail.com

Zet deze datum in je agenda en

Woensdag 25 oktober 2023
Gezellige Hollandse middag bij de Muiterij met Amusementskoor Ratjetoe



van 14.00 tot 17.00 uur in
Wijkcentrum het Dok, zaal Vlootschouw
Kajuit 4, 9733 CA, Groningen
Entree €6,00 incl. hapje-drankje,
zaal open 13.30 uur



Kosteloos aanpassen van geslacht op identiteitsbewijs nu mogelijk in Groningen

GRONINGEN Vanaf 1 oktober kunnen inwoners van onze gemeente de kosten voor het aanpassen van het geslacht op een identiteitsdocument vergoed krijgen.

Het gaat om de kosten van vervanging van identiteitsdocumenten (een paspoort, ID-kaart en/of rijbewijs). Ook de kosten van een deskundigheidsverklaring worden

vergoed. Voor een wijziging van vermelding van geslacht is een dergelijke verklaring nodig. Inwoners die de kosten in 2023 al zelf hebben gemaakt, kunnen deze met terugwerkende kracht alsnog terugkrijgen. Deze inwoners worden actief benaderd om hen te informeren over deze mogelijkheid. Lees het artikel verder op de website van de gemeente: <https://tinyurl.com/2p9z2w7k>.

COLUMN

OP DRIFT

Heen en weer geslingerd tussen afgrijzen en sympathie, walging en begrip, afwijzing en empathie. Daar sta je dan met je principes en je genuanceerde mening. Er is geen voor en geen tegen, alleen een rode lijn: onschuldigen in koelen bloede afslachten. Zoals Wagner doet in Afrika, de Russen in Oekraïne, beide met ongekennde wreedheid. Het lijkt wel of met die moordpartijen een precedent is geschapen, een vrijbrief om ook helemaal los te gaan. Wie doet je wat in een wereld waarin een machtsvacuüm zich steeds duidelijker doet gevoelen.

Verontrustend voor wie zich veilig waande onder de paraplu van Uncle Sam. Of meende dat Rusland je bondgenoot was in conflicten met je buurlanden. Of moet toezien hoe China's Belt and Road Initiative je achterlaat met torenhoge schulden. Nee, dan liever een goede buur, zou je zeggen. Totdat de goede buur van gisteren, vandaag je ergste vijand blijkt.

Ongeveer zo, maar dan andersom, is het Wopke Hoekstra vergaan. Met onnavolgbare principewisselingen had Hoekstra een soort politieke abortus op zichzelf gepleegd en zich daarmee afgedreven uit de Haagse politiek. Terwijl hij in het putje lag te wachten op een verlossende emmer spoelwater, sprak een bekende stem: 'Gij zult ook uw laatste principes verkwanselen, nog eer deze maand verstreken is. Maar dan wacht een grote beloning...' En zie, als uit de dood herrezen, met wanhoop in de ogen, want toch wat bevreesd voor zijn lot, en waar gaat het in vredesnaam over, dan in godsnaam voor de leeuwen. Die laatsten zagen hem spartelen en speelden hun eigen gewiekste spel. Politiek en consultancy blijken dus toch niet twee handen op één buik. Maar enfin, die maand is verstreken en de voorstelling kwam uit.

Zij benoeming is een voetnoot, een afgeknepen wind tussen twee benarde billen, als je kijkt naar het Midden-Oosten. Laten wij onze principes alsjeblieft koesteren, en verstandig met elkaar omgaan. Om te voorkomen dat ook wij als speelbal worden meegezogen in andermans driften...

Bram

HANNEKES HOEKJE

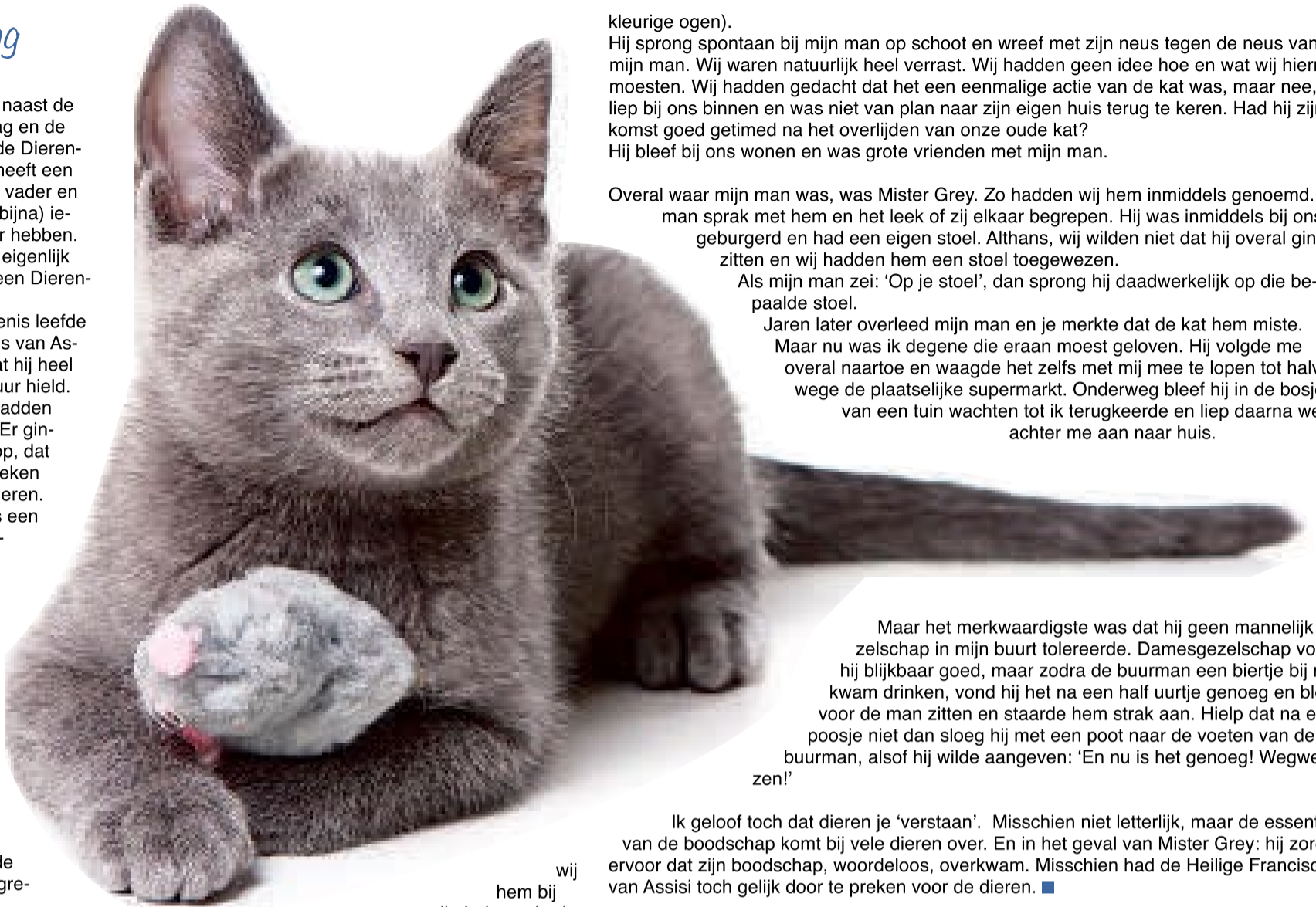
Dierendag

We hebben naast de Moederdag en de Vaderdag ook de Dierendag. Iedereen heeft een moeder en een vader en dan moet ook (bijna) iedereen een dier hebben. Hoe komen wij eigenlijk aan dat fenomeen Dierendag?

In de geschiedenis leefde eens Franciscus van Assisi. Men zei dat hij heel erg van de natuur hield. Vooral dieren hadden zijn voorliefde. Er gingen stemmen op, dat hij zelfs hele preken hield voor de dieren. Kortom, hij was een groot dierenliefhebber.

Later in de geschiedenis is hij heilig verklaard en spreekt men nu van de Heilige Franciscus van Assisi. Waarschijnlijk ging hij ervan uit dat ook de dieren de mensentaal begrepen.

Mijn man en ik hadden een kat waar wij heel veel van hielden. Maar toen hij van ouderdom overleed, waren wij in diepe rouw. Wij zaten in onze tuin nog even na te snikken, nadat



wij hem bij zijn huisarts hadden achtergelaten, toen er een kat bij ons kwam aanlopen. Het was een blauwe rus (dit is het ras waartoe de kat behoorde, helemaal grijs met oranje-

kleurige ogen).

Hij sprong spontaan bij mijn man op schoot en wreef met zijn neus tegen de neus van mijn man. Wij waren natuurlijk heel verrast. Wij hadden geen idee hoe en wat wij hiermee moesten. Wij hadden gedacht dat het een eenmalige actie van de kat was, maar nee, hij liep bij ons binnen en was niet van plan naar zijn eigen huis terug te keren. Had hij zijn komst goed getimed na het overlijden van onze oude kat? Hij bleef bij ons wonen en was grote vrienden met mijn man.

Overall waar mijn man was, was Mister Grey. Zo hadden wij hem inmiddels genoemd. Mijn man sprak met hem en het leek of zij elkaar begrepen. Hij was inmiddels bij ons ingeburgerd en had een eigen stoel. Althans, wij wilden niet dat hij overall ging zitten en wij hadden hem een stoel toegewezen.

Als mijn man zei: 'Op je stoel', dan sprong hij daadwerkelijk op die bepaalde stoel.

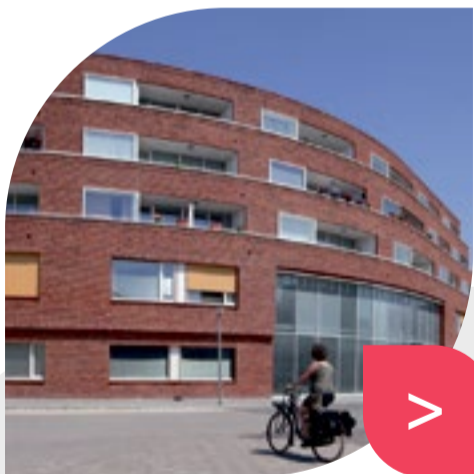
Jaren later overleed mijn man en je merkte dat de kat hem miste.

Maar nu was ik degene die eraan moest geloven. Hij volgde me overal naartoe en waagde het zelfs met mij mee te lopen tot halverwege de plaatselijke supermarkt. Onderweg bleef hij in de bosjes van een tuin wachten tot ik terugkeerde en liep daarna weer achter me aan naar huis.

Maar het merkwaardigste was dat hij geen mannelijk gezelschap in mijn buurt tolereerde. Damesgezelschap vond hij blijkbaar goed, maar zodra de buurman een biertje bij me kwam drinken, vond hij het na een half uurtje genoeg en bleef voor de man zitten en staarde hem strak aan. Hielp dat na een poosje niet dan sloeg hij met een poot naar de voeten van de buurman, alsof hij wilde aangeven: 'En nu is het genoeg! Wegwezen!'

Ik geloof toch dat dieren je 'verstaan'. Misschien niet letterlijk, maar de essentie van de boodschap komt bij vele dieren over. En in het geval van Mister Grey: hij zorgde ervoor dat zijn boodschap, woordeloos, overkwam. Misschien had de Heilige Franciscus van Assisi toch gelijk door te preken voor de dieren. ■

Hanneke



GEZONDHEIDSCENTRUM
LEWENBORG

Heeft u of uw kind problemen op het gebied van stem, spraak, taal, gehoor of slikken? Dan kunt u terecht bij Logopedisch Centrum Noord.

Kajuit 438c, 9733 CZ Groningen
www.logopedischcentrum.nl



Logopedisch Centrum Noord

Logopedist helpt bij taalstoornis afasie

De krant lezen, praten met je partner of een boodschappenlijstje maken. Voor de meeste mensen is dat heel gewoon. Maar niet voor wie afasie heeft. Wat is afasie? En hoe kan de logopedist helpen?

Als je afasie hebt, heb je moeite met taal. Dat komt altijd doordat er iets is beschadigd in je hersenen. Bijvoorbeeld door een beroerte, een hersentumor, een ongeluk of dementie. 'Bij taal denken mensen meestal aan praten', zegt Paulien Meems, afasietherapeut bij Logopedisch Centrum Noord. 'Maar taal bestaat uit spreken, lezen, schrijven en begrijpen. Sommige mensen met afasie begrijpen wel taal, maar kunnen zelf de juiste woorden niet vinden. Anderen hebben juist problemen met het begrijpen van taal of met schrijven.'

Revalidatie

Afasie zet je leven op z'n kop. 'Als je moeite hebt met taal, is dat niet alleen lastig voor jou, maar ook voor je partner, familie en vrienden', zegt Paulien. Met een hersenbeschadiging

kom je meestal in een ziekenhuis. Vaak start dan revalidatie, eerst in een revalidatiecentrum of verpleeghuis, daarna thuis. Paulien: 'Mensen merken soms pas als ze thuiskomen hoe moeilijk afasie kan zijn. Ze kunnen niet goed meer met hun partner communiceren. Of hun hobby's niet meer uitoefenen.'

Zelfverzekerd

Een logopedist kan helpen in het omgaan met afasie, vertelt Paulien. 'Aanpassingen in het dagelijks leven kunnen praten, schrijven of begrijpen makkelijker maken', zegt zij. 'Ik betrek daar ook altijd de partner bij. Samen kijken we hoe degene met afasie zich weer fijn en zelfverzekerd kan voelen.'

Meer weten?

Neem vrijblijvend contact met ons op.
T: 050 - 541 91 00
E: info@logopedischcentrum.nl



CAFEGESPREK

Joanna Paszkiewicz praat met Gijs Seubers over een Lewenborgs boekenkastje

HOE MAKKELIJK IS HET OM TE DELEN!

J.P.: - Onze eerste ontmoeting dat was eigenlijk een toeval. Ik heb juist 's avonds het boekenkastje bij Rijksweg geopend en je was van achter gekomen om naar huis te gaan. Hoe lang bestaat deze openbare bibliotheek in miniatuur?

G.S.: - Twee jaar. In het begin waren wij, mijn vrouw Sascha Blok en ik, niet speciaal optimistisch. Wij dachten dat niemand of bijna niemand zou komen! Dus om ons kleine kastje meer aantrekkelijk te maken zijn wij naar een boekwinkel gegaan om kinderboeken en boeken van beroemde Nederlandse auteurs, Harry Mulisch en Jan Wolkers te kopen. Maar het resultaat was... drie tot vijf boeken per dag! Meegenomen door de mensen die langsfietsten of lang-slopen, jong en oud. De boeken in andere talen zijn er iets later ingelegd; vooral in het Engels en in het Duits. Ze staan langer, zoals meer boeken over hele specifieke onderwerpen. Het interieur van het boekenkastje vormt een klein wereldje op zichzelf. Onze beslissing: een flyer van politieke partijen is niet welkom, dit is geen plek voor propaganda. Je moet alle partijen accepteren.

J.P.: - Om een boekenkastje bevestigen moet je nog de technische aspecten oplossen.

G.S.: - De man van mijn moeder, die echt handig is, heeft ons met plezier geholpen. De kast is gemaakt van speciaal hout dat tegen de regen kan en gelakt met speciale lak, ook tegen de regen. Als mensen ons kastje mooi vinden, ik

kan de bouwtekeningen delen.

J.P.: - Iemand die een kleiner of groter sociaal project begint zonder garantie voor succes, moet bepaalde achtergedachten hebben...

G.S.: - Ik was geïnspireerd, vijf jaar geleden, door het persoonlijke contact met mensen in de daklozen nachtopvang. Ik heb ontdekt hoe fijn is om iets met mensen te delen - geld, kleren, schoenen. Mijn ontdekking was ook - hoe makkelijk het is om te delen! Er komt een mooi gevoel van. Je kan mensen herkennen, je kan direct vragen: wat heb je nodig? (Ik herinner me bijvoorbeeld dat een dakloze man me vroeg: - 'Ik wil mijn zoon bellen').

Dus op basis van het idee 'delen' zijn wij tot de conclusie gekomen: wij kunnen een normaal leven volgen, maar sommige mensen niet. Dat betekent ook dat wij boeken kunnen kopen (soms tweedehands, hele tas vol), maar er zijn ook mensen die zich dat niet kunnen permitteren. Ik heb een bedrijf 'Sprint & Sneakers' gevestigd in Oost-Amsterdam, in de Indische Buurt, tegenover buurthuis de Archipel en de Voedselbank. Vaak zie ik ongeveer 50 mensen wachten! Veel vrouwen, veel oudere mensen. Mijn gevoel: dit is niet eerlijk, je schaamt je - maar je moet eten! Iedereen van de wachtenden heeft een eigen verhaal, met veel "achter". Niet lang geleden zijn wij, Sascha en ik, naar Cuba geweest. Wij hebben daar veel gesproken met de lokale be-

volking. Hoe moeilijk het is in Cuba te overleven! Maar armoede kan je in elk land vinden, dat kan gebeuren met iedereen. Als je zelf zo zou zijn dan zou je willen dat iemand anders iets voor jou zou doen.

J.P.: - Je bent een jonge bedrijfsleider, die woont in het Noorden en werkt in het Westen. Je 'springt' dus permanent tussen twee aparte werelden. Met welke woorden wil je Amsterdam associëren?

G.S.: - Nog meer haast, kunst, cultuur, diversiteit, vernieuwing, bedrijven.

J.P.: - En het Noorden?

G.S.: - Rust. Gemoedelijkheid. Ik denk dat mensen in het Noorden sneller tevreden zijn met wat hier is. Wij zijn allebei afkomstig uit het Noorden. Ik ben in Assen geboren, Sascha in Zuidlaren.

J.P.: - Terug naar jouw boekenkastje - misschien de eerste in onze wijk? Precies in dit kastje heb ik gevonden een van mijn belangrijkste boeken - 'Poetin's Russia' uit 2004 van Anna Politkowskaja (1958, New York - 2006, Moskou), een persoonlijk verslag van gebeurtenissen in Rusland gericht op een westers lezerspubliek. Op het eind... kan ik het adres van het boekenkastje geven?

