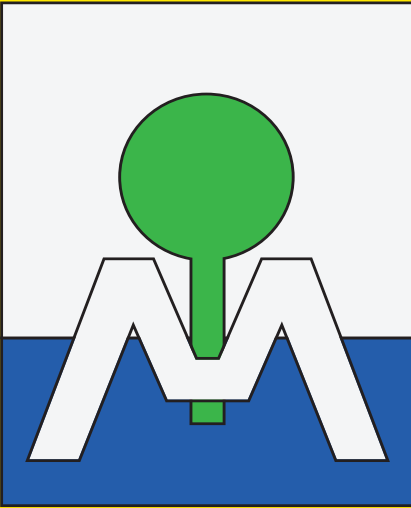


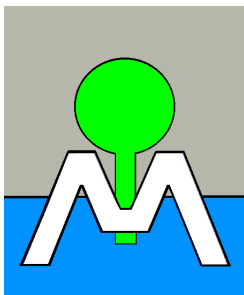
JANUARI 2021



WIJKKRANT



MARSDIJK



JANUARI 2021

Jaargang 33 nummer 1
Verschijning 10 x per jaar
Oplage: 5000
Drukkerij Horstman Assen
Omslag door: Jessica Rona

Inleveren kopij/reacties:

Altijd voor de 5^e van de maand, graag via e-mail.
✉ wijkkrant@marsdijk.nl

Inleveradres:

Wijkcentrum De Dissel
Kleuvenstee 1A
9403 LT Assen

☎ 0592 – 370903



www.wvmarsdijk.nl

Openingstijden De Dissel

Maandag t/m donderdag
van 08.30 tot 17.00 uur
van 19.00 tot 23.00 uur
vrijdag 08.30 tot 15.00 uur
vrijdagavond, zaterdag en
zondag alleen bij activiteiten

Administratie is geopend
dinsdag t/m vrijdag
van 08.30 tot 12.00 uur
en dinsdag van 13.00 tot
15.30 uur ☎ 0592- 370903

Wijkvereniging Marsdijk
NL67 INGB 0005 8598 45
NL42 RABO 0302 8040 05

INHOUD WIJKKRANT

. Inhoudsopgave	pag. 1
. Voorwoord	pag. 2
. Coronaplan De Dissel	pag. 2
. Juridisch Loket	pag. 3
. Kickboksen	pag. 4
. Loop en wandelgroep	pag. 5
. Werkgroep Anne Frank Park	pag. 6
. Kerststukje maken jeugd	pag. 8
. Puzzelbank	pag. 10
. Cursus Reanimatie	pag. 11
. Cursus Stoelyoga	pag. 11
. Cursus Vitaliteit	pag. 12
. Cursus Digitale fotografie	pag. 13
. Cursus doorgaande Chineng Qigong	pag. 13
. Uitslag Kerstpuzzel	pag. 14
. Uitslag Kleurwedstrijd	pag. 15
. Marsdijkertjes	pag. 16
. Ontwerp verenigingsvlag	pag. 16
. Diefstal tuinmeubel	pag. 17
. Potgrondactie Asser Mannenkoor	pag. 18
. Opgave formulier cursus	pag. 19

De contactpersonen van de Wijkvereniging
staan achterin de Wijkkrant en op het gele
middenblad de Take Out

De redactie houdt zich het recht voor
ingezonden kopij in te korten c.q. aan te passen



VOORWOORD

Beste lezers zoals u wel gemerkt heeft is er deze maand geen wijkkrant. Door de laatste [maatregelen is het ons niet gelukt een papieren versie te maken. U heeft het met een nieuwsbrief moeten doen. Daarin verwijzen wij naar de website van de wijkvereniging om daar de wijkkrant digitaal te lezen. We hopen met u dat we weer snel open kunnen en onze activiteiten kunnen voortzetten. Acht januari begint de vaccinatie en als het goed is krijgen we dan langzamerhand meer speel en leefruimte in en om De Dissel. We wachten de volgende persconferentie maar af voor we weer allerlei activiteiten starten.

Wij van de wijkkrant en het bestuur wensen alle wijkbewoners een gezond en wat bewegings vrijer 2021 toe.

Namens wijkkrant en bestuur
Theo Buijs

CORONAPLAN DE DISSEL WIJKVERENIGING MARSDIJK

Protocol om in het kader van de anderhalve meter samenleving activiteiten te kunnen beginnen.

1. Neem alle voorzorgsmaatregelen qua hygiëne in acht. Deze zijn zichtbaar aangegeven op relevante plaatsen als in- en uitgangen, publieke ruimte zoals zalen, kamers en toiletten.

De maatregelen zijn:

- Was vaker je handen
- Nies in je elleboog
- Gebruik papieren zakdoekjes
- Schud geen handen en houd 1½ meter afstand van elkaar

Desinfecterende handgel staat op diverse plekken binnen De Dissel.

2. U kunt bij een bezoek aan De Dissel eventueel zelf zorgen voor aanvullende beschermingsmaatregelen c.q. hulpmiddelen zoals mondkapjes, beschermende schorten en handschoentjes, **mondkapjes zijn inmiddels verplicht in De Dissel.**



3. Betaal zoveel mogelijk met pin.
4. Zorg dat u voldoende afstand houdt van zowel bezoekers als medewerkers, minimaal 1,5 meter en volg looproutes!
5. Let op hoeveel mensen tegelijk in de verschillende ruimtes mogen zijn. Per ruimte is dit zichtbaar aangegeven.
6. Voortdurend aandacht houden voor het gedrag van andere bezoekers, spreek elkaar hier op aan.
7. Werk samen.
8. Houd u aan de regels, denk om elkaar en geef elkaar de ruimte!



