

MAANDBLAD
01-2024

6° JAARGANG • NR. 59

groot

bolsward-ijsselemerkust meer dan nieuws



GROOTBOLSWARD-IJSSELMEERKUST.NL



Jan en Ineke Kooiman-van Homoet

Heilige ijsherinneringen van schaatsend echtpaar

EN VERDER IN
DIT NUMMER:

MUSEUMDORP ALLINGAWIER
KRIJGT NIEUWE BESTEMMING

FACE TO FACE
MET PAUL VAN DIJK

FOTO: JELLY MELLEMA FOTOGRAFIE

Vrouw!

EEN DAG VOOR JOU

22, 23 & 24 maart '24



Koop nu je tickets en
Vrouw! Shopper online!

BEURSVROUW.NL



WTC Expo Leeuwarden | Stadionplein | 8914BX

Alles voor wonen, slapen en design Vandermeerwonen

NLWOONT – NLSLAAPT – BODILSON – BEPUREHOME

WOOD – EXCLUSIVE – URBAN SOFA – DUTCH INTERIOR

RELAXSTUDIO – SWEDESE – ARTIFORT –

BERT PLANTOEN DESIGN – LEOLUX

BREE'S DESIGN

ON SWEDESE

SEURTOUT

KEIJSER&CO STUDIO

ARTIFORT LEOLUX

SEURE

KEIJSER&CO

Sale
tot **50%**
korting.

OP VEEL SHOWROOMMODELLEN, DIRECT LEVERBAAR!

ARTIFORT – PASSE PARTOUT – LEOLUX

ARTIFORT – PASSE PARTOUT – EYEE

LEOLUX – KEIJSER&CO – BREE'S NEW WORLD

VAN DER MEER

Smidsstraat 12, Sneek

W O N E N

EDITORIAL

Nieuwjaarsduik

We zitten inmiddels alweer in de tweede week van januari. De kerstspullen liggen weer voor een jaar ergens op zolder. Goede voornemens schuiven geleidelijk naar de achtergrond en het ritme van het dagelijkse leven is teruggekeerd. Voor velen is dat een zegen, ook al kan januari een lange maand zijn om te overbruggen.

Bij de start van het nieuwe jaar denk ik nog even terug aan de vele nieuwjaarsduiken die in ons land traditie zijn geworden. Ruim zestig jaar geleden is deze winterse aftrap van het jaar ontstaan aan de Noordzeekust van Zandvoort en Scheveningen. De laatste decennia hebben de duikers zich als een olievlek verspreid over ons land, ook in Fryslân. Langs de IJsselmeerkust is bijvoorbeeld de nieuwjaarsduik van Hindeloopen een bekend evenement geworden.

Zelf heb ik de verleiding om het jaar met een koude frisse duik te beginnen altijd kunnen weerstaan. Dat gold niet voor iedereen binnen onze vriendengroep. Elkaar gekmakend tijdens oudejaarsdag stonden ze de volgende dag een kleine twintig kilometer verderop klappertandend aan de oever van de Oudegaster Brekken, waar de nieuwjaarsduik op het strandje van camping De Bearshoek in Oudega SWF ook al een lange traditie kent. Maar als het ijskoude water dan eenmaal heldhaftig was getrotseerd, was de onoverwinnelijkheid groot. Tenminste, zo voelde dat als ik de nieuwjaarsduikers en -duiksters moest geloven.

Voor de meesten zal de weg richting het strand en het verfrissende water zich echter beperken tot de warme zomerse dagen en ook daar kijken we weer naar uit in deze tijd van het jaar. Januari is namelijk ook de tijd om alvast de zomervakantie te boeken en vooral iets om je op te verheugen.

Maar voorlopig is het nog winter en kunnen we misschien nog op natuurijs schaatsen. Helaas is dit stukje ijspret niet vanzelfsprekend meer, al blijft de hoop op de Elfstedentocht immer voortleven. Anders zijn er altijd nog de verhalen van de helden van weleer. Daar doen wij deze maand in ons blad nog een schepje bovenop met het coververhaal. Maar zolang het water niet tot ijs is herboren, gaan de traditionele nieuwjaarsduiken vast onverminderd door.



Veel leesplezier!

Ynte Dragt,
redacteur

Inhoud

groot@bolsward-ijsselmeerkust - nr. 01-2024



6



18



21



24

LEKKER LEZEN

6. HEILIGE IJSHERINNERINGEN VAN JAN EN INEKE KOOIMAN-VAN HOMOET

18. FACE TO FACE MET PAUL VAN DIJK UIT WORKUM

MAATSCHAPPIJ & SAMENLEVING

13. NIEUWS VAN GEMEENTE SÚDWEST-FRYSLÂN

ACTUEEL

21. VEEL INTERESSE VOOR TE KOOP STAAND MUSEUMDORP IN ALLINGAWIER

SPORT

24. GEZELLIG IJSSTADION WTHALF STAMPENDE VOL

GEZOND & FIT

27. ANTONIUS LEVERT LEKKERE EN GEZONDE MAALTIJDEN AAN HUIS

CULTUUR & UITGAAN

30. EEN HEEL WEEKEND FILMS KIJKEN TIJDENS SNEKER FILMWINTER

36. UITGAANSAGENDA WATERLAND VAN FRIESLAND

KIJK VOOR HET LAATSTE NIEUWS OP:

WWW.GROOTBOLSWARD-IJSSELMEERKUST.NL

VOLG OOK OP SOCIAL MEDIA





Inwoneraantal Súdwest-Fryslân loopt met -407 terug

SWF - Terwijl het inwoneraantal in Friesland het afgelopen jaar met 2497 naar 662.199 groeide volgens cijfers van het Centraal Bureau voor de Statistiek, nam het aantal inwoners van de gemeente Súdwest-Fryslân met -407 juist af.

Dat is van alle gemeenten in de provincie Fryslân de grootste afname. Het mag volgens een woordvoerder van de gemeente SWF dan wel niet buitensporig zijn, opvallend is het wel. De verklaring van de gemeente is duidelijk: "De gemiddelde leeftijd is vrij hoog in Súdwest-Fryslân en er zijn in onze gemeente het afgelopen jaar meer mensen overleden dan dat er baby's geboren zijn. Ook verhuisden meer mensen uit SWF dan dat er kwamen."

Relatief rustige jaarwisseling in de gemeente



SNEEK - De jaarwisseling van 2023-2024 in Súdwest-Fryslân kenmerkte zich door een beheersbare oudejaarsdag en -nacht die relatief rustig en feestelijk is verlopen. Daar waar het nodig was hebben hulpverleners hun werk goed en veilig kunnen uitvoeren.

Het ziekenhuis in Sneek heeft laten weten dat er één persoon met een vuurwerk gerelateerd letsel is binnengekomen. Gedurende de jaarwisseling is een aantal kleine brandjes vroegtijdig in de kiem gesmoord. Dit heeft niet tot grote schade geleid.

B en W bezochten het carbidschieten

SWF - Het traditionele carbidschieten op oudejaarsdag in de gemeente SWF verliep goed. Omdat oudejaarsdag dit keer op een zondag viel, was een artikel in de Zondagswet van toepassing en werd het carbidschieten pas vanaf 13.00 uur toegestaan in plaats van 10.00 uur.

Burgemeester Jannewietske de Vries en wethouder Petra van den Akker brachten gezamenlijk een bezoek aan diverse locaties. Het overgrote beeld in de hele gemeente was positief, daar waar nodig zijn gesprekken gevoerd, maar er hoefde nergens opgetreden te worden.



3,7 miljoen euro voor plattelandsontwikkeling

SWF - Vanaf het voorjaar 2024 is voor de regio Zuidwest-Fryslân, binnen de grenzen van gemeenten De Fryske Marren en Súdwest-Fryslân, ruim € 3.700.000,- beschikbaar voor versterking van landschap, plattelands-economie en sociale cohesie. Provincie Fryslân en de beide gemeenten legden de verplichte cofinanciering naast de Europese bijdrage, waardoor dit mooie bedrag voor de periode 2024-2027 beschikbaar is.

De bestuurders van de samenwerkende overheden in de regio zijn enthousiast over de mogelijkheid deze Europese subsidie nu in te kunnen zetten voor lokale plattelandsversterking in Súdwest-Fryslân. Ook Christien Lycklama à Nijeholt uit Oudega, een van de bevolgen inwoners die zich inzet voor een bruisende Súdwesthoeke, was "út de skroeven", toen het nieuws bekend werd. "Al by it opstellen fan ús Leader-dokumint spatte de enerzjy der fan ôf; no kinne wy tal fan winsken dy't nei foaren brocht binne, betsjenje", aldus Christien.



FOTO JELLY MELEMA

Jente Bootsma is de nieuwe hoofdtrainer van SC Bolsward

BOLSWARD - Vanaf seizoen 2024-2025 is Jente Bootsma de nieuwe hoofdtrainer van SC Bolsward. Dat maakte de voetbalclub vorige week bekend via de eigen website.

"Na een aantal succesvolle gesprekken zijn we ervan overtuigd dat zijn visie en manier van werken bij onze club past", laat het bestuur van de voetbalclub weten. De 31-jarige ambitieuze oefenmeester uit Oppenhuizen, geboren en getogen in Koudum, was eerder succesvol trainer bij vv Workum. Onder zijn hoede promoveerde deze club in juni 2022 via de nacompetitie naar de 2e klasse. Bootsma is momenteel assistent-trainer bij zaterdag te klasser d'Olde Veste in Steenwijk en volgt na dit lopende seizoen Dick Schuurman op bij SC Bolsward. Het bestuur gaat ervan uit dat de nieuwe trainer, samen met de jonge spelersgroep, de doelstellingen van SC Bolsward kan realiseren en kijkt uit naar een goede samenwerking.

