



De Beijumer

Woensdag 22 mei 2024, J09N01 Wijkkrant de Beijumer, p/a Postbus Postbus 60007. 9703 BA Groningen. E: redactie@debeijumer.nl W: www.debeijumer.nl

Een prachtige meimaand

door Johan Fehrmann

Het is het hele jaar door fantastisch om in Beijum te wonen, maar tijdens het opbloeien van de lente heeft het nog iets extra's. In de stad wonen en tegelijkertijd ook in een soort van dorp – wat een ideale combinatie.

Bijna alles is binnen een paar weken in het groen gestoken, de duizenden paardenbloemen, boterbloemen... natuur-wijk Beijum op zijn mooist.

Het is ook de mooie tijd in het jaar waarin de fonteintjes op Plein-Oost weer omhoog spuiten om spelende kinderen te plezieren. Er is onlangs nieuw zand op het strand van de Kardingierplas aangebracht en zonzonbidders en zwemlustigen genieten er weer met volle teugen.

Lofzang

Wordt dit artikel een grote lofzang op de wijk Beijum? Schrijver dezes neigt er wel toe. Er komen hem weleens ongemakkelijke verhalen ten gehore over fietsendiefstal uit schuurtjes en etterende jongeren. En ja, dat dumpen van grofvuil op straat, een gruwel. Ergerlijke dingen waar praktisch elke stadswijk mee te maken heeft.

Maar Beijum komt in het algemeen de laatste tijd tevreden over. Men is heel blij met de bloemen in de middenberm van de wijk, het Odensehuis loopt lekker in de Amkemakoepele en uit onderzoek blijkt dat met name fietsers zeer tevreden zijn met de tijdelijke fietsbrug over het Van Starkenborghkanaal.

Kinderactiviteiten

Er gebeuren mooie dingen in de wijk. Alweer even geleden, maar op het schoolplein van de Dom Helder Camaraschool werd op Koningsdag een mooi kindervrijmarkt georganiseerd. Dat was een groot succes. Daarbij aangetekend: veel Beijumers missen op Koningsdag de grote vrijmarkt op het voetbalveld naast de Jaltadaheerd.

Wat in deze berichtgeving niet meegenomen kan worden in verband met de deadline: op 15 mei werd een feestelijke Gezinsdag gehouden in het Trefpunt. Een mooi initiatief van Kidsclub Beijum.

Mei niet maaïen

Beste Beijumers, geniet van



de wijk. Een wijk die er op het einde van deze meimaand weleens extra ruig bij kan liggen. De gemeente Groningen doet immers mee met de actie MAAI MEI NIET. Dit om de diversiteit in de natuur te bevorderen. Goed voor de bijen,

bloemen, nectar. Zie ook het stuk hierover van de werkgroep Groene Long.

Verderop in deze krant weer allemaal mooie nieuwtjes uit de mooiste en groenste wijk van de Stad.



Waterpret bij winkelcentrum oost

Pagina 2-3

- BOB

Pagina 4-6

- Wijkvernieuwing

Pagina 7

- Activiteitenpagina

Pagina 8

- Werkgroep Groene Long
- Tineke Blommendaal

Pagina 9

- Kruid en onkruid
- Natuurfoto van de maand

Pagina 10

- Uit het verleden
- Ontwikkelplein Beijum

Pagina 11

- Odensehuis
- Beijum bij elkaar

Pagina 12

- Kapper Gerrie de Boer

Pagina 14

- KAS-Vital

Pagina 15

- Zo word je wel honderd
- De kracht van een glimlach

Pagina 16

- Ondernemers
- Levensverhaal

Pagina 17

- Beijum in bedrijf

Pagina 18

- Praktijk Zeinstra

Pagina 19

- Column
- Kerkdiensten



Zomers Zilvermeer



Informatie van de bewonersorganisatie

www.beijum.org

Bijeenkomst ABP-Huurdersvereniging

Dinsdagavond 14 mei zijn leden van de ABP-Huurdersvereniging Beijum voor overleg samen geweest in het plantsoen in de Sibrandaheerd. Aanleiding was de onvrede over de omgang van de commerciële verhuurder met zaken als (achterstallig) onderhoud, (onterechte) huurverhogingen en (gebrekige) communicatie. Tijdens de avond is besloten om op zeer korte termijn een petitie op te stellen en die aan de verhuurder voor te leggen. Op steun van de Bewonersorganisatie Beijum kan worden gerekend!



Petitie behoud ijsbaan Kardinge

De ijsbaan in Kardinge is aan vernieuwing toe, maar het voortbestaan van baan staat op de tocht vanwege een gebrek aan financiering ... als er geen andere partijen en overheden bijspringen. Er is daarom een petitie opgesteld. Een handtekening zetten kan nog tot halverwege juni. <https://petities.nl/petitions/behoud-ijsbaan-kardinge/>. Doen hoor! Laat je stem vooral horen. De schaatsbaan moet blijven.

BEHOUD IJSBAAN KARDINGE



IS DIT STRAKS VERLEDEN TIJD?

VOORKOM DAT EN TEKEN ONZE PETITIE VOOR HET BEHOUD VAN KUNSTIJSBAAN KARDINGE!

SCAN DE QR-CODE EN TEKEN.



DE SAMENWERKENDE
SCHAATSVERENIGINGEN, NATUURIJSCЛУBS,
IJSHOCKEY GIJS, KUNSTRIJVERENIGING,
SHORTTRACK GRONINGEN,
VERENIGINGBEDRIJVEN NOORDOOST (VBNO)

Bewonersorganisatie Beijum

De doelstelling van de Bewonersorganisatie Beijum (BOB) is 'samen met andere betrokkenen werken aan een leefbaar Beijum'.

Veel van wat de BOB in dat kader doet, blijft achter de schermen. Zoals de vinger aan de pols houden bij de toekomstplannen voor Kardinge, pleiten voor een goed begaanbare Gerrit Krolbrug, en blijven waken voor verkeersveiligheid in de wijk. Maar dan komt er soms, voor iedereen zichtbaar, een mooi bewonersinitiatief voorbij waaraan de BOB heeft bijgedragen. Een goed voorbeeld daarvan is prachtige Torteltuinen aan de Hylkemaheerd.

Lid worden van de BOB? Meedoen met de werkgroep Groen, Grijs en Verkeer? Binnen de BOB een nieuwe werkgroep oprichten? Meld je aan bij bob@beijum.org.



Heerlijk wandelen in ‘De drie bossen’



Ten oosten van Beijum liggen drie prachtige bossen: het Beijumerbos, het Bevrijdingsbos en het Edonbos. Je kunt daar het hele jaar door fantastische wandelingen maken, zeker in de lente.



Het Beijumerbos wordt in tweeën gehakt door de Oosterseweg die van Zuidwolde richting Noorddijk loopt. Na het Beijumerbos wordt dit de Noorddijkerweg, die langs de andere twee bossen loopt. De drie bossen zijn met elkaar verbonden door paden tussen grasland door, waar koeien en

schapen grazen. Aan de kant van Garmerwolde (het oosten) zijn de drie bossen begrenst door het water van de Zuidwending (een andere dan die door Beijum loopt).

Beijumerbos

In het Beijumerbos kun je kiezen uit verschillende wandelpaden. Zo loop je vanuit Beijum langs het water, waarbij je langs kunstwerken van Gerlof Hamersma en Gjalt Blaauw loopt. Of parkeer aan de Oosterseweg bij de parkeerplaats



tegenover Rietland en kies van daaruit een wandelpad. Op diverse paden kunnen waterplassen staan. De route langs de Zuidwending bestaat grotendeels uit gras. Het is verstandig om daar rekening mee te houden als het heeft geregend (laarzen mee). Natuurmonumenten heeft een Natuurbeleefpad Beijumerbos uitgezet, te downloaden van de website: www.natuurmonumenten.nl.



Bevrijdingsbos

Tussen het Beijumerbos en het Edonbos ligt het Bevrijdingsbos. Het Bevrijdingsbos is gemaakt ter ere van de Canadese bevrijders. In de vijver bij het bos staat het Vrijheidssymbool: een ‘Maple leaf’ (esdoorn blad). In het Bevrijdingsbos



kronkelt het Kinderrechtenpad, met tien natuurstenen blokken erlangs. Op elk van die blokken is een van de Rechten van het Kind gebeiteld, waaronder recht op vrede en het recht op onderwijs.

Wil je het Bevrijdingsbos doorkruisen, dan kun je parkeren bij de begraafplaats aan de Noorddijkerweg, vlakbij de Stefanuskerk van Noorddijk. Via Elema's Pad loop je naar de Noordermolen. Hier heb je een prachtig uitzicht richting Garmerwolde.



je over het brede pad erachter, dat aan het eind daarvan een mooi uitzicht biedt over de landerijen tussen het bos en Garmerwolde. Na twee keer rechts zit je op het wandelpad aan de zuidkant van het Edonbos. In het midden van dit pad tref je een plek aan waar het waterniveau in het bos wordt gereguleerd. Daar heb je ook uitzicht op een van de stadsmarkeringen van Groningen (Stadsmarkering S07 van William Forsythe, 1990, gebogen wilgen 420 meter lang).



Edonbos

Het Edonbos is het minst bekend van de drie. In dat bos kun je een fijne wandeling maken van ongeveer 1,5 kilometer, ook met rolstoel. In een deel van het bos mag je hond loslopen. De berm van de Noorddijkerweg aan het begin van het pad naar het Edonbos is verbreed. Daardoor is er parkeerruimte voor zo'n vijf auto's ontstaan. Het bos is een relatief klein gebied met goed toegankelijke verharde paden.



En zo loop je weer terug naar de Noorddijkerweg.

Meer wandelingen staan in het boekje ‘Wandelen in en om Beijum’, een uitgave van het Bewonersplatform Beijum (wandelboekje@beijum.nl).





Pagina's Wijkvernieuwing



Heerdenaanpak Onnemaheerd

Presentatie schetsontwerp

Samen met bewoners werken gemeente Groningen, WIJ Beijum, ondernemers, politie en woningcorporaties (Patrimonium, De Huismeesters en Nijestee) aan verbetering en vernieuwing van de heerden van Beijum. Met elkaar pakken we niet alleen het uiterlijk van de heerd aan, maar laten ook ervaringen over onderwerpen als veiligheid en overlast aan de orde komen. Alles met het doel de leefomgeving van bewoners te verbeteren.

Op dit moment zijn we in de Onnemaheerd bezig met de Heerdenaanpak. In oktober hebben we hier ideeën en suggesties voor opgehaald bij bewoners. Op basis daarvan hebben we een schetsontwerp gemaakt, met daarin voorstellen om de Onnemaheerd nog fijner en beter te maken. Deze hebben we half maart tijdens een bijeenkomst in de heerd met bewoners doorgenomen. Omdat we alle bewoners graag de mogelijkheid willen bieden mee te denken, dus ook diegenen die niet bij de bewonersbijeenkomst waren, is het ontwerp daarnaast per post aan alle bewoners in de heerd verstuurd.

