

POSOtief





Meint Veningastraat 121
9601 KE Hoogezand

Postbus 31
9600 AA Hoogezand

☎ 0598- 39 98 80
💻 veldkampnotarissen.nl

Bericht van de voorzitter

Op aanraden van een goede kennis ben ik het boek “Ouder worden als ervaring” met als ondertitel: “filosofie van het late leven” gaan lezen. De schrijfster Suzanne Biewinga heeft een Filosofiewerkplaats. In deze werkplaats worden veel dingen besproken van ouderen in hun 3^e levensfase. Ouderen tillen hun eigenwaarde naar een hoger doel vanuit een lang leven van vallen en opstaan. Hun levenservaring is een kostbare bron waaruit zij zelfvertrouwen putten. Zowel de landelijke als ook de plaatselijke overheid zetten ouderen graag neer als een kostenpost. Dat lijkt op ageïsme of leeftijdsdiscriminatie, wat betekent dat mensen anders — vaak slechter — worden behandeld puur vanwege hun leeftijd. Het kan gericht zijn tegen oudere mensen, maar ook tegen jongeren. Een ander item dat mij raakte was: “Gemeenschappen voorkomen zorg...maar...het geld gaat naar de instellingen.” Iets om over na te denken.

De gespreksmethode “Samen Oud en Wijzer” van het Platform Ouderen Midden-Groningen is geen filosofiewerkplaats, maar wel een plek waarin ouderen in hun 3^e levensfase via vragen en antwoorden beter hun weg kunnen vinden in de maatschappij. Het Platform Ouderen Midden-Groningen mag als intermediair belangrijke zaken die bij ouderen spelen bij de plaatselijke politiek inbrengen en werken aan verbeterde situaties voor ouderen. Inmiddels zijn de bekende zomeractiviteiten 2026 al weer gestart. Neemt u vooral deel aan deze activiteiten. Bewegen bevordert uw gezondheid.

Mocht u vragen hebben? Mail gerust: voorzitter@poso-middengroningen.nl

Meint Dekker

De levenstrap

Klootschieten: gezellig en actief



Klootschieten is een traditionele sport die vooral in het noorden en oosten van Nederland populair is. Het doel is eenvoudig: met zo min mogelijk worpen een houten of kunststof bal, de zogenaamde klood, over een vooraf uitgezet parcours te gooien. De sport wordt meestal gespeeld op rustige wegen of bospaden en is geschikt voor jong en oud. Klootschieten draait niet alleen om winnen, maar vooral om gezelligheid, beweging en samenzijn. Tijdens het spel wordt vaak volop bijgepraat en genoten van de omgeving. Juist daarom is het een geliefde activiteit voor verenigingen, vriendengroepen en senioren. Het combineert sportiviteit met ontspanning en zorgt voor een gezellige middag in de buitenlucht.

Activiteit	Datum	Opmerking
Fietsen	16 juni	dinsdag
Scootmobiel	23 juni	dinsdag
Vissen	24 juni	woensdag
Vissen	8 juli	woensdag
Fietsen	14 juli	dinsdag
Scootmobiel	21 juli	dinsdag
Vissen	22 juli	woensdag
Klootschieten	22 juli	woensdag
Fietsen	28 juli	dinsdag
Scootmobiel	4 augustus	dinsdag
Vissen	5 augustus	woensdag
Fietsen	11 augustus	dinsdag
Klootschieten	12 augustus	woensdag
Scootmobiel	25 augustus	dinsdag
Klootschieten	26 augustus	woensdag
Loodskotter	27 augustus	donderdag
Theorie verkeersexamen	12 oktober	maandag

Overzicht zomeractiviteiten met toelichting:

Fietsen

Vertie Vlaar regelt de fietsactiviteiten. De planning blijft zoals in het overzicht is aangegeven.

Aanmeldingen kunnen gedaan worden op het mailadres van Vertie.: vertie@hccnet.nl

De opgave voor 15 juli moeten echter naar: voorzitter@poso-middengroningen.nl

Spelregels vooropgave/aanmelden voor de fietstochten:

Aanmelden tot uiterlijk 2 dagen voor de activiteit

Afmelden binnen 1 dag voor de start van de activiteit betekent wel betalen.

Scootmobieltochten

De scootmobieltochten worden geregeld door Jan Drent en Willem Kiewiet.

Er is een maximum deelname van 25 personen. Meer opgaven komen op een reservelijst.

Opgeven bij Willen Kiewiet: willemkiewiet@hotmail.nl

Vissen

Het vissen wordt geregeld door Daan Hulsebos: danielhulsebos@hetnet.nl

Er is nog (steeds) geen duidelijkheid over de plek en het vervoer naar de visplek.

Klootschieten:

Het klootschieten wordt geregeld door Meint Dekker. Opgave: voorzitter@poso-middengroningen.nl

Het klootschieten op 22 juli valt samen met het vissen. Daarom wordt op deze dag het

klootschieten verplaatst naar de locatie bij de Heemtuin in Muntendam.

Loodskotter:

Deze trip staat gepland voor donderdag 27 augustus 2026. Zie voor details over opgave en

kosten het artikel in deze Posotief.

