



# De Beijumer

Woensdag 19 februari 2025, J09N09

Wijkkrant de Beijumer, p/a Postbus Postbus 60007. 9703 BA Groningen. E: redactie@debeijumer.nl W: www.debeijumer.nl

## Vrijwilligers welkom!

*Het goud van de samenleving worden ze wel genoemd. Mensen die zich vrijwillig inzetten voor hun buurt, club, buurt-huis of vereniging. Pakweg twintig jaar geleden stond Beijum bekend om de vele vrijwilligers die zich op allerlei gebieden inzetten voor de wijk. Maar parallel lopend met het huidige personeelstekort in betaalde sectoren moet je tegenwoordig als het ware vrijwilligers met een zaklantaarn zoeken.*

door Johan Fehrmann

### Het vrijwilligersprikbord

De Spijker en Spelweek? De laatste jaren gaat die maar net door, want krapte aan vrijwilligers. De Vrijmarkt op Koningsdag? Helaas, geen vrijwilligers. Een elfde editie van de kerstpakkettenactie in Beijum? Is nog maar de vraag, want: vrijwilligers. En zo kunnen we nog wel even doorgaan.



Vanuit het Trefpunt is het idee ontstaan om een vrijwilligersprikbord te starten. We hebben geen DHL-punt meer in de wijk sinds de dierenspecialzaak met deze service heeft gestopt. Maar... wellicht komt de service terug in Het Trefpunt? Puntje alleen is - het is bijna een mantra: vrijwilligers gevraagd. Initiatiefnemer Ricardo Mulder van de buurthuizen: 'Het plan

staat nog in de kinderschoenen, maar hopelijk wordt het een succes. Tot nu toe hebben zich reeds twintig mensen gemeld.'



### Buurtacademie

Er is nog een project in de wijk gaande, dat raakvlakken heeft met het 'prikbord'. Hier worden vrijwilligers én talenten in de wijk opgeroepen zich te melden, zich te bundelen.

*Maggy Kruse, een van de drijvende krachten achter de academie, vertelt!*

'De Buurtacademie is ontstaan vanuit geluiden uit de wijk. De behoefte aan ontwikkeling, dicht bij huis, is iets dat bij verschillende organisaties vaak naar voren kwam. Vanuit daar hebben zij de handen ineen geslagen en is de Buurtacademie ontstaan. Wij hebben van september tot december een pilot gedraaid, waarbij we vooral hebben gekeken naar de talenten die in de wijk aanwezig zijn. Deze pilot was een succes en vandaaruit hebben wij groen licht gekregen om de Buurtacademie verder vorm te gaan geven. Vanaf januari zijn Sippie Keekstra en ik aangewezen om te zorgen dat de Buurtacademie een nauwe samenwerking

## Buurtacademie

### Ontwikkel jezelf dichtbij huis

Buurtacademie Beijum is dé plek om nieuwe vaardigheden te leren, kennis te vergroten en je talenten in te zetten. Bewoners en organisaties zorgen samen voor een divers programma, dichtbij huis.

Bekijk snel ons programma, deelname is gratis!

**Amkemakoepel**  
Amkemaheerd 481-A  
9736 KG Groningen  
[www.buurtacademiebeijum.nl](http://www.buurtacademiebeijum.nl)

wordt van organisaties én wijkbewoners.'

*Klinkt goed. Vanuit wat voor basis of methodiek gaan jullie te werk?*

'Wij werken vanuit de benadering van asset based community development: wij kijken naar de talenten en vaardigheden die er al in de wijk liggen en versterken deze samen met de Beijumers. Deelname aan ons aanbod is gratis, om het voor iedereen toegankelijk te houden, maar degenen die iets willen/kunnen terugdoen, sluiten zich aan bij de Buurtacademie. Door hun kennis te delen, door mee te denken over het programma, en zo verder. Wij hopen samen met de organisaties en wijkbewoners te voorzien in een behoefte, die dus in de wijk ligt. Zodat we als Beijumers nog jaren onze talenten, vaardigheden en kennis kunnen vergroten... in eigen wijk!'

*Kun je een voorbeeld noemen?*

'De workshops lopen uiteen en sluiten aan op de behoefte die wij van september tot december hebben opgehaald uit de wijk. Een van de workshops die er enorm uitspringt, is de workshop Zeer korte verhalen schrijven van Peter Boxelaar, Tijdens de pilot heeft Peter de workshop al een keer gegeven en nu afgelopen dinsdag weer. Beide keren zat de workshop binnen no-time vol. Aan enthousiasme vanuit Peter én deelnemers geen gebrek, want er wordt alweer gesproken over een vervolg.'

**Kortom: opwaartse krachten zijn volop aanwezig in Beijum. Heb je vrije tijd over? Heb je zin om je in te zetten of je talent(en) te delen? Meld je dan aan bij een van de initiatieven in de wijk. Zie de flyers op deze pagina en elders in de krant.**

### Pagina 2-3

- BOB-pagina's
- Ledenvergadering
- GrunnSchool

### Pagina 4-5

- Wijkvernieuwingspagina's
- Aanpak Winkelplein West
- Peutergym
- Beijum Beweegt

### Pagina 6

- Interview met Marloes de Bie
- Tuinieren bij De Stapsteen

### Pagina 7

- Activiteiten in de wijk

### Pagina 8

- Werkgroep De Groene Long
- Beijum Bij Elkaar

### Pagina 9

- Kruid en onkruid
- Natuurfoto van de maand

### Pagina 10

- Uit het verleden
- Open dag Het Palet
- Taalondersteuning
- Vrede, Damai

### Pagina 11

- Cook & Dine

### Pagina 12

- Zeker op de been
- Mensplekkaaravaan

### Pagina 13

- Jeugdwerk WIJ Beijum
- Verkeersdrempels
- Afscheid van Max

### Pagina 14

- Muziek op schoot
- Wintermarkt Noorddijk
- De lekkerste snert

### Pagina 16

- Interview wijkagent Tanja

### Pagina 17

- Welkom bij Kidsclub Beijum

### Pagina 18

- Het Wajang Schimmenspel

### Pagina 19

- Column
- Kerkdiensten
- Lezing over Brein en stress
- Bewegen op muziek

### Pagina 20

- Meedenken Waterschap



Winters riet Foto © Julie Grünklee



En toch de Beijumer? Bestel de sticker. Bel dan (050-5422807)



## Informatie van de bewonersorganisatie

[www.beijum.org](http://www.beijum.org)



## Uitnodiging

### Voor de Algemene ledenvergadering van de Bewonersorganisatie Beijum Op 24 maart 2025 in het Trefpunt

#### Om alvast in de agenda te noteren

Maandag 24 maart houdt de Bewonersorganisatie Beijum (BOB) zijn algemene ledenvergadering. De vergadering wordt gehouden in Het Trefpunt, aanvang 19.30 uur, inloop vanaf 19.15 uur.

Het afgelopen najaar luidden de vier BOB-bestuursleden (Rein van der Velde, Janny Atema, Naomi Rumaloine en Tristan van der Werf) de noodklok. Zij leggen in maart 2025 hun bestuursfunctie neer. Als oproepen voor nieuwe bestuursleden vóór april 2025 geen positieve reacties op zouden leveren, dan zou dat het eind van de BOB, de door de gemeente erkende bewonersorganisatie van Beijum, kunnen betekenen. Intussen zijn er echter alsnog vijf wijkbewoners bereid gevonden om aspirant-bestuurslid te worden en samen met de vier huidige bestuursleden in elk geval tot komend najaar de BOB-kar te gaan trekken. Op de in het najaar te houden ledenvergadering vindt dan een bestuursverkiezing plaats.

Op de ledenvergadering van 24 maart worden de nieuwe aspirant-bestuursleden voorgesteld: Denise Ostendorf, Jim Rodermond, Danny Erenstein, Iwan Jordan, Dirk Jan Reijngoud.

#### De agenda voor de ledenvergadering:

1. Om 19.30 u. opening door de voorzitter,
2. Vaststelling van de agenda; iedereen kan punten toevoegen,
3. Het voorstellen van de 6 nieuwe aspirant leden voor het BOB-bestuur,
4. Het verslag van de vorige algemene ledenvergadering van de BOB,
5. Het jaarverslag 2024 van de BOB, inclusief het financieel verslag,
6. Eventuele toegevoegde agendapunten,
7. Rondvraag

De avond wordt afgesloten met een hapje en drankje in het Grand Café van Het Trefpunt.

Alle BOB-leden krijgen de stukken bij de agendapunten 4 en 5 uiterlijk 9 maart per mail of per post toegestuurd. Andere belangstellenden kunnen die stukken vanaf 9 maart afhalen op het Heerdenhoes of Het Trefpunt of downloaden vanaf de BOB-site: [www.beijum.org](http://www.beijum.org). Ook niet-leden zijn welkom op de vergadering.

## Reactie wethouder Broeksma op brief BOB-bestuur over verkeersveiligheid wijkkring

In de januari-editie van de Beijumer stond een brief van de Bewonersorganisatie Beijum aan Burgemeester en wethouders en de gemeenteraadsfracties over de verkeersveiligheid op de wijkkring.

Daar is inmiddels een reactie op ontvangen van wethouder Philip Broeksma (GroenLinks, o.a. wethouder van verkeer en vervoer). Die reactie is te vinden op de website van de BOB, [www.beijum.org](http://www.beijum.org). Het BOB-bestuur beraadt zich daar nog op.



Wethouder Philip Broeksma.



## Onderzoek DBZ naar kwaliteit water en bodem

Het Onderzoeksbureau DBZ helpt het Waterschap Noorderzijvest bij een onderzoek naar water en bodem in Noord-Nederland.

Water (denk bijvoorbeeld aan de Kardingerplas!) en bodem bepalen hoe we wonen, werken en leven. Door klimaatverandering en ruimtelijke plannen wordt het steeds belangrijker om hier goede keuzes in te maken. Daarom organiseert het waterschap een aantal bijeenkomsten waarin inwoners hun ideeën kunnen delen.

#### De bijeenkomst

Heeft u ideeën en/of suggesties en wil u die met hen delen? Dan zien zij uw aanmelding graag tegemoet op onderstaand mailadres.

De bijeenkomst in Groningen staat gepland op donderdag 27 februari van 12.00-14.00 uur bij Waterschap Noorderzijvest, Stedumermaar 1.

Voor soep en broodjes wordt gezorgd. Aanmelden via mail naar: [p.kiebert@noorderzijvest.nl](mailto:p.kiebert@noorderzijvest.nl) (zie ook de advertentie elders in deze krant)



## LenteKriebels heet nu GrunnSchoon, meld je aan!

Sinds deze week kun je je weer aanmelden voor LenteKrie... uh voor GrunnSchoon. Want de Milieu Stewards van Groningen Schoon Dankzij Mij hebben de naam veranderd. Waarom? Veel mensen denken bij lentekriebels aan seksuele voorlichting. Nu doen onze Milieu Stewards veel... maar seksuele voorlichting zit niet hun takenpakket. Daarom een andere naam. De inhoud van de actie blijft hetzelfde: samen Groningen schoon en opgeruimd houden.



De actie is al jaren een succes. Vorm daarom ook dit jaar weer samen met burens, leerlingen, studenten, mede-sporters, familie, vrienden of collega's een groep en bedenk daar een leuke naam voor. Vul datum en tijd van de actiedag in op het aanmeldformulier. Het aanmeld- en subsidieformulier staat tot 15 maart online. U vindt het hier:

<https://gemeente.groningen.nl/groningen-schoon-dankzij-mij>



## Met een buurt AED kun je levens redden, maar.....

### Wat is een AED?

De afkorting AED staat voor Automatische Externe Defibrillator. Het is een elektrisch apparaat dat de patiënt een schok geeft bij een hartstilstand en hartritme-stoornissen, met als doel om het hart weer in het normale ritme te krijgen. Als er geen AED aanwezig is, moet er reanimatie worden toegepast.

### De noodzaak van een AED

Er vinden in Nederland elk jaar gemiddeld 17.000 hartstilstanden plaats buiten het ziekenhuis. Uit onderzoek van de Hartstichting blijkt dat vroege defibrillatie – nog voordat de ambulancemedewerker ter plaatse is – met behulp van een AED essentieel is voor de overlevingskans. Wanneer er binnen 6 minuten na een hartstilstand een AED wordt aangesloten, is de overlevingskans 50 tot 70%. Een ambulance doet er echter gemiddeld 8 tot 10 minuten over om bij het slachtoffer te komen. Iedere minuut dat de AED later aangesloten wordt, daalt de overlevingskans met 10%. Geen actie ondernemen en wachten op een ambulance betekent een daling van de overlevingskans naar 20 tot 40%. Kortom: met een AED kun je levens redden.

### Waar te vinden in Beijum?

Pakweg in elk openbaar gebouw in Beijum is een AED aanwezig, zoals in het winkelcentrum, de sporthal, de bibliotheek en de buurtcentra. Een vraag die wij regelmatig tegenkomen, is: in welke heerden is ook een AED te vinden? Op de website van de Hartstichting zijn een aantal geplaatste AED's te achterhalen. Deze bevinden zich in de Hiddema-, Sygersma-, Jensema-, Nijenstein-, Muda- en Galkemaheerd, maar wáár precies, dát is niet algemeen bekend, behalve van de Galkemaheerd: deze bevindt zich naast de voordeur van nummer 51. We kunnen ons echter niet voorstellen dat dit de enige apparaten zijn in Beijum. De op de website van de Hartstichting vermelde AED-apparaten staan

namelijk alleen die van Philips, maar dat is niet de enige leverancier van AED-apparaten.

### Inventarisatie aanwezigheid AED

Om een duidelijk beeld te krijgen waar een AED te vinden is in Beijum, vragen we je medewerking. We willen graag weten in welke heerden er verder nog AED's zijn en waar ze zich bevinden. Ook van de AED's in de al genoemde heerden willen we graag de precieze locatie. We kunnen dan alle bekende AED's in kaart brengen en zo de dekkingsgraad in Beijum bepalen. Afgaande op de voorhanden zijnde informatie bevinden de AED's zich bijna allemaal in Beijum Noord; meer informatie over mogelijke locaties in Beijum Zuid lijkt daarom gewenst.

### Ook een AED in je heerd?

Ook een actie opstarten? Zamel dan samen met je burens geld in voor een eigen AED. Je krijgt een hoge korting van maar liefst 1550 euro op het Buurt AED-pakket: 1150 euro van Philips en 400 van Univé Buurtfonds. Loop deze korting niet mis! Nu met een hele mooie extra: een gratis basisreanimatietraining voor 6 personen als de AED hangt. Met Buurt AED maak jij je buurt eenvoudig veiliger. Start vandaag nog jouw actie! Meer informatie op [www.buurtaed.nl](http://www.buurtaed.nl). Hulp nodig? De Bewonersorganisatie Beijum helpt je graag op weg, want: met een AED kun je levens redden. Mail naar [info@beijum.org](mailto:info@beijum.org). Doen!



