



Of dit beeld iets zegt over de politieke voorkeur van de redactie...? Mooi rood is niet lelijk en dit is bijna betoverend... foto: Janet Bos

## Karin Brüggemann en Abel Koole vertellen

Twee bijzondere mensen als duo bij de Entree van WIJ met een enorme bak ervaring....

CAFEGESPREK pagina 5

## Stadshavens aan het Eemskanaal komt eraan

Dan blijkt er dus toch veel meer te vertellen over deze aparte plek, zo dichtbij en waardevol....

BOUWEN & WONEN pagina 13

## Charlotte Siekman en Jouke Janze in beeld

Over hun gedrevenheid om anderen in beweging te krijgen met Groningen Beweegt, maar hoe....

NIEUWS pagina 21



50 jaar tafeltennis in Lewenborg... 27



Goeie mest stinkt niet, zeggen ze...

## Stront, wie heeft je gescheten...?

door Ben v/d Berg en Jacobien Klaassens

**LEWENBORG** Een herfstige zaterdagmorgen kwam een boer ons verrassen met een kieplading vol stront. Voor de moestuinen bij Kraaienest

Het was genieten geblazen. We vielen aan met spitvork, riek en bats. Vulden de ene kruiwagen na de andere en reden in opgetogen stemming over het tuindercom-

plex. Na een paar uur was het welletjes. Oude botten en spieren lieten zich voelen. De helft was op diverse tuinen terechtgekomen en we hielden een kleine mestvaalt over. Voor later. We schrijven het jaar 2023.

Dit evenement werd vastgelegd voor de eeuwigheid door trotse tuinders.



... maar het blijft zwaar werk...

foto's: Jannie Wekema

## Gemeente ziet vraag naar autodelen groeien en helpt bewoners

**GRONINGEN** Duurzaam Groningen, het duurzaamheidsplatform van de gemeente, ziet een groeiende vraag naar autodelen. In samenwerking met DEEL is haar missie om de komende tijd zoveel mogelijk buurten gratis te begeleiden zodat bewoners kunnen ervaren hoe het is om een auto te delen.

Autodelen is aantrekkelijk voor inwoners die liever geen hoge investering willen doen in het kopen van een auto, niet iedere dag gebruik maken van de auto of nadenken over het aanschaffen van een tweede. Zij kunnen door autodelen elektrisch rijden zonder hoge investering. Wethouder van vervoer, Philip Broeksma: 'We

zijn blij dat we dit kunnen aanbieden. Gemiddeld staat een auto zo'n 95% van de tijd stil. Dat is zonde van de parkeerruimte. Ook kunnen we op deze manier elektrisch rijden voor inwoners mogelijk maken.' Samen met inwoners bepaalt DEEL het aantal benodigde auto's en zorgt ervoor dat deze in het beheer van de inwoners zelf komen. Als het de inwoners na een half jaar nog steeds bevalt dan kan de eigen auto zelfs de deur uit.

Inwoners die meer willen weten kunnen daarvoor terecht op de website van Duurzaam Groningen: [www.duurzaam groningen.nl/autodelen](http://www.duurzaam groningen.nl/autodelen).



**Pieten op bezoek!**

Zaterdag 2 dec

12.00 tot circa 13.30 uur



## DE STEMVORK

Hoe kan ik kiezen als mijn stemvork toonaarden niet zuiver onderscheidt

'hen' grondtonen zoekt die evenredig aan de naam, maar fundamenteën mist bij diverse partijen

ik mij genoodzaakt zie 'hen' van taken te ontslaan omwille van de klemtóón

mijzelf weer focussen moet op wie wat propageert (iet-wiet-waait geen optie) en wat echt realistisch

het level van mijn sjoege in acht genomen hapert maar ik heb mij ingelezen

met voorbedachten rade één voorkeur doorgewroet en zie, mijn tandvlees kleurt weer waarheid als voorheen. Nu het uwe nog.....

© 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](mailto: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 Noorddenbos, Bram Hügel, Annie van Dam, Jannie Wekema, Jan Bos, Abel Korte, Lymee Kranenborg, Jannie Nijlaan, Anne Geluk, Claire van Lent, Adri Berkhout, Reyer Boxem

**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](mailto:redactie@lewenborger.nl)

**Druk en advertentieopmaak**

NoordPers BV, Uithuizen  
0595 - 437777  
[kranterij@noordpers.nl](mailto:kranterij@noordpers.nl)

**Uitgever**

BeWoners Platform Lewenborg  
[kopgroep@bwpl.nl](mailto:kopgroep@bwpl.nl)

**Oplage**

6.000

**Advertenties**

Henk Meis  
06 - 12447483  
[kranterij@noordpers.nl](mailto:kranterij@noordpers.nl)

**Bezorging**

BeWoners Platform Lewenborg  
Klachten over de bezorging?  
[bezorging.lwb@gmail.com](mailto:bezorging.lwb@gmail.com)

**Verspreidingsgebied**

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

**Internet**

[www.lewenborger.nl](http://www.lewenborger.nl)

**Volgende editie**

Kopijsluiting

**8 december**

Verspreiding vanaf

**14 december**

**Filmhuis Lewenborg | berichten november 2023**

**Filmhuis Lewenborg presenteert**  
Leonardo DiCaprio Kate Winslet

Woensdag 29  
November 2023  
Zaal open 19:30  
Aanvang 20:00

Wijkcentrum  
Het Dok  
Entree € 1,- per  
persoon

**Revolutionary Road**

**Het Dok**  
Kajuit 4 9733 CA Groningen Tel (050) 54 46 888  
Email: [info@wijkcentrumhetdok.nl](mailto:info@wijkcentrumhetdok.nl) [www.wijkcentrumhetdok.nl](http://www.wijkcentrumhetdok.nl)

Beste filmiefhebber,

Het thema van dit seizoen 'Die ster in déze film...?' leidt ons als programmeurs tot een keuze voor een film, waarin het bekendste acteursduo sinds de film *Titanic* uit 1997 opnieuw optreedt!

Op **WOENSDAG 29 NOVEMBER OM 20.00 UUR** draaien we voor u: **REVOLUTIONARY ROAD** (2008) van **SAM MENDES** met in de hoofdrollen: **KATE WINSLET** en **LEONARDO DICAPRIO**

Ter introductie noemen we een aantal (veel) bekendere films van deze acteurs:

Winslet: *Sense and Sensibility* (1995); *Eternal Sunshine of the Spotless Mind* (2004); *Finding Neverland* (2004); *The Reader* (2008) en *Avatar: The Way of Water* (2022),

DiCaprio: *Catch me if you can* (2002); *The Departed* (2006); *The Wolf of Wall Street* (2013); *The Revenant* (2015) en de laatste film van Martin Scorsese: *Killers of the Flower Moon* (2023), die nu in de bioscopen draait.

In deze film – naar een bekend boek van de Amerikaanse schrijver Richard Yates – spelen Winslet (April Wheeler) en DiCaprio (Frank) twee superambitieuze en hartstochtelijke jonge mensen, die na hun huwelijk terecht komen in een luxueuze straat met de onwaarschijnlijk naam Revolutionary Road in het Connecticut van de jaren vijftig. Ze hebben twee leuke kinderen en lijken ook verder alles mee te hebben. In het begin van de film spatten ze dan ook bijna letterlijk van het scherm in hun oogverblindende outfits. Deze romantiek die we ons herinneren uit *Titanic* – hoewel die film ook bepaald dramatisch afloopt! – houdt echter niet lang stand omdat binnen de kortste tijd alle fut uit hun leven lijkt te verdwijnen ondanks dat ze ontzettend hun best doen. Frank heeft een kantoorbaan en verdient goed, maar ziet weinig mogelijkheden om hoger op te komen, terwijl April gefrustreerd is omdat ze door het moederschap een acteercarrière is misgelopen. Dat leidt tot spanningen tussen de twee, waaraan April een eind probeert te maken door voor te stellen een reis naar Frankrijk te maken en in Parijs te gaan wonen...

In onze vorige film *Paterson* (93 toeschouwers!) zagen we een beeld van de poëtische schoonheid van het kleine en hier zien we het verbijsterende resultaat van het voortdurende streven naar 'meer en beter'. Het levert in ieder geval een uiterst meeslepde film op, waarin DiCaprio de van hem zo bekende rol speelt van de charmante en innemende kletsmaajoor en Winslet naar eigen zeggen moeite had met het spelen van bepaalde scènes met hem, terwijl haar toenmalige echtgenoot Mendes daar als regisseur getuige van was...

Kom vooral om te zien hoe dit zo succesvol lijkende stel destijds in de jaren vijftig al gebukt ging onder een verschijnsel dat in de huidige tijd vooral bij jongere mensen een streefdoel lijkt te zijn geworden: het afwerken van je bucketlist, voortgedreven door het You Only Live Once-gevoel. Gelukkig hoeft u eigenlijk alleen nog maar te gaan zitten en u te laten meevoeren door de gebeurtenissen op het grote witte doek in het... Donker van Het Dok!

Uw programmeurs

**VRIDAG 15 december**  
**GEZELLIGE KERSTMARKT**  
van 14.00 - 16.30 uur



Onder het genot van warme chocolademelk of glühwein en een kerstkoor. Alle knutselaars & creatievelingen kunnen een tafel huren voor 5 euro om eigen spullen te verkopen!

Aanmelden:  
Bij de balie of online via onze website  
[www.wijkcentrumhetdok.nl](http://www.wijkcentrumhetdok.nl)  
[info@wijkcentrumhetdok.nl](mailto:info@wijkcentrumhetdok.nl)



Hallo,

wij zijn een schildersgroep, "Het Palet" en zijn op zoek naar nieuwe leden om ons team te versterken.

Wij schilderen op maandagochtend van 9.00-12.00 uur in Het Dok.

Iedereen die interesse heeft kan zich melden bij Janny Jager (050-5420425)

**MUZIKALE AVOND**

Met **QOOSTERSTÖRM** op 23 November 2023



Locatie: Wijkcentrum Het Dok

Kajuit 4 Groningen

Zaal open: 19.30 uur

Aanvang: 20.00 uur

Kaarten: €10,00 p.p.

Kaartverkoop via de website van Het Dok:

[www.wijkcentrumhetdok.nl/evenementen/muzikaleavond](http://www.wijkcentrumhetdok.nl/evenementen/muzikaleavond)

of

Bij de balie van Het Dok (van 09.00-12.00 uur)



## KORTE BERICHTEN

## COLUMN



## Opnieuw gratis AED/reanimatiecursus aangeboden in Het Dok

**LEWENBURG** In onze wijk krijgt u net als vorig jaar de mogelijkheid een reanimatie/AED cursus te volgen. Er zijn voor u geen kosten aan verbonden: de cursus is geheel gratis. Wel is het aantal beschikbare plaatsen uiteraard beperkt.

slechts 1 avond om te reanimeren en hoe om te gaan met een AED. Wilt u uw kennis opfrissen, dan is deze cursus hier ook voor geschikt.

Dus... meldt u aan, want elke seconde kan tellen!!!

U kunt zich per mail opgeven bij Jannie Wekema  
[yani.janni@gmail.com](mailto:yani.janni@gmail.com)

Begin 2024 zal de cursus 's avonds plaatsvinden in Het Dok. Een ervaren instructeur leert u in



## Bouw hellingbanen Gerrit Krolbrug van start

**GRONINGEN** Op 23 oktober is aannemer Hollandia in opdracht van Rijkswaterstaat gestart met voorbereidende werkzaamheden voor de bouw van de hellingbanen langs de Gerrit Krolbrug. De hellingbanen gaan na de jaarwisseling open.

toegankelijk voor fietsers en wandelaars. Vanaf 20 november 2023 start de daadwerkelijke bouw van de hellingbanen. De oostelijke fiets-loopbrug blijft dan open. Hier kunnen mensen het kanaal via de trap en de brug blijven oversteken. De capaciteit is beperkt en de verwachting is dat het flink druk kan worden. Fietsers krijgen het advies om gebruik te maken van de omleidingsroute door de gele borden te volgen. De werkzaamheden volgen? Download de Bouwapp in de Playstore (Android) of de App Store (Apple).

De voorbereidende werkzaamheden bestaan uit: het inrichten van het bouwterrein, het aanvoeren van materiaal en werkzaamheden aan beide kanten van de oevers. De huidige fiets-loopbruggen blijven tot maandag 20 november 2023 open. Ze zijn via de trappen



## Uitbreiding postcodes subsidie Verduurzaming en Verbetering Groningen (VVG)

**GRONINGEN** Het Ministerie van Economische Zaken en Klimaat heeft het postcodegebied van de subsidie VVG per 15 november 2023 uitgebreid met een totaal van 29 postcodes verdeeld over 8 gemeenten.

pagina is te zien vanaf welke datum welke postcode een aanvraag kan indienen. Naast deze uitbreiding kunnen inwoners die al recht hadden op de subsidie deze natuurlijk ook nog steeds aanvragen tot en met 31 december 2025. Kijk op de website van SNN: <https://tinyurl.com/3srmxht7> voor meer informatie.

Zo'n 14.500 adressen komen daardoor nu ook in aanmerking voor de subsidie. Op de subsidie-

## MUITERIJ-middag 29 november 2023

Op woensdag is er weer een Mouterij-middag in wijkcentrum Het Dok. De is de één na laatste van dit jaar. Onze gasten deze middag zijn het Duo René & Wilma (zie ook de aankondiging op pagina 26). Dit muzikale duo gaat ons deze middag trakteren op bekende en onbekende liedjes. Voor elk wat wils dus. Aarzel daarom niet en kom gezellig een kijkje nemen onder het genot van een hapje en een drankje. Dus kom, zorg dat je erbij bent.

Verder is er op 20 december onze laatste Mouterij-middag dit jaar. Ons traditionele Kerstbuffet. Wil je hierbij zijn, geef je dan de 29ste november op. De kosten voor deze middag zijn 10 euro (contant te voldoen). Dan treedt het Duo Quo Vadis voor ons op.

**Waar:** Wijkcentrum Het Dok  
**Zaal:** De Vlootschouw  
**Datum:** 29 november 2023  
**Tijd:** 14.00 – 17.00 uur  
**Kosten:** 6 euro (contant te voldoen)

Maar er is meer te doen in wijkcentrum Het Dok. Op 23 november is er een Muzikale avond met mannenkoor Oosterstör, en 30 november is er een leuke Pubquiz voor jong en oud. Beide avonden beginnen om 20.00 uur. Heb je niets in je agenda staan kom dan eens gezellig langs en laat je verrassen op één van deze avonden of op allebei. Zeker doen, je weet niet wat je mist.

Team De Mouterij  
[dickmedema@hotmail.com](mailto:dickmedema@hotmail.com)



## Muziek in Lewenborg raakt juiste snaar

**LEWENBURG** Op 26 oktober 2023 was er weer een muziekavond in gebouw De Werf. Het werd een muzikale avond met een hoge opkomst. Vijf dames en zes heren leefden zich uit met hun stem en/of instrument. Het werd een heel gezellige muziekessie, in een ontspannen sfeer, rondom de houtkachel.

komst is dan ook op dinsdag 21 november 2023 aanvang 19.30 en einde 22.00 uur.

Interesse om mee te doen? Meld je even aan bij Adri Berkhout via: [lewenborgmusic@outlook.com](mailto:lewenborgmusic@outlook.com). Dan stuur ik zo spoedig mogelijk verdere info.

Gebouw de Werf ligt achter de Swoaistee, aan het fietspad (Kiel) tussen de brug bij De Oude Bieb en het LeRoy-huis.

Na afloop was iedereen erg enthousiast om een nieuwe datum te plannen. De volgende bijeen-

## Energietoeslag ook in 2023 voor laagste inkomens

**GRONINGEN** De Eerste Kamer heeft op 3 oktober jl. ingestemd met het wetsvoorstel eenmalige energietoeslag 2023. Dit betekent dat huishoudens met een laag inkomen ook dit jaar recht hebben op een tegemoetkoming in de energiekosten. Gemeente Groningen heeft begin november de beleidsregels vastgesteld voor deze energietoeslag. Het bedrag voor huishoudens tot 120 procent van de bijstandsnorm is € 800. Voor huishoudens met een inkomen tussen de 120 en 140 procent van de bijstandsnorm is € 400 beschikbaar.

Eelco Eikenaar wethouder Inkomens en Schulden: 'Ik ben blij dat we de eenmalige energietoeslag ook in 2023 mogen uitbetalen. We zien steeds vaker mensen, ook net boven het sociaal minimum, die hun financiën niet meer rond krijgen. Met de energietoeslag kunnen we huishoudens op of net boven het sociaal minimum helpen met het betalen van de energierekening.'

### Streven naar zo snel mogelijk uitbetalen energietoeslag

Het uitbetalen van de energietoeslag doet de gemeente in verschillende perioden. Deze keuze is gemaakt om eerst de inwoners waarvan de gemeente weet dat ze recht hebben op de toeslag, auto-

matisch te kunnen betalen. De eerste automatische uitbetaling is bij een groot aantal huishoudens binnen vóór 10 november 2023. De tweede automatische betaling doet de gemeente vóór 1 december 2023.

### Aanvragen energietoeslag

Inwoners die niet automatisch de energietoeslag 2023 ontvangen, maar wel tot de doelgroep behoren, kunnen vanaf 1 december een aanvraag indienen. Het formulier staat op onze website van 1 december 2023 tot en met 31 mei 2024.

Meer informatie over de energietoeslag kunt u vinden op: <https://gemeente.groningen.nl/energietoeslag-2023>.

## HEUPELOOS

Ik ga straks langs bij het ziekenhuis. Tijd voor een nieuwe heup. Die ik nu heb doet het niet meer. Niks meer aan te doen, zei de dokter. Maar dat had ik al begrepen. Toen een poos terug een bal voor mijn voeten stuitte en ik de bal een flinke knal verkocht, dacht ik dat mijn been er zo achteraan ging...

Ook de andere kant laat af en toe van zich horen. Alsof-ie zich achtergesteld begint te voelen bij zo veel aandacht. Als een kleuter, die zelfs bij het uitdelen van straf net zo veel draaien om de oren wil als zijn broertjes en zusjes. En wat te denken van mijn knieën. Knikken is kraken, en juist dat laatste ontbreekt eraan. Heupeloze gevallen. Toch, als ik dat orkest daar beneden eens goed beluister, dan lijkt meedoen belangrijker dan winnen. Daar begint mijn onderstel zo langzamerhand heel behendig in te worden. Tegen de verdrukking in, als het ware. Vandaar die nieuwe heup. Heup doet leven. En wie win ken niet verliese, zei de grote filosoof J.C. ooit. Overbodig te zeggen dat ik het daar volkomen mee eens ben. Heb ik overigens al verteld over mijn rug?

Maar serieus, zodra je over je heup begint, barst er een orkaan aan ervaringsdeskundigheid los. De een liep na een week al als een jonge god, de ander als een kievit en de volgende de avondvierdaagse. Zonder krukken. Dat het gevoel je bekruipt er niet bij te horen, zolang je nog met die versleten zool rond blijft strompelen. Dan roep ik iets over wachtlijsten en toegang tot de zorg en almaar oplopende zorgkosten. Er wordt begripvol geknikt, en tegelijkertijd zie je ieder denken: ja, ja... Daarom ga ik straks stemmen, desnoods tegen de verdrukking in. Met krukken, en met nieuwe heup op een goeie uitslag...

