



Oude tijden herleven bij de Freylemaborg



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

Beste lezers,

Voordat ik terugblik op het bijzondere jaar 2024, wil ik eerst mijn dank uitspreken aan alle vrijwilligers die zich hebben ingezet voor de vele activiteiten en voorlichtingsbijeenkomsten. Dankzij hun toewijding hebben zij een groot aantal, voornamelijk oudere, bezoekers een informatieve en actieve dag bezorgd. Hun inzet is van onschatbare waarde.

Een speciaal woord van dank gaat uit naar de vrijwilligers van de **POSO** Lifestylebeurs, waar zij meer dan **800 bezoekers** op een hartelijke en professionele manier hebben verwelkomd. Het verslag van deze succesvolle beurs is elders in deze uitgave te lezen. Op RTV Midden-Groningen (POSO lifestylebeurs) vindt u een interview met Maria Bueving, voorzitter en projectleider van de Lifestylebeurs.



Daarnaast wil ik onze partners bedanken voor de prettige samenwerking. Een bijzonder compliment verdient **DIG050**, die elke twee maanden weer een informatief en mooi **POSotief** tot stand brengt.

Terugkijkend op wat POSO in 2024 heeft georganiseerd, noem ik in willekeurige volgorde enkele hoogtepunten:

- Eten bij Aletta, Aletta Beautyplein.
 - Voorlichtingen, waaronder: *Wat is dementie, Artrose en etalagebenen, en Levenstestament, Ouderenmishandeling.*
 - De opfriscursus Verkeerstheorie.
 - Paddenstoelentocht.
 - De Dag van de Ouderen en het mede oprichten van het Platform Ouderen Midden-Groningen.
- Recreatieve activiteiten zoals scootmobiel- en fietstochten, wandelen, vissen en klootschieten. Deze activiteiten hadden één doel: ouderen fit, vitaal en geïnformeerd houden.



Met trots kijk ik terug op dit jaar en hoop velen van u in **2025** weer te ontmoeten bij onze activiteiten en voorlichtingsprogramma's.

Ik wens u allen een gezond, gelukkig en gezegend 2025 toe waarin uw wensen en voornemens mogen uitkomen.

Met vriendelijke groet,
Meint Dekker

Bedankt voor jullie enthousiaste bezoek aan de Lifestyle Beurs!

Wat was het gezellig en wat fijn dat zoveel mensen interesse hebben getoond!

Maar liefst 200 bezoekers hebben de vragenlijst ingevuld, bedankt daarvoor.

Uit de resultaten blijkt dat er veel behoefte is aan:

- ✓ Huisbezoeken door een ouderenadviseur
- ✓ Informatie over mantelzorg
- ✓ De Voorzieningenwijzer

Ook hebben we mooie gesprekken mogen voeren met bezoekers.

En hoe leuk: een mevrouw uit Hoogezand won een goedgevulde boodschappentas als dank voor het invullen van de vragenlijst. Gefeliciteerd!

Bent u benieuwd naar wat een ouderenadviseur voor u kan betekenen?

Neem gerust contact met ons op via 0598 364900 of stuur een mail naar

a.vanderlaan@kwartierzorgenwelzijn.nl.



Heeft u zelf wat tijd over en
interesse om ouderenadviseur te worden?

Neem dan ook contact op! Samen maken we een verschil!



Honderden bezoekers bij POSO Lifestylebeurs

De 12e editie van de POSO Lifestylebeurs, gehouden op 16 november 2024 in Sportcentrum De Kalkwijk in Hoogezand, was een groot succes. Het evenement, gericht op senioren uit de regio Midden-Groningen, trok meer dan 800 bezoekers en bood een breed scala aan informatie, advies en activiteiten. Met ruim 60 standhouders, waarvan het merendeel non-profitorganisaties, werden thema's als gezondheid, wonen, voeding, valpreventie en zingeving besproken.