G.S.: - Natuurlijk. Rijksweg 91. ■



Gijs Seubers en Mascha Blok naast hun boekenkastje foto: Gerda Eefting



Plezierige drukte tijdens een eerdere editie

foto: Saskia Osinga

Rock & Read beurs in de Mediacentrale

GRONINGEN In het eerste weekend van november vindt de tweede editie van de grote boeken- en platenbeurs 'Rock & Read' plaats in de Mediacentrale. De opbrengst van de beurs gaat naar projecten voor laaggeletterdheid in en om Groningen. Op de beurs is een enorm aanbod van tweedehands boeken in allerlei categorieën: literatuur, thrillers, strips, kinderboeken en non-fictie, maar ook de platenliefhebber kan er zijn hart ophalen.

door Saskia Osinga

De beurs wordt georganiseerd en gerund door vrijwilligers, die hun passie voor boeken en muziek willen delen met het publiek.

Op donderdag 3 november wordt de Rock & Readbeurs om 18.00 uur feestelijk geopend door de bekende Groninger Piet van Dijken. Daarna kunnen de bezoekers snuffelen tussen duizenden boeken en platen, die voor een zacht prijsje worden aangeboden.

De opbrengst van de beurs gaat naar de stichting ABC en de taalambassadeurs, die zich inzetten voor het bestrijden en voorkomen van laaggeletterdheid in Nederland. Laaggeletterdheid is een groot maatschappelijk probleem, dat ongeveer 2,5 miljoen mensen treft. Zij hebben moeite met lezen, schrijven, rekenen of digitale vaardigheden. Dit belemmert hen in hun dagelijks leven, werk en participatie. De stichting ABC en de taalambassadeurs bieden ondersteuning, advies en scholing aan laaggeletterden en hun omgeving.

Rock & Read vindt plaats op:

Vrijdag 3 november 18.00 – 21.30

Zaterdag 4 november 11.00 – 17.00

Zondag 5 november 11.00 – 16.00

De locatie is de Mediacentrale Groningen, Helperpark 272-298, 9723 ZA Groningen. De toegang is helemaal gratis! Zo ook het parkeren. Meer info www.rockandread.nl.

GEMEENTE

JA-JA-sticker tegen papierverspilling

GRONINGEN Er verandert iets met de bezorging van reclamefolders in Groningen. Vanaf 20 oktober 2023 mogen bedrijven niet langer folders in een brievenbus stoppen zonder expliciete toestemming van de bewoner. Bewoners die wel folders willen, kunnen dat aangeven met een nieuwe brievenbussticker.



De gemeenteraad heeft dit in 2021 besloten. Het ongevraagd verspreiden van reclamedrukwerk past niet bij een duurzame gemeente: het kost papier, inkt en energie, terwijl een groot deel van de folders ongelezen in de papierbak verdwijnt. De gemeente heeft bedrijven de gelegenheid gegeven om hun bedrijfsvoering erop aan te passen. Sommige bedrijven hebben hun promotie nu al omgezet naar andere media, andere bedrijven zullen dat binnenkort doen. Er zijn naar verwachting genoeg winkels die hun aanbiedingen met papieren folders onder de aandacht blijven brengen.

JA-JA en NEE-NEE

Inwoners die papieren reclamefolders willen ontvangen, kunnen een 'JA-JA-sticker' op de brievenbus plakken. Met deze sticker zeg je JA tegen ongeadresseerd reclamedrukwerk (folders) en JA tegen huis-aan-huis kranten. Wie geen folders wil, maar wel huis-aan-huisbladen, zoals de Groninger Gezinsbode, buurtkranten en flyers van niet-commerciële instellingen, hoeft geen sticker te plakken. Wie

helemaal geen ongeadresseerd drukwerk wil, plakt een NEE-NEE-sticker. De JA-JA- en NEE-NEE-sticker zijn gratis af te halen bij de gemeente. Kijk voor adressen en openingstijden op [groningen.nl/afval](https:// groningen.nl/afval).

Uitgelezen? In de papierbak!

Het is belangrijk dat reclamefolders niet bij het restafval terecht komen. Om van oud papier nieuw papier te kunnen maken, moet het apart worden ingezameld. Oude reclamefolders dienen daarom – zonder plasticfolie! – in de papierbak te worden gegooid.

Wat betekent uw brievenbussticker na 20 oktober?

Geen sticker: Ik wil geen reclamefolders, wel huis-aan-huisbladen.
NEE-JA-sticker: Ik wil geen reclamefolders, wel huis-aan-huisbladen.
JA-JA-sticker: Ik wil wel reclamefolders en wel huis-aan-huisbladen.
NEE-NEE-sticker: Ik wil geen reclamefolders en geen huis-aan-huisbladen.

Heb je als organisatie een hulpvraag waarbij ondernemers een mogelijk antwoord op kunnen bieden?
Op dinsdag 14 november is de volgende Omarm Challenge! Dit keer zijn organisaties en ondernemers om 15.00 – 17.30 uur te gast bij Gasterra Groningen.
Voor organisaties is er voorafgaande aan de Challenge een workshop om de vraag op te halen en het goed te kunnen verwoorden richting ondernemers.
De workshop is op 31 oktober van 15:00 -17:00 uur bij Van Houten aan de Oliemuldersweg 47.

Aanmelden voor de challenge en de workshop:
www.omarmgroningen.nl

99 Uitnodiging

omarm groningen

OMARM CHALLENGE GRONINGEN

Dinsdag 14 november 15.00 - 17.30 uur

GasTerra
Stationsweg 1
9726 AC Groningen

<https://www.omarmgroningen.nl/kalender/omarm-challenge-14-november-2023/>

De Wiershoeck Natuurvoedingswinkel



Beijumerweg 20, 9737 AD Groningen Tel: 050-541 15 15

Info@dewiershoeck.nl

Openingstijden:

| | |
|-----------|------------|
| Ma t/m Do | 8:30-18:00 |
| Vr | 8:30-19:00 |
| Za | 8:30-17:00 |

Boodschappen doen combineren met een leuk uitje?
Kom naar de Wiershoeck!



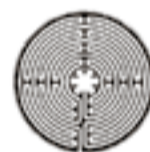
Collega gezocht

Voor ons team in De Wiershoeck zoeken wij een nieuw collega voor 15uur/week.

Ben je gemotiveerd en lijkt het jou leuk stuur dan een mail!



Gecertificeerd biologische producten met nadruk op lokale aanbieders



Catrien Coolsma

UITVAARTVERZORGING

Informatie | Advies | Begeleiding

06 25 120 120
www.catriencoolsma.nl

Groningen | Drenthe | Friesland



Workshop "Bollenmand vullen" en bloembollenverkoop

Tijdens deze workshop vult u onder begeleiding een bollenmand met ca. 130 bloembollen, verdeeld over 5 lagen. Van februari tot half mei staan de bloemen in volle bloei!
Prijs v.a. € 37,50 p.p.



Tevens zijn er kant-en-klare bollenmanden en thuis-vul-bollenmandpakketten verkrijgbaar!

Kijk voor meer informatie op onze site:
www.vanoostwaard.com

Openingstijden:
• wo. - vr. 10.00 - 12.00 en 13.30 - 17.00 uur
• za. 10.00 - 12.00 en 13.30 - 16.00 uur

KWEKERIJ VAN OOSTWAARD • De Akkers 17 • Zuidbroek • Tel.: 06 - 5185 4872

BEWONERSPLATFORM LEWENBORG

BWPL | berichten oktober



De Lijzijde, met gezicht op het winkelcentrum

foto: BWPL

Deze week is er weer '3de donderdag', de maandelijkse bijeenkomst van de wijkbewoners.

Tijdens deze avond worden er plannen voor een vernieuwd Dokplein gepresenteerd. Er is dan de mogelijkheid om hierover mee te praten. Ook de aanpassingen van de Lijzijde worden besproken. Deze verbeteringen zijn onderdeel van de wijkvernieuwing. Op de wijkvernieuwingpagina in deze krant, of in de volgende editie, zal er uitgebreid aandacht aan besteed worden.

De Lijzijde is een 50 km-weg en is al lang een discussiepunt bij veel bewoners. Worden het grote of kleine aanpassingen? Op de bewonersavond wordt onze mening gevraagd.

Als je naar de maandelijkse bewonersavond komt blijf je ook op de hoogte van de nieuwste ontwikkelingen in de wijk:

Ouder worden in de wijk

In Lewenborg gaan gemeente en corporaties bij bewoners navraag doen over levensloopbestendig wonen in de wijk. Dit gebeurt onder meer op 1 november rond half twee bij het winkelcentrum. De volgende 3de donderdag vindt plaats in Het Dok op 16 november. Op die avond is er naast meer, een presentatie van initiatiefnemers van *Groningen Beveegt*.

Ook als je alleen maar komt voor de gezelligheid of om andere wijkbewoners te leren kennen, ben je van harte welkom.

16 november, aanvang 19.30 uur
In het restaurant van Het Dok

De koffie staat klaar en na afloop drinken we een drankje!

EEN VEILIGE WOONWIJK*hoe pakt Lewenborg het aan?*

Wandel tijdens een inspirerende wijkwandeling mee met lokale helden als Buurtmoeders, Jongerenwerkers en Jeugdboa's. Luister naar de verhalen en maak kennis met ze. Op een verrassende manier leer je de buurt (nog beter) kennen en krijg je inzicht in de aanpak van een veilig Lewenborg.

WAAR & WANNEER:

4 november om 14.00 uur naar Wijkcentrum 'Het Dok'.

Na een gezamenlijke opening starten we vanuit hier met een wandeling van ongeveer 45 minuten langs drie locaties in de wijk. Laat je inspireren door bevoegen professionals, buurtbewoners en jongeren die allen hun best doen voor een veilig Lewenborg. Na afloop van de wandeling komen we weer samen in 'Het Dok', blikken we terug en gaan we met elkaar in gesprek over wat je is opgevallen en wat misschien nog beter kan. We sluiten we af met een hapje en een drankje.

AANMELDEN VIA:

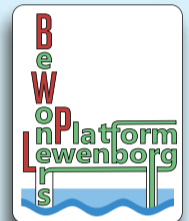
janneke.van.der.vis@groningen.nl



Wij zijn een enthousiaste groep wijkbewoners. Als bewonersplatform brengen we organisaties en wijkbewoners samen om goede dingen voor de wijk voor elkaar te krijgen.

Elke 3de donderdag van de maand komen we samen met bewoners, gemeente en organisaties uit de wijk. Om ideeën of informatie te delen en om elkaar te leren kennen. Iedereen is welkom!

Locatie Het Dok. Aanvang 19.30 uur, koffie en thee staan klaar (uitgezonderd de zomervakantiemaanden). Kun je niet op donderdagavond, maar wil je wel iets kwijt? Mail dan met: kopgroep@bwpl.nl.



Je kunt ons vinden op Facebook, Instagram en Twitter. Aanmelden voor de nieuwsbrief doe je via kopgroep@bwpl.nl. Op internet via www.lewenborg.nu. Werkgroep Groen & Grijs via groengrijs@bwpl.nl

Lewenborg doet | berichten oktober

Grofvuilophalingservice

Steeds meer wijkbewoners die niet de beschikking hebben over eigen vervoer om zo van hun grofvuil af te komen, weten Lewenborg Doet te vinden. Op de website staat precies hoe je je grofvuil kunt aanmelden en hoe je contact met ons kunt opnemen. Dit project wordt volledig gerund door vrijwilligers en is gerealiseerd met geld van het wijkbudget.

**Milieustraat september**

Voor de straten Kajuit, Mast, Grootzeil, Kraaienest, Valreep, Wimpel, het Want en Lijzijde was zaterdag 23 september een tijdelijke milieustraat georganiseerd.

De gemeente leverde de containers en Lewenborg Doet hielp mee met de organisatie, samen met wijkbewoners. Vooraf hebben wijkbewoners de betreffende straten geflyerd. De milieustraat was weer een groot succes, misschien wel té groot.

We liepen in ieder geval allemaal tegen de grenzen van onze capaciteit aan. Het was roeien met de riemen die je hebt, maar door te weinig vrijwilligers kun je niet iedereen helpen zoals je graag zou willen. Daarnaast kwamen er toch weer mensen langs uit straten waarvoor deze milieustraat niet bedoeld was. Die extra drukte gaat ten koste van het helpen van mensen en met name de

ouderen en mensen met een handicap. Een veilige afvoer van spullen komt in gevaar evenals de verkeersveiligheid.

Wij roepen wijkbewoners dan ook met klem op te komen helpen tijdens de voorbereidingen en uitvoering van een milieustraat. Het is hartstikke leuk, nuttig en kost niet zoveel tijd. We zijn op zoek naar aanpakkers die een beetje kunnen tillen, iemand voor de catering (koffie, thee en lekkere broodjes), flyers en een verkeersregelaar. Je kunt reageren door een mail te sturen naar lewenborg.doet@gmail.com of hier een pb'tje te droppen. Zonder extra vrijwilligers kunnen wij geen milieustraten meer organiseren!

Contactgegevens Lewenborg Doet
www.lewenborgdoet.nl
lewenborg.doet@gmail.com
sms/whatsapp: 06-29230459



foto: Afvalfotograaf050

→ *vervolg van pagina 1.*

Daarom worden diverse grote investeringen nog een keer tegen het licht gehouden. Dat is de reden dat andere partijen ook een duit in het zakje moeten gaan doen.

Vervolgproces

Jaarlijks zal de strategische investeringsagenda herijkt worden en daar wordt de begrotingscyclus aan gekoppeld. Die koppeling vergroot de samenhang in, en de kwaliteit van de besluitvorming. Het uitgangspunt is en blijft de verantwoorde investering voor de vele projecten. De volgende stap is dat de gemeenteraad op 1 november het voorstel van een Stra-

tegische Investeringsagenda en de gevolgen daarvan voor de projecten (waaronder Kardinge) gaat bespreken. Volgend jaar, bij de begrotingsbespreking voor 2025, wordt door de gemeenteraad een definitief besluit genomen over de keuzes in deze projecten, inclusief Kardinge. In de tussentijd werkt de projectgroep Toekomst Kardinge verder en kijkt de gemeente ook hoe de inwoners en betrokkenen bij dit project zo goed mogelijk op de hoogte gehouden en in de planning betrokken kunnen worden.

Open vraag

De vraag blijft: 'Kan er straks nog worden geschaatst op Kardinge?'



foto: archief DL



NIEUWS

InfoMarkt duurzame energie deel II

LEWENBORG In het septembernummer van De Lewenborger hebt u al kunnen lezen dat Lewenborg Energie in samenwerking met allerlei organisaties een InfoMarkt organiseert in Wijkcentrum Het Dok op dinsdag 31 oktober vanaf 16 uur tot 21 uur. Het is net als vorig jaar een inloopmarkt waar u veel informatie krijgt over verduurzaming van uw huis. U kunt er terecht voor vragen en van 18 tot 19 uur kunt u genieten van soep en broodjes. Er zijn belangrijke verschillen met de inloopmarkt van vorig jaar! Was de vorige keer de informatie vrij algemeen, nu zoomen we in op Lewenborg!

door Inge Linthout

Lewenborg Energie is een wijkinitiatief, dat voorstander is van duurzame energie. We zien deze InfoMarkt als startpunt om wijkbewoners te informeren en te attenderen op de mogelijkheden die er zijn om hun huis te verduurzamen. En we hopen dat veel wijkbewoners enthousiast worden en in beweging komen om bijvoorbeeld hun huizen beter te gaan isoleren. Hoe pakken we dat aan?

De gemeente heeft in Lewenborg 10 woningtypen eengezinshuizen die gebouwd zijn vóór 1990 onder de loep genomen. Grote kans dat uw type huis erbij zit! Per

woningtype is op een rij gezet aan welke maatregelen voor isolatie je kunt denken, wat de energiebesparing dan is en welke kosten en subsidies erbij komen kijken. In Beijum is in drie heerden al een start gemaakt met een project, om samen met geïnteresseerde bewoners hun huizen aan te pakken. Er is zelfs een projectorganisatie voor de ondersteuning van de bewoners. Op de infomarkt hoort u er meer over. Welke aanpak zou voor Lewenborg passend kunnen zijn en wie willen met die ideeën aan de slag, daar



Lewenborg Energie stond ook op de wijkmarkt

foto: Karin Bruggeman

over willen we met u in gesprek komen en op de InfoMarkt een begin maken.

Lewenborg Energie heeft apparatuur aangeschaft, zoals warmtecamera's, waarmee in de koude maanden uw huis kan worden onderzocht. Waar vliegt de warmte het huis uit? U kunt zich op de Infomarkt opgeven als u deze apparatuur wilt lenen.

In de restaurantkeuken van Het Dok kunt u zien wat er komt kijken bij het koken op een inductieplaat. Bij voldoende belangstelling kan er een aparte kookcursus worden georganiseerd.

Dit zijn een aantal voorbeelden van wat u de 31ste kunt verwachten. U bent van harte welkom!

Geef een energiecoach cadeau en help elkaar de winter door

GRONINGEN Hoe help je inwoners die het hard nodig hebben met het verlagen van hun energierekening? Duurzaam Groningen, het duurzaamheidsplatform van de gemeente, bedacht juist voor deze groep een 'Energiecadeau' campagne. Ze hoopt hiermee dat inwoners naar elkaar omkijken en elkaar helpen energie en geld te besparen.

Voor en door Groningers

'Het idee is dat burens, vrienden of familie zichzelf én elkaar een energiecoach kunnen geven. Voor en door Groningers dus.' legt Aline Bus, coördinator communicatie Duurzaam Groningen, uit. 'Iedereen kent namelijk wel iemand, die wel een beetje extra geld in de portemonnee kan gebruiken. We roepen hiermee alle Gronin-

gers op om aan elkaar te denken. Zeker nu de verwarming aangaat, gaan de kosten weer omhoog en kunnen mensen dit cadeau goed gebruiken.'