Bram





## HANNEKES HOEKJE

## Nazca lijnen

Op de hooglanden van Peru vind je vreemde 'goten' of lijnen. Het lijken op goten die deel uit konden maken van een afwateringssysteem. Maar het is niet logisch, want op de hooglanden valt weinig of geen regen. En waar zouden die afwateringsgoten voor dienen? Zij hadden duidelijk ook geen eindpunt waar het water eventueel in verzameld zou kunnen worden.

Van dichtbij leken de geogliefen het meest op ploegsporen. De meeste sporen in het zand van de pampa's liepen tussen de steden Nazca en Palpa.

De hoogvlakte is één van de droogste gebieden op aarde met een gemiddelde jaartemperatuur van 25 graden Celsius. Het waait er zelden en er valt vrijwel geen regen, zodat de

lijnen duizenden jaren bewaard zijn gebleven.

De lijnen zijn vermoedelijk tussen 200 vóór en 900 na Chr. vervaardigd door de Nazca en Paraca-indianen, die er toen leefden.

Het gebied in het zuiden van Peru werd daarvoor al zo'n 10.000 jaar bevolkt door mensen, die een verscheidenheid aan culturen hebben ontwikkeld. In 1994 heeft de Unesco de lijnen toegevoegd aan de officiële lijst van Werelderfgoed.

Men vroeg zich af wat de bewoners van toen bezielde zoveel energie en arbeid te steken in een project dat zo weinig bijdroeg aan het heil van het volk.

Er moest iets anders zijn. Kan het ook zijn dat het van astronomische betekenis is?

Toen uiteindelijk er iemand met een vliegtuig overheen vloog, werden zij verrast door wat zij vanuit de lucht zagen. Het werd duidelijk dat de lijnen allerlei dieren

voorstelden, die vanuit de lucht pas zichtbaar werden.

De tekeningen bestaan uit geometrische figuren, meanders, voorstellingen van dieren, doolhoven en andere vormen. Het duidelijkst en beroemdst zijn de dierentekeningen: vogels van 25 tot 275 m lengte (kolibries, condors, pelikaan, papegaai, meeuw en andere), een aap, een spin, een slak, een hagedis, een leguaan, een slang, een hond met een lange staart en poten, twee lama's en zelfs een orka. Dit is het merkwaardigst; een dier dat alleen in de zee te vinden is. Wat doet zijn afbeelding hier in het hooggebergte van Peru?

Duizenden lijnen bestrijken een gebied van 520 km<sup>2</sup>, maar sommige strekken zich uit tot een gebied van 800 km<sup>2</sup>. De lijnen variëren in lengte; sommige zijn tot 275 m lang. De diepte van de lijnen is nergens groter dan 30 cm en sommige zijn zelfs

slechts krassen, maar als de zon achter de heuvels zakt, wordt het reliëf in het schemerdonker vanzelf duidelijker.

Het is nog steeds een mysterie hoe de lijnen zijn uitgezet en waarom? En waarom maakten zij figuren die alleen uit de lucht waarneembaar zijn. Ik ga er van uit dat de mensen uit die tijd nog geen vliegtuigen hadden.

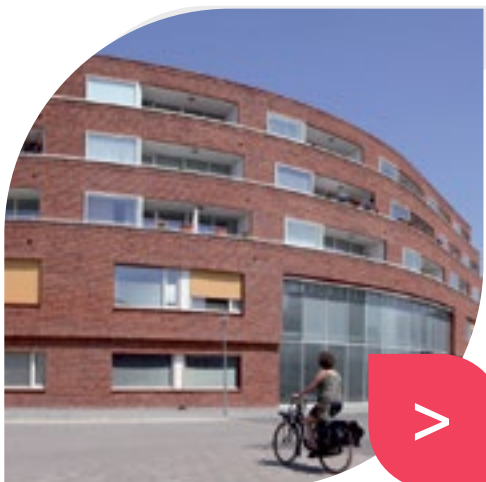
Wat is er meer geheim in de geschiedenis van het volk van de Nazca's? Hadden zij misschien ooit bezoek gehad vanuit de ruimte en handelden zij volgens instructies van buitenaardse wezens ...? ■

Hanneke



## GEZONDHEIDSCENTRUM LEWENBORG

Fysiotherapie Lewenborg + Oosterhoogebrug is onderdeel van Gezondheidscentrum Lewenborg en werkt ook in de wijk Oosterhoogebrug. U kunt bij ons terecht voor al uw klachten op het gebied van houding en bewegen.



Kajuit 438b, 9733 CZ Groningen  
[www.fysiotherapielewenborg.nl](http://www.fysiotherapielewenborg.nl)

## Gezonder leven en meer bewegen? De fysiotherapeut helpt u op weg!

**Heeft u pijn? Ervaart u moeilijkheden bij het bewegen? Dan bent u welkom bij Fysiotherapie Lewenborg + Oosterhoogebrug. Graag helpen we u om te herstellen, te bewegen en te leven zonder belemmeringen. Ons professionele team is er voor u, midden in de wijk. Lees hieronder wat wij voor u kunnen betekenen.**

### ERVAREN TEAM OP TWEE LOCATIES

Ons deskundige team van fysiotherapeuten kan u de best mogelijke zorg bieden. Of u nu worstelt met rugpijn, herstelt van een blessure, of mobieler wilt zijn: wij hebben de kennis en de ervaring om u te ondersteunen. Handig is dat wij dat op twee vestigingen doen, in Lewenborg en Oosterhoogebrug. Zo brengen wij de zorg dicht bij u in de buurt. We begrijpen hoe belangrijk het is om gemakkelijk toegang te hebben tot hoogwaardige fysiotherapie.

### PERSOONLIJKE AANPAK, VEEL SPECIALITEITEN

U bent uniek, daarom moet uw hersteltraject dat ook zijn. Wij geloven in maatwerk. Onze therapeuten ontwikkelen samen met u een

persoonlijk behandelplan om uw doelen te bereiken. Daarbij biedt onze praktijk veel verschillende specialiteiten, waaronder orthopedische revalidatie, sportblessurebehandeling, oedeemtherapie en echografie. Wat uw behoeften ook zijn, wij hebben de juiste expertise in huis.

### PARTNER IN GEZONDHEID

Fysiotherapie Lewenborg + Oosterhoogebrug ondersteunt u niet alleen bij herstel, maar helpt ook om toekomstige blessures te voorkomen. We willen uw partner in gezondheid zijn!

### MEER WETEN OF EEN AFSpraak MAKEN?

Bel ons op 050-5411215 of bezoek onze website [www.fysiotherapielewenborg.nl](http://www.fysiotherapielewenborg.nl) voor meer informatie. Samen bouwen we aan een gezondere gemeenschap!





## CAFEGESPREK

## Joanna Paszkiewicz praat met Karin Brüggemann en Abel Koole van WIJ Lewenborg

### WIJ ZIJN DE MENSEN VAN HET EERSTE CONTACT

J.P.: - Een keer per week is uw vast samenwerkend duo bij WIJ-Lewenborg te zien achter de tafel van de Entree. Ze zitten direct rechts van de ingang van Het Dok. Dit is de eerste ontmoetingsplaats voor de bewoners die ondersteuning nodig hebben.

A.K.: - Wij bieden bewoners: Informatie, Advies en Ondersteuning. De vrijwilligers van WIJ zijn een eerste aanspreekpunt. Iedere bewoner kan ons elke vraag stellen of probleem voorleggen.

K.B.: - Belangrijk: je hoeft geen afspraak te maken. Je kan met elke vraag binnenkomen.

J.P.: - Dat is een opluchting. Maar wat kunnen wij bij de Entree verwachten? (Ik zeg 'wij' omdat ik onverwacht ook tot deze groep behoor!).

A.K.: - Dat betekent: wij filteren de problemen waar mensen mee komen. Kleine problemen lossen wij zelf op, voor grote problemen vragen wij ondersteuning van de beroepskracht. Ook voor specifieke WMO-voorzieningen verwijzen wij door.

J.P.: - Ik denk dat het niet makkelijk is om in te delen: kleinere problemen – grotere problemen. Eigenlijk... alles blijft relatief. Een kwestie van een gloeilamp vervangen kan ook serieus zijn. Voor dit gesprek ontdek ik toevallig een folder 'Als muren kunnen praten', bestemd voor jongeren van 13 tot en met 16 jaar, die te maken hebben gehad met ruzies en spanningen thuis. Ook een ini-

tiatief van WIJ Groningen. De Entree is bestemd voor volwassenen.

A.K.: - Na twee jaar ervaring bij de Entree van WIJ Lewenborg probeer ik de problemen in te delen. 25 procent heeft simpele vragen; die brengen een brief of zoeken de bibliotheek. 25 procent heeft problemen met de taal of digitale problemen; die kunnen we vaak zelf oplossen. 25 procent heeft contact met het team in de wijk nodig. En voor de laatste 25 procent lijkt een probleem niet altijd meteen op te lossen. Er kan een vraag achter de vraag schuilen. Voor professionele hulp kan soms een wachtlijst zijn. Zoals een aanvraag voor voorzieningen uit de WMO.

K.B.: - Je weet nooit met welke vraag mensen komen.

J.P.: - Op hoeveel tijd kan een persoon rekenen? WIJ Lewenborg is bestemd voor de bewoners van een relatief groot gebied – Lewenborg, Noorddijk, Oosterhoogbrug, Ulgersmaborg, Ruischerbrug, klein-Harkstede, Middelbert, Engelbert.

A.K.: - Formeel blijvend: twintig minuten.

J.P.: - Zijn sommige situaties niet lastig? Er zijn mensen die nog meer tijd nodig hebben, of extra aandacht nodig hebben.

A.K.: - Als zij meer tijd nodig hebben, dan krijgen zij extra tijd.

J.P.: - Wat heb ik gezien: iemand komt direct aan uw tafel zonder rekening te houden dat u juist intensief bezig bent met iemand die al aan de tafel zit.

A.K.: - Wat kunnen wij zeggen? Het is beter te wachten tot het jouw beurt is. Maar er zijn soms ook situaties waarin mensen een snelle oplossing nodig hebben. Het is belangrijk dat we zorgvuldig afwegen.

K.B.: - Gelukkig gebeurt dat niet vaak, want meestal wachten mensen op hun beurt.

J.P.: - Er is ook een andere belangrijke kwestie: privacy. Er komen zeker mensen die willen hun eigen problemen onder vier ogen bespreken.

K.B.: - Voor een persoonlijk gesprek is er een spreekkamer aanwezig. Als u dit wenst kunnen we daarvan gebruik te maken. U kunt dit bij ons aangeven!

A.K.: - Als twee personen tegelijkertijd privacy willen hebben, gaan we samen naar boven. Dit is niet de ideale situatie, maar... als mensen echt de privacy nodig hebben - dat kan altijd!

J.P.: - Wat kan echt moeilijk zijn?

A.K.: - Financiële situaties, schulden, toeslagen, rekeningen, voorzieningen, bijzondere bijstand. Voor deze kwesties verwijzen wij door naar professionele hulp.

J.P.: - Jullie vormen een vast duo. En duidelijk zichtbaar – een krach-



Abel Koole en Karin Brüggemann

foto: Abel Koole

tig duo. Hoe en wanneer was dit duo gevormd?

K.B.: - In de zomer van 2022, door de coördinator vrijwilligers Entree. Zij heeft ons samen ingeroosterd.

J.P.: - Iets contrasterends; man - vrouw, jonger - ouder, met een andere sociale ervaring.

K.B.: - Ik werkte 20 jaar in Friesland als sociaal werker voor het COA. Ik begeleidde mensen op het AZC vanaf binnenkomst tot vertrek. Ik had te maken met allerlei situaties: ruzies, problemen tussen kinderen en ouders. Onrust vanwege de onzekerheid van een kans op een vast verblijf in Nederland. Mensen zijn opgekropt en hebben niet veel om handen. De psychologische situatie is erg moeilijk.

Er zijn ook positieve dingen te

noemen. Het onvoorstelbare toevallige weerzien tussen familie die dachten dat ze elkaar nooit meer zouden zien.

A.K.: - Ik was 15 jaar kapitein op de koopvaardij. Ik had een commercieel beroep. Daar heb ik geleerd om te gaan met onstuimige situaties. Door mijn handicap ben ik ervaringsdeskundige.

Ik kan niet meer werken omdat ik ziek ben. Toch kan ik bij de entree een sociale bijdrage leveren.

J.P.: - WIJ Lewenborg – Een groot gebied bewoond door mensen met allerlei verschillende achtergronden.

K.B.: - Dit zie ik alleen als voordeel. Hoe groot de variëteit van mensen kan zijn! ■



### Door de bomen het bos weer zien met de Boomkiezer

Natuur en Milieufederaties lanceren keuzehulp voor inheemse bomen en struiken

**GRONINGEN** Al enige jaren trekken de Natuur en Milieufederaties met Plan Boom de provincies in om samen met anderen zoveel mogelijk bomen te planten. Bomen verbeteren de biodiversiteit, zorgen voor schaduw en verkoeling, houden water vast en nemen CO2 op.

Inheemse bomen en struiken vormen een belangrijk leefgebied voor veel soorten planten en dieren die hier leven. Goede soorten vinden is echter niet eenvoudig. Daarom lanceren de Natuur en Milieufederaties dit plantseizoen de Boomkiezer: een laagdrempelige

keuzehulp voor iedereen die inheemse bomen of struiken wil planten. De Boomkiezer helpt bij het vinden van de beste soorten voor verschillende situaties en wensen.

Jasper Tiemens, projectleider Plan Boom Groningen: 'We zijn blij dat steeds meer mensen aan de slag gaan met het planten van bomen. Maar welke soorten zijn goed voor de biodiversiteit? En welke soort past waar? Of het nu om een enkele struik in een kleine tuin gaat, een bomenlaan, heg of zelfs een bos: de Boomkiezer helpt je door de bomen het bos weer te zien.'

#### Slimme keuze

Behalve dat inheemse bomen en struiken de biodiversiteit versterken, zijn deze soorten ook een slimme keuze. Ze gedijen hier immers van nature goed, zijn aangepast aan de lokale omstandigheden en daardoor beter bestand tegen bijvoorbeeld droge zomers of natte winters.

#### Meteen aan de slag

Wie wil gaan planten met hulp van de Boomkiezer kan meteen van start: het najaar is het ideale plantseizoen. De bodem is nog relatief warm en vochtig. Zo krijgen bomen en struiken de kans te wortelen. In de lente kan dan meteen de groei beginnen.

#### Voorkeuren en wensen

Gebruikers kunnen selecteren op verschillende voorkeuren en wensen. Denk aan de gewenste bloeitijd, of de boom goed is voor vogels of juist bijen, eetbare vruchten geeft en bijvoorbeeld grondsoort of gewenste maximale hoogte. Ook zijn er tips te vinden hoe je het beste jonge boompjes plant.

De Boomkiezer is te bezoeken via [boomkiezer.nl](http://boomkiezer.nl) en is onderdeel van Plan Boom.



Boegbeeld

foto: Bram Hügel

### Reparatiewerkplaats zoekt speelgoed en vrijwilligers

**LEWENBORG** In september jl. is de **Reparatiewerkplaats, geopend voor inbreng en reparatie. Al veel inwoners vanuit Lewenborg, Oosterhoogbrug en andere omliggende wijken weten de weg naar de werkplaats te vinden. Fantastisch!**

De vrijwilligers van de Reparatiewerkplaats zijn o.a. getalenteerd met kennis over elektra, ict, naaien herstelwerk. Ook voor het repareren van speelgoed kunt u terecht bij de Reparatiewerkplaats. De vrijwilligers repareren met veel plezier gratis en voor niets, alleen de eventuele materiaalkosten betaalt u zelf.

Het enthousiaste team van vrijwilligers kan nog wel wat extra handen gebruiken. Heb je technisch talent, ben je commercieel handig of wil je graag jouw kennis/talent inzetten, kom dan vooral langs! Bellen mag ook voor een kennismaking, telefoonnummer 06 54262476 Femma Bezu.

**Iedere eerste vrijdag van de maand** is de Reparatiewerkplaats geopend voor inbreng en reparatie van 13.00 – 16.00 uur. Koffie en thee staan klaar. De laatste maanden van dit jaar zijn we geopend op **vrijdag 24 november** en **vrijdag 22 december**.





# HOME/design

Boxsprings en matrassen vanaf € 795,00  
Ook hebben wij de complete dekbedden  
en hoofdkussens collectie van Optisleep  
in onze winkel.

Kom onze  
nieuwe  
OptiSleep  
collectie  
bekijken!

I.v.m. nieuwe Optisleep  
Collectie. Tot 50% korting  
op alle showroommodellen  
Optisleep matrassen en  
Boxsprings.

OptiSleep



## HOME/design

Rijksweg 92 - O.H.Brug - 9731 AG Groningen  
Telefoon 050 - 5 41 06 99  
[www.homedesignwoninginrichting.nl](http://www.homedesignwoninginrichting.nl)  
Eigen parkeerplaats.  
Direct bij de afslag ringweg richting Delfzijl.

- TAPIJT
- GORDIJNEN
- SLAAPCOMFORT
- BOXSPRINGS
- KASTEN OP MAAT
- RAAMDECORATIES
- LUXAFLEX
- PARKET
- LAMINAAT
- BUITENZONWERING



DE GEZELLIGE WOONWINKEL - GOED BEREIKBAAR EN VRIENDELIJKE PRIJZEN!

# ALWYN SLIJTERIJ WIJNERIJ

Proeverij  
Spanje Special

24 & 25 NOV  
MET JAN DOUWSTRA (25 NOV)  
VAN BOOMSMA WIJKOPERS

\* Prijswijzigingen, fouten en uitverkocht voorbehouden.

Meint Veningastraat 5 | Hoogezand | 0598 - 39 57 14 | [info@alwyn.nl](mailto:info@alwyn.nl) | [www.alwyn.nl](http://www.alwyn.nl)

Aanbiedingen zijn geldig t/m 11-11-2023

Maar liefst 20% korting op gehele assortiment van de Spanje Special!