Verkeersexamen:

Op 12 oktober a.s. 12 oktober a.s. in de Kern (Rembrandtlaan 72a), inloop vanaf 13 uur, einde ca.16.15 uur, docent Theunis Kats.

Uw mogelijkheden staan
centraal, wij geloven in de
kracht van mensen zelf!

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.

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.

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.

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
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



■ Hotel Restaurant



"Al het fijne onder één dak"



Overnachten ♦ Vergaderen

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

www.hotelfaber.nl

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!

Plaatselijk Overleg Samenwerkende Ouderenorganisaties

**Stichting
POSO**



POSOTief

Feestje in St. Jozef

Op donderdag 29 mei genoten zo'n zestig bezoekers van een gezellige en muzikale middag met het Drentse duo **Back to Retro**. Peter en Roel brachten een gevarieerd repertoire vol herkenbare liedjes, waarbij volop werd meegezongen door de bewoners van St. Jozef en de leden van Buurtvereniging Boswijk.

Het duo wist de zaal niet alleen muzikaal te vermaken, maar zorgde met hun humor en spontane grappen ook voor veel lachende gezichten. Dankzij het warme contact met het publiek ontstond er een gezellige sfeer die door de aanwezigen zeer werd gewaardeerd.

Deze geslaagde middag werd georganiseerd in het kader van de samenwerking tussen het Zonnehuis, SBOB en POSO. Onder het genot van een afsluitend kopje koffie of thee en iets lekkers werd nog gezellig nagepraat, waarna iedereen tevreden en goedgehumeurd huiswaarts keerde.

De grote opkomst onderstreept opnieuw hoe belangrijk dit soort activiteiten zijn. Ze brengen mensen samen, zorgen voor ontspanning en dragen bij aan sociale contacten. Kortom: een zeer geslaagde, waardevolle en sfeervolle middag.



Alzheimer Café Hoogezand biedt steun, informatie en ontmoeting

Het Alzheimer Café Hoogezand organiseert ook dit jaar weer een reeks interessante bijeenkomsten voor mensen met dementie, hun mantelzorgers, familieleden en andere belangstellenden. In een ontspannen en gastvrije sfeer worden onderwerpen besproken die te maken hebben met leven met dementie. Bezoekers kunnen niet alleen luisteren naar deskundigen, maar ook ervaringen delen en vragen stellen.

Na de zomer, op **16 september**, vertelt specialist ouderengeneeskunde **Chieljan van Heereveld** hoe artsen vaststellen of er sprake is van dementie en welke onderzoeken daarbij komen kijken.

Op **21 oktober** geeft een psycholoog van ZINN praktische adviezen over het omgaan met gedragsveranderingen die kunnen optreden bij dementie. Een onderwerp dat voor veel mantelzorgers herkenbaar zal zijn.

De serie wordt op **18 november** afgesloten door instroomcoördinatoren **Amber Helder** en **Ellen van Agthoven**, die uitleg geven over de mogelijkheden voor opname in een zorginstelling en welke stappen daarbij horen.

Het Alzheimer Café biedt niet alleen waardevolle informatie, maar vooral ook herkenning en ontmoeting. Iedereen die te maken heeft met dementie of meer over het onderwerp wil weten, is van harte welkom.

Locatie: De Burcht, Hoogezand

Tijd: vanaf 19.30 uur (inloop vanaf 19.00 uur)

Toegang: gratis, aanmelden is niet nodig.

Samen praten, luisteren en ervaringen delen maakt dat niemand er alleen voor hoeft te staan. Het Alzheimer Café is er voor iedereen die betrokken is bij dementie.



Alzheimer Café
HOOGEZAND

*Ontmoeten, informeren, ervaringen delen
Samen sta je er niet alleen voor!*

Het Alzheimer Café Hoogezand is dé plek voor mensen met dementie, hun mantelzorgers, familieleden en andere belangstellenden. Iedere bijeenkomst staat een actueel onderwerp centraal. Deskundigen geven informatie en er is voldoende ruimte voor vragen en gesprekken.

	16 SEPTEMBER	Specialist Ouderengeneeskunde Chieljan van Heereveld vertelt hoe vastgesteld kan worden of iemand dementie heeft en welke onderzoeken daarbij komen kijken.
	21 OKTOBER	Een psycholoog van ZINN geeft praktische adviezen over het omgaan met gedragsveranderingen die kunnen optreden bij dementie.
	18 NOVEMBER	Instroomcoördinatoren Amber Helder en Ellen van Agthoven vertellen hoe iemand een plek in een zorginstelling kan krijgen en welke stappen daarbij horen.

U bent van harte welkom!

Of u nu zelf met dementie te maken heeft, voor iemand zorgt of gewoon meer wilt weten, bent u altijd van harte welkom.

Locatie: De Burcht, Hoogezand

Tijd: Inloop vanaf 19.00 uur
Start om 19.30 uur

Toegang: Gratis, aanmelden is niet nodig

Wij zien u graag!

Het Alzheimer Café is een initiatief van de Alzheimer Nederland afdeling Midden-Groningen.



