

De BijBlijver

22e jaargang nr 2
mei - juni - juli - augustus
lente - zomer 2024



Wegwijzer voor 55plussers
in de voormalige gemeente Leek en hun mantelzorgers!

De BijBlijver:

Het blad dat senioren
op de hoogte houdt

Eindredactie:

Joop de Goede
redactiedebijblijver@gmail.com

Redactie:

Fiena Bolt
Abel ten Have
Gerard Kosse
Hans Greuter
Jan Willem Slotema
Wim Venema

Corrector:

Ettie de Goede

Vormgeving/ Layout:

Grace Persijn
vormgevingdebijblijver
@gmail.com

Advertenties:

Opgave via
redactiedebijblijver@
gmail.com

Uitgever:

De Hulpkring Leek
Oplage 3.150 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

Gastschrijvers:

Minke Huberts Schutsebeh.
Kees Lakerveld
Elize
Jaqueline Kuipers
Meindert Bouma
Hennie v.d. Laan
Marleen Berg
Hielke Hut
Krabbel
Ettie de Goede
Erika Wassink
Jos Tomassen

Met dank aan onze sponsors

Uitvaartzorg *Westerkwartier*

Bent u al lid?

- Voor begrafenis 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

Deadlines De BijBlijver 2024-II

- Advertenties en gastschrijvers: 21 juni 2024
- Oplossing puzzel: 21 juni 2024
- Wijzigingen redactie artikelen, wijzigingen Schutse clubs: 5 juli 2024

Als u wat wilt vertellen of schrijven, neem dan ook gerust contact met ons op: redactiedebijblijver@gmail.com
Uitgave: 1ste week van september 2024

Donaties: NL02 RABO 0357 3095 10
t.n.v. Stichting Alg. Vrijw. De Hulpkring
of in een enveloppe inleveren bij de balie van de Schutse.

INHOUD

Lente - zomer 2024
22e jaargang nr. 2
mei - juni - juli - augustus

- | | |
|---|--|
| 5 Voorwoord hoofdredacteur - Schutsebeheer | 24 Grunnegse Rieders uit Leek vervolg renoveren hospice in Pidline Oekraïne |
| 7 Een vaandel op de onderzoekstafel | 27 Ien't Westerketiers Strukelstenen |
| 9 Waanzin - SH slechthorend | 29 Interview Nienoord |
| 11 Toegankelijk Westerkwartier | 31 vervolg Nienoord - De huisarts als bemiddelaar |
| 13 Archeologisch museum Geert Venema | 33 Bie Pad |
| 15 Prijspuzzel - Recept | 34 Belastingsservice - Altijd iemand in de buurt |
| 16 Schutseactiviteiten | 35 Uitgelicht...AI |
| 17 Visclub HC De Schutse - Wegwijzer DVM | 36 Laat geen geld liggen |
| 18 Vervolg Dementie Vriendelijk Westerkwartier | 37 Activiteitenkalender |
| 19 Dagbesteding - Buurtcoach SW De Schans | 38 Vakantiepark Meerzicht: De kracht van eenheid |
| 20 Bewegingsactiviteiten | 39 Seniorenwijzer |
| 21 Bewegingsact. - Samen op de fiets | |
| 22 De Hulpkring Vervoer en Begeleiding | |



Lente

De tijd van de eerste zonnestralen, langere dagen, lammetjes in de wei, fluitende vogeltjes en lentebloeiers. Maar dat is niet alles, het is namelijk ook weer de tijd om de fiets tevoorschijn te halen! Fietsen is niet alleen goed voor je gezondheid, het is ook een geweldige manier om te genieten van de natuur en de buitenlucht in de lente. Of je nu een doorgewinterde fietser bent of net begint, het is belangrijk om je goed voor te bereiden op je fietstocht.

Haal je fiets uit de schuur en geef je fiets een goede check

Voordat je op pad gaat, is het belangrijk om je fiets goed te controleren. Controleer of de banden voldoende lucht bevatten en of de remmen goed werken. Controleer ook of de ketting schoon en gesmeerd is en of alle bouten en moeren goed vastzitten. Als je fiets al een tijdje niet gebruikt is, is het ook verstandig om de fiets een grote schoonmaakbeurt te geven. Maak de ketting en tandwielen schoon en smeer de ketting opnieuw in met fietsolie. Dit voorkomt dat de ketting gaat roesten en zorgt ervoor dat je soepeler kunt fietsen.



Bosweg 10-13 | 9351 AB Leek | +31 594 519370 | info@biketotaalwagenaar.nl | www.biketotaalwagenaar.nl

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 winstoogmerk
 - 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

COMPUTERHULP KINGMA



Altijd persoonlijk thuis of kantoor

Computerhulp is altijd gericht op uw wensen en uw situatie.

Eenvoudige oplossingen

Zodat u er gemakkelijk mee kan werken.

Voor computers, laptops en tablets en telefoons

Reparaties en oplossen storingen thuis of kantoor.

Advies en verkoop

U krijgt gegarandeerd een apparaat dat bij u past.

www.computerhulpkingma.nl

info@computerhulpkingma.nl

Leek • 06-20746459 • 0594-853113

ADVIES, BEGELEIDING EN REPARATIES AAN HUIS



Ik schrijf 2 maart, een redelijk droge dag na veel regen. Fijn, want het geeft aan dat we wat mij betreft weer de goede, droge en warme kant op gaan. Over 2 maanden moet deze nieuwe BijBlijver bij de lezers bezorgd zijn, over anderhalve maand moet het drukwerk uit Dresden (ja, daar wordt het blad gedrukt) weer bij de Schutse zijn aangeland en daarom over een maand al moeten wij de kopij aanleveren bij die drukker. Een paar weetjes.

Een ander weetje: wij hebben ongeveer 55 bezorgers. Dus 55 vrijwilligers gaan 3x per jaar door weer en wind of in de hete zon voor de lezers op pad! Dit jaar starten we met 3 minder: de heren Boonstra en Graansma zijn helaas overleden en Klaas Schilder draagt zijn wijk na vele jaren over aan een ander. We zijn deze drie heren dankbaar voor het werk dat zij gedaan hebben. Zonder bezorgers kunnen wij ook niets beginnen. We hebben nog wel een paar reservebezorgers, maar kunnen er nog wel 2 of 3 bij gebruiken. **Iets voor u/jou misschien?**

In de flyer kunt u lezen dat we te weinig middelen hebben om tegenvallers op te vangen!

Ik wil jullie speciale aandacht vestigen op mantelzorgers: als je mensen om je heen hebt die je helpen, laat ze dan ook de BijBlijver lezen, vooral ook de BijBlijver open laten liggen bij de pagina's met organisaties en telefoonnummers voor noodgevallen.

Onze nieuwe redacteurs hebben hun eerste pennenvruchten vorige keer met jullie gedeeld. Wim Venema loopt het Pad langs op zoek naar verhalen die hij daar op kan doen en Jan Willem P. Slotema probeert zich meer te richten op gebeurtenissen, mensen en verhalen uit de voormalige gemeente Leek. Dit keer ook speciale aandacht gevraagd voor onze amateurarcheoloog Geert Venema: hij kan prachtig vertellen en heeft een museum-pje aan huis!



DE SCHUTSE BEHEERDER MINKE HUBERTS

We zijn volop bezig dit jaar en inmiddels is het al weer lente....de tijd vliegt en De Schutse ontwikkelt mee. Nog even iets uit het oude jaar:

op 7 december was er de Vrijwilligersdag en omdat De Schutse haar vrijwilligers een warm hart toedraagt had de gemeente en wethouder Nederveen besloten ons te bezoeken. Er was een warm welkom voor iedereen en onder het genot van koffie en lekkers werd er gezellig met elkaar gesproken.

Naast alle reeds gevestigde clubs en organisaties, u wel bekend, is er ook een nieuwe vaste groep begonnen, nu eens voor jonge kinderen. Petje Af heet deze groep en het doel is om minder kansrijke kinderen een steuntje in de rug te geven d.m.v. leuke trainingen. Daarnaast nemen drie enthousiaste dames het voortouw en gaan de Bingo voortzetten nadat Fokje en Klaas Heuker, na vele jaren met grote inzet, hiermee zijn gestopt. Tevens is er in De Schutse, kleine zaal, elke drie weken op vrijdagmiddag een keuringsarts M. ter Steeg aanwezig. Onze zalen en ruimtes worden optimaal gebruikt en naast alle sportieve en sociale gebeurtenissen worden veel ruimtes gehuurd door organisaties van buiten. Zij geven bij ons cursussen, weerbaarheidstrainingen of vergaderen. Heeft u die prachtige kunst al gezien? Zo niet, komt u snel eens kijken. Het is gemaakt door Gerda Viszer Art en beslist de moeite waard.



Minke Beheerder Schutse
Tel 06 55376570 (bereikbaar ma t/m do van 8-13 uur)
Mail: m.huberts@beheerwelzijn.nl



Deur-tot-deur vervoersmogelijkheden



	De Hulpkring	Ouderenvervoer	WMO vervoer	Valys	Zittend ziekenvervoer
Doelgroep	Voor alle inwoners woonachtig in het gebied Leek	Ouderen en minder-validen woonachtig in het gebied Leek	Geïndiceerd vervoer voor alle inwoners met mobiliteitsbeperking	Voor alle inwoners die in het bezit zijn van een vervoersvoorziening van de gemeente Westerkwartier	Personen die nierdialyse, chemo en/of radiotherapie ondergaan, visueel gehandicapt zijn of permanent gebruik maken van een rolstoel
Aanvragen	06-30858525 Maandag t/m vrijdag van 9.00-10.30 uur	0594-512334 Maandag t/m donderdag 9.00-12.00 uur en van 13.30-16.30 uur. Vrijdag van 9.00-12.00 uur	Indicatie en pasje aanvragen via de gemeente Westerkwartier. Tel. 140594	Aanvraagformulier op www.valys.nl 0900-9630	Eigen zorgverzekeraar
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. Bij meer dan 200 km moet zorgverzekeraar toestemming geven
Kosten	Vaste tarieven gebaseerd op € 0,30 per km + eventuele parkeerkosten	Per 5 km € 2,00 enkel tarief. Voor vervoer naar ziekenhuizen geldt ander tarief. 10-strippenkaart (€ 20,00) is verkrijgbaar in de Schutse en bij de chauffeur.	Instaptarief € 0,90 en € 0,17 per km. Medereizigerstarief € 0,44 per km www.taxinuis.nl	€ 0,20 per km voor een standaard kilometerbudget van 700 km. Als dit budget op is €1,30 per km	€ 111,00 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

Taxi nodig? BOBLEek 06-31516500



Even een gezellig avondje uit?
 Of u moet hals over kop naar het ziekenhuis?
 Bel BOBLEek en onze taxi staat voor u klaar.
 Wij zijn een gewoon commercieel taxi bedrijf,
 dus onze tarieven moeten wel hoger liggen dan
 de bovenstaande vervoersmogelijkheden.
 Toch vergoedt de verzekeraar in een aantal gevallen
 het vervoer per taxi. ([zie https://www.bobleek.nl/zorgvervoer/](https://www.bobleek.nl/zorgvervoer/))



Ik ben lid geweest van de rederijkerskamer Oldambt te Noordbroek, dat bestaan heeft van 1866 tot 1993. Bij het 40-jarig bestaan heeft de kamer een vaandel laten maken, dat bij elke uitvoering werd getoond. Na de opheffing ben ik bezig gegaan met het archief. Daarbij stuitte ik tot mijn vreugde op het oude vaandel uit 1906.

Het oude vaandel bleek in een redelijk goede conditie. Er liet een letter en een cijfer los, er had zich een mot gevestigd op het fluweel en het achterdoek was gescheurd. Om die gebreken te herstellen ging ik op zoek naar een textielrestaurateur. Die vond ik in de persoon van Anne Marieke Millenaar, Dorpsstraat 5 te Saaxumhuizen.

Anne Marieke heeft een 4-jarige opleiding textielrestauratie gevolgd in Amsterdam. Deze opleiding omvatte ook kennis over leer, hout, papier en boekdrukken. In 1984 is ze afgestudeerd. Vanaf die tijd heeft ze als freelancer in Haarlem gewerkt, eerst in een groep, later als eenling. Ze heeft veel bijzondere restauratieklussen gedaan, zoals het repareren van een zadel van wasdoek van een vélodipède en het vel herstellen van een bruine beer uit Het Loo. Een object waar de prinsjes nog op hebben gespeeld. Maar ook maakte ze hoeden, toneelkleding en poppen voor een kindertheater. Ruim 10 jaar geleden heeft ze de Randstad verruild voor het rustige Groningerland. Zo werd ze de enige professionele textielrestaurateur in het Noorden, waar ze werkt voor musea en particulieren. Daarnaast maakt ze nog steeds objecten van textiel, waarmee ze regelmatig exposeert.

Terug naar het vaandel van de rederijkerskamer Oldambt. Er is verschil tussen conserveren en restaureren. Bij het conserveren van een object is het doel dat de huidige toestand niet achteruit gaat en bij restauratie is het oorspronkelijke uiterlijk van het object het belangrijkste uitgangspunt. Bij het vaandel is gekozen voor conserveren.

Op het vaandel zijn de losgeraakte letter en het losse cijfer weer vastgezet. Ze zitten allebei op een stuk karton. Dat karton is bij de restauratie met een kromme naald eromheen vastgezet. Een soort krammetjes zeg maar. Het achterdoek, waarvan een deel slecht was, is gedeeltelijk verwijderd (zodat later bekend is wat het originele doek was). Over het gehele achterdoek kwam een nieuw, passend doek. De mot is uit het fluweel verwijderd en het vaandel is onderzocht op achtergelaten eitjes. Die waren er gelukkig niet. De stof bleek ter

plekke nauwelijks aangetast.

Daarnaast haalde de restaurateur de kwasten die het vaandel sieren uit de knoop. Zulke kwasten vallen onder het begrip bouillon-franje. Het zijn houten vormpjes, waarom heen metaaldraad met een kern van katoen is gevlochten. Ook de ophanging is gemaakt van gevlochten metaal met een kern van katoen. Het middenveld heeft een beschilderde afbeelding op machinaal geweven stof met gouddraad. De letters Oldambt zijn aangebracht op de stof. Dat geheel is weer vastgemaakt op een stuk karton. Hier en daar is het stuk karton weer vastgezet. De afbeelding betreft de afgebroken Viertorenkerk van Midwolda, dat destijds gold als symbool voor het Oldambt als regio.

