

**Veul
Zegen!**



**Feliz Navidad y
próspero 2026**

**Joyeux Noël et
bonne année
2026**

**Merry Christmas
and a Happy 2026**





Veldkamp
Elzinga
Koster

Meint Veningastraat 121
9601 KE Hoogezand

Postbus 31
9600 AA Hoogezand

T 0598- 39 98 80
F 0598- 39 19 56



POSOTIEF

Beste lezers,

Namens het bestuur wens ik alle lezers fijne feestdagen en een gezond 2026. Wij danken alle vrijwilligers die het afgelopen jaar hebben bijgedragen aan het succes van onze activiteiten. Ook spreken wij onze waardering uit voor wethouder Evert Offereins voor zijn inhoudelijke bijdragen als columnist. Daarnaast zijn wij de gemeente Midden-Groningen erkentelijk voor de jaarlijkse subsidie die onze werkzaamheden mogelijk maakt.



Ook willen wij onze adverteerders bedanken voor hun financiële bijdrage. Dankzij hen kunnen wij de oplage van 2.000 exemplaren handhaven, waarvan circa 80% bij ouderen thuis wordt bezorgd, naast de vele lezers die het blad digitaal ontvangen. Binnen het bestuur en de vrijwilligersgroep hebben zich dit jaar enkele veranderingen voorgedaan. Onze secretaris, Femma Raneri, neemt na tien jaar betrokkenheid afscheid bij POSO. Wij bedanken haar voor haar inzet in al die jaren. Een passend afscheid zal plaatsvinden. Het grootste deel van haar werkzaamheden wordt voortaan uitgevoerd door onze nieuwe vrijwilligers, mevrouw Wini Bakker en de heer Edie Bunt. Wij heten hen van harte welkom en hopen dat zij zich snel thuis zullen voelen binnen de POSO.



Vanaf 2026 richt POSO zich op activiteiten en voorlichting, terwijl het Platform Ouderen het inhoudelijk ouderenbeleid en overleg met de gemeente verzorgt. Als gevolg van deze beleidswijziging hebben wij afscheid genomen van de leden van de Raad van Toezicht. Wij danken hen voor hun waardevolle inbreng en betrokkenheid bij onze stichting; een passend afscheid heeft inmiddels plaatsgevonden. Daarnaast spreken wij onze waardering uit voor de vrijwilligers van de POSO Lifestylebeurs. Projectleider Maria Bueving en haar team hebben meer dan 850 bezoekers op een prettige wijze ontvangen. In deze uitgave vindt u het verslag van deze 13e editie.

Ook dit jaar heeft de POSO in samenwerking met haar partners een breed programma kunnen aanbieden. Een greep uit de activiteiten in 2025: Eten bij Aletta, de Opfriscursus Verkeerstheorie, de Paddenstoelentocht, een tocht met de Loodskotter, de Dag van de Ouderen, voorlichtingen over het Levenstestament en de bijeenkomsten 'Nep of Echt' over cybercriminaliteit. Daarnaast organiseerden wij diverse scootmobiel- en fietstochten, wandelingen, visactiviteiten en klootschietmomenten. Wij hopen velen van u in 2026 opnieuw te mogen begroeten bij onze activiteiten en voorlichtingsprogramma's.

Namens het bestuur wensen wij u allen een gezond en gezegend 2026.



Kwartier
Zorg & Welzijn

GRATIS ADVIES VOOR OUDEREN

Waarvoor kan je bij de vrijwillig
ouderenadviseur terecht?

- Wensen op het gebied van welzijn, wonen en zorg
- Informatie over voorzieningen en regelingen
- Activiteiten in de buurt



De vrijwillige
ouderenadviseur komt bij
je thuis. Meer informatie of
aanmelden? Bel dan met
Kwartier: 0598-364900



Onze POSO Kerstboom al
gezien in deze POSOtief?
Dat kan haast ook niet
anders want het zijn er wel
heel veel!

Weet u hoeveel? Stuur dat
aantal dan op een kaartje
naar: **DIG050, Hoofdstraat
54, 9601 EJ Hoogezand**. Uit
de goede inzenders trekken
we een kaartje en die krijgt
een heerlijke appeltaart
voor 8 personen! E-mailen
mag ook: **info@dig050.nl**

Verkeersvoorlichting POSO

In oktober en november organiseerde POSO, in samenwerking met de Stichting Bevordering Verkeersveiligheid (SBV), twee voorlichtingsbijeenkomsten, één over gewijzigde verkeersborden en verkeersveiligheid, de andere ook met een rijvaardigheidstest. Beide bijeenkomsten trokken veel belangstellenden en werden net als in voorgaande jaren positief ontvangen.

Eerste bijeenkomst: rijvaardigheidstest en voorlichting

Tijdens de eerste bijeenkomst namen 26 deelnemers deel aan een praktijkgerichte rijvaardigheidstest. Dankzij subsidie van de provincie kon de SBV met maar liefst negen examinatoren aanwezig zijn. Iedere deelnemer kreeg de mogelijkheid om één uur lang de eigen rijvaardigheid te testen onder begeleiding van een examinator. Hoewel het voor sommigen wat spannend was, hoefde niemand zich zorgen te maken: het rijbewijs stond niet op het spel. Naast de rijproef verzorgden medewerkers van de SBV een informatieve sessie over verkeersveiligheid en de nieuwste verkeerssituaties. De deelnemers waren zeer tevreden over zowel de test als de voorlichting, waardoor de bijeenkomst als bijzonder geslaagd werd ervaren.



Tweede bijeenkomst: nieuwe verkeersborden en situaties

De tweede bijeenkomst stond volledig in het teken van de nieuwste verkeersborden en gewijzigde verkeerssituaties. Ruim 60 belangstellenden luisterden met veel enthousiasme naar de verhalen van Theunis Kats, die op boeiende en vaak humoristische wijze de aandacht vasthield bij de soms complexe wijzigingen. Aan het einde sprak Floran Scholtens een woord van dank uit aan de spreker en aanwezigen.

