

Wijkblad

De Hunze/Van Starckenborgh

De Hunze



Van Starckenborgh



jaargang 22 | nr. 5 | oktober 2012

Voor uw hypotheek en al uw verzekeringen

Univé Groningen
Korreweg 268
9715 AP Groningen
tel. 050 - 573 67 37



www.unive.nl

Daar plukt ú de vruchten van!

Oktober 2012
Jaargang 22, nr. 5

COLOFON

Wijkblad De Hunze / Van Starkenborgh
is een
tweemaandelijke uitgave van
Bewonersorganisatie
De Hunze / Van Starkenborgh
Secretariaat B.H.S.
Rietveldlaan 17
9731 MJ Groningen
bestuur@dehunzevanstarkenborgh.nl
www.dehunzevanstarkenborgh.nl

DE HUNZEBORGH
www.hunzeborgh.nl

REDACTIE

Els Bijlholt (hoofdred.) tel. 5494374
Lidy Bosker tel. 5719471
Hans van Leeuwen tel. 5417982

De redactie ontvangt graag reacties
op de inhoud van het wijkblad.
U kunt deze sturen naar Els Bijlholt,
Rietveldlaan 17, 9731 MJ Groningen
wijkblad@dehunzevanstarkenborgh.nl

Voor plaatsing moeten naam en adres
vermeld worden.

Plaatsing is voorbehouden aan
de redactie. Overname van
artikelen is toegestaan mits
voorzien van bronvermelding.

ADVERTENTIES

adverteren@dehunzevanstarkenborgh.nl

PRODUCTIE & VORMGEVING

PD Graphic Support, Groningen
info@pdgs.nl

Scholma Druk, Bedum

Inhoud

Van de redactie	2
Van het B.H.S. bestuur.....	3
Kastanjes hebben het zwaar.....	5
Ondernemer in de wijk Brei & Haak Atelier Kreatiks	6
De zomervakantie is al lang voorbij, maar wat nu? ...	11
Studenten.....	12
Noordzeebrug: nog dit jaar	13
Ringweg Oost	16
Het oude Tuinland parkeerterrein	17
Strip Starke & Hunze	18
Van de voorzitter van de Hunzeborgh.....	20
Kijken naar kunst.....	23
Hunzeborgh in beweging! Fitness 50-plus	25
Vaste activiteiten buurtcentrum Hunzeborgh	28

Het volgende nummer zal 14 december verschijnen.
Kopij graag voor 24 november inleveren.

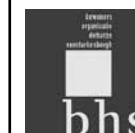
het bestuur

Eelke Wiersma
voorzitter
Tel. 5416848

Marianne Heerebout
bestuurslid
Tel. 5425250

Johann Schelwald
penningmeester
Tel. 5494374

Hans van Leeuwen
communicatie
Tel. 5417982



bestuur@dehunzevanstarkenborgh.nl

MELDPUNT STADSBEHEER TEL. 3678910

MELDPUNT OVERLAST EN ZORG TEL. 5875885

BUURTAGENT COR KREMER TEL. 5871787 OF 06-11345307

KLACHTEN OVER BEZORGING TEL. 5411827 OF 5494374

Van de redactie

Woeste plannen had ik voor een column: zou ik de microkosmos, die camping heet, eens uitgebreid beschrijven. Ik bedacht dit op een camping in een stikheet Italië, waar ik de hele dag de gelegenheid had andere campinggasten te observeren. Iets anders was in die bloedhitte toch niet mogelijk. Niet dat ik ernstig leed onder deze ultieme lanterfant-fase: ik ben in staat om binnen drie dagen campinglife het uiterlijk van een holbewoonster op te bouwen. Voorwaarde is onder andere een camping met veel stof, droge aarde en passerende insecten. Al op dag twee zijn mijn voeten in een staat, waarbij het lijkt alsof ik nooit schoenen heb aangehad. Datzelfde geldt voor mijn haar. Een pluizige struik, zonder enig model. Ik douchte echt wel, elke dag, maar op de één of andere manier lijkt het alsof ik drie weken niet heb gedoucht. Het ergste is dat ik geniet van deze staat. Waar ik in het normale leven niet zonder mascara en lippenstift naar mijn werk ga, komt dit op een camping niet eens in me op. Dit alles heeft niets met het weer te maken, want vorig jaar, op vakantie in Engeland, was het precies hetzelfde. Ik denk dat er diep in mij een Neanderthaler zit die er pas op vakantie uit komt. Vandaar ook dat ik - bijna - niets schrijf over alle prachtige observaties die ik op deze camping aan de Italiaanse Bloemenriviera deed. Er is er één die ik jullie niet wil onthouden: De Duitse Buurboys.

Vijf Duitse jongens, in de leeftijd van ca. negentien tot drieëntwintig. Ook zij hadden de ultieme lanterfant-fase bereikt, maar hadden deze staat nog beter gecultiveerd. Het enige voedsel dat ze aten was blikken (!!) spaghetti in tomatensaus (in Italië !) en gebakken eieren met Aldi brood. Daarnaast dronken ze veel bier. Niet zoveel dat ze er vervelend van werden, maar

wel genoeg om de observaties nog boeiender te maken. Het bijzondere was, dat ze de hele dag over een trip naar "Holland" spraken. Aldaar wilden ze wiet kopen, maar het duurde tot het moment dat wij de camping zouden verlaten, voordat ook zij hun tent in elkaar rolden. En nog vraag ik me elke dag af hoe ze in vredesnaam in hun auto, met al die blikken en die opgerolde tent in "Holland" zijn terecht gekomen. Ik wens alle lezers een goed jaar toe, want voor mij begint het nieuwe jaar in september en niet in januari. Neem de tijd om holbewoner te worden op momenten dat dit kan en probeer af en toe de absolute lanterfantfase terug te vinden!

Els Bijlholt

Van het B.H.S. bestuur

Deze keer een aantal onderwerpen. Laat ik maar beginnen met "de oproep voor een bestuurslid"! We zijn met zijn viertjes maar er kunnen nog wel twee bij waaronder een secretaris. Schrik daarbij niet bij voorbaat omdat de werkzaamheden m.b.t. notuleren en verslaglegging beperkt zijn. Kortom, ben je vlot met de pen en wil je daarnaast natuurlijk ook je bijdrage leveren aan de wijk, dan horen we dat graag.

Tuinlandlocatie en overlast

In het vorige nummer schreven we dat we ons zorgen maken over de locatie Tuinland waar nieuwbouw is gepland. Het terrein ziet er nu weer netjes uit. We hebben in september ons jaarlijks overleg met de gemeente gehad. Zij gaan na wat de stand van zaken is bij de projectontwikkelaar. De bouwlocatie is overgegaan naar een andere projectontwikkelaar, waarbij er ook minder woningen dan in de oorspronkelijke opzet gebouwd gaan worden. Echter, op welke termijn - mede door de economische recessie - is niet bekend. We hebben wel enkele voorstellen vanuit de wijk gekregen (zonne-energie winlocatie, volkstuin) voor een tijdelijke bestemming. We wachten nu eerste even op een reactie van de gemeente voordat wij daarin verder initiatieven nemen. Het voormalig parkeerterrein - tegenover de bouwlocatie - nodigt uit tot ongenode gasten. We hebben bij de gemeente aangegeven dat er nog iets meer gesnoeid mag worden. Samen met de gemeente hebben we ook vastgesteld dat het aantal meldingen van overlast zeer incidenteel is. Blijf daarom alle incidenten melden bij het Meldpunt Zorg en Overlast! Op zich hebben we niet veel overlast in onze wijken. Toch steekt dat af en toe de kop op. 'Lawaai' hoort nu eenmaal bij een woonwijk.

