

WIJKBLAD

DE  
HUNZE  
VAN  
STARKENBORGH



Op bezoek bij  
de Econoom

En verder:

- Activiteiten Culturele Commissie
- Kledingbeurs in najaar
- Minibiëbs



Jaargang 34 | nr. **2** juni 2024





Wij gaan voor  
duurzaamheid,  
U ook?

# fair back Kringloop

SFEERVOL VERRASSEND EN BETROKKEN



Ulgersmaweg 28-3 | Groningen | Tel: 050 - 7370018

Openingstijden: dinsdag t/m zaterdag van 10.00-17.00 uur

## Financieel advies nodig?

### Op zoek naar de beste hypotheek?



### Het team van Thuis in Geld staat voor je klaar!



Wij zijn Michel, Nikelyn en Jan van financieel adviesbureau Thuis in Geld. We zijn gespecialiseerd in hypotheek en verzekeringen. Thuis in Geld is gevestigd aan Lamsoor 10, op een steenworp afstand van De Hunze en Van Starckenborgh. We zijn een hecht team en we doen ons werk met veel passie en plezier. Voor ons staan persoonlijke aandacht en een warm contact met de klant namelijk altijd op nummer 1.

In de loop der jaren hebben wij al veel klanten uit De Hunze en Van Starckenborgh mogen helpen aan een juiste hypotheek. Ben jij ook op zoek naar de hypotheek die het best aansluit bij jouw financiële situatie? Of wil je graag financieel advies op een ander gebied? Aarzel niet en neem vrijblijvend contact met ons op. We maken dan een afspraak voor een gesprek over jouw dromen en wensen op financieel gebied.

Graag tot gauw!

**Thuis in Geld** | Lamsoor 10 | 9738 AL | Groningen | 050-2011420 | [info@thuisingeld.nl](mailto:info@thuisingeld.nl)

Juni 2024  
Jaargang 34, nr. 2

## COLOFON

Wijkblad De Hunze/Van Starckenborgh verschijnt viermaal per jaar in een oplage van 1500 exemplaren.

[bestuur@dehunzevanstarckenborgh.nl](mailto:bestuur@dehunzevanstarckenborgh.nl)  
[www.dehunzevanstarckenborgh.nl](http://www.dehunzevanstarckenborgh.nl)  
@Bewonersorg\_BHS  
Wijkgroep: De Hunze /Van Starckenborgh

## DE HUNZEBORGH

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

## REDACTIE

Mieke Riezebos  
John Geijp  
Els Bijlholt

We ontvangen graag zowel kopij als reacties op de inhoud van het wijkblad. Kopij moet betrekking hebben op de wijk en directe omgeving. De redactie beslist over plaatsing. Plaatsing houdt niet in dat redactie of BHS het eens zijn met de inhoud. Naam en adres van de auteur moeten bij de redactie bekend zijn. De redactie kan artikelen redigeren en/of inkorten. Anonieme artikelen plaatsen we niet. Richtlijnen voor het wijkblad vind je op [dehunzevanstarckenborgh.nl](http://dehunzevanstarckenborgh.nl) bij het tabblad 'wijkblad'.

Mail uw bijdrage naar:  
[wijkblad@dehunzevanstarckenborgh.nl](mailto:wijkblad@dehunzevanstarckenborgh.nl)

## ADVERTENTIES

[adverteren@dehunzevanstarckenborgh.nl](mailto:adverteren@dehunzevanstarckenborgh.nl)

## PRODUCTIE EN VORMGEVING

Erik Tack

## BEZORGING

Vragen en klachten over de bezorging graag melden bij Hans van Leeuwen.  
[bezorging@dehunzevanstarckenborgh.nl](mailto:bezorging@dehunzevanstarckenborgh.nl)

# Inhoud

Van de redactie .....	2
Van het BHS bestuur .....	2
De Economie: 's ochtends geogost, 's middags bezorgd ...	6
'Iedereen kan zingen' .....	8
Koningsdag op de Hunzebrink .....	10
Ondertussen op Facebook.....	12
Vogels kijken .....	14
Minibijs ook voor sociale contacten .....	16
Wijk in cijfers .....	19
Programma Culturele Commissie .....	21
Nieuwe expositie in de Hunzeborgh .....	23
Hunzefestival .....	23
Fitness voor 50-plussers .....	24
Aankondiging expositie buurtcentrum .....	25
Ons (on)kruidentuintje .....	26
Verkoop je kleding! .....	27
Vergroen je tuin en ontvang subsidie .....	29
Isoleren ook wat voor jou? .....	29
Van het Hunzeborghteam .....	31
Activiteitenagenda Hunzeborgh 2024 .....	32

*Omslagfoto: Mieke Riezebos*

*Het volgende nummer zal op of rond 14 september verschijnen.  
Kopij graag voor 6 augustus aanleveren.*

<b>MELDPUNT STADSBEHEER</b>	<b>Tel. 14 050</b>
<b>MELDPUNT OVERLAST EN ZORG</b>	<b>Tel. 050-5875885</b>
<small>Maandag t/m vrijdag tussen 10:00 en 17:00 uur telefonisch bereikbaar <a href="http://www.gemeente.groningen.nl/overlast-en-zorg-melden">www.gemeente.groningen.nl/overlast-en-zorg-melden</a></small>	
<b>BUURTAGENTEN:</b>	<b>Tel. 0900-8844</b>
<b>TANJA SERIER</b> (1e aanspreekpunt)	
<b>JOLANDA HARTOG &amp; MENNO WIERINGA</b> (2e aanspreekpunt)	

# Van de redactie

**Bijna zomer, joepie! Naast de lente vind ik dit toch de mooiste seizoenen. Maar nu eerst het wijkblad. Het is weer mooi gevuld, ik sta er elke keer weer van te kijken dat het lukt om een leesbaar en gevuld blad te maken. Daar doen we het voor.**

De artikelen zijn weer divers. John is op bezoek geweest bij de Ekonom, waar je online verse producten bestelt vanuit je luie stoel. En dat alles op een steenworp afstand namelijk in Noordwolde. Gewoon een keertje proberen zou ik zeggen.

Als je een bezoek brengt aan de Hunzeborgh kun je twee exposities bewonderen. Ze komen na elkaar. Zien dus.

Koningsfeest was weer een waar kinderfeest in onze wijk. Voor volgend jaar zoeken ze

nog vrijwilligers, vandaar vast een oproep in dit blad. Geef je daarvoor op, het geeft veel voldoening en je ontmoet op een vrolijke manier je medebewoners. Laten we er weer een mooi feest van maken!

Daarnaast hebben we een nieuw bestuurslid voor onze bewonersvereniging, maak in dit blad kennis met hem. De wandeling *Vogels kijken* leverde een mooi verhaal op van een medewandelaar. In het najaar organiseren we een kledingbeurs, duurzaamheid is hierbij een belangrijk item. Ons koor *Goed Gestemd* heeft een nieuwe dirigent en na het lezen van dit blad weet je hoeveel auto's onze wijk rijk is.

