



Pagina 6 Looproute
Ronald McDonald Huis
feestelijk geopend

Halfjaar Pagina 8
Coöperatieve wijkraad
Interview met Henk Wierenga



Pagina 10

Sven Otte

“Het gaat altijd
om muziek in mijn
leven.”



Het gat in de Oosterparkwijk is klaar



Tekst: Mark C Hoogenboom
Foto: Erik Weersing

In elke editie van deze krant brengen we u op de hoogte van de voortgang van de sloop van het Treslinghuis.

In de vorige edities gaven we aan dat de sloop nog niet erg vlot ging, maar de laatste tijd zijn de slooplui

flink bezig geweest op de Treslinglocatie aan de Klaprooslaan.

Ooit stond het Treslinghuis eenzaam op de volledig kale vlakte waar later 'Plan Oost' zou verrijzen, zoals onze wijk in de begintijd werd genoemd. En nu, honderd jaar later, is er sprake van het tegenovergestelde:

het terrein is een eenzame kale vlakte tussen de woningen in de wijk.

Dit gat in de wijk is tijdelijk, er komt een nieuwe school die alle drie de oude schoolgebouwen in de wijk zal vervangen.

Het bouwen van de school en de bijbehorende appartementen zal nog

wel even tijd nemen, maar zodra de nieuwe school in gebruik genomen is, gaan de historische oude schoolgebouwen een nieuwe functie krijgen. Daar wordt al over nagedacht en er is al een plan voor de Siebe Jan Boumaschool in de maak.

Veranderingen in de wijk zijn eigenlijk altijd wat

pijnlijk, maar dat wat komt na een verandering is ook mooi. Het vergt wat wennen, dat dan weer wel.

Meer foto's?

Meer foto's van het sloopproces staan op pagina 10.



Volders | De Haan
INKOMENSBEHEER

**Financiële problemen
of schulden?**

Wacht niet langer!
Bel ons voor een gratis adviesgesprek:
(050) 711 40 12

Kraneweg 48 | Postbus 3036, 9701 DA Groningen
info@voldersdehaan.nl | www.voldersdehaan.nl

Unieke WINKEL bij U in buurt !!!

**Batterij en Accu Totaal
Groningen**

FLORAKADE 92 050-3600384
**Voor LEVERING van 99% van
ACCU'S & BATTERIJEN/LADERS**
van horlogebatterij tot heftruckaccu
en alles wat daar tussen zit !!!!!
Dus ook GSM, Notebook, Camera, Modelbouw, Auto, Boot, Camper..




**Unieke EIGEN ACCUDOKTER voor het transplanteren
(reviseren) van batterijpacks voor gereedschap, fietsen,
noodverlichting, modelbouw, maatwerk, portofoons etc.**

www.accudokter.nl



Catrien Coolsma
UITVAARTVERZORGING

Groningen, Drenthe, Friesland
06 47 22 47 44
www.catriencoolsma.nl

Informatie | Advies | Begeleiding



*Ook voordelig
adverteren
in Wijkkrant
Oosterpark?*

*Bel Bert Schipper
06 207 911 02
of mail naar
kranterij@noordpers.nl*

Heeft u er wel eens over nagedacht dat uw pijn bij het lopen mogelijk veroorzaakt wordt door een verkeerde lichaamsopbouw?



www.steunzoolspecialist.nl
Te belangrijk om te laten lopen

adres
BOTERDIEP 16 • GRONINGEN • TEL. 050.5496233 • MOB. 06.22340957



Richard Bosman





DE HUISMEESTERS
Woningen voor Groningen

Friestraatweg 18
Postbus 546
9700 AM Groningen
T (050) 365 71 71



Wij zijn een echte buurtcorporatie. We zetten ons in voor onze huurders en voor de buurten en wijken waar zij wonen. We willen het woningaanbod en de woonkwaliteit in Groningen verbeteren door te zorgen voor goed en betaalbaar wonen. Wij vinden: wonen is meer dan een dak boven je hoofd!

info@dehuismeesters.nl
www.dehuismeesters.nl
Volg ons op  

JURIDISCH SPREEKUUR

Iedere donderdag van 15.30-17.30 uur.

Misschien heeft u een probleem, maar is de drempel om naar een advocaat te stappen hoog.
Of u bent bang voor hoge kosten.
Wij houden wekelijks een gratis inlooppreekuur, voor een eerste oriënterend gesprek.

advocatenkantoor nwe ebbingestraat  Nieuwe Ebbingestraat 45
9712 NE Groningen
T 050 - 31 22 945
E info@aknieuweebbingestraat.nl
I www.aknieuweebbingestraat.nl

Hoofredactioneel

Druk!!!

Door Jarno Hoogeboom

Ik hoop jullie natuurlijk niet te vertellen dat het de afgelopen zomer flink warm was.

Verscheidene weerrecords zijn dan ook gebroken. Voor het mooie weer hoefde je het land niet uit.

Terwijl de meeste mensen vakantie hadden, heeft de redactie van de wijkkrant niet stil gezeten. Al in januari zijn wij met een compleet nieuwe wijkkrant gekomen. Wij hebben jullie toen beloofd dat het daarbij niet zou blijven. In de afgelopen zomer hebben een aantal redactieleden zich bezig gehouden met de bouw van de website.

Hier kunnen jullie uiteraard de nieuwste versie van de wijkkrant vinden. Ook alle oude wijkkranten zullen hier in de toekomst te vinden zijn.

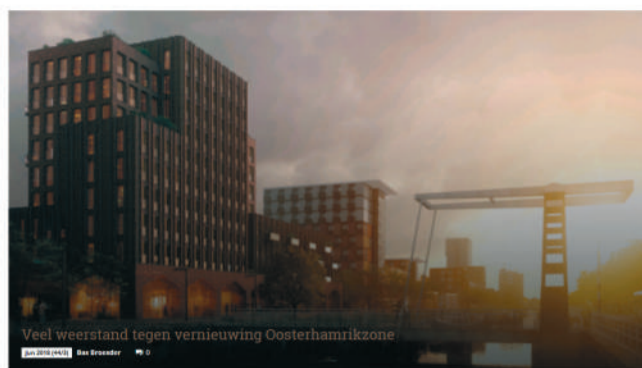
Ook kun je hier foto's bekijken en individuele artikelen teruglezen. Nieuwsgierig geworden? Breng dan eens een bezoek aan onze website, www.wijkkrantoosterpark.nl.

Laat ons even weten wat je ervan vindt. Opbouwende kritiek is van harte welkom.

De Wijkkrant Oosterpark vanaf nu ook op www.wijkkrantoosterpark.nl

Wijkkrant Oosterpark

Jun 2018 Volgend nummer Eerdere nummers Colofon Privacy



- (l.) De nieuwe website met het nieuws van de vorige editie.
- (r.) Oude edities van de krant eenvoudig terugvinden in het archief.

Archief (pdf)



Groentje Met groen gaan we het doen!

Door Petra Beekhuizen Khan

Dit jaar was ik op vakantie naar wat je noemt een warm land met in de zomer altijd temperaturen boven de dertig graden. Wie had kunnen denken dat Nederland in die periode heter was dan mijn warme vakantiebestemming? Ongekend! Ik vond het zelf prima, al had het natuurlijk wel wat graadjes lager gemogen.

Toch zat er voor mij ook een scherp randje aan deze hitte. Klimaatverandering. Disbalans. Jarenlang hebben we het al gehoord en met zekere regelmaat ervaren. Heftige regens, enorme windstoten, stormen... maar deze zomer sloeg in als een bom. Het leek wel de tropen! Moeder aarde roert zich. Een tijdje geleden was bij mij

al een andere bom ingeslagen. Driekwart van de insecten bleek in delen van Duitsland en ons land verdwenen te zijn. Dat was toch al een enorme alarmfase?! Al zijn die kriebelbeestjes misschien niet je favorieten, belangrijk zijn ze wel. Wist je bijvoorbeeld dat een vrouwtjesmug iemand móet prikken om eitjes te kunnen leggen? Ze legt die in het water en daar komen de larven uit, die als voedsel dienen voor kikkers en vissen en het mugje zelf is ook een lekker hapje voor een spin.

Wij zitten allemaal in de voedselketen. Eten en gegeten worden. Gelukkig zitten wij bovenin de keten, dus wij worden niet opgegeten.

Alhoewel... als we niet uitkijken lust moeder aarde ons rauw!

Natuurrampen zijn geen denkbeeldig iets meer en ook niet iets dat alleen in verweggestan gebeurt. Ik las dat de warmte die we nu hebben gehad

vaker voor zal gaan komen. Het wordt ook natter en de zeespiegel stijgt.

Het goede nieuws is dat het van ons afhangt in welke mate dit gaat gebeuren!

Van onze mede wereldburgers, van onze mede Europeanen, van onze mede Nederlanders, van onze mede Groningers en... last but not least, van onze mede Oosterparkers.

Dit is goed nieuws. En we zijn al zo goed bezig.. Ik was zo blij toen ik na een aantal weken terug kwam en zag dat de binnentuin (Kamperfoeliestr, Anemoonstr, Seringenhof, Klaprooslaan en Goudenregenplein) de hitte in alle glorie had overleefd. Ook de vers geplante Hedera en de jonge fragiele stokrozen rond de gymzaal van het Goudenregenplein stonden er goed bij, dankzij de toegewijde zorg van een bewoner.

Tijdens de Wijksafari van afgelopen 23 augustus, waarin een groep gemeente

ambtenaren werd rondgeleid langs verschillende initiatieven in onze wijk, kreeg ik de vraag of het een idee was om het Goudenregenplein in aanmerking te laten komen voor een 'Tiny Forest'. Tiny Forest? Geen idee wat het precies betekende, maar mijn hart sprong op. I'm in! riep het van binnen.

Thuis las ik dat Groningen zich, samen met 11 andere steden, dit jaar had aangemeld als partnergemeente voor het realiseren van minimaal vier 'tiny forests' in Stad.

Een initiatief van het IVN (natuurbeheer en educatie). Een bos (ten grote van een tennisveld), zo aangeplant dat het snel zou groeien en als rust, ontmoetings- en educatieve plek kan dienen voor bewoners (stedelingen). Ook met name voor kinderen.

Een groene plek, door de gemeente onderhouden en deel van een landelijk, educatief netwerk. Wat een synchroniciteit!

Voor de vakantie is er met omwonenden van het Goudenregenplein schriftelijk en met een aantal mensen in persoon overleg geweest

over het nu 'braakliggende' Goudenregenplein. De globale uitkomst was een rustgevende, educatieve, groene plek met bomen en ondergroei van kruiden en bloemen. Een plek waar mens en dier van kan genieten. Wauw, lieve mensen, of het een Tiny Forest wordt of niet, ik ben weer geïnspireerd. Groen gaat het hoe dan ook worden.

Laten wij de komende hete zomers trotseren met de heerlijke, natuurlijke schaduw van onze eigen geplante bomen!

