

## De Heerdenaanpak

### Aanpak Grevingaheerd: een update

In het kader van de wijkvernieuwing Beijum zijn we samen met bewoners bezig met het vernieuwen en verbeteren van de Grevingaheerd. In april van dit jaar is de aanpak gestart. Mede door de prima weersomstandigheden zijn de werkzaamheden door de aannemer vlot en op schema uitgevoerd. Dat betekent dat we bijna klaar zijn.

Enkele bewoners hebben vragen gesteld over de aanpassingen in de heerd. Deze vragen zijn voor ons aanleiding geweest om voor de vakantie nog een schouw in de heerd uit te voeren. Uit deze schouw is naar voren gekomen dat:

- Er nog verschillende werkzaamheden uitgevoerd moeten worden, zoals het aanbrengen van groen en de aanleg samen met bewoners van een pluktuin;
- Bepaalde werkzaamheden anders uitgevoerd lijken dan in het opgestelde ontwerp (bestek) dat met de bewoners en de aannemer besproken is.

c. het aanbrengen van het groen nog niet is gedaan omdat dit pas in het najaar kan.

Het heeft in ieder geval de schapen er niet van weerhouden om zich alvast te melden in de Grevingaheerd.



De komende maanden willen wij samen met de aannemer en de bewoners de puntjes op de i zetten. Zowel voor wat betreft de inrichting als de verkeerssituatie in de heerd.

Toch mogen we nu al vaststellen dat het ontwerp, zoals dat samen met de bewoners tot stand gekomen is, een succes is. Het voldoet aan de doelstelling om de kwaliteit van de openbare ruimte en de woonomgeving van de heerden te versterken. De inbreng en suggesties van bewoners zijn hierbij heel waardevol gebleken.

#### Meerjarenprogramma Heerdenaanpak

Binnen de wijkvernieuwing Beijum hebben we ons voorgenomen om in ieder geval tot en met 2030 door te gaan met de Heerdenaanpak. Dit ondermeer omdat gebleken is dat de invulling van de openbare ruimte veranderd is ten opzichte van het oorspronkelijke ontwerp uit de jaren '70.

Door de jaren heen is de auto steeds dominantier geworden in het straatbeeld. Daardoor is de openbare ruimte die oorspronkelijk bedoeld was voor verblijven en ontmoeting steeds verder in de verdrukking



gekomen. Bij de aanpak van de heerden willen we kijken hoe we dit kunnen veranderen. Zodat er weer meer de focus ligt op een aantrekkelijke, prettige leefomgeving, in plaats van verkeer en parkeren. Tegelijkertijd kijken we ook naar sociale aspecten die in de heerd spelen.

De komende maanden gaan woningcorporaties, zorg- en sociale instellingen en de gemeente verder nadenken



over het meerjarenprogramma. Hierbij zal een keuze worden gemaakt welke heerden de komende jaren voor de Heerdenaanpak in aanmerking komen. Waar mogelijk en waar nodig betrekken we ook bewoners bij dit proces. Over de uitkomsten hiervan houden we je op de hoogte.

*Heb je nog ideeën voor de opzet van het meerjarenprogramma voor de Heerdenaanpak? Of heb je hierover vragen of wil je meer informatie? Neem dan contact met ons op, via [communicatiebeijum@ groningen.nl](mailto:communicatiebeijum@ groningen.nl)*

## Nieuwe invulling Amkemakoepel

Tot 1 september was in de Amkemakoepel aan de Amkemaheerd Bij Bosshardt gevestigd. Na gezamenlijk overleg tussen Het Leger des Heils en Patrimonium (de eigenaar van het pand) is besloten om met de inloop en de huidige activiteiten te stoppen. Dit omdat deze niet langer meer aansloten bij de behoefte in de wijk.

Patrimonium, het Leger des Heils en de gemeente denken op dit moment samen na over een nieuwe invulling voor de Amkemakoepel. De voorkeur gaat daarbij uit naar een bestemming die:

- Van betekenis is voor Beijum;
- Past bij de behoeftes in de wijk;
- Aansluit bij de wijkvernieuwingsplannen.

In een later stadium zullen er wellicht ook andere partners bij dit overleg aansluiten. Uiteraard zullen omwonenden en bewoners van Beijum op de hoogte worden gehouden



van de ontwikkelingen.