WIJNEN	NIEUW IN ASSORTIMENT					
<b>Korting!</b> Bij afname 6 flessen = 15% KORTING Bij afname 12 flessen = 20% KORTING	<b>Bodegas Pirineos Somontano</b> 3 heerlijk toegankelijke fruitige wijnen VANAF <b>7.89</b> per fles	<b>Bodegas Piedemonte Navarra</b> Divers aanbod van kwaliteitswijnen! VANAF <b>7.79</b> per fles	<b>Finca Empecinado Ribera del Duero</b> Karaktèrvol & stevige Ribera's Fris & kruidige Rueda VANAF <b>9.99</b> per fles	<b>Bodegas Carlos Serras Rioja</b> Mooie selectie van klassieke Rioja VANAF <b>6.89</b> per fles		
<b>Hooghoudt</b> Jonge Dubbele Graanjenever Per Fles 100cl <del>16.79</del> <b>14.59</b> 2 FLESSEN <b>28.-</b>	<b>Sonnema</b> Berenburg Per Fles 100cl <del>16.39</del> <b>14.59</b> 2 FLESSEN <b>28.-</b>	<b>Hooghoudt</b> Cask Aged Genevers Bourbon, Oloroso of Peated Per Fles 70cl NU MET <b>20% KORTING</b>	<b>Licor 43</b> Original Per Fles 100cl <del>26.99</del> <b>22.99</b> €4.- KORTING	<b>Baileys</b> The Original Irish Cream Per Fles 100cl <del>22.49</del> <b>18.49</b> €4.- KORTING	<b>Gurkthaler</b> Der Milde Alpenkräuter Per Fles 70cl <del>13.89</del> <b>10.89</b> €3.- KORTING	<b>Disaronno</b> Originale Per Fles 70cl <del>19.99</del> <b>16.99</b> €3.- KORTING
<b>Smirnoff</b> Vodka Per Fles 100cl <del>19.99</del> <b>16.99</b> €3.- KORTING	<b>Captain Morgan</b> Spiced Gold, Dark Rum of White Rum Per Fles 100cl <del>21.79</del> <b>18.79</b> €3.- KORTING	<b>Glen Talloch</b> Blended Scotch Whisky Per Fles 100cl <del>19.99</del> <b>16.59</b> €3.- KORTING	<b>WhISKIES</b> <b>Lindores</b> Abbey, Lowland Single Malt Scotch Whisky Per Fles 70cl <del>52.39</del> <b>45.39</b> €7.- KORTING	<b>Mac Talla</b> Terra, Classic Islay Single Malt Scotch Whisky Per Fles 70cl <del>53.59</del> <b>46.59</b> €7.- KORTING	<b>Dalwhinnie</b> 15 YO, Highland Single Malt Scotch Whisky Per Fles 70cl <del>49.89</del> <b>44.89</b> €5.- KORTING	

NIX10

STATE OF ART

# WINTER DEAL

PULLOVER / CARDIGAN  
+ SHIRT (t/m 4XL)

€199,90  
€149,90

- STATE OF ART
- GAASTRA
- pierre cardin
- FYNCH-HATTON
- camel active
- gardeur
- bugatti
- LEDÛB
- MILESTONE THE JACKET BRAND
- TENSON
- ALAN PAINE ENGLAND
- GATE ONE
- baileys
- LACOSTE
- MEYER
- CARL GROSS

# Veerkamp MANNENMODE

Sluiskade 51 Hoogezand 0598 393880 [veerkampmannenmode.nl](http://veerkampmannenmode.nl)



## BEWONERSPLATFORM LEWENBORG

## BWPL | berichten november

## Ontmoeting

Het bewonersplatform organiseert maandelijks een gezellige bewonersavond. Iedereen is hier welkom. Elke 3de donderdag van de maand informeren we elkaar over wat er in de wijk speelt of wisselen we leuke of nuttige ideeën voor de wijk uit. Kom gewoon een keer langs!

Aanvang 19.30 uur. Koffie, thee staat klaar en na afloop drinken we een drankje.



## Lewenborg TV

Lewenborg TV is ontstaan in Coronatijd. Als bewonersplatform wilden we toch graag de wijk blijven informeren. Maar inmiddels gaan we al het 3de jaar in. Nieuws uit de buurt, een kijkje bij een organisatie, alles wat in de wijk speelt kan voorbijkomen.

Er staat weer een nieuwe aflevering online. Via Youtube kun je ze zien. Wil je de afleveringen graag zien maar kun je ze niet vinden? Op dinsdagmiddag van 14.00 tot 16.00



Buurt met een Bakkie op het eerste pleintje in Boeg

foto: BWPL

uur zit er een digitaal hulpteam van Seniorweb in de Bibliotheek. Ze helpen graag of mail naar: [kopgroep@bwpl.nl](mailto:kopgroep@bwpl.nl).

## Buurt met een Bakkie

Vanuit de behoefte om bewoners te leren kennen maar vooral ook om bewoners met elkaar te laten kennismaken, hebben we een (koffie)bakkie aangeschaft en trekken we de straat in.

Afgelopen week stonden we in Boeg; dit keer op het eerste pleintje. Heel leuk om met bewoners kennis te maken en om te horen

wat er in de buurt speelt. Wil je dat we een volgende keer naar jouw pleintje of straat komen met de kar? Mail ons via [kopgroep@bwpl.nl](mailto:kopgroep@bwpl.nl).

## Ouder worden in Lewenborg

Zie onder aan de pagina de oproep om een soort ouderenklankbordgroep op te richten. We weten dat ouderen in Lewenborg elkaar ontmoeten op verschillende plekken. De Oude Bieb, Het Dok, Kraaienestflat en vast op meer plekken, maar het is ook leuk en goed dat een groepje van ongeveer-60-plus-

sers zich buigen over onderwerpen die hen aangaan. Leuke en serieuze. Dus vandaar. Leest en reageert!

## Meedoen?

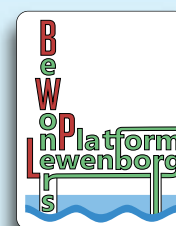
Wil je als wijkbewoner betrokken zijn bij wat er speelt in de wijk? Mail naar [kopgroep@bwpl.nl](mailto:kopgroep@bwpl.nl) of kom naar de maandelijkse informele bewonersavond: de 3de donderdag!

In Het Dok. Aanvang 19.30 uur.

Wij zijn een enthousiaste groep wijkbewoners. Als bewonersplatform brengen we organisaties en wijkbewoners samen om goeie 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](mailto:kopgroep@bwpl.nl).



Je kunt ons vinden op Facebook, Instagram en Twitter. Aanmelden voor de nieuwsbrief doe je via [kopgroep@bwpl.nl](https://www.facebook.com/kopgroep@bwpl.nl).

Op internet via [www.lewenborg.nu](http://www.lewenborg.nu).

Werkgroep Groen & Grijs via [groengrijs@bwpl.nl](mailto:groengrijs@bwpl.nl)

## Lewenborg doet | berichten november

## Grofvuilophaalservice

Steeds meer wijkbewoners weten de weg naar de grofvuilophaalservice te vinden. De service is met name bedoeld voor degenen die niet over eigen vervoer beschikken en/of een smalle beurs hebben.

## Terugblik Week van het Afval

Eind oktober organiseerde de gemeente Groningen voor de derde keer de Week van het Afval. Helaas werd Lewenborg tijdens deze editie niet aangedaan. Lewenborg Doet wilde deze week niet onopgemerkt voorbij laten gaan en ging met de wijkbakfiets bij het winkelcen-



trum staan. Zo is er nog meer naamsbekendheid gegenereerd en konden vragen over afval beantwoord worden. Inmiddels zijn er flyers en visitekaartjes van Lewenborg Doet.

## Vooruitblik

Tot de kerstvakantie kunnen mensen hun grofvuil aanmelden via de website van Lewenborg Doet.

Op woensdag 3 januari gaan we 's middags het nieuwe jaar opgeruimd beginnen met Nieuwjaarsvegen. Hoe laat en waar we beginnen, komt nog op de website te

staan. Aanmelden om mee te doen kan via [lewenborg.doet@gmail.com](mailto:lewenborg.doet@gmail.com).

## Hulpvragen

Lewenborg Doet krijgt soms hulpvragen als het gaat om hulp in de tuin of kleine klusjes in huis. Het liefst zouden we iedereen van dienst willen zijn, maar daar hebben we helaas niet genoeg vrijwilligers voor. Wil je op incidentele basis iets voor een wijkbewoner betekenen, mag je je vanzelfsprekend aanmelden bij Lewenborg Doet. Dan zou er in de toekomst meer mogelijk kunnen zijn. Daarnaast wordt er door organisaties in de wijk volgend jaar een service opgericht voor dit soort klusvragen.

## Contactgegevens Lewenborg Doet

[www.lewenborgdoet.nl](http://www.lewenborgdoet.nl)  
[lewenborg.doet@gmail.com](mailto:lewenborg.doet@gmail.com)  
sms/whatsapp: 06-29230459



Deze kast werd op straat gedumpt, wat niet de bedoeling is. Voor een kleine vergoeding halen de vrijwilligers van Lewenborg Doet hem op. Deze kast lag een dag later kapot op de stoep en de straat was bezaaid met glas. Dit geeft ernstige overlast voor omwonenden en komt de leefbaarheid niet ten goede.

foto: Afvalfotograaf050

## Ouder worden in Lewenborg? - Sluit je aan bij de Ouderenwerkgroep

Werkgroep Ouderen, senioren, bedagden, de tierige tuinfluiters, verzilverden, de stamtafel, laten we gezamenlijk een naam bedenken die de lading dekt. Lewenborg heeft net haar 50-jarig jubileum groots gevierd. Deze leeftijd van de wijk betekent dat er ook menig senior in de wijk woont. Degenen die hier vanaf den beginne zijn komen wonen, hun kinderen hebben opgevoed die inmiddels het huis uit zijn. Degenen die hier een huis hebben gekocht en hier willen blijven wonen. Eenvoudigweg omdat Lewenborg veel te bieden heeft.

Nu we 50 jaar verder zijn is het tijd om te kijken en te onderzoeken wat Lewenborg nodig heeft om hier prettig te kunnen blijven wonen. We kunnen kijken naar het wonen, het verkeer, de stoepen, de voorzieningen, het groen maar ook naar ons sociale leven. Wat willen

we en kunnen we gaan doen in Lewenborg? Inmiddels laat de gemeente een onderzoek uitvoeren door adviesbureau KAW naar de wensen van ouderen in Lewenborg als het gaat om levensloopbestendig wonen. Steeds meer ouderen in de wijk, steeds minder zorg voorhanden en maar weinig woningen geschikt om heel oud in te worden.

Maar daarnaast zijn er, zoals hierboven beschreven, méér onderwerpen waar de 'verzilverde' Lewenborger zich graag met leeftijdsgenoten in verdiept. Leuke dingen, lastige dingen, het kan van alles zijn!

Heb je belangstelling om deel te nemen aan deze groep? Je kunt komen kennismaken, geheel vrijblijvend op **donderdag 30 november om 10.00 uur** in het restaurant van Het Dok. Koffie, thee en lekkers staan dan klaar!



## Gratis met de verkiezingstaxi naar het stemlokaal op 22 november

Ben je slecht ter been, maar wil je wel zelf gaan stemmen? Dan kun je gebruik maken van de gratis verkiezingstaxi. Op de verkiezingsdag haalt de verkiezingstaxi je thuis op en brengt je naar een goed bereikbaar stemlokaal bij jou in de buurt. Als je hebt gestemd, word je weer thuisgebracht.

Je kunt een afspraak maken van maandag 13 november tot uiterlijk woensdag

22 november 12.00 uur. Bel voor een afspraak met 088 - 339 4850 of stuur een e-mail naar de klantenservice van connexion: [klantenservicenoord@connexion.nl](mailto:klantenservicenoord@connexion.nl). Noem bij het maken van de afspraak altijd dat je gebruik wil maken van de Verkiezingstaxi 2023, het ophaaladres en het adres van een stemlokaal bij jou in de buurt. Op je stempas staat het adres van een stemlokaal dat dicht bij jou in de buurt is.







# Wijkvernieuwing Lewenborg



## Vernieuwde vlinderheuvel dankzij het Wijkbudget

Op 14 oktober werd er in Lewenborg hard gewerkt aan het beplanten van de vlinderheuvel bij basisschool De Swoaistee. Dit werd georganiseerd door de tuingroep van basisschool en ondersteund wordt vanuit het Wijkbudget.

Ongeveer vijf jaar geleden is het schoolplein aangepakt. Er kwam een prachtige vlinderheuvel, opgebouwd met stenen van het schoolplein en beplant met mooie vlinderstruiken. Helaas begon de heuvel er na verloop van tijd minder mooi uit te zien, met wat kale plekken. Dit stoorde veel ouders, waaronder Iris. Samen met andere ouders is zij actief in de tuingroep, een groep betrokken ouders die zorgt voor de tuin rondom de school.

Om de vlinderheuvel op te knappen, dienden de ouders van de tuingroep een aanvraag in bij het Wijkbudget. Het plan kreeg veel stemmen van de wijkbewoners en werd uiteindelijk beloofd met financiële steun. Wat de inspanningen nog succesvoller maakte, waren de meevallers. Een van de ouders wist via het werk gratis planten te bemachtigen. Daarnaast was er de 'Struikrovers' actie in Selwerd, waarbij prachtige struiken werden gered, die hergebruikt kunnen worden voor de vlinderheuvel in Lewenborg.

Dankzij deze onverwachte bijdragen was er geld over voor verdere verbeteringen. De tuingroep is van plan om met het resterende geld



een schaduwdoek aan te schaffen, om een aangename schaduwhoek op het schoolplein te creëren. Iris en de andere ouders zijn blij met de resultaten en hebben veel positieve reacties ontvangen.

### Wat is het Wijkbudget?

Met het 'Wijkbudget' worden de bewoners van Lewenborg uitgenodigd om nog meer betrokken te zijn bij hun wijk en mee te denken over de financiering van sociale bewonersinitiatieven. Door bewonersparticipatie te stimuleren wordt prettig wonen, positieve gezondheid en geluk in de wijk verbeterd. Voor meer informatie kun je kijken op [www.stemvan.groningen.nl/budgets/19](http://www.stemvan.groningen.nl/budgets/19)

## De Buurtmoeders van Lewenborg: samen op pad naar een veilige wijk

Op 4 november opende Lewenborg zijn deuren voor de Let's Gro-activiteit. Deelnemers konden een kijkje nemen bij de bijzondere aanpak van de Buurtmoeders, een groep betrokken bewoners die zich inzet voor een veilig en Vreedzaam Lewenborg.

De start was in wijkcentrum Het Dok, waar Buurtmoeders Hanna van Wijk en Helena Staal de aftrap verzorgden. Na de interactieve opening in Het Dok ging de tour langs de jeugdsoos, waar deelnemers een rondleiding kregen van de jongeren en de jeugdwerker. Ze bezochten de woonkamer, de muziekstudio en de keuken, waar tal van activiteiten worden georganiseerd, zoals het opnemen van eigen liedjes en het bereiden van voedzame maaltijden.

Na deze kennismaking met de jongerenwerkers namen de Buurtmoeders het stokje weer over en begonnen ze aan een wandeling van ongeveer 45 minuten langs drie verschillende locaties in de wijk. Tijdens de wandeling konden de deelnemers luisteren naar de verhalen van de Buurtmoeders en kennismaken met hun werkwijze.



De eerste locatie was direct achter Het Dok, waar een groep jongeren druk bezig was met voetballen en er luide muziek aan stond.

Buurtmoeder Helena Staal stapte op hen af, knoopte een gesprek aan vroeg hoe het met hen ging. Door vragen te stellen maakte ze

de jongeren bewust van hun luide muziek en welke impact dit heeft op de buurt, zonder belerend over te komen.

Vervolgens ging de wandeling naar de Krajicek Playground, waar Thijs vertelde over zijn scholarship tot sportopleider bij de Krajicek Foundation. Tot slot liepen we nog langs de Werf, een plek waar de Buurtmoeders veel mee samenwerken. De Werf leent zich perfect voor natuureducatie, kunst, cultuur, moestuintjes, schooltuintjes en een reparatiecafé. Een waardevolle toevoeging aan de wijk.

Na de wandeling kwamen alle deelnemers weer samen in Het Dok, waar ze terugbliken op hun ervaringen en in gesprek gingen over wat hun was opgevallen en wat nog verbeterd kon worden. De dag werd afgesloten met heerlijke hapjes, bereid door de vrouwen van Vrouwencentrum De Boei.

Het doel van de Buurtmoeders is het creëren van een veilige en Vreedzame Wijk waarin iedereen zich thuisvoelt. "Een belangrijke stap in die richting is elkaar begroeten. Je voelt je veiliger in de wijk wanneer je elkaar kent. Elkaar groeten is de eerste stap," zegt Buurtmoeder Hanna van Wijk.





## Een schone wijk voor iedereen

door Saskia Osinga, Lewenborg Doet

**Alles wat je moet weten over afval, recycling en hoe jij mee kunt helpen je buurt schoon te houden.**

### Zwerfafval

Steeds meer mensen gaan zwerfafval te lijf, om de straten schoon te houden. Gelukkig loopt de hoeveelheid zwerfafval terug sinds de invoering van statiegeld op flesjes en blikjes. Als je zelf actief wilt worden met het opruimen van zwerfafval, kun je meedoen met een van de opruimacties van Lewenborg Doet. Ook kun je 'stille kracht' worden. Stille krachten zijn de zwerfvuil opruimhelden in de eigen woonwijk. Bij de gemeente kun je je via Groningen Schoon Dankzij Mij aanmelden. Dan krijg je van hun gratis een afvalgrijper en afvalzakken. Aanmelden kan via [gemeente.groningen.nl/groningen-schoon-dankzij-mij](https://gemeente.groningen.nl/groningen-schoon-dankzij-mij)

'Plogging' wordt steeds populairder. Dat is de combinatie van joggen en pick-up, dus hardlopen en zwerfvuil oppakken. Afvalbas is een beroemde plogger die de straten van Lewenborg en omstreken met grote regelmaat vrijmaakt van zwerfafval. Je kunt Afvalbas volgen op Instagram via [instagram.com/afvalbas](https://www.instagram.com/afvalbas).



### Recycle meer = meer hergebruik

Als je meer wilt recyclen, kun je gebruik maken van een gft-container en een papiercontainer. Als je nog niet zo'n container hebt, kun je die gratis aanvragen bij de gemeente. Bij de containers bij winkelcentrum Lewenborg en aan de Rijksweg kun je glas en papier inleveren. Bij de AH aan de Rijksweg staat een container voor het inleveren van oud frituurvet. Oud frituurvet kan ook in winkelcentrum Lewenborg ingeleverd worden bij de Plus.

Bij De Oude Bieb (Anker 14B) kun je oude telefoons en cartridges inleveren, ten behoeve van Stichting Aap. Daarnaast kunnen er plastic doppen ingeleverd worden voor het goede doel. En natuurlijk is De Oude Bieb ook heel blij met spullen voor hun kringloopwinkel de Biebshop.

### Dumpen van spullen

Helaas worden er nog steeds spullen gedumpt in de openbare ruimte. Dat geeft overlast en vaak betreft het spullen waar je eenvoudig en kosteloos vanaf kunt komen. De gedumpte wasmachine of koelkast had gratis bij huis afgehaald kunnen worden door de gemeente. Via [gemeente.groningen.nl/afval](https://gemeente.groningen.nl/afval) kun je zien welke zaken jij kunt aanvragen bij de gemeente.

Oud ijzer is geliefd bij oud-ijzerinzamelaars. Lewenborg Doet kan wijkbewoners in contact brengen met deze inzamelaars. Bij de chemokar kan klein chemisch afval ingeleverd worden. Raadpleeg daarvoor de afvalwijzer op [mijnafvalwijzer.nl](https://www.mijnafvalwijzer.nl). Als er één keer per maand kleding voor Goud Goed bij de straat gezet kan worden, mogen kleine elektrische apparaten tegelijk worden ingeleverd (in een aparte plastic zak).