Wandelen op de Warkumerwaard door een ganzenparadijs

WORKUM - De Warkumerwaard is normaal gesproken niet vrij toegankelijk, maar samen met de natuurgids van het Fryske Gea kan men dit gebied aan de IJsselmeerkust wel verkennen. In deze tijd van het jaar komt men er veel ganzen tegen.

Van oorsprong is dit gebied een zandplaat in de Zuiderzee, maar toen de Zuiderzee werd afgesloten viel het gebied droog. Hierdoor is dit terrein uitermate geschikt voor ganzen. De buitenrand is het meest natuurlijke deel, hier vind je diverse schelpenbanken en zandplaten. De schelpenbanken hebben een grote aantrekkingskracht op de kokmeeuwen en visdieven. De grauwe gans, brandgans en kolgans zijn vaste bewoners van het gebied, maar de roodhalsgans komt ook bijna ieder jaar langs. Ook de grutto, kluut en bontbekplevier zijn van de partij. Achter deze banken bevinden zich onbemeste graslanden met verschillende bijzondere planten. Denk aan melkkruid, zilte waterranonkel en aardbeiklaver.

De wandeling met de natuurgids is gepland op zaterdag 20 januari en er is ruimte voor 14 personen. Aanmelden kan via de website van het Fryske Gea.



Nieuwjaarssamenzangavond Bolsward

BOLSWARD - In de Martinikerk aan het Groot Kerkhof 26 in Bolsward wordt zaterdag 13 januari een niet-ritmische nieuwjaarssamenzangavond met bovenstem gehouden.

De leiding van de avond is in handen van Ds. A.A. Egas. Medewerking verleent de bovenstemgroep uit Wouterswoude. Op orgel is Bart Kruihof te horen. De collecte die wordt gehouden, is ten bate van stichting Woord en Daad. De toegang is vrij. De avond begint om half acht een de deuren gaan open om zeven uur.



Poëziepop van Vincent Corjanus in Koudum

KOUDUM - Zondagmiddag 14 januari om drie uur komt singer-song-writer Vincent Corjanus naar Galerie Lytse Skientme in Koudum met het concert 'Lichtbreuk'.

"Vincent Corjanus draait al tien jaar mee met zijn Nederlandstalige liedjes en gedichten. Soms groots, rockend en meeslepend en vaak ook klein en kwetsbaar. De gedichten van Corjanus waren te horen tijdens Ted Talks, radioshows op 3fm en Radio 2 en ook Frank Boeijen droeg werk van hem voor. Zijn poëziepopliedjes zijn teder en rauw. Soms met een vleugje elektronica, maar altijd recht uit hart. In het intieme winterconcert 'Lichtbreuk' werpt Vincent voorgoed taboes, schaamte en spijt van zich af. Het gevolg is een frisse kijk op het leven, de vergankelijkheid en de liefde.

Digitaal vaardig worden dankzij SeniorWeb



MAKKUM - Onder andere in de bibliotheek in Makkum zitten vrijwillige medewerkers van SeniorWeb iedere vrijdagmiddag om half drie klaar om mensen gratis te helpen die niet goed overweg kunnen met een computer, tablet of mobiele telefoon.

In een wereld waarin steeds meer online (via internet) geregeld moet worden, is het voor velen, niet alleen voor ouderen, lastig om hun weg daarin te vinden. De vele wachtwoorden voor alle accounts onthouden is lastig en ook het gebruik van nieuwe beveiligingsmethoden wordt door menigeen als ingewikkeld ervaren. Bedrijven en organisaties die deze nieuwe middelen inzetten zijn erg slecht te bereiken voor hulp, en leggen maar wat gemakkelijk de bal bij de mensen zelf terug. De medewerkers van SeniorWeb helpen u graag, onder het genot van een kopje koffie of thee. Meer informatie over SeniorWeb in de regio is te vinden op de website seniorwebzwf.nl. Men kan ook een e-mail sturen naar makkum@seniorwebzwf.nl



Hoge waterstanden

WORKUM/MAKKUM - Fotografe Wytske Heida stuurde de redactie een aantal fraaie foto's van de hoge waterstanden van eind 2023, in de omgeving van Workum en Makkum.

"Wy wiene by it fûgelútsjochtplak de Warkumerwaard / It Soal", meldt Heida. "Wy ferwachten heech wetter, mar it nivo wie wol tige heech. It paad nei it

útsjochpunt is folslein ferdwûn ûnder wetter." Ook bij Makkum is er hoog water. De kitesurfers maakten dankbaar gebruik van de weersomstandigheden.

Eelke's vinger op de zere plek

Bedriuweterreinen

It is fan hearren sizzen, mar der skynt in ûndernimmer yn Koudum te wêzen, dy't graach in pear mânske loadsen bouwe wol op of by it bedriuweterrein yn Koudum. Dat terrein soe yn elts gefal wat grutter wurde moatte. Neffens it seldse geroftesirkuit hat de gemeente lykwols nee sein. "At jo bouwe wolle, dan bouwe jo mar yn Snits."

Snits is yndied in poerbêst plak foar ûndernimmers. Se sille no sels de bestimmingsplannen fan de bedriuweterreinen De Hemmen I en De Hemmen II wizigje. Ja, dy terreinen bestean al lang, mar net elkenien wit wat presys de mooglikheden en ûnmooglikheden binne, dus dan is it goed om alles wer amtlik oant de lêste drompel en komma op papier te setten. Boppedat moatte guon fan dy ûnmooglikheden no wer mooglikheden wurde. Yn gewoane taal: dy bedriuweterreinen kin, at de ûndernimmers dat wolle, opknapt wurde en oanpast oan de hjoeddeiske tiid.

Ek it gebiet by de Wâldfeart oan de eastkant fan Snits sil mear ûntwikkele wurde. Seker omt dêr hieltyd mear behoefte is oan bedriuwen dy't in kantoarfunksje ha. Ek dêr mear mooglikheden. As je it sa lêze, dan tink je dat al dy bedriuwen dy't har oanmelde foar De Hemmen III, it bedriuweterrein oer de A7 hinne jochting Folsgeare, allegear nije easken stelle, wêrfan se op it gemeentehûs terjocht tinke dat se de âlde rommel dêr ek mar op oanpasse moatte.

En dat se dus hiel gol tsjin Koudumer ûndernimmers dy't bouwe wolle, sizze: kom mar by ús, leave; wy ha it goed mei jim foar. Mar dy Koudumer wol net nei Snits. Hy krijt gjin plak op De Hemmen I en II. Hy hat gjin kantoarfunksje nedich. En De Hemmen III duorret him te lang. Dêr bin se al jierren oan it grûn ferpleatsen.

It is it ivige dilemma fan gemeentebestjoerders. Undernimmers bliuwe graach yn eigen plak. Finansjeel sjoen wol de gemeente de bedriuwen lykwols graach by elkoar ha yn it haadplak. Se kinne net yn elk plak in bedriuweterrein dellizze. Mar se moat ek net te sintralistysk tinke en bestjoere; je moat ek respekt foar oare plakken en gedachten ha.

Eelke Lok. Als journalist van Omrop Fryslân draait hij al veertig jaar mee en is hij met name bekend van zijn verslagen van het skûtsjesilen, maar je zou hem tekort doen door hem het stempel sportjournalist te geven, want Lok is allround. Door zijn originele non-nonsense kijk op de wereld weet hij ogenschijnlijk ingewikkelde zaken vaak te relativeren en tot de essentie te herleiden. En dat is ook wat u in de columns van Eelke kunt verwachten.



De vinger op de zere plek...

JAN EN INEKE KOOIMAN-VAN HOMOET

Heilige ijsherinneringen van schaatsend echtpaar



“Tige spítich dat we net yn Fryslân berne binne”

Ineke van Homoet heeft in de elf jaar dat ze nu samen met haar man Jan Kooiman in Warns woont al lekker Fries geleerd. Om dat te demonstreren zegt ze ineens: “Tige spítich dat we net yn Fryslân berne binne.” Goed Frysk, maar zit het zo diep? Ja, zo diep zit het. Want het echtpaar Kooiman-van Homoet is zielsblij in en met Fryslân. En dan te bedenken dat Ineke er eerst eigenlijk toch nog wat tegenop zag. Maar haar man Jan wilde graag wat grond om een beetje boer te kunnen spelen. Dat was in de Krimpenerwaard, op de grens van de provincies Zuid-Holland en Utrecht waar ze woonden, financieel niet haalbaar. In het Friese Warns wel. Daar zitten ze intussen diep in de mienskip. Want ze houden van het Friese gevoel voor de sport die ze beiden zonder aarzelen kozen in hun jeugd: schaatsen. Jan en Ineke Kooiman zijn nu zeventig jaar oud, maar hadden zo’n veertig jaar geleden de hoogtepunten in hun imposante bijeengeknokte schaatscarrières.

Ineke van Homoet werd in 1953 geboren in Alblasterdam. Ze komt uit een arbeidersgezin en werd onderwijzeres in Schoonhoven. Haar vader was een echte toerschaatser. Hij reed de Elfstedentocht in 1947, 1954 en 1956, en moest in 1963 van de organisatie in Franeker van het ijs af. Het was in dát jaar dat Ineke net als haar vader verslaafd raakte aan schaatsen.

LEKSTREEK

De toen negenjarige Ineke was nog te jong om mee te mogen doen met de Molentocht daar, maar deed het stiekem toch. Twintig kilometer! Na dat jaar lieten de winters verstek gaan, dus het bleef wat hangen. Maar toen ze veertien was, mocht ze bij de schaatstrainingsvereniging Lekstreek. Elke zaterdagochtend met een bus naar de Jaap Eden kunstijsbaan in Amsterdam. Ineke stapte altijd als een van de eersten naar binnen. Een van de laatsten was dan ene Jan Kooiman. Die had al een juniorenkampioenschap behaald; z’n foto stond in de krant. “Vriendinnen vonden dat die Jan wel wat voor mij was,” zegt Ineke, “en het werd ook nog wat. Uiteindelijk zijn we in 1976 getrouwd.”