COLOFON

Wijkkrant Oosterpark (verschijnt 6 keer per jaar)

Redactie

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

Hoofredactie

Jarno Hoogeboom

Vormgeving

Kevin Wagenaar

Bezorging wijkkrant

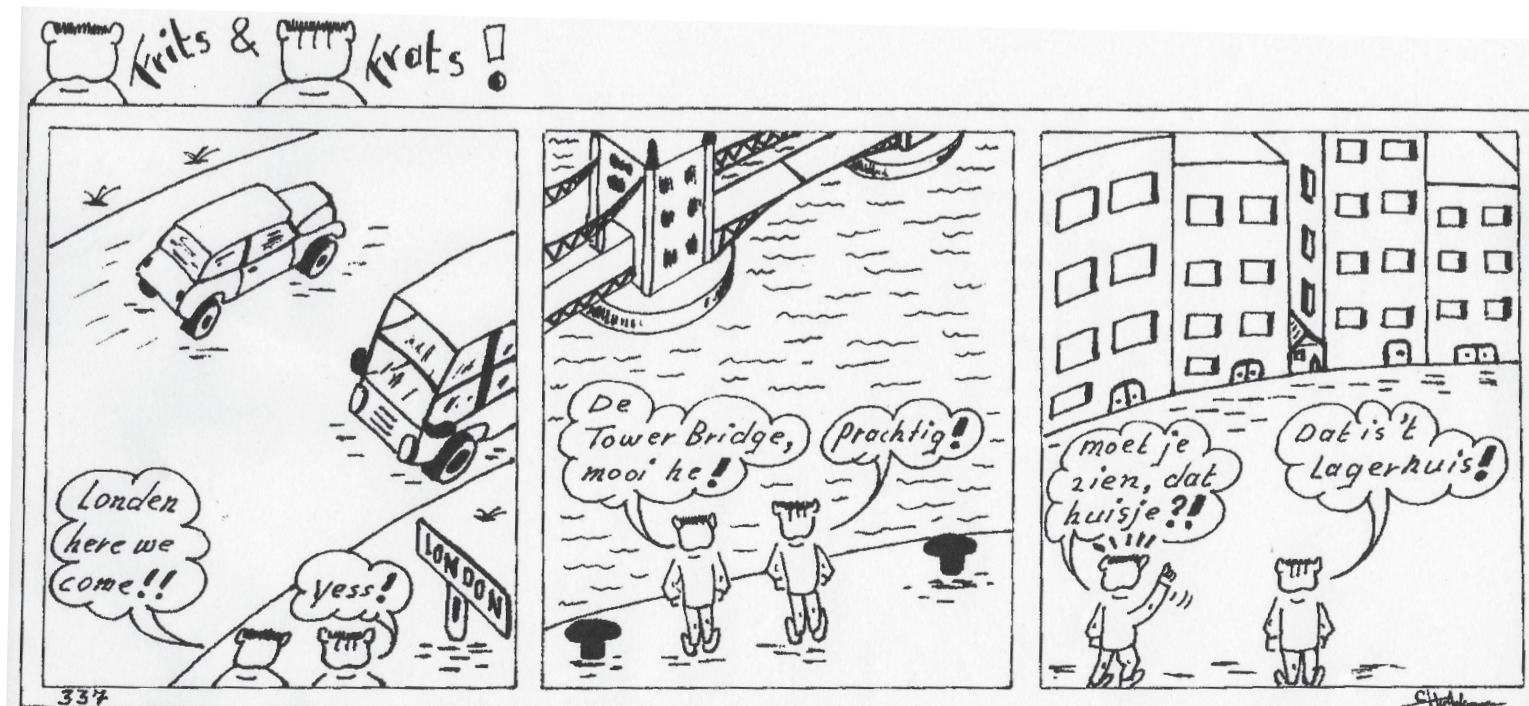
Bij klachten over bezorging wijkkrant
Tel: 06-42510350

Advertentieverkoop

Noordpers b.v.
Uithuizen
kranterij@noordpers.nl
Bert Schipper
Tel: 06-20791102

Contact redactie

Tel: 06-42510350
redactie
@wijkkrantoosterpark.nl





Bewonersorganisatie Oosterpark

"Hart voor de wijk"

100 jarig bestaan Oosterparkwijk

In 1919 nam het toenmalig gemeentebestuur van de stad Groningen het besluit om een serie arbeiderswoningen te gaan bouwen. Dit werd het "Blauwe dorp", de eerste woningen in wat eerst "plan oost" werd genoemd en later de Oosterparkwijk is geworden. Om dit heugelijke feit te vieren willen verschillende organisaties uit de wijk het komende jaar allerlei feestelijkheden organiseren. Binnenkort neemt de Gemeente een beslissing over de hoogte van een financiële bijdrage. Maar we rekenen erop dat men ons niet in de kou zal laten staan.

Kerst

We beginnen het feestelijk jaar met een groot kerstfeest op het terrein van het

JOP. Met een kleine ijsbaan voor de jeugd, een levende kerststal, allerlei kraampjes waar je leuke dingen kunt kopen. Natuurlijk veel lekkere en betaalbare hapjes en drankjes en allerlei leuke acts gaat het een geweldig feest worden. De kerstmarkt vind, als alles goed gaat, plaats op 21, 22 en 23 december.

Zeskamp

In het voorjaar komt er een straten zeskamp naar de wijk. Teams uit verschillende straten uit de wijk nemen het tegen elkaar op op de stormbaan, klimmen omhoog tegen een wankel muur en nog veel meer hindernissen met water en groene zeep als hoofd bestandsdeel. Geweldig om aan mee te

doen en natuurlijk ook erg leuk om naar te kijken. Met mooie prijzen voor de deelnemende teams. Maak een team met je burens en overburens en beleef het avontuur mee. Later meer over deze leuke dag.

Er staat ons nog veel meer activiteiten te wachten. Volg de berichten in de krant en op sociale media.

Helpende handjes gezocht

Om alles mogelijk te maken hebben we natuurlijk geld en hulp nodig. Wij zijn nu al, samen met de Gemeente en overige deelnemende organisaties, bezig met het verzamelen van geld om dit alles mogelijk te maken. Ook jullie, de bewoners, kunnen ons natuurlijk ook

meehelpen. Niet alleen door op de kerstmarkt langs te komen of mee te doen met de bijvoorbeeld de zeskamp. Maar ook door de handen uit de mouwen te steken. We zoeken bijvoorbeeld nog vrijwilligers die mee willen helpen om in de dagen voor de kerstmarkt de kerstbomen aan te kleden. Want in een wijk als de onze gaan we natuurlijk niet een paar armetierige kerstboompjes neerzetten op de markt. Er moeten ook twee of drie grotere verkoopchaletjes gemaakt worden. Daar kunnen wij wel een paar ervaren timmerlui voor gebruiken. Elke handig handje is welkom. Wil je meehelpen stuur dan een berichtje naar bestuurbo@hotmail.com met als titel "Helpend handje kerstmarkt".

Het Oosterhamriktracé

In de laatste krant hebben we geschreven dat we de samenwerking met de Gemeente over het Oosterhamriktracé hadden beëindigd. Na die krant is er een hoop gebeurd. Ruim 200 bewoners uit de Oosterparkwijk en de Professorenbuurt hebben gedemonstreerd tegen de aanleg van de weg en is er een gemeenteraadsvergadering geweest. Daarin is besloten dat er verder onderzocht moet worden of de weg wel aangelegd moet worden. Dit is mede dankzij de demonstraties, de artikelen in het Dagblad en de gesprekken van de BO en de vertegenwoordigers van de Professorenbuurt en de woonschepen. Steeds meer politieke partijen keren zich tegen de weg en de kans wordt groter dat de weg niet aangelegd gaat worden. Een beslissing die wij met gejuich zouden ontvangen.

Maar tijdens deze vergadering zijn de wethouders ook verplicht om met ons in gesprek te gaan of wij toch weer niet met hun aan tafel willen komen. Het eerste gesprek met wethouder Roeland van der Schaaf is achter de rug. Over dat gesprek

waren wij tevreden, maar het gesprek met de projectleider moet nog komen. Het blijft de vraag of we daarna nog mee willen doen.

Wat vinden jullie?

Mee doen met de gesprekken heeft voordelen, we weten dan beter wat er speelt. We krijgen inzage in veel onderzoeken en rapporten. Door dat soort informatie konden we ook met argumenten aan de gemeenteraadsleden uitleggen waarom volgens veel bewoners de weg niet aangelegd moet worden. Bovendien zou je de scherpe randjes uit een beslissing kunnen halen. Aan de andere kant, als je aan tafel zit loop je ook het risico dat je later te horen krijgt dat de aanleg van de weg wel doorgaat, omdat wij hebben meegepraat en sommige politieke partijen dan vinden dat er wel draagvlak voor de weg is. Terwijl wij zeker weten dat de betrokken bewoners de weg helemaal niet willen.

We moeten een lastige keuze maken, wat vinden jullie? Mail ons: bestuurbo@hotmail.com

Parkeren

Voor de vakantie hebben we in blok 4 (tussen Resedastraat, Pioenstraat en Florakade) brieven rondgebracht over het parkeren. Er werd nogmaals uitgelegd wat er moet gebeuren als je wilt dat er gestemd wordt over invoer van betaald parkeren. Tot nu toe hebben nog steeds geen 10% van de huishoudens uit dat gebied aangegeven dat ze graag willen stemmen. Eind september hebben we weer een gesprek met de Gemeente over het parkeren en misschien zijn er dan wel genoeg aanmeldingen voor een stemming over wel of niet invoeren.

De komende tijd gaan we deze brief ook in de overige twee blokken verspreiden. Als er dan in een blok 10% van de huishoudens vind dat we moeten stemmen, dan bepalen jullie zelf of er wel of geen invoer van betaald parkeren komt. De helft plus 1 van de uitgebrachte stemmen bepaald wat het wordt.

Hoewel we dit zelf een goede en eerlijke manier vinden zien wij natuurlijk ook

dat vooral in de Resedastraat en in het begin van de Merelstraat de parkeermood hoog is. Tijdens het gesprek met de gemeente gaan we er opnieuw voor pleiten dat de autobezitters in die twee stukjes van de wijk een parkeervergunning kunnen krijgen om wel in het betaalde deel te mogen parkeren. Of dit voorstel aangenomen gaat worden is niet zeker. Verder komen de problemen op dit gebied in de Velden ook aan bod.

Betaald parkeren blijft een ingewikkeld probleem. We begrijpen heel goed dat de bewoners van het begin van de Resedastraat en de Merelstraat graag betaald parkeren willen invoeren. Maar zolang er meer dan de helft van de bewoners uit hun blok dat niet willen, vinden wij het niet eerlijk als het wel ingevoerd zou worden. We houden jullie op de hoogte over het parkeergebeuren.

BEWONERSORGANISATIE OOSTERPARK

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

VOLG DE BO

- 🌐 <https://oosterparkgroningen.nl/>
- 📘 OosterparkGroningen

SCHRIJF EEN E-MAIL

- ✉ bestuurbo@hotmail.com

KOM LANGS OP DE KOFFIE

- ☕ Elke vrijdag van 9 tot 10 in het gebouw van Ons Belang, Zaagmuldersweg 82c

Plan Oosterhamrikzone verder uitgewerkt

Door Bas Broesder

Voor de zomervakantie, op 27 juni om precies te zijn, besloot de gemeenteraad van Groningen dat de zogenoemde 'variant splitsing' voor de Oosterhamrikzone als voorkeursvariant verder wordt uitgewerkt. In dit plan wordt de huidige busbaan over de Oosterhamrikkade verlegd naar de Oosterparkwijk (via de E. Thomassen à Thuessinklaan, Wielewaalplein, Vinkenstraat richting Kardinge). De huidige busbaan wordt een nieuwe ontsluitingsweg voor het autoverkeer richting de oostelijke ringweg.