Veel leesplezier, namens de redactie  
*Mieke Riezebos*

# Van het BHS bestuur

*Voorjaar 2024: Nat, feestelijk, maar vooral toekomstgericht!*

## Het voorjaar was kil en nat

Tuinen drijfmat, spontaan extra vijvers ontstaan, kelders en kruipruimten ondergelopen en het buurtvuur dat geen evenement kon organiseren. Dan nog het project De Hunzeboord die de eerste fase van het project moest uitstellen. We zijn echt in een andere klimatologische situatie beland. Helaas hebben we in die periode ook meerdere meldingen over wateroverlast gehad, wat de noodzaak voor actie extra onderstreept. Later meer hierover.

## Oranjecomité organiseerde een spetterend Koningsdagfeest

Ondanks al die regen en de kou ging het Oranjecomité De Hunze/Van Starckenborgh onverstoord verder en hebben ze onder de eerste echte voorjaarszon een grandioos, druk bezocht en gezellig Koningsdagfeest georganiseerd. Vanuit het bestuur willen we de leden van het comité, alle vrijwilligers en sponsors hartelijk danken voor dit mooie evenement. We kijken nu alweer uit naar volgend jaar!

## Toekomstige ontwikkelingen

Naast al die mooie festiviteiten en activiteiten zijn we druk bezig geweest met de toekomst van de gemeente Groningen en onze wijk. We hebben samen met alle wijken uit gebied Oost gekeken hoe we ons stadsdeel leefbaarder, veiliger, bereikbaarder met betere faciliteiten maar ook socialer kunnen maken. Als het plan is uitgewerkt zullen we jullie op de hoogte stellen. Houd onze website in de gaten.

Ook hebben we met de gemeente en diverse belangengroepen over het 'Bomenplan' gesproken. Liever spreken we van groenvoorziening van bodem tot de kruinen van de bomen. Wat dit gaat betekenen voor onze wijk, het project de Hunzeboord en de Hunzedijk zullen we natuurlijk ook met jullie delen. Maar een ding staat vast. Dit college wil een groenere gemeente met meer ruimte voor haar bewoners en gebruikers.

## Gerrit Krolbrug

Tja, bijna een vast thema in dit voorwoord. Maar wel een zeer belangrijk thema voor onze bereikbaarheid. De hellingbanen liggen er alweer een tijdje. Over het algemeen naar tevredenheid horen we. Wel zijn er enkele verbeterpunten aangedragen. Daarnaast is Den Haag nog bezig om een beslissing te nemen over de tijdelijke voorziening

bij de busbaanbrug als de huidige hellingbanen moeten wijken voor de nieuwe brug. In verband met archeologische vondsten op de plek van de nieuwe brug, moet de busbaanoptie versneld worden doorgevoerd. Ook de nieuwe brug zit in een cruciale fase. Er is een ontheffing natuurbescherming verleend. En de Waterwet wordt zonder bezwaren toegepast. Op dit moment is de omgevingsvergunning volop in behandeling. Eind 3e/ 4e week van mei zal er weer een inloopbijeenkomst worden georganiseerd.

## Algemene Bewonersvergadering (ABV) 2024 in het teken van wateroverlast

De ABV 2024 was weer goed bezocht. Naast de formele agendapunten is er een speciale presentatie over de wateroverlast in onze wijk gegeven. De conclusie is dat we samen aan de bak moeten. Bewoners op en in hun eigen perceel en met de aansluiting op de openbare afvoersystemen. De gemeente voor zijn eigen percelen in de wijk en het waterschap voor het grondwaterpeil en de openbare afvoersystemen. We gaan met de gemeente en het waterschap kijken hoe we e.e.a. gezamenlijk moeten gaan aanpakken en faseren. Alle beschikbare informatie zullen we op onze website zetten.

Ook de parkeerproblematiek rond de Ulgersmakade is besproken. Ook hierover volgt nadere informatie.

Tijdens de ABV hebben wij na vijf jaar afscheid genomen van Peter Altena. We hebben hem bedankt voor zijn bewezen diensten. Nogmaals Peter, bedankt! Tevens heeft de ABV het voorstel om Helge Bijleveld als bestuurslid te benoemen geaccordeerd. We zijn blij met zijn komst en wensen hem veel succes toe.

->>

## het bestuur

**Chris van Malkenhorst**  
Voorzitter

**Helge Bijleveld**  
Secretaris a.i.

**Marco Berken**  
Penningmeester

**Bert Meijberg**  
Algemeen  
bestuurslid

**Marga Hesseling**  
Algemeen  
bestuurslid

[bestuur@dehunzevanstarkenborgh.nl](mailto:bestuur@dehunzevanstarkenborgh.nl)



**DE FIJNSTE SPORTSCHOOL ZIT OM DE HOEK !**

Eindelijk een sportschool zonder de irritaties van de grote ketens. En nog betaalbaar ook.

Onze focus ligt op individuele transformatie trajecten van één jaar of langer met klanten die hun wilde haren al kwijt zijn. De meesten zijn tussen de 30 en 70 jaar oud, willen 10-50 kg afvallen en kampen met verschillende fysieke en/of mentale uitdagingen.

Ben je toe aan effectieve begeleiding en een lichaam op bestelling? Of zoek je simpelweg een schone en opgeruimde sportschool waar het nooit te druk wordt, met ruim voldoende apparatuur, waar een ontspannen sfeer hangt, zonder opgeblazen ego's?

Neem contact met ons op voor een rondleiding voor het vrij sporten of voor een proefles en kennismaking voor een transformatietraject.

**Adres**  
Lamsoor 2C 9738 AL Groningen

**Contact**  
+31(0)6 459 55 291 info@rebornhealthclub.nl



**IN ONZE CLUB**

- Vrij fitness voor €39 p/m: Elke dag van 6.00-23.00
- Personal Training
- Small group personal training
- Shockwave therapie
- Leefstijl coaching
- Manueeltherapie
- Supplementen
- Fysiotherapie
- Dry needling
- Diëtetiek
- Gratis douche
- Gratis parkeren
- Gratis vers fruit
- Rustige omgeving
- Gratis trainingsapp
- Gratis voedingsapp
- Gratis koffie en thee
- Gratis infraroodcabine



rebornhealthclub.nl



### Energietransitieteam

Het Energietransitieteam is voortvarend aan de slag. Als jullie dit voorwoord lezen hebben ze al twee modelwoningen geanalyseerd en uitgewerkt als voorbeeld voor verduurzaming.

Meer geïnteresseerd? Kijk op de website van het energieteam [www.onzewijkduurzaam.nl](http://www.onzewijkduurzaam.nl).

Ik sluit een dag af met een voorjaarsgevoel. Het voorjaar is echt begonnen met een mooie zonnige en warme dag. Laten we hopen dat we meer van deze dagen krijgen. Dus een groen en vooral zonnig voorjaar en zomer toegewenst.

Chris van Malkenhorst  
Voorzitter BHS

## Nieuw bestuurslid BHS

Beste bewoners, mijn naam is Helge Bijleveld en ik zal mij gaan inzetten als nieuw bestuurslid en voorlopig als ad interim secretaris voor de BHS. Ik ben 20 jaar en ben nu bezig met de studie Spatial Planning and Design. Ik heb mij opgegeven als bestuurslid omdat ik meer betrokken wil zijn binnen de wijk. Daarnaast hoop ik met mijn studieachtergrond een waardevolle bijdrage te leveren aan de ontwikkeling van onze buurt. Ik ga mijn best doen!