Daarnaast was er ruimte voor ontmoetingen en gezelligheid, met muzikale optredens en interactieve stands. Zowel burgemeester Erica van Lente als wethouder Evert Offereins waren aanwezig om het belang van dergelijke initiatieven voor senioren te onderstrepen. Standhouders, zoals Kwartier Zorg & Welzijn, benadrukten de waardevolle gesprekken en verbindingen die tijdens de beurs zijn ontstaan. Met dit succes kijkt de organisatie alvast vooruit naar een volgende editie, met als doel nog meer senioren te bereiken en relevante onderwerpen aan te kaarten. Een groot dankwoord gaat uit naar de vele vrijwilligers die de 12e editie van de POSO Lifestylebeurs tot een groot succes hebben gemaakt.

Dankzij hun inzet, enthousiasme en toewijding konden de bezoekers genieten van een goed georganiseerd evenement. De vrijwilligers hebben geholpen bij de opbouw, begeleiding, informatievoorziening, en niet te vergeten, het creëren van een gastvrije en warme sfeer.



ARTOS Kunstuitleen & Expositie

Wist u dat er in de gemeente Midden-Groningen een artotheek gevestigd is? ARTOS & Expositie. De Expositie is ondergebracht in een historisch pand aan de Hoofdweg 88 in Slochteren, voorheen de G.H. Dreve Mavo. Na de nodige verbouwingen is de voormalige gymzaal van de school nu een prachtige artotheek, waar naast de eigen uitleencollectie ook altijd werk van regionale kunstenaars wordt tentoongesteld.

Tot 1 februari is de expositie 'Beeldschoon in Slochteren' er te zien. Werk van Kunstenaars Reinder Bleeker (kleurrijke impressionistische schilderijen) en Wiea Duintjer (bronzen beelden). Werk dat je direct pakt: levendig, vrolijk, krachtig, realistisch en soms ook met een knipoog. Na deze dubbele expo volgt in februari de expo 'Witte pracht'. Leerlingen van het dr. Aletta Jacobs College tonen - geïnspireerd door het beroemde Nederlandse ontwerpersduo Viktor en Rolf - hun vindingrijkheid in witte papieren creaties. Beeldend kunstenaar Mirjam Kerstholt exposeert prachtig keramiek dat hierbij aansluit. Mirjam heeft verschillende reizen naar de porseleinstad Jingdezhen (China) gemaakt, waar ze werkte aan haar collecties. Het witste porselein ter wereld komt uit China.

ARTOS heeft een grote en gevarieerde collectie kunst in beheer van de gemeente Midden-Groningen. In de circa 1000 kunstwerken tellende uitleencollectie zijn bijna alle technieken vertegenwoordigd, zoals o.a. acryl- en olieverven, aquarellen, litho's, tekeningen, zeefdrukken, etsen, beelden, keramiek en glaskunst. De collectie is online te bekijken op www.kunstuitleenslochteren.nl

Op vrijdagmiddag 24 januari organiseert POSO een uitstapje naar de ARTOS. Lees meer informatie hierover elders in deze POSOtief.



Honderden bezoekers bij POSO Lifestylebeurs



Tot volgend jaar!

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



Organiseert op vrijdag 24 januari - bij voldoende deelname - aanvang 14.00 uur een gezellige happening in artotheek ARTOS in Slochteren, onder de titel:

Kunst maakt blij!

Programma:

14.00: Ontvangst en welkom.

14.20: Korte inleiding door kunstenaar Adri Wolters: Wat doet kunst met mensen?

14.30: Een rondleiding door de artotheek o.l.v. medewerkers van ARTOS. Tevens bezichtiging expo 'Beeldschoon in Slochteren', met werk van schilder Reinier Bleeker en beeldhouwer Wiea Duintjer.

15.30: Einde

Top 10: De bezoekers kiezen die middag middels stembriefjes hun eigen favoriete kunstwerk uit de uitgebreide collectie van de kunstuitleen (vrijblijvende opdracht). ARTOS stelt daaruit een top 10 samen, die de gehele maand februari te bezichtigen zal zijn in de artotheek.

Kosten: entree gratis (inclusief koffie/thee)

Opgave: aanmelden via e-mail voorzitter@poso-middengroningen.nl of via telefoonnummer 06 - 44 86 98 38. Graag bij opgave aangeven of u over eigen vervoer beschikt of mee wilt reizen met iemand.