Op het middenterrein aan de Berlageweg kan het ook onrustig zijn. Meldt incidenten bij het Meldpunt Zorg en Overlast. Het verplaatsen van voorzieningen lost eigenlijk niet zo veel op, omdat je daarmee ook het probleem verplaatst. De politie is op de hoogte en kijkt ook mee. De jongeren zijn meestal wel in beeld bij de jongerenwerkers van maatschappelijke organisaties in STAD. De gemeente wil het Stadstoezicht verbeteren door per wijk iemand aan te stellen die op allerlei zaken let en ook bevoegd is mensen op hun gedrag aan te spreken. De plannen moeten nog gerealiseerd worden. We kunnen ook zelf elkaar informeren als er bijvoorbeeld een straatfeest of een andere happening plaatsvindt. Onlangs kreeg ik een briefje in de bus, dat er dichtbij mij een straatfeest gehouden zou worden en er werd begrip gevraagd voor eventueel geluidsoverlast. Een mooi voorbeeld hoe het ook kan. We zullen wel vragen om de afvalbakken op het speelterrein Berlageweg iets groter te maken.

Kunst in de wijk:

Oproep Kunst in de wijk: een mooi initiatief van bewoners voor de zomervakantie. We hebben met de gemeente besproken of we meer 'kunst in de wijk' kunnen laten zien. Ik weet niet of wij beeldende kunstenaars in de wijk hebben die daaraan mee zouden willen werken. Een idee is dat er een aantal vaste plekken komen waarbij of vast of wisselend beelden of andere uitingen van kunst komen te staan. Er zullen ongetwijfeld wel haken en ogen aan zitten maar voor elk probleem is vast een oplossing. Kortom, graag een reactie naar het bestuur wie daaraan mee wil werken. De gemeente staat hier positief tegenover.

Vervoer

De werkzaamheden Gerrit Krol-brug gaan in oktober beginnen. Volg de informatie in de pers. De Oostelijke Ringweg komt nu echt dichterbij! Heeft u dat ook dat je na een nacht tot de verrassende ontdekking komt dat je de volgende dag opeens van de rechter rijbaan op de linkerbaan rijdt? Er is dan hard in de nacht gewerkt om het voor elkaar te krijgen dat we al even mogen 'oefenen' op de nieuwe rijbaan. Van links naar rechts en waarschijnlijk al in de loop van oktober of november de ervaring hoe het

gaat worden als het eerste stuk gereed is. En nu maar afwachten, of links en rechts elkaar ook in de landelijke politiek weten te vinden. Daar zal vast wel een nachtje langer over geslapen worden!

Oproep: nu even bellen of mailen naar bestuur@dehunzevanstarkenborgh.nl!

En, vergeet u niet nu even naar het bestuur te bellen of te mailen dat u graag in het bestuur van de BHS uw steentje wilt bijdragen?

Elke Wiersma

Mamamini geeft 25.000 euro aan goede doelen

Er gaat niets boven Groningen. En laten we dat alsjeblieft zo houden. Daarom: geld voor non-profit organisaties die de stad leuker en leefbaarder maken én houden. Zoals elk jaar stellen wij, Stichting Mamamini, ook dit jaar weer 25.000 euro beschikbaar.

Dat geven we niet zo maar weg. De organisaties die eerder in aanmerking kwamen zijn kleinschalig. Lokaal. Betrouwbaar. Ze hebben geen politiek of religieus doel en zijn niet stiekem een particulier. En o ja. Ze opereren in de gemeente of de regio Groningen. De jacht op het geld opent in september. Tot november kunnen organisaties hun projecten indienen. In april maken we tijdens een wervelende show bekend wie de winnaars zijn. Afgelopen jaar hielpen we onder meer de

Stichting Exploitatie Gasthuis Groningen, die terminaal zieken in de laatste fase een comfortabele omgeving biedt. Maar ook de stichting Kattenbos kreeg geld, een opvangplek voor katten die niet herplaatst kunnen worden. En de stichting ter bevordering van de Vrolijkheid, die kinderen in asielzoekerscentra helpt hun trauma's te verwerken door creatief bezig te zijn. En zo waren er nog tweeëntwintig gelukkigen, van zeer divers pluimage. Mamamini is de afgelopen tijd negatief in de pers geweest. Onrust. Gerommel. Gedoe. Dat is vervelend. Je zou er bijna van vergeten wat een leuke club we zijn. Dat we volledig zelfbedruipend zijn en dus niet afhankelijk van subsidie. Dat onze inboedelservice uniek is. Dat we in over twee jaar ons zilveren jubileum groots gaan vieren.

Kastanjes hebben het zwaar

De kastanjeziekte is de laatste tijd regelmatig in het nieuws en ook in Groningen overweegt de gemeente monumentale en beeldbepalende kastanjes veiligheidshalve te kappen. Door de kastanjeziekte ontstaan 'wonden' op de stam, de bast springt open en er loopt 'bloed' oftewel donkerbruin vocht uit. Binnen een paar jaar kan een gezonde boom het loodje leggen. Enkele aangetaste kastanjes langs het Heerdenpad zijn geselecteerd voor een tweejarige proef met grondverbetering en/of wondbehandeling door middel van afsmeren. In november dit jaar loopt de proef ten einde. We proberen de resultaten te achterhalen.

Ook langs Berlageweg

De kastanjesingel aan de buitenkant van het middenveld langs de Berlageweg vertoont inmiddels gaten. Vorig jaar kapte de gemeente al een aantal exemplaren. Het is treurig dat de prachtige groene kraag rondom ons veld zo uiteen begint te vallen en het einde lijkt nog niet in zicht. Dit jaar vielen er al weer elf dode dan wel doodzieke bomen te tellen. Op de vraag hoe het probleem wordt aangepakt antwoordde de gemeente dat de bomen enkele keren per jaar worden gecontroleerd. Bomen die direct gevaar opleveren worden direct gekapt (dat gebeurde in de week na ons contact ook daadwerkelijk), andere zieke bomen blijven nog even staan. De woordvoerder van de gemeente sloot niet uit dat er binnen een aantal jaren een enorme kaalslag plaatsvindt. Op dit moment is er nog geen behandelmethode. Mocht de gemeente tot heraanplant overgaan, dan wordt dat een gemengde cultuur, dat wil zeggen meerdere soorten bomen. De BHS heeft bij de gemeente de vraag uitgezet op welk moment het omslagpunt is. Anders gezegd, hoeveel procent van de kastanjes moet gesneuveld zijn voordat er heraanplant plaatsvindt. Want op een bijna boomloos middenveld zit waarschijnlijk niemand te wachten.

Motje

De kastanjes hebben nog een aandoening te verduren; het mineermotje zorgt voor bruine vlekken met een gele rand op de bladeren. Het is ontsierend maar vormt voor de boom op zich geen bedreiging.

Hans van Leeuwen

advertentie

Wie gooit er wel eens bruikbare spullen of kleding weg?