Schetsontwerp Onnemaheerd
Met de nabijheid van de goede fietsverbinding van de Beijumerweg, de wijkring, het water en het groen heeft de Onnemaheerd al het goede van Beijum om zich heen. Wel is het groen in de heerd op sommige plekken verouderd. Bewoners zouden dit graag anders zien. Daarom is het voorstel om door de hele heerd heen nieuwe struiken te planten en bloemrijk gras in te zaaien. Ook is het idee om de pleintjes deels van nieuwe bomen te voorzien. Dit zorgt niet alleen voor meer groen, maar is ook duurzaam. Het voorkomt hittestress en gaat wateroverlast tegen.

Naast beter onderhoud van het groen wensen bewoners ook meer kleur en bloemen. Dit oogt niet alleen beter; het zal ook gevoel van sociale veiligheid ten goede komen. Door bij de woonpleintjes een nieuw plantvak met kleurrijke beplanting te maken, ontstaat bovendien een fleurig welkom bij de entree van de heerd.

Voor bewoners die dat willen, is er de mogelijkheid om geveltuintjes aan te leggen en klimplanten langs de muren van hun huizen te laten groeien. Dit heeft niet alleen een vrolijke uitstraling; het zorgt bovendien voor verkoeling en gaat hitte tegen. De tegels die voor de tuintjes uit de grond worden gehaald, kunnen gebruikt worden voor het maken van muurtjes en plekken om op te zitten.

Speelplek
Ter hoogte van de woningen 58-67 ligt een grote speelplek. Om te zorgen dat hier een meer duidelijke afscheiding ontstaat tussen de huizen en het veldje, is het voorstel om hier een haag te maken. Door in het midden van het daarnaast gelegen ronde parkeerterrein een plantvak met boom aan te leggen, kan in combinatie met de gekleurde parkeervakken foutparkeren worden tegengegaan en is de rijbaan voor auto's

beter te onderscheiden. Bij Onnemaheerd 93-137 ligt nog een kleinere speelplek. Omwonenden geven aan deze locatie te waarderen en hier ook gebruik van te maken. Wel zouden ze het fijn vinden als de plek opener wordt en toegankelijker. Over de manier waarop dat kan, wordt nog nagedacht. Hiervoor zullen we een aparte sessie organiseren met omwonenden.

De woningen Onnemaheerd

30-40 zijn gelegen aan het water. Om deze locatie te optimaliseren, is in het voorstel de beplanting meer open te maken om het doorzicht te verbeteren. Ook kan er indien gewenst een vlonder of steiger aan de waterkant komen, zodat bewoners daar kunnen verblijven en ontmoeten. Voor de liefhebbers geeft dit een mogelijkheid om te vissen. De bloemrijke oever draagt bij aan de prettige omgeving en het natuurlijke karakter daarvan.



vervolg van pagina 4

Parkeren en verkeer
Om duidelijker aan te geven waar je kunt parkeren in de heerd, is het voorstel om de parkeerplaatsen van een nieuwe verharding voorzien. De bedoeling is om deze gekleurd te maken, zodat duidelijk is te zien waar je wel en niet kunt parkeren. Daarnaast zorgt het voor meer kleur en contrast. Door deze duidelijke afscheiding ontstaat er meer ruimte voor fietsers en voetgangers.

Om te zorgen dat auto's bij kruisingen en op de hoeken van huizen hun snelheid matigen, is het voorstel om daar lage groene hagen neer te zetten, zodat er voldoende zicht is en ook wat meer afstand is tussen zijgevel en rijbaan. Daarnaast is het idee om de verbinding met de Groene Long te versterken door een nieuwe voet- en fietsverbinding te maken ter hoogte van Onnemaheerd 78-86.

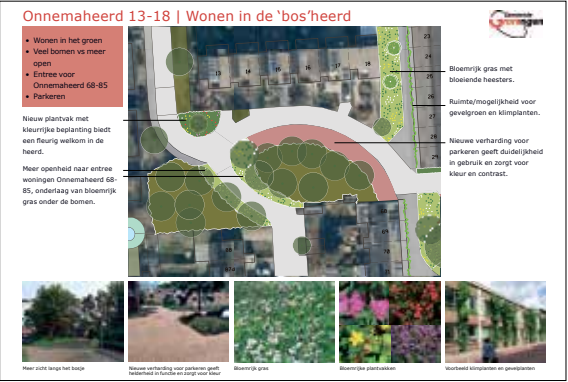
Vervolg
Het ontwerp is nog niet af. Aan onze kant zijn we nog druk bezig om een aantal zaken uit te zoeken. Bijvoorbeeld over het groen en de invulling van de parkeerplekken. En of het past binnen het budget dat voor de aanpak beschikbaar is. Toch willen we dit ontwerp alvast aan je voorleggen om te laten zien hoe we de verbeteringen van de Onnemaheerd voor ons zien. Wat we met de ideeën en suggesties van bewoners

hebben gedaan. En om je de mogelijkheid te bieden hierop te reageren.

Meedenken
Een aantal bewoners heeft aangegeven mee te willen denken over hoe ze de Onnemaheerd nog fijner en mooier kunnen maken. Hiervoor hebben ze diverse ideeën genoemd. Zoals muurschilderingen aanbrengen en het organiseren een buurtbarbecue. Wil je hier graag bij meehelpen? Of heb je nog meer

sociale ideeën voor de heerd? Laat het dan weten via: communicatiebeijum@ groningen.nl.

Reageren
Woon jij in de Onnemaheerd? En wil je reageren op het ontwerp? Stuur dan uiterlijk vrijdag 31 mei een e-mail onder vermelding van je naam en adres naar: communicatiebeijum@ groningen.nl.



Voorstellen en ideeën per plein.

Planning aanpak Beijumerweg

Vanuit de Wijkvernieuwing Beijum Bruist zijn we bezig met de Aanpak Beijumerweg. Tijdens de ondernemersavond eind februari en de bewonersbijeenkomst begin maart is het definitief ontwerp van de Beijumerweg gepresenteerd.

Werkzaamheden in zomer
Om zo veel mogelijk hinder voor de omgeving en Beijumers te voorkomen, vinden de werkzaamheden in de zomerperiode plaats. Op 15 juli starten we met de werkzaamheden aan de Beijumerweg. Het gaat om het deel van de Emingaheerd tot aan de Amkemaheerd. Zoals het er nu naar uitziet, zullen de werkzaamheden voor 1 sep-

tember afgerond zijn. Als de werkzaamheden aan de weg klaar zijn, zullen in het najaar de bomen worden geplant.

Omwonenden en ondernemers Beijumerweg
De verwachting is dat we begin juli de bewoners en ondernemers, die aan de Beijumerweg wonen en gevestigd zijn, nader gaan informeren over de uitvoering.

Vragen en meer informatie
Heb je vragen? Of wil je meer informatie? Neem dan gerust contact op. Dat kan via e-mail: communicatiebeijum@ groningen.nl.



Bermen ingezaaid
De bermen langs de Beijumerweg zijn ingezaaid met een bloemrijk mengsel. Het gaat om het deel van de Beijumerweg vanaf de onderdoorgang Ring Oost tot aan het Gezondheidscentrum aan de Emingaheerd. Daar waar het kan, is het mengsel aangevuld met fluitenkruid. De bermen zien er eerst nog kaal uit. Het zaadmengsel heeft tijd nodig om zich te ontwikkelen tot bloemen. Blijft het de komende periode lange tijd droog? Dan zullen we de bermen nog een keer nat maken. Uiteraard houden we dit in de gaten. Daarnaast zijn er op een aantal plekken bomen aangeplant. Het gaat om elzen en knotwilgen.

In het najaar wordt het tweede deel van de Beijumerweg ingezaaid. Ook daar worden extra bomen geplant. Het inzaaien van de bermen is in tweeën gedeeld omdat bij het deel van de Beijumerweg tussen de Emingaheerd en de Amkemaheerd in de zomer werkzaamheden aan de weg plaatsvinden.

Alleen nog deze week

Tot en met 23 mei kun je ideeën indienen voor het Wijkbudget



Als je deze krant ontvangt – of op [Stemvan.groningen.nl](https://stemvan.groningen.nl) kijkt – dan zijn er nog maar een of twee dagen waarop je een idee in kunt dienen om je buurt of de wijk nog leuker te maken! Ook als je het idee nog niet helemaal helder hebt, loont het toch de moeite. Ga dan naar de website en geef je idee door. De Werkgroep Wijkbudget komt vanzelf wel met vragen over hoe en wat verder...

Wat er daarna gebeurt

Er volgen nog twee fasen: Plannen Bekijken en Stem-



Leden van de werkgroep stonden op 14 mei bij het winkelcentrum Beijum om vragen te beantwoorden en advies te geven over de Wijkbudget-ideeën. Het was heet die middag, er was daarom ook weinig aanloop, maar, met een plekje in de schaduw en een heerlijk ijsje, goed vol te houden! Foto: Astrid van der Wis.

men. Daarna wordt de uitslag bekendgemaakt. Tot eind mei gaan we de ideeën beoordelen. Eigenlijk doen we dat nu al. We bekijken of je idee voldoet aan de voorwaarden. En we toetsen op haalbaarheid en wenselijkheid. “Zitten er nog haken en ogen aan, dan nemen we contact met je op om te kijken op welke manier het idee passerender gemaakt kan worden,” zo staat het op de Stem. De gemeente doet ook een check op haalbaarheid. Want het kan



De ideeënbussen worden in de stemfase omgetoverd tot stembussen.

bijvoorbeeld zijn dat er al plannen liggen vanuit een ander potje voor Beijum. Op basis van de uitkomsten zetten we alles klaar voor de stemronde. Dan komt de rest van de wijk in actie!

Stemmen vanaf 20 juni

Je kunt op verschillende manieren stemmen. Uiteraard via [Stemvan.groningen.nl](https://stemvan.groningen.nl). Maar ook persoonlijk. Op 24 juni zijn we 's avonds bij de Wijkvernieuwingsmarkt in het Trefpunt. En op zaterdag 6 juli staan we met een stembus op de Grote, Groene Zomermarkt bij De Wiershoeck.

Je kunt dus op papier stemmen of digitaal via de website. Je kunt ook hulp vragen bij het inlooppreekuur, iedere donderdag van 14.00 tot 16.00 uur in de Forum-bibliotheek aan Plein Oost.