#### Openingstijden

Het vinden van een nieuwe invulling heeft tijd nodig. Dat

betekent dat de Amkemakoepel de komende tijd beperkt open is. Op dinsdag is het gebouw tussen 10.30 uur en 12.30 uur open voor buurtbewoners en bezoekers.

Het koor kan er op de donderdag blijven repeteren.

Bewoners die daar behoefte aan hebben, kunnen daarnaast voor

inloop ook op woensdag tussen 10.00-12.00 uur en op vrijdag van 13.30 tot 15.30 uur bij PKN De Bron (Bentismaheerd 1A) terecht.

## Gezocht: zwangeren en jonge ouders die mee willen denken over Kansrijke Start

De eerste 1000 dagen van een kind starten vanaf het moment dat de moeder zwanger is, tot ongeveer het tweede levensjaar. In deze periode zijn ouder en kind het meest kwetsbaar. Eventuele problemen op latere leeftijd kunnen dan al ontstaan. Denk maar eens aan zaken rondom gezondheid, armoede, laaggeletterdheid en/of huisvesting.

**GEZOCHT**



Gaat het op een van deze vlakken niet lekker, dan kan het zijn dat je stress krijgt. En dat kan weer van negatieve invloed

zijn op jouw lichaam en dat van je kindje. Dat is niet fijn als je zwanger bent, of net ouder bent geworden. Dan wil je je immers volledig kunnen concentreren op het (toekomstig) ouderschap, en zo min mogelijk druk ervaren.



### Kansrijke Start

In Beijum loopt sinds twee jaar het project Kansrijke Start. Samen met hulpverleners, ouders, verzorgers, gemeente en andere betrokkenen in de wijk onderzoeken we onder meer of het huidige aanbod voor ondersteuning nog passend is. En of het wel aansluit bij de wensen en behoeften die er zijn.

### Help mee

Om het aanbod aan ondersteuning en voorlichting in de wijk verder te ontwikkelen, zijn wij

op zoek naar (toekomstige) ouders die hierover mee willen denken. Hiervoor organiseren we eens in de zes weken een bijeenkomst, waarin we verschillende thema's rond de eerste 1000 dagen bespreken.

*Wil jij meedenken en meedoen? De eerste bijeenkomst vindt plaats in oktober. Meld je dan aan via: kansrijkestart@groningen.nl*

## Beslis mee over het wijkbudget: Je kunt nog stemmen!

Er kan nog een paar dagen gestemd worden: welke ideeën verdienen jouw steun? Er zijn heel uiteenlopende ideeën ingediend voor de besteding van de 25.000 euro die het wijkbudget dit jaar bedraagt. En op [Stemvan.groningen.nl](http://Stemvan.groningen.nl) kun je daaruit kiezen. Hoe? Dat leggen we hier uit.

### De ideeën

Alle ideeën die zijn ingediend door bewoners zijn bekeken op haalbaarheid. Daarbij is ook

gelet op punten als:

- staat erbij hoeveel geld ervoor nodig is;
- zitten er nog juridische haken en ogen aan;
- past het binnen het gemeentelijk beleid...

Uiteindelijk zijn er vijftien voorstellen overgebleven waarop gestemd kan worden.

### Het stemmen

Stemmen is nog tot 18 (online)

en 19 september (persoonlijk) mogelijk. Door te stemmen geef je aan hoe jij het totale bedrag van 25.000 euro zou willen besteden. Dit kan online, maar ook persoonlijk.

**Online:** voeg de ideeën die je wilt steunen toe aan je stembus (een soort winkelmandje) totdat je het budget hebt opge maakt. Of tot zover je wilt, dat mag je zelf bepalen.

Het stemproces staat stap voor stap uitgelegd op

[Stemvan.groningen.nl](http://Stemvan.groningen.nl). Klik op 'Beijum Bruist'. Je moet je wel registreren om te kunnen stemmen.

**Persoonlijk:** lukt het je niet om je stem uit te brengen via de website? Kom dan langs op 15, 16 of 19 september bij het Heerdenhoes. Dan kun je via een stemkaart stemmen:

- 15 september, 13.00–16.00 uur
- 16 september, 10.00–13.00 uur
- 19 september, 13.00–15.00 uur

### De uitslag

Op Burendag, zaterdag 24 september, op Plein Oost maken we bekend welke ideeën uitgevoerd kunnen worden. Hoe het staat met het vervolg van die uitvoering, kun je lezen op de website [Stemvan.groningen.nl](http://Stemvan.groningen.nl), maar ook op [Beijum.nl](http://Beijum.nl) en in De Beijumer.