Wij halen het **gratis** bij u op en zijn er blij mee! Voor een afspraak kunt u bellen met 050-3132200.

Langsbrengen op één van de onderstaande adressen is ook mogelijk. Heeft u een heel huis dat leeg moet?

Wij zorgen daarvoor en kunnen de woning veegschoon afleveren.

kringloopbedrijf "MAMAMINI"

Onze winst gaat naar goede doelen

Noorderbinnensingel 100 / Helperoostsingel 15 - 29 en 32
Damsterdiep 307 (let op: beperkte openingstijden!)

Tel: (050) 313 22 00
Routebeschrijving & info: www.mamamini.nl

Ondernemer in de wijk

Brei & Haak Atelier Kreatiks

Toen ik een basisschoolkind was, ging mijn moeder naar de handwerkjuf om te vragen of Elsje alsjeblieft niet meer hoefde te breien, want dat veroorzaakte zulke drama's thuis. Ik trok het stugge katoen zo strak aan dat elke gebreide pen eindigde in een strakke band. Ik was (en ben) linkshandig, en hoewel gezegd wordt dat linkshandige mensen creatief zijn, bleek die creativiteit in elk geval niet tot uiting te komen in breien en haken: juf kon mij niet helpen en zo bleven mijn handwerkproducten beperkt tot halve sjaals, in elkaar gefrommeld en smoezelig.

Hoe anders is dat met Nienke de Haan: met verbazing kijk ik naar dat wat zij maakt en verkoopt. Sinds een jaar heeft ze haar eigen brei- en haakatelier Kreatiks. Dit doet ze naast haar werk als verpleegkundige voor een verloskundige praktijk. Niet alleen verkoopt ze

brei- en haakgaren en -wol aan huis, ook geeft ze workshops, zoals **de workshop "kerstballen breien" op 22 november (van 19.30 – 21.30 uur)**. Daarnaast verkoopt ze complete sets met materiaal, maar ook patronen van bijvoorbeeld vestjes, sjaals, jurken. Gratis advies op maat is vanzelfsprekend. Nienke zegt daarvan zelf: "wat ik zo leuk vind is dat mensen hier vaak al beginnen. Ik wil ze alvast op de goede weg helpen, als ze het zelf nog lastig vinden."

Nienke is al sinds haar kinderjaren aan het handwerken, breien, naaien en haken. Ze draagt ook vaak door haar zelf ontworpen en gemaakte jurken, vesten, sjaals: altijd kleurrijk en bijzonder. Nienke vertelt: "Ik brei en haak ook in opdracht. De kosten zitten dan in het materiaal en maakloon." Dat lijkt me pas een goede op-



lossing voor klunzen zoals ik, want dan kun je doen alsof je het zelf gemaakt hebt. Nienke's atelier aan huis wordt inmiddels door diverse vaste klanten bezocht. Want hoewel ze formeel alleen op donderdagmiddag geopend is (te zien aan de opvallende stoel buiten) is haar atelier ook op afspraak geopend.

Naast het werk voor haar eigen atelier is Nienke ook één van de 'aanstichters' van de Ladies Night in de Hunzeborgh, die eerder dit jaar plaatsvond. Een gezamenlijk project van een aantal ondernemers, dat in november voortgezet zal worden met de 'Wintermarkt' in de Hunzeborgh (zie elders in dit nummer voor meer info hierover).

Praktische informatie over Kreatiks:

Adres: Rietveldlaan 31

Tel.: 06-22820598

E-mail: info@kreatiks-webwol.nl

www.kreatiks.nl en www.kreatiks-webwol.nl (webwinkel)

Els Bijholt

Oproep !

"Cantanti Canneti" zoeken een bas

Huiskamerkoor Cantanti Canneti (vrij vertaald: De Rietveldzangers) bestaat uit 2 sopranen, 2 alten, 2 tenoren en 1 bas met veel koorervaring. Het koor wordt geleid en begeleid door Emma Boschma. We komen om de week op maandagavond bij elkaar aan de Rietveldlaan. In juli beleefden we ons debuutconcert in de kerk van Westerwijtwerd met het programma 'Chanting, chirping and cheering', rond de mooiste stukken van Desprez, Weelkes,

Andriessen en Lauridsen. In dit nieuwe jaar bouwen we aan een nieuw repertoire met o.a. Beethoven en Fauré. We zoeken ter completering van ons dubbelkwartet nog een geofende bas.

Ben je nieuwsgierig geworden, neem dan contact met ons op: emma_boschma@hotmail.com of via 050-5418200.



advertentie

ZUMBA IN DA ZITY



ZUMBA
PILATES
LATIN WAVE
YOGA

GRATIS PROEFLESSEN!

LESSEN IN DE HUNZEBORGH: BEIJUMERWEG 10

WORKSHOPS
KINDERFEESTJES

LESSEN
MET
STRIPPENKAART!

ZIE VOOR MEER INFORMATIE
OOK OVER ALLE LESSEN EN LESLOCATIES
WWW.ZUMBAINDAZITY.NL

ZUMBAINDAZITY@HOTMAIL.COM 06-12602037

AVOND OVER VOEDING

vrijdag 9.11.12
De Hunzeborgh
19.30 – 21.30 uur



Waarom eten wij eigenlijk, wat wij eten? Omdat we het lekker vinden, omdat we honger hebben, omdat het gezond voor ons is? Dit wordt een "vraag en antwoord" avond over het waarom, wat en vooral hoe we zouden moeten eten. Hoe kunnen we weer gezond worden als we dat niet zijn, of blijven en/of voorkomen dat zich een of andere welvaartsziekte in ons zou kunnen ontwikkelen. Aandacht zal besteed worden aan "voeding als medicijn" en "voorkomen is beter dan genezen", zeker gezien in het licht van de steeds bedenkelijker kwaliteit van onze voeding.

Voorlichter op deze avond is Pieter Coors. Pieter Coors heeft tot aan zijn pensioen als ingenieur bij de Gasunie gewerkt. Sinds begin van de jaren tachtig is hij bezig met orthomoleculaire voeding en vele technieken voor de verbetering van fysiek en geestelijk welzijn.

Kosten voor deze avond: € 10.
Geef je op via zumbaindazity@hotmail.com



Kom tennissen bij Van Starkenborgh!

GTV Van Starkenborgh is een levendige, gezellige tennisvereniging. Wil je competitief-sportief of juist recreatief tennissen; er is voor elk wat wils. Ook als je nog niet kunt tennissen maar je wil het wel graag leren, ben je van harte welkom. Wij leren je graag 'de klappen van het racket'.

Word lid! Aanmelden doe je via de website van de tennisclub: www.starkenborgh.nl

Tennisvereniging van Starkenborgh | Heerdenpad 9
9731 BW Groningen | www.starkenborgh.nl

Siep in actie



In wijkblad nummer 4 is een artikel over Siep's haringkar opgenomen, daarbij ontbrak echter de foto. Hierbij alsnog: Siep in actie.

advertentie



TAXI NOORD

050-5494940

advertentie



DE SCHEIDINGSMAKELAAR

In overleg uit elkaar met De ScheidingsMakelaar

Een scheiding is niet alleen het afronden van wat geweest is. De ScheidingsMakelaar zorgt voor een nieuwe start. Wie nu verstandige keuzes maakt, heeft daar straks profijt van. Dat weten wij uit ervaring.