Een tocht over de Eems en Dollard

POSO organiseert op donderdagmiddag 27 augustus 2026 een trip met de Loodskotter Eems No. 1. Een onvergetelijke ervaring met een prachtig gerenoveerde kotter in een mooi natuurgebied van de Eems en de Dollard.

Twee uur varen en genieten van water en frisse zeelucht.

De inscheping vindt plaats om 13.30 uur bij de Drijvende steiger aan de Handelskade in de haven van Delfzijl ter hoogte van hotel de Boegschroef.

Handelskade West 12, Delfzijl.

Opgave uiterlijk 21 augustus bij Jan Drent via email: ww.drent@home.nl of telefoon: 06-25107944.

Kosten: € 25,- per persoon.

U kunt het bedrag € 25,00 overmaken op rekeningnr.

NL95 RBRB 0777 9487 02 t.n.v. POSO.

Uw betaling is het bewijs van deelname.

Maximum aantal deelnemers is 25.

Als u geen eigen vervoer naar Delfzijl heeft, kan POSO zorgen voor vervoer.



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



Het gelijk

Er zijn twee vormen van gelijk. Gelijk hebben en gelijk zijn. Beide vormen leiden tot veel discussie in Nederland. Laat ik in deze column proberen de laatste te ontrafelen. Wellicht dat ik een volgende keer aan het gelijk hebben toekom.

Wat bedoelen we eigenlijk als we vinden dat we gelijk zijn? Voor de wet is iedereen gelijk, tenminste we hebben afgesproken dat iedereen in Nederland gelijk wordt behandeld als dat aan de orde is. Maar wat betekent het dan wanneer de rechter “de omstandigheden” laat meewegen in zijn oordeel? De context van de persoon doet er blijkbaar toe. Dat lijkt op de eeuwenoude discussie tussen Nature vs Nurture: wat krijg je vanuit je genen mee bij je geboorte en wat vormt je tijdens het opgroeien. Maar bij de geboorte dan, is dan wel iedereen gelijk? Ook die vlieger gaat niet op. Er komt steeds meer onderzoek beschikbaar dat laat zien dat hersenen van elkaar verschillen. Met een moeilijk woord neurodiversiteit genoemd. Kort gezegd: we zijn niet allemaal op dezelfde manier “bedraad”. Een voorbeeld. Volgens het Neurogram® model van Joost v.d. Leij zijn er 9 verschillende manieren waarop die bedrading kan verschillen. Hij noemt dit breintypes. Dat zijn 9 verschillende manieren waarop mensen (kunnen) reageren op situaties in het dagelijks leven. We verschillen volgens dit model op breinniveau van elkaar en dat zien we terug in gedrag. Joost v.d. Leij onderbouwt dit met de Cybernetic Big Five Theory (CB5T). Een stapje verder dan het Insights model met de 4 kleuren gebaseerd op de psychologische voorkeuren zoals Carl Jung deze eerder heeft geformuleerd.

Maar dat we van elkaar verschillen en niet allemaal op eenzelfde manier op situaties reageren, wisten we ook wel. Het is in de praktijk alleen niet zo eenvoudig om steeds alert te zijn op die verschillen en daar ook rekening mee te houden in het sociale of professionele leven.

Dat vergt een vorm van nieuwsgierigheid naar de ander en het uitstellen van je oordeel over gedrag wat je ziet. Een deel van dat gedrag is aangeleerd (nurture) en met een beetje moeite is dat ook weer af te leren. Maar een deel is ook aangeboren (nature) en daar moeten we mee leren omgaan. Het anders zijn leren accepteren in plaats van willen behandelen. Verschil mag er zijn.



*Bericht van
de wethouder*



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

Scan de QR-code en
luister naar de podcast



Of zoek **'Verdwaald in
je hoofd'** op Spotify

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

Oproep: Oproep: Oproep: Oproep: Oproep: Oproep:

Mantelzorgers gezocht voor deelname aan podcastserie Verdwaald in je hoofd.

Zorg jij voor iemand met dementie? Dan horen we graag jouw verhaal. Voor een nieuwe serie als vervolg op de podcastserie Verdwaald in je hoofd zoeken we mantelzorgers die hun ervaringen willen delen.

Wat maakt dat je het volhoudt als mantelzorger? Wat geeft je kracht op moeilijke momenten? Waar haal je steun uit? En wat zou je anderen willen meegeven?

Wil je meedoen of eerst meer informatie ontvangen mail ons via

receptie@kwartierzorgenwelzijn.nl of via nr. 0598-364900



Jan Westerbaan en zijn liefde voor staartklokken

Voor Jan Westerbaan waren staartklokken jarenlang meer dan een hobby. Hij zag ze als een soort spaarpotje. In de jaren zeventig wist hij ze overal op te sporen en door de jaren heen verkocht hij er tientallen.

„We hadden een hele keet vol,” vertelt de Hoogezandster. „Het was verzamelen, stapelen en weer verkopen. Mijn grootste wens was destijds om een Friese staartklok uit ongeveer 1800 te vinden. Die waren toen al snel zo’n 10.000 gulden waard. Bijna elk pasgetrouwd stel kreeg vroeger wel een eenvoudiger staartklok cadeau. Die waren een stuk goedkoper. Dat noemden ze een *Bim-Bammer*.”