De krant van juni komt op 19 juni uit, net voor de start van de stemfase. Daarin staan dan alle ideeën waarop je kunt stemmen.

Moedig vooral je buurtgenoten aan om ook te stemmen! Hoe meer stemmen hoe meer kans dat je idee de komende maanden uitgevoerd gaat worden!

Eerste Energiecafé groot succes

Het was druk in de Amkemakoepel op dinsdag 9 april. Een grote groep Beijumers kwam die avond nieuwsgierig naar het eerste energiecafé georganiseerd door de gemeente Groningen in samenwerking met De Werkbeij.

Tijdens dit nieuwe evenement gingen we dieper in op allerlei onderwerpen rondom het thema duurzaamheid. Niet geheel onverwacht wilden de meeste bezoekers vooral meer weten over de nieuwe subsidieregeling (maatregel 29) uit Nij Begun. Op dit onderwerp werd dan ook als eerste een toelichting gegeven door Jan-Willem Brontsema (gemeente Groningen).

Er werd verteld wat er tot nu toe bekend is, maar ook waar nog aan gewerkt wordt. Want er is nog veel onduidelijk als het gaat over de uitvoering en de voorwaarden hiervan. Er waren vragen over de

verschillen in vergoeding bijvoorbeeld; waarom krijgen woning-eigenaren in Beijum Oost 100% vergoeding en in Beijum West 50%? Ook over de verhouding tussen de al bestaande ISDE-subsidie en de nieuwe ‘Maatregel 29’ waren onduidelijkheden. Deze en andere vragen zijn zo goed mogelijk beantwoord tijdens de avond. De vragen en antwoorden en aanvullende informatie zijn te vinden op www.gemeente.groningen.nl/isolatieaanpak-woning-eigenaren-maatregel-29-van-nij-begun.

Na ‘het rondje Nij Begun’ kon er gekozen worden uit drie onderwerpen:

1. Warmtepompen
2. Hoe betaal ik de verduurzaming van mijn huis
3. Welke verduurzamingsmaatregelen zijn nuttig voor de woningen in Beijum

Voor dat laatste onderwerp heeft Beijums eigen energieteam ‘De Werkbij’ de informa-

tie verzorgd.

Gezien de opkomst gaan we zeer waarschijnlijk een tweede energiecafé organiseren. Hou daarvoor *De Beijumer* in de gaten of geef aan dat je hierover via een e-mail wilt worden geïnformeerd. Stuur in dat geval een mail naar [Beijum@](mailto:Beijum@duurzaamGroningen.nl)

duurzaamGroningen.nl met als onderwerp ‘aanmelden’.

Wil je alvast aan de slag maar weet je (nog) niet helemaal hoe je moet beginnen? Meer weten over subsidies en het de mogelijkheden om je verduurzaming te betalen?

Nodig dan een energieadviseur uit bij jou aan de keukentafel via: Duurzaamgroningen.nl/huis/energieadvies. Of kom langs tijdens ons Energiespreekuur op 5 juni of 3 juli in de Amkemakoepel (15.00 tot 17.30 uur). Wij helpen je graag!



Wijkvernieuwing ‘Beijum Bruist!’ werkt aan een wijk waar iedereen tot zijn recht komt en deelneemt aan de samenleving. Gemeente en woningcorporaties doen dat samen met bewoners, ondernemers en scholen.



www.facebook.com/beijumbruist
Meedoen? Mail dan naar info@beijum.nl

ACTIVITEITEN
in de wijk

Op deze pagina('s) staan maandelijks veel van de activiteiten die er in Beijum zijn. Dit zijn activiteiten die wat meer aandacht verdienen en maar één keer per maand of een paar keer per jaar plaatsvinden. Bij de buurtcentra Heerdenhoes en Trefpunt, bij stadsboerderij De Wiershoeck. Maar ook op veel andere plekken is van alles te

doen. Denk aan de bibliotheek, de Amkemakoepel, De Bron en buiten in de Groene Long... En vergeet niet te kijken op beijum.nl, met een Activiteitenkalender en Agenda. Daar kun je zelf ook activiteiten aanmelden! Klik door naar de vele links op de site. Nu ook naar Check050 voor jongeren, de Groene Long en Beijum in Bedrijf.

Samenstelling:
Marleen van Leeuwen

de creatieve werkplaats
van de Wiershoeck

professionele begeleiding

elke di, do en vrijdagmiddag
van 14:00 - 16:30
opgave via algemeen@wiershoeck.nl
of kom even langs
10 lessen 75 euro
of via persoonlijke subsidie

Ouderencafé

Ruim veertig bezoekers in het ouderencafé op 22 april, over het thema valpreventie.

Behalve bijeenkomsten met zinvolle thema's voor ouderen zijn de gewone Ouderencafés ook altijd heel gezellig. Zo was er op 13 mei muziek.

Programma tot de zomer
10 juni: gezellig samenzijn
24 juni: themabijeenkomst over slaapproblemen



8 juli: evaluatie en voorstellen thema's na de zomervakantie

Alle bijeenkomsten starten om 16.00 uur in het Heerdenhoes



Fototalk

Op 1 juni, van 14.00 tot 16.00 uur in het Trefpunt geeft fotograaf Baukje Venema een workshop voor kinderen over cyanotypie. Van 8-12 jaar kun-

nen kinderen deze workshop zelfstandig volgen. Vanaf 6 jaar met begeleiding van ouders. Aantal deelnemers: 15. Opgeven via fotoclub.lux@gmail.com.

Wat is cyanotypie?

Cyanotypie is een fotografisch proces waarbij na ontwikkeling een cyaan-blauwe afdruk ontstaat. De Engelse wetenschapper, fotograaf en astronoom

John Herschel ontdekte dit proces in 1842. Hoewel John Herschel misschien wel de ontdekker is, is Anna Atkins degene die het toepaste in de fotografie.



Stadsboerderij De Wiershoeck

Een nieuw bord bij de ingang vanaf de Beijumerweg. Gemaakt door een aantal van de vrijwilligers die de Stadsboerderij rijk is.

► 1 juni: A Couple of Strings

Ook dit jaar speelt de groep een aantal keren in de Kersentuin. Te beginnen op zaterdag 1 juni als ze hun Americana-muziek spelen met z'n drieën (A Couple of Strings XL).

Met een prominente plaats voor het jaarprogramma. En elke maand brengen wij in *De Beijumer* een update en een voorproefje van wat er hier te doen is de komende maand(en).



► 12 juni: Pannenkoekinloop

De gezellige pannenkoekinloop 'gaan we wegens het grote succes wat vaker organiseren'.

Op 12 juni van 12 tot 13.30 uur is de eerste keer. 'We beleven altijd allerlei leuke momenten terwijl mensen genieten van een gratis pannenkoek.'



► Vooruitblik

(meer in *De Beijumer* van juni!)
29 juni: jaarlijkse poëzieavond 'Vers van het Land', van 20 tot 22.30 uur. Met zeven dichters die hun werk voordragen.

6 juli: Grote, Groene Zomermarkt, van 11 tot 16 uur. Met stands, gezelligheid, activiteiten en muziek. Altijd een feest!

MAF-jamsessie

Kom voor de gezelligheid, om te luisteren of om mee te swingen! 31 mei in het Trefpunt van 19.30 tot 23.30 uur



Meezingcafé

Heerlijk samen zingen, wat is leuker? 29 mei in het Trefpunt van 20 tot 22 uur



► Kinderfeestjes Oma Haas

Leuke kinderfeestjes, voor kinderen van 4 tot en met 8 jaar. Met allerlei spelletjes en activiteiten binnen en in de tuin.

Voor ouders met een Stadspas bijna kosteloos. Informatie of vragen? Neem dan contact op via oma.haas@outlook.com of kijk op wiershoeck.nl.



BMX-show op Plein-Oost

Vrijdag 31 mei op Plein-Oost, van 14.45 tot 17 uur

Boekfestival

Vrijdag 24 mei van 13.45 tot 15.15 uur op het plein van De Heerdstee

Nieuws van de werkgroep Groene Long

Maai-mei-niet-maand in Beijum

‘Maai-mei-niet’ is een term die wordt gebruikt om mensen aan te moedigen om in mei hun gazon niet te maaien. Het idee erachter is om de biodiversiteit te bevorderen door wilde bloemen en grassen de kans te geven om te groeien. Verschillende planten en insecten kunnen profiteren van het uitstellen van het maaien tijdens ‘Maai-mei-niet-maand’. Hier zijn enkele voorbeelden.

Planten
Wilde bloemen zoals margrietten, klaprozen, madeliefjes, kamille en boterbloemen kunnen gedijen wanneer ze niet worden gemaaid. Deze bloemen bieden voedsel en nectar voor bijen, vlinders en andere bestuivers. Grassen zoals kropbaar, timothee-gras en veldbeemdgras kunnen in hoog gras groeien en een natuurlijke uitstraling geven aan een ongemaaid gazon. Kruiden zoals paardenbloemen, klaver en smeerwortel doen het ook goed in een ongemaaid gazon en dienen als voedselbronnen voor verschillende insecten.

Insecten
Door het maaien uit te stellen kunnen insecten voedsel en schuilplaatsen vinden en bestuiving bieden, wat helpt om hun populaties te ondersteunen.

Wilde bloemen, kruiden en grassen bieden een overvloed aan voedselbronnen voor insecten, zoals bijen, vlinders, kevers en lieveheersbeestjes. Deze planten produceren nectar en stuifmeel, die essentiële voedingsstoffen zijn voor insecten tijdens ver-



Weide vol bloemen



schillende stadia van hun levenscyclus. Vlinders voeden zich vaak met nectar van bloeiende planten en leggen eieren op specifieke waardplanten voor hun larven. Het uitstellen van het maaien kan meer bloeiende planten opleveren, waarvan vlinders kunnen profiteren.

Wilde bloemen die bloeien in een ongemaaid gazon trekken bestuivers aan, zoals bijen en vlinders. Deze bestuivers spelen een cruciale rol bij het overbren-



gen van stuifmeel van de ene bloem naar de andere, wat nodig is voor de bevruchting en voortplanting van veel plantensoorten, inclusief gewassen.

Veel insecten zijn afhankelijk van



wilde planten voor voedsel en schuilplaatsen. Hoog gras en wilde planten bieden goede schuilplaatsen en nestplaatsen voor verschillende insecten, zoals kevers, vlinders, lieveheersbeestjes. Door het maaien uit te stellen kunnen deze insecten meer plaatsen vinden en zodoende hun populaties groot houden of vergroten. Ook voor spinnen en andere ongewervelde dieren dienen lang gras en wilde planten als schuilplaatsen en jachtgebieden, zodat zij hun rol kunnen spelen in het ecosysteem door

van larven tijdens hun ontwikkeling. Bovendien bieden de dichte vegetatie en het hoge gras beschutting tegen roofdieren en tegen extreme weersomstandigheden.