Helge Bijleveld

**Aivlys**  
Dé Schoonheidsspecialist in de wijk!

Berlageweg 87, 9731 LK Groningen  
tel: 06 549 75 406

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



vaste medewerkers”, zegt Peter. “In korte tijd besloten er drie hun carrière elders voort te zetten.” Het bleek vervolgens ondoenlijk om op de krappe arbeidsmarkt voldoende nieuw geschikt personeel te vinden.

### Sjouwen

De ondernemer: “Waren we doorgestaan met de webwinkel, dan had ik net als in de beginjaren weer 100 procent van mijn tijd in het magazijn moeten sjouwen. Dat wil ik niet meer. Ik wil graag in mijn groentetuin werken. Daarbij komt dat het stress geeft dat je zo moeilijk personeel kunt vinden als iemand weg gaat.”

“Het is ook heel belangrijk dat Peter op deze manier zijn passie – de groentetuin – kan volgen”, zegt Peters echtgenote Liesbeth de



*De groentekraam waarmee Liesbeth op zaterdag bij het bedrijf staat.*

van spinazie tot wortelen, van spekbonen tot koolrabi, van paksoi tot tomaten. Soms zijn ze van net even een ander ras dan courant is. Een ander bijzonder product dat Ekonoom in de schuur teelt zijn microgroenten. Het zijn de babyplantjes van een reeks groenten die op allerlei manieren zijn te gebruiken, bijvoorbeeld op brood, als versiering op het bord of in salades. Vanwege de hoge voedingswaarde, worden ze ook wel vitaminebommetjes genoemd.

### Spannend!

Op 1 juli houdt de webwinkel op te bestaan en begint de Ekonoom met de verkoop van de groente- en fruitpakketten. Peter: “We gaan verder met een website waarop je kunt zien hoe de pakketten zijn samengesteld. Vandaar stuurt de klant als het ware een email met de bestelling. We raken door dat we in een kleiner gebied gaan bezorgen veel klanten kwijt, dus we hopen er nu in de Stad en omgeving bij te krijgen. Het is best spannend!”

*John Geijp*

## De Ekonoom: 's ochtends geoogst, 's middags bezorgd

**Zijn eerste klanten verwierf het bedrijf Ekonoom in 2001 in De Hunze/Van Starckenborgh. Oprichter Peter van Kampen had een fietstas vol folders waarmee hij de wijkbewoners attendeerde op zijn bezorgservice voor pakketten met biologische groenten en fruit. Bestellingen konden op zijn telefonisch antwoordapparaat worden ingesproken.**

Het digitale tijdperk ging aan de Ekonoom niet voorbij. Het bedrijf groeide uit tot een 'online biologische supermarkt' die in heel Groningen en Drenthe een breed assortiment verse producten en kruidenierswaren bezorgde.

Vijf jaar geleden besloot Peter ook een oude ambitie te volgen: zelf boeren. Sindsdien verbouwt hij voor de verkoop ook groente bij zijn bedrijf nabij Noordwolde, gevestigd in een gerestaureerde boerderij op een kwartiertje fietsen van onze wijk.

### Wending

Na 23 jaar staat de Ekonoom voor een nieuwe wending. „We gaan terug naar de basis. Na achttien jaar webwinkel te zijn geweest, gaan we weer groente- en fruitpakketten verkopen en bezorgen”, zegt Peter. Het verzorgingsgebied wordt beperkt tot de stad Groningen, Haren, Meerstad en Bedum. De reden van de stap terug: personeelsgebrek. “We hadden lange tijd vier fantastische

Jong. Zij doet bij de Ekonoom onder meer de marketing zoals nieuwsbrieven, social media en open dagen. En verkoopt op zaterdagochtend van 10.00 tot 12.00 uur groenten bij het bedrijf aan de Noordwolderweg 9.

### Biologisch

Vijf jaar geleden toverde Peter bij zijn bedrijf 2500 vierkante meter grasland om tot tuinbouwgrond, met daarop ook een kas van 400 vierkante meter. Alles wordt geteeld volgens de principes van de biologische landbouw. De groentepakketten vullen we overwegend met eigen producten. “Wat 's middags wordt bezorgd, is 's ochtends geoogst. Daarin zijn we echt uniek”, zegt Liesbeth de Jong. De Ekonoom verbouwt bijna 50 groenten:

# 'Iedereen kan zingen', zegt dirigent Barend van wijkkoor Goed Gestemd

**De Hunzeborgh is al bijna 25 jaar op dinsdagavond gevuld met muziek. Dan repeteert het wijkkoor Goed Gestemd. Het heeft sinds september een nieuwe dirigent: Barend Schipper.**

Hij heeft een lange staat van dienst als internationaal geschoold componist, pianist, zanger en dirigent. Zijn motto: "Iedereen kan zingen."

"Hij heeft ons naar een hoger niveau gebracht", zeggen bestuursleden Rineke Boonstra en Leontine de Heer. Zij hopen dat onder zijn artistieke leiding het koor nieuwe leden aantrekt, die net als zij 'gewoon lekker ontspannen willen zingen' (zie inzet).

Het eerste seizoen met Barend als dirigent zit er bijna op. Na de eerste kennismaking vorig jaar hoefde hij niet lang na te denken of hij



met Goed Gestemd in zee wilde gaan. "De koorleden zijn sociaal gerichte mensen, in de zin dat ze gevoelig, oprecht en tolerant zijn. Dat klinkt filosofisch, maar zo werkt dat bij mij. En de klank van het koor was goed."

In de Hunzeborgh trof hij nog twee aangename bijkomstigheden. "De akoestiek is er heel fijn. Bijna alle zaaltjes maken een koor hard van klank. Hier is dat niet zo." Daarnaast bleek de Grotrian-Steinweg piano van het buurtcentrum prettig om te bespelen. "Een piano moet goed klinken en voelen. Dat is bij deze het geval."

Met Goed Gestemd legt Barend zich toe op een repertoire van wereldmuziek in de breedste zin van het woord, dus met regelmatig een vleugje pop of klassiek. "Ik vond het koor meteen verrassend helder zingen. Ze moesten wel even werken aan de zangtechniek. Die bereidheid was er ook. Super, vind ik dat. Als je goed zingt, kun je ook plezier hebben."

Goed Gestemd begon ooit als gemengd koor. Meer dan vijf mannelijke leden heeft het nooit gehad. Nu bestaat het geheel uit vrouwen en is het een dameskoor geworden. Barend vindt dat geen probleem, integendeel. "Maak van je zwakte je kracht. Ik heb veel gemengde koren gehad met een tekort aan mannen. Dan is de klank uit balans. Met alleen vrouwen is de klank mooi homogeen; fijn om naar te luisteren. Ik ben daar heel tevreden mee."

Niemand hoeft te vrezen om in een koor uit de toon te vallen, zegt Barend. "Ik heb de koorleden al in de eerste repetitie geleerd zuiver te zingen. Met de juiste lichaamshouding en buikademhaling kan dat heel snel.

Daarna groeit de stemvorming steeds een stapje verder."

Het is al even geleden dat het koor een uitvoering heeft gegeven, maar wat de dirigent betreft komt daar geleidelijk wat verandering in. "Optreden moet geen doel op zich zijn. Dan dreigt de zang al snel wat stijf en vlak te worden. Je moet bij optredens gewoon net zo lekker ontspannen blijven zingen als bij een repetitie. We gaan laagdrempelig beginnen, bijvoorbeeld in een verzorgingstehuis."

