

De BijBlijver

20e jaargang nr. 2 - mei/ juni/ juli/ augustus
lente - zomer 2022

Abonnementen / losse nummers - Dienstencentrum "De Schutse", Oldenoert 32, Leek. Tel. 0594-512334



Wegwijzer voor alle 55-plussers in de regio Leek en omgeving

De BijBlijver:

Het blad dat senioren
op de hoogte houdt

Eindredactie:

Joop de Goede
redactiedebijblijver@gmail.com

Redactie:

Fiena Bolt
Gerard Kosse
Joost van Vliet
Hans Greuter
Abel ten Have

Vormgeving/ Layout:

Grace Persijn

Advertenties:

Opgave bij informatiebalie
De Schutse,
Oldenoert 32,
9351 KP Leek
Tel. 0594-512334

Uitgever:

De Hulpkring Leek
Oplage 3.500 exemplaren

Verspreiding:

Meindert Sijbesma

Redactieadres:

Dienstencentrum De Schutse
Oldenoert 32,
9351 KP Leek
Tel. 0594-512334

IBAN De BijBlijver:

NL02 RABO 0357 3095 10
t.n.v. Stichting Alg. Vrijw.
De Hulpkring

*Mede door giften van
de volgende
adverteerders:*

- ◆ Jonkman Garantie-
makelaars
- ◆ Bruining & De Reus
makelaars en taxa-
teurs

*kunnen we de
BijBlijver ook in 2022
weer uitbrengen.*

Uitvaartzorg Westerkwartier

Bent u al lid?

- Voor begravenis en crematie
- Ongeacht verzekering of lidmaatschap uitvaartvereniging
- Crematie basis vanaf € 1.750
- Begraven basis in het Westerkwartier vanaf € 3.750
- Persoonlijke begeleiding en nazorg
- Afwikkeling met verzekeraar en uitvaartvereniging
- Wij komen voor een gesprek kosteloos en vrijblijvend bij u thuis voor het bespreken van uw uitvaartwensen

Kosten lidmaatschap?

Een inschrijving kost eenmalig € 17,50 per persoon.

U bent daarna geen jaarlijkse contributie meer verschuldigd.

Het lidmaatschap is ongeacht leeftijd en gezondheid!

U ontvangt 20% korting op het tarief 'uitvaartverzorging' bij het verzorgen van de uitvaart door Uitvaartzorg Westerkwartier.

Wij zijn dag en nacht bereikbaar op het nummer:

0594 - 517151



Rabobank

Noordenveldwest Groningen

*De doorstart van De BijBlijver wordt mede mogelijk gemaakt door
sponsoring uit het Coöperatiefonds van de Rabobank*



- 5** Voorwoord - De Bijblijver eindredacteur
Schutse beheerder
- 6** Deur-tot-deur vervoersmogelijkheden
- 7** Bosbeheer op landgoed Coendersborg
- 9** Samenleving voor jong en oud
- 11** Ons dorp toen....Nietap
- 13** Toeslagen - Nietap in de jaren 50
- 14** Puzzel
- 15** Vatbare rechten- huurovereenkomst
- 16** Schutse-activiteiten
- 17** Jeu de boulesclub Leek - Schutse open huis
- 18** Mooi Westerkwartier Polder De Dijken
- 20** Bewegingsactiviteiten - Walking football VEV '67
- 22** Ons dorp nu.....Nietap

- 25** Belastingaangiften - Ochtendmens
- 26** Deur tot deur
- 27** De Hulpkring Rookmelder
- 29** De Physician - Hospice Praatje
- 31** Ien't Westerketiers Onderduiker
- 33** Column - Keukentafelgesprek en de Wmo
Hebbes
- 34** De Hulpkring
- 37** De boeiende wereld van het afval
- 38** Activiteitenkalender
- 39** Seniorwijzer





van Esch
ambachtelijke bakker

***t Pure Ambacht = Altijd een FEEST**

PROFIL *Wagenaar*
DE FIETSSPECIALIST

Uw specialist in elektrische fietsen

Bosweg 13
Leek
Tel. (0594) 51 93 70
www.profilwagenaar.nl



Medisch pedicure Karin Sietsma

Gediplomeerd lid:

ProVoet

Ik ben gespecialiseerd in het geven van diabetische en reumatische behandelingen iedere woensdag en donderdag in de Schutse aan de Oldenoert 32 te Leek. En maandag, dinsdag en vrijdag aan de Grote Veenbrandstraat 7 te Zevenhuizen

Voor het maken van een afspraak . kunt u bellen naar 06-51207420

Aangesloten bij G.H.C., K.R.P. geregistreerd

COMPUTERHULP
KINGMA



Altijd persoonlijk bij u thuis!
Computerhulp is altijd gericht op uw wensen en uw situatie.

Voor computers, laptops en tablets en telefoons
Reparaties en oplossen storingen bij u thuis

Advies en verkoop
U krijgt gegarandeerd een apparaat dat bij u past.

www.computerhulppingma.nl
info@computerhulppingma.nl
Leek • 06-20746459 • 0594-853113

ADVIES, BEGELEIDING EN REPARATIES AAN HUIS

UITVAARTVERENIGING 'TOLBERT' e.o.

Wat kunnen wij voor u en uw naasten betekenen?

- Verzorging & regelen van de uitvaart
- Vast aannametarief
- Budgetbewaking
- Hulp/assistentie bij uitvaarten
- Alle mogelijkheden voor opbaring
- Regelen van uitkeringen verzekeringen
- Aangifte bij gemeentelijke administraties
- Zonder winst oogmerk

- Voordelig lidmaatschap/ donateur
- Deskundige uitvaartbegeleiding

Bezoek eens onze website:
www.uitvaartverenigingtolbert.nl

Voor inlichtingen neemt u contact op via:
tolbert@fedgron.nl
Eventueel via telefoon 0594-514550



We schrijven 14 maart 2022, de 19de dag van de oorlog in Oekraïne. Hoe zal Europa er eind april, als de BijBlijver uitkomt, uit zien? Komt de BijBlijver dan nog wel uit? Laten we hopen dat het dan nog kan.

Eerst even een belangrijke mededeling. De BijBlijver is gratis, maar als de lezer toch iets wil bijdragen dan zien we dat als een teken van waardering. We doen dit jaar vanuit financieel oogpunt geen oproep om te betalen: we staan er redelijk goed voor, dankzij sponsors en abonnementsgelden.

Er is echter een aantal lezers dat een machtiging heeft uitgeschreven: ze betalen automatisch. Onze IBAN is echter veranderd: NL02 RABO 0357 3095 10 t.n.v. Stichting Alg. Vrijw. De Hulpkring Willen de angesprokenen het nummer wijzigen!

Goed, we kijken even terug. We zijn blij met de positieve reacties die we hebben ontvangen. Grace heeft de vormgeving anders aangepakt en consequenter gemaakt.

Een aantal adverteerders levert nu leesbare tips en uitleg aan in hun advertentieruimte: dat noemen we advertorials.

En natuurlijk kijken we ook vooruit: we komen met meer thema-artikelen en we krijgen steeds meer nieuwe schrijvers. Kortom, het gaat de goede kant op. We vragen natuurlijk ook weer om respons: over welke thema's zouden we moeten schrijven, wat vindt de lezer interessant en wie biedt zich aan om (zo af en toe) wat te schrijven? Dat mag ook in het Westerkwartiers!

We willen graag als vrijwilligers dat we met de lezers een eenheid vormen, zodat iedereen zich betrokken voelt bij het wel een wee van de BijBlijver.

Voor verenigingen die vermeld staan in de agenda's (Schutse, activiteiten, beweging): wijzigingen graag aanleveren vóór 5 juli.

Veel leesplezier en tot de volgende keer.



Mail: redactiedebijblijver@gmail.com - Telefoon: 06-16006731

Balie De Schutse: Oldenoert 32, 9351 KP Leek (t.a.v. redactie De Bijblijver)

De Schutse Beheerder

Minke Huberts



OPEN DAG VAN DE SCHUTSE - Maart 2022

Eindelijk zijn we weer volop open en kunnen we na 2 jaren corona weer vooruit kijken! Ik zie er enorm naar uit om samen met mijn team De Schutse weer te laten sprankelen met nieuwe en met bestaande activiteiten.

9 maart is er een open huis geweest. Alle verenigingen waren bijeen om reclame te maken en om nieuwe leden te werven. De middag was erg geslaagd. De volgende verenigingen waren aanwezig: Jeu de boulesclub De Franse slag, Knutsel Frutsel, Repair café, Oog café, Sociaal werk de Schans, Rummikubclub de Schutse, Klaverjasclub Schoppenboer, Sociëteit de Schakel, De Hulpkring, Stichting dementievriendelijk Westerkwartier, Seniorweb, Sociaal platform senioren Westerkwartier samen met PCOB, activiteitencommissie de Schutse, Meer bewegen voor ouderen, Rederijkerskamer Ons Genoegen, Belastingsservice, Ouderenvervoer, Vrienden van het ouderenwerk, biljartvereniging de Schutse. De thee en koffie werd deze middag aangeboden door Beheer Welzijn Tinten groep.

Minke en Dineke waren op deze dag nieuwe leden aan het werven voor *een nieuwe dartclub, sjoelclub en biljartclub voor dames*. Er zijn al een aantal nieuwe leden geworven. Mocht u ook geïnteresseerd zijn, dan mag u de Schutse bellen.

De Schutse is toegankelijk voor jong en oud, dus schroom niet om eens langs te komen om bij ons te kijken. De koffie staat altijd klaar.

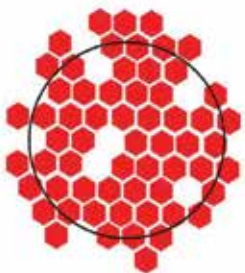


Namens de beheerder en het team vrijwilligers hopen we jullie snel te zien!



Deur-tot-deur vervoersmogelijkheden

	De Hulpkring	Ouderenvervoer	WMO vervoer	Valys	Zittend ziekenvervoer
Doelgroep	Voor alle inwoners woonachtig in het gebied Leek	Ouderen en mindervaliden woonachtig in het gebied Leek	Taxi pas WMO	WGO vervoerspas	Personen die nierdialyse, chemo- of + radiotherapie ondergaan, visueel gehandicapt zijn of permanent gebruik maken van een rolstoel
Aanvragen	06-30858525 Van maandag t/m vrijdag van 9.00-10.30 uur	0594-512334 Maandag t/m donderdag 9.00-10.30 en 13.30-16.30 uur Vrijdag van 9.00-10.30 uur	Pasje aanvragen bij het loket van de gemeente	Aanvraag formulier op www.valys.nl 0900-9630	Via taxi vervoerder die genoemd wordt in de machtiging van de zorgverzekeraar. Machtiging aanvragen via eigen huisarts.
Afstand	Onbeperkt	In een straal van 15 km rond huisadres, m.u.v. rolstoelvervoer naar ziekenhuizen in Groningen en Drachten	Maximaal 25 km bij meer dan 25 km betaalt u het commerciële tarief van de vervoerder.	Voor ritten die verder dan 25 km WMO vervoer liggen	Maximaal 200 km enkele reis
Kosten	Vaste tarieven gebaseerd op € 0,30 per km + eventuele parkeer kosten	Per 5 km € 1,50. Voor vervoer naar ziekenhuizen geldt ander tarief. Strippenkaart van 10 strippen kost € 15,-, te verkrijgen bij de chauffeur of bij informatieloket 'De Schutse'	Instaptarief € 0,85 en € 0,16 per km Medereizigerstarief € 0,41 per km www.taxinuis.nl	€ 0,20 per km voor een standaard kilometer budget van 700 km. Als dit budget op is € 1,30 per km	€ 105,- eigen bijdrage per jaar



WILT U MEER INFORMATIE over deze en andere vervoersmogelijkheden of HULP BIJ HET AANVRAGEN...?

Informatieloket 'De Schutse', Oldenoert 32 te Leek, telefoon 0594-512334

De oude Coendersborg kreeg rond 1668 haar naam van de Groningse raadsheer Ludolph Coenders. Hij kwam toen in het bezit van drie heerden in Nuis, met omliggende landerijen, waarvan hij een heerd verbouwde tot borg. Coenders hield zich, net als de heer van Nienoord, bezig met vervening. De borg is lang ongewijzigd gebleven tot het na een verbouwing in 1813 naar de laatste mode veranderd werd in een statig herenhuis. In 1956 werd de Coendersborg verkocht aan de stichting Het Groninger Landschap. Daarmee werd het een van de eerste aankopen van de stichting.