Bij voorbaat dank!

Bestuur Wijkvereniging Marsdijk

HOE HOOG IS DE CORONA-BOETE?

Als u zich niet aan de corona-regels houdt, kunt u een boete van € 95,00 krijgen. Dit geldt voor iedereen vanaf 13 jaar.



U kunt tegen de corona-boete protesteren. Dit heet 'in verzet gaan'. Betaal de boete niet als u in verzet gaat. Door betaling accepteert u namelijk automatisch de boete. Deze staat dan vast.

In verzet gaan kan op 2 manieren; door een brief te sturen aan de officier van justitie of naar het parket te gaan bij u in de buurt. Dit is een kantoor van het Openbaar Ministerie. Meld aan de informatiebalie dat u het niet eens bent met de boete.

U dient duidelijk aan te geven om welke boete het gaat, waar u het niet mee eens bent (bijvoorbeeld de hoogte of de reden) en waarom u het daar niet mee eens bent.

Na uw verzet krijgt u een beslissing. De officier van justitie kan de boete intrekken, het bedrag aanpassen of de rechter vragen om een uitspraak.

U heeft 14 dagen de tijd om in verzet te gaan. Deze periode gaat lopen vanaf het moment dat u de brief ontvangt van het Centraal Justitieel Incassobureau (CJIB).

Mocht u geen brief hebben ontvangen, dan kan het soms toch zijn dat de 14 dagen zijn ingegaan. Bijvoorbeeld als u met het Parket heeft gebeld en daardoor op de hoogte bent van de brief. De 14 dagen gaan dan vanaf dat moment in.

Indien de 14 dagen voorbij zijn, kunt u misschien toch nog in verzet gaan. Soms heeft u daar 6 weken de tijd voor.

De eerste corona-boete leidt niet tot een strafblad. Dat bepaalt de overheid. Kreeg u meer corona-boetes en waren deze per boete meer dan € 100,00 dan kan dat wel leiden tot een strafblad. Dit kan gevolgen hebben als u een VOG (verklaring omtrent gedrag) nodig heeft, bijvoorbeeld voor een nieuwe baan.

Waar kan ik zo nodig terecht voor juridisch advies?

Neem contact op met het Juridisch Loket als u nog extra informatie wilt of vragen heeft. Het Juridisch Loket geeft u gratis informatie en advies met betrekking tot vele rechtsgebieden, eventueel verwijzen wij u naar advocatuur, mediators of overige instanties.

Het Juridisch Loket is bereikbaar via telefoonnummer ☎ 0900-8020 (€ 0,10 p/m) op maandag t/m donderdag van 09:00 - 17:00 uur en vrijdag van 09:00 – 13:00 uur.

Als u een rechtsbijstandverzekering heeft dan adviseren wij u contact op te nemen met uw rechtsbijstandsverzekeraar.

LET OP!: door het coronavirus zijn al onze vestigingen gesloten en de wachttijden aan de telefoon langer dan normaal. Kijk op de website voor actuele informatie www.juridischloket.nl/contact/.

KICKBOKSEN TEGEN DE CORONAKILO'S!

Ook aangekomen door de lock down en thuiswerken? Maak dan één van je goede voornemens voor 2021 waar en probeer een spannende, intensieve sport: kickboksen! Nu ook in de vernieuwde Marsdijkhal. Er is een groep voor de jeugd en een voor volwassenen. Kijk ook op onze website www.kickboksenmarsdijk.nl en meld je aan voor een **gratis proefles!**

Kickboksen, wat is dat ook alweer?

Kickboksen kun je zien als een combinatie van boksen met traptechnieken van karate. Je gebruikt dus zowel armen als benen. Je leert boksen (directe stoot, hoeken en opstoten) en trappen naar het bovenbeen, lichaam en hoofd. Bij onze training trappen en stoten we niet naar het hoofd. Daar hebben we de bokszakken en pads voor. De nadruk ligt op conditie en het oefenen van de juiste boks- en traptechnieken. We houden nadrukkelijk rekening met elkaars niveau. Er is een training voor de jeugd en voor volwassenen voor zowel beginners als gevorderden.

Waarom kickboksen?

Kickboksen is een leuke, uitdagende sport waarbij je je hele lichaam gebruikt. Je bouwt een goede conditie op, je wordt sterker, je gaat je superfit voelen en het maakt je zowel mentaal als fysiek weerbaarder. En omdat je natuurlijk goed moet opletten om de trap en stootcombinaties uit te voeren en de acties van je tegenstander in de gaten te houden train je ook je concentratievermogen.

Gratis proefles!

Wil je het graag een keer proberen? Je bent van harte welkom om een proefles mee te doen. Materiaal (bokshandschoenen en scheenbeschermers) kun je bij ons lenen.

Meld je aan bij de trainer Michel Bos waarbij je je naam en je leeftijd vermeldt.