## Workshop: kennis maken met het koor

Is zingen in Goed Gestemd iets voor mij of niet? Dirigent Barend Schipper wil bewoners van De Hunze/Van Starckenborgh (en omliggende wijken) graag in de gelegenheid stellen om antwoord op die vraag te krijgen. Het koor wil het aantal leden graag opschrijven van achttien nu naar minstens 25.

Belangstellenden kunnen op dinsdag 18 juni en dinsdag 1 oktober vanaf 19.45 uur in de Hunzeborgh deelnemen aan een kennismakingsworkshop. Daar wordt het eerste half uur van de repetitie voor ingeruimd.

Barend: "Dan gaan we leuke stukken uit ons repertoire met elkaar eenstemmig zingen. Als belangstellenden de partij hebben aangeleerd, gaan we die melodie zingen in een meerstemmige setting. Zo kunnen mensen eens ervaren hoe het is om in een koor te zingen. Na de pauze kunnen ze lekker luisteren of proberen om mee te zingen."

*John Geijp*

# Koningsdag op de Hunzebrink



Stormbanen, sweeper en suikerspin: enkele van de attracties die Koningsdag in onze wijk tot een succes maakten. Kinderen die hun talenten showden, een prima dj, een koffiekraam, een tentje voor een broodje knakworst (nu ook vegetarisch), een clown, een schminkhoek en niet te vergeten de pannavoetbalvelden. Feest, feest, feest... de Hunzebrink is nog nooit zo leuk geweest.

Het begon met drumband Avanti. Die ging met een stoet kleurrijk uitgedoste kinderen in optocht door de wijk. Ondertussen raakte het veld bezaaid met zeiltjes waarop tientallen kinderen hun waren uitstalden. Dat zorgde met de nieuwsgierige klanten in de dop voor een levendige vrijmarkt. Terwijl de muziek bleef klinken, de kinderen niet uit-

gespeeld raakten en ballonnen tot fraaie figuren werden gedraaid, troffen buurtgenoten elkaar voor een praatje. De thee en koffie met cake was haast niet aan te slepen. Het was druk. Het Koningsdagfeest werd mede daardoor een waar... precies... feest. Feest, feest... de Hunzebrink is nog nooit zo leuk geweest.

Met dank aan de vrijwilligers en de sponsors.

*Bert Meijberg, Oranjecomité*

*De foto's zijn gemaakt door Arnoud Brouwer, de drone foto is van Quinten de Jong.*

*Kijk voor meer foto's op;*

<https://bit.ly/kdbhs24>

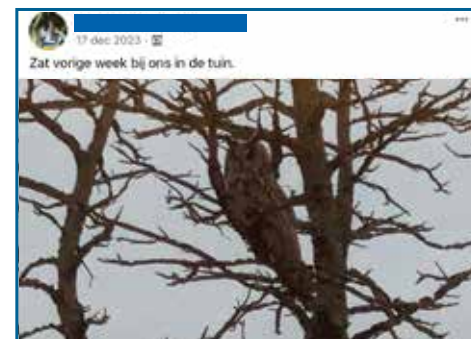


## Oranjecomité: vrijwilligers en versterking gezocht

Het Oranjecomité bedankt alle buurtgenoten en sponsors die het prachtige Koningsdagfeest mogelijk hebben gemaakt. Vooral voor de kinderen van onze prachtige wijk was het een mooie ervaring, het leverde een betekenisvolle herinnering op. Het comité kijkt nu alweer uit naar Koningsdag 2025. Tot vlak voor het feest bestond er nog de vrees dat er niet genoeg vrijwilligers zouden zijn, waardoor we het zonder suikerspin en enkele luchtkussens moesten doen, maar na een aantal noodoproepen kwam de bezetting toch nog rond. Dat moet volgende keer beter. Meld je nu alvast aan voor die dag.

Het Oranjecomité zelf, het organisatieclubje, zoekt voor volgend jaar uitbreiding. Er wordt een paar keer vergaderd van half februari tot en met april en je belt en praat als lid met deze of gene om de activiteiten te regelen, sponsors te zoeken en te zorgen voor publiciteit. Of je denkt gewoon mee. Lijkt dit je wat? Meld je aan! Vele handen maken licht werk en maken het werk nog leuker. Informatie vragen of direct aanmelden kan via de site [hunzeoranje.jouwweb.nl](http://hunzeoranje.jouwweb.nl). Of schiet één van de comitéleden even persoonlijk aan.

*Bert Meijberg, Oranjecomité*





# Vogels kijken

**In het wijkblad van februari stond een uitnodiging deel te nemen aan een vroege vogelexcursie met aansluitend ontbijt. Bij het vernemen van de starttijd van 6.30 uur moest ik even slikken, maar het vooruitzicht mensen uit de wijk te ontmoeten die van vogels spotten houden, trok me over de streep!**

Dus de ochtend na Koningsdag meldde ik me vóór 6.30 uur bij de Hunzeborgh met elf andere belangstellenden. Onder deskundige leiding van Maaïke Everink en allemaal voorzien van een verrekijker, wandelden we de Hunzedijk af en werden direct gewezen op divers gekwinkeler zoals van de tjiptjaf die z'n eigen naam roept, de winterkoning een heel klein vogeltje met een enorm stemgeluid, een gaai, een ekster enz.

Al wandelend wisselden we ervaringen uit over eerdere waarnemingen en soms liet Maaïke een afbeelding zien in haar vogelgids van de vogel die we hoorden.

De wandeling ging richting de meertjes bij Karding. Onderweg werden we gewezen



op het nest van een torenvalk in een hoge boom (..) en van een ekster die het nest voorziet van een dakje. Buizerd, sperwer en valk, we zagen ze allemaal! In het meer zwommen kuifeenden, krakeenden ja, ze zeggen echt krak, baltsende futen met hun feestelijke koppen en erboven cirkelden visdiefjes sierlijk of zaten op een ponton, speciaal voor nestgelegenheid in het water gelegd.

Plots scheerde een blauwe flits over het water en dook in de struikjes aan de water-



kant, een ijsvogel! Het was moeilijk hem te ontdekken maar uiteindelijk zagen we de vogel allemaal.

Inmiddels was het 8.30 uur en begonnen onze magen te rammelen. Terug naar de Hunzeborgh waar Ina Bos een heerlijk ontbijt met producten uit eigen tuin serveerde!



*foto's van Lian Kampen en Tineke Poelert*



Een geslaagde, leerzame en gezellige ochtend!

*Joske van der Hoeven*

Katten zijn ook een bedreiging voor de vogels. Gelukkig kunnen we hier wat aan doen. Bind je kat een belletje om en hou hem in mei en juni binnen totdat de jonge vogels uitgevlogen zijn. Hierdoor helpen we de vogels in de natuur weer een beetje.

*Lian Kampen*

# Minibiebs ook voor sociale contacten

Onze wijk telt momenteel drie minibiebs. De oudste minibieb staat in ons buurtcentrum de Hunzeborgh. Alleen toegankelijk als het buurthuis open is. De minibieb in de Rietveldlaan is de tweede in onze wijk en altijd goed gevuld. En recentelijk is er nu ook een minibieb bij de Greinerboulevard. Te zien vanaf de Beijumerweg en voorzien van een mooi paadje erom heen. Daar kun je ook even gaan zitten om alvast wat te bladeren in de aangeboden boeken.

