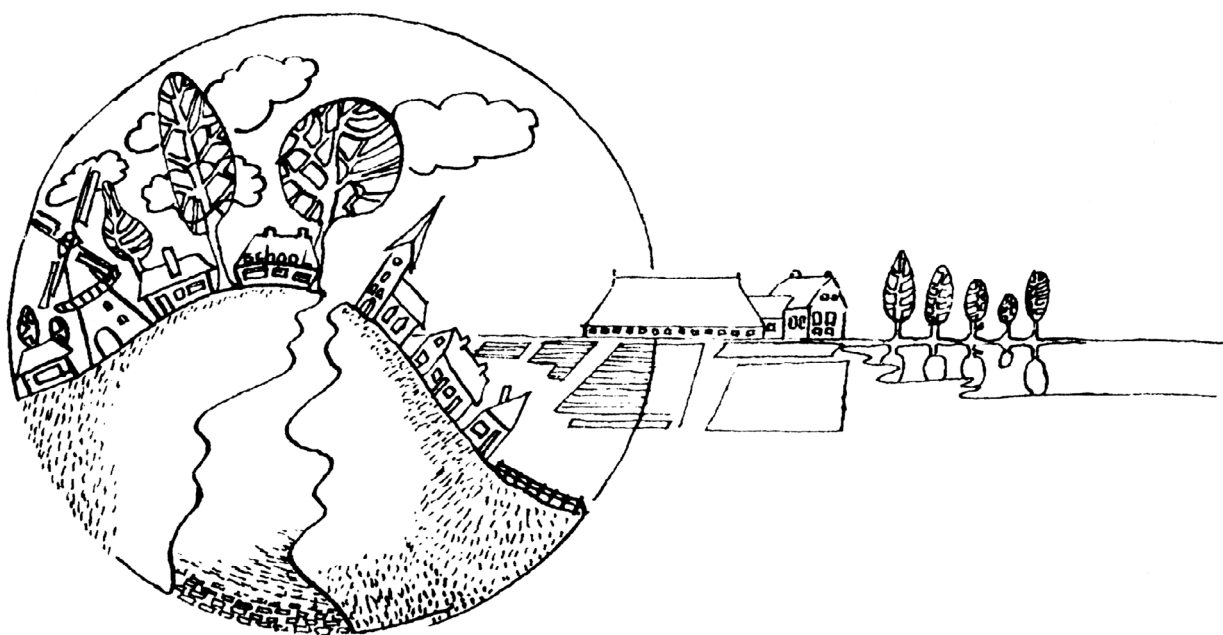


juli 2025

CONTACTBLAD



Voor Adorp, Sauwerd, Wetsinge e.o
via  www.contactblad.info

Inhoud

Informatie Contactblad	2
Certe: iedere week spreekuur bloedafname in Sauwerd	2
Spreekuren Mensenwerk	2
Kerktijden	3
Voor een gesprek of een bezoekje	3
Breien voor UNICEF	3
Rondeel bij Sauwerd	4
Grote verandering dienstregeling treinen vanaf half juli	5
Open brief aan de gemeente Het Hogeland	5
Klus&Dienst zoekt vrijwillige hoveniers	6
Voedselbank spaart DE-zegels	6
Officieel meetpunt luchtkwaliteit in Sauwerd	6
Last van tocht, kou en een hoge energierekening: de FIXbrigade	7
Fietsspeurtocht met kinderen vanuit je eigen huis	9



Tips om het huis koel te houden bij warm weer

Hoe zorg je er voor dat het in huis aangenaam koel blijft wanneer buiten de temperatuur hoog oploopt?

- Zet ramen open op die momenten dat het buiten koeler is dan binnen. Doe de ramen dicht wanneer het buiten opwarmt tot de temperatuur in huis. De binnentemperatuur is af te lezen op een eenvoudige thermometer of de kamerthermostaat. Voor de actuele buitentemperatuur in onze eigen omgeving zie ☞ <http://www.meteosauwerd.nl> en voor heel Nederland zie ☞ <http://www.knmi.nl/actueel/>.
- Doe de gordijnen dicht, gebruik zonwering (waar aanwezig ook de zonwering aan de buitenzijde van de ramen).
- Omdat warme lucht omhoog stijgt, is het handig om bij het luchten een raam open te zetten op een hogere verdieping. Hierdoor wordt de warmte sneller uit huis verdreven.