Zijn eerste klok vond hij in een van de oude boerderijen aan de Oude Kalkwijk. Inmiddels is Jan 69 jaar, maar zijn fascinatie voor uurwerken is nooit verdwenen. Ik heb het wel met tikkende dingen,” zegt hij met een glimlach. „Als het maar geen bommen zijn.”

Toch doet hij het tegenwoordig wat rustiger aan. „Als ik nu naar een markt ga, krijg ik van mijn vrouw duidelijke instructies mee. Zij is wel klaar met mijn klokkenverzameling. Ik heb er nog zo’n 55 staan en hoop dat mijn dochters die later willen overnemen. Zij houden me nu een beetje in toom, want anders schiet ik misschien weer door.”

Naast klokken verzamelt de gepensioneerde ambtenaar ook zilveren voorwerpen, opwindbare horloges en heeft hij een voorliefde voor schilderijen. „Bijzondere en soms onverklaarbare dingen spreken mij aan.” Westerbaan verzamelt niet alleen, hij weet ook veel over de geschiedenis van de klokken te vertellen. „Vroeger hoorde er vaak een tang bij een klok. Daarmee pakte je een gloeiend kooltje vast en hield je dat voor de wijzerplaat. Zo kon je in het donker zien hoe laat het was. Dat soort verhalen vind ik prachtig.”

En dan heeft hij nog een opvallend weetje. „Wist je dat er vroeger kattendarmen werden gebruikt in een snaarreguleur klok?” zegt hij lachend. „Dat soort details maken de geschiedenis van die klokken juist zo interessant.”



Vraag het aan Ronald van DIG050



Pas op voor neppe virusmeldingen

Ronald waarschuwt:

“Klik nooit zomaar op zo’n melding”

DIG050 krijgt regelmatig vragen van mensen die schrikken van meldingen op hun computer. Op het scherm verschijnt bijvoorbeeld een waarschuwing dat er virussen zijn gevonden, dat bestanden zijn versleuteld of dat er direct actie moet worden ondernomen. Vaak lijkt het alsof de melding afkomstig is van Microsoft of een bekende virusscanner zoals McAfee.

Volgens Ronald van DIG050 zijn dit in veel gevallen neppe meldingen die bedoeld zijn om mensen bang te maken. “De bedoeling is dat je in paniek raakt en op een knop klikt. Vaak kom je dan terecht op een website waar men geld probeert te verdienen aan onnodige software of zelfs probeert schadelijke programma’s te installeren.”

Een belangrijke aanwijzing is dat de meldingen vaak afkomstig zijn van onbekende websites. “Kijk altijd goed naar het internetadres. Zie je een vreemde naam of een adres dat niets met Microsoft of je virusscanner te maken heeft, dan is de kans groot dat het om een nepwaarschuwing gaat,” aldus Ronald.

Zijn advies is eenvoudig: “Klik nergens op en bel desnoods iemand die verstand van computers heeft. Een echte virusscanner zal je niet op deze manier onder druk zetten met allerlei alarmerende teksten.” Kom dan vooral langs zodat we kunnen helpen.

Vraag het aan Ronald van DIG050

Beste Ronald,

De laatste tijd maakt mijn laptop meer lawaai dan anders. Het begint na een paar minuten en stopt pas weer als de computer uit is. Het lijkt als er een ventilator aan gaat. Wat zou dat kunnen zijn en nog belangrijker: wat moet ik er aan doen?
groetjes van Saskia

Hallo Saskia,

Bedankt voor je vraag,
Maakt je laptop veel lawaai dan is dit meestal het resultaat van een koeling die probeert de hard werkende processor af te koelen. Als je hard aan het werk bent kan je laptop flink warm worden. Zeker als je (meerdere) zware programma's draait moet je processor hard werken. Stof kan de ventilatoren verstoppen waardoor de hitte niet weg kan. De laptop moet dan schoon gemaakt worden. Ook kan het zijn dat de warmte onder de laptop niet goed weg kan.

Ronald



Ronald is de digitale probleemoplosser 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.

Wij helpen u bij bijna al uw digitale vragen!

Hoofdstraat 54 in Hoogezand

Van maandag tot en met donderdag van 09.30 tot 15.30u!

Dementiemonitor

Heeft u of uw naaste dementie? Dan horen we graag hoe het met u gaat. Alzheimer Nederland voert iedere twee jaar de Dementiemonitor uit. Dit onderzoek doen we samen met onderzoeksinstituut Nivel. Met de uitkomsten pleiten we bij de landelijke politiek, gemeenten en zorgverzekeraars voor betere ondersteuning en zorg bij dementie.

Helpt u mee? Vul de vragenlijst in op www.dementiemonitor.nl! Uw antwoorden helpen ons om de ondersteuning en zorg bij dementie te verbeteren. Liever op papier invullen? Mail naar dementiemonitor@alzheimer-nederland.nl of bel (033) 303 25 02 om deze aan te vragen.

Er is een vragenlijst voor mensen met dementie en naasten (online en op papier).



Naar aanleiding van een bijdrage van de Odd Fellows voor de lifestyle-beurs hebben we ze gevraagd of ze ons iets willen vertellen over hun organisatie.