Bij de Coendersborg horen graslanden, bospercelen, een klein heideterrein en houtsingels in totaal 85 ha. In 2021 is het eigendom nog eens uitgebreid met 23 ha. In haar beginjaren kreeg Het Groninger Landschap nog geen subsidie. Ze moest het beheer financieren uit de inkomsten van het terrein: pachtgelden en de opbrengst van bosbouw. Eind jaren '80 kwam er een omslag en kreeg Het Groninger Landschap structurele subsidie van de provincie en kwamen er diverse financiële regelingen van het Rijk waar ze gebruik van konden maken. Het stelde de stichting in staat tot ander bosbeheer, namelijk niets doen aan het beheer en dat betekent dat dood hout niet wordt opgeruimd, behalve langs paden en aan de randen van het bos. Het effect ervan is duidelijk te zien in de toename van het aantal spechten, de groei in de hoeveelheid insecten en in de vele paddenstoelen. Ook de das voelt zich thuis in het Coendersbos.

Een aspect dat Het Groninger Landschap nauwkeurig volgt is de klimaatverandering. Gelukkig vallen de gevolgen in het Coendersbos mee, want daar zijn weinig droogtegevoelige fijnsparren. Dit in tegenstelling tot het nabijgelegen Nanninga's bos. De letterzetter-kever heeft speciale interesse in de fijnspar. Hij boort een gaatje in de bast van de spar, maar daar weet deze boom normaal gesproken wel raad mee door de gaatjes met haar eigen hars weer dicht te maken. Bij droogte kan de spar geen hars maken en laat de afweer te wensen over. En zo grijpt de letterzetter-kever haar kans. U ziet het aan de dorre takken. Het laat echter ook zien dat door de grotere lichtinval er opslag van eiken, lijsterbes en hazelaar opkomt. Zo verandert de omgeving van de fijnspar langzaam in gevarieerd loofbos.

Via de Jonkersvaart komt bij droogte IJsselmeerwater het gebied in en via de veenwijk langs het heideterreintje bereikt het ook het Coendersbos en haar omringende graslanden. In het bosgebied probeert Het Groninger Landschap overigens het water vast te houden met stuwen. Bij het grasland doet ze dit niet.

Het bos pal achter de Coendersborg is van oorsprong een parkbos. Als u daar wandelt



moet u eens letten op de klimop op de bomen langs het pad. Ze gebruikt de boom voor houvast en niet om er sappen aan te onttrekken. Daarom is de klimop voor een boom niet gevaarlijk. Als u uw hoofd in de nek legt zult u zien dat de klimop net onder de kruin van de boom ophoudt. De reden daarvan is dat er dan licht genoeg is om te bloeien en daarmee is doorgroeien verspilde energie. De klimop is een prachtige schuilplaats voor tal van vogels.

Tot het landgoed Coendersborg behoort oorspronkelijk 47 ha grasland, waarop langjarige pacht rust. Daarnaast is van de recent verworven gronden ook een deel in pacht aan de landbouw uitgegeven. Maar 8 ha valt onder het landelijke natuurnetwerk, wat inhoudt dat het is bestemd tot kruidengrasland. Hierop wordt geen gebruik gemaakt van kunstmest en bestrijdingsmiddelen en er vindt herstel van de houtsingels plaats.

Als u een bezoek brengt aan het landgoed, kijk dan ook eens naar de viskenij, een visvijver (ij = water) die aan het bos grenst. Het is een vijver die tot de kerk van Nuis behoort. Daar werd vroeger vis in bewaard. En natuurlijk is het naastgelegen museum 't Rieuw, een landbouw- en streekmuseum, een bezoekje waard.

MEUBELHUIS ROJA



V.a. € 725,-
(zithoogte 47 cm)



V.a. € 298,-



V.a. € 725,-
(zithoogte 52 cm)

Openingstijden: ma. gesloten, di. t/m vr. van 10.00-16.00 uur, zat. van 10.00-14.00 uur Hoofddiep 16 Zevenhuizen Tel. 0594-631558 www.meubelhuisroja.nl



WELKOM!

BEDDEN - VLOEREN - GORDIJNEN - ZONWERING - KASTEN

KIJK VOOR AL ONZE PRODUCTEN OP WWW.SCHUILING.NL

SCHUILING

WONEN & SLAPEN

LEEK

PEIZE

ZUIDHORN

Het levenstestament (deel 1: de algemene volmacht)

In de vorige editie van de Bijlijver is het een en ander verteld over het schenken aan kinderen om daarmee de eigen bijdrage voor opname in een verpleeghuis te verlagen. In deze editie wordt gedeeltelijk nog even verder ingegaan op dat onderwerp.

Stel namelijk dat u, vanwege bijvoorbeeld dementie, *wilsonbekwaam* raakt. Als u niet meer namens u zelf kunt optreden, wie moet dat dan doen?

Regelt u niets, dan kan er via de rechter een bewindvoerder worden aangewezen. Die bewindvoerder zal dan wellicht verder willen gaan met het schenken aan de kinderen (net als wanneer u zelf schenkt, om de hiervoor bedoelde eigen bijdrage te drukken

en om voor de kinderen uiteindelijk erfbelasting te besparen). Daarvoor moet een bewindvoerder *toestemming* vragen aan de rechter. Die rechter zal echter in principe zeggen, dat schenken niet in het belang is van de onderbewind gestelde: er verdwijnt immers geld, terwijl er niets voor terug komt. Die toestemming gaat er dus niet komen.

Gevolg is, dat uw vermogen zo goed als volledig opgesoupeerd

zou kunnen worden door de WLZ of een daarop volgende wettelijke regeling.

U kunt echter iets regelen, waardoor een onderbewindstelling niet nodig is: u kunt iemand aanwijzen als uw "*algemeen gevolmachtigde*". Die gevolmachtigde dient u aan te wijzen op een moment waarop u nog wel wilsbekwaam bent. Een algemeen gevolmachtigde behoeft géén toestemming van de rechter en kan dus gewoon schenken aan de kinderen en kleinkinderen. Uw plan om de eigen bijdrage te verlagen, kan dus gewoon door gaan.

Deze informatie is u aangeboden door notaris de Vries, Leek. Wij helpen u graag en zorgvuldig.

www.huizingadevries.nl Het 'station' voor alle notariële werkzaamheden

Samenleving voor jong en oud



Ik geloof in een samenleving waar jong en oud zich gezien en gewaardeerd voelt. Een samenleving waarin iedereen mag meedoen, ook als je ouder wordt.

Ouder worden betekent namelijk niet dat je een 'voltooid leven' hebt maar dat er een waardevolle derde levensfase aanbreekt.

Ik wil een samenleving waarin ouderen zoveel en zo lang mogelijk zelf de regie hebben, gewaardeerd worden om wie ze zijn, goede zorg en liefdevolle aandacht krijgen en een plek hebben die zij met recht thuis kunnen noemen.

Dat is de samenleving die mij voor ogen staat.

De afgelopen jaren is er al veel gebeurd om deze samenleving dichterbij te brengen maar we zijn er nog niet. Er moeten bijvoorbeeld voldoende betaalbare woningen gerealiseerd worden om eenzaamheid bij ouderen te voorkomen en er voor te zorgen dat senioren overal in Nederland terecht kunnen met hun levensvragen.

Hoog tijd dus voor de stap naar een samenleving waarin we de waarde inzien van ouder worden. Waarin we zien dat senioren veerkrachtig zijn en een schat aan ervaring hebben. Zij leveren een belangrijke bijdrage aan onze samenleving door bijvoorbeeld het verlenen van mantelzorg en vrijwilligerswerk.

De huidige coronacrisis laat helaas zien dat

senioren soms makkelijk worden afgeserveerd als last, drempel of kostenpost. Dat moeten we niet willen. Daarom moeten wij ons blijven inzetten voor een samenleving waarin jong én oud een volwaardige plaats hebben en waar alle ruimte is om op een waardige manier oud te worden.

Op de volgende manier:

1. Zet een brug tussen jong en oud; we hebben elkaar nodig
2. Investeer in generatiewoningen en kleinschalige concepten
3. Help komende senioren zich voor te bereiden op de oude dag
4. Stimuleer en beloon mantelzorgers en vrijwilligers
5. Gebruik mogelijkheden om jong en oud bij elkaar te brengen
6. Zorg voor voldoende ontmoetingsplek voor jong en oud
7. Maak Nederland dementievriendelijk
8. Investeer in passende en palliatieve zorg
9. Borg de toegang tot geestelijke verzorging
10. Houd oog voor de ouderenzorg in en na Coronatijd.



NOORDENVELD-WESTERKWARTIER

SENIOREN VAN NU: MEER DAN DE MOEITE WAARD!!!

Gezond en goed oud worden, dat vinden we belangrijk. Maar oud zijn? Dat is een ander verhaal. Voor KBO Noordenveld-Westerkwartier is het een uitdaging om daar een weg in te vinden. We worden met z'n allen steeds ouder en het aantal senioren groeit. Een groep die er toe doet in onze maatschappij.

Krachtig en kwetsbaar

Het mooie van senioren is, dat ze tegelijkertijd krachtig en kwetsbaar kunnen zijn, ongeacht hun leeftijd! Die kracht en kwetsbaarheid zorgen ook voor een verbondenheid met elkaar. Binnen de KBO is dat heel goed zichtbaar. We maken samen plezier, werken samen aan onze gezondheid en onze ontwikkeling, komen op voor elkaar en zien naar elkaar om.

De afdeling organiseert gelukkig weer elke maand tal van activiteiten met een informatief karakter, maar zijn voornamelijk gezellig!!!

Word ook lid van de KBO, het kost slechts een paar tientjes per jaar en je krijgt er heel veel voor terug. O.a.: Korting op uw Zorgverzekering, elke maand interessant Magazine en gratis advies via de juristen- en pensioentelefoon.

Informatie: Hans Greuter, tel.: 06-38509590; e-mail: ajgreuter1939@kpnmail.nl



Tandprothetische Praktijk

KUNSTGEBIT - KLIKGEBIT



UW SPECIALIST VOOR GEBITSPROTHESES

**Gun uzelf een gebit om in te lichten
en een lach die gezien mag worden.**

Meidoornlaan 21A, 9301 MA Roden • 050-5017457 • info@tppridder.nl • tppridder.nl

Ons dorp toen Nietap

Albert Graansma

Het dorp Nietap is ontstaan rond 1700. Er waren vóór die tijd enkele huizen in deze buurt. Waaronder de herberg 'De Nijentap'. Daar is het dorp dan ook naar genoemd.

Er was ook een borg: Thedema. Deze borg ontstond rond 1450 maar werd rond 1730 ook al weer gesloopt. In Nietap staat nu een appartementencomplex met de naam 'Thedemaborg' op de gevel. En er is een Thedemalaan. Daarnaast zijn er plannen voor een uitbreiding van Nietap op en rond het oude Thedema-terrein. Daarnaast zijn er plannen voor een uitbreiding van Nietap op en rond het oude Thedema-terrein.

De hoofdstraat door Nietap heeft als naam de J.P. Santeeweg. Genoemd naar Jacob (Pieters) Santee, die in 1901 overleed. Hij heeft onder andere veel geld nagelaten voor de aankoop van wollen dekens van goede kwaliteit. Die dekens werden dan gratis uitgedeeld aan oude en behoeftige mensen in de omgeving. De dekens werden uiteraard bij de Nietapster firma Hillebrands gemaakt.

In 1913 kwam de 'Drachtster Tramlijn'. Het café van Harke Kuipers leek in de weg te staan. Hij liet zijn café afbreken en bouwde een nieuwe en dat werd naast café tevens de Tramhalte Nietap. De trams reden vlak langs de gevel. Inmiddels is zowel de tram als het café verdwenen.



Café Kuipers/ Tramhalte Nietap.

In 2019 werd naast de nieuwe huizen die daar gebouwd waren de 'Harke Kuipersweg' onthuld.

Nietap heeft geen oude kerk en ook geen nieuwe kerk. Toch heeft een gebouw een tijdlang als kerk dienst gedaan. De boerderij Vredeveen werd aan het eind van de jaren veertig geschikt gemaakt als kerkruimte voor de Gereformeerde Vrijgemaakte gemeente van Leek tot in de loop van de jaren zestig toen deze gemeente weer in Leek kerkte. Helaas is de boerderij Vredeveen later gesloopt.

Café De Waag is lang een begrip geweest. De naam was afkomstig van een varkenswaag die



Links café De Waag, foto genomen richting Leek.

in het pand stond. Daarmee werden varkens gewogen die naar de exportslachterij Van Dam in Leek gingen. Het café werd in 2021 gesloten en het pand dreigde gesloopt te worden. De familie Dussel heeft het pand gered en het is nu Café Dussel.



Rechts firma Hillebrands, foto genomen vanaf Leek.

Nietap ligt in de provincie Drenthe en Leek in Groningen. Maar verbonden zijn ze toch wel. Vroeger bijvoorbeeld door het beurtschip Leek-Nietap. Maar ook tegenwoordig nog door de Handelsvereniging Leek-Nietap en natuurlijk de gemeenschappelijke pinkstermarkt.



seniorweb

Westerkwartier

Hulp, uitleg en informatie op digitaal gebied door SeniorWeb Westerkwartier

over SeniorWeb Westerkwartier

Wilt u ook leren e-mailen en internetten op een computer, tablet of smartphone?
Of wilt u meer kunnen doen met uw pc zoals foto's bewerken, een fotoalbum maken of misschien zelfs uw eigen website maken? Of leren hoe u uw wachtwoorden veilig opslaat?