Helaas heeft een oproep op Facebook of er ook een minibieb in Van Starckenborgh staat, niks opgeleverd. Wellicht dat iemand nu denkt om daar ook een minibieb te starten.

Ook zijn er twee minibiebs vlakbij in Beijum. De eerste valt op als je naar het winkelcentrum loopt of fietst. En de andere staat in de winkel van Shoetime. Uiteraard alleen tijdens openingstijden te bezichtigen.

Terwijl ik foto's aan het maken ben schiet een man mij aan. En zo leuk wat hij zegt: "Ik haal regelmatig boeken uit de minibieb, maar wat nog leuker is, ik maak dan ook altijd praatjes met anderen die ook boeken staan uit te zoeken." Zo zie je maar, een minibieb is meer dan een boekenruilstand, ook goed voor de sociale contacten!

Heb je boeken die je kwijt wilt, breng ze dan naar een van de minibiebs. En wellicht maak jij dan ook een praatje.

*Mieke Riezebos*



De Hunzeborgh



Greiner boulevard



Rietveldlaan 17



Ingang naar winkelcentrum Beijum



Shoetime

**UIT HET JAARPROGRAMMA 2024  
STADSBOERDERIJ DE WIERSHOECK**

**Wekelijks:** Gratis soep - inloop elke maandag van 12.00-13.30

**29 juni:** Poëzie-avond met 7 dichters met muziek van A Couple of Strings.  
Presentatie Anne van Lissa, aanvang 20.00, inloop 19.30, entree 2 euro

**6 juli:** Grote Groene Zomermarkt met 40 kramen, aantrekkelijk dagprogramma en muziek van de band Take Four, trio Pancho & Lefty en de band van Junior Martin, 11.00-16.00, entree gratis

**17 juli:** Pannenkoek inloop, 12.00-13.30, gratis!

**20 juli:** Stralende Zomer maaltijd, 12.00-13.30, 7 euro.  
Reservering via algemeen@wiershoeck.nl

**de Wiershoeck**  
beijumerweg 20

Beijumerweg 20, www.wiershoeck.nl

Sinds 2008

**back on track**  
huiswerkinstituut



[www.huiswerkinstituut-backontrack.com](http://www.huiswerkinstituut-backontrack.com)

**Crouwelstraat 42**  
Groningen

**Tel: 06 - 10 90 12 77**

**schildersbedrijf**  
**van Duinen**

**Voor al uw**

- onderhoudswerk
- nieuwbouwwerk
- houtrotreparaties
- dubbelglas
- binnenwerk

**Rollen 12**  
**9731 AG Groningen**  
**Tel. 06 - 48405760**  
**Email: info@m-vanduin.nl**  
**Website: www.m-vanduin.nl**

**IS UW WONING 2 JAAR OF OUDER,  
DAN BETAALT U  
SLECHTS 9% BTW!**

# WIJK IN CIJFERS

## Wat vertellen de statistieken over De Hunze/Van Starckenborgh?

### Auto's in onze wijk

Het zal geen buurtgenoot ontgaan: ook in onze wijk komen steeds meer auto's maar hoeveel zijn het er en wat is hun energiebron?

Volgens de cijfers van april dit jaar zijn 1426 auto's geregistreerd op naam van bewoners van De Hunze. Daarvan rijden er 1055 nog gewoon op benzine en 217 op diesel. 44 Buurtbewoners bezitten een elektrisch voertuig. Van de auto's in de wijk worden er 95 hybride aangedreven. Vijftien auto's rijden op LPG.

Van Starckenborgh telt 419 auto's, waarvan 310 met een benzine- en 64 met een dieselmotor. Bij dertien bewoners staat een elektrische auto voor de deur. De wijk telt 28 hybride voertuigen. Vier auto's hebben LPG als energiebron.

Tot slot de cijfers van de gemeente Groningen. Die telt 131.923 auto's. De verdeling over de soorten energiebron: benzine 91.103, diesel 22.089, elektrisch 8906, hybride 8580 en LPG 1112.

John Geijp





**OptiFit** **Fysiotherapie**

**Ervaren, dichtbij en snel plek**

**Dé praktijk waar we samenwerken aan uw optimale fitheid!**

- Fysiotherapie
- Manuele therapie
- Dry needling
- Shockwave therapie
- En nog veel meer!

**Lamsoor 2C, 9738AL, Groningen**  
**050 - 2111900**

**[www.optifitfysiotherapie.nl](http://www.optifitfysiotherapie.nl)**

## Programma Culturele Commissie

Tweede helft 2024



De Culturele Commissie heeft haar programma voor de tweede helft van 2024 bijna rond. Momenteel hebben wij drie evenementen vastgelegd en mogelijk komt er nog een vierde bij. Let daarvoor op je brievenbus en/of de wijk facebook pagina. Het is weer een aansprekend programma geworden met veel muziek en een bijzondere lezing. Zet het alvast in je agenda of kalender.

### Presentatie door Sabado del Son (Cubaanse muziek)

**13 oktober**, aanvang 15.30 uur.

Toegang gratis.

De band geeft een korte presentatie van een eerder gehouden workshop sonmuziek. Son is de voorloper van salsa. De bezetting is zang, gitaar, contrabas, percussie, piano en diverse blaasinstrumenten. Lekker dansbare muziek!



### Lezing door de Wandelprofessor Zef Hemel

**17 november**, aanvang 15.00 uur.  
Toegang € 9,00 (koffie, thee en koek zijn gratis).  
Zef Hemel is hoogleraar Planologie en bekleedt de Abe Bonnema-leerstoel in Groningen en



Delft. De thema's zijn onder meer: trekvogels, aardbevingsproblematiek en planologie in de drie noordelijke provincies.

### Jazzmuziek door het trio Komduurs Groove

**15 december**, aanvang 15.00 uur. Toegang € 9,00 (koffie, thee en koek zijn gratis).

Het jazztrio Komduurs Groove speelt alle jazzstijlen en speelt ook verzoeknummers. Bij het optreden wordt de luisteraar en passant ook nog even meegenomen op een kriskras reis door de jazzgeschiedenis.



### Informatie

Locatie: Buurtcentrum Hunzeborgh, Beijumerweg 10a, 9731 EB Groningen.  
Betaling (indien van toepassing): graag gepast of met pin.  
Aanmelding: [cultuur@dehunzeborgh.nl](mailto:cultuur@dehunzeborgh.nl) (om zeker te zijn van een plaats).  
Website: [www.dehunzeborgh.nl/cultuur](http://www.dehunzeborgh.nl/cultuur)

Peter Imthorn

## Groentepakketten met veel eigen teelt

(natuurlijk zonder kunstmest en chemische middelen)

**Vers van dichtbij - Gratis thuisbezorgd**



Iedere zaterdag verkoopkraam van 10-12u



Noordwolderweg 9 - Noordwolde  
[www.ekonoom.nl](http://www.ekonoom.nl)

**Hoera! Kinderfeestje?**  
Vier het samen met Oma Haas!

**Voor wie?**  
Kinderen van 4 tot 7 jaar!

**Wat gaan we doen?**  
Een sprookjesachtige, leerzame scharreltocht door de tuin én een knutselactiviteit. Dit doen we bij Stadsboerderij De Wiershoek in Beijum.