Biodiversiteit
Een ongemaaid gazon met een verscheidenheid aan wilde planten en grassen levert een rijkere biodiversiteit op. Dit betekent dat de variëteit aan planten verbreedt en er meer insecten en andere dieren aanwezig zullen zijn, wat bijdraagt aan een gezonder en veerkrachtiger ecosysteem.

Deelnemers aan de ‘Maai-mei-niet-maand’ zijn individuele huiseigenaren, scholen en educatieve instellingen, lokale overheden en beleidsmakers. gemeenten en lokale overheden en natuur- en milieugroeperingen. Ook in onze Groene Long is dit te zien: de gemeente Groningen heeft dit gebied aangewezen als ‘Maai-mei-niet-gebied’.

Samenvattend; het uitstellen van het maaien tijdens ‘Maai-mei-niet-maand’ creëert een gunstige omgeving voor planten en insecten door ze te voorzien van voedsel, schuilplaatsen en nestplaatsen, wat resulteert in een verhoogde biodiversiteit en een gezonder ecosysteem. En, wat ziet de natuur er nu prachtig uit!

Voor informatie en/of vragen kunt u contact opnemen met werkgroepgroenelong@gmail.com.

Uitnodiging: Samen werken aan een betere wereld

Ingezonden door Celuc Heerema

Kunstenares en schrijfster Tineke Blommendaal zoekt naar antwoorden op de vragen

- hoe kan ik bijdragen aan een betere wereld?
- hoe kunnen wij bijdragen aan een betere wereld?

Samen met illustratrice Grace Moore heeft ze een prachtig prentenboek gemaakt: Op de open plek in het bos. Alle bosdieren komen bij elkaar op de open plek om te beraadslagen over de beste aanpak van een donkere dreigende wolk die op hen af komt. Op zondag 26 mei komt Tineke om 10.30 uur voorlezen uit haar boek in de centrale ruimte van Centraal Wonen aan de Bentismaheerd. Deze bijeenkomst heeft ook als doel om samen te delen over steeds meer jezelf worden, trouw zijn aan wie je ten diepste bent, je gaven delen met de wereld en elkaar ondersteunen. De entree is gratis. Koffie, thee en lekkers zijn verkrijgbaar bij de bar



Plaats: centrale ruimte CW, Bentismaheerd 23
Datum en tijd: zondag 26 mei, 10.30 uur
Nadere info en opgave: celucheerema@gmail.com, www.opdeopenplekinhetbos.weebly.com en www.tinekeblommendaal.nl



KRUID EN ONKRUID IN STAD EN OMMELAND

Veldzuring (*Rumex acetosa*)

Ineens lijkt de natuur te zijn ontploft; de bomen zitten vol blad en waar je ook kijkt, zie je groen! Met een kleine nuancing, want als je naar een nat gebied kijkt, zie je rood. Dat zijn de bloemen van de zuring, die zich lekker voelt op drassige plekken en in vochtige weides.

door kruidenvrouw Saskia Nieboer

Wellicht hebt u als kind op zuringstengels gekauwd. Het waren in zekere zin de voorlopers van de huidige zure matten, die echter heel wat meer suiker bevatten. Maar voordat u een blad in de mond stopt, is het goed om



Ridderzuring

te weten of u de juiste soort neemt.

Ridderzuring
Je hebt de ridderzuring, met een hartvormige bladaanzet. Deze zuring kan behoorlijk groot worden, maar hij smaakt bitter en wordt om die reden zelden gebruikt om in te nemen. In mestrijke weilanden waar paarden of koeien grazen, kom je de ridderzuring vaak tegen. Hij verspreidt zich makkelijk, wortelt diep en heeft weinig natuurlijke vijanden, want dieren lusten het blad niet. Deze combinatie maakt dat mensen de ridderzuring bestrijden, meestal door hem uit te spitten. Geen eenvoudig klusje, gezien de fikse wortelstok. Het goede nieuws is dat u met ridderzuringwortels wol prachtig geel kunt verven.

Pleister
En er is nog iets bijzonders: de jonge spruit in het midden kunt u plukken als er nog een vliesje omheen zit. De hele spruit zit vol met verzachtend slijm, dat verlichting geeft bij irritatie door brandnetels of jeuk door muggensteken, en het vliesje kunt u dankzij het slijm aan de binnenkant als zelfhechtende



Pleister

pleister op een klein wondje plakken.

Veldzuring
De veldzuring kun je herkennen aan de puntjes aan de onderkant van het blad. Zowel de stengels als het blad zijn eetbaar. Je kunt ze het best vers gebruiken: doe wat fijngesneden blad door een salade of



Veldzuring

sausje, pimp je spinazie ermee op (een kwart zuringblad met driekwart spinazie) of maak er soep mee, zoals in Duitstalige landen gedaan wordt. *Sauerampfersuppe* staat daar in de lente af en toe op het menu: braad een fijngesneden uitje aan in wat olie, voeg drie geschilden en in blokjes gesneden aardappels toe en blus af met 1 liter groentebouillon en een klein blikje kokosmelk. Even laten pruttelen, dan eventueel fijnmalen met de staafmixer voor een mooie basis. Vervolgens gaat er een prei bij, in ringen gesneden, en tot slot een flinke hand fijngesneden veldzuring. Meteen serveren. Deze lentesoep werkt bloedzuiverend en vochtafdrijvend.

Oxaalzuur
Eet niet te vaak groentes die oxaalzuur bevatten. Op zich is het een reinigende stof – vandaar ook die zuringsoep in de lente – maar bij regelmatig gebruik zou oxaalzuur andere voedingsstoffen kunnen afbreken, zoals calcium. Bovendien kan het leiden tot nierstenen. Door iets romigs (slagroom, zure room, kokosmelk of extra eiwit) toe te voegen aan gerechten met zuring, bindt u net

als bij spinazie en rabarber het oxaalzuur. U kunt de blaadjes ook een halfuur in water laten weken, dan even aan de kook brengen en het kookwater weggooien om het oxaalzuur te verwijderen.

Schapenzuring
Voor dit zuringplantje moet je even door de knieën. Het groeit graag op zandgrond en blijft klein en onopvallend. Het blad doet denken aan een Franse lelie, met van die schattige zij-uitsteeksels, en de smaak is fris. Ideaal tegen een droge mond tijdens het wandelen.



Schapenzuring

Natuurfoto van de maand

Deze blauwborst heeft net besloten het luchtruim te kiezen. Filmer en fotograaf Astrid van der Wis maakte deze leuke foto van een fraaie vogel, die de laatste jaren gelukkig steeds vaker te zien is.

Het gaat zelfs zo goed met de

blauwborst dat hij is geschrapt van de Rode Lijst met bedreigde diersoorten.

Het mannetje van de blauwborst is onmiskenbaar, met zijn blauwe kin en borst en daaronder een roestbruine vlek. De basis van de staart is

ook roestbruin. Het vrouwtje mist de blauwe borst, maar heeft wel de opvallende lichte wenkbrauwstreep en de bruine staartbasis. De zang van de blauwborst komt langzaam op gang en wordt dan steeds sneller. Het liedje zit vol imitaties van andere vogels. Vaak zit de blauwborst boven in een struik,

boom of rietstengel lekker te zingen. Je noemt dat een 'zangpost'. In augustus en september trekken 'onze' blauwborsten naar Spanje, Portugal en het westen van Afrika, waar ze de winter doorbrengen. Vanaf maart komen ze weer terug. Hun voedsel bestaat vooral uit insecten, wormen en slakjes,

aangevuld met bessen en zaden. Ze leven graag in natte gebieden, met rietvelden en wat struikgewas, zoals in de omgeving van de Noordermolen, ten oosten van het Beijumerbos.

Meer over Astrid en haar werk vind je op:
<https://coolshots.nl>.



Uit het verleden van Beijum

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

Het schijnt dat er een kleine veertig jaar geleden een kroeg op Plein-Oost stond die Demos heette. Op de eerste foto is het damesteam te zien van de Demosbar. Deze foto uit 1986 is afkomstig van de Beijumse Angelique. Ze staat tweede van

rechtsboven. Demos was gevestigd in het pand waar nu de pizzeria zit.

Heeft iemand daar nog foto's van?

De tweede foto is gemaakt in wat ooit het Pedalpark heette. Tegenwoordig draagt dit de naam Dirtpark. De foto zal ook enkele decennia oud zijn. Herkent iemand zichzelf op de foto? Inmiddels een volwassen kerel... Als je je verhaal wilt doen, weest welkom.



Heeft u aanvullende informatie over de foto's? Tips en/of achterliggende informatie zijn wel-

kom. Ook worden lezers uitgenodigd om historische foto's in te zenden. Criterium: ze moeten

minstens tien jaar oud zijn. Mailadres: redactie@debeijumer.nl



INGEZONDEN
Uit de collectie van Gosse

Hartholt dit keer drie foto's uit 2006. De aanleg van een nieu-

we verbinding tussen de wijk en de ring Groningen.



Hulp nodig? Ontwikkelplein Beijum

Ontwikkelplein Beijum voor hulp bij dagelijkse zaken

Op 1 februari 2024 is in Beijum het Ontwikkelplein gestart. Hiermee wil Forum Groningen inwoners helpen die moeite hebben met het regelen van hun dagelijkse zaken.

Het gaat dan bijvoorbeeld om hulp bij:

- het vinden van een passende

- baan of vrijwilligerswerk
- het invullen van een (digitaal) formulier van de overheid
- een vastgelopen laptop, mantelzorgondersteuning of geldzaken.

De hulp is gratis. Inwoners kunnen elke donderdagmiddag

terecht in Forumbibliotheek De Wegwijzer in Beijum van 14 tot 16 uur.

Aanmelden is niet nodig en je hoeft geen lid te zijn van de bibliotheek. De samenwerkende partners zijn: WIJ Beijum, Humanitas, Werk & Participatie Gemeente Groningen, Bewonersorganisatie Beijum en SeniorWeb.

Nieuwsgierig geworden? Je bent van harte welkom!

Mister Beijum naar Zuidhorn



Titus Horneman stuurde ons deze foto en het volgende bericht:

Hallo, ik wil u graag informeren dat Michel Beacouch ('mister Beijum') na een hersenbloeding rechts verlamd is geraakt en helaas zijn spraakvermogen is verloren. Michel verblijft in het Zonnehuis, Gemmastraat 83 in Zuidhorn.

Met dank voor het inzenden.