We organiseren regelmatig cursussen en workshops om u verder op weg te helpen. Dit gebeurt bij ons altijd stap voor stap en onder de geduldige begeleiding van vrijwilligers.

Het aantal deelnemers per cursus is meestal maximaal vier. Het tempo is niet al te hoog en er is ruimte voor al uw vragen. De lesruimte is goed toegankelijk voor rolstoelgebruikers.

cursussen en workshops

nieuw: Hulp aan Huis

U kende van ons al de diensten Klus aan Huis en Leren aan Huis. Vanaf januari 2022 hebben we deze beide diensten samengevoegd, omdat we denken dat dit nóg beter tegemoet komt aan wat u van ons vraagt.

Uw printer doet niet wat u wilt, u bent uw wachtwoorden kwijtgeraakt, of is er iets aan de hand met uw tablet of laptop waar u graag hulp bij wilt hebben.

U kunt ook een vraag hebben over de werking van een app op uw telefoon, of over een programma op uw pc: hoe ging dat ook al weer? Dan moet uw kennis over zo'n programma weer even een beetje worden opgefist. Bij dit soort vragen is het volgen van een cursus vaak teveel van het goede, maar het zelf helemaal uitzoeken komt er ook niet altijd van. Dan is het handig als iemand even met je meekijkt en je weer op gang helpt.

Voor al dit soort vragen kunt u vanaf nu bij ons terecht onder de noemer Hulp aan Huis. Vaak kunnen we u op zeer korte termijn verder helpen, gewoon bij u thuis.

Voor meer informatie over ons aanbod:
www.seniorweb-westerkwartier.nl
of telefonisch: **06 – 5756 8093**

Via de website kunt u zich ook op onze nieuwsbrief abonneren.

Toeslagen

Ik ben Jacqueline en ruim 10 jaar werkzaam in de thuiszorg. Hieronder één van mijn ervaringen.

Vandaag weer bij mevrouw De Boer geweest. Het is een vrouw op leeftijd en enkele jaren terug is haar man overleden. Nadat ze gestopt waren met het bedrijf hebben ze een camper gekocht en veel gereisd. In de jaren dat ze een bedrijf hadden hebben ze nooit aan pensioen gedacht. Ze hadden wel een paar spaarcentjes maar niet veel. Nu leeft ze alleen van de AOW en dat valt haar wel zwaar. Speciale dingen zitten er niet meer in. Op een gegeven moment had ze het erover tijdens de koffie.

Ik vroeg: 'heb je wel de toeslagen aangevraagd?' Ze antwoordde dat ze het niet kende en dat haar man alles regelde. Toeslagen zijn voor iedereen die een laag inkomen hebben. 'Ik denk dat je er ook wel voor in aanmerking komt.' Zo heb je toeslagen voor de huur en

zorg. Het blijkt uit onderzoek dat 55 plussers duizenden euro's aan toeslagen laten liggen die er wel voor in aanmerking komen. Eén op de zes laat huurtoeslag en één op de tien van de 55 plussers laat zorgtoeslag liggen.

Klinkt goed. Waar kan ik het aanvragen?

Je kunt het aanvragen via www.toeslagen.nl. Er zijn voorwaarden waaraan je moet voldoen. Via internet kun je een proefberekening maken.

Zijn er ook mensen en vrijwilligers die mij hiermee kunnen helpen?

Iemand uit de familie zou eventueel kunnen helpen en anders zijn er genoeg (vrijwilligers) organisaties zoals De Schans, Humanitas Thuisadministratie, ANBO en KBO-PCOB die hiermee kunnen helpen.

Ze heeft met hulp zorgtoeslag en huurtoeslag aangevraagd. Dit scheelde haar ruim 250 euro per maand.

Nietap in de jaren 50

Hendrien



In het begin van de jaren vijftig van de vorige eeuw, kwam ik als klein meisje vanuit Rotterdam af en toe logeren bij mijn overgrootmoeder te

weten Anna van den Brink-Folkerts die destijds aan de J.P. Santeeweg te Nietap woonde, samen met haar dochter, Gerarda van den Brink. Mijn vader had een oud grijs Fordje op de kop getikt en daar gingen wij dan mee op stap van Rotterdam helemaal naar Nietap. Een wereldreis in die tijd want er was nog geen behoorlijke snelweg naar Nietap en Leek.

Ik vond het geweldig, het Nietapster bos, de weilanden, de leuke huisjes, de moestuin van tante Grada zoals wij haar noemden, de ophaalbrug over het water bij het Piepke. Dropjes halen bij de drogist van mevrouw Folkerts aan de Tolberterstraat waar nu het Chinese restaurant 'Kota Radja' zit. Zo anders dan de stad Rotterdam en wat verlangde ik er naar om zelf óók in een dorp te wonen.

De burens van mijn overgrootmoeder hadden geiten, die had ik in de stad nog nooit gezien.

Voor de deur van haar huisje liep een spoor waar een treintje langs kwam. Ze noemden het ook wel het 'moordenaartje' omdat er ooit een buurvrouw van mijn overgrootmoeder door verongelukt is. Door de liefde kwam ik in Leek terecht. Mijn man werkte als radar technicus in Groningen. Soms denk ik wel eens 'wat een toeval' als kind kwam ik al in Nietap en Leek en nu kwam ik er zelf te wonen en trouwde er ook nog eens. Ook mijn ouders verhuisden medio 1981 vanuit het westen naar Roden dit alles tot grote vreugde van mijn tante Grada van den Brink, die toen inmiddels in de 'Hullen' in Roden woonde.

En zo kon het gebeuren dat een stadsmeisje uit Rotterdam een 'dorpsvrouw' werd in Leek en daar nog steeds met veel plezier woont.



ETALAGEBENEN WAT ZIJN DE VERSCHIJNSELEN EN WAT KAN JE ER TEGEN DOEN

Etalagebenen is de volksterm voor claudicatio intermittens. Het is een vaatziekte waarbij de slagaderen in de benen zijn vernauwd. Bij etalagebenen krijgt u tijdens het lopen pijn, kramp, een doof of moe gevoel in uw been. De klachten kunnen in de voet, de kuit, het dijbeen of de bil optreden. Soms heeft u een koud gevoel in uw voet. Als u stilstaat, verdwijnen de klachten. Loopt u weer verder, dan beginnen de klachten na eenzelfde afstand lopen opnieuw.

Hoe ontstaan etalagebenen

Met de jaren worden de slagaderen bij iedereen wat nauwer. Slagadervernauwing is dan ook een natuurlijk verouderingsproces, de één krijgt er eerder mee te maken dan de ander. Ook is het per persoon verschillend of je hier klachten door krijgt. Slagadervernauwing komt niet alleen in de benen voor, maar ook op andere plaatsen in het lichaam kunnen vernauwingen optreden.

Drie tips voor betere doorbloeding van je benen én de rest van je lichaam

- Stoppen met roken
- Meer wandelen en bewegen
- Gezond en gevarieerd eten

Begeleiding van de fysiotherapeut

Bij Debalans zijn Ineke en Iben de specialisten in de behandeling bij etalagebenen, zij helpen je onder andere om jouw loopafstand te vergroten. Er worden 37 behandelingen gesuperviseerde looptherapie (GLT) uit de basisverzekering vergoed voor patiënten met etalagebenen (claudicatio intermittens, fontaine 2), die een verwijzing van de huisarts of specialist hebben*.

*Dit wil zeggen dat deze groep patiënten geen aanvullende verzekering nodig heeft om een traject fysiotherapie vergoed te krijgen. Uit de basisverzekering worden 37 behandelingen fysiotherapie gedurende de periode van 1 jaar vergoed. De zorgkosten voor een traject gesuperviseerde looptherapie betaal je vanuit het eigen risico. Ook in 2022 bedraagt het eigen risico €385,- (indien men niet gekozen heeft voor een vrijwillige verhoging). Dus de eerste €385,- die aan zorgkosten gemaakt wordt (voor zover die kosten niet van het eigen risico zijn uitgezonderd), zijn voor rekening van de cliënt.

LET OP DIT IS GEEN MEDISCH ADVIES, TWIJFEL JE OVER JE KLACHTEN NEEM ALTIJD CONTACT OP MET JE HUISARTS OF EEN SPECIALIST

Advertorial De Balans

Prijspuzzel

160

Op welke pagina van dit blad, staat de volgende zinsnede?
Vul het goede paginanummer in het gele vakje.

1. Binnen de KBO is dat heel goed zichtbaar.
2. Klinkt goed. Waar kan ik het aanvragen?
3. Wilt u gelijk mee doen, dat kan want er zijn ballen aanwezig.
4. De Open Deur Route wordt ook dit jaar weer georganiseerd.
5. Een dergelijk onderzoek is, in mijn ogen, onzorgvuldig.
6. Wat wel duidelijk is dat er heel wat te melden is over de diverse afvalstromen.

- 1 Tolbert
- 2 Enumatil
- 3 Oostwold
- 4 Lettelbert
- 5 Zevenhuizen

159

Van de goede oplossingen, wordt één prijswinnaar uitgeloot!

Stuur de oplossing vóór 21/6/2022 naar:

De Bijblijver redactie, p/a De Schutse

Oldenoert 32, 9351 KP Leek of mail ons: redactiedebijblijver@gmail.com

Oplossing 159: balen - prijswinnaar: mevr. Harkema-Kloosterman (Leek)



De wet blinkt lang niet altijd in duidelijkheid uit want waar bestaat een erfenis nu eigenlijk uit. Volgens artikel 4:182 BW volgen de erfgenamen de erf later van rechtswege op in zijn voor overgang vatbare rechten en in zijn bezit en houderschap. Hoe zit het bijvoorbeeld met de huurovereenkomst van woonruimte?

Er kan sprake zijn van een medehuurder die de huur na het overlijden van de huurder dan als huurder voortzet. Volgens de wet zijn de echtgenoot en de geregistreerd partner automatisch medehuurder. Zij kunnen dus met een gerust hart de huur voortzetten als zij dit wensen. Wil de partner dit niet, dan dient de huur opgezegd te worden. Is er geen medehuurder, dan eindigt de huur aan het einde van de tweede maand na het overlijden van de huurder, ongeacht of er erfgenamen zijn. Dus eigenlijk is er helemaal geen sprake van een voor overgang vatbaar recht, daar waar het de huur van woonruimte betreft.

Het is natuurlijk vanzelfsprekend dat de achterblijvende echtgenoot of geregistreerde partner de huur kan voortzetten. Maar wat zijn je rechten als je niet gehuwd bent en toch al jarenlang als partners samenwoont? Voor die situatie kent de wet een speciale regeling. De persoon die geen huurder of medehuurder is die in de woonruimte het hoofdverblijf heeft gehad en met de overleden huurder een duurzame huishouding heeft gehad kan de huur gedurende zes maanden na het overlijden van de huurder de voortzetten. Wil hij of zij de huur langer voortzetten dan kan hij binnen deze termijn een vordering daartoe indienen bij de rechter. De verhuurder is niet verplicht om de achterblijver daarop te wijzen. De voortzetter moet dan wel aannemelijk maken dat hij of zij het hoofdverblijf had in de woning en dat er sprake was van een duurzame huishouding met de overledene. Ook zal de potentiële huurder vanuit financieel oogpunt voldoende waarborg moeten bieden. In verreweg de meeste gevallen zal de ongetrouwde partner de huur dus kunnen voortzetten maar hij of zij zal dan wel in actie moeten komen.



Uw autospecialist!



Plan online uw afspraak of bel (050) 534 94 44

Wij helpen u graag bij uw:

- Banden
- Trekhaak monteren
- Onderhoud
- Voertuig diagnose
- APK Keuring
- Schade herstel
- Airco service
- Automaat spoelen
- Auto import

Ceintuurbaan Noord 118 | 9301 NZ Roden | Tel. 050 - 534 94 44

info@degrootroden.nl | www.degrootroden.nl

Schutse activiteiten

LET OP: ten tijde van het opstellen van deze Schutse agenda waren dit de gegevens die wij hadden. Door corona en andere omstandigheden kunnen sommige activiteiten afgelast of verplaatst worden.