Het lijkt zo logisch: je voelt een koelte bij het openzetten van ramen en denkt dat het daardoor binnen ook afkoelt. Dat is niet altijd zo. Als het buiten warmer is dan binnen, haal je met het open zetten van ramen en deuren juist nog warmere lucht in huis. De koelte die je denkt te voelen komt door het effect dat de luchtstroom op je huid heeft. Dat is de gevoelstemperatuur, niet de feitelijke temperatuur die alles aan het opwarmen is.

Uitgeven en verschijnen Contactblad

Het Contactblad wordt digitaal uitgegeven via  www.contactblad.info en is gratis te lezen en te downloaden.

Aanleveren berichten/kopij en plaatsing

Vanwege het Coronavirus is de verschijningsfrequentie tijdelijk aangepast. Maar kopij kan worden aangeleverd zodra u/je wat te melden hebt.

Mailadres voor kopij:

 **contactblad-asw@planet.nl**

Plaatsing van kopij

Een ieder die kopij inlevert voor het Contactblad stemt ermee in dat dit openbaar wordt gemaakt in het Contactblad en/of via  www.contactblad.info. Aan het aanbieden van kopij kan geen automatisch recht van publicatie worden ontleend.

Overnemen van teksten uit het Contactblad/Auteursrecht

Een andere persoon of organisatie die - op wat voor wijze dan ook - een deel of delen van de teksten wil overnemen, vermenigvuldigen, dan wel openbaar maken, dient daartoe contact op te nemen met de betreffende auteur (persoon dan wel organisatie).

Certe: iedere week spreekuur bloedafname in Sauwerd

Op dinsdag kunnen mensen van 08.00 tot 10.00 uur terecht aan Huisartsenpraktijk Sauwerd, Burchtweg 6, in Sauwerd.

Altijd op afspraak

Mensen moeten vooraf een afspraak maken op  www.certe.nl. Dit is nodig om te kunnen voldoen aan de veiligheidsmaatregelen. Ook met afspraak gelden er algemene coronavoorzorgsmaatregelen, te vinden op  www.certe.nl. Het is belangrijk om deze vooraf door te lezen, zodat mensen goed voorbereid naar een locatie komen.

Op de website staat een overzicht van alle locaties met actuele openingstijden.

Spreekuren Mensenwerk

Je vindt de spreekuren van Mensenwerk Hogeland o.a. in de volgende plaatsen:

Winsum **Woensdag: 15.00 uur - 16.00 uur**
Gezondheidscentrum
Meeden 3b

Bedum **Dinsdag: 13.30 uur - 15.30 uur**
De Meenschaar
Kapelstraat 9

Kijk ook eens op onze website voor meer informatie:  <https://www.mensenwerkhogeland.nl/>

Gereformeerde Kerk Vrijgemaakt:

6 juli	9.30 u.	- ds. H. van Noort
	14.15 u.	- ds. L.S.K. Hoogendoorn
13	9.30 u.	- ds. H. van Noort
	14.15 u.	- ds. L.G. Boonstra
20	9.30 u.	- ds. G.J. Pruijssen
	14.15 u.	- ds. G.J. Pruijssen
27	9.30 u.	- ds. G.J. Pruijssen
	14.15 u.	- ds. G.J. Pruijssen
3 aug.	9.30 u.	- ds. G.J. Pruijssen
	14.15 u.	- ds. G.J. Pruijssen
10	9.30 u.	- Leesdienst
	14.15 u.	- Leesdienst
17	9.30 u.	- Leesdienst
	16.30 u.	- ds. A.C. v.d. Wekken
24	9.30 u.	- ds. H. van Noort
	14.15 u.	- Leesdienst
31	9.30 u.	- ds. H. van Noort
	16.30 u.	- ds. H. van Noort

Voor kerkdiensten zie ook:  www.gkvdehoeksteen.nl/

Voor een gesprek of een bezoekje

Wilt u een gesprek of een bezoekje neemt u dan contact op met  0646084687; Janny Heller

Gereformeerde kerk Vrijgemaakt



Breien voor UNICEF

We hebben nu 550 euro overgemaakt naar Unicef.

Iederéén heeft zich weer ingezet, de mensen die onze producten gemaakt hebben, ook een aantal mensen hebben werkstukken ingeleverd. Gevers van garen en natuurlijk ook de kopers bedankt.

We zijn blij dat mensen ons steunen en ook Unicef is blij, er gaan geen kosten meer af.

Ik krijg elke keer een bedankmailtje.

Onze producten worden verkocht in de dorpswinkel en in het kerkje van Wetsinge.