Odensehuis kijkt terug op de eerste weken

Op 11 april is in de Amkemakoepel het Odensehuis Oost-Groningen officieel geopend. Een Odensehuis is een inloophuis voor mensen met dementie en mensen met problemen met het denkvermogen. Dit derde huis is tot stand gekomen op initiatief van bewoners en is bestemd voor bewoners en hun naasten uit Beijum, Lewenborg, Ten Boer en Groningen-Oost.

door Ingrid Werleman

Ik ging naar de Amkemakoepel om te vragen hoe de eerste weken zijn gegaan. Directeur Patrick Boon was verwickeld in een interessant gesprek met Minni en Milou, laatstejaarsstudenten van de faculteit Social Work aan de Hanzehogeschool. Minni en Milou zijn bezig met hun eindonderzoek Langer meedoen, gericht op de vraag

hoe we ervoor kunnen zorgen dat ouderen met een cognitieve achteruitgang zo lang mogelijk vrijwilligerswerk kunnen blijven doen. Daarbij kwam onder andere het volgende aandachtspunt naar voren. Patrick en het team van het Odensehuis zijn tevreden over de opkomst en interesse van de bezoekers. Er is echter een grote groep mensen die zouden willen komen, maar die zich niet zelfstandig genoeg voelen om alleen te komen. Daarom wordt een beroep gedaan op de families en verzorgers van deze mensen om hen te ondersteunen, zodat zij aan deze fijne bijeenkomsten kunnen meedoen.

Het Odensehuis is een ontmoetingsplek waar ieder mens mag zijn wie hij of zij is. In de huiskamer is altijd ruimte voor vragen, voor discussies over actuele zaken én voor lichte

dingen – van koken tot muziek maken. Hier leren de mensen van elkaar en verkent ieder de eigen mogelijkheden. En niet

te vergeten: partners en naasten vinden er erkenning, steun en een moment van 'lucht'.

Het Odensehuis is gratis toegankelijk; er is geen diagnose van

de huisarts nodig. De locatie in Beijum is geopend op woensdag en vrijdag tussen 10 uur en 15 uur en is altijd toegankelijk tijdens de openingsuren voor meer informatie.



Patrick Boon in gesprek met Minni en Milou

Beijum Bij Elkaar

Willy Koolstra (71)

Tekst en foto: Jan Wedema

Een actieve, betrokken en veelzijdige Friezin van 71 jaar! Die leeftijd moet er echt even bij, want zeg nou zelf, dat zie je niet. Geboren in Leeuwarden. Na wat omzwervingen in Groningen woont ze nu alweer 26 jaar met heel veel plezier in Beijum.

Een groot schilderij van Van Gogh laat haar liefde voor kunst en kleur zien. 'Het is een kunstwerk met een verhaal', vertelt Willy. Ze was met haar zoon in Amsterdam, waar hij een nagemaakt werk van Van Gogh zag. Dat vond hij zó mooi dat hij erover dacht het te gaan kopen. Willy wist hem ervan te weerhouden. 'Dat kan ik beter', dacht ze en ze besloot hem te verrassen door zelf



een groot doek voor hem te schilderen voor zijn 27ste verjaardag. Zo'n moeder dus...

Lang geleden studeerde deze kleurrijke vrouw biologie (met als bijvak geologie). Op kunstacademie Minerva komt haar creatieve kant helemaal uit de verf. En om zich verder in haar schrijftalent te bekwamen studeerde ze journalistiek in Zwolle.

Wát een energie en vitaliteit straalt deze BB'er (Bekende Beijumer) uit. We kennen haar



van haar mooie interviews in De Beijumer, de prachtig beschilderde elektriciteitskastjes in de wijk, haar grote muurschilderingen op een aantal scholen. En dat is nog niet alles: Willy is ook actief als en-

thousiaste amateurgeoloog, ze schrijft en ze fotografeert.

Haar nuchtere, noordelijke presentatie zet je makkelijk op het verkeerde been: wát een talent heeft deze vrouw!

Voor het fotoproject Beijum Bij Elkaar fotografeer ik Beijumers met roots all over the world. Wil je meedoen? Stuur dan een mailtje naar j.wedema@gmail.com. Voor meer info: janwedema.nl.



Stadsboerderij De Wiershoeck | Foto © Jaap van Leeuwen

‘Een goede kapper moet kunnen knippen en keuvelen’

Interview met kapper Gerrie de Boer

In de twintig jaar dat ik in Beijum woon, was ik nog nooit bij kapper Gerrie de Boer (of eigenlijk Salon Gerrie de Boer) geweest. Dat komt omdat ik mijn haar – of wat daar nog van over is – de laatste tijd zelf met een tondeuse behandel. En daarvoor had ik een prima kapster die aan huis knipte.

door Menno Fritsma

Gerrie is 57 jaar oud en rolde op 15-jarige leeftijd al in het kappersvak. In 1991 is hij, samen met zijn vrouw Marjan, een kapperszaak gestart tegenover het Hof van Beijum. In 2000 kocht hij het pand van de voormalige slagerij Olthof, een eindje verderop, en in die grotere ruimte kon hij beter uit de voeten. Rechts in de zaak is de knipafdeling (achterin worden de kinderen geknipt) en links is de afdeling voor het meer specialistische werk; daar kun je ook een mooi kleurtje in je haar krijgen.

vaste aanstelling. Medewerkers blijven vaak heel lang bij ons werken, tot wel dertig jaar. Het is niet altijd makkelijk om nieuw personeel te krijgen. Van een kapper wordt veel verwacht, niet alleen vakkennis en kappersvaardigheden, maar ook het hebben van een vriendelijke en positieve uitstraling. Ook moet je makkelijk een gesprekje kunnen voeren met de klant die in de stoel zit.

Ik stel mij zo voor dat je als kap- per de hele dag aan het praten bent

Ja, dat is inderdaad wel zo. De kapsalon is eigenlijk ook een ontmoetingsplek. Vaste klanten stappen weleens binnen voor alleen een bakje koffie. Als een klant op de stoel gaat zitten, vraag je eerst wat de wensen zijn. Wij hebben foto's van verschillende haardrachten, die kunnen behulpzaam zijn. Van vaste klanten weet je het vaak wel, maar iemand wil ook weleens wat anders en in een

inderdaad aan de praat raken over van alles – dat kunnen ook heel persoonlijke onderwerpen zijn.

Ik praat zelf nogal makkelijk en ben open over mijzelf en wat mij bezighoudt. En dat krijg je vaak terug. Daarnaast is het een kunst om iemand die niet zo veel praat toch een makkelijk gevoel te geven.

Kun je zo binnenlopen of werk je alleen op afspraak? En kun je een voorkeurkapper aangeven?

In principe is het alleen op afspraak, via de website of telefonisch. Maar je kunt altijd binnenlopen en vragen of er op dat moment ruimte is. Is dat niet het geval, dan kunnen wij ter plekke een afspraak regelen. Je kunt een voorkeur aangeven, maar het is wel van belang dat de werkzaamheden zo veel mogelijk gelijk verdeeld zijn. Gelukkig is dat bij ons zo. Ik kom uit een kappersfamilie: mijn broer is kapper en mijn moeder heeft ook altijd bij een kapper gewerkt. Mijn neef is een keer in de jaren negentig



Kapper Gerrie de Boer

hem geknipt wilde worden. Daarom doe ik niet mee aan wedstrijden; het is niet altijd handig om in de prijzen te vallen. Mijn neef werd toen wel vaak gevraagd om trainingen te geven.

Ik stel mij zo voor dat andere tijden ook andere kapsels betekent. Hoe ga je mee met de mode?

Wij moeten zeker met de tijd meegaan. Dat betekent voortdurend bijscholen. Dat gebeurt op dit moment door een vrij kleine firma. Dan wordt op een maandag, als de kapsalon gesloten is, een hele dag cursus gegeven. Je leert dan bijvoorbeeld andere technieken. Ook intern praten wij elkaar voortdurend bij en om de zes tot acht weken trekken wij, vaak onder het genot van lekker eten, twee uur uit voor coaching. Dat zijn open gesprekken. Waar loop je tegenaan? Wat zijn de pijnpunten? Dat kunnen dingen op de

werkvloer, maar ook privé-omstandigheden zijn. Hoe kan het beter? En natuurlijk ook, wat doen wij goed?

Werk je met milieuvriendelijke materialen?

Ja, daar let ik goed op. Alle kleurstoffen die wij gebruiken zijn 'groen' en vegan. Er zitten absoluut geen gifstoffen in. Vanaf september gebruiken wij producten van een jong Italiaans bedrijf dat milieubewustzijn hoog in het vaandel heeft. Er zijn wel tachtig verschillende kappersproducten.

Heb je nog een goede tip?

Ja, als je bij ons komt, zorg dan dat je haar niet alleen gewassen is, maar ook vrij van gel. Dan kunnen wij het haar veel makkelijker en beter behandelen.

***Salon Gerrie de Boer
Stoepemaheerd 44
www.gerriedeboer.nl***



Verder zijn er een speelplek waar de kleintjes zich kunnen vermaken als hun ouder(s) op de knipstoel zitten en een wachtruimte waar je onder het genot van een kopje koffie en wat tijdschriften goed de tijd kunt doorkomen. De zaak is groter dan je van buiten verwacht en het ziet er allemaal mooi en sfeervol uit.

Gerrie, met hoeveel mensen werk je in de kapsalon?

Behalve Marjan en ik werken er gemiddeld genomen nog vijf of zes vrouwen. Nee, geen mannen. Tot een jaar geleden werkten ook mijn zoon in de zaak, maar hij is intussen een andere weg ingeslagen. Ik wil er wel weer een man bijhebben. Marjan doet, naast dat ze kapster is, ook de boekhouding. Wij hebben regelmatig stagiaires van kappersvakscholen, die ook weleens blijven in een

enkel geval doen wij een suggestie om iets anders te proberen. Tijdens het knippen kun je

wereldkampioen Kapper geweest, maar dat had als nadeel dat iedereen in zijn zaak door





Beijum.tv Journaal

Bekijk het elke maand op:

www.beijum.tv

of

www.youtube.com/@beijumtv



Wij zijn op zoek naar vrijwilligers!

Wil jij ook mee doen?

**Stuur een mailtje naar info@beijum.tv en
informeer naar de mogelijkheden.**

KAS-Vital, een project voor jongeren en hun ouders

Een plek vol medemenselijkheid, begrip en liefde

Via via ben ik in contact gekomen met Clara van de stichting KAS-Vital. Wat een inspirerende dame. Clara omschrijft als doel van de stichting: ‘Om mensen te inspireren om ons samen in te zetten voor een liefdevollere samenleving waarin mensen oprecht naar elkaar omkijken, elkaar respecteren en helpen. Onze projecten zijn gericht om jongeren die een steuntje kunnen gebruiken én hun ouders te ondersteunen, want iedereen is uniek.’

door Ingrid Werleman

De missie van KAS-Vital is: als organisatie, met professionals en ondersteuning van vrijwilligers en buddy's zo veel mogelijk goede doelen en activiteiten realiseren. En zo stap voor stap samen de wereld een plek maken waar mensen vanuit wederkerigheid en gezonde waarden en normen met elkaar leven.