Dat hebben ze gedaan en ons bijgaand artikel gestuurd waar uitgelegd wordt hoe en wanneer de Odd Fellows zijn ontstaan waar ze voor staan. Het geeft een helder beeld van de Odd Fellows.

De Odd Fellow-beweging is ergens rond 1750 in Engeland ontstaan. In het begin waren het Friendly Societys, verenigingen die als doel hadden behoeftigen te ondersteunen. Deze Societys verenigden zich in een overkoepelende organisatie. Dit werd de I.O.O.F Manchester Unity: Independent Order of Odd Fellows. Het motto was Friendship, Love, Truth : Vriendschap, Liefde, Waarheid. De doelstelling was: de zieken te bezoeken, doden te begraven, de wezen op te voeden, de weduwen/behoeftigen te ondersteunen.

Thomas Wildey was voorzitter van een Engelse Loge, maar besloot in 1818 naar Amerika te emigreren. Hij kwam terecht in Baltimore, waar Engelsen na de laatste Engelse oorlog niet echt welkom waren. Hij ontmoette daar John Welch en aangevuld met nog drie anderen, besloten ze in 1819 een Loge te stichten, onder auspiciën van de Engelse tak. Dit werd de Washington Loge nr.1. Daarna groeide de beweging sterk, men werd onafhankelijk van Engeland en gaf, voor die tijd zeer vooruitstrevend, vrouwen wel een prominente positie, maar geen lidmaatschap.

Een tijdelijk in Dresden werkzame Amerikaanse arts introduceert de Orde in Duitsland en later in Zwitserland. Op initiatief van Felix Ostheim wordt de eerste Duitse Loge in 1870 gesticht. Nederlandse mannen van Joodse afkomst die in Amerika in de diamantindustrie werkten, daar lid waren van een Loge, keerden terug naar Nederland en wilden zich weer aansluiten bij een Loge. Na toestemming uit Amerika was Felix Ostheim als Ex- Grootsire van de Duitse Grootloge gerechtigd ook in Nederland Loges te stichten. Levie Elkan en Gerrit van Herpen zijn de voortrekkers en op 19 maart 1877 wordt de Paradijs Loge nr.1 in Amsterdam opgericht. Er zouden nog veel volgen, ook in België dat samen met Nederland één jurisdictie is. In WO II werden de Loges verboden en na de oorlog konden veel Loges niet meer bestaan omdat veel van hun leden waren vermoord. In veel Europese landen zijn Ordes gesticht. Maar heel belangrijk: ook vrouwen konden lid worden: zij noemen zich Rebecca's en zijn in Nederland volkomen gelijk aan de mannen (Broederen). Inmiddels is de I.O.O.F. een wereldwijde organisatie met nog steeds hetzelfde motto en dezelfde doelstelling, ondanks dat een aantal van die taken inmiddels opgenomen is in wettelijke sociale voorzieningen.



De Odd Fellow-beweging

I.O.O.F.



Standhouders: het kloppend hart van de Lifestylebeurs

De **POSO Lifestylebeurs** vindt plaats op **21 november 2026** in **Sporthal De Kalkwijk** in **Hoogezand**. Ook dit jaar zijn de gekozen thema's gebaseerd op het Ouderenbeleid van de gemeente Midden-Groningen. Standhouders vormen het kloppend hart van de POSO Lifestylebeurs. Juist bij een beurs die zich richt op senioren is hun rol van onschatbare waarde. Zij zijn niet alleen aanbieders van producten en diensten, maar ook adviseurs, luisteraars en inspiratiebronnen.

Voor veel bezoekers is de Lifestylebeurs het moment om zich te oriënteren op nieuwe mogelijkheden in een levensfase waarin gezondheid, comfort en kwaliteit van leven centraal staan. Standhouders spelen hierop in met persoonlijk contact, deskundige uitleg en praktische demonstraties. Dit directe contact maakt het verschil: waar online informatie vaak afstandelijk blijft, bieden standhouders een laagdrempelige en vertrouwde manier om vragen te stellen en ervaringen te delen.

Daarnaast zorgen standhouders voor diversiteit en dynamiek op de beursvloer. Van gezondheid en mobiliteit tot wonen, reizen en hobby's. Zij laten zien wat er allemaal mogelijk is en dragen bij aan een positief en actief beeld van ouder worden. Hun aanwezigheid maakt de beurs niet alleen informatief, maar ook levendig en inspirerend.

Zonder betrokken en deskundige standhouders zou de POSO Lifestylebeurs haar waarde verliezen. Zij zorgen ervoor dat bezoekers niet alleen met informatie, maar ook met nieuwe ideeën, waardevolle contacten en een goed gevoel naar huis gaan.



De projectgroep POSO Lifestylebeurs zet zich ieder jaar in om standhouders enthousiast te maken voor deelname. Ook dit jaar is het doel om organisaties uit te nodigen die bezoekers kunnen informeren over thema's als **wonen, gezondheid, vervoer, digitalisering, juridische ondersteuning, administratieve en bankzaken, veiligheid, vrijwilligerswerk, levensvragen, WMO, WLZ en eenzaamheid**.