Hoofdweg 88, 9621 AN Slochteren

www.kunstuitleenslochteren.nl

opmerking: tijden zijn bij benadering



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

Verkeersmiddag met Theunis Kats

Op woensdag 16 oktober 2024 was de grote zaal van “De Kern” tot de nok toe gevuld met ongeveer 60 geïnteresseerden. De heer Theunis Kats van de Stichting Bevordering Verkeerseducatie (SBV) uit Drachten wist het publiek op een humorvolle en boeiende wijze mee te nemen in de wereld van verkeersregels en -gedrag.

Tijdens de middag werden verschillende onderwerpen besproken, waaronder:

- veranderingen in het verkeer
- ons verkeersgedrag
- regels, tekens en borden
- turborotondes en shared space de remweg

Ook werden specifieke situaties zoals voorrangregels, matrixborden en bijzondere verkeersregels verduidelijkt. Zo leerde men dat snelheden op matrixborden verplicht zijn en dat voetgangers met een rollator of stok altijd voorrang hebben bij het oversteken – al is het natuurlijk aan te raden dit via een zebepad te doen als dat in de buurt is.



De bijeenkomst werd afgesloten met een uitdagende oefensessie van 20 theorievragen, vergelijkbaar met het officiële CBR-examen. Hoewel niemand foutloos scoorde, waren er wel deelnemers met slechts één fout. Voor velen bleek deze oefening een waardevolle eyeopener over hun verkeerskennis.

De heer Kats verdeelde enthousiast kladblokken, pennen en theorieboekjes, die vanwege de hoge opkomst binnen no-time uitverkocht waren. Het evenement bleek een groot succes, en veel deelnemers gaven aan graag volgend jaar opnieuw deel te nemen.

Het was een leerzame en gezellige middag, met dank aan de deskundigheid en humor van Theunis Kats!

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



Gezellige dagen voor mantelzorgers in Midden-Groningen

In Midden-Groningen werden mantelzorgers in november extra in het zonnetje gezet ter ere van de Dag van de Mantelzorger op 10 november. Het Steunpunt Mantelzorg van Kwartier organiseerde drie sfeervolle activiteiten om deze belangrijke groep te bedanken voor hun inzet.

De week begon met een heerlijk stamppotbuffet, waar mantelzorgers genoten van goed eten en fijne gesprekken. De tweede avond was er een prachtig optreden van Jan Henk de Groot, die met zijn muziek de harten wist te raken. Als kers op de taart was er een high tea. Onder het genot van thee, koffie en een scala aan zoete en hartige hapjes, konden mantelzorgers even helemaal opladen. In totaal zijn zo'n tweehonderd mantelzorgers bij alle activiteiten aanwezig geweest. Het Steunpunt Mantelzorg van Kwartier kijkt terug op een geslaagde reeks activiteiten. "We hebben zoveel positieve reacties gekregen. Het was fijn om mantelzorgers een moment van ontspanning en erkenning te bieden," aldus Doriël van het Steunpunt. "Dank aan alle mantelzorgers voor wat jullie doen!"

Bij het Steunpunt Mantelzorg zijn we altijd op zoek naar vrijwilligers. Bijvoorbeeld voor het Luisterend Oor of als Respijtzorgvrijwilliger. Bij het Luisterend Oor bieden we een gesprekspartner en een luisterend oor. Als Respijtzorgvrijwilliger neem je eens in de twee weken de zorg over van een mantelzorger, zodat de mantelzorger een of twee uurtjes vrij heeft om iets voor zichzelf te doen. Heb je interesse om iets voor mantelzorgers te betekenen en vrijwilliger bij het Steunpunt Mantelzorg te worden? Neem dan contact op met het Steunpunt via: 0598-364900 of per e-mail via mantelzorg@kwartierzorgenwelzijn.nl.