*Heb jij ook een goed idee? Het wijkbudget is tien jaar beschikbaar. Volgend jaar een nieuwe ronde!*



### Verdeel €25.000 over deze ideeën:

Ontdek Theater	€ 2.000
Babbelbankje pimpen	€ 1.000
De Waaier	€ 1.000
Groningse Maatjes	€ 800
Buitengalerie Beijum	€ 3.450
Muziek voor het jonge kind	€ 6.000
Klussendienst B4B	€ 250
Zingen in Beijum	€ 4.000
Plantenbieb Beijum	€ 4.000
Buurthuiskamer Beijum	€ 1.400
Meezingcafé Beijum	€ 3.400
Weggeefkasten	€ 1.500
Wilde bloemen zaaien	€ 350
Opknappen Vlindermuur	€ 3.000
Groen Froukemaheerd	€ 5.700

*Lees meer over de verschillende plannen op: [Stemvan.groningen.nl](http://Stemvan.groningen.nl)*

## Op een speelse manier het leven onder ogen zien

*'Deze gedegen opgezette cursus is een verrijking'*

**Geniet je van het leven? Of is er ruimte voor verbetering? Wie ouder wordt, kan het gevoel hebben er alleen voor te staan en minder deel te nemen aan de samenleving. De cursus Grip & Glans is opgezet om hier iets aan te doen.**

In zes bijeenkomsten leren deelnemers hierin hoe zij meer grip krijgen op hun leven. En hoe zij daar zelf meer glans aan kunnen geven. Dit gebeurt aan de hand van 'de glansschijf'. Deze schijf, gebaseerd op de schijf van vijf-voedingsschijf, geeft inzicht in vijf elementen die het leven en iemands geluksgevoel beïnvloeden. Aan de hand van praktische opdrachten en tips leren deelnemers vervolgens hoe ze daarmee aan de slag kunnen gaan. Shanti van Dijken en Hillichie\* deden dit voorjaar in Beijum aan de cursus mee, en vertellen over hun ervaringen.

**Shanti van Dijken:**

*'Ik weet nu: mijn leven doet ertoe'*

'In de Gezinsbode las ik de oproep voor Grip & Glans in Beijum. Het leek me leuk om andere vrouwen van mijn leeftijd te ontmoeten. Naarmate je ouder wordt, verlies je steeds meer mensen om je heen. Bij mij begon dat rond mijn vijftigste, toen een heel goede vriendin overleed. Mijn broer en zussen zijn sindsdien overleden en mijn ouders ook. Het kringetje om me heen wordt steeds kleiner. Ik had behoefte daar iets aan te doen.'

'De eerste bijeenkomst begon meteen goed. We werden hartelijk ontvangen en kregen uitleg over de glansschijf, die de rode draad vormt in de training. Het invullen daarvan vond ik confronterend. Hierdoor zag ik nog duidelijker dat ik heel goede contacten heb, alleen wel op afstand. Toen Grip & Glans op mijn pad kwam, kwamen we net uit de coronatijd. Vanwege mijn gezondheid had ik al die maanden geen poot buiten de deur durven zetten. Hierdoor was mijn leven arm aan contacten. De training heeft me letterlijk weer naar buiten gekeerd.'

'Het leuke vond ik dat we

vaak heel praktische oefeningen deden. Bijvoorbeeld om te leren hoe je nieuwe mensen kunt ontmoeten. Ook moesten we tijdens de training een dagboek bijhouden. Iedere dag schreef je daarin wat je als positief had ervaren. Zo leerde je op een andere manier naar je leven kijken. En zelf glans te geven aan je bestaan.'

'We waren met een heel diverse groep. Toch konden we goed met elkaar praten. Daaruit blijkt maar weer dat je uiteindelijk allemaal met dezelfde dingen zit. De oudste deelnemster was bijvoorbeeld 86 en woont in een woongroep. Zo iemand heeft toch wel veel contacten, denk je dan. Maar ook voor haar was het ontbreken daarvan de reden om aan de cursus mee te doen.'