### Minder restafval, een uitdaging voor iedereen

Grondstoffen worden schaars en veel materiaal kan worden hergebruikt. Daarom staan wij voor de uitdaging minder restafval (grijze zak of bak) te produceren en meer te recyclen. Via [www.haalallesuitjeafval.nl](https://www.haalallesuitjeafval.nl) kun je handige tips vinden over hergebruik en recyclen. De gemeente Groningen heeft de ambitie in 2030 afvalvrij te zijn, zodat alle afval dan in feite weer een nieuwe grondstof vormt.

Wil jij je steentje bijdragen? Op 3 januari gaan we weer Nieuwjaarsvegen en jij kunt meehelpen! Zie daarvoor de website [www.lewenborgdoet.nl](https://www.lewenborgdoet.nl).

## Zo kies je de juiste zorgverzekering voor 2024

door Monica Helbig, Cijfers & Centen

**De tijd dat je kunt overstappen of je verzekering kunt aanpassen is gestart en duurt tot en met 31 december van dit jaar. Welke verzekering past het beste bij jou? Hieronder staan zes stappen die jij kunt volgen om de zorgverzekering te kiezen die het beste bij jou past.**

**Stap 1 – Bedenk goed wat voor zorg jij verwacht nodig te hebben komend jaar. Denk hierbij onder andere aan de tandarts, fysio of gezinsplanning.**

**Stap 2 – Uit stap 1 komen een aantal zaken die je het beste wel kunt verzekeren. Bekijk wat er in het basispakket valt. Je kunt op de site van je zorgverzekeraar de zorgkosten die je gemaakt hebt nakijken en kijken wat onder de basisverzekering valt. Dat is vaak meer dan je denkt. Bepaal wat je wilt verzekeren en wat niet in de basisverzekering valt. Dat moet je wellicht aanvullend gaan verzekeren.**

**Stap 3 – Kijk bij het kiezen voor een aanvullende verzekering naar hoeveel premie je betaalt en welke vergoeding je krijgt. Kan dat uit? Vergoeding voor brillen is een mooi voorbeeld. Wanneer je iedere drie jaar een vergoeding van € 100,- voor een bril krijgt (ofwel € 30,- per jaar) maar de premie van het aanvullend pakket dat je daarvoor afsluit is € 10,- per maand, dan kan dat niet uit. Het levert je geen voordeel op. Door elke maand de € 10,- te sparen heb je na drie jaar € 360,- i.p.v. € 100,-. Natuurlijk zit er meer dan een bril in het aanvullend pakket, maar wanneer die vergoeding de enige reden is dat je het aanvullend pakket afsluit is het verstandiger dit niet te doen.**

**Stap 4 – Iedereen heeft standaard een eigen risico van € 385,-. Je kunt ervoor kiezen dit te verhogen naar maximaal € 885,-. Hier staat een lagere premie tegenover, rond de € 200,- per jaar. Heb je weinig tot geen spaargeld? Hoog dan nooit het eigen risico op. Een ongeluk zit in een klein hoekje.**

**Stap 5 – Budget, restitutie of naturapolis? Een belangrijk verschil tussen een naturapolis en restitutiepols is dat je met een restitutiepols zelf je zorgverleners mag kiezen. Deze pols is duurder. Op de site van de zorgverzekeraar kun je kijken met wie ze een contract hebben. Kijk uit met budgetpolissen, die lijken goedkoop maar je kunt vaak bij weinig zorgverleners terecht.**



### Zorgtoeslag

Tegenover de zorgpremie staat de zorgtoeslag. In 2023 is deze tijdelijk verhoogd vanwege de hoge inflatie. De zorgtoeslag voor het jaar 2024 is gesteld op maximaal 127 euro per maand als je alleenstaand bent of 218 euro per maand als je een toeslagpartner hebt. Dat is lager dan in 2023. Zorg ervoor dat het juiste inkomen bij de Belastingdienst bekend is, zodat je niet teveel krijgt, maar ook niks misloopt.

### Tips

- Je kunt je eigen risico ook standaard in tien keer betalen. Je kunt dit aanvragen bij je verzekeraar.
- Voor kinderen hoef je geen eigen risico te betalen.
- Je partner en jij kunnen ook allebei een andere verzekering afsluiten.
- Je kunt je kinderen het beste toevoegen op de pols van de best-verzekerde ouder.





## KIJK OP DE WIJK

## Jongerenontmoetingsplek (JOP) in Lewenborg – uitnodiging voor een inloopbijeenkomst

Afgelopen jaar hebben WIJ Lewenborg, de politie, jongeren uit de wijk en de gemeente druk gewerkt aan een plan om een jongerenontmoetingsplek (JOP) in de wijk te realiseren. De wens om een JOP te realiseren in Lewenborg kwam vanuit de jongeren in de wijk, maar werd ook breder in de wijk gedragen. Het kwam ook naar voren bij de gesprekken in de wijk over het wijkvernieuwingsplan Lewenborg Leeft!. Het is daarom ook daarin opgenomen.

Met de jongeren, politie en jongerenwerk van de WIJ is gekeken naar potentiële locaties. Ook zijn er afspraken gemaakt over welke regels er gelden in de JOP. Verder zijn concrete afspraken gemaakt over toezicht en handhaving en hoe om te gaan met eventueel ervaren overlast.

Heb je hierover vragen? Of ben je nieuwsgierig? Op 21 november a.s. organiseren wij van 19.30 tot 21.30 uur in het DOK een inloopbijeenkomst over de plannen voor een JOP in Lewenborg. Je bent van harte welkom om te horen welk locatie we op het oog hebben en hoe de JOP er kan gaan uitzien.



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.



[www.facebook.com/lewenborgleeft](https://www.facebook.com/lewenborgleeft)

Meedoen? Mail dan naar [communicatielewenborg@groningen.nl](mailto:communicatielewenborg@groningen.nl)



## Terugblik op Samen ontdekken van zondag 5 november

We volgen vanaf de zomer Paulus op zijn reizen. Inmiddels is hij aanbeland in Athene en wacht hij op zijn vrienden. Ondertussen gaat hij met mensen in gesprek en vertelt over zijn God, die voor hen nog onbekend is. Het thema is deze keer ook 'ken je mij'.

tekst en beeld Annie van Dam

Na de koffie en de heerlijke cake van Jolanda en Lente leren we elkaar beter kennen met speeddaten. Daarna is het tijd voor de andere activiteiten. Er gaat een groepje wandelen door de wijk op zoek naar sporen van God. Je kunt ook spiegels versieren. Als je in de spiegel kijkt zie je jezelf, maar tegelijk zie je ook het beeld van God, wij zijn immers naar zijn beeld gemaakt. En er is een escaperoom. Er zijn weer allerlei ingenieuze opdrachten bedacht door Arie-Pieter en Nine en lex. Zo moet je via de plattegrond van Athene op verkenning in de schoolbieb. Daar blijkt een boek met een blad met een aantal letters, waar je met behulp van een ingewikkelde formule tot de juiste oplossing komt. Ook is er een groepje dat in gesprek gaat over vragen en gebeden aan God. Er wordt vooral gevraagd om respect voor elkaar en het besef dat iedereen het recht heeft om te leven. Tot slot is er

nog omgekeerd verstopperijtje, dat geeft veel hilariteit. Daarna komt Paulus op bezoek bij ons in de wijk Lewenborg en maakt Baukje hem wegwijs. Ze wijst hem op alle moois in de wijk. Hij vertelt haar over zijn God die tot nu toe nog onbekend is. Zij is wel benieuwd en wil er later meer over horen.

En dan is het alweer tijd voor de lunch, deze keer is er een heerlijke groentesoep van Mayke met zelfgemaakte balletjes. Ook de tosti's vinden gretig aftrek. Dan is het alweer tijd om af te ruimen met daarna een korte evaluatie. We vonden het weer een geslaagde ochtend en vooral de speeddate zullen we nog wel een keer herhalen.

**Uitnodiging voor de volgende Samen ontdekken! op zondag 3 december vanaf 11.00 uur in 't Kompas**  
We volgen Paulus op zijn reis. Hij is op weg naar Rome, maar lijdt schipbreuk. Hoe loopt dat af? Dat gaan we de volgende keer Samen ontdekken.

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





## RUBRIEK

**M**et veel leden van onze foto-club gingen wij op pad naar de Meikermis in Groningen. Want fotograferen op de kermis is eigenlijk wel prijsschieten te noemen. Het was goed weer, veel 'kermisklanten' en ik moet eerlijk zeggen, ook best veel fotografen. Onze club was niet de enige met dit mooie idee. Zo nu en dan was het echt even wachten op je beurt om op een bepaalde positie een mooie plaat te schieten.

door Marion Verwey en Jan Bos

In het algemeen verwacht je van foto's van de kermis dat er veel lichtjes op staan en beweging te zien is van draaimolens of andere apparaten die de meest ingewikkelde bewegingen maken. Toch stemden de leden van de fotoclub voor het beeld van Jan Bos, die koos voor camera instellingen die zorgen voor juist een helder en scherp beeld. Met een sluitertijd van slechts 1/800ste van een seconde en een hoge ISO-waarde kreeg de maker wat hij wilde: een haarscherpe foto, zonder beweging en met het diafragma f/4.0 kwam er genoeg licht door de lens.

Jan fotografeert vanaf zijn 15e jaar en startte met het Kodak boxje van zijn vader, dat 6 x 9 cm zwart-wit negatieven had. De jonge Jan begon met het vastleggen van het landleven op de boerderij van zijn ouders, om vervolgens met passie de omringende natuur te fotograferen. Daarna ging hij met goedkope camera's in de weer, tot hij een goede en volledig instelbare camera kreeg. De eerste professionalisering volgde door een



foto: Jan Bos

## KERMISFOTO

enthousiaste fotoclub op de middelbare school. Thuis werd de douchecel gebruikt voor een echte DOKA: ontwikkelen en afdrukken, inclusief contactafdrukken, met heel eenvoudige middelen tot een zelfgemaakte vergroter aan toe. De eerste analoge SLR werd de Pentax K1000, daarna een aantal opvolgers hiervan. Hij fotografeerde enkele jaren met zijn eerste digitale camera, de Panasonic-LUMIX FX50. Daarna kwam de Canon D60 en nu fotografeert hij met de Canon R fullframe camera. Via fotocursussen, vakbladen, het lidmaatschap van fotoclub Trefshot en vooral door veel te fotograferen heeft hij zich als autodidact verder ontwikkeld in de fotografie. Zijn focus ligt nu op straat- en portretfotografie en architectuurfotografie.

Jan Bos haalt zijn inspiratie uit het werk van Anton Corbijn, Ed van der Elsken, Koos Breukel, Cartier Bresson, Robert Doisneau en een schilder als Edward Hopper. Met deze ervaringen fotografeerde hij als vaste fotograaf voor de vakvereniging NEVI en was hij enige tijd als fotograaf verbonden aan het cultuurhistorisch blad Stad en Ommeland.

Interesse in fotografie? Kom kijken bij fotoclub Trefshot. Meer informatie vind je op de website [www.trefshot.nl](http://www.trefshot.nl).

## De technische gegevens

Diafragma f/4.0 - sluitertijd 1/800 sec - ISO 2500



## Grunneger Power en 5 fabels over duurzaamheid

**GRONINGEN** Net als over alle belangrijke onderwerpen doen ook over duurzaamheid en duurzaam leven heel wat fabeltjes de ronde. Dat is ook niet zo gek, want soms is het allemaal best ingewikkeld. Daarom zet Jasper van Grunneger Power een aantal duurzame oplossingen zaken op een rijtje. Wil je meer weten over fabels of feiten? Scan dan de QR.

**Collectieve inkoopactie zonnepanelen** Duurzaam Groningen organiseert dit jaar samen met het Regionaal Energieloket een collectieve inkoopactie voor zonnepanelen. Wil je energie besparen met zonnepanelen op jouw dak? Door mee te doen aan de collectieve inkoopactie geniet je van het gemak, een eerlijke prijs en advies op maat.

Op dinsdag 7 november is een online bijeenkomst geweest over de collectieve inkoopactie zonnepanelen. Voor het terugkijken van

deze online bijeenkomst en meer informatie, kun je naar: <https://tinyurl.com/4safvcum>.

## Ook lekker aan het verduurzamen? Maak kans op vette prijzen!

Samen met 15 andere energiecoöperaties wil Grunneger Power grote duurzame energiebesparende maatregelen stimuleren. De landelijke koepelorganisatie Energie Samen heeft 75 wijken aangemerkt om aan de slag te gaan. Grunneger Power wil ook in Lewenborg in kaart brengen waar er al maatregelen zijn getroffen.

Nam je dit jaar al grote energiebesparende maatregelen in huis of ligt er al een ondertekende offerte voor de uitvoering van 1 of meerdere maatregelen op je keukentafel? Dan maak je direct kans op een mooie prijs via de WIN-WIN actie. Kijk snel hoe je meedoet op <https://www.grunnegerpower.nl/samen-besparen-win-win/>.

## Infomarkt Duurzame Energie succesvol!

**LEWENBORG** Onze laatste manifestatie over duurzame energie was erg geslaagd. Op de middag en avond bezochten zo'n 70 wijkbewoners onze infomarkt. Zij willen aan de slag met energiebesparing en met het isoleren van hun huizen. Ze konden advies krijgen van Lewenborg Energie, de gemeente, WIJ en woningcorporaties.

tekst Inge Linthout | fotografie Anne Geluk

De gemeente heeft een wijkenergieplan opgesteld voor onze wijk. Voor het oorspronkelijke Lewenborg is hybride verwarming het idee, nieuwere gedeelten als Drielanden zouden de woningen met elektriciteit gaan verwarmen. Een warmtenet is niet opgenomen in het plan voor Lewenborg omdat dit onder de huidige omstandigheden te duur is.



## FETTIE

## Marktpraat

**O**p woensdag ruik je churros en vis in de wijk. Dol ben ik op onze marktdag, die ik veel te vaak misloop. Al weet je vaak na tien meter lopen al niet meer waar je nou ook alweer voor kwam. Ondanks AI, Facebook en alle groepsapps waar we in zijn beland is de markt nog altijd de plek waar het gebeurt. Waar je aan iemands gezicht ziet hoe dramatisch het overlijden van een naaste voelt, waar je hoort dat ergens een kleine opkomst is en waar, op deze eerste novemberdag, een architectenbureau inventariseert wat er nodig is om oud te worden in je eigen wijk. Want de oorspronkelijke bewoners van Lewenborg zijn geen twintig meer, maar voelen zich er ondanks hun uitgevloegen kroost nog thuis.

Een magere jongen en een vrouw met lange jas staan vrolijk voor een flipover met veel felgekleurde post-its. Ik lees: 'Sociale omgeving belangrijk' en 'Wanneer maak je keuze voor levensloop geschikte woning?', 'Verhuizen? Hogere huur' en 'Trappen op wordt lastig, maar wonen in vertrouwde omgeving is fijn'. Op een andere kaart staan vlaggetjes op een plattegrond van de wijk. Ik zie onze opperwijkvrouw Daan staan en we praten wat over trapliften, of je die krijgt of dat er druk wordt uitgeoefend om te verhuizen.

'Zelf zou ik zo woningruil doen', zeg ik, 'bij mij is alles gelijkvloers en mijn zoon slaapt in de woonkamer wegens ruimtegebrek. Maar mijn burens hebben het nog moeilijker, ze hebben een kleintje, er is een tweeling op komst en zij hebben maar één slaapkamer.'

Er komt een oudere man vanaf de kramen aanlopen. Hij pocht over zijn leeftijd van boven de tachtig, kijkt naar de borden op poten en concludeert dan lachend dat hij geen vlaggetje op de kaart kan prikken omdat Drielanden er niet op staat. De langgejaste dame legt uit dat hun opdracht zich beperkt tot de aandachtswijk Lewenborg, dat Drielanden daarbuiten valt en er daarom niet op staat. 'Ha ha', lacht de man, en prikt met zijn vinger op de plattegrond waar geen bebouwing te zien is: 'dàár woon ik, kijk, ik vlieg!' Ik mijmer dat vliegen inderdaad handig voor hem zou zijn om in een gezinshuis te kunnen blijven wonen. Maar dan bedenk ik een realistischer plan: die vrolijke tachtiger zou kunnen ruilen met mijn burens! Zij zouden hem weer op de kaart kunnen zetten en hij zou het jonge gezin weer vleugels kunnen geven.

Op de woensdag zouden ze dan samen wat churros kunnen snoepen. Of een visje kunnen happen.

Fettie



# VERANDA Point

Jouw stijl, jouw veranda, onze passie!



## Uw verandaspecialist in het noorden

veranda's | overkappingen | glazen schuifwanden

Wij  
komen  
altijd gratis  
inmeten!

Naar  
uw wensen  
op maat  
gemaakt!

**SUPERACTIE 1**

### Glazen schuifwanden

In vrijwel alle bestaande veranda's toe te passen, ongeacht van welk materiaal deze gemaakt zijn.  
*Actie geldig t/m 30-11-2023*

**HELDER GLAS**  
per m<sup>1</sup>  
**€ 300**

**GETINT GLAS**  
per m<sup>1</sup>  
**€ 350**

**SUPERACTIE 2**

### Overkappingen

Inclusief LED-verlichting, polycarbonaat dak en montage.  
*Actie geldig t/m 30-11-2023*

**OVERKAPPING**  
5x3 meter  
**€ 3250**

Veranda's | Overkappingen | Schuifwanden | Schuifpuien | Carport | Tuinkamers

**VERANDA Point** *Jouw stijl, jouw veranda, onze passie!*

Stavangerweg 3 | 9723 JC GRONINGEN | NEDERLAND

+31(0)50 305 0042 | info@verandapoint.nl | [www.verandapoint.nl](http://www.verandapoint.nl)

Openingstijden showroom:  
Ma. t/m vr. 10.00 - 16.30 uur  
Zaterdag 10.00 - 15.00 uur  
*Kom gezellig langs in onze  
showroom, de koffie staat klaar!*



## BOUWEN &amp; WONEN

## Meerstad groeit door – bouw Parkhoven van start

**LEWENBORG/MEERSTAD** Meerstad is een woonkern in het oosten van de gemeente Groningen met nu zesendertighonderd inwoners (16 oktober 2023), verdeeld over twaalfhonderd woningen. De naam verwijst naar de combinatie van meer en stad, maar ook naar de vier MEER-dorpen in dit gebied: Middelbert, Engelbert, Euvelgunne en Roodehaan die volgens de plannen deel uitmaken van Meerstad.

tekst en beeld **Henk Busker**

**Parkhoven**

Op twee november 2023 is er weer een nieuwbouwproject opgestart, Parkhoven, in de wijk Groenewei in Meerstad. Nadat het een beetje had geregend, klaarde de lucht op en stroomde een aantal bewoners naar de plek waar het startsein voor de bouw van dit nieuwbouwproject plaats zou vinden. Nano's koffietruck verzorgde de koffie en de thee en het feest werd muzikaal opgeluisterd door een fietsende muzikant.