De ScheidingsMakelaar:

- is de grootste partij in (echt)scheidingsbemiddeling in Nederland;
- helpt u bij alle financiële en juridische zaken rond uw scheiding;
- werkt met specialisten op elk deelgebied van een scheiding;
- stelt het belang van de kinderen voorop;
- heeft kennis van alle gangbare relatievormen in Nederland;
- kiest geen kant voor één van beide partners, maar garandeert een onafhankelijke bemiddeling;
- werkt met één contactpersoon voor alle zaken rond uw scheiding;

- heeft een vast tarief, zodat u van tevoren weet, wat uw scheiding gaat kosten;
- handelt alle formaliteiten gemiddeld binnen 3 á 4 maanden af;
- zorgt ervoor dat u en uw (ex)partner met een schone lei kunnen beginnen aan een nieuw hoofdstuk in uw leven.

NB. De ScheidingsMakelaar is er ook voor niet getrouwde partners welke hun relatie willen afronden.

Meer informatie?

Bel of mail voor ons gratis adviesgesprek.
Marian Steenge, 0641565583
Steenge@scheidingsmakelaar.nl
Of surf naar onze website:
www.scheidingsmakelaar.nl



Slapeloosheid? Zorgen? Sportblessure? Stress?

Wij bieden behandelingen
op maat, met aandacht
voor lichaam én geest.

**Haptotherapie
Acupunctuur
Fysiotherapie**

Jacqueline Kok & Yldau Dijkstra
Groningerweg 38, Groningen

Paramedische Praktijk
Noorderhoogebrug

www.paramedischepraktijknoorderhoogebrug.nl | 06 33 97 22 11

Gastcolumn

De zomervakantie is al lang voorbij, maar wat nu?

Inmiddels zit voor iedereen de zomervakantie er al meer dan op. (Misschien niet voor de mensen zonder schoolgaande kinderen, die nu juist genieten van zon, zee, lege stranden en lage prijzen). We zitten dus bijna allemaal al weer weken stevig verankerd in ons schema van school-werk-sport-vrijwilligerswerk etc. en kijken misschien stiekem al wel uit naar de volgende vakantie. De vakantie verhalen zijn wel meer dan verteld en de foto's zijn via facebook ook al bekeken (door onze digitale vrienden zelfs toen we nog op vakantie waren).

Ik vind het zelf altijd weer grappig om te horen, hoe verschillend de ultieme vakantie er voor iedereen uitziet.

De één gaat voor een fietsvakantie in Nederland, om al zwetend met zijn fiets bepakt en bezakt van camping naar camping te gaan. De ander gaat liever naar het verre Zuiden en verblijft 2 weken in een straal van 10 meter om het zwembad, om de plaatselijke temperatuur van 45 graden Celsius enigszins te kunnen harden.

De ander rijdt 1500 kilometer met de caravan achter de auto, om daarna 3 weken lang amper de camping af te komen.

Weer een ander slaapt zijn vrouw en kinderen iedere dag mee op pad, om maar niets te missen van alle mooie natuur, stadjes en kastelen die dit land biedt.

Het belangrijkste is volgens mij, dat we allemaal zelf het idee hebben dat we een leuke vakantie hebben gehad. En dat we de ander op zijn minst

het idee geven, dat hij of zij ook een leuke vakantie heeft gehad. Ook al moet je er ondertussen zelf misschien niet aan denken om zo'n vakantie te moeten meemaken, laat staan leuk te vinden.

Het is tenslotte altijd nog een voorrecht om op vakantie te mogen... Ahum... Maar nu heb ik wel weer genoeg gezeurd over een vakantie die al weer weken achter ons ligt. Tenslotte moeten we in het heden leven, helemaal mindfulness heet dat geloof ik. En daarom neem ik hier de vrijheid om jullie te wijzen op de Hunzeborgh. Je weet wel ons prachtige design wijkgebouw. Iets waar we trots en zuinig op moeten zijn. Maar vooral... waar we veel gebruik van moeten maken. Dus kom 's avonds en 's weekends van die bank af en doe actief mee aan het uitgebreide en gevarieerde aanbod van activiteiten! Want zonder jou is er geen levende wijk, jij kunt en moet het verschil maken! Verbeter de wereld, begin bij jezelf. Zo was het toch?

En...eh... op deze manier kunnen we deelnemen aan het gezellige dorpsleven in onze wijk, maar zijn de stadse geneugten toch altijd onder handbereik. Dit is voor mij het wonen in een nieuwbouwwijk in de stad.

Gastcolumn Studenten

Zo na de zomervakantie zie je het leven in de Stad terugkomen. Groningers keren terug van (verre) vakanties, scholen beginnen weer en er staan files op de verkeerspleinen. Het mooiste vind ik de studenten die (terug) komen en dan vooral de nieuwe studenten. Overal ben ik ze de afgelopen maanden tegengekomen. In groepjes, luidruchtig en vrolijk, zag ik ze door het centrum van de stad trekken. Met onzekere blik over route en richting. Dit in schril contrast met de zelfbewuste blik die ze bij de Ikea hadden, waar ze (vaak samen met moeder) met volgestapelde karren lange rijen bij de kassa veroorzaakten. Toegegeven, het fascineert me en in mijn buurtsuper achtervolg ik ze stiekem om te kijken wat ze in hun mandjes stoppen. Heel herkenbaar blijkt er pasta met voorgesneden groenten en pastasaus in de meeste mandjes te liggen, huiswijn, bier en natuurlijk chips. Er is blijkbaar niet veel veranderd. Wat ook nog steeds actueel blijkt, is het tekort aan studentenhuisvesting. In dezelfde buurtsuper hangt het prikbord vol met 'kamer gezocht'. Want waar gaan die nieuwe Ikea-meubeltjes naar toe? Waar gaan ze wonen deze 1000-en nieuwe studenten? "Niet bij mij in de buurt", meldt mijn vriendin, die naar Helpman is verhuisd. Ook in de Reitdiepwijk, waar een andere vriendin is gaan wonen, zijn ze niet welkom. Opeens blijken de meeste vrienden een mening te hebben over de hoeveelheid studenten die iedere buurt zou mogen toelaten, 5 % en liever niet te dichtbij. "Geen studenten-wooncontainers op het voormalig terrein van de Suiker Unie", hoor ik. Ik merk dat ik er zelf nog niet uit ben waar

studenten zouden kunnen wonen en of daar regels voor moeten zijn. Ik ben trots op Groningen als studentenstad en heb er zelf met veel plezier gestudeerd en woon er nog steeds. Ik ben inmiddels wel 6 x verhuisd en woon nu in De Hunze en vraag me af of er studentenhuizen in onze wijken zijn? Ik ben ze niet tegengekomen. In de twee aangrenzende wijken Beijum en de Korrewegwijk zitten juist wel veel studenten. Waarom daar wel en hier niet? Ik herken de horrorverhalen niet die vrienden over studenten vertellen. Toegegeven, er staan meer fietsen bij een studentenhuis dan bij een 'normaal' woonhuis. Daarentegen zag de tuin van het studentenhuis bij mijn vorig huis er een stuk beter uit dan die van mijn buurvrouw, zeiden ze altijd vrolijk "hallo" en ontpopten ze zich als prima oppas voor mijn peuter. Ik heb nooit geluidshinder van ze gehad. Terwijl mijn buurman van 82 er een gewoonte van maakte om op zondagochtend klokslag 9 uur op zijn orgel kerkliederen te spelen. Heel erg hard, want hij was behoorlijk doof. Zo beschouwend ben ik er eigenlijk wel uit. Studenten kunnen juist veel betekenen voor een wijk. Zelf heb ik als student jarenlang als vrijwilliger huiswerkklassen begeleid in de wijk de Hoogte. Ook mijn huidige eerstejaarsstudenten zijn volop betrokken bij vrijwilligerswerk in de wijk. Omarmen dus die studenten en niet weren uit de wijk! Bij deze dan ook een oproep aan alle wijkbewoners om de rommelkamer, studiekamer of logeerruimte leeg te halen en voor een redelijke prijs aan studenten te verhuren. Ik ga zelf lobbyen bij manlief om de garage te ontruimen. Dat kan nog even duren, maar volgend jaar komen er weer nieuwe eerstejaars...