Het feestje duurt ongeveer 2 uur en kost €12,50 per kind. Dit is inclusief drinken, iets lekkers en een cadeautje uit de grabbelton. Ook een pannenkoek eten? Dan kost het €15,00 per kind.

Met Stadjerspas is een gratis feestje mogelijk.

**Reserveren of meer informatie?**  
[oma.haas@outlook.com](mailto:oma.haas@outlook.com)  
[wiershoek.nl](http://wiershoek.nl)  
[linko50.nl](http://linko50.nl)

*Kom je graag afhalen!*

## Nieuwe expositie in de Hunzeborgh



Vanaf 1 september exposeert Lydia Wierenga in de Hunzeborgh haar schilderijen. Lydia woont en werkt in Noorderhoogebrug. Haar schilderijen zijn divers, ze schildert intuïtief abstracte achtergronden waarna ze daar realistische portretten, landschappen, gebouwen en dieren op schildert.



Ina Bos

## Hunzefestival

Het is in juni weer zover: het jaarlijkse Hunzefestival! Net buiten de stad, bij bezoekerscentrum Reitdiep, beleef je samen met je gezin een heerlijke dag in de natuur én vol avontuur. Klim via touwbruggen over water, vis waterbeestjes uit de sloot en kom lekker spelen tussen de koeien en kippen. Alle dieren zie je van heel dichtbij. Het festival wordt dit jaar op zaterdag georganiseerd. Deze leuke dag is een gezellig uitje voor opa's, oma's, ouders en kinderen. Vanwege het vee mogen honden helaas niet mee. Een avontuurlijk festival voor de jeugd!



**za 29 juni 2024**  
van 11:00 - 17:00 uur  
**Bezoekerscentrum Reitdiep**  
Wolddijk 103, Groningen  
Honden niet toegestaan

**Meld je aan op de website, scan daarvoor de QR-code**



Bron: website Groninger Landschap

# Fitness voor 50-plussers start met een nieuwe groep in september

Sport is goed voor lichaam en geest. Je kunt het in je eentje doen maar samen is leuker.

In de Hunzeborgh zijn meerdere groepen actief waar je in een gezellige sfeer kunt werken aan je gezondheid door te bewegen, ook als je ouder wordt. Onder deskundige leiding wordt er aandacht geschonken aan conditie, spierversterking, soepel houden van gewrichten, houding en balans. Tijdens de lessen en na afloop bij een kopje koffie of thee ontmoet je je wijk- en buurtgenoten.

Er doen inmiddels iedere week ruim 90 mannen en vrouwen enthousiast mee en voor sommige groepen moeten we met een wachtlijst werken. Daarom zijn we blij dat er in september een nieuwe groep fitness 50-plus kan starten! Deze lessen zijn bedoeld om je meer energie te geven en actief te kunnen blijven. Het programma is speciaal samengesteld voor jou als oudere deelnemer.

De nieuwe groep gaat in september van start op de **woensdag van 13.00 – 14.00 uur**. Is het iets voor jou? Meld je dan aan, je kunt eerst met een gratis proefles meedoen.



Illustratie Hans Huisjes

## De kosten

€ 3,70 per les (kopje koffie inbegrepen).  
Vooruitbetaling per periode (september t/m december en januari t/m juli).

## Info en opgave

Pieta Nijhuis – (050) 542 13 96  
[pieta.nijhuis@home.nl](mailto:pieta.nijhuis@home.nl)  
Ina Bos - 06 44 01 22 76  
[i.bos@dehunzeborgh.nl](mailto:i.bos@dehunzeborgh.nl)

Zie ook de website van de Hunzeborgh:  
[www.dehunzeborgh.nl/activiteitenoverzicht](http://www.dehunzeborgh.nl/activiteitenoverzicht)

# Aankondiging expositie

In de eerste week van mei werd ik in de gelegenheid gesteld een expositie van foto's, gedichten van mijzelf en tekeningen, karikaturen en schetsen van mijn overleden zoon Cornelis in ons buurtcentrum in te richten.

De thema's zijn: lente, blikvangers, in het licht geplaatst en vergankelijkheid.

Cornelis bleek al op jonge leeftijd talent te ontwikkelen om zijn verbeelding op papier weer te geven. Met verbazing heb ik hem in dit proces gevolgd. Vooral veel ruimte en materiaal aangeboden om hier uiting aan te geven.

Wij woonden nog maar net een jaar in deze mooie wijk toen hij op 25-jarige leeftijd door een ongeval om het leven is gekomen. Met liefde plaats ik hem met deze expositie in het licht.



Op mijn twintigste kwam ik via de vader van mijn kinderen in aanraking met fotografie. De eerste tientallen jaren analoog, later digitaal. Het heeft mij geleerd anders naar mijn



omgeving te kijken. Meer oog voor detail, kleur en licht. Het gras kreeg voor mij ongekende schakeringen aan kleuren groen. Mijn blikveld gaat hierbij vooral uit naar lichtval in relatie tot mens en natuur.

Poëzie heeft vanaf mijn jonge jaren al mijn belangstelling. Muziek, natuur en vergankelijkheid zijn voor mij geliefde thema's.

Op het moment dat dit geplaatst wordt, is de expositie al ingericht. Tot medio juli is deze op afspraak te bezichtigen.

Graag nodig ik jullie hiervoor uit.

*Marian Asselman*



Grote klis



## Ons (on)kruidentuintje

Planten die je goed doen vind je langs bosjes en struiken in onze eigen wijk. In je eigen tuin kunnen waardevolle planten groeien die je nog niet kent. Deze rubriek nodigt je uit om deze (on)kruiden te ontdekken in je eigen buurt. Kijk eens naar beneden of juist omhoog. Zo zie je straks niet zomaar een plant, maar een aanvulling op je keukenvoorraad of je medicijnkastje.

### Grote klis

#### De grote voorjaarschoonmaak

Net zoals je in het voorjaar het hele huis schoonmaakt is het ook goed om in het voorjaar je lichaam te reinigen en daar is de grote klis een goed kruid voor.

Het is een plant die rijk is aan vitamines met vooral veel vitamine B en E. Daarnaast heeft het veel vetzuren en slijmstoffen en bijna alle mineralen zitten erin. Het is één van de weinige planten waar ook Q10 in zit, de energieleverancier. Onder meer door de aanwezigende bitterstoffen is de grote klis tevens een steun voor de spijsvertering en daarmee voor het immuunsysteem. Bovendien draagt het bij aan het behoud van een gezonde bloedsuikerspiegel.

Het fijne is bovendien dat de grote klis gewoon in de keuken is te gebruiken en er zelfs culinaire hoogstandjes mee kunnen worden bereid. De jonge bladeren worden meestal in salades gebruikt en de oude, wat bitterder bladeren, kunnen als groente worden gekookt. Ook de wortel is lekker, bijvoorbeeld in roerbakgerechten of in een wilde stampot. De wortel is eveneens geschikt om puree van te maken of soep van te trekken. Van gedroogde wortels kun je thee zetten. De zaden kunnen worden ontkiemd om aan een salade toe te voegen.



En wist je dat klittenband zijn oorsprong vond in deze plant.

Kijk met dit kruid wel uit als je medicatie gebruikt want die kan de werking beïnvloeden!

Dus voor wie het wil zien, het groen in onze wijk is als een verscholen kruidentuin. Let wel op waar je plukt en was de planten uiter-aard goed. Plekken waar honden of verkeer komen zijn niet geschikt. En kijk vooral ook in je eigen tuin.

