

WIJKBLAD ...



Kramerstraat

# DE HUNZE VAN STARKENBORGH

## Nieuwe afleveringen Kijken naar Kunst

En verder:

- Nieuws van ons energieteam
- Oproep muzikaal talent
- Oproep nieuwe bestuursleden
- Kledingbeurs in najaar



Jaargang 34 | nr. **3** september 2024



# ALLEEN VOOR ECHTE LEGO® FANS



September 2024  
Jaargang 34, nr. 3

## COLOFON

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

bestuur@dehunzevanstarckenborgh.nl  
www.dehunzevanstarckenborgh.nl  
@Bewonersorg\_BHS  
Wijkgroep: De Hunze /Van Starckenborgh

## DE HUNZEBORGH

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

## 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
Nieuws van ons energieteam .....	4
AVG-privacywet .....	5
Wat zijn oplossingen voor wateroverlast? .....	6
Workshop koor Goed Gestemd .....	7
Even voorstellen: Lydia Wierenga .....	8
Oproep door de Culturele Commissie .....	9
Kijken naar Kunst .....	10
Nieuwe Bridge-workshop .....	13
Rectificatie fitness 50+ plus .....	15
Ondertussen op Facebook.....	16
Wijk in cijfers .....	19
Programma Culturele Commissie .....	21
Ons (on)kruidentuintje .....	22
Duurzame kledingbeurs op 21 september! .....	23
Kleurplaat .....	25
Van het Hunzeborghteam .....	27
Activiteitenagenda Hunzeborgh 2024 .....	28

Omslagfoto: Mieke Riezebos

Het volgende nummer zal omstreeks 21 december verschijnen.  
Kopij graag voor 12 november aanleveren.

**MELDPUNT STADSBEHEER** **Tel. 14 050**

**MELDPUNT OVERLAST EN ZORG** **Tel. 050-5875885**

Maandag t/m vrijdag tussen 10:00 en 17:00 uur telefonisch bereikbaar  
[www.gemeente.groningen.nl/overlast-en-zorg-melden](http://www.gemeente.groningen.nl/overlast-en-zorg-melden)

**BUURTAGENTEN:** **Tel. 0900-8844**

**TANJA SERIER** (1e aanspreekpunt)  
**JOLANDA HARTOG & MENNO WIERINGA** (2e aanspreekpunt)



SCAN MIJ



# Van de redactie

**Eindelijk kwam die lang verwachte zomer op gang. Met zelfs tropische dagen in augustus. In zuidelijke landen steeg de temperatuur naar ongekende hoogtes, de klimaatverandering is nu toch echt wel een feit. Ook hier in de wijk hebben wij daar last van. We hebben dan ook twee artikelen die hier het gevolg van zijn: het laatste nieuws van ons energieteam en een artikel over de wateroverlast in onze wijk. Zo valt te lezen hoe je je woning kan voorbereiden op het verlagen van de CO2 uitstoot met energiebesparende maatregelen en is de wateroverlast toch wel een gevolg van de hevige regenbuien die ons in het voorjaar parten speelde. Gelukkig kunnen we ook maatregelen nemen tegen die wateroverlast, gericht op de toekomst!**

En ja, dan zit de zomer er weer op en starten we langzaam weer met allerlei activiteiten in onze buurt. Belangrijk is de rectificatie over fitness voor 50+plus. Daar was verwarring over ontstaan in onze vorige uitgave; het is een geheel nieuwe groep speciaal voor onze oudere medemens. Zo fijn dat je dan

dicht bij huis toch kan meedoen aan fitness, ik zou zeggen: geef je op!

Denk je dat je niet kan zingen? Kom dan langs op de workshop Goed Gestemd. Wie weet kun je lekker meegalmen. Hetzelfde geldt voor bridge, ook daarvoor een workshop om de kneepjes van het spel te leren. Kom langs of geef je op. Je leest in het blad hoe dat gaat.

Verder start de Culturele Commissie met haar najaarsprogramma, heeft Kijken naar Kunst een nieuw aantrekkelijk programma, is er mooie kunst te bewonderen in ons buurtcentrum, is er een kledingbeurs in september, heeft de kruidenvrouw weer een mooie tip en lees je over ons rook- en drinkgebruik.

Als laatste zijn er twee oproepen: het bestuur zoekt nieuwe bestuursleden en de Culturele Commissie zoekt talent uit de wijk. Je leest erover in deze uitgave.

*Voor nu veel leesplezier, ook namens de redactie.  
Mieke Riezebos*

# Van het BHS bestuur

*Najaar 2024 volop activiteiten!*

## Algemeen

We hopen dat jullie allemaal een mooie zomerperiode achter de rug hebben en de interne batterij weer lekker hebben 'opgeladen'. Dat zou goed uitkomen, want het najaar staat weer bol van de activiteiten. We begre-

pen dat het Buurtvuur weer volop bezig is om binnenkort op de vernieuwde plek weer bij elkaar te komen. Zo is ook de Culturele Commissie met het najaarsprogramma bezig, zijn alle cursussen weer gestart en wordt er weer geschaakt, gekeurd, gezongen en

geborreld in de Hunzeborgh. Ook bestuurlijk zullen we aan de slag moeten. We gaan verder met de water- en parkeeroverlast in de wijk. Zie ook artikel wateroverlast verderop. En zullen de ontwikkelingen in de wijk en van de Gerrit Krolbrug tijd van ons vragen. Maar allemaal in het teken van de leefbaarheid, het welzijn, de veiligheid en het woongenot van en in onze wijk. Dat doen we met veel plezier en energie.

## Bezoek Gebiedsmanager en -secretaris en wijkschouw/ energieopslag

In juni hebben wij met de Gebiedsmanager Marlon Berends en de Gebiedssecretaris Felix Hirmann overleg gehad over de Gebiedsagenda Oost en de zaken voor onze wijk, zoals de energieopslag (door het afschaffen van de salderingsregeling), activiteiten voor jongeren in de wijk, de onveilige situatie rond de Hunzedijk, door scheuren op het pad en afbrekende takken, groenvoorzieningen/bomenplan. We hebben ook de parkeer- en wateroverlast besproken. Zie ook het verslag op de website. Medio augustus heeft er een wijkschouw plaats gevonden als vervolg op dit gesprek. Door de deadline van de wijkkrant kunnen jullie hierover meer op de website vinden.

## Gerrit Krolbrug (GKB)

De ontwikkelingen rond de GKB gaan maar door. De omgevingsvergunning voor de nieuwe bug loopt nog steeds. Er is een zienswijze ingediend die de gemeente op dit moment behandelt. Verwachting is dat de omgevingsvergunning in oktober wordt verleend. De vergunning voor het Projectplan Waterwet is zo goed als rond. Daarnaast zijn de hellingbanen onderhouden om geluidsoverlast te verminderen. En loopt het onder-

zoek naar de tijdelijke voorziening bij de busbaanbrug nog. In het najaar moet dat afgerond zijn. Tevens is de Gasunie begonnen om de gasleiding bij de oude brug te verleggen. Medio september wordt het Platform GKB weer helemaal bijgepraat.

## Oproep nieuwe bestuursleden

Na ruim zeven leuke jaren als bestuurslid en grotendeels als voorzitter van de BHS, zal ik in april 2025 terugtreden. Dan zitten mijn termijnen erop. Aan alles komt een keer een eind! Ook Marga Hesseling zal als algemeen bestuurslid na twee termijnen in april 2025 terugtreden. Dat betekent dat het bestuur een voorzitter en een algemeen bestuurslid zoekt. Ben je enthousiast, betrokken en wil je wat voor de wijk doen? Wil je graag bijdragen aan het welzijn en de ontwikkeling van de wijk en haar bewoners, laat het ons dan weten. Schuif eens aan bij een van onze bestuursvergaderingen en stuur je belangstelling naar [bestuur@dehunzevanstarkenborgh.nl](mailto:bestuur@dehunzevanstarkenborgh.nl). We kijken naar jullie uit.

We wensen jullie allen een goed najaar met mooie wijkactiviteiten toe.

*Chris van Malkenhorst  
Voorzitter BHS*

## het bestuur

**Chris van Malkenhorst**  
Voorzitter

**Helge Bijleveld**  
Secretaris

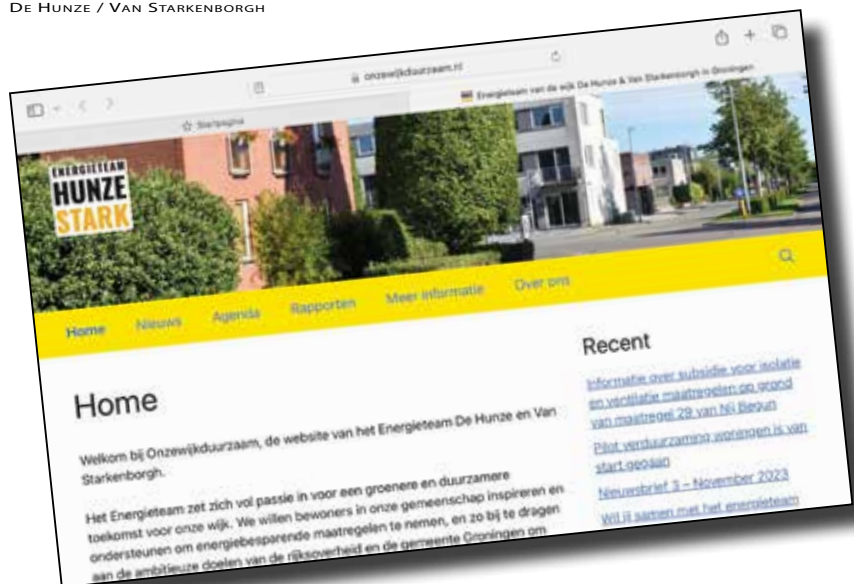
**Marco Berken**  
Penningmeester

**Bert Meijberg**  
Algemeen  
bestuurslid

**Marga Hesseling**  
Algemeen  
bestuurslid

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





## Nieuws van ons energieteam

**Wil je ook graag energie besparen maar weet je niet zo goed hoe te beginnen? In dit artikel krijg je daar wellicht een idee voor. Ik ben op bezoek bij Peter Altena, lid van ons energieteam voor de wijk. Peter brengt me op de hoogte van de laatste ontwikkelingen.**

### Handige website

Allereerst is daar de website [www.onzewijk-duurzaam.nl](http://www.onzewijk-duurzaam.nl) met een schat aan informatie, tips en bruikbare links. Echt een mooi gevulde website, daar is zeker tijd en aandacht aan besteed. Ik kan iedereen die geïnteresseerd is in het onderwerp aanraden de website te bezoeken!

### Rapporten met bruikbare energiemaatregelen

Het mooist vind ik de rapporten van de onderzoeken van huizen uit onze wijk die op de website staan. Peter vertelt: "Het gaat

om woningen uit de Kramerstraat, de Klaas Buistlaan en de Berlageweg. Bij die laatste weg gaat het om de rode woningen richting het veld. Uit elk van die drie straten is één huis uitgebreid onderzocht. Het onderzoek leverde uiteindelijk de rapporten met bruikbare energiemaatregelen op. Alle bewoners uit die straat zijn vervolgens met een brief op de hoogte gesteld van het rapport uit hun straat. Die rapporten staan op de site. Ook als je een totaal andere woning hebt kun je er veel tips uit halen en lezen wat je kan doen."

### Korte enquête

"Dezelfde bewoners kregen ook een link naar een korte enquête over de waardering van het rapport en wat men zou willen doen aan energiemaatregelen. Mooi om te lezen is dat het merendeel van plan is maatregelen te treffen. Het meest werd de aanleg van een (hybride) warmtepomp ingevuld. Ook het samen optrekken is een optie die veel straat-

bewoners invulden. Het is nu wel aan de bewoners zelf om vervolgstappen te zetten. Het energieteam wil daarbij ondersteunen en mensen bij elkaar brengen", vervolgt Peter.

### Subsidie Nij Begun

"We hebben een startsubsidie lokale energie van de provincie Groningen ontvangen en hebben daarmee een medewerker/student van Samen - een jong bureau dat duurzaamheidsprojecten uitvoert - ingehuurd, die deze drie huizen heeft onderzocht. We zijn nu bezig om te kijken of we meer straten kunnen onderzoeken, we willen dat dan gaan doen met energieadviseurs van de gemeente, vergelijkbaar met Samen."

### Vervolg Kramerstraat

Op de vraag of er een vervolg komt bij de straten vertelt Peter: "Met twee mensen uit de Kramerstraat zijn we in gesprek om een vervolg te geven aan energiebesparende maatregelen in hun straat. Belangrijk is dat de bewoners het doen, wij zijn dienstverlenend", besluit Peter het gesprek. We blijven het volgen.

*Mieke Riezebos*



### AVG-privacywet

#### aanvulling op Richtlijnen Redactie

In onze richtlijnen voor het wijkblad hebben we nu ook wat opgenomen over de AVG-privacywet: het is niet toegestaan dat de redactie en de advertentiebeheerder gegevens van derden delen met anderen.

Deze richtlijnen vind je hier, even helemaal naar beneden scrollen [www.bit.ly/richtlijnen2](http://www.bit.ly/richtlijnen2).

*Mieke Riezebos*



## Nat, nat, nat

### Wat zijn oplossingen voor wateroverlast?

**Het probleem doet zich voor in beide delen van onze wijk: wateroverlast in kruipruimtes, tuinen en brandgangen. Het adviesbureau Antea zocht naar de oorzaken en de mogelijke oplossingen. Die zijn voor Van Starckenborgh en De Hunze verschillend, zo blijkt uit hun rapportage.**

Dat er juist nu zo veel klachten zijn, vindt BHS-bestuurslid Marga Hesseling verklaarbaar: "De herfst, winter en voorjaar waren nat, nat, nat", zegt zij. Een oproep aan wijkbewoners om wateroverlast in kruipruimtes te melden, leverde 26 reacties op. Ze komen uit beide wijken, maar uit het onderzoek van Antea blijkt dat de situaties in Van Starckenborgh en De Hunze verschillen.

#### Jongere wijk

Van Starckenborgh is een jongere wijk. Anders

dan in De Hunze zijn daar gescheiden systemen voor de afvoer van huishoudelijk afval- en regenwater. Alleen huishoudelijk afvalwater komt in het riool. Bovendien zijn de kavels daar voorzien van een eigen drainage.

Marga: "In Van Starckenborgh zit het probleem vooral tussen de huizen, in de brandgangen en tuinen. De straatafvoer werkt op zich goed. Het probleem zit waarschijnlijk in de drainagesystemen onder de kavels. Mogelijk wordt de opname van het regenwater gehinderd door schuttingen, tuinhuisjes en heggen die in de loop der jaren zijn geplaatst. Maar het kan ook zijn dat de zware klei het water niet goed opneemt. Het ziet er in elk geval naar uit dat de mensen zelf iets moeten ondernemen in hun tuin, en misschien de drainage laten doorspuiten."

#### Maximum

Ingewikkelder ligt het probleem in De Hunze. Daar komen huishoudelijk afval- en regenwater in hetzelfde riool terecht. Antea heeft vastgesteld dat het rioolsysteem bijna aan het maximum van zijn capaciteit zit.

Het adviesbureau ziet voor De Hunze een paar opties om de overlast te beperken. Het BHS-bestuur heeft een voorkeur uitgesproken voor de meest robuuste en drastische oplossing: het aanleggen van een nieuw riool voor drainage en transport aan de straatzijde. Daarvoor moeten straten worden opengebroken. Dat heeft een grote impact in de realisatiefase voor de wijk. Marga: "Maar dan kan het systeem tientallen jaren mee."

#### Tuinen op de schop

Een andere optie is een verzamelriool aanleggen op particulier terrein: dit heeft een grote impact voor de achtertuinen tijdens de realisatiefase. Alle tuinen moeten dan op de schop. De drainage zou zo'n 1000 euro per kavel kosten. Daarbij zijn herplanting en der-

gelijke niet meegerekend. En alle bewoners zouden moeten meedoen.

Marga: "De kans is groot dat als alle tuinen leeggehaald moeten worden en van drainage wordt voorzien, het probleem voor maar tien of 20 jaar is opgelost. Daarvoor gaat natuurlijk niemand grote kosten maken en zijn tuin afgraven. Dat straten opengebroken moeten worden, moeten we maar voor lief nemen. Ik moet er niet aan denken dat bij zo'n tropische regenbui de wijk onder water komt te staan."

De gemeente houdt in het najaar een bijeenkomst om met het BHS-bestuur en de wijkbewoners het Antea-rapport te bespreken.

*De presentatie van het Antea-onderzoek is te vinden op de website van de bewonersorganisatie bij de documenten van de BHS: Presentatie Grondwateradvies.*

*John Geijp*

## Workshop koor Goed Gestemd

Is zingen in een vrouwenkoor iets voor jou? Een antwoord hierop kun je op dinsdag 1 oktober krijgen tijdens een zangworkshop.

Om 19.45 uur is iedereen welkom om een aantal stukken mee te zingen. Het zijn eenvoudige eenstemmige liedjes die iedereen zo mee kan zingen. Na de pauze kun je blijven om te luisteren of mee te zingen met het koor.

Je hoeft je niet aan te melden, kom gewoon. Tot 1 oktober 19.45 uur in ons buurcentrum de Hunzeborgh!

*Rineke Boonstra*

Najaarsexpositie in de Hunzeborgh

## Even voorstellen: Lydia Wierenga

"Ik woon en werk al weer bijna 15 jaar met veel plezier in de Noorderhoogebrug. Met mijn hond wandel ik dagelijks door De Hunze en omgeving. Dit nazomers landschap heb ik op doek vastgelegd omdat dit uitzicht me altijd heeft gefascineerd. De statige hoge bomen omlijsten de charmante Wilhelminamolen, de okerkleurige bereklauwen met daarachter het huisje van buurtbewoonster Elly, een klein stukje van ons "speelveld" en de klimopboom die, net toen het schilderij af was, bij een storm is omgevallen.



Hoewel ik meestal intuïtief werk, heb ik dit keer gekozen voor een andere benadering met olieverf. Op mijn website zijn meer van mijn landschappen, dieren en portretten te bekijken. Ik nodig je van harte uit om een kijkje te nemen! Een bezoek aan mijn atelier is ook mogelijk, neem dan wel even van tevoren contact met mij op."

Het werk van Lydia hangt van 2 september

tot aan de kerstvakantie in de Hunzeborgh. Bezoek uitsluitend op afspraak via haar website [www.lydiawierenga.nl](http://www.lydiawierenga.nl) of telefonisch contact met Leida Bakker (06) 45 03 08 21.

Ina Bos

## Speeltheek Groningen

Fultsemaheerd 88  
9736 CT Groningen  
06 - 392 495 46  
[www.speeltheekgroningen.nl](http://www.speeltheekgroningen.nl)

Open op woensdag van 14.00 tot 17.00 uur  
en op zaterdag van 10.00 tot 13.00 uur.

**Speelgoed lenen: word nu lid en speel het hele jaar voor 22 euro!**



## Oproep door de Culturele Commissie

Heb je zin om een optreden te geven in ons buurtcentrum Hunzeborgh? Meld je dan aan bij de Culturele Commissie. We zoeken voor onze programmering voor volgend jaar wijkbewoners die een muziekoptreden of een lezing kunnen geven. Het gaat om een optreden op een zondagmiddag van tweemaal drie kwartier. Groepen van maximaal vijf mensen zijn natuurlijk ook welkom. Er is een vergoeding aan verbonden. De Culturele Commissie wil graag onze wijkbewoners



de mogelijkheid bieden om hun talenten te laten zien.

Je kunt je opgeven via:  
[cultuur@dehunzeborgh.nl](mailto:cultuur@dehunzeborgh.nl)






# Aivlys

Dé Schoonheidsspecialist in de wijk!

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

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



# Kijken naar Kunst

2024-2025

**Komend winterseizoen organiseert Kunstkring de Hunzeborgh voor de 13e keer *Kijken naar Kunst*. U bent van harte uitgenodigd om deze acht middagen bij te wonen.**

## Schöner Wohnen (het vervolg) en kunstenaarskolonies

In het vorige seizoen hebben we gekeken hoe kunstenaars en ontwerpers vanaf het midden van de 19de eeuw dachten over de inrichting en vormgeving van woningen en gebruiksvoorwerpen. We sloten de reeks af met de Amsterdamse School, die zich niet beperkt tot de hoofdstad, maar ook in Groningen is aan te treffen.

We zetten de serie lezingen dit jaar voort met de ideeën over architectuur, stedenbouw en vormgeving van het futurisme. Vervolgens



*Emile Bernard (1868-1941), Oogst in Pont Aven, september-oktober 1888, olieverf op doek, Zwitserland, Collectie Josefowitz*

richten we ons op het zogenaamde Nieuwe Bouwen. Na alle rijk versierde huizen en voorwerpen oogt deze stijl die in de jaren 20 van de vorige eeuw opkomt heel sober en strak. Toch zijn de ideeën van het Bauhaus heel invloedrijk, tot op de dag van vandaag. We eindigen de reeks met de Stichting Goed Wonen (1946-1968) die het wonen in Neder-



*Giacomo Balla (1871-1958), Paravento Kamerscherm, 1916-1917, olieverf op hout, 123,5 x 116 x 4,5 cm, Otterlo, Kröller Müller Museum*

land op een hoger peil wilde brengen door verbetering van de woninginrichting.

Na drie à vier lezingen stappen we over op een verwant thema, namelijk de voorliefde van kunstenaars in de 19de eeuw om de grote stad de rug toe te keren. Tussen 1830 en 1910 verlieten meer dan 3000 kunstenaars vanuit de hele wereld de toonaangevende kunstcentra, om te gaan wonen en werken in gemeenschappen die verspreid lagen over het Europese platteland. Rond 1900 bevonden zich in 11 Europese landen meer dan 80 kunstenaarskolonies. We reizen van Barbizon naar Pont Aven, van Worpswede naar Saint Ives en onderzoeken wat kunstenaars zo aantrok in die verschillende dorpen.

Carolien ten Bruggencate is kunsthistoricus. Zij geeft lezingen over kunst uit de 19de, 20ste en 21ste eeuw. Daarnaast werkt zij voor

Museum de Fundatie (Zwolle en Heino) en Museum MORE (Gorssel en Ruurlo).

De eerste zeven middagen worden verzorgd door Carolien ten Bruggencate. De invulling van de achtste middag wordt later bekend gemaakt.



*Nicolaj Diulgheroff (1901-1982), Tullio d'Albisola (1899-1971), Vaas met twee handvatten en een futuristisch decor, 1932, geglazuurde keramiek, 41 x 41 cm, Genua*

**Waar:** Buurtcentrum Hunzeborgh, Beijumerweg 10a, 9731 EB Groningen.

**Wanneer:** dinsdag 5 november en 19 november; 3 december en 17 december; 7 januari en 21 januari; 4 februari en 25 februari.

**Tijd:** van 14.00 tot 16.00 uur.

**Kosten:** €55,- voor acht middagen incl. koffie en thee.

Voor meer informatie of opgave kunt u contact opnemen met;  
Ina Bos (06) 44 01 22 76  
[i.bos@dehunzeborgh.nl](mailto:i.bos@dehunzeborgh.nl)  
of met Ynke Veenstra (06) 27 33 37 87  
[ynkeveenstra@home.nl](mailto:ynkeveenstra@home.nl).



*Jacobus Johannes Pieter Oud (1890-1963), Vijf rijtjeshuizen op de Werkbundtentoonstelling in Stuttgart, 1927*

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)

## Nieuwe Bridge-workshop

Bridge-in-de Borgh organiseert dit najaar een workshop "Beter Leren Bridgen" onder de bezielende leiding van gediplomeerd bridgedocent en buurtgenoot Hans Burgerhof. De workshop vindt plaats in de Hunzeborgh.

De workshop is bedoeld voor bridgers die minimaal de basis van het spel onder de knie hebben, maar is ook voor meer gevorderde bridgers interessant.

Aan de hand van een thema wordt er uitleg gegeven en zonodig toegelicht en wordt er geoefend met uitgezochte spellen.

De workshop is op woensdagavond 25 september van 19.30 tot 22.00 uur.

Het thema van de workshop is **HET SPEELPLAN**: zowel voor troef- als voor Sans Atout-contracten. Er wordt aandacht besteed aan het inschatten van gevaren en kansen, het gebruiken van alle informatie uit de bieding en van de uitkomst en wordt het begrip "de gevaarlijke hand" toegelicht.

Aarzel niet en geef je op voor een leerzame en gezellige avond.



Hans Burgerhof

Namens Bridge-in-de-Borgh en Hans Burgerhof,  
Marijke Haken, (06) 29 36 80 57.

**Wat:** Bridge workshop met als thema "Het Speelplan".

**Wanneer:** woensdagavond 25 september van 19.30 tot 22.00 uur.

**Kosten:** € 12,50.

**Waar:** De grote zaal van de Hunzeborgh.

**Opgave:** Stuur uiterlijk 20 september een mail naar: [bridge@dehunzeborgh.nl](mailto:bridge@dehunzeborgh.nl). Graag je voor- en achternaam, 06-nummer en je bridge-niveau vermelden.







## 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



# Rectificatie fitness 50+ plus

Door een fout in de tekst heeft het vorige artikel in het wijkblad voor enige verwarring gezorgd, daarom hierbij een rectificatie.

## Start van een nieuwe fitness groep 50+ plus in september

In september start een nieuwe groep fitness **50+ plus**. Deze lessen zijn bedoeld voor mensen voor wie de reguliere fitness 50+ lessen te zwaar zijn (geworden). Het programma is speciaal samengesteld voor jou als oudere deelnemer en om je meer energie te geven en actief te kunnen blijven.

De nieuwe groep gaat in **september** van start op de woensdag van **13.00 – 14.00 uur**.

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

In buurtcentrum de Hunzeborgh zijn meerdere fitness groepen actief waar je in een gezellige sfeer kunt werken aan je gezondheid door te bewegen, ook als je ouder bent. Onder deskundige leiding wordt er aandacht geschonken aan conditie, spierversterking, soepel houden van gewrichten, houding en balans.



Illustratie Hans Huisjes

**Kosten:** €3,70 per les (incl. kop koffie).

**Vooruitbetaling per periode:** januari t/m juli en september t/m december. U betaalt vanaf de les waarop u begint. De Stadspas is geldig.

Is het iets voor jou? Meld je dan aan, je kunt eerst een gratis proefles meedoen.

### Info en opgave bij:

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

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





**Wijkgroep: De Hunze / Van Star...**  
Arja Duwehand · 4 u. · 📷

Ik snap niet dat er mensen zijn die hun hond uitlaten bij het speeltuintje. En als je dat doet, ruim het dan op. Dit is toch vreselijk vies. Lopen ook kindjes op hun blote voeten. Dit is niet de eerste keer dat ik dit zie. ( Speeltuintje bij de Hunzeborgh)

👍👍👍 22      14 opmerkingen

**[Profile]**  
2 d · 📷

Beste buurtgenoten, wij zijn op zoek naar een dakkoffer die we mogen lenen of huren in de periode van 10 tot 17 augustus.

1 opmerking

**[Profile]**  
24 jul · 📷

Vorige week kwam ik vanuit Zuidwolde terug met een zakje potgrond van Eldorado. Midden op de dag springt er ter hoogte van het molentje achter de Hornbach opens een flinke ree voor de auto. Koplamp, grill en motorkap naar de gallesiezen. Het beest schudde e... Meer weergeven

👍 18      12 opmerkingen

**[Profile]**  
7 d · 📷

Ik probeer er achter te komen wat gedachte moet zijn van de persoon die deze matrassen en afvalzakken heeft achtergelaten bij papierbakker aan de Cuyperweg, was hij uitgeslagen, wilde hij een buiten B&B beginnen, hoe dan ook het is behoorlijk sociaal om dit zo te doen terwijl er een hele goede afval regeling is in Gemeente Groningen. Even voor de duidelijkheid ik verwacht niet dat dit uit de Hunze of van Starckenborgh het kan ook uit een andere... Meer weergeven

**[Profile]**  
7 u · 📷

Er gaan mensen door de wijk en aan de deur, Engels sprekend, die aanbieden om de bestrating schoon te stomen. Heb ze zelf niet gesproken, anderen wel en die gebruiken de term: "oplichters".

Een gewaarschuwd mens ...

👍 2      8 opmerkingen

**[Profile]**  
26 jul · 📷

Mochten er ouders zijn die het vreemd vinden dat hun kroost ineens met gekleurde ronde magneetjes thuis komen, dat kan kloppen ik heb er namelijk niet 1 meer, niks meer alles is weg (van de 20) !!! 🤔

👍👍👍 10      4 opmerkingen

**[Profile]**  
22 jul · 📷

Vannacht is er ingebroken in mijn auto en mijn navigatiesysteem gestolen in de wijk van Starckenborgh. Ik zag aan de Berlageweg ook een auto met een dichtgeplakte ruit! Laat geen kostbare spullen in de auto!

👍👍👍 14      5 opmerkingen

**[Profile]**  
35 jul · 📷

Voor de thuisblijvers heb ik zojuist diverse MiniBiebs gevuld met Donald Duck vakantieboeken. Veel leesplezier 📖

**[Profile]**  
20 jul · 📷

Zojuist een bril gevonden aan het eind van de Buysstraat, kruising Greinerstraat. Wie mist hem?

**Aeronautical Spotters**  
[Profile] · 12 jul · 📷

Toch voor de bui aan deze foto gemaakt 🤩

👍 7      3 opmerkingen

**Shoetime Groningen**  
1 d · 📷

Vandaag ziet de Shoetime Groningen er nog zo uit, maar vanaf zaterdag 7 september 2024 zal de Shoetime van 9.00 tot 16.00 uur in het vervolg open zijn! 🤗 ... Meer weergeven



## 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)

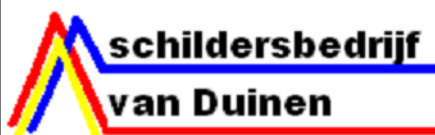
Sinds 2008  
**back on track**  
huiswerkinstituut



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

**Crouwelstraat 42**  
**Groningen**

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



**Voor al uw**

- onderhoudswerk
- nieuwbouwwerk
- houtrotreparaties
- dubbelglas
- binnenwerk

**Rollen 12**

**9731 AG Groningen**

**Tel. 06 - 48405760**

**Email: [info@m-vanduin.nl](mailto:info@m-vanduin.nl)**

**Website: [www.m-vanduin.nl](http://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?**

### Rokers en (zware) drinkers in de wijk

Een heikel onderwerp: roken en alcohol drinken. Het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM, wie kent het niet sinds de coronapandemie) houdt ook in onze wijk bij hoeveel mensen zich daaraan bezondigen. Daarbij gaat het in deze rubriek over de categorie van achttien jaar en ouder.

Daarvan is in De Hunze 15 procent roker, in Van Starckenborgh 13 procent. Dat zijn beduidend lagere percentages dan het gemiddelde in de gemeente. Van de Groningers kan nog altijd 24 procent niet zonder een *pafke*.



Het alcoholgebruik laat zich minder gemakkelijk in percentages vangen, want daarbij onderscheidt het RIVM verschillende categorieën. In De Hunze geeft 84 procent van de bewoners aan weleens alcohol te nuttigen, in Van Starckenborgh 87 procent. Beide percentages liggen dicht bij het gemiddelde in de gemeente: 83 procent.

Het RIVM hanteert een richtlijn voor verantwoord alcoholgebruik: maximaal een glas per dag. In De Hunze en Van Starckenborgh houdt respectievelijk 42 en 37 procent van de bewoners zich daaraan, in heel Groningen 36 procent.

Nu dan - oh jee - de zware drinkers. Daaronder verstaat het RIVM vrouwen die minstens een keer per week op één dag vier glazen achterover slaan en mannen die zich er met die frequentie zes achter elkaar laten smaken. Tot deze categorie behoort 8 procent van de Hunzenaren en 10 procent van de Van Starckenborghers, tegen 15 procent van de Groningers.

In beide delen van de wijk geldt zeven procent van de bewoners als overmatige drinkers: vrouwen die per week meer dan veertien glazen nuttigen en mannen die minstens 21 glazen drinken. Het gemiddelde in Groningen ligt vier procent hoger.

*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

Najaar 2024



De Culturele Commissie heeft haar programma voor het najaar 2024 rond. 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 speelt 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). Dit is een lezing die u eigenlijk niet mag missen. Het is een uniek verhaal dat verteld wordt door de hoogleraar Planologie Zef Hemel. Zef wandelt vijf jaar lang door de noordelijke provincies waar hij gesprekken voert met bewoners en, al wandelend, met lokale deskundigen en studenten observaties doet van het landschap. Vandaar de



Wandelprofessor. Van deze observaties en gesprekken maakt hij aantekeningen die hij publiceert op zijn website. Planologie gaat over duurzaamheid, gezondheid, landschap, geschiedenis, cultuur, bodem(daling), verzilting, zeespiegelstijging en aardbevingschade. Hij is verbonden aan de Faculteit Ruimtelijke Wetenschappen van de Rijksuniversiteit Groningen.

### 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 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





Moederkruid



## 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.

### Moederkruid

Deze plant met prachtige witte bloemen zie je tegenwoordig overal groeien. Het kruid werd vaak ingezet bij overgangsrituelen met meisjes bij hun eerste menstruatie. Tegenwoordig wordt het vooral ingezet bij hoofdpijn en migraine, die vanuit hormoonproblemen ontstaan. Het is daarnaast ook een goed kruid bij ontstekingen en vrouwenziektes.

Kijk wel uit dat je het blad nooit zonder iets eet, want dan kun je last krijgen van je maag. Heb je regelmatig last van migraine of hoofdpijn? Pluk de blaadjes, leg die tussen twee boterhammen en snijd deze boterham in kleine blokjes en doe ze in de vriezer. Eet elke dag 1 blokje brood, doe dit niet langer dan 3 weken achter elkaar, neem dan een week pauze voordat je weer een blokje brood neemt. Hopelijk heb je minder vaak last van migraine of hoofdpijn. Dit kruid gaat niet samen met medicatie voor migraine.

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 gebruik van medicatie, zwangerschap en jonge kinderen dit kruid niet gebruiken! Bij serieuze medische klachten, overleg altijd met je arts of medische specialist. Ga niet op eigen houtje experimenteren met kruiden.

Veel plezier met het moederkruid, zet eens een pot met moederkruid op je terras om de wespen uit de buurt te houden.

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

## Duurzame kledingbeurs op 21 september!

**Op 21 september organiseren we een kledingbeurs in ons buurtcentrum de Hunzeborgh. Je kan daar mooie tweedehands kleding kopen die is ingebracht door buurtbewoners.**

### Items voor iedereen

Op onze oproep om najaar- en winterkleding te verkopen hebben inwoners uit onze wijk positief gereageerd. In de middag gaan we deze kleding verkopen en wisselen de kledingstukken van eigenaren.

### Betalen met je telefoon

En we hebben het gemakkelijk voor je gemaakt, je kan met je telefoon betalen. We hanteren vaste prijzen van €1,- tot €15,, afdingen is er helaas niet bij. We hebben kinder-, tiener- en volwassenkleding. Je kan helaas niet met contant geld betalen.

### Persoonlijke kleuranalyse

Daarnaast bieden we een kleuranalyse aan, daarvoor betaal je vijf euro; altijd handig om te zien welke kleuren je goed staan. Dit bedrag kun je ook betalen met je telefoon.

### Duurzaamheid

Wij vinden het belangrijk om duurzaam te leven, daar past volgens ons deze kledingbeurs dan ook heel goed bij. En het fijne is dat je toch iets nieuws hebt zonder dat het oude wordt weggegooid!

Kom je ook? We zien jullie graag.

**Wanneer:** 21 september.

**Tijd:** 13.00 tot 17.00 uur.

**Plaats:** buurtcentrum de Hunzeborgh, Beijumerweg 10a.

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



*Wist je dat... Je kunt ongeveer 40 kg CO2 per jaar besparen door zes kledingstukken minder te kopen. Als iedere Nederlander dat zou doen scheelt het net zoveel CO2-uitstoot in een jaar als 85.000 keer met de auto rond de wereld!*

*Bron: milieucentraal.nl*



## 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)



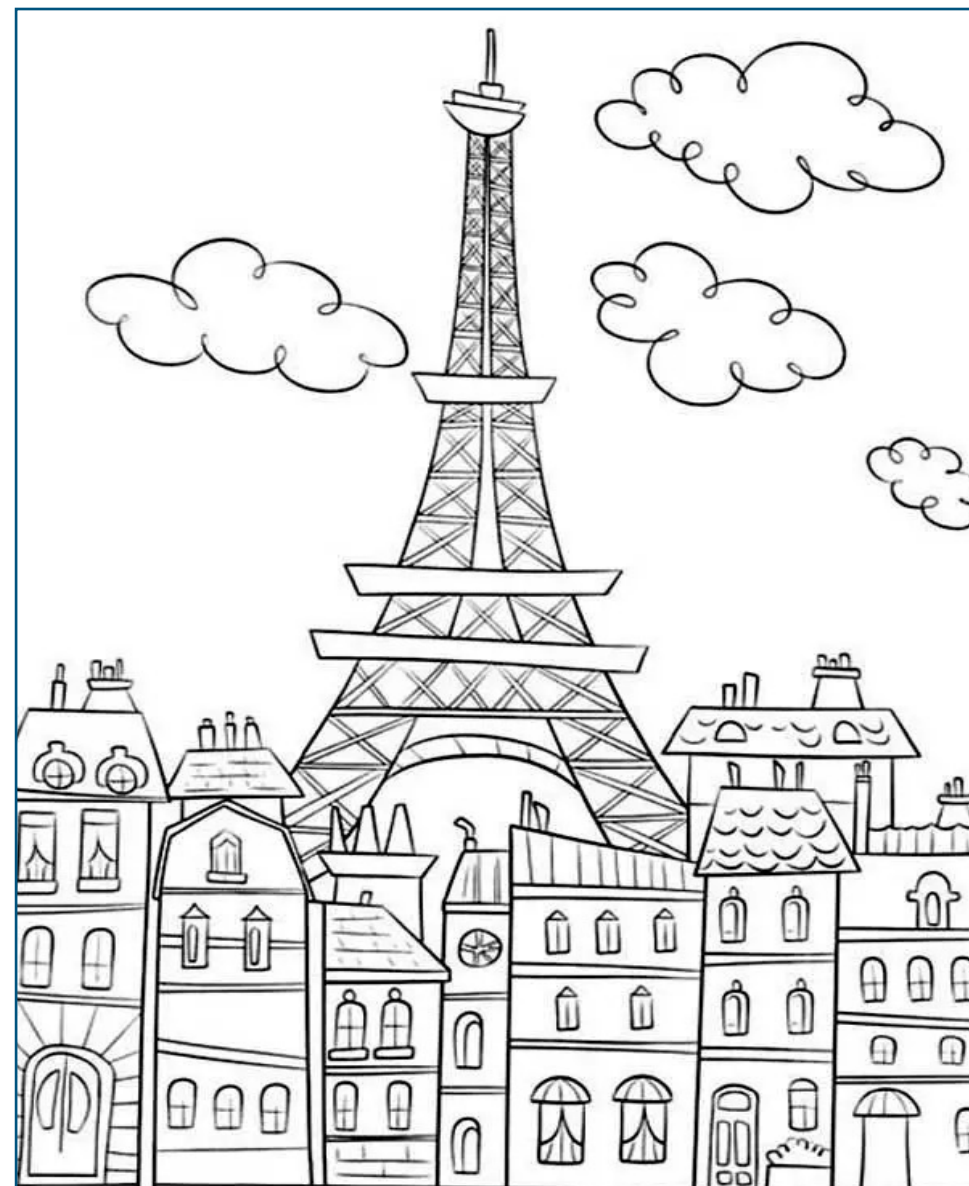
Ilya en Jill van Groot Makelaars, Dé huismakelaar van De Hunze/ Van Starckenborgh! Heeft u vragen over de aankoop, verkoop of taxatie van uw woning? Bel of mail voor een vrijblijvende afspraak!



**funda**

## Kleurplaat

De zomer is weer voorbij, en om nog even in de sfeer te blijven een vakantiekleurplaat. En heel toepasselijk omdat de Olympische Spelen afgelopen zomer in Parijs zijn gehouden. Op deze kleurplaat zie je dan ook de Eiffeltoren. Veel plezier met inkleuren!







**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

### Herfst

De zomervakantie is alweer voorbij. Een periode van ontspanning, avontuur en mooie herinneringen ligt achter ons. Het is tijd om terug te keren naar de dagelijkse routine maar hopelijk met hernieuwde energie en frisse inspiratie.

Voor de zomer was het glas in de voordeur gebroken. Helaas bleek het herstel lastig door het overzetten van het glas-in-loodraam. Daarom is er tijdelijk een helder venster geplaatst, waardoor we nu scherper naar binnen en buiten kunnen kijken. Dat is even wennen, maar het biedt ook een nieuw perspectief op onze omgeving.

Na de zomervakantie beginnen de activiteiten in het buurtcentrum ook weer volop. Lekker bewegen bij de gym of de kinderdisco, genieten van cultuur bij het schilderen of het bekijken van de nieuwe expositie en natuurlijk de concerten en lezingen.

In oktober worden onze vrijwilligers in het zonnetje gezet tijdens een gezellig samenzijn met lekker eten en drinken en natuurlijk vakantie verhalen.



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@ourobos-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'
13.00 - 14.00 uur		Fitness-50+-plus	zie maandag
19.30 - 22.30 uur		Bridge in de Borgh 1x per maand 25 sept, 9 okt, 6 nov, 20 & 27 nov	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 3 okt, 24 okt, 14 nov	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	6 sept, 4 okt, 8 nov

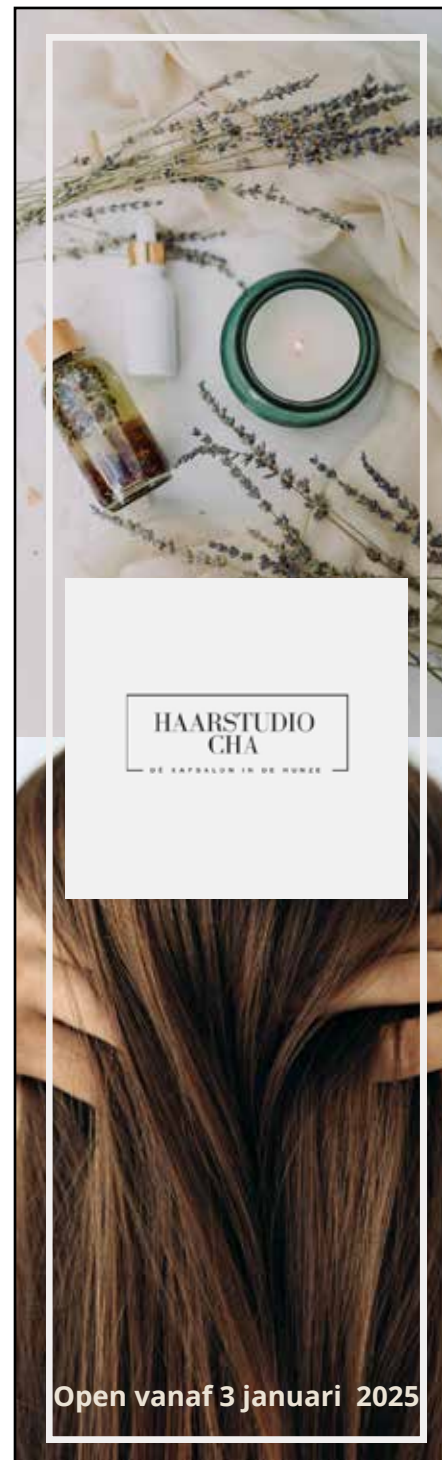
## Incidentele activiteiten buurtcentrum Hunzeborgh 2024

<b>21 sept</b>	13.00 - 17.00 uur	Kledingbeurs
<b>25 sept</b>	19.30 - 22.30 uur	Bridge Beter Workshop - Het Speelplan
<b>1 okt</b>	19.45 - 21.45 uur	Workshop koor voor nieuwe koorleden
<b>13 okt</b>	15.30 - 17.30 uur	Presentatie door Sabado del Son (Cubaanse muziek)
<b>20 okt</b>	17.00 - 21.00 uur	Vrijwilligersentje
<b>17 nov</b>	15.00 - 17.30 uur	Lezing door de Wandelprofessor Zef Hemel
<b>27 nov</b>	19.30 - 22.30 uur	Bridge Beter Workshop 2
<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



## Haarstudio CHA

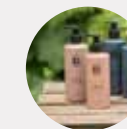
Dé kapsalon in de Hunze

Met ruim 17 jaar ervaring in het kappersvak nu nieuw in de wijk. Een kleinschalige kapsalon voor iedereen, met veel persoonlijke aandacht.

### Services



Een kapsalon die een persoonlijke en ontspannen sfeer biedt, waar naast knippen ook verven en permanenten aangeboden wordt. Ook de kleinsten zijn hier aan het juiste adres. Met veel knipervaring en een klein speelhoekje is het ook voor hen een fijne omgeving.



Björk Haircare: Duurzame producten, vegan en met respect voor het milieu gemaakt.

### Contact

Boek je afspraak telefonisch, online via de website of gebruik de onderstaande QR code.



06-53998537  
www.haarstudiocha.nl  
Van Tijenstraat 19  
9731 LR Groningen  
📍 haarstudiocha

Open vanaf 3 januari 2025



# 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