Loesje

Noordzeebrug: nog dit jaar



De werkzaamheden aan de Oostelijke Ringweg gaan in volle vaart door, maar het werk aan dat andere stukje ringweg, de Noordzeebrug, lijkt wel voor anker te zijn gegaan. Met een nieuwe brug worden twee problemen aangepakt: de nieuwe brug komt op de vereiste hoogte (twee meter hoger dan nu), zodat ook klasse V schepen gebruik kunnen maken van de vaarroute Lemmer-Delfzijl, terwijl de doorvaart breder wordt. Bovendien kan meteen de aansluiting met de Bedumerweg worden aangepakt, waarbij de verkeerslichten verdwijnen en de kruising net als de andere kruisingen in de Ringweg ongelijkvloers wordt.

Een brug te ver?

Er zijn bomen gekapt, een deel van het bedrijventerrein langs de Plataanlaan is schoongeveegd, en sindsdien is het nogal stil, het aanbestedingstraject is vastgelopen. De provincie heeft een conflict met wegenbouwer

Reef Infra, ze vindt de 31 miljoen die wordt gevraagd te gortig en wil een nieuwe aanbestedingsprocedure opstarten. Volgens gedeputeerde Boumans gaat echter nog dit jaar het werk echt beginnen, al liet hij zich in de vergadering van de Commissie Mobiliteit en Energie van de provincie op 5 september jl. ontvallen dat het wel leek of de wet van Murphy op dit project van toepassing was en dat toch eigenlijk wel 'hartstikke klote' te vinden. Eerder liep het project al vertraging op door de onteigeningsprocedures van het bedrijventerrein.

Net als voor de Oostelijke Ringweg worden van tijd tot tijd inloopavonden gehouden. Hou de wijkwebsite in de gaten voor de aankondigingen. Ook is er informatie te vinden op www.ringgroningen.nl, tabblad 'Noordzeebrug'.

Hans van Leeuwen



**schildersbedrijf
van Duinen**

Voor al uw - onderhoudswerk
- nieuwbouwwerk
- houtrotreparaties
- glasservice
- wandafwerking

**IS UW WONING OUDER DAN
2 JAAR, DAN BETAALT U
SLECHTS 6% BTW!**

9731 KD Groningen
Tel. 050 - 5425651
fax 050-8532185
Mobiel 06 - 48405760
info@m-vanduinen.nl
www.m-vanduinen.nl

Kapsalon Aura
gespecialiseerd in Hair-Extensions

Knippen € 13,50



zonder afspraak

Openingstijden:
ma. gesloten
di. gesloten
woe. 8.00 - 18.00 uur
do. 8.00 - 18.00 uur
vr. 8.00 - 18.00 uur
za. 8.00 - 15.00 uur

Kapsalon Aura
S. Sissinghlaan 2
(wijk Van Starkenborgh)
9731 KB Groningen
Tel. 050 - 312 98 01

Huiswerkinstituut Back on Track

Lid van **LVS!**
Landelijke Vereniging van
Huiswerkbegeleiders

Hoe??
WAAROM??

Geen zin Zometeen
MSN Huiswerk?! SMS

Hyves
TE LAAT BEGINNEN... OF HELEMAAL NIET

**BACK ON TRACK HELPT UW KIND WEER OP HET GOEDE
SPOOR DOOR O.A.:**

- PLANNING
- STRUCTUUR
- PERSOONLIJKE BEGELEIDING

Info:
www.huiswerkbegeleiding-backontrack.com
050 36 42 144 of 06 10 90 12 77



**Logopedie
Praktijk
Wicherlink**

P S S S S T !

**raktijk (voor)
teun (bij)
toornissen (in)
likken
tem
praak
aal**

Klaas Schipperlaan 8, 9731 KD Groningen
Tel.: 050-8517516
E-mail: miewic@home.nl
www.logopedie-hunzevanstarkenborgh.nl

drukkerij

Boiten
www.drukkerij-boiten.nl

Voor al uw drukwerk

**Geboortekaarten &
Trouwkaarten**



Drukkerij Boiten
Boterdiep 50
Tel. (050) 312 15 10

Maandag:
13.00 - 18.00 uur

Dinsdag-Vrijdag:
09.00-18.00 uur

Donderdag:
09.00-21.00 uur

BUDGETADVOCAAT JANS

voor wie op zoek is naar

- een No Nonsense aanpak
- direct een advocaat aan de lijn
- betaalbare bijstand

Bezoek onze website:
www.budgetadvocaat-jans.nl

direct mailen mag ook:
e-mail: info@budgetadvocaat-jans.nl

Noorderhaven 60-16
9712 VM Groningen
T 050-3115036

FYSIOTHERAPIE

- ❶ KINDERFYSIOTHERAPIE
(Geregistreerd KNGF-NVFK)
- ❷ RUGSCHOLING
BEKKENBODEMTRAINING /
BEKKENINSTABILITEIT
- ❸ BEHANDELING VAN CHRONISCHE
PIJNKLACHTEN

HKZ-GECEERTIFICEERD
Verwijzing niet noodzakelijk



Van Eesterenlaan 15
9731 MZ Groningen
tel. 050 - 5422667
www.fysiotherapiedehunze.nl

Ringweg Oost

We zijn ondertussen al weer gewend aan de nieuwe slingerende toegangsweg aan de zuidelijke uitgang van De Hunze. Na weken van aan- en afrijden van zandauto's en intensief schuiven door bulldozers is de rust weergekeerd. De zandbulten, waartegen straks de landhoofden van het viaduct worden gebouwd en waarop de op- en afritten komen te liggen, hebben hun uiteindelijke vorm gekregen. De komende periode zal de grond moeten inklinken. Als er nu al asfalt aangebracht wordt gaat de boel na verloop van tijd verzakken. Kortom: even geduld a.u.b.

Voorbeeld

Hoe de aanleg van het viaduct straks in zijn werk gaat is te zien bij Lewenborg. Daar zijn op 2 juli de liggers van de viaducten aangebracht. Het viaduct bij de aansluiting De Hunze/Beijum Zuid krijgt dezelfde vorm als die bij Lewenborg, zij het dat het in dit geval slechts één viaduct wordt. Het aanbrengen van de liggers (30 meter lange betonnen elementen die de landhoofden met elkaar verbinden en waar het wegdek op wordt aangebracht) ging bij het eerste viaduct van het lopende project gepaard met feestelijkheden. Omwonenden werden uitgenodigd voor een hapje en een drankje en er



was muziek en een afsluiting met vuurwerk. Of de Hunzenaren en Beijumers bij het aanbrengen van de liggers bij 'ons' viaduct ook zo'n feestje krijgen kon projectleider Bouma niet beloven.