✉ info@kickboksenmarsdijk.nl



Trainingstijden/locatie jeugd:

leeftijd 5 t/m 8 jaar woensdag van 15.30 tot 16.30 uur. In De Dissel.

leeftijd 8 t/m 15 jaar woensdag van 17.00 tot 18.00 uur in de Marsdijkhal.

Trainingstijden/locatie volwassenen:

leeftijd 15 tot 99 jaar maandag van 19.00 tot 20.00 in de Marsdijkhal.

Michel Bos

LOOP- EN WANDELGROEP MARSDIJK-ASSEN

Loop- en wandelgroep Marsdijk-Assen wenst u een gezond en gelukkig nieuwjaar.

Blijf (of probeer) in het nieuwe jaar zoveel mogelijk te bewegen. Dat kan bij de loop- en wandelgroep. U kunt er terecht voor hardlopen/joggen, sportief

wandelen en nordic walking op elk loop-/wandelniveau. De trainingen worden onder deskundige/gediplomeerde leiding verzorgd.

De trainingen van de **loopgroepen** zijn op:

dinsdag 19.15 uur tot 20.45 uur (groep 1) en op
woensdag 19.15 uur tot 20.15 uur (groep 2 jogging-/beginnersgroep)



De trainingen van de **sportief wandelgroepen** zijn op:

maandag van 19.00 uur tot 20.00 uur en op
dinsdag van 09.30 uur tot 10.30 uur

De conditietrainingen van de **groepen nordic walking** zijn op:

maandag en donderdag van 13.30 uur tot 14.30 uur

De **techniek cursusdagen nordic walking** zijn op:

dinsdag van 13.30 tot 14.30 uur en donderdag van 09.30 tot 10.30 uur.

Probeer eens een proefles. Het instappen is laagdrempelig. Bel of mail voor meer informatie ☎ (0592) 342121 / ☎ 06-27083229,

✉ info@loopgroep-marsdijk.nl.

Zie ook de website www.loopgroep-marsdijk.nl.

Leen

WERKGROEP ANNE FRANK PARK

Hoe staat het eigenlijk met de werkgroep van het Anne Frank Park?

Nou eigenlijk best goed 😊

Het is inmiddels een jaar geleden dat de werkgroep een inloopsessie heeft georganiseerd in De Dissel, en we vonden het tijd worden om van ons te laten horen.

Het is voor iedereen een raar jaar, zo ook voor ons als werkgroep. Ook bij ons hebben de afspraken rondom het park even stil gelegen. Maar na even stil te hebben gezeten, zijn we toch weer fanatiek aan de slag gegaan.

Wat hebben we zoal gedaan?

- alle wensen uit de inloop gebundeld en gekeken waar de meeste behoefte aan is;
- we hebben een plattegrond ingetekend met alle wensen/behoefte;
- we hebben een afspraak gehad met Stila preventiefonds om budget te krijgen;
- vanuit Mijn Buurt Assen hebben we budget toegewezen gekregen om toestellen te bestellen;
- De gemeente Assen heeft het verlichtingsplan beoordeeld en akkoord gegeven om 8 lantaarnpalen te plaatsen in het park;
- er wordt een plan gemaakt voor extra speeltoestellen voor de allerkleinsten in het park;
- er wordt een ontwerp gemaakt voor de asfaltbak, dat samen tot stand is gekomen met een beweegagoog.;
- daarnaast wordt er een mooi bord geplaatst in dezelfde stijl als het bord van de 4-Mijl, met informatie over Anne Frank;
- er zijn ter hoogte van het voetbalveld 2 reservebankje geplaatst en bij het speelgedeelte voor de allerkleinsten een picknickbank;
- in het voorjaar komt er ter hoogte van het 4-Mijl bord een WMD watertappunt.
- daarnaast had de werkgroep een activiteit bedacht voor de Natuurwerkdag (afgelopen 7/11/2020), namelijk een vogelhuisje in elkaar timmeren en een insectenhotel maken met zijn allen. Helaas is deze activiteit door Landschapsbeheer geannuleerd door de aangescherpte maatregelen rondom Corona.

Zoals jullie lezen, gebeurt er achter de schermen best wel wat. De verwachting is dat begin volgend jaar de toestellen geplaatst gaan worden (onder voorbehoud van het weer). En wordt er ook in het park een kastanjeboom geplaatst.

Dus als alles meezit, kunnen we in het voorjaar genieten van nieuwe spelelementen in het park!

Zie hierna een impressie van de toestellen :





Voor zover de update!
Groetjes,

Werkgroep Anne Frank Park

✉ annefrankpark@gmail.com

KERSTSTUKJES MAKEN VOOR DE JEUGD

Gelukkig is er ondanks Corona, toch nog een activiteit voor de jeugd doorgegaan.

Op vrijdagmiddag arriveerde er een kar vol met groen van de ARBO uit Rhee voor het maken van kerststukjes de volgende dag.

Op zaterdag 12-12 om 09.45 uur stonden de eerste kinderen voor de deur en om 10.00 uur was het dan eindelijk zo ver.

Iedereen heeft een mooi kerststukje voor thuis kunnen maken.

Herma, Julia en Luca bedankt voor het meehelpen en jullie creatieve ideeën. Geert, bedankt voor de muzikale ondersteuning :)

De jeugdcommissie wil iedereen een gezond en gelukkig 2021 wensen.

Jacqueline Smid namens de Jeugdcommissie





PUZZELBANK

Vanaf donderdag 7 Januari 2021 openen wij een puzzelbank in de speeltheek. Dit houdt in dat je je puzzel kunt ruilen voor een andere.

Puzzels kun je ruilen vanaf 500 stukjes. Wij zijn geopend iedere donderdag van 9.00 – 11.00 uur in speeltheek Speul'nderwies.

Locatie: Kindcentrum De Marskramer, Kleuvenstee 1



Iedereen is welkom, ook niet leden van de speeltheek.

Graag de regels van de school volgen:

Loop buitenom. Wij zijn gehuisvest aan de zijkant van de school.

Draag een mondkapje en ontsmet je handen bij de deur.

Niet meer dan 2 personen tegelijk binnen.

We hopen jullie snel te zien.

Ina Nijzing

TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT

De deelnemende

huisartsen in Noord- en

Midden-Drenthe zijn aangesloten bij de Huisartsenspoedpost Assen, die is gevestigd in het Wilhelmina Ziekenhuis, Europaweg-Zuid 1 in Assen.

U kunt buiten de normale praktijktijden bij spoedgevallen een afspraak maken via ☎ 0900 – 112 0 112 of bellen met uw eigen praktijk. Voor meer informatie en selfservice zie ook www.chd.nl.

ASSER APOTHEKEN

Buiten de openingstijden van uw eigen apotheek kunt u terecht bij de Wilhelmina apotheek, Wilhelmina Ziekenhuis, 24 uur per dag geopend.



Centrale Huisartsdienst Drenthe

WEEKENDDIENSTEN TANDARTSEN

31-dec 3-jan	O/N Atik Praktijken voor mond- en tandzorg	Stationsstraat 11	☎309567
4-jan 10-jan	Tandartsenpraktijk de Jong	Beilerstraat 179	☎317570
2 11-jan 17-jan	Tandartspraktijk Marsdijk	Kleuvenstee 15	☎345953
3 18-jan 24-jan	Tandartspraktijk van der Velden	Pelikaanstraat 19	☎313758
4 25-jan 31-jan	Tandartspraktijk Oranjebuurt	Lauwers 10	☎304420
5 1-feb 7-feb	Dental Clinics	Brink 37	☎317222

Vaart Welzijn Buurteams

We werken vanuit onze Buurteams. Dat wil zeggen dat onze buurtwerkers en buurtmaatschappelijk werkers allemaal een vaste buurt hebben waar ze hun werk doen. Ze kennen de buurt goed en weten wat er speelt. Bovendien zijn ze zo dichtbij, zichtbaar en toegankelijk. Wel zo handig!

Elke woensdag van 08.30 tot 10.30 uur hebben zij spreekuur in wijkgebouw De Dissel. De wijkagent en de WijkBoa zijn aanwezig van 09.30 tot 10.30 uur tijdens ons spreekuur. Dit geldt zolang de Corona maatregelen van kracht zijn.

U kunt zo even binnenlopen!

Daarnaast zijn zij ook bereikbaar via de telefoon of de mail: Ans Veldhuis, buurtwerker: ☎ 06-51177225 ✉ marsdijk@vaartwelzijn.nl Ine Pierik, buurtmaatschappelijk werker: ☎ 06-51180437 ✉ marsdijk@vaartwelzijn.nl

PSYCHOLOGEN IN MARSDIJK

AYRES, Praktijk voor Eerstelijns Psychologie en Runningtherapie

Annemieke en Hilbrand Wiersema, Keeverkleuven 23, ☎ 373595

www.Ayres-psychologie.nl & www.Ayres-runningtherapie.nl

✉ info@ayres-psychologie.nl

TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT

TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT

ACTIVITEITENKALENDER JANUARI 2021

Vr	01	Gesloten i.v.m. Corona		
Za	02	Gesloten i.v.m. Corona		
Zo	03	Gesloten i.v.m. Corona		
Ma	04	Gesloten i.v.m. Corona		
Di	05	Gesloten i.v.m. Corona		
Wo	06	Gesloten i.v.m. Corona		
Do	07	Gesloten i.v.m. Corona		
Vr	08	Gesloten i.v.m. Corona		
Za	09	Gesloten i.v.m. Corona		
Zo	10	Gesloten i.v.m. Corona		
Ma	11	Gesloten i.v.m. Corona		
Di	12	Gesloten i.v.m. Corona		
Wo	13	Gesloten i.v.m. Corona		
Do	14	Gesloten i.v.m. Corona		
Vr	15	Gesloten i.v.m. Corona		
Za	16	Gesloten i.v.m. Corona		
Zo	17	Gesloten i.v.m. Corona		
Ma	18	Gesloten i.v.m. Corona		
Di	19	Gesloten i.v.m. Corona		
Wo	20			
Do	21	Repetitie Marsaria	De Dissel	19.30 – 22.00 uur
Vr	22	Klaverjassen	De Dissel	19.30 – 22.30 uur
Za	23		De Dissel	Gesloten
Zo	24		De Dissel	Gesloten
Ma	25	Wandelgroep 1 uur Handwerken	De Dissel De Dissel	10.00 uur 14.00 – 16.00 uur
Di	26	Wandelgroep 30 min	De Dissel	10.00 uur
Wo	27			
Do	28	Repetitie Marsaria	De Dissel	19.30 – 22.00 uur
Vr	29			
Za	30			
Zo	31			