Aan de Oosterhamrikkade 119, de oude voedselbank, werken projectmanager Jeroen Engels en communicatiemanager Niels Keissen samen met een projectteam aan de uitwerking van deze variant. "Er is nog geen besluit genomen dat dit plan doorgaat," zegt Engels om misverstanden te voorkomen. "We hebben van de gemeenteraad de opdracht gekregen om deze voorkeursvariant verder uit te werken. Dit hele traject, inclusief besluitvorming, neemt anderhalf tot twee jaar in beslag. De beslissing over het wel of niet doorgaan neemt dus door de nieuwe gemeenteraad, want in november zijn er gemeenteraadsverkiezingen. Maar ook

de provincie zal een akkoord moeten geven want die is er ook bij betrokken."

Mobiliteit

Toen de gemeenteraad de voorkeur uitsprak voor de variant 'splitsing' (er waren drie verschillende varianten), kregen Engels en Keissen er ook opdrachten bij. Want de Raad wil een onderzoek naar een verkeerscirculatieplan waarbij de stad wordt opgedeeld in verschillende sectoren waardoor doorgaand verkeer door de stad geweerd wordt. Ook vroeg de Raad om meerdere scenario's uit te werken voor duurzame vormen van mobiliteit.

Keissen: "Als er door de nieuwe gemeenteraad een besluit wordt genomen, moeten zij wel alle informatie hebben. En wij zijn actief om al die informatie te verzamelen. Bij de verdere uitwerking van het plan betrekken we de bewoners en ondernemers van de wijk. Tot nu toe hebben we dat met een vrij groot gebied gedaan, maar bij de invulling van het plan gaan we veel kleinschaliger werken. Dan nodigen we bijvoorbeeld bewoners en ondernemers rondom het Wielewaalplein uit om mee te denken over het ontwerp van het nieuwe plein."



■ Communicatiemanager Niels Keissen (l.) en projectmanager Jeroen Engels (r.)

OV en winkelen

Als het plan doorgaat, verandert het Wielewaalplein ingrijpend. Engels vergelijkt het met de nieuwe situatie bij de Westerhaven, alleen kleinschaliger. "Er komt een bushalte met een directe verbinding op het HOV-netwerk (hoogwaardig openbaar vervoer). Het zal een plein worden waar bus, bewoners, bezoekers aan de winkels en fietsers

ruimte nodig hebben. Het OV en winkelen wordt er gecombineerd. Net zoals bij de vernieuwde Westerhaven

Elke woensdag van 09:00 tot 17:00 uur is het projectteam aanwezig in het Informatiecentrum Aanpak Oosterhamrikzone (Oosterhamrikkade 119).

Engels: "We begrijpen dat deze plannen grote gevolgen hebben voor de omwonenden.

We willen niet iemands bezwaren tegen het plan wegnemen, maar wel het gesprek aangaan. Wat we merken is dat met informatie geven het voor mensen duidelijk wordt waarom het plan nodig is. Mensen kunnen hier met vragen of ideeën gewoon binnenstappen en daarom is het voor ons zo belangrijk dat we hier in de Oosterparkwijk zitten."

Gebiedsmanager Nienke Alkema

Door Mark C Hoogenboom

De Oosterparkwijk heeft een nieuwe gebiedsmanager vanuit de gemeente en dat is Nienke Alkema. Ze volgt Chris Niemeijer op, die in april 2018 met pensioen is gegaan.

De eerste vraag is wat ze anders gaat aanpakken. Er volgt een klaterlach en een uitleg. Nienke houdt van met mensen werken en is graag in de wijk aanwezig. Benaderbaarheid is een belangrijk punt en ze is nieuwsgierig naar leuke dingen, gekkigheid en verandering.

"De Oosterparkwijk is een mooie wijk, met bijzondere architectuur. Volks en met nieuwbouw, dus je kunt zien hoe dat samen gaat," zegt ze achter een kopje koffie in Het Oude Politiebureau.

We zijn allebei kletsnat geregend op weg naar het Grand Café want eindelijk regende het weer eens een keer.

Haar grote wens is de trotse bewoners tegen te komen in de wijk. En dat de mensen elkaar tegenkomen en elkaar

kennen. Dat daarmee de samenleving versterkt wordt. In elk geval is het zaak om de levendigheid van de wijk te behouden. Ook het volkse en dorps zijn prachtige eigenschappen. Ze hoopt daarbij dat het één wijk blijft, zoals die het nu ook is, maar dat kunnen alleen de wijkbewoners samen doen. De overheid of de gemeente kunnen zoiets wel willen, maar niet voor elkaar krijgen. Dat doet een wijk het beste zelf. Dat is ook wel de aard van de rol die de gemeente wil innemen: "Als u iets wilt, moet u zelf ook meehelpen. Dan pakken we het samen op!". De burger en de gemeente, beiden actief. Dan wordt het wat.

Natuurlijk komt de Coöperatieve Wijkraad ter sprake, dat Nienke een prachtig initiatief vindt om de lokale democratie vorm te geven in de wijk. De Oosterparkwijk wordt er wel bekend om overigens, dat dit experiment hier loopt. Er komen zelfs allerlei mensen op bezoek om de initiatieven van de gemeente Groningen op het vlak van lokale democratie te bekijken en te bezoeken.

Om in verbinding te komen en te blijven met de wijk, is Nienke Alkema het liefst in de wijk zelf. Bij iedereen langs gaan, even aanbellen en een praatje maken. Samen en informeel de dingen oplossen, die aanpak werkte vroeger en die werkt vandaag de dag nog steeds. Daar ben je met ruim 11.000 bewoners wel jaren mee bezig, maar dat maakt haar niets uit.

De aanpak voor de Oosterparkwijk is kijken wat de wijk wil en wat de gemeente kan. Inschatten en kijken waar de energie heen gaat en dan dat faciliteren. Natuurlijk elk jaar een programma opstellen, na een jaar de resultaten goed analyseren en op basis daarvan voort, telkens goed aansluiten op de opgaves die er liggen in de wijk.

Haar hartewens voor de Oosterparkwijk: "Ik wil de mensen in de Oosterparkwijk leren kennen en op iedere hoek iemand kunnen toezwaaien." Dus ze gaat dit een tijd lang doen, zegt Nienke als afsluiting. Met weer een klaterlach erbij.



■ Nienke Alkema voor 'Het Oude Politiebureau'

De looproute naar het Ronald McDonald Huis is feestelijk geopend

Door Erik Weersing

Wanneer een kind in het Beatrix Kinderziekenhuis in het UMCG is opgenomen, en de ouders wonen ver weg, dan bestaat voor hen de mogelijkheid te overnachten in het Ronald McDonald Huis aan het Kooykerplein. Zo hoeven ze niet steeds heen en weer te reizen. En verblijven ze ook 's nachts in de buurt van hun kind. Er wordt dankbaar gebruik gemaakt van dit aanbod. De bezettingsgraad van het huis is hoog. Daarom valt het toe te juichen dat er onlangs vier gastenkamers aan het bestand zijn toegevoegd. Maar dat is niet het enige nieuws dat er te melden valt. Onlangs is er een looproute aangelegd tussen de ingang van het UMCG en het pand aan het Kooykerplein. Om de zoveel meter geeft een tegel in het trottoir aan hoe iemand moet lopen. Dankzij deze bewegwijzering wordt voorkomen dat iemand die niet bekend is in de stad, moet zoeken. Op 11 september is deze route feestelijk geopend met een lawaaioptocht, onder leiding van Arno van der Heyden, cabaretier en ambassadeur van het Ronald McDonald Huis.

Tegels

Rond half twee verzamelde iedereen zich bij de ingang van het UMCG. Daar was aan

het begin van de route een lint gespannen dat, nadat Arno op zijn sloopstoeter had geblazen om de aanwezigen tot stilte te manen, plechtig werd doorgeknipt door Youayria – kinderburgemeester van Groningen – en Amy – de locokinderburgemeester. Daarmee was de route in gebruik genomen. Maar dat was nog maar de start van de hele ceremonie. Het gezelschap liep nu naar het Kooykerplein, waarbij onderweg, steen voor steen van zijn hoesje werd ontdaan, zestien in totaal. De eerste steen werd onthuld door de driejarige Levi, de tweede door de cliniclowns Joep en Polleke en de derde door seniorbuurtbeheerder Freddy die met een collega de tegels heeft gelegd ("en we hebben dat met heel veel plezier gedaan"). Aan de leerlingen van groep 7 van de Haydn-school viel de eer te beurt de overige dertien te onthullen. Fluitend, toeterend en bellend liepen de kinderen langs de Petrus Campersingel en over het Kooykerplein. Onderweg werd er gezongen, eerst het aloude 'de wiewaal' ("Kom mee naar buiten allemaal, dan zoeken wij de wiewaal"), daarna marcheerden de leerlingen op het al even onsterfelijke "Ik heb een potje met vet op de tafel gezet". Arno gaf steeds met een scherp fluitsignaal aan wanneer de groep een steen naderde die in gebruik genomen

moest worden. Zo bereikte het gezelschap het Ronald McDonald Huis waar de laatste steen op onthulling wachtte.

Poffertjes

Daarmee was het officiële gedeelte van de opening van de route ten einde. Maar het feest was nu nog niet afgelopen. Op het dakterras van het Ronald McDonald Huis werden alle kinderen getraakteerd op poffertjes en limonade. De poffertjes werden ter plaatse door twee koks bereid. Het was de smakelijke afsluiting van een vrolijke en kleurrijke middag.



■ Deze stenen zijn tussen het UMCG en het Kooykerplein te vinden in het trottoir.



■ Het gezelschap ging met gezang en getoeter van steen naar steen.



■ De driejarige Levi heeft de eerste steen onthuld. Op de achtergrond (v.l.n.r.) locokinderburgemeester Amy, kinderburgemeester Youayria en Arno van der Heyden.

Buurtzorg Oosterhamrik is werkzaam in de wijken Oosterpark en Korrewegwijk

Ingezonden door Buurtzorg team Oosterhamrik



Buurtzorg is een thuiszorgorganisatie die in het hele land actief is en ruim 12 jaar bestaat. Buurtzorg werkt met kleine teams bestaande uit (wijk)verpleegkundigen en (wijk)ziekenverzorgenden.

Ons kantoor bevindt zich in het St. Franciscuscentrum aan het Koekoeksplein. Wij werken met een aantal enthousiaste en zeer betrokken collega's in een zelfsturend team, kunnen zorg op maat leveren en zijn flexibel.

Iedereen die zorg nodig heeft kan gebruik maken van Buurtzorg. Doordat wij in een klein team werken kunnen wij mensen zoveel mogelijk een vast gezicht bieden. Wij leveren het complete plaatje van zorg. Van hulp bij de persoonlijke verzorging tot (medisch) verpleegkundige handelingen. Daarnaast begeleiden wij ernstig zieke mensen in hun laatste levensfase. Wij hebben korte lijnen met huisarts en andere

disciplines en kunnen u advies geven.

Om thuiszorg aan te vragen hebt u geen verwijzing van een arts nodig.

In overleg met een van onze medewerkers wordt een indicatie gesteld.

De wijkzorg die wij leveren wordt uit de basisverzekering vergoed.

Wij hebben op dit moment ruimte voor nieuwe cliënten!

Meer informatie?

Voor meer informatie kunt u ons bereiken op ons telefoonnummer 06-13069280 of via de mail op groningenoosterhamrik@buurtzorgnederland.com

Alan's Oosterparkwijk



In deze rubriek geeft Alan Haveman op geheel eigen wijze zijn kijk op ontwikkelingen in de wijk.