Energiezuinig wonen voor iedereen

In het cadeau zit een bon voor een gratis energiecoach van Duurzaam Groningen. Die komt thuis langs en helpt direct met energie besparen via simpele oplossingen zoals het veranderen van gedrag, het gebruik van ledlampen en het aanbrengen van tochtstrips. Voor inwoners die grotere oplossingen willen, kan de coach een energieadviseur regelen. Voor Groningers die hiervoor niet voldoende eigen geld hebben, zijn er gemeentelijke leningen beschikbaar. Zo kan echt iedereen energiezuinig wonen.

Geef een 'energiecadeau' cadeau

Iedereen die zelf een energiecoach besteld krijgt naast het bezoek ook een cadeautje dat je weer aan iemand anders kunt geven. Ook zijn de cadeaus op te halen bij verschillende energie-initiatieven en de WIJ-teams delen ze uit. 'Het is mooi dat we op deze manier ook de initiatieven in de spotlight kunnen zetten. Zij hebben nuttige duurzame tips en mooie lokale projecten waar je aan mee kunt doen', sluit Bus af.

De campagne start vanaf 17 oktober. Ga voor meer informatie naar de website van Duurzaam Groningen: duurzaamgroningen.nl/energiecadeau



Mendoo helpt mens en dier op weg naar herstel!

GRONINGEN In Nederland worden jaarlijks ongeveer 200.000 mensen slachtoffer van huiselijk geweld. Een schrijnende realiteit is dat slachtoffers vaak lang wachten voordat ze hulp zoeken en aan de onveilige situatie ontsnappen. Het wordt nog ingewikkelder wanneer er ook huisdieren bij betrokken zijn, omdat de sterke band tussen mens en dier een belemmering vormt om te vluchten. Stichting Mendoo zet zich in voor slachtoffers van huiselijk geweld met huisdieren, waarbij Mendoo niet alleen opvang en ondersteuning biedt, maar ook een belangrijke rol speelt in het vergroten van bewustzijn en educatie over de relatie tussen huiselijk geweld, dierenmishandeling en het herstelproces van slachtoffers.

Om een oplossing te bieden aan slachtoffers van huiselijk geweld met huisdieren, heeft Mendoo dier-toegankelijk beleid ontwikkeld voor hulpverlenende instanties. Dit baanbrekende beleid is al succesvol geïmplementeerd door opvangorganisaties zoals Blijf Groep, Kadera, Moviera en Wender. Hoewel nog niet alle vrouwenopvanglocaties momenteel de faciliteiten hebben om ook de dieren van cliënten op te vangen, groeit het aantal dier-toegankelijke locaties gestaag. Mendoo zorgt ervoor dat slachtoffers van huiselijk geweld niet hoeven te kiezen tussen hun eigen veiligheid en het welzijn van hun geliefde huisdier.

Eén aspect dat Mendoo wil benadrukken, is de belangrijke rol die dieren spelen bij het herstelproces van slachtoffers van huiselijk geweld. Huisdieren zijn een bron van onvoorwaardelijke liefde, troost en steun. Hun aanwezigheid vergroot de emotionele veerkracht van slachtoffers en helpt hen o.a. bij het opbouwen van vertrouwen en het herstellen van hun eigenwaarde. De helende kracht van de band tus-

sen mens en dier mag niet onderschat worden.

Naast dier-toegankelijke opvanglocaties beschikt Mendoo ook over een uitgebreid netwerk van zorgvuldig geselecteerde gastouders verspreid over het hele land. Deze gastouders bieden liefdevolle, tijdelijke opvang voor de dieren van slachtoffers van huiselijk geweld. Dit biedt niet alleen de noodzakelijke veiligheid voor de huisdieren, maar geeft ook de slachtoffers de gemoedsrust dat hun geliefde huisdieren in goede handen zijn terwijl ze werken aan hun eigen herstel.

Gastouders gezocht!

Momenteel zijn we op zoek naar nieuwe gastouders zonder eigen huisdieren en gastouders die grotere honden, zoals staffords en herders, willen opvangen. Wil jij ook een bijdrage leveren aan het herstel van mens en dier en jezelf aanmelden als gastouder? Kijk op www.mendoo.nl voor meer informatie.

Zelf advies nodig of een cliënt aanmelden? Kijk op www.mendoo.nl voor meer informatie.



KIJK OP DE WIJK



Wijkvernieuwing Lewenborg



Van bijstand naar minimumloon, zoveel meer keuzevrijheid

Vaak hoor je dat werken de oplossing is om uit de armoede te komen. Ongeveer net zo vaak hoor je dat werken niet loont. Soms hoor je zelfs dat je dan slechter af bent, de zogenoemde armoedeval. Ik houd me al jaren bezig met de vraag of werken loont, heb er al tientallen mensen mee geholpen en ik heb goed nieuws. In de meeste gevallen loont het. De meeste mensen gaan er honderden euro's per maand op vooruit. Terwijl ze een minimumloon verdienen.

Ik sprak Anita en Janet* die na jaren in de bijstand nu aan het werk zijn. Hoe ervaren zij deze overstap? Ze werken allebei 32 uur tegen het minimumloon.

Wat waren jullie eerste gedachten over de overstap van bijstand naar werk?

Anita; "Ik was heel bang voor de financiële gevolgen van aan het werk gaan, de publieke opinie is dat werken niet loont. Dat het verschil tussen bijstand en minimumloon te klein is. Dat hoor je in de media en ook wel om me heen. Ik was ook bang iets te vergeten en daardoor in de financiële problemen te komen."

Janet; "Ik heb enorm opgezien tegen de financiële gevolgen. Ik wist ook niet precies wat die waren. Ik

was bang dat ik toeslagen kwijt zou raken, waardoor ik op hetzelfde uit zou komen of erop achteruit zou gaan. Jaren geleden heb ik een keer meegemaakt dat de toeslagen zover achteruit gingen dat ik onder bijstandsniveau kwam."

Wat waren de uiteindelijke de financiële gevolgen?

We bleken er honderden euro's op vooruit te gaan. Dat hadden we niet verwacht. De huurtoeslag daalt wel en we raken een aantal extra tegemoetkomingen van de gemeente kwijt en de krijgen geen kwijschelding meer van de gemeentelijke- en waterschap belastingen, maar onderaan de streep houden we elke maand rond de 300,- extra over.

Hoe hebben jullie dit in kaart gebracht?

Hierbij hebben we hulp gehad van een financieel expert van de gemeente. We wisten zelf echt niet hoe dit moest. Die expert heeft ons ook geholpen met het juiste inkomen doorgeven bij de toeslagen en andere zaken.

Wat betekent het extra geld voor jullie?

Anita; "Ik voel me de koning te rijk. Boodschappen doen is nu zorgelozer en ik koop ook andere dingen, meer fruit bijvoorbeeld.

Verjaardagen van mijn kinderen waren vroeger een bron van stress, nu niet meer. Ik kan nu ook een keer een terrasje pakken en trakteren. Laatst heb ik iemand mee uit eten genomen, ik kan me niet eens meer herinneren wanneer ik dat gedaan heb. Je sociale leven verandert, je kunt meer meedoen. Ik ga mijn rijbewijs halen en kon ineens tien rijlessen in één keer betalen. Dat geeft me een gevoel van trots. Je voelt veel meer vrijheid. Je kunt bijvoorbeeld gaan samenwonen, dat kon de hele tijd gewoon niet want dan moest ik op de zak van mijn partner gaan teren. Of als er een erfenis zou komen, het kan nu allemaal!"

Janet: "Ik ben hard aan het sparen voor een auto en geef niet eens zoveel extra uit, maar het gevoel dat het kan maakt al zo'n groot verschil. Ik kan nu nieuwe schoenen kopen in plaats van tweedehands. De schutting wordt al jaren gestut en moet vervangen. Ik kon nu naar de buurman lopen om dat samen te gaan regelen. Dat voelt zo goed."

Wat betekent werken voor mij?

Wil jij ook weten wat de financiële gevolgen zijn van bijstand naar werk? Via je Coach Werk & Participatie kun je een vrijblijvend

FINANCIËLE COACHING
Wanneer u aan het werk gaat en uw bijstanduitkering stopt, verandert uw financiële situatie. Dit heeft gevolgen voor uw belasting en uw toeslagen en kortingen. De gemeente kan u hiermee helpen.

HOE KAN DE GEMEENTE MIJ HELPEN?
Gedurende 8 maanden helpt een coach van de gemeente u met alle financiële veranderingen waarmee u te maken krijgt als u gaat werken. Tijdens deze periode heeft u 2 keer een gesprek met deze coach.

Tijdens de gesprekken krijgt u onder andere:

- Inzicht wat u overhoudt als u aan het werk gaat.
- Help bij het regelen van financiële zaken voordat u aan het werk gaat, bv. toeslagen.
- Uitleg over uw loonstrook of contract.
- Help bij uw belastingaangifte.
- Informatie over de regelingen en toeslagen waar u met uw nieuwe inkomen recht op heeft.

Tussen de gesprekken door kunt u de medewerker altijd bellen, appen of mailen voor vragen. U bepaalt zelf of u de gesprekken thuis of op een locatie van de gemeente wilt voeren.

HOE KAN IK FINANCIËLE HULP AANVRAGEN?
Wilt u ook hulp bij uw nieuwe financiële situatie? Of wilt u wel aan het werk, maar twijfelt u over de financiële gevolgen? Stuur dan een e-mail naar uw coach Werk & Participatie met daarin dat u gebruik wilt maken van deze regeling. Weet u niet wie uw coach is neem dan contact op met ons Klantcontactcentrum, telefoonnummer: 050 367 50 00.

gesprek aanvragen met de financiële coach.

*Vanwege privacy zijn de namen gefingeerd. De namen zijn bekend bij de redactie.

Uitnodiging Bewonersbijeenkomst over speelplekken in Lewenborg-Zuid

In mei is er een bijeenkomst geweest om ideeën op te halen voor een nieuwe speelplek in Lewenborg. We hebben destijds gekeken naar een geschikte locatie en de wensen van bewoners. We hebben jullie input ter harte genomen en zijn aan de slag gegaan. Nu willen we graag het resultaat aan jullie laten zien en horen wat jullie ervan vinden. Je bent van harte welkom om langs te komen.

Wat: Bewonersbijeenkomst speelplekken Lewenborg-Zuid

Wanneer: Donderdag 2 november van 17.00 tot 19.00 uur

Waar: Het Dok

Uiteraard is er koffie, thee en soep. We kijken ernaar uit en hopen velen van jullie te zien op 2 november!



InfoMarkt Duurzame Energie

Op dinsdag 31 oktober organiseert Lewenborg Energie een informatiemarkt rondom duurzame energie. Er is een presentatie en soep en broodjes worden verzorgd.

Op dinsdag 31 oktober in Het Dok. Je bent welkom van 16.00–18.00 uur of 19.00–21.00 uur.

Kijk voor meer informatie op www.lewenborgenergie.nl



Wijkvernieuwing 'Lewenborg Leeft!' werkt aan een wijk waar iedereen tot zijn recht komt en deelneemt aan de samenleving. Gemeente en woningcorporaties doen dat samen met bewoners, ondernemers en scholen.



volg ons op:
facebook

www.facebook.com/lewenborgleeft

Meedoen? Mail dan naar communicatielewenborg@groningen.nl

VERSLAG



Het bonte gezelschap op de foto

Ouderenreis Wijkbudget Lewenborg 2023

Donderdag 28 september was het dan zover. De ouderen van onze wijk Lewenborg hadden hun schoolreisje. We gingen met de bus een reisje maken naar Drenthe Vroeger en Nu. Een Verrassingstocht. We vertrokken vanaf het parkeerterrein van het winkelcentrum naar Assen voor koffie en gebak. Toen gingen we naar het gevangensmuseum Veenhuizen waar een gids bij ons in de bus stapte voor een rondrit over het terrein. Deze gids vertelde uitvoerig over het ontstaan van gevangenisdorp Veenhuizen. Het was een heel leerzame tocht. Van hieruit gingen we naar Diever waar we van een heerlijke lunch genoten. Toen we onze buiken weer rond hadden gegeten vertrokken we naar Erica. Hier hebben we het smalspoormuseum bezocht en

zelfs een ritje met een treintje gemaakt. En na afloop werden we nog getrakteerd op koffie en cake. Tegen 17.00 uur vertrokken we naar Duitsland voor de warme maaltijd. In Rhede werden we getrakteerd op een heerlijk 3-gangen diner. Rond 20.00 uur vertrokken we voor de terugreis naar Groningen (Lewenborg). Om 21.00 uur draaide onze bus weer het parkeerterrein op en waren we weer thuis.

Al met al een hele leuke gevarieerde reis met dank aan de weergoden die ons deze dag zeer gunstig gestemd waren. Het was Top. Dus voor herhaling vatbaar, op naar het volgende jaar.

Dick Medema Team Muiserij
dickmedema@hotmail.com

Reparatiewerkplaats Boegbeeld feestelijk geopend

LEWENBORG Op vrijdag 29 september was het eindelijk zover: Bij de stadsboerderij Boegbeeld aan het Koerspad werd de Reparatiewerkplaats Lewenborg op feestelijke wijze geopend. De reparatiewerkplaats is een initiatief dat is opgepakt door WIJ Lewenborg, De Zijlen en wijkbewoners.

tekst en fotografie Saskia Osinga

De bedoeling is dat wijkbewoners elke laatste vrijdagmiddag van de maand hun elektra of kleding door deskundige vrijwilligers kunnen laten repareren. Weggoien kan altijd nog; vaak kan iets met een eenvoudige reparatie weer lange tijd mee! Dit bespaart geld en is natuurlijk duurzaam.

Succesvol

Tijdens de opening was het meteen flink druk. Aardig wat wijkbewoners wisten de weg naar Boegbeeld te vinden en boden diverse spullen ter reparatie aan. Zo vroeg een meneer of er een nieuwe rits in zijn rugzak kon worden gezet. Naast kleding kan er bij de reparatiewerkplaats speelgoed, elektra en klein meubilair gerepareerd worden.

Meteen in de actiestand

Lammy, de vrijwilligster die zich bezighoudt met textielreparaties, was al druk bezig met naald en draad om een kledingstuk te repareren, toen er weer nieuwe items ter reparatie werden aangeboden. Vrijwilliger Bram houdt zich bezig met het repareren van onder meer elektronica. Er werden al een boormachine, cd-speler, computer en radio ter reparatie aangeboden. De vrijwilligers beschikken over een naaimachine en divers gereedschap om goed te kunnen werken. De te repareren spullen worden opgeborgen in een afsluitbare kast en kunnen bij de volgende inbrengmiddag weer worden opgehaald.



Vrijwilligster Lammy

De Zijlen

De vrijwilligers van De Zijlen zijn nauw betrokken bij de reparatiewerkplaats. Zij voeren tal van werkzaamheden uit bij Stadsboerderij Boegbeeld en vinden hier een waardevolle dagbesteding. Tijdens de opening waren zij aanwezig en hielpen mee met de consumpties, gaven antwoord op vragen en gingen in gesprek met bezoekers.

De eerstvolgende vrijdagmiddag dat de Reparatiewerkplaats is geopend, is op vrijdag 27 oktober, van 13.00 tot 16.00 uur.

Terugblik op de gezamenlijke ontdekkingsstocht van Damsterboord en Overstag

LEWENBORG Op zondag 1 oktober was Damsterboord te gast bij Samen ontdekken. Een uurtje later beginnen dan normaal gewend, was voor de Damsterboorders geen probleem. Al gauw was het een drukte van belang en werd er volop bijgepraat onder het genot van een kopje koffie, thee of limonade met wat lekkers. Arie-Pieter verwelkomde ons en had als opwarmertje eerst een aantal stellingen waarbij je vóór of tegen moest kiezen, zoals bij over de streep. Daarna konden we aan de slag bij de verschillende activiteiten. Deze keer was het thema 'samen op reis'. Hierbij stond het verhaal van Paulus en Silas centraal.

tekst en fotografie Annie van Dam

Er was een praattafel waar aan een anti-onrechtposter werd gewerkt. We kijken of hij een plekje in Kerkenheem kan krijgen. Verder werden er allerlei kleurrijke muziekinstrumentjes gemaakt. Er is een poging gedaan om een aardbevingsbestendige gevangenis te bouwen met kapla en je kon ook een kijkdoos maken. Buiten lagen grote dozen en stukken karton en takken waar je een gevangenis mee kon maken. Er is echt iemand gevangengezet, maar net zoals in het verhaal, was dat ten onrechte. Een rechter en een advocaat moesten eraan te pas komen om diegene weer vrij te krijgen. Ook is er een prachtige tekst op de melodie van 'Yesterday' gemaakt. Dat lied hebben we aan het eind gezongen.

Daarna was het tijd voor het verhaal. Dominee Jan las stukjes voor uit het dagboek van een slavin waarin stond hoe zij werd uitgebuit. Arie-Pieter kroop in de huid van Silas en vertelde wat hem en Paulus was overkomen. Paulus heeft de slavin bevrijd, maar dat werd hem niet in dank afgenomen door haar 'eigenaren'.

Inmiddels werd er in de keuken hard gewerkt om de soep op tijd warm te hebben en alles klaar te zetten voor de lunch. Er was niet alleen brood maar ook heerlijke pannenkoeken, stokbrood met allerlei smeersels, courgetteplaattaart en fruit. Dat smaakte prima na zo'n actieve ochtend. Daarna moest er natuurlijk afgeruimd en schoongemaakt worden, maar vele handen maakten licht werk en vrij snel was alles aan kant. We mogen terugkijken op een viering die veel positieve en enthousiaste reacties opleverden.

Uitnodiging voor de volgende Samen ontdekken! op zondag 5 november

We volgen Paulus op zijn reis. Inmiddels is hij aangekomen in Athene. Luisteren de mensen naar zijn verhaal of hebben ze er geen boodschap aan? Dat gaan we weer samen ontdekken aan de hand van allerlei activiteiten.