Conclusie

Beide bijeenkomsten waren een groot succes, in lijn met de goede ervaringen van de afgelopen twee jaar. De grote opkomst en positieve reacties maken duidelijk dat er veel behoefte is aan dit soort voorlichting. POSO en SBV zien dan ook volop aanleiding om deze waardevolle bijeenkomsten in 2026 te herhalen.

Pensioen:

Geen einde maar een frisse doorstart!

In haar column reflecteert Anja Laeven, voorzitter van de Raad van Ouderen, op de overgang naar pensioen en de impact die dit heeft op zowel het individu als de omgeving. Ze vertelt het verhaal van haar oom, die na 40 jaar hard werken zijn pensioen inging met de uitspraak: “Nu ga ik niks meer doen!”. Zijn tante, die haar leven lang zorgde voor het huishouden, schrok van deze verandering. Dit voorbeeld toont aan hoe belangrijk het is om voor je pensioen na te denken over wat er na die laatste werkdag komt, zowel voor jezelf als voor je omgeving.



Laeven benadrukt dat pensioen een kans moet zijn voor nieuwe ontdekkingen en zingeving. Het is belangrijk om tijdig te plannen voor deze fase, bijvoorbeeld door werk te ‘uitfaseren’ en te zoeken naar lichtere taken of vrijwilligerswerk. Dit kan bijdragen aan een gezonde overgang naar pensioen en biedt ruimte om waardevolle ervaring en kennis in te zetten, ook na het werkzame leven.

Ze spreekt ook over de aanpak van het *Sociaal Pensioen* van de Vereniging Nederlandse Organisaties Vrijwilligerswerk (NOV), waarin werkgevers, vrijwilligersorganisaties en ouderen vanaf 60 jaar worden aangespoord om samen proactief na te denken over pensioen. Dit zorgt niet alleen voor persoonlijk welzijn, maar helpt ook de samenleving door de kennis en ervaring van ouderen te behouden.

Laeven sluit af met de boodschap dat haar oom en tante, na wat aanpassingen, samen hun nieuwe levensfase hebben vormgegeven. Het is belangrijk om hierover open gesprekken te voeren en elkaar ruimte te geven voor een succesvolle overgang naar het pensioen.



‘Ik ben Dementievriendelijk’

Deze maand was het eindelijk zover: in Dorpshuis Mainschoor in Kolham vond de training ‘Ik ben Dementievriendelijk’ plaats. Deze inspirerende bijeenkomst werd georganiseerd in samenwerking met Alzheimer.nl en samendementievriendelijk.nl, en bracht mensen uit het dorp en omgeving samen om meer te leren over dementie en hoe je hier als buur, vriend of familielid mee om kunt gaan.

De training werd vakkundig verzorgd door trainer Maria Delobel, die met veel kennis en enthousiasme de deelnemers meenam in de wereld van dementie. Tijdens de interactieve sessie kwamen praktische tips aan bod, leerden we

signalen van dementie te herkennen en kregen we handvatten om op een respectvolle en ondersteunende manier te reageren op mensen met dementie. De sfeer was open en betrokken, waardoor er veel ruimte was voor vragen, het delen van ervaringen en het oefenen van situaties uit het dagelijks leven.

De deelnemers waren enthousiast en gaven aan veel geleerd te hebben. Er ontstonden mooie gesprekken over hoe we als gemeenschap samen kunnen zorgen voor een dementievriendelijke omgeving, waar iedereen zich welkom en veilig voelt. Het was een waardevolle en leerzame middag, die zeker voor herhaling vatbaar is. Een echte aanrader voor iedereen die meer wil weten over dementie en een steentje wil bijdragen aan een inclusieve samenleving!



zaVie is dé belangenbehartiger van, door en voor iedereen die in de provincie Groningen zorg, aandacht en ondersteuning nodig heeft: mensen met een lichamelijke, verstandelijke of psychische beperking (en/of verslavingsproblematiek), chronisch zieken, senioren en hun familieleden/mantelzorgers. Wij willen voor hen een betere maatschappelijke positie en kwaliteit van leven.

Onze activiteiten

- ♥ Voorlichting: we organiseren bijeenkomsten over diverse onderwerpen zoals stigma en toegankelijkheid.
- ♥ Signalering: wij luisteren naar ervaringen, signaleren knelpunten en gaan op zoek naar oplossingen.
- ♥ Netwerkvorming: we werken aan een netwerk met én voor de achterban.

Ons doel

Een samenleving waarin:

- ♥ iedereen de zorg en ondersteuning krijgt die nodig is;
- ♥ iedereen ertoe doet en gelijkwaardig mee kan doen;
- ♥ ieders talent wordt gezien, gehoord en ingezet.

Doe mee!

Vrijwilligers doen het werk bij zaVie, zij maken het verschil! Zij kunnen bij ons hun eigen kracht (her)ontdekken, zichzelf ontwikkelen, ervaringen delen, deze bundelen en inzetten voor betere zorg en ondersteuning in onze provincie. Wilt u hier ook aan bijdragen? Bel of mail ons. U bent van harte welkom!



Contactgegevens

Leonard Sprengerlaan 13
4e verdieping
050 5713999
Bgg 06 174 174 58
[Www.zavie.nl](http://www.zavie.nl)
info@zavie.nl

Hoe krijgt u weer grip op uw leven?

Of
zoekt u
hulp voor
iemand
anders?

Wij helpen bij

**Curatele
Bewindvoering
Mentorschap**



**WEER GRIP
OP JOUW
LEVEN**

Wij denken graag met u mee

Meer informatie op onze website www.masis.nl of maak
direct een afspraak via 0598 382 366 / info@masis.nl



Stichting POSO



Plaatselijk Overleg Samenwerkende Ouderenorganisaties



■ Hotel Restaurant



"Al het fijne onder één dak"



Overnachten ♦ Vergaderen

Lunchen ♦ Dineren ♦ Borrelen Feesten ♦ Bruiloften en
meer..

www.hotelfaber.nl

Contact

Onze redactie ontvangt graag artikelen
voor POSOtief en de website. Heeft u
een verhaaltje, leuke foto of
gedichtje ?