Die Jan Kooiman was boerenzoon op een kleine boerderij in Ammerstol. Vijftien koeien en wat kleinvee. Het land lag niet achter de woning, dat was nog een eindje fietsen. En dat had Jan al gedaan als hij in de bus stapte; hij moest helpen met melken. Jan Kooiman kon later echter het boerderijtje niet overnemen. Toch had hij daar wel zin aan gehad. Dat kun je wel zien als je nu op het erf van hun kleine boerderijtje in Warns stapt.

TROTS

Dan wordt je namelijk eerst even onthaald in de schuur. Kijken naar de trots van boer Jan. Twee Friese roodbonte koeien staan naast een complete wintervoorraad hooi en stro. Ze kijken uit over de ruim bemeten tuin, waar de gezondheid nog van afstraalt. Jan Kooiman heeft z’n boerderijtje weer terug.

Hij heeft in de Krimpenerwaard allemaal verschillend werk gedaan om de kost te verdienen; was de laatste twintig jaar van z’n werkzame leven schoolconciërge. Dus moest hij, net als z’n vrouw zo nu en dan, een vrije dag vragen, omdat soms het ijs een nog strengere werkgever was. Of nee, hij was er verliefd op. Waarom? Schouderophalend: “... Het zit in je.” Pas toen hij de beschikking over een auto kreeg ging hij echt vooruit, dan kon je immers vaker dan die ene ochtend in de bus naar de baan. Trainen.

FANATIEK

Ineke Kooiman-van Homoet was naast onderwijzeres een fanatieke sporter. Had ze van vader meegekregen. Ze deed wielrennen, atletiek en zwemmen. En ze schaatste ‘s winters hard op de langebaan. Ineke kwam uiteindelijk in de nationale damesschaatselectie terecht. Ria Visser, Sijtje van der Lende, Annie Borckink; de lichte die na het tijdperk Stien Kaiser en Atje Keulen kwam. Doorzetten, want: “Het vergroot je wereld.”

Ineke werd vierde op het Nederlands kampioenschap allround in het echte succesrijke jaar van het echtpaar Kooiman: 1983. Ze mocht dat jaar ook meedoen aan het Europees kampioenschap in Heerenveen en werd daar veertiende. De echte klassementstop haalde ze niet, want ze was niet begiftigd met een sterke sprint. Pas op de lange afstanden begon ze in te halen, maar dat bleek niet voldoende.

WERELDRECORD

Ineke Kooiman had immers een lekkere lange slag; lang voor dames althans. De langste afstand van de dames is nog altijd de vijf kilometer, maar ze reed in Haarlem toch een keer een tien kilometer en zette met 16.56 een officieel wereldrecord dames in de boeken. Dat was in 1984. Eerder had ze al laten zien hoe je echt lang kan doorglijden. In 1982 had ze op de ijsbaan van Den Haag namelijk een werelduurrecord neergezet. Een uur lang rondjes draaien. Ze kwam tot ruim 33 kilometer. Misschien niet interessant voor het publiek, wel voor de ridders onderling. Het was de doorbaak voor haar naar de marathon. Daar zou ze er uiteindelijk 52(!) van winnen.

De BIGGREEN voorkomt kalkaanslag en laat je genieten van gefilterd drinkwater!

5 JAAR BIG GREEN

Wie jarig is trakteert 🍷
Daarom tijdelijk geen €1035,-
maar € 899,- compleet
geïnstalleerd bij u thuis!

De Big Green is een simpele, maar effectieve manier van kalkpreventie waarbij mineralen zoals calcium en magnesium in het water blijven. Iets wat bij een traditionele ontharder niet het geval is. Hierdoor blijft de smaak van het gefilterde water gelijk terwijl de effectiviteit gelijk is aan een ontharder. De Big Green gebruikt geen zout, stroom of chemicaliën.



DE SIMPELE OPLOSSING TEGEN KALKAANSLAG

BIG GREEN
ZOUTVRIJE KALKPREVENTIE +

ZOUTVRIJE KALKPREVENTIE PLUS+



www.big-green.nl
Info 0299-321188

UITVAARTVERZORGING
Bolsward

Betekenisvol afscheid nemen

Goed afscheid nemen is erg belangrijk. Het helpt om het verlies van een dierbare een plek te geven. Bij een verlies komt er heel veel op u af.

Wij begeleiden en adviseren u bij de voorbereiding van het afscheid. Samen komen we tot een passende uitvaart. Zodat u de ruimte heeft om stil te staan bij uw kostbare herinneringen.

Neem gerust contact met ons op

M 06 51 99 93 98
E info@uitvaartverzorgingbolsward.nl

uitvaartverzorgingbolsward.nl

→ vervolg van pagina 7



“**Ik wilde dat kruisje halen**”



Echtgenoot Jan was overigens ook wereldduurrecordhouder. Hij deed het aan het einde van dat topseizoen 1983 op de baan van Inzell en reed 38,5 km. Jan Kooiman was toen al een bekend marathonschaatser. Die honderd rondjes op de baan waren in 1978 echt gaan leven met een Nederlands kampioenschap. Kooiman had in de Krimpenerwaard al heel vroeg laten zien dat de marathon precies zijn ding was. Hij zou uiteindelijk drie keer nationaal kampioen worden en in totaal 31 overwinningen boeken. Waaronder ook de langere alternatieve Elfstedentochten in Finland en op de Weissensee. Een felle rijder, die zich er nooit liet afrijden, maar ook aanviel. Hij had misschien niet de meest ideale schaatshouding, maar compenseerde dat door vasthoudendheid.

ELFSTEDENTOCHT

Het is midden februari 1985, het tweede wintertje toen. Op zondag wordt de honderd kilometer in Zevenhuizen gereden. Ineke Kooiman wint; Jan is tweede bij de mannen, achter Ruitenber. Ze rijden zich beiden aan flarden. En ze verwonderen zich erover dat niet iedereen dat doet, dat anderen gewoonweg afstappen. En dan moeten ze nog even naar Jan zijn moeder in het ziekenhuis. Als ze thuis komen, begrijpen ze het ineens: 'donderdag Elfstedentocht'. Jan en Ineke zijn dan nog niet gek van Fryslân, maar wel van de Elfstedentocht.

Als we het over die Elfstedentocht hebben, praten ze allebei door elkaar. Want hoog in Fryslân blijven die dag Henri Ruitenber, Jos Niesten, Evert van Benthem en Jan Kooiman over van een stuk of twintig ook niet slechte schaatsters. Zij zijn de sterksten. "Ik had een superdag." En zo

wordt dit de eerste Elfstedentocht met een sprintfinish. Jan: "Ik zat toen bij de Labello-ploeg en er moest de dag tevoren gefilmd worden. We hadden geen tijd meer om het eindstuk te verkennen. Dat had wel moeten, want we kwamen voor mij veel te vroeg ineens op de Bonke en daar hing het finishdoek al." Kooiman reed voorop, zette ook als eerste aan, maar moest de andere drie voor laten gaan; Van Benthem won.

Ineke Kooiman reed ook, maar ze had eigenlijk de schurft aan haar eigen man, die zo snel schaatste. Toen moesten de dames namelijk nog gewoon twee uur na de winnaar binnen zijn, anders kregen ze geen kruisje. En dat kruisje vond ze het allerbelangrijkste. Ineke: "Ik wist van niks, hoorde alleen dat er één dame voor me lag. Dat kon me eigenlijk niets schelen, ik

wilde dat kruisje halen. Ik reed met een groep mannen, maar die moest ik steeds opjatten, harder, harder. En toen kwam er boven de Dokkumer Ee een helikopter boven ons, en die riep dat als we zo doorgingen, dat we op tijd zouden finishen. Dat lukte. Kruisje. En ook nog tweede dame."

Een jaar later was er wéér een Elfstedentocht. Ineke was zwanger en deed niet mee. Jan zat al heel vroeg in de kopgroep, investeerde teveel kracht, en werd zesde. Mooi is te zien dat de ogen van Jan en Ineke glanzen, als ze het over de Elfsteden hebben.

SCHAATSMUSEUM

Die Elfstedentocht in '86 verloor Jan al direct zijn stempelkaart. Hij heeft alle stempels op z'n schaatspak laten zetten.

Dat pak hangt in het Eerste Friese Schaatsmuseum in Hindeloopen. Toen ze in Warns kwamen wonen, werd Jan voorzitter van de Vriendenclub van het Schaatsmuseum. Ineke is daar intussen de penningmeester van.

Ze zit ook in een koor in Koudum, in diverse verenigingen, en maakt het dorpshuis schoon. En op tweede pinksterdag stempelen Jan en Ineke de Elfstedentochters in Oudemirdum. Ze zitten helemaal midden in de mienskip, alsof ze hier tóch geboren zijn...

Dat is de laatste jaren nog intensiever geworden. De eerste jaren dat ze in Warns woonden, werkten ze namelijk nog in de Krimpenerwaard; reden heen en weer of woonden daar in een caravan of bij familie. Zoon Erik Jan reed professioneel marathon en langebaan en woonde dan in het lege boerderijtje in Warns, om te kunnen trainen in Heerenveen. Hij reed trouwens ook een werelduurrecord. Schaatsen is een familiesport.

Eind november was de ledenvergadering van de Elfstedenvereniging. Daarvoor kwam Evert van Benthem over uit Canada. En 's avonds ging Evert, samen met de laatste Elfstedentochter Henk Angenent naar de musical 'De Tocht' in Leeuwarden. Daarin schaatsten veel mensen als figurant. En toen zagen Evert en Henk Ineke en Jan Kooiman daartussen schaatsten, dat doen ze soms. Toen zijn Evert en Henk even gaan staan in bewondering voor die twee 'echte Friezen'.