De doelstelling van de Bewonersorganisatie Beijum (BOB) is 'samen met andere betrokkenen werken aan een leefbaar Beijum'. De BOB neemt daarom deel aan Wijkvernieuwing Beijum, is trekker van het digitale Bewonersplatform en werkt samen met andere bewonersorganisaties.

Lid worden van de BOB? Meedoen met de werkgroep Groen, Grijs en Verkeer of de werkgroep Wijkvernieuwing Beijum? Wees welkom en meld je aan bij [bob@beijum.org](mailto:bob@beijum.org).



# Pagina's Wijkvernieuwing



## Aanpak Winkelplein West in Beijum

Samen met bewoners, ondernemers, organisaties en gemeente werken we aan de toekomst van Beijum, waaronder ook het Winkelplein West.

In de zomer van 2023 hebben we hiervoor een eerste schetsontwerp gepresenteerd. Ook zijn er naar aanleiding van deze eerste schets enkele vervolgesprekken geweest met ondernemers in en om het winkelcentrum in West. Daarnaast hebben we een parkeeronderzoek uitgevoerd.

### Groter geheel

De aanpassingen aan winkelplein West hangen nauw samen met de ontwikkelingen van Beijum-Oost. We willen het plan van aanpak voor het winkelplein zo veel mogelijk aan laten sluiten bij

de plannen van Beijum-Oost. En omgekeerd. Dat betekent dat we destijds hebben besloten met het vervolg van de aanpak winkelplein Beijum te wachten totdat we iets verder in het proces van Beijum-Oost zijn.

### Beijum-Oost

Bij het maken van een plan voor Beijum-Oost zijn veel partijen betrokken en spelen verschillende vraagstukken. Afgelopen periode zijn er extra onderzoeken uitgevoerd. Mede hierdoor vraagt het maken van een plan voor Beijum-Oost meer tijd dan eerder voorzien. De verwachting is nu dat we halverwege het jaar de eerste conceptplannen te kunnen presenteren.

### Start ontwikkeling aanpak winkelplein West

Dat betekent dat we ook weer verder kunnen met de aan-



pak van winkelplein West. De bedoeling is om het project in de loop van dit jaar weer op te starten. Wanneer het zo ver is, maken we dit in de wijk

bekend. Uiteraard organiseren we hiervoor ook weer bewonersbijeenkomsten en zullen we bewoners betrekken bij het proces.

We houden je van de ontwikkelingen op de hoogte.

## Takke(n)dag Iederswijk! Ontdek het terrein op 19 maart vanaf 14.00 uur

Op 19 maart aanstaande gaan wij samen op het Iederswijkterrein (naast het Heerdenhoes, Melsemaheerd 2) houtsnipperpaden leggen. De ideeën die wij als buurtgenoten willen uitvoeren in 2025 kunnen dan ook worden besproken.

Neem de takken en ander snoeiafval vanuit je tuin mee, dan kunnen we direct houtsnipperpaden maken met onze hakselaar. Om de leefomgeving van onder andere de egels te respecteren, willen we jullie vragen alleen takken te verzamelen uit je eigen tuin en **niet** vanuit bijvoorbeeld de Groene Long.

Hopelijk tot de 19e!

JOUW TAKKEN, ONZE HAKSELAAR: ZO MAKEN WE SAMEN EEN PAD VOOR HET IEDERSWIJK-TERREIN

# TAKKE(N) 19 MAART DAG VANAF 14.00

@ Iederswijk-terrein, naast het Heerdenhoes Melsemaheerd 2

ALLEEN SNOEIAFVAL UIT EIGEN TUIN zodat onze natuur (bijv. egels) gebruik kan maken van de takken daarbuiten.

Logo's: SKSG, KNGU, beweeg diploma

# Peutergym

## Gymnastics for toddlers

### الجمباز للأطفال الصغار

**Gratis Free مجاناً**

Wil jij ook leren balanceren, rollen, huppelen, klauteren, springen, vangen, gooien en zwaaien?

Do you also want to learn how to balance, roll, hop, climb, jump, catch, throw and swing?

هل تريد أيضًا أن تتعلم كيفية تحقيق التوازن، والتدحرج، والقفز، والتسلق، والقفز، والإمساك، والرمي، والتأرجح؟

**الاشترك - sign up - Aanmelden**

rodepimpernel@sksg.nl

050 - 549 6975.

Dinsdagochtend Tuesday morning صباح الثلاثاء

10:00 - 10:45

Het Heerdenhoes Melsemaheerd 2, Beijum

## Doe mee met Beijum Beweegt: ontdek ons nieuwe cursusaanbod!

Gratis 12-weekse bokslessen voor de jeugd!

Gratis 15-weekse cursus over een gezonde leefstijl!

Ben jij tussen de 8 en 16 jaar en wil je leren boksen, je conditie verbeteren en nieuwe vrienden maken?

Doe mee met onze gratis 12-weekse bokspilot! Of je nu een beginner bent of al wat ervaring hebt, je leert alle basisprincipes van boksen in een leuke en gezellige omgeving.

Meld je snel aan via onze website: [www.beijumbeweegt.nl/boksen-jeugd](http://www.beijumbeweegt.nl/boksen-jeugd)



**BEIJUM BEWEEGT!**

INFO@BEIJUMBEWEEGT.NL

**BEIJUM BEWEEGT!**

**JEUGD BOKSEN**

Doe mee met de boksgroep voor jeugd in Beijum! Onder leiding van onze enthousiaste trainster en bokser Margie leer je elke keer beter boksen. Goed voor geest en lichaam!

Elke vrijdag 15:00-16:00 Trefpunt jeugd

Aanmelden [www.beijumbeweegt.nl/boksen-jeugd](http://www.beijumbeweegt.nl/boksen-jeugd)



**BEIJUM BEWEEGT!**

START: 11 MAART 15:30-17:00

DICHTBIJ HUIS, IN UW EIGEN WIJK

NIET MOEILIK, MAAR SIMPELE KEUZES MAKEN

SAMEN MET ANDEREN, WANT DAT MOTIVEERT

**BEIJUM BEWEEGT!**

**LEEFSTIJLCURSUS**

Zet uw goede voornemens kracht bij en leer over onderwerpen, zoals voeding, beweging, slaap en ontspanning.

[WWW.BEIJUMBEWEEGT.NL/LEEFSTIJL](http://WWW.BEIJUMBEWEEGT.NL/LEEFSTIJL)

Wil jij meer leren over gezonde voeding, bewegen, ontspanning en slaap? Doe mee met onze gratis 15-weekse leefstijlcursus! Samen met anderen probeer je kleine stapjes te zetten om je steeds fitter te voelen. De cursus loopt van dinsdag 11 maart t/m 24 juni in het Trefpunt, van 15.30-17.00. Kijk voor meer informatie op [www.beijumbeweegt.nl/leefstijl](http://www.beijumbeweegt.nl/leefstijl) en meld je aan! Of mail je vragen naar [coby@ groningenbeweegt.nl](mailto:coby@ groningenbeweegt.nl).

## Welkom bij de Buurtacademie Beijum

Ontdek nieuwe vaardigheden, vergroot je kennis en zet je talenten in met ons diverse programma, georganiseerd door buurtbewoners en lokale organisaties. Deelname is gratis en alle activiteiten vinden plaats aan de Amkemaheerd 481-A. Voor meer informatie of om je aan te melden, neem contact op met Maggy Kruse via [m.kruse@werkpro.nl](mailto:m.kruse@werkpro.nl) of 06-25080096

### PROGRAMMA BUURTACADEMIE

#### Overzicht van februari/maart

- 25 februari** 09.30 - 11.30 **Back on your feet!** dag 1
- 04 maart** 09.30 - 11.30 **Back on your feet!** dag 2
- 11 maart** 09.30 - 11.30 **Back on your feet!** dag 3
- Stil staan bij jezelf: hoe gaat het nu, wat wil je en wat is belangrijk voor jou?** Wat hebben veranderingen in je leven je gebracht? Deze 3-daagse cursus biedt tijd en ruimte om hier aandacht aan te besteden, Cursus wordt aangeboden door Sedna Herstelacademie
- 11 maart** 19.00 - 21.00 **Duurzaamheidscafé x WerkBeij**  
Energieteam de Werkbeij legt uit hoe de centrale verwarming (cv) werkt en hoe je zelf de ketel kunt bijvullen, ontluchten en instellen.
- 18 maart** 19.00 - 21.00 **Bijeenkomst MAX**  
Ben jij ouder van een kind met ASS en wil je in contact komen met andere ouders? Kom dan naar deze bijeenkomst. Het is kans om ervaringen te delen van elkaar te leren.
- 20 maart** 16.00 -19.00 **Cook n Dine** thema: Antiliaanse keuken  
Ontdek onder begeleiding van Schieraida Akloe de Antiliaanse keuken. Kook mee en leer handige tips dit je meteen kunt gebruiken.
- 18 maart** 14.00 -16.00 **Workshop Laminaat leggen** dag 1
- 25 maart** 14.00 -16.00 **Workshop Laminaat leggen** dag 2  
Wil je zelf laminaat leggen en zorgen voor een mooie afwerking. Doe mee aan deze 2 daagse cursus.

Meer info? Aanmelden? Dan kun je mailen/appen/bellen naar:

Maggy Kruse ✉ [m.kruse@werkpro.nl](mailto:m.kruse@werkpro.nl) ☎ 06-25080096

Alle workshops vinden plaats aan de Amkemaheerd 481-A, tenzij anders vermeld.

## Buurt academie

### Ontwikkel jezelf dichtbij huis

Buurtacademie Beijum is dé plek om nieuwe vaardigheden te leren, kennis te vergroten en je talenten in te zetten. Bewoners en organisaties zorgen samen voor een divers programma, dichtbij huis.

Bekijk snel ons programma, deelname is gratis!

**Amkemakoepel**  
Amkemaheerd 481-A  
9736 KG Groningen

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

Wijkvernieuwing 'Beijum Bruist!' werkt aan een wijk waar iedereen tot zijn recht komt

en deelneemt aan de samenleving. Gemeente en woningcorporaties doen dat samen met bewoners, ondernemers en scholen.



[www.facebook.com/beijumbruist](http://www.facebook.com/beijumbruist)

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

## Met de mensen in gesprek gaan

### Vijf jaar armoedebeleid op maat

**Wat wil jij met je leven en hoe kan ik je daarmee helpen? Dat is de kernvraag die de buddies van de aanpak Kansrijk Groningen stellen aan mensen die leven in armoede. Dit in plaats van hen te vertellen wat hun rechten en plichten zijn binnen de geldende regels.**

door Willy Koolstra

Marloes de Bie, initiator en projectleider van Kansrijk Groningen, startte vijf jaar geleden in Beijum en Lewenborg met Kansrijk Oost. Uit eigen ervaring weet ze wat armoede is. Het beheerste tien jaar lang haar leven. Omdat ze graag schrijft, maakte ze samen met fotografe Caroline Penris het boekje *Hier valt niets te halen?*, met portretten van zeven Groningers die in dezelfde situatie zaten als zij. Ze vroeg zich af wat er dan nog wel is. Al deze mensen bleken krachtig en positief in het leven te staan. Deze portretten trokken de aandacht van de gemeente, die haar uiteindelijk de kans gaf om met Kansrijk Oost te beginnen, in een betaalde baan.

\*\*\*

Het gaat om maatwerk. Regels zijn meestal voor iedereen gelijk, maar niet iedereen is gelijk en wat voor de één werkt, hoeft de ander niet te helpen. Marloes nam contact op met de gemeente en na enige overtuigingskracht was het antwoord: 'Als jij het allemaal beter weet, dan ga je het ook zelf maar doen.' Daarna kreeg ze alle ruimte om haar ideeën uit te voeren. Ze noemt de namen van Els Bruinewoud en Minetta Koorstra. 'Het zijn heel leuke vrouwen, ik heb veel aan hen te danken. Ze waren heel betrokken en zijn dat nog steeds.'

Marloes gaat graag haar eigen gang. 'Ik ben zzp'er en wil zelf niet in dienst bij de gemeente. Vrijheid is belangrijk voor mij, ik ben sowieso een rebel, ik houd niet van bazen en structuren.

Gemeenten zijn gebonden aan wetten en regels, opgelegd door de landelijke politiek. Als ze te veel afwijken van wat voorgescreven is, komen ze langs vanuit Den Haag en kunnen ze een boete krijgen.'

#### Uit eigen ervaring

Marloes is communicatiedeskundige en taalwetenschapper. 'Ik was in de 40 toen ik in de armoede terecht kwam met mijn twee masters. Ik heb heel goeie banen gehad op hoog managementniveau. En kwam ik niet uit een risicogezin. Toch gebeurde het. In de armoede terechtkomen kan iedereen overkomen, ook buiten je eigen schuld.' Marloes noemt het voorbeeld van mensen die in gemeenschap van goederen zijn getrouwd. Blijkt je partner hoge gokschulden te hebben zonder dat jij dat weet, dan heb je een groot probleem als je gaat scheiden.

In die moeilijke tijd voelde Marloes zich overgeleverd aan anderen. Ze deed maar wat er gezegd werd. 'Je wordt afhankelijk gemaakt. Je bent opeens een van die mensen die lui zijn en niets willen. Dit terwijl je het gewoon niet meer weet. Ook deurwaarders hebben stereotiepe beelden van mensen met een krat bier naast de bank.'

Professionals die zich met armoede bezighouden, zijn meestal niet degenen die het probleem uit eigen ervaring kennen. Zij kennen dus niet de werkelijke impact ervan. Armoede beïnvloedt meerdere aspecten van je leven, zoals de kansen die je krijgt, het hebben van sociale contacten, je gezondheid en je zelfbeeld. Kansrijk Groningen werkt met buddies, mensen die zelf armoede aan den lijve hebben ondervonden en weten wat het met je doet. Zij begeleiden de deelnemers en stellen hun de vraag: wat wil jij? Hoe is het met je? Wat kan ik voor je doen?

#### Een prachtig rapport

'Ach Marloes, ik zit al zo lang in

de bijstand, ik ben achter in de veertig, wat heb ik nog te willen?' Deze uitspraak van een van de deelnemers aan het project maakte veel indruk op Marloes. 'Ik dacht, volgens mij een heleboel', zegt ze.

Deze deelnemer vertelde even later: 'O ja, ik ben ooit assistent-bedrijfsleider geweest in een grote winkel.' Marloes bood haar een gratis beroepskeuzetest aan. 'Zij schreven een prachtig rapport over haar, ze had hbo-niveau, maar was door allerlei omstandigheden in deze situatie terecht gekomen. Twee jaar geleden rondde ze een mbo-opleiding af, met financiële steun van de gemeente. Intussen was ze zelf ook buddy en op dit moment is ze een van de vijf betaalde projectmedewerkers in Kansrijk West. Zij begeleidt deelnemers, gaat mee naar presentaties en ondersteunt de projectleider in dat gebied. Het gaat erom mensen in hun kracht te zetten.'