Mail dan naar:

info@poso-middengroningen.nl

Spekdikken!

Ook met een oud recept nog heel lekker in 2025!

1 kilo roggemeel

3/4 liter water.

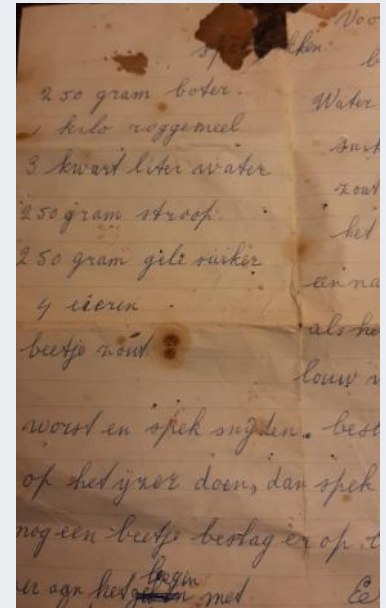
250 gram boter

250 gram stroop

250 gram gele suiker

4 eieren en een beetje zout.

Worst en spek toevoegen in het ijs



Volg ons ook op je mobiele telefoon!

Regio TV

www.rtvmiddengroningen.nl

Ziggo 47 ■ KPN 1464



Download nu onze app in de Play of App Store!

POSOTief

Valpreventie

GRATIS intake & valpreventie programma

Kom langs of bel ons voor een afspraak
Neem ook uw buren, een kennis of partner
mee!

Valpreventie programma:

Trainen voor betere spierkracht, bewustzijn, coördinatie en balans
1 keer per week, 1 uur, 12 weken lang in groepsverband met 6
personen



Erasmusweg 139, 9602 AD, Hoogezand



0598 - 397452



info@vankasteel.nl



www.vankasteel.nl



De klap

In de nacht van vrijdag 14 november was er een zeer zware aardbeving bij Zeerijp. Maar twee keer eerder was er een zwaardere beving in Groningen. We wisten dat ook na het stoppen van de gaswinning in het Groningerveld, de bevingen nog niet voorbij zouden zijn. Maar zo'n zware klap, nu nog, dat hadden ook de experts niet verwacht. Die vrijdagochtend zat ik samen met collega-wethouders en adviseurs van de vijf aardbevingsgemeenten op het provinciehuis, samen met de gedeputeerde, het IMG, de NCG en ook het ministerie van BZK. We hebben maandelijks overleg met elkaar over schadeherstel en versterking zoals deze in de gezamenlijk opgestelde herstelagenda bij elkaar komen. Omdat het een zeer zware beving was, schoof deze keer ook de Veiligheidsregio aan.

De agenda hebben we voor deze keer leeg gemaakt en het alleen over de beving gehad. Wethouder Eemsdelta was niet aanwezig, maar met de inwoners in het direct getroffen gebied in gesprek. Belangrijke vragen waar de IMG zich mee bezig hield gaan vooral over AOS-en, Acut Onveilige Situaties, schademeldingen, schademeldpunt openstelling in het weekend met voldoende bezetting. De NCG kijkt vooral naar hoe de woningen in de versterking zich houden en of er waar nog niet gestart is met versterken, er geen onveilige situaties zijn ontstaan of dreigen te ontstaan. Gemeenten richten zich vooral op de inwoners in de dorpen in het getroffen gebied met de vraag welke hulp en ondersteuning gewenst is en ook hoe dit zo snel mogelijk geboden kan worden. Contact met de bewonersorganisaties en dorpshuizen en bereikbaarheid in het weekend werden direct geregeld.

We weten dat de bevingen nog even doorgaan. Maar alleen met fysiek herstel van de woningen, de activiteiten van IMG en NCG zijn we er niet. De mentale belasting van de inwoners is groot en inwoners raken aan het maximale wat ze kunnen hebben. Juist daar moet de aandacht zich op richten. Het is mooi dat de schade die ontstaat, wordt vergoed. Maar het gedoe wat je hebt om elke keer opnieuw je huis langs te lopen, het doen van een nieuwe schademelding, het werk wat met het herstellen van de schade komt kijken en de tijd en vooral ook energie die dit de inwoners kost, wordt ook die stille nuchtere Groningers te veel. Dit geeft spanning op relaties met partners, met burens en met kinderen ook op school. In november kwam daarover weer een rapport uit van Gronings Perspectief 'De samenhang tussen de gaswinningsproblematiek en de gezondheid van scholieren in Groningen.' Hier moet de komende jaren nog stevig op worden ingezet. Niet iedereen is al klaar voor een Nij Begun.

Evert Offereins



*Bericht van
de wethouder*

POSO Lifestylebeurs 2025

Winterse gezelligheid en recordaantal bezoekers

Zaterdag 22 november 2025 stond de Kalkwijkhal in Hoogezand volledig in het teken van de dertiende editie van de POSO Lifestylebeurs. Al vroeg in de ochtend waren de vrijwilligers van POSO druk in de weer. Om 07.00 uur werd de hal omgetoverd tot een sfeervolle wintermarkt. Samen met medewerkers van Hettema werden de marktkramen opgebouwd, statafels neergezet en werd de stroomvoorziening voor de standhouders door Venema aangelegd. Als een geoliede machine werkten de vrijwilligers samen om de hal klaar te maken voor een middag vol ontmoeting, informatie en plezier.