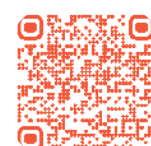
vertrouwde
handen

Uw verhuizing in vertrouwde handen!



HOEKSTRA
hoekstrasneek.nl/verhuizingen

ERKENDE
VERHUIZERS



WANDEL WEEKEND

26 & 27 januari

GRATIS 3D SCAN VAN JE VOETEN
T.W.V. €49,95

Op vrijdag 26 januari zal Lowa specialist, Peter Bruinewoud, aanwezig zijn om te adviseren. De eerste 25 klanten ontvangen een goodybag van Lowa.

SPORHUIS A.P. VAN DER FEER
thuis in de wandelsport

DIJKSTRAAT 7-11 / 8701KB BOLSWARD / 015-572397 / APVDFEER.NL / GRATIS PARKEREN ACHTER DE WINKEL

ONTDEK BOLSWARD,
HET HART VAN DE ELFSTEDEN

JANUARI

- INSPIREREND WONEN OP SYN FRYSK
TENTOONSTELLING | DE TIJD
- ONTDEK DE ARCHIEFSCHATTEN VANAF 1311
TENTOONSTELLING | ARCHIEF | DE TIJD
- 13 LISA OSTERMANN – MAKKELIJK IN DE OMGANG
CABARET | ONS GEBOUW
- 18 FILMHUIS BOOG: THE WHALE (2022)
FILM | ONS GEBOUW
- 19 JAN EN MARIJKE 'FÊSTE GRÛN'
VOORSTELLING | MARNE THEATER
- 21 AMUSEMENTSORKEST ANDANTE
MUZIEK | MARNE THEATER
- 26 KRACHTPLAATSEN MICHAEL-APOLLO-LIJN
LEZING | DOOPSGEZINDE KERK

TIP!

Ontdek alvast de evenementen die gepland staan voor februari



Bolsward
11stedehart van Friesland

Kort zakelijk

NUMMER 01 • 2024
GROOTBOLSWARD-IJSSSELMEERKUST.NL

11

Promoot jouw bedrijfsnieuws hier

GrootMedia heeft iets nieuws: vanaf dit jaar is het mogelijk om jouw bedrijfsnieuws te promoten met een nieuwsbericht op de speciale 'kort zakelijk'-pagina. Op deze pagina verzamelen we elke maand al het bedrijfsnieuws uit de regio.

VOOR WIE IS HET?

Heb jij een bedrijf in de regio Súdwest-Fryslân, de Fryske Marren of Heerenveen en heb jij zakelijk nieuws te melden, dan kan dat op deze pagina. Misschien ben je net gestart en wil je graag dat inwoners uit de regio jouw bedrijf leren kennen of wellicht bestaat jouw bedrijf al langer en heb je iets nieuws ontwikkeld, je diensten uitgebreid of je krachten gebundeld. Die informatie wil je graag met je huidige en potentiële klanten delen, toch?

HOE WERKT HET?

Heb jij een nieuwtje dat je graag deelt met een groot lezerspubliek, neem dan contact op met ons, via advertieren@grootmedia.nl onder vermelding van 'kort zakelijk'. Bellen kan ook tijdens kantooruren via 0515 - 745 005.

Werkplaats RIKE nieuw arbeidstrainings centrum voor jongeren in Sneek

SNEEK - Het distributiecentrum van Jan Sikkes aan de Zadelmakersstraat in Sneek heeft een nieuwe bestemming gekregen. Waar vorig jaar nog een stoffeerdierij actief was is nu een nieuwe werkplaats actief met de naam RIKE. Een unieke samenwerking tussen de Piet Bakkerschool, VONK en Hoekstra Transport, alle drie gevestigd in Sneek. RIKE is een kleinschalige werkplaats zonder winstdoelstelling waar jongeren met een afstand tot de arbeidsmarkt producten assembleren, verpakken, sorteren, stickeren of reinigen.



FOTO THOMAS VAER FOTOGRAFIE

De Piet Bakkerschool werkt al jaren samen met verschillende bedrijven in de regio om hun leerlingen al tijdens het voortgezet onderwijs kennis te laten maken met het bedrijfsleven om zo kansen op werk te vergroten. Hoekstra Transport is een van de bedrijven waar al een aantal jaren iedere week een groep leerlingen komt om sorteerwerk, reparatiewerk en opruimwerkzaamheden uit te voeren.

De begeleiding vindt plaats door gepensioneerde chauffeurs die zo binding

houden met het bedrijf en ervoor zorgen dat alles netjes blijft.

ECHTE DOENERS

De begeleider van de groep, Jelmer Posthumus, sprak de wens uit om in het door Hoekstra aangekochte pand een permanente locatie te hebben om kwetsbare jongeren klaar te stomen voor werk. Jelmer Postma: "Onze leerlingen zijn echte doeners; we hadden het er binnen onze school al een tijd over en nu is er deze kans."

Hoekstra ziet kansen in de markt voor aanvullende logistieke dienstverlening. Voor veel klanten distribueren ze goederen en tijdens deze logistieke operatie zijn er regelmatig aanvullende werkzaamheden die voor de klant vaak lastig in te vullen zijn, ook in verband met de krapte op de arbeidsmarkt. Te denken valt aan retourgoederen sorteren, verpakken, controleren of eenvoudige assemblage en montagewerkzaamheden.

Korting bij Brommobiel Centrum Friesland

HEERENVEEN - Als brommobielleverancier van het noorden vindt Brommobiel Centrum Friesland in Heerenveen service en kwaliteit zeer belangrijk. Brom- en scootmobiel Heerenveen neemt graag uw zorgen uit handen. Van de aankoop tot de aflevering en van het onderhoud tot reparatie en eventueel schade.

NIEUW EN GEBRUIKT

Wij kopen en verkopen nieuwe en gebruikte brommobielen en de daarbij behorende accessoires, zoals nieuwe en gebruikte accu's, wioldoppen, stoelhoezen en meer.

ACTIEWEEK

In de week van 22 t/m 27 januari ontvangt u € 500,- korting bij aankoop van een nieuwe of gebruikte brommobiel. Maak bijvoorbeeld eens een proefrit met onze

volledig elektrische Myli of een van onze andere brommobielen.

HEEFT U EEN BROMMOBIEL WAAR U NIKS MEER MEE DOET?

Wij nemen deze graag van u over. Schade of defect? Geen bezwaar. U kunt deze aanbieden via de contactpagina op onze website brommenscootmobiel.nl of bel ons via: 06-42 20 68 33. Binnen 24 uur nemen wij contact met u op en binnen zeven dagen halen we de brommobiel bij u op.



Romantisch dineren en filmkijken bij Paviljoen Salt tijdens Valentijnsdag

TERHERNE - Ken je dat gevoel dat, als je een film kijkt waarin mensen eten, je daar spontaan ook trek van krijgt? Bij Paviljoen Salt in Terherne begrijpen we dat maar al te goed. Daarom presenteert Salt op Valentijnsdag 14 februari 'Proef wat je ziet'. Een erg leuk concept, al zeggen we het zelf. Je geniet van heerlijke gerechten die op dat moment ook in de film te zien zijn.

RATATOUILLE, DE FILM

Vanaf 18.00 uur toveren we het restaurant van Paviljoen Salt om tot een heuse bioscoop. Om 19.00 uur dimmen we de lichten en starten we de film 'Ratatouille'. Elke keer wanneer er in de film een gerecht bereid of gegeten wordt, staat dit gerecht ook bij jou op tafel. Uiteraard met een vleugje Salt.



DE ULTIME VALENTIJNSDATE

Wat je kunt verwachten is een culinaire avond waarbij al je zintuigen worden geprikkeld. Het menu bestaat uit zes gangen inclusief twee drankjes. Genoeg ingrediënten voor een romantische date met jouw Valentijn. Weet jij al wie je meeneemt? Reserveer dan snel via de website paviljoensalt.nl of bel via 0566 - 68 92 80.

BOOT Holland

6 t/m 10

MAART 2024

Stap aan boord tijdens Boot Holland!

Dompel jezelf onder in de boeiende wereld van watersport! Of je nu een liefhebber bent van sloepen, tenders, weekenders of op zoek bent naar een motorjacht, op Boot Holland vind je alles wat je zoekt. Liever huren? Ondek talloze mogelijkheden op het recreatieplein.

Maar dat is nog niet alles! Boot Holland is eveneens de plek waar je alles kunt vinden over duurzaam varen, er is een breed scala aan watersportaccessoires en scheepsbenodigdheden te ontdekken.

Mis de boot niet! Koop je tickets voor dé enige indoor watersportbeurs van Nederland met korting via de QR code of boot-holland.nl



www.boot-holland.nl

WTC EXPO Leeuwarden



VAN LELYVELD
MAKELAARDIJ

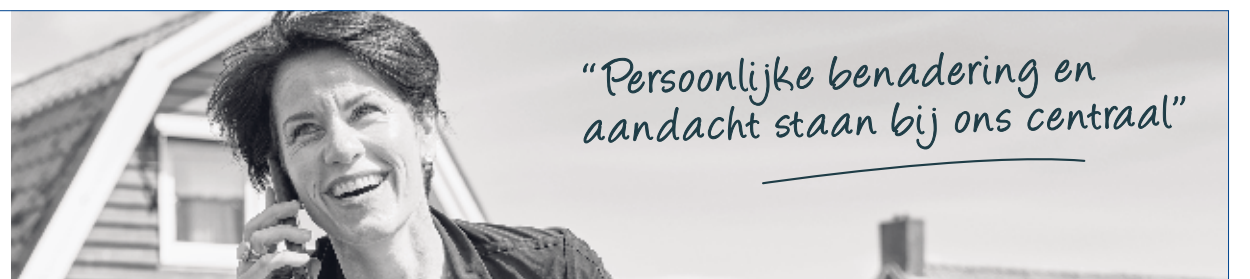
VERKOPEN TAXEREN AANKOPEN

0515-521041

VANLELYVELDMAKELAARDIJ.NL



"Persoonlijke benadering en aandacht staan bij ons centraal"



Anna-May Diderich
uit Dronrijp

'Deze bril is puur voor mijzelf'

Anna-May zit in de eerste klas van het Christelijk Gymnasium Beyers Naudé in Leeuwarden. Ze speelt in haar vrije tijd hockey. Helaas heeft ze geen tijd meer voor pianoles, maar af en toe kruipt ze nog achter de piano. Ongeveer 4 jaar geleden kwam uit een oogtest in het ziekenhuis dat ze baat kon hebben bij een bril met plus-glazen.