Let op: bij serieuze medische klachten overleg altijd met je arts of medische specialist. Ga niet op eigen houtje experimenteren met kruiden.

Veel plezier en geniet van de grote klis die vooral op de vochtige bouwgronden groeit!

Inge Karg (kruidenvrouw) ([www.vision4life.nl](http://www.vision4life.nl))  
en Angelique Boter (illustratie)  
([www.angeliqueboter.nl](http://www.angeliqueboter.nl))

## Verkoop je kleding!

Op 21 september organiseren we een kledingbeurs in de Hunzeborgh van 13.00 tot 17.00 uur. Iedereen is van harte welkom en de toegang is gratis. Wij zorgen voor een gevarieerd aanbod van kinder-, tiener- en volwassenenkleding. Zo ben je helemaal klaar voor het najaar. Ook bieden we kleuradvies tegen een kleine vergoeding en kun je ontdekken welke kleuren het beste bij jou passen!



De organisatoren: Jelly van der Scheer, Kim Bakker, Margriet de Boer, Tamara Bakker, Els Bijholt en Mieke Riezebos



### Wil je wat ruimte in je kast maken?

Breng dan je kleding bij ons in voor slechts 5 euro. Wij zorgen voor de verkoop en de opbrengst is volledig voor jou.

**Op 14 september kun je 's ochtends tussen 9.00 en 12.00 uur je kleding brengen bij Margriet de Boer in de Wilsstraat 43 en 's middags tussen 12.00 en 15.00 uur bij Kim Bakker in de Van Tijenstraat 26.**

### Hoe geef je je op?

Als je wilt deelnemen als verkoper, stuur dan een e-mail naar [kledingbeursbhs@gmail.com](mailto:kledingbeursbhs@gmail.com) om je aan te melden. Zorg dat de kleding goed onderhouden, schoon en trendy is. We selecteren de kleding vooraf om een mooie mix van kleding van alle leeftijden aan te bieden.

Dus wees er snel bij, want VOL = VOL!

Na afloop van het evenement kun je je overgebleven kleding tussen 17.00 en 18.00 uur ophalen. Alle kleding die niet wordt opgehaald, schenken we aan het goede doel.



## WIJ HEBBEN PASSIE VOOR AUTO'S

Altijd circa 60 occasions in voorraad die altijd geleverd worden met een geldige APK.

Wij kunnen u ieder merk personen- of bedrijfsauto leveren, nieuw of gebruikt.

**U bent van harte welkom**

Onderhoud/repairatie  
alle merken

Up to date diagnose-  
en uitleesapparatuur

Vervangend vervoer  
geen probleem

**esbé** auto's

Kweldergras 2 | Groningen | 050 5774177 | [www.esbeautos.nl](http://www.esbeautos.nl)

**” KOPEN DOE  
JE MET JE HART,  
MAAR HOUD JE  
HOOFD KOEL**

**GROOT**  **MAKELAARS**

*gewoon groots geregeld!*

Reitdiephaven 428, 9746 RK Groningen • Tel. 050 82 00 944  
[info@grootmakelaars.nl](mailto:info@grootmakelaars.nl) • [www.grootmakelaars.nl](http://www.grootmakelaars.nl)



Ilya en Jill van Groot Makelaars, Dé huismakelaar van De Hunze/ Van Starckenborgh! Heeft u vragen over de aankoop, verkoop of taxatie van uw woning? Bel of mail voor een vrijblijvende afspraak!



**funda**

## Vergroen je tuin en ontvang subsidie

Het is nu dé periode om aan de slag te gaan met je tuin, huis of bedrijfspand. Verwijder tegels, breng meer planten aan of vang regenwater op en krijg poen voor je groen. De gemeente Groningen geeft namelijk voor deze maatregelen zogenaamde klimaatsubsidie aan inwoners en bedrijven. Wees er snel bij want op = op. Subsidie aanvragen kan nog tot 30 juni!



Het is mogelijk om voor verschillende maatregelen subsidie aan te vragen. Zoals een muur voorzien van (klim)planten, bomen aanplanten, tegels vervangen door gras of struiken, aanleg van een waterberging of een groen dak. De gemeente verstrekt hier subsidie voor om de gevolgen van het veranderende klimaat op te vangen. Door klimaatverandering komen extreem hete dagen, droogte en hoosbuien vaker voor. Daarom stimuleert de gemeente vergroeningsmaatregelen. Groen werkt verkoelend, helpt wateroverlast tegen te gaan en stimuleert de biodiversiteit.

leert de biodiversiteit.

### Subsidie aanvragen

Ga naar de website van de gemeente: [gemeente.groningen.nl/subsidie-klimaat](http://gemeente.groningen.nl/subsidie-klimaat) aanvragen en vul het formulier in met wat je wilt aanpakken. Een aanvraag is geldig tot een jaar vooruit of een jaar terug. Indienen kan tot 30 juni.

Bron: internet

## Isoleren ook wat voor jou?

**Isolatiecampagne Zo-simpel-als-wat helpt Groningers te begrijpen waarom isoleren belangrijk is en hoe ze gratis hulp kunnen krijgen. Goede isolatie maakt je huis warmer in de winter en koeler in de zomer én het bespaart ook op energiekosten.**

Er zijn nog veel woningen die niet goed geïsoleerd zijn. Dit komt vaak omdat mensen denken dat isoleren veel gedoe is en veel geld kost. De campagne van Zo-simpel-als-wat laat zien hoe isoleren juist voordelig

kan zijn. Zelfs als je denkt dat het financieel lastig is! De boodschap aan alle Groningers is simpel: zet die eerste stap. Er zijn verschillende landelijke en gemeentelijke subsidies beschikbaar, evenals diverse leningen. Hierdoor is er vaak meer mogelijk dan je denkt. Isoleren kan echt een verschil maken in je maandelijkse vaste lasten en comfort in huis. Voor meer informatie over leningen en subsidies: [duurzaamgroningen.nl/subsidies](http://duurzaamgroningen.nl/subsidies).

Bron: internet







**Fysiotherapie De Hunze**

**Samen helpen wij u weer in beweging.**

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

- Fysiotherapie en kinderfysiotherapie
- Echografie
- Specialist bij rug, nek en schouderklachten
- Behandeling van sportblessures
- Bekken(bodem)klachten bij en na zwangerschap
- Individuele oefentherapie bij chronische klachten
- Revalidatie na een operatie

**fysio 4**

**Noorderhoogebrug**  
Bedumerweg 52  
9716 AD Groningen  
T 06 33 97 22 11  
noorderhoogebrug@fysio4.nl

[www.haptotherapeut-groningen.nl](http://www.haptotherapeut-groningen.nl)

**Mw. J. Kok**  
Fysiotherapie  
Haptotherapie

Overige vestigingen:  
**Bottelroosstraat 1a**  
T 050 571 98 07  
**Beukenlaan 36**  
T 050 571 29 33  
selwerd@fysio4.nl  
**Bedumerweg 52**  
T 050 577 44 73  
bedumerweg@fysio4.nl  
**Westersingel 11**  
T 050 313 27 51  
westersingel@fysio4.nl

[www.fysio4.nl](http://www.fysio4.nl)



**BOEIJINK**  
**ONDERHOUDSERVICE**

Allround Klussenbedrijf

**Voor al uw: installatiewerk, badkamers,  
keukens en renovatiewerkzaamheden**

Voor informatie en/of een vrijblijvende offerte kunt u contact met ons opnemen.  
Tel: 06 203 23 186 • E-mail: [tomboeijink@gmail.com](mailto:tomboeijink@gmail.com) • [www.boeijinkbouw.nl](http://www.boeijinkbouw.nl)

# DE HUNZEBORGH

## Van het Hunzeborghteam

### Zomer

In maart heb ik deelgenomen aan de reanimatiecursus in de Hunzeborgh. Na het doornemen van de theorie en het vooral praktisch oefenen op een reanimatiepop, voel ik me weer bekwaam om een reanimatie uit te voeren. Vorig jaar twijfelde ik nog, maar na het volgen van twee cursussen heb ik mezelf aangemeld als burgerhulpverlener. Dus mocht er ooit hulp nodig zijn in de buurt, sta ik klaar om te helpen.