Aansluiting Karding

Als dit blad verschijnt, is de inloopavond voor het deelproject bij het viaduct Karding alweer achter de rug. Op de wijkwebsite zijn de details te vinden. Zo lang er aan de Ringweg gewerkt wordt zullen we te maken hebben met verkeershinder, zoals het verleggen van rijbanen en afsluiten van rijstroken. Meer informatie is te vinden op www.ringgroningen.nl.

Hans van Leeuwen



Het oude Tuinland parkeerterrein

Het voormalig parkeerterrein van Tuinland, dat langs de Beijumerweg ligt, is voor de één een bron van pret, voor de ander van ergernis. Hondenbezitters gooien daar met een bal of stok zonder dat hun enthousiast apporterende Fikkie of Tarzan onder een auto komt of een fietser ondersteboven loopt. Inmiddels geldt in de hele gemeente een opruimplicht voor hondenpoep en dus ook daar. Helaas blijft er regelmatig wat liggen, tot ongenoegen van een andere groep gebruikers: spelende kinderen die daar ongehinderd willen skaten, racen met hun radiografisch gestuurde auto of bezig zijn met een ander spel. Het verzoek aan de hondenbezitters mag duidelijk zijn: u heeft uiteraard opruimmiddelen bij u (want verplicht), gebruik deze alstublieft dan ook.

Liever geen daglicht

Af en toe horen we verhalen dat de plek wordt gebruikt voor zaken die het daglicht niet verdragen; er zou gehandeld worden in verboden middelen en ook de term afwerkplek is al eens gevallen. Maar zijn die verhalen slechts keer op keer doorvertelde

geruchten of is er echt iets aan de hand? De gemeente is er zeer op gebrand dergelijke praktijken in de kiem te smoren. Zie je iets verdachts, maak daar ook direct melding van, bij de politie of bij het meldpunt overlast en zorg (zie voorin dit blad) en geef signalement en kentekens door. En laat het ook de BHS weten als je het hebt gemeld, dan houden we de vinger aan de pols.

Bestemming?

Ondertussen gebeurt er al jaren niets met het terrein dat eigendom is van een projectontwikkelaar. Door de huidige crisis kan het ook nog wel even duren voordat er een nieuwe bestemming voor is gevonden. Van tijd tot tijd herinnert de BHS via de gemeente de eigenaar er aan dat hij een onderhoudsplicht heeft, waarna het gras weer eens gemaaid wordt. Graag zouden we zien dat ook de struiken tussen de bomen verdwijnen, zodat het terrein geen verstopplek wordt voor wie daar niet thuishoort.

Hans van Leeuwen

Oproep tegen hondenpoep!

Graag zou ik de buurtbewoners c.q. hondenbezitters/uitlaters op het voormalige parkeerterrein van Tuinland aan de Cuypersweg willen vragen om de UITWERPSELEN van hun hond(en) te willen opruimen d.m.v. een zakje en dat thuis te willen weggooien in de container. Het lijkt op deze parkeerplaats de gewoonte om het maar te laten liggen; als er dan kleine kinderen spelen vind ik dat een smerige bende.

**DUS BIJ DEZE DE OPROEP:
RUIM DE UITWERPSELEN OP
EN LATEN WE SAMEN ZORGEN
DAT OOK DEZE PLEK SCHOON
BLIJFT.**

Willem Holthof

STARK&HUNZE

DOOR HANS HUISJES 09/2012



Van de voorzitter van de Hunzeborgh

De zomervakantie is weer voorbij en dat betekent een nieuw Hunzeborgh-jaar! Wij, als bestuur van de Hunzeborgh, zijn er weer helemaal klaar voor om samen met en voor de buurt veel leuke activiteiten te organiseren. Net voor de vakantie hebben we kennis gemaakt met twee nieuwe bestuursleden, Sylvia Kock en Ronald Wagt. Zij komen het bestuur versterken. Jannes Kremer heeft zoals voor de vakantie aangekondigd het bestuur verlaten. Wij hebben inmiddels op een passende wijze afscheid genomen van Jannes en hem bedankt voor zijn jarenlange inzet.

Het seizoen is weer gestart... De eerste (vaste) activiteiten zijn weervan start gegaan. De spieren worden alweer soepel gemaakt bij de Fitness 50-plus en de Zumba. De schakers hebben hun paarden en koningen weer op het bord gezet, de kaarten van het klaverjassen zijn geschud en de eerste knutselmiddag is inmiddels een feit.

Voor de knutselmiddag zijn wij nog steeds op zoek naar enthousiaste vrijwilligers, vooral mensen die een organiserende rol op zich willen nemen in het voorbereiden van de knutselmiddagen. Ook hier geldt weer: vele handen maken licht werk!

Wat kunnen jullie dit jaar nog meer verwachten in de Hunzeborgh?

Allereerst wil het bestuur jullie van harte uitnodigen om zelf met ideeën te komen voor activiteiten. Uiteraard is het fijn wanneer iemand een idee heeft, men hieraan zelf ook een bijdrage levert. Maar het bestuur kan dit in veel gevallen op diverse manieren faciliteren om het tot een succes te maken. Dus schroom niet en klop bij ons aan!

Naast jullie eigen activiteiten zullen uiteraard vanuit de Hunzeborgh diverse activiteiten worden georganiseerd. Een kleine greep hieruit: kledingbeurs, buurtborrel, wintermarkt (Ladiesnight), kinderdisco, volwassenendisco(?), kunstmiddagen, proeverijen etc.

Hou dus de activiteitenkalender goed in de gaten en wees er bij dit jaar!

De Hunzeborgh is tevens actief op facebook en twitter. Word vriend(in) en meld je aan. Activiteiten worden namelijk, naast het wijkblad ook via deze sociale media bekend gemaakt.

Douwe Hogeveen

Vooraankondiging – oproep: Wintermarkt in de Hunzeborgh

In navolging van de succesvolle Ladiesnight van afgelopen april in de Hunzeborgh organiseren we nu een Wintermarkt en wel op vrijdag 16 november van 19.00-22.00 uur in de Hunzeborgh.

We zoeken nog kleine ondernemers c.q. creatieve mensen die een bijdrage willen en kunnen leveren aan deze markt. Wil je meer informatie of wil je je opgeven om op de Wintermarkt te staan

met een kraam mail dan naar: ondersnemersmarktdehunze@hotmail.com.

We hopen op leuke reacties!

*Sylvia Hazewinkel van Aivlys
Monique Meis van Ozovrolijk
Nienke de Haan van Kreatiks*

Contactpersonen Hunzeborgh:

Douwe Hogeveen	voorzitter	tel. 06 286 611 02
Rineke Boonstra	penningmeester	tel. 050 542 57 21
Arend Westerkamp	secretaris	tel. 050 360 02 57
Jenny de Jong	bestuurslid	tel. 050 541 79 46
Sylvia Kock	bestuurslid	
Ronald Wagt	bestuurslid	
Ninke Fennema	verhuur, activiteiten	tel. 06 163 428 31
Bouzian Bentahar	beheer Hunzeborgh	tel. 050 549 94 00 (Hunzeborgh)

Bouzian is in principe maandag t/m vrijdag 's morgens aanwezig in de Hunzeborgh.