Alan's wijkwandeling

Je kunt de Oosterparkwijk natuurlijk van verschillende kanten binnenkomen. Onlangs kwam ik van het kantoor van Nijestee op het Damsterdiep en stak bij de Steentilkade (ja, die zit daar, omdat ook de Steentilpoort er heel vroeger stond) de Petrus Campersingel over, langs Parket Tree verder het Damsterdiep op. En toen viel al gauw op dat Smant Vloeren verhuisd is naar Woonboulevard Hoendiep 97 D3.

Een stukje verder: no. 86, onopvallend huis. Geen naam op de deur, alleen een nee-nee-sticker. En toch gaat hier iets opmerkelijks plaatsvinden. De Gezinsbode meldde op 4 juli, dat drummer Jaap Vissering er per 1 september een praktijk drumpedagogie met de naam "Planet Drums" geopend heeft (naast eentje in Paterswolde). Jaap is ook orthopedagoog en wil kinderen van 8 t/m 18 jaar door drumlessen helpen met onder meer concentratie- en leerproblemen alsook faalangst. Ook moet het drummen andere talenten blootleggen het werkgeheugen verbeteren en executieve functies versterken. Naast dat drummen gewoon leuk is, worden motoriek en coördinatie getraind en leert de jongeling beter om te gaan met anderen en te ontspannen.

Anmelden:

www.drumpedagoog.nl

Op de hoek van de Professor Rankestraat zit sinds 1989 of 2003 (bronnen zijn niet eensluidend) Tabakorie H. Slik: Tabaksproducten, kranten, tijdschriften en hengelsportartikelen. In het oog springend is dat de zaak al geruime tijd buiten bedrijf is: Het winkelinterieur is eruit. Wat rommel en afval binnen en twee houten platen tegen de etalage buiten, is wat nog rest. Is het definitieve einde van de winkel, toch al lange tijd een begrip in de wijk, gekomen, of is er sprake van verbouwing c.q. renovatie? Slik zelf is niet bereikbaar om uitleg van zaken te geven.

Verder kuierend richting Dirk Huizingastraat kom je bij Snackcentrum. Op donderdag 28 juli werd deze cafetaria en grill slachtoffer van een overval: Twee

daders maakten de dagomzet buit en verwonden een medewerker, die daarop naar het ziekenhuis moest. Naast de ongelukkige neringdoende bevindt zich het Corpsgebouw van het Leger des Heils. Dit markante hoofdgebouw met nog een restant van de Filadelfiakerk zit al enige tijd in een verbouwing. Houten schotten in de kozijnen wezen hierop en navraag leert dat op de begane grond op de plek voor officieren en muzikanten een jeugdzaal en ruimte voor de schilderclub is gekomen. Wat hier nog niet af is, is een nieuwe opzet van de entreehal. Een andere opgang naar de eerste verdieping moet vóór half januari klaar zijn. Tevens moeten dan de beoogde nieuwe appartementen, bedoeld als woonruimte voor de officieren, gerealiseerd zijn. Ook op de tweede etage komt woonruimte voor de officieren, gerealiseerd zijn. Deze is bedoeld voor mensen van buitenaf.

Op weg naar Kapsalon Artistique kom je langs de hangplek voor oudere jongeren (bankjes). Achter het elektriciteitshuisje bij de vijver liggen regelmatig personen, meestal mannen, in slaap of Knock-Out. Boze tongen fluisteren, dat het hier om spirituszuipers gaat.

Iets van heel andere orde, maar zeker vermeldenswaardig is dat voormalig PvdA Tweede Kamerlid Tjeerd van Dekken, die hier vlakbij woont, op 20 juli de nieuwe voorzitter van Jeugdfonds Sport Groningen is geworden. Hij volgt Albertiene Hadders op. Het fonds maakt mogelijk, dat kinderen van ouders met een laag inkomen kunnen gaan sporten bij een sportvereniging.

Dan Kapsalon Artistique, Linnaeusplein 2. Tijdens de hitteperiode vanaf eind juli hanteerde de kapper een tropenrooster: Vanaf 15.30 uur gesloten.

Verdergaand richting Zaagmuldersweg valt op dat de beplanting bij de Simon van Hasseltschool is weggehaald. Ook staan er hekken voor de school in de Heesterpoort. Erachter een vrachtauto met opschrift: "Koole. Zuigtechniek, asbestsanering, sloopwerken" verradt dat er binnen de school van alles gedaan wordt. De mensen van antikraak-, en woonbemiddelingsorganisatie Carex, die er tijdelijk verble-

ven, lijken inmiddels vertrokken te zijn.

Mijn tocht vervolgend was ik aan het begin van de Olie- muldersweg beland. Achter garage annex benzine-pomp Avia X press en het Chinese restaurant staat een gebouw, dat ooit dienst deed als tapijthall (APB?), maar ook een erotisch centrum huisvestte ("Massera"). Nu doet het opschrift "Salon Delight" een werkzaamheid in dezelfde sfeer vermoeden.

Verder naar het begin van de Florakade. Opvallend op het pand van kapperszaak "Hair Affair": Te huur en/of te koop. In een nog niet zo lang verleden had de Oosterparkwijk een onevenredig groot aantal kapperszaken. Een kapper minder, een mondhygiënist erbij. Bij "het klein brugje" over het Oosterhamrikkanaal heeft Marzieh Farhadi Akinabad begin juli de Mondhygiënist Praktijk Groningen geopend. Met name gericht op tandvleesaandoeningen en losstaande of bewegende tanden en/of kiezen. Voor de eerste 100 inschrijvingen is de behandeling zonder bijbetaling van de eigen bijdrage, dus alleen dat wat de verzekeraar vergoedt. Conclusie: de behandelingen zijn dan gratis en kosteloos. Kinderen tot 18 jaar krijgen 100% vergoeding vanuit de basisverzekering. Doorverwijzing vanuit eigen tandarts is niet nodig.

Adres: Oliemuldersweg 99, 9713 VB Groningen **Tel.** 0640526129 **Open:** Ma. t/m do. 8 – 15 uur

Op het voormalige Alfa Laval-terrein tussen Pioenstraat en Florakade komt het Oosterparkkwartier. Tussen twee nieuwe appartementenblokken gaat een nieuwe straat, ongeveer in het verlengde van de Hyacinthstraat komen. Een verbinding van vogel-, en bloemenbuurt. Mijn suggestie: Ooievaarsbekstraat, de ooievaarsbek is een soort geranium. Andere ideeën hoort de redactie graag.

Ik vervolg mijn weg naar de Klaprooslaan om te bemerken dat van het 103 jaar oude Treslinghuis nog ongeveer een kwart overeind staat. Toch vreemd dat het gebouw, toch zeker heel lang een gegeven in de wijk, nooit op de monumentenlijst is geplaatst. Dat had het kunnen behouden. Inmiddels zijn er initiatieven om de buurthuisfunctie ervan weer ergens in de wijk een plaats te geven. Jaap de Graaf, secretaris van de Bewoners Organisatie Oosterparkwijk, wil de Siebe Jan Boumaschool daarvoor bestemmen. Als de fusie met de Borgmanschool op de oude Treslinghuislocatie zijn beslag heeft gekregen, komt het vorige gebouw immers leeg te staan. Om een volwaardig nieuw buurtcentrum te realiseren moeten de beide gebouwen, de vroegere Van Houten-, en huidige Vensterschool met elkaar verbonden worden. Hiervoor is 1 ½ miljoen euro nodig. Volgens het BO-lid onderschrijven alle betrokken organisaties, op één na, deze wens.

De Rijksmonumentale Van Houtenschool (S.J. Bouma, Amsterdamse architectuurstijl, 1931) draagt de naam van de Groninger liberale politicus Simon van Houten. Onlangs verscheen een bericht in de pers dat er bewegend beeld is ontdekt bij het Nederlands Instituut voor Beeld en Geluid. Van Houten is van het "Kinderwetje". De invoering van deze wet in 1874 maakte kinderarbeid onmogelijk!

Ook voor de gewezen kroeg "Bar gezellig", Ripperdalaan, zijn ideeën een nieuw ontmoetingspunt met horecafaciliteit te realiseren. Af en aan waren er volop herinrichtingsactiviteiten, maar vooralsnog lijkt er nog geen schot in gekomen. Maar hopen dat het gestalte geven aan een deelfunctie van het Treslinghuis daadwerkelijk gerealiseerd gaat worden. Naast het café zat begeleidingsinstelling voor mensen met een verstandelijke en/of psychische beperking Promens Care samen met NOVO. Deze beiden zijn samengegaan in "Cosis". De op 200 locaties werkzame zorgreus telt 3700 werknemers en 1500 vrijwilligers en is operationeel in Groningen en Drenthe. De stichting zetelt in Assen. De Gezinsbode van 18 juli meldde, dat Cosis specifiek tot doel heeft: "Het behartigen van belangen van de bijna 8000 cliënten met genoemde beperking". Concreet komt dat neer op de mensen (ook kinderen) grip te laten krijgen en houden op hun leven. Daartoe wordt thuis hulp geboden (24 uur); assistentie verleend bij het vinden van passend werk en het onderhouden van sociale contacten; woonvormen aangeboden wanneer het thuis niet meer kan en daarnaast waardevolle dagbesteding ter beschikking gesteld.

Bijna aan het eind van de wandeling gekomen, ga ik nog even langs Irislaan 53. Hier op de hoek met de Lindenlaan zat restaurant met afhaal-, en bezorgservice "Eatroom". Dit etablissement is ter ziele gegaan en zo goed als volledig leeggeruimd. Dienstdoende arbeiders in het pand vertelden, dat er 2 wooneenheden in de maak zijn.

Ik besluit mijn voettocht door de Oosterparkwijk met het cliché: "Alles beter dan leegstand"!



Ruim een halfjaar Coöperatieve Wijkraad



De Coöperatieve Wijkraad is meer dan een halfjaar actief in de Oosterparkwijk. Hoe staat het ermee, wat is er tot nu toe gebeurd en wat kunnen wij als wijkbewoners binnenkort van de Wijkraad verwachten? We drinken een kop koffie met het Wijkraadslid Henk Wierenga.

Door Bas Broesder

“Er is de afgelopen maanden veel gebeurd binnen de Coöperatieve Wijkraad,” aldus Henk Wierenga. “Je komt met een groep mensen samen die elkaar niet kent en dan moet je gezamenlijk bepalen hoe je dit experiment invulling geeft. Het is geweldig om te zien hoe iedereen die hierbij betrokken

is, onze wijk een warm hart toedraagt.” In het begin moest er een werkwijze bepaald worden en moest er gezocht worden naar onderwerpen waar de raad zich mee bezig kan houden. Om hiervoor input te krijgen, is er een wijkpanel samengesteld van wijkbewoners. Dit panel kan onderwerpen aandragen en uit een inventarisatie zijn er drie belangrijke

onderwerpen naar voren gekomen. Deze drie zijn: Milieu, verkeersveiligheid en veiligheid.

De juiste plek

Een onderwerp dat bij ‘Milieu’ genoemd werd, is de overlast van hondenpoep. De Coöperatieve Wijkraad is daarmee aan de slag gegaan en nog dit jaar worden de eerste hondenhaltes geplaatst.

Hondenhaltes zijn palen waar hondenbezitters een plastic zakje uit kunnen halen om vervolgens de hondenpoep op te ruimen.