De OptiSjen

Oosterdijk 1 . 8601 BP Sneek . 0515 744 026 . www.optisjen.nl . email@optisjen.nl

Fotografie: Johan Brouwer

Anna-May: "In die tijd had ik toch wel last van hoofdpijn. Bij de meting had ik bijna geen sterkte. Deze bril is alleen voor het lezen en dichtbij. Ik vind het fijn om hem op te hebben, vooral op school. Bij de hockey draag ik hem niet want dan heb ik hem niet nodig. Vroeger gingen we altijd naar Martin in Franeker toen hij daar nog een optiekzaak had. Hij lacht veel en helpt ons altijd heel fijn. We zijn hem met het hele gezin achter nagegaan naar De OptiSjen in Sneek. Als we nu in Sneek zijn gaan we altijd even langs, even kijken, want je wordt er zo fijn geholpen!

Dit is mijn derde bril en deze is van het merk Dick Moby. Hij heeft een dunne rand van metaal in rosé/ brons kleur. Ik heb al heel lang een zonnebril op sterkte van Vingino met panterprint pootjes en rode glazen, die blijft leuk. Misschien ga ik ooit geen bril meer dragen, maar nu vind ik het heel fijn als ondersteuning. Het is puur voor mezelf dat ik een bril heb."

'Ik hoor nog wel, maar versta bijna niets meer'

Monte Huizinga



Fotografie: Joan vd Brug

Monte Huizinga uit Mantgum heeft een markante uitstraling en uitgesproken stem. Het liefst zou hij weer willen toneelspelen. Helaas kan dat door zijn gehoorprobleem niet meer. Dat horen zo'n impact heeft gehad op zijn leven vertelt hij in een één op één gesprek met een pen als hoorhulpmiddel. 'Het zit in mijn familie, mijn pake, heit, broer, suster hebben het en zelfs mijn zoon begint al. Voor mijn 40ste had ik mijn eerste gehoorapparaat. Het probleem zit in het slakkenhuis en dan met name het spraakgebied. Dat is heel vervelend, want ik heb twee linkerhanden en kan alleen maar communiceren.

Vroeger was ik rijkschoolhouder, rijinstructeur, regisseur en semi beroeps toneelspeler. Tot ik werd afgekeurd. Dan ben je 50 jaar en val je in een diep gat. Je raakt zo geïsoleerd. Want naast dat mijn gehoor niet goed werkt, heb ik ook hyperacusis. Als een van de twee hondjes van mijn vriend blaft, heb ik nergens last van en als de andere begint, knalt het me door de kop. Ik heb ook een probleem als ik met twee mensen in een driehoekje sta te praten, dat versta ik gewoon

niet. Aan de telefoon moet ik me zo concentreren, dat houd ik net 10 minuten vol. Maar ik blijf niet thuis. Ik zeg gewoon dat ik slechthorend ben en op verjaardagen neem ik iemand mee naar een andere plek zodat ik een gesprek kan voeren.'

Inmiddels is hij klant bij Hoorzorg Friesland en daar is hij heel blij mee. 'Martin Dijkstra voelt de mensen zo goed aan, en als het ene niet lukt, probeert hij het andere. Hij zei ooit tegen mij: "Monte, ik heb geleerd: hoortoestellen aanmeten is geen wetenschap, maar kunst." Daar ben ik het helemaal mee eens. Hoe Martin dingen oppakt, geweldig. Nu heeft hij op mijn hoortoestellen twee standen ingesteld, 1 voor normaal en 2 voor net wat harder. Naar gelang de situatie, gebruik ik het. Ik ben ook bezig met een hoorimplantaat in het ziekenhuis. Dat is best lastig want ze weten nog niet of het gaat werken met mijn hyperacusis. Als ik dat ding krijg moet ik helemaal opnieuw leren horen, dat is een heel traject. Maar als ik alles weer kan verstaan, gaat er een wereld voor mij open. Dan word ik een nieuwe Monte: Monte 2.0.'

 Hoorzorg Friesland

Ockingahiem 14 . 8801 KT Franeker . 0517 744 041 . www.hoorzorgfriesland.nl . email@hoorzorgfriesland.nl

Gemeente  Súdwest-Fryslân

Volg ons op!
f @ X in

Nieuws van jouw gemeente

Informatiekatern van de gemeente Súdwest-Fryslân | januari 2024

Energietoeslag 2023

Je kunt weer energietoeslag aanvragen!

Heb je vorig jaar energietoeslag ontvangen? En kom je er dit jaar weer voor in aanmerking? Dan heb je de energietoeslag begin december op je bankrekening gekregen.

De energietoeslag van 2023 is € 800, € 675 of € 550. Dit hangt af van de hoogte van je inkomen.

Energietoeslag aanvragen

Heb jij nog niet eerder de energietoeslag ontvangen? En denk je dat je er wel recht op hebt? Dan kun je nu de energietoeslag van 2023 aanvragen.

Dit kan op twee manieren:

- Vul het formulier in op de website: www.sudwestfryslan.nl/energietoeslag Of je downloadt het papieren formulier op de website en vult deze in.
- Kom langs bij een inlooppunt van SWF Tichtby. Neem het volgende mee:
 - legitimatiebewijs (ID-kaart of paspoort)
 - bewijs van je inkomen,
 - bewijs betaling huur (bv kopie bankafschrift)
 - je bankpas

"Met energietoeslag erbij kan ik net rondkomen"



Check of je recht hebt op de energietoeslag. Scan de QR-code.

Of ga naar www.swf.nl/swf-tichtby



Hulp nodig bij de aanvraag?

Wij helpen je graag met de aanvraag van de energietoeslag. Ook kijken we gelijk of je gebruik kunt maken van andere geldpotjes van de gemeente.

Sneek, Súdwesthûs
Marktstraat 8
iedere maandag tot en met
vrijdag | 9.00 tot 12.30 uur

Heeg, MFC It Heechhus
It Eilan 67
ma 15 jan. | ma 22 jan. | ma 29
jan. 13.30 – 16.00 uur

Bolsward, De Tiid
Jongemastraat 2
ledere dinsdag
9.00 – 16.00 uur

Workum, MFC De
Klameare, Merk 1
di 16 jan. | di 23 jan. | di 30 jan.
9.30 – 16.00 uur

Kimswerd, Piers' Stee
Harlingerweg 26 a
wo 17 jan. | wo 31 jan.
9.30 – 16.00 uur

Stavoren MFC De Kaap,
Voorstraat 80
wo 17 jan. | wo 24 jan. | wo 31 jan.
9.30 – 16.00 uur

Wommels, It Trochpaad
Walperterwei 14
do 18 jan. | do 25 jan.
9.30 – 16.00 uur

Makkum, MFC Maggenheim
Klipperstraat 21 a
do 18 jan. | do 25 jan.
9.30 – 16.00 uur

Je bent welkom zonder afspraak. De koffie staat klaar!

Papierwinkel & Steunpunt UGS Sneek

Ook kun je voor ondersteuning terecht bij de Papierwinkels van Sociaal Collectief (www.stipepunt.nl/de-papierwinkel) of bij Steunpunt UGS Sneek (www.ugs-fryslan.nl).

Zij helpen met het invullen van formulieren of het digitaal aanvragen van toeslagen, heffings- kortingen, belastingaangiftes of uitkeringen.

Even voorstellen.. leer de raadsleden kennen

Weet jij wie er in de gemeenteraad van Súdwest-Fryslân zitten? Iedere maand stellen twee raadsleden zich voor.



ARJEN DOEDEL (CDA)
MAKKUM

Wat inspireert je om politiek actief te zijn?

Voorheen was ik jarenlang actief als bestuurslid van Plaatselijk Belang Makkum. Nu mag ik me als raadslid bezighouden met allerlei onderwerpen op gemeentelijk niveau zoals woningbouw, bestemmingsplannen of onderhoud van de publieke ruimte. Hierdoor spreek je veel verschillende mensen en kom je op meerdere plekken in de gemeente. Reuze interessant, zeker wanneer je voor mensen het verschil kan maken.

Wat doe je in het dagelijks leven?

In mijn dagelijkse leven geef ik les aan veel examenklassen van het VMBO-T, hetgeen eigenlijk de oude Mavo is. In Medemblik verzorg ik de lessen aardrijkskunde en economie. Naast het lesgeven en het raadswerk breng ik veel tijd door met het klussen in en rondom ons huis. We hebben sinds kort een grote tuin en die vraagt veel tijd van mijn vriendin en mij.

Als je één ding zou mogen veranderen in de gemeente, wat zou dat zijn en waarom?

Beter openbaar vervoer. In veel van onze 89 dorpen en steden is de dienstregeling minimaal. De leefbaarheid krijgt hierdoor een steeds grotere knaauw. Als in 2030 ook nog het rekeningrijden ingevoerd gaat worden, zijn de bewoners van het platteland helemaal de klos. Onwenselijk!

Wat is je favoriete plek in de gemeente?