STEUNPUNT MANTELZORG
MIDDEN-GRONINGEN



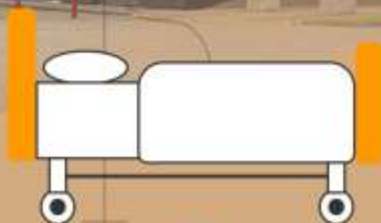
POSOTier

Valpreventie



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 | info@vankasteel.nl

Erasmusweg 139, 9602 AD, Hoogezand | Tel: 0598-397452

Een open deur

En dan is het zomaar weer kerst en bijna het einde van alweer een jaar. De voorlaatste raadsvergadering vandaag. Mooie onderwerpen op de agenda zoals het verbeteren van de minimaregelingen, de cultuurvisie en een mobiliteitsplan. Onderwerpen die alle inwoners van onze gemeente raken. Dit laten de raadsleden ook duidelijk merken. Ook zij vinden het belangrijk dat inwoners worden meegenomen in wat we als gemeente doen en dat alle inwoners ook mee kunnen doen in onze gemeente met alle activiteiten die er plaatsvinden.

Een mooi voorbeeld van een activiteit die bijdraagt aan de mogelijkheden van inwoners om ook bij het klimmen der jaren mee te blijven doen in onze samenleving is de POSO Lifestylebeurs. We hebben weer een drukbezochte en goed georganiseerde beurs achter de rug. Meer dan 800 inwoners wisten deze beurs te vinden en konden zich laten informeren over allerlei onderwerpen en activiteiten die voor de bezoekers relevant of interessant waren. Mooi om te zien hoeveel inwoners ook een bijdrage leveren aan deze beurs met hun organisatie, stichting of vereniging en dank aan de sponsors die de beurs mede mogelijk hebben gemaakt. Samenwerken met inwoners om het samenleven extra glans te geven, daar werken wij als

gemeente aan met Platform Ouderen Midden-Groningen. Zij waren ook aanwezig op de Lifestylebeurs met een enquête naar de wensen die de bezoekers hadden en waar zij als platform mee aan de slag willen het komende jaar. Begin volgend jaar maken we samen opnieuw een uitvoeringsagenda met de belangrijkste onderwerpen waar we in 2025 mee aan de slag gaan. Eén van de onderwerpen zal zijn het betrekken van de ouderen die vereenzamen. Ook hen willen wij betrekken bij de activiteiten die er zijn zodat ze zich ook gezien voelen. Een mooie kerstgedachte en wens voor het komende jaar. Laten we daar met z'n allen mee aan de slag gaan ook in 2025. Ik wens u fijne dagen met de uwen en een mooie start van 2025.

Evert Offereins



*Bericht van
de wethouder*



WOMEN'S HEALTH
EXHIBITION

WOMEN'S HEALTH
EXHIBITION

WOMEN'S HEALTH
EXHIBITION

WOMEN'S HEALTH
EXHIBITION

WOMEN'S HEALTH
EXHIBITION

Boezemvriendinnen nu ook in Midden-Groningen

Boezemvriendinnen is sinds kort gestart in de gemeente Midden-Groningen. De Stichting heeft als doel om vrouwen die een beha (tijdelijk) niet kunnen betalen van een goed passende beha te voorzien. De beha's komen van donateurs, dit kunnen zowel winkels als particulieren zijn. Tijdens een pas-sessie kunnen de vrouwen zich gratis één of twee beha's aan laten meten. De eerste pas-sessie was maandag 21 oktober bij Kledingbank Maxima in Sappemeer.

Ruim twintig deelnemers werden deze dag geholpen en dit leidde tot tevreden gezichten. Vrijwel niemand ging met lege handen de deur uit en de reacties waren positief. Dames die aangaven dat de initiatiefnemers door moeten gaan, ze fijn geholpen waren en ook emoties dat dit er was en de beha gratis was. Twee aanwezigen benadrukken dat het belangrijk is, dat dit er is voor volwassenen, dat niet iedereen de (financiële) mogelijkheden heeft een goede beha aan te schaffen.