Mocht u nog garen, hebben wat u niet gebruikt, het is zeer welkom.

We hopen tot ziens, zodat kinderen die door Unicef gesteund worden geholpen kunnen worden met het geld van onze producten.

Lies Eldering. Kerkstraat 16 Sauwerd,  050-3061016.

Rondeel bij Sauwerd

**Het leven loopt rond
en is oneindig
als een lange zomer
je komt jezelf tegen
het leven doorkruist de weg
van stad naar wad**

**En soms bewerkt een rode vrouw
de ronde aarde bij het dorp
tussen de stad en het wad
als biologische boerin
ze draagt een rode overall
en is opvallend in het groen**

**Ze zaait en plant als kweker
en maakt het leven mooier
in de ronde aarde
en iedereen ziet wat ze doet
en iedereen zwaait & groet**

**En de rotonde bloeit
en het leven loopt rond
en is schier oneindig
je komt jezelf hier
steeds weer even tegen tegen**



Arjen

Grote verandering dienstregeling treinen vanaf half juli

Er gaat een nieuwe dienstregeling in wanneer de werkzaamheden bij en aan het Groninger hoofdstation klaar zijn.

Behalve dat je voor sommige bestemmingen (zoals Groningen Europapark) niet meer hoeft over te stappen, veranderen ook de treintijden. Raadpleeg daarom vooraf de reisplanner.

De treinen van en naar Roodeschool/Eemshaven en Delfzijl blijven wel om het half uur rijden, maar op een ander moment dan u/je gewend was.

Reizigers op het traject Groningen-Sauwerd krijgen het daardoor zelfs een stuk gemakkelijker (en luxer): een groot deel van de week rijdt er om het kwartier (!) een trein.

19-6-2025

Open brief aan de gemeente Het Hogeland

Geacht gemeentebestuur,

Tussen Adorp en de stad Groningen staat een spandoek met de tekst "Tekenen de petitie tegen een nieuw gemeentehuis voor de gemeente Het Hogeland".

Eronder stond hoe dat kon. Via petitie.com.

Dat vond ik te afstandelijk en te makkelijk en te anoniem. Vandaar deze manier.

Toen ik hier in Adorp kwam wonen, waren we nog gemeente Adorp. In verband met de restauratie van het café Het Witte hoes had ik met het gemeentebestuur te maken. Ik wilde een eigen ruimte voor de jeugd van Adorp. Dat is gelukt tot de verkoop van het pand aan een particuliere belegger.

De Jeugdclub moest maar een ander plekje zoeken. Overleg met wethouders en burgemeester was toentertijd heel goed mogelijk.

Ondertussen waren we gemeente Winsum geworden van 1990 tot 2018.

In 1989 is de kerk te Adorp overgenomen door de Stichting Oude Groninger Kerken en door de stichting gerestaureerd. De gele kleur was in het begin wennen, maar nu zijn veel Adorpers trots op de kerk als openbare ruimte voor allerlei activiteiten als koorrepetities, tentoonstellingen, uitvoeringen en begrafenissen.

Voor de start van de nieuwe gemeente Winsum heeft de oude gemeente Adorp het dorp Adorp verrast met een verhard kerkplein met een veldkeiencirkel (1990-2018). Die moest later weer verdwijnen bij de inrichting van een nieuw dorpsplein.

Op 1-1-2019 was de start van de nieuwe gemeente Het Hogeland.

De afstand tot het bestuur van de gemeente wordt steeds groter. Dit gaat allemaal onder het mom van efficiënter. Ik heb andere ervaringen met het gemeentebestuur uit de tijd dat mijn kinderen nog klein waren.

U snapt dus al wat mijn mening over een nieuw gemeentehuis is.

U kunt deze open brief beschouwen als een petitie tegen een nieuw gemeentehuis.

Roelof Bruins, Adorp

Klus&Dienst zoekt vrijwillige hoveniers

Klus&Dienst is op zoek naar enthousiaste vrijwillige hoveniers!

Steeds meer inwoners van Het Hogeland hebben hulp nodig bij het onderhouden van hun tuin. Door deze toenemende vraag is er een wachtlijst ontstaan. Daarom is Klus&Dienst op zoek naar hoveniers.

Het gaat hierbij om eenvoudig snoeiwerk, het opruimen van bladeren of het bestrijden van onkruid. Naast deze werkzaamheden kunnen vrijwilligers en deelnemers ook trainingen volgen en certificaten behalen voor het gebruik van machines en gereedschap.