De beurs werd officieel geopend door burgemeester Erica van Lente, die in haar toespraak benadrukte hoe waardevol ouderen zijn voor de maatschappij. Ook wethouder Evert van Offereins was aanwezig; hij sprak met standhouders en bezoekers en nam uitgebreid de tijd om de diverse stands te bezoeken.

Rond 13.00 uur gingen de deuren open voor bezoekers. Bij binnenkomst werden bezoekers verwelkomd door een prachtige ballonnenboog, verzorgd door Het Fuijshuis. Buiten klonken de vrolijke tonen van de jongste – Joris- orgelman van het noorden, die iedereen feestelijk ontving. Ook de poffertjeskraam van Funworld trok al snel veel lekkerbekken.

Nog maar net binnen en de bezoekers werden al getrakteerd op een heerlijke beker kwast. Voor velen bracht dit een vleugje nostalgie naar boven – een warm drankje dat deed denken aan vroeger. De sfeer in de hal was gemoedelijk en levendig, mede dankzij de winterse aankleding en het enthousiaste publiek.

In totaal trokken ruim 850 bezoekers naar de beurs, die dit jaar meer dan 70 standhouders konden bezoeken. De diversiteit was opnieuw groot: van wonen tot gezondheid, van fit blijven tot digitalisering, van zingeving tot cultuur. Tijdens de beurs werd opnieuw duidelijk hoeveel ouderen in onze gemeente nog altijd actief, betrokken en ondernemend zijn. De grote opkomst, de vele gesprekken en de interesse in uiteenlopende thema's lieten zien hoe waardevol en energiek deze groep is.

In de koffiehoek, opgesierd met prachtige bloemstukken van Groei en Bloei – waar gratis koffie en koek werd aangeboden – was het de hele dag door gezellig druk. De sfeer werd extra versterkt door een optreden van De Woldvinken, die met hun muziek veel bezoekers wisten te trekken en te laten genieten.

Gedurende de hele middag werd er volop informatie uitgewisseld tussen bezoekers, standhouders en vrijwilligers. De POSO Lifestylebeurs bewees opnieuw hoe waardevol deze ontmoetingsplek is voor inwoners van Midden-Groningen. Het was informatief, laagdrempelig en vooral ontzettend gezellig. Uit de bezoekers-evaluatie kwam ook naar voren dat een aantal onderwerpen en standhouders op de beursvloer werd gemist. Deze feedback nemen we uiteraard mee bij de voorbereiding van de volgende editie, zodat de beurs in 2026 nóg beter kan aansluiten bij de interesses en wensen van onze bezoekers.



Vanaf januari

Nieuwe activiteit van POSO en DIG050

POSO en DIG050 gaan samen aan de slag met een nieuwe seniorenactiviteit. Vanaf 6 januari beginnen ze met een spelletjesmiddag in de DIG050 locatie aan de Hoofdstraat 54 in Hoogezand. „Het zijn donkere maanden,” vertelt Meint Dekker van de POSO. „In deze tijd kunnen we allemaal wel wat gezelligheid en contact gebruiken. Daarom nu speciaal een spelletjesmiddag voor senioren. We hopen op een grote opkomst. Spelletjesmiddagen worden al in diverse buurtcentra of dorpshuizen gehouden en wij sluiten daar nu graag bij aan met deze wekelijkse activiteit.”

Erna Weidijk van DIG050 is ook enthousiast over de activiteit en de samenwerking met POSO. „Samen kunnen we een hele leuke middag verzorgen. In eerste instantie hebben we de traditionele spellen maar uiteraard introduceren we ook een aantal nieuwe dingen. Ik heb er zin in.” De eerste middag op dinsdag 6 januari is van 13.30 tot 15.30, de kosten zijn een euro per keer.



POSO Lifestylebeurs 2025

Jot volgend jaat!





Kookt u, of koken wij vandaag?



**Van
Smaak**
Eet smakelijk!



- ✓ Dieetmaaltijden
- ✓ Gemalen en vloeibare maaltijden
- ✓ Bezorging aan huis
- ✓ Geen abonnement
- ✓ Altijd een vertrouwd gezicht
- ✓ Uw eigen maaltijd samenstellen

WARME MAALTIJDEN - KOELVERSE MAALTIJDEN - DIEPVRIESMAALTIJDEN
info@vansmaak.nl | www.vansmaak.nl | t 088 511 5400

Vraag het aan Ronald van DIG050

Beste Ronald,

Ik wil een nieuwe telefoon kopen maar ik weet niet hoe het gaat met bestanden en foto's overzetten.

Kunnen jullie van de computerbank daar mee helpen.

Alvast bedankt Ben

Moi Ben;

In de meeste gevallen kun je een app op beide toestellen installeren en dan kunnen foto's en bestanden overgezet worden.

Het is een app die smartswitch heet. Met een iPhone werkt het via de Apple id.

Als het niet gaat lukken of het is te ingewikkeld dan helpen wij van DIG050 u graag verder. Ik hoop dat het lukt.



Ronald is de digitale probleem oplosser van DIG050. Geen vraag is te moeilijk voor hem! Heeft u een vraag voor Ronald?

Stuur het naar: info@dig050.nl of kom eens langs aan de Hoofdstraat 54 in Hoogezand.

Ronald



Wij helpen u bij bijna al uw digitale vragen!

Hoofdstraat 54 in Hoogezand
Van maandag tot en met donderdag

Weet u waarvoor u bij de sociale teams terecht kunt?

Bij het ouder worden kunnen vragen of problemen ontstaan op het gebied van wonen, welzijn, zorg en financiën. In onze sociale teams werken verschillende medewerkers en organisaties samen. We hebben ieder onze eigen kennis en ervaring. Soms hebben we meteen een antwoord op uw vraag, soms kijken we samen met u wat u het beste kan doen.

U kunt met allerlei vragen aankloppen. Voorbeelden van vragen zijn:

"Ik voel me vaak eenzaam. Kan ik met iemand praten?"

"Ik wil graag vrijwilligerswerk doen. Waar kan ik terecht?"