In geval van twijfel neem gerust contact op met De Schutse: 0594 - 512334

Vrij biljarten: elk dagdeel, behalve maandagmiddag/donderdagmiddag/vrijdagmiddag
Rummikub: zie activiteitenkalender

Maandag

09:00 – 12:00 Jeu de Boules | Franse slag

jf.renkema@ziggo.nl

13:00 – 16:30 Biljarten

competitie

Dinsdag

09:30 - 10:15 Senioren gymnastiek

Jeanet Toxopeus

10:30 - 11:15 Senioren gymnastiek

Jeanet Toxopeus

13:00 – 17:00 Biljarten,

vrij biljarten

13:30 – 16:30 Klaverjassen

Sociëteit de Schakel

Woensdag

09:00 – 12:00 Pedicure, Karin Sietsma op afspraak

06-51207420

13:00 – 17:00 Biljarten,

vrij biljarten

13:30 – 16:30 Oog café,

4de woensdag van de maand

13:30 – 16:00 Repair café,

3de woensdag van de maand

Donderdag

09:00 – 12:00 Kapster Angelique Huisman

0594-517368

13:00 – 16:30 Biljarten

competitie

14:00 – 16:30 Jeu de Boules

vrij spelen

14:00 – 16:00 Knutsel Frutsel; 2 wekelijks

mw. Krijgsman, 0594-515327

14:00 – 17:00 Bingo

4de donderdag van de maand

19:00 – 23:00 Klaverjassen

4de donderdag van de maand

Vrijdag

09:30 – 12:00 Seniorweb presentatie;

1ste vrijdag van de maand

13:30 – 16:00 Seniorweb open inloop;

1ste vrijdag van de maand

13:30 – 16:45 Klaverjassen

Schoppenboer

UMCG - speekuur geopend *op afspraak*:
woensdagochtend en -middag
maandag-, dinsdag- en vrijdagmiddag

CERTE - speekuur geopend *op afspraak*:
maandag en dinsdagochtend
donderdagmorgen en -middag

De Schutse is tijdens de feestdagen gesloten:

April : 17 en 18-Pasen 27-Koningsdag
Mei : 26-Hemelvaart
Juni : 5 en 6-Pinksteren



Interview met Schutse verenigingen

Fiena Bolt

Jeu de Boulesclub in Leek



Er is een gezellige sfeer als ik mij meld op de Jeu de Boulesbaan bij de Schutse. Een groep van 24 mensen hebben het druk met het gooien van de ballen. Jeu de Boules zoals we het nu kennen is volgens de overlevering ontstaan rond 1907 in

La Ciotat vlakbij Marseille. Nu Parijs de Olympische Spelen van 2024 mag organiseren, is er een waar offensief gestart. Als het aan de Fransen ligt, moet Jeu de Boules de nieuwe Olympische sport worden. Wereldwijd, in meer dan 160 landen, zijn miljoenen spelers actief en 30 daarvan spelen het spel in Leek. De club is opgericht in 1987, er zijn 8 banen en die worden door de leden onderhouden. Vrouwen en mannen boven de 55 jaar gooien bijna iedere week de ballen over de mooie aangelegde banen bij de Schutse. De vaste clubochtend is op maandag van 9 uur tot 11.30 uur, met tussendoor een pauze voor een kopje koffie of



thee. De mogelijkheid is er dat er op donderdagmiddag ook gespeeld kan worden, je kunt dan samen iets afspreken. Één keer per jaar worden er clubkampioenschappen georganiseerd. Dit is een gezellige dag incl. lunch maar wel met een beetje strijd want het is een kampioenschap. Er worden in de zomermaanden toernooien georganiseerd en er wordt ook in competitieverband gespeeld. Er kan het hele jaar door gespeeld worden en de contributie bedraagt € 6,00 per maand. Bent u 55 plus en spreekt het spel u aan, kom op de maandagmorgen eens langs voor een praatje en voel de onderlinge gezelligheid van de Jeu de Boulesclub. Wilt u gelijk mee doen, dat kan want er zijn ballen aanwezig.

De Schutse - Open huis

Op 9 maart hield De Schutse in Leek een open huis. Eigenlijk had ik het niet verwacht, maar het was best gezellig. Ik heb er heel veel leuke mensen ontmoet. Niet alleen vertegenwoordigers van clubs en instanties die mij een heleboel informatie gaven, maar ook oude bekenden die ik al een tijdje niet gezien had. Bovendien was er een goed verzorgde gratis catering. Ik kreeg informatie van organisaties die zich speciaal bezighielden met de belangen van ouderen. Ook waren er organisaties die aandacht hebben voor problemen van mensen die méér voorkomen bij mensen die al een dagje ouder zijn. Daarnaast waren er niet alleen vertegenwoordigers van het Repair café en Seniorweb Westerkwartier maar ook

Joost v. Vliet

van clubs waar ik naartoe zou kunnen gaan voor de gezelligheid of omdat het goed voor me is. Ik ben vandaag, op ontspannen wijze, meer te weten gekomen over zaken die mogelijk ook voor mij van belang kunnen zijn.



Polder De Dijken

Als je in het Westerkwartier buiten de dorpen komt, zie je niet alleen boerenland, je ziet ook plaatsen waar de natuur haar gang gaat. Soms vinden die veranderingen heel snel plaats. Dat merkte ik toen ik na een lange wandeling bij de polder De Dijken kwam. De weilanden die daar ooit waren, zijn plots omgetoverd tot een nieuw, voor mij, mooi natuurgebied met veel water. Reden voor mij om met mijn camera terug te gaan en te onderzoeken waarom dit gebied ineens zo veranderd was.



Ook toen ik, op een zonnige dag in maart, besloot om foto's van de polder te maken, ben ik gaan wandelen. Ik liep na de brug bij Tolbert over de autosnelweg rechtsaf de Mensumaweg op richting gemaal de Tolberter Petten. Daar, aan de overkant van de Enumatilster Matsloot, veranderde het landschap. In plaats van weiland zag je natuurgebied. Door dit natuurgebied, loopt een weg, de Dijkweg, waarlangs je het gebied mooi kunt bewonderen. Deze weg komt uit net boven Boerakker. Ik was van plan

om vandaar weer naar Tolbert te lopen. Vanwege het mooie weer besloot ik om te lopen en het pad bij de brug op de Dijkweg te nemen. Ik kwam uit bij een dijk waar ik rechtsaf ging, richting Mensumaweg. Op die dijk kun je mooi zien hoe het natuurgebied er vroeger uitzag. Links van je zie je nog het weiland, rechts

Zomertuintips van tuinonderhoudsbedrijf Cees Gerretsen (06-53523916)

Advertorial

- ✿ Snoei vaste planten die vroeg bloeien voor de langste dag voor de helft terug dan gaan ze vaak vóór een tweede x bloeien
- ✿ Verticuteer gras niet in april maar in juni of juli, want mos groeit bij lagere temperaturen en als het warmer is gaat gras groeien
- ✿ Doe dit in combinatie met goede bemesting
- ✿ Snoei beukenhagen en coniferenhagen rond de langste dag dan hoef je het maar 1x per jaar te doen
- ✿ Doe dat niet op een hele zonnige dag,





van je de nieuw gevormde natuur. Aangekomen bij de Mensumaweg liep ik weer richting Tolbert. Maar net na het passeren van de al eerder genoemde Dijkweg zag ik opnieuw een dijk. Deze was niet echt bedoeld om eroverheen te lopen, maar ik klom erop en besloot daaroverheen verder te gaan. Ik heb daar geen spijt van gekregen, want die dijk leidt naar een volgende dijk, een die langs de Matsloot loopt. Natuurlijk vervolgde ik mijn weg over deze nieuwe dijk. Vanaf deze dijk kon ik de zich ontwikkelende natuur nog beter bewonderen. Aan het einde van deze nieuwe dijk, dichtbij Boerakker, zag ik de 'inlaat', de waterverbinding tussen de Matsloot en de polder. Hier kan, als het nodig is, water de polder ingelaten worden of juist weer worden geloosd. Naast deze inlaat zie je een heel bijzondere vislift, waarmee vissen de polder kunnen binnenzwemmen. Het begon echter inmiddels donker te worden en koud. Daarom ging ik vandaar via de kortste weg via Boerakker weer terug richting Tolbert. Hoe mooi het ook is, de vraag blijft waarom weiland zo kort geleden moest worden omgevormd tot natuurgebied. Voor de polder zijn hiervoor twee redenen aan te geven. De eerste is het behoud van de biodiversiteit en de tweede is het nemen van maatregelen tegen toekomstige wateroverlast.

Biodiversiteit wordt bevorderd door het Natuurnetwerk Nederland. Dit is een netwerk van natuurgebieden die onderling met elkaar verbonden zijn om ervoor te zorgen dat bijzondere planten en dieren in stand blijven. De polder De Dijken past in dit netwerk doordat het bestaat uit nat hooiland en nat schraalland dat een grote rijkdom aan zeldzame soorten planten en dieren voortbrengt. Klimaatverandering zorgt in Nederland voor extremer weer. Verwacht wordt dat er stortregens komen, die zorgen voor extreme wateroverlast, en droge perioden die zorgen voor een tekort aan drinkwater. Om die problemen aan te pakken zijn er plekken aangewezen die als wateropslag kunnen dienen. De polder is er daar een van. Er kan hier 1,1 miljoen kubieke meter water worden opgeslagen. Dit water kan dan worden binnengelaten via de inlaat bij de Matsloot. Deze is immers verbonden met Dwarsdiep en Woldiep bij Boerakker en aan het Hoendiep bij Enumatil. Die verbinding zorgt ervoor dat het water goed kan worden aan- of afgevoerd. Zoals blijkt, ben ik blij met het samengaan van het nuttige en het aangename. Maar ik zal waarschijnlijk moeten teruggaan. De reden hiervan is dat de polder De Dijken sterk verbonden is met het nabijgelegen Bakkerom en daar heb ik nog onvoldoende rondgekeken.

BEWEGINGSACTIVITEITEN

voor 55-plussers in de gemeente Leek e.o.

In Leek en omgeving zijn er diverse mogelijkheden voor senioren om in beweging te blijven. Iedereen kan lid worden van de vele (sport)clubs die aangeboden worden.

- LEEK** **SENIORENZWEMMEN bewegen in het water voor senioren**
Zwemkasteel Nienoord; woensdag en vrijdag van 11.00 tot 12.00 uur.
Informatie: Zwemkasteel Nienoord - Telefoon 0594-517500
Voor overige activiteiten, raadpleeg de website of bel.
- LEEK** **SENIORENGYMNASTIEK - Sonneborgh** maandag van 10.30 - 11.30 uur - Frouk
11.15 **De Schutse** dinsdag van 09.30 - 10.15 en 10.30 -
LOW IMPACT AEROBIC - Topsporthal
maandag van 14.00 tot 15.00 uur - Frouk
Informatie: De Schutse (balie), Oldenoert 32, Leek - Telefoon 0594-51233
- OOSTWOLD** **De Gaveborg (De Boomgaard 1)** maandag van 10.00 tot 11.00 uur
Informatie: mevrouw De Vries - Telefoon 0594-202872
- ZEVENHUIZEN** **MFC Molenstraat** 55+ Dames Stuitbal en Gymnastiek
woensdag 8.30 - 14.30 uur
Informatie: Jenny van Dijk - Telefoon 06-36037016
- ZEVENHUIZEN** **JEU DE BOULES**
De Goede Worp (de Vrieshof) donderdag vanaf 14.00 uur
Informatie: mw. J.R. Drijsen. Telefoon 0594 631193
- LEEK** **De Franse Slag (Oldenoert)** maandag van 9.00 tot 11.30 uur
donderdag vanaf 14.00 uur
Informatie: De Schutse (balie), Oldenoert 32, Leek. Telefoon 0594-512334
Kosten € 6,00 per maand.

Wat senioren kunnen doen aan hun eigen conditie. Deel 2.

Ook nu weer benadrukt Astrid dat, naast alle lichamelijke voordelen van bewegen, er ook andere voordelen zijn:

- ✓ Het verbetert het humeur en geeft energie
- ✓ Het verbetert de balans, wat het risico op vallen verkleint
- ✓ Het is goed voor de mentale gezondheid en draagt bij aan onafhankelijkheid op latere leeftijd

Vooral dit laatste hoor ik vaak als reden waarom senioren zijn begonnen met wandelen en/of sporten: ze willen kunnen blijven spelen met hun kleinkinderen en willen liefst zo laat mogelijk afhankelijk worden van anderen en hulpmiddelen. En, benadrukt Astrid, veel van deze adviezen kun je gewoon thuis op je eigen moment doen: elke dag een half uurtje wandelen, elke dag wat oefeningen thuis doen (zie internet), meedoen aan ochtendgymnastiek op de TV etc.

Maar als het moeilijk is om dat thuis vol te houden dan kun je kiezen voor bewegen in groepsverband. Hierbij combineer je de lichamelijke voordelen met het vergroten of onderhouden van je sociale contacten. Voor velen geldt dat in groepsverband sporten of bewegen bijdraagt aan het plezier dat aan bewegen wordt beleefd. Ook maakt dit het bewegen makkelijker en is het beter vol te houden. Bij Fitclub Rodenburg heb je veel mogelijkheden om op eigen niveau in een ongedwongen sfeer te sporten in een groep. Volgende keer interviewen we één of meer deelnemers aan Wandelfit, een groep die uit vnl. 55-plussers bestaat.



Deze advertorial wordt u aangeboden door Fitclub Rodenburg (zie advertentie pag.24).