De Lifestylebeurs draait al jaren op een vaste basis van trouwe standhouders. Om aan te blijven sluiten bij ontwikkelingen in de samenleving nodigen wij daarnaast ieder jaar nieuwe organisaties uit. Ook dit jaar zijn wij actief op zoek naar aanvullingen, bijvoorbeeld specialisten op het gebied van robotisering in de zorg, digitale veiligheid, signalering van oplichting en veiligheid in zijn algemeenheid.

Kent u een organisatie die goed past bij deze thema's en waardevolle informatie kan bieden aan senioren? Laat het ons dan vooral weten!

Wij, de projectgroep POSO Lifestylebeurs, wensen alle standhouders en bezoekers een informatieve én vooral gezellige beurs toe.

Projectgroep Lifestyle beurs. Mail: secretariaatlifestylebeurs@hotmail.com

Wonen: 1. Woon mogelijkheden 2. Financiële regelingen 3. Verduurzamen woning	Gezondheid: 1. Vitaliteit tips 2. Advies Mondzorg 3. Advies Apotheek 4. Sport en bewegen 5. Fysiotherapie, val techniek 6. Ontspanning	Vervoer: 1. Vervoer mogelijkheden 2. Hulp bij vervoer 3. Verlengen van rijbewijs	Digitaal: 1. Hulp bij digitale problemen 2. Cursussen 3. Hulp bij invullen van digitale formulieren
Juridische hulp: 1. Hulp bij juridisch zaken 2. Advies notaris 3. Testamenten 4. Digitale Legacy	Administratie en Bankzaken: 1. Hulp bij belastingaangifte 2. Hulp bij thuis administratie 3. Hulp bij bankzaken 4. Hulp bij formulieren van de overheid	Veiligheid: (politie) 1. Senioren veiligheid 2. Oplichtingstrucs 3. Slachtofferhulp 4. Digitale veiligheid	Cultuur: 1. Culturele activiteiten in gemeente 2. Muziek-, zang-, schilder-, kaart verenigingen 3. Film en theater mogelijkheden
Vrijwilligerswerk: 1. Mogelijkheden 2. Welke organisaties kunnen helpen	Levensvragen: 1. Gesprekken over levens vragen 2. Identiteit en zingeving 3. Gespreksgroep informatie	WMO en WLZ: 1. Wanneer kom je in aanmerking 2. Bij welke instantie 3. Hulp bij aanvraag	Eenzaamheid: 1. Hoe vergroot ik mijn sociale kring? 2. Mogelijkheden om de sociale kring te vergroten

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, Wega 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





Nieuws van de Kredietbank Midden-Groningen

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.



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



Samen bouwen aan morgen

2026 - 2030
Coalitieakkoord Midden-Groningen

Ouderenbeleid krijgt stevige plek in plannen Midden-Groningen

Uit het nieuwe coalitieakkoord van Midden-Groningen blijkt dat de gemeente de komende jaren nadrukkelijk aandacht wil besteden aan ouderen. Door de toenemende vergrijzing groeit de behoefte aan passende woningen, goede ondersteuning en voorzieningen dichtbij huis. De gemeente wil ervoor zorgen dat ouderen zo lang mogelijk zelfstandig, veilig en met een goede kwaliteit van leven in hun eigen omgeving kunnen blijven wonen. Daarom komt er een integraal ouderenbeleid waarin wonen, zorg, welzijn en ontmoeting met elkaar worden verbonden.

Op het gebied van wonen zet de gemeente in op meer levensloopbestendige woningen en nieuwe woonvormen voor ouderen. Daarbij wordt zelfs gekeken naar een pilot met kleinschalige ouderenwoonvormen in kleinere dorpen, zodat ouderen niet hoeven te verhuizen naar een andere plaats wanneer zij ouder worden. Tegelijkertijd moet dit bijdragen aan meer doorstroming op de woningmarkt. Ook wil de gemeente meer ruimte bieden aan woon-zorginitiatieven en herstelplekken die het mogelijk maken langer zelfstandig thuis te blijven wonen en mantelzorgers te ontlasten.

Naast wonen krijgt ook welzijn veel aandacht. De gemeente wil blijven investeren in mantelzorgondersteuning, vrijwilligerswerk, welzijn op recept en andere algemene voorzieningen die eenzaamheid kunnen verminderen en zwaardere zorg helpen voorkomen. Ontmoetingsplekken spelen daarbij een belangrijke rol. Dorpshuizen, wijkcentra, sportverenigingen en andere plekken waar inwoners elkaar kunnen ontmoeten worden gezien als onmisbare voorzieningen voor leefbare dorpen en wijken.

De ouderen zijn ook een groep die volop actief is in de gemeente en met de vele activiteiten als vrijwilliger, bestuurslid en mantelzorger ook de ruggengraat zijn van de leefbaarheid in onze dorpen en wijken. We hebben elkaar daarin nodig en daarom is het onderlinge contact via onder andere het Platform Ouderen Midden-Groningen ook zo belangrijk.

Alles bij elkaar laat het coalitieakkoord zien dat ouderen niet alleen worden gezien als een doelgroep die zorg nodig heeft, maar vooral als inwoners die actief moeten kunnen blijven meedoen in de samenleving. Investeren in passende woningen, ontmoeting, welzijn en ondersteuning moet ervoor zorgen dat Midden-Groningen ook in de toekomst een fijne gemeente blijft om oud te worden.