Ze vinden het fijn dat Stichting Boezemvriendinnen er is en ze hier oog voor hebben. Een volgende keer willen ze zeker weer komen en raden het anderen aan. Ook begrijpen ze dat er een zeker schroom kan zijn, omdat toch iemand gaat kijken. In dit geval werden de dames prettig geholpen door iemand die lang in een lingeriezaak heeft gewerkt. Coördinator van de Boezemvriendinnen in de gemeente Midden-Groningen Maria Bueving toonde zich tevreden over deze eerste pas-sessie en gaf aan dat in december of januari de tweede zal zijn en dat ze in het voorjaar een wil doen met een combinatie van beha's en badpakken en bikini's.

De beha's die de dames kunnen passen worden onder meer ingezameld in roze tonnen bij winkels en openbare gebouwen. De beha's worden gesorteerd en bekeken of ze nog in goede staat zijn. Momenteel zijn er enkele honderden ingezameld. Tijdens een pas-sessie kunnen de vrouwen gratis één of twee goede beha's laten aanmeten. Momenteel is de stichting vooral nog op zoek naar de grote maten E, F en G 100 of 105. Voor meer informatie over de Boezemvriendinnen, volg facebook Boezemvriendinnen Midden-Groningen.



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

Beste Ronald,

Deze week kreeg ik een melding op mijn computer dat windows 10 niet meer wordt ondersteund. Moet ik mij zorgen maken want ik heb namelijk geen geld om een nieuwe pc met windows 11 te kopen en ik krijg wel de kriebels van dergelijke berichten.

Hartelijke groet van Fien

Dag Fien,

Je kunt hem nog wel gebruiken maar ik zou er na die tijd geen bankzaken meer op doen of andere gevoelige informatie tenzij je een virusscanner met een sandbox gebruikt of € 30,- wilt betalen voor een jaar extra beveiligingsupdates. Dat klinkt ingewikkeld en dat snap ik. Wij, van DIG050 kunnen prima hierbij helpen. Langskomen mag altijd en dan even vragen naar Jan of Ronald. Dan leggen we het uit! Het voornaamste is dat je je geen zorgen maakt want er is nog niets aan de hand. Je computer is nu nog prima beveiligd!

Groeten van Ronald



Ronald is de digitale probleem oplosser 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 – Woldwijck – Kropswolde - Kie-Windeweer - Dreven – Stadshart zuid -
Kalkwijck – Zuiderpark – Vosholen West

Adres: Melkweg 145, 9602 JE Hoogezand

E-mail: sociaalteamzuid@midden-groningen.nl

Sociaal Team Oost

Werkgebied: Boswijck – 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 – Hellingum –
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





Paddenstoelentocht met Jan Menzinga

Op 30 oktober verzamelde een groep van twintig enthousiaste paddenstoelenliefhebbers zich in het Woldwijkcentrum voor een leerzame middag onder leiding van Jan Menzinga. Jan opende de middag met een indrukwekkende 3D-presentatie, waarbij hij diverse paddenstoelen die hij de afgelopen jaren had gefotografeerd op prachtige wijze in beeld bracht.

Zijn toelichtingen brachten de fascinerende wereld van de paddenstoelen dichterbij en boden de deelnemers alvast een goede basis voor de zoektocht die volgde.

Na de presentatie vertrok het gezelschap richting het natuurgebied Meerwijk. De deelnemers lieten zich niet ontmoedigen door het wat druilerige weer. Het begin was wat onwennig, maar al snel werd de eerste paddenstoel ontdekt en kregen de deelnemers steeds beter door waar en hoe ze moesten zoeken. Paddenstoel na paddenstoel werd bewonderd en zo nodig met behulp van de app ObsIdentify geïdentificeerd. Dankzij de diversiteit aan paddenstoelen, variërend in soort en groeistadium, bleef de tocht boeiend en afwisselend.



Ruim twee uur lang struinden de deelnemers door het gebied, waarbij Jan alle vragen met kennis en geduld beantwoordde. Aan het einde van de middag keerde iedereen tevreden huiswaarts, met dank aan Jan voor zijn inspirerende begeleiding en kennis. De middag werd als zeer geslaagd ervaren, en er werd direct afgesproken om volgend jaar in de herfst opnieuw op paddenstoelenjacht te gaan.