GEZOND IN BEWEGING

- LEEK** **Sportcentrum Leek (Auwemalaan)** donderdag van 14.00 tot 16.00 uur
dinsdag 10.00 - 12.00 uur
Informatie: Sportcentrum Leek. Telefoon 0594-512040 (9.00 uur)
- LEEK** **RODEN** **SENIORENBOWLEN**
Sportver. Op Dreef Bewegen voor hartpatiënten, vrijdagochtend 8.45 uur in
sporthal De Hullen (basketbal, korfbal, badminton, hockey, volleybal etc)
Informatie: Telefoon 06 - 82951960 of email: hpvopdreef@gmail.com
- LEEK** **RODENBURGHAL**
- VITAALFIT maandag en woensdag 10.00 - 10.45 uur
- WANDELFIT maandag en woensdag 11.00 - 12.00 uur
Informatie: www.fitclubrodenburg.nl
- HOUDING EN BEWUST BEWEGEN
dinsdag 10.00 - 11.00 uur en vrijdag 9.30 - 10.30 uur
- YOGA woensdag 10.00 - 10.45 en
vrijdag 9.00 - 9.45 / 19.30 - 20.15 uur
- LEEK** **GYMNASTIEKLESSEN TIGA LEEK**
Oldenoerthal
Galm 1 maandag van 10.30 tot 11.30 uur
Galm 2 maandag van 11.00 tot 12.00 uur
Informatie: Ria v.d. Meer - Telefoon 0594 - 517902
Gymzaal Nijenoertschool
STEPS woensdag van 18.30 tot 19.30 uur
Informatie: Annemarie Lahuis - Telefoon 06 - 29053313
- LEEK** **LEVEN IN BEWEGING - NORDIC WALKING**
Nienoord dinsdag 9.30 uur
Informatie: Margriet Poiësz - Telefoon 0594-512269 of 06-15968774
- LEEK** **SOFTBAL KNIGHTS** Sportpark Rodenburg
Informatie: Sjaan van der Donk - Telefoon 06 - 52001046
Email: secretaris@knightsleek.nl
- BOERAKKER** **DORPSHUIS OOMKEGAST**
- Stuitbal maandagavond 19:15 - 20:15
- Gymnastiek maandagavond 20:15 - 21:15
Informatie: mirjamruesink@gmail.com; tel: 06-29256607



- OOSTINDIË** **WALKING FOOTBAL - VEV '67**
De Knip woensdag van 9.30 - 11.15 uur
Informatie: Jaap Pranger - Telefoon 06 - 41396397

We zijn drie jaar geleden gestart met Walking Football en ondertussen zijn er 25 60-plus-sers, die het fijn vinden om Walking Football te spelen. Dat is mooi, want bewegen voor senioren is belangrijk en wie houdt nou niet van voetbal.

Walking Football is veilig en verantwoord voor senioren om aan deel te nemen. Er mag alleen gewandeld worden en de bal mag niet boven de heup komen. Fysiek contact is niet toegestaan. Er zijn geen keepers, maar kleine lage doeltjes. Het gaat om het samenspel en niet wie de meeste doelpunten gescoord heeft. Buiten bewegen en plezier staat voorop.

Elke woensdagmorgen komen we om 9.30 uur bij VeV'67 op het sportpark Oostindie voor een kop koffie en gaan om 10.00 uur aan de slag. Na afloop staat de koffie weer klaar.

Kom gerust kijken of gelijk al even meedoen om te kijken hoe het bevalt.

Blijf in beweging en doe mee!



Even voorstellen:

Even voorstellen: We zijn op bezoek bij Paula Thalen in Nietap. Paula en haar man wonen op een prachtige plek in het leuke Drentse dorp. In 2004 is Paula in Nietap komen wonen met haar man en de jongste zoon, de twee ouderen waren het huis al uit.

Haar man mag graag klussen en zag een prachtig oud huis staan in Nietap; er viel hier heel wat te klussen. Vele elementen in het huis zijn authentiek gebleven. Paula en haar man hebben 6 kleinkinderen. Paula werkt in infocentrum Nienoord achter de balie op dinsdagmorgen. Dit werk maakt haar gelukkig, bezoekers wegwijzen maken rondom het park Nienoord, dat rijk is aan een lange geschiedenis.



Het Nietapsterbos is gelegen tussen Nietap en Roden en is eigendom van de Vereniging Natuurschoon Nietap, Leek en omgeving en is gelegen aan de Vagevuurselaan. De vereniging Natuurschoon is opgericht op 24 december 1921, dit jaar viert de vereniging hun 100 jarig bestaan. Paula is ook vrijwilliger van Natuurschoon bij de boswerkers. De 2e zaterdag van de maand gaat deze groep in het bos aan het werk. Er worden dan allerlei onderhoudswerkzaamheden uitgevoerd. Je moet dan denken aan, snoeien van bomen en struiken, achtergelaten rommel van gasten opruimen, omgevallen bomen verwijderen. In februari zijn de boswerkers met een groep vrijwilligers en vrijwilligers van het IVM het bos ingegaan om op bepaalde plekken in het bos de bramen te snoeien en de wortels uit te steken. De kwetsbare bosflora komt door de braamgroei in de verdrukking, dus was het tijd voor actie.

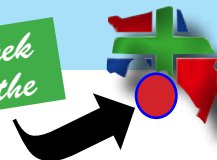
Vorige winter toen het hard vroom was de pingo bevroren en heeft de groep boswerkers het eiland dat midden in de pingo ligt kunnen snoeien. Men kon over het ijs lopen om de randen van het eiland te snoeien, het hele eiland is toen grondig onderhanden genomen. Naast de pingo loopt ook het vlonderpad/plankenpad dat voor voetgangers toegankelijk is. Pingo's zijn in de ijstijd ontstaan. Mogelijk zijn er wel 2500 pingo's in Drenthe en omgeving, waarvan het Vage-



vuur er één is. Door de wind begin dit jaar zijn er bomen omgewaaid, een aantal van deze bomen blijven liggen om als klim- en klautermateriaal voor kinderen te worden gebruikt. Vanuit het buurtschap Nietap, Natuurschoon en de school de Flint is vorig jaar het plan weer opgepakt om in het bos het Flinterpad te realiseren. De kinderen die op de school de Flint in Nietap onderwijs krijgen, heten Flinters, een zeer toepasselijke naam voor een pad, voor kinderen. De ideeën zijn om een speurtocht uit te zetten met afwisselende thema's, men wil een klim- en klautergedeelte aanleggen en een uilenpadje. De kinderen van de Flint hebben voor een aantal jaren terug keien geschilderd. Deze keien komen te liggen aan de rand van het uilenpadje. Er zijn tal van ideeën die nog moeten worden ontwikkeld. Het wordt een educatief speelgebied voor jonge kinderen in een bijzonder stukje natuur, die deze onze omgeving rijk is.



In het Nietapsterbos ligt ook een prachtig labyrint. Het Labyrint is 700 meter lang. Een labyrint symboliseert de kronkelende levensweg die we als mens doorlopen. De kern wordt pas gevonden als de weg ge-



lopen is. Labyrinten vind je wereldwijd. Het labyrint gaat nu onderhouden worden door een groepje vrijwilligers: vrienden van het labyrint.

De Open Deur Route wordt ook dit jaar weer georganiseerd. Op zaterdag 18 en zondag 19 juni gaan de deuren open op ongeveer 21 locaties. Dan kunt u genieten van hoe een klein dorp groots kan zijn met vele creatieve en kunstzinnige mensen.

Er zijn een aantal mensen druk om een inloopgroep voor eenzame ouderen te organiseren, zodra dit gestalte heeft gekregen gaat deze info naar alle ouderen.

Nietap heeft een zeer actieve Buurtschap, die veel organiseert voor alle inwoners in het mooie dorpje. Nietap ligt in de gemeente Noordenveld en de inwoners van de buurgemeente Westerkwartier kunnen ook genieten van het bruisende dorp met haar vele activiteiten en een prachtig bos met een rijke geschiedenis.



Donna

De Dam 24 Leek

Comfortabele Dames Mode

ook het adres voor

Nacht
mode

&

Onder
goed

open

dinsdag tot en met zaterdag. 10:00-17:00

Er is ook een achteringang bij het parkeerterrein

De Dam 24, 9351 AM Leek

☎ 0594-769054

E-Mail: donnaleek@hotmail.nl





67+

**VANAF
€24.90
PER MAAND**

FITNESS

**FITCLUB
RODENBURG**

fitclubrodenburg.nl
RODENBURG 2
9351 PV LEEK
T 0594 740 842

eGYM

- ✓ EGYM
- ✓ VITAAL FIT
- ✓ WANDEL FIT
- ✓ (YIN) YOGA
- ✓ CIRCUIT TRAINING
- ✓ 67+ ABONNEMENT



Wijzig de Schutse pagina, bewegingsactiviteiten, activiteitenagenda van de

volgende BijBlijver: voor 5 juli 2022

Schutse pagina's: m.huberts@beheerwelzijn.nl of bij de receptie van de Schutse.
Bewegingspagina en activiteitenagenda: redactiedebijblijver@gmail.com.
(Eventueel) plaatsen van informatieve artikelen: redactiedebijblijver@gmail.com

Denk er om: niet op tijd gemeld, de volgende keer fout vermeld!

Filatelistenvereniging Roden•Leek en omstreken

Verzamelt u postzegels? Dat bent u niet de enige. Maar als lid van een vereniging komt u verder, is het gezelliger en... voordeliger.
Meer dan 80 filatelisten in het Westerkwartier en het Noordenveld zijn lid van de vereniging "Roden-Leek". Een groot deel van onze leden bezoekt de maandelijkse inloopmiddag in Leek of de clubavond in Roden, waar behalve een activiteit ook altijd gelegenheid is om onderling te ruilen.

Naast onze bijeenkomsten organiseren wij een rondzendverkeer en nieuwtjesdienst. Verder is er de uitleenservice, een uitgebreide bibliotheek en het postzegelwinkeltje.



Alle informatie over de vereniging, zoals het jaarprogramma, vindt u op onze website www.fvrl.nl Ook kunt u natuurlijk even bellen: W. van der Velde, tel. 050 503 2608 of mailen via info@fvrl.nl Nog beter: kom een keertje langs bij een clubavond. U bent van harte welkom!

De belastingaangiften zal per 1 mei achter de rug zijn. En wij, de werkgroep Belastingenservice De Schutse, zijn bijzonder blij dat wij weer honderden mensen hebben kunnen helpen. Goed, er waren soms wat problemen met de machtingscodes die van de Belastingdienst gestuurd hadden moeten worden maar dat hebben we met elkaar opgelost en iedereen is geholpen.

Wat ons wel opviel is dat er nogal eens vragen gesteld werden over de giften. Giften aan een instelling mogen opgevoerd worden als zij aan de voorwaarden voldoen. De afkorting hiervoor is; ANBI, dit betekent Algemeen Nut Beoogde Instelling. Dit houdt dus in dat als men hier niet aan voldoet er met de aangifte geen rekening mee kan worden gehouden. Nu is het aantal instellingen behoorlijk groot maar wie valt er nu onder? Als u een computer heeft is het op de belastingensite te vinden maar dat is vaak wat moeilijk.



Aangifte
Inkomstenbelasting



Als u geld geeft aan een instelling is het handig als u aan hen vraagt of zij een ANBI zijn.

U kunt op twee manieren de gift opvoeren, ten eerste als gewone gift of als culturele gift. Er moet dan bij elkaar geteld wel zoveel gegeven worden dat men boven de drempel van 1% van uw inkomen moet komen. Alles wat daarboven zit is aftrekbaar.

Daarnaast is het ook mogelijk dat u jaarlijks een vast bedrag geeft en dit met een contract heeft afgesloten.

U krijgt dan van de instelling een RISN-nummer en een transactienummer. Die hebben we dan nodig bij het invullen en die hoeft niet aan een drempel te voldoen, met andere woorden, het volledige bedrag is aftrekbaar. Wie en wat valt dus onder de giften. Voorbeeld: KWF, Kerk, Fredewalda uit Tolbert, Nierstichting, Aidsfonds, Natuurmonumenten, Leger des Heils, politieke partijen, Groninger Landschap en ga maar door. Als we de lijst volledig opnoemen dan hebben we zeker 25 Bijblijvers nodig en misschien nog meer. Voor de goede orde; U MOET ALLES WEL AAN KUNNEN TONEN DOOR MIDDEL VAN BANKAFSCHRIJVEN OF OVEREENKOMSTEN. U hoeft de bankafschrijven niet mee te nemen naar de invulsessies maar u moet ze wel kunnen tonen als de belastingdienst erom vraagt. Dit is zomaar een stukje informatie welke u volgend jaar kunt gebruiken bij de belastingaangifte.

ACTIE, ACTIE, ACTIE ... KOM IN BEWEGING ... IN BOERAKKER

Sieneke de Groot

Hoe goed beweging voor een mens is weten we allemaal maar de eerste stap moet soms nog worden genomen. Nu sport weer mag na corona moeten we echt gaan bewegen met mensen in gemengde groepen en van verschillende leeftijden.

Stuitbal

Hou je meer van sportieve spelletjes dan van buikspieroefeningen, kom dan stuitballen. Een gezellig teamspel, waar ook veel bewogen moet worden, dus ongemerkt werk je toch aan je conditie. De regels van het spel zijn gemakkelijk te leren.