Hoe laat: vanaf 11 uur inloop met koffie, thee, limonade en wat lekkers
11.15 uur start welkom, uitleg, daarna met elkaar aan de slag



Grote drukte bij de aanvang



Aardbevingsbestendig...?



Samen aan de slag

12.15 uur het verhaal

12.30 uur lunch

Waar: 't Kompas, Valreep 67-69

Ben je benieuwd naar wat we doen, je bent altijd welkom om aan te wippen. Aanmelden is niet nodig. Heb je ideeën, dan horen we het graag. Voor meer info en contactgegevens zie onze website: <https://overstag-lewenborg.nl>.



De raadsleden stoppen tijdens de bustocht in Meerstad ook op de plek waar in de toekomst water is gepland in verband met de vergroting van het Woldmeer foto: GG

Raadsleden bezoeken Meerstad

MEERSTAD Op de Politieke Woensdag van de gemeenteraad van Groningen staan vaak werkbezoeken op het programma. Raadsleden gaan dan op bezoek bij inwoners en organisaties om te zien wat er speelt, leeft en gebeurt in de gemeente.

Zo zijn de raadsleden woensdag 11 oktober op bezoek geweest in Meerstad, de nieuwe wijk in het oosten van Groningen rond het Woldmeer. Meerstad is met een oppervlakte van ongeveer 5 bij 5 kilometer het grootste ontwikkelgebied van Nederland.

Eemskanaalzone

De raadsleden reden met een bus door het gebied van Meerstad om een idee te krijgen van de omvang het gebied. Medewerkers van Bureau Meerstad, een BV van de gemeente Groningen, gaven de raadsleden uitleg over de verdere plannen voor het gebied. De tocht ging onder meer langs de Eemskanaalzone, Harksteder Broeklanden, Harkstede, Grunopark de Wierden en de MEER-dorpen.

Er wonen in Meerstad nu zo'n 3900 mensen in bijna 1300 woningen. Er zijn plannen voor duizenden extra woningen: koopwoningen en sociale huurwoningen. Binnenkort stuurt het college van B&W een brief met verschillende scenario's voor de toekomst van Meerstad naar de gemeenteraad.



RUBRIEK

Waar gaan we naartoe deze vakantie? Voor lekker warm weer naar Frankrijk? De weersvoorspellingen waren daar minder gunstig dan voor Nederland, dus zochten wij het uiterste zuiden van Nederland op en verbleven enige tijd in Maastricht: een prachtige stad waar veel te zien en te

door Harry van der Werff

fotografieren valt.

Lopend in het centrum van de stad komen we bij een kerk. Daar moeten we natuurlijk even naar binnen. Het is de Basiliek van Onze-Lieve-Vrouw-Tenhemelopneming, ook wel Sterre-der-Zee genoemd. In dat soort zeer oude kerken is het altijd lekker koel.

Aan de kerk is een zogenaamde kloostergang vastgebouwd, een vierkant van overdekte gangen met gewelfbogen rondom een open binnenplaats. Daar stond dit beeld van een engel met kaars. Door een open diafragma te gebruiken en op de engel scherp te stellen werd de omgeving mooi onscherp, waardoor de engel er uitspringt. Het licht was warm en koel tegelijk: warm licht van de lampen in de kloostergang en koel licht aan de linkerkant van de foto, komend vanuit de open binnenplaats. In de nabewerking op de computer werd het koele licht wat warmer gemaakt, zodat het beter harmonieerde met de rest van de foto. Het licht dat van buiten door de bogen valt is zacht, waardoor de engel een mooie, zachte uitstraling heeft gekregen.

De foto werd, afgedrukt en voorzien van een mooi passepartout, meegenomen naar de fotobespreking van fotoclub Trefshot. De aanwezige leden kozen deze foto voor plaatsing in De Lewenborger. Cool toch? De fotograaf kreeg het er warm van!

Interesse in fotografie? Kom eens vrijblijvend kijken bij fotoclub Trefshot. De wekelijkse clubavonden worden gehouden in Buurtcentrum Sonde2000 in Paddepoel. Meer informatie vind je op de website www.trefshot.nl.

De technische gegevens

Diafragma f/1.4 - sluitertijd 1/40 seconde - ISO 200



foto: Harry van der Werff

WARM EN KOEL

Robert Daling wint voor derde keer Nederlands Kampioenschap Rolstoeldansen

LEWENBORG Voor de derde keer op rij heeft Robert Daling het Nederlands Kampioenschap Rolstoeldansen gewonnen. Samen met zijn danspartner Ellis de Boer hebben ze de titel in de Seniorenklasse opnieuw verdedigd. In totaal is het de vijfde keer dat Robert deze prijs in de wacht sleept.

door Suzanne Atema

Volgens Robert is rolstoeldansen een jurysport en is het niet vanzelfsprekend om de eerste plaats te behalen: 'Als je heen gaat met de verwachting, wij doen dit wel even, ben je volgens mij gewoon verkeerd bezig.' Robert en Ellis zijn in de Hoofdklasse Ballroom en Hoofdklasse Latin derde van Nederland geworden. 'Dit zijn megasterke klassen, daar moet je gewoon echt aan de bak, vechten voor wat je waard bent en alles geven en dan is het oordeel aan de vijf koppige jury.'

Sinds januari 2022 dansen Robert en Ellis bij dansgroep Wild Wheels Dancing. Robert en Ellis dansen hier nog steeds naar volle tevredenheid. Robert heeft inmiddels ook solo toekomstdromen. Hij zou heel graag dansen in single man categorie. Er dansen al zes vrouwen in de single ladies variant. Deze categorie voor mannen is er nog niet tijdens de wedstrijden. Het lijkt Robert ontzettend leuk om als pionier een voorbeeld te zijn voor andere mannen. Het spannende voor hem is dat je dan alleen dezelfde dansen moet doen, in een enkele choreografie. 'Je bent dan gewoon alleen, je kunt niet terugvallen op je danspartner. Je gaat eigenlijk naakt de vloer op omdat je met niemand rekening hoeft te houden.'

Met Pasen is er een internationale wedstrijd in Amstelveen en daar is de single man al wel een categorie. Robert is nu aan het trainen om daar goed voor de dag te komen en als eerste Nederlandse man aan mee te doen. 'Als single man kan ik mij helemaal openstellen en mijzelf zijn, ik kan dan vrij dansen en al mijn emoties erin gooien, buiten het boekje, buiten de zwarte lijntjes kleuren en zien wat daarvan terecht komt.' Ook lijkt het hem tof om over een paar jaar mee te dansen in de freestyle categorie en daar zijn eigen choreografie voor te bedenken.

Zijn project 'dansen tegen blaaskanker' om zo geld op te halen voor het KWF zit nog steeds in het vat.

Ondanks dat Robert inmiddels al meerdere verschillende prijzen



Robert Daling en Ellis de Boer

heeft gewonnen, denkt hij nog niet aan stoppen met rolstoeldansen. Hij wil pas stoppen als het lichamelijk niet meer gaat, hij met tegenzin naar een wedstrijd moet of als zijn danspartner besluit te stoppen. Voorlopig zijn ze bij het Nederland Kampioenschap Rolstoeldansen nog niet van Robert en Ellis af...

FETTIE

Schermtijd

'Hoezo ben ik degene die niet voorzichtig omgaat met z'n spullen?!', zegt mijn puberzoon volkomen terecht als ik voor de tweede keer binnen twee maanden thuiskom met een gesneuveld scherm. Gelukkig blijken de gevolgen nu minder desastreus. Althans, de barsten in het beduimelde glas vertonen nog mooie kleurtjes en het is nog met succes te betasten. Die relatieve bruikbaarheid betekent echter ook: uitstel van reparatie.

Maar op een mooie oktoberdag bel ik dan toch de mobieltjesboer. Niet voor een nieuw scherm, want een smartphone is met zes jaar al praktisch bejaard. Nee, het wordt tijd voor een apparaat dat beter is bestand tegen het vallen van steigers. Er blijkt nog één model voorradig met bumpers, gepantserd glas en rubbers waarmee elke opening zó goed wordt afgedicht dat zelfs een val in een emmer latex geen schade geeft. Die wil ik! Ze houden 'm voor me achter.

Online zou ik zo'n ding niet kopen. Dat genereert onnodig verkeer van bezorgers, winkels gaan eraan ten onder en tot slot (eigenlijk mijn enige valide reden), je kunt dan niks ruiken of voelen. Een groot nadeel heeft dat fysieke winkelen echter ook. Laat ik het zo zeggen: net zoals mijn smartphone steeds naast mijn broekzak belandt, zo bevind ook ik me vaak in situaties waarbij me onduidelijk is hoe dat nou zo gekomen is.

Achter de balie gaan twee heren druk bezig met het overzetten van de inhoud van mijn overvolle, gebroken mobiel naar het nieuwe, gepantserde model dat wel iets wegheeft van een gordeldier. Zo heb ik alle tijd om rustig van de zon te genieten, leunend tegen de winkelplank. Vlak voor mijn neus wordt een klein autootje schuin op de stoep geparkeerd. Een kromgebogen vrouw klimt er omslachtig uit, loopt slingerend over de rijbaan, waarna een file van fietsers en auto's ontstaat. Ze schuifelt langzaam maar vastbesloten naar de balie, leunend op een stok en houdt in haar andere hand een huistelefoon. Na een instant reparatie schuifelt ze opnieuw langs mij naar buiten. 'Ik kijk wel even voor u uit terwijl u de weg opdraait', bied ik aan. 'Och', antwoordt ze zonder op te kijken, 'anders houdt u toch gewoon even het verkeer voor me tegen?' Al wachtend op mijn gordeldier hoor ik achter mij drie fietsen piepend in de remmen gaan als ze mij, op één van de drukste kruispunten van de binnenstad, zien gebaren naar een miniauto die achteruit de weg opdraait. Iets in mij zegt me dat ik op deze warme oktoberdag voor iets anders de stad in ging dan om het verkeer te regelen.

Fettie



SCHOLEN & KINDEREN



Kinderopvang Juffies mag zich 'Gezonde Kinderopvang' noemen

De zomervakantie is alweer even voorbij maar wat hebben de kinderen bij Juffies Speelopvang genoten. We hebben veel gezellige uitjes gehad door met de kinderen naar verschillende speeltuinen te gaan. Ook zijn we met de bus naar stadsboerderij 'Het Boegbeeld' geweest, waar de kinderen dieren hebben geaaid en geknuffeld. Op de opvang zelf was natuurlijk ook genoeg te doen, zoals bakken, waterpret en gezamenlijke activiteiten.

Kinderopvang Juffies heeft sinds kort het predicaat 'Gezonde Kinderopvang' en één van de medewerkers is dan ook opgeleid als coach gezonde kinderopvang. De coach gezonde kinderopvang denkt mee met de medewerkers over hoe we samen ervoor kunnen zorgen dat kinderen gezond eten en voldoende beweging krijgen. Hierbij betrekken we natuurlijk ook de ouders zodat kinderen in een gezonde leefomgeving kunnen opgroeien.

We zijn dit jaar bij Juffies speelopvang daarom begonnen met een eigen moestuintje, waar we tomaatjes, komkommers en paprika verbouwen. Samen met de kinderen hebben we bakken en zaden gekocht. Ook hebben we een appelboom en een druivenstruik. De kinderen verzorgen de moestuintjes goed door het water te

geven. Hierdoor kunnen de kinderen de groei en ontwikkeling van fruit en groente van dichtbij meemaken en het daarna natuurlijk lekker opsmikkelen.

Bij Juffies BSO zijn we na de zomer gestart met een moestuinproject in samenwerking met de zorgboerderij Noorddijk. Begin volgend jaar, als de grond er klaar voor is, kunnen we beginnen met de moestuin. De kinderen krijgen een eigen stukje grond waar we van alles gaan verbouwen. Regelmatig zullen we de komende tijd al de locatie bezoeken waar we educatie krijgen over de moestuin. We zullen regelmatig iets schrijven in de Lewenborger over de vorderingen van de moestuin.

Denk je: dit lijkt mij ook wel wat voor mijn kind? Wij hebben op beide locaties nog een paar plekken vrij.



STU33 Muziekstudio van Vrijdag voor jongeren in de wijk

Sinds een tijd draait in Het Dok, naast jeugdcentrum 't Schip, de muziekstudio STU33. Hier kunnen jongeren op woensdagen van 19.00-21.00 uur en op donderdagen van 16.00-18.00 uur terecht om teksten te schrijven en op te nemen bij de beats van producer Stinna, die dan aanwezig is. We willen de jongerenstudio vaker gaan openen en meer jongeren aantrekken. Het idee is dat jongeren straks ook zelfstandig studiotijd kunnen inplannen om aan hun eigen producties te werken.

Daarom organiseren we vanuit Vrijdag

in de buurt een reeks lessen, waarin je zelf kan leren om de studio te bedienen, beats te bouwen, vocals op te nemen en muziek te maken. De lessen gaan op korte termijn beginnen.

Als je interesse hebt, geef je dan op bij Michiel Rasker, de cultuurcoach van Lewenborg: michiel.rasker@bijvrijdag.nl. Je kan via deze weg ook meer informatie krijgen.

Zien we jou in de studio?



Kinderboekenweek op de Swoaistee

Op dinsdag hebben de met de hele school de Kinderboekenweek feestelijk geopend. Er was een toneelstuk met twee verhuisclowns die druk in de weer waren met dozen vol zware boeken. Dat was een mooi startschot voor anderhalve week extra aandacht voor leesbevordering. In de onderbouw zijn we het thema 'hier woon ik' ingedoken. Er was veel aandacht in alle groepen voor hoe het bij iedereen thuis is en de overeenkomsten en verschillen hiertussen.

Maar de aandacht ging natuurlijk voornamelijk uit

naar extra veel lezen en veel aandacht voor boeken. We hebben veel voorgelezen in de groepen en er zijn ook veel ouders geweest die iets hebben verteld over hun favoriete boek. We hebben de Kinderboekenweek afgesloten met een gezellige boekenmarkt. Alle kinderen zijn weer naar huis gegaan met mooie boeken die ze thuis kunnen gaan lezen. De pret stopt hier niet, want binnenkort komt de schrijver Marcel van Driel naar de Swoaistee. Hij komt vertellen over hoe schrijven in z'n werk gaat en natuurlijk over zijn boeken. We hebben er zin in!

BERICHT

Nieuw Ontwikkelplein in Forum Groningen biedt hulp en ondersteuning om (weer) mee te doen in de samenleving

GRONINGEN Waar moet je heen als je vastloopt? Waar stuur je iemand naartoe voor advies, hulp of ondersteuning om (weer) mee te kunnen doen in de samenleving? Soms zie je door de bomen het bos niet meer. Forum Groningen gaat daarom op 19 oktober van start met het Ontwikkelplein aan de Nieuwe Markt. Meedoen is het eerste thema. Het *Ontwikkelplein* is een startpunt voor ontmoeting, informatie en advies, maar ook voor praktische hulp of een verwijzing om zelf (of samen) aan de slag te gaan.

Op het *Ontwikkelplein* krijgen bezoekers hulp bij lezen en schrijven en leren beter om te gaan met de computer en/of de digitale overheid. Naast deze basis van het *Ontwikkelplein* staat er aan de Nieuwe Markt maandelijks een thema centraal waarbij we dieper ingaan op een specifiek onderwerp. Denk aan geldzaken, juridische hulp of positieve gezondheid.

Meedoen is het eerste thema van dit maandelijks *Ontwikkelplein*. Ontdek waar jouw kansen liggen in de samenleving! Krijg de regie (terug) over je eigen leven, ontdek alles over het ontwikkelen van je talenten en vaardigheden, (vrijwilligers)werk en meer.

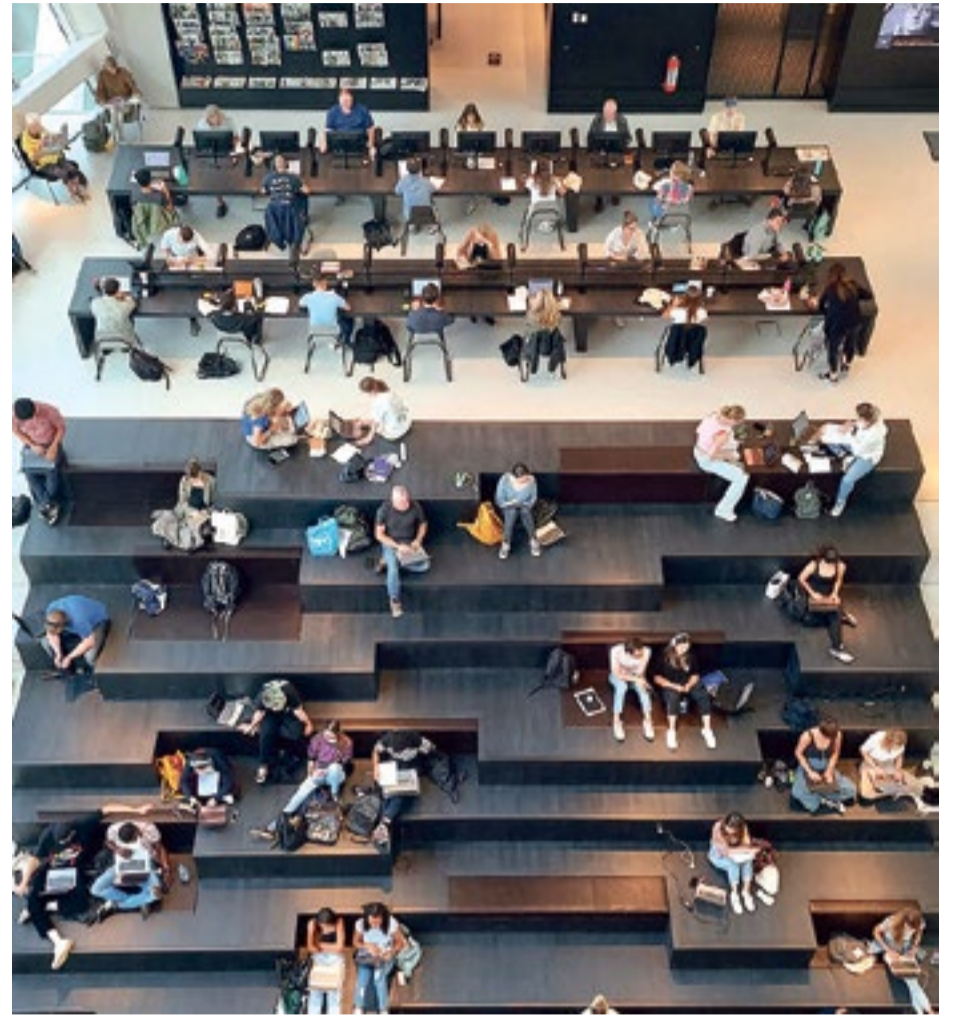
Vaste samenwerkingspartners als Humanitas, WIJ Groningen, SeniorWeb, WIJS, gemeente Groningen en het UWV zijn van de partij. Daarnaast zijn ook het Noorderpoort/Alfa College, Link050, WerkPro, het Leger des Heils, de Zonnebloem en HANNN

aangehaakt bij het *Ontwikkelplein* op 19 oktober.