"Ik wil iets in mijn buurt organiseren. Waar begin ik?"

"Ik heb aanpassingen nodig in huis. Hoe regel ik dat?"

"Hoe kan ik zo lang mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen?"

"Ik kan mijn rekeningen niet meer betalen en lig daar wakker van. Hoe los ik dit op?"

"De zorg voor mijn dementerende man wordt steeds zwaarder. Wie kan mij helpen?"



Natuurlijk kunt u ook andere vragen hebben. Aarzel niet en neem contact met ons op! U kunt ons bellen op werkdagen tot 12.30 via 0598 72 98 00 of per mail contact opnemen.

Sociaal team West (Erasmusweg 147, 9602 AD Hoogezand)

E-mail: sociaalteamwest@midden-groningen.nl

Sociaal team Zuid (Laan van de Sport 2, 9602 AD Hoogezand)

E-mail: sociaalteamzuid@midden-groningen.nl

Sociaal team Oost (Troelstralaan 8, 9649 HN Muntendam)

E-mail: sociaalteamoost@midden-groningen.nl

Sociaal team Noord (Twee Kerspelenweg 5, 9621 AX Slochteren)

E-mail: sociaalteamnoord@midden-groningen.nl

Let op!
Team Zuid en
team Noord zijn
verhuisd!





Fysiotherapie Hoogezand is een brede fysiotherapiepraktijk. Naast algemene fysiotherapie beschikken wij over verschillende specialisaties zoals:

- Manuele therapie
- Bekkenterapie
- Incontinentietherapie
- Psychosomatische fysiotherapie
- Geriatrische therapie
- Oedeemtherapie
- Kinderfysiotherapie
- Shockwave therapie
- Hydrotherapie
- Thuiszorgfysiotherapie
- Redcord therapie
- MSU echografist

Wilt u wat aan uw conditie doen dan kunt u onder begeleiding van een fysiotherapeut trainen in een van onze moderne oefenzalen in het Gezondheidscentrum de Pleiaden, Weg 4 te Hoogezand of Sappemeer Medisch Centrum, Noorderstraat 151c te Sappemeer.

Fysiotherapie Hoogezand

Tel: 0598-324040

Email: info@fysiotherapie-hoogezand.nl

Website: www.fysiotherapie-hoogezand.nl





Namens Kredietbank Midden-Groningen wensen we u fijne feestdagen en een prettige jaarwisseling!

Veel mensen beginnen het nieuwe jaar met goede voornemens. Misschien herkent u dat. Wilt u in 2026 graag beter op uw geld letten? Dat is een goed idee. De prijzen zijn gestegen en dat merkt bijna iedereen in de portemonnee. Daarom geven wij u tips:

Schrijf uw inkomsten en uitgaven op. Dat kan in een kasboekje of gewoon in een schrift. Zo ziet u meteen waar uw geld naartoe gaat.

Let op uw energie- en boodschappenuitgaven. Controleer of uw maandbedrag nog klopt. Vergelijk prijzen en maak een eenvoudig weekmenu. Dat kan kosten besparen.

Houd belangrijke papieren bij elkaar in één mapje. Bewaar rekeningen, brieven en bankafschriften overzichtelijk. Dat geeft rust en voorkomt stress als u iets moet terugzoeken.

Hulp nodig? U staat er niet alleen voor.

Misschien wilt u in 2026 graag meer grip op uw geld. Wij, Kredietbank Midden-Groningen, kunnen u daarbij helpen. Gratis, zonder oordeel en in uw eigen tempo. We nemen rustig de tijd en kijken hoe we u kunnen helpen. Als u dat prettig vindt, kunnen we bij u thuis langskomen. U mag altijd zelf beslissen.

U kunt ons gerust bellen op 0598 – 37 37 99 of mailen naar kredietbank@midden-groningen.nl.

Voorlichting levenstestament door mr. Ivar Koster

Op 15 december gaf mr. Ivar Koster, notaris, een lezing over het verschil tussen een levenstestament en een gewoon testament. Hieronder volgt een beknopt verslag op basis van de gepresenteerde samenvatting.

Levenstestament - Geldt tijdens uw leven

Een levenstestament is een notariële akte waarin wordt vastgelegd wie namens u beslissingen mag nemen wanneer u dat zelf niet meer kunt, bijvoorbeeld door ziekte, ouderdom, coma of dementie. In een levenstestament kunt u onder meer bepalen:

- Financiële zaken: machtigingen voor bankzaken, verkoop van uw woning, belastingaangiften.
- Medische wensen: wel of geen medische behandelingen, wensen rondom euthanasie.
- Persoonlijke zaken: wie u vertegenwoordigt en wie u juist niet wilt betrekken.
- Digitale nalatenschap: beheer van online-accounts en wachtwoorden.

Doel: het regelen van uw belangen tijdens uw leven, specifiek wanneer u wilsonbekwaam wordt.

Testament - Geldt na uw overlijden

Een testament bevat bepalingen over uw nalatenschap en wie deze erft. U kunt hierin onder andere vastleggen:

- Wie uw erfgenamen zijn
- Benoeming van een executeur
- Voogdijregeling voor minderjarige kinderen
- Specifieke legaten (bijvoorbeeld het toewijzen van sieraden)
- Uitsluiting van bepaalde familieleden,
- Inrichting van vermogensstructuren, zoals bewind

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met **Meint Dekker**, telefoonnummer **06 44 86 98 38**.





ZINN

Ik kan me zelfstandig redden dankzij de ondersteuning van ZINN Gezondheidszorg.