ALLES ONDER VOORBEHOUD i.v.m. de maatregelen omtrent Covid 19

TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT

TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT

ACTIVITEITENKALENDER FEBRUARI 2021

Ma	01	Wandelgroep 1 uur Handwerken	De Dissel De Dissel	10.00 uur 14.00 – 16.00 uur
Di	02	Wandelgroep 30 min	De Dissel	10.00 uur
Wo	03	Dansen	De Dissel	14.15 – 15.45 uur
Do	04	Repetitie Marsaria	De Dissel	19.30 – 22.00 uur
Vr	05	Klaverjassen	De Dissel	19.30 – 22.30 uur

Activiteiten van de Sportcommissie volgens onderstaand rooster

Ma	Tafeltennis Badminton Volleybal	De Dissel Marsdijkhal Marsdijkhal	19.15 – 23.00 uur 19.30 – 21.00 uur 20.00 – 22.30 uur
Di	Dance Fit Pilates	De Dissel De Dissel	19.00 – 20.00 uur 10.30 – 11.30 uur
Wo	Zaalvoetbal Zumba	Marsdijkhal De Dissel	22.00 – 23.00 uur 19.15 – 20.15 uur
Do	Zumba	De Dissel	10.45 – 11.45 uur

Overige sport activiteiten

Di	Aerobic	De Dissel	08.45 – 09.45 uur
Di	Kickboksen Jeugd Volwassenen	De Dissel	20.15 – 21.15 uur
Wo	Kickboksen Jeugd t/m 12 jaar	De Dissel	16.00 – 17.00 uur

Activiteiten van de Ontspanningscommissie januari 2021

Spel/Soos	dinsdag			26		januari	13.30 uur
Koersbal	woensdag		20	27		januari	09.30 uur
Dansmiddag	woensdag		20	27		januari	14.00 uur
Koersbal	donderdag		21	28		januari	13.30 uur
Klaverjassen	vrijdag		22			januari	19.30 uur

ALLES ONDER VOORBEHOUD i.v.m. de maatregelen omtrent Covid 19

TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT

TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT

POLITIE, BRANDWEER, AMBULANCE Alarm politie, brandweer, ambulance
☎ 112 bij spoed. Politie niet dringend ☎ 0900 – 8844.

VEILIG THUIS DRENTHE

U kunt ons bellen via ☎ 088 – 2460244 (ma-vr 08.30 - 17.00 uur).

Het landelijke nummer ☎ 0800 – 2000 is 24 uur per dag, 7 dagen in de week bereikbaar.

E-mail: Stuur een e-mail naar info@veiligthuisdrenthe.nl. Vermeld in uw e-mail altijd een telefoonnummer, zodat we contact met u kunnen opnemen.

KINDERTELEFOON

Tussen 14.00 en 20.00 uur ☎ 0800 – 0432 www.kindertelefoon.nl

ZELFMOORDPREVENTIE

24 uur per dag beschikbaar ☎ 0900 – 0113 www.113.nl

CERTE TROMBOSEDIENT EN HUISARTSEN LABORATORIUM

Tijdelijk door Corona niet aanwezig in De Dissel.

VAART WELZIJN Ans Veldhuis, buurtwerker: ☎ 06-51177225, Ine Pierik, buurtmaatschappelijk werker: ☎ 06 511 80 437 ✉ marsdijk@vaartwelzijn.nl

Telefonisch spreekuur elke woensdag van 09.30 tot 10.30 uur

Mocht u een vraag hebben voor de **wijkagent** of voor de **gemeente Assen** dan zorgen wij dat u teruggebeld wordt door Frieda de Groot de wijkagent of door Gert Siepel, de wijkcontactpersoon van de gemeente.

Je kunt rechtstreeks bellen met Ans Veldhuis 06 – 51177225

DIERENHULPDIENSTEN

Dieren in nood ☎ 114, Dierenambulance, ☎ 088 – 8113360

DIERENKLINIEK BORGSTEE

Borgstee 28 9403 TV Assen. Open op maandag t/m vrijdag van 09.00 tot 19.00 uur, ☎ 405144. Voor spoedgevallen ☎ 0592-405321 ✉ info@dierenkliniekborgstee.nl

GAS EN STROOM, NATIONAAL STORINGSNUMMER

☎ 0800 – 9009, meldpunt storingen in de gas- en stroomlevering t/m de meter.

WATER Minder water? Storing melden? ☎ 0592-854545, dag en nacht bereikbaar.

GEMEENTE “MARSDIJK” Wijkbeheerder van de gemeente in Marsdijk.

Heeft u wensen, klachten, op- en/of aanmerkingen over de woonomgeving of andere zaken die spelen in uw buurt of in de hele wijk?

Meld het bij de wijkbeheerder Gert Siepel.

☎ 06 – 51102741, ✉ g.siepel@assen.nl

U kunt een afspraak maken, dan komt er iemand bij u langs.

TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT TAKE OUT



CURSUS HERHALING REANIMATIE EN AED;

MAANDAG 8 FEBRUARI 2021

CODE 48A

DINSDAG 9 FEBRUARI 2021

CODE 48B

Cursus volgens de richtlijnen van de Nederlandse reanimatieraad en de harststichting. Inclusief certificaat.

De meeste Zorgverzekeraars vergoeden geheel of gedeeltelijk de kosten van de cursus, dit kunt u gewoon bij uw eigen zorgverzekering navragen.

Cursus: Herhaling reanimatie en AED code 48A en 48B
Dag/Datum: maandag en dinsdag / 8 en 9 februari
Tijd: 19.30 – 22.00 uur
Prijs leden/niet leden: € 17,50
Aantal deelnemers: maximaal 8
Docent: Els de Vos
Opgave: via inschrijfformulier
Informatie: ✉ cursuscommissie@marsdijk.nl of ☎ 06 10715830

CURSUS STOELYOGA IN DE OCHTEND 2021

Cursuscode: 1

Stoelyoga is een prachtige vorm van yoga voor mensen die de reguliere lessen minder toegankelijk vinden bijvoorbeeld, maar wel de effecten van yoga willen ervaren. Ook voor ouderen is stoelyoga een mooie mogelijkheid of wanneer je fysieke beperkingen hebt.

Wat je bij de yogalessen kunt verwachten is een yogavorm waarbij de adem en de concentratie op de adem centraal staan. De adem wordt ingezet om lichaam en geest als eenheid bij elkaar te brengen en om een ontspannen verbinding in jezelf te voelen. Men zegt wel eens te ervaren na een yogales dat hij/zij zich meer zichzelf voelt; dit is een mooi voorbeeld van die verbinding.

Er wordt prestatieloos geoefend. Je doet de yoga echt voor jezelf en voor jouw ervaring.

Yoga heeft op zeer veel gebieden effect. Naast bovenstaande beschreven vormen van ervaring heeft yoga ook absoluut een fysiek effect; yoga kan je meer kracht en souplesse geven en is tevens zeer bevorderend voor het omgaan met stress en onrust. Ook brengt het meer beweeglijkheid in de spieren en gewrichten, het optimaliseert de organen, verbetert de spijsvertering, het heeft een gunstige invloed op de bloedcirculatie en het

versterkt het immuunsysteem. Kortom; yoga is bevorderend voor onze algehele gezondheid en welzijn!

Cursus: Stoelyoga op maandag Code 1
Aantal/Dag/Tijd: 10 / maandag / 09.15 – 10.15 uur
Data: 25 januari, 1, 8, 15, 22 februari,
1,8. 15, 22 en 29 maart.
Prijs leden/niet leden: € 35,00 / € 50,00
Aantal deelnemers: maximaal 8 cursisten
Docente: Maria van Dam
Opgave: via inschrijfformulier
Informatie: ✉ cursuscommissie@marsdijk.nl
☎ 06-10227796

CURSUS VITALITEIT VOOR JONG EN OUD IN DE GROTE ZAAL

Cursuscode: 44B, 44C

Wilt u op een prettige manier fysiek en mentaal sterker worden, wilt u werken aan uw gezondheid dan is deze cursus iets voor u.

Werken in een kleine groep met persoonlijke aandacht. We doen rek- en strekoefeningen voor het hele lichaam. Oefeningen die je coördinatie en evenwicht verbeteren. Oefeningen uit de Tai Chi en Qigong. En we doen meridiaanstrekkingen op de mat die bij de energie van het seizoen horen. De oefeningen zijn gemakkelijk aan te leren en hebben een sterk doorwerkend effect. We oefenen in een gemoedelijke sfeer.

Cursus: Vitaliteit voor jong en oud, Code 44B
Datum: 14 januari t/m 25 maart 2021 (25 februari niet)
Aantal/Dag/Tijd: 10 / Donderdag / 09.15 – 10.30 uur
Prijs leden/niet leden: € 35,00/ € 50,00

Cursus: Vitaliteit voor jong en oud, Code 44C
Datum: 1 april t/m 3 juni 2021 (29 april, 6 en 13 mei niet)
Aantal/Dag/Tijd: 8 / donderdag / 09.15 – 10.30 uur
Prijs leden/niet leden: € 28,00 / € 40,00

Aantal deelnemers: minimaal 7 en maximaal 15 cursisten
Materiaal: de cursisten moeten zelf een yogamat meenemen.
Docent: Ankie Thoen - ☎ 06-51814341
Opgave: via inschrijfformulier
Informatie: ✉ cursuscommissie@marsdijk.nl

CURSUS DIGITALE FOTOGRAFIE VOOR BEGINNERS, WINTER 2021

Cursuscode:115 C

Altijd al wat meer van je digitale camera willen weten? Heb je er eentje liggen op zolder die je eigenlijk veel te weinig gebruikt? Of wil je wat meer weten over het maken van een goed belichte foto? Dan is deze cursus wat voor jou.

Op de eerste avond gaan we bekijken wat de instellingen van de camera doen en waar ze voor zijn, zoals de instellingen voor belichting, ISO, witbalans en allerlei voorkeuzes. De tweede cursusavond staat in het teken van belichting, theorie en oefenen!

Op de derde avond bespreken we de ervaringen met wat er op avond 2 is uitgelegd, wat je met een flitser kunt doen en waar je verschillende objectieven voor gebruikt.

Op de vierde en laatste avond gaan we bezig met het nabewerken. Met behulp van een aantal (freeware) programma's kijken we wat je kunt doen om de foto beter te maken. De cursus staat open voor iedereen met een DSLR, een systeemcamera of een compact met meerdere instelmogelijkheden. We gaan ook oefenen, dus graag de camera meenemen.

Op de vierde avond graag, indien mogelijk, de laptop meenemen.

Cursus:	Digitale fotografie voor beginners	Code 115 C
Aantal/Dag/Tijd:	4 / woensdag/ 19.30 – 21.30 uur	
	27 januari, 10 februari, 3 maart en 17 maart	
Prijs leden/niet leden:	€ 28,00 / € 40,00	
Aantal deelnemers:	minimaal 6 en maximaal 8 cursisten	
Docent:	Bas Kramer - 06-24735891	
Opgave:	via inschrijfformulier	
Informatie:	✉ cursuscommissie@marsdijk.nl	

DOORGAANDE GROEP CHINENG QIGONG OP WOENSDAGMIDDAG Cursuscode: 42B, 42C

GROTE ZAAL

Als je de CNQ beginnerscursus hebt gevolgd kun je instromen in de doorgaande groep op de woensdagmorgen.

Naast verdieping in Level 1 en 2 ook nieuwe oefeningen: Onderdelen van de 'Vijf elementen vorm'(level 3) en de Core improvement methode en TaiJi ball. Verder de onderliggende theorie en achtergrond van CNQG.

Cursus:	ChiNeng Qigong, Winter	Code 42B
Aantal/Dag/Tijd:	10 / woensdag / 13.00 – 14.00 uur	

Datum: 13 januari t/m 24 maart 2021 (24 februari niet)
Prijs leden/niet leden: € 35,00 / € 50,00
Cursus: ChiNeng Qigong, Voorjaar, Code 42C
Aantal/Dag/Tijd: 8 / woensdag / 13.00 – 14.00 uur
Datum: 31 maart t/m 2 juni 2021 (28 april en 5 mei niet)
Prijs leden/niet leden: € 28,00 / € 40,00
Aantal deelnemers: minimaal 7 en maximaal 15 cursisten
Docent: Ankie Thoen - ☎ 06-51814341
Opgave: via inschrijfformulier
Informatie: ✉ cursuscommissie@marsdijk.nl

Er zijn in totaal via mail en de post 35 goede oplossingen gestuurd.
Na loting door de redactie zijn de volgende drie prijswinnaars:

1^{ste} prijs W. Hoorens v.d. Berg

2^{de} prijs Wim Top

3^{de} prijs Anja Lukassen

Alle prijswinnars van harte gefeliciteerd.

De prijswinnaars kunnen hun prijs ophalen zodra De Dissel weer open mag.

OPLOSSING KERSTFILIPPINE

Hierbij de oplossing van de Kerstfilippine die vorige maand in de Wijkkrant stond. Het is fijn om te lezen dat het zeer gewaardeerd werd en we zijn dan ook blij met de vele inzendingen die we tot nu toe hebben ontvangen. Want op het moment van dit schrijven is de inleverdatum nog niet voorbij. Helaas zat er een klein foutje in. Er miste een vakje bij de P. Onze excuses hier voor. Desondanks was de puzzel toch goed te maken. De uiteindelijke oplossing moest zijn: **kerstboomversiering**. Prijswinnaars worden persoonlijk op de hoogte gebracht.

A Verlichtingsmiddel
B Planeet
C Gelovig
D Bazaar
E Late dienst
F Maand
G Affiniteit
H Vogel
I Kerstsymbool

J Verlof
K Sfeer
L Opluchting
M Scheuvels
N Gezin
O Giften
P Gewoontes
Q Nummers
R Wensen
S Hemelgeesten

				A	K	A	A	R	S	E	N				
		B	S	T	E	R									
		C	C	H	R	I	S	T	E	L	I	J	K		
		D	K	E	R	S	T	M	A	R	K	T			
	E	N	A	C	H	T	M	I	S						
F	D	E	C	E	M	B	E	R							
	G	V	E	R	B	O	N	D	E	N	H	E	I	D	
	H	K	A	L	K	O	E	N							
I	K	E	R	S	T	M	A	N							
					J	V	A	K	A	N	T	I	E		
		K	G	E	Z	E	L	L	I	G	H	E	I	D	
		L	V	E	R	L	I	C	H	T	I	N	G		
M	S	C	H	A	A	T	S	E	N						
		N	F	A	M	I	L	I	E						
		O	C	A	D	E	A	U	T	J	E	S			
				P	T	R	A	D	I	T	I	E	S		
Q	K	E	R	S	T	L	I	E	D	J	E	S			
	R	V	E	R	L	A	N	G	L	I	J	S	T	J	E
			S	E	N	G	E	L	E	N					

UITSLAG KLEURPLAAT VOLGT, KINDEREN WORDEN PERSOONLIJK OP DE HOOGTE GESTELD.

MARSDIJKERTJES

Aangeboden:

Te koop een z.g.a.n. Elektrische fiets, merk Amslod. Voorzien van fietstassen, kabelslot en nieuw zadel. Tevens nog 3 jaar garantie en verzekering. Vraagprijs: €1195,00

Bart van den Bos ☎ 0592-344604 of ✉ bvandenbos@hotmail.com



ONTWERP VLAG WIJKVERENIGING MARSDIJK

OPROEP GESTOLEN TUINMEUBEL

Ons tuinmeubel, waar een emotionele herinnering aan zit, is gestolen. Woensdag 30-12 stond het nog buiten. Donderdag stond het niet meer, omdat ik veronderstelde dat mijn man het had opgeborgen.

Op 1 januari constateerde hij dat het is gestolen.

Uitgerekend is het ons overkomen terwijl verschillende tuinmeubels buiten staan.

Ik doe een oproep aan hen die iets weten of gezien hebben het te melden door met ons contact op te nemen via 📞 0592 345568.

Er is inmiddels aangifte gedaan bij de politie.

Hieronder een foto van het tuinmeubel.



Aan de Roegoorn zijn twee tuinstoeltjes verdwenen.

Het zijn zwarte kunststof stoeltjes.

Wie heeft ze gevonden en wil ze terug geven?

Reageren 06 13015206



**ASSER
MANNENKOOR**

Potgrondactie 2021

Al meer dan 25 jaar kunnen inwoners van de Gemeente Assen in het voorjaar potgrond kopen, dat door de mannen van het Asser Mannenkoor gratis aan het huis wordt afgeleverd. Ook dit jaar kunt u hierop rekenen.

Maar in verband met de huidige corona-situatie moet de potgrond nu wel **VOORAF** worden **BESTELD**.

Dat kan vanaf nu **online** via de website van het koor:
www.assermannenkoor.nl .

Voor degenen die niet beschikken over een computer kan de potgrond nu ook **telefonisch** worden besteld en wel dagelijks vanaf 19.00 uur op nummer: **06-49874003**

De levering van de potgrond vindt plaats vanaf half februari tot half maart en op plek waar u dat wenst. Uw bloemen en planten zullen er dan ook dit jaar weer prima bij staan.



**ASSER
MANNENKOOR**

AANMELDINGSFORMULIER VOOR EEN CURSUS/WORKSHOP of ACTIVITEIT 2021 voor volwassenen of jeugd.

**BELANGRIJK: VERMELD DE CURSUSCODE indien van toepassing.
Eén persoon per formulier**

Ondergetekende,

Naam

Adres

PostcodeTel.nr.

E-mail adres

Lid nee/ja, nr.Leeftijd ...

Indien het lidmaatschapsnummer ontbreekt, betaalt u de niet-ledenprijs.

IBAN nummer:.....

t.n.v.:

Meldt zich aan voor de cursus/workshop of activiteit

Cursuscode indien van toepassing:...

Docent(e):

Startdatum:.....Aanvangstijd:.....

Verleent de wijkvereniging toestemming om eenmalig het cursusgeld ten bedrage van € automatisch van zijn/haar rekening af te schrijven en gaat akkoord met de voorwaarden voor aanmelding en inschrijving. Regel is, dat als men zich opgeeft, men het volledige cursusgeld moet betalen.

Datum Handtekening

Inleveren in De Dissel aan de bar of bij de administratie.

CONTACTPERSONEN WIJKVERENIGING

BESTUUR

Voorzitter : Geert Doensen ☎ 0592 858190
: ✉ bestuur@marsdijk.nl

Vicevoorzitter : Theo Buijs ☎ 06-13015206

Penningmeester : Roelie Rooks ☎ 06-31685274
: ✉ bestuur@marsdijk.nl

Secretariaat : Jacqueline Smid ☎ 0592 409122
: ✉ bestuur@marsdijk.nl

Lid : Annet Albronda ☎ 0592 372861

Beheer De Dissel : Johan Termohlen ☎ 0592 370903

Zaalaanvraag : ✉ zaalplanning@marsdijk.nl

Ledenadministratie : ✉ ledenadministratie@marsdijk.nl

CONTACTPERSONEN COMMISSIES

Sportcommissie : mevr. J.H. Woering ☎ 0592 347790
: ✉ sportmarsdijk@marsdijk.nl

Cursuscommissie : Gina Smid ☎ 06-10227796
: ✉ cursuscommissie@marsdijk.nl

Ontspanningscommissie: dhr. G. Ronner ☎ 0592 343109
: ✉ gronner3@kpnmail.nl

Barcommissie : Agnes Buijs ☎ 06-44816901

Wijkkrant/Advertenties : Theo Buijs ☎ 06-13015206
: ✉ wijkkrant@marsdijk.nl
: ✉ advertentie@marsdijk.nl

Fotograaf Wijkvereniging: Gino Wiemann

Jeugdcommissie : ✉ jeugd@marsdijk.nl

Exposeren : Jacqueline Smid ☎ 0592 409122
: ✉ exposities@marsdijk.nl

Koor Marsaria : Rikje de Groot
: ✉ koormarsaria@gmail.com

OVERIGE CONTACTPERSONEN

Kinderboerderij : ✉ info@beekdalhoeve.nl

Wijkgebouw/Rolstoel Steunpunt: Kleuvenstee 1A ☎ 0592 370903

Openingstijden De Dissel

Maandag t/m donderdag van 08.30 tot 23.00 uur. Vrijdag van 08.30 tot 15.00 uur. Vrijdagavond, zaterdag en zondag alleen bij activiteiten.

Administratie is bereikbaar dinsdag t/m vrijdag van 08.30 tot 12.00 uur en dinsdag van 13.00 tot 15.30 uur. ☎ 0592 – 370903