Deze partners vanuit het sociaal domein bieden op een laagdrempelige manier hulp en ondersteuning, met de bibliotheek als vertrekpunt. Inwoners kunnen er terecht voor betrouwbare informatie, persoonlijk advies, praktische hulp of ondersteuning bij leren en ontwikkelen.

Lid zijn van de bibliotheek is niet nodig. De toegang, maar ook de hulp en ondersteuning zijn gratis.

Ontwikkelplein in Forum Groningen
Donderdag 19 oktober (thema: meedoen)
+ 23 november (thema: financieel-juridisch)
 Forum Groningen, Nieuwe Markt 1, 9712 KN Groningen
 Meer info op forum.nl/ontwikkelplein



Burendag Dokplein 2023

© Janet Bos



ONDERNEMERSNIEUWS

Tandtechniek & Tandprothetiek Balsam Saleh TPP Groningen

‘... ik wil kwaliteit blijven leveren...’

OOSTERHOOGEBRUG Sinds deze zomer is Oosterhoogebrug een nieuwe zorgverlener rijker. In juni opende Balsam Saleh haar praktijk voor tandtechniek en tandprothetiek in het markante gebouw met de ronde toren aan de Rijksweg 16. Een bekende plek, met ruime parkeergelegenheid en gelegen tegenover De Schakel. De praktijk is gevestigd op de eerste verdieping – bereikbaar per lift – volledig uitgerust met de modernste apparatuur en beschikt over een eigen tandtechnisch laboratorium. Zelfs een 3D-printer ontbreekt niet. Een prettige en lichte praktijkruimte omringt je als je binnenkomt en het voelt bepaald niet als een straf om hier te zijn.

tekst en fotografie Bram Hügel

Kunstgebitten

Tandprothetiek gaat over kunstgebitten en iedere kunstgebitdrager weet hoe belangrijk een goed passend kunstgebit is. Balsam: ‘Veel mensen lopen te lang met oude prothesen rond, waardoor er allerlei problemen ontstaan. Denk aan maagklachten, maar ook hoofdpijn, kokhalzen of aan slecht of beperkt kunnen eten. Met die klachten hoef je niet per se naar de tandarts, je kunt ook met ons een afspraak maken.’ Balsam vervolgt: ‘De eerste intake is gratis. Dan bespreken we de klachten en wensen en kijken we naar de mogelijkheden. Naar aanleiding daarvan maken we een behandelplan en een begroting, met de juiste behandelcodes. Dat zijn dezelfde codes als de zorgverzekeraars gebruiken, zodat je kunt checken of de behandelingen worden vergoed door je verzekering. Als zorgverlener ben ik gecontracteerd bij verschillende zorgverzekeraars.’

Vol ambitie

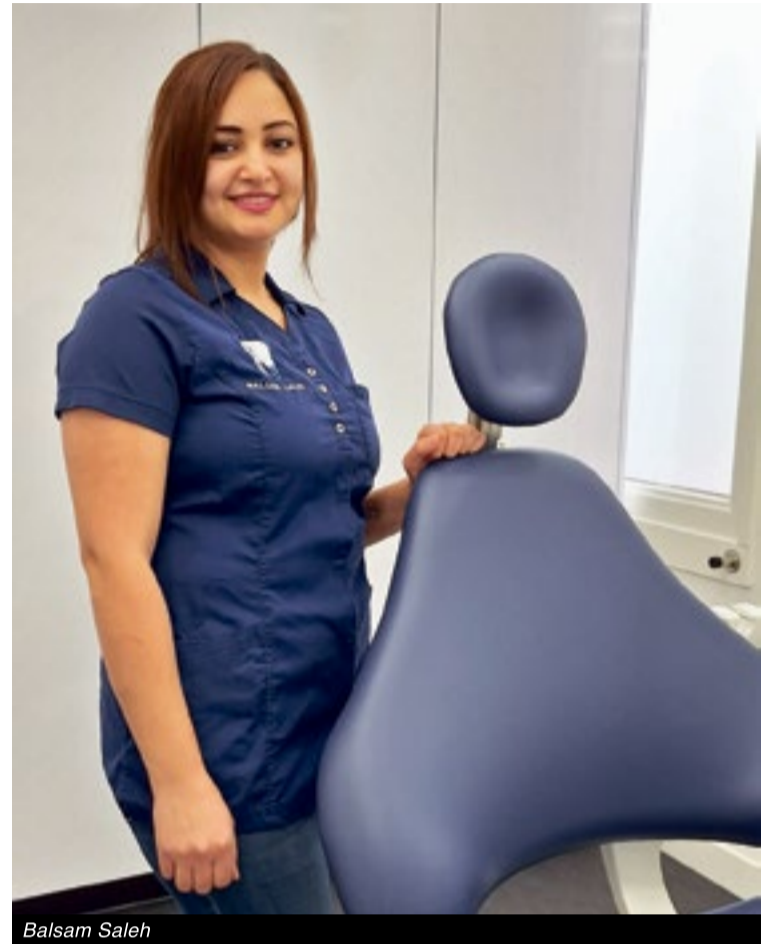
Balsam volgde eerst de vierjarige Mbo-opleiding Tandtechniek en daarna de vierjarige HBO-opleiding Tandprothetiek, beide in Utrecht. Ze studeerde in 2019 af als zelfstandig behandelaar en bekwaamde

zich verder in de praktijk via werkverbanden en aanvullende opleidingen. Balsam: ‘Twaalf jaar ervaring heb ik nu als tandprotheticus, maar ik wil me graag verder verdiepen. Ik wil kwaliteit blijven leveren. Sinds enige tijd ben ik ook docent op de Hogeschool Utrecht bij de opleiding Tandprothetiek. Het grappige is: mijn docenten van vroeger zijn mijn collega's van nu...!’ En nu heeft Balsam zich dus gevestigd met een zelfstandige praktijk.

Geen drempel om afspraak te maken

Balsam: ‘Mensen zijn van harte welkom voor een vrijblijvend intakegesprek, dus neem gerust contact op. En voor mensen met een beperking: ik doe ook behandelingen aan huis. We hebben een 3D-printer, waarmee prothesen kunnen worden geprint. Dit is vooral voor mensen met kokhalsneigingen ideaal. Dan maken we een kopie van de bestaande prothese, die we vervolgens in kleine stapjes aanpassen aan de gewenste situatie.

Ben je benieuwd wat wij voor je kunnen doen of wil je een afspraak maken, dan kun je ook gebruikmaken van het contactformulier op de website. Ik reageer altijd snel!’



Balsam Saleh

Adres en informatie

Tandtechniek en Tandprothetiek
Balsam Saleh
TPP Groningen
Rijksweg 16-B

9731 AB Groningen
Tel. 050-7859178
info@tppgroningen.nl
https://tppgroningen.nl



Een flinke mand vol bloemen

ZUIDBROEK Nu al gezellig met het voorjaar bezig zijn, wie wil dat nu niet? Dat kan aan De Akkers 17 in Zuidbroek. Jan en Renate van Oostwaard organiseren hier in november en december workshops ‘Bollenmand vullen’.

U wordt ontvangen met koffie of thee en daarna is het tijd om aan de slag te gaan. Onder de enthousiaste leiding van Jan en Renate vult u een mand met 130 bloembollen. Dit gaat laag voor laag (etagebeplanting). Boven op de bollen komen vijf winterharde viooltjes, zodat de mand er direct vrolijk uitziet.

Vanaf februari t/m mei kunt u dan genieten van een kleurrijke mand met bloemen die u zelf gemaakt heeft! Voor meer informatie en kant-en-klare bollenmanden zie de website www.vanoostwaard.com.

Uitbreiding openingstijden bloedafname Lewenborg

LEWENBORG Vanaf 17 oktober 2023 verruimt Certe de openingstijden op de bloedafnamelocatie in Gezondheidscentrum Lewenborg aan de Kajuit 438d. Op elke dinsdag kunnen patiënten nu terecht tot 10.00 uur (was 09.30 uur).

Nieuwe openingstijden

Op deze locatie kunnen bezoekers op afspraak terecht voor bloedafname en het inleveren van patiëntmateriaal. De nieuwe openingstijden zijn:

- Dinsdag van 8.00-10.00 uur
- Donderdag van 8.00-9.00 uur
- Vrijdag van 8.00-10.00 uur

Alleen op afspraak

Bezoekers kunnen alleen op afspraak terecht. Een afspraak kan eenvoudig gemaakt worden via de website van Certe: www.certe.nl.

Nieuw tijdelijk Gezondheidscentrum voor Meerstad

MEERSTAD In Meerstad verrijst binnenkort een nieuw tijdelijk Gezondheidscentrum. Locatie is Grunopark-De Wierden, gelegen naast het mайдoolhof, waar ook het huidige tijdelijke Gezondheidscentrum momenteel te vinden is.

Het plan is om de huisartsenpraktijk uit te breiden met een apotheekvoorziening, tandarts, verloskundige, fysiotherapeut en logopedist. Met zo'n 1100 m², is het nieuwe centrum daarmee een stuk groter dan het huidige gebouw. Ook een kinderopvang staat op de planning. Het past in de ambitie van Meerstad om de voorzieningen te laten meegroeien met de ontwikkeling van Meerstad. Nu het aantal inwoners groeit, neemt ook de vraag naar zorgvoorzieningen toe. Het vergrote Gezondheidscentrum kan in die behoefte voorzien.

Het gebouw waarin het Gezondheidscentrum straks wordt ondergebracht, staat nu nog naast het UMCG. Die noodvoorziening wordt de komende tijd gedemonteerd en in Meerstad weer opgebouwd. Streefdatum voor de opening van het gebouw is 1 mei 2024. Intussen wordt er gewerkt aan plannen voor een definitief Gezondheidscentrum in Meerstad.

Nieuwe subsidieregeling Energiebesparing mkb

Vanaf 1 oktober aan te vragen via gebruiksvriendelijke app

GRONINGEN De gemeente Groningen heeft de subsidieregeling energiebesparing MKB opengesteld voor ondernemers uit het midden- en kleinbedrijf (mkb) binnen de gemeente. De ondernemer heeft bij deze regeling de keuze uit twee opties met allebei een waarde van € 300,-. Bij de ene optie krijgt de ondernemer een energieadviseur op bezoek die ter plekke energiebesparende maatregelen installeert. Bij de andere optie kan de ondernemer zelf bij de deelnemende bouwmarkten voor € 300,- aan energiebesparende artikelen kopen en installeren.

Wethouder Economische zaken Carine Bloemhoff: ‘Met deze regeling kunnen ondernemers op een snelle en toegankelijke wijze de energiekosten in hun bedrijfspand verlagen. Goed voor het milieu en fijn voor de portemonnee. Ik hoop dat veel mkb ondernemers in onze gemeente er gebruik van gaan maken.’

De subsidieregeling is bedoeld voor kleinere ondernemingen, die een bedrijfspand gebruiken, en een maximum energieverbruik hebben van 15.000 kWh aan elektriciteit en 15.000 m³ aan gas.

Ondernemers die in aanmerking komen

voor de subsidie zijn al door de gemeente geselecteerd en ontvangen binnenkort via het duurzaamheidsplatform ‘Groningen Werkt Slim’ een brief met uitleg en instructie over de regeling. Bedrijven die geen brief hebben ontvangen, maar wel recht denken te hebben op de subsidie kunnen een aanvraag doen via groningenwerkt-slim.app. Hier is alle informatie over de subsidieregeling Energiebesparing mkb terug te vinden, waaronder ook de subsidievoorwaarden en de deelnemende bouwmarkten.

De regeling is opengesteld van 1 oktober tot en met 31 december 2023. Subsidies kunnen nog worden ingewisseld

bij de bouwmarkten tot 31 januari 2024. Er is voor de subsidieregeling een budget van € 210.000,- beschikbaar gesteld door de gemeente Groningen vanuit het Noodpakket Energiekosten en Inflatie.

Eenvoudig aanvragen met de Groningen Werkt Slim-app

Het aanvraagproces is sterk vereenvoudigd door het gebruik van de Groningen Werkt Slim-app (GWS-app). In de brief die ondernemers ontvangen staat een QR-code. Na het scannen van de QR-code krijgen ondernemers toegang tot de GWS-app. Na het beantwoorden van enkele vragen over o.a. de eigen onderneming en het energieverbruik wordt het digitale tegoed van € 300,- in de app gezet. Hiermee kunnen zij direct, met gebruik van de app, de energiebesparende materialen betalen bij de aangesloten bouwmarkten of de aangesloten energieadviseurs.

De GWS-app is mede mogelijk gemaakt door het Europees Interreg North Sea Region project BLING.





Voor een rechtvaardige en duurzame toekomst

Nederland staat voor belangrijke beslissingen die de koers van onze samenleving zullen bepalen. De aankomende Tweede Kamerverkiezingen onderstrepen het belang van de keuzes die voor ons liggen. In een tijd waarin burgers zich zorgen maken over het gebrek aan sociale rechtvaardigheid in Nederland, dienen we te streven naar een samenleving waar financiële zorgen niet langer het leven van mensen beheersen. Dit kunnen we bereiken door bijvoorbeeld beperkingen op te leggen aan de prijsontwikkeling van huur en energie. Daarnaast is wonen een fundamenteel recht. Laten onze politici aan de slag gaan voor een toekomst waarin betaalbare huisvesting geen onbereikbare droom is, maar

een haalbaar doel voor alle burgers, jong en oud. Ondertussen tikt de tijd door voor onze planeet. De klimaatcrisis is een urgent probleem. Een nieuwe regering dient dan ook vastberaden actie te ondernemen om een leefbare wereld te waarborgen voor komende generaties. Verder is het van belang dat onze volkvertegenwoordigers zich inzetten voor een gezondheidssysteem zonder financiële belemmeringen, waarbij de vrees voor hoge kosten geen obstakel mag vormen om de benodigde zorg te verkrijgen. Met verantwoordelijkheid als essentiële leidraad, is dit het moment om te kiezen voor een toekomst waarin vooruitgang, duurzaamheid en solidariteit hand in hand gaan.

André Vermeulen Lewenborg-Noord

Bijzondere vondst...

Tijdens een excursie naar onder meer de Ekokathedraal in Heerenveen, zag Jur Bezema deze rups. Een zogenaamde Meriansborstel ofwel een Caliteara Pudibunda. Ze komen algemeen voor in Nederland, al zie je ze amper. Rond deze tijd zoeken ze een plek onder afgevallen blad, bomen, struiken of tuinresten om zich te verpoppen. In het voorjaar komt de vlinder tevoorschijn: een nachtvlinder. Met enige pech zie je hem alleen verschijnen op de voorruit van je auto...



Jur Bezema Lewenborg-West



088 - 20 33 000 | info@lefier.nl | www.lefier.nl

[f](#) [t](#) [in](#)

staat voor wonen

door samen te werken aan een duurzame woonomgeving

AutoFirst Oldeman



ONDERHOUD EN REPARATIE ALLE MERKEN!

APK Alle Merken! Ook lichte bedrijfswagens en campers!
Voordelige (winter)banden, ook voor wissel en opslag!