Ondersteuning voor jongeren en ouders
Clara vertelt: ‘Vanuit stichting

KAS-Vital ondersteunen we jongeren en ouders (gezinnen). Het gaat vooral om diegenen die door moeilijke levenssituaties zijn vastgelopen of dreigen vast te lopen en geen zware hulpverlening willen of durven in te schakelen. Soms is luisteren voldoende, soms is meer begeleiding nodig. Onze passie ligt bij de mens, de echte persoon met zijn/haar unieke levensverhaal. Zo nodig denken we mee over mogelijke oplossingen. Ook helpen we bij het ontdekken, ontwikkelen en inzetten van talenten en capaciteiten. Onze slogan “Waar liefde in actie komt” maken we waar met onze zeven kernwaarden: respectvolle omgang, positieve aandacht, oprechte betrokkenheid, wederzijds vertrouwen, openheid, gelijkwaardigheid en gastvrijheid.’

Themabijeenkomsten en workshops
KAS-Vital biedt naast persoonlijke begeleiding themabijeenkomsten aan: Liefdevol (samen) leven, Vergeven, waarom en



hoe dan?, Gezonde intimiteit en (Cyber) pesten. Ook zijn er creatieve workshops: Wenskaartjes maken, Versieren van flessen, glazen of vazen, Versieren van blikken, potten en bakken, Onderzetters of gesprekskaartjes maken, Sleutelhangers of sleutelhouders maken, Lekker en gezond eten, Abstracte schilderijen maken, en Sier- en naaikussentjes maken of decoreren. En er zijn educatieve workshops: Mijn financiën op orde, Mijn gevoelens weer de baas, Opruimen van emotionele blokkades, Tien stappen naar écht gelukkig zijn, Verslaving, hoe ontstaat het en hoe ga ik ermee om?, Depressie begrijpen en overwinnen, Geweldloze communicatie, Wat is mijn



Clara van KAS-Vital

liefdestaal?, Mijn echte persoonlijkheid ontdekken, Mijn kwaliteiten en vervormingen ontdekken en Succesvol ondernemen.

gedeeltelijk gefinancierd vanuit het wijkbudget, willen we bewoners, bedrijven en organisaties stimuleren om bewust en op een positieve manier naar elkaar om te kijken en elkaar te ondersteunen of te laten weten dat hij/zij gewaardeerd wordt. Dit wil iedereen toch?

Project Liefdevol gebaar
KAS-Vital vindt het belangrijk dat mensen zich gezien en vooral geliefd voelen. Het project Liefdevol Gebaar is hiervan een voorbeeld. Met dit project,

Op de foto zie je het moment dat Lizzy een Liefdevol gebaar-pakket krijgt uit handen van Clara, namens collega Maggy voor haar steun. Toen ik Lizzy vroeg hoe ze zich voelde toen ze deze verrassing kreeg, antwoordde ze: ‘Ik was overrompeld, heel verrast en emotioneel vanbinnen.’ Gun jij ook iemand een Liefdevol gebaar-pakket? Kijk dan op www.kasvital.nl voor alle informatie. Ook voor informatie over de overige activiteiten van de stichting kunt u terecht op deze website.



Met dank aan Clara voor haar bijdrage aan dit artikel.



Lizzy krijgt een bedankje voor haar steun



Blaauw | Foto © Jaap van Leeuwen

Zo word je wel honderd (deel 3)

Is Beijum straks een nieuwe Blue Zone, een van de plekken waar de meeste 100-plussers wonen? Wat mij betreft wel!

door Charlotte Siekman

Vandaag het derde en laatste deel van het drieluik over de geheimen van 100-plussers. Eerder kwamen al het veelzijdig bewegen en gezonde voeding aan de orde. Vandaag gaat het over de dingen waarvan we vaak niet beseffen hoe belangrijk ze zijn voor onze gezondheid. Dat ze wel degelijk belangrijk zijn, blijkt uit wetenschappelijk onderzoek. Ook dit hebben de *Blue Zones*, de vijf plekken op aarde waar de meeste 100-plussers wonen, met elkaar gemeen.

Een doel hebben in het leven. Waarvoor kom je je bed uit? Dit hoeft niets groots te zijn. Het gaat om de kleine dingen, de komst van je kleinkinderen, de gezelligheid van het Ouderen-

café of de wekelijkse sjoelavond. De bewustwording hiervan is iets dat de 100-plussers delen in de Blue Zones.

Ontstress
Makkelijker gezegd dan gedaan. Maar ontspan, rust uit, relax! Stress heeft grote gevolgen voor je gezondheid en een relatie met alle ouderdomsziekten.

Ergens bij horen
Ook dit hebben de Blue Zones gemeen. Wij zien dit terug in onze groepen. Wij zien onze groepen als communities waar je erbij hoort, waar het veilig genoeg is om jezelf te zijn en waar je om een ander denkt en met plezier beweegt of aan je gezondheid werkt.

Familie
Daar waar mogelijk je geliefden dicht bij je houden. In alle Blue Zones staat familie op één.

Vrienden
Het belang van sociale contac-

ten zie je terug in de Blue Zones en het wordt ook in Nederland steeds meer aangetoond in wetenschappelijk onderzoek als het gaat om gezondheid. Dit belang vind je terug in onze missie (van Beijum Beweegt), namelijk ‘een gezonder en actiever leven met meer betekenisvolle relaties voor alle wijkbewoners’.

Blijf positief
Persoonlijk vind ik dit punt heel belangrijk, maar dit wordt vaak onderschat. Positief zijn en blijven heeft vele voordelen voor je gezondheid. De tegenslagen in het leven zijn daarmee beter te dragen en je ervaart minder stress. Dus is het glas halfleeg... of halfvol?

Tot slot
Ouder worden is zo makkelijk nog niet en gezonder en actiever leven vraagt meer energie dan voorheen. Maar je kunt wel degelijk je levensverwachting en je gezondheid verbeteren door je leefstijl aan te passen. Verschillende onderdelen spelen hierbij een rol. Van beweging, voeding en positiviteit



tot familie, vrienden en plezier. Ook blijkt dat de 100 halen niet zozeer een individuele weg is, maar iets wat je samen moet doen. Zo voegen we niet alleen meer jaren toe aan het leven, maar ook leven toe aan de jaren. Op naar de 100!

Wilt u meer leren over gezondheid samen met anderen? Vanaf 29 mei biedt Beijum Beweegt een Leefstijlcurcus aan. Gratis voor bewoners uit Beijum.

Kijk voor meer informatie op www.beijumbeweegt.nl/leefstijl

De essentie van het leven en de kracht van een glimlach...

Vanuit mijn focus op leefbaarheid, duurzaamheid, eenzaamheid en medemenselijkheid ben ik weer op zoek naar ideeën, spiegels, menselijke warmte en verbindingen in mooi Beijum.

Soms voel ik dat de lente ons wil wakker schudden om ons te laten zien dat nieuw leven in de vorm van de mooie tulpen, narcissen en veldbloemen belangrijk zijn. Ze brengen kleur en blijheid na de koude winterdagen.

Mensen zijn soms net als bloemen. Dan merken we hoe fijn het is om onze medemens te helpen. We maken elkaars leven lichter en blijer. Dat kan beginnen met een simpele vraag – kan ik iets voor je doen? – of met alleen even luisteren naar

de ander en vragen: alles goed met jou?

Zo vind ik het fijn om te glimlachen met mensen of te groeten als ik aan het lopen ben of in de bus zit. Even contact maken is fijn. Ik vind het prachtig als ik zie dat een jong kind of een student uit een echt boek nog even zijn/haar huiswerk doorneemt in de bus. En niet vanaf zijn/haar mobiel leert. Ik geniet ervan als een baby naar mij kijkt en als ik zwaai en glimlach en... de baby teruglacht.

Dit zijn allemaal vormen van contact en verbinding. Ze doorbreken de monotonie van het dagelijks leven. Het is zo simpel en het kost niets, maar soms breng je wel licht in de duisternis als iemand niet lekker in zijn/haar vel zit.

Wat is het fijn om iemand van 80 te horen vertellen dat zijn moeder gastendoekjes naaide van oude handdoeken zonder zich ervoor te schamen dat ze arm waren. Nee, hij is trots op zijn moeder, want ze was toen al duurzaam. Het zou bevrijdend zijn als we meer open en in harmonie over wensen, ontevredenheden, situaties, vragen en suggesties kunnen praten. Zo leren we van elkaar, groeien we samen en geven we dit door naar de volgende generaties. En dragen we bij aan meer leefbaarheid, duurzaamheid en medemenselijkheid, en minder eenzaamheid in onze wijk en in de wereld. Zullen we dat doen?

Voor suggesties of commentaar: ingridwerleman@gmail.com, mobiel 06-1304986, Wapp 06-17079859



ONDERNEMERS IN DE WIJK BEIJUM (74)

Beijum wemelt van de ondernemingen en bedrijven. Groot, klein, familiebedrijven, eenmansbedrijven, starters, gevestigde bedrijven, et cetera. Met z'n allen vormen ze het ondernemersland-schap in de wijk.

In deze serie worden ondernemingen en bedrijven voor het voetlicht gebracht. Beijum zonder ondernemers is ondenkbaar. In deze aflevering vertelt de in Beijum woonachtige Lars Veenhof over zijn bedrijf.

door Johan Fehrmann

Hoe heet je bedrijfje, Lars, en hoe ben je ertoe gekomen om daarmee te starten?

Mijn bedrijf heet PlyoProCoaching. Ik ben hiermee begonnen als afstudeeropdracht voor de opleiding Sportkunde aan



de HanzeHogeschool. Op dit moment ben ik nog student; hopelijk kan ik na mijn afstuderen met mijn bedrijf een succesvolle carrière starten. Ook geef ik training bij GVAV Rapiditas als trainer Jeugd onder 11-2 & technisch coördinator onderbouw (Jeugd onder 6 t/m 10).

Wat heb je klanten te bieden, waarvoor kunnen ze een beroep op je doen?



Lars Veenhof

Ik bied personal voetbaltrainingen aan op het gebied van techniek en plyometrie. Dit is een combinatie die ervoor zorgt dat je explosiever en sneller kan bewegen tijdens je voetbalhandelingen. Daarnaast ga ik een pilot draaien bij de Verlengde schooldag; hopelijk kan ik hier een vaste aanbieder

worden. Ook ga ik mij focussen op small-group-trainingen voor jong en oud. Ik vind het belangrijk dat iedereen goed in beweging komt op zijn of haar eigen niveau.