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

Namens Kredietbank Midden-Groningen wensen we je fijne feestdagen en een prettige jaarwisseling!

Veel mensen starten het nieuwe jaar met goede voornemens. Heb jij ook goede voornemens voor 2025? Geld besparen in het nieuwe jaar is altijd een goed idee. Wij hebben hier een paar tips om jou op weg te helpen:



Houd inkomsten en uitgaven bij in een kasboekje. Zo kun je goed zien waar je geld naartoe gaat en houd je overzicht.

Boodschappen zijn duur. Maak daarom een weekplanning voor de boodschappen.

Kies voor eigen merken en houd aanbiedingen in de gaten. Kook je een maaltijd? Vaak is het in verhouding goedkoper om een grote hoeveelheid klaar te maken. De resten bewaar je voor op een andere dag.

Vergelijk prijzen van verschillende winkels. Misschien is het product dat je zoekt bij een andere winkel in de aanbieding.

Soms kan het fijn zijn dat iemand je helpt met je geldzaken. Bijvoorbeeld omdat je het moeilijk vindt om overzicht te houden. Kredietbank Midden-Groningen kan je daarbij helpen. Onze hulp is gratis en je zit nergens aan vast. Wij denken met je mee, maar jij bepaalt wat je wilt doen.

Nieuwsgierig hoe we je kunnen helpen? Zet dan vandaag nog de eerste stap.

Bel naar 0598 – 37 37 99 of mail naar kredietbank@midden-groningen.nl

Een gezellige middag bij Sint Jozef

Op vrijdag 15 november jl. organiseerden POSO, Stichting Bewonersorganisatie Boswijk (SBOB) en Sint Jozef samen een bijzonder geslaagde middag in de zaal van Sint Jozef.

Voor een bomvolle zaal zorgde het piratenkoor **De Raitvinken** uit Harkstede voor een geweldige sfeer. Hun prachtige liedjes, met een hoog meezinggehalte, werden enthousiast ontvangen door het publiek. De zaal genoot volop, niet alleen van de muziek, maar ook van de gezellige ambiance.

Onder het genot van een hapje en een drankje was het een middag vol plezier en saamhorigheid. De uitstekende sfeer en het succes van deze bijeenkomst maken het zeker voor herhaling vatbaar.

Een hartelijke dank aan iedereen die heeft bijgedragen aan deze geslaagde middag!

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

Reenske 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

Eten bij Aletta



We kijken er al naar uit, en velen met ons: “Eten bij Aletta,” de gezellige lunch in het restaurant van het Dr. Aletta Jacobs College! De afgelopen jaren was deze bijeenkomst een groot succes en stonden zowel de gasten als de leerlingen garant voor een fijne sfeer en heerlijk eten. Voor de vierdejaars leerlingen Zorg & Welzijn is dit bovendien een waardevolle ervaring; zij bereiden en serveren de lunch en zetten hiermee hun opgedane kennis direct om in de praktijk.

Dit jaar nodigen de leerlingen onder leiding van docente Anita Lok gasten uit voor de lunch op **woensdag 22 januari**. De inloop start om **12.00 uur**, en om **12.30 uur** wordt de lunch geserveerd. Er is plaats voor maximaal 25 deelnemers – vol is helaas vol!

Aanmelden kan bij Femma Raneri via e-mail op secretaris@poso-middengroningen.nl. Kom gezellig langs en ervaar een heerlijke lunch verzorgd door jonge talenten!

Beautyplein bij Aletta

In oktober is de samenwerking tussen POSO en het Dr. Aletta Jacobs College weer succesvol van start gegaan met de eerste periode van het Beautyplein.

In december is de tweede periode van het Beautyplein begonnen, en in januari staan de leerlingen opnieuw klaar om bezoekers, zowel dames als heren die een verwenmoment aandurven, te ontvangen voor gezichts-, nagel- of haarbehandelingen. De behandelingen vinden plaats op maandag 6, 13, 20 en 27 januari van 14.45 tot 15.45 uur.