Subaru - Daihatsu - Lexus - Toyota specialist met 12 mnd. BOVAG garantie* (*boven € 7.500,-)

Subaru Forester Executive
Grijs, 2013, 159.000 km, leder, navi, clima

€ 16.899,-



Toyota Auris Full Hybrid Aspiration
Grijs, 2011, 108.000 km, navi, clima

€ 10.999,-



CABRIO

| | | | | |
|---|-------|------|-----------|-----------|
| Lexus SC430 V8 Leder Automaat | grijs | 2002 | 132000 km | € 17999,- |
| Opel Astra 1.6 TwinTop Njoy | zwart | 2010 | 139000 km | € 7499,- |
| Peugeot 207CC 1.6 Leder Automaat | zwart | 2013 | 108000 km | € 12999,- |
| Toyota MR-2 1.8 Leder Automaat | grijs | 2001 | 149000 km | € 9899,- |
| Peugeot 108 Top Allure Navi,clima | blauw | 2020 | 66000 km | € 12499,- |
| Daihatsu Copen 1.3 Classic | Groen | 2009 | 61000 km | € 12499,- |

EXTRA ZUINIG EN VOORDELIG!

| | | | | |
|---------------------------------|-------|------|-----------|----------|
| Opel karl 1.0 Ecoflex edition | grijs | 2017 | 42000 km | € 8999,- |
| Mitsubishi space star 1.0 cool+ | wit | 2019 | 60000 km | € 8899,- |
| Nissan Micra Automaat! | Grijs | 2007 | 121000 km | € 5899,- |
| Renault Clio 1.2 Collection | Beige | 2010 | 51000 km | € 5949,- |

HYBRIDE AUTOMAAT

| | | | | |
|------------------------------------|-------|------|-----------|-----------|
| Hyundai Ioniq 1.6 PHEV Premium | Zwart | 2019 | 32338 km | € 24999,- |
| Kia Niro 1.6 PHEV Dynamicline | Grijs | 2018 | 46792 km | € 26999,- |
| Toyota Auris 1.8 Aspiration | grijs | 2011 | 108000 km | € 10999,- |
| Kia Niro 1.6 Dynamicline | Blauw | 2019 | 34934 km | € 24949,- |
| Mitsubishi Outlander PHEV instyle+ | Blauw | 2015 | 85218 km | € 20999,- |
| Lexus RC 300h F sport Leder Navi | grijs | 2016 | 99000 km | € 30899,- |

OVERIG

| | | | | |
|--|-------|------|-----------|------------------|
| Kia Venga 1.4 ComfortLine Airco | zwart | 2015 | 63000 km | € 11899,- |
| Nissan Juke 1.6 DIG-T Tekna | Wit | 2011 | 103000 km | € 9899,- |
| Mazda CX-3 2.0 GT-M | Blauw | 2018 | 88000 km | € 19899,- |
| Opel corsa 1.4 Online edition | Grijs | 2018 | 80000 km | € 12449,- |
| Opel Zafira 1.8 7 pers temptation | Grijs | 2008 | 199000 km | € 5499,- |
| Volkswagen Golf sportsvan 1.5 ACT | Grijs | 2019 | 33000 km | € 21499,- |
| Range rover Sport grijs kenteken! | Blauw | 2017 | 99000 km | EX BTW € 47949,- |
| Porsche Cayenne 4.8S 400PK! | Grijs | 2013 | 193658 km | € 33899,- |

SUBARU

| | | | | |
|---|-------|------|-----------|-----------|
| Subaru XV 1.6 Automaat Premium | Zwart | 2018 | 40000 km | € 24849,- |
| Subaru Forester 2.0 Ececutive CVT | grijs | 2013 | 159000 km | € 16899,- |
| Subaru Outback 3.0 Automaat 245PK! | Grijs | 2004 | 198000 km | € 9949,- |
| Subaru Outback 3.0 Automaat 245PK! | Beige | 2007 | 233000 km | € 9949,- |

WWW.AUTOFIRST-OLDEMAN.NL

AKELEIWEG 115 GRONINGEN ULGERSMABORG

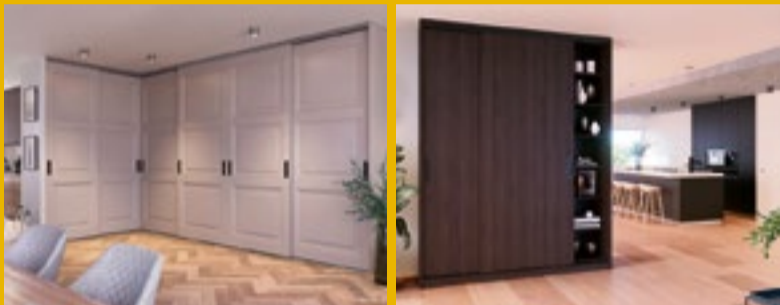
Hubo

Raffito

De mooiste kasten op maat gemaakt

Elke kast kan naar wens worden samengesteld met een eigen karakter. Alles wordt geheel op maat gemaakt zodat het uw ruimte optimaal benut. Graag helpen wij u met uw droomkast, gemaakt van de allerbeste materialen.

Laat u inspireren!



GARDEROBEKASTEN - SCHUIFDEURKASTEN - KEUKENKASTEN - INLOOPKASTEN
KLEDINGKASTEN - WOONKAMERKASTEN - OPBERGKASTEN



SLAAPKAMERKASTEN - BADKAMERKASTEN - TRAPKASTEN
DEUREN - LADES - KASTINDELINGEN EN HEEL VEEL ACCESSOIRES



Hubo

Korenmolenweg 6, Slochteren
Telefoon 0598 421203
www.huboslochteren.nl

GOUDSE JONG BELEGEN kilo 9.95

+ **gratis** onze beroemde metworst met cowboykruiden (bij aankoop van minimaal 1 kg)

* Actie geldt van donderdag 19 okt. t/m zat. 21 okt.

OP=OP

KAASHUIS WRONGEL

www.kaashuiswringel.nl
Winkelcentrum Martenshoek Meint Veningastraat 7 Hoogezand
Winkelcentrum De Hooge Meeren Gorecht-Oost 56 Hoogezand

40 jaar
Silvana Support
JUBILEUM
ACTIE



Rituals Aroma Diffuser cadeau bij een Silvana Support kussen.

40 jaar
Silvana Support

- TAPUIT
- GORDIJNEN
- SLAAPCOMFORT
- BOXSPRINGS
- KASTEN OP MAAT
- RAAMDECORATIE
- LUXAFLEX
- PARKET
- LAMINAT
- BIJTEZONWERING



HOME/design
Rijksweg 92 - O.H.Brug - 9731 AG Groningen
Telefoon 050 - 5 41 06 99
www.homedesignwoningrichting.nl
Eigen parkingsamenwerking
Direct bij de afslag ringweg richting Delfzijl

VACATURES

Link050

Dé vrijwilligerscentrale

Actief iets betekenen voor je wijk?
In **Lewenborg** kan je aan de slag als...

Communicatietalent?

Stichting De Oude Bieb

Jij bent de aangewezen persoon om de zichtbaarheid van De Oude Bieb op social media en in andere communicatie-uitingen een kleurrijk gezicht te geven.
deoudebieb@gmail.com | 0655270117

Een maatje voor het leven!

Verschillende organisaties

Heb jij een uurtje over in de week?

Word dan maatje!

Je inzet wordt zeer gewaardeerd.

www.link050.nl

Bezoek onze **online vacaturebank** of kom langs.

Ben je al vrijwillig actief in de gemeente Groningen?
Dan kan jij ook gratis meedoen met de trainingen of workshops van **Ontwikkellink**.

Fonds Goed Idee is een fonds die geld beschikbaar stelt voor activiteiten rondom kinderen/jongeren die het minder breed hebben thuis.

Heb jij een goed idee b.v. een leuke spooktocht organiseren?

Neem contact met ons op of kijk op www.link050.nl



AGENDA



HERFST EXCURSIE IN HET STADSPARK

ZONDAG 29 OKTOBER 2023

Harry Holsteijn vertelt graag over de herfst, de historie en de dieren in het Stadspark.
Ga je mee?
Aanmelden kan tot vrijdag 27 oktober via nde@ groningen.nl

GRATIS voor kinderen én volwassenen van 10:00u tot ongeveer 11:30u
verzamelen @ Paviljoen 't Groene Hart
Stadspark 3 in Groningen (naast de kinderboerderij)
maximaal 20 personen

NATUUR EN DUURZAAMHEID EDUCATIE GRONINGEN

KOM JE OOK NAAR HET

BUURTVUUR LEWENBORG

FIJNE GESPREKKEN EN LEKKER ETEN
aan het fietspad tussen Stuurboordswal en Noorddijkerweg

19.30
ZATERDAG
28 OKTOBER

KUHN REKON

LEKKER ETEN BEGINT MET EEN GOEDE PAN

SPAAR NU
Vanaf
5,-
+ 35 zegels

JUMBO
EN DAT VOOR DIE PRIJS

Groningen, Vossenburglaan 184 - 186

TANDTECHNIEK & TANDPROTHETIEK
BALSAM SALEH
— TPP GRONINGEN —

Volledige protheses

Gebitsprothese op implantaten

Immediaat prothese

Partiële protheses

Vragen over een klikgebit of een digitale prothese?
Bezoek onze website of plan een vrijblijvend consult in.

Bezoek de website

Op zoek naar een (nieuw) kunstgebit? Of wilt u meer weten over vergoedingen?

Bij Tandtechniek & Tandprothetiek Balsam Saleh hebben wij de expertise in huis om u te helpen bij al uw tandproblemen. Van een volledige gebitsprothese tot een gedeeltelijke, wij zorgen voor een hoogwaardig eindresultaat dat aansluit bij uw wensen.

◆ Rijksweg 16B | 9731 AB Groningen ◆ 050 705 91 78 ◆ info@tppgroningen.nl ◆ www.tppgroningen.nl

Pasfoto's

6 Officiële foto's
Direct klaar!
Geschikt voor Rijbewijs, Paspoort of ID kaart
100% acceptatiegarantie

€ 7,50

Een afspraak maken is niet nodig voor het maken van een pasfoto!

Dagelijks open van 8.30-18.30 uur. Vrijdag tot 20.00 uur. Zaterdag tot 17.00 uur.

CIGO da's mooi meegenomen

CIGO Lewenborg, Kajuit 269, Groningen, tel. 050 - 541 44 564

Sam& voor alle kinderen

Schoolspullen, sporten, muziek- en zwemles, een verjaardag vieren of een uitje. Het lijkt normaal voor alle kinderen in Nederland, maar niet elke ouder kan het betalen. Ben je een ouder met weinig geld of ken je een kind dat opgroeit in deze situatie?

Start dan een aanvraag! Sam& zorgt ervoor dat de aanvraag bij de juiste organisatie terecht komt. Ga hiervoor naar de site van de organisatie: www.samenvoorallekinderen.nl.

www.nijestee.nl **Nijestee i**

DE OUDE BIEB



Nieuwtjes uit De Oude Bieb - oktober

Nieuwe seizoen van start gegaan

Alle activiteiten bij De Oude Bieb draaien weer volop. Dagelijks kun je bij ons terecht voor een bakkie, een praatje of een koopje in De Biebshop.

Terugblik september

We hebben een drukke maand achter de rug. Naast de start van alle activiteiten, vierden we op 22 september Burendag. In De Oude Bieb hebben wijkbewoners gemaakt van een heerlijke vers gemaakte buurtmaaltijdsoep en 's middags konden ze deelnemen aan een Spelletjesmiddag. Daarnaast organiseerden we van 28 september tot en met 4 oktober de Week van de Ontmoeting. Elke dag stond er een activiteit of maaltijd op het programma. Het was een geslaagde week, die we volgend jaar weer gaan organiseren.

spelen. Uiteraard mag je ook zelf een spel meenemen. Je hoeft je niet op te geven; iedereen is van harte welkom.

GALA: Gezond en Actief Leven Akkoord

De Oude Bieb heeft een extra subsidie van de Gemeente Groningen ontvangen in het kader van Gezond en Actief Leven Akkoord. De Oude Bieb gaat een aantal extra activiteiten organiseren.

Leefstijlgroep

We starten, in samenwerking met Groningen Beweegt, op 22 november met een Leefstijlgroep. Centraal staan: gezonde voeding, bewegen, positieve gezondheid en een kookworkshop. Wil je meedoen of meer informatie: op woensdag 8 november om 15.30 uur geven Charlotte en Coby van



Een soepmoment tijdens Burendag

Spelletjesavond: dinsdag 31 oktober

Op dinsdagavond 31 oktober kun je weer gezellig een potje sjoelen of Scrabble of Kolonisten spelen bij De Oude Bieb. Zoals altijd ben je welkom vanaf 19.00 uur en drinken we eerst samen een 'bakkie' in de koffieruimte. Heb je zin om eens een 'nieuw' spel te spelen? Vraag dan gerust wat er allemaal beschikbaar is. De vrijwilligers die de Spelletjesavond begeleiden zijn zelf ook spelletjesfanaten en nemen regelmatig eigen spellen mee. Misschien hebben ze wel een spel thuis dat je graag zou

Groningen Beweegt een voorlichting in De Oude Bieb.

De Leefstijlgroep komt in totaal 15 keer samen. De eerste bijeenkomst is op woensdagmiddag 22 november van 15.30 tot 17.00 uur. Deelname is gratis.

Wandelgroep

Een van onze vrijwilligers heeft een training tot wandelcoach gevolgd en gaat samen met Groningen Beweegt een wandelgroep starten. Heb je interesse: je kunt je opgeven bij De Oude Bieb.



Spelletjesmiddag

Overzicht gratis activiteiten

- Koffietafel (maandag- t/m vrijdagochtend van 10.00 tot 12.00 uur)
- Jeu de Boules (maandagochtend van 10.00 tot 12.00 uur van mei t/m oktober bij Kraaienest)
- Get Hooked (dinsdagochtend van 10.00 tot 12.00 uur en woensdagavond van 19.30 tot 21.30 uur)
- Spelletjesavond (iedere laatste dinsdagavond van de maand van 19.00 tot 21.30 uur)
- Koor Zin in Zingen (woensdagochtend van 10.30 tot 12.00 uur in MON, Bieslookstraat 23)
- Schilderclub (woensdagochtend van 10.00 tot 11.30 uur)
- Buurtmaaltijd voor alleenstaanden (woensdagmiddag, inloop om 13.15 uur)
- Creatieve workshops (2 keer per maand op donderdagmiddag van 13.30 tot 15.30 uur)
- Bingo (1 keer per maand op donderdagmiddag van 13.30 tot 15.30 uur)
- Sjoelclub (donderdagmiddag van 13.30 tot 15.30 uur)
- Klaverjassen (vrijdagmiddag van 13.00 tot 15.30 uur)
- Massage/reiki (1 keer per maand op afspraak op vrijdagmiddag tussen 13.00 en 16.00 uur)

Locatie activiteiten

Alle activiteiten, met uitzondering van het Koor Zin in Zingen en Jeu de Boules, vinden plaats in De Oude Bieb, Anker 14-B in Lewenborg.

Voor alle activiteiten, met uitzondering van de koffieochtenden en de Spelletjesavonden, geldt: wil je voor het eerst meedoen, dan kun je je opgeven bij een van de gastmensen of bellen met De Oude Bieb, telefoonnummer: (050) 851 78 06.

Heb je al eerder meegedaan, dan word je gebeld door De Oude Bieb!

Daarnaast hebben we plannen om ook met een fietsgroep te starten.

Carla Vroom gestart in een basisbaan

In de vorige Lewenborger hebben we een foute achternaam genoemd. Carla Vroom, sinds jaar en dag vaste vrijwilliger en dus een bekend gezicht bij De Oude Bieb, is per 1 september gestart in een basisbaan bij de Gemeente Groningen. Carla blijft haar huidige werkzaamheden als gastvrouw en eindverantwoordelijke schoonmaak uitvoeren, maar doet dat in

plaats van als vrijwilliger nu vanuit een basisbaan.

VACATURE: KOK**Gezocht: vrijwilligers Kookgroep**

Bij De Oude Bieb koken we 1 keer per week een verse gezonde maaltijd voor alleenstaande oudere wijkbewoners. De vrijwilligers van de Kookgroep bepalen zelf wat er op tafel komt en doen ook de boodschappen. We willen graag vaker koken en zijn daarom op zoek naar hobby-koks. Als het

je leuk lijkt om met verse ingrediënten een gezonde maaltijd te koken voor 15 personen en gezellig samen met wijkbewoners en collega's te eten, dan is vrijwilliger worden bij De Oude Bieb misschien iets voor jou!

Als vrijwilliger werk je minimaal twee dagdelen per week. Lijkt het je leuk om eens kennis te komen maken, of wil je eerst meer informatie? Neem dan contact op via (050) 851 78 06.

Vrijwilliger vertelt

Lex is vrijwilliger en initiatiefnemer van de Jeu de Boules-club van De Oude Bieb, en vertelt over 'zijn cluppie'.

Maandagochtend, kwart over negen, kijk ik even naar buiten. Regent het? Nee. Is het warmer dan vijftien graden? Ja. Mooi, dan kunnen we gaan jeu de boules bij het fietspad vlak voor Mercator.

Sinds vorig jaar wordt het baantje bij Mercator weer gebruikt om elke maandagmorgen een balletje te gooien. We beginnen om tien uur, spelen een spelletje en genieten dan van een kopje koffie dat De Oude Bieb ons aanbiedt, om ver-

volgens nog een spelletje te spelen. Het is geen vaste club die speelt, dus iedereen die er plezier in heeft mag meedoen. Graag zelfs! We spelen zoveel mogelijk volgens de geldende spelregels, maar als het ons zo uitkomt lichten we daar flink de hand mee. Het is vooral lekker een poosje sportief bezig zijn in de buitenlucht en veel lol hebben met elkaar. We proberen de baan zo schoon mogelijk te houden, maar dat valt soms niet mee, dus dan moet er weer gebezemd of geharkt, of zo. We hopen het komend jaar op een opknappbeurt van de baan, zodat de boules niet meer op allerlei vreemde manieren rollen, huppen, of soms zelfs over een balletje

heen wippen. Overigens hebben we daar ontzettend veel plezier om.

Jammer genoeg gaan we naar het minder goede weer en stoppen we ermee voor dit jaar. Maar... volgend jaar op de eerste maandagochtend van mei zijn we weer present! Het gaat alleen niet door als het kouder is dan vijftien graden of als het regent. Dus, voor iedereen die het leuk vindt, kom een keertje kijken! En heb je geen boules, dan geen nood, want De Oude Bieb heeft er heel veel.

Tot ziens op het Jeu de Boules-baantje.
Groet van Lex



Qui est le plus proche? Oftewel: wie is het dichtste bij? De hamvraag natuurlijk...!

foto's: De Oude Bieb





Upcoming: Let's Gro in het Groninger Forum
3 t/m 5 november

Let's Gro is het jaarlijkse inspiratiefestival over de toekomst van de stad Groningen. Ook nu weer is er een gevuld programma met talkshows, lezingen, excursies, workshops en kun je zelf meepraten over de onderwerpen die jij belangrijk vindt. Het kloppend hart van Let's Gro bevindt zich weer in het Groninger Forum, maar in de verschillende stadswijken zijn ook onderdelen van Let's Gro geprogrammeerd. De redactie zocht enkele interessante programmaonderdelen uit.

door **Saskia Osinga**

In ontwikkeling: nieuwe strategie beheer openbare ruimte

Onlangs hield de gemeente een enquête over de toekomst van het stadsbeheer. Daaronder vallen zoal het openbaar groen, de stoep, de speeltuinen, de parken en de prullenbakken. De gemeente werkt aan een nieuwe strategie voor het beheer van deze openbare ruimte en polste haar inwoners hierover. Want wat vinden inwoners belangrijk?