De fysio- en ergotherapeuten, logopedisten, diëtisten en psychologen van ZINN Gezondheidszorg behandelen ook aan huis. De ervaren behandelaars begeleiden bij revalidatie, werken aan vitaliteit en bieden ouderen ondersteuning om zich thuis zo lang mogelijk zelfstandig te kunnen redden.



zinngesondheidszorg.nl | 050 585 2000

Wolkoorts bij Spingroep Slochteren



De Spingroep Slochteren is in drie jaar tijd uitgegroeid tot een club van ongeveer twintig dames die eens per maand met het spinnewiel naar de Houtstek komen om samen te spinnen. Dat is niet alleen voor de gezelligheid, maar ook om informatie uit te wisselen, van elkaar te leren en elkaars creaties te bewonderen. Volgens de aanwezige dames is het vooral ontspannend en meditatief, en kun je even rustig aan doen.

Margriet Ridder is de oudste van de club. Al haar halve leven is ze bezig met het spinnewiel en alles daaromheen. Het is wel duidelijk: de wolkoorts heeft haar te pakken. De jongeren laten het nog even afweten om aan te sluiten. Volgens de dames duurt hen het hele proces te lang. Dat zou best eens waar kunnen zijn, want als je een leuke trui wilt, ben je al snel ruim tachtig uur bezig. “Maar dan heb je wel een unieke trui die jaren meegaat. Je bent er bovendien heel zuinig op. Ik heb wel tien truien in de kast liggen.”

De dames hebben al diverse soorten wol geprobeerd, van hondenhaar vermengd met schapenwol tot alpaca wol. De spingroep gebruikt verschillende soorten spinnewielen. Zo is er zelfs een elektrisch spinnenwiel. “Maar dat is niet zo leuk, want je hoeft daar niet te trappen.” Spinnen is voornamelijk een vrouwenactiviteit. “We wachten nog steeds op de eerste man die aansluit. Dat zou wel leuk zijn.”

Hallo **JUMBO** ***Hoogezand en Sappemeer***

OOK DEZE UITGAVE IS WEER MEDE MOGELIJK
GEMAAKT DANKZIJ ONDERSTAANDE ADVERTEERDERS

Fysiotherapie Hoogezand
Gem MG Schuldhulpverlening
Hotel Restaurant Faber
Jumbo Sappemeer
Kielzog Theater Kunstencentrum
Kwartier Zorg en Welzijn
Masis

Reensche Compagnie
Specsavers Hoogezand
Uitvaartzorg Brouwer
Van Kasteel
Van Smaak (Ingrid Buursma)
Veldkamp & Elzinga Notarissen
ZINN
ZaVie



Afvalkalender op papier? Kom even
langs bij DIG050 en daar printen ze de
kalender voor u uit!

Hoofdstraat 54 in Hoogezand

Paddenstoelentochten met Jan Menzinga

Onder leiding van de heer Jan Menzinga hebben wij twee bijzonder mooie boswandelingen mogen beleven. De eerste wandeling vond plaats in Meerwijck, gevolgd door een tweede tocht door het Slochterbos. Voordat we vertrokken, ontvingen alle deelnemers — in totaal ongeveer dertig — speciale 3D-brillen. Dankzij deze brillen konden we genieten van indrukwekkende 3D-foto's van diverse paddenstoelen, terwijl de heer Menzinga er een prachtig en boeiend verhaal bij vertelde. Vooral de 3D-effecten spraken velen aan: de foto's kregen zichtbaar meer diepte en de kleuren kwamen schitterend tot hun recht.

Aan het einde van de presentatie werden we verrast met een aantal mooie beelden uit onze directe omgeving, waaronder foto's van Meerwijck, de Westerbroekstermaderpolder, het Roegwold en meer.

Daarna begon de boswandeling zelf. Omdat er zoveel verschillende soorten paddenstoelen te vinden zijn, adviseerde de heer Menzinga om de app Obsidentify te installeren. Hiermee kun je eenvoudig een foto maken van een paddenstoel waarna de app uitlegt om welke soort het gaat. De app is bovendien ook te gebruiken voor het herkennen van andere bloemen en planten.

Ook in het najaar van 2026 hoopt POSO opnieuw paddenstoelentochten te organiseren.





Persoonlijke
uitvaartzorg naar
wens en budget,
ongeacht
waar verzekerd.

Neem gerust contact met ons
op voor een informatief en
of vrijblijvend adviesgesprek.

Bij een melding van
overlijden kunt u **24/7**
bellen naar: **0598 399036**

UITVAARTZORG BROUWER

*Parklaan 8
9601 AN Hoogezand*

*info@uitvaartzorg-brouwer.nl
www.uitvaartzorg-brouwer.nl*

Lezingen over Cybercriminaliteit

In november organiseerde POSO twee informatieve bijeenkomsten over cybercriminaliteit. De lezingen vonden plaats in het Woldwijck Centrum en in Het Punt. Beide bijeenkomsten verliepen in uitstekende samenwerking met wijkagent Mark Hopman, die waardevolle informatie en voorbeelden deelde. Steeds vaker worden ouderen slachtoffer van online oplichting.

Tijdens de presentaties werd duidelijk hoe geraffineerd criminelen tegenwoordig te werk gaan. Aan de hand van bijzondere voorbeelden en situatieschetsen werden diverse oplichtingspraktijken toegelicht. Acht concrete casussen vormden de basis voor thema's als phishing, identiteitsfraude, bankhelpdeskfraude en misleidende e-mails. Voor wie zich verder wil verdiepen in dit onderwerp, biedt de website van het Centrum voor Criminaliteitspreventie en Veiligheid (CCV) uitgebreide informatie. Onder het kopje *Thema's* op het ccv.nl zijn meerdere voorbeelden te vinden en kunt u ontdekken waar u hulp kunt inschakelen.