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

Burendag, doe mee !

U heeft vast wel eens gehoord van Burendag. Elk jaar wordt een landelijke Burendag gehouden en u kunt met uw straat, wijk of organisatie meedoen en POSO doet ook mee. Burendag is een initiatief van Douwe Egberts en het Oranje Fonds en wordt ieder jaar op de 4e zaterdag in september gevierd. Dat is dit jaar op 26 september. Burendag is een dag waarop de buurt gezellig samenkomt en veel mensen iets goeds doen voor elkaar en de buurt. Want goede buren doen ertoe. Het idee is om vanuit het POSO ook andere organisaties in wijken en dorpen 'uit te dagen' om een burendag voor ouderen te organiseren. Dit mag kleinschalig (op straatniveau) of iets groter (bijvoorbeeld dorpsvereniging of zorgcentrum). Deze organisatie ligt dan niet bij het POSO maar bij de dorps- of wijkorganisatie zelf. Men moet dit ook zelf aanvragen bij het Oranjefonds. Aanmelden via www.burendag.nl

POSO is van plan om met een nog uit te kiezen organisatie of wijk zelf ook een activiteit te organiseren. Details volgen via Posotief of onze website. Voor elk initiatief is eventueel een subsidie van € 350,- beschikbaar, maar dan moet de organisatie of instelling zich wel aanmelden!

Dat kan vanaf 2 juni 2026 via de website van Burendag. www.burendag.nl

Let op: wees op tijd met aanmelden, want de beschikbaarheid van de subsidie is beperkt ! Laat het ons weten als u mee wilt doen en u uw organisatie, wijk of straat gaat aanmelden en wat u gaat doen. Door mee te doen aan deze 'Challenge' probeert het POSO aandacht te vragen voor ouderen in wijken en dorpen. Hoe meer partijen meedoen, hoe beter het signaal!

Het POSO kan dan een rol spelen in de verbinding en PR.

Voor meer inspirerende informatie: kijk op www.burendag.nl





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

14
juli

ChatGPT voor senioren



Handige toepassingen voor dagelijks gebruik

Steeds meer mensen ontdekken ChatGPT. Het programma werkt als een digitale assistent die vragen kan beantwoorden, teksten kan schrijven en overal mee kan helpen. Ook voor senioren biedt het verrassend veel mogelijkheden!



Lokatie

DIG050 in Hoogezand



Adres

Hoofdstraat 54



Aanvang

14.00 - 15.30u



Geen kosten



Opgave via

0598-371428

ChatGPT kan u helpen met bijvoorbeeld:

- ✓ vragen beantwoorden
- ✓ recepten bedenken
- ✓ brieven en e-mails schrijven
- ✓ hobby's en uitjes vinden
- ✓ informatie uitleggen
- ✓ en nog veel meer!

DIG050
samen digitaal verder



*Ontdek de mogelijkheden
en maak het dagelijks leven
net wat makkelijker!*

*Iedereen
welkom!*



Fietsroute rond het Zuidlaardermeer: genieten van natuur en water

Wie houdt van rust, ruimte en natuur, kan zijn hart ophalen tijdens een fietstocht rond het Zuidlaardermeer. De route voert door het prachtige Hunzedal, een bijzonder natuurgebied dat onderdeel uitmaakt van het oorspronkelijke beekdalsysteem van de Hunze.

Samen werken Het Groninger Landschap en Het Drents Landschap aan het herstel van dit unieke landschap. Door in de winter het water langer vast te houden en in de zomer juist een lagere waterstand te creëren, krijgt de natuur weer de kans zich te ontwikkelen zoals vroeger. Hierdoor vinden talloze planten, vogels en andere dieren opnieuw een geschikt leefgebied.



Onderweg fietsen bezoekers langs uitgestrekte waterpartijen, moerasbosjes, bloemrijke graslanden en weidegebieden. Met een beetje geluk zijn onderweg bijzondere vogels te zien, zoals lepelaars, zilverreigers of roofvogels die boven het gebied zweven.

De afwisseling tussen open landschap, water en natuur maakt deze route tot een van de mooiste fietstochten in Noord-Nederland. Bovendien biedt het gebied volop mogelijkheden om onderweg even af te stappen, van het uitzicht te genieten of een picknick te houden.

De fietsroute rond het Zuidlaardermeer laat zien hoe mooi Groningen kan zijn. Een tocht die niet alleen ontspanning biedt, maar ook een kijkje geeft in een landschap dat steeds meer zijn oorspronkelijke karakter terugkrijgt. Een aanrader voor iedereen die graag actief geniet van natuur dicht bij huis

Klup brengt 50-plussers met elkaar in contact

Nieuwe mensen ontmoeten, samen activiteiten ondernemen en sociale contacten opbouwen. Dat is waar Klup voor staat. Wat begon als een idee van twee jonge ondernemers is inmiddels uitgegroeid tot het grootste ontmoetingsplatform voor 50-plussers van Nederland.