Door klimaatverandering is het misschien verstandig de prioriteiten wat anders te leggen.

De vragen die zoal leven zijn hoe en hoe intensief het openbaar groen, parken en straten onderhouden moeten worden. Waar moet meer de nadruk op komen te liggen en waar kunnen de teugels wat gevierd worden? Hoe geven we kleur aan biodiversiteit? Verschillende belangen en afwegingen, ook van organisaties, worden afgewogen. De uitkomsten van deze enquête worden tijdens Let's Gro voor het voetlicht gebracht.

Een panel bespreekt op vrijdagavond 3 november de uitkomsten bij het Floreshuis in de Indische Buurt.

Van 20.00 tot 21.15 uur

Samen bouwen aan leefbare en klimaatbestendige wijken

Gemeente, projectontwikkelaars en corporaties werken in de Boumakring samen voor een leefbare stad, die past bij de complexe uitdagingen die klimaatverandering ons brengt

Op vrijdag 3 november gaan experts met elkaar in gesprek, samen met wethouder Rik van Niejenhuis en dijkgraaf Roeland van der Schaaf.

Van 17.00 tot 18.00 uur in de Rabo Studio in het Forum

Misschien moet je iets lager mikken: Milio van de Kamp over armoede

Socioloog en universitair docent Milio van de Kamp groeide zelf op in armoede. Zelf schreef hij een confronterend boek over opgroeien in armoede. 'Misschien moet je wat lager mikken', zei een vmbo-docent toen hij vertelde dat hij aan de universiteit wilde gaan studeren. Hij vertelt over de gevolgen van armoede en kansenongelijkheid en hoe hij zich daaraan wist te onttrekken.

Zaterdag 4 november 21-22 uur Camera 5 Forum

De toekomst van ons voedsel

Zondagmiddagtalkshow bij de publieke tribune waar Lara Harbers en Nathan de Vries in gesprek gaan met diverse voedselexperts. Wat ligt er straks op ons bord? Heeft iedereen recht op gezond eten? Welke effect heeft voedselproductie op gezondheid en de leefomgeving?

14.30-15.30 uur Publiektribune, Hal Groninger Forum

Dansworkshop Dabke to go

Dabke dansen kun je overal! Kom daarom op zondagmiddag 5 november naar de publiektribune in het Forum. Daar wordt een workshop dabke gegeven, een dans uit het Midden-Oosten die mensen bij elkaar brengt. Lekker hand in hand samen stampen (en het is makkelijk te leren!) Een feestelijke afsluiter van deze editie van Let's Gro.

Er zijn maquettes, installaties en presentaties tijdens het Let's Gro weekend te zien. Daarnaast zijn er enkele excursies.

Let's Gro is een volledig gratis toegankelijk festival.

Alle info is te vinden op forum.nl/letsagro.

Meziek mit Bus editie 2023

Op zondagmiddag 29 oktober vindt voor de twintigste keer het muziekfestival Meziek mit Bus plaats. Gewoonlijk een uniek festival op drie locaties in Ruischerbrug, Zuidwolde en Thesinge, met drie bands en een stel ouderwetse bussen die de bezoekers van de ene naar de andere locatie brengen. Maar dit jaar vieren we de twintigste editie van het festival. Daarom gaan we het eenmalig anders doen.

Om half twee vertrekken we per bus naar de festivallocatie: **De Boerderij in Oosterwijtwerd**. Daar spelen drie bands elk twee sets van drie kwartier. Dit jaar zijn dat de legendarische Groninger cow-rockers **Reverse Cowgirls**, met gitaarvirtuoos Joost Dijkema en z'n twee kornuiten Michiel Hoving en Harry Kingma. Dan de **Gumbo Kings** met hun stomende Soul & Rhythm 'n Blues. En ten slotte de hoofdact: de 8-mans formatie **Jick Munro & The Amazing Laserbeams** met hun swingende mix van bluegrass, country, folk, blues, rock, soul en Americana.

Tussendoor kan je wat eten en drinken bij de diverse stalletjes waar voor iedereen wat te halen valt. Vlees, vis, vegetarisch, vegan: het is er allemaal. We gaan wat langer door dan normaal want we willen er een echte feesteditie van maken. Wil je toch eerder naar huis, dan rijden onze bussen

Pablo Picasso, nu alleen 'Picasso' genoemd, een van de invloedrijkste kunstenaars uit de 20ste eeuw, geboren in Málaga, Spanje overleed in Mougins in Frankrijk vijftig jaar geleden. Het programma van het jubileumjaar van Picasso omvat een vijftigtal museale tentoonstellingen over de

door **Joanna Paszkiewicz**

hele wereld; in Nederland in Cobra museum voor Moderne Kunst. Iets onverwachts: tussen Picasso's museale jubileumexposities kwam een controversiële – 'It's Pablotomic'. In het Brooklyn Museum - en dit museum is na het Metropolitan Museum of Art het grootste kunstmuseum van New York - de Australische gastcurator herinnerde de iconische schilder met zijn duistere kant als vrouwenhater (het is bekend, dat sommige van zijn vrouwen stierven door zelfdoding). Maar het is moeilijk een icoon zoals Picasso van zijn sokkel te willen trekken. De meerderheid van de recensenten beoordeelt deze expositie als oppervlakkig.

Het grote publiek heeft de lange documentaire gekregen 'Picasso: The Beauty and the Beast', die nog steeds ronddraait door de nationale televisiezenders. Deze documentaire, waarin de belangrijkste speaker is Paloma Picasso,

dochter van de kunstenaar en geboren in 1949, legt het accent op zijn privéleven; bovenal op de verbinding met Picasso's succesvolle creatieve perioden en de opeenvolgende figuren van zijn vrouwen. Het is nu iets minder bekend dat Picasso was politiek betrokken als linksgeoriënteerd mens. Zijn veelzijdige nalatenschap omvat ook de politieke onderwerpen maar ze zijn in jubileumjaar niet sterk geaccentueerd, hoewel 2023 gemarkeerd is door een schokkende groei van de politieke onrust. Het Museo Nacional Centro de Arte Reina Sofia in Madrid bezit het hoogtepunt van zijn oeuvre: het monumentale, apocalyptische schilderij 'Guernica', dat Picasso onder de directe indruk van het bombardement van het Baskische stadje heeft geschilderd in 1937. Voor het Vredescongres van Parijs in 1949 ontwierp hij zijn beroemde 'vredesduif', als pacifistisch symbool nog steeds in gebruik. Het jaar van Picasso komt binnenkort aan het eind - met welke resultaat? Kortom: met de versterking van zijn mythe.

Mini-expo in Forum bibliotheek

De vitrine in de Lewenborgse Forum bibliotheek staat in november - december in het teken van boeken over Picasso uit de eenpersoons verzameling. Op de foto: het boek 'Picasso's Animals' door



Jick Munro & The Amazing Laserbeams

foto: MmB

met enige regelmaat terug naar de drie opstapplaatsen. Zo word je net als altijd weer thuis afgeleverd.

De prijzen

Passe-partout: 22 euro excl. transactiekosten.

Locatiekaart: 18 euro excl. transactiekosten

De kaarten

Info over de online kaartverkoop, de bands, de aanvangstijden, het busschema (met bijbehorende opstapplaatsen) en overige informatie op meziekmitbus.com.



foto: Nienke Noordenbos

MYTISCH PABLO PICASSO

Boris Friedewald (uitgeverij Prestel, 2014). Het leven van Picasso was verbonden met de dieren; inclusief de uilen, ook als modellen van de tekeningen en de keramische sculpturen. In 1957, in de periode wanneer een kleine uil in zijn studio woonde, legde hij een eigen geknipte tekening op zijn fotoportret. De fotograaf David Douglas Duncan maakte meteen de foto... Een uil heeft de ogen van Picasso gekregen.

Fotogroep Garmerwolde exposeert in Thesinge

Fotogroep Garmerwolde exposeert het weekend van 21 en 22 oktober in de Kloosterkerk in Thesinge.

Er is werk te zien met als centrale onderwerpen Dichtbij, Verval en Architectuur. De combinatie van deze drie thema's garandeert een afwisselende, originele kijk op alledaagse (en iets minder alledaagse) onderwerpen die vaak lastig in beeld te brengen zijn. De foto's van Joke de Jong, Ton Ensing, Koos Zeedijk, Margriet de Haan, Paul Veenstra en Janneke van der Burgh, laten zien dat je met verbeeldingskracht en een scherp oog voor detail fraaie visuele composities kunt maken die de fantasie prikkelen.

De expositie is geopend van 11.00 tot 17.00 uur. U bent van harte welkom. Leden van de fotogroep zijn aanwezig voor het beantwoorden van vragen en opmerkingen. Meer informatie is te vinden op fotogroepgarmerwolde.com.



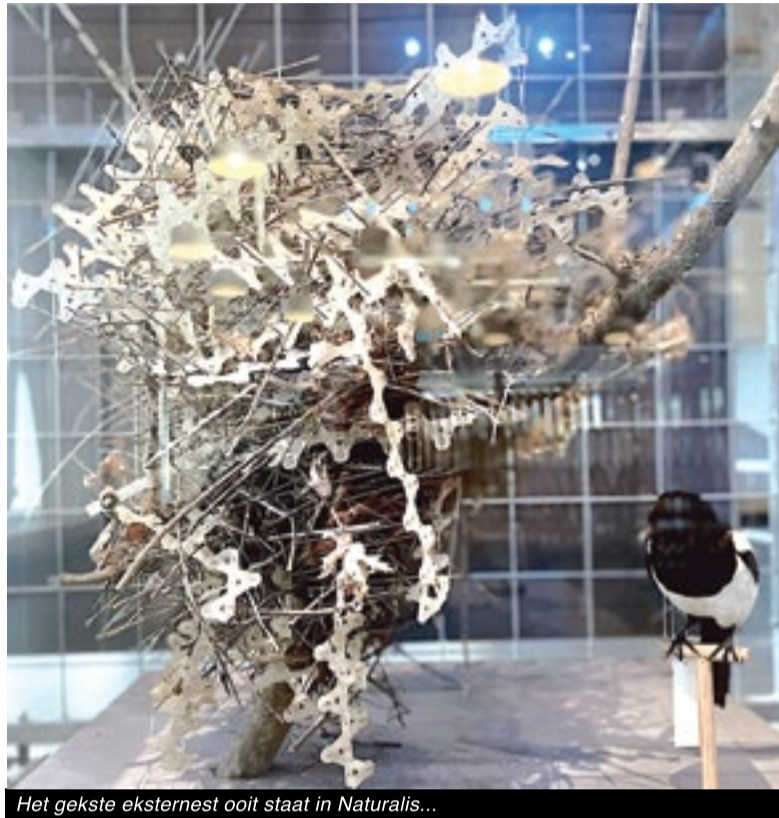
foto: Janneke van der Burgh

NATUURLIJK LEROY & VLINDERTUIN

Creatieve nestenbouwers

tekst en beeld Peter Kruijt

Eksters zijn inventieve bouwers die vaak jaar in jaar uit hetzelfde nest gebruiken. Door de jaren heen wordt zo'n nest hersteld en uitgebouwd tot er uiteindelijk een kleine villa kakelbont prijkt in de top van een meestal hoge boom. Zo'n nest bestaat uit een kom van gevlochten takken met een doorsnee van een halve meter, daarop nog eens een halve meter vlechtwerk en een heuse koepel om het af te maken. Door eksters verlaten nesten worden wel door uilen, valken of kraaien gebruikt. Je zou de eerste bewoners dan ook gerust ecobouwers mogen noemen. Het duurt overigens wel even voor ze deze vaardigheid onder de duim hebben. Van jonge eksterparen is bekend dat zij meerdere nesten bouwen. Sommige daarvan worden enkel gebouwd om ervaring op te doen, andere worden alleen gebruikt om de liefde in te bedrijven. Aan de Patrijspoort had ik een voortuin waarin een hoge papierberk stond. Een jong paar startte daarin eens met bouwen. Hoog in



Het gekste eksterneest ooit staat in Naturalis...



Klik, en bekijk het verhaal van een vreemd eksterneest

de lange en dunne kroontakken verscheen een fraai nest. Wat zij bouwden, daar was niks mis mee. De plek was echter niet erg gelukkig gekozen. Dat voorjaar stond ik voor

mijn slaapkamerraam en zag hoe het grote gevaarte heen en weer zwiepte in een zuidwester die een vijf op de schaal van Beaufort neerzette. De eksters zag ik in de dagen daarna amper nog in de papierberk. Niet veel later kwam ik thuis van het werk en ontdekte een ongelofelijk grote hoeveelheid takken op mijn oprit. 'Welke idioot heeft die hier neergegoid?', was mijn eerste gedachte. Omhoogkijkend zag ik wat er gebeurd was. Het fraaie bouwsel was in zijn geheel naar beneden gedonderd. Het jonge bouwpaar zat alweer lang en breed in een hoge populier een eindje verderop. Het bouwen was dit paar wel toevertrouwd. Ook het nieuwe nest was een riante uitvoering en de locatie was een uitstekende keuze. Hier bracht het jonge paar dat broedseizoen en in volgende jaren succesvol vele jongen groot.

Nou hebben eksters een slechte reputatie. Diefachtige moordenaars worden ze wel genoemd. Maar zijn wij niet te snel in ons antropomorfe oordeel over deze prachtige die-

ren? Toegegeven, ze voeren hun eigen jongen zo nodig met de jongen en eieren van andere vogels. Zijn ze daarom rovers? En ja, eksters pakken wel eens glimmende hebedingetjes en verwerken dat in hun nesten. Maakt dat ze dieven? Eksters verzamelen ook noten en leggen daarvan een wintervoorraadje aan. Dat maakt ze toch geen hamsters?

Bioloog Auke-Florian Hiemstra is gespecialiseerd in het gebruik van artificiële materialen in nestbouw. Hij ontdekte laatst het gebruik van antivogelpinnen in eksterneest. Deze akelige punten worden steeds vaker op gebouwen gebruikt om vogels te weren. Dat deed een stel voortvarende eksters niet. Zij wisten de pinnen los te trekken en te gebruiken bij hun nestbouw. Bij een Belgisch ziekenhuis ontdekte men zelfs een nest dat helemaal uit deze gruwelijke pinnen was opgebouwd. Stekels die vogels moesten weren, waren door eksters gebruikt om een veilig thuis voor hun kroost te maken. Dat zijn pas creatieve nestenbouwers.



Stichting Vlindertuin Lewenborg
Roer 142k 9733 AL Groningen
vlindertuinlewenborg@gmail.com
www.vlindertuinlewenborg.nl

Seizoensfeest

tekst en beeld Bas Schoonenboom

We hebben een nieuw bord geplaatst aan de ingang. Als je bij Roer de bocht omfiets of te voet komt aanlopen zie je iets blauw en geels. Een waar kunstwerkje. 'De Vlindertuin' staat erop. Onze Betty heeft dit geschilderd. Een klimoptakje erboven maakt het bord compleet. Binnenkort vindt de onthulling plaats. Je kent het wel: doek erover en trekken aan een touwtje.

Een andere activiteit is het poten van bolgewassen. Planten mag ook. Is het niet te vroeg? Er moet eerst wat kou overheen, toch?

Een supermarkt op Kajuit is er al heel vroeg bij om bloembollen aan te bieden. Tulpen, Winterakonieten, Narcissen en diverse Sieruien. En ja hoor, vanaf sep-

tember kun je beginnen. Best gek eigenlijk in deze periode van een warme herfst.

Enige verwarring ontstaat over het planten van gladiolen. In mijn eigen tuin heb ik er vijf stuks in de grond gegraven. Twee kwamen in bloei en de andere slechts in blad, ra, ra. Ok, ik snap dat gladiolen najaarsbloeiers zijn. Ik wil iets bloeiends zien. Waar gaat het mis? In mijn tuin staat de Herfsttijloos, een krokusachtige met paarse bloemen en een hele lange steel. Een forse regenbui heeft die bloemen totaal gplet. Terneergeslagen ben ik. Afijn, op de Vlindertuin verwacht ik een palet aan kleuren!! Een waar feestje is het verzamelen van kastanjes. Langs de weg naar Lichtboei staat een paardenkastanje. Kinderen springen als jonge veulens in het rond om wat ontbolsterende kastanjes te pakken. Zet je ze in een pot, dan verschijnt er plots een boompje. Leuk gewoon.

Op de Vlindertuin is het een drukte van belang. Als proef voor het volgende jaar 2024 persen Lex, Ineke, Joost, Leendert, Renne en wat kinderen appels tot sap, een geestrijk vocht. Een tikkie alcohol zit erin. Als een Grieks ezeltje draaiden we in het rond. De overgebleven pulp gaat naar enkele pony's in de buurt. Voor de liefhebbers hebben we nog iets van dit sap te proeven. Je ziet het al borrelen. Ook dit was een feestje!

Aldus beheerder Bas Schoonenboom en teamgenoten



Het nieuwe bord...

Het LeRoy knalt van de activiteiten

tekst en beeld Wim Velt

Er is weer een hoop gebeurd in het LeRoy en er staat een hoop op stapel, dus spits je ogen....

De vrijwilligers van het vieren van het 50 jarig bestaan van het LeRoy werden 7 oktober bedankt met een busreis naar de Ecolathedraal van Louis Le Roy in Mildam en naar de Kennedylaan in Heerenveen, een broertje van ons LeRoy-gebied. Voor velen was dit een eerste bezoek, oudgedienden konden zich verbazen over hoe snel de natuur met al deze steenstapelings aan de haal gaat.



Een week later werd er druk gewerkt door vrijwilligers, deze keer aan de houtvoorraad voor de kachel van het LeRoy-huis, dankzij de storm van deze zomer.