**Banieren hijsen**

Wethouder Rik van Niejenhuis hield een praatje over deze prachtige wijk, waarin de nieuw te bouwen woningen zullen verrijzen. Dat deed hij samen met twee van de toekomstige bewoners, die vanuit Rotterdam hadden besloten om in Meerstad te gaan wonen, en met Remco van der Mossel, directeur van bouwbedrijf Heijmans Noord. Het gaat om de eerste fase van dit project, bestaande uit dertien woningen. In totaal bouwt Heijmans daar zesendertig rij- en halfvrijstaande woningen. 'Met de bouw van Parkhoven bouwen we verder aan Meerstad. Ik ben blij met deze ontwikkeling en wens de toekomstige bewoners veel plezier in hun nieuwe huis', aldus de wethouder.

**Groenewei**

Groenewei ligt van alle Meerstadwijken het dichtst bij de stad Groningen en direct aan Park Meerstad. De ontwikkeling van Groenewei is bijna klaar. De wijk wordt rijk aan groene binnenplaatsen en dorpse straatjes die verbonden zijn door een zogenaamde slow lane, een route voor langzaam verkeer. Een veilige en gezellige wijk door de vele openbare groene ruimtes, waar kinderen kunnen spelen en waar je lekker kunt ontspannen. In totaal komen in Groenewei driehonderdvijftig woningen te staan. Deze nieuwe bewoners komen in een groene en waterrijke omgeving met veel ruimte. De woningen hebben uitzicht op het groene hart van Groenewei en zijn



Tuktuk koffiebar met een beste espressomachine

duurzaam door goede isolatie en gasloos. Met een warmtepomp worden de woningen verwarmd en geïsoleerd.

'Op deze prachtige locatie realiseren we woningen met onderscheidende architectuur. We zorgen niet alleen voor een fijn huis voor de koper, maar ook voor de dieren en de natuur in de omgeving. Samen met onze ecologen hebben we gekeken naar de flora en fauna en hebben we egelverblijven, insectenstenen en nestkasten voor vleermuizen, huismussen en gierzwaluwen geïntegreerd in ons project. Zo dragen we bij aan een gezonde leefomgeving voor mens, dier en natuur', aldus Remco van der Mossel.

**Proost**

Nadat de drie banieren gehesen waren, wandelde het gezelschap naar Paviljoen Hallo om te proosten op de voorspoedige voortgang van de bouw van Parkhoven.



Begeleid door de trompet worden de banieren gehesen...

**Informatie**

Voor meer informatie over het project Parkhoven kunt u contact opnemen met Kirsten Noordduin van Heijmans Woningbouw Noord via 06 2100 0555 of [knoordduin@heijmans.nl](mailto:knoordduin@heijmans.nl)

Voor meer informatie over Meerstad: 050 5995 710 of [info@meerstad.eu](mailto:info@meerstad.eu)  
Suzanne Mooij (verkoopadviseur)  
Eefje Koning (marketing en communicatie)

## Stadshavens - nieuwe wijk aan het Eemskanaal

**EEMSKANAAL** Het gebied tussen het Eemskanaal en de Sontweg wordt de komende jaren herontwikkeld tot een nieuwe, diverse woonwijk en krijgt de naam Stadshavens. De bouwplannen zijn al ver gevorderd en tijdens het festival Let's Gro in het Groninger Forum konden bezoekers een idee krijgen van de nieuwbouwplannen voor het gebied. Projectontwikkelaar VanWonen ontwerpt en bouwt Stadshavens.

tekst en beeld **Saskia Osinga**

**Gevarieerde woonwijk mét groen**

De nieuwe woonwijk Stadshavens moet plaats bieden aan 3.300 woningen en 33.000 vierkante meter commerciële en maatschappelijke bedrijfsruimte. Er komt een mix van diverse soorten bebouwing: woningen en appartementen in duurdere en goedkopere segmenten, waarvan 15 procent sociale woningbouw en 10 procent middenhuur. Omdat de wijk aan het water gelegen is, komt er aan de waterkant een zogenaamd Havenpark; een plek voor recreëren in de buitenlucht en ontmoeten, met een heel groen karakter.

**Wat verandert er?**

Nog dit jaar verdwijnen de containerwoningen aan het Damsterdiep. Aan de Damsterdiepkant komt een groene laan. Over het Damsterdiep komt een nieuwe brug voor fietsers en voetgangers. Voor de bedrijven die nog aan het Damsterdiep gevestigd zijn, wordt naar andere locaties gezocht om hun bedrijf te kunnen voortzetten. De bomen langs het fietspad aan

het Damsterdiep zijn dit voorjaar al speciaal geprepareerd zodat ze na verplanting op een nieuwe plek binnen Stadshavens beter gedijen en goed wortel kunnen schieten. De fietspaden krijgen een betere verbinding met de Oosterparkwijk.

**Betonbos**

Al sinds jaar en dag is aan het Eemskanaal het Betonbos gevestigd. Een stuk grond op een voormalig bedrijventerrein werd gekraakt en wordt al decennia bewoond door mensen die 'off the grid' leven: in tuinhuisjes, oude bussen, in woonwagens en in caravans. Bewoners van Betonbos zijn zelfvoorzienend. Betonbos geldt als een alternatieve, creatieve woongemeenschap waarin de mensen die er verblijven back to basic leven: zo is er geen stromend water en geen elektriciteit. De toekomst van de bewoners van Betonbos is onzeker. Ze moeten vertrekken, want in de planning van de Stadshavens is geen plek voor hen ingeruimd. Bewoners en sympathisanten van Betonbos zijn bang dat een bijzonder

stukje ecologie straks verloren gaat. Volgens Stadshavens is er een andere plek beschikbaar voor de huidige bewoners. Het groen van Betonbos is letterlijk geworteld op betonplaten, waardoor het onveilig zou zijn deze groene oase te behouden of te integreren in de nieuwbouw van Stadshavens.

**Industrieel erfgoed**

De grote silo van EMG, de voormalige graanoverslag, blijft behouden, evenals de schoorsteen van Cova. Daarnaast worden de gebouwen van EMG en de zakloeds behouden en worden ze geïntegreerd in de nieuwbouw van Stadshavens. Het industriële erfgoed blijft dus behouden, maar krijgt een andere invulling.

**Groen en duurzaam**

Stadshavens wordt gepresenteerd als een groene en duurzame wijk. De wijk wordt autoluw, dus (geparkeerde) auto's bepalen niet het straatbeeld. De huizen worden gasloos gebouwd en voorzien van de nieuwste isolatietechnieken. Er is volop aandacht voor groen in de



EMG Faktors, de Cultuurfabriek

wijk, ook om hittestress als gevolg van klimaatverandering te kunnen opvangen. Er komen genoeg plekken voor recreatie en ontmoeting.

**Audiotour**

Op de website van Stadshavens kun je een audiotour volgen. Die leidt je langs alle relevante plekken waar Stadshavens gebouwd gaat worden.

Voor nieuws en achtergrondinformatie kun je eveneens op de website van Stadshavens terecht. Elke woensdagmiddag van 14-16 uur is er een inloopspreekuur op het kantoor van Stadshavens aan het Damsterdiep 271.

Kijk ook op [www.stadshavens.nl](http://www.stadshavens.nl).



Betonbos



## SCHOLEN &amp; KINDEREN



## Nieuws van kinderopvang Juffies

Kinderopvang Juffies mag zich sinds kort een Gezonde Kinderopvang noemen en heeft een coach gezonde kinderopvang in huis. Met onze Gezonde Kinderopvang werken wij structureel aan een gezonde leefstijl van kinderen (0-12 jaar) en de deskundigheid van medewerkers. Voor ons is gezond opgroeien vanzelfsprekend en we geven elk kind hiermee de gezonde start die het verdient!

In de afgelopen periode hebben we gewerkt aan een nieuw voedingsbeleid en deze toegepast op beide locaties. We leren kinderen gevarieerd en gezond te eten waarbij proeven een onderdeel is van het kennismaken met gezonde producten.

Volgende week starten we in samenwerking met de Dagbesteding Noorddijk aan een moestuinproject. De kinderen krijgen dit jaar nog iedere week op een speelse en creatieve manier educatieve lessen in het opzetten van een moestuin. In het project werken we met thema's. Zo zullen we tegen de kerst kerststukjes gaan maken en in het voorjaar meer bezig zijn met het opkweken van zaden voor de planten die uit-

eindelijk in de tuin gaan groeien. In februari 2024 is de grond die door de zorgboerderij aan ons beschikbaar is gesteld bouwrijp en kan de tuin worden ingericht en kunnen de kinderen de tuin gaan onderhouden.

Wij zijn heel erg blij met de samenwerking met de Dagbesteding Noorddijk. De dagbesteding verzorgt dit jaar alweer voor de tweede keer in december een eigengemaakt cadeautje voor de kinderen van de dagopvang. Deze cadeautjes worden gemaakt in de eigen afdeling houtbewerking en worden deels gemaakt door de cliënten van de Dagbesteding Noorddijk. Kinderopvang Juffies is altijd op zoek naar verbinding in de wijk en hier is deze mooie samenwerking mede door tot stand gekomen.



## Word samen met Varkentje Rund Junior Klimaatcoach

Junior Klimaatcoach is het nieuwe broertje van Junior Energiecoach. Aan Junior Energiecoach deden tot nu toe al bijna 300 schoolklassen mee! Met Junior Klimaatcoach leer je samen met Varkentje Rund wat jij kunt doen voor een beter klimaat. Leerzaam en vooral heel erg leuk!

Scholen, BSO's en scoutinggroepen kunnen zich gratis aanmelden. Deelnemers krijgen een eigen startpakket, vol materialen zoals geheime enveloppen die het spel nog leuker maken. De leerlingen voeren de 'challenges' thuis uit en leren over klimaatthema's als biodiversiteit, water, spullen en vervoer.

Junior Klimaatcoach is voor kinderen van 7 tot 12 jaar. Het project duurt 4 weken en begint in maart 2024. Overleg snel met jouw klas zodat jullie mee kunnen doen! Meld je aan via de website van Junior Klimaatcoach: <https://www.junior-klimaatcoach.nl>. De gemeente maakt de gratis deelname mogelijk.



## Schrijver Marcel van Driel te gast bij De Swoaistee

In de week na de herfstvakantie was de schrijver Marcel van Driel te gast op De Swoaistee. Hij kwam vertellen over de boeken die hij heeft geschreven. Zoals Game Helden, Bino en Bobbie Botjes. Hij gaf antwoord op de vragen die de kinderen hadden voorbereid en er werd natuurlijk ook voorgelezen! Het was een heel leuk bezoek.





# SLAGERIJ HOFMAN



## HET ADRES VOOR: GOURMET PAKKETTEN



GEWOON LEKKER

€8,50 300 GRAM P.P.

- > GEMARINEERDE BIEFSTUK
- > SHOARMAVLEES
- > GEMARINEERDE KIPFILET
- > VARKENSSCHNITZEL
- > ROLLADESCHIJF
- > GEMARINEERDE SPEKLAP



LEKKER LUXE

€9,90 300 GRAM P.P.

- > VARKENSHAASMEDAILLONS
- > GEMARINEERDE KIPFILET
- > GEMARINEERDE KOGELBIEFSTUK
- > RUNDERHAMBURGERS
- > GOURMETWORSTJES
- > SHOARMAVLEES



GOURMET MINI'S

BESTEL SNEL  
& GEMAKKELIJK  
ONLINE



GEWOON LEKKER

€5,95

RUNDVLEES- OF HUZARENSALADE 250 GRAM P.P.  
RIJKELIJK BELEGD MET VERSE VRUCHTEN EN TAFELZUREN

## SALADES



LEKKER LUXE

€6,95

RUNDVLEES- OF HUZARENSALADE 250 GRAM P.P.  
RIJKELIJK BELEGD MET VERSCHILLENDE VERSE VLEESWAREN

## EN DE LEKKERSTE HAPJES



GEWOON LEKKER

VANAF €25,-



LEKKER LUXE

VANAF €30,-



KIP EN RUND

VANAF €35,-



## ONDERNEMERSNIEUWS

Redactioneel

### Siblu Meerwijk installeert eerste Nederlandse vakantiechalet

**KROPSWOLDE** Na de introductie van de eigen lijn Nederlandse vakantiechalets tijdens de open dagen in oktober heeft Vakantiepark Siblu Meerwijk in Kropswolde vorige week al het eerste Nederlandse chalet op het park mogen installeren.

Naast de chalets van Franse origine doen nu ook de Nederlandse chalets hun intrede op het park. De trotse eigenaren, Jan en Kathrin Schuil uit Groningen, kunnen niet wachten om het chalet in gebruik te nemen. Ze hadden al een vakantiechalet op het park toen ze hun nieuwe Siblu Costa-chalet aanschafte. 'We hadden een seizoensplaats en hebben dit jaar

onze Hobby-caravan ingeruild voor een nieuw vakantiechalet. Het park bevat ons zeer goed en omdat we graag het hele jaar door dichtbij huis willen recreëren hebben we de overstap gemaakt', vertelt Jan. 'Maar toen mijn vrouw dit nieuwe chalet zag was ze op slag verliefd.'

#### Welkome aanvulling

Ook technisch manager Niek Buijs, die rechtstreeks bij de installatie is betrokken, is verheugd met de komst van de nieuwe lijn Nederlandse vakantiechalets. 'Deze chalets van eigen bodem zijn een welkome aanvulling op het huidige aanbod. Een deel van onze gasten zweert nou eenmaal

bij een Nederlands product. Met deze hoogwaardige chalets voldoen we ook aan hun wensen. Beter kun je het eigenlijk niet krijgen. En voor de prijs hoeft je het niet te laten, zeker met de huidige introductiekorting.'

Ter afsluiting van het seizoen organiseert het vakantiepark op **zaterdag 18 en zondag 19 november van 10.00 tot 16.00 uur Outlet Dagen**. De ex-verhuurmodellen en laatste nieuwe 2023-chalets worden dan met extra voordeel verkocht. De modellen uit de nieuwe Nederlandse lijn vakantiechalets worden bovendien met 10.000 euro introductievoordeel aangeboden.



Een mooi voorbeeld van het aanbod...



Het interieur van de winkel

### Wijnproeverij in Spaanse Sferen bij Alwijn Slijterij Wijnerij

**MARTENSHOEK** Op vrijdag 24 en zaterdag 25 november organiseert Alwijn Slijterij Wijnerij weer een wijnproeverij in de winkel. Het thema is ditmaal Spaanse Sferen, 4 bodega's uit 4 verschillende gebieden.

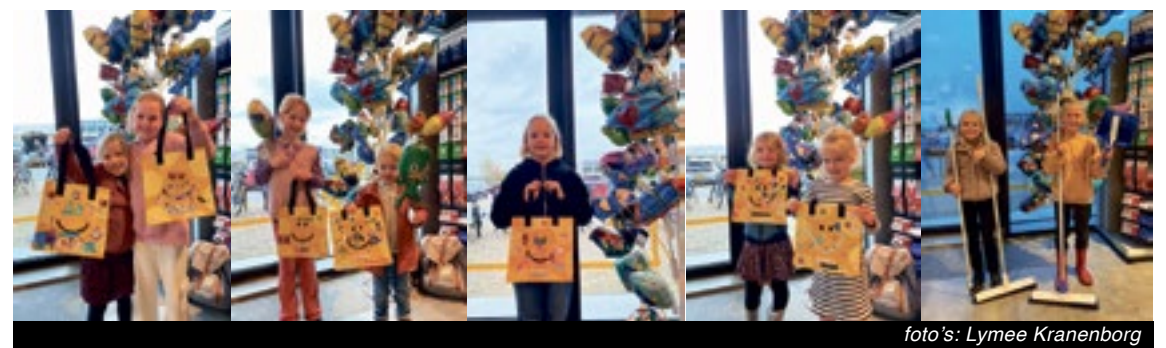
- Bodega Pirreos uit de regio Somontano, nieuw in het assortiment.
- Bodega Piedemonte uit de regio Navarra, al jaren een vaste waarde bij ons.
- Finca Empecinado uit de regio Ribera del Duero, karaktervolle wijnen.
- Bodega Carlos Serres uit de beroemde regio Rioja, één der oudste bodega's in het gebied.

#### De tijden

vrijdag 24 november van 15.00 tot 20.00 uur.  
zaterdag 25 november van 11.00 tot 16.00 uur.

Op zaterdag de 25e zal Jan Douwstra van Boomsma Wijnkopers aanwezig zijn ter ondersteuning, zijn specialiteit zijn de wijnen van Carlos Serres uit Rioja. De inloop is vrij, dus maak gebruik van de mogelijkheid om te proeven en tegelijk te profiteren van mooie kortingen.

Alwijn Slijterij Wijnerij, Meint Venigaststraat 5 te Martenshoek.



foto's: Lymee Kranenborg

### Jumbo Meerstad timmert opnieuw flink aan de weg

**MEERSTAD** Jumbo organiseerde op 26 oktober een ladiesfair, wat een enorm groot succes bleek. Al voor de aanvang stonden ruim 275 vrouwen voor de deur te wachten – de eerste 150 bezoekers kregen een goodiebag. Een rode loper was uitgerold voor de bezoekers en ieder kreeg een glaasje prosecco.

Ruim 35 lokale ondernemers hadden zich aangemeld om tijdens de fair hun diensten, producten of behandelingen aan te bieden. De parkeerplaats was afgeladen en best opmerkelijk: zelfs Easy Toys was met een stand aanwezig. Conclusie van de organisatie, bij monde van supermarktmanager Jannie Nijlaan-Swart: zeker voor herhaling vatbaar!

Op 8 november mochten de kinderen hun Sint-Maartentasje versieren en ook dit idee werd door wijkbewoners goed ontvangen. Het was er druk. Op vrijdag 10 november was het de beurt aan school de Groene Weide om met de hele school door de winkel Sint-Maarten te lopen. Een feest voor de kinderen natuurlijk!

En noteer alvast in de agenda: op 25 November is de intocht van Sinterklaas bij de haven van Meerstad.

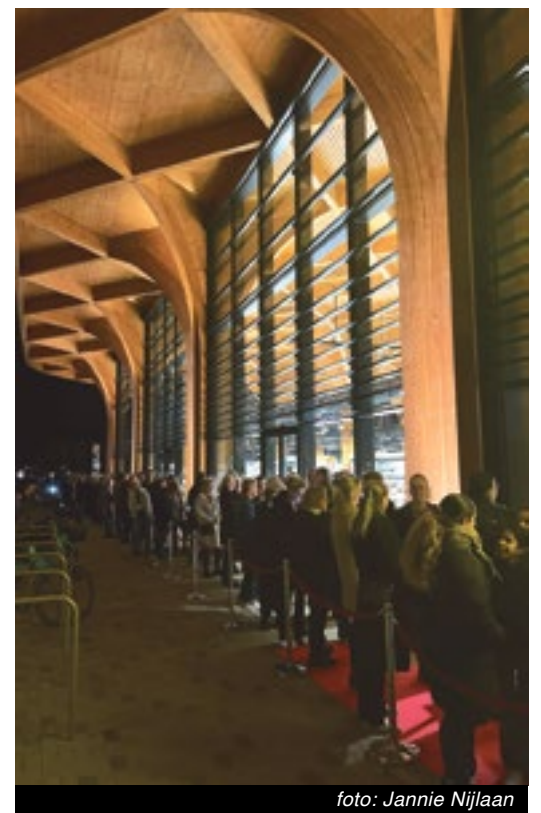


foto: Jannie Nijlaan

### Shuttlebus voor eenzame stadgers

Samenwerking Stichting WelMobiel met Groninger Museum

**GRONINGEN** Veel (oudere) stadgers zijn vaak aan huis gebonden en beschikken meestal ook niet over vervoer, waardoor zij vaak eenzaam zijn. Het Groninger Museum heeft dit onderkend en contact gezocht met Stichting Welmobiel, dé specialist op het gebied van fijnmazig wijkvervoer binnen de gemeente Groningen.