Training, spieren en conditie

Binnen je eigen grenzen, in een groep en onder begeleiding van een leidster trainen. De groep van (nu) rond de tien deelnemers bestaat uit mannen en vrouwen uit Boerakker en omgeving. De oefeningen zijn afwisselend en voor verschillende spiergroepen.

Dus ben je op zoek naar een ontspannende inspanning? Kom dan kijken of gratis meedoen op een maandagavond in de sportzaal van Oomkegast, De Olde Ee 10 in Boerakker. Je bent van harte welkom en de eerste twee lessen zijn gratis. Voor meer informatie app, bel of mail met:

Sieneke de Groot 06-49796815 of sinedegroot@gmail.com

DEUR tot DEUR VERVOER

WIE ZIJN WIJ....

Wij zijn een vrijwilligersorganisatie opgericht op 12 april 1994. Met als doel de vervoersmogelijkheden voor ouderen in de voormalige gemeente Leek te bevorderen. Wij beschikken over 4 personenbussen geschikt voor rolstoelgebruikers.

mutatiedatum: 1 maart 2022



VOOR WIE.....

Ouderen woonachtig in de voormalige gemeente Leek (zie kaartje) kunnen gebruik maken van de mogelijkheden van het Ouderenvervoer

WAT ZIJN DE MOGELIJKHEDEN

Deur tot deur vervoer in de voormalige gemeente Leek en omgeving. (zie kaartje)
En vervoer naar behandelinstellingen buiten de cirkel (zie kaartje).

WANNEER RIJDEN WE.....

Wij rijden van maandag tot en met vrijdag van 10:00—17:00 uur. Wilt u buiten deze tijden en zijn er geen andere mogelijkheden? Neem dan op tijd contact met ons op.

ALGEMENE GEGEVENS ORGANISATIE

Ouderenvervoer Leek is ingeschreven bij de KvK.
Nummer: 41012930. Het correspondentieadres is:
Oldenoert 32, 9351 KP, Leek. 0594-512334
Website: www.ouderenvervoerleek.nl

WAT KOST HET.....

Binnen de cirkel vanaf uw opstapplaats brengen wij € 1,50 per zone van 5 km in rekening. Naar behandelinstellingen buiten de cirkel brengen wij een vast tarief in rekening



KOOP EEN STRIPPENKAART.....

Bij de chauffeur of bij de informatiebalie van dienstencentrum "de Schutse" kunt u een 10 strippenkaart kopen. Deze kost € 15,00. Iedere knip is één zone. Het overige vervoer is op nota.

EEN RIT PLANNEN....

U kunt uw rit plannen door contact op te nemen met de informatiebalie van dienstencentrum "de Schutse", Oldenoert 32 in Leek. ☎ **0594-512334**.
Openingstijden van "de Schutse", maandag t/m donderdag van 9:00—12:00 uur en van 13:00—16:30 uur en op vrijdag van 9:00—12:00 uur.



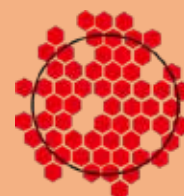
ROOKMELDER

Vanaf 1 juli 2022 zijn rookmelders in iedere woning verplicht. Bij brand vallen de meeste slachtoffers door het inademen van rook. Het invoeren van deze nieuwe regel heeft als doel het redden van levens.

Is uw woning er klaar voor? Zo nee, kom dan nu in actie!

Bel voor plaatsing en advies met 'De Hulpkring'. Of stuur een mailtje. Binnen vijf werkdagen klaren wij uw klus.

'De Hulpkring'
Oldenoert 32, 9351PX Leek
Telefoon: 06 30 85 85 25
Email: info@hulpkring.nl
Website: www.hulpkring.nl



SLIK NIET ZOMAAR JODIUMTABLETTEN!

Het in huis halen van jodiumtabletten vanwege de situatie in de Oekraïne wordt afgeraden. Dat heeft het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) aangegeven. Het advies van VWS is als volgt. Het op voorraad hebben van jodiumtabletten geldt alleen voor:

1. mensen tot en met 40 jaar die binnen de eerste ring (< 20 km) van een kerncentrale wonen;
2. kinderen tot 18 jaar die 20 tot 100 kilometer vaneen kerncentrale wonen;
3. zwangere vrouwen die maximaal 100 kilometer van een kerncentrale wonen.

Wanneer jodiumtabletten innemen

Jodiumtabletten werken alleen als u ze op het juiste moment slikt. De overheid laat weten wanneer u de jodiumtabletten moet innemen. Via een NL-Alert-melding op uw mobiele telefoon, op de website crisis.nl en op de calamiteitenzender van uw regionale radio- of televisieomroep. Jodiumtabletten innemen is alleen nodig als er radioactief jodium uit een kerncentrale vrijkomt. En u op een plek bent waar het radioactieve jodium naartoe komt. Radioactief jodium vertegenwoordigt echter maar een klein percentage van de elementen waaraan het menselijk lichaam zou worden blootgesteld in het geval van een nucleaire aanval. Neem de tabletten dus alleen in als de overheid dit bekend maakt.



Advertorial BENU APOTHEEK

Wie
behartigt
uw **belangen**
als u dit zelf
niet meer kunt?



KOOTSTRA

Levens- en nalatenschapsplanning

Euroweg 6 • 9351 EN Leek
0594 518830

k.roossien@kootstra.nl
info@kootstra.nl

VoorElkaar uitvaartvereniging



Uitvaartvereniging zonder winstoogmerk

Voor de inwoners van Den Horn, Enumatil, Lettelbert,
Midwolde, Oostwold e.o.

De uitvaart wordt verzorgd door een
uitvaartverzorger die plaatselijk bekend is en
ontlast de nabestaande tijdens de moeilijke
dagen na een overlijden

Vraag naar de mogelijkheden over eventueel
lidmaatschap

Bent u op leeftijd dan is het mogelijk om donateur te
worden van de uitvaartvereniging geeft ook een zekere
geruststelling voor u naasten dat een eventuele
uitvaart deskundig geregeld wordt

voor vragen mail naar :
leden@uitvaartverenigingvoorelkaar.nl
Of bel naar: Secr. Tel: 06-44374506
Website:
www.uitvaartverenigingvoorelkaar.nl


De Goede Boeken

Tweedehands Boeken

Zoek en vind een goed boek

de Goede Boeken,



Tolbert

Kijk op:

degoedeboeken.boekwinkeltjes.nl

of mail uw zoekvraag naar ekdegoede@home.nl

Telefoon: 0594 - 514771

Afhalen of bezorgen in overleg.



Dit keer zal mijn stukje gaan over hoe belangrijk de samenwerking is tussen de kwetsbare oudere, de mantelzorg en de verschillende zorginstanties. De huisartsenzorg heeft hierin een regiefunctie. Om deze regiefunctie goed te kunnen uitvoeren is het belangrijk om de kwetsbaarheid goed in te kaderen.

Binnen de huisartsenzorg is de PA / POH-o hierin de spin in het web. PA staat voor Physician Assistant en POH-o staat voor praktijkondersteuning huisartsenzorg – ouderen. Om een minder vitale oudere goed in kaart te brengen gebruiken we een scorelijst welke de GFI heet (GFI: GRONINGEN FRAILTY INDICATOR).

Aan de hand van deze score kunnen we samen met de minder vitale oudere zorg organiseren. Helaas werken we veelal reactief i.p.v. proactief. Dit betekent dat de vraag vanuit de minder vitale oudere en of zijn omgeving moet komen.

Binnen Nederland is het qua ouderenzorg goed geregeld alleen de bereikbaarheid en het goed inzichtelijk maken welke zorg er nu passend is voor de minder vitale oudere is een grote uitdaging. En met de toenemende verzilvering en de mantelzorger die steeds meer vergrijsst, hebben we een gezamenlijke uitdaging om deze verzilvering het hoofd te bieden.

Binnen Leek werken de POH-o en PA van alle huisartsenpraktijken nauw samen en is er een sociale kaart opgesteld en is er een netwerk (fysiotherapeuten, ergotherapeuten, logopedisten, WMO, de Schans, etc) opgezet om de zorg te kunnen blijven leveren en de minder vitale oudere passende zorg te leveren en de autonomie en dus, zo lang mogelijk thuis te kunnen wonen, te kunnen behouden.

Als u zelf wilt ontdekken of u een 'minder vitale oudere' bent, ga dan naar de site;

<https://www.pallialine.nl>

Hospice Vredeborgh Leek

Praatje

Elly van Pagee

'Ik heb zin in een praatje' zei mevrouw N. Het was een rustige avond. Mevrouw N. was nog niet zo lang bij ons. 'Dat kan', zei ik, 'wilt u er een ijsje bij?' Mevrouw N. at en dronk niet veel maar ijsjes lustte ze de hele dag wel. Ik schoof een stoel naast het bed. Ze likte aan haar ijsje, keek mij aan en zei: 'Ik weet niet hoe ik moet beginnen.'

'Nou, dan begin ik toch' zei ik en vroeg waar ze vandaan kwam en of ze daar haar hele leven had gewoond. Ze gaf antwoord en al pratend kwam de woordenstroom op gang, ze pakte mijn hand vast met haar beide handen.

'Ik was vorige maand nog met mijn dochter in Schotland, op vakantie. Ik voelde me al niet lekker maar ben toch gegaan en toen ik weer thuis was ging het mis.' Het was allemaal te snel gegaan: vakantie, ziek worden, dokter, slecht nieuwsgesprek en twee dagen later al in het Hospice. In nog geen maand tijd. Daarom moest ze het steeds weer opnieuw vertellen om de



werkelijkheid tot zich door te laten dringen. Ze sloeg geen detail over van die maand: Hoe ze dit dacht en dat zei en hoe haar kinderen hadden gereageerd en hoe ze zich daarbij gevoeld had.

Ze liet me een kaart zien die ze van een vriendin had gekregen...lieve woorden en we denken aan je. 'Daar moet ik zo van huilen' zei ze.

Na een half uur duwde ze mijn hand weg en zei: 'Nou mag je wel weer gaan.'



Mantelzorgondersteuning aanvullend op de reguliere thuiszorg

ZorgMies maakt het *leven* leuker

Meer informatie? Neem vrijblijvend contact op



Tineke Renkema en Tineke Rodenboog
06-46694413
wkn@zorgmies.nl
www.zorgmies.nl



Wet Langdurige Zorg (Advertorial)

Wanneer is zorg langdurig? Deze vraag is van belang als u wilt weten of u recht hebt op hulp en ondersteuning via de Wet Langdurige Zorg (WLZ).

Langdurige zorg is er voor mensen met ernstige en blijvende beperkingen, zowel aangeboren als verworven. Ook voor mensen die 24 uur per dag zorg nodig hebben, zoals kwetsbare ouderen of wanneer permanent toezicht gewenst is, zoals bij dementie.

Voorbeelden van langdurige zorg die geleverd kunnen worden zijn:

- verblijf in een zorginstelling of verpleeghuis
- persoonlijke verzorging
- dagbesteding
- hulpmiddelen
- logeeropvang
- huishoudelijke hulp
- persoonlijke begeleiding thuis



Langdurige zorg hoeft dus niet persé in een instelling aangeboden te worden.

Tegenwoordig wordt er veel meer ingezet op het zo lang mogelijk thuis blijven wonen, eventueel met inzet van intensieve (thuis)zorg.

Waar vraagt u langdurige zorg aan?

De eerste stap is een indicatie laten opstellen bij het CIZ (Centrum Indicatiestelling Zorg). Dit kunt u zelf of via uw huisarts doen. Ook een onafhankelijke cliëntondersteuner kan u hierbij helpen. Op www.ciz.nl vindt u alle informatie.

Mocht u in aanmerking komen dan kan het Zorgkantoor zorg voor u inkopen.

U kunt ook vragen om een PGB (persoonsgebonden budget) zodat u zelf kunt beslissen welke zorg, hulpmiddelen e.d. u inkoopt.

Voor o.a. persoonlijke begeleiding, hulp in huis, begeleid vervoer, dementiehulp, gezelschap en 24-uurs zorg inclusief slaap- en waakservice kunt u met een PGB terecht bij o.a. ZorgMies Westerkwartier-Noordenveld.

Deze informatie wordt u aangeboden door Tineke&Tineke van ZorgMies Westerkwartier-Noordenveld.

Het is al weer 75 jaar leden dat we bevrijd bennen van de Duutsers. Moar dat de oorlog nog laank zien sporen noa loaten ken beschrieff Hennie van der Laan in onderstoand verhoal.

Boadend ien t zwit wordt er wakker, hij zit re-
chtop ien berre.. zien vraauw die deur zien
gebelk wakker worden is, leit geruststellend
heur hand op die van hom.

Zien haart bonkt nog ien zien ribbekast, mor
langzaam komt bij hom het besef dat er gien
Duutsers meer bennen die hom ophoalen zal-
len en dat we allang bevrijd bennen...

Hij was pas 15 joar toen de Tweede Wereld-
oorlog uutbrak een gewone jongen van boe-
renofkomst die ien Tolbert geboren en ge-
togen was. Zien onbezorgde jeugd was al
veurbij want pabbe was slim ziek en hij had
zien boantje bij van Dam vleeswoarenindus-
trie ien Leek opgeven moeten. Hij was thus
neudeg. Pabbe overleed op 1 mei 1941 een
heule klap veur zien moeke
die met 4 kiender achterbleef
op e boerderij.

Mor ze konden heur redden
tot hij ien '42 een oproep
kreeg van het Arbeidsbureau
Grunnen om zich te melden
veur de "Arbeitseinsatz" ien
Duuts- laand. En as er goed-
keurd werd zol er verplicht aan
t waark moeten ien Hamburg...
Hij, nog mor zeuventien joar
en de jongste van t gezin die
nog nooit buten de drie Noor-
delijke Pervincies west was..

Hij wol niet hij verdomde het en dook onder.
Dat was overdag nog wel te doen want hij had
goed uitzicht op e weg, ze wonende per slot
van rekening op e ruimte.

Mor het kon ok gebeuren dat zien oom die
N.S.B-er was en even verderop woonde laang-
kwam. Dan stoof er de zolder op, mor de plan-
ken die kroakten nogal en dat zei die verrekte
kerel tegen zien moeke: "Doe hest wel heule
dikke moezen op zolder Sientje". Natuurlek
had hij wel deur wel der zolder zat.

Snachts sliep er zolang het weer het toeliet
ien hooibultjes op t laand. mor besloot loater
om een gat ien e grond te groaven waar hij
zich schuul holden kon. Het gat werd ofdicht
met holten schutten van n ledikaant waarover
hooi, gras en tabaksbloaderen leit werden. Bij
heul slecht weer kwam er wel woater ien te
stoan en op een nacht viel der zulfs een iegel-

zwien op zien
kop.. Mor dat
was nog niet
het slimste,
regelmoateg
wadden der
razzia's. Wat
een geluk dat
commies van

politie Pasveer uut Tolbert hom woarschouw-
de. Mor dan die keer dat dat niet gebeurde was
en Duutse soldaten op nog geen meter of-
stand bij hom laangsliepen.

Hij heurde de blaffende bevelen van die kerels
starvensbenauwd was er dat ze hom vienden
zollen. En dan die nacht dat er hals over kop
vot mos mor het zo misteg was dat er niet



meer wist woar der was en de
heule nacht op t laand dwoal-
de. Ok nou nog vuult er de
kolle en kille klammigheid van
zien kleren verkleumd tot op
het bot.

Tegen het enne van e oorlog
werden de sluzen van e Goarke-
uken deur n bombardement
beschoadegd en kwam het gat
onder t wotter te stoan. Vanof
die tied sliep er ien n schuurtje
van n boerderijtje ien e buurt.
De hond mos met zoveul rat-
ten zatten der.

Toen de oorlog veurbij was kreeg er last van
angsten en sliep hij het eerste joar niet ien n
gewoon berre ien huus mor op n woagen met
stro ien e schuur..

De angsten werden steeds groter, angst veur
mist, kleine ruimtes en hij was onrusteg,
drifteg en sums doagen van e koart. Het werd
zo slim dat ze hom van t waark, as vracht-
wagenchauffeur, noar huus brochten omdat er
zo overspannen was dat er onderwegens ien
mekoar zakte.

En nou was er ok nog liggoamlek ziek worden,
haart en longen en reuma en wat niet meer.
De oorlog was meschien over mor had zien tol
eist de oorlog die nog altied in hom zit.

Hij draait zich mor om en probeert weer ien
sloap te kommen.



Verhuisplannen?

Bel Bruining en De Reus makelaars voor een gratis waardebeoordeling!

Zo gaan we te werk bij de verkoop van uw woning

- we bepalen samen een reële vraagprijs
- professionele presentatie
- actief promotieplan
- bezoeken organiseren
- behalen maximale verkoopresultaat door de juiste verkoopmethode
- opstellen duidelijke koopakte
- kortom: we begeleiden u in het gehele traject, tot en met de overdracht bij de notaris



BRUINING EN DE REUS

MAKELAARS EN TAXATEURS O.G.

BOVENEIND 20, LEEK • E: LEEK@BRUININGDEREUS.NL • T: 0594-554355

WWW.BRUININGDEREUS.NL



funda

FIT DE ZOMER IN? KIES VOOR BALANSFITNESS

Nu drie maanden BalansFitness*

VAN € 123,-

VOOR € 99,-

Let op! Actie is maar geldig voor maximaal 12 mensen, dus wees er snel bij!

Wil jij meer informatie over BalansFitness? Kijk op onze website of neem contact met ons op.

*actie loopt t/m augustus 2022 en is voor 1x per week training. Eenmalige actie, niet mogelijk i.c.m. maand, half jaar of jaar contract. Actie geldt alleen voor nieuwe leden.

Het keukentafelgesprek en de Wmo



In Nederland moet iedereen zelfstandig kunnen blijven wonen en blijven deelnemen aan de samenleving. Ook ouderen, zieken en mensen met een beperking. Lukt hen dat niet, dan kunnen zij een beroep doen op de Wmo. Daarin staat dat de gemeente hoort te helpen als ze een aanvraag om hulp hebben ontvangen. Die aanvraag wordt beoordeeld aan de hand van een onderzoeksverslag. Dat is een verslag van een gesprek tussen een vertegenwoordiger van

de gemeente en de hulpvrager. Dit gesprek wordt het keukentafelgesprek genoemd en is in de eerste plaats een onderzoek of je het probleem niet zonder hulp van de gemeente kunt oplossen. Pas als blijkt dat dit niet het geval is wordt gekeken naar de Wmo.

Deze procedure legt te veel de nadruk op dat ene keukentafelgesprek waarin alles wat je zegt tegen je gebruikt kan worden en waarin je mogelijk onzeker bent omdat je de regels niet goed kent. Een dergelijk onderzoek is, in mijn ogen, onzorgvuldig. Al helemaal als het een complex probleem betreft en je te maken krijgt met een weinig invoelende onderzoeker die, gedwongen door bezuinigingen, vooral zoekt naar oplossingen buiten de Wmo. Een dergelijk onderzoek leidt dan ook te makkelijk tot onjuiste beslissingen.

Dit roept de vraag op of het niet verstandig is om de procedure te herzien en meer waarborgen in te bouwen om ervoor te zorgen dat het gaat om een reële beoordeling van de situatie van de hulpvrager. Ook zou nog een keer moeten worden nagedacht over die bezuinigingen, zijn die nu echt nodig. Tenslotte kan het in Nederland toch niet zo zijn dat we mensen die echt hulp nodig hebben in de kou laten staan.

Hebbes

Abel ten Have



Jenny zat met haar studievriend lekker op het terras van café Lange Jan. Ze hadden beiden een heerlijk broodje besteld. Joris een broodje brie en Jenny een broodje salami. Hij had echter even geen aandacht voor het broodje, maar keek in plaats daarvan Jenny aan. 'Ik ga je een dikke kus geven. Je hebt me zo goed geholpen met die statistische berekening.' Hij boog zich voorover en zoende Jenny drie keer vluchtig op de wang.

'Dat was geen dikke kus', kraste de kraai in de boom die naast het terras stond. Joris keek op en zag de kraai zitten. 'Rot op, bemoei je met je soortgenoten.'

De kraai gaf geen krimp. Daarvoor leek hem de salami te aantrekkelijk. 'Ik hoef je dat toch niet voor te doen', pestte hij terug.

Jenny zag hier een unieke kans liggen. 'De kraai heeft gelijk. Je deed het niet goed. Over-

doen zou ik zeggen.' Ze boog zich in de richting van Joris.

Hij aarzelde licht. 'Vooruit, jij je zin.' Hij boog zich in haar richting.

De kraai dook op de salami. 'Hebbes', riep hij intussen, zich niet bewust van de dubbele betekenis ervan.





'DE HULPKRING'

vrijwilligershulp voor jong en oud

Vervoer - klusjes - bezoekmaatjes - en nog meer.
Kijk op onze website www.hulpkring.nl

Bellen kan iedere werkdag tussen 9.00 en 10.30 uur

06-30 85 85 25

Mailen kan ook, 24 uur per dag naar info@hulpkring.nl



Elke **3^e woensdagmiddag** in de maand van 13.30 tot 16.00 uur zitten de vrijwilligers van het Repaircafé-Leek in **De Schutse**, Oldenoert 32 voor u klaar. Gooi spullen, die stuk zijn, niet direct weg. Kom er eerst mee naar het Repaircafé en kijk of ze te repareren zijn. Voordelig voor uw portemonnee en **goed voor het milieu**.



BEGELEIDERS GEZOCHT

Thuiswonenden, die afhankelijk zijn van zorg, gaan vaak één of meerdere dagen per week naar de Dagopvang in de 'van Panhuys'. Aan het begin van de morgen en aan het eind van de middag worden ze gereden met busjes. Behalve de chauffeur gaat er met het busje een begeleid(st)er mee. Nu de dagopvang weer volledig draait zijn er dringend meer begeleiders nodig. **Stuur een mailtje naar 'De Hulpkring' of bel naar bovenstaand telefoonnummer voor informatie en/of aanmelding.**



EROPUIT MET DE ZONNEBLOEM



Er kan zoveel meer voor mensen met een lichamelijke beperking.

Wanneer iemand een lichamelijke beperking heeft, ziet de wereld er vaak anders uit.

De deur uit gaan is minder vanzelfsprekend. Terwijl iedereen, jong en oud vanaf 18 jaar, wil genieten van bijvoorbeeld een dagje uit, even de stad in, naar de bioscoop of gezellig thuis met een vrijwilliger een kopje koffie drinken. De Zonnebloemafdeling Leek en omstreken kan dan uitkomst bieden. Een groep van enthousiaste vrijwilligers organiseert bezoek aan huis, een dagje uit en aangepaste vakanties voor mensen met een lichamelijke beperking. Mensen met een lichamelijke beperking zijn van harte welkom.

Aanmelden

Mensen die interesse hebben om kennis te maken met de Zonnebloem in hun buurt, kunnen contact opnemen met een vrijwilliger van de Zonnebloem. Dat kan via de telefoonnummers: **0594-853455** of **06-46843500**



Voor ieder wat wils

De Zonnebloemvrijwilligers van Leek en omstreken komen eerst langs voor een kennismakingsgesprek en beoordelen dan of u in aanmerking komt voor de Zonnebloem. De wensen en behoeften komen in dat gesprek aanbod. De één wil gebruik maken van het regelmatig huisbezoek en de ander gaat ook graag mee met een activiteit of dagje uit. Regelmatig worden er activiteiten georganiseerd, zoals boottochtjes, excursies of een gezellige middag.

Er kan zoveel meer dan je denkt.

ZORG DAT U VEILIG OP PAD GAAT!

Gratis Doortrappen Fietsclinic voor 60-plussers in Leek



(Mede) door te fietsen blijft u langer gezond, sociaal en zelfredzaam.

Fietsen heeft dus veel voordelen, maar een ongeluk zit in een klein hoekje. Gelukkig kunt u met wat simpele maatregelen en oplossingen, vaak nog jaren lang veilig én met plezier doortrappen!

Het programma Doortrappen helpt hierbij en heeft de ambitie om ouderen zo lang mogelijk veilig te laten fietsen. Daarom organiseren wij ook dit jaar een gratis Doortrappen Fietsclinic voor 60-plussers over fit en veilig blijven fietsen. De clinic bevat praktische tips en oefeningen. Bent u er ook bij?

WOENSDAG 1 JUNI

13:30 – 16:00 uur (inloop vanaf 13:15)

SPORTCENTRUM LEEK, De Schelp 35, 9351 NV LEEK. Kijk voor meer informatie, het programma én om u aan te melden op de website www.sociaalwerkdeschans.nl/nieuws

Wijzigen Schutse pagina, bewegingsactiviteiten, activiteiten agenda van de volgende BijBlijver: vóór 5 juli 2022

Schutse pagina's: m.huberts@beheerwelzijn.nl of bij de receptie van de Schutse.

Bewegingspagina en activiteitenagenda: redactiedebijblijver@gmail.com.

(Eventueel) plaatsen van informatieve artikelen: redactiedebijblijver@gmail.com

Denk er om: niet op tijd gemeld, de volgende keer fout vermeld!

"Door mijn rollator heb ik mijn bewegingsvrijheid terug!"



Voor het lenen, huren en kopen van hulpmiddelen

Het Vegro-team van zorgwinkel Leek staat voor jou klaar.

Vegro is jouw zorgwinkel voor het lenen, huren en kopen van hulpmiddelen. Bij ons kan je terecht voor advies, service en onderhoud. Vegro werkt samen met alle zorgverzekeraars in Nederland waardoor jij veel hulpmiddelen gratis kan lenen.

Waar kun je ons vinden?

Vegro zorgwinkel Leek
Samuel Leviestraat 14
(passage tussen de Lidl en de Man Mode)

Telefoon: 0900 - 288 77 66

Openingstijden

Maandag t/m vrijdag: **09.00 – 17.30**
Zaterdag: **10.00 – 16.00**

Samen zorgen we ervoor

- ZA 25 JUNI - MEMORY -WALK-

5
KM

10
KM

17,5
KM

**STAPPEN ZETTEN
TEGEN DEMENTIE**

**CAZEMIERBOERDERIJ
HOOFDSTRAAT 27, TOLBERT**

INSCHRIJVEN: 9:30, START: 10:00

WWW.MEMORYWALKLEEK.NL

- ZA 25 JUNI - GROTE 2E HANDS BOEKEN MARKT (INCL. CD'S + LP'S + PUZZELS)

VOOR 1 EURO PER STUK

CAZEMIERBOERDERIJ
10:00 - 15:30 HOOFDSTRAAT 27, TOLBERT

**GEHELE OPBRENGST VOOR
DEMENTIEVRIENDELIJK WESTERKWARTIER
& ALZHEIMERCAFE**

WWW.DEMENTIEVRIENDELIJKWESTERKWARTIER.NL

DE BOEIENDE WERELD VAN HET AFVAL

Ik ben op bezoek geweest bij het afvalinzamelings- en verwerkingsbedrijf Hoeksema's Regionale Milieudiensten (HRM) aan de Tweemat in Grootegast.

U kent ze wel, die stoere inzamelaars van HRM. Ze rijden met een grote wagen langs uw huis en zamelen allerlei afvalstromen in: plastic, papier, textiel, glas, blik, schillen, frituurvet en kleine huishoudelijke apparaten. En dat doen ze in en voor de gemeente Westerkwartier. Waar ze voorheen bij de voormalige gemeentegrenzen moesten stoppen, kan het bedrijf nu efficiënter werken.

Waar lang niet iedereen zich van bewust is, is het unieke concept van inzameling in de gemeente Westerkwartier. Hier wordt scheiden aan de bron daadwerkelijk in de praktijk gebracht. Het levert hele schone afvalstromen op die HRM weer vlot kan afvoeren naar producerende bedrijven in Noord-Nederland. Zo gaat bijvoorbeeld het ingezamelde papier naar Hoogkerk, waar er weer nieuwe verpakkingen van worden gemaakt.

In veel andere gemeenten wordt het afval slechts verdeeld in drie soorten: één container voor papier en karton, GFT in de groene container en al het overige afval in de grijze container. Daarnaast plaatsen veel van deze gemeenten containers in de buurt van de supermarkt voor glas, textiel, blik en frituurvet. Doordat in die gemeenten wordt gewerkt met speciale, geautomatiseerde inzamelauto's wordt veel mankracht uitgespaard. Die mankracht is dan weer nodig om de vele verschillende soorten afval uit de grijze container te scheiden voordat ze dat kunnen doorschuiven naar producerende bedrijven. De gemeente Westerkwartier kent ook de grijze container, maar verwacht van de inwoners dat ze daar slechts afval in doen dat ze bij HRM niet kunnen aanbieden.

HRM biedt bij het inzamelen veel kansen aan mensen die een afstand tot de arbeidsmarkt hebben en aan starters op de arbeidsmarkt. Dit vergt een actief personeelsbeleid, waarbij informatie snel overgedragen moet worden van ervaren naar onervaren krachten. En dat is ook nodig, want de inzamelaars van HRM moeten regelmatig afval laten staan dat niet aangeboden mag worden. In dat geval verwijzen de inzamelaars de aanbieder naar de gemeente Westerkwartier: zij schrijven voor wat er wel en niet ingezameld mag worden.

Het is spannend om te zien welke inzamelmethode uiteindelijk de beste keuze blijkt. Aan de ene kant scheiden aan de bron bij de



inwoners op de stoep. En aan de andere kant scheiden na inzameling van de grijze container in combinatie met - op enige afstand - glasbakken, textielbakken, blikbakken en bakken voor frituurvet.

Wat wel duidelijk is dat er heel wat te melden is over de diverse afvalstromen. Wist u bijvoorbeeld dat u een kapotte gloeilamp niet bij het glas mag leggen, maar moet inleveren bij de supermarkt? Dat purschuim chemisch afval is en dat u landbouwplastic moet beschouwen als bedrijfsafval? Dit laatste mag niet mee, aangezien de huis aan huis inzameling voor particulier afval is.

Veel inwoners denken dat het bedrijf HRM en de Milieustraat Tweemat één en hetzelfde bedrijf zijn. Dat komt ook doordat beide zijn gevestigd aan de Tweemat, maar het is niet zo. De Milieustraat is eigendom van de gemeente Westerkwartier en bedoeld voor de particulier (milieupas aanvragen bij de gemeente!). Het bedrijf HRM is gericht op bedrijven. Wel is er een samenwerking met HRM, dat zorgt voor de arbeidskrachten en de afvoer van het gebrachte afval.



Zie voor wekelijkse en regelmatig terugkerende Schutse activiteiten pagina 16

Wijzingen, afgelastingen en/of fouten vallen buiten de verantwoordelijkheid van de redactie

mei	deel	datum	activiteit	tijd	pag.
dinsdag	ochtend	3-mei	Seniorweb: inloopochtend	10:00 - 12:00	16
donderdag	middag	5-mei	Knutsel Frutsel	14:00 - 16:00	16
vrijdag	ochtend	6-mei	Seniorweb: presentatie	09:30 - 12:00	16
vrijdag	middag	6-mei	Seniorweb: open inloopmiddag	13:30 - 16:00	16
dinsdag	ochtend	10-mei	Seniorweb: inloopochtend	10:00 - 12:00	16
dinsdag	avond	10-mei	Alzheimer: Zuidhorn, Sociaal CC	19:30	
dinsdag	ochtend	17-mei	Seniorweb: inloopochtend	10:00 - 12:00	16
dinsdag	avond	17-mei	Alzheimer: Marum, Marheem	19:30	
woensdag	middag	18-mei	Repaircafé	13:30 - 16:00	16
donderdag	middag	19-mei	Knutsel Frutsel	14:00 - 16:00	16
dinsdag	ochtend	24-mei	Seniorweb: inloopochtend	10:00 - 12:00	16
woensdag	middag	25-mei	Oogcafe	13:30 - 16:30	16
donderdag	middag	26-mei	Bingo	14:00 - 17:00	16
donderdag	avond	26-mei	Klaverjassen	19:00 - 23:00	16
dinsdag	ochtend	31-mei	Seniorweb: inloopochtend	10:00 - 12:00	16
juni					
donderdag	middag	19-mei	Knutsel Frutsel	14:00 - 16:00	16
dinsdag	ochtend	7-jun	Seniorweb: inloopochtend	10:00 - 12:00	16
dinsdag	avond	7-jun	Alzheimer-cafe, Leek, Schutse	19:30	
dinsdag	ochtend	14-jun	Seniorweb: inloopochtend	10:00 - 12:00	16
woensdag	middag	15-jun	Repaircafé	13:30 - 16:00	16
donderdag	middag	16-jun	Rummikub	13:30	
donderdag	middag	16-jun	Knutsel Frutsel	14:00 - 16:00	16
dinsdag	ochtend	21-jun	Seniorweb: inloopochtend	10:00 - 12:00	16
woensdag	middag	22-jun	Oogcafe	13:30 - 16:30	16
donderdag	middag	23-jun	Bingo	14:00 - 17:00	16
donderdag	avond	23-jun	Klaverjassen	19:00 - 23:00	16
zaterdag		25-jun	MemoryWalk en Boekenmarkt Cazemierboerderij	10:00 - 15:30	36
dinsdag	ochtend	28-jun	Seniorweb: inloopochtend	10:00 - 12:00	16
donderdag	middag	30-jun	Knutsel Frutsel	14:00 - 16:00	16
juli					
vrijdag	morgen	1-jul	Seniorweb, presentatie	09:30 - 12:00	16
vrijdag	middag	1-jul	Seniorweb, open inloop	13:30 - 16:00	16
donderdag	middag	7-jul	Rummikub	13:30	
donderdag	middag	14-jul	Knutsel Frutsel	14:00 - 16:00	16
woensdag	middag	20-jul	Repaircafé	13:30 - 16:00	16
woensdag	middag	27-jul	Oogcafe	13:30 - 16:30	16
donderdag	middag	28-jul	Bingo	14:00 - 17:00	16
donderdag	middag	28-jul	Knutsel Frutsel	14:00 - 16:00	16
donderdag	middag	28-jul	Rummikub	13:30	
donderdag	avond	28-jul	Klaverjassen	19:00 - 23:00	16
augustus					
woensdag	morgen		rollatorspreekuur	09:30 - 11:00	16
donderdag	middag	11-aug	Knutsel Frutsel	14:00 - 16:00	16
woensdag	middag	17-aug	Repaircafé	13:30 - 16:00	
donderdag	middag	18-aug	Rummikub	13:30	16
woensdag	middag	24-aug	Oogcafe	13:30 - 16:30	16
donderdag	middag	25-aug	Bingo	14:00 - 17:00	16
donderdag	middag	30-jun	Knutsel Frutsel	14:00 - 16:00	16
donderdag	avond	25-aug	Klaverjassen	19:00 - 23:00	



seniorenwegwijzer

Enumatil, Leek, Lettelbert, Oostwold, Tolbert, Zevenhuizen

Onafhankelijke cliënt-
ondersteuning op het
terrein van wonen, zorg
en financiën



• Een seniorenwoning



- Een ontmoetingsactiviteit
- Meer bewegen voor senioren
- Vervoer van Stichting Ouderenvervoer Leek
- Computercursus van SeniorWeb Westerkwartier
- Informatie Alzheimercafé Westerkwartier
- Informatie over huurruimte in "De Schutse"

- Vrienschappelijk huisbezoek
- Ziekenbezoek
- Hulp bij een klusje in en om het huis
- Repaircafé & rollatorspreekuur
- Vervoer en/ of begeleiding
- Boodschappen halen
- Informatie over vrijwillige thuishulp

- Informatie over dementie (Dementheek)
- Bezoekdienst dementie
- Informatie Open Inloop "Het Borghuys"
- Ondersteuning bij ziekte van Parkinson
- Informatie bewegingstuin

- Personenalarmering

- Hulp bij het huishouden
- Een rolstoel
- Collectief vervoer
- Scootmobiel of aanpassing aan auto
- Hulpmiddelen of aanpassing aan woning
- Dagopvang of begeleiding thuis
- Informatie over Smaak
- Informatie over persoonlijke zorg thuis
- Onafhankelijke cliëntenondersteuning

• Opname in zorginstelling

SOCIAAL WERK DE SCHANS

Lindensteinlaan 44, 9351 KG Leek

☎ 0594 - 745620

✉ info@sociaalwerkdeschans.nl

WOLD EN WAARD

Maandag t/m donderdag van 8.00 tot 15.00 uur

Vrijdag van 8.00 tot 12.00 uur

Lindensteinlaan 75, 9351 KC Leek

☎ 0594 - 745620

✉ info@sociaalwerkdeschans.nl

INFORMATIELOKET "DE SCHUTSE"

Maandag t/m donderdag van 9.00 tot 12.00 uur
en van 13.30 tot 16.30 uur

Vrijdag van 9.00 tot 12.00 uur

Oldenoert 32, 9351 KP Leek

☎ 0594 - 512334 info@sociaalwerkdeschans.nl

VRIJWILLIGERSHULP "DE HULPKRING"

Voor jong & oud

Maandag t/m vrijdag van 9.00 - 12.00 uur

Oldenoert 32, 9351 KP Leek

☎ 06 - 30858525

🌐 www.hulpkring.nl

ZORGCENTRUM VREDEWOLD

Pulvertorenstraat 1, 9351 BP Leek

☎ 0594 - 552626

🌐 www.vredewold.nl

ZORGCENTRALE NOORD

☎ 088 - 9800955

TEAM MENS & GEZIN WESTERKWARTIER

Maandag t/m vrijdag van 8.00 tot 12.00 uur

☎ 140594 uitleg

☎ 06 - 55118805

✉ wmo@westerkwartier.nl

CIZ (CENTRUM INDICATIESTELLING ZORG)

☎ 088 - 7891000

✉ info@sociaalwerkdeschans.nl

🌐 www.ciz.nl

Ook via team Mens & gezin gemeente
Westerkwartier of Sociaal Werk "De Schans"



Wold & Waard verhuurt sociale huurwoningen in het Westerkwartier



Kleiner wonen of naar een seniorenwoning?

Het is verstandig om u op tijd in te schrijven, want wij hebben niet direct een woning beschikbaar als u daar om vraagt. U kunt zich **gratis inschrijven** via onze website.



Een actueel aanbod van vrijgekomen woningen vindt u op onze website.

Met ingang van 2020 moeten woningzoekenden zelf reageren op ons woningaanbod. Meer informatie staat op www.woldwaard.nl.
U kunt ons natuurlijk ook bellen of mailen.



**wold &
waard**

Woningcorporatie Wold & Waard
Lindensteenlaan 75 | 9351 KC Leek
0594 - 51 21 61 | www.woldwaard.nl