Praktische tips voor online veiligheid

- Gebruik een privacy-vriendelijke browser, zoals DuckDuckGo, die bescherming biedt tegen trackers en ongewenste cookies. Andere veelgebruikte browsers zijn bijvoorbeeld Chrome en Firefox.
- Controleer of uw e-mailadres is gehackt via: <https://haveibeenpwned.com/> Verschijnt uw adres in de lijst, dan betekent dit niet automatisch dat criminelen toegang hebben tot uw account, maar het is wel belangrijk uw wachtwoord direct te wijzigen. U kunt daar ook controleren of uw wachtwoord voorkomt in bekende datalekken.
- Verander uw e-mailadres niet te snel: het doorgeven van een nieuw adres kost veel tijd en levert vaak gedoe op.
- Gebruik bij voorkeur een e-mailadres van grote, onafhankelijke aanbieders zoals Gmail (Google) of Outlook (Microsoft). Deze adressen blijven geldig, ook wanneer u van internetprovider wisselt.



Meer info:

www.hetccv.nl



Fijne dagen en een
goed begin!



Wij hebben koffie
en leuke spelletjes.

Kom je langs?
Gezellig!



Vanaf 6 januari van
13.30u tot 15.30u
Hoofdstraat 54
Hoogezand

Koffie en een spelletje!
Met POSO en DIG050



Buurtloket Spinneweb steeds meer bezocht

Het Buurtloket in het Margrietpark wordt steeds vaker bezocht, vertelt Jannes Ramaker, voorzitter van wijkcentrum 't Spinneweb. Steeds meer bewoners weten op woensdagochtend tussen 09.00 en 12.00 uur de weg naar het wijkcentrum te vinden. Sinds enige tijd is ook Sociaal Team Noord aanwezig in 't Spinneweb. Dat maakt de ondersteuning laagdrempelig en dicht bij de bewoners. Mensen kunnen eenvoudig binnenlopen met vragen over zorg, welzijn, financiën, wonen of andere zaken waar zij hulp bij nodig hebben.

Het sociaal team maakt onderdeel uit van het Buurtloket, dat iedere woensdag in het wijkcentrum bemand is. Naast het sociaal team schuiven ook andere belangrijke partners aan: de opbouwwerker van Kwartier Zorg & Welzijn, woningcorporaties Lefier en het Groninger Huis, een wijkagent of BOA, medewerkers van de gemeente, en vertegenwoordigers van de bewonersorganisatie. Samen vormen zij een toegankelijk aanspreekpunt voor iedereen uit de wijk. Door deze brede samenwerking kunnen vragen snel worden opgepakt en weten bewoners precies waar ze terecht kunnen. Volgens Ramaker draagt dit zichtbaar bij aan de betrokkenheid in de buurt en wordt de drempel om hulp te vragen steeds lager.

Waar en wanneer?

Je kunt zonder afspraak binnenlopen op onderstaande momenten en locaties:

Buurtloket: Wijkcentrum Het Punt

Dinsdag 13:00 – 14:00

Het Punt, Beetslaan 10

(CBA De Hoeksteen, Hoogezand)

Buurtloket: Foxhol

Woensdag 09:00 – 12:00

Pluvierstraat 40a

(hoek Talingstraat, Foxhol)

Wijkcentrum 't Spinneweb

Woensdag 09:00 – 12:00

Wijkcentrum 't Spinneweb

(Burg. Jonkerenstraat 11a, Sappemeer)



Buurtloket: Proathuus/Internos

Woensdag 13:00 – 14:00

Proathuus/Internos

(Rembrandtlaan 118, Hoogezand)



2^e bril

€0

*Bij elke bril
vanaf €79*

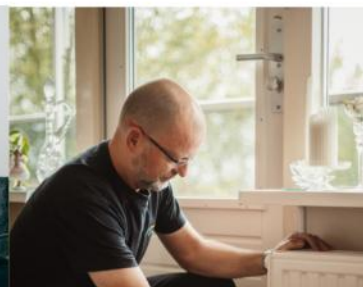
2^e bril totaal gratis

Kom langs voor een professionele oogmeting

Hoogezand Winkelcentrum De Hooge Meeren Tel. 0598 704 050

Ga naar **specsavers.nl** en maak nu een afspraak.





Welkom bij de Reensche Compagnie

Een kleine, betrokken woningstichting in het hart van Hoogezand. Wij verhuren fijne appartementen voor senioren én voor volwassenen vanaf 35 jaar die op zoek zijn naar een prettige, veilige woonplek. Geen haast of bureaucratisch gedoe, maar gewoon **oprechte aandacht** voor mensen. Want daar zijn wij in gegroeid: door gewoon te doen en te blijven doen. ✓

Of u nu kiest voor sociale of vrije sectorhuur: u vindt bij ons een plek die bij u past. Zin in een kop koffie en een kennismaking? Loop gerust binnen aan de Tak van Poortvlietstraat 361. Of neem contact met ons op. We maken graag tijd voor u.

Hoe neemt u contact met ons op?

☎ (0598) 32 26 64

✉ info@reenschecompanie.nl

🌐 www.reenschecompanie.nl

Huren in de vrije sector: Nieuwbouw in het Stadshart van Hoogezand

In onze nieuwbouwcomplexen Atlantaborg I en II verhuren we 76 comfortabele appartementen in de vrije sector. Energiezuinig, gasloos en met alles wat u nodig heeft op loopafstand.

Alle woningen zijn levensloopbestendig en ongeveer 76 vierkante meter groot. U heeft drie kamers, een privé parkeerplaats en een inpandige fietsenstalling op de begane grond. Inschrijven is vanaf 35 jaar.

Huren in de sociale sector: Zelfstandig, maar niet alleen

We verhuren in totaal 180 seniorenappartementen, verdeeld over twee gebouwen in Hoogezand.

Inschrijven is vanaf 55 jaar, huren vanaf 60 jaar. Alle verdiepingen zijn bereikbaar met de lift en hebben automatische toegangsdeuren. En aan gemak is ook gedacht: u heeft een eigen berging, u kunt een scootmobielstalling met oplaadpunt huren en een autobox.



Bent u al Vriend van POSO?