Heeft u ook zin in een uurtje ontspanning? Meld u dan snel aan via e-mail: yblomsma@aletta.nl. Er is ruimte voor maximaal vier klanten per middag, dus wees er snel bij – vol is vol!





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*



Kwartier
Zorg & Welzijn

Aandacht voor
JOUW WELZIJN

WAARVOOR KUN JE ZOAL ALS BIJ ONS TERECHT?


- MANTELZORGONDERSTEUNING
- VRIJWILLIGERSWERK
- MEER GRIP & GLANS AAN JE LEVEN
- HULP BIJ FINANCIËN EN REGELINGEN
- GESPREKKEN MET EEN WELZIJNSCOACH
- OUDERENADVIES (65+)
- BELASTINGADVIES (VOOR OUDEREN MET EEN KLEIN PENSIOEN)



WMO ONDERSTEUNING, ZOALS:

- SCOOTMOBIEL
- HUISHOUDELIJKE ONDERSTEUNING
- TRAPLIFT



info@kwartierzorgenwelzijn.nl 

Bel voor Kwartier naar: 0598 36 49 00

Bel voor Wmo tot 12:30 naar: 0598 72 98 00 



Bert Twickler

Van forens naar Heer van de Fraeylemaborg

Hij was al vroeg met pensioen want in die jaren kon je er uit met zestig jaar. „Enkele maanden later was die regeling van tafel. Ik was net op tijd,” blikt Bert Twickler uit Kolham terug. „Tot die tijd was ik een forens in het dorp. Ik sliep er eigenlijk alleen maar want overdag was ik aan het werk.” Een van de eerste dingen die hij ondernam was het volbrengen van het Pieterpad samen met zijn partner Max. „Aan het eind op de Sint Pietersberg werd het zaadje geplant om de tocht naar Santiago de Compostella te lopen. Het is een onvergetelijke ervaring geworden. Ik ben begonnen in de Pyreneeën. Naar Santiago is het dan nog zo’n 800 kilometer en daar heb ik ruim zes weken over gedaan. Ik heb daar veel vriendelijkheid gezien en gekregen en het heeft mij geleerd om niet bang te zijn voor de toekomst en meer op mezelf te vertrouwen. Bovendien leer je daar ook om je niet te druk te maken om dingen. Ik ben daar een ander mens geworden.”

Landgoed Fraeylemaborg

De Kolhamster is al weer tien jaar betrokken bij Landgoed Fraeylemaborg in Slochteren. Hij verzorgt daar rondleidingen en verzorgt de catering voor de vrijwilligers bij sommige evenementen. Zijn tweede leven begon ook in Slochteren want sinds enige tijd loopt hij daar rond als Jonkheer van de Landgoed Fraeylemaborg. „Heel leuk om te doen. Speciaal voor de Kindermaand is er een film gemaakt zodat de kinderen op een speelse manier kunnen kennismaken met de Borg en de geschiedenis.” Dat is nu te zien als je ons spel Escape Room speelt.

DOS

Enige tijd geleden besloot Bert om meer te doen voor het dorp en ook om er zelf iets van op te steken. „Ze zochten toen iemand bij DOS in Kolham. Dat staat voor Domein Overstijgende Samenwerking. Wat dat inhoudt? Heel simpel. Ik kan mensen helpen die problemen hebben. Dat varieert van parkeerproblemen tot aanvragen van Thuishulp. Mensen weten niet de juiste wegen te bewandelen. Ik kan ze daar een beetje wegwijs in maken. Inwoners van Kolham kunnen zich inschrijven bij DOS. Inmiddels hebben ruim veertig mensen dat gedaan. Bij problemen is hulp dichtbij en dat geeft een veilig en vertrouwd gevoel. In een maandelijkse evaluatie komen alle hulpvragen dan voorbij en kan ik mensen doorverwijzen. Ook een voordeel is dat het erg snel kan gaan. Ik voorzie in de toekomst meer hulpvragen komen en dat kan niet altijd worden opgelost door de instanties. Mensen moeten elkaar wat meer helpen als dat nodig is. ’t Is gewoon dat je elkaar helpt als het even niet lukt.”