Klup werd in 2016 opgericht door Michelle Wolters en Michiel van den Berg. De aanleiding was persoonlijk. Michelle zag hoe haar vader na een verhuizing moeite had om nieuwe contacten op te bouwen en Michiel merkte hetzelfde bij zijn ouders na hun scheiding. Beiden ontdekten dat er nauwelijks moderne en laagdrempelige mogelijkheden waren voor 50-plussers om nieuwe mensen te leren kennen.

Vanuit die gedachte ontstond Klup: een platform dat online contact combineert met elkaar in het echt ontmoeten. Inmiddels telt Klup meer dan 175.000 geregistreerde leden, zijn er ruim 450.000 nieuwe connecties ontstaan en zijn er al meer dan 125.000 activiteiten georganiseerd.

Via de Klup-app kunnen leden eenvoudig deelnemen aan activiteiten in hun eigen omgeving. Van wandelingen en fietstochten tot museumbezoeken, etentjes en koffiemomenten. Opvallend is dat de activiteiten niet door een organisatie worden bedacht, maar door de leden zelf. Iedere week worden er meer dan 700 nieuwe activiteiten georganiseerd.

Volgens Klup draait alles om verbinding. De organisatie heeft als missie om zoveel mogelijk 50-plussers te inspireren om actief te blijven, nieuwe ervaringen op te doen en sociale contacten te onderhouden. Daarbij staat maatschappelijke winst centraal. Klup is een sociale onderneming die inkomsten uit lidmaatschappen volledig investeert in het verbeteren van het platform en het vergroten van de sociale impact.

Met duizenden actieve gebruikers en een snel groeiende gemeenschap laat Klup zien dat leeftijd geen belemmering hoeft te zijn om nieuwe vriendschappen te sluiten en samen mooie herinneringen te maken. Voor veel 50-plussers is het platform uitgegroeid tot een waardevolle manier om actief, betrokken en sociaal verbonden te blijven.



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 in pandige 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.



Zijn de letters te klein?

Moeite met het lezen van dit blad?

Bent u zat van uw huidige montuur?

Toe aan nieuwe heldere glazen?

Of benieuwd hoe het met uw ogen is?

Maak dan een afspraak voor een professionele oogmeting bij Specsavers Hoogezand

Winkelcentrum De Hooge Meeren (tegenover de HEMA)

Gorecht Oost 153 M

Tel: 0598 – 70 40 50

Specsavers

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 bus-museum. 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.

Bedrijven	Particulier:	Hr. En Mw. Nieborg
Fysiotherapie Hoogezand	Hr. Andelbeek	Hr. K Pot
Gem MG Schuldhulpverlening	Hr. en Mw. Boekholt	Hr E Prummel
Hotel Restaurant Faber	Mw. A. Bodewes	F. Raneri
Jumbo Sappemeer	Hr. En Mw. Boerema	Hr. J. Reinders
Kwartier Zorg en Welzijn	Mw. M. Bueving	M.M. Rietveldt
Masis	Mw. T. Davids	Mw. Z. Rollema-Toet
Reensche Compagnie	Hr. B. van Duijvenvoorde	Hr. Routers
Specsavers Hoogezand	Mw. G. Drenth	Mw.M. Schaank
Uitvaartzorg Brouwer	Mw. A van Duuren	Mw. J. Schilthuis
Van Kasteel	Mw. G.A. van Eerden-Wigcering	Smith
Van Smaak (Ingrid Buursma)	Mw. M. Folkers en H. Kooi	Hr. L. van Son
Veldkamp & Elzinga Notarissen	Mw. M. Fransen	Mw. S. Spijker
ZINN PDF bestand	T.L.J. Galdermans	Mw. J. van der Steeg
ZaVie	Hr. C. Goddijn	Hr. M. Talsma
	Mw. A. Gorter	Hr. En Mw. Tilman
	Hr. T. Guns	Hr. En Mw. Timmer
	Hr. P. Haneman	Fam Timmer
Bedrijven vrienden	Hr. H. Haze	Mw. G. vd Tuin
De Boer Schoenmode	Hr. B. Honhoff	Mw. Vegter
Het Meisje van Rustenburg	Mw. W. Hummel-Niemeijer	Hr. J. Veldhuis
iT-Land/Veldhuis	Mw. S. Kaman	Hr. En Mw. Veldman
juwelier Meijer	Hr. W. Kiewiet	Hr. I. Vinckers
Jopie Jong Woninginrichting	Hr. W. Koelmans	Mw. Vos-Huizinga
Keurslager Smit	Mw. G. Koster	Mw. G. de Vreede-de Rooij
Londeman Mannenmode	Hr. W. Kraeima	Hr. En Mw. De Vries
Mitra Dranken Vogel	Mw. F.G. Kranenborg	Hr. M. de Vries
Reinders Installatietechnieken	Mw. W. Kleefman	Mw. J. Vriesema
Restaurant De Gouden Zon	J. Leegstra	Hr. EN Mw. Wever
Van der Klei Optiek	Hr. J Leeuwerink	Hr. S. wiersma
Vereniging dorpsbelangen Hark-	Mw. Meijer-Tichelaar	Mw. W. de Wind
stede	G Moesker	Hr. M. Zuiderveld
	Mw. G. Mulder	

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.