De expositie in de Hunzeborgh is in mei vernieuwd. Na de prachtige kunstwerken van onze schildegroep Sporrel begin dit jaar hangen er nu foto's en gedichten van Marian Asselman, met thema's als de lente, blikvangers, in het licht geplaatst en vergankelijkheid. De expositie nog niet gezien? Laat je verrassen door de talenten van onze lokale kunstenaars en ga snel eens langs om te kijken.

Als we vooruitkijken naar de zomervakantie, verheugen we ons op de komende vrije dagen waarin we kunnen genieten van het weer en ontspannen. Na de zomer wachten nieuwe activiteiten in het buurtcentrum. Geniet van de zomer en de vakantie en tot ziens.



Groet,  
Menno Hartsema

### Bestuur de Hunzeborgh:

Menno Hartsema	voorzitter	tel. 06 288 85 238	<a href="mailto:voorzitter@dehunzeborgh.nl">voorzitter@dehunzeborgh.nl</a>
Jan van der Veen	penningmeester		<a href="mailto:financieel@dehunzeborgh.nl">financieel@dehunzeborgh.nl</a>
Marijke Oostingh	secretaris		<a href="mailto:secretaris@dehunzeborgh.nl">secretaris@dehunzeborgh.nl</a>
Leontine de Heer	incidentele verhuur		<a href="mailto:verhuur@dehunzeborgh.nl">verhuur@dehunzeborgh.nl</a>
Rineke Boonstra	verhuur, activiteiten	tel. 06 312 85 511	<a href="mailto:r.boonstra@dehunzeborgh.nl">r.boonstra@dehunzeborgh.nl</a>

Website: [www.dehunzeborgh.nl](http://www.dehunzeborgh.nl) E-mail: [info@dehunzeborgh.nl](mailto:info@dehunzeborgh.nl)

## Vaste activiteiten buurtcentrum Hunzeborgh 2024

<b>Maandag</b>	9.15 - 10.05 uur	Fitness-50+	Pieta Nijhuis (050) 542 13 96 pieta.nijhuis@home.nl
	10.30 - 11.20 uur	Fitness-50+	
	13.00 - 14.00 uur	Fitness-50+-plus	Irma van Dort (06) 511 077 41 info@ouroboros-natuurlijk.nl
	19.00 - 20.15 uur	Yoga	
	20.15 - 21.30 uur	Yoga	
<b>Dinsdag</b>	9.15 - 10.05 uur	Fitness-50+	Pieta Nijhuis (050) 542 13 96 pieta.nijhuis@home.nl
	10.30 - 11.20 uur	Fitness-50+	
	14.00 - 16.00 uur	Kijken naar kunst	Ynke Veenstra (06) 273 337 87 ynkeveenstra@home.nl
	14.00 - 15.00 uur	Wandelen	Ynke Veenstra (06) 273 337 87 ynkeveenstra@home.nl
	19.45 - 21.45 uur	Koor 'Goed gestemd' iedere dinsdagavond uitgez. schoolvakanties	Leontine de Heer Leontinedeheer@home.nl
<b>Woensdag</b>	10.00 - 12.00 uur	Schildergroep 'Sporrel'	Sonja Thie (06) 293 820 68 sonja.thie@home.nl
	19.30 - 22.30 uur	Bridge in de Borgh 1x per maand 5 juni	Marijke Haken (06) 293 680 57 bridge@dehunzeborgh.nl
<b>Donderdag</b>	9.15 - 10.05 uur	Fitness-50+	Pieta Nijhuis (050) 542 13 96 pieta.nijhuis@home.nl
	10.30 - 11.20 uur	Fitness-50+	
	13.30 - 16.30 uur	Bridge in de Borgh 1x per maand 13 juni	Marijke Haken (06) 293 680 57 bridge@dehunzeborgh.nl
<b>Vrijdag</b>	8.45 - 9.45 uur	Ladies Gym	Lia Elsinga (06) 305 038 02 l.ladiesgym@gmail.com
	10.30 - 12.30 uur	Schildercursus 'Groen als Gras'	Ina Bos (06) 440 122 76 i.bos@dehunzeborgh.nl
	16.15 - 17.30 uur	Jeugdschaakclub SC de Paardensprong	Ronald van Nimwegen (06) 100 398 68 a.r.vannimwegen@hetnet.nl
	18.30 - 19.30 uur 19.45 - 21.00 uur	Kinderdisco 4 t/m 8 jaar Bingo met aansluitend kinderdisco 8 t/m 12 jaar	7 juni , 5 juli

## Incidentele activiteiten buurtcentrum Hunzeborgh 2024

<b>21 sept</b>	13.00 - 17.00 uur	Keldingbeurs
<b>13 okt</b>	15.30 - 17.30 uur	Presentatie door Sabado del Son (Cubaanse muziek)
<b>17 nov</b>	15.00 - 17.30 uur	Lezing door de Wandelprofessor Zef Hemel
<b>15 dec</b>	15.00 - 17.30 uur	Jazzmuziek door de band Komduurs Groove

Voor meer info over de activiteiten, kosten en aanmelden ga naar: [www.dehunzeborgh.nl](http://www.dehunzeborgh.nl)

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

Buurtcentrum Hunzeborgh / Beijumerweg 10a - 9731 EB Groningen

# ALLEEN VOOR ECHTE LEGO® FANS



SCAN MIJ

# balans you

L I F E S T Y L E S T U D I O








**Word de gezondste versie van jezelf!**  
**Vind een goede balans tussen lichaam en geest.**

Balans2you is er speciaal voor mensen die:

- Zich niet thuis voelen op een sportschool
- Graag in kleine groepen willen trainen
- Persoonlijke aandacht
- Chronische ziekte hebben
- Voedingsbegeleiding



U traint bij ons in kleine groepen, op uw eigen nivo.

-  Bewegingsstudio
-  Vacushaper (combinatie van lopen, vacuum en infrarood)
-  9 verschillende bewegingsbanken/stoelen  
(bijzonder training om spieren en gewrichten soepel te houden/maken)
-  Vibrosaun, een combinatie van massage en infrarood
-  Voedingsadviezen
-  Wandelcoaching
-  Coaching verlies en leefstijl

Bekijk onze website [www.balans2you.nl](http://www.balans2you.nl) voor meer informatie, openingstijden en tarieven.

Bovenstreek 3, Groningen