Webite: www.hunzeborgh.nl - E-mail: info@hunzeborgh.nl

Kinderdisco

HunzeBorgh

2 november
23 november
21 december



18.30-19.30 van 4 tot 8 jaar oud
19.35-21.00 van 8 tot 12 jaar oud

Kijken naar kunst

De Kunst in de Wijkroute van 2 en 3 juni was een groot succes. Hiermee is aangetoond hoeveel mensen in onze wijk affiniteit hebben met kunst. Deze constatering en het gegeven dat er steeds meer mensen zijn die overdag over meer vrije tijd beschikken, deed het idee ontstaan om in de Hunzeborgh een Kunstkring te organiseren.

Onder de ruim te interpreteren noemer 'Kijken naar kunst' willen we de komende winter 8 donderdagmiddagen plannen, van 14.00 – 16.00 uur. De data zijn: 8 en 22 november, 13 december, 18 en 24 januari, 7 februari, 7 en 21 maart.

De kosten voor 8 keer genieten van en praten over kunst bedragen 50 euro, inclusief een kop koffie of thee. De Hunzeborgh beschikt over een beamer, dus we kunnen alles goed bekijken. We hebben kunsthistorica dra. Anna Keller bereid gevonden om aan deze middagen invulling te geven.

Anna Keller stelt zich voor:

Ik kom uit Hongarije. Na mijn gymnasium opleiding heb ik Nederlands en kunstgeschiedenis gestudeerd in Boedapest. Ik specialiseerde me in de vijftiende eeuw. Ik studeerde af op een atelier dat altaarstukken maakte voor kerken in de Noord-Hongaarse mijngebieden. Omdat ik inmiddels getrouwd was met een Nederlander kwam ik naar Groningen. Hier studeerde ik opnieuw kunstgeschiedenis. Mijn scriptie onderwerp was de Kruisafneming van Rogier van der Weyden en zijn invloed op andere kunstenaars. Ik vond het heerlijk om wetenschappelijk onderzoek te doen, maar moest ook constateren dat er maar weinig gelukkigen zijn die onderzoek kunnen doen. Ik rolde per toeval in het lesgeven. Dit was een geweldige uitdaging voor mij – niet

alleen om in een andere taal les te geven – maar ook omdat ik uit mijn ivoren torentje moest komen. Mijn passie blijft de vijftiende eeuwse Vlaamse schilderkunst. Maar ik geef overzichtslessen van oude- tot moderne kunst. Bij diverse instellingen geef ik lezingen. Voor de grap zeg ik weleens dat ik 'kunstevangelista' ben. Mijn doel is om mensen te enthousiasmeren voor kunst en vooral goed te leren kijken naar kunst.

In deze cursus staat niet de geschiedenis van de beeldende kunsten centraal maar *het kijken naar kunst*.

De voornaamste vragen bij het kijken naar een kunstwerk zijn: wat is er afgebeeld? Wat is het thema? Hoe is het gemaakt (materialen en technieken) en heeft het werk een bepaalde functie? Wat is de betekenis ervan? Dit klinkt misschien in eerste instantie vrij sec, maar ik zal voorbeelden laten zien uit de hele kunstgeschiedenis, zowel uit de oude kunst als ook van hedendaagse werken. En ongetwijfeld gaan we discussiëren over wat eigenlijk Kunst is. U hoeft geen voorkennis te hebben. Zoals een voormalige museumdirecteur zei: iedereen kan leren kijken zonder academische titel! Gaat u de uitdaging aan?

Voor aanmelding (uiterlijk 1 november)
of meer info:

Ina Bos, T 06-44012276 of bosuil4@gmail.com
Ynke Veenstra, T 06 27333787 of
ynkeveenstra@home.nl

Fitness 50-plus

In Buurtcentrum Hunzeborgh, Beijumerweg 10A, onder nieuwe leiding van Anita Visker.

Dinsdag: 10.00 – 11.00 uur

Donderdag: 9.30 – 10.30 uur, 10.45 – 11.45 uur

Bewegen is enorm belangrijk voor lichaam en geest. Bewegen kun je alleen doen, maar samen is veel leuker (Anita).

Inhoud:

warming-up, bewegen van de gewrichten, versterken en rekken van de spieren, bewegen op muziek en aandacht voor de houding.

Doel:

Om zo lang mogelijk fit, soepel en sterk te blijven.

Kosten

€ 3,30 per les (kopje koffie inbegrepen).
Vooruitbetaling per periode (september t/m december en januari t/m juni). U betaalt vanaf

de les waarop u begint. Het lesgeld kan in twee termijnen worden betaald. Korting voor houders Stadspas.

Bestemd voor vijftigplussers, zowel mannen als vrouwen.

U kunt eerst een proefles volgen.

Info en opgave bij:

Liesbeth Visser

T: 541 1951

E: lmvisser5@home.nl



Hunzeborgh in beweging! Fitness 50-plus

Op woensdag 27 juni hebben we met een gezellige High Tea (zie foto's) afscheid genomen van Bea Fokkema, die gedurende 6 jaar een geweldige invulling heeft gegeven aan de lessen Fitness 50-plus. Gelukkig zijn we erin geslaagd een opvolgster voor haar te vinden onder de kandidaten die een proefles hebben gegeven. Onze nieuwe docente Anita Visker stelt zich voor onder het motto:

Leven is bewegen

"Ik heb samen met mijn man een Praktijk voor Fysiotherapie in De Hunze. Omdat onze drie kinderen inmiddels behoorlijk zelfstandig zijn, ben ik nu in de gelegenheid om naast deze werkzaamheden in de praktijk mijn aandacht op iets anders te richten.

Na de HBO opleiding fysiotherapie (1993) heb ik diverse specialisaties gedaan, ook op het gebied van beweging/functionele training voor ouderen. Al een aantal jaren geef ik fitlessen in groepsverband. Mijn interesse ligt vooral bij de groepslessen, heel leuk om te doen, daar krijg ik zelf ook veel energie van.

Ik heb kennis gemaakt met de Fitness 50-plus groepen in de Hunzeborgh. Er heerst een gezellige en sportieve sfeer. Ik heb er veel zin in om 4 september te beginnen."

Zoals de voorzitter van de Hunzeborgh in het wijkblad van juli (nr.4) al schreef, waren een aantal deelnemers enthousiast over **de proefles van Karka Speelman. Deze les is anders opgezet dan de huidige lesmethode en ook geschikt voor de mensen die Fitness**



50-plus te pittig vinden. Karka omschrijft deze lessen (preventief aspect van de gezondheid) zelf als volgt:

Ontspannen bewegen

"Dit houdt in een verantwoorde manier van bewegen, voor een ieder die geïnteresseerd is in het ontdekken van het moeiteloos bewegen. Het lichaam is een ingenieus bouwwerk. Vaak staan we hier niet bij stil. Soms pas op het moment dat het lichaam minder vanzelfsprekend beweegt, vraag je je af hoe dat bij anderen zo soepel lijkt te kunnen gaan. Meestal lopen mensen hier tegenaan als ze wat ouder zijn. De lessen bestaan uit een gevarieerd aanbod oefeningen: voor het versterken van buik- en bekkenbodemspieren, om de rug soepel te maken, het losmaken van de gewrichten.