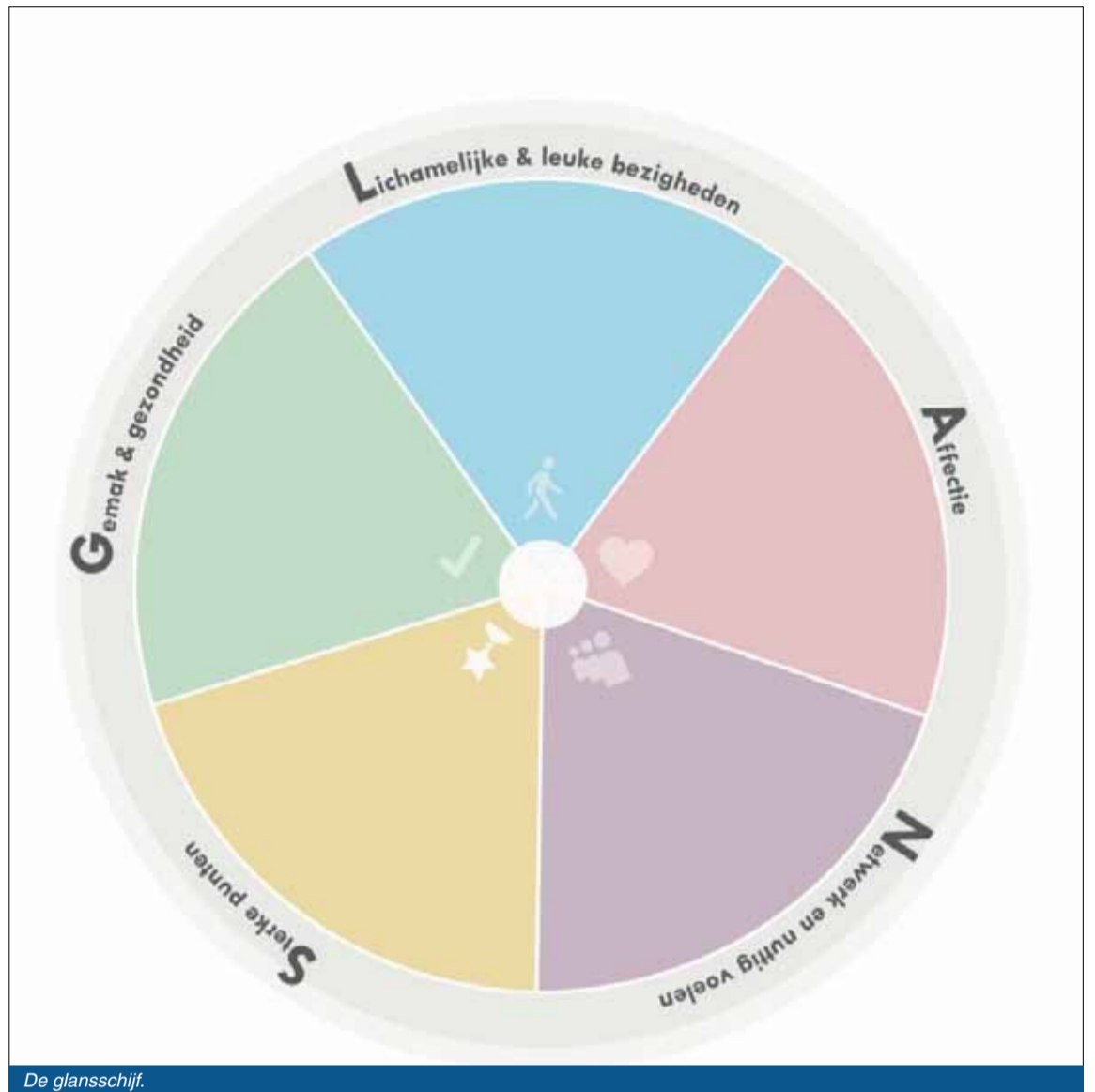
'Grip & Glans heeft me de rust en acceptatie gegeven dat het leven is zoals het is. Ik heb geleerd dat mijn leven nog zo gek niet is, en dat ik er nog best toe doe. En ik besef me meer dan ooit dat ik een lieve man heb die al veertig jaar zielsveel van me houdt. Ik raad dan ook iedereen aan om aan de training mee te doen. Wel is het belangrijk dat je bereid bent je eigen leven onder ogen te zien. Want alleen dan pas kun je er mee aan de slag. Grip & Glans daagt je op een speelse, positieve manier uit om daar mee bezig te gaan.'