Onlangs hebben de directeur van het Groninger Museum, Andreas Blühm, en de voorzitter van Stichting WelMobiel, Martin Assink, de samenwerking tot het vervoeren van eenzame mensen middels een contract bekrachtigd. De samenwerking in een shuttleplan is inmiddels gestart met een pilot die in eerste instantie loopt t/m 8 december 2023.

In deze eerste periode van dit Shuttleplan zal WelMobiel wekelijks op vier dagen geïnteresseerde mensen vervoeren vanaf hun woning naar het Groninger Museum en vervolgens na twee uren weer ophalen en thuisbrengen. Bij voldoende belangstelling zal deze service worden uitgebreid voor een periode van 24 maanden.

#### Contact en meer informatie?

Telefoon 085-792 03 77 / [www.welmobiel.nl](http://www.welmobiel.nl)



Martin Assink (m), en Andreas Blühm, tweede van rechts wethouder Inge Jongman





U SCHRIJFT | STUUR UW BRIEF NAAR REDACTIE@LEWENBORGER.NL

Wijkbewoner Adri zag deze adembenemende schoonheden onderweg tijdens een wandeling door onze boomrijke en groene wijk



KOM JE OOK NAAR HET

# BUURTVUUR LEWENBORG

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

19.30  
ZATERDAG  
2 DECEMBER

## 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 Outback Premium**  
Leder, eyesight  
Beige, 2017, 101.000 km

€ 27.499,-



**Toyota Rav4**  
Full hybrid AWD executive  
Grijs, 2017, 109.000 km

€ 26.999,-



#### CABRIO

Lexus SC430 V8 Leder <b>Automaat</b>	grijs	2002	132000 km	€ 17999,-
Toyota MR-2 1.8 Leder <b>Automaat</b>	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	83000 km	€ 8399,-
Nissan Micra <b>Automaat!</b>	Grijs	2007	121000km	€ 5899,-
Daihatsu Cuore Nagano	grijs	2004	133000km	€ 2250,-
Daihatsu cuore Clever	rood	2011	114000km	€ 4799,-
Opel Combo 1.3 CDTI grijs kenteken!!	Groen	2012	270000km	€ 2950,-
Suzuki Splash 1.0 Comfort	Blauw	2013	118000km	€ 5999,-

#### HYBRIDE AUTOMAAT

Hyundai Ioniq 1.6 PHEV Premium	Zwart	2019	32338km	€ 24999,-
Kia Niro 1.6 PHEV Dynamicline	Grijs	2018	46792km	€ 26999,-
Toyota Auris 1.8 Aspiration	grijs	2011	108000km	€ 10999,-
Kia Niro 1.6 Dynamicline	Blauw	2019	34934km	€ 24949,-
Mitsubishi Outlander PHEV instyle+	Blauw	2015	85218km	€ 20999,-
Lexus RC 300h F sport Leder Navi	grijs	2016	99000 km	€ 30899,-
Toyota prius 1.8 Business Leder,navi	Wit	2015	109000km	€ 15999,-
Toyota yaris Aspiration weinig KM's!!!	rood	2013	31000km	€ 12999,-
Toyota Prius Aspiration Navi clima	Grijs	2011	127000km	€ 12499,-

#### OVERIG

Kia Venga 1.4 ComfortLine Airco	zwart	2015	63000 km	€ 11899,-
Mazda CX-3 2.0 GT-M	Blauw	2018	88000km	€ 19899,-
Opel corsa 1.4 Online edition	Grijs	2018	80000km	€ 12449,-
Volkswagen Golf sportsvan 1.5 ACT	Grijs	2019	33000km	€ 21499,-
Range rover Sport grijskenteken!	Blauw	2017	99000km	€ 47949,- EX BTW
Porsche Cayenne 4.8S 400PK!	Grijs	2013	193658km	€ 33899,-
Ford Kuga 1.5 Vignale NWE model	Rood	2016	105000km	€ 18999,-
Suzuki Swift 1.2 Comfort EASS	Wit	2010	210000km	€ 4499,-

#### SUBARU

Subaru XV 1.6 <b>Automaat</b> Premium	Zwart	2018	40000km	€ 24849,-
Subaru Outback 3.0 <b>Automaat</b> 245PK!	Grijs	2004	198000km	€ 9949,-
Subaru Outback 3.0 <b>Automaat</b> 245PK!	Beige	2007	233000km	€ 9949,-
Subaru Forester 2.5STI 265PK!!	Beige	2006	249000km	€ 9949,-

**WWW.AUTOFIRST-OLDEMAN.NL**

AKELEIWEG 115 GRONINGEN ULGERSMABORG



**Winkelcentrum  
Martenshoek** organiseert  
**woe. 1 t/m  
zat. 25 november**

**SHOP & WIN !!**

**WiMa**

Winkelcentrum Martenshoek  
*Sfeervol & veelzijdig!*

**Doe uw boodschappen bij de  
deelnemende winkeliers en  
maak 4 weken lang,  
elke week, kans op**

**BOODSCHAPPEN  
CADEAUBONNEN  
t.w.v. € 125,00**

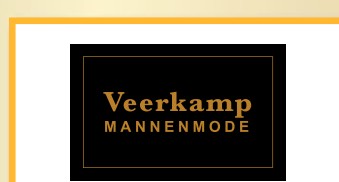
**(of € 75,00 en € 50,00)**

**Eerste prijs boodschappen bon Jumbo t.w.v. € 125,00  
Tweede prijs boodschappen bon Jumbo t.w.v. € 75,00  
Derde prijs boodschappen bon Jumbo t.w.v. € 50,00**

Trekking: 4, 11, 18 en 25 november 2023, door Notaris De Poel.  
Uitslag van de trekking wordt gepubliceerd in De Regiokrant.  
De prijsuitreiking is zaterdag 2 december  
bij de Jumbo Martenshoek.



**Maak tevens kans op  
1 minuut  
gratis  
winkelen!**





## VACATURES

# Link050

Dé vrijwilligerscentrale

Actief iets betekenen voor je wijk?  
In **Lewenborg** zijn we op zoek naar...

## Kooktalent &

### Kookliefhebber met speciale skills

Jij vindt het leuk om samen met onze cliënten 'goed en gezond' te koken voor een wat grotere groep.  
sytske.curredokter@dezijlen.nl | 0594850552

## Schrijver, die in de pen klimt voor...

### Wijkkrant de Lewenborger

Uiteenlopend redactiewerk. Meewerken aan gevarieerde kopij.  
bramhugel@gmail.com



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**.

Vier mee: **Dag van de Vrijwilliger** op 7 dec. Dan worden vrijwilligers in Groningen in het zonnetje gezet. Wil jij een vrijwilliger toevoegen aan de wall of fame? Dat kan op: [www.vrijwilligersgroningen.nl](http://www.vrijwilligersgroningen.nl)



Herestraat 100

[www.link050.nl](http://www.link050.nl)[info@link050.nl](mailto:info@link050.nl)

050 3051 900



Saskia Steenbergen

foto: Claire van Lent

## Leesclub Makkelijk Lezen is op zoek naar jou!

Saskia is coördinator van de Leesclubs Makkelijk Lezen en is dringend op zoek naar nieuwe vrijwilligers die in Beijum of Lewenborg een groep willen begeleiden. 'In onze filialen van het Forum hebben we leesclubs, bedoeld om mensen te helpen met lezen en spreken. Je leest dan samen een boek en bespreekt de inhoud en moeilijke woorden met elkaar. Maar het is ook heel gezellig', vertelt Saskia enthousiast. 'Je drinkt samen koffie en bespreekt meer dan alleen een boek. Ook kun je de deelnemers helpen met andere vragen. Een boek geeft ook altijd wel aanleiding tot het uitwisselen van eigen ervaringen.' Kortom, het is gewoon erg leuk.

door Annette Doornbosch

Het mooie is dat je ook gratis lid bent van de bibliotheek. Je bent vrij om je eigen tijd in te delen, je hebt een grote mate van vrijheid, niets wordt van boven af opgelegd. Dus je kunt zo creatief zijn als je wilt.

De deelnemers kiezen samen met de vrijwilliger een boek uit, daarvoor zijn er speciale eenvoudige boeken in de bibliotheek aanwezig. Maar je kunt ook een kijkje nemen op de website [eenvoudigcommuniceren.nl](http://eenvoudigcommuniceren.nl) en dan kan het Forum boeken naar keuze voor je club bestellen. 'En de vrijwilligers en deelnemers mogen ze houden', vervolgt Saskia. 'Ook mogen de vrijwilligers gratis naar de exposities en meedoen met speciale rondleidingen bij de exposities, meestal

in het Forum zelf.'

Qua tijd moet je rekenen op tenminste een dagdeel per week voor twee uur, meer mag natuurlijk ook. Wel wordt verwacht dat je voor minimaal een jaar inzet. Vakanties zijn geen probleem want als je wat langer weg wilt dan kan er een achtervang geregeld worden. 'Je moet natuurlijk wel van lezen houden', stelt Saskia. 'Verder mag je zelf aangeven hoe groot 'jouw' groep mag zijn.'

Met name in Beijum, Lewenborg en Haren worden vrijwilligers gevraagd, maar ook de andere filialen kunnen wel begeleiders gebruiken. En je kunt het ook eerst als achtervang proberen, om te zien of het wat voor je is. De leesclubs zijn overigens altijd in een filiaal, niet in het Groninger Forum zelf.

De doelgroepen zijn inwoners die laag geletterd zijn, maar er komen ook wel statushouders en expats op af, die bijvoorbeeld het geld niet hebben om dure cursussen te betalen.

Op de website van het Forum staan nog meer vacatures, ook voor vrijwilligers. 'Binnenkort start ook de Breinbieb, dat is een spelletjesochtend of -middag voor mensen die moeite hebben met hun geheugen, ook daar worden vrijwilligers gevraagd', vertelt Saskia, 'dat is ook heel erg leuk!'

Lijkt het je leuk en heb je interesse? Neem dan contact op met Saskia Steenbergen via [sociaaldomein@forum.nl](mailto:sociaaldomein@forum.nl) of bel 06 2749 8998. Bekijk de vacature op <https://tinyurl.com/yeym5smk>.



## Pieten in en om het winkelcentrum

Woensdag 29 nov

vanaf 13.00 uur tot circa 15.00 uur





KUHN RIKON

# 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

# Siblu Village Meerwijck

Kom naar onze Outlet Dagen op 18 en 19 november en profiteer van spectaculair voordeel!

- Ex-verhuurmodellen met hoge kortingen
- Opruiming laatste nieuwe 2023 modellen: nu of nooit
- Presentatie 2024 modellen: Nederlandse chalets met €10.000 introductievoordeel!
- Ontdek ons vakantiepark en de prachtige omgeving aan het Zuidlaardermeer
- Inruil van caravan of camper en financiering mogelijk

**Zaterdag 18 november 10:00 tot 16:00 | Zondag 19 november 10:00 tot 16:00**

**Outlet  
Dagen!**



chalet.siblu.nl

Strandweg 2, Kropswolde | 0598 - 323 659

**siblu**  
villages



## NIEUWS

## Lewenborg Beweegt in november van start bij De Oude Bieb

*Wat simpel begon met trouw en betrouwbaar zijn, is inmiddels uitgegroeid tot een hechte organisatie van lokale communities*

**LEWENBORG** We zijn in gesprek met twee bevlogen mensen, die samen het fundament vormen onder Groningen Beweegt. Charlotte Siekman en Jouke Janze, beiden initiatiefnemers, zetten hun jarenlange ervaring en kennis in om mensen in beweging te krijgen. Dat doen ze met beweeggroepen, maar ook met leefstijlgroepen, die in verschillende sessies op weg geholpen worden om zelf aan de slag te gaan met sport, bewegen en een gezonde leefstijl. Jouke: 'Wij willen er alles aan doen, als mensen er zelf ook energie in willen steken.'

tekst en beeld Bram Hügel

Jouke: 'Groningen Beweegt is ooit gestart als Beijum Beweegt. Daar is het begonnen met voetballen op straat, bal onder de arm. Een groep met leuke jongens, die soms ook wel voor overlast in de wijk zorgden. Ik ben zelf voetballer en begon op een veldje achter het huis. Met een bal maak je makkelijk contact. Zo ben ik tien jaar geleden begonnen en steeds meer jongens sloten zich aan. Ik merkte dat trouw blijven heel belangrijk is, dat je blijft en niet zo maar weer vertrekt: ik ben er voor jou, jij bent er voor mij.'

Charlotte: 'Ik ben een paar jaar later erbij betrokken geraakt. Van oorsprong ben ik verpleegkundige, maar ik wilde iets anders gaan doen. Iets met leefstijl, sport. Zo ben ik als vrijwilliger gestart bij Beijum Beweegt. Begonnen met wandelgroepen, heb ik verschillende opleidingen gedaan en geleerd wat werkt en wat niet. Omdat het om meer gaat dan bewegen alleen.

Ik ben nu leefstijlcoach en community builder. We zien onze groepen als communities, gebruik-

makend van de kracht van de wijk. In groepen gaat het erom dat je erbij hoort, onderdeel bent van iets, veilig genoeg om jezelf te kunnen zijn. Dat is het mooie er gewoon aan, en mensen doen het zelf. Wat ook werkt: we proberen een cultuur neer te zetten dat gezond leven niet moeilijk is en heel leuk en gezellig is. Dat je het samen doet en met plezier!'

Jouke: 'De ene deelnemer kan een voorbeeld zijn voor een ander in een stapje naar gezonder leven. Onze groepen zijn heel erg divers van samenstelling, ook al komen de mensen uit dezelfde wijk. We doen alles vraaggestuurd, dat is onze insteek. Als iemand bijvoorbeeld vraagt naar laagdrempelig tennissen, dan gaan we kijken of er animo is bij anderen. Is dat er, dan gaan we eerst kijken of we aan kunnen sluiten bij iets in de wijk en anders kijken hoe we het samen kunnen realiseren. En we hebben inmiddels wel een behoorlijk idee van wat werkt en niet werkt.' Charlotte vult aan: 'We willen goed aansluiten bij de behoefte in de wijk, kennismaken

met de wijk, de bewoners. Bij de bewonersavond van het BWPL zijn we aanwezig. En we hebben een presentatie gegeven in De Oude Bieb, daar was een duidelijke vraag naar wandelgroepen. De eerste wandelgroep start op 22 november.

De eerste keren ben ik er zelf bij. We starten in samenwerking met De Oude Bieb, maar het is de bedoeling dat de wijk het overneemt. Onze groepen zijn voor alle bewoners, dus niet alleen voor bezoekers van De Oude Bieb.'

Jouke: 'We komen van 'buiten' en dat kan soms een voordeel zijn. We hopen dat we een rol kunnen spelen bij gezond leven, op dit vlak het cement kunnen zijn in de wijk. Voor mensen die zich prettig voelen bij De Oude Bieb, of anderen die zich prettig voelen bij de kerk of weer een andere groep. Iedereen heeft een bepaalde smaak en kleur. Daarom kiezen we in Lewenborg voor: Lewenborg Beweegt.'

Charlotte ten slotte: 'We doen dit met hart en ziel. Het gaat ons niet erom een grote organisatie te vormen, maar vooral om mensen en-



Charlotte Siekman en Jouke Janze

thousiast te krijgen. En we vergeten de derde helft niet! Iedereen doet mee, ook mensen met een lichamelijke beperking. Als je ziet wat je met aandacht kunt bereiken...'

Beweeggroepen zijn er in vele smaken, een greep uit de mogelijkheden:

- Oldstars Boksen
- Fitness
- Oldstars Multisports
- Brisk Walking
- Chair Workout
- Zumba

- Wandel Rustig
- Wandel Actief
- Oldstars tennis
- Ouderengym 70+
- BMX Community
- Zaalvoetbal

Heb je altijd iets willen doen met sport, bewegen of gezonder leven, maar je weet niet hoe, dan komen wij graag met je in contact! Stuur een mail naar: [charlotte@ groningenbeweegt.nl](mailto:charlotte@ groningenbeweegt.nl) of bel 06 28 76 32 54. Kijk voor meer informatie op <https:// groningenbeweegt.nl>.

## Wright for Rights - Schrijf een brief, verander een leven

Vrijdag 8 December 2023 – Schrijfactie voor mensenrechten in Het Dok

**Op 10 december is het de Dag van de Mensenrechten. Rond die datum wordt het grootste mensenrechtenevenement ter wereld gehouden, Amnesty's schrijfactie Write for Rights.**

Tijdens de jaarlijkse Write for Rights-schrijfactie sturen mensen van over de hele wereld brieven tegen onrecht aan de machthebbers die mensenrechten schenden. We schrijven voor mensen die onterecht vastzitten of worden bedreigd vanwege hun werk, hun mening of om wie ze zijn. Zo zetten we machthebbers onder druk om onrecht te stoppen en geven we de mensen voor wie we actie voeren moed. Daardoor werden al tientallen mensen vrijgelaten, werden rechtszaken heropend en kregen bedreigde mensen bescherming. Vorig jaar schreven we bijvoorbeeld voor Cecilia Chim-biri en Joanah Mamombe uit Zimbabwe die na een demonstratie werden opgepakt, mishandeld en misbruikt. Vervolgens werden ze aangeklaagd omdat ze de mishandeling en het misbruik zouden hebben verzonden. In juli 2023 werden deze vrouwen vrijgesproken.

**Op vrijdag 8 december van 10:00-17:00 uur** kun je aan deze schrijfmaraathon meedoen in

Wijkcentrum Het Dok, Kajuit 4 in Groningen.

Samen maken we echt een verschil. Geen twijfel mogelijk! De stapels brieven zijn van enorme waarde. De inhoud van de brieven en kaarten mag je natuurlijk zelf bedenken, maar het hoeft niet. Er liggen voorbeeldbrieven die je kunt overschrijven. En er zijn voorbeelden van groeten-kaarten die je kunt sturen aan de mensen voor wie we actie voeren. Zo laten we ze merken dat ze niet vergeten worden. Dus: Schrijf een brief, verander een leven!