Henk Wierenga: “In andere steden blijkt dit erg goed te werken. We kunnen dit soort dingen realiseren omdat we onder andere raadsleden in ons midden hebben. Andere organisaties die zoiets voor elkaar willen krijgen, lopen tegen de bureaucratie op. Maar wij hebben daarvoor raadsleden. Ik vergelijk het met een vrachtwagen. Samen met wijkbewoners hebben wij een vrachtauto met een vracht geladen. De raadsleden in de wijkraad rijden die wagen vervolgens naar een plek waar die vracht moet zijn: op de juiste afdeling in het gemeentehuis waar geweldige ambtenaren klaar staan om dit project met raad en daad bij te staan.”

Openbare vergadering

Binnenkort zijn de vergaderingen van de Wijkraad ook openbaar. Eén keer in de twee weken komt de Wijkraad bij elkaar. Vanaf halverwege september gaat dat gebeuren in de oude voedselbank aan de Oosterhamrikkade 119 (waar ook het Informatiecentrum aanpak Oosterhamrikzone zit). Iedereen is dan welkom om die vergaderingen bij te wonen.

Voor die tijd wordt er ook een vaste voorzitter gekozen. Henk: “De afgelopen maanden is iedereen een keer voorzitter geweest. Zo heeft iedereen eens kunnen ervaren hoe zoiets is en of zo’n rol bij hem/haar past. Op basis van deze ervaring kan iemand besluiten of ie zich verkiesbaar stelt voor het voorzitterschap. Ik doe daar niet aan mee. De jeugd heeft de toekomst. Ik stel me actief en betrokken op, maar een voorzittersrol laat ik graag aan anderen over. Die tijd heb ik gehad.”

De jeugd actief

Een ander onderwerp waar Henk zich persoonlijk bij betrokken voelt, is de jeugd. Met onder meer het Jongeren-centrum Oosterpark (JOP). Henk is actief geweest bij de oprichting van het JOP in de jaren zeventig. “Het JOP kan wel een boost gebruiken. Maar er kan meer voor de jeugd gebeuren. Want zou het niet mooi zijn als er bijvoorbeeld een jeugdwijkburgemeester komt en een Coöperatieve Wijkraad voor de jeugd? Met wellicht een eigen budget. We zijn nu aan het kijken hoe we dat allemaal inhoud kunnen geven. Dat is goed voor de betrokkenheid van jongeren bij de wijk, maar je betreft ze op die manier ook op een actieve manier bij het democratisch proces. En dat is voor de toekomst ook erg belangrijk. Ik vind het geweldig dat ik op mijn 64ste daar een steentje aan mag bijdragen.”

De Jonge onderzoekers weer op gang!

Ingezonden door
De Jonge Onderzoekers

De zomervakantie is voorbij, Noorderzon is afgelopen en langzaam komen alle reguliere activiteiten van De Jonge Onderzoekers weer op gang!

Lego technic

Ben je gek op Lego en wil je hier heel graag met medelegehouden mee aan de slag? We starten met een groep op vrijdagmiddag! Elke vrijdagmiddag (feestdagen uitgezonderd) kun je tussen 15.00 en 17.00 aan de slag met Lego Technic. Leren bouwen en leren programmeren. Kosten zijn 25 euro tot de kerstvakantie. Wil je meedoen? Mail dan naar info@dejongeonderzoekers.nl

Eerste keer: vrijdag 14 september 2018.

First Tech Challenge

Iedere vrijdagavond komt het robotteam van De Jonge Onderzoekers bij elkaar om nieuwe technieken en innovaties te onderzoeken. Iedere week wordt er weer verder gewerkt aan een opdracht die een avond, een aantal weken of een aantal maanden duurt, zoals een

robot bouwen die snel rijdt of het organiseren van een robotwedstrijd. De afgelopen jaren hebben we vooral gewerkt aan de First Tech Challenge, dit is een robotwedstrijd die landelijk en zelfs internationaal is.

We zijn op zoek naar nieuwe deelnemers voor het robotteam. Ben jij tussen de 14 en 18 jaar oud en geïnteresseerd in programmeren en/of robots maken, kun je altijd langskomen voor kennismaking.

Het robotteam van De Jonge Onderzoekers komt bij elkaar op vrijdagavond tussen 19.00 en 22.00 uur in het pand van De Jonge Onderzoekers. Deelname voor een jaar kost 50 euro. Start is op vrijdag 14 september.

Vrije inloop

Er is weer vrije inloop op woensdag, zaterdag en voor iedereen 12+ op vrijdagavond. Dus lekker een plan maken en zelf aan het werk op een van onze afdelingen.

Op woensdagmiddag 12 september, start op Papier en Textiel een cursus kleding maken. Je leert patroon tekenen, meten, rijgen en uitwerken op de naaimachine.

Tijd: 14:00 uur t/m 17:00 uur. Het is een cursus van 4x op 12, 19, 26 september en 3 oktober 2018

Kosten: € 20,00 voorafgaande aan de cursus of betalen op de eerste cursusdag. Informatie

Voor de cursussen, clubs en teams geldt dat je een keer mag komen kijken om te kijken of je het leuk vindt. Na 1 of 2 keer meedraaien kun je intekenen om een seizoen mee te doen. Er is overal nog plek voor nieuwe deelnemers.

Voor de vrije inloop geldt: wil je meedoen, dan kun je een dagkaartje kopen!

Geïnteresseerd?

Kijk voor alle activiteiten van De Jonge Onderzoekers op <https://www.djog.nl/>



Een zomerse theatervoorstelling

Door Erik Weersing

De afgelopen zomer trok de Amsterdamse theatergroep Teatro Munganga door Groningen om in tien wijken in de stad twintig voorstellingen voor kinderen te geven. De opvoeringen vonden plaats in de eigen bus, de busganga, een klein theaterje op wielen, met een bescheiden podium, rode toneelgordijnen en zitplaatsen voor maximaal 35 personen. Acteur Carlos Lagoeiro speelde het stuk 'Piet en het broertje van de maan', een soort sprookje, gebaseerd op een fantasie van zijn dochter Taina. Het werd aangekondigd als een pantomime zonder woorden, maar dat klopte niet helemaal, want er werd af en toe wel gesproken.

Op 3 augustus streek de bus neer in onze wijk, in het park langs de Klaprooslaan, in de buurt van het JOP. Daar werden twee voorstellingen gegeven, waar de kinderen – en hun ouders – zichtbaar van hebben genoten.

De reis

Carlos speelde Piet, een clown, die zijn hele leven mensen heeft vermaakt, heeft laten lachen en laten huilen. Maar nu wil hij iets anders. Hij wil op reis – op reis naar 'het land dat niet op de kaart staat'. Hij pakt zijn koffertje en vertrekt. Hij gaat over zee, verbeeld door lange, blauwe, omlaag hangende linten. Hij ontmoet op zijn tocht allerlei vissen, twee verliefde visjes en een klein visje dat een grote haai verslaat, hij komt aan op een eiland waar vogels wonen,

vogels met lange staarten en in vele kleuren, hij vliegt naar het land waar de maan slaapt en beleeft nog heel veel meer.

De kinderen in de bus leefden volop mee met zijn avonturen. "Dat is een vis!", werd er geroepen. "Dat is een ooievaar!". "Dat is een kikker!" En toen Piet een wat onduidelijke vogel liet rondfladderen, stelde een meisje tevreden vast: "dat is een egelvlinder!"

En dan blijkt Piet een geheim met zich mee te dragen. In zijn koffertje zit een klein persoontje verborgen, het broertje van de maan. Dat is de reden waarom de maan tegenwoordig zo droevig is. Hij mist zijn kleine broertje. Maar wanneer aan het eind van alle avonturen het broertje terug gaat naar de maan, is alles weer goed "en straalt het licht van de maan in de ogen van alle dieren en van alle mensen".

Na afloop

Een jongetje achter mij riep, halverwege de voorstelling "Wat gebeurt er nou?". Waarschijnlijk was het verhaal voor de kinderen niet altijd even goed te volgen, maar dat maakte, volgens mij, niet uit. Het waren de fantasierijke beelden, de met veel creativiteit gemaakte dieren en de mimiek en expressieve lichaamstaal waarmee Carlos Lagoeiro het stuk bracht, waardoor het publiek geboeid naar de voorstelling keek.

Na afloop poseerde Carlos gewillig met de jongens en meisjes die met hem op de



■ Piet met zijn koffertje en de maan.

foto wilden. En hij ging mee naar het gebouw van het JOP waar voor de kinderen kanten met limonade en schalen met koekjes klaar stonden. Met een aantal van hen zette hij zich aan een tafel om uit een

bouwpakket een klein model van de busganga te knippen en te plakken. Tot het voor hem tijd werd om op te stappen. Over een klein half uur begon de volgende voorstelling.



■ Avonturen op zee, verbeeld door lange, blauwe, omlaag hangende linten.



Samen kunnen we het!

Door Petra Beekhuizen Khan

Op een zaterdagochtend eind juni hebben een aantal bewoners de handen uit de mouwen gestoken. Samen hebben ze een flink aantal

Hedera's in de grond gezet rond de gymzaal aan het Goudenregenplein. Een week later zijn er ook nog een aantal stokrozen bij geplant. Dit buurtinitiatief heeft in samenwerking met het

WIJ-team, de gemeente en Donkergroen voeten in aarde gekregen. Tijdens de extreme hitte zijn de jonge planten verzorgd door bewoners. Geweldig!

"De theatertour van Teatro Munganga door Groningen is georganiseerd door WIJ-jeugdwerk, in samenwerking met de gemeente," legt Yvonne Mulders, lid van het jeugdteam WIJ-Oosterpark, uit. "Zo konden we de prijs van het toegangskaartje laag houden. Het WIJ-team heeft bekendheid aan de voorstellingen gegeven, onder mee door te flyeren op scholen, in speeltuinen, bij de BSO's en bij het JOP."

De voorstelling door Teatro Munganga blijkt een onderdeel te zijn van een groot vakantieprogramma. Yvonne geeft toelichting.

"Deze zomer zetten we nog veel meer activiteiten voor kinderen op touw. En dan gaat het om kinderen van alle leeftijden. Ik noem maar een paar dingen. We organiseren een picknick en rijden met de huifkar naar Beestenborg. Verder gaan we naar Drouwenezand, naar Dinoland Tenaxx en naar het maisdoolhof in Meerstad. We maken een zeiltocht op het IJsselmeer, er komt een waterfestijn, een speurtocht in de wijk en we bouwen hutten van karton. Ook maken we een keer zomerse gerechten klaar en bakken we pannenkoeken. Natuurlijk is de spelcontainer binnen bepaalde tijden geopend. Als afsluiting van de vakantie is er een luchtkussen middag. Het is allemaal bedoeld om kinderen een vakantiegevoel te geven. We willen hen deze zomer iets leuks aanbieden."

Het gaat altijd om muziek in mijn leven

Door Jacqueline Pieters

De jong ogende Sven Otte, hij is net vijftig geworden, is als 30 jarige uit Duitsland naar Nederland gekomen.

Hij had gesolliciteerd als contrabassist bij het NNO, Noord Nederlands Orkest, en was aangenomen. Daarvoor had hij door heel Europa heen gesolliciteerd op zoek naar een baan als contrabassist. Hij kende Nederland al wel en Groningen ook, want hij had als puber al met zijn vader met de boot over het Reitdiep en Eemskanaal gevaren. En hij vond Groningen meteen een fijne stad.