Marloes zegt vaak trots te zijn op haar deelnemers en wat ze weten te bereiken. Vragen die ze weleens stelt zijn: 'Wie was je ooit? Wie wil jij weer zijn?'

'We werven geen buddies. Ze komen vanzelf, worden aangedragen of gespot. Je hebt er geen diploma's voor nodig, wel minimaal een mbo-denken- en werkniveau. Ze werken veel samen met professionals en hebben allemaal een achterwacht van Wij-teams, met onder anderen sociaal raadslieden, WMO-medewerkers en jeugd- en jongerenwerkers', vertelt Marloes. Er zijn op dit moment zesentwintig buddies. Sommige gezinnen blijken wel dertien hulpverleners te hebben. Deelnemers krijgen nu één buddy, die samen met de deelnemer de contacten met de instanties onderhoudt. Buddy en deelnemer maken samen een plan, waarin ze kleine, haalbare doelen stellen. Marloes: 'We zoeken uit wie bij wie past en zijn daar tot nu toe nog altijd in geslaagd.'

#### De belangstelling groeit

Om buddy te kunnen worden volg je eerst een basisprogram-



ma van acht trainingen bij de Buddy Academie en krijg je intervisie. Buddy's kunnen zelf thema's aandragen en krijgen ondersteuning bij wat ze tegenkomen, bijvoorbeeld verslaving of huiselijk geweld. Verschillende organisaties zijn gelieerd aan de Buddy Academie, waaronder deurwaarders, de Kredietbank en Werk en Participatie. Zij geven lezingen en hebben op hun beurt geleerd anders met hun cliënten om te gaan.

Tot nu toe zijn ongeveer driehonderd mensen geholpen in de leeftijd van 18 tot en met 62 jaar. Vanwege het grote succes volgden na Kansrijk Oost nieuwe projecten in andere delen van de stad, in totaal in elf wijken. Ook elders in het land groeit de belangstelling. 'Morgen komt de gemeente Den Haag bij ons op bezoek', zegt Marloes niet zonder trots. Ook steden als Rotterdam en Amsterdam en verschillende gemeenten in de provincies Friesland, Drenthe en Overijssel denken na over een eigen Kansrijk. De gemeente Smalingerland startte daarmee vorig jaar november.

#### Overweldigend

De bekendheid van het project is mede te danken aan schrijver en politicoloog Tim 's Jongers, die in zijn jeugd zelf veel armoede

gekend heeft. Hij houdt lezingen en schreef het boek *Armoede uitgelegd aan mensen met geld*, waarin Kansrijk Groningen beschreven staat. Ook volgens hem moet je, wanneer je het probleem echt anders wilt benaderen, met de mensen in gesprek gaan, niet óver hen, maar mét hen praten.

De telefoon gaat meerdere keren tijdens dit gesprek. De initiatiefneemster van deze aanpak blijkt een druk bezette vrouw. Op 10 oktober vorig jaar, tijdens het vijfjarig lustrum van Kansrijk, kreeg ze een koninklijke onderscheiding opgespeld door Eelco Eikenaar, wethouder van Armoede en Schuldenproblematiek. Ze is nu Ridder in de Orde van Oranje Nassau. 'In Den Haag kennen ze je ook al en het heeft Zijne Koninklijke Hoogheid behaagd', herhaalt ze de woorden van de wethouder tijdens de plechtigheid. 'Iedereen ging staan en het applaus duurde wel minuten. Ik vond het zo overweldigend en ik was heel trots', zegt ze. Ze loopt naar boven en komt met een donkerblauwe doos tevoorschijn met daarin het lintje en de rol met oorkonde. 'Ik vind het ook een medaille voor alle buddy's, alle Wij-teams, de coaches Werk en Participatie, de Kredietbank en natuurlijk iedereen eromheen vanuit de gemeente.'

## Kom tuinieren bij vereniging De Stapsteen

**Wil je het plezier ervaren van het zelf kweken van je eigen groenten? Ben je geïnteresseerd in het verdiepen van je kennis over het groeiproces en het verkennen van de wereld van agrarische landbouw? Dan nodigen we je uit om lid te worden van onze volkstuintvereniging: De Stapsteen!**

Dit seizoen, 2025 hebben we nog een paar plekken voor enthousiaste kandidaten die samen met ons een tuin willen huren. In onze volkstuin creëren we een gemeenschap waarin we niet alleen groenten verbouwen, maar ook kennis delen en elkaar inspireren. We bieden:

- een stukje grond in de buurt van Garmerwolde/Thesinge van ongeveer 100 vierkante meter waarop je je eigen groenten kunt kweken, van tomaten tot courgettes en alles daartussenin.
- de mogelijkheid om je te verdiepen in het groeiproces, van zaadje tot oogst, en waardevolle vaardigheden te ontwikkelen.
- een kans om je perspectief op de agrarische landbouw te verbreden en meer verbondenheid met de natuur te ervaren.

Of je nu een ervaren tuinier bent of net begint, bij De Stapsteen is iedereen welkom.

Samen creëren we een groene oase waarin we niet alleen



Volkstuinen

groenten laten groeien, maar ook vriendschappen en gemeenschapszin cultiveren. Interesse? Neem contact met

ons op via Andries Hof, 06-44066124 of akehof@gmail.com, en doe mee met onze tuinvereniging De Stapsteen!

## ACTIVITEITEN in de wijk

Samenstelling:  
**Marleen van Leeuwen**

### Ouderencafé

Het was weer gezellig bij het Ouderencafé op 10 februari. Zonder thema, maar met elkaar kletsen en spelletjes spelen.

### Atelierroute op 18 mei

Het voorjaar breekt aan: tijd voor een lente-wijkwandeling met prachtige beeldende kunst! Op zondag 18 mei organiseren wij een atelierroute in onze mooie wijk. Op die dag kunnen individuele kunstenaars hun atelier openstellen om hun werk te presenteren en ter verkoop aan te bieden aan het publiek.

### Voor professionele en amateur-kunstenaars

Deze atelierroute is deze keer, in het kader van verbinding, niet alleen bedoeld voor professionele beeldende kunstenaars, maar ook voor gevorderde amateurs. De deelnamekosten voor kunstenaars zijn 25 euro. Mocht je niet geselecteerd worden als amateur, dan worden deze kosten gerestitueerd.

### Locaties gezocht

Aangezien niet elke kunstenaar een atelier in de wijk heeft, zoeken we voor dit evenement locaties van mensen die het leuk vinden hun huis voor een dagje beschikbaar te stellen. De kunstenaar is die dag aanwezig om

### Forumbibliotheek Beijum

Contact met de overheid gaat steeds vaker digitaal. Heb je moeite met het gebruik van DigiD en wil je leren wat je er allemaal mee kunt? Meld je dan aan voor de gratis cursus DigiD, wat kan ik ermee?

De cursus bestaat uit drie bijeenkomsten. Samen met een docent ga je zelf aan de slag met oefeningen op een laptop van de bibliotheek. Zo leer je bijvoorbeeld hoe



### Nepagenten

De bijeenkomst over nepagenten met iemand van de politie vindt

gasten rond te leiden. Heb je een geschikte ruimte en vind jij dit wel een leuk avontuur? Draag jij de beeldende kunst een warm hart toe? Mail dan je naam, adres, e-mail en telefoonnummer naar [atelierroutebeijum@gmail.com](mailto:atelierroutebeijum@gmail.com) onder vermelding van: ruimte voor de kunst.

### Meld je aan

Wil je meedoen? Stuur dan Jolanda een mailtje met je naam, adres, e-mail en telefoonnummer, website en een



Schilderij door Catharina van Nieuwenhout

je veilig kunt inloggen met DigiD, hoe je online een afspraak maakt bij de Gemeente en hoe je online de juiste informatie kan vinden. Het is belangrijk dat je al een geactiveerde DigiD hebt voordat je meedoet aan de cursus. Heb je die nog niet? Laat het ons dan bij de aanmelding weten.

De cursus is op dinsdag 11, 18 en 25 maart van 14 tot 16 uur in de bibliotheek.

plaats op 10 maart en begint een uurtje eerder, om 15 uur.

### Verhalen vertellen

Op 24 februari - historicus en verteller Tonko Ufkes.

Het ouderencafé is iedere tweede en vierde maandag van de maand in het Heerdenhoes vanaf om 16.00 uur. Wees welkom!

Info: [t.z.smit@home.nl](mailto:t.z.smit@home.nl).

goede foto van je werk onder vermelding van: deelname atelierroute Beijum. Mailadres: [atelierroutebeijum@gmail.com](mailto:atelierroutebeijum@gmail.com).

De sluitingsdatum voor aanmelding is **7 maart**. We hopen op veel reacties,

**Catharina Nieuwenhout, beeldend kunstenaar, en andere vrijwilligers**

### De Wiershoeck

Op 22 februari vertelt Adinda Blom bij De Wiershoeck over

Chinese levenskunst. Het begint om 14 uur; inloop is vanaf 13.30 uur.

# 'Zin in leven'

acupuncturist Adinda Blom vertelt  
over Chinese levenskunst  
22 Febr aanvang 14:00, entree  
achterom, inloop 13:30

### Voorjaarsactie komt eraan!

**VOORJAARSACTIE ONDERHOUD GROENE LONG**

Zaterdag 1 Maart '25  
Inloop 9:00 uur, actie van 9:30 tot 12:00 uur  
Nadien een lunch

**DE GROENE LONG**

In het Trefpunt, Beijumerweg 17  
Aanmelden bij [werkgroepgroenelong@gmail.com](mailto:werkgroepgroenelong@gmail.com)

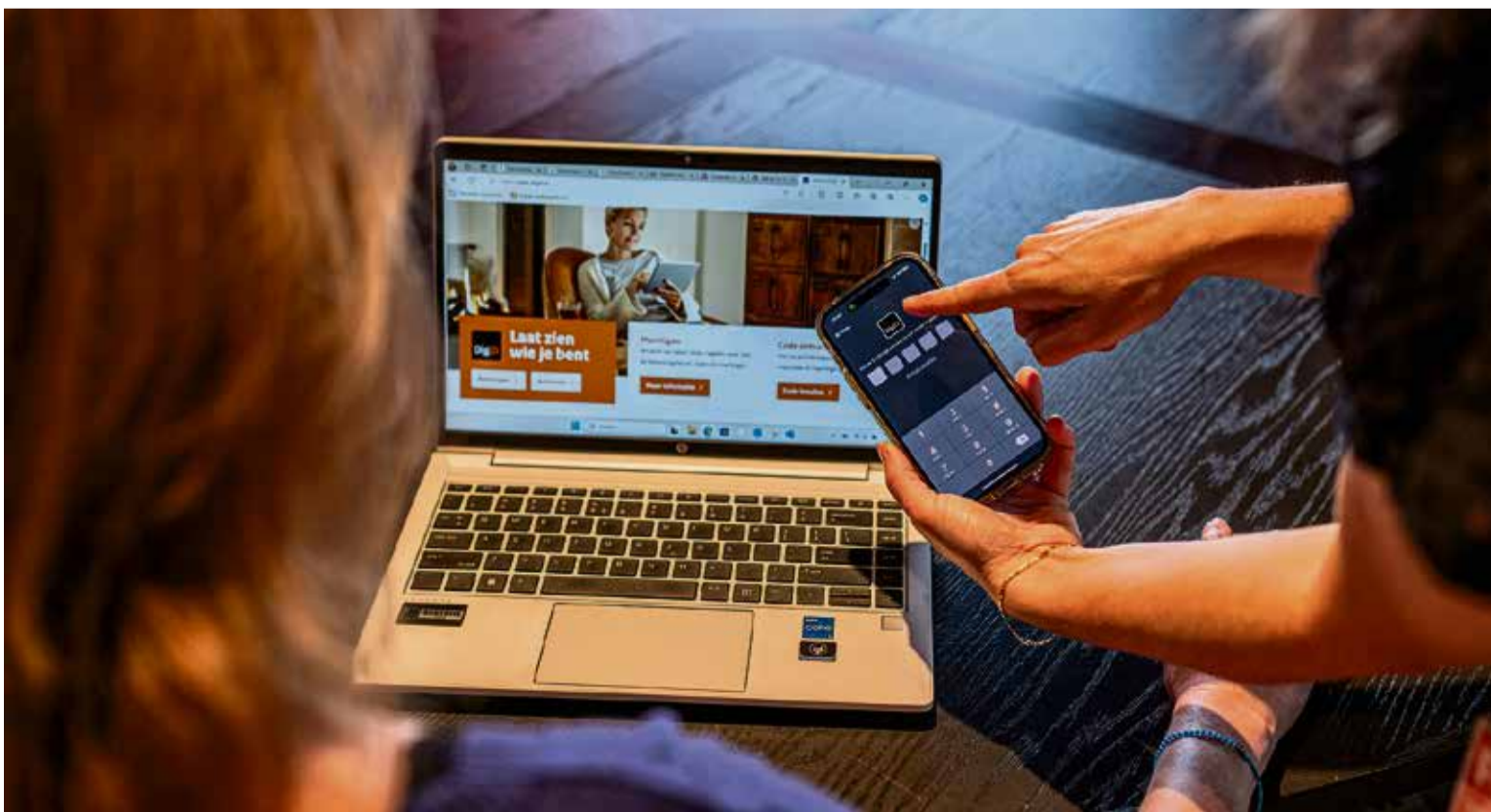
Wil je weten welke andere mogelijkheden er zijn op het gebied van digitale vaardigheden?

Kom dan naar het Digihuis. In het Digihuis kijken we samen welke cursus of welk spreekuur bij jou past. We bieden bijvoorbeeld (online) cursussen en informatie over de volgende onderwerpen:

- (beter) omgaan met een computer, tablet of telefoon
- veilig internetten
- aanvragen en inloggen met DigiD
- hulp bij WhatsApp
- handige apps voor op je telefoon
- de basis van Word, Excel en Powerpoint

Ben je nieuwsgierig naar wat het Digihuis voor jou kan betekenen? Kom gerust langs. Het Digihuis in Forumbibliotheek Beijum is iedere donderdag van 14 tot 16 uur geopend. Wil je meer informatie? Kijk dan op [forum.nl/hulp](http://forum.nl/hulp)

**Er zijn de komende tijd nog een heleboel andere activiteiten in de wijk. Zie hiervoor de flyers in deze krant.**



## Nieuws van de werkgroep Groene Long

### Planten: een wereld met verwarrende termen

*De wereld van planten is rijk en divers, maar het gebruik van verschillende termen voor plantensoorten kan verwarrend zijn. Dit komt doordat er verschillende soorten planten zijn die door de mens of de natuur in een ander gebied terecht komen dan hun oorspronkelijke biotoop. In dit artikel leggen we de betekenis uit van enkele termen.*

#### Exoot

Een exoot is een plant die van nature niet in een bepaald gebied voorkomt, maar daar is geïntroduceerd, vaak door menselijke tussenkomst. Dit kan zowel opzettelijk als per ongeluk gebeuren. Exoten kunnen afkomstig zijn uit andere regio's of zelfs van andere continenten. Een goed voorbeeld van een exoot in Nederland is de Berenklauw. Deze plant werd oorspronkelijk uit Azië geïntroduceerd voor sierdoeleinden en werd later in het wild aangetroffen. Exoten kunnen verschillende effecten hebben op het milieu. Sommige soorten passen zich goed aan en hebben weinig impact; andere verdringen inheemse planten en beïnvloeden de biodiversiteit.

#### Invasief

Een invasieve plant is een exoot die zich snel verspreidt en negatieve gevolgen heeft voor het ecosysteem waarin hij zich ves-



tigt. Invasieve planten kunnen de inheemse flora en fauna verdringen doordat ze sneller groeien, grotere hoeveelheden zaden produceren of beter bestand zijn tegen bepaalde omstandigheden. Een bekend voorbeeld van een invasieve plant in Nederland is de Japanse duizendknoop.

Invasieve soorten vormen een bedreiging voor de biodiversiteit, maar kunnen ook economische schade veroorzaken, bijvoorbeeld door verstopte waterwegen of het verzwakken van dijken.

#### Verwilderd

Een verwilderde plant is een soort die oorspronkelijk werd aangeplant of gekweekt, maar zich vervolgens in het wild heeft gevestigd en zich daar zonder menselijke hulp heeft verspreid. Verwildering gebeurt vaak bij tuinplanten die voor decoratie of voedselproductie zijn geïntroduceerd.



Een voorbeeld hiervan is de roos. Verwildering is minder problematisch dan invasie, omdat deze planten meestal niet zo agressief zijn in hun groei.

#### Uitgezaaid

Planten die zich hebben uitgezaaid, zijn meestal exoten of verwilderde soorten die zich door zaad hebben verspreid naar andere gebieden. Zaadverspreiding kan via de wind, dieren of water gebeuren. Soms worden exoten door mensen actief uitgezaaid, bijvoorbeeld voor landschapsbeplanting of in parken.

#### Aangeplant

Een aangeplante soort is een



plant die opzettelijk door mensen in een gebied is gezet. Dit kan gebeuren voor verschillende doeleinden: als sierplant, als voedselbron of als onderdeel van landbouw of bosbeheer. Aangeplante planten zijn vaak afkomstig uit andere regio's en kunnen, afhankelijk van hun soort, verwilderen of zelfs invasief worden. De reuzenbalsemien is afkomstig uit de Himalaya. Deze plant is een voorbeeld van een aangeplante soort die in sommige gebieden verwilderd en invasief is geworden.

#### Adventief

Adventieve planten zijn soorten die niet op natuurlijke wijze in een bepaald gebied voorkomen, maar die daar toevallig terechtkomen, bijvoorbeeld via de lucht, het water of op het oppervlak van andere planten of dieren. Adventieve soorten kunnen zowel exoten als inheemse planten zijn. Soms is het moeilijk te zeggen of een plant adventief of exoot is, omdat de plant per

ongeluk in een nieuw gebied kan komen en zich daar dan verder verspreidt.

#### Redenen om inheemse planten te gebruiken:

Onze wilde planten vormen een onmisbare schakel voor onze biodiversiteit. Veel Nederlandse insecten, vogels en vlinders lusten geen exotische planten. Ze zijn eeuwenlang samen geëvolueerd met de planten die van oudsher in Nederland voorkomen.

#### Conclusie

De termen exoot, invasief, verwilderd, uitgezaaid, aangeplant en adventief zijn verschillende termen om duidelijk te maken welke interactie de planten hebben met hun omgeving. In het licht van klimaatverandering en globalisering is het belangrijk om bewust om te gaan met de introductie van nieuwe plantensoorten, zodat we de balans in de natuur kunnen behouden en ongewenste gevolgen kunnen voorkomen.

Voor informatie en/of vragen kunt u contact opnemen met [werkgroepgroenelong@gmail.com](mailto:werkgroepgroenelong@gmail.com). Informatie over de Groene Long en de eerder gepubliceerde artikelen in *De Beijumer* zijn te vinden op <https://www.beijum.nl/werkgroepgroenelong>.

## Beijum Bij Elkaar

### Louis Sahetapy

**Dit is een man die leeft voor de muziek. De gitaren en een keyboard in de kamer laten zien waar zijn passie ligt. Als kind groot geworden in een Molukse barakkenkamp. Zo'n kamp was een kopie van de Molukse samenleving op de Molukken, vertelt Louis. Het was niet de bedoeling dat ze zouden integreren, want ze zouden immers teruggaan... Dat liep anders.**

*Tekst en foto: Jan Wedema*

Nu woont hij alweer vijftien jaar in Beijum. Bijna met pensioen en als vrijwilliger actief in het Odensehuis. Met vrienden hebben ze een stichting opgericht: Amalohy. Achter op het visitekaartje van de stichting staat: we brengen de vreugde van muziek naar ouderen en minder draagkrachtigen in zorgcentra en buurtcentra (zie FB: [www.facebook.com/Amalohysound](https://www.facebook.com/Amalohysound)). Louis schreef zelf dit prachtige verhaal over nostalgie en verbinding bij de foto's:

#### Een (tijds)beeld

De muziek van toen en nu: snaren, verlangen en herinneringen. Vandaag bracht iets bijzonders



– een glimlach, een vleugje melancholie, en een warm gevoel dat me even terugbracht naar vervlogen tijden. Dat alles dankzij de prachtige foto's van Jan Wedema. Zijn beelden deden meer dan het moment vangen; ze fluisterden verhalen, zoals muziek dat ook kan doen. Verhalen van verlangen, verbondenheid en alles wat diep in je hart leeft. Terwijl ik naar die foto's keek, hoorde ik een vertrouwde melodie in mijn gedachten. Afgelopen zondag speelde ik gipsy jazz met vrienden. De lucht trilde van de geest van Django Reinhardt en het Rosenberg Trio. Eén nummer, 'Nuages', bracht me terug naar een tijd die ik nooit zal vergeten.

Het waren de vroege jaren zeventig. Mijn Molukse vrienden en ik waren onafscheidelijk, net als onze gitaren. We trokken naar de dijken van Delfzijl, waar de



zee onze horizon was en de lucht vol dromen hing. Onze muziek vulde de zomere middagen en in die wereld van klanken waren we vrij.

De Eagles, Crosby, Stills, Nash & Young, en vooral Neil Young waren onze muzikale gidsen. Hun muziek verbond ons, maar ze deed meer. Ze trok ook anderen aan.

Vaak waren er meisjes bij ons die onze muziek wisten te waarderen. Ze luisterden, hun ogen vol nieuwsgierigheid, en soms zongen ze zachtjes mee. Hun glimlach, een blik van waardering of een onverwacht compliment gaf onze muziek een extra dimensie. Het maakte die middagen onvergetelijk.

Muziek was onze taal en in die taal vonden we elkaar, ook als woorden tekortschoten.

Ik herinner me die momenten zo levendig. Urenlang speelden we, onze stemmen en gitaren verweven in harmonieën. Neil



Young had een speciale plek in ons hart. Zijn breekbare melodieën en eerlijke teksten raakten een snaar in ons allemaal. 'Heart of Gold' en 'Old Man' waren meer dan liedjes; ze werden deel van wie we waren, van wat we voelden, maar misschien niet durfden te zeggen.

Die zomere middagen op de dijk waren gevuld met muziek, gelach en blikken die meer zeiden dan woorden ooit konden. Soms voelde het alsof mijn gitaar niet alleen tegen de wind speelde, maar ook een verhaal vertelde dat werd gehoord door iedereen die daar was – misschien vooral door die meisjes die onze muziek deelden en ons lieten voelen dat wat we deden iets betekende.

Vandaag, terwijl Jan zijn lens op mij richtte, voelde ik die herinneringen weer naar boven komen.

De gipsymuziek van zondag, de warme zomere middagen met mijn Molukse vrienden en de glimlach van die meisjes – alles kwam samen in de snaren van mijn gitaar.

En ergens hoop ik dat die momenten, die melodieën, nog steeds ergens voortleven. Misschien hoor je het nog, in de stilte tussen de noten, in de echo van een lied. Want muziek is een brug. Het is een manier om te verbinden, om harten te raken en verhalen te delen, zelfs na al die jaren.

#### Louis Sahetapy

**Voor het fotoproject Beijum Bij Elkaar fotografeer ik Beijumers met roots all over the world. Wil je meedoen?**

**Stuur dan een mailtje naar [j.wedema@gmail.com](mailto:j.wedema@gmail.com). Zie voor meer info: [janwedema.nl](http://janwedema.nl).**



# KRUID EN ONKRUID IN STAD EN OMMELAND

## Jeneverbes

(*Juniperus communis*)

*Afen toe heb je behoefte aan stilte. Hier in Beijum is het geluid van de snelweg, verkeer op de wijkkring, knetterende brommers of ontploffende rotjes nooit ver.*

door kruidenvrouw Saskia Nieboer

Maar je hebt plekken waar de omgevingsgeluiden als het ware worden opgeslorpt – grote heidevelden bijvoorbeeld, of een pinetum. Het lijkt wel of je daar in een andere dimensie bent, omgeven door naaldbomen, met enkel groen om je heen... Heerlijk! Wist u trouwens dat er zowel in Lewenborg als in de Hortus in Haren een mooi pinetum is?

### Bijzondere conifeer

De jeneverbes is een conifeer uit de cypresfamilie, met heel veel fijne naaldjes waartussen, als je goed kijkt, soms de zwart-paarse jeneverbessen te vinden zijn. De struik zal nooit zo hoog worden als een den, maar het is wel een indrukwekkende verschijning: meestal gedrongen en bijna afwijzend, met alle takken dicht tegen de hoofdstam aan, maar ook weleens op de grond kruipend, zoals de jeneverbesstruik



Jeneverbes

in de duinen bij Zeegse, die een doorsnede van 20 (!) meter heeft.

In Nederland was de jeneverbes beschermd tot 2017, maar gelukkig gaat het inmiddels beter met de struik dan oorspronkelijk gevreesd werd. Jeneverbes houdt van zon en ruimte, de bestuiving gebeurt via de wind en alleen de vrouwtjes krijgen bessen. Dat zijn eigenlijk helemaal geen vruchten, maar een soort zaadschubben, net als bij een dennenappel. Alleen zijn deze schubben vlezig en kunnen we ze eten... Hebt u er weleens eentje geproefd? Het is een ware smaaksensatie, heel krachtig en toch ook een beetje zoet...

### Powerbes

Een jeneverbes doet er twee tot drie jaar over om te rijpen. Het eerste jaar is er alleen een



bloempje, met een begin van een groen besje; pas in het tweede jaar wordt dat besje groter en krijgt het die typerende paars-zwarte kleur. Geen wonder dat er zo veel kracht in zit! Hoewel het lastig en pijnlijk is om ze tussen de naaldjes uit te plukken, hebben jeneverbessen een lange geschiedenis. De

opvallende en enorm sterke smaak betekent dat er onder andere veel etherische olie in zit. In vroegere tijden waren de bessen daarom onontbeerlijk bij het maken van zuurkool; ze werden toegevoegd om ongewenste bacteriën en schimmels te doden. Ook gingen ze door de marinade voor wild en werd er drank mee gestookt (genever/gin). Maar het meest begeerd was het aromatische hout. De rook moest beschermen tegen de pest, maar was ook geliefd voor het roken van vlees en vis. Om die reden werd de struik in de vorige eeuw bijna uitgeroeid. De toekomst van de jeneverbes is helaas niet zeker. Hij kiemt het liefst op stuifzand en dat is, na meerder natte zomers, in onze streken amper nog te vinden. Bovendien is veel grond te zuur en zijn konijnen gek op jonge struikjes. Gelukkig eten grote lijsters de bessen graag en verspreiden zo het zaad, dus er is hoop.

### Apotheekje in één bes...

Een bes van de jeneverbes bevat een explosie aan inhoudsstoffen en dat verklaart de Duitse naam: Wacholder, wakkerhouder. In oude boeken wordt de bes genoemd voor vele doeleinden, van duivels uitdrijven en overledenen weer tot leven brengen

tot urineweginfecties, reuma, jicht en spijsverteringsklachten. Nog steeds voegen we wat gedroogde, geplette jeneverbessen toe aan thee voor de urinewegen en het maag-darmkanaal. Het is een uitstekende bloedzuiveraar en het helpt je lichaam in de strijd tegen bacteriën, virussen, schimmels en parasieten. Pure jeneverbesthee is te heftig, daar zou je last van kunnen krijgen, dus gebruik de bes in een kruidenmengsel of kook een paar bessen mee met het eten. Etherische olie van de jeneverbes werkt uitermate desinfecterend, maar is te sterk om in te nemen. Verdamp een paar druppels in een geurlampje bij verkoudheid, misselijkheid of hoofdpijn.

### Net koffie, maar dan zonder cafeïne

Om u alert te houden tijdens een autorit of bij andere klussen die extra concentratie vragen, mengt u vijftien druppels etherische jeneverbesolie met een theelepeltje zout tot de olie helemaal is opgelost. Doe dit zoutmengsel in een sprayflesje van 100 ml en vul het flesje verder met jenever. Goed schudden voor gebruik. Spray als u wat dof of slaperig wordt enkele pufjes boven uw hoofd (niet in de ogen!) of doe een dutje...

## Natuurfoto van de maand

**Gert-Jan Rodenboog** fotografeerde deze torenvalk in een meidoornstruik nabij het GVAV-terrein.

Het is een mannetje; dat kun je zien aan de blauwgrijze staart met een zwarte band aan de onderkant en aan de blauwgrijze kop. Het vrouwtje heeft een bruine kop en een bruine staart met zwarte strepen. Torenvalken kun je het hele jaar zien; ze trekken niet weg in de winter. Wel komen er 's winters torenvalken bij die uit noordoostelijke streken afkomstig zijn en in ons land het koude jaargetijde doorbrengen. Kenmerkend voor de torenvalk is het zogenoemde 'bidden'. Daarbij hangt hij op één plek in de lucht, de grond af speurend naar muizen en andere prooien. Deze manier van jagen kost veel energie, omdat de torenvalk hierbij voortdurend met zijn vleugels op en neer slaat. Behalve muizen eten torenvalken ook kleine vogels en grote insecten. Ze jagen niet alleen door te bidden; je ziet ze ook wel in een lage glijvlucht over een terrein vliegen of zittend opeen uitkijkpost, vanwaar ze hun omgeving goed in de gaten houden. Anders dan sommige andere valken vangt de torenvalk nooit vogels in de lucht. Daarvoor is hij niet snel genoeg. Broeden doen torenvalken in holle bomen en oude kraaien-nesten, maar bijvoorbeeld ook op hoge gebouwen en in nest-

kasten. Het vrouwtje legt vier tot zes eieren, die ze in een kleine

maand uitbroedt. De jongen worden nog een aantal weken gevoerd. Een tijdlang ging het niet zo

goed met de torenvalken in ons land, maar de laatste jaren is het tij gekeerd en nemen de aantallen weer toe. Gelukkig maar.

**Meer foto's van Gert-Jan vind je op zijn eigen Facebookpagina, Foto Rodenboog, en op Vogels in en rond Beijum.nl.**



## Uit het verleden van Beijum

**Onze mooie wijk Beijum bestaat alweer meer dan veertig jaar. In al die jaren is er veel gebeurd. En wie de geschiedenis van de wijk waarin zij of hij woont een beetje kent, is vaak meer betrokken bij de eigen leefomgeving.**

Begin jaren tachtig werden meerdere scholen opgericht in de toen nog nieuwe wijk Beijum. Een daarvan was De Kleihorn,

aan de Fultsemaheerd; we schrijven het jaar 1983. Beijum stond destijds bekend als de kinderrijkste wijk van Nederland. Dat is af te zien aan de schoolfoto van De Kleihorn die in 1988. Wat veel leerlingen!

De opening van de school werd in 193 opgetekend door Nieuwsbrief Beijum, de voorloper van de *Kwieke Kwaker*. Na de *Kwieke Kwaker* kwam *De Beijumkrant* en

tegenwoordig hebben we *De Beijumer*.

Bloeiende tijden. Ondertussen is de wijk aan het vergrijzen...

**Heeft u aanvullende informatie over de foto's? Tips en/of achterliggende informatie zijn welkom. Ook worden lezers uitgenodigd om historische foto's in te zenden. Criterium: ze moeten minstens vijftien jaar oud zijn. Mailadres: [redactie@debeijumer.nl](mailto:redactie@debeijumer.nl)**



## Open Dag Kindcentrum Het Palet

**Kindcentrum Het Palet biedt opvang samen met onderwijs aan. Kinderen kunnen terecht op Het Palet van 2 tot 12 jaar; zo is er een doorgaande leerlijn waarin het kind centraal staat.**

Wij gaan erop uit in Gods kleurrijke wereld, waarbij kinderen de ruimte krijgen om zichzelf te ontwikkelen. Ze ontdekken wie ze zelf zijn, wie de ander is en hoe wonderlijk de wereld is gemaakt. Een kindcentrum waar we ons één voelen door ons geloof in God en waar er volop ruimte is voor je eigen kleur, je kwaliteiten en talenten. We hebben op ons kindcentrum leerlingen vanuit verschillende wijken in Groningen, van Beijum en Lewenborg tot aan Meerstad. Dit is wat onze school in deze wijk uniek maakt.

### Open dag

Het Palet zet op woensdag 19 maart 2024 haar deuren open.

Bent u op zoek naar een peuteropvang en/of basisschool voor uw kind? Dan bent u van harte welkom om de sfeer te proeven en gaan we graag met u in gesprek.

De Open Dag is van 10 tot 14 uur. We zien je graag aan de Froukemaheerd 1 te Groningen. Meer informatie leest op u op [www.hetpalet-groningen.nl](http://www.hetpalet-groningen.nl) en [www.kleurrijkkinderopvang.nl/hetpalet/](http://www.kleurrijkkinderopvang.nl/hetpalet/)



## Vrede, Damai

**Op vrijdag 17 januari wandelen wij ons in het verre oosten, in een zwoele zomernacht onder de palmbomen. En wij voelden ons ondergedompeld in allerlei spannende geluiden van het bos en de dieren daarin. Ons oor werd tegelijkertijd gestreeld door mooie gamelanmuziek.**

door Marjo Middelkoop

Wij waren getuigen van een echte Wajangvoorstelling in Het Heerdenhoes. Een vertelling over de levensboom, over schenken en ontvangen, over hoop en verwachting, over

vertrouwen en nog veel meer (zie hiervoor ook de vrije uitbeelding van de levensboom bij dit verslag).

Het verhaal ook over vervuiling van de zee en over de visser Jonno, die ondanks zijn hongerge maag zijn gevangen vis Damai (Vrede) de vrijheid weer gaf en daarvoor door deze wonderlijke vis zeer rijkelijk beloond werd. En ook het hele arme vissersdorp werd gelukkiger.

Wij als publiek waren stil ontroerd door dit mooie spel. Dat met zo weinig middelen zoveel aangeroerd kan worden! Na afloop van de voorstelling

mochten de kinderen uit het publiek hun eigengemaakte wensvissen laten zien, wat ze vol enthousiasme deden.

Met dank aan alle medewerkers: de organisatie, de verhalenverteller, de schimmenmakers, de schimmenspelers, de mooie muziek- en lichtverzorging van AMALOHY Sound & Equipment, de schimmen, de kinderen met hun eigen wensvissen, de kidsclub, de kok die de heerlijke soep maakte en vele anderen.

Speciale dank gaat uit naar het witte laken op de kapstok. Zonder deze bijdrage was de voorstelling niet mogelijk geweest.

## Taalondersteuning basisschoolkinderen

**Kinderen van de basisscholen uit Beijum kunnen op donderdagmiddag na schooltijd meedoen aan de taalactiviteiten van Together Groningen in De Bron.**



Op speelse wijze gaan kinderen onder begeleiding van vrijwilligers aan de slag met (begrijpend) lezen en het vergroten van hun woordenschat. Eventueel kunnen kinderen hun huiswerk meenemen of bijvoorbeeld werken aan hun spreekbeurt. Ook ontmoeten we de ouders graag in de oudergroep. De oudergroep is een plek waar moeders en vaders welkom zijn om hun verhaal te doen en waar ze in gesprek met elkaar informatie en

ervaringen kunnen delen. Deze groep wordt begeleid door een oudercoach. Deelname aan Together Groningen is gratis.

Kan jouw kind wel wat hulp gebruiken bij taal? Of wil jij het team van Together Groningen versterken en een groepje kinderen ondersteunen bij taalactiviteiten? Je bent welkom!

Neem contact op via [contact@togethergroningen.nl](mailto:contact@togethergroningen.nl) of 06-33260324.



Beginner Friendly

# FREUBEL INLOOP

DONDERDAGAVOND 19:00 - 21:00

27 FEBRUARI  
VOEDERBOLLEN MAKEN

13 MAART HAKEN

27 MAART BOETSEREN

10 APRIL COLLAGE PLAKKEN

24 APRIL ACRYLIC POURING

ALLE WORKSHOPS ZIJN  
OP BEGINNERS NIVEAU EN  
VRIJ TOEGANGELIJK

MELSEMAHEERD 2, 9736 EM GRONINGEN



# Bingo

Voor volwassenen  
19:00- 21.00 uur

Bingo boekje €2,50



HEERDEN  
HOËS


24 februari	28 april
31 maart	26 mei
	30 juni

# COOK & DINE

25 FEBRUARI  
16.00 - 19.00

KENNISMAKEN MET  
DIVERSE KEUKENS

Thema: Too good to go! Door: Schieraida  
*Creatief koken en tegelijkertijd verspilling tegen gaan*



**Buurt  
academie**

Meld je aan door op werkdagen te mailen,  
WhatsAppen of bellen naar Maggy Kruse  
✉ m.kruse@werkpro.nl ☎ 06-25080096

# COOK & DINE

20 MAART  
16.00 - 19.00

KENNISMAKEN MET  
DIVERSE KEUKENS

Thema: Antiliaanse keuken Door: Schieraida  
*Samen een kijkje nemen in een zeer diverse keuken*



**Buurt  
academie**

Meld je aan door op werkdagen te mailen,  
WhatsAppen of bellen naar Maggy Kruse  
✉ m.kruse@werkpro.nl ☎ 06-25080096

## Zeker op de been

**'Je weet dat de ouderdom heeft toegeslagen als je vooroverbuigt om je veters vast te maken en je jezelf afvraagt wat je nog meer zult doen nu je beneden bent.'**  
(Uit: Oeps, een Senioren-moment)

door Marleen van Leeuwen

Ik neem wel eens een 'afslag' naar rechts of naar links als ik eigenlijk gewoon rechtdoor wil lopen. In balans blijven, steviger op je benen staan en vooral niet vallen, dat is naarmate je ouder wordt steeds meer van belang. Daarom ging ik op 16 januari naar Het Heerdenhoes samen met zo'n vijftig andere ouderen voor de bijeenkomst Voorkom vallen/Kom in beweging, om je balans, spierkracht en valrisico te testen. Met voorlichting over de valpreventie- en beweeg-

programma's In Balans en Vallen Verleden Tijd.

### Testen

Mattie Oostra, coördinator Valpreventie bij de gemeente Groningen, gaf een korte inleiding, waarna we aan de slag gingen met de vijf tests. Aan het einde daarvan kregen we een punten-telling met een advies.

Er zat veel variatie in de tests, waaronder een looptest op een valrisico-mat (hoog, matig of laag), een handknijpkrachttest (hoe zit het met je spierkracht?) en de balanstest. Lukt het om stil te staan in 'tandemstand', de ene voet voor de andere? Probeer het zelf maar eens, mij lukte dit laatste totaal niet...

### Advies

Al die tests leverden een aantal adviezen op. Waarbij de belangrijkste toch wel is: blijf bewegen!



'Wandelen, fietsen, tuinieren of dansen: doe iets actiefs waar u plezier in heeft.' In Beijum zou dat een van de activiteiten van Beijum Beweegt! kunnen zijn – of het nu wandelen of ouderengym is. En samen bewegen is veel leuker!

De eerste groepscursus In Balans is met veertien deelnemers inmiddels begonnen in Beijum en er is ook al een wachtlijst!

### Veilig op de been blijven

Ondertussen kunt u zelf natuurlijk ook werken aan het verminderen van de kans om te vallen door:

- **het verbeteren van uw evenwicht en spierkracht**
- **te checken of uw medicijnen het risico op vallen verhogen**
- **lekker en gezond te eten**
- **voor genoeg licht in huis te zorgen**

## Voorkom vallen Kom in beweging

**In Balans is een groepscursus die wordt gegeven door een fysiotherapeut. De cursus duurt dertien weken en bestaat uit drie cursusbijeenkomsten en tien weken trainingsbijeenkomsten (twee keer per week een training).**

**De cursusbijeenkomsten bestaan uit handige oefeningen, tests en informatie over bewegen en evenwicht. Tijdens de trainingsweken doe je prak-**

**tische oefeningen op je eigen niveau. Deze oefeningen zijn gebaseerd op de principes van tai chi en zijn erop gericht om je evenwicht en spierkracht te verbeteren.**

**Vallen Verleden Tijd is een vijf weken durend trainingsprogramma waar leren vallen en bewustwording en lopen op diverse ondergronden en hindernissen centraal staan.**



- **goede stevige schoenen te dragen**
- **voor een veilige thuissituatie te zorgen (geen losse snoeren en kabels bijvoorbeeld).**

En heeft u een rollator, zorg dan dat die op de juiste stand staat (recht op lopen!) en dat u weet hoe u hem moet gebruiken. Want uiteindelijk willen we alle-

maal zo lang mogelijk gezond en zelfstandig blijven.

**Kijk voor meer informatie, o.a. over toekomstige opties om een van de cursussen te volgen, op [www.sport050.nl/voorkomvallen](http://www.sport050.nl/voorkomvallen).**

**Of mail Mattie Oostra, coördinator Valpreventie: [voorkomvallen@groningen.nl](mailto:voorkomvallen@groningen.nl).**

## Het gesprek aangaan met Beijumers

**In januari is de Mensplekkaravaan samen met de werkgroep Ouder worden in Beijum op pad geweest in de wijk. We zijn in gesprek gegaan met bewoners bij het Heerdenhoes en in**

**Winkelcentrum West over hoe zij Beijum beleven.**

### De plekken/de wijk

Uit deze gesprekken zijn meerdere beelden ontstaan, zoals de

kaart van Beijum met gebouwen waar activiteiten plaatsvinden. Veel bewoners die wij spraken, waren bekend met de meeste van deze plekken en kwamen regelmatig op één of meerdere plekken.

Hoewel al deze plekken met veel liefde werden besproken, waren de meningen over de wijk in z'n geheel uiteenlopend. Mensen die al lang in Beijum wonen, spraken over de leegstand en het verdwijnen van



V.l.n.r.: Hans Elzinga, Melvin Boelens, Ylva Punt en Marcella Stam

voorzieningen. De krappe huizenmarkt die voor scheve wo-

ningssituaties zorgt. Een tekort aan activiteiten voor de jeugd, rompslomp bij de gemeente.

### Liefde voor Beijum

Hoewel er frustratie heerst op veel vlakken, praten de bewoners wel met veel liefde voor Beijum. Een persoon noemde Beijum zelfs 'de beste achterstandswijk ter wereld'. Kwesties in de wijk kunnen niet door één persoon opgelost worden. Ook ouder worden doe je niet alleen, maar samen.

We hopen dat we met de tekeningen het netwerk vol mogelijkheden kunnen laten zien en tegelijkertijd de problemen waar bewoners tegen aan lopen.

**Op een later moment spreken we samen met de werkgroep Ouder worden in Beijum over de resultaten van de gesprekken bij de Mensplekkaravaan.**



## Jeugdwerk WIJ Beijum

**Een stukje in de krant vanuit het jeugdwerk WIJ Beijum met leuk nieuws.**

Al jaren zijn wij te vinden in een ruimte in Het Trefpunt met De Schatkamer en de avondsoos. Nu was deze ruimte wat verouderd en was het tijd voor een upgrade. Samen met de jeugd hebben we gekeken wat zij graag zouden willen en wat onze wensen waren. Voor deze gezamenlijke wensen hebben wij geld aangevraagd bij de Rabobank en dit hebben wij toegewezen gekregen! De komende tijd zullen we de ruimte nog mooier maken en nieuwe materialen bestellen. We hebben inmiddels al een bank, twee zitzakken, een nieuwe ps5, twee make-up tafels en drie vr-brillen aangeschaft.

Ben je benieuwd hoe de ruimte eruit gaat zien? Op woensdagmiddag hebben we de 'middagsoos' van 15 tot 17 uur. Ben je tussen de 9 en 14 jaar, dan kan je zo binnen komen lopen.

Ben je 12 jaar of ouder, loop dan gezellig binnen bij de avondsoos op woensdag van 19 tot 21 uur en op vrijdag van 19 tot 21.30 uur.

Nieuwsgierig naar alle activiteiten van het jeugdwerk? Bij het jeugdwerk is alle jeugd welkom! Alle wekelijkse activiteiten, zoals De Parels, de meidenmiddag en De Bijtjes, staan op [www.check050.nl/beijum](http://www.check050.nl/beijum).



Daarnaast bieden wij ook vakantieactiviteiten aan. Hiervoor kunt u uw kind inschrijven. Soms wordt er een kleine bijdrage gevraagd. Wanneer u uw Stadspasnummer doorgeeft, krijgt u na de activiteit uw geld terug. Afgelopen voorjaarsvakantie zijn we naar het springkussenfestival geweest en hebben we bingo gespeeld, gezwommen en geschaatst!

Volg ons ook via Facebook: jeugdwerk wij Beijum en Instagram: wij Beijum jeugdwerk.

### Gedicht | Max 03-02-2025

*Wat als je lichaam niet meer wil  
maar je hoofd altijd vrolijk  
en nietsvermoedend  
je zware lijf vooruit blijft slepen  
poot voor poot  
langzaam maar zeker ga je achteruit  
botten, spieren  
maar je blijft rennen  
geeft niet op  
pakt balletjes  
wandelt kwispelend  
je laatste rondje door het park.*

*Je baasje met licht gebogen schouders achter je  
de groene lijn tussen jullie in  
routineus zetten jullie de stappen  
die je elke dag samen zet  
voor de laatste keer klim je het trapje op  
langzaam zie ik je kwispelende staart verdwijnen  
tussen de struiken  
ik blijf staan  
een eindje verderop – stukje straat, brug over –  
zie ik je weer blij achter de bosjes vandaan komen  
je baasje wacht geduldig op al het gesnuffel  
zijn blik oneindig op jou gericht  
je loopt verder  
en verdwijnt uit mijn zicht.*

*Ik heb enkel jouw geur en blonde haren  
op de mouwen van mijn vest  
en duizenden foto's op mijn telefoon  
zelfs je allerlaatste blaf staat op film  
zacht en blij voordat je met een hupje op je bal  
afspringt  
en hem naar mij toebrengt  
trots en terughoudend  
want geven doe je – na honderd jaren oefenen –  
eigenlijk toch liever niet.*

*Pianomuziek vult warm de ruimte  
mama zit te breien  
haar ogen constant op jou gericht  
rood en waterig  
papa zit in zijn stoel – die precies vandaag, na tien  
jaar, kapot is gegaan –  
en haalt je aan  
niet één keer  
maar oneindig  
het zijn de laatste knuffels van jouw hondenleven  
12,5 jaar lang was je mijn vriendje  
van ons allemaal.*

*Altijd blij, enthousiast  
met ogen alsof je wijzer was dan wie dan ook  
een hond om gek op te zijn  
het idee dat je er nu niet meer bent is niet te bevatten.*

*Je bent nog overal  
jouw haren dwarrelen rustig door de lucht in de  
woonkamer  
glinsterend in het waterige winterzonnetje dat  
naar binnen schijnt  
totdat ze zachtjes landen op de vloer, het kleed en  
de leuning van de bank.*

*Om 15.15 ben je rustig ingeslapen  
met mensen die het meest van je houden  
op een kleed op de grond.*

*Ik hoop dat er een hondhemel is  
waar je Tobi ontmoet  
en dat je weer tussen de poten van Dorkas kruipt  
en zo vanavond rustig slaapt  
zonder pijn  
en met een heel mooi hondenleven achter je  
met ontzettend veel mensen die van je houden  
– en dat blijven doen.*

*De groene lijn met een langzame beweging  
op het haakje  
de dwarrelende blonde licht gekartelde haartjes  
rustig opgeveegd  
knuffeltjes terug in het bakje.*

*Als je iets uit liefde doet – is het altijd goed  
ook al voelt dat soms niet altijd zo  
het was moeilijk  
maar het is goed zo  
Max: een hond om gek op te zijn.*

**Margit Hulzebos**



## Ingezonden brief

### Verkeersdrempels

*Ik deed vandaag boodschappen bij de Stoepemaheerd en toen zag ik een affiche voor een petitie tegen de kortgeleden aangelegde verkeersdrempels. Hierdoor was ik geïntrigeerd, omdat ik zelf een groot voorstander ben van de verkeersdrempels. Na wat onderzoek vond ik de petitie, die terugleide naar een column in De Beijumer van 18 december. Met deze brief wil ik graag wat tegengas geven aan deze column en petitie.*

*Zelf woon ik aan het begin van de Mudaheerd en ben geen eigenaar van een auto. Als ik naar de stad moet, doe ik dat met bus of fiets. Ik ben heel blij met de nieuwe verkeersdrempels omdat auto's veel moeten afremmen om er veilig overheen te komen. Hierdoor is het als voetganger of fietser veel veiliger oversteken.*

*De petitie zegt dat er geluidsoverlast van komt, maar ik heb geen last gehad van piepende remmen of auto's die direct erna weer optrekken. Omdat de auto's niet zo hard optrekken en remmen als in de column wordt beweerd, is het ook niet zo ontzettend vervuilend. En zelfs als het vervuilend zou zijn, is het inderdaad niks tegenover de oostelijke ringweg en heb ik liever minder (dodelijke) verkeersongelukken dan minder extra schadelijke stoffen in de lucht.*

*Ook denk ik niet dat er minder aandacht zal zijn voor voetgangers door deze maatregel, omdat de auto's langzamer rijden en er dus meer tijd is om te kijken naar overstekende voetgangers. Over de ergernis waardoor mensen harder gaan rijden, kan ik niet veel zeggen, maar ik denk dat het wel meevalt, omdat ik het anders wel had gemerkt door het optrekpatroon. Ik snap dus de redenen tegen de verkeersdrem-*

*pels niet, buiten dat het automobilisten zijn die niet graag willen afremmen en er andere redenen voor willen vinden.*

*Al met al zou ik het jammer vinden als de verkeersdrempels zouden verdwijnen.*

*Met vriendelijke groet,  
Dries Tielemans*

Ter aanvulling: Jan Bos ontving bij navraag van verkeersdeskundigen van de gemeente de volgende toelichting.

*'Bedankt voor uw melding met betrekking tot de drempels aan de Amkemaheerd. Naar aanleiding van uw melding hebben we de situatie bekeken. In deze mail geven wij graag onze reactie. De drempel is bewust op deze locatie geplaatst. De drempel zou anders aan de andere kant van de zebra moeten worden geplaatst, want een drempel op een kruispunt is technisch niet mogelijk. De drempel aan de andere kant van het zebraad plaatsen heeft een ander nadeel. Dat heeft namelijk te maken met de bushalte. Als we daar een drempel plaatsen kunnen auto's er omheen rijden. Verder plaatsen we de busdrempels altijd naast elkaar en niet één drempel aan de ene kant van het kruispunt en andere drempel aan de andere kant. Als wegbeheerder willen we hierin consistent zijn.*

*We delen niet uw mening dat de drempel zijn doel voorbij schiet. In de praktijk zien we dat automobilisten voor beide drempels moeten afremmen en dat daarmee de gereden snelheid nabij het zebraad en de fietsoversteek lager is dan voorheen. We zijn dan ook niet voornemens de locaties van de drempels aan te passen.'*

Beiden dank voor de inzending!



## Nieuwe serie Muziek op Schoot in Het Trefpunt Wintermarkt in Noorddijk

Op woensdag 2 april start de lenteserie Muziek op Schoot in Het Trefpunt. Deze serie van acht lessen is bedoeld voor (groot)ouders met een kindje van 6 maanden tot 3 jaar. Onder leiding van Muziek op Schoot-docent Rie-jetske gaan we zingen, dansen en muziek maken!

door Rie-jetske Komen-Meinema

In de les zullen enkele liedjes je bekend voorkomen. Daarnaast leer je veel nieuwe liedjes en krijg je inspiratie om thuis verder aan de slag te gaan. We maken muziek met instrumenten die passen bij de leeftijd van je kind – denk bijvoorbeeld aan schudeitjes, klankstaven en trommeltjes. Ook gebruiken we



spelmateriaal, zoals badeendjes, blokjes en danssjaaltjes. En het spelletje Kiekeboe is van alle tijden!

De les is heel afwisselend; we gaan natuurlijk ook lekker bewegen of soms even rustig luisteren naar muziek.

Spelenderwijs wordt tijdens de les op professionele wijze de muzikale basis gelegd: het kind ervaart muziek in al zijn soorten, namelijk door zelf muziek te maken, door op muziek gedragen te worden, door zelf te bewegen en door gewoon te luisteren. De band met je kind, het van elkaar genieten en samen spelen staan voorop.

Het eerste kwartier is er tijd om je in alle rust te installeren, samen met je kleintje. De les zelf duurt ongeveer veertig minuten. Na afloop van iedere les ontvang je bladmuziek, zodat je de liedjes en versjes thuis kan herhalen.

### Kosten:

68 euro, gratis met Stadspas

Tijd: 9.30 en 10.30 uur

### Aanmelden via:

<https://bijvrijdag.nl/indebuurt/agenda/muziek-op-schoot>

De wintermarkt in het mooie dorp Noorddijk sluit aan bij de inzamelactie van de PKN Damsterboord voor Oekraïne. Met uw bezoek aan het concert in de Stefanuskerk steunt u ook deze actie.

Meer informatie vindt u op <https://www.frieserijders.nl/>

### Wat u kunt verwachten

Wereldwinkel Bedum en particulieren verkopen hun verwarmend goed: Haakkunst, handgesponnen en handgebreide sokken, sjaals, mutsen in allerlei vormen en kleuren, schapenwol verwerkt in kleurrijke kookzakken. Of wat te denken van een quilt of kleding van vintagestoffen, waar je al warm van wordt als je ernaar kijkt? Neemt dus een gevulde beurs mee. We brengen bezoekers, initiatieven en ideeën over energie besparen samen om van elkaar te leren.

### Wat ons motiveert

- We streven naar het behoud van onze aarde door (her)gebruik van natuurlijke materialen en inzet van energiebesparende middelen en instrumenten.
- We bieden een plaats van ontmoeting en inspiratie.
- We steunen mensen in de kou in Oekraïne met de opbrengst van het concert en de tafelhuur van de markt.

De bar van Kerkenheem is open voor koffie en thee en wat lekkers van 13.30 tot 16.30 uur.

Dit alles kan plaatsvinden dankzij de financiële steun van de diaconie van de PKN Damsterboord.

**U bent van harte welkom op 22 februari van 13.30 tot 16.30 uur in Kerkenheem en om 17.00 uur in de Stefanuskerk in Noorddijk!**



Fietspad naar Noorddijk | Foto © Julie Grüneklee



# VERSE MAALTIJD

Geniet van onze maaltijd als koken zelf even niet lukt

**€ 4,50**

Elke woensdag beschikbaar vanaf 17.00 uur

Het Heerdenhoes  
Melsemaheerd 2  
9736EN Groningen  
Tel: 050-5410070

Deze maaltijd is een samenwerking tussen het Heerdenhoes en Wijkbewoners

# WEDSTRIJD

De lekkerste snert van Beijum

## 1 MAART

**WANNEER**

Zaterdag 1 maart  
Van 11:00 tot ongeveer 17:00

**WAAR**

Buurthuis Heerdenhoes  
Melsemaheerd 2  
9736 EM Groningen  
Marcella 06-36327497  
Hilda 06-22667161

Buurteam Beijum organiseert een heerlijke snertwedstrijd voor alle thuishoktalenten. Kom jij ook proeven wat de lekkerste snert is?

De Prijsuitreiking is om 15:00 uur.

Vanaf 13:00 uur komt Gruppo Pina Colada de middag muzikaal ondersteunen

Deze middag wordt mede mogelijk gemaakt door AH van der Heide, Bewonersorganisatie Beijum, Gemeente Groningen en met inzet van veel wijkbewoners



TREFPUNT BEIJUM

# DANSEN

## MET DJ JUAN

GRATIS

VRIJWILLIGE  
BIJDRAGE WELKOM

### Elke tweede vrijdag v/d maand\*

VAN 20.00 UUR TOT 22.00 UUR

\*m.u.v. schoolvakanties!



WIJKCENTRUM  
TREFPUNT

# JAM SESSIE

2025

19.30 - 00.00 UUR

LAATSTE VRIJDAG V/D MAAND \*

\*M.U.V. SCHOOLVAKANTIES

Beperkt parkeergelegenheid op ons terrein! Parkeren mogelijk aan de Jaltadaheerd of Dom Helder Camaraschool!

# CYCLESHOP GRONINGEN

## DÉ FIETSENMAKER IN BEIJUM

Je vindt ons naast Winkelcentrum Beijum. Bij ons vind je onder andere de tweedehands Stadfiets, de hippe moederfiets en natuurlijk een hoop elektrische fietsen.

**JOUW FIETS SUPERSNEL GEREPAREERD!**

**VOOR 11:00 UUR = ZELFDE DAG KLAAR!**

Breng je je fiets na 11:00 uur, dan is je fiets de volgende dag voor 14:00 uur klaar.

NIEUW • GEBRUIKT • ACCESSOIRES • REPARATIE EN ONDERHOUD



Stoepemaheerd 10 - 9737 TK Groningen - 050 - 542 12 42 - info@cycleshop.nl

**CYCLE  
SHOP**.nl  
Groningen

# Ga naast en niet tegenover elkaar staan

## Interview met wijkagent Tanja

**Tanja (50 jaar) is wijkagent van Beijum, De Hunze, Van Starckenborgh en Noorderhoogbrug. Dit gesprek was op een dinsdagochtend van 10.00 tot 12.00 uur in de ontmoetingsruimte van Het Heerdenhoes aan de Melsemaheerd.**

door Marieke Venema en Menno Fritsma

Daar waren aardig wat wijkbewoners aanwezig voor een praatje met elkaar, een kop koffie en vaak aansluitend een lunch in de vorm van een kom soep en een broodje. De uren vielen precies samen met het wekelijkse spreekuur van de wijkagenten. Menno, de andere wijkagent, nam dat deze keer voor zijn rekening. Af en toe werd Tanja toch door iemand op de schouders getikt voor een praktisch iets of om een voortgang van een lopende zaak mee te delen. Ook werd er veel gegroet.

### Tanja, zo te zien kent iedereen jou hier

Ja, en dat is ook wat ik wil. Dat je niet alleen tevoorschijn komt als het hommeles is en er opgetreden moet worden. De politie wil uitstralen dat er geen drempels zijn, dat je er altijd terecht kunt en dat er met de agenten meer te bespreken valt dan je denkt. De spreekuren zijn de vaste uren om iets te vragen, een melding te doen en ook wel om gewoon even een praatje te maken over hoe het is om in Beijum te wonen, je gevoel daarbij en eventueel suggesties te doen hoe iets beter kan. Maar je hoeft niet te wachten tot het spreekuur. Via bellen met het algemene nummer 0900-8844 of door het invullen van een meldformulier op [www.politie.nl](http://www.politie.nl) kun je ook met ons in contact komen. 112 is alleen voor spoedgevallen.

### Hoe lang werk je al bij de politie en hoe ziet ongeveer een werkdag er uit?

Ik ben na de opleiding begonnen in de surveillancedienst, onder andere als motoragent. Dat was in Utrecht, vanaf 1997. Een aantal jaren later ben ik naar het noorden verhuisd en heb ik vanwege gezinsuitbreiding, ik heb vier kinderen, een tijd parttime gewerkt. Vanaf 2009 was ik twaalf jaar contactfunctionaris bij de Antilliaanse gemeenschap. Vanwege die ervaring maak ik deel uit van het Netwerk Divers Vakmanschap. Het NDV heeft als doelstelling kennis over culturen, religies en leefstijlen in te zetten ter ondersteuning van het politiewerk. Sinds een jaar of drie ben ik wijkagent.



Elke werkdag is anders, maar er zijn natuurlijk zaken die elke dag terugkomen. Vanochtend ben ik al om 7.00 uur begonnen en hebben wij fietsers gecontroleerd op juiste verlichting en ook bekeuringen uitgedeeld als dat niet het geval was. Het niet hebben van goede verlichting in het donker is gevaarlijker dan de meeste fietsers denken. Automobilisten merken je niet op of zien je pas heel laat. Op ons, vorig jaar geopende, politiebureau aan de Eenrummermaar bij het Zilvermeer praten

wij elkaar in de ochtend eerst bij. Wij bekijken dagrapporten en bespreken de vervolgstappen. Wij handelen belverzoeken af en hebben casusoverleg met partners. Er is altijd veel overleg met onder andere WIJ Beijum, jongerenwerkers, woningbouwverenigingen, Meldpunt Overlast, (jeugd)BOA's en de gemeente. Dat gebeurt sowieso in een maandelijks gezamenlijk wijkteamoverleg. Vier keer per jaar is er met ons basisteam een eetafspraak met zogenaamde bondgenoten, mensen met een netwerk en/of een sociale achterban. Die komen uit moskeeën, winkels, scholengemeenschappen, de gemeente, speeltuinen, enzovoort. Er wordt voor elke keer een agenda opgesteld en die wordt in een informele sfeer besproken. En wij gaan op een



werkdag natuurlijk de wijk in voor van alles. En aan het eind van de dag maak ik zelf een rapport.

### Wat kan dat 'van alles' zijn?

Dat kan bijvoorbeeld een huisbezoek zijn als gevolg van een melding. Die meldingen kunnen te maken hebben met diefstal, inbraak, overlast, problemen binnen een gezin, enzovoort. Overlast kan zijn dat iemand vreemd gedrag vertoont, de hele tijd schreeuwt of mensen lastig valt. Wij gaan dan na wat er precies aan de hand is en of er vanuit partners actie moet worden ondernomen, bijvoorbeeld opname of behandeling bij een zorginstelling. Is er alcohol in het spel, drugsgebruik of is er sprake van een psychose? Problemen binnen een gezin kan zijn dat een kind het verkeerde pad op is of dreigt te gaan, mishandeling of verwaarlozing. Mensen zien vaak geen oplossing voor hun problemen, het is allemaal teveel, het overzicht is weg en de belastbaarheid laag. Dan is het zo belangrijk om naast elkaar te staan. Ik heb een open houding en kan het meestal goed vinden met



iedereen. Ik heb vanuit eigen ervaring begrip voor situaties en doe mijn best samen naar oplossingen te komen. Verder geven wij, samen met iemand van Halt en de jeugdpolitie, voorlichting op scholen. Wij wijzen op de gevaren van sociale media, de nare gevolgen van sexting, het versturen van seksueel getinte berichtjes, foto's of video's. Ook wordt gewezen op het belang van goede en volledige informatie bij het versturen en krijgen van berichtjes. Ouderen geven wij voorlichting over veilig wonen. Doe altijd je auto en schuur op slot en geef gelegheidsdieven, die de wijk rondgaan, geen kans. Trap niet in babbeltrucs aan de deur. Die bijeenkomsten zijn in Het Heerdenhoes. Zie [www.beijum.nl](http://www.beijum.nl) voor informatie over activiteiten.

zijn fitnessstrainingen, trainingen met wapenstok en pepper spray, schietvaardigheden die getraind en getoetst worden, hoe beweeg je ingeval van een schietincident, enzovoort.

### Heb je nog goede tips?

Jazeker, die heb ik genoeg! Het is heel belangrijk om meldingen te doen, ook al lijkt daar in eerste instantie niets mee gedaan te worden. Elke melding bij ons of bij Meldpunt Overlast wordt geregistreerd en er ontstaat een dossieropbouw. En als wijkagent nemen wij zo snel als mogelijk contact op. Meld ook gevaarlijk rondrijdende scooters, dat wordt doorgegeven aan de collega's van verkeer en dan komt een motoragent poolhoogte nemen. Maak een foto van je fiets en van het framenummer. Dat is handig als er aangifte gedaan



Daarnaast zijn wij altijd in voor leuke dingen, zoals onlangs het escorteren van Sinterklaas en de Pieten bij hun bezoek aan de Dom Helder Camara school.

### Moet je in een goede conditie zijn, bijvoorbeeld als je een boef of boefje achterna zit?

Haha, nee, dat komt eigenlijk niet voor. Als iemand in de wijk iets uithaalt en je ziet dat, dan weet je vaak wel wie dat is en die kan dan een bezoekje aan huis verwachten. Maar er zijn wel regelmatig trainingen die je moet volgen en die ook getoetst worden. Dat

wordt van diefstal. Bij online aangifte kun je foto's uploaden. En misschien wel het belangrijkste: heb begrip voor elkaar, zorg voor elkaar en blijf met elkaar in gesprek.

Ga naast en niet tegenover elkaar staan.

### Rectificatie

In het interview met Toussein Pruis (januarinummer) is per abuis een verkeerd stukje tekst blijven staan. Marieke en Menno hadden de tekst wel goed aangeleverd. **De redactie**





## Wees welkom bij de Kidsclub Beijum

door Ingrid Werleman,  
foto's: Sanne Koelewijn

### Wat is de kidsclub Beijum?

De kidsclub wil samenkomen rond een verhaal en leuke gratis activiteiten aanbieden. Ruimte voor diversiteit is belangrijk; daarom is iedereen van harte welkom en luisteren we graag naar elkaar. We willen een plek bieden voor betekenisvolle ontmoetingen rondom zingeving en levensbeschouwing.

### Hoe doen we dat?

De Kidsclub is dé plek waar ouders/verzorgers en kinderen samenkomen. Hier kunnen ze zichzelf zijn en verbinding vinden met anderen. We duiken samen in verhalen die worden verteld door mensen uit de buurt of gerelateerd zijn aan verschillende feestdagen, en we organiseren activiteiten.



### Waarom doen we dit?

Sommige verhalen zijn wat vergeten geraakt. Hier willen we die verhalen samen met ouders, kinderen en buurtgenoten (her)ontdekken en er betekenis aan geven door er over te praten.

### Wie helpen bij de Kidsclub?

Enthousiaste bewoners uit de wijk Beijum (op vrijwillige basis). Financieel wordt de Kidsclub ondersteund door de protestantse kerk De Bron uit Beijum en door donaties.



Samen wensvissen maken... echt leuk



Voel je van harte welkom bij ons als je iets wilt betekenen voor de groep. Dit kan door een donatie of door mee te helpen in een team.

### Recente activiteiten

In januari heeft de kidsclub meegedaan met het Wajang Schimmenspel in Het Heerdenhoes. Dit was een initiatief van bewoonster Marjo Middelkoop met ondersteuning van een en-

thousiast team van bewoners en organisaties. Nog een woord van dank aan Marjo en haar team dat we mochten meedoen.

Hierbij wat foto's van deze prachtige activiteit. We hebben wensvisjes gemaakt voor het schimmenspel, muziek gemaakt en gedanst.

### Voor contact:

kidsclubgroningen@gmail.com  
Bel Sanne Koelewijn op  
06-51811334  
Instagram: kidsclub\_beijum

**Op de hoogte blijven van onze activiteiten? Scan de QR-code en wij voegen je toe aan de Kidsclub-Whatsappgroep.**

**UP!**  
presenteert

# Koffie en een goed gesprek

Groepsgesprekken in Beijum

**Markt** met tips voor

- energiebesparing in huis,
- wereldwinkel Bedum en
- hand-made producten: gesponnen, gehaakt, gebreid of genaaid.

**Kerkenheem**  
Noorddijkerweg 12, naast de kerk  
De bar is open voor koffie en thee!

**Wintermarkt Noorddijk**  
Zaterdag 22 februari '25  
Kerkenheem 13.30-16.30 u  
Stefanuskerk 17.00 u

**Inleveren goederen voor Oekraïne**  
tussen 14 en 16 u

Hygiëne-artikelen, luiers en houdbaar voedsel in blik, glas of zak.  
Zie [www.frieserijders.nl](http://www.frieserijders.nl)

**Benefietconcert**  
Zo lang het vuur zal blijven branden  
Tom Braakhuis (zang en gitaar)  
Stefanuskerk Noorddijkerweg 16  
Entree: donatie vanaf €5,-

**Sponsors:** ontwerp eNItials.nl infographics

Protestantse Gemeente Damsterboord

wol warmte groningen

## Een oud kinderverhaal brengt een duurzame boodschap

Terugblik op het Wajang Schimmenspel van Marjo Middelkoop en haar team

Ten eerste wil ik Marjo en haar team een groot compliment geven voor het mooie schimmenspel in Het Heerdenhoes. Kleinschalig opgezet, maar vol diepgang, cultuur, moraal en levenslessen voor klein en groot.

door Ingrid Werleman

Marjo vertelt dat ze heel dankbaar is voor alle hulp die ze heeft gekregen om het evenement te kunnen realiseren. Dit schrijft ze in haar eigen artikel (zie elders in deze krant). Verschillende mensen zijn al bij haar gekomen met de gedachte om het schimmenspel ook in andere wijken op te voeren.

Marjo: 'Ik ben heel blij over wat het schimmenspel bij veel mensen teweeg heeft gebracht.'



De verteller van een oud duurzaam kinderverhaal dat zijn moeder voorlas

Bezoekers waren vol lof. Mensen vonden het schitterend dat ze dit heeft gedaan – een inspirerend voorbeeld dat laat zien hoe vrijwilligers en organisaties door samen te werken meer kunnen bereiken. Dit creëert verbinding en samenhangingsgevoel. Moeten we meer doen, zeggen ze. Iemand uit het onderwijs zei:



'Het is een creatieve en speelse manier om kinderen kennis te laten maken met de cultuur, moraal en wijsheid uit een ander land.'

Vrienden in andere steden hadden het ook leuk gevonden om hierbij aanwezig te zijn. Vandaar de vraag of iemand het spel misschien heeft opgenomen en bereid is om dit te delen.



Twee sterren van het schimmenspel, Sanne en Marjo

Uiteindelijk ben ik onder de indruk dat een kinderverhaal van vele jaren terug ons zoveel kan leren over hoe wij anders kunnen omgaan met elkaar en

met onze wereld en planeet. Thema's als medemenselijkheid, wederkerigheid, delen, duurzaamheid en zoveel meer kwamen langs.



De Indonesische vrienden die het verhaal en de regie verzorgden

### Link050 Dé vrijwilligerscentrale

**Actief zijn in je buurt & je netwerk vergroten?  
Dat kan door vrijwilligerswerk te doen!**

Vind jij het fijn om buiten bezig te zijn?

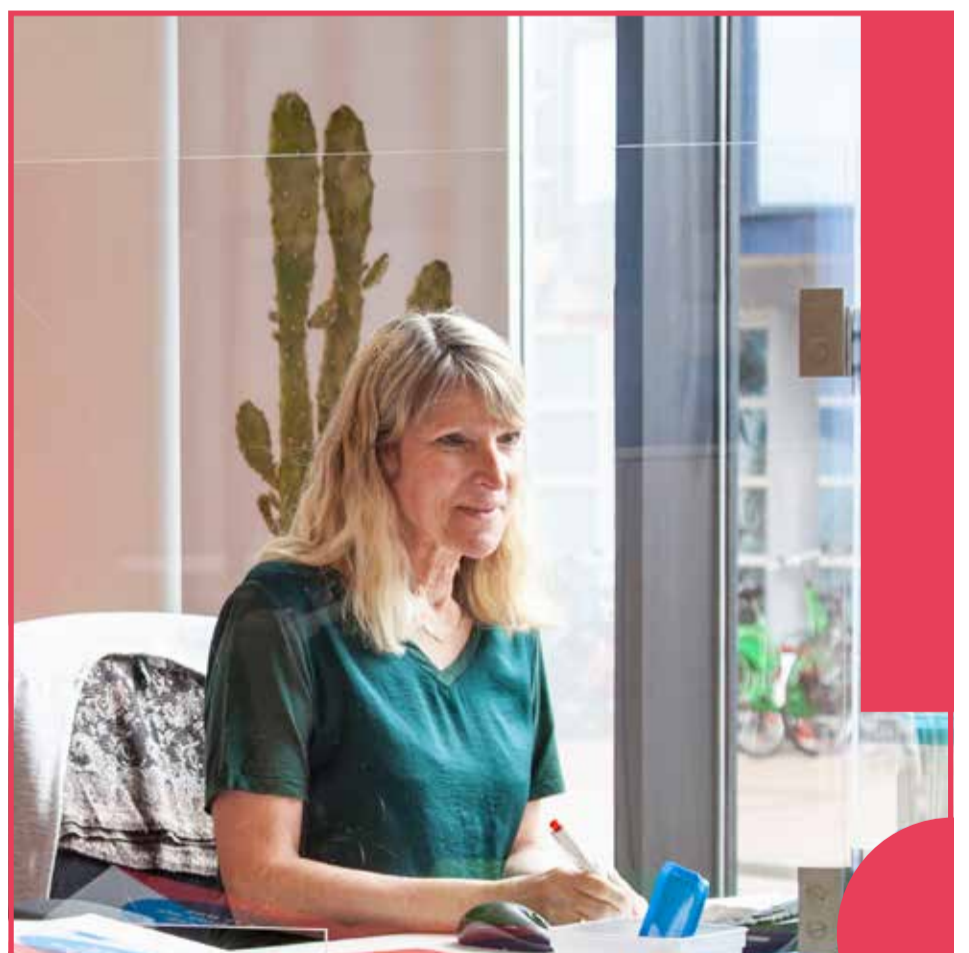
Stadsboerderij De Wiershoeck zoekt vrijwilligers die enthousiast willen meewerken in de tuin. Meer informatie: [mrjndbr333@gmail.com](mailto:mrjndbr333@gmail.com) 0645266836

Help jij kinderen aan speelgoed?

De speeltheek leent speelgoed uit aan kinderen en instellingen en zoekt meerdere vrijwilligers. Meer informatie: [mjkellenbach@ziggo.nl](mailto:mjkellenbach@ziggo.nl) 0646102510

Ontwikkellink  
Gratis cursus of training voor vrijwilligers!

Fonds Goed Idee  
Wil je iets organiseren voor kinderen/jongeren die het thuis niet zo breed hebben? Dan kan je wellicht financiële steun aanvragen bij Fonds Goed Idee. Meer informatie vind je op onze website. [www.link050.nl/fondsgoedidee](http://www.link050.nl/fondsgoedidee)



### We staan voor je klaar!

Heb je een vraag of wil je informatie? We staan op werkdagen tussen 08.30 en 17.00 uur online, op kantoor en telefonisch voor je klaar. We helpen je graag! Mail naar [info@nijestee.nl](mailto:info@nijestee.nl), stuur een WhatsApp-bericht of bel naar **(050) 853 35 33**. Wist je dat je online dingen zelf kan regelen? Een reparatie melden kan bijvoorbeeld via onze website. Ga naar:

[www.nijestee.nl/contact](http://www.nijestee.nl/contact)

**Nijestee i**

# Column

## Lokale doeners

door Jaap van Leeuwen

Heb jij dat nou ook? Dat je een beetje, soms een beetje veel, wordt overweldigd door de grote problemen van deze tijd? Oekraïne, Gaza, Muskieten die van alles uitkramen en nepnieuws de wereld rond trompetteren? Of – dichter bij huis – een regering die van alles belooft, maar niks levert. (Psst, persoonlijk ben ik daar soms stiekem wel een beetje blij over, als dat betekent dat er ook niks misgaat.) Niet leveren is de doodsteek voor elke regering, van welke politieke kleur dan ook.

Als je het dichter bij huis zoekt, maakt dat ook niet altijd blij. De laatste brainstormsessie over de toekomst van de Bewonersorganisatie Beijum werd zeer slecht bezocht. Er heerste bovendien een ruzieachtige sfeer. Daar ga je niet meer voor je plezier heen. Na afloop voel je je nog moedelozer en machtelozer dan je al was.

Gelukkig kom je ook opbeurende dingen tegen! Zo stuurde iemand me een artikel uit de NRC, van Ben Tiggelaar. Hij schrijft over het nieuwste boek van Hans Vermaak: *De logica van de lappendeken* (2025). Dat gaat over de betekenis van lokale

doeners. De boodschap van het boek is dat je niet moet zoeken naar die ene grote oplossing, een allesomvattend masterplan voor alle problemen. Je moet juist kijken naar al die lokale, kleine initiatieven. Versterk die lapjes door ze met elkaar te verbinden tot een sterke deken.

Ik volg hier het artikel van Ben Tiggelaar even: natuurlijk kun je veel op je eigen lapje, altijd samen met anderen, maar buiten je eigen lapje wordt het lastiger. Dan is samenwerken met andere doeners belangrijk. Je werkt nooit alleen, want de problemen waarover we het hier hebben, zijn van iedereen.

Zie je anderen dingen doen waar jij ook wat aan hebt of die jij ook wilt kunnen? Ga dan met elkaar om de tafel. Ben je betrokken bij wijkinitiatieven? Onderhoud dan contacten met andere lokale doeners, want een lappendeken wordt sterker als die wordt gedragen door veel mensen. Dan valt die ook niet uit elkaar als er een paar mensen mee stoppen.

De vergelijking met de lappendeken bevalt me. Er zijn al zoveel lapjes in Beijum die kleine en grote problemen aanpakken. Ben je een lokale doener en spreek je dit idee ook aan? Laten we dan een start maken. Mail naar [info@beijum.nl](mailto:info@beijum.nl), met als onderwerp: Lappendeken. Dan gaan we om de tafel.

## Lezing over Brein en stress in de bibliotheek

Veel mensen ervaren stress, maar hoe ga je daar op een goede manier mee om? Fokke Slotstra en Marijke Hartman vertellen op een boeiende manier hoe je gezond kunt reageren op stress. Wat gebeurt er mentaal, fysiek en emotioneel bij stress en wat kun je zelf doen om je brein rust te geven? In deze lezing ontvang je nuttige adviezen.

We zijn allemaal toegerust om met acute stress om te gaan. Soms wordt stress echter chronisch. Aan de hand van praktijkvoorbeelden illustreren Fokke en Marijke hoe stress zich gedurende de dag kan opbouwen en wat het verschil is tussen een automatische reactie op stress en een bewuste reactie op stress. Verder

gaan ze dieper in op de noodzaak van rust en herstel voor ons brein. Fokke is ruim dertig jaar psychotherapeut en gecertificeerd Mindfulness- en Compassietrainer. Marijke is deskundige in het begeleiden van gezinnen in stressvolle situaties. Deze lezing wordt georganiseerd in samenwerking met Humanitas.

Forumbibliotheek Beijum, Ypemaheerd 42  
Donderdag 13 maart, 14 tot 15.30

De toegang tot deze bijeenkomst is gratis. Opgave is mogelijk door een mail te sturen naar Marieke Hopma:  
[m.hopma@forum.nl](mailto:m.hopma@forum.nl)  
Meer informatie vind je op:  
[forum.nl/breinbieb](http://forum.nl/breinbieb)

## Bewegen op muziek – nieuwe leden welkom!

**Let op, dames! Wil jij als 60-plusser fitter of leniger worden, je fit blijven voelen? Meer 'in balans' raken?**

Elke donderdagavond van 19.30 tot 20.30 uur sporten wij onder de vlag van Sportvereniging Athene in de sportzaal bij winkelcentrum Beijum-West aan de Stoepemaheerd.

Onder leiding van sportinstructrice Petra is er een halfuur lang 'bewegen op muziek', gevolgd door oefeningen op de mat. Petra

maakt hierbij o.a. gebruik van Pilates- en yoga-oefeningen.

Ons gezellige clubje heeft behoefte aan enige versterking! Om de sfeer te proeven en te kijken of het iets voor je is, kun je gratis een keer meedoen. De kosten voor een heel jaar sportplezier bedragen 125 euro. Dit is het moment om aan de slag te gaan met je goede voornemens!

Misschien tot ziens, A. Havinga en C. Enzing, namens Sportvereniging Athene



### Kerkdiensten

#### De Bron, Bentismaheerd 1A

23 februari	ds. G.W. van der Werff
2 maart	Open Kring Viering o.l.v. gemeenteleden
9 maart	ds. R. Fortuin
16 maart	dienst in de Nieuwe Kerk (Nieuwe Kerkhof)
23 maart	werkgroep Groene Kerk
30 maart	ds. F. Volbeda

Alle diensten beginnen om 10 uur, tenzij anders aangegeven. U bent van harte welkom!

De kerkdiensten in De Bron kunnen worden gevolgd via de website [www.pkndebbron.nl/onze-vieringen](http://www.pkndebbron.nl/onze-vieringen). Klik vervolgens op de knop 'De Bron Live Stream'. De kerkdienst in de Nieuwe Kerk kunt u volgen via [www.kerkomroep.nl](http://www.kerkomroep.nl). Meer informatie en de ordes van dienst vindt u op de website: [www.pkndebbron.nl](http://www.pkndebbron.nl)

#### Koffie-inloop

De Bron is iedere woensdagochtend tussen 10 en 12.30 uur, en iedere vrijdagmiddag tussen 14 en 16 uur geopend voor gratis thee en/of koffie en gezelligheid. Met op vrijdag, indien gewenst, samen spelletjes doen. Van harte uitgenodigd!

#### Meditatie in De Bron

Iedere tweede en vierde maandag van de maand bent u welkom voor meditatie in De Bron, Bentismaheerd 1a in Beijum. In februari is dat op maandag 10 en maandag 24 februari. Om 19.30 uur begint de inloop met koffie en thee, om 20.00 uur is de aanvang meditatie. We starten met lichaamswerk, om vervolgens via meditatie naar binnen te keren. Zo even los van de rumoerige buitenwereld naar de stillere binnenwereld. Afhankelijk van de temperatuur adviseren wij u om warme kleding aan te trekken en/of een warm plaid mee te nemen. Er zijn geen kosten verbonden aan de meditatieavonden en je hoeft je niet aan te melden. Graag tot ziens! Meer informatie: tel. (050) 541 42 81

#### Hervormde gemeente Noordwolde/Zuidwolde

Iedere zondagochtend is er om 10 uur een eredienst, elke eerste zondag in de maand in de middeleeuwse kerk van Zuidwolde, de overige zondagen in de dorpskerk van Noordwolde. Voor meer informatie kunt u kijken op [www.nederlandsehervormdekerknoordwoldezuidwolde.nl](http://www.nederlandsehervormdekerknoordwoldezuidwolde.nl).

#### RK Walfriedgemeenschap, Ra 4

De diensten zijn (tenzij anders vermeld) in de Emmaüskerk, Ra 4 in Lewenborg, telefoon: 050-5412115. Zie ook [www.hildegardparochie.nl](http://www.hildegardparochie.nl). Pastores: A. Jellema, tel.: 06-12717774 en M. Oosting, tel.: 06-39175000.

23 februari	11.15 uur, pastoor Arjen Jellema
3 maart	11.15 uur, pastor Myriam Oosting
5 maart	19.00 uur, viering o.l.v. parochianen (Aswoensdag)
9 maart	10.30 uur, een Hildegardviering in <i>de Salvatorkerk</i> met pastor Oosting en pastoor A Jellema
16 maart	11.15 uur, viering o.l.v. parochianen
23 maart	11.15 uur, pastoor Arjen Jellema
30 maart	11.15 uur, pastor Myriam Oosting

NB! Iedere woensdagmorgen is van 10:00 uur tot 12:00 uur de kerk open voor een moment van stilte, voor een gebed of om even een kaarsje aan te steken. U bent van harte welkom.

### Contactgegevens

**Bewonersorganisatie Beijum**  
Melsemaheerd 2  
[info@beijum.org](mailto:info@beijum.org)

**Wijk- en jongerencentrum Het Trefpunt**  
Beijumerweg 17  
☎ 050-5422807 | [info@trefpuntbeijum.nl](mailto:info@trefpuntbeijum.nl)

**De Wegwijzer + bibliotheek**  
Ypemaheerd 42  
Geopend: elke werkdag van 8.30 tot 17.30 uur

**Buurtcentra in Beijum (Heerdenhoes)**  
Melsemaheerd 2  
☎ 050-5410070

**WIJ Beijum**  
Melsemaheerd 2  
Openingstijden:  
Ma. t/m vr. van 9-17 uur  
☎ 050-5497131 | [wijbeijum@wij.groningen.nl](mailto:wijbeijum@wij.groningen.nl)

*Kijk voor meer informatie op [beijum.nl](http://beijum.nl)*

# COLOFON

## De Beijumer

p/a Postbus 60007  
9703 BA Groningen  
telefoon: 050-5422807  
email: [redactie@debeijumer.nl](mailto:redactie@debeijumer.nl)

*De Beijumer* is een initiatief van Stichting Het Trefpunt en wordt geschreven en opgemaakt door vrijwilligers.

**Druk:** Mediahuis Noord  
Leeuwarden - Oplage 5100

Volgende nummer:

**Kopijsluiting**  
7 maart

**Verspreiding**  
19 maart

**Redactie:**  
Ronald Oostmeijer  
Johan Fehrmann  
Nathan Brinkman

**Met medewerking van o.m.:**  
Menno Fritsma  
Willy Koolstra  
Jaap van Leeuwen  
Marleen van Leeuwen  
Saskia Nieboer  
Gert Jan Rodenboog  
Ilse Slopsema  
Marieke Venema  
Jan Wedema  
Ingrid Werleman  
Rinus Woesthuis

**DTP**  
Rode Egel Producties  
Woesthuis Media

**Plaatsingsbeleid**  
Wij plaatsen artikelen en ingezonden stukken die betrekking hebben op de wijk Beijum en/of zijn inwoners. Kopij is van harte welkom.

**Rechten**  
Alle zorg is besteed aan het achterhalen van rechthebbenden. Degenen die desondanks menen zekere rechten te kunnen doen gelden, wordt verzocht contact op te nemen met de redactie.

**Bezorging**  
Bewonersorganisatie Beijum

**Bezorgklachten**  
De bezorger van *De Beijumer* doen hun best om de krant correct te bezorgen. Klachten over de bezorging kunt u bij ons melden via tel.nr.: 050-5422807

FFO

## De Wiershoeck Natuurvoedingswinkel




Beijumerweg 20, 9737 AD Groningen Tel: 050-541 15 15  
[Info@dewiershoeck.nl](mailto:Info@dewiershoeck.nl)

**Openingstijden:**

Ma t/m Do	8:30-18:00
Vr	8:30-19:00
Za	8:30-17:00






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

Gecertificeerd biologische producten met nadruk op lokale aanbieders



## DE GROENEDRAAK

Tekstbureau

**Nathan Brinkman**

Boelemaheerd 55  
9736 HC Groningen  
06-36211253

degroenedraak@gmail.com  
www.tekstbureaudegroenedraak.nl

Waterschap NOORDERZIJVEST

**DENK JE MET ONS MEE?**



**Donderdag 27 februari**

**Waterschap Noorderzijvest**  
Stedumermaar 1, Groningen

**12.00 - 14.00 uur**  
Inclusief lunch

Meld je per mail naar projectleider Pim Kiebert voor de sessie aan: [p.kiebert@noorderzijvest.nl](mailto:p.kiebert@noorderzijvest.nl). Vermeld in je mail de datum en locatie van deze sessie en geef daarbij ook eventuele dieetwensen aan.

[www.noorderzijvest.nl/onderzoek-water-en-bodem-sturend](http://www.noorderzijvest.nl/onderzoek-water-en-bodem-sturend)

Beijumerweg 20  
(050) 5491848

[www.degroenezon.com](http://www.degroenezon.com)

In Stadsboerderij  
De Wiershoeck



kruidentudiecentrum,  
winkel, theeschenkerij

Cursussen en Workshops over kruiden ✓ ambachtelijke producten  
✓ 's middags: thee, koffie en taart



**Catrien Coolsma**  
UITVAARTVERZORGING

Informatie | Advies | Begeleiding

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

Groningen | Drenthe | Friesland



Bijeenkomst voor ouders van kinderen met..

# AUTISME SPECTRUM STOORNIS (ASS)



i.s.m. de Buurtacademie willen wij verbinding leggen tussen ouders van kinderen met een Autisme Spectrum Stoornis (ASS) in Beijum.

**Wanneer?** 18 maart 2025  
**Hoelaat?** inloop 18.45 start 19.00  
**Waar?** Amkemaheerd 481-A