**Hillichie:**

*'Ik heb weer het vertrouwen dat mijn leven veranderbaar is.'*

'Al een tijdje lag de oproep voor Grip & Glans op mijn tafel. Intuïtief trok het me aan. De avond voor de start besloot ik: dit kan ik niet laten lopen. Ik belde de contactpersoon, Mattie Oostra, of ik nog mee kon doen. Tot mijn opluchting kon dat.'

'Ruim 25 jaar geleden ben ik



De glansschijf.

ziek geworden. Ik woonde destijds tweehoog in de Grote Leliestraat. Na een ongeval, waarbij ik van de trap was gevallen, moest ik daar weg. Ik ben toen tijdelijk in een caravan in Niebert getrokken, waar ik mijzelf probeerde te genezen.'

'Ik heb twee dochters, waarvoor hun vader in die periode zorgde. Mijn kinderen misten mij. Bovendien kwam de winter eraan. Ik kon niet in de caravan blijven. Zo kwam ik in dit huis in Beijum terecht. Door alle problemen en overlast die ik hier sindsdien heb gehad, ben ik kapot gemaakt. Ik ben ziek, kan slecht tegen geluid en drukte. Me aanmelden voor Grip & Glans was dus echt een grote stap.'

'Veel vrouwen die aan de cursus meededen, stelden zichzelf doelen. Bijvoorbeeld het uitbreiden van hun activiteiten, of het benaderen van oude bekenden. Voor mij was het meedoen aan de training al voldoende. Ik ben gewend aan stilte, aan thuis zijn. Nu waren er allemaal mensen om me heen en zat ik de hele tijd rechtovereind. Na twee uur was het voor mij dan ook klaar met de energie.'

'De training werd gegeven door Mattie Oostra en Judith van der Meche. Zij hadden de wind er goed onder, zorgden altijd voor een positieve sfeer. Als iemand in een klaagzang uitbarstte, kapten ze dat op een vriendelijke manier af. Vaak deden ze samen rollenspellen, of hielpen ze de deelnemers bij

de opdrachten. Met eindeloos veel warmte en vriendelijkheid.'

'Een keer was ik zo ziek dat ik niet kon komen. Toen ik Mattie daarover belde, zei ze: 'Wat jammer, we gaan zo'n leuke oefening doen, die gun ik je zo.' De volgende keer mocht ik de oefening inhalen. Ik kreeg een A4 op mijn rug, waar alle vrouwen iets positiefs over mij opschreven. Ik ben zo blij met wat ze erop hebben gezet. Dat ik kleurrijk ben bijvoorbeeld. Ik heb het papier boven mijn toilet gehangen.'

'Grip & Glans bestaat uit een serie vrolijke bijeenkomsten, waarbij je nadenkt over je leven en uitgedaagd wordt om kleine stappen te nemen op punten die jij wilt veranderen. Voor mij was deze gedegen opgezette cursus een verrijking. Wat ik eruit heb gehaald, is dat je zelf een positieve draai kunt geven aan je leven. Ik heb weer het vertrouwen dat mijn leven veranderbaar is. Die mooie ervaring gun ik iedereen.'

\* = Op verzoek van Hillichie is haar achternaam achterwege gelaten.

### Grip & Glans in Beijum

Het concept van Grip & Glans is opgezet voor mannen en vrouwen van 55 jaar en ouder. Mattie Oostra (Docent Grip & Glans): 'In het verleden heb ik deze cursus al succesvol op andere plekken in Groningen gegeven. In Beijum wilde ik hem graag richten op vrouwen van 65+. Dat hebben we in het voorjaar gedaan. Daar kregen we zulke positieve reacties op, dat we dat op termijn nogmaals willen aanbieden.'

Wil je in de toekomst meedoen aan Grip & Glans? Of meer informatie? Stuur een mail naar: [mattie.oostra@groningen.nl](mailto:mattie.oostra@groningen.nl), dan neemt zij contact met je op.



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](http://www.facebook.com/beijumbruist)  
Meedoen? Mail dan naar [info@beijum.nl](mailto:info@beijum.nl)