Wat geeft voldoening? Wat stemt tevreden binnen wat je doet?

Wat mij voldoening geeft, is de progressie zien van een individu. Dat wat eerst niet kon nu wel lukt. Daarnaast vind ik de mentale ontwikkeling (vooral het sociale aspect) heel belangrijk: hoe ga je om met anderen en met jezelf. Als ik terugzie dat een speler dit beter beheerst door mijn coaching, kan ik hier heel tevreden over zijn.

Je woont in Beijum, bevalt dat?

Ik woon nu zo'n zes à zeven jaar in Beijum, aan de Menkemaheerd. Ik vind het een fijne buurt met leuke burens en veel groen.

Adres: Menkemaheerd 20
Website www.plyoprocoaching.nl (nog niet af)
Tel.: 06 11147940
Instagram: @PlyoProCoaching

Ook met jouw of uw bedrijf in deze rubriek?
redactie@debeijumer.nl

Met hulp van Toos komt Jelly's levensverhaal tot stand

In het kader van het project Levensverhaal van Humanitas Groningen komen vrijwilliger Toos en deelnemer Jelly regelmatig bij elkaar om te werken aan de levensgeschiedenis van Jelly.

Toos wilde graag vrijwilligerswerk doen en in contact komen met mensen die iets interessants te vertellen hebben. Ze las na de dood van haar vader zijn originele dagboeken en is dankbaar dat ze hem zo veel beter heeft leren kennen. Daarom vindt ze het nu belangrijk om de levensgeschiedenis van anderen weer te geven.

Jelly heeft in haar leven veel verschillende dingen gedaan en wil dit graag vastleggen voor haar kinderen en kleinkinderen. Zo kunnen zij een beeld krijgen van het leven tijdens en na de

Tweede Wereldoorlog. Ze heeft al fragmenten voorgelezen aan haar 17-jarige kleindochter, die verbaasd was over de dingen die haar oma allemaal heeft meegemaakt.

Toos herkent wel dingen uit het leven van Jelly: ze hebben beiden interesse in beeldende kunst en er zijn meer overeenkomsten. Er moet een goede klik zijn tussen het koppel, zodat de gesprekken voor beiden boeiend zijn. Jelly voelt zich vertrouwd en waardeert het dat Toos de goede vragen stelt om tot verdieping te komen. Door de aandacht voor haar verleden is ze weer andere dingen gaan schilderen (zie foto).

Jelly zegt: 'Alles in je verleden heeft je gevormd, maar ik wil niet te lang stilstaan bij de verdrietige dingen in mijn leven. Die

heb ik verwerkt en ik kijk graag terug op alle positieve dingen die ik heb meegemaakt.'

Wil je ook hulp van een vrijwilliger om jouw levensverhaal



op papier te zetten? Of wil je meer weten over project Levensverhaal? Neem dan contact

op met Humanitas Groningen: 050-3126000 | mip.groningen@humanitas.nl



Rood - Wit - Groen | Foto © Jaap van Leeuwen

Beijum in Bedrijf aan het woord

Vanmorgen heb ik een afspraak met Frouwke Schouwstra (55) in de Amkemakoepel. Frouwke ontvangt me heel hartelijk. Benieuwd ga ik het interview in: wie is deze vriendelijke vrouw?

door Maike Stoffers

Wil je iets vertellen over jezelf?

Ja, ik ben moeder van zeven kinderen, van wie er nog twee thuis wonen en eentje alleen in de weekenden thuiskomt. Als moeder ben ik eigenlijk altijd bij mijn kinderen thuis geweest. Dat vond ik toen prima. Ik was op mijn gezin gericht en had geen sociale contacten, ik was heel erg op mezelf. Toen de kinderen wat groter werden, ben ik gaan kijken of ik toch iets buitenshuis kon doen. Eerst ben ik als vrijwilliger begonnen bij de Voedselbank; dat heb ik jarenlang gedaan en vond ik heel leuk.

Nu werk je bij Beijum in Bedrijf. Wat doe je voor werk?

De eerste plek, sinds de coronatijd, was de kringloopwinkel. Dat was veel schoonmaakwerk en ordenen. Langzamerhand breidden mijn taken zich uit – onder andere kleding sorteren



kwam erbij. Ook mocht ik op een gegeven moment het Post.nl-punt doen, daar had ik een cursus voor gevolgd. En later mocht ik tevens de kassa bedienen. Dat vond ik spannend, maar door het te doen kreeg ik veel zelfvertrouwen. Toen ik begon met werken, was ik een stille, onzekere vrouw. Door dit werk ben ik heel erg gegroeid. In de kringloopwinkel heb ik twee jaar een participatiebaan gehad.

Wat zijn jouw huidige werkzaamheden?

Inmiddels heb ik een basisbaan. Dat houdt in dat ik het minimumloon krijg en 32 uur per week werk, nog steeds in de

kringloopwinkel. Op een gegeven moment werd ik gevraagd om daarnaast beheerderstaken op me te nemen van de Amkemakoepel. Daar heb ik eerst de hele boel opgeknapt, want het was een bende. Ik heb heel hard gewerkt, want behalve het gebouw moest ook het tuintje ernaast opgeknapt worden. Nu heb ik de sleutel en zorg ik voor de voorraden en de schoonmaak, en zet ik koffie en thee. Als er een vergadering is, zet ik alles klaar en ik heb de rol van gastvrouw bij de koffie-inloop. Sinds kort is daar het Odensehuis bijgekomen. Ook daar ben ik gastvrouw, maar ik heb ook een-op-eengesprekjes met de bezoekers en dus een begeleidende rol. Ik ben blij dat

Beijum in Bedrijf

ik behalve het schoonmaken en klaarzetten van alles deze rol erbij heb gekregen. Dat persoonlijke contact vind ik heel leuk.

Wat vind je verder leuk aan je werk?

(Frouwke lacht.) Eigenlijk alles. Ik ben er heel trots op dat ik de gewone koffie-inloop op maandag open heb kunnen houden nu het Odensehuis erbij gekomen is.

Wat ontleen je aan dit werk, Frouwke? Wat levert het je op?

De liefde van de mensen die ik terugkrijg, en de waardering.

Heb je nog een droom? Iets wat je nog zou willen doen?

Ja, die heb ik zeker... In het verleden heb ik de opleiding Zorg gedaan en ik zou hierin nog wel verder willen leren. Uiteindelijk, als mijn kinderen

allemaal het huis uit zijn, zou ik heel graag iets in de zorg op Terschelling willen gaan doen. Ik wil daar heel graag wonen. En ik zou daar dan graag iets in de ouderenzorg gaan doen, of met verstandelijk gehandicapte kinderen.

Vroeger wilde ik juist helemaal niet met ouderen werken. Maar nu ik hier op deze manier ingeroeld ben, vind ik het mooi en dankbaar werk. Ik vind het prachtig om met de mensen samen iets te doen, als ik een soepje sta te maken bijvoorbeeld, om ze er dan bij te betrekken. Dat had ik vroeger allemaal niet kunnen bedenken, dat ik dit werk zo leuk zou vinden.

Terwijl we met dit interview bezig waren, kwam Patrick, de coördinator van het Odensehuis, even langs. Hij zei: 'Frouwke is heel bescheiden, maar ondertussen is ze hier wel de drijvende kracht!'

CYCLES SHOP GRONINGEN

DÉ FIETSENMAKER IN BEIJUM

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

JOUW FIETS SUPERSNEL GEREPAREERD!

VOOR 11:00 UUR = ZELFDE DAG KLAAR!

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

NIEUW • GEBRUIKT • ACCESSOIRES • REPARATIE EN ONDERHOUD



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

**CYCLE
SHOP**.nl
Groningen

Op zoek naar de hele mens: uit het hoofd en in het lichaam

In deze westerse maatschappij zijn hoofdzaken (de ratio) vaak letterlijk belangrijker dan ons lichaam en gevoel. Veel mensen voelen zich daarin niet thuis: ze zijn gestrest en voelen druk om aan de eisen van deze tijd te voldoen, met grote kans op een burn-out of een bore-out. We leven in ons hoofd en zijn naar buiten gericht (social media, nieuws).

door Jetske Zeinstra

Door al die invloeden kunnen we ons juist afgescheiden en alleen voelen. We staan continu ‘aan’, waardoor ons zenuwstelsel niet meer tot rust komt. Zo is er minder aandacht voor buiten in de natuur zijn, lichamelijke beweging en spontane ontmoetingen. We vergeten onszelf af te vragen: waar word ik blij van, wat geeft me energie en wat zijn energiezuigers?

Mijn behandelingen en cursussen kunnen je helpen je natuurlijke bewustzijn te hervinden. Van jongs af aan ben ik geïnteresseerd in het (terug)vinden van de natuurlijke balans én in hoe je je innerlijk vuur leert volgen. Dus minder zwoegen, meer flow. Waar loop je warm voor? En wat is goede zelfzorg voor lichaam, geest en ziel? Door de grote diversiteit aan opleidingen die ik

gevolgd heb, kan ik verschillende tools aanbieden om zélf weer balans te ervaren in lichaam en geest. Want via het lichaam (sporten, yoga, meditatie) en het buiten zijn in de natuur komen we tot rust en leren we te luisteren naar die zachte stem van ons hart. Naar binnen gericht gaan we van denken naar voelen en komen we vanzelf weer in balans.

Sinds 2016 werk ik met veel plezier in mijn praktijk in de mooie groene wijk Beijum. Hier kun je terecht voor alles wat met lichaamsbewustzijn en ontspanning te maken heeft, waardoor lichamelijke en psychische klachten verminderen en we meer in onze kracht komen te staan. Een krachtig en blij mens heeft een positief effect op de directe omgeving, met meer respect voor de natuur en de mensen om ons heen. Dat is mijn missie en ik draag daar heel graag aan bij. Ook middels de spirituele Beurs Puur waar ik sinds januari fijne stoelmassages en Quantum Touch (botten uitlijnen) mag geven. Tevens heb ik een vernieuwde mindfulness-training ontwikkeld.

Vanaf halverwege augustus geef ik deze krachtige mindfulness-training in combinatie met de zeven wetten van spirituele gezondheid van het boek



Zielsgelukkig = Kernegezond van drs. Richard de Leth. Voor deze achtweekse pilot ontvang je 40 procent zomerkorting! Ook op afspraak: een gratis houdingscheck met praktische tips (vijftien minuten) en/of een stoelmassage er-

varen van twintig minuten voor slechts 15 euro (contant betalen, geldig t/m 30 augustus 2024). Voel je welkom!