Hij vond het spelen bij het NNO heel leuk, maar "Ik solliciteerde toch op andere banen, omdat mijn zoon in het Ruhrgebied woonde, maar dat wilde niet lukken. En toen ben ik hier blijven hangen. Enerzijds vond ik het spelen bij het NNO heel leuk, maar anderzijds vond ik het moeilijk om vooruit te komen, alsmaar hetzelfde doen en dat al jaren, dus ging ik op zoek naar verandering."

"Ik speelde naast het NNO ook in kamermuziek ensembles en speelde Jazz in een bandje, dat vond ik uitdagender en had het gevoel dan meer 'in the picture' te staan. Ik genoot ook van het andere contact met het publiek, ook het zelf muziek schrijven en/of uitzoeken wat je wilde spelen sprak mij aan. Het is vrijer en actiever dan spelen voor het Noord Nederlands Orkest. Alhoewel ik daar ook heel mooie ervaringen heb opgedaan, als we allemaal samen speelden als een,

bijvoorbeeld bij het 5 mei concert in Amsterdam."

"Terwijl ik bij het NNO werkte kluste ik al aan instrumenten, altijd heb ik mijn contrabassen zelf afgesteld. (Afstellen van een contrabas is niet het zelfde als het afstellen van een viool omdat de contrabas geen standaardwaarden kent). Over het bouwen en restaureren van de contrabas heb ik veel geleerd van Jurgen Preyer, die destijds leerling van mij was op het conservatorium."

"Zo ben ik, zo'n tien jaar geleden, op een dag begonnen mijn eerste cello te bouwen. Dat ging heel goed. Restauratie is 10x ingewikkelder, je kunt te maken hebben met houtworm, stukjes die vervangen moeten worden, hoe je een lijmkleem kan plaatsen. Je wilt omdat het een klassiek (oud) instrument is zo weinig mogelijk veranderen, zoveel mogelijke het oude hout bewaren. Ook het restaureren van instrumenten doe ik al zo'n tien jaar."

"Sinds een half jaar heb ik het 'Atelier voor Strijkinstrumenten' overgenomen van Bert Boon, ik verhuur nu ook allerlei snaarinstrumenten. Ik kende Bert Boon, want ik had in het verleden al gereedschap geleend van hem, hij zat in de Oosterstraat met zijn bedrijf. Inmiddels zijn er 350 violen in de verhuur, ik heb er een volledige baan aan."

"Weet je, muziek is goed voor de ontwikkeling van de hersens, de fijne motoriek, het gevoel, dus geestelijk, fysiek en emotioneel."

"Het gaat altijd om muziek in mijn leven."



Meer weten? Meer informatie vindt u op www.svenotte.nl

Sloop Treslinghuis in volle gang

Foto's: Jarno Hoogeboom

Vanachter de hekken is het een trieste gewaarwording. De laatste tijd is de sloop van het Treslinghuis weer in volle gang.

Op deze foto's ziet u het geweld waarmee de muren door de machines worden neergehaald. Een flinke stofwolk is het resultaat.

De huidige stand van zaken zag u al op de voorpagina van deze krant. Alhoewel? Een bezoekje aan de klaprooslaan zal waarschijnlijk een beter beeld geven en u doen verbazen over hoe weinig er nog van het gebouw over is.



■ Restauratie van een contrabas.

Zintastisch – het festival voor de zintuigen

Door Erik Weersing

De weergoden waren ons goed gezind, op zaterdag 9 juni. Het was een mooie zonnige dag, niet te heet, met af en toe een licht briesje. Ideale omstandigheden om eens extra aandacht te besteden aan onze zintuigen. Op die dag vond op het bedrijventerrein Het Werk aan de Paradijsvogelstraat, het zintuigenfestival Zintastisch plaats, georganiseerd door Gera Horstede, van de praktijk 'Open je Boek'.

De vijf zintuigen waarover de mens beschikt – zien, horen, ruiken, de smaak en de tastzin – kwamen op dit festival volop aan hun trekken en dat was ook de bedoeling. Om maar een paar programmapunten te noemen: er waren optredens van het ensemble 'Lang leve de Lol', met een act van dichteres en 'spoken word artist' Cissy Joan. In het Koffiestation werd zinnenprikkelende koffie geschonken (onder pianomuziek door Rop Haverkort), terwijl bij Bie de Buuf diverse soepen, gehaktballen en een wortelkoolsalade te verkrijgen waren, klaar gemaakt door Corry Diertens van 'De Soepwinkel'. Kasper Peters, dichter uit onze wijk, las voor uit eigen werk, verschillende kunstenaars hielden open atelier en Sabrina Muller, eigenaar van Sacura schoonheidssalon in Paterswolde, verzorgde de hele dag gezicht- en handmassages. Op het Annie Tak belevingsveld gaf kindercircus Santelli een voorstelling, gebaseerd op het verhaal 'Matilda' van Roald Dahl. Het publiek dat ontspannen op het gras stond of zat, reageerde enthousiast op de verrichtingen van de jonge artiesten.

Kortom, er viel op deze dag



■ PMA-coach Geke Hamming in haar stand.

veel te genieten voor onze zintuigen. Iedereen werkte belangeloos mee. En voor wie een van zijn zintuigen – het gehoor – miste, waren er bij verschillende presentaties doventolken aanwezig.

PMA

Gera Horstede is PMA-coach en er was op Zintastisch dan ook veel plaats ingeruimd voor deze behandelmethode. Coaches Geke Hamming en Margo de Jong gaven in hun standjes uitleg over PMA (een afkorting van Progressive Mental Alignment).

“Alles wat je doet, alles wat je voelt, alles wat je ervaart, is gebaseerd op eerdere ervaringen in je leven. Signalen van buitenaf komen via je zintuigen de hersenen binnen

– en worden daar geïnterpreteerd. Ik noem een voorbeeld. Je komt iemand tegen met een bepaald soort blauwe ogen – en ineens voel je je helemaal blij worden. Je voelt zelfs vlinders in je buik. Je weet in eerste instantie niet waarom. Het overkomt je. Wat blijkt? Deze persoon herinnert je aan iemand met een zelfde soort blauwe ogen op wie je in een ver verleden tot over je oren verliefd was. Of je krijgt bij het horen van een bepaald muziekstuk kippenvel. Of je wordt triest en weemoedig bij het ruiken van een roos of van jasmijn. Of je schrikt hevig wanneer er een zwarte hond passeert die verder helemaal niets doet. Allemaal reacties op basis van vroegere ervaringen.

Wanneer het goed met iemand gaat, is er niets aan de hand. Maar wanneer iemand niet adequaat reageert op een situatie die zich voordoet, kunnen er klachten ontstaan. Het gaat nu te ver om uitgebreid op de PMA-therapie in te gaan, maar het komt erop neer dat je je hierbij focust op de lichamelijke reactie en op wat deze lichamelijke reactie heeft veroorzaakt. Vervolgens ga je op zoek naar waar en hoe de verstoring tussen signaal en reactie tot stand is gekomen.”

Inloopochtend Bie de Buuf

Veel bezoekers bleven staan bij het kraampje van het WIJ-team Oosterparkwijk. Ook daar viel het nodige te proeven en te ervaren. Nathalie van de Garde gaf uitleg.

“Iedere donderdag, tussen 9 uur 's ochtends en 1 uur 's middags, is iedereen welkom

het seizoen. Daarbij proberen we zo duurzaam en zo economisch mogelijk te werk te gaan. Zo leer je bijvoorbeeld je eigen limonadesiroop, pastasaus of vegetarische burgers te maken. Een aantal bewoners van onze wijk beschikt over een bescheiden budget. Het gaat erom daar zo creatief mogelijk mee om te gaan. We hebben tal van tips – en recepten – hoe je goedkoop en gezond kunt koken, hoe je kunt variëren, hoe je voedsel kunt bewaren en nog een heleboel meer. En natuurlijk is het leuk om samen met buurtbewoners aan het werk te zijn. Het is er altijd erg gezellig.”

In het kraampje presenteerden Nathalie en haar collega's pannenkoekjes van groente (“een uitkomst wanneer kinderen geen groente willen eten”) en koek met banaan (“daarvoor kun je overrijpe bananen gebruiken die je



■ De stand van het WIJ-team.

bij onze inloop in buurtrestaurant 'Bie de Buuf'. Er wordt koffie en thee geschonken, maar je kunt ook aan de slag gaan in de keuken, onder leiding van mijn naamenoot Nathalie. Onder het motto 'met de seizoenen mee' wordt er gekookt met producten van

anders weg zou gooien”). Ook werden er bakjes met spaghetti geserveerd. Het smaakte allemaal uitstekend. En het maakte nieuwsgierig naar wat er op donderdagochtend Bie de Buuf allemaal nog meer op tafel komt.



■ Het orkest 'Lang Leve de Lol' met Cissy Joan.



■ Kindercircus Santelli had aan publiek geen gebrek.

WIJ OOSTERPARKWIJK

WIJ OOSTERPARKWIJK
Gorechtkade 8
9713 CA Groningen

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

Openingstijden
werkdagen tussen
09.00-17.00 uur

!! UITNODIGING !! SPETTERENDE OPENING VAN HET NIEUWE SEIZOEN

Diverse organisaties hebben de handen ineengeslagen om op 18 september 2018 het nieuwe seizoen met een grote kick-off in te luiden.

Deze kick-off is voor u als bewoner van de Oosterparkwijk. Op deze feestelijke middag kunt u kennismaken met een groot aantal organisaties die het hele jaar door activiteiten organiseren voor iedereen in de Oosterparkwijk. Maar bovenal is het een feestelijke middag om het nieuwe seizoen gezamenlijk af te trappen!

Iedereen is welkom, jong en oud. Naast het wijk activiteiten aanbod worden ook enkele activiteiten uitgelicht. Zo kunt u meedoen met capoeira, longboarden en boogschieten. Er wordt geknutseld, gedanst en gekookt. Je eigen drankje bij elkaar fietsen of genieten van iets lekkers.

Datum: 18 september
Aanvang: 14:30 uur
Locatie: JOP-plein (Klaprooslaan 304a)

ZIEN WIJ U 18 SEPTEMBER?!

TAALCAFÉ OPENT IN OOSTERPARKWIJK

Deze maand opent het Taalcafé haar deuren in Oosterparkwijk. Elke vrijdag van 10.00 tot 11.30 uur bij Bie de Buuf aan de Paradijvogelstraat 10.

Het Taalcafé is een gezellige plek voor iedereen. Het richt zich op het verbinden van anderstaligen met Nederlands sprekers. Dus spreekt u goed Nederlands en wilt u graag kennismaken met mensen die de Nederlandse taal graag willen onderhouden en verbeteren. Heeft u het Nederlands deels onder de knie en wilt u blijven oefenen? Of wilt u beter Nederlands leren spreken op een laagdrempelige en gezellige manier? Dan bent u van harte welkom.



**KICK-OFF
OOSTERPARKWIJK!**

VOOR ALLE LEEFTIJDEN!

PROGRAMMA:

**TUMBLINGBAAN
PANNAVOETBAL
LONGBOARDS
URBAN SPORTS
SMOOTHIEBAR
CUPCAKES**

**COCKTAILBAR
CAPOEIRA
RESTO PANNENKOEKENFEEST
KNUTSEL MADNESS
REN JE ROT QUIZ**

EN NOG VEEL MEER!

**JOP TERREIN
DINSdag 18 SEPT.
VANAF 14.30**

ZOMERACTIVITEITEN JEUGD

De zomervakantie is weer ten einde, alle scholen zijn alweer een tijdje begonnen, maar wat was het een mooie zomerperiode!