POSO is een stichting die zich inzet voor 50plussers in de gemeente Midden-Groningen en activiteiten organiseert, veelal samen met andere plaatselijke organisaties. U kunt hierbij denken aan zomeractiviteiten als fiets- en scootmobieltochten, vissen, klootschieten, wandelen, een bezoek aan de Historische werf, een rondrit met een oude bus en bezoek aan het Nationaal busmuseum. Maar POSO zet zich ook in bij de Internationale dag van de ouderen, organiseert de Lifestylebeurs voor 50 plus, rijvaardigheidsritten en in samenwerking met het Aletta Jacobs College workshops met koken, beautymiddagen of een lekkere lunch bereid door leerlingen. Naast de activiteiten is de POSO maatschappelijk betrokken en stelt zich ten doel de belangen van ouderen te behartigen door overleg en samenwerking of voorlichting met gemeente en andere organisaties.

POSO bestaat geheel uit vrijwilligers. Met behulp van subsidies, giften, sponsorgeld en advertentie-opbrengsten worden de activiteiten gefinancierd. De vrijwilligers willen zich nu en in de toekomst graag blijven inzetten. Iedere bijdrage is belangrijk om dit ook te kunnen blijven financieren. Wilt u ook dat POSO de activiteiten kan blijven doen en wilt u dit financieel steunen? Wordt dan Vriend van de POSO door een vrijwillige bijdrage van 15 euro per jaar aan ons over te maken.

POSO heeft de ANBI status. Uw bijdrage is met in achtneming van de geldende belastingregels aftrekbaar voor de inkomstenbelasting. Opgave kan via mail naar penningmeester@poso-middengroningen.nl met vermelding van uw naam en woon- en mailadres. Namens het bestuur en vrijwilligers van POSO, hartelijk dank.

Naam: _____

Adres: _____

Postcode / Woonplaats: _____ / _____

Mailadres: _____

Telefoonnummer: _____

U kunt het formulier opsturen naar POSO p/a Vossenburcht 6, 9649 KC Muntendam, of de gegevens mailen naar: penningmeester@poso-middengroningen.nl

Namens bestuur en vrijwilligers van POSO, hartelijk dank.

Fysiotherapie Hoogezand
 Gem MG Schuldhulpverlening
 Hotel Restaurant Faber
 Jumbo Sappemeer
 Kwartier Zorg en Welzijn
 Masis
 Reensche Compagnie
 Specsavers Hoogezand
 Uitvaartzorg Brouwer
 Van Kasteel
 Van Smaak (Ingrid Buursma)
 Veldkamp & Elzinga Notarissen
 ZINN PDF bestand
 ZaVie
 JP JONG

 De Boer Schoenmode
 Het Meisje van Rustenburg
 iT-Land/Veldhuis
 juwelier Meijer
 Jopie Jong Woninginrichting
 Keurslager Smit
 Londeman Mannenmode
 Mitra Dranken Vogel
 Reinders Installatietechnieken
 Restaurant De Gouden Zon
 Van der Klei Optiek
 Vereniging dorpsbelangen Harkstede

 Particulier:
 Hr. Andelbeek
 Hr. en Mw. Boekholt
 Mw. A. Bodewes
 Hr. En Mw. Boerema
 Mw. M. Bueving

Mw. T. Davids
 Mw. G. Drenth
 Mw. A van Duuren
 Mw. G.A. van Eerden-Wigcering
 Mw. M. Folkers en H. Kooi
 Mw. M. Fransen
 T.L.J. Galdermans
 Hr. C. Goddijn
 Mw. A. Gorter
 Hr. T. Guns
 Hr. P. Haneman
 Hr. H. Haze
 Hr. B. Honhoff
 Mw. W. Hummel-Niemeijer
 MW. G.W.Hulshof-Knoop
 Mw. S. Kaman
 Hr. W. Kiewiet
 Hr. W. Koelmans
 Mw. G. Koster
 Hr. W. Kraeima
 Mw. F.G. Kranenborg
 Mw. W. Kleefman
 J. Leegstra
 Hr. J Leeuwerink
 Hr. J Leugs
 Mw. Meijer-Tichelaar
 G Moesker
 Hr. En Mw. Nieborg
 Hr. K Pot
 Hr E Prummel
 Hr. J. Reinders
 M.M. Rietveldt
 Mw. Z. Rollema-Toet
 Hr. Routers
 Mw.M. Schaank

Mw. J. Schilthuis
 Smith
 Hr. L. van Son
 Mw. S. Spijker
 Mw. J. van der Steeg
 Hr. M. Talsma
 Hr. En Mw. Tilman
 Hr. En Mw. Timmer
 Fam Timmer
 Mw. G. vd Tuin
 Mw. Vegter
 Hr. J. Veldhuis
 Hr. En Mw. Veldman
 Mw. B Vos-Huizinga
 Hr. I. Vinckers
 Mw. G. de Vreede-de Rooij
 Hr. En Mw. De Vries
 Hr. M. de Vries
 Mw. J. Vriesema
 Hr. EN Mw. Wever
 Mw. W. de Wind
 Hr. M. Zuiderveld



BENT U DOOR OMSTANDIGHEDEN EVEN UIT BALANS?

Wilt u de glans weer terug, wilt u zich weer nuttig en blij voelen? Doe dan mee aan de cursus:

Grip & Glans

Opgeven en meer
informatie:

info@kwartierzorgenwelzijn.nl

of bel naar:

06-52520067 / 0598-364900



Kwartier
Zorg & Welzijn



Hoe werkt het?

- Geen moeilijke gesprekken maar gewoon aan de slag met dingen die u blij maken.
- Haalbare stappen maken, mensen ontmoeten en leren kennen, uzelf nuttig voelen.
- Zes weken, één bijeenkomst per week, van ongeveer twee uur. Na drie maanden een terugkombijeenkomst.
- De kosten zijn 25 euro inclusief lesmateriaal en consumptie. Zijn de kosten een probleem? Neem gerust contact op, er zijn diverse regelingen mogelijk.