De uren kunnen worden ingepland van maandag tot en met donderdag tussen 8.00 en 16.00 uur en op vrijdag tussen 8.00 en 12.00 uur.

Wilt u als vrijwillig hovenier aan de slag bij Klus&Dienst of het vak leren? Neem dan contact op met:

Karel Nanninga via ☎ 06-40029295 of ✉ k.nanninga@werkopmaat.info.

Voedselbank spaart DE-zegels

Voedselbank het Hogeland in Winsum is een fanatiek spaarder van de zegels van koffiebrander Douwe Egberts. Voor bijna iedere 1000 ingezamelde DE-punten krijgt de voedselbank een pak koffie van 250 gram waarmee zij haar klanten aan gratis koffie kan helpen.

In het afgelopen jaar wist de voedselbank, met hulp van héééél veel koffiedrinkers, maar liefst 1.4 miljoen punten bijeen te vergaren hetgeen bijna 1600 pakken koffie opleverde.

Zo staat er in verschillende kerkgebouwen op het Hogeland al enige tijd een DE-inzameldoos, waardoor de instroom van DE-punten alleen nog maar verder toeneemt. **(Er zijn nog enkele inzamelendozen beschikbaar. ☎ 06-53589818)**



Omdat de prijzen van koffie in de supermarkt nogal zijn toegenomen zal ook “de koffieprijs” die Voedselbank het Hogeland moet betalen waarschijnlijk fors toenemen.

Er zijn straks dus veel meer DE-punten nodig om eenzelfde hoeveelheid koffie te kunnen kopen. Daarom deze oproep om de voedselbank te steunen in haar spaaractie.

Help de Voedselbank te kunnen helpen!!

Officieel meetpunt luchtkwaliteit in Sauwerd

Al enige jaren heeft Piet Kampen een officieel meetpunt van het RIVM voor NO₂-Luchtkwaliteit PM_{2.5}-Fijnstofmeting in Sauwerd. De apparatuur staat aan de Kastanjelaan 19.

De gegevens van deze metingen zijn te vinden op de volgende link:

🌐 <https://samenmeten.rivm.nl/dataportaal/>

Last van tocht, kou en een hoge energierekening: de FIXbrigade

Heb je last van tocht, kou of een hoge energierekening? Dan kan de FIXbrigade Hogeland daarbij helpen. Zij komen langs en plaatsen gratis energiebesparende materialen zoals radiatorfolie, tochtstrips en ledlampen.

Hoe werkt het?

FIXbrigade Hogeland komt langs op een moment dat voor jou past. Samen wordt gekeken wat er in huis beter kan. Bijvoorbeeld tegen kou, tocht of schimmel. Daarna gaan zij aan het werk en plaatsen ze de spullen. Als alles klaar is, kijken jullie samen of het goed is. Na drie maanden komen ze nog een keer langs. Ze vragen dan of alles nog goed werkt, of dat er nog iets nodig is.

Voordelen van FIXbrigade Hogeland:

- Een lagere energierekening
- Meer wooncomfort
- Gratis aanpassingen en advies
- Werk uitgevoerd door vakmensen

Meer informatie en aanmelden (tot 31 augustus)

Wil je je aanmelden? Dat kan via:

🌐 duurzaam-hogeland.nl/acties/fixbrigade of

scan de qr-code

Aanmelden kan tot 31 augustus.



VVN Fietstocht

Fiets samen met je (klein)kinderen



**Meedoen
is makkelijk**

Fietsspeurtocht met kinderen vanuit je eigen huis.



Iedereen veilig over straat

VEILIGVERKEER



doortraPpen



Fiets samen met je (klein)kinderen

Vind je het leuk om een activiteit met je kleinkinderen uit te voeren en hou je van fietsen? Bestel dan gratis het VVN Fietstochtboekje! Stippel een leuke route uit in de eigen omgeving en maak onderweg uitdagende opdrachten. Een leuke manier om samen herinneringen te creëren én om de kleinkinderen spelenderwijs verkeersinzicht bij te brengen. Bovendien maken jullie kans op waardebonnen voor een familie-uitje naar keuze!

Vraag nu het gratis boekje met een spannend avontuur en de opdrachten aan via de QR code of via vvn.nl/fietstocht en beleef samen een onvergetelijk fietsavontuur.



VEILIG VERKEER

doortraPpen
veiliger fietsen tot je 100^{ste}

www.doortrappen.nl