Voor de jeugd van de Oosterparkwijk was er ook weer heel veel te beleven. Klimmen, banaanvaren, waterskiën, hutten bouwen, zeilen, waterpret, pretparken, picknicken en nog veel meer!

Een onvergetelijke periode met als afsluitende knaller de luchtkussensmiddag! Een middag vol met opblaasbare kussens waarmee iedereen het nieuwe schooljaar weer met veel energie tegemoet sprong!

Hieronder en hiernaast een kleine foto impressie. Voor meer foto's, kijk op de facebookpagina van OPW Jeugd!



INGELIJST: HENNIE VEENSTRA



Welke rol vervul je in het WIJ-team

Oosterparkwijk? Mijn expertise ligt vooral op het gebied van bijstand en voorliggende voorzieningen zoals WW, Ziektewet en toeslagen. Ook help ik bewoners met schuldhulpverlening/toeleiding naar de GKB. De combinatie van bewoners helpen met hun financiële situatie (kijken naar eventueel recht) en het in kaart brengen van de schulden en naar een oplossing zoeken, is wat mij aanspreekt. Ik zit regelmatig op de woensdagochtend (van 9 tot 12.30 uur) bij GeldWijs, ons financieel spreekuur aan de Paradijvogelstraat 10.

Wat vind je het leukste aan je werk? Het leukste is als het lukt om samen met de bewoner alles weer op de rit te krijgen, zodat die persoon weer naar de toekomst kan kijken. Als iemand diep in de schulden zit, heeft die vaak geen toekomst perspectief meer en wordt alles moeilijk. Door het regelen van de financiële zaken (zowel inkomen als schulden) kan men weer vooruit kijken.

Wat is de leukste ervaring die je in je werk hier hebt gehad? Er zijn intussen al meerdere succes verhalen geweest.

Er was een bewoonster die er vreselijk tegen opzag om naar de GKB te gaan met haar schulden. Na een goed gesprek heeft ze het toch aangedurfd en ze is nu heel erg blij en vindt achteraf dat ze dit veel eerder had moeten doen en was dankbaar voor mijn duwtje in de rug. Ik heb ook nog twee verschillende regelingen samen met haar aan kunnen vragen.

Een andere voorbeeld is van een zelfstandige die door ziekte niet meer in staat was om zijn eigen bedrijf voort te zetten en daardoor al een huurachterstand had opgebouwd. Een ontruiming was aangekondigd. Samen met de bewoner hebben we een uitkering aangevraagd en in samenwerking met een collega van de GKB is er voor gezorgd dat de ontruiming niet door is gegaan.

Wat vind je zelf leuk om te doen in de Oosterparkwijk? De Oosterparkwijk is een gemengde wijk met nog veel oud-bewoners (de echte Oosterparkers) maar door de nieuwbouw en koopwoningen ook veel nieuwe bewoners.

De wijk ziet er hierdoor in de loop der jaren anders uit. De mix van de oude straten en de nieuwbouw is iets wat in de Oosterpark goed gelukt is. Een wandeling of fietsen door de wijk is iets wat ik leuk vind.

Ons jeugdteam is in de vakantieperiode heel actief geweest met het organiseren van allerlei kinderactiviteiten en ik ben mee geweest naar een activiteit (maisdoolhof) als ondersteuner wat ik super leuk vond.

Aan wie wil je deze pen graag doorgeven? Ik geef de pen aan Rianne de Vries.

TAALHUIS WINT TAALHELDENPRIJS

In de Week van de Alfabetisering is de in Oosterparkwijk ontwikkelde screeningsaanpak om laaggeletterdheid te herkennen én bespreekbaar te maken in de prijzen gevallen.



Simone van Leusden, van het Taalhuis Oosterpark en Saskia Nijburg van WIJ Oosterparkwijk hebben de prijs voor taalheld gewonnen in de categorie "bruggenbouwer/samenwerkingsverband".

De samenwerking, die al enkele jaren zeer vruchtbaar is, heeft geresulteerd in de ontwikkeling van een screeningsaanpak. Bij deze aanpak krijgen verwijzers, zoals medewerkers van het WIJ-team, training en uitleg over hoe ze laaggeletterden kunnen screenen en dit bespreekbaar kunnen maken.

"Laaggeletterdheid is een term voor mensen die grote moeite hebben met lezen, schrijven en/of rekenen. Het zijn geen analfabeten. Ze kunnen wel lezen en schrijven, maar hebben bijvoorbeeld moeite met het invullen van formulieren, werken met de computer, begrijpen van informatie van overheid/zorg, het lezen van straatnaamborden of reizen met het openbaar vervoer" (Stichting Lezen en Schrijven).

Dat deze aanpak werkt is gebleken uit de pilot, die een half jaar lang getest en doorontwikkeld is. De aanpak heeft meer laaggeletterde bewoners in beeld gebracht en deze zijn doorverwezen naar passend onderwijs. Deelnemers zijn achteraf vaak blij dat hun laaggeletterdheid bespreekbaar is gemaakt en dat ze de stap hebben gezet om naar een Taalhuis te gaan of onderwijs te volgen, aldus Simone van Leusden. De bewoners kunnen zichzelf weer beter redden en meedoen.

Het Taalhuis in de Oosterparkwijk is al sinds enkele jaren goed bezocht en helpt iedereen die moeite heeft met de Nederlandse taal, op verschillende manieren op weg.

Wilt u meer informatie over het Taalhuis, of over de aanpak, neem dan contact op met WIJ Oosterparkwijk via 050-3678960



NU BEN IK VRIJ (OVER LAAGGELETTERHEID)

Het kwam te dicht bij
de letters die onherkenbaar
woorden maakten.
Een taal die ik niet begrijp.

Ik leer:
beetje bij beetje
om de letters en de cijfers
Een betekenis te geven.

Ik ontdekt:
beetje bij beetje
dat er een wereld open gaat
Die ik nooit had gezien.

Nu ben ik vrij
De letters nu herkenbaar
Kunnen gelezen worden
Een taal die ik nu begrijp

De wereld gaat open
Ik loop er naar binnen
Daar waar ik eerst niet wist
Weet ik nu waar te beginnen

- Regina Schotsman

BURENDAG OP 22 SEPTEMBER

Zaterdag 22 september is het weer Burendag. U heeft de reclame misschien al voorbij zien komen op tv, of mensen in uw buurt erover gehoord? Een dag waarop je gezellig samen komt en veel mensen iets goed doen voor elkaar een de buurt. De burendag is de laatste jaren uitgegroeid tot een begrip. Ook dit jaar wordt er door actieve bewoners en organisaties op verschillende plekken in de wijk wat georganiseerd.

Zo worden er aan de Dirk Huizingastraat door bewoners een leuke Burendag georganiseerd. Rondom de Oosterkerk worden bewoners uitgenodigd voor koffie, thee en iets lekkers. Voor de kleinsten is er een springkussen. Op enkele plekken in de wijk gaan bewoners met vuilprikkers de buurt in om deze weer wat schoner te maken.



Alle Burendag initiatieven in uw omgeving kunt u zien op de website van Burendag op www.burendag.nl

Volgend jaar zelf ook iets organiseren kan via dezelfde website. Via het Oranje fonds kunt u budget aanvragen voor jullie burendagplan. WIJ helpt graag met de aanvraag.

Zuisterpaak

DOOR RONALD (RAPRESENT.NL) & THEO VAN DIJEN



Wat is kinesiologie?

Door Erik Weersing

Naast de reguliere geneeskunde, worden er door therapeuten tal van alternatieve geneeswijzen aangeboden, deels vergoed door de zorgverzekeraar, deels niet. Een van hen is Hennie van Driel-Griede. Sinds 2015 heeft ze in haar woning aan de Resedastraat een praktijk voor kinesiologie die ze 'Volg je Eigen Weg' heeft genoemd.

Bij kinesiologie gaat het, simpel gezegd, om de spanning in de spieren. Aan de hand van de kracht en de energie die Hennie in de spieren meet, komt ze een verstoring van het evenwicht in iemands lichaam op het spoor. Tijdens een gesprek in haar therapieruimte geeft ze nadere toelichting bij haar werk. Maar eerst vertelt ze hoe ze tot deze alternatieve geneeswijze gekomen is.

"Een flink aantal jaren heb ik op de administratie van grote bedrijven gewerkt, met name op de financiële administratie. In het begin heb ik het met veel plezier gedaan, maar op een gegeven moment begon ik me op de afdeling te vervelen. Voor mij was er te weinig uitdaging. Ik heb toen voor mezelf de balans opgemaakt. En na veel wikken en wegen ben ik tot de conclusie gekomen dat ik het roer radicaal om moest gooien en het in de alternatieve sector moest zoeken. Al mijn hele leven heb ik me voor spirituele zaken geïnteresseerd. Het beslissende zetje kreeg ik van een kinesiooloog in Sint Nicolaasga in Friesland die altijd al een groot voorbeeld voor me was. De rust die ze uitstraalde,

sprak me bijzonder aan. Op haar advies heb ik me opgegeven voor een opleiding bij de Welkinschool in Alkmaar. De naam 'Welkin' is een samentrekking van wellness en kinesiologie. Daar heb ik de grondbeginselen van het vak geleerd. Het was een openbaring voor mij. Ik trof er mensen met interesses die ik ook had! Ik kwam er geestverwanten tegen! Ik genoot ervan! Na een jaar ben ik overstapt naar het instituut Topkin in Gilze in Brabant, waar ik onder meer geleerd heb hoe ik allerlei testen uit moest voeren. Daar heb ik me ontwikkeld tot een allround kinesiooloog."

Kun je in het kort uitleggen hoe je als kinesiooloog te werk gaat?

"Door bij iemand de kracht en de energie in de armspieren te testen, krijg ik aanwijzingen over een disbalans in zijn meridianen. Zijn er blokkades? Meridianen – dat zijn energiebanen die bij ieder mens over het lichaam lopen. Ook bij acupunctuur en bij shiatsu massage wordt gebruik gemaakt van deze meridianen. Door op een bepaalde manier op een bepaalde plek het lichaam aan te raken, breng ik de meridiaan weer in evenwicht. De verstoring kan veroorzaakt zijn door voeding, maar ook psychische en fysieke factoren kunnen een rol spelen."

Kun je iets vertellen over de patiënten die je behandelt?

"Ik ben gespecialiseerd in de behandeling van faalangst. Hierbij gaat het erom de samenwerking tussen de linker en de rechter hersenhelft te verbeteren. Behalve



dat hierdoor de faalangst vermindert, leert iemand ook beter te plannen, te organiseren en zich te concentreren. Na één sessie voelt iemand zich vaak al meer ontspannen en komt hij tot nieuwe inzichten.

Daarnaast ben ik gespecialiseerd in de behandeling van allergieën. Ik heb hier een voorraad van 500 flesjes met stofjes waarvoor mensen allergisch kunnen zijn. Dat varieert van gelatine, sacharine en tarwekiemen tot populieren en lindebomen tot witte en rode wijn. Ik leg een flesje met de betreffende stof op de buik van de cliënt en constateer aan de hand van de spierverspanning of hij er al dan niet allergisch voor is. Ik stel hierbij vast hoeveel energie het voor het lichaam kost om zich bij de aanraking door die

stof staande te houden. Het behandelprogramma wordt hier vervolgens op afgestemd."

En je bereikt daarbij goede resultaten?

"Zeker. Ik had een mevrouw in behandeling die al acht maanden leed aan een burnout. Ze kwam tot niets. Helemaal tot niets. Maar na één sessie, waarbij ik stresspunten op haar lichaam behandelde, was ze in staat weer wat huishoudelijke taken op te pakken. Het was het begin van het verdere herstel. Een andere cliënt had last van concentratiestoornissen. Na één sessie was ze voor het eerst in jaren weer in staat een boek te lezen. Het gaat erom iemand weer met zichzelf in balans te brengen. En daarbij spelen, zoals gezegd, de meridianen een essentiële rol."

Volgens mij haal je veel voldoening uit je werk.

"Kinesiologie geeft mij vooral veel voldoening, omdat ik er andere mensen mee kan helpen. Het is prachtig te zien hoe mensen na één of een paar sessies opknappen. Kinesiologie is geschikt voor iedereen die bereid is aan zijn eigen groei te werken. Dat geldt ook voor mijzelf. Kinesiologie verwondert me nog iedere dag."

Contact

volgjeeigenweg@gmail.com
en 06-38830992

Voor meer informatie

www.volgjeeigenweg.nl
www.allegriegroningen.nl en
www.faalangst groningen.nl

Hostcity Groningen is klaar voor de Nationale Sportweek

Ingezonden door
Gemeente Groningen

Groningen staat van zaterdag 15 tot en met zaterdag 29 september twee weken lang in het teken van sport en bewegen. De Stad is samen met nog vier andere steden hostcity tijdens de Nationale Sportweek 2018. Het is de vijftiende keer dat de Nationale Sportweek wordt georganiseerd en vanwege het jubileum is deze editie extra lang.

Tijdens de Nationale Sportweek gaan we met zijn allen lekker sporten en bewegen. Sportclubs en vele andere organisaties openen hun deuren binnen de gemeente Groningen. Een perfecte kans om gemakkelijk nieuwe sporten uit te proberen en samen sportplezier te beleven. Doe je ook mee? De Nationale Sportweek is onderdeel van de Europese week van de

Sport en wordt gefinancierd vanuit het Erasmus Plus programma. Samen kunnen we Europa inspireren om meer te bewegen. Let's #BeActive!

Events in Groningen

We hebben een prachtige line-up tijdens de Nationale Sportweek in Groningen. Wat dacht je van de spectaculaire opening tijdens ReitdiepPOP op zaterdag 15 september, Picknick en Parcours in De Hunze, een Bewegende Stad Festival in de openbare ruimte, de Sportrecreatie Ten Boer, een sportinspiratiebijeenkomst in het FC Groningen Stadion, beweegfestivals in Kardinge, De Wijert en Beijum en als Grande Finale in Groningen de Sportieve Opening van het Schooljaar op vrijdag 28 september samen met NOC*NSF.

Sportpromotors
Groningen heeft als hostcity

van de Nationale Sportweek diverse bekende sporters en coaches bereid gevonden een rol te spelen als sportpromotor. Te weten; Habib Kazemi, Arjan Taaij, Mimoun Mahi, Jorinde van Klinken, Arvin Slagter en Willemijn Bos. Mensen met grote verdiensten voor de sport, nationaal, internationaal en in Groningen.

Meer informatie?

Kijk op www.nationalesportweek.nl/sportkalender voor het programma in Groningen.

■ **Mimoun Mahi van FC Groningen is een van de sportpromotors van de Nationale Sportweek in Groningen**



Nieuw in Groningen: yoga waar je van gaat zweven

(Zonder zweverig te worden)

Ingezonden door Yoga050

Het is algemeen bekend dat je van yoga ontspannen wordt. Kun je nagaan wat er gebeurt als je de Indiase bewustzijns-oefeningen zwevend in de lucht uitvoert. Dat kan nu in hartje Groningen. Yoga050 opende namelijk op 9 september een studio dat naast het bekende hathayoga en zwangerschapsyoga ook, als enige in de provincie, aerial yoga-lessen biedt.

Bij aerial yoga heb je maar drie dingen nodig: je lichaam, de zwaartekracht en een doek dat bevestigd is aan het plafond. Waar bepaalde yogahoudingen op een mat alleen te doen zijn voor gevorderden, kun je bij aerial yoga ook als beginner meteen in de kopstand. Het doek maakt de oefeningen niet alleen gemakkelijker, maar haalt ook de compressie uit de wervel-

kolom en spanning uit nek en schouders. Dit levert een gevoel van ruimte op in je lijf dat vleugels geeft tijdens de les en een ultieme ontspanning na afloop.

Gediplomeerd docent Hilke Meerman, eigenaar van Yoga050, 'ontdekte' aerial yoga op het Yoga Festival Terschelling. "Ik hing een groot gedeelte van het weekend in de doeken van Janneke van Amelsvoort, oprichter van Aerial Yoga Nederland. Ik werd er niet alleen ontspannen, maar ook vrolijk van. Ik heb zo gelachen! Mijn toenmalige opdrachtgevers wilden niet in deze vorm van yoga investeren, omdat ze bezig waren met andere dingen. Ik droomde nog een paar jaar verder, onder het mom: Als ik later een eigen studio heb, ga ik aerial yoga geven! Dat moment is nu."



Stadgers zijn nuchter, daarom is aerial yoga echt iets voor ze, zegt Hilke. "De doeken laten je zweven, maar zweverig is het niet. Het is en blijft yoga, maar het is een stuk minder serieus. Spelenderwijs sterk en ontspannen worden. Mooi toch?"

Nieuwsgierig naar de ervaring van aerial yoga? Meedoen kan altijd. Iedereen is welkom, ook als je niet lenig of spiritueel of zweverig bent.

Meer informatie?

<https://www.yoga050.nl/>
info@yoga050.nl

Adres

Damsterdiep 46
9711 SM Groningen

Ondertussen in de Nachtegaalstraat...



Een prachtig perkje met wilde bloemen is verschenen in de Nachtegaalstraat...

Kick-off FitGaaf! op basisscholen in Oosterparkwijk

Ingezonden door Huis voor de Sport Groningen

Op 17 september, in de Nationale Sportweek, starten drie basisscholen in de Oosterparkwijk met FitGaaf! als onderdeel van het B-Fit project. Na een feestelijke en sportieve kick-off op elk schoolplein, gaan de kinderen vier weken vooral thuis aan de slag met een gezonde kalender en stickers. Het project is geïnitieerd door Huis voor de Sport Groningen.

Deelnemende basisscholen zijn de Borgmanschool, locatie Vinken, de Siebe Jan Boumaschool en CBS De Kleine Wereld. B-Fit laat kinderen, ouders en docenten op een unieke manier kennismaken met gezond leven, bewegen en voeding. Het samenwerkingsverband bestaat uit de drie basisscholen, de kinderopvanglocaties van de SKSG, Kids First COP groep en Wij Oosterparkwijk.

Kalender meet gezondheid FitGaaf! werkt als volgt: kinderen plakken stickers op een kalender voor elke gezonde actie die ze die dag hebben gedaan. Het gaat om gezond eten, drinken en bewegen. Maar ook slapen. Op

deze manier leren kinderen wat er dagelijks benodigd is voor een gezonde leefstijl en in hoeverre ze hier al aan voldoen. Dit gebeurt enerzijds op school, maar vooral ook thuis, waar kinderen de uitdaging aan kunnen gaan met hun ouders/verzorgers.

Feestelijke opening op het plein

Op elke school wordt het project voor leerlingen, leerkrachten en ouders feestelijk en actief afgetrapt. Hiervoor zorgt Eric Herber van Projump met zijn mobiele podium met gebruikmaking van springtouwen. Vervolgens krijgen alle kinderen in de klas uitleg over FitGaaf! en krijgen ze een envelop met de kalender en gezonde stickers mee naar huis. Na vier weken wordt het project ook weer feestelijk en sportief op school afgesloten. En laat dit nu net samenvallen met de Healthy Ageing Week!

Meer info?

Wilt u meer weten over FitGaaf! Neem contact op via m.hogenelst@hvdsg.nl of tomsteffens@fitgaaf.nl

Huis voor de Sport Groningen

Huis voor de Sport Groningen maakt zich sterk voor een actieve, gezonde leefstijl in de provincie. De organisatie wil Groningers in beweging brengen en houden door het ontwikkelen en organiseren van sport- en beweegprojecten. Dit gebeurt lokaal op zowel beleids-, coördinerend- als uitvoerend niveau. De belangrijkste organisaties die worden ondersteund zijn gemeenten, sportverenigingen en onderwijsinstellingen.

**BENT U
AL BETRAPPT
OP 'T ZAAIEN
VAN
BLOEMEN
IN 'T
OPENBAAR GROEN**

Loesje
POSTBUS 1045 6801 EA ARNHEM



**HUIS VOOR DE SPORT
GRONINGEN**

Blijf Bewegen!

Gratis juridisch spreekuur

Letselschade?

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

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

Informatie:
www.smitjuridischadvies.nl

Smit

Juridisch Advies

Kom je bij ons spelen?

Landelijk geregistreeerde gastouderopvang Het Hofhuisje.
Omgeving Oosterpark - Oliemuldersweg.
Voor kinderen van 0 tot 12 jaar.

Maandag t/m vrijdag van 07.00 tot 17.30
In overleg andere tijden.

Bent u nieuwsgierig of wenst u vrijblijvend een gesprek?
Bel of mail gerust.

Het Hofhuisje

06 - 42238078
gastouderopvanghethofhuisje@hotmail.com

Aangesloten bij gastouderbureau Hand in Hand.
Landelijk registratienummer: 634210129



Personal Fysio Fit van Weering

Praktijk voor fysio- en manuele therapie

H.L.M. van Weering
R. van Weering-Oosting
M.S. Dollekamp
A. van Donselaar-Ritsema
R. Ottevanger

Voor als bewegen alléén niet voldoende is!

Gerbrand Bakkerstraat 75
9713 HD Groningen
Tel: 050 - 313 02 20

H.A. Kooykerplein 4-1
9713 GV Groningen
Tel: 050 - 311 27 74
Fax: 050 - 311 27 74

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

Nijestee biedt ruimte

Nijestee !

aan ruim 22.000 mensen. Met meer dan 13.000 huurwoningen is Nijestee de grootste corporatie in de stad. In vrijwel alle wijken biedt Nijestee woningen aan, ook in de Oosterparkwijk. Op die manier valt er wat te kiezen.



Damsterplein 1 . (050) 853 35 33 . nijestee.nl . [facebook.com/nijestee](https://www.facebook.com/nijestee)

GRATIS JURIDISCH SPREEKUUR woensdagochtend in het Oude Politiebureau

Heeft u een conflict met uw werkgever, verhuurder of burens, heeft u vragen over uw uitkering of over de studiefinanciering, heeft u een bouwvergunning nodig of wilt u bezwaar maken tegen de WOZ-waarde, heeft u hulp nodig bij het invullen van uw belastingformulieren of heeft u een andere vraag...

Al uw juridische vragen en problemen kunt u iedere woensdagochtend van 9.00 tot 11.30 uur gratis en vrijblijvend aan een advocaat voorleggen tijdens het inloopsprekuren in het Oude Politiebureau (Zaagmuldersweg 3). Als u liever eerst een afspraak maakt, bel dan: 06-47871212

Meer informatie is te vinden op de website:
www.vanwoldeadvocatuur.nl
info@vanwoldeadvocatuur.nl

ACCENT

Kapsalon



Wij zijn te vinden in Oosterhoogebrug aan de Rijksweg 18.

U kunt online reserveren via www.kapsalonaccent.nl en via Facebook, of bellen naar 050-5411276