Het Werf-gebouwtje, dat eindelijk weer in orde is, wordt nog beter getimmerd en getegeld onder aanvoering van Arjen van Wijk met geld uit het wijkbudget voor de buurtmoeders, die er ook gebruik van gaan maken.

Fijn dat er nu zo veel meer mensen actief zijn in het LeRoy dan de afgelopen jaren. Er komt steeds meer leven in de



brouwerij. Kom ook eens kijken. Laat je verrassen. Kost niets. **Zaterdag 28 oktober om 10 uur** in het LeRoy-huis bij voorbeeld. Maar ook: **zaterdag 4 november**. Dan kan je zowel in het LeRoy-huis als in de Werf door microscopen kijken. Je krijgt er uitleg en hulp van mensen die er verschrikkelijk veel van weten. Het is dan 70 jaar geleden dat Frits Zernike de Nobelprijs kreeg voor zijn uitvinding van de fasecontrastmicroscop. Je mag zelf ook materiaal meenemen om onder een microscoop te bekijken.

Die dag is het ook natuurwerkdag. Uiteraard wordt er dan ook flink aangepakt in het LeRoy-gebied door iedereen die weet dat dit net zo goed voor je lijf is, alleen veel leuker dan de sport-school.



KERKENROOSTER

**Restoration Church – Herstelgemeente**

Voorganger: Pastor J.J. van Mourik
Telefoon: 050-549 41 41 www.restorationherstel.nl

| Datum | Plaats | Tijd | Predikant |
|---------|------------|-----------|-------------------------|
| 29 okt. | Emmaüskerk | 15.00 uur | Dhr. R. Lange |
| 05 nov. | Emmaüskerk | 15.00 uur | Pastor J.J. van Mourik |
| 12 nov. | Emmaüskerk | 15.00 uur | Dhr. A. Kruit |
| 19 nov. | Emmaüskerk | 15.00 uur | Pastor J.J. van Mourik |
| 26 nov. | Emmaüskerk | 15.00 uur | Rev. L. van den Kerkhof |

P.K.N. gemeente Damsterboord

Predikant: ds. J. Wilts, Noorddijkerweg 14/16 Groningen
Telefoon: 050-280 88 63 www.damsterboord.nl

Van harte welkom in onze zondagse diensten. U vindt de data en tijden voor de diensten ook op de website onder de knop Liturgie en kerkomroep. Tegenwoordig kunt u de diensten ook thuis meekijken of later bekijken. Alleen luisteren kan ook. Dat kan via <https://www.kerkomroep.nl/#/kerken/10843>. Tot ziens!

| Datum | Plaats | Tijd | Predikant |
|---------|--------------|-----------|--------------------|
| 22 okt. | Stefanuskerk | 10.00 uur | ds. J. Wilts |
| 29 okt. | Stefanuskerk | 10.00 uur | ds. M. Baas |
| 05 nov. | Stefanuskerk | 10.00 uur | ds. L.O. Giethoorn |
| | Oecumenisch | | |
| 12 nov. | Stefanuskerk | 10.00 uur | ds. J. Wilts |

Overstag - Samen ontdekken!

Op zondag 5 november is er weer een Samen ontdekken! Ontmoet wijkenoten, luister naar een bijbelverhaal praat erover, ontdek meer en knutsel over het thema. Altijd met een hapje en drankje. Wees welkom om 11.00 uur in 't Kompas, Valreep 67-69. Meer informatie via overstag-lewenborg.nl.

R.K. Walfriedgemeenschap (Hildegardparochie)

Pastores: A. Jellema, telefoon 06-12717774 en M. Oosting, telefoon 06-39175000. Kerkgebouw: Emmaüskerk, Ra 4
Telefoon: 050 - 541 21 15 www.hildegardparochie.nl

Voor de oecumenische en gastdiensten van PKN verwijzen wij u naar de planning van Damsterboord.

| Datum | Plaats | Tijd | Voorganger |
|---------|--------------|-----------|---------------------------|
| 02 nov. | Emmaüskerk | 19.00 uur | dienst o.l.v. parochianen |
| 05 nov. | Stefanuskerk | 10.00 uur | Oecumenische viering |
| 12 nov. | Emmaüskerk | 11.15 uur | pastor Myriam Oosting |
| 19 nov. | Emmaüskerk | 11.15 uur | dienst o.l.v. parochianen |
| 26 nov. | Emmaüskerk | 11.15 uur | pastor Arjen Jellema |

NB. Iedere woensdagmorgen is vanaf 10.00 uur tot 12.00 uur de kerk open voor een moment van stilte, voor een gebed of om even een kaarsje aan te steken. U bent van harte welkom.



DE BOEI

**Multicultureel Vrouwencentrum De Boei****Waar vindt u De Boei?**

Multicultureel Vrouwencentrum De Boei is gehuisvest op de 1e verdieping in Wijkcentrum Het Dok. Daar zijn we bereikbaar met trap en de lift. Ons telefoonnr.: 06-25301671
Website: www.vrouwencentrumdeboei.nl
E-mail: info@vrouwencentrumdeboei.nl

Wat is De Boei?

De Boei is een Multicultureel Vrouwencentrum voor vrouwen van alle culturen, dat gerund wordt door vrijwilligsters.

Wat heeft De Boei te bieden?

In De Boei is er een groot en gevarieerd aanbod van cursussen en activiteiten. Maar vooral wil De Boei een gezellige, sfeervolle en veilige ontmoetingsplek voor vrouwen zijn. Even binnen lopen voor een kopje koffie of thee, even praten met elkaar. U kunt daarom altijd terecht van maandag t/m vrijdag van 9.00 - 15.00 uur. In de schoolvakanties zijn we gesloten.

Koffieochtend

Elke vrijdagochtend vanaf 9.00 uur kunt u bij ons binnen lopen voor een kopje koffie. Dit is gezellig en zo maakt u kennis met andere vrouwen.

Naaiatelier

Elke donderdagmiddag van 13.00 - 15.00 uur kunnen wijkbewoners kapotte kleding laten herstellen in De Boei, in ruil hiervoor vragen wij een vrijwillige bijdrage. U kunt zo bij ons binnenlopen. Eén van onze gastvrouwen verwelkomt u met koffie of thee.

Overige activiteiten:

Elke vrijdagmiddag Handwerkcafé van 13.00 - 15.00 uur
De eerste vrijdagochtend v/d maand: Plantenruilmarkt van 9.30 - 11.30 uur
De laatste vrijdagochtend v/d maand: is er Kledingruilbeurs 10.00 - 11.30 uur

Cursussen overdag

| Activiteit | Dag | Tijd |
|----------------------|-----------|---------------|
| Multicultureel koken | Maandag | 9.00 - 12.00 |
| Arabische les | Maandag | 10.00 - 11.30 |
| Engels | Maandag | 13.00 - 15.00 |
| Nederlands** | Dinsdag | 9.00 - 11.30 |
| Computerles | Dinsdag | 13.00 - 15.00 |
| Fietsles | Dinsdag | 10.00 - 11.30 |
| Schilderen | Dinsdag | 13.00 - 15.00 |
| TAALCAFÉ | Maandag | 10.00 - 11.30 |
| Engels**** | Woensdag | 9.00 - 11.00 |
| Creatieve club | Woensdag | 9.30 - 11.30 |
| Naaiatelier | Donderdag | 13.00-15.00 |
| Fietsles | Donderdag | 10.00 - 11.30 |
| Quilten | Donderdag | 10.00 - 12.00 |
| Nederlands** | Donderdag | 9.00 - 11.30 |
| Spaans | Vrijdag | 10.00 - 12.00 |
| Gezellig bakken | Vrijdag | 9.30 - 12.00 |
| Spellenmiddag | Vrijdag | 13.00 - 15.00 |
| Zumba | Vrijdag | 13.00 - 14.00 |

Cursussen 's avonds

| | | |
|-------------|-----------|---------------|
| Naaiatelier | Maandag | 19.00 - 21.00 |
| BOM*** | Donderdag | 19.00 - 20.00 |
| Yoga | Vrijdag | 16.00 - 17.15 |

* voor beginners
** i.s.m. Alfa-college
*** = Bewegen Op Muziek
**** gevorderden

Wandelen doen we gezamenlijk, elke maandag, woensdag en vrijdag vanaf 10.00 uur. Fietsen doen we samen elke dinsdag en donderdag vanaf 10.00 tot 11.00 uur.

In De Boei vinden ook tal van activiteiten plaats, ook met een diverse culturele achtergrond en op het gebied van gezondheid in combinatie met gezelligheid. Kom bij ons langs!! Wij verwelkomen u graag met een kopje koffie/thee.

Open Kerk op Allerzielen

Op donderdag 2 november, is het de dag van Allerzielen. Het is een dag waarop al eeuwenlang de overledenen herdacht worden.

Elk jaar is de Stefanuskerk dan 's avonds tussen 18.00 en 20.00 uur geopend om op een rustige plek de mensen te kunnen gedenken die gestorven zijn. U bent van harte welkom om binnen te lopen, plaats te nemen in de banken om te luisteren naar de muziek of een kaars aan te steken. Er zijn een paar gastvrouwen aanwezig met wie u, als u dat wilt, kunt praten.

Donderdag, 2 November tussen 18.00 en 20.00 uur.
Plaats: Stefanuskerk, Noorddijkerweg 16, Groningen.
(tegenover de begraafplaats).



SPORT

Koreaanse zwaardkunde Haedong Kumdo in Lewenborg

LEWENBORG Onlangs werd ik aangesproken door een buurtbewoonster. Zij vroeg mij: 'U schrijft toch voor de Lewenborger? Heeft u al eens gehoord van Koreaans zwaardvechten?' Een van hun kinderen beoefent deze sport. Mijn reactie was dat ik hier nog nooit van gehoord had. Wel van karate, taekwondo. Bij meer mensen bekend, denk ik. Zij vroeg mij of ik het dan niet leuk zou vinden hier een artikel aan te wijden. Natuurlijk wilde ik dat. Tof, zo'n initiatief van iemand uit de buurt.

tekst en beeld Piet Gruisen

Ik kreeg info en ging meteen aan de slag. Ik maakte een afspraak met Dennis Norberhuis. Hij staat aan de basis van sportclub Ssang Su Kwan, wat zwaardschool betekent. Op 28 oktober 2016 is de sportclub opgericht. Sindsdien geeft hij les in de Koreaanse zwaardkunde. Hij is erkend Haedong Kumdo, 'weg van oosterse zwaard', meester. Hij heeft les gehad van een Japanse meester die familie van Dennis is en geeft op deze wijze de zwaardkunst door. Aanvankelijk met zijn broer, die inmiddels gestopt is. Hij heeft zelf de passie in vechtsport ontdekt via bijvoorbeeld karatefilms van onder meer Bruce Lee.

Hij heeft eerst ook karate beoefend. Hij vindt de zwaardkunde belangrijk vanwege de technieken, de geschiedenis, denk aan de veldslagen, en vechten op techniek. Op de veldslagen waren de patronen, het blokken, belangrijke elementen. Hij traint zijn leden met één en twee zwaarden.

Inmiddels zijn er 25 leden, jongens en meiden, in verschillende leeftijdsgroepen en niveaus. Leerlingen zijn onder andere door videospelletjes en films nieuwsgierig geworden. Wat mij opviel toen ik ging kijken, is dat de leden erg om elkaar denken. Ook de sierlijke bewegingen, af en toe net een mooie schaatsslag. De leden betalen wel contributie, waar onder meer de zaalhuur en materialen van betaald worden. Je kunt denken aan bamboematten. Bamboematten? Waar zijn die voor nodig? Op het moment dat er met scherpe zwaarden geoefend wordt, zijn deze matten nodig om de slagtechniek te oefenen door het doormidden snijden van deze matten. De leerlingen beginnen met hou-



Oefensessie in de sportzaal

ten of kunststof zwaarden om uiteindelijk te komen bij de ongeslepen zwaarden en later scherpe zwaarden. De leerlingen hebben afhankelijk van hun niveau banden, beginnend bij wit om uit te komen via geel, groen, groenblauw naar zwart en dan de Dan-graden. Bij het niveau van de tweede Dan, wordt ook een vlijmscherp zwaard voor alle onderdelen gebruikt.

Ik vond het prachtig om te zien, een aanrader. Een mooie uitspraak van Dennis was dat hij boft met zijn groep. Hij vindt kwaliteit belangrijk, maar vooral dat de leden het leuk vinden.

De trainingen worden op maandag en vrijdag gegeven in sportzaal Kiel. Dennis wou te kennen geven dat iedereen welkom is bij de club en dat iedereen zichzelf mag en kan zijn bij Ssang Su Kwan. Voor meer informatie verwijs ik jullie graag naar de website: www.ssangsukwan.nl.



Dennis Norberhuis in karakteristieke houding



Nieuw bij KILL THE HILL

KARDINGE Het meest uitdagende hardloopevenement van Groningen wordt dit jaar op zondag 26 november gehouden met een nieuw parcours, een nieuwe startplaats en een KIDSRUN.

Het parcours gaat natuurlijk nog steeds twee keer over de Kardingebult, maar deze keer is de brug over de sloot eruit gehaald en starten we vanaf het strand bij het Zilvermeer. De startlocatie is ook veranderd omdat we een mooie samenwerking zijn aangegaan met het Kardingepaviljoen, dus niet alleen de Kardingebult omhoog, maar ook door het mulle zand.



Deze editie wordt allereerst gestart met de KIDSRUN van 2 km, een prachtige uitdaging voor basisschoolkinderen (eventueel met ouder). Zij mogen als eerste over het nieuwe parcours en krijgen bij de finish niet alleen de beroemde high five, maar ook een prachtige medaille. 'We verwachten dit jaar circa 500 deelnemers omdat dit soort evenementen groeit', aldus Jan Douma (organisator). 'Kinderen en volwassenen willen meer uitdaging en spanning tijdens het hardlopen en hier voldoen we aan met onze events zoals de Dark sky trail in Lauwersoog en de 24-uurs race Kardingebultra, het motto is nog steeds: 'Geniet! als je durft'.'

Voor informatie en inschrijving: <https://www.killthehill.nl>. Voorinschrijven kan tot 19 november.

Sport050 lanceert nieuwe website

Het doel van het nieuwe online platform Sport050.NL is om inwoners van Groningen te enthousiasmeren voor sport en bewegen en ze wegwijs te maken in het Groningse sportaanbod. Op de website vinden bezoekers onder andere een overzicht van het sportaanbod, sportclubs en sportinitiatieven binnen de gemeente. Ook de sportlocaties hebben een prominente plek, net als alle informatie over de diverse projecten, nieuwbouw of financieringsregelingen die met sport en bewegen te maken hebben. Benieuwd naar de nieuwe website? Neem een kijkje op de website: <https://sport050.nl>.



Wethouder Jongman verricht de officiële starthandeling

Gezocht: Vrijwillig Coördinator bij project Voorlezen

Vrijwilliger bij het voorleesproject: 'Als ik mijn fiets op slot zet, roept hij al enthousiast mijn naam. Eerst vertelt hij verhalen over school en voetbal. Daarna gaan we lezen en spelletjes doen. Hij gaat echt vooruit.' Wil jij meehelpen om deze waardevolle ontmoetingen te organiseren?

Bij project Voorlezen worden kinderen spelenderwijs geholpen in hun taalontwikkeling wanneer ouders niet (goed) in staat zijn dit zelf te doen. Vrijwilligers lezen de kinderen thuis voor of lezen samen met het kind, doen (taal)spelletjes met ze of ondernemen andere activiteiten waarin communicatie belangrijk is. Plezier in taal staat voorop! Het voorleesproject is er voor kinderen van 3 tot 12 jaar. In Lewenborg doen maar liefst 18 kinderen en 7 vrijwilligers mee aan project Voorlezen!

Als Vrijwillig Coördinator breng je kind en vrijwilliger met elkaar in contact. Je voert kennismakingsgesprekken met nieuwe vrijwilligers en met gezinnen thuis. Op basis van wensen en persoonlijkheden probeer jij goede matches te maken. Mocht een vrijwilliger ergens tegenaan lopen, dan ben jij het eerste aanspreekpunt. Het voordeel aan dit vrijwilligerswerk is dat je je eigen



tijd kan indelen (afspraken met kinderen zijn vaak na schooltijd). Verder tref je een diversiteit aan mensen. Een coördinator vat het zo samen: 'Ik woon al lang in Groningen maar sinds dit werk, heb ik een compleet nieuwe wereld aan mensen ontmoet.' Daarnaast werk je samen met een gezellig team en word je goed ondersteund door de projectcoördinator.

Spreek het je aan om met kinderen en vrijwilligers te werken en deze aan elkaar te verbinden? En heb je 6 à 10 uur per week tijd? Kom bij ons gezellige team en word Vrijwillig Coördinator bij Voorlezen. Bel naar 050-3126000 of mail naar: mip.groningen@humanitas.nl.

HET WINKELCENTRUM

voor jong *en oud*



KAASVOORDEELSHOP
Lekker & Voordelig

ISHTAR
market

Kruidvat

shoebby

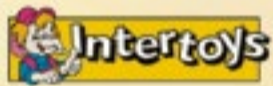


25 speciaalzaken voor u!



HEMA

Altijd **gratis parkeren** rondom het winkelcentrum.



Verbouwing

Tijdens de renovatie van het Winkelcentrum kunt u enige overlast ondervinden, maar alle winkels zijn open en goed bereikbaar. Wij maken het Winkelcentrum weer heel mooi voor U.

Er wordt een tijdelijke doorgang onder de steigers gecreëerd voor bezoekers. Deze zal waarschijnlijk vrijdag 20 oktober af zijn!

Zet alvast in je agenda!

SINT MAARTEN Zaterdag 11 november van 16:00 uur tot sluiting winkels.
BEZOEK SINT NICOLAAS Zaterdag 25 november.
Voor meer informatie: Hou onze facebookpagina *Winkelcentrum Lewenborg* in de gaten en onze posters.

Lewenborg
winkelcentrum



winkelcentrumlewenborg.nl