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 Hoogezand - (0598) 32 26 64 - www.reenschecompanie.nl - info@reenschecompanie.nl

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	Particulier:	Hr. W Roek
Fysiotherapie Hoogezand	Hr. Andelbeek	Mw. Z. Rollema-Toet
Gem MG Schuldhulpverlening	Hr. en Mw. Boekholt	Hr. F. Ronda
Hotel Restaurant Faber	Mw. A. Bodewes	Hr. Routers
Jumbo Sappemeer	Hr. En Mw. Boerema	Mw.M. Schaank
Kwartier Zorg en Welzijn	Mw. M. Bueving	Mw. J. Schilthuis
Masis	Mw. A. Cornelissen-Heersema	J. Schipper
Reenske Compagnie	Mw. T. Davids	Smith
Specsavers Hoogezand	Mw. G. Drenth	Mw. G. Smit-Venema
Uitvaartzorg Brouwer	Mw. A van Duuren	Hr. L. van Son
Van Kasteel	Mw. G.A. van Eerden-Wigcering	Mw. S. Spijker
Van Smaak (Ingrid Buurisma)	Mw. M. Folkers en H. Kooi	Mw. J. van der Steeg
Veldkamp & Elzinga Notarissen	Mw. M. Franssen	Hr. M. Talsma
ZINN PDF bestand	T.L.J. Galdermans	Hr. En Mw. Tilman
ZaVie	Hr. C. Goddijn	Hr. En Mw. Timmer
	Hr. T. Guns	Fam Timmer
Bedrijven vrienden	Hr. H. Haze	Mw. G. vd Tuin
Beter Horen	Mw. W. Hummel-Niemeijer	Mw. Vegter
De Boer Schoenmode	Mw. S. Kaman	Hr. J. Veldhuis
Het Meisje van Rustenburg	Hr. W. Kiewiet	Hr. En Mw. Veldman
iT-Land/Veldhuis	Mw. G. Koster	Mw. B Vos-Huizinga
juwelier Meijer	Hr. W. Kraeima	Hr. I. Vinckers
Jopie Jong Woninginrichting	Mw. F.G. Kranenburg	Mw. G. de Vreede-de Rooij
Keurslager Smit	Mw. W. Kleefman	Hr. En Mw. De Vries
Londeman Mannenmode	HR. J. Leegstra	Hr. M. de Vries
Mitra Dranken Vogel	Hr. J. Leeuwerink	Mw. J. Vriesema
Reinders Installatietechnieken	Hr. J. Leugs	Hr. en Mw. Wever
Restaurant De Gouden Zon	Mw. Meijer-Tichelaar	Mw. H. Wildeveld-Tuizenga
Van der Klei Optiek	G Moesker	Hr. M. Zuiderveld
Vereniging dorpsbelangen Hark- stede	Hr. En Mw. Nieborg	Hr. B. Honhoff
DIG050	Mw. A. Paré	
	Mw.J Pietersen	
	Hr. K Pot	
	Hr E Prummel	
	Hr. J. Reinders	
	M.M. Rietveldt	

BEN JE DOOR OMSTANDIGHEDEN EVEN UIT BALANS?

Voel je dat je blijheid is verdwenen? Wil je die weer terug, maar weet je even niet hoe?
Doe dan mee aan de cursus:

Grip & Glans



Opgeven en meer
informatie:

info@kwartierzorgenwelzijn.nl

of bel naar:

06-52520067 / 0598-364900



Kwartier
Zorg & Welzijn

hoe werkt het?

- Geen moeilijke gesprekken maar gewoon aan de slag met dingen die jou blij maken.
- Haalbare stappen maken, mensen ontmoeten en leren kennen, je nuttig voelen.
- Zes weken, één bijeenkomst per week, van ongeveer twee uur. Na drie maanden een terugkombijeenkomst.
- De kosten zijn 25 euro inclusief lesmateriaal en consumptie. Zijn de kosten een probleem? Neem gerust contact op, er zijn diverse regelingen mogelijk.