Dit jaar schrijven we onder andere voor Justyna Wydrzynska uit Polen, die vervolgd wordt voor het mogelijk maken van een veilige abortus. En voor Ahmed Mansoor die 10 jaar cel kreeg omdat hij regelmatig zijn bezorgdheid uitte over de detentie, marteling en oneerlijke processen van critici van de regering van de Verenigde Arabische Emiraten. Voor Ana Maria Santos Cruz uit Brazilië die wil dat de moord op haar zoon Pedro Hen-

rique wordt onderzocht. Hij streed tegen racisme en politiegeweld en werd door agenten doodgeschoten toen hij thuis lag te slapen. En voor Rocky Myers, een zwarte man met een verstandelijke beperking uit de Verenigde Staten, die al 30 jaar in een dodencel in Alabama zit. Hij zou een vrouw hebben vermoord maar bewijs hiervoor ontbreekt. Thuis schrijven kan ook. Een eigen schrijfpakket kan besteld worden via de website van Amnesty ([www.amnesty.nl](http://www.amnesty.nl)) of afgehaald worden in Het Dok op 8 december.

Vanaf 20 november kun je via de website [www.amnesty.nl/write-for-rights](http://www.amnesty.nl/write-for-rights) razendsnel brieven ondertekenen voor de tien mensen voor wie dit jaar actie gevoerd wordt. Het kost maar een paar minuten tijd en heeft toch een groot effect. Amnesty print alle digitaal ondertekende brieven uit en doet ze op de post. De hele maand december kan dat via je eigen computer.

Meer weten? Agnes van Wijnen 06 24700103 of Anja van Zanten 06 81863661.



De schrijftafel het vorige jaar...

## Meerkostenregeling - € 400 extra voor kosten chronische ziekte of beperking

**Maakt u extra kosten** door een chronische (langdurige) ziekte of een beperking? En was uw bruto jaarinkomen in 2022 niet hoger dan:

- Alleenstaande (ouder) zonder pensioen: € 18.930 bruto
- Gehuwd/samenwonend zonder pensioen: € 27.044 bruto
- Alleenstaande (ouder) met pensioen: € 21.167 bruto
- Gehuwd/samenwonend met pensioen: € 28.723 bruto

Dan kunt u mogelijk 400 euro extra geld (Meerkostenregeling) hier aanvragen: [gemeente.groningen.nl/meerkostenregeling](http://gemeente.groningen.nl/meerkostenregeling). Vraag vóór 1 december de Meerkostenregeling aan! Dit extra geld heeft geen gevolgen voor uw eventuele toeslagen.

Andere toeslagen en regelingen

Misschien zijn er nog meer toeslagen of regelingen waar u recht op hebt. Dan kunt u maandelijks veel geld besparen. Ontdek het via [www.datgeldtvoormij.nl](http://www.datgeldtvoormij.nl) van De VoorzieningenWijzer.



## Sinterklaas intocht

Zaterdag 25 nov

14.30 uur aansluitend vanaf

15.00 uur sinterklaasfeest in het Dok







## Zet Lewenborg in bloei!

Je kunt zelf of samen met jouw burens je straat of buurt in bloei zetten. Denk aan groene daken, een buurtmoestuin of een wilde bloementuin. Woon je in een woning van Nijestee en heb je een leuk idee om jouw buurt in bloei te zetten? We helpen je graag! Mail naar [woonzaken@nijestee.nl](mailto:woonzaken@nijestee.nl).

[www.nijestee.nl/buurt-in-bloei](http://www.nijestee.nl/buurt-in-bloei)

**Nijestee**

De Wiershoeck  
Natuurvoedingswinkel



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

[Info@dewiershoeck.nl](mailto: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!



Kerstverzierung uit Seiffen/  
Ertsgebergte nu tijdelijk in de winkel!



**DE TERP**

Vanuit de Hunze, Lewenborg en Beijum binnen 10 minuten bereikbaar met de fiets of met de auto (parkeerplaats achter bij de winkel)



Gecertificeerd biologische producten met nadruk op lokale aanbieders



NATURAL LIFE



# Pasfoto's

**6** Officiële foto's

Direct klaar!

Geschikt voor Rijbewijs, Paspoort of ID kaart

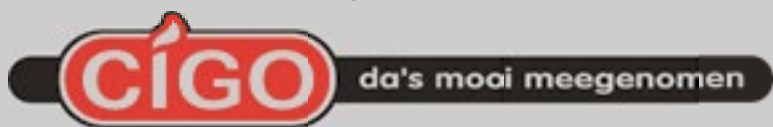
100% acceptatiegarantie

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

**apetito**  
Met zorg bereid.

Speciaal voor u  
**Probeer nu 4 maaltijden voor slechts € 19,95!**

Inclusief 12 heerlijke ijsdesserts gratis!

Bij apetito willen we u laten genieten van gemak... met onze keuze uit 130 vriesverse maaltijden! 4 ervan kunt u nu proberen in een proefpakket voor slechts € 19,95. Gratis aan huis bezorgd en zonder verdere verplichtingen. Bij uw bestelling ontvangt u bovendien 12 ijsdesserts gratis! Dat smaakt naar meer toch?

Eet u natriumarm, vegetarisch of glutenvrij? Ook dat kan. Ga naar [apetito-shop.nl/proefpakket](http://apetito-shop.nl/proefpakket) of bel 088 - 2012 123 en maak uw keuze. Vermeld bij de bestelling actiecode 108-SCDR05J23. Eet smakelijk!

Deze actie is enkel voor nieuwe klanten en geldig t/m 31 december 2023. Kijk voor de overige voorwaarden op [apetito-shop.nl/proefpakket](http://apetito-shop.nl/proefpakket).

Bestel & geniet van:

- Runderhachee met rode kool en aardappelen
- Nasi goreng met kipsaté
- Macaronischotel met rundergehakt
- Grootmoeders kippannetje

[www.apetito-shop.nl](http://www.apetito-shop.nl)



## DE OUDE BIEB



## Nieuwtjes uit De Oude Bieb - november

**Leefstijlgroep bij De Oude Bieb**

We starten, in samenwerking met Groningen Beweegt, op 22 november met een Leefstijlgroep bij De Oude Bieb. Centraal staan: gezonde voeding, bewegen, positieve gezondheid en een kookworkshop. De Leefstijlgroep komt in totaal 15 keer samen en deelname is gratis. De eerste bijeenkomst is op woensdagmiddag 22 november van 15.30 tot 17.00 uur. Wil je nog meedoen? Voor meer informatie kun je contact opnemen met Charlotte: (06) 287 632 54.

**Wandelgroep start in januari 2024**

Ook in samenwerking met Groningen Beweegt starten we in januari 2024 met een wandelgroep. Afhankelijk van de wijkbewoners die zich aanmelden, starten we met 1 of 2 groepen: een groep voor de mensen die stevig willen doorstappen en een groep die wel wil wandelen, maar in een lager tempo. Heb je interesse, dan kun je je opgeven bij De Oude Bieb.

**Spelletjesavond: dinsdag 28 november**

Op veler verzoek gaan we, ook nu het weer vroeger donker is, door met onze spelletjesavonden. Die organiseren we op de laatste dinsdagavond van de maand. Je bent 28 november van harte welkom in De Oude Bieb. De koffie en thee staan klaar om 19.00 uur, na een gezellig 'bakke' in de koffieruimte kun je gaan sjoelen of aan de koffietafel een spelletje spelen. Je hoeft je niet op te geven; iedereen is van harte welkom.

**Gift van het Hazewinkelfonds**

Tot onze grote vreugde heeft De Oude Bieb een gift ontvangen van het Hazewinkelfonds. Deze gift komt uit de nalatenschap van de oprichter van het Hazewinkelfonds. De Oude Bieb is natuur-

lijk ontzettend blij verrast met en dankbaar voor deze eenmalige gift!

Volgens het Hazewinkelfonds ontvangen we deze mooie gift vanwege drie redenen: De Oude Bieb werkt voornamelijk met vrijwilligers, De Oude Bieb heeft daadwerkelijk betekenis voor de mensen die ondersteuning behoeven, en De Oude Bieb probeert toekomstperspectief te bieden aan zowel bezoekers als vrijwilligers. We gaan het geld besteden aan:

- Extra ondersteuning voor bezoekers van De Oude Bieb die het financieel lastig hebben;
- Onze gratis buurtmaaltijden en activiteiten;
- Trainingen voor de vrijwilligers;
- Vervanging van onze Bieb-bus.

**Klus- en groengroep**

In januari 2024 start De Oude Bieb met een nieuwe activiteit: een klus- en groengroep. In Lewenborg bestaat al jaren het plan om zo'n groep te starten, met als doel mensen die zelf geen kleine klusjes in en om huis meer kunnen verrichten te helpen. Te denken valt aan het vervangen van lampen, spullen ophangen, stopcontact vastzetten, stoeptegels recht leggen, enz. Klusjes die in een uurtje gedaan kunnen worden. We richten ons op wijkbewoners met een kleine beurs en weinig sociale contacten.

De klus- en groengroep bestaat uit vrijwilligers en medewerkers van De Oude Bieb. In de Lewenborger van december vertellen we meer!

**VACATURE: KOK****Gezocht: vrijwilligers kookgroep**

Bij De Oude Bieb koken we 1 keer per week een verse gezonde maaltijd voor alleenstaande ou-

**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 Kraaijenest)
- 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!**

dere wijkbewoners. 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.



## Vrijwilligerswerk in Groningen - feiten en vier kansen

**GRONINGEN** Vrijwilligerswerk vormt een belangrijke hoeksteen van onze provincie. Toch is het voor Groningers niet altijd even makkelijk om vrijwilligerswerk te doen en hebben organisaties moeite met het vinden van vrijwilligers. Onder de noemer Vrijwilligers Groningen is afgelopen jaar onderzoek gedaan onder 253 vertegenwoordigers van vrijwilligersorganisaties in provincie Groningen. Ook zijn 2.850 Groningers bevraagd over wel of niet doen van vrijwilligerswerk. Een combinatie van de uitkomsten leidt tot een aantal feiten en kansen voor vrijwilligerswerk in Groningen.

**Kans 1: Organisatie op orde**

Een goede organisatie blijkt belangrijk voor vrijwilligersorganisaties. Na voldoening is het op orde zijn van de organisatie volgens de ondervraagden de belangrijkste voorwaarde om vrijwilligerswerk te willen doen (66%). De grote meerderheid van organisaties zegt hier echter geen hulp bij nodig te hebben (77%). Omdat het voor vrijwilligers zo belangrijk is doen organisaties zich er goed aan nog eens stil te staan bij de vraag: Hebben we echt alles goed op orde?

**Kans 2: Nooit te oud voor vrijwilligerswerk**

Ongeveer 10% van de mensen die geen vrijwilligerswerk (meer) doet of niet (meer) actief in de buurt is geeft aan zich te oud te voelen. Op de vraag wat men het leukst vindt aan vrijwilligerswerk noemen ze bijna allemaal de sociale contacten. Zou laagdrempelig en flexibel vrijwilligerswerk bij kunnen dragen aan het tegengaan van eenzaamheid onder ouderen én bijdragen aan de leefbaarheid van Groningen?

**Kans 3: Incidenteel i.p.v. structureel**

Geen tijd hebben (42%) en niet gebonden willen zijn aan structurele taken (30%) zijn de belangrijkste redenen voor Groningers om geen vrijwilligerswerk te doen. Zouden mensen die niet elke week vaste taken willen uitvoeren wel bereid zijn af en toe te helpen? Kunnen organisaties een toegankelijkheid creëren waarbij mensen zich kunnen inschrijven om in bepaalde periodes vrijwilligerswerk te doen?

**Kans 4: Betrek jongeren bij vrijwilligerswerk**

Bijna de helft van de vertegenwoordigers van vrijwilligersorganisaties (47%) vindt dat jongeren minder bereid zijn vrijwilliger te worden en 68% zou graag meer jongeren willen aantrekken. Het klopt dat jongvolwassenen (40%) minder vaak vrijwilligerswerk doen dan 65-plussers (54%). Geen tijd hebben is de belangrijkste reden om geen vrijwilligerswerk te doen, maar ook andere redenen spelen mee. Jongvolwassenen geven bijvoorbeeld veel vaker aan geen vrijwilligerswerk te doen omdat ze geen idee hebben waar ze een bijdrage aan kunnen leveren. 25% van de jongvolwassenen die geen vrijwilligerswerk doet

geeft dit als reden, tegenover 8% van de 65-plussers. Zouden jongvolwassenen sneller vrijwilligerswerk doen als ze rechtstreeks gevraagd worden en het duidelijk is waar en hoe ze kunnen helpen? Want ook jongeren geven aan graag verschil te willen maken en ertoe willen doen.

**Geef vrijwilligers waardering tijdens de Dag van de Vrijwilliger (7 december)**

Iedere vrijwilliger verdient het om af en toe waardering te ontvangen. 7 december, Nationale Dag van de Vrijwilliger, is daar een uitgelezen moment voor. Ken jij iemand die mooie dingen doet als vrijwilliger? Veras diegene dan met een speciaal ontworpen Groningse bedankkaart. Je kunt gratis één of een pakket kaarten bestellen via [vrijwilligersgroningen.nl](http://vrijwilligersgroningen.nl). Liever digitaal iemand een pluim geven? Plaats zijn/haar/diens naam op de Wall of fame en vertel waarom het zo'n topper is (ook op [vrijwilligersgroningen.nl](http://vrijwilligersgroningen.nl)).

**Vrijwilligers Groningen**

De organisaties achter Vrijwilligers Groningen vinden het belangrijk om mensen die zich inzetten als vrijwilliger in het zonnetje te zetten en hebben daarom van 6 november tot 7 december een campagne om vrijwilligers in Groningen te bedanken. Provincie Groningen en gemeente Groningen hebben deze campagne mogelijk gemaakt. De waarderingcampagne voor vrijwilligers is een initiatief van Groninger Dorpen, Huis voor de Sport Groningen, CMO STAMM, CultuurLoket, Link050, Stichting Present en Humanitas.

Ieder die vrijwilligers wil bedanken (organisaties, verenigingen of via een informele route) kan gebruik maken van gratis bedankkaartjes, posters of de iemand een pluim geven op de digitale Wall of fame op [vrijwilligersgroningen.nl](http://vrijwilligersgroningen.nl).

Onder de noemer Vrijwilligers Groningen geven de organisaties ook gezamenlijk ondersteuning op maat, organiseren ze kennis- en leersessies op allerlei onderwerpen voor de huidige besturen en andere vrijwilligers en initiëren waarderingssacties.



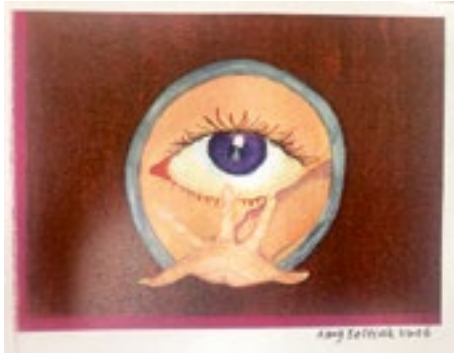
Kokkerellen...

foto: DOB





## MUZIEK KUNST &amp; CULTUUR



## Nieuwe expositie in Gezondheidscentrum Lewenborg

van donderdag 16 november tot 7 februari 2024

Examen tekenleerlingen van het Wessel Gansfortcollege exposeren hun eindwerk in het gezondheidscentrum te Lewenborg van 15 november tot 7 februari 2024. De havo-leerlingen laten hun pastels, acrylschilderijen, drukwerk en gemengde technieken zien, in de vorm van stillevens, etsen en eigen geko-

zen thema's. De vwo-leerlingen tonen in verschillende technieken hun praktijkexamen naar aanleiding van zeven verschillende thema's waaruit gekozen kon worden. De ene leerling werkt heel precies, de andere heeft een grovere penseelstreek en weer een ander is heel kleurrijk.

Stuk voor stuk werk met veel aandacht en eigenheid gemaakt. Een plezier voor het oog!

De opening is donderdag 16 november om 17.30 uur. Dan wordt de tentoonstelling door de nieuwe directrice van het Wessel Gansfort geopend.

Anke Slooff (geboren 1957 te Utrecht, Aopleiding Academie Minerva), is echt bekend als een 'portrettist' van de oude schepen aan de Groninger Hoger der A en de Noorderhaven, dus binnen een klein stukje Groningen, niet groter dan een vierkante kilometer. Haar stijl – realistisch, met uitgesproken kleuren – is meteen herkenbaar. In 2007 had zij een overzichtstentoonstelling in het Noordelijk Scheepvaartmuseum. Haar werk is permanent te zien aan boord van M.S. Tarkan (Noorderhaven ZZ 1096, tegenover huisnummer 62), na telefonische afspraak.

door Joanna Paszkiewicz

In 2023 gaat haar aandacht als kunstenaar bovenal naar 'haar landje'. Dat betekent de sier- en moestuin in Noord-Drenthe, waar zij – zoals zij zelf zegt – altijd weer gelukkig is. In oktober verschijnt haar boek 'Tuin Vriezerhoek - een aandenken' bij uitgeverij Philip Elchers. Een combinatie van haar zeer persoonlijke notities en haar beelden: zeefdrukken, houtskooltekeningen, olie-



Anke Slooff - 'Twee Gebroeders, Noorderhaven najaar', zeefdruk, 2015

### ODE AAN EIGEN TUIN

verfschilderijen. Dit is een ode van Anke Slooff in aanloop naar het 25-jarig bestaan van haar tuin. Sommige echte 'portretten' van deze Drentse tuin, het beeldmateriaal voor haar boek, werden

tentoongesteld in de M.S. Tarkan tot 12 november, maar naar de wens van de kunstenaar is het mogelijk ze nog te zien tot het einde van dit jaar.

## Laatste Dorpshuissessies Garmerwolde op zaterdag 25 november

**GARMERWOLDE** In het dorpshuis van Garmerwolde zal op **zaterdag 25 november** de vierde en laatste Dorpshuissessies-avond van dit jaar plaatsvinden. Als vanouds met drie bands. Hoewel de toegang gratis is, wordt een financiële bijdrage in de (digitale) foaienbus bij de uitgang bijzonder gewaardeerd. Zo kunnen er in de toekomst weer nieuwe sessies worden georganiseerd.

### De bands

De avond begint om half negen met een optreden van **Jildou**, een singer-songwriter die al op jonge leeftijd begon met het schrijven van haar eigen liedjes. In maart 2017 bracht ze haar debuut-CD 'Openhartig' uit, opgenomen in de TCC Studios in Veenendaal. Ongeveer een jaar later kwam haar eerste single 'Door De Straten' uit.

De tweede band is **Starling Days**. Edwin Beijert, Eric Schenkel, Karin van der Meulen en Folkert Steenmeijer spelen melancholieke, folky luisterliedjes waarop zo nu en dan ook gedanst kan worden.

De laatste band is **Hister**. Dit Groninger duo kreeg eerder dit jaar een platencontract bij het prestigieuze Nederlandse platenlabel Exelsior. Hister bestaat uit drummer Michel Weber en



Hister

foto: Reyer Boxem

bassiste Merel Weijer, beide zingen. In het geval van Hister: Groninger teksten. Ze maken nummers die zowel catchy en lichtvoetig zijn als traag, zwaar en dromerig.

### Locatie en aanvangstijden

Dorpshuis Garmerwolde  
Oude Rijksweg 6, Garmerwolde  
Datum: zaterdag 25 november 2023  
Aanvang: 20:00 uur  
Entree: gratis  
Info: 06 2523 3602 / 06 1487 4470

**OOSTERSTORM GRONINGEN**

**Kerstconcert**  
"Geef de kinderen een wereld"

m.m.v. kinderkoor Oosterhoogebrugschool  
**ZONDAG 17 DECEMBER 2023**  
Wijkcentrum "De Schakel" Groningen

Aanvang middagconcert: 15.00 uur  
Aanvang avondconcert: 20.00 uur

Tickets á € 10,- verkrijgbaar via  
050-3131061, oosterstorm@gmail.com & de Schakel  
[www.oosterstorm.nl](http://www.oosterstorm.nl)

**Woensdag 29 november 2023**  
gezellige middag bij de Muijterij  
van 14.00 tot 17.00 uur  
in Wijkcentrum het Dok, zaal Vlootshouw,  
Kajuit 4, 9733 CA Groningen  
met  
**Zangduo René & Wilma**  
Entree €6,00, incl. hapje/drankje,  
zaal open 13.30 uur

**Gemengd koor De Zingerij**  
uit Lewenborg  
dirigent en pianist Martijn Jager  
en

**Gemengd koor TheSingers**  
uit Thesinge  
dirigent en pianist Cees Leurs

geven samen een concert op

**Zondag 26 november**  
in de Kloosterkerk in Ten Boer  
aanvang: 15:00 uur

Entree € 12,50 incl. koffie/thee  
Kinderen tot 12 jaar gratis

Met werken van o.a. Vivaldi,  
Brahms, Byrd, Di Lasso,  
Arbeau en Neil Young

Kaarten kunnen worden gereserveerd door € 12,50 over te maken op rekeningnr. NL33RBRB 0944304915 t.n.v. TheSingers.

Vermeld bij omschrijving TheSingers of De Zingerij. Uw toegangsbewijs ligt dan klaar bij de ingang van de kerk. Ook kaartverkoop aan de deur

[www.dezingerij.nl](http://www.dezingerij.nl)  
[tj.dewit@ziggo.nl](mailto:tj.dewit@ziggo.nl)





## NATUURLIJK LEROY &amp; VLINDERTUIN

**Dezelfde rivier maar dan anders**

tekst en beeld Peter Kruijt

Groningen heeft zijn maren, Drenthe zijn diepjes en Friesland zijn meren. Er is veel water in Noord-Nederland, maar een echte rivier hebben we hier niet. Niet meer moet ik schrijven. Ooit stroomde er een rivier langs de Hondsrug richting de kustzone die later Groningen zou gaan heten. Dat was de Hunze. Met vele meanders zocht het water zich hier een weg vanuit een groot moeras naar de zee. Duitzenden jaren geleden kon deze stroom ten zuiden van Groningen kilometers breed zijn. Er stroomde dan vele malen meer water dan er nu bij Lobith door de Rijn ons land binnenkomt. Hoewel je haar gerust een serieuze rivier mocht noemen, is de Hunze dat allang niet meer. Al vijf eeuwen lang wordt de oude loop door mensenhanden aangepakt en gemanipuleerd. Om scheepvaart mogelijk te maken begon dat met het graven van het Schuitendiep. Niet alleen het stukje in Stad met die naam,



Beverssporen in het Hunzedal vlakbij Stad



maar het hele eind van Waterhuizen tot de middeleeuwse stadsgrens werd rechtgetrokken. In het zandige Drenthe werden bochten afgesneden omdat zij de scheepvaart hin-

derden. Op Groningse kleigronden gebeurde dat om in tijden van regen overvloedig hemelwater af te voeren. In het kader van de ruilverkaveling kwam er in Drenthe nog eens rigoureuze kanalisering overheen. Toen ik als jonge tiener met mijn vader eens op winde ging vissen, zag ik enkel akkers vol aardappelen en daartussen een treurig rechte sloot. Oude bochten verdroogden en groeiden dicht. De stroom verdween letterlijk uit het landschap. De Hunze was de Hunze niet meer.

Eind vorige eeuw kwam het besef dat zij hersteld moest worden. De waarde van de oude rivier, als drager van natuurontwikkeling, maar vooral als een natuurlijke manier om natte voeten in voorjaar en herfst en droogte in de zomermaanden te bestrijden, werd herontdekt. Eerst werd noordelijk van het Zuidlaardermeer en bij Spijkerboor natte natuur aangelegd. Als parels aan een kronkelend snoer werden daar één voor één stukjes bedding aan toegevoegd waar de rivier als vanouds kon meanderen. Flora en fauna herstelden zich

verrassend snel. De bever werd in het Drentse Hunzedal door de mens teruggebracht, de otter vond op eigen kracht haar weg daarheen. Kilometers stroomdal liggen er weer bij als in vervlogen tijden. Naar het noorden in het Reitdiepdal, waar de Hunze ooit richting zee stroomde, ontwikkelt de natuur zich al net zo hoopgevend. Daartussen in Stad is het toch wat ingewikkelder. Zo ligt de oude Hunze, vermomd als boerensloot, verstopt achter de Stainkoeln en eindigt zij vrij abrupt vlak voor het Verbindingskanaal. Stukjes en beetjes zijn daarna met moeite te herkennen tot vlak bij het Boterdiep. Dat gaat nu veranderen. Het Groninger Landschap maakte een plan om de Hunze in Stad meer zichtbaar te maken. Door dit plan gaan Stadlers beleven dat Hunzewater weer het Drentse zand met de Groninger klei verbindt. Eigenlijk is een rivier nooit twee keer dezelfde. Elke dag stroomt er immers ander water doorheen. Niettemin kunnen wij ons verheugen op het herstel van een oude stroom. De Hunze wordt weer dezelfde rivier, maar dan anders.



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

**Merkwaardig**

tekst en beeld Bas Schoonenboom

Je gelooft het of niet. Een vlinder die een orkaan kan veroorzaken. In de USA! Tumble Weed, eenmaal los van de bodem, een strakke wind en het plantje wordt een ballon zo groot. Kan natuurbranden veroorzaken, in Australië bijvoorbeeld. Zo erg is het in Lewenborg niet. Op Roer hebben we weer een vracht aan bladeren te verwerken. Nog steeds hangen de bomen vol blad. Niet normaal gewoon!! Aanharken, dus. Het meeste komt van buiten de tuin aanwaaien. Beuk, eik en vooral plataan verteren slecht. De zogenaamde humificering, verwerking tot humus duurt dan lang. Misschien wel enige jaren. Soms is een bult blad en wat takken goed als schuilgelegenheid voor de egel. Ook is een pakket bladeren goed voor bescherming van planten tegen de vrieswinter. We doen wat en zien wel. Niks merkwaardigs.

Op de vele gazons is het nu een kleurenpalet van groen, geel en zelfs rood van divers blad. Laat het liggen. De onderwereld van beestjes als pissebedden, regenwormen en miljoenpotten doet de rest. Uiteindelijk verwordt het tot stof. Het is lachen geblazen als we gebeld worden. We zijn bereikbaar voor de buitenwereld. Er wordt gebeld door iemand die wil boeken voor een afspraak om te komen eten. Voor 10 personen graag! Wij van de Vlindertuin zijn geen eetcafé!! Een kop koffie gaat lukken. Vooruit, koek erbij. Een merkwaardig misverstand.

Curieus is ook het seizoen van de herfst. We zijn bijna vergeten dat november de maand is om te tuin te beplanten. Supermarkten bieden steeds meer aan in het voorjaar. Rudbeckia's, Vlambloemen en Zonnehoejdjes bijvoorbeeld. Nee, nu winterklaar maken dat stukje grond. Door vele slagregens de laatste tijd slempet de bodem dicht, dus frezen we de grond hier en daar. Het zachte weer bevordert ook de worteling. Een ander verschijnsel, ook best merkwaardig, dat plots de tuin vol staat met paddenstoelen als de Stinkzwam en het Parasolzwammetje. Juist nu geurt het muffig en rottig boven het plantendeck. Je neus draait de andere kant op. Penetrant is dat. Afijn, de 11de van de elfde is aanstaande. In het schemerduister viere kindertjes Sint-Maarten en slingeren met hun lampionnetjes door de buurt.

Bas Schoonenboom, beheerder van de Vlindertuin



Honingzwam, de boomkiller

**Meer zielen, dus meer vreugd in het LeRoy**

tekst en beeld Wim Velt

Steeds meer mensen hebben de smaak van het LeRoy-gebied te pakken gekregen het afgelopen jaar. Er zijn nu wel drie keer zo veel vrijwilligers en die steken hun handen ook veel vaker dan vroeger uit de mouwen. De groepsapp houdt ze op de hoogte en wie zin en tijd heeft komt naar het LeRoyhuis. Telkens een paar gezellige en actieve uurtjes.

En dat is nog maar het begin. Er is een run ontstaan op de moestuintjes in het LeRoy, het buurtvuur wordt elke maand enthousiast bezocht en er is een muziekgroepje opgericht dat zo snel groeit, dat het binnenkort misschien niet meer in de Werf past.

In de Werf werd 4 november ook een geslaagde microscopendag gehouden en inmiddels duiken er al meer gegadigden op met plannen voor dit gebouwtje en op de Zandbank, daar vlak bij, maar daar lees je in de volgende Lewenborgers wel meer over.

Het LeRoy-gebied, super veelzijdig, voor iedereen en ook in de herfst geweldig mooi. Kom ook eens kijken en denk of jij er ook iets mee kan!





## KERKENROOSTER

## DE BOEI

**Restoration Church – Herstelgemeente**

Voorganger: Pastor J.J. van Mourik  
Telefoon: 050-549 41 41 [www.restorationherstel.nl](http://www.restorationherstel.nl)

Datum	Plaats	Tijd	Predikant
19 nov.	Emmaüskerk	15.00 uur	Pastor J.J. van Mourik
26 nov.	Emmaüskerk	15.00 uur	Rev. L. van den Kerkhof
03 dec.	Emmaüskerk	15.00 uur	Diverse sprekers
10 dec.	Emmaüskerk	15.00 uur	Pastor J.J. van Mourik
17 dec.	Emmaüskerk	15.00 uur	Dhr. R. Lange

**P.K.N. gemeente Damsterboord**

Predikant: ds. J. Wilts, Noorddijkerweg 14/16 Groningen  
Telefoon: 050-280 88 63 [www.damsterboord.nl](http://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
19 nov.	Stefanuskerk	10.00 uur	ds. B. Altena
26 nov.	Stefanuskerk	10.00 uur	ds. J. Wilts
	<i>Gedachteniszondag</i>		
03 dec.	Stefanuskerk	10.00 uur	ds. L.O. Giethoorn
	<i>Eerste advent</i>		
10 dec.	Stefanuskerk	10.00 uur	ds. J. Wilts
	<i>Tweede advent</i>		

**Overstag - Samen ontdekken!**

Op zondag 3 december 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](http://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](http://www.hildegardparochie.nl)

Datum	Plaats	Tijd	Predikant
03 dec.	Emmaüskerk	10.30 uur	pastores A. Jellema en M. Oosting
10 dec.	Emmaüskerk	11.15 uur	pastor Myriam Oosting
17 dec.	Emmaüskerk	11.15 uur	viering o.l.v. parochianen
			geen eigen viering, 's avonds om 19.00 uur een viering in de Salvatorkerk
24 dec.	Emmaüskerk	19.00 uur	pastor Arjen Jellema
25 dec.	Emmaüskerk	11.15 uur	pastor Myriam Oosting
31 dec.	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.

**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](http://www.vrouwencentrumdeboei.nl)  
E-mail: [info@vrouwencentrumdeboei.nl](mailto: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
<b>Naaiatelier</b>	<b>Donderdag</b>	<b>13.00-15.00</b>
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**

Naailles	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.

**HENGELSPORT**  
**SAPPEMEER.NL**

Noorderstraat 75  
9611AB Sappemeer  
[info@hengelsportsappemeer.nl](mailto:info@hengelsportsappemeer.nl)  
0598 63287  
uw hengelsportspecialzaak

**De Sinter KAAS Letter...**

**DEZE WEEK:**  
**4,50**

**OP=OP**

**KAASHUIS WRONGEL**

[www.kaashuiswringel.nl](http://www.kaashuiswringel.nl)

Winkelcentrum Martenshoek  
Meint Veningastraat 7  
Hoogezand

Winkelcentrum De Hooge Meeren  
Gerecht-Oost 56  
Hoogezand



## SPORT

## Tafeltennisvereniging Lewenborg al 50 jaar vitaal

**LEWENBORG** Wat een prachtig geluid maakt dat balletje toch. Ja, dat is mijn eerste indruk bij binnenkomst. Ik bezocht vandaag, 13 november, de Tafeltennisvereniging Lewenborg. Deze vereniging bestaat al bijna 50 jaar, ja, u leest dit goed. December 1974 is de vereniging opgericht, dus volgend jaar feest. Er wordt nog nagedacht hoe dit gevierd kan worden. Ze hebben op verschillende plekken gespeeld. Nu spelen zij op maandagavond vanaf 20.00 tot 22.30 uur in een van de zalen op de eerste etage van Het Dok.

tekst en beeld **Piet Gruisen**

### Ledental weer in de lift

Ik sprak met Patrick Schoorel, voorzitter, en Rudi de Vries, penningmeester. Eerstgenoemde is nu bijna 25 jaar lid en laatstgenoemde 15 jaar. Zij spreken enthousiast over hun vereniging. Ook zij hebben de nadelige gevolgen van corona ondervonden en zagen toen een terugloop. Maar ze zitten momenteel weer in de lift en hebben weer 16 leden, waarbij twee dames. Helaas geen jeugd, want dat zou te duur zijn in verband met bijvoorbeeld de huur van de zaal. Die bedraagt momenteel namelijk 36 euro. De gemiddelde leeftijd ligt op 50 jaar. Er zijn ook weer plannen om competitie te gaan spelen, dus een toeloop van leden zou mooi zijn. Vergrijzing zorgt niet alleen bij TTV Lewenborg voor vergrijzing. De mensen spelen met veel enthousiasme en veel plezier. En het is erg gezellig, ook al is het nu puur recreatief.

### Ook met een kleine beurs

Er is met de gemeente een overeenkomst gesloten dat leden met een Stadspas korting kunnen krijgen op de contributie, die 130 euro bedraagt. Daarvan wordt onder meer de zaalhuur bekostigd. De vereniging krijgt ook subsidie van Het Dok. En leden kunnen ook gebruikmaken van het volwassenenfondus Sport & Cultuur, je krijgt dan de contributie volledig vergoed. Prachtig dat leden met een kleinere beurs toch kunnen tafeltennissen op deze manier. Wanneer je lid wilt worden, kun je tweemaal gratis meespelen.



Rudi de Vries (l) en Patrick Schoorel

Toen ik met de heren in gesprek was, kwam erlid Victor Sierra Fernandez, binnenlopen. Hij is meer dan 20 jaar penningmeester geweest. Ook bekleedde hij de functie van wedstrijdleider en secretaris. Kortom, hem is veel dank verschuldigd. Dit geldt ook voor de bestuursleden die hem opvolgden en de huidige bestuursleden. Ga tot slot eens kijken in Het Dok op maandagavond, want het is echt de moeite waard. Ik vind het een aanrader. Of bezoek de website [www.ttvlewenborg.nl](http://www.ttvlewenborg.nl). Hier vind je de mailadressen van Patrick Schoorel en Rudi de Vries.



Er wordt fanatiek en met plezier gespeeld



## Cricketclub krijgt eigen veld op sportpark Kardinge

**KARDINGE** De Phoenix Cricket Club Groningen krijgt een cricket pitch op sportpark Kardinge. De pitch is het centrale gedeelte van het cricketveld en is ruim 20 meter lang en 3 meter breed. De strook kunstgras wordt aangelegd tussen twee bestaande voetbalvelden op het sportpark, zodat er links en rechts een cricketveld ontstaat.

'We willen cricket naar het Noorden halen', aldus voorzitter Imran Fazal van de Phoenix Cricket Club. 'We willen de wereld laten zien dat we in Nederland niet alleen goed zijn in voetbal en hockey, maar ook in cricket. Om talent te kunnen trainen hebben we wel goede faciliteiten nodig, daarom zijn we ook zo blij met de hulp van de gemeente.'

### Jonge club

De Phoenix Cricket Club bestaat sinds een jaar en heeft momenteel 75 actieve leden. Het afgelopen seizoen werd een paar keer gespeeld op sportpark Esserberg en tijdens de indoorperiode in sporthal Europapark.

Outdoorcricket wordt gespeeld van eind april tot eind augustus. In deze periode wordt er getraind en worden er wedstrijden en toernooien gespeeld. Normaal gesproken worden de velden in de zomermaanden niet bespeeld zodat het gras kan herstellen, maar omdat cricket nauwelijks belastend is voor het gras kan er gewoon op gespeeld worden.

### Verbreding van het sportaanbod

Wethouder Inge Jongman (Sport): 'Met cricket verbreden we het sportaanbod in Groningen. Hoe mooi zou het zijn als er straks iemand in het Nederlands cricketelftal speelt die hier voor het eerst



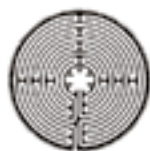
Sportpark Kardinge

foto: archief DL

met de sport in aanraking is gekomen.'

De gemeente Groningen stelt 21 duizend euro beschikbaar, het veld wordt komend voorjaar aangelegd.

Ondertussen worden er gesprekken gevoerd met de andere gebruikers van het sportpark over het gebruik van kleedkamers en kantine.



**Catrien Coolsma**  
UITVAARTVERZORGING

Informatie | Advies | Begeleiding

**06 25 120 120**  
[www.catriencoolsma.nl](http://www.catriencoolsma.nl)

Groningen | Drenthe | Friesland



lefi

t 088 - 20 33 000 | [info@lefi.nl](mailto:info@lefi.nl) | [www.lefi.nl](http://www.lefi.nl)



door **samen**  
**te werken** aan  
een duurzame  
woonomgeving





# Sinterklaas- intocht 2023

Zaterdag 25 november 14.30 uur

Aansluitend vanaf 15.00 uur

**Sinterklaasfeest** in het DOK

Lewenborg  
winkelcentrum

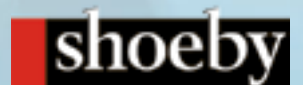


Ook woensdagmiddag  
29 november  
en zaterdag 2 december  
lopen er pieten in het centrum.



KAASVOORDEELSHOP  
Lekker & Voordelig

ISHTAR  
market



## 25 speciaalzaken voor u!



HEMA

Altijd gratis parkeren rondom het winkelcentrum.



Mr X  
in Winkelcentrum  
Lewenborg

Sinterklaas en Kerst zijn dure tijden voor iedereen. Hoe leuk zou het zijn als er iemand wat mee betalen gaat aan jouw boodschappen of bij de kapper. Dit kan jou zomaar gebeuren in winkelcentrum Lewenborg..... Hou onze facebookpagina in de gaten.

Volg  
winkelcentrum  
Lewenborg  
ook op  
Facebook



winkelcentrumlewenborg.nl