Het binnenvaren van Makkum vanaf het IJsselmeer is werkelijk prachtig. De haven, de kerktorens, het oude centrum met haar koopmanshuizen en het Waaggebouw. Ook heb ik een zwak voor Kornwerderzand. Een bijzondere plek met veel geschiedenis maar ook een plek waar veel ontwikkelingen samenkomen. Bunkers, primaire waterkering, vismigratierivier, zoet-zout, het Wadden Center. Ronduit een fascinerende plek!

TSJERK BOUWHUIS (FNP)
TOPPENHUZEN

Wat ynspirearret dy om polityk aktyf te wêzen?

Ik fyn it wichtich dat je je ynsette foar de mienskip. Foar de ien is dat as frijwilliger, bygelyks yn it ferienigingslibben, stichting-bestjoer of mantelsoarch, foar my is dat in sit yn de ried. In funksje mei in soad ferantwurdlikens, wêr't je der binne foar alle ynwenners en opkomme foar ús moaie lânskip en it klimaat. Wannear't we it mei-inoar oppakke, kinne we ús stikje wrâld sûner efterlitte foar takomstige generaasjes.

Wat dochsto yn it deistich libben?

Engineer by AFT Stainless Steel yn Heech.

Wêrom hasto foar dizze partij keazen?

De FNP wie by myn foarige funksje as foarsitter fan Doarpsbelang de meast belutsen partij.

Asto ien ding feroarje mochtest yn de gemeente, wat soe dat wêze?

Foarrang jaan oan ynwenners by it keapjen fan in nije wenning. It soe sa wêze moatte dat nije wenningen de earste 12 wiken oanbean wurde oan ynwenners dy't sosjaal of ekonomysk bûn binne oan in plak en pas dêrnei frij de merke op kin. Om de leefberens yn de kearnen te stypjen wol ik graach ynwenners dy't it meast belutsen binne by harren plak mear kâns jaan om in hûs te keapjen.

Wat is dyn favorite plak yn de gemeente?

Top en Twel. Dêr bin ik berne, wenje myn freonen en in grut part fan myn famylje. Yn Top en Twel bin it thúshûs.



Contact

Ga naar sudwestfryslan.nl/onderwerp/gemeenteraad voor de volledige interviews. Daar vind je alle raadsleden en hoe je contact met hen kunt opnemen. Ook is er informatie over de vergaderingen en hoe je kunt inspreken. Wil je eens een kijkje achter de schermen nemen bij de raad? Geef je dan op voor Gast van de Raad.



Cursus 'In balans'
in Oppenhuizen

Samen veel plezier beleven aan gezond ouder worden

'Gezond ouder worden' willen we allemaal. Veel kunnen we zelf doen om dat mogelijk te maken. Natuurlijk zijn ook er zaken waar we geen invloed op hebben. Belangrijke voorwaarden voor een goede gezondheid zijn een gezonde leefstijl én voeding en voldoende beweging. Gemeente Súdwest-Fryslân zet zich in om het voor inwoners gemakkelijker te maken aan deze gezonde leefstijl te werken. En fit en vitaal de dagelijkse dingen doen, dat willen we allemaal. Een goede gezondheid helpt hierbij.

Over valpreventie

Wist u dat de meeste mensen in of rond hun huis vallen? Zij zijn dan vaak voor een lange tijd of zelfs permanent afhankelijk van zorg van anderen. Dit willen we graag voorkomen. Samen met fysiotherapeuten en buurtsportcoaches van Sport Fryslân zijn we in oktober gestart met het programma Stevig Staan Fryslân. Dit programma bestaat uit een persoonlijk advies over het voorkomen van vallen en een beweegcursus

op maat. Er zijn drie trajecten die ingezet kunnen worden, dat zijn Vallen Verleden Tijd, Otago en In Balans. In de cursussen werkt u aan uw spierkracht, coördinatie en balans waardoor het risico op vallen afneemt. Na de cursus willen we u graag doorverwijzen naar bestaande bewegingsgroepen of samen met u op zoek gaan naar welke vorm van sport of bewegen bij u past, zodat u fit door het leven gaat!

Cursus 'In balans' in Oppenhuizen

De cursus In Balans wordt al op twee plaatsen gegeven, namelijk op maandag in 't Roefke op Het Eiland in Sneek en op donderdag in MFC It Harspit in Oppenhuizen. Wij namen een kijkje in It Harspit, waar 12 enthousiaste deelnemers oefeningen deden onder leiding van trainster Marchien Klappe. De groep deed oefeningen die op het eerste gezicht niet al te spannend leken, maar waarbij wel degelijk op coördinatie en balans getraind wordt.

Volgens Marchien Klappe is de cursus inderdaad laagdrempelig. "Iedereen kan eraan meedoen, maar over de uitvoering van de oefeningen moet je wel goed nadenken. Ook de hersenen worden dus getraind. Ik laat ze tijdens bepaalde oefeningen vaak bewust elkaars naam noemen."

Plezier hebben

Wat opvalt is het plezier die de cursisten hebben. "Het is zeker ook een sociaal gebeuren", vindt Marchien. Dat wordt bevestigd door Nelly en Gerrie van de Top en Twelster groep, die grappen dat ze ook lenige lachspieren krijgen van de oefeningen.

"It is net sa dat ik dizze oefeningen thús ek allegear doch hjer", vertelt Nelly. "Mar jo tinke wol wat better nei by wat jo dogge." Daar gaat het volgens Marchien ook om. Tijdens de cursus wordt dat duidelijk als ze wijst op even wat meer focus als je iets van de grond wilt oprapen dat je per ongeluk hebt laten vallen. Daarmee voorkom je namelijk dat je voorover valt.

'Taxi' staat klaar

"Je ziet ook dat de groep naar elkaar toegroeit en elkaar waar nodig helpt", vertelt Marchien Klappe. "De brug van

Uitwillingerga was bijvoorbeeld gestremd voor autoverkeer en dat was een probleem voor Rie van de Greate Súdein. Maar er werd voor gezorgd dat ze kon worden opgehaald en toch kon deelnemen. De 'taxi' stond klaar aan de andere kant van de brug, waar Rie alleen maar even over heen hoefde te wandelen. Prachtig toch? Voor de cursus kenden sommigen elkaar niet eens".

Siebrun woont tegenover It Harspit en maakt wekelijks even de oversteek met de rollator. Siebrun geniet met volle teugen, ook van het koffiemomentje. "Wy hawwe sa'n fijne groep en meitsje in soad wille ûnder mekoar. Sa moai dat ik dit allegear noch dwaan kin", zegt hij dankbaar.

Vanaf januari 2024 start Stevig Staan Fryslân in meerdere dorpen en wijken in de gemeente Súdwest-Fryslân.



"Ik ben Buurtsportcoach Rika Wind en Bewegecoördinator Senioren in Súdwest-Fryslân. Wist u dat door veroudering de spierkracht afneemt? Hierdoor kunnen evenwichtsproblemen ontstaan. Door regelmatig te bewegen zorgt u onder meer voor een goede conditie van hart- en bloedvaten, longen en spieren. Maar hoeveel beweging is daar precies voor nodig? Dat vertellen de beweegrichtlijnen.

Beweegrichtlijn voor ouderen

1. Doe minstens 2½ uur per week aan matig intensieve inspanning, verspreid over diverse dagen. Denk aan wandelen, stofzuigen of tuinieren. Hierbij gaat de hartslag omhoog, maar praten is nog wel mogelijk.

Langer, vaker en/of intensiever bewegen geeft extra gezondheidsvoordeel.

2. Doe minstens 2 maal per week spier- en botversterkende activiteiten, gecombineerd met balansoefeningen. Bijvoorbeeld traplopen, bed opmaken of zware boodschappen tillen. Een goede balans zorgt er namelijk voor dat u uw evenwicht makkelijker houdt en minder snel valt.

Stevig Staan Fryslân iets voor u?

Bent u 65 jaar of ouder en woont u nog zelfstandig? En bent u de afgelopen 12 maanden gevallen of heeft u problemen met balans en evenwicht? Dan kunt u in aanmerking komen voor het aanbod van Stevig Staan Fryslân. Voor meer informatie en aanmelden kunt u contact met mij opnemen via onderstaande gegevens.

Beweegaanbod bij u in de buurt

Vindt u het belangrijk om te blijven bewegen, maar weet u niet wat er in uw regio aangeboden wordt? Ook dan kunt u contact met mij opnemen via onderstaande gegevens.

Contactgegevens Rika Wind

E-mailadres: rika@sportfryslan.nl
Telefoonnummer: 06-51441995



Start proef autoluwe binnenstad Sneek: op naar een verkeersveilige en bereikbare binnenstad

Sneek heeft een mooie binnenstad die we graag leefbaar willen houden. Het doorgaande verkeer in de binnenstad neemt alleen steeds meer toe, waardoor fietsers en voetgangers zich niet veilig voelen. Wij willen graag dat mensen met plezier naar de stad komen en tegelijkertijd vinden we het ook belangrijk dat alles bereikbaar blijft. We starten daarom op 2 januari 2024 met een proef waarbij we op een paar plekken in de binnenstad een doorrijverbod invoeren. Op die manier dringen we het doorgaande verkeer terug, maar blijven alle woningen, winkels en parkeerplaatsen wel bereikbaar voor gemotoriseerd verkeer.

Hoe ziet de proef autoluwe binnenstad eruit?

Met ingang van 2 januari 2024 is de binnenstad van Sneek voor de proefperiode van één jaar autoluw. Op de volgende 4 punten in de binnenstad komt een doorrijverbod:

- Op de Singel, ter hoogte van de Sint Martinus Kerk
- Op de Harinxmakade, tussen de Harinxmabrug en de Bothniakade
- Op de Prins Hendrikkade, ter hoogte van de achterkant van de Scapino
- Op de Kleine Kerkstraat, bij de bestaande afsluiting

Dit geldt 7 dagen per week van 12.00 uur tot 18.00 uur. Alle woningen, bedrijven en parkeerplaatsen in het centrum blijven bereikbaar.