Zoals u ziet zijn er medailles, gewonnen op concoursen (wedstrijden) van de rederijkersbond Oldambt en Westerwolde, op het vaandel genaaid. Die beschadigen het vaandel niet, maar vertellen wel over de geschiedenis van de rederijkerskamer Oldambt. Vandaar dat is besloten ze daar te laten.

Nu de conservering van het vaandel gereed is, krijgt het een definitieve plek in het Veenkoloniaal Museum te Veendam. Zo'n mooi vaandel verdient het!



*Vaandel Oldambt
voorzijde geconserveerd*



*Vaandel Oldambt
achterzijde geconserveerd*

MEUBELHUIS ROJA



Openingstijden: dinsdag t/m vrijdag van 10.00-16.00 uur. (ook op afspraak mogelijk) 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

Vrijstellingen schenkbelasting 2024

Het jaar 2024 is ondertussen al weer even onderweg en zoals elk kalenderjaar geldt ook dit jaar weer, dat de vrijstellingen voor erf- en schenkbelastingen zijn aangepast door de belastingdienst.

Jaarlijkse vrijstelling

Hoeveel mag u uw kind belastingvrij schenken? In het kalenderjaar 2024 is dat in elk geval € 6.633.

Goed om te weten: Ouders worden door de belastingdienst tezamen als één schenker gezien. Heeft uw kind een partner en geeft u ze los van elkaar een bedrag, dan telt dit ook als één schenking. Uw kind betaalt schenkbelasting als alles bij elkaar opgeteld hoger is dan de vrijstelling.

Eenmalige vrijstelling

U mag uw kind overigens één

keer een hoger belastingvrij bedrag schenken. Hoeveel meer? Dat hangt af van wat uw kind met het geld gaat doen. Iemand mag maar één keer in diens leven gebruik maken van de verhoogde vrijstelling van dezelfde schenker. Zorg er wel voor dat u de schenking doet als uw kind tussen de 18 en 40 jaar oud is of dat de partner van uw kind tussen de 18 en 40 jaar oud is. Schenken op de dag van de 40e verjaardag mag ook.

Wilt u uw kind zelf laten beslissen wat het doel is van uw schenking? Dan mag u eenmalig

maximaal € 31.813 belastingvrij schenken. Daarbij is een belangrijke voorwaarde dat uw kind niet eerder een verhoogde vrijstelling heeft gebruikt voor een schenking. Gaat uw kind een dure studie doen, dan mag u daarvoor eenmalig maximaal € 66.268 belastingvrij schenken.

Schenkt u uw kind dit kalenderjaar meer dan het vrijgestelde bedrag of wilt u dit kalenderjaar gebruik maken van de eenmalige vrijstelling, dan moet uw kind aangifte schenkbelasting doen. Die aangifte moet uiterlijk gedaan worden vóór 1 maart 2025.

Voor verdere informatie, kunt het beste even contact met de notaris opnemen.

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

Hebt u ook gelezen dat in Amsterdam de namen Nootmuskaatstraat en Koffiestraat in een nieuwe wijk met specerijstraatnamen niet mogen. Ze zouden te veel duiden op de slavernijtijd.... Het moet toch niet gekker worden.

Op elke willekeurige naam die in nieuwe wijken bedacht zullen worden is altijd wel iets te vinden dat verwijst naar iets dat door een kleine groep van onze 'bugers' als kwetsend kan worden beschouwd. Wat dat dacht u van Suikerstraat? Suiker werd vroeger ook gewonnen uit suikerriet dat in plantages werd verbouwd, waar sprake was van slavenarbeid. Hetzelfde geldt voor Sinaasappelstraat. Ook Javastraat, Borneostraat en Surinamestraat zouden om dezelfde reden geweerd moeten worden omdat ze gerelateerd kunnen worden aan de koloniale tijd.

Soortgelijk kunnen we dit doortrekken voor de straten die nu en in de toekomst de namen van helden, politici of geleerden kunnen dragen. Wat dacht u van Oppenheimerstraat, de grondlegger van de atoombom die je verantwoordelijk zou kunnen houden voor de kernwapens; of Charles Lindberghplein, de luchtvaartpionier die je zou kunnen koppelen aan de nu overmatig geachte luchtvaart. Doorgaand in deze trend zouden in veel plaatsen straatnamen van oude burgemeesters en plaatselijke politici moeten verwijderden omdat ze heus wel eens een beslissing hebben

genomen die een bepaalde groep mensen onwelgevallig was.

Waanzin is ook de toenemende wet- en regelgeving die de vrijheid en het eigen beslissingsrecht van de burger steeds verder beperken. In toenemende mate wordt gepleit voor de invoering van digitaal geld dat het huidige geld moet vervangen. Het geeft de overheid steeds meer macht over hoe wij ons zuurverdiende geld moeten besteden. Ik las laatst in de krant dat in een Nederlandse gemeente een uitkering werd gestopt omdat de desbetreffende persoon geen € 200,00 per maand aan voeding had besteed... Waarom mag men van Europa niet meer op een ladder staan en moet men een steiger bouwen om zijn dakgoot te schilderen?

Waanzin is ook dat ik geen negerzoen of jodenkoek meer mag eten en dat een Limburgse vlaai in Limburg moet zijn gebakken. Geldt dat ook voor Fries roggebrood of Vietnamese loempia's?

Waanzin is ook dat wij in Nederland van het gas af moeten, terwijl in Duitsland gasgebruik met subsidie wordt gepromoot.

Het is waanzinnig dat het formeren van een kabinet zoveel tijd kost terwijl het landsbelang een korte formatietijd vergt.

Waanzin is er in de huidige maatschappij meer dan genoeg. Echt waar...om gek van te worden.



JOS TOMASSEN

SENIOREN FIETSERS:

LAAT HET ZIEN ALS JE SLECHTHOREND BENT!

Vaak begint het met slechter gaan horen. Daarna komt een ontkenningsfase of valse schaamte en levert het discussie op.

Niet eerder raakten zoveel mensen zwaargewond in het verkeer als vorig jaar, ziet de Stichting Wetenschappelijk Onderzoek Verkeersveiligheid. 1 op de 10 Nederlanders (1,8 miljoen) hoort minder maar is niet doof. Jos Tomassen heeft in 2019 een sticker ontwikkeld om meer RESPECT, BEGRIP en VEILIGHEID te stimuleren in het verkeer. Deze ontwikkeling wordt gedragen door vele landelijke organisaties. Vroeger had men grote borden aan zadel of spatbord, maar de huidige senioren voelen zich daar te jong voor. In je hart blijf je altijd 40 jaar. Nu is er een S|H-sticker in de handel van 5 x 5 cm voor op het achterspatbord, waardoor het achteropkomende verkeer kan zien dat u hen mogelijk niet hoort naderen. Er zal meer rekening met u worden gehouden, waardoor het fietsen prettiger kan zijn. Veel positieve reacties zijn ontvangen van gebruikers. Zelfs in België zijn er belangstellenden. Kijk eens om u heen om te merken dat er meer mensen slechthorend zijn. Het fietsseizoen 2024 staat weer voor de deur en op een eenvoudige manier kunnen we samen werken aan veiliger en begripvoller fietsen in het verkeer. (www.slechthorendesticker.nl)

HOE IS HET GESTELD MET UW SLECHTHORENDHEID?

Vraag het eens aan personen in uw omgeving. Ze zullen zeker een oprechte reactie geven.

Tot slot, de sticker voor slechthorenden is zelf eenvoudig aan te brengen en voor veel doeleinden geschikt. Veel fietsplezier.



Ouderdomsvlekken

Wanneer u ouder wordt kunnen er, naast lijntjes en rimpels, ook ouderdomsvlekken op uw huid zichtbaar worden. Heeft u kleine bruine vlekjes in uw gezicht of op uw handen? Dat kunnen ouderdomsvlekken zijn.



Wat zijn ouderdomsvlekken?

Vaak zijn ze te zien bij een licht huidtype. Het is een huidafwijking waarbij bruine pigmentvlekken in de huid ontstaan. Pigment is de bruine kleurstof die wordt gemaakt door uw huid bij zonlicht. Als het bruiningsproces niet goed werkt kunnen deze vlekken ontstaan. Ze kunnen geen kwaad maar veel mensen vinden het niet mooi omdat ze er hierdoor ouder uit zien.

Kenmerken

Ouderdomsvlekken kunnen overal op uw lichaam voorkomen. Meestal zitten ze op gezicht, handen, nek, onderarmen en onderbenen. De vlekken ontstaan doordat het normale pigmentatieproces van uw huid niet goed meer werkt. De oorzaak hiervan is zonlicht. Het is belangrijk om uw huid goed tegen de zon te beschermen.



Een aantal kenmerken:

- Vaak zijn het er meerdere bij elkaar en soms lopen ze in elkaar over.
- Ze kunnen alle vormen hebben.
- De bruine kleur kan wisselen van heel lichtbruin tot bijna zwart.
- Ze blijven altijd zichtbaar. Wel kunnen ze na een aantal jaren iets lichter worden.

Tips

Blijf controleren op verdachte vlekjes.

- Let op plekjes die van kleur veranderen, schilferen of een onregelmatige vorm krijgen.
- Let ook op plekjes die ruw zijn, plekjes waar steeds korstjes op zitten of die gemakkelijk bloeden.

Ga bij een verdacht plekje altijd naar de huisarts.

67+ FITNESS

**ELKE WERKDAG ONBEPERKT
SPORTEN TUSSEN 10 EN 16 UUR**

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

OPGEVEN PROEFLES
U kunt 4x gratis meedoen met een proefles.
Bel voor een afspraak

UW NAAM

UW TELEFOONNUMMER

Knip deze bon uit

**VANAF
€35.00
PER MAAND**

**€360
PER JAAR**

eGYM

EGYM-CIRKEL

Eenvoudig, snel en veilig trainen in 30 minuten. Alle toestellen worden elke training automatisch voor u ingesteld. Alle spiergroepen worden getraind en er zijn geen wachtijden.

67+ FITNESS

Voor de 67+ plussers hebben we een voordelig abonnement en zijn er speciale groepslessen. Daarnaast kun je van alle andere voordelen gebruik maken. Je staat in een gezonde en veilige omgeving en er is altijd een gediplomeerde instructeur aanwezig.

**FITCLUB
RODENBURG**

Rodenburg 2
9351 PV Leek

0594 - 740 842
info@fitclubrodenburg.nl

www.fitclubrodenburg.nl

**Schoenmakerij
Wieland**

*Vaetklachten?
blijf er niet
mee lopen*

*Regelmatig onderhoud van uw schoenen
verlengt de levensduur en is
bovendien erg duurzaam.*

*Zo kunt u langer genieten van
uw schoenen.*

*Heeft u vaetklachten?
Wieland kan vaak op een vrij eenvoudige
wijze klachten verminderen.*

Maak een afspraak: 0594-580190
Wieland Leek
www.schoenmakerijwieland.nl

Is het markantste gebouw van Tolbert en een rijksmonument. Het oudste deel is het koor, opgetrokken uit zogenaamde kloostermoppen en stamt uit 1290. In de 13de eeuw is het onderste gedeelte van de toren gebouwd, later is het schip tussen de toren en het koor geplaatst, aan de buitenzijde van de toren nog zichtbaar. Omstreeks 1600 is de toren in kleiner formaat baksteen verhoogd en afgedekt met een zadeldak. De hoogte van de toren is ongeveer 30 meter en de muren aan de voet van de toren zijn 1,50 m dik, die van het schip ongeveer 60 cm. Nog is de plaats te herkennen waar een stuk uit de muur is gebroken tijdens de tweede oorlog om de gevorderde klok uit de toren te kunnen halen. Gelukkig is de klok terug gekomen en hangt weer in de toren. De klok is gegoten in 1660 door Jurgen Balthasar, hij is voorzien van de familiewapens van de Von Inn- und Kniphausens en de Auwema's. Het koor heeft van 1816 tot 1862 als school dienst gedaan en later als consistorie. Het orgel werd in 1867 door Petrus van Oeckelen uit Harenermolen gebouwd. Het is een balustradeorgel die staat op een orgeltribune tegen de westvleugel van het schip. De koopsom bedroeg destijds f 1.512,50, de restauratiekosten bedroegen in 2000/2001 ruim f 180.000,- Kortom een bezoek waard. Ook op de maquette in de Cazemier Boerderij neemt de kerk een centrale plaats in, het hoogste punt van het dorp.



Toegankelijk Westerkwartier

De gele kaart

Sinds begin dit jaar worden in het Westerkwartier gele kaarten uitgedeeld aan automobilisten, bestuurders van scooters en fietsers die geparkeerd staan op een geleidelijn of op het trottoir. Geleidelijnen, de geribbelde betonnen stroken in de trottoirs, zorgen er voor dat mensen met een visuele beperking veilig hun weg kunnen volgen. Ik sprak erover met Bert Zwart-Vos, getrouwd met Anna, die blind is. Hij kreeg in 2007 te horen dat zijn oogzenuw snel aftakelde. Hij ziet nog iets en gebruikt inmiddels een blindenstok met rode strepen. Iemand met een blindenstok heeft altijd voorrang. Bert moet vertrouwen op zijn gehoor en zijn blindenstok. Zijn ervaring is dat de meeste automobilisten galant zijn in het verkeer en stoppen als hij zijn blindenstok uitsteekt. Het valt Bert op dat in het centrum van Leek steeds meer mensen rekening houden met de geleidelijnen, hij heeft nog maar 1 gele kaart hoeven uitdelen. Problemen zijn er met reclameborden en uitstallingen van de middenstand, maar Bert stapt naar binnen en legt het probleem uit. De meeste winkeliers tonen begrip en maken de lijn blijvend vrij. Een punt van aandacht zijn de fietsers in de Tolberterstraat. Toegestaan, maar door hun rijgedrag veroorzaken ze weleens gevaarlijke situaties. Nu kunnen slechtzienden/blinden natuurlijk ook kiezen voor een veiliger route. Neem bijv. De Dam. De kant van Otter is voor voetgangers smal, de kant van de Dorpskamer is veel breder en voor ons veel veiliger. Bert stipt aan dat ook rolstoel- en scootmobielgebruikers tegen de obstakels aan lopen, beter gezegd rijden.



Tot slot concludeert Bert dat er al veel verbeterd is, maar dat we er nog niet zijn. We werken aan het verbeteren van gedrag d.m.v een goed gesprek. De gele kaart is daarbij een hulpmiddel om mensen aan het denken te zetten. Leden van het Platform Toegankelijk Westerkwartier (PTW) delen de gele kaarten uit. De gemeente Westerkwartier ondersteunt de gele kaartenactie en gaat ook zelf in gesprek met de middenstand door het uitdelen van flyers door Boa's en het organiseren van bijeenkomsten. Voor slechtzienden/blinden is er elke 4de woensdag v.d. maand in De Schutse "Het Oogcafé", voor informatie, contact en het uitwisselen van ervaringen.

Meindert Bouma, voorzitter PTW



seniorweb
Westerkwartier

Hulp, uitleg en informatie op digitaal gebied door SeniorWeb Westerkwartier

over SeniorWeb Westerkwartier

SeniorWeb Westerkwartier is een vereniging van deskundige, enthousiaste vrijwilligers op het gebied van ondersteuning bij het gebruik van pc's, laptops, tablets en smartphones. Op dit moment zijn bij ons zo'n 30 vrijwilligers werkzaam. We zijn actief in heel Westerkwartier (en soms ook wel net daarbuiten).

We doen dit onder andere door allerlei cursussen en korte workshops aan te bieden. Soms in De Schutse, soms ook in een bibliotheek. En het kan in enkele gevallen ook bij u thuis.

cursussen en workshops, ook bij u thuis

elke dinsdag Inloopochtend

U kunt bij ons aankloppen wanneer u een korte vraag hebt of even niet meer weet hoe u verder moet. Elke* dinsdagochtend van **10.00 tot 12.00 uur** kunt u bij ons in De Schutse terecht met al uw problemen en vragen op digitaal gebied. Neem zonodig uw smartphone, tablet of pc mee. Hier zijn voor u geen kosten aan verbonden.

Ook bij problemen bij u thuis op uw pc, laptop of printer die u zelf niet kunt oplossen kunnen we u vaak helpen. Daarvoor komen we bij u thuis om te kijken wat er aan de hand is en het probleem voor u te verhelpen. Vaak kan dit op korte termijn, zodat u ook weer snel verder kunt.

Hulp aan Huis

*** LET OP: In de zomermaanden juli en augustus is er geen Inloop - Hulp aan Huis gaat in die maanden wel gewoon door.**

Digitaal fit met SeniorWeb



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.



We zitten in de warme huiskamer van Geert Venema en zijn 90-jarige vader achter de koffie. De vader zit vol verhalen en de markante Geert met zijn mooi gevlochten baardje zit te popelen om ons mee te nemen naar zijn museum in het achterhuis. Ik heb geen idee wat ik me er van moet voorstellen, maar ben blij verrast door de prachtig ingerichte ruimte, het woord museum waardig. Planken met boeken langs de muur en goed gevulde vitrinekasten aan weerszijden van het vertrek.

Het begon toen Geert als jongetje van een jaar of acht zijn oma hoorde vertellen over twee vuistbijlen van haar vader, die hij had gevonden in Lucaswolde. Zijn interesse was gewekt en sindsdien houdt Geert zich bezig met archeologie. Hij doet onderzoek en vertelt er graag over. Verrassend is het hoeveel hij over de vroege geschiedenis van Tolbert en omstreken weet te vertellen en hoeveel interessante zaken hij uit de bodem haalt, in feite vlak bij huis. Zaken waar de meeste mensen niets vermoedend langs- of overheen lopen.



Geert Venema

In zijn vitrines vinden we pijlpunten, bijlen, schrabbers en klingen uit de tijd van de Neanderthalers, de hunebedbouwers en voorwerpen uit later tijd. Reeds in zeer oude tijden was er leven in Tolbert. Geert woont op de rand van een fossiel beekdal, waar hunebedbouwers zich vestigden. Ze deden dit op plaatsen waar water, dus leven, mogelijk was en lieten er in het veen hun sporen achter. Interessant was het hoe Geert ons het verschil liet zien tussen bijzondere, door de natuur gevormde stenen en stenen door de mens bewerkt. Dat moet je echt leren zien. In de ijstijd was natuursteen onderhevig aan veel geweld en temperatuurverschillen, maar steenvlakken die door mensenhand zijn bewerkt zijn glad geslepen of hebben richeltjes en andere eigenschappen die door kenners te duiden zijn. Bijzonder zijn ook de vuursteenkernelen, waaraan duidelijk te zien is dat er stukjes zijn afgeslagen, om die te gebruiken als gereedschap. Sommige bijlen zijn duidelijk als grafgift bedoeld: ze zijn te gaaf om ooit te zijn gebruikt. Er werden meerdere zaken meegegeven als grafgift. Ook in de oertijd geloofde men in een hiernamaals en had men zaken nodig voor de lange reis.



Het boek 'Neanderthalers in Noord-Nederland', gaat over een onderzoek in Peest, waaraan Geert heeft meegewerkt. Een aantal van zijn Neanderthalwerktuigen zijn onderzocht en goedgekeurd door Dr. Bosinsky, een Duitse prehistoricus. Geert vertelt over grafheuvels aan de Hendrik de Haanweg, pingo's in de directe omgeving en ook de bodem van de Mensumaweg schijnt een rijke historie te vertellen. Naast een mammoetkies en een stuk oerboshout zijn er nog veel andere dingen te zien zoals maal-, kook- en klopstenen, potten en steengoedscherven. Het meest bijzondere voor mij was zijn verzamelingetje fulguriet. Kleine holle stenen buisjes, ook bliksembuis genoemd, in feite versteende bliksem. Door de hitte verandert de samenstelling van het omliggende materiaal in de grond en vorm een buisje.

Wie de enthousiaste Geert zelf eens wil horen vertellen kan contact met hem opnemen. Door zijn werk als hovenier is hij niet in staat zijn museum geregeld open te stellen, maar op afspraak is er veel mogelijk. Ook vertelt hij graag over zijn hobby aan groepen en gezelschappen.

Mailadres: venemageert@gmail.com en tel. 06 25073133

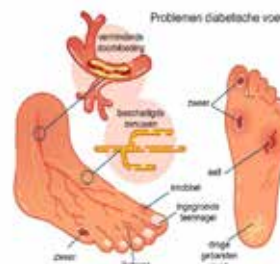
Wassink voetexperts, specialist in voet-, knie-, heup- en rugklachten

Diabetesvoeten

Over de hele wereld neemt het aantal diabetespatiënten fors toe. Diabetici (suiker-ziekte) lopen het risico dat de doorbloeding verslechtert en het gevoel vermindert in onder meer voeten en benen. Ook kan door deze complicaties de voetstand ernstig veranderen waardoor drukplekken kunnen ontstaan, die we herkennen aan roodheid, eeltvorming of eelt-pitten. Op plaatsen van verhoogde druk heeft men eerder kans op een huiddefect.

In geval van wondjes, die soms niet gevoeld worden, is het belangrijk dat ze snel behandeld worden zodat er geen infecties optreden die in een later stadium eventueel tot amputatie kunnen leiden. De mate waarin een patiënt risico loopt moet bepaald worden door de podotherapeut. Deze patiënten worden door de huisarts (diabetesverpleegkundige) verwezen naar de podotherapeut voor een jaarlijkse voetcontrole.

Als Preventieve zorg wordt met behulp van een screening de voet ingedeeld volgens een schema; de zg. SIM's classificatie. De risico's worden tijdens een voetonderzoek geïnventariseerd. Aan de SIM's classificatie en de risicoanalyse is een zorgprofiel gekoppeld waarmee de podotherapeut medisch noodzakelijke behandelingen kan toekennen bij een medische pedicure. Die behandelt eelt op drukplekken en eventueel afwijkende nagels die een risico vormen. Drukplekken kunnen leiden tot huidbeschadigingen. Daarom zal de podotherapeut altijd eerst actie ondernemen om deze drukplekken te voorkomen of te ontlasten. Daarbij kan gedacht worden aan druk verdelende inlegzolen, een op maat gemaakte teenorthese of een nagelbeugel. Bij toenemende klachten zal de podotherapeut eerst de oorzaak aanpakken.



Wassink voetexperts
Tel: 050 5013016
www.wassinkvoetexperts.nl

Advertorial



Verhuisplannen?

Bel Bruining en De Reus makelaars voor een gratis waardebepaling!

Zo gaan we te werk bij de verkoop van uw woning

- we bepalen samen een reële vraagprijs
- professionele presentatie
- actief promotieplan
- bezichtigingen 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

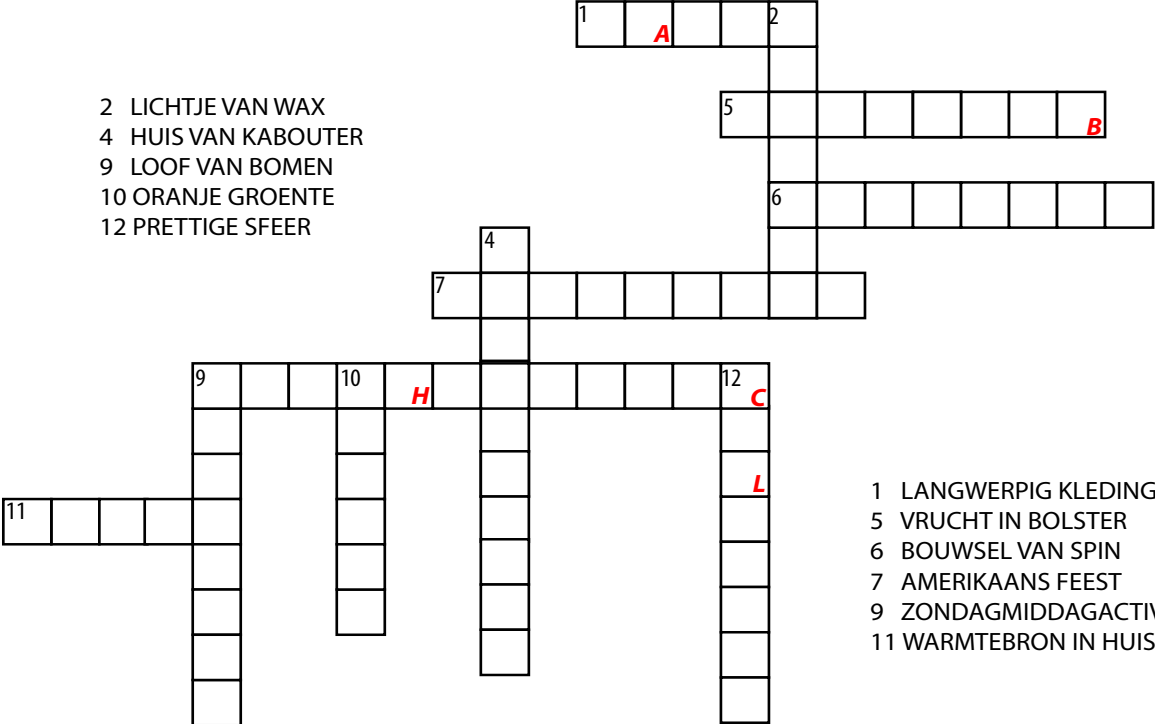


Maak deze kruiswoordpuzzel vóór 5 juli af en stuur hem op naar:
de BijBlijverredactie, p/a De Schutse, Oldenoert 32, 9351 KP Leek.
of mail ons redactiedebijblijver@gmail.com.

Vergeet je naam + adres niet.

Van de goede oplossingen, wordt één prijswinnaar uitgeloot!

2 LICHTJE VAN WAX
4 HUIS VAN KABOUTER
9 LOOF VAN BOMEN
10 ORANJE GROENTE
12 PRETTIGE SFEER



1 LANGWERPIG KLEDINGSTUK
5 VRUCHT IN BOLSTER
6 BOUWSEL VAN SPIN
7 AMERIKAANS FEEST
9 ZONDAGMIDDAGACTIVITEIT
11 WARMTEBRON IN HUIS

VUL DE OPLOSSING IN:

A	B	C	B	G	L	H	H	A	L	B	G
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

Oplossing nr. 165: Help de voedselbanken in het Westerkwartier, alvast bedankt!
Prijswinnaar puzzelnummer 165: Jenny v.d. Molen

RECEPT

Bami Speciaal met kip

Mild hoofdgerecht voor 4 personen



Benodigheden:

250 g mie (nestjes)
400 g kipfilet
Wok olie
300 g gesneden prei
200 g fijngesneden wortel-
en
1 ei
Boemboe Bamikruiden
100 g taugé

Gefruite uitjes en kroepoek.

- * Kook de mie volgens de aanwijzing op de verpakking. Afgieten in een vergiet, met koud water afspoelen en goed uitlekken.
- * Snijd de kipfilet in blokjes.
- * Verhit een wok, voeg een scheutje olie toe en wok de kip 5 minuten. Voeg de prei en de wortel toe en wok deze in 3 minuten mee.
- * Klop het ei los en voeg aan de groenten toe en roer tot het ei is gestold.
- * Roer vervolgens 1/2 dl water en de boemboe door de kip-groenten in de wok. Schep de mie en de taugé erdoor en wok nog 2 minuten.
- * Schep de bami in 4 borden of kommen.

Schutse activiteiten

LET OP: ten tijde van het opstellen van deze Schutse agenda waren dit de gegevens die wij hadden. Door omstandigheden kunnen sommige activiteiten afgelast of verplaatst worden. **In principe stoppen alle verenigingen in de zomervakantie.**

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

Vrij biljarten: elk dagdeel, behalve maandagmiddag/donderdagmiddag
Rummikub en overig: zie ook activiteitenkalender

Maandag

09:00 - 12:30	Adelles Schoonheidsverzorging	06-49402111 op afspraak
09:00 - 12:00	Jeu de Boules Franse slag	weoostinga@gmail.com
09:00 - 12:00	Vrij biljarten	De Schutse 0594-512334
13:00 - 16:30	Biljarten	Verenigingen

Dinsdag

10:00 - 12:00	Seniorweb Inloopochtend	Zie info op pag.12
09:00 - 12:00	Vrij biljarten,	De Schutse 0594-512334
09:30 - 10:15	Senioren gym "Meer bewegen voor ouderen"	Marc Wiendels 06-51129984
10:30 - 11:15	Senioren gym "Meer bewegen voor ouderen"	Marc Wiendels 06-51129984
13:30 - 16:30	Vrij biljarten	De Schutse 0594-512334

13:30 - 16:30	Vrij klaverjassen 1x per maand	
19:00 - 21:00	Alzheimercafé	

Zie info op pag. 17 + 18

Woensdag

09:00 - 12:00	Vrij biljarten	De Schutse 0594-512334
10:00 - 12:00	Inloop Huiskamer Leek (jong en oud)	De Schutse 0594-512334
11:30 - 13:30	Gezamenlijke lunch	1e woensdag van de maand
13:15 - 17:00	Kapster Angelique Huisman	0594-517368 op afspraak
13:30 - 16:30	Vrij biljarten	De Schutse 0594-512334
13:30 - 16:30	Oogcafé elke 4e wo. v.d. maand	Bert Zwart 06-22244716
13:30 - 16:00	Repaircafé 2e wo. v.d. maand	Info De Hulpkring
13:30 - 16:00	Sjoelen 2e wo. v.d. maand	De Schutse 0594-512334

Donderdag

09:00 - 12:00	Kapster Angelique Huisman	0594-517368 op afspraak
09:00 - 12:00	Vrij biljarten	De Schutse 0594-512334
13:00 - 16:30	Biljarten	Verenigingen
13:30 - -----	Bingo	Zie info op pag.17
13:30 - 15:30	Rummikub	Zie info in De Schutse
14:00 - 16:30	Jeu de Boules	vrij spelen
14:00 - 16:00	Knutsel Frutsel; 1x per 2 weken	mw. Krijgsman, 0594-515327
19:00 - -----	Vrij klaverjassen 1x per maand	

Vrijdag

09:00 - 12:00	Vrij biljarten	De Schutse 0594-512334
13:00 - -----	Klaverjassen Schoppenboer/ De Schakel	Verenig. Gerben Pol 06-58990368

UMCG - spreekuur geopend **op afspraak**: maandagmiddag en woensdagochtend

CERTE - spreekuur geopend **op afspraak**: maandag-, dinsdag en donderdagochtend

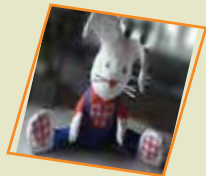
Belastingsservice De Schutse - C.P. Lakerveld (Kees) 06-25120834 (**Het hele jaar door**)

*** Diensten- en Activiteitscentrum De Schutse is tijdens de feestdagen en in de vakantie (onder voorbehoud) gesloten.**

Zie ook meldingen bij Dienstencentrum De Schutse, Oldenoert 32, Leek.

Zomervakantie 2024 (alles onder voorbehoud).
Regio Noord 20 juli t/m 1 september.

OPENINGSTIJDEN 8.30 - 12.00 en 13.00 - 17.00 UUR maandag t/m vrijdag
Telefoon 0594-512334 (zie ook baliemededelingen)



Op elke 4e donderdag van de maand is er van ca. 13.30 uur tot ca. 16.00 uur (inloop vanaf 13.00 uur) een gezellige Bingo in De Schutse.
Kosten p.p.: € 10,00 inkl. koffie/thee.

Na vele jaren van leiding en organisatie van de Bingo, is de fam. Heuker gestopt en nu hebben twee nieuwe enthousiaste dames aangeboden om de Bingo te leiden.

Zin in een sportieve, gezellige middag? Meld je aan bij onze balie of bel naar 0594-512334
De Schutse Oldenoert 32, 9351 KP Leek



Spelschema de komende maanden:

Donderdag 22 februari
Donderdag 28 maart
Donderdag 25 april
Donderdag 23 mei



Donderdag 27 juni
Juli/Augustus vakantie
Donderdag 26 september
Donderdag 24 oktober
Donderdag 28 november

Visclub HC de Schutse

FIENA BOLT

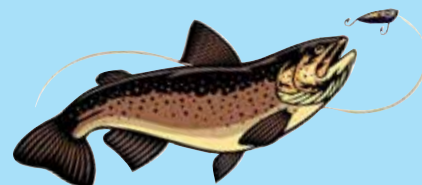
Wij zijn een kleine gezellige mannelijke visclub. Inderdaad: onze club bestaat alleen uit mannen.

Wij zouden het best gezellig vinden om ook dames te begroeten die wel eens een hengeltje willen uitgooien. Kortom, wij willen graag nieuwe leden binnen onze club.

De club vertrekt vanaf de Schutse 1 keer per 2 á 3 weken, op de vroege woensdagochtend rond 5.30 uur. Wij vissen op verschillende plaatsen, ergens in de provincie Friesland of Groningen. Verre reizen laten wij achterwege, we blijven een beetje in de buurt. Als jij een auto bezit is dat fijn, maar het is geen verplichting; mee rijden is altijd een optie. Er wordt een kleine inleg gevraagd voor 8 á 9 wedstrijden per seizoen.

Heb jij interesse, meld je dan via onderstaande personen aan.
Mogen we jou begroeten?

R.Brandsma 050-5515017 J.v.d.Heide 06-50457988
K.H.v.d.Sluis 06-16993188 khvandersluis@gmail.com



WEGWIJZER



dementie
vriendelijk
westerkwartier

GERARD KOSSE

ZATERDAG 22 JUNI MEMORYWALK WESTERKWARTIER

Op zaterdag 22 juni 2024 organiseert Dementie Vriendelijk Westerkwartier de jaarlijkse Memorywalk. Dit jaar zal de wandeling en een scootmobieltocht plaatsvinden in Leek en starten bij de prachtige Landgoedboerderij Oosterheerdt. De Memorywalk is een bijzonder evenement waarbij we herinneringen ophalen en aandacht vragen voor mensen met dementie en hun mantelzorgers in het Westerkwartier.

Wij willen u uitnodigen om deel te nemen aan de Memorywalk en ons goede doel te steunen. Door uw bijdrage kunnen wij de activiteiten (o.a. het Alzheimer café) van Stichting Dementievriendelijk Westerkwartier financieren en zo mensen met dementie en hun mantelzorgers ondersteunen. Voor € 7,50 per persoon wandelt of scoot u mee.



Memory Walk



alzheimer
café
westerkwartier

ALZHEIMER CAFE in mei & juni

Er zijn voor het zomerreces nog twee avonden Alzheimercafé. Dinsdag 14 mei met als onderwerp: euthanasie bij dementie en dinsdag 11 juni met als onderwerp: iedereen doet mee. Aanvang: 19:30 uur in de Schutse



DEMENTIESCAN GEMEENTE WESTERKWARTIER

De gemeente is van plan om in 2024 samen met het netwerk dementie, Alzheimer Nederland en Stichting Dementievriendelijk Westerkwartier een dementiescan te maken. Met de dementiescan krijgen we met elkaar inzicht hoe dementievriendelijk de gemeente is en hoe wij ervoor kunnen zorgen dat de gemeente Westerkwartier dementievriendelijk wordt.

WIJ ZOEKEN VRIJWILLIGERS VOOR HET ALZHEIMERCAFE EN BOEKENVERKOOP

Om onze activiteiten te kunnen bekostigen verkopen wij tweedehands boeken.

Voor het organiseren van verkoopactiviteiten en het uitbreiden en onderhoud van de voorraad zijn wij op zoek naar enkele enthousiaste vrijwilligers.

Voor informatie en opgave kun je terecht bij de coördinator van de boekenverkoop;

Tineke Turksema Tel. 06-22812427 of per e-mail: tineke@dementievriendelijkwesterkwartier.nl

Voor het Alzheimercafé Westerkwartier zijn wij op zoek naar enkele deskundige gespreksleiders. De gespreksleider is een vrijwilliger die het onderwerp en het gesprek met de spreker van de avond voorbereidt en leidt.

Voor informatie en opgave kun je terecht bij de coördinator van het Alzheimer-café;

Bram v.d. Lem: tel. 06 53226686 bram@dementievriendelijkwesterkwartier.nl.



Ouderen vervoer Leek



Deur tot deur vervoer door
vrijwilligers met aangepaste
liftbussen in Leek/Tolbert en
directe omgeving

www.ouderenvervoerleek.nl

0594 - 512334



Stichting
Vrienden van het
Ouderenwerk Leek

**HELPT INITIATIEVEN
OP WEG**

www.vriendenvanhetouderenwerk.nl



dementie
vriendelijk
westerkwartier

**STAPPEN ZETTEN
TEGEN DEMENTIE**

www.sdvw.nl

De dagbesteding van Vredewold bestaat inmiddels al 31 jaar. Vele cliënten hebben hier gebruik van gemaakt en konden door middel van de ondersteuning door dagbesteding of individuele begeleiding langer thuis blijven wonen.

Dagbesteding Vredewold houdt rekening met uw ondersteuningsbehoefte en levert een passende bijdrage aan uw zelfredzaamheid. Hierdoor wordt u in staat gesteld om langer thuis te blijven wonen. Voor mantelzorgers kan de dagbesteding verlichting bieden wanneer de zorg voor hun naaste zwaar(der) wordt.



Ik ontvang een zinvolle dagbesteding en ontlast hierdoor mijn mantelzorger



Ik ga twee dagen in de week naar de dagbesteding van Vredewold. In eerste instantie zag ik er erg tegen op, maar dat was al snel verdwenen door de gezellige en gemoedelijke sfeer waarin ik terecht kwam. Andere mensen ontmoeten en de verschillende activiteiten waar ik aan mee doe, geven mij de structuur en stabiliteit die ik nodig heb. Ik heb hierdoor een gezellige dag en merk dat mijn echtgenoot ontlast wordt en meer energie en tijd heeft voor zijn eigen hobby's.

Bezoekster dagbesteding 78 jaar

U kunt bij Vredewold kiezen uit groepsbegeleiding of individuele begeleiding thuis. Binnen het programma is ruimte voor gezellig samenzijn, een kopje koffie, activiteiten, ontspanning en samen eten. Wij houden rekening met uw behoeften en proberen de activiteiten zo aan te bieden dat u zich zoveel mogelijk thuis voelt. Bij individuele begeleiding thuis proberen we dit zelfde te bereiken.

Dagbesteding wordt aangeboden op basis van een Wmo-indicatie van de gemeente onder de 74 jaar en vanaf 75 jaar vanuit MIEP en nog de mogelijkheid via PGB/ WLZ of als particuliere dienst.

Voor aanmelding en meer informatie kunt u ook bellen naar Vredewold: 0594-552626

Buurtsportcoach Sociaal Werk De Schans

MARLEEN BERG



Als buurtsportcoach ben ik werkzaam in de dorpen Leek, Tolbert, Oostwold, Zevenhuizen, Enumatil, Lettelbert en Midwolde. Samen met nog 3 andere buurtsportcoaches werk ik in een team waarbij wij de gemeente Westerkwartier bedienen. Mijn collega's zijn actief in de andere gebieden (Grootegast, Zuidhorn en Marum). Als buurtsportcoach bedien ik alle inwoners van mijn gebied. Dit is voor jong en oud. Zo stuur ik bijvoorbeeld de 'Meer Bewegen Voor Ouderen' groepen in de Schutse aan. En sta ik in contact met sportverenigingen en gezondheidsorganisaties. Ook organiseer ik momenten waarbij mensen in beweging kunnen komen en nog veel meer. Wanneer u behoefte heeft aan iemand die met u meekijkt voor een geschikte beweegactiviteit of simpelweg weer in de benen wil komen om te wandelen, bent u bij mij aan het juiste adres.

Graag kom ik eens met u in contact. U kunt mij berichten via: m.berg@sociaalwerkdeschans.nl of bellen via: 06 1003 9092.

Marleen Berg

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.

Seniorengymnastiek

De Schutse:

dinsdag van 09.30 - 10.15 en 10.30 - 11.15 uur

Informatie: De Schutse (balie), Oldenoert 32, Leek - Telefoon 0594-512334

Jeu de boules De Franse Slag

(Oldenoert 32):

maandag van 09.00 tot 11.30 uur

donderdag 14.00 tot 16.00 uur (vrij spelen)

Informatie: mw. Renkema (tel 517690) of dhr. Oostinga (tel 516902)

Kosten € 6,00 per maand.

Seniorbowlen

Sportcentrum Leek (Auwemalaan):

donderdag van 14.00 tot 16.00 uur

dinsdag van 10.00 - 12.00 uur

Informatie: Sportcentrum Leek. Telefoon 0594-512040 (9.00 uur)

Rodenburghal:

OldStars Walking Korfbal voor 55+ met of zonder korfbalervaring

Elke donderdag van 10.00 - 11.00 uur, daarna koffie en thee

Rodenburghal / kunstgrasveld KVV'22 (voorheen KC Rodenburg)

Informatie: oldstars@kvw22.nl, www.kvw22.nl, Anne Wiersma 06-38927057

OldStars Tafeltennis voor 55+

Elke woensdag van 10.00 tot 11.30 uur (behalve in de vakanties)

Informatie: Jan Dijkstra, secretaris@talero.nl, www.talero.nl, 06-13006358

Vitaalfit

Wandelfit

maandag en woensdag 10.00 - 10.45 uur

Houding en bewust bewegen

dinsdag 10.00 - 11.00 uur en vrijdag 10.00 - 11.00 uur

Yoga

woensdag 09.00 - 09.45 en 10.00 tot 10.45 uur

vrijdag 19.00 - 19.45 uur

Informatie: www.fitclubrodenburg.nl

Gymnastieklessen Tiga Leek

Oldenoerthal Galm 1:

maandag van 10.30 tot 11.30 uur

Informatie: Aafke Voskes, www.tiga.nl

Steps

Gymzaal Nijenoertschool:

woensdag van 18.30 tot 19.30 uur

Informatie: Annemarie Lahuis - Telefoon 06 - 29053313

Leven in beweging - NORDIC WALKING

Nienoord:

dinsdag 09.30 uur

Informatie: Margriet Poiësz - Telefoon 0594-512269 of 06-15968774

Softbal KNIGHTS

Sportpark Rodenburg:

Informatie: Email: secretaris@knightsleek.nl

Blijf in beweging!



OOSTINDIË

WALKING FOOTBAL VEV '67

De Knip:

woensdag van 09.30 - 11.15 uur

Informatie: Jaap Pranger - Telefoon 06 - 41396397

OOSTWOLD

Seniorengymnastiek

De Gaveborg (De Boomgaard 1):

dinsdag van 10.00 tot 11.00 uur

Informatie: mw. J. de Jager tel. 050-5515212/mw. G. ter Veer tel. 06-20642181

ZEVENHUIZEN

55+ Dames Stuitbal en Gymnastiek

MFC Molenstraat:

woensdag 13.30 - 14.30 uur

Informatie: Jenny van Dijk - Telefoon 06-36037016

Jeu de boules

De Goede Worp M.F.C. de Molenstreek:

donderdag vanaf 14.00 uur

Informatie: mw. T. Goris. Telefoon 0594 632327

BOERAKKER

Dorpshuis Oomkegast: Gymnastiekvereniging Boerakker e.o.

Stuitbal

maandagavond 19:15 - 20:15

Gymnastiek

maandagavond 20:15 - 21:15

Informatie: mirjamruesink@gmail.com; tel: 06-29256507

De zomer is weer in 't sand!

samen op de fiets

HIELKE HUT



De weken vliegen voorbij. Alweer dinsdag. Het is behoorlijk fris en de wind is stevig. Benieuwd of er iemand is die de kou wil trotseren voor een fietstochtje. Meneer J (voornaam) heeft wel interesse. Mooi zo. De fiets heb ik geparkeerd in de centrale hal wachtend op mijn passagier. Even later komt J er al aan, lachend, goed begin. Ingepakt in dikke jas, sjaal, wanten en muts durft hij het wel aan. 'Hallo? Goed ingepakt zie ik.' De glimlach nog steeds op zijn gezicht. Na een paar magische woorden gaan de deuren open. 'Nou J, welke kant moeten we uit. Geeft niet, doe maar?' Een beetje beschutting tegen de wind kan geen kwaad, dus richting Nienoord. Na een lekker babbeltje worden onze wangen een beetje rood. Ja het is wel fris, zelfs in Nienoord. 'Als je het koud hebt of terug wilt even zeggen hoor?' 'Nee hoor, ga maar door.'

Rode wangen, drup onderaan de neus, koude benen, maar wel doorgaan. Wat een bikkelaar. Prachtig toch? We blijven plezierig kletsen, dan denk je ook niet aan de kou. Maar de druppels aan de neus worden groter, wangetjes dieprood. Ondanks dat we beiden trappen worden onze benen stijf koud. Je voelt het door de broek heen maar we genieten van ons tochtje. Na het gezellige uurtje voelen we de warmte van Vredewold weer om ons heen. 'Dat voelt ook lekker, of niet dan?' De glimlach zit volgens mij vastgevroren op J zijn gezicht. Na een stevige ijskoude handdruk gaan we ieder op weg naar een warme kop thee en lekker opwarmen. 'Doei J, tot een volgende keer.'

VERVOER en BEGELEIDING

'Vervoer en Begeleiding' is een dienstverlening van De Hulpkring. We zijn er voor cliënten die zelf geen vervoer hebben en voor wie reizen met het OV niet lukt. Eén van onze vrijwillige chauffeurs rijdt u met eigen auto naar uw bestemming. Dat kan zijn een ritje naar het ziekenhuis, een afspraak bij de kapper of een bezoekje bij familie of bekende. Onze chauffeurs verzorgen samen zo'n 450 ritjes per jaar.

In dit artikel leest u iets over de ervaringen van één van de chauffeurs, Alfred Kuiper, die al meer dan 20 jaar rijdt voor De Hulpkring. Alfred heeft in het dagelijks leven een ICT bedrijf en een Adviesbureau waar hij samen met een aantal compagnons leiding aan geeft. Zo'n 15 á 20 keer per jaar verzorgt hij een ritje met een cliënt naar het ziekenhuis. Dat betekent voor hem uit en thuis, inclusief wachttijd, al snel zo'n twee uur per rit.

Alfred combineert zijn drukke baan met een stukje vrijwilligerswerk. Soms is het wel even zoeken naar een gaatje in de agenda maar hij kiest er bewust voor om naast zijn werk ook iets te doen als vrijwilliger. Hij vindt het erg belangrijk en eigenlijk vanzelfsprekend om iets voor een ander te doen. Zijn motivatie: Je helpt daarmee een ander. En het kan je ervoor behoeden dat je leven te veel beheerst wordt door je werk.

Alfred geniet van zijn vrijwilligerswerk. Vaak zijn de cliënten al wat op leeftijd. Hij heeft de ervaring dat oudere mensen vriendelijk zijn. Ze houden van een persoonlijk gesprek en je merkt gewoon dat ze dankbaar zijn voor de geboden hulp. Dat geeft Alfred veel voldoening en energie, het haalt hem een moment uit de turbulentie van zijn werk.

Vroeger deed Alfred alle soorten ritjes. Tegenwoordig rijdt hij meestal naar het ziekenhuis. De ervaringen tijdens zo'n rit kunnen behoorlijk verschillen. Het begint met het maken van een afspraak met de cliënt, via de telefoonwacht van De Hulpkring. In dit artikel geven we haar de naam: Mevrouw de Boer, niet de cliënt op de foto. Precies op het afgesproken tijdstip arriveert Alfred op het aangegeven adres en voor hij kan aanbellen

zwaait de deur open. Mevrouw de Boer heeft haar jas al aan en haar tas gepakt. Ze is vanmorgen vroeg opgestaan want ze wil beslist niet te laat zijn. In de auto vertelt ze het een en ander over de reden van het bezoek aan de specialist en daarna over haar kinderen, die allen in het westen van het land wonen. Alfred merkt dat mevrouw best wat gespannen is, een bezoekje aan een specialist is voor de meeste mensen geen alledaags gebeuren. Gaande de rit krijgt ze meer rust. Een luisterend oor en een meelevende opmerking helpen daar goed bij.

Bij de polikliniek aangekomen zet Alfred mevrouw bij de ingang af, zoekt een plaatsje voor de auto, spoedt zich dan lopend naar de ingang en gaat samen met mevrouw naar de receptie. Soms vindt een cliënt het prettig dat de chauffeur mee de spreekkamer ingaat (twee horen meer dan één) maar bij mevrouw de Boer is dat niet nodig. Alfred zoekt een plekje in de wachtkamer en pakt zijn tablet om nog even wat zaken door te nemen.

Na een minuut of twintig komt mevrouw de Boer de spreekkamer weer uit, maar ze is nog niet klaar. Er moet nog bloed worden afgenomen en foto's worden gemaakt. Dat gaat meer tijd kosten dan aanvankelijk is verwacht, maar Alfred heeft royaal ingepland. Uit ervaring weet hij inmiddels dat bij een polibezoek de tijd kan uitlopen.



Chauffeur Alf

Ongeveer drie kwartier later komt mevrouw duidelijk opgelucht de röntgen afdeling uit. De uitslag van het onderzoek zal haar later door de huisarts worden meegedeeld. Samen met Alfred loopt ze naar de uitgang, waar ze wacht tot hij de auto uit de parkeergarage heeft gehaald en haar helpt met het instappen. Tijdens de rit naar huis vertelt ze wat er in de spreekkamer is besproken. Daardoor krijgt ze het voor zichzelf beter in beeld en is er al een begin van de verwerking. Bij de deur wordt afscheid genomen van een dankbare cliënt en rijdt Alfred met het gevoel van een goed bestede middag naar huis.

Natuurlijk verlopen niet alle ritten zo. Meestal is de benodigde tijd redelijk goed in te schatten. Soms zijn er cliënten die niets vertellen over de reden van het bezoek. Ze houden meer van een gezellige babbel of een serieus gesprek over actuele gebeurtenissen. Als chauffeur respecteer je dat en speel je daar op in.



Alfred Kuiper en een cliënt

De ene chauffeur kiest voor korte ritjes (binnen een uur uit en thuis). De ander gaat liever voor een langere rit. En weer anderen voor de afwisseling kort/lang. Er is zelfs een drietal chauffeurs die zo af en toe een ritje naar het westen van het land maakt. Onze telefoon-wachten kennen de voorkeuren van de chauffeurs en houden daarmee rekening bij een verzoek om te rijden.

Dat het werk veel voldoening geeft blijkt wel uit het feit dat een behoorlijk deel van onze chauffeurs al langer dan 10 jaar vrijwilliger is. Natuurlijk zit er weleens een cliënt tussen met wat veel noten op zang. Maar dat blijft beperkt tot een enkeling.

Het afgelopen jaar heeft een aantal chauffeurs vanwege leeftijd en/of gezondheid afscheid moeten nemen. Op dit moment kunnen we in alle aanvragen nog voorzien maar wat extra chauffeurs zouden we best kunnen gebruiken. Mocht u daar meer over willen weten of u willen aanmelden neem dan gerust eens contact met ons op per telefoon of per mail. Hieronder staan onze gegevens.



DE HULPKRING - LEEK

telefoon: 06 30 85 85 25
(tussen 9.00 en 10.30 uur)
email: info@hulpkring.nl
website: www.hulpkring.nl

Na het lossen van de 25.000 kg aan hulpgoederen bij het depot in Ternopil bleek dat één van de 4 bussen van ons de geest had gegeven. Al ons vakmanschap werd uit de kast gehaald om 't krenk weer aan de loop te krijgen, maar er kwam zelfs geen zuchtje geluid uit de uitlaat. Zelf zuchtten we wel even alles bij elkaar. Hoe nu verder, zo'n 2000 km verwijderd van moeder de vrouw. Niet dat zij direct de overall aan zou trekken, de motorkap openen en sleutelen dat het een lieve lust was..... Gelukkig was er een bevriende chauffeur van een truck en trailer die een sterke band had om de bus mee op te trekken. Glibberend over de bevroren ondergrond duwden we mee en zowaar startte de motor direct. Hiep hiep hoera, de vlag kon uit.

Hoewel voor even, want toch maar even de motor weer uit en opnieuw proberen te starten. Nee dus. Terwijl ik rond keek, zag ik een aantal dichte deuren van een lange hal. Op goed geluk opende ik er een. Of het zo moest zijn! Binnen gekomen bleek het een autogarage te zijn. Allemaal kerels in zwarte overalls, die ongetwijfeld een andere kleur hadden gehad, maar de olie en smeer en het harde werken hadden besloten dat zwart een betere uitstraling had.

Op mij afgelopen kwam een klein maar stevig manneke. Het bleek de baas van 't spul te zijn. Het tweede probleem diende zich direct al aan, (kaduke bus was de eerste). Hij kende geen Engels en ik geen Oekraïens. Gelukkig de vertaalapp bij de hand en naast handen, voeten en het nadoen van een auto die het niet deed, (probeer dit maar eens na te doen) ging hij met mij naar buiten. Ook hij controleerde de accu, tikte op alles wat zich onder de motorkap bevond, en zuchtte daarna op z'n Oekraïens, hoewel dat gepaard ging met een aantal woorden waar ik de vertaalapp maar niet op los liet. Maar, hij was van goede wil, vooral toen hij begreep waarom wij in Oekraïne waren.

Tuintips van Cees de tuinman

(advertorial)

Tuinonderhoudsbedrijf Cees Gerretsen (06-53523916)

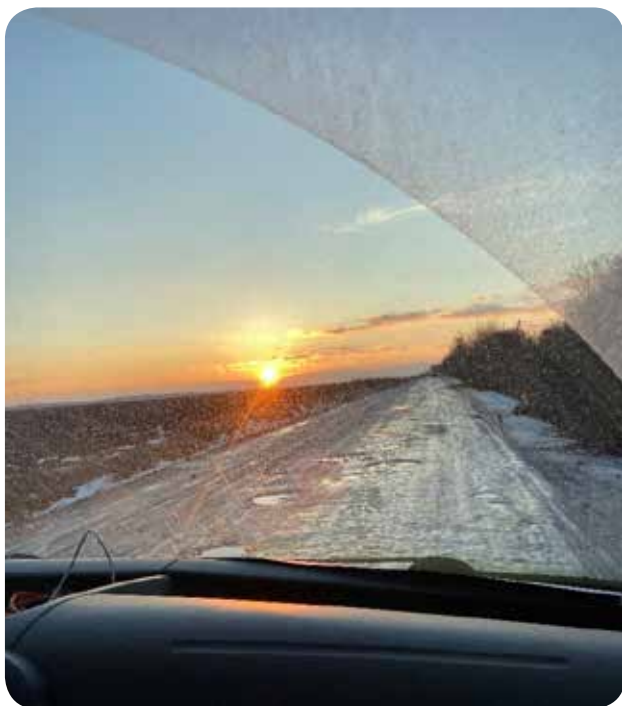
Hierbij wat tuintips

MAAND APRIL - Borders bemesten en moestuin voorzaaien
 - Groene aanslag verwijderen terras
 - Dahlia's en gladiolen poten

MAAND MEI - Geef langwerkende gazonmest dan blijft het gazon veel langer sterk en gaat gezond de zomer in.
 - Na ijsheiligen (14 mei) eenjarige planten poten
 - Knip uitgebloeide bloemen van narcissen en tulpen af. Laat het loof afsterven zodat de bol voedingsstoffen kan opslaan voor het jaar daarop.

MAAND JUNI - snoei vroegbloeiende planten terug, zoals sering en forsythia
 - Vaste planten die gebloeid hebben terugsnoeien, voor tweede bloei.
 - Ondersteun vaste planten waar nodig
 - Knip wilde scheuten weg bij rozen





Er werd besloten dat ik met hem achter het stuur in onze bus bevriende garages bij langs zou gaan om het probleem te fiksen. Eerst optrekken, kabels los, en daarna begon één van mijn ergste nachtmerries, waar ik eens per maand nog rechtop door in bed zit. Zweet op 't koppie en een hartslag waar een beetje dokter een paniekaanval van zou krijgen.

Weet dat de wegen in Ternopil iets hebben van gaten tussen de kaas. Niet dat dit mijn chauffeur de gasplank bijna niet deed indrukken, zodat hij het wegdek her en der kon berijden, integendeel. Zelfs op de puikste asfaltweg had ik nog nooit zo hard gereden. Meer met mijn kale hoofd boven tegen het dak dan mij lief was, handen wit gekleurd door het vastklampen aan alles wat maar enigszins te grijpen was en mijn voeten schrap tegen de voorkant van de ruimte onderaan. Af en toe stoppend bij één van zijn bevriende garages, maar ook daar schudden ze met hun hoofden en hieven de handen ten hemel. Het werd er niet gezelliger op in onze bus. Met één hand aan het stuur slalomden we van kaas naar kaas en met de andere hield hij zijn mobieltje tegen zijn oor. Nadat we al zijn laatste strohalmen hadden opgebruikt en zijn voorheen vrienden de eerste tijd niet meer in zijn vriendenboekje voorkwamen, raceten we de stad Ternopil uit, om uiteindelijk in de middle of nowhere bij een huis uit te komen. Het bleek het huis van mijn monteur te zijn.

De bus werd in een garage gezet en even later werd ik door iemand anders opgehaald en naar het depot gebracht. De trailer was intussen bijna gelost. Ik werd nog door één of andere journalist met camera en microfoon geïnterviewd, waarbij ik in mijn 'beste' Grunnegse Engels reageerde en daarna vertrokken we samen in colonne, met één bus minder naar onze eet – en slaapplaats. De volgende dag bleek een dag om nooit te vergeten. Maar daarover zullen in de volgende BijBlijver nog veel woorden en wie weet emoties volgen.

Tips van PC Ronnie, computerhulp aan huis in Noordenveld en Westerkwartier: Ben ik gehackt?

Het kan de beste overkomen: gehackt worden. Opeens heeft iemand toegang tot je e-mailadres, je social media of zelfs je bankzaken. Gelukkig zijn er dingen die je kunt doen om de hacker uit je accounts te gooien en ervoor te zorgen dat het niet nog een keer gebeurt.

- ✓ Als je gebeld wordt door de bank? Ophangen! Het eerste wat je erna moet doen is je bankpas blokkeren en daarna zelf de bank bellen.
- ✓ Verander je wachtwoorden. De meeste hacks ontstaan, doordat lijsten met wachtwoorden worden gestolen of doorverkocht.
- ✓ Stel een tweestapsverificatie in, zodat je bijvoorbeeld ook nog een SMS krijgt bij het inloggen.

Gebruik niet overal dezelfde wachtwoorden. Bedenk een wachtwoordzin met hoofdletters, kleine letters, cijfers, speciale tekens. Hoe meer karakters, hoe beter! Minimaal 12 tekens is aan te raden.



06 - 22 175 775



info@pcronnie.nl

Beste lezers, hier het tweede deel van de wereld van de koek.

Koek, altijd lekker, een plakje bij de koffie.

We kennen in Nederland verschillen smaken en vormen van koek. Ook heb je in Nederland specifieke koekprovincies, d.w.z. in deze provincies wordt substantieel meer koek gegeten dan in de overige provincies.



Koekprovincies zijn: Groningen, Friesland en Brabant. Wat wordt hier dan zoal gegeten aan koek? Dat ga ik u vertellen. In de provincie Groningen wordt voornamelijk blokkokoek gegeten, evenals in Brabant. Friesland daarentegen wordt gekenmerkt door een verscheidenheid aan modellen en soorten.

De soorten die in Groningen veelal worden gegeten zijn sukadekoek, krentenkoek, notenkoek en oudewijvenkoek. In Brabant is de blokkokoek bekend onder de naam peperkoek (ontbijtkoek).

In Friesland heb je verschillende modellen en afmetingen, nl. reepkoek, keallepoaten, krudkoeke en ook de oudewijvenkoek. Alle verschillende koeksoorten in Friesland hebben een andere samenstelling van ingrediënten waardoor de specifieke smaken ontstaan. Anijs is een belangrijke smaakmaker die aan meerdere soorten wordt toegevoegd.

Anijs komt van oorsprong uit drie gebieden: Spanje, Turkije en Syrië. Onze leverancier in Steenwijk staat garant voor de kwaliteit die we als bakker graag willen. Anijs is een eenjarige plant, die zeer afhankelijk is van het weer om een juiste kwaliteit op te leveren. Hij wordt ook maar 1 x geoogst. De zaden worden gedroogd en gemalen en toegepast in diverse melanges.

De bekendste koek waarin anijs is verwerkt is de oude wijf.

Wij van Bakkerij Molkwar BV bakken dagelijks overheerlijke koeken onder het merk "Molkwarderkoeke"

Strukelstenen



Het kin zo mor gebeuren dat de minsen over mij hin stappen of boven op mij stoan goan.

Sums lopen ze met n boog om mij hin en dat dut mij nog t meeste zeer. Want wij worden toch niet veur niks strukelstenen nuumd. En echt niet met de bedoeling om jim te loaten vallen. t Zol wel mooi weden om even bij mij stoan te blieden en veurover te boegen en de noam op mien steen hardop te zeggen.

Ien 1992 bedocht n Duutse kunstenoar Gunter Demnig (1947) n steentje woarop hij n messing plaatje moek. Elk steentje werd met e haand moakt en elke letter ien t messing plaatje werd met n hoamerklap der ien sloagen. Hij nuumde ons Stolpersteine. We leggen met zo'n 100.000 verspreid deur heul Europa, as aandenken aan alle jeuden, Sinti en Roma, verzetsminsens, Jehova's getugen, communisten, homoseksuelen, gehandicapten, onderdukens en minsens die heur hielpen, die werden vermoord ien e Tweede Wereldoorlog deur et bewind van Hitler...

Ze worden leid veur t huus woar ze et lest woond hemmen. Zo leg ik met twee andere strukelstenen veur t huus van de jeudse Abraham Levij van Dam en zien vraauw Jetje op e Tolberstroat 61, krekt tegenover t veurmoalege gemeentehuus van Leek.

De pabbe van Abraham was slachter en veekoopman, mor met 8 kiender hadden ze t niet al te breed. Abraham en zien broer Levie hielpen heur olders deur ien e slachterij met te helpen en kochten zulf dode bokken en geiten om e vellen te verkopen. De beide jongens hadden mor één wens. Om op eigen kracht aan e armoe te ontkommen. Deur haard te waarken en zuneg te leven kon Abraham ien 1916 een vlees exportfabriek, van Dam en Co., begunnen. Veul ienwoners van Leek stoken geld in dizze fabriek zodat ien 1921 "de Exportslachterij en Vleeswoarenfabriek" uubreid en gemecha-

niseerd worden kon. Veul minsens uut Leek en omstreken waarkende ien dizze fabriek. Abraham werd n welgestelde Leekster en liet hum met de auto noar de scheerboas rieden, hoewel t mor n poar minuten lopen was.

Ien 1929 trouwde de 43-joarege Abraham met de 16 joar jongere Jetje de Jonge uut Musselkanoal. Jetje wer Jette nuumd en was n heule mooie vraauw. Ze proatte "Hollands" ienploats van Grunnegs. Men vond heur dan ok n echte doame. Ze was veur heur traauwen verpleegster west en as ze getuge was van n ongeluk verleende zij direkt eerste hulp.

Ze konden heur geluk niet op toen op 1 maart 1932 hun zeun René Simon geboren werd. Hij bleef eneg kiend. Ze wadden dan ok slim wies met hum en op n verjoardag kreeg er zulf n elektrische trein.

Ok zoakelek gezien ging t heur veur de wind en ien 1938 liet Abraham een prachteg huus bouwen tegenover t gemeentehuus van Leek. t Was n dubbele woning, de aandere helft werd bewoond deur zien ongetrouwde broer Levie en zus Bettie.

Ien e fabriek stond er bekend as n haarde waarker en n schappeleke boas. Mor ien t dörp had men t voak over die 'minne jeude'. Men verdocht hum ervan dat hij oneerlek was over de winstdeling. En ok summege arbeiders op e fabriek moeken hum min, niet tegen hum zulf natuurelek. Abraham had dat wel deur mor hiel zien scholders op en zee: "Mor zij binnen ja altmoal bliede dat ze waark bij mij hemmen."

De Tweede Wereldoorlog brak uut en Abraham en zien gezin binnen nog met e auto noar IJmuiden reden...mor alle boten wadden al vertrokken.

Ien t noajoar van 1942 werd et gezin van Dam oppakt en noar Westerbörk brocht. Woarop ze ien feberwoari '43 op transport zet werden noar Auswitsch. Doar werden ze n poar doagen loater vergast...Abraham 56 joar, zien vraauw Jette 40 joar en de kleine René Simon slechts tien joar old.

En nou leg ik hier veur heur huus as herinneringspunt, doar woar zij thuus wadden, woar ze ophoald binnen en nou weer terug binnen..

t Is zoas mien moaker Gunter Demnig altied zeit: "Een mins is pas vergeten, as men zien noam vergeten is."

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




KOOTSTRA
Levens- en Nalatenschapsplanning

Euroweg 6 • 9351 EN Leek
0594 51 88 30
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 ze-
kere 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

medisch pedicure

Karin Sietsma

Ik ben gespecialiseerd in het geven van
diabetische en reumatische behandelingen.

Iedere woensdag in Dorpshuis De Til
aan de Tolberterstraat 36 A te Leek.

Maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag
aan de Grote Veenbrandstraat 7 te Zevenhuizen.



Gediplomeerd lid:


ProVoet

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

Aangesloten bij:

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

De Bijblijver heeft een gesprek met Gert de Vries. Gert werkt ruim 16 jaar bij de gemeente Leek, is begonnen als hovenier en werkt nu als coördinator van de buitendienst. Zijn werkzaamheden bestaan o.a. uit het coördineren van het park Nienoord. Hij weet veel van de historie van Leek en de Borgbewoners; hierin neemt hij u een stukje mee.



Nienoord, zeer bekend zowel binnen als buiten Leek. In dit artikel gaan we niet over het huidige Nienoord iets vertellen, maar over het Nienoord dat vroeger als park door een rijke familie is aangelegd. Ooit stond daar een kasteel met een ommuurde gracht. Kastelen dienden in die tijd voor de verdediging van het gebied; toch is het kasteel belegerd en bezet geweest door de Spanjaarden. Later is de borg gebouwd. Gedeeltelijk uit stenen van een vervallen Borg/Steenhuis, die ongeveer ter hoogte stond van de boerderij van boer Wiersma te Midwolde, iets achteruit in zijn land. Het is niet helemaal zeker of het een Borg of een Steenhuis is geweest. Hoogst waarschijnlijk een Steenhuis; deze stonden namelijk veel in het Groninger landschap.

De stenen werden naar de plaats gebracht waar de Borg werd gebouwd. Stenen waren in die tijd vrij kostbaar en hergebruik was ook toen al aan de orde. Eens kwam Gert een vreemde



bodemsituatie tegen tijdens zijn werk in het sterrenbos en dat wekte zijn nieuwsgierigheid. Hij schepte aarde weg en er werden stenen zichtbaar. Hij vermoedt dat dit stenen zijn die men niet kon gebruiken om de Borg te bouwen en die men daar in een dobbe heeft gedumpt. Als je een rechte lijn vanuit Midwolde naar de Borg trekt, dan ligt dit op de route waar ooit een pad zou hebben gelegen.

Gert heeft vele dingen in de grond gevonden, zelfs een tand van een wild zwijn. Vermoedelijk hebben de Borgbewoners een wild zwijn gegeten en het afval in de gracht gegooid en honderden jaren later wordt zo iets dan terug gevonden. Gert heeft de gevonden spullen aan het museum in bruikleen gesteld.

De plaats Leek bestond voor de komst van de Borg niet; de Borg is gebouwd in Midwolde. Pas met de komst van de Borg is Leek ontstaan. De Borgbewoners waren uitzonderlijk rijk; hun grondbezit strekte zich uit van Leek tot Coevorden. Zoals we allemaal weten hebben er veel rijke mensen in de Borg geleefd; onze straten geven hun namen weer.

Ooit heeft het veengebied veel rijkdom en werkverschaffing gebracht. Rijkdom moest vroeger zichtbaar zijn, zichtbaar voor andere rijken, maar zeker ook voor de armen, want aanzien was in die tijd heel belangrijk. Op het landgoed Nienoord stond niet alleen de Borg; ook meerdere boerderijen waren er onderdeel van. Bekende boerderijen zijn Westerheerdt en Oosterheerdt. Als je bij de pannenkoekboerderij het bos in loopt kom je een betonnen silo tegen, nu ingericht als zitbank. Hier in de buurt heeft vroeger ook een boerderij gestaan. Ongeveer 12 jaar geleden heeft de gemeente Leek op de plek van de oude boerderij oude fruitrassen gepland. Ze zijn gepland in de contouren van de oude boerderij. Als je op Google maps kijkt kun je de contouren zien. De voormalige rozentuin is in 1995 opnieuw aangelegd. Vroeger hadden de Borgbewoners hier een kruidentuin. De kruiden kwamen veelal uit mediterrane landen en werden gebruikt voor eigen keuken. Deze kruidenplanten heeft men in 1995 geprobeerd terug te plaatsen, maar ze konden niet goed overleven. Toen is er gekozen voor de beplanting die er nu staat. De historie vertelt ook waarom er bepaalde planten op het landgoed aanwezig zijn. De Borgbewoners plantten Stinzenflora aan om te laten zien hoeveel rijkdom ze bezaten. Het waren allemaal planten die ver weg kwamen, uit Europa of andere werelddelen.

De Eekhoornlaan is de laan vanaf de haven naar Borg en Jeugdpark. Daar vind je veel daslook, sterrenkruid, bosanemoon en meerdere anjersoorten. Deze planten zijn door de Borgbewoners naar Nienoord gebracht; van oor-



Alles onder 1 dak

Voor particulieren en bedrijven - Deel 1
Een compleet pakket voor haar opdrachtgevers



VAN INSTALLATIE TOT SERVICE & ONDERHOUD

GEZONDER KLIMAAT MET AIRCONDITIONING

De lucht in de woning wordt snel vervuild. Dit komt o.a. door de aanwezigheid van de bewoners, etenslucht, sigarettenrook, bacteriën en stofdeeltjes. Een airco zorgt voor schone lucht in huis. Hij heeft een speciale functie om vervuilde deeltjes en o.a. pollen in de lucht te filteren. Dit is een groot voordeel voor hooikoortspatiënten. Zo heeft u niet alleen een prettiger, maar ook een gezonder klimaat in huis.



Installateur sinds 2010

VOORDELEN VAN EEN AIRCO

- * Snel verwarmen en/of koelen van ruimtes
- * Geen tot weinig pollen meer in huis
- * Luchtvochtigheid reduceren
- * Gezonde leefruimte
- * Energiezuinig

AIRCONDITIONING

Wilt u meer info of adviezen neem dan contact: 06 23 39 46 48
of mail naar montagebedrijf.montana@gmail.com Vestiging Leek KvK 72181176



* BAS ASBESTSANERING B.V.

Bent u vanaf dit jaar nog verzekerd?

Als u asbest in uw pand heeft, is verwijdering noodzakelijk, i.v.m. de te verzekeren objecten. Het zal voor een aantal moeilijk worden om hun vastgoed o.i.d. te verzekeren. In 2024 moet het asbest verwijderd zijn! Kijk uw verzekeringspolis 2024 daarom goed na! Laat u dus goed informeren.



Het behoort tot onze mogelijkheid een project te upgraden naar een nieuwe situatie. Voor uitbreiding van een gebouw of een nieuw te bouwen project kunt u bij Boelens Haulerwijk terecht.

Hieronder vallen ook aanpassingen van bestaande gebouwen, renovaties en/of reparaties van staalconstructies.

Ontwerpen voor renovatie of nieuw te bouwen projecten besteden wij uit aan de constructeur en architect.



Voor informatie kunt u bellen naar Boelens Haulerwijk B.V.
Turfsteker 1 - Haulerwijk * T 06 53 88 10 39 - info@boelens-haulerwijk.com

sprong horen ze hier niet thuis.

FIENA BOLT

vervolg op pag. 29 - INTERVIEW NIENNOORD



Op het Borgterrein staat misschien wel één van Nederlands meest waardevolle tulpenbomen van ongeveer 300 jaar oud. Naar alle waarschijnlijkheid is hij als stek over zee naar Nienoord gekomen. De boom leeft nu in zijn veteranenfase. Hij is hol van binnen en de wanddikte van deze boom is 1,8 cm. Hij wordt kunstmatig klein gehouden, zodat hij weinig wind vangt. Hij bloeit en groeit nog steeds volop. Zo kan de tulpenboom hopelijk nog vele jaren op zijn mooie plekje blijven staan op het Borgterrein. Voor de kinderen is het de kabouterboom, want er leven vele kabouters in deze prachtige boom.

Er is nog één stukje grond van de erven van Panhuys in Leek. Dit is midden in het centrum, gelegen bij de waterbak. Hier was vroeger de oorspronkelijke ingang van Nienoord waar de toegangspoort stond. In de buurt van deze poort hadden de Borgbewoners een sterrenbos aangelegd. Op de plaats van het toenmalige sterrenbos is nu het openluchtpodium. Als je goed kijkt naar de bomen aan de rand van het terrein kun je de contouren van het voormalig sterrenbos nog zien.

De Borg is gebouwd in Midwolde. Later heeft van Panhuys een woning gebouwd voor zijn zoon op het terrein van de Borg, maar in feite stond dit huis in Midwolde. Het adres van het huis is mettertijd veranderd en diende als Gemeentehuis van Leek. Gert hoopt toch een beetje dat het gemeentehuis van het Westerkwartier in Midwolde komt te staan, want dan zou de

De huisarts als bemiddelaar

ELIZE

Onder het spreekuur krijg ik een telefoontje van de assistente met de vraag of ik een visite af wil leggen bij een man die net gevallen is. Hij kan niet lopen omdat hij veel pijn in zijn heup heeft.

Bij aankomst tref ik hem zittend in de stoel, ietwat ongemakkelijk van de pijn. Als ik om me heen kijk zie ik dat het huis ruim is, nergens liggen kledjes op de vloer of andere dingen waar makkelijk over gestruikeld kan worden. Zijn dochter is inmiddels ook aanwezig.

Ik vraag wat er gebeurd is. Hij blijkt van de trap te zijn gevallen. Dochter vertelt dat ze hem al langere tijd verboden heeft de trap op te gaan. Het is ook niet nodig want zowel slaap-, als badkamer zijn beneden. Hij blijkt de laatste tijd vaker gevallen te zijn. Dit heeft tot nu toe gelukkig alleen geresulteerd in blauwe plekken en schaafwonden. Hij begrijpt dat zijn dochter bezorgd is. Meestal houdt hij zich goed aan haar voorschrift, maar soms moet er toch echt even iets gedaan worden. Zo ook deze ochtend.

Ik kijk hem na, besluit hem toch naar het ziekenhuis te sturen voor röntgenfoto's om een breuk uit te sluiten. Omdat lopen niet gaat en hij toch wel

veel pijn heeft geef ik aan dat ik de ambulance ga regelen. Dit gaat hem toch wat ver. `Dat is toch niet nodig dokter?` Zijn dochter is mijn antwoord voor: `Pap, niet eigenwijs zijn, luister naar de dokter!` Uiteindelijk gaat hij na een korte discussie akkoord.



Als ik hem sterkte wensen naar de deur loop zegt hij met een lach: `Kunt u niet even blijven? Ik ben bang dat als u weg bent me wat te wachten staat met mijn dochter omdat ik toch de trap ben opgegaan.. dan bent u, zeg maar, een bemiddelaar.

Het was een grapje, toch had ik met hen te doen. Dochter wil het beste voor vader, vader wil graag zijn eigen dingen kunnen blijven doen en niet afhankelijk zijn. Later op de dag zie ik het fotoverslag: geen breuken gelukkig. Als ik een paar dagen later opnieuw bij hem langsga ter controle is de pijn al een heel stuk afgezaakt. De schrik zit er nog wel in, de trap laat hij vanaf nu met rust geeft hij aan.



Sportvereniging Op Dreef

Klootschieten

Albert is lid van 'Op Dreef', een sportvereniging voor ouderen in Roden. Blijven bewegen (in eigen tempo) en elkaar ontmoeten is belangrijk als je ouder wordt, zo vindt hij.

Albert organiseert ook het klootschieten. Ieder lid van deze vereniging mag (naast het sporten) hier gratis aan meedoen. Klootschieten is eens per week (en het hele jaar door) in Roden en omgeving. Deelnemers komen samen op de afgesproken plek, worden in groepjes verdeeld en spelen het spel in de vrije natuur in de omgeving van Roden. Na afloop wordt er samen nog even iets gedronken in een gezellige sfeer. Kortom een leuke en gezonde bezigheid.

En nu komt het mooie:

Bent u geen lid van Op Dreef, dan is deelname aan het klootschieten toch mogelijk. Voorwaarde is dat u donateur wordt van 'Op Dreef' voor €25 per jaar. U kunt dan het hele jaar door wekelijks klootschieten!

Mocht u interesse hebben in de sportclub of het klootschieten, neem dan contact op met Johan Menzinga via 06 49 252 106 of via de mail: hvpopdreef@gmail.com.

Het lidmaatschap kost per maand kost ongeveer net zoveel als 2 pizza's! En die zijn een stuk minder gezond!

Zorgplaza in Roden is inmiddels een begrip in de drie Noordelijke provincies. We hebben een ruime voorraad relaxfauteuils met sta-op functie, zowel nieuw als gebruikt en mocht uw stoel daar niet tussen zitten dan hebben we een meetstoel om u op te meten en aan de hand van de juiste gegevens een prima passende stoel in uw favoriete kleur te maken: Een stoel op maat. We zijn niet voor niets lid van de Vereniging van Zitspecialisten.

Mocht het voor u lastig zijn om naar onze winkel te komen dan kunnen we geheel vrijblijvend bij u komen voor een passing.

Daarnaast bieden we u een ruim assortiment scootmobielen, eveneens zowel nieuw als gebruikt. Eentje om mee te nemen in de auto wanneer u met familie een dagje op pad gaat naar bijvoorbeeld Wildlands in Emmen of een om heerlijk comfortabel mee te flaneren door de Onlanden of het Nienoordbos.

Ook rollators hebben we te kust en te keur, voor ieders portemonnee en voor iedere situatie. Voor binnen of voor buiten, van carbon of aluminium, met standaard handvatten of onderarmschalen, met een rolstoelfunctie of om mee te trippelen.

Verder krukken, wandelstokken, hoog-/laagbedden, toiletverhogers, douchestoelen, braces en pillendoosjes. En hebben we iets niet dan gaan we het voor u bestellen bij onze leveranciers. Laat uw zorg ónze zorg zijn.



Zorgplaza BV
Kanaalstraat 27
9301 LP RODEN

050 – 737 0 340
info@zorgplazanoord.nl
www.zorgplazanoord.nl

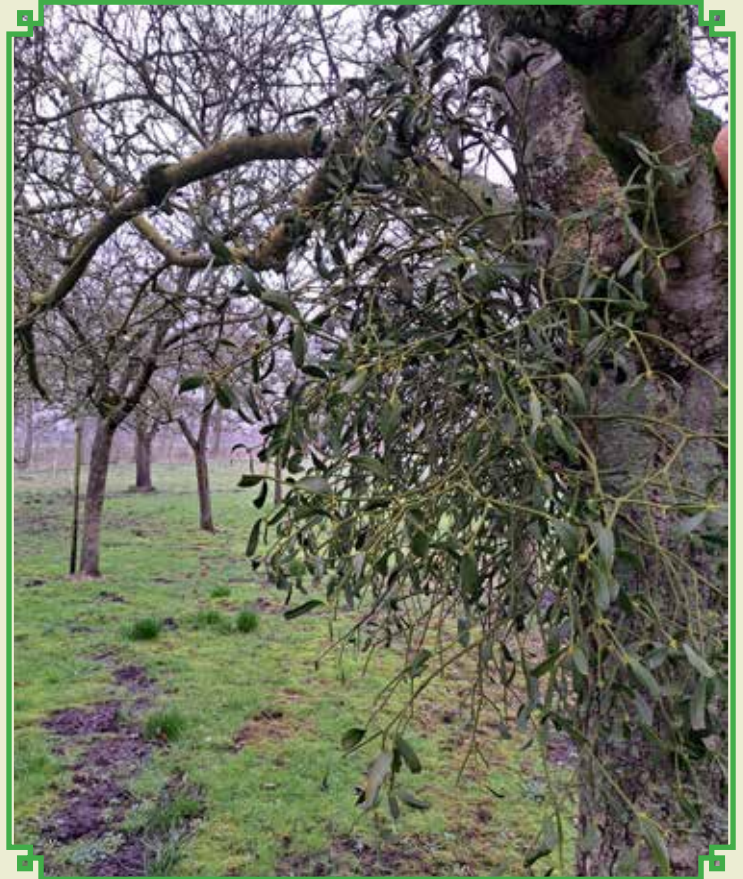


Als ik op een donkere januaridag 't Pad op fiets, sla ik na enkele honderden meters af naar het heem van Jan Woltema. De staldeur staat open, ik loop naar het bovenveld en word begroet door Jan z'n waakhond, een kwispelende Jack Russell. De haard brandt en Jan heeft de koffie klaar. De huiskamer ademt rust en degelijkheid. Passende ambiance aan een eeuwenoud pad. Veel vragen hoef ik hier niet te stellen, Jan vertelt honderduit. Als ik weer vertrek slaat de hond luid aan en kijk ik vragend naar Jan. 'Wat heb ik nou aan mijn fiets hangen, Jan?' Het kan niet anders of deze zojuist zo gastvrije viervoeter heeft liever dat ik nog even blijf. Maar er is al menig uur verstreken, en verschillende bezoekers zijn ondertussen gekomen en gegaan. Jan blijkt van alle markten thuis en dat weten kennelijk velen die bij Jan hun licht op steken. Waar kon ik beter m'n rendez-vous houden dan hier?

Voor het eerst zocht ik Jan op in 2008. Een wonderlijke hofstede om meer dan een reden. Elk die 't Pad op gaat zal de boomgaard niet ontgaan. Een grote verzameling vruchtbomen heeft Woltema op zijn land een plek gegeven. En terwijl hij op de praatstoel zit ontdek ik in hem een kleurrijk man met een even kleurrijk verleden. Of moet ik zeggen: bont?

Geboren en getogen in de huidige gemeente Eemsdelta, is Jan naast veehouder tevens veredelaar en boomkweker geworden. Vanuit hoog in het noorden, ging zijn zoektocht naar oude fruitrassen tot het uiterste zuiden en verder zelfs naar Frankrijk. Dat kent z'n weerga niet! Zijn fruitbomen verhalen van verre streken en vertellen dat door aan borgen in de wijde omgeving. Neem de kasteeltuinen van Verhildersum in Leens. Of dichterbij - bezoek de heemtuin van de Coendersborg te Nuis. Oude tijden herleven daar met een romantiek die je doorgaans alleen in historische romans tegenkomt.

In 2008 stond mijn bezoek aan Jan in het teken van een wonderlijke verschijning in de natuur. De maretak. De maretak of mistletoe is een vreemde eend in de dendrologie. Waar elke heester of boom zijn wortels aan moeder aarde verbindt, doet de maretak dat onder



de bast van een boom die zich als gastheer laat lenen. Vogels zorgen doorgaans voor de verspreiding maar hier is dat boer/veredelaar/bomkweker Woltema. Hijzelf is de 'vreemde vogel' geweest die de plakkerige bessen op de takken van zijn vruchtbomen heeft gewreven. Uniek mag het heten hoe deze mystieke struik zich een plek in het nuchtere Groningen heeft verworven. Het geeft een 'literaire trilling' aan deze oude woonstede. Literair? Wie kent niet vanuit de Engelse literatuur wat de mistletoe met een mens kan doen? Of anders, wie heeft nooit gehoord van de Eik waaruit met een gouden zwaard de maretak werd gesneden?

Zo zijn we ongedacht aangeland op een hofstedewaaroudeculturenelkaarontmoeten. En ook, waar je op een bankje je fantasie kunt laten gaan van stugge Groningers naar vrolijke Bourgondiërs en feeërieke Kelten. Ga er ook eens bij zitten daar en luister naar dat gefluister. Wie weet gaat er voor jou nog veel meer leven in zo'n ontmoeting.

'Bie Pad' is een rubriek waarin ik op pad ga in de omgeving om mensen te ontmoeten en wetenswaardigheden door te geven.

Wim Venema

Als u dit leest heeft u naar alle waarschijnlijkheid uw belastingaangifte van 2023 al gedaan. Als dat niet zo is, is het verstandig dit zo snel mogelijk te doen of laten doen. Behalve natuurlijk wanneer u uitstel heeft gevraagd tot 1 september. Wij hebben dit keer niet alleen de inkomstenbelasting gedaan maar ook voor veel klanten de huur en/of zorgtoeslag kunnen nakijken of aanvragen. Ook nu hebben we weer een aantal leuke dingen voor de mensen kunnen doen.

Er was een getrouwd stel dat alleen AOW had en een heel klein pensioentje. Helaas hadden ze veel ziektekosten zodat ze in aanmerking kwamen voor de Tegemoetkoming Specifieke Zorgkosten. Hier kan men voor in aanmerking komen als men niet de volledige heffingskorting heeft kunnen benutten. Zij hadden dus veel uitgaven en volgens onze berekening kwamen ze in aanmerking voor een bedrag van €212,00. Zij kregen dus niet alleen de loonheffing terug die ingehouden was, maar door hun ziektekosten nog een extra bedrag. Hoewel ze daar dus helemaal niet op hadden gerekend, kregen ze door onze berekening toch een mooi extraatje terug en waren daar erg blij mee.

Een andere klant, die voor het eerst kwam, was zeer verrast hoe het hier in de Schutse allemaal geregeld is. Hij had gelukkig al de spullen bij zich die we nodig hadden, zelfs de machtigingscode. Complimenten voor de baliemedewerkers die alles zo duidelijk hadden uitgelegd! Wat ook zeer gewaardeerd werd was de privacy die we konden geven in de ruimte van Wold en Waard. Keurig netjes uit elkaar zodat een ander niet kon horen wat er gezegd werd.



Al met al kijken wij terug op een fijne invulperiode en hopen we volgend jaar u allen weer van dienst te kunnen zijn bij het invullen van uw belastingaangifte. Weet dat u ook na de invulperiode altijd bij ons terecht kunt voor vragen en/of opmerkingen aangaande de belasting of de toeslagen. Wij hopen u allen volgend jaar weer te zien.

Al met al kijken wij terug op een fijne invulperiode en hopen we volgend jaar u allen weer van dienst te kunnen zijn bij het invullen van uw belastingaangifte. Weet dat u ook na de invulperiode altijd bij ons terecht kunt voor vragen en/of opmerkingen aangaande de belasting of de toeslagen. Wij hopen u allen volgend jaar weer te zien.

*Met vriendelijke groeten,
De coördinator belastingsservice De Schutse*

JACQUELINE KUIPERS

Altijd iemand in de buurt

Ik kom al jaren bij mevrouw De Bruin. Afgelopen zomer was mevrouw De Bruin gevallen in de voortuin. Toen ik de week erop kwam zei ze: 'Weet je wat ik beleefd heb? Het was zo raar... ik ben gevallen en kon niet overeind komen. Ik heb van alles geprobeerd, maar ik had mijn tasje met belangrijke medicijnen en telefoon niet bij de hand. Gelukkig was het mooi weer en was het nog niet donker. Gelukkig kwam een buurman na een halfuur thuis en die heeft me overeind geholpen. Zo'n situatie wil ik niet nog eens meemaken. Ik heb wel eens gehoord van een ketting met noodknop om de hals. Is jou dat bekend?'

'Zeker ken ik dat en er zijn veel mensen die daar gebruik van maken'.

Met een personenalarmering kun je snel hulp oproepen. Je krijgt dan rechtstreeks contact met familie, burens, mantelzorger of een meldkamer. Het hangt af van het apparaat en de organisatie wat de werkwijze is.

Het is niet alleen handig voor hulp als u gevallen bent maar ook als u de weg niet meer weet of zich niet lekker voelt. Er zijn verschillende vormen van personenalarmering voor thuis en elders (binnen en buiten). Naast een ketting hebben ze ook een polsband. Een polsband of ketting is ook apart te koop. In dat geval overleg je met de (thuis)zorginstelling of het alarm op hun systeem kan. Ook zijn er mobiele telefoons met een alarmknop. In sommige gevallen is een vergoeding via de zorgverzekering mogelijk. Meestal is hiervoor een medische indicatie van de huisarts of medisch specialist nodig.

<https://www.regelhulp.nl/onderwerpen/hulpmiddelen/personenalarmering>

<https://www.hulpmiddelenwijzer.nl/hulpmiddelen/persoonsalarmering-thuiswonend>

<http://www.alarmaanvragen.nl/> Hier staan de aanvraagformulieren per zorgverzekeraar

U heeft er ook vast over gehoord.....AI. Krabbel dacht eerst dat het een nieuwe autosnelweg was maar het betekent Artificial Intelligence oftewel Kunstmatige Intelligentie. Je hoort er veel over maar wat is het nu precies? Krabbel en partner wilden er meer over weten en gingen naar een presentatie van **Seniorweb** in De Schutse en lieten zich bijpraten over AI. In de toekomst ontkom je er niet aan want het zit in je navigatie, je gehoorapparaat, je tv en de zorgrobot. Je kunt er een artikel mee schrijven of vragen aan stellen. Is het iets fijns of vreselijk engs?

AI staat dus voor Kunstmatige Intelligentie en het betekent dat machines of computers dingen kunnen doen die normaal gesproken alleen mensen of dieren kunnen. Bijvoorbeeld; een AI kan een spelletje schaken spelen, een foto herkennen of een grapje maken. Wil je een AI grapje horen? Oké, hier komt-ie: Wat zegt een AI tegen een andere AI? 'Ik weet het niet, jij bent de expert!' 🤖

AI is heel handig, maar ook heel ingewikkeld. Het kan worden gebruikt voor verschillende doeleinden, zoals onderwijs, gezondheidszorg, entertainment, veiligheid of industrie. We moeten goed nadenken over hoe we AI gebruiken en wat de gevolgen zijn. Het kan ons leven ook veel aangenamer maken.

Nu de hamvraag: Had u nu in de gaten dat de tweede alinea van dit artikel mede geschreven is door AI? Nee hè... zo handig kan het dus zijn. Natuurlijk pas je het een beetje aan maar het kan een goed hulpmiddel zijn.



De volgende Krabbel is weer geheel van eigen hand hoor!

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





zorgplaza

Tijdelijk een hulpmiddel nodig via uw zorgverzekeraar? Wij helpen u graag, vraag naar onze uitleen mogelijkheden!

**Zorgplaza is dealer van Van Raam fietsen,
voor bijna iedereen is er een fiets**

Kom langs voor een proefrit op ons test terrein

Kanaalstraat 27, 9301 LP Roden
050-7370340
info@zorgplazanoord.nl

Uw zorg is onze zorg!

mobilititeit
& hulpmiddelen

www.zorgplazanoord.nl



pedicure aan huis!

Ambulant pedicure

In Leek, Tolbert, Diepswal, Enumatil, Lettelbert,
Midwolde, Oostwold, Zevenhuizen en omstreken.

Voor een afspraak kunt u bellen naar:

06 25223477

Voor meer informatie kunt u kijken op:
www.pedicurepraktijkannieke.nl

Laat geen geld liggen

JACQUELINE KUIPERS

Bent u langdurig ziek of heeft u een handicap en een inkomen tot 120% van het sociaal minimum, dan heeft u misschien recht op een tegemoetkoming in uw zorgkosten. U krijgt maximaal € 300,- per jaar. U kunt tot en met 30 juni een aanvraag doen bij de gemeente Westerkwartier.

Een van de voorwaarden is dat u het eigen risico over het jaar 2023 van € 385 euro volledig verbruikt heeft. De overige voorwaarden kunt u lezen op:

<https://www.westerkwartier.nl/meerkostenregeling>

Vragen? Voor meer informatie kunt u terecht bij een medewerker inkomen
via telefoonnummer 14 0594

Activiteitenkalender

Voor wekelijkse en regelmatig terugkerende Schutse-activiteiten (zie pag. 16).

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

Elke zaterdag van 11:30 – 15:30 open Kerk, Centrumkerk, Tolberterstraat 24, Leek
Elke woensdag van 10:00 – 12:00 inloophuis, de Hoeksteen, Lindensteinlaan 1, Leek

Dag	deel	datum	activiteiten	tijd	pag.
Mei					
donderdag	middag	25	Knutsel Frutsel	14.00 - 16.30	16
zaterdag		6	* Streekproductenmarkt Nienoord - Leek 'Boerderij Oosterheerdt', ieder 1e zaterdag v.d. maand		
woensdag	middag	8	Repaircafé	13.30 - 16.00	16
woensdag	middag	12	Sjoelen	13.00 - 16.00	16
dinsdag	avond	14	Alzheimer Café: Leek, Euthanasie bij demensie	19.00 - 21.00	19
donderdag	middag	16	Knutsel Frutsel	14.00 - 16.30	16
woensdag	middag	22	Oogcafé	13.30 - 16.30	16
donderdag	middag	23	Bingo	13.30 - 16.00	17
donderdag	middag	30	Knutsel Frutsel	14.00 - 16.30	16
Juni					
zaterdag		1	* Streekproductenmarkt Nienoord - Leek 'Boerderij Oosterheerdt', ieder 1e zaterdag v.d. maand		
dinsdag	avond	11	Alzheimer Café: Leek, Iedereen doet mee	19.00 - 21.00	19
woensdag	middag	12	Repaircafé	13.30 - 16.00	16
donderdag	middag	13	Knutsel Frutsel	14.00 - 16.30	16
zaterdag		22	Alzheimer Café: Leek, Memory Walk		
woensdag	middag	26	Oogcafé	13.30 - 16.30	16
donderdag	middag	27	Bingo	13.30 - 16.00	17
donderdag	middag	27	Knutsel Frutsel	14.00 - 16.30	16
Juli - let op vakantietijden					
zaterdag		6	* Streekproductenmarkt Nienoord - Leek 'Boerderij Oosterheerdt', ieder 1e zaterdag v.d. maand		
Augustus - let op vakantietijden					
zaterdag		3	* Streekproductenmarkt Nienoord - Leek 'Boerderij Oosterheerdt', ieder 1e zaterdag v.d. maand		

Wat kan taal toch lastig zijn!

De directeur van Hemflex was op 20 november 2003 wel erg geschokt door de beschuldiging van de FIOD dat ze andere zaden geleverd hadden aan hun boeren dan er in de boeken stond. Het was volgens hem geen opzet, maar eerder een vergissing, of zoals hij in een interview zei, dat: **'een spaander kan vallen in werkzaamheden waarbij geen opzet is geweest'**.

Weet u nou nog wat er aan de hand was?

Het BijBlijver - team zoekt een medewerker die 3x per jaar de gegevens van de Schutse activiteiten en de activiteitenkalender wil bijhouden en updaten.

Aanmelding: redactiedebijblijver@gmail.com

- Hulp gezocht bij het plaatsen van activiteiten!
- Wilt u ons activiteiten in de maanden mei t/m augustus,
 - doorgeven vóór 5 juli 2024

Wijzigingen Schutse Activiteiten graag doorgeven vóór 5 juli 2024 aan de receptie van de Schutse, o.v.v. de BijBlijver,

Vakantiepark Meerzicht: de kracht van eenheid

Het vakantiepark Meerzicht aan de Groningse kant van het Leekstermeer is al een oud park, 100 jaar geleden opgericht door de familie Van der Dong. Het had heel veel vaste bewoners, die in hun houten huisjes genoten van het meer en de natuur eromheen. Toen de oprichters ermee stopten namen hun kinderen het beheer over. Die stopten met het park in december 2021 en verkochten het aan het bedrijf EuroParcs.

EuroParcs, eigenaar van 65 vakantieparken, wilde het hele terrein schoon opgeleverd hebben en er hun eigen concept neerzetten. De bewoners op vakantiepark Meerzicht moesten hun eigen huisje afbreken en binnen een jaar vertrekken. Daar kwamen ze tegen in opstand. Behalve dat ze veel publiciteit zochten via de TV, de radio en de krant zochten de bewoners ook naar mogelijkheden om zelf het park aan te kopen. Daarvoor werden een notaris, een advocaat en een financieel adviseur ingeschakeld. De combinatie van publiciteit en advisering leidde ertoe dat het de bewoners lukte vakantiepark Meerzicht op 30 december 2022 aan te kopen. Daarbij heeft geholpen dat het Leekstermeer en omgeving als Natura 2000-gebied is aangewezen (wat beperkingen aan EuroParcs gaf) en dat er een Samen Sterk-fonds werd opgericht, waarbij ieder naar draagkracht heeft bijgedragen. Financiering door de bank was niet nodig.

De 62 bewoners (oud en nieuw) zijn nu allemaal eigenaar van hun kavel en betalen daarnaast een bijdrage aan de Vereniging van Eigenaren (VvE) voor overkoepelende kosten en voor investeringen in het park. Want het park kent wel achterstallig onderhoud. Daarom zijn er diverse teams ingericht. Voor het Klusteam staan als eerste klussen op het programma: de schuur vervangen, het botenhuis vernieuwen en de steigers opknappen. Ook voor het Groenteam is er werk aan de winkel, want vakantiepark Meerzicht kent maar liefst 48 soorten broedende vogels en 8 soorten vleermuizen. Dat willen de bewoners graag zo houden, vandaar dat ze inten-



sief samenwerken met natuurorganisaties. Natuurlijk kan ook een Evenemententeam niet ontbreken. Alles op het park wordt gedaan door vrijwilligers. Dit onder de coördinatie van het bestuur van de VvE en de beheerder.

Om de exploitatie van het park voor de toekomst veilig te stellen zijn op twee braakliggende terreinen 38 extra huisjes gepland, met daarbij veel aandacht voor de natuur. En daar is forse belangstelling voor, want er zijn al 27 gegadigden met een optie op de aankoop van een kavel. Ook hier houden de bewoners de vinger aan de pols. Om de kwaliteit van de huisjes te bewaken toetst het Meedenkteam de ontwerpen aan het beeldkwaliteitsplan van het park. Pas daarna mag er een vergunning bij de gemeente Noordenveld worden aangevraagd.

Inmiddels beschikt vakantiepark Meerzicht al over een mooie B&B met uitzicht over het Leekstermeer. Het oude woonhuis van de familie Van der Dong is daarvoor omgetoverd tot een mooi vakantieverblijf. Als u daar interesse voor heeft, of meer wilt weten over de uitbreiding van het park dan kunt u zich wenden tot de website www.parkbelangen-leekstermeer.nl

Seniorenwijzer

Enumatil Leek Lettelbert Oostwold Tolbert Zevenhuizen

WAT HEB IK NODIG?

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 & rollatorsprekuren
- 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

WAAR KAN IK HET VINDEN?

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 - 512161

🌐 www.woldwaard.nl

INFORMATIELOKET "DE SCHUTSE"

Maandag t/m donderdag van 8.30 tot 12.00 uur
en van 13.00 tot 17.00 uur

Vrijdag van 9.00 tot 12.00 uur

Oldenoert 32, 9351 KP Leek

☎ 0594 - 512334 baliedames@gmail.com

VRIJWILLIGERSHULP "DE HULPKRING"

Voor jong & oud

Maandag t/m vrijdag van 9.00 - 10.30 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