Praktijk Zeinstra is het bedrijf van Jetske Zeinstra, gevestigd in

Beijum. Praktijk voor o.a. oefentherapie Mensendieck, (stoel)massage, voetreflex, mindfulness en yogalessen. Contact: 06-19358009, info@praktijkzeinstra.nl en www.praktijkzeinstra.nl

Link050

Dé vrijwilligerscentrale

Op zoek naar vrijwilligerswerk?

Dat kan! Ook in je eigen buurt:

Wat dacht je van?

Begeleider voor de Leesclub Makkelijk Lezen Forum (Beijum of Lewenborg)
Samen met een groep lezen en hen nieuwe woorden leren! Oja, én ruimte voor gezelligheid.

Meer info of direct reageren?
Neem gerust contact op met Annemiek
Kwant: a.kwant@forum.nl
06-46386788

Gratis cursus of training voor vrijwilligers

Zin in een **Flexibele Mind-Walk**? Wandel dan mee met ons mee de natuur in. Een heerlijk opladmoment!

di. 14 november
10.30 tot 13.00 uur

Meer informatie, opgeven of nieuwsgierig naar andere cursussen?
www.link050.nl/ontwikkellink

Fonds Goed Idee!

Heb je een goed idee of initiatief gericht op kinderen en/of jongeren?

Wacht dan niet langer en dien je idee in bij **Fonds Goed Idee**

Meer informatie of je idee indienen?
Ga naar:
www.link050.nl



info@link050.nl

050 - 3051 900

Herestraat 100



We staan voor je klaar!

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

www.nijestee.nl/contact

Nijestee i



Heerdenhoes - 01 | Foto © Jaap van Leeuwen

Column

De verliefde meisjes van Zeeman

door Jaap van Leeuwen

De naam van onze geliefde wijk wordt al sinds jaar en dag op verschillende manieren gespeeld. In twee stokoude lijsten van het bisdom Münster wordt afwisselend Beyum en Beijum geschreven. We praten dan over de vijftiende eeuw. Er was een duidelijke reden voor de Duitse bisschop om over ons gebied te schrijven: de Zuidwending die (nog steeds) dwars door Beijum loopt, was de grens tussen zijn bisdom en dat van zijn collega, de bisschop van Utrecht. Ondertussen heeft Beijum het van Beyum gewonnen, al kom je de laatste schrijfwijze ook nog wel eens tegen. De wijkwebsite heet [beijum.nl](#), de basisschool die in 1981 haar deuren opende aan de Jaltadaheerd heette toen al, en nog steeds, de Beijumkorf, en de Bewonersorganisatie Beijum koos bij haar oprichting op 17 mei 1983 ook voor 'Beijum'. Vanaf 2001 werd de Beijumkorf verdeeld over twee locaties, De Zwerm (Fultsemaheerd) en De Honingraat (Jaltadaheerd). Het idee dat het daar zoemt van de activiteiten en gonst van het harde werkende bijtjes wordt

door die namen opnieuw benadrukt. Een groep Beijumers die zich inzet voor de bijtjes en vecht voor een duurzaam Beijum lift graag mee. Ze noemt zichzelf Energieteam de Werkbeij. Je kunt het natuurlijk wat gezocht vinden, maar ach, het is wel oké. Niet oké is het als *um* verandert in *Hem*. Dat gebeurt met de naam BijHem, van de stichting BijHem Community. Niet zo gek als je hier een religieus motief vermoedt. Hier eigent een groep zich een naam toe die van algemeen belang is. Leuk bedacht voor bij de borrel mischien, maar daar moet het dan ook bij blijven. Piet Hendriksma schreef in 1984 in de wijkkrant een stukje over de manier waarop je de naam van onze wijk uitspreekt, en dat is niet 'hem'. Nee, de juiste uitspraak is die van het verliefde meisje dat haar vriendin in 't oor fluistert: 'Was ik alvast maar weer BIJ 'M.' *Um* dus, maar niet de *um* van Baaium – ook die versie sabelt Hendriksma genadeloos neer. Bij, niet baai. En *um*, niet hem. Kan het gekker? Jazeker! Onlangs iets gekocht bij de dames van Zeeman in Winkelcentrum Beijum? Kijk dan eens wat er op je bankafschrift staat: ZEEMAN GRONINGEN BEIJUM... mischien verliefd en even totaal de weg kwijt?

GOEDLAKS VROLIJKE NAGELS VOOR IEDEREEN

Ik ben Marije Woudsma, de nagelstyliste voor een klein budget

Ben je niet in staat om naar een salon te gaan wegens financiële beperkingen, maar wil je wel graag een manicuresessie? Kom dan op vrijdagmiddag 7 juni langs bij Kringloopwinkel Beijum aan de Claremaheerd 53! Tussen 13 en 17 uur ben ik aanwezig om jou vrolijke nagels te geven.

Aanmelden kan via m.gortmaker@werkpro.nl.

Er is een beperkt aantal plekken, dus geef je snel op!

Wil je meer informatie over de behandelingen? Neem dan contact op met Marije via onderstaande gegevens. Heel graag tot 7 juni!

06-27066450
goedlaks@gmail.com



Heerdenhoes - 02 | Foto © Jaap van Leeuwen



Kerkdiensten		
De Bron, Bentismaheerd 1A		
26 mei	10:00 uur	Voorganger ds. R. Fortuin
2 juni	10:00 uur	Open Kring Viering o.l.v. gemeenteleden
9 juni	10:00 uur	Voorganger ds. Jaap Koopman
16 juni	10:00 uur	Gezamenlijke dienst in de Nieuwe Kerk, voorganger ds. Tirtsa Liefding
23 juni	10:00 uur	Voorganger ds. Rosita Fortuin
30 juni	10:00 uur	Voorganger ds. Rob Fortuin

U bent van harte welkom! Bent u niet in de gelegenheid om te komen, dan kunt u de dienst volgen via: www.kerkdienstgemist.nl. Voor meer informatie over de diensten en de activiteiten van de Bron: zie www.pkndeb Bron.nl. De dienst in de Nieuwe Kerk kunt u volgen via www.kerkomroep.nl.

Koffie-inloop
De Bron is iedere woensdagochtend tussen 10:00 en 12:30 uur, en iedere vrijdagmiddag tussen 14:00 en 16:00 uur geopend voor gratis thee en/of koffie en gezelligheid. Met op vrijdag, indien gewenst, samen spelletjes doen. Van harte uitgenodigd!

Meditatie in De Bron
Wil je meer tijd voor rust? Meditatie in De Bron helpt daar zeker bij! Iedere tweede en vierde maandag van de maand ben je welkom. Vanaf 19:30 uur is de inloop met koffie en thee, om 20:00 uur begint de meditatie. Eerst wat aandacht voor het lichaam om daarna met meditatie 'naar binnen' te keren. Ga van de rumoerige buitenwereld naar een rustigere binnenwereld. Tip: neem een plaid of warme kleding mee. En: het kost niks, je hoeft je niet aan te melden. Meer informatie? Bel 050 541 42 81.

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

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

26 mei	11:15 uur	Pastor Marika Meijer (m.m.v. het Emmaüskoor)
2 juni	11:15 uur	Pastor Myriam Oosting
9 juni	11:15 uur	Pastor Arjen Jellema
16 juni	11:15 uur	Piering o.l.v. parochianen (m.m.v. het Emmaüskoor)
23 juni	11:15 uur	Pastor Arjen Jellema
30 juni	geen eigen viering	parochieviering in de Salvatorkerk

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

Contactgegevens

Bewonersorganisatie Beijum
Melsemaheerd 2
info@beijum.org

Wijk- en jongerencentrum Het Trefpunt
Beijumerweg 17
☎ 050-5422807 | info@trefpuntbeijum.nl

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

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

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

Kijk voor meer informatie op beijum.nl

COLOFON De Beijumer

p/a Postbus 60007
9703 BA Groningen
telefoon: 050-5422807
email: redactie@debeijumer.nl

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

Druk: Mediahuis Noord
Leeuwarden - Oplage 5100

Volgende nummer:

Kopijsluiting
7 juni

Verspreiding
19 juni

Redactie:
Ronald Oostmeijer
Johan Fehrmann
Nathan Brinkman

Met medewerking van o.m.:
Menno Fritsma
Gosse Hartholt
Jaap van Leeuwen
Marleen van Leeuwen
Maïke Stoffers
Jan Wedema
Ingrid Werleman
Astrid van der Wis
Rinus Woesthuis
Jetske Zeinstra

DTP
Rode Egel Producties
Woesthuis Media

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

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

Bezorging
Bewonersorganisatie Beijum

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

De Wiershoeck

Natuurvoedingswinkel



Beijumerweg 20, 9737 AD Groningen Tel: 050-541 15 15

Info@dewiershoeck.nl

Openingstijden:

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

Boodschappen doen combineren met een leuk uitje?

Kom naar de Wiershoeck!

Collega gezocht

Voor ons team in De Wiershoeck zoeken wij een nieuw collega voor ca 15 uur/week.

Ben je gemotiveerd en lijkt het jou leuk stuur een mail!



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







Gecertificeerd biologische producten met nadruk op lokale aanbieders



Catrien Coolsma

UITVAARTVERZORGING

Informatie | Advies | Begeleiding

06 25 120 120

www.catriencoolsma.nl

Groningen | Drenthe | Friesland



Beijumerweg 20
(050) 5491848

www.degroenezon.com



kruidenstudiecentrum,
winkel, theeschenkerij

Cursussen en Workshops over kruiden

✓ ambachtelijke producten
✓ 's middags: thee, koffie en taart

In Stadsboerderij
De Wiershoeck



Beijum TV | Foto © Jaap van Leeuwen

Boekenmarkt op IKC De Heerdstee

Verkoop van volwassen- en kinderboeken

Op vrijdag 24 mei organiseert IKC De Heerdstee een Boekfestival op het schoolplein. De opbrengst van de boeken zal gaan naar het kopen van nieuwe kinderboeken. De boeken kunnen worden betaald met een strippenkaart. Deze strippenkaarten worden verkocht tijdens de boekenmarkt.

We hopen u te zien op **vrijdag 24 mei** tussen **13.45** en **15.15 uur** op het schoolplein! Bij slecht weer worden de boeken in de hal van de school verkocht.





BOEK FESTIVAL
24.05.24
book fair
13.45-15.15
2024
Bentismaheerd 1
050-5417232



GRONINGEN BEWEEGT!



Kom zelf ook gebruik maken van de Pumptrack!

PUMPTRACK & AIRBAG SHOW BMX

VRIJDAG 31 MEI
14:45-17:00 (VRIJE INLOOP)
PLEIN OOST IN BEIJUM



VOOR MEER INFORMATIE



WWW.BEIJUMBEEWEGT.NL