Uitzonderingen

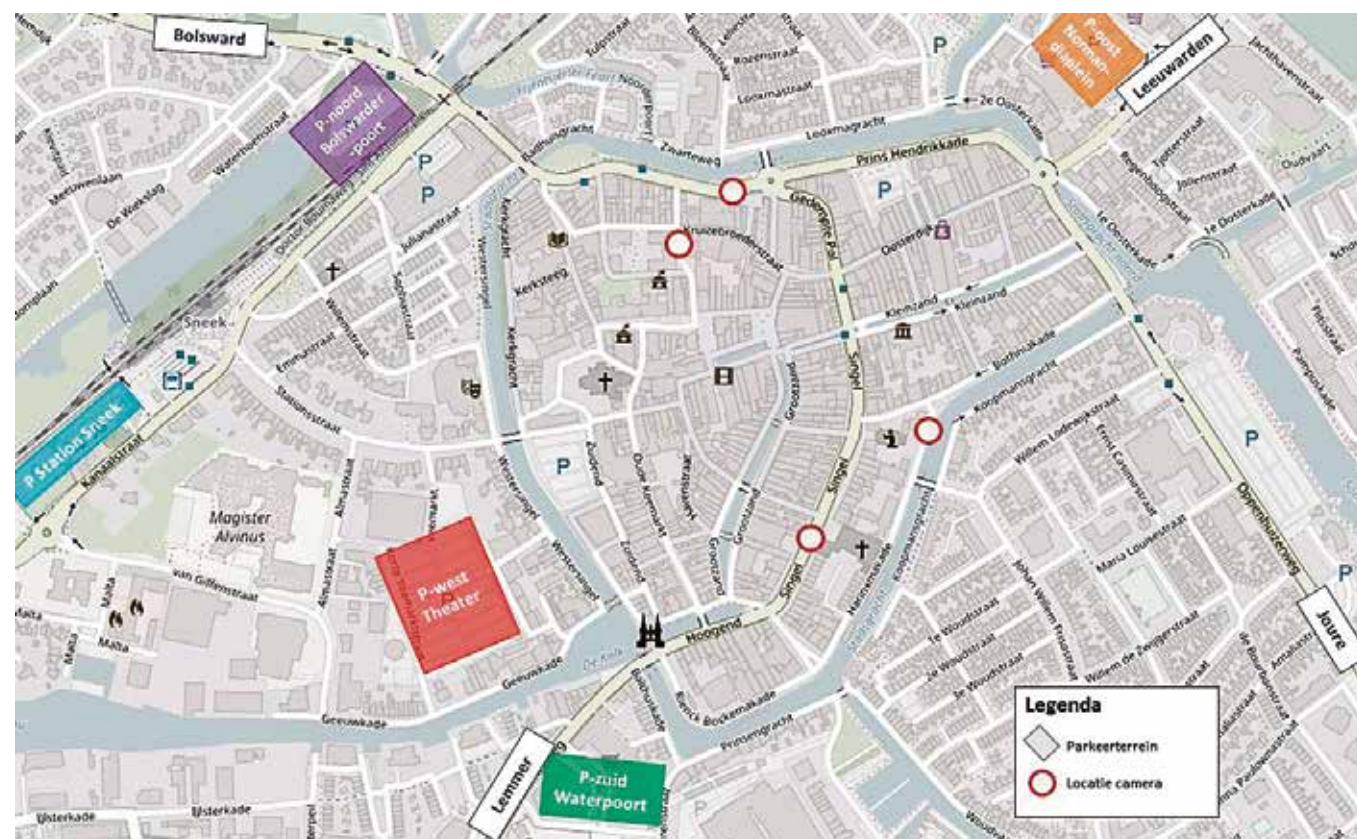
Een uitzondering geldt voor nood- en hulpdiensten, openbaar vervoer, fietsers en bromfietzers. Zij mogen altijd doorrijden. Op de plek van het doorrijverbod komen verkeersborden. Er komt geen fysieke afsluiting. Er wordt gehandhaafd door middel van camera's. Een paar groepen kunnen via de website een ontheffing aanvragen, waaronder landbouwverkeer.

Laden en lossen voor leveranciers

Leveranciers kunnen op de gebruikelijke venstertijden door het centrum rijden, van maandag t/m vrijdag van 07.00 - 12.00 uur. Binnen die tijd is laden en lossen geen probleem. Dit geldt voor het winkelgebied én de autoluwe zone. Alles blijft ook tussen 12.00 en 18.00 bereikbaar, maar voor leveranciers is keren of achteruitrijden in een straat niet altijd haalbaar of wenselijk. Probeer daarom zoveel mogelijk de venstertijden aan te houden.

Verkeersregelaars

We kunnen ons goed voorstellen dat bestuurders in het begin automatisch hun vertrouwde weg kiezen. Zij kunnen dan per ongeluk tegen het doorrijverbod stuiten. De proef zal voor iedereen wennen zijn. In de eerste periode zetten we daarom



de hulp van verkeersregelaars in. Zij staan op de plekken van het doorrijverbod om bestuurders te wijzen op het doorrijverbod en ze te helpen met de route.

Parkeren

Alle parkeerplaatsen in het centrum blijven bereikbaar. Overal is het eerste half uur parkeren gratis. Langer parkeren is op deze plekken nabij het centrum gratis:

- P-Oost Normandiaplein
- P-Noord Bolswarderpoort
- P Station Sneek
- P-West Theater (voorheen Veemarktplein)
- P-Zuid Waterpoort (voorheen Boschpleingarage)

Monitoring

Er gaat met de proef autoluwe binnenstad iets veranderen en dat is voor iedereen wennen. Wij voeren tijdens de proef op verschillende plekken en momenten metingen uit, om het aantal verkeersbewegingen te kunnen volgen. Ook houden we de parkeerbezetting en

het aantal bezoekers in de binnenstad bij. Daarnaast organiseren we regelmatig inloopmomenten waarbij iedereen welkom is om vragen te stellen en ervaringen te delen. Met al deze informatie krijgen we een goed beeld van de verkeersbewegingen in Sneek en het effect van de proef.

Als er toch op plekken onveilige situaties ontstaan door de proef, of de bereikbaarheid gaat ernstig achteruit, dan sturen we de proef bij. Op de website staat een stappenplan wat we hiervoor gebruiken.

Uiteindelijk willen we met elkaar dat de binnenstad van Sneek een fijne plek wordt waar iedereen graag komt. We hebben er vertrouwen in dat de proef de binnenstad en de leefbaarheid recht doet.

Meer informatie

Ga voor meer informatie over de proef naar swf.nl/autoluwebinnenstadsneek. Op de website kun je je ook aanmelden voor de digitale nieuwsbrief.

Inloopmomenten

Heb je vragen of wil je jouw ervaringen delen? We organiseren regelmatig een inloopmoment waarbij iedereen welkom is om vragen te stellen over de proef of ervaringen te delen.

Locatie: Waltaplein, Marktstraat 5 te Sneek
Tijd: van 16.00 uur - 18.30 uur
Data: 31 januari, 28 februari, 27 maart, 24 april, 5 juni, 17 juli, 11 september, 16 oktober, 27 november

Bekijk via de QR-code het filmpje op onze site waarin we je meenemen naar de proef! Of ga naar swf.nl/autoluwebinnenstadsneek



Wil je in 2024 naast winst nu vooral verschil maken?

Exclusief programma voor ondernemers, bestuurders en managers in Súdwest!

Ben je ondernemer, bestuurder of manager in Súdwest en wil je je bedrijf neerzetten voor toekomstige generaties? Schrijf je dan in voor het programma 'Ondernemen met Impact' van de Súdwest Academie.

Voor wie is het?

Voor ondernemers, bestuurders en managers uit Súdwest-Fryslân die meer willen dan winst maken en een positieve bijdrage willen leveren aan de mienskip, de regio of aan de natuur.

Wat is het?

Werk samen met andere gelijkgestemde ondernemers en managers uit de regio en onder leiding van experts je visie uit en maak een concreet stappenplan waar je meteen mee aan de slag kunt.

Wat kost dat?

Het programma bestaat uit 7 interactieve bijeenkomsten en inspirerende workshops verdeeld over 7 maanden. In de buurt, natuurlijk. Het programma kost € 2.750 excl BTW.

Ben je nieuwsgierig geworden?



Check de QR voor het volledige programma! Start medio maart.

sudwestacademie.nl

**SÚDWEST
ACADEMIE**



#FACETOFACE PAUL VAN DIJK

fotografie JELLY MELLEMA FOTOGRAFIE

tekst GIANNA POSTERARO

"IT KOMT
WOL GOED"LIBBENSLES FAN SKRIUWER, YLLUSTRATOR, TEATERMAKKER
EN ÛNDERWIZER PAUL VAN DIJK

"Ik bin in ekstraverte yntrovert. Of oarsom. Hielendal allinnich wêze kin ik net, mar mysels altyd mar nei bûten ta presintearje soe ik fermuoiend fine. Myn wurk slút perfekt oan by myn karakter. Fjouwer dagen yn 'e wike stean ik foar de klasse. Op Bogerman yn Balk. Dêr jou ik musykles en Ingelsk. Dat is myn ekstraverte kant. Myn yntroverte kant is it betinken fan ferhalen." Oan it wurd is Paul van Dijk, skriuwer, yllustrator, teatermakker en ûnderwizer út Warkum.