Dit doen we op muziek, met aandacht en plezier en stilte, alleen en met elkaar. Achterliggende disciplines waarin ik mijn inspiratie vind: Mindfulness, Qi-gong, Yoga en Pilates, de Haptonomie en het Meer Bewegen voor Ouderen. Geschikt voor je als je open staat voor nieuwe ontdekkingen en je graag met je lichaam op goede voet wilt staan." Bij voldoende animo wordt hiervoor een aparte les op de vrijdagmorgen van 10.15 - 11.15 uur gegeven.

Naast de hierboven aangeboden lessen willen we inventariseren of er bij nog oudere wijkbewoners behoefte is aan een manier van bewegen. Mocht dat zo zijn, dan willen we het aanbod uitbreiden. Graag uw reactie.

Voor informatie/aanmelding/reactie:

Liesbeth Visser

T: 050 - 5411951

E: lmvisser5@home.nl



Bea bedankt!

advertentie

Nu of ooit

Gewichtscaching met oog voor kinderen

www.nuofooit.com

VOOR INDIVIDU

Blijvend een gezond gewicht

- Bewustere keuzes maken
- Inzicht in valkuilen en deze kunnen weerstaan
- Jezelf weten te motiveren
- Blijvende gedragsverandering
- Een stok achter de deur
- Nooit meer jojo-en

Nu of ooit gaat graag de uitdaging met je aan!

- Mogelijkheden tot consulten bij je thuis
- Afspraken mogelijk in de avonden en het weekend

Kijk op www.nuofooit.com voor de actie JOJO-NEE! en ontvang gratis het boek Het keuzedieet, Afvallen zonder moeite van het Voedingscentrum.

VOOR ORGANISATIES

Voorlichting en workshops

- Voor kinderen, ouders en pedagogisch medewerkers (geef) Het gezonde voorbeeld
- 'Misleidende verpakkingen' (leer etiketten lezen!)
- Peuter- en kleuteryoga

**Praktisch en interactief.
Gedrag is het sleutelwoord.
Bewustwording is het doel.**

Opdrachtgevers: Gemeenten, Centrum voor Jeugd en Gezin, kinderopvangorganisaties, buurtcentra, basisscholen en middelbaar onderwijs.

Andreas Koops 06-27318272 info@nuofooit.com

www.twitter.com/nuofooit




Aivlys

Dé Schoonheidsspecialist in de buurt!

De Klerkstraat 42, 9731 MN Groningen
tel: 06 41 22 98 90

www.aivlysdeschoonheidsspecialist.nl

Vaste activiteiten buurtcentrum Hunzeborgh 2012

Dag	Tijd	Activiteit	Contactpersoon
Maandag	19.00 - 21.30 uur	Yoga (2 groepen van 5 kwartier)	Monique van Heemskerck, T 06-12786972
Dinsdag	10.00 - 11.00 uur	Fitness 50-plus	Liesbeth Visser T 050-5411951
	14.00 - 15.00 uur	Wandelen	Liesbeth Visser T 050-5411951
	16.00 - 19.00 uur	Pianoles	Leonie Fresco T 050-5421463
	20.00 - 23.00 uur	Klaverjassen	Jolanda Ritsema - jolandaritsema@live.nl 16 okt. 11 dec. 2012 15 jan. 12 feb. 9 apr. 7 mei 4 juni en 2 juli 2013
	20.00 - 22.00 uur	Koor "Goed gestemd"	Christa Nagel: garritsen_nagel@planet.nl T 050-5411827 of 06-14901173 Iedere dinsdag uitgezonderd de klaverjasavonden. www.koor-goedgestemd.tk
Woensdag	10.15 - 12.15 uur	Schildercursus	Ninke Fennema T 06-16342831 10 lessen vanaf 5 september 2012
	16.00 - 18.30 uur	Pianoles	Leonie Fresco T 050-5421463
	19.30 - 20.30 uur	ZUMBA - Medium/gevorderd	Ewa Normann T 050-3186532 / 06-12602037 enormann@wanadoo.nl
	20.30 - 21.30 uur	ZUMBA - Beginners/medium	
	15.30 - 16.30 uur	Toneellessen voor kinderen 4 t/m 7 jaar	josienkragt@home.nl
Donderdag	9.30 - 10.30 uur *Wintertijd	Fitness 50-plus	Liesbeth Visser T 050-5411951
	10.45 - 11.45 uur	Fitness 50-plus	Liesbeth Visser T 050-5411951
	19.30 - 20.30 uur	ZUMBA	Ewa Normann - T 050-3186532 / 06-12602037 enormann@wanadoo.nl
	20.30 - 21.30 uur	Pilates	Ewa Normann - T 050-3186532 / 06-12602037
Vrijdag	8.45 - 9.45 uur	Ladies Gym	Lia Elsinga T 06-30503802 NOG ENKELE PLAATSEN VRIJ!
	16.15 - 17.30 uur	Jeugdschaakclub	Ronald van Nimwegen T 050-5414622 www.scdopaardensprong.nl
	15.00 - 16.00 uur	SC de Paardensprong	
	18.30 - 19.30 en 19.35 - 21.00 uur	schaakpupillen t/m 7 jaar Kinderdisco t/m 6 jaar Kinderdisco t/m 12 jaar 2 nov. 23 nov. 21 dec.	Ninke Fennema T 06-16342831
Zaterdag	14.00 - 15.30 uur	Kinderknutselmiddag	Werkgroep kinderactiviteiten Erna Spijkerman - a.spijkerman@noorderpoort.nl 15 sept. 13 okt. 10 nov. 8 dec.

In schoolvakanties is buurtcentrum Hunzeborgh gesloten, tenzij expliciet anders vermeld.

WINTERMARKT

Vrijdag 16 november 19.00 - 22.00 uur

Buurtcentrum Hunzeborgh
Beijumerweg 10a - 9731 EB Groningen - T 050-5499400

Verkrijgbaar bij

Uw **G&W** GezondheidsWinkel:

homeopathie | fytotherapie | vitamines | natuurlijke cosmetica
natuurlijke haarverf | kruiden | glutenvrije voeding | gezondheidsboeken
suikervrije producten | drogisterijartikelen



Flora,
westersingel 15-17, Groningen.
tel. 050 3127566

De Grutterij,
Verl. Hereweg 111a, Groningen
tel. 050 5267214

Aptroot,
gelkingestraat 32, Groningen
tel. 050 3128771

S.I.T. Sanitair Installatie Techniek

Ontwerpen / renovatie badkamers
Loodgieters en CV werkzaamheden
Keukeninstallaties

Bel voor informatie, of maak een afspraak voor een vrijblijvende offerte
Adres Bakemastraat1, 9731 LZ Groningen
Telefoon 050-5712041 / 0616670023,
Internet www.sit-kuijer.nl Email info@sit-kuijer.nl

Spaak

assurantien

*Advies op het
gebied van
verzekeringen,
beleggingen,
pensioenen,
hypotheken etc.*

Het adres voor uw advies:

Spaak assurantien

Korteweg 4B
0715 AD Groningen

Tel/fax	050 - 571 80 07
	050 - 541 67 65
Mobiel	06 - 51 34 73 12
Fax	050 - 571 51 45
E-mail	spaak013@planet.nl