



Jaargang 15 nummer 5 2024

POSOTief





notarissen

Veldkamp
Elzinga
Koster

Meint Veningastraat 121
9601 KE Hoogezand

Postbus 31
9600 AA Hoogezand

T 0598- 39 98 80
F 0598- 39 19 56

Even op adem komen!

Onlangs kreeg ik twee berichten van zeer goede kennissen, die naar de mens gesproken, hun einde zien naderen, ondanks alle medische inspanningen. Opgeteld daarbij diegene die ik ken met dezelfde ziekte, word ik extra geconfronteerd met de eindigheid van het leven. De berichten moest ik eerst verwerken, voordat ik de “draad” weer kon oppakken.

De seizoensgebonden activiteiten, fietsen, scootmobieltochten, wandelen en klootschieten zijn nu beëindigd. In het nieuwe jaar 2025 hopen wij de activiteiten voort te zetten.

Voor nu wil ik alle begeleidende vrijwilligers, de mensen van de EHBO, Medipoint en Welzorg hartelijk bedanken voor hun inzet. Ook dank aan de baliemedewerkers van Kwartier Zorg & Welzijn voor het vele kopieerwerk dat zij voor ons hebben gedaan.

Toch zijn alle activiteiten nog niet beëindigd. Noteer alvast de volgende data in uw agenda. Op woensdag 16 oktober kunt u uw verkeerskennis bijspijkeren en op woensdag 30 oktober is er de Paddenstoelentocht voor jong & oud. Dus jongelui, neem vader, moeder, opa en oma mee. Meer informatie hierover in deze POSOtief.

Ik wens u allen een heel fijne nazomer en wellicht komen wij elkaar op woensdag 16 en/of 30 oktober a.s. weer tegen. Voor meer verhalen, die de moeite van het lezen meer dan waard zijn, blader gerust verder.

Hartelijke groet,

Meint Dekker,

voorzitter.



Wereld Alzheimer dag

Midden-Groningen

Op zaterdag 21 september is het Wereld Alzheimer Dag. Hét moment om extra aandacht te vragen voor de ziekte van Alzheimer en alle andere vormen van dementie. Het thema is 'Samen in beweging'. Bewegen geeft plezier, minder stress en is gezond voor het brein. Wij hopen veel mensen met dementie en hun naasten in beweging te brengen. Zien we jou ook? Ook in Midden-Groningen is er volop aandacht voor Wereld Alzheimer Dag. Steeds meer ouderen krijgen te maken met dementie, ook in onze gemeente. Op onderstaande locaties worden van 13.00 tot 16.00u diverse activiteiten georganiseerd. De toegang is gratis

* **Hoogezand**

Stichting Ontmoetingscentrum Woldwijck

Wijkcentrum Het Punt

Huis van Cultuur en Bestuur

* **Westerbroek**

Stichting dorps huis Westerbroek

Aalmanshuus

* **Noordbroek**

MFC De Noordsuythoeve

* **Muntendam**

MAC maatschappelijk Activiteiten centrum

* **Slochteren**

MFC Houtstek



Meedoen met dementie in Midden-Groningen: werk in uitvoering

Uit het in 2022 afgeronde onderzoek "Meedoen met Dementie in Midden-Groningen" blijkt dat in Midden-Groningen onvoldoende aanbod van dagactiviteiten voor mensen met dementie is. Bovendien is het bestaande aanbod van dagactiviteiten en zorg onvoldoende bekend bij mensen met dementie én komen mensen met dementie pas lange tijd na hun diagnose in beeld bij ketenpartners van dementie.

Het doel van dit project is het ontwikkelen van een groter aanbod van dagactiviteiten voor mensen met dementie, onder andere in samenwerking met lokale (sport)verenigingen. Door het aanbod breder te communiceren zal het aanbod ook bekender moeten worden bij de doelgroep.

Het project zal actief samenwerken met lokale gemeenschappen/ betrokkenen om draagvlak te creëren en te behouden voor de dagactiviteiten. Dit wordt bereikt door regelmatige communicatie, participatieve besluitvorming en het betrekken van lokale organisaties en initiatieven bij de ontwikkeling en uitvoering.



Overdracht duofiets aan Lijwiekstee

POSO heeft al jaren een elektrische duofiets die belangstellenden voor een dag(deel) kunnen huren. De fiets staat gestald bij Siena en Hans Ottens en zij zorgen ook voor de uitleen. Echter, de laatste tijd is de interesse voor de fiets verminderd en heeft het bestuur van POSO besloten deze over te dragen aan de Lijwiekstee, een zorgboerderij in Noordbroek. Deze overdracht heeft plaats gevonden op 30 juli. Met het mooie zomerweer zijn Siena en Hans naar de Lijwiekstee gefietst om de duofiets te overhandigen aan Marloes Fokkens, medewerker van de Lijwiekstee. De fiets is daar goed op z'n plaats en wordt zeker regelmatig gebruikt door de bewoners. In overleg met de Lijwiekstee kunnen ook andere belangstellenden nog steeds gebruik maken van de duofiets.

Contactgegevens: **de Lijwiekstee**, Hoofdstraat 98, 9635 AX Noordbroek, **telefoon: [0598-45 23 33](tel:0598452333)**



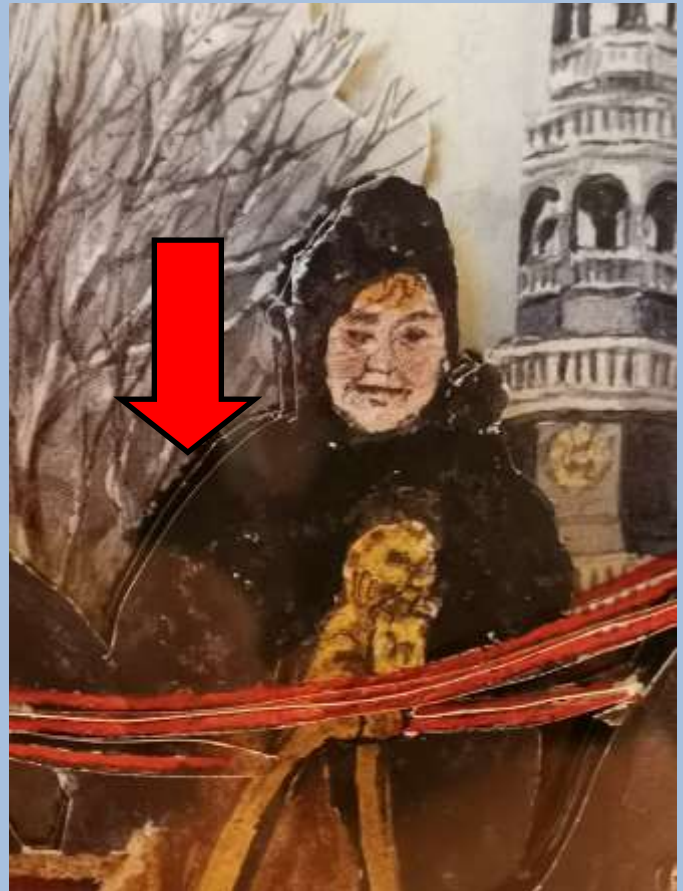
Kalenders als basis voor creatieve hobby

Een van zijn eerste projectjes was de geboortekaart van zijn kleindochter. Daarna groeide de hobby verder en nu draait hij zijn hand niet meer om voor een groot project. De 82-jarige Bertus van der Velde uit Kolham maakte bij toeval kennis met zijn hobby. „Ik werkte vroeger in het ziekenhuis en zag dat een van de patiënten een portret maakte met meerdere lagen. Ik vond dat erg boeiend en was al snel verknocht. Het geeft me rust en ik vind het mooi.”

Van der Velde knipt en plakt plaatjes met zes verdiepingen. „Het zijn geen schilderijen en het is ook geen 3d. In de zomer ben ik op zoek naar kalenders met mooie plaatjes van bijvoorbeeld Anton Pieck. Dan koop ik er gelijk zes en vervolgens ga ik ermee aan de slag. De eerste laag is een complete foto, daarna gaat er steeds iets af tot ik een enkele afbeelding overhoud.”

Om het kunstwerkje compleet te maken gaat het vervolgens achter glas. „Ook de lijstjes maak ik zelf. Ik denk dat ik wel tegen de vijftig werkjes zit. Ze hangen op veel plaatsen in ons huis.” Naast de grote foto's maakt de Kolhamster ook miniatuurtjes en vogelhuisjes. „Een van de vogelhuisjes is een mussenflat met ruimte voor zes paartjes. Er komt echter geen mus. Ik weet niet hoe dat komt maar dat komt zeker goed.”

Echtgenote Tinie is ook best creatief ingesteld. Zij doet veel met mozaïekinlegwerk. „Het komt dan vaak voor dat we allebei aan de slag zijn. Dat is lekker rustig en ik ben blij dat Bertus dit doet. Het heeft hem in elk geval uit de kroeg gehouden,” lacht ze.



Hier zijn de lagen goed zichtbaar!



Uw mogelijkheden staan centraal, wij geloven in de kracht van mensen zelf!

zaVie is dé belangenbehartiger van, door en voor iedereen die in de provincie Groningen zorg, aandacht en ondersteuning nodig heeft: mensen met een lichamelijke, verstandelijke of psychische beperking (en/of verslavingsproblematiek), chronisch zieken, senioren en hun familieleden/mantelzorgers. Wij willen voor hen een betere maatschappelijke positie en kwaliteit van leven.

Ons doel

Een samenleving waarin:

- ♥ iedereen de zorg en ondersteuning krijgt die nodig is;
- ♥ iedereen ertoe doet en gelijkwaardig mee kan doen;
- ♥ ieders talent wordt gezien, gehoord en ingezet.



Onze activiteiten

- ♥ Voorlichting: we organiseren bijeenkomsten over diverse onderwerpen zoals stigma en toegankelijkheid.
- ♥ Signalering: wij luisteren naar ervaringen, signaleren knelpunten en gaan op zoek naar oplossingen.
- ♥ Netwerkvorming: we werken aan een netwerk met én voor de achterban.

Doe mee!

Vrijwilligers doen het werk bij zaVie, zij maken het verschil! Zij kunnen bij ons hun eigen kracht (her)ontdekken, zichzelf ontwikkelen, ervaringen delen, deze bundelen en inzetten voor betere zorg en ondersteuning in onze provincie. Wilt u hier ook aan bijdragen? Bel of mail ons. U bent van harte welkom!



Contactgegevens

Leonard Sprengerlaan 13
4e verdieping
050 5713999
Bgg 06 174 174 58
Www.zavie.nl
info@zavie.nl

Ben je door omstandigheden even uit balans?

Voel je dat je blijheid verdwenen is? Je wilt graag dat dit weer anders wordt, maar je weet even niet hoe je dat voor elkaar kunt krijgen?

Grip & Glans is een cursus die je daarbij kan helpen.

- * Niet door diepgaande therapie of moeilijke gesprekken.
- * Nee! Simpelweg door praktisch aan het werk te gaan met dingen die jouw leven meer glans kunnen geven.
- * Haalbare stappen maken, elkaar ontmoeten, nieuwe mensen leren kennen, je nuttig voelen.
- * De cursus bestaat uit 6-wekelijkse bijeenkomsten van ca. 2 uur en na 3 maanden een terugkombijeenkomst.
- * De kosten bedragen 25 euro per persoon voor de hele cursus, inclusief lesmateriaal en consumptie.
- * Is deze cursus iets voor jou?

Meld je dan aan via: info@kwartierzorgenwelzijn.nl of bel naar: 06-52520067/ 0598-364900

(Mochten de kosten een probleem zijn, schroom dan niet om dit aan te geven, want hiervoor zijn diverse regelingen mogelijk)



Stichting POSO



Plaatselijk Overleg Samenwerkende Ouderenorganisaties



■ Hotel Restaurant



"Al het fijne onder één dak"



Overnachten ♦ Vergaderen

Lunchen ♦ Dineren ♦ Borrelen Feesten ♦ Bruiloften en
meer..

www.hotelfaber.nl

Contact

Onze redactie ontvangt graag artikelen voor POSOtief en de website. Heeft u een verhaaltje, leuke foto of gedichtje ?

Mail dan naar:

info@poso-middengroningen.nl

Paddenstoelentocht in de herfstvakantie

POSO organiseert onder leiding van Jan Menzinga een paddenstoelentocht voor jong en oud op woensdag 30 oktober 2024. We beginnen om 13:00 uur met een diapresentatie in het Woldwijckcentrum. Na de presentatie gaan we naar het natuurgebied Meerwijck om paddenstoelen te zoeken. Eigen vervoer van en naar het Woldwijckcentrum wordt op prijs gesteld.

Vooraf aanmelden bij Meint Dekker, mail voorzitter@poso-middengroningen.nl of tel. 06 44 96 98 38.



Zomerpaddenstoelenpuzzel



Ook dit jaar in POSOtief een puzzel!

Hoeveel paddenstoelen ziet u in deze POSOtief.

Tel ze en stuur uw antwoord naar paddenstoelen@dig050.nl en maak kans op een appeltaart!

Uiterste datum voor het inzenden is 30 september.



In Memoriam

Wij ontvingen het bericht dat op 17 juli jl. mevrouw H. Wildeveld-Tuizenga is overleden. Zij was jarenlang Vriend van POSO, waarvoor wij haar zeer erkentelijk zijn. Wij wensen haar nabestaanden veel sterkte met de verwerking van dit verlies.

Deelnemers gezocht voor Klootschieten

Met veelal dezelfde samenstelling als voorgaande jaren hebben wij twee wedstrijden achter de rug. Het blijft ook bij deze twee. Je merkt het aan de deelnemers, ze zijn geoefend! Het parcours wordt sneller gedaan. Records worden verbroken. Maar de acht deelnemers (verdeeld over twee teams) zoeken meer spelers!

Door het Gorechtspark schieten is een belevenis op zich. Prachtig door de natuur de klootballen laten rollen. Het team dat het minste aantal worpen op het parcours nodig heeft, heeft gewonnen. Veelal blijkt aan de finish dat de verliezende partij maar twee worpen meer heeft moeten gooien.

Wat is Klootschieten of kogelwerpen?

Het is een werpsport waarbij deelnemers, veelal opgedeeld in twee teams, proberen een met lood verzwaarde kogel (de *kloot*) onderhands zo ver mogelijk te werpen. In Nederland wordt dit volksspel vooral in Overijssel, Drenthe en de Achterhoek beoefend als georganiseerde sport. In de geschiedschrijving over Scheveningen wordt aangegeven dat in deze kustplaats in de 17e en 18e eeuw dit spel ook werd beoefend. (Uit Wikipedia)

Speelt u in 2025 mee?! Dan met meer dan twee wedstrijden en spelers?!

Droge en natte Fietstochten

Op het moment van dit schrijven moet de laatste fietstocht van 2024 nog beginnen.

Dinsdag 13 augustus is het thema: Veenkoloniale lintdorpen. Als u dit leest is deze fietstocht al gereden. Zoals gebruikelijk is het weer in Nederland onvoorspelbaar. De fietstochten van 16 en 30 juli 2024 kenmerkten zich door twee verschillende weersomstandigheden. Op 16 juli werd met een heerlijk zonnetje gestart. De eerst vertrekende groep, die even na 1 uur vertrok, heeft het zonnig en droog weten te houden. De groep die tegen half twee die middag vertrok heeft het drie kwart van de tocht droog gehouden. Maar werd verrast door een geweldige regenbui waardoor men tot op de huid nat werd. Wij hebben op eigen verzoek de route ingekort, waardoor men de nieuwe buitenwijk van Groningen, Meerstad, niet heeft kunnen bezoeken. Maar in Hoogezand weer aangekomen was de kleding droog!

Tijdens de andere tocht scheen de zon volop en was het aan de warme kant. Gelukkig was de route voor 90% bosrijk. Vanwege het zonnige zomerweer duurde de overtocht met het pontje, richting Zuidlaren, langer dan verwacht. Maar met zulk weer en zo'n route is het heerlijk fietsen en speelt de tijd geen rol. Het echtpaar Slofstra zeggen wij hartelijk dank voor de prachtig uitgezette fietstochten. Je komt daardoor op plaatsen waar je nog nooit geweest bent.

Toch zijn bij de beide fietstochten belangrijke opmerkingen te plaatsen!

De weersomstandigheden die voorspeld worden brengen sommigen ertoe zich niet af te melden. Is dat erg en vervelend. Ja! Waarom? Het echtpaar Slofstra geeft van tevoren het aantal deelnemers op bij de pauze locatie. Maar daar aangekomen zijn er soms tot 20 deelnemers minder. Dus blijft de restauranteigenaar zitten met twintig koppen koffie en gebak. Gelukkig wordt dat, voor zover ik weet, niet doorberekend.

Het bestuur beraadt zich daarom op het volgende. Bij inschrijving moet de eigen bijdrage gestort worden op de bankrekening van de POSO. Alleen als de bijdrage op de rekening staat kan er gefietst worden. Alleen zo kunnen wij aan de restauranthouders het juiste aantal doorgeven. Begin 2025 leest u of het bestuur dit werkelijk heeft besloten.



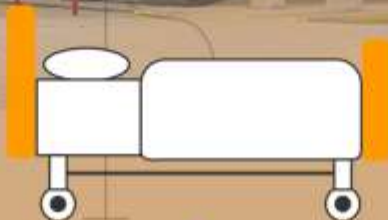
Valpreventie

MEDISCH CENTRUM
HOOGEZAND-SAPPEMEER



105.000

Behandelingen op de spoedeisende hulp



80.200

Ernstig letsel



5.209

Overleden

Bent u bezorgd om te vallen? Heeft u moeite met bewegen, lopen of balans houden? Maak dan een afspraak met de fysiotherapeut voor een **gratis** valrisicotest.

Valpreventie programma (wordt vergoed): Trainen voor betere spierkracht, bewustzijn, coördinatie en balans.

Meer informatie?



Van Kasteel Fysiotherapie

Medisch Centrum Hoogezand-Sappemeer
Erasmusweg 139, 9602 AD, Hoogezand

info@vankasteel.nl
Tel: 0598-397452

In de zomer is er weer van alles te doen in onze gemeente. Veel mensen genieten van het mooie weer rond het Zuidlaardermeer en het Schildmeer. Maar ook andere plekken waar gezwommen en van de watersporten genoten kan worden zijn in trek. En de natuur trekt veel bekijks. Elke dag fietsers en wandelaars die ook bij mij voor de deur langskomen om te genieten van bijvoorbeeld 't Roegwold. De jaarlijks terugkerende fietstocht door dit gebied had ook dit jaar een groot aantal deelnemers en, niet minder belangrijk, ook mooi weer. Het helpt dat fanatieke vogelaars op hun sociale media verslag doen van al het moois dat er te zien is in dit prachtige natuurgebied. Zelf houd ik ook wel van een wandeling door dit gebied en dan hoor je ook de vogels waar men over spreekt, zoals de roerdomp in de buurt van Woudbloem. Een heel specifiek geluid. Eind augustus en begin september zijn er ook weer een aantal sportieve evenementen in Midden-Groningen. De ruigste run bijvoorbeeld, maar ook het Slochterwold speктоakel.

Zelf heb ik een iets andere uitdaging deze zomer. Dat heeft meer te maken met het veranderende weer. Meestal waait het wat harder in het voor- en najaar. Dan waait het dode hout uit de bomen, waar op dat moment nog niet of niet meer blad aan zit. Maar als het in de zomer hard waait, terwijl de bomen vol in blad staan, dan komt niet alleen het dode hout naar beneden, maar veel meer. Dat hadden wij ook vlak naast ons huis. Een hoge wat oudere Canadese populier, waar een aantal grote takken waren uitgebroken, die net naast het huis in de tuin waren beland. We vertrouwden deze boom niet meer en wilden er wel vanaf. Kan dat zomaar? Als de boom op jouw grond staat, check bij gemeente, en hij staat niet op de lijst van monumentale bomen, dubbel check, dan mag dat inderdaad. Nu nog iemand vinden die het aandurft deze boom daadwerkelijk te kappen. Dat is gelukt en nu ligt er een hoop hout wat verwerkt moet worden tot hardhout. Een hele vakantie hakken en zagen zodat er over twee jaar weer droog hout voor de houtkachel beschikbaar is. Maar tussendoor ook even genieten van de vrije dagen met een goed boek en een lekker glas wijn.

Evert Offereins



*Bericht van
de wethouder*

Zomer



POSOTief

Hoe krijgt u weer grip op uw leven?

Of
zoekt u
hulp voor
iemand
anders?

Wij helpen bij

**Curatele
Bewindvoering
Mentorschap**



**WEER GRIP
OP JOUW
LEVEN**



Wij denken graag met u mee

Meer informatie op onze website www.masis.nl of maak
direct een afspraak via 0598 382 366 / info@masis.nl

Meer leren over geld en hoe je kunt sparen? Volg dan de gratis budgetcursus in oktober!

Vind je het lastig om je administratie op orde te houden? Wil je handige tips krijgen over hoe je kunt (be)sparen? Meld je dan aan voor de gratis budgetcursus in oktober! Vorige deelnemers vonden de budgetcursus een succes. Zij vonden het informatief, duidelijk en waren blij met de tips.

Wat ga je leren?

In drie bijeenkomsten leren onze budgetcoaches van Kredietbank Midden-Groningen je:

hoe je je administratie op orde kan maken en houden;

wat inkomsten en uitgaven zijn;

werken met een kasboek;

waar je recht op hebt;

sparen en besparen.



Wanneer is de budgetcursus?

Deze bijeenkomsten worden gegeven op de volgende momenten in Wijkcentrum het Punt (Beetslaan 10, 9602 AX, Hoogezand):

Maandag 14 oktober van 9.00 uur tot 11.30 uur

Maandag 21 oktober van 9.00 uur tot 11.30 uur

Maandag 28 oktober van 9.00 uur tot 11.30 uur.

Hoe kun je je aanmelden?

Je kunt je opgeven voor de gratis budgetcursus door te mailen naar

budgetcoaching@midden-groningen.nl. Heb je eerst nog vragen? Ook dan kun je altijd naar ons mailen of bellen naar 0598 – 37 37 99.

Kookt u,
of koken wij
vandaag?



Van
Smaak

Eet smakelijk!

- ✓ Dieetmaaltijden
- ✓ Gemalen en vloeibare maaltijden
- ✓ Bezorging aan huis
- ✓ Geen abonnement
- ✓ Altijd een vertrouwd gezicht
- ✓ Uw eigen maaltijd samenstellen

WARME MAALTIJDEN - KOELVERSE MAALTIJDEN - DIEPVRIESMAALTIJDEN

info@vansmaak.nl | www.vansmaak.nl | t 088 511 5400

Vraag het aan Ronald van DIG050

Hallo Ronald,

Ik vond laatst een usb stick waar foto's op stonden. Ik ben hem zeker een aantal jaren kwijt geweest. De foto's die er op zouden moeten staan waren echter weg. Verdwenen. Dat was flink balen. Hoe zit dat met USB sticks? Ik dacht dat die jaren goed zouden blijven.

Groetjes van Erik

Dag Erik

De meeste usb sticks gaan 10 tot 30 jaar mee. Maar de data die erop staat kan na verloop van tijd vervagen. Het hangt er een beetje vanaf wat de kwaliteit is en hoe de stick bewaard wordt. De beste manier om data op een usb stick te bewaren voor lange termijn is, eens in de 2 jaar de foto's er af te halen en dan er weer opzetten. Jammer van je foto's.

Groeten van Ronald



Ronald is de digitale probleemoplosser van DIG050. Geen vraag is te moeilijk voor hem! Heeft u een vraag voor Ronald?

Stuur het naar: info@dig050.nl of kom eens langs aan de Hoofdstraat 48 in Hoogezand.

Wij helpen u bij bijna al uw digitale vragen!

Hoofdstraat 48 in Hoogezand (waar vroeger Certe zat)

Van maandag tot en met donderdag van 09.30 tot 15.30u!



POSOTief

Oplossing voor veel vragen bij Sociale Teams

Bij het ouder worden kunnen er vragen of problemen ontstaan op het gebied van wonen, welzijn, zorg en financiën. Veel ouderen weten de weg niet naar voorzieningen of kunnen geen oplossingen vinden voor ontstane problemen. Ook hebben ouderen niet altijd de beschikking over hulp uit hun eigen omgeving (mantelzorgers). De Sociale Teams kunnen in dergelijke gevallen een vraagbaak zijn, hulp bieden en u ondersteunen bij het maken van keuzes.

Sociaal Team West

Werkgebied: Spoorstraat-Kieldiep - Burg. Van Royenstraat - Noorderpark – Westerpark –Beukemabuurt
Oosterpark - Martenshoek - Stadshart Noord - Foxhol - Waterhuizen – Westerbroek

Adres: Erasmusweg 147, 9602 AD Hoogezand

E-mail: sociaalteamwest@midden-groningen.nl

Sociaal Team Zuid

Werkgebied: Gorecht – Woldwijk – Kropswolde - Kie-Windeweer - Dreven – Stadshart zuid -
Kalkwijk – Zuiderpark – Vosholen West

Adres: Melkweg 145, 9602 JE Hoogezand

E-mail: sociaalteamzuid@midden-groningen.nl

Sociaal Team Oost

Werkgebied: Boswijk – Vosholen Oost – Sappemeer Oost - Borgercompagnie – Tripscompagnie -
Muntendam – Meeden – Zuidbroek - Noordbroek

Adres: Troelstralaan 8, 9649 HN Muntendam

E-mail: sociaalteamoost@midden-groningen.nl

Sociaal Team Noord

Werkgebied: Margrietpark – Sappemeer Noord - Compagniesterpark - Kolham – Scharmer- Harkstede
Woudbloem – Lageland- Luddeweer - Froombosch - Siddeburen -Slochteren -Schildwolde – Hellum –
Overschild - Steendam – Tjuchem

Adres: Hoofdweg 1-11, 9621 AL Slochteren (voormalig RABO-bank gebouw/Bibliotheek).

E-mail: sociaalteamnoord@midden-groningen.nl



Fysiotherapie Hoogezand is een brede fysiotherapiepraktijk. Naast algemene fysiotherapie beschikken wij over verschillende specialisaties zoals:

- Manuele therapie
- Bekkenterapie
- Incontinentietherapie
- Psychosomatische fysiotherapie
- Geriatrische therapie
- Oedeemtherapie
- Kinderfysiotherapie
- Shockwave therapie
- Hydrotherapie
- Thuiszorgfysiotherapie
- Redcord therapie
- MSU echografist



Wilt u wat aan uw conditie doen dan kunt u onder begeleiding van een fysiotherapeut trainen in een van onze moderne oefenzalen in het Gezondheidscentrum de Pleiaden, Wega 4 te Hoogezand of Sappemeer Medisch Centrum, Noorderstraat 151c te Sappemeer.

Fysiotherapie Hoogezand
Tel: 0598-324040
Email: info@fysiotherapie-hoogezand.nl
Website: www.fysiotherapie-hoogezand.nl



SAMEN SPAREN WERKT!

Wil je meer grip op je geld? Heb je moeite met sparen?
En vind je het leuk om regelmatig met mensen samen te komen?
Dan is een spaarkring iets voor jou!

'Onze spaarkring is een hechte groep. We steunen elkaar en wisselen tips uit om geld te besparen.'

'In het begin dacht ik dat ik niet zou kunnen sparen. Maar later merkte ik dat je wel een manier vindt om iets te sparen, al is het maar heel weinig.'

'Ik voel me trots op mezelf dat ik spaar, en ik ga nu ook bewuster met mijn uitgaven om.'



Meedoen?

Neem contact op met:
Kwartier Zorg & Welzijn
Mail: info@kwartierzorgenwelzijn.nl
Tel: 0598-364 900

Stichting
cash2grow

Meer weten?

www.cash2grow.nl/lid

Spaarkringen in Midden-Groningen worden mede mogelijk gemaakt door Nationaal Programma Groningen

**nationaal programma
groningen**

Wat is een spaarkring?

Je spaart in een groep en motiveert elkaar om je spaardoel te behalen. Sparen kan met een klein bedrag, bijvoorbeeld € 1,- per keer. Het geld dat je spaart blijft altijd van jezelf. Naast het sparen deel je tips, trucs en ervaringen om slimmer met geld om te gaan. Je bent daarbij niet verplicht iets over je persoonlijke situatie te delen. Sparen in een spaarkring is vaak één en al gezelligheid!

Wat heb je aan een spaarkring?

- Grip op je geldzaken
- Je leert nieuwe mensen kennen
- Steuntje in de rug om te sparen
- Gezelligheid en inspiratie
- Delen van tips, trucs en ervaringen

Meer weten en meedoen?

www.cash2grow.nl/lid

Stichting
cash2grow



Wil je meer weten over Cash2Grow en spaarkringen, samenwerken of spaarkringbegeleider worden? Kijk op www.cash2grow.nl en neem contact met ons op.

Stichting Cash2Grow promoot spaarkringen voor mensen met een krappe beurs zodat ze sociaal en financieel weerbaarder worden. We ontwikkelen trainingmateriaal, leiden begeleiders op en starten spaarkringen.





ZINN

Ik kan me zelfstandig redden dankzij de ondersteuning van ZINN Gezondheidszorg.

De fysio- en ergotherapeuten, logopedisten, diëtisten en psychologen van ZINN Gezondheidszorg behandelen ook aan huis. De ervaren behandelaars begeleiden bij revalidatie, werken aan vitaliteit en bieden ouderen ondersteuning om zich thuis zo lang mogelijk zelfstandig te kunnen redden.

zinngesondheidszorg.nl | 050 585 2000

De POSO organiseert in samenwerking met de Stichting Bevordering Verkeerseducatie (SVB)

Opfriscursus verkeerstheorie

Op **woensdag 16 oktober 2023** kunt U uw kennis over de verkeersregels “bijspijkeren”.

Deelnemers krijgen een educatieve voorstelling van vooral de nieuwe verkeersregels en de bijzondere verkeersborden die er de laatste jaren allemaal bij gekomen zijn. U hoeft niet bang te zijn dat uw rijbewijs niet verlengd wordt als u de theorie niet meer paraat hebt.

De voorlichting vindt plaats in

Het Wijkcentrum De Kern
Rembrandtlaan 72-A
9601 XD Hoogezand

Aanvang: 14.00 uur (Inloop vanaf 13:30 uur)

Einde: 16:30 uur

Dus kom gerust en laat u verrassen wat u wel nog weet.

Koffie, thee en koek zijn GRATIS.





Hallo **JUMBO** *Hoogezand en Sappemeer*

OOK DEZE UITGAVE IS WEER MEDE

MOGELIJK

GEMAAKT DANKZIJ ONDERSTAANDE ADVERTEERDERS

Fysiotherapie Hoogezand

Gem MG Schuldhulpverlening

Hotel Restaurant Faber

Jumbo Sappemeer

Kielzog Theater Kunstencentrum

Kwartier Zorg en Welzijn

Masis

Reensche Compagnie

Specsavers Hoogezand

Uitvaartzorg Brouwer

Van Kasteel

Van Smaak (Ingrid Buursma)

Veldkamp & Elzinga Notarissen

ZINN

ZaVie



Afvalkalender op papier? Kom even langs bij DIG050 en daar printen ze de kalender voor u uit!

Hoofdstraat 48 in Hoogezand

We zijn verheugd om aan te kondigen dat de **POSO** de 12^e Lifestylebeurs organiseert op 16 november 2024. Zet deze datum in je agenda, want het belooft een inspirerende middag te worden vol informatie, ideeën en gezelligheid. Ons doel met de beurs is om senioren te informeren over diverse thema's die te maken hebben met ouder worden, bijvoorbeeld: ontspanning, fit blijven, preventie, cultuur en wonen. Het merendeel van onze standhouders zijn maatschappelijke organisaties die actief zijn in de regio, zoals woningstichtingen, zorginstellingen, culturele instellingen en hobbyclubs. Daarnaast zijn er commerciële organisaties die producten en diensten aanbieden die passen bij de doelgroep en doelstelling, zoals digitale hulpmiddelen om langer thuis te kunnen wonen. Heb je zelf nog ideeën of heb je vorig jaar een organisatie gemist op de beursvloer laat het ons dan weten: secretariaatlifestylebeurs@hotmail.com



We hopen op je aanwezigheid!
POSO Lifestylebeurs voor Senioren
16 november 2024
Van 13.00 tot 17.00 uur
Locatie de Kalkwijk in Hoogezand

POSO 
LIFESTYLE-BEURS



2023

POSOTief



Persoonlijke
uitvaartzorg naar
wens en budget,
ongeacht
waar verzekerd.

Neem gerust contact met ons
op voor een informatief en
of vrijblijvend adviesgesprek.

Bij een melding van
overlijden kunt u **24/7**
bellen naar: **0598 399036**

UITVAARTZORG BROUWER

*Parklaan 8
9601 AN Hoogezand*

*info@uitvaartzorg-brouwer.nl
www.uitvaartzorg-brouwer.nl*

POSotief

POSO viscompetitie 2024 georganiseerd door de Hengelclub Foxhol

Ook in 2024 organiseerde de Hengelclub Foxhol weer de traditionele POSO- viscompetitie voor ouderen in de gemeente Midden-Groningen. Al meer dan 40 jaar één van de populairste onderdelen van de zomeractiviteiten en al meer dan 10 jaar georganiseerd door de Hengelclub Foxhol.

Ondanks het slechte weer tijdens de tweede wedstrijd was de opkomst weer als vanouds. Met een gemiddelde van 30 dames en heren was de stemming weer opperbest aan de boorden van het Gorechtpark. Ook dit jaar werd er weer op het scherp van de snede gestreden om de ereprijzen, maar zoals gewoonlijk stond de gezelligheid voorop.

De eerste wedstrijd is gewonnen door A. Douma met 76 vissen en 2540 gram, R. Westra is tweede geworden met 31 vissen en 2930 gram, met een zeelt van 1770 gram, G. v. Lune is op de derde plaats is geëindigd met 42 vissen en 1280 gram. De winnaar van de tweede wedstrijd was G. Scheppers met 76 vissen en 2280 gram, op de tweede plaats eindigde A. Douma met 44 vissen en 1800 gram en de derde plaats was voor R. Westra met 38 vissen en 1200 gram, K. Huizenga ving een brasem van 2170 gram. De eerste plaats bij de derde wedstrijd was wederom voor A. Douma met 51 vissen en 3070 gram en een brasem van 1750 gram, de tweede plaats was voor J.P. Laning met 33 vissen en 2300 gram en de derde plaats was voor mevrouw Scherpenhuizen met 6 vissen en 3570 gram, waaronder een brasem van 1990 gram, K. Huizenga ving wederom een brasem, nu met een gewicht van 1960 gram. De laatste wedstrijd werd gewonnen door G. Velthuis met 60 vissen en 2300 gram, met als tweede G. Scheppers met 52 vissen en 1700 gram, de derde plaats was voor G. v. Lune met 33 vissen en 1140 gram. Algemeen kampioen van de POSO-viscompetitie 2024 is uiteindelijk geworden, A. Douma, de tweede plaats was voor G. Scheppers en de derde plaats was voor R. Westra. Bijzonder is verder nog dat Jan Tromp over alle wedstrijden 2 x beet heeft gehad, maar hij geeft de moed niet op.

Evenals vorig jaar werd het seizoen afgesloten met een hapje en een drankje, wat wederom zeer gewaardeerd werd door de deelnemers. Met voor iedereen een zelfde prijs werd de competitie afgesloten en werd er al weer uitgezien naar 2025, wanneer de POSO weder-

Totaaluitslag POSO viscompetitie 2024

1. A. Douma	9. mevr. Scherpenhuizen	17. S. Roukerma	25. R. Eggens
2. G. Scheppers	10. F. Niezen	18. J. Vinckers	26. F. Borghuis
3. R. Westra	11. E. Nieboer	19. mevr. Smit	27. J. Harms
4. J.P. Laning	12. K. Huizenga	20. F. Slagter	28. E. Luiken
5. G. van Lune	13. K. Korf	21. M. van Emmerik	29. mevr. Eggens
6. C. van Leeuwen	14. D. v. Wijk	22. S. Plezier	30. P. Buiten
7. H. Brugge	15. H. Imbos	23. W. Kleef	31. F. Kamminga
8. G. Velthuis	16. H. Soerjaman	24. mevr. Huizenga	32. J. Tromp

Een uitstapje naar vroeger

Vindt u het leuk eens een dierbare plek te bezoeken?

Een plek waar u speciale herinneringen aan heeft?

Bijvoorbeeld:

Het dorp waarin u bent opgegroeid.

De plek waar u uw geliefde tegenkwam.

Het gebied waar u vroeger veel wandelde of fietste.

Het graf van een dierbare.



Aanbod

Dan is het volgende aanbod mogelijk iets voor u?

Vrijwilligers van POSO bieden zich aan om met een oudere een tochtje te maken naar een plek van vroeger waar hij of zij nog wel eens graag naar terug wil. Aan een dergelijke tocht zijn geen kosten verbonden. De vrijwilligers doen dit belangeloos en ontvangen van POSO slechts de normale vergoeding van € 0,25 per kilometer. De vrijwilligers willen iemand graag een plezierige morgen of middag bezorgen en weten hoe belangrijk het is er eens “uit” te zijn.

Waarheen

De autotochtjes vinden plaats naar bestemmingen in de provincie Groningen en de kop van Drenthe. U bepaalt waar de tocht naar toe gaat. Er kan nog een tweede persoon (b.v. begeleider) meegenomen worden. Van te voren wordt kennis met elkaar gemaakt en wordt de tocht besproken.

Voorwaarde voor aanmelding is dat u:

Redelijk mobiel bent, zelf in en uit de auto kunt komen (er kan wel een rollator mee).

Nog zelfstandig woont (niet in een verzorgings- of verpleegtehuis).

Weinig mensen om u heen heeft die u regelmatig meenemen voor een tochtje.

Er niet vaak uit komt.

Woonachtig bent in de gemeente Midden-Groningen.

Meer informatie en aanmelding bij:

[Ina Slagter, telefoon 06-24690800 of email: penningmeester@ poso-middengroningen.nl](mailto:penningmeester@poso-middengroningen.nl)

Programma Week van de Ouderen 29 september t/m 5 oktober

Thema: Ouder worden doe je samen

29 september - De Kern – avondprogramma met live muziek.

30 september - De Burcht : 10.00 – 11.15 muziekochtend met Mieke Vokaal.

1 oktober - Kolham: 10 uur vlag hijsen door burgemeester en wethouder. 's Middags vanaf 14.00 uur uitgebreid programma over de woonvorm voor ouderen, servicepunt, Kolham beweegt en DOS. Hans Huiting van Dig050 met demonstratie Boccia. Afsluiting met optreden van Edwin Jongedijk.

1 oktober - Voor Anker 15.00 – 16.15 met zanger Bob Heidema (bekend van de Stroatklinkers). Hij brengt liedjes als "Aan de Amsterdamse grachten", "Bij ons in de Jordaan", "Op een mooie Pinksterdag", "In een rijtuigje" en de mooiste liedjes van Ede Staal. Met een hapje en een drankje erbij, zal het een middag worden om nooit te vergeten.

1 oktober - Lijwijkstraat: middagprogramma. 'Duo K twee met Eltje Doddema', een muzikale middag met Nederlandse, Groningse en Country muziek van 14.00-17.00uur.

1 oktober - Bibliotheek Hoogezand: Vrije inloop van 13.00 – 16.00 uur . "Speeltuin voor ouderen", klein circuitje van eenvoudige bewegespelletjes met behulp van eenvoudige materialen zoals ping pongballetjes, punchballonnen, plastic bekertjes, pittenzakjes.

3 oktober - Ufkenshuis Siddeburen, s middags vanaf 14.30 uur. Koor Parkheemsterwichter.

4 oktober - Muntendam: 14.30 – 16.30 met Djoeke en Wietske en Erik Hulsegge. Om 17.00 uur buffet. Kosten 15 euro. Aanmelden : voor 25 september bij Trijnie Prak, tel. 0598-616259.

4 oktober - 't Spinnenweb: Vanaf 10 uur schipperskoor De wilde zwanen. Om 12 uur stampotbuffet.

4 oktober – Harkstede: 13:00 uur - Bustocht Parels van Midden-Groningen. Vertrek en aankomst De Borgstee (vooraf aanmelden, kosten € 5 per persoon).

De Borgstee: 13:00 tot 16:00 uur: In de huiskamer: tijd voor een bord of kaart spelletje, en sjoelwedstrijd. In de sporthal: Valpreventie en Beweegactiviteiten met/zonder kleinkind(eren). Vertelcafé met "Mooie verhalen".

16:00 tot 17:00 uur Muziekcafé met de Groningerband [De Smit], een hapje en drankje. De band speelt Nederlandstalige muziek met swingende ritmes en stevig gitaarwerk. Fotoshoot uit de jaren 60 met/zonder kleinkind(eren).

5 oktober - Zuidbroek Broeckhof: start 14.30 tot 17.00 uur met muziekvereniging Oosterbroek. Kosten entree muziekmiddag 5 euro. Om 17.00 uur buffet. Kosten muziekmiddag en buffet 12,50 euro. Alleen buffet – kosten 10 euro.

5 oktober - Woldwijck Centrum: 14.00 – 16.00 uur, gezellige bijeenkomst met High Tea.

Ouder worden doe je samen!

POSOTief



2^e bril

€0

Bij elke bril
vanaf €79

2^e bril totaal gratis

Kom langs voor een professionele oogmeting

Hoogezand Winkelcentrum De Hooge Meeren Tel. 0598 704 050

Ga naar [specsavers.nl](https://www.specsavers.nl) en maak nu een afspraak.



WONEN IN HET STADSHART VAN HOOGEZAND

— de Reensche Compagnie



Tak van Poortvliet
huren vanaf 60 jaar
in de sociale sector
(huurtoeslag mogelijk)

Van der Duyn van Maasdam
huren vanaf 60 jaar
in de sociale sector
(huurtoeslag mogelijk)

Atlantaborg
huren vanaf 45 jaar
in de vrije sector
(huurtoeslag NIET mogelijk)

**Verhuur van
bedrijfsruimtes
en garages**

Tak van Poortvlietstraat 361 - 9602 PJ Hoogezaand - (0598) 32 26 64 - www.reenschecompanie.nl - info@reenschecompanie.nl

POSotief

Bent u al Vriend van POSO?

POSO is een stichting die zich inzet voor 50plussers in de gemeente Midden-Groningen en activiteiten organiseert, veelal samen met andere plaatselijke organisaties. U kunt hierbij denken aan zomeractiviteiten als fiets- en scootmobieltochten, vissen, klootschieten, wandelen, een bezoek aan de Historische werf, een rondrit met een oude bus en bezoek aan het Nationaal busmuseum. Maar POSO zet zich ook in bij de Internationale dag van de ouderen, organiseert de Lifestylebeurs voor 50 plus, rijvaardigheidsritten en in samenwerking met het Aletta Jacobs College workshops met koken, beautymiddagen of een lekkere lunch bereid door leerlingen. Naast de activiteiten is de POSO maatschappelijk betrokken en stelt zich ten doel de belangen van ouderen te behartigen door overleg en samenwerking of voorlichting met gemeente en andere organisaties.

POSO bestaat geheel uit vrijwilligers. Met behulp van subsidies, giften, sponsorgeld en advertentie-opbrengsten worden de activiteiten gefinancierd. De vrijwilligers willen zich nu en in de toekomst graag blijven inzetten. Iedere bijdrage is belangrijk om dit ook te kunnen blijven financieren. Wilt u ook dat POSO de activiteiten kan blijven doen en wilt u dit financieel steunen? Wordt dan Vriend van de POSO door een vrijwillige bijdrage van 15 euro per jaar aan ons over te maken.

POSO heeft de ANBI status. Uw bijdrage is met in achtneming van de geldende belastingregels aftrekbaar voor de inkomstenbelasting. Opgave kan via mail naar penningmeester@poso-middengroningen.nl met vermelding van uw naam en woon- en mailadres. Namens het bestuur en vrijwilligers van POSO, hartelijk dank.

Naam: _____

Adres: _____

Postcode / Woonplaats: _____ / _____

Mailadres: _____

Telefoonnummer: _____

U kunt het formulier opsturen naar POSO p/a Vossenburcht 6, 9649 KC Muntendam, of de gegevens mailen naar: penningmeester@poso-middengroningen.nl

Namens bestuur en vrijwilligers van POSO, hartelijk dank.

Adverteerders	Mw. A. Bodewes	Mw. G. Smit-Venema
Fysiotherapie Hoogezand	Mw. M. Bueving	Hr. L. van Son
Gem MG Schuldhulpverlening	Mw. A. Cornelissen-Heersema	Mw. S. Spijker
Hotel Restaurant Faber	Mw. T. Davids	Mw. J. van der Steeg
Jumbo Sappemeer	Mw. G. Drenth	Hr. M. Talsma
Kielzog Theater Kunstencentrum	Mw. A van Duuren	Hr. En Mw. Timmer
Kwartier Zorg en Welzijn	Mw. G.A. van Eerden-Wigcering	Fam Timmer
Masis	Mw. M. Folkers en H. Kooi	Mw. G. vd Tuin
Reenske Compagnie	Mw. M. Franssen	Mw. Vegter
Specsavers Hoogezand	Hr. C. Goddijn	Hr. J. Veldhuis
Uitvaartzorg Brouwer	Hr. T. Guns	Hr. En Mw. Veldman
Van Kasteel	Hr. H. Haze	Mw. B Vos-Huizinga
Van Smaak (Ingrid Buursma)	Mw. W. Hummel-Niemeijer	Hr. I. Vinckers
Veldkamp & Elzinga Notarissen	Mw. S. Kaman	Mw. G. de Vreede-de Rooij
ZINN PDF bestand	Hr. W. Kiewiet	Hr. en Mw. De Vries
ZaVie	Hr. W. Kraeima	Hr. M. de Vries
	Mw. F.G. Kranenborg	Mw. J. Vriesema
Bedrijven vrienden	Mw. W. Kleefman	Hr. en Mw. Wever
Beter Horen	Hr. J Leeuwerink	Hr. M. Zuiderveld
De Boer Schoenmode	Hr. J Leugs	
Het Meisje van Rustenburg	Mw. Meijer-Tichelaar	
iT-Land/Veldhuis	Hr. H. Niemeijer	
Juwelier Meijer	Mw. A. Paré	
Jopie Jong Woninginrichting	Mw.J Pietersen	
Keurslager Smit	Hr. K Pot	
Londeman Mannenmode	Hr E Prummel	
Mitra Dranken Vogel	Hr. J. Reinders	
Reinders Installatietechnieken	M.M. Rietveldt	
Restaurant De Gouden Zon	Hr. W Roek	
Van der Klei Optiek	Mw. Z. Rollema-Toet	
Vereniging dorpsbelangen	Hr. F. Ronda	
Harkstede	Hr. Routers	
Dig 050	Mw.M. Schaank	
	Mw. J. Schilthuis	
Particulier:	J. Schipper	
Hr. en Mw. Boekholt	Smith	



Aandacht voor jouw welzijn

- Jongerenwerk
- Buurt en dorp
- Mantelzorg
- Vrijwilligerswerk
- Meedoen
- Geldzaken
- Sociale Teams



Midden-
Groningen