Paul van Dijk: "As jonkje makke ik al krantsjes, ferhaaltsjes en strips. It sit yn myn kearn dat ik wat meitsje moat. Op myn santjinde ûndekte ik it meitsjen fan muzyk. Ik die mei mei de Warkumer teatergroep 'De Paupers'. Henk de Boer hjir út it de stêd freege at ik muzyk meitsje koe by harren teaterstik. Ik hie dat noch nea dien, mar it like my wol leuk om te besykjen. Dat slagge en ik ûndekte dat ik sels ek muzyk meitsje koe."

IT DOCHT DER TA

"Sa ûntwikkele ik myn kreative kant hieltyd better. Ik tocht: 'Soe ik sels ek teaterstikken skriuwe kinne?' Ik ha it gewoan besocht en sa ûntstie myn earste berneteaterstik 'Renske wol stoer wêze'. Dat stik hawwe wy twa jier spile. En dêrnei wie der neat, wie it ferhaal fuort. Dat fûn ik spitich en ik krige it idee om der in boek fan te meitsjen. Ik bin der foar sitten gien, ha it opstjoerd nei de Afûk en sy woene it wol útjaan. Dat jout in enoarme wurdearring. Datst sjoen wurdst. Dat it derta docht wat ik doch. Dat wie myn earste 'boost'. Ik krige it gefoel fan: at ik wat doch en ik set troch, dan slagget it. Dat hat my helpen om troch te gean."

MEITSJE MAR GEWOAN

"Dat trochsette ha ik fan ús heit. Hy wie in sportman. En it besykjen ha ik fan ús mem. Sy joegen myn suske en my dat fertrouwen: 'Doch it mar'. As puber tocht ik, dat wat ik makke, net goed genôch wie. Ik tocht: 'Dat wat ik doch, kinne safolle oaren moaier meitsje dan ik.' Pas letter feroare dat. Doe't ik motivearre waard troch oaren. Ik begûn te sjen dat wat ik makke der ta docht. Meitsje it mar gewoan, sûnder alle krityk yn dyn holle. Oan'e iene kant kreëarje ik mei it publyk yn gedachten, mar oan de oare kant meitsje ik earst mar gewoan. Dan sjoch ik letter wol wat it wurdt."

YN GAOS KREËARJE

"Dy twa striid yn myn holle omskriuwt ek myn karakter. Ik hâld fan netsjes, mar ik wurkje soms ek yn gaos. Dat sjochst ek oan myn wurkkeamer. Foar in oar sjocht dat der rommelich út, mar foar my wurket it. Yn gaos kin ik dingen meitsje, wylst ik eins hiel strukturearre wurkje. At ik in ferhaal skriuwt wit ik al foarôf wat ik per haadstik fertelle wol. En de tekst moat rinne neffens in metrum, it moat perfekt passe, fyn ik. Ek planning fyn ik hiel wichtich. At ik in boek útbring besprek ik de datum al mei de útjouwerij en dêr hâld ik my ek oan. Ik wol it graach, dus ik meitsje der tiid foar."

Moatst in bytsje strang foar dysels wêze. Je kinne ris in minne dei hawwe, mar dan moatte je de oare deis wol wer sitten gean. Skriuwer Kees van Kooten seit: 'Zitten tot het er staat.' Sitten bliuwe, type. Ek al is it noch net hielendal in goede sin, dan hast yn elts gefal wat om te feroarjen. Moatst dysels ek tastean om flaters te meitsjen, moatst dus net té strang foar dysels wêze. Strang yn 'meitsje it ôf' en leaf foar dysels yn 'it makket net út wat'st makkest, âst it mar makkest.' At ik dan klear bin mei in projekt, meitsje ik myn wurkkeamer wer netsjes, want eins kin ik hielendal net oer rommel. En dan kin ik wer oan wat nijs begjinne. Ik ha altyd drang om wat te meitsjen. Mysels te úterjen. Ik kin der safolle fan mysels yn kwyt."

FAN MEKOAR LEARE

"Myn ferhalen meitsje ik meinammen foar bern omdat ik dêr myn fantasy goed yn kwyt kin. Bern begripe dy fantasy. Ik prebearje te wurkjen mei universele tema's, sadat elkenien begrypt wat ik bedoel. Sa ha ik it printeboek 'Omke Ûle past op' makke foar myn soan, doe seis jier. It betinken begjint faak mei it ûnderwerp. Dat waard oppasjen. Dat kin in gewoan ferhaaltsje wurde, mar ik tocht: 'Wat no

at der ien oppasset dy't dat hielendal net leuk fynt?' Dat is in leuk konflikt. Omke Ûle hat hielendal gjin nocht oan dat neefke. Hy is in hûslik type dy't net nei bûten doart. Hy hat ek allegear fobyen. En dat jonkje wol nei bûten fansels. Geandewei it meitsjen betink ik dan wat de omke leare kin fan it jonkje en oarsom."

Sa sjoch ik ek nei it lesjaan. Wat kinne de learlingen fan my leare en oarsom? Ik besykje te sjen nei wat sy nedich hawwe en net allinnich nei wat sy kwa lesstof leare moatte. Ik kin myn lessen tariede, mar it gjit altyd oars. It is ûnfoarspelber en dat fyn ik moai. It is ymprovisearjen. Dat is it libben dochs ek? It giet nea sa ast ferwachtst. It is wat it is. Dat besykje ik de bern mei te jaan. En ik hoopje dat ik harren fertrouwen jou, dat it goedkomt. Dat sy tinke: 'Dy Van Dyk tinkt dat ik it kin, ik besykje it wol.'

WËS MAR LEAF

"Myn boeken hawwe net needsaaklikerwise in boadskip. Dan wurdt it al gau W.G. van de Hulst-achtich. 'En wat er toen gebeurde...', dat wurdt te tutchich. Ik ha leaver dat bern der om laitsje moatte of achterôf tinke: 'Ah, miskien bedoelt er wol dit of dat'. It moat der net te dik boppeop lizze. Ik fyn it wol moai at bern der in bepaald gefoel yn herkenne, fan genegenheid, leafde. It oppasboek giet oer hoe't jo oer je eigen grinzzen stappe kinne. It jout bern it fertrouwen dat it wol goed komt. Eins is it wat ik ek sei oer myn eigen âlders. Miskien ha ik ûnbewust wol foar dit tema keazen omdat it eins myn eigen tema is."

Yn it nijste boek wol Omke Ûle nei de stjerren. Syn neefke wol wol helpe, mar it slagget hielendal net. Hy stoart del en komt ta de konklúzje dat it ûnmooglik is. Dan betinke de boskbewenners dat

sy de romte nei Omke bringe kinne. Sa meitsje sy de dream minder grut, mar wol helber. Dat fyn ik in moaie gedachte. Datst mei-inoar in hiel soad foarelkoar krije kinst. Yn al myn boeken sit in wiisheid of in bepaald gefoel. Der sit altyd wat yn fan hoe't ik nei de wrâld sjoch. In ûnderwerp dat altyd wer werom komt is: wêr mar leaf foarinoar. Akseptearje inoar. Der is romte foar elkenien. Ik tink dat dat it is."

OPRJOCHE OANDACHT

"Sa bin ik ek grutbrocht. En dat is ek wat ik myn soan bybringe wol. As heit hoopje ik net tefolle te oardielen. Ik wol him de mooglikheid jaan sels nei te tinken sûnder dat hy earst nei my sjocht. En ik hoopje him oprjochte oandacht te jaan. Dat fyn ik wolris muoilik. Wy folwoeksenen folje al gau yn wat de oar tinkt of sizze wol. Wy wolle graach ús eigen ferhaal fertelle. At minsken by elkoar sitte is it faak in útwikseling fan ferhalen. Dat is net in petear."

It is stadichoan de kultuer wurden dat je oeral wat fan fine moatte. Fia social media bygelyks: jou in 'like' of reagearje yn de 'comments'. Of by de radio: lit witte ast dit ferske faker hearre wolst of net. It is in frjemde ûntwikkeling. Wârom komme der safolle minsken oan tafel yn in praatprogramma op tillefyzje dy't fertelle wat se earne fan fine? Lit my dat sels bepale. It is in teken fan de tiid. Wy binne oan it ferlearen om wiere ynteresse te toanen, fjirder te freegjen. Myn mem kin altyd goed harkje. Sy kin hiel goed neat sizze. Oaren prate litte en trochfreegje. Dan komt ta de kearn. Dat makket it petear weardefol."

At myn soan letter tinkt: 'Myn heit is in leave man, hy is der altyd foar my west en hat my fertrouwen jûn dat ik it kin, sjenlitten dat der mooglikheden binne, dan set ik der in grutte krul ûnder.'

Dak- en Gevelbeplating De IJzeren Man B.V. is een gespecialiseerd bedrijf dat zich bezighoudt met het leveren en aanbrengen van stalen en aluminium dak- en gevelbeplating. Tegenwoordig maakt het bedrijf deel uit van de Cold Care Group. In de afgelopen jaren hebben wij diverse toonaangevende projecten gerealiseerd. Onze werkzaamheden vinden voornamelijk plaats op diverse projectlocaties in Noord-Nederland.

Vanwege een constante groei van onze orderportefeuille zijn er binnen ons bedrijf een aantal vacatures ontstaan voor de volgende functies:

**Monteur dak- en gevelbeplating en
Leerling monteur dak- en gevelbeplating
(interne opleiding)**

In deze functies draag je zorg voor o.a.:

- Het monteren van dak- en gevelbeplating op locatie
- Het uitvoeren van de werkzaamheden binnen de VCA** regelgeving

Voor deze functie vragen wij:

- Goede contactuele eigenschappen
- VOL-VCA diploma (of bereid dit te halen)
- Collegialiteit en stressbestendig

Kandidaten met ervaring in de staalbouw, met name in dak- en gevelbeplating hebben de voorkeur.

Voor deze functies bieden wij:

- Een salaris dat in overeenstemming met de zwaarte van de functie en ervaring
- Goede primaire en secundaire arbeidsvoorwaarden

Heb je interesse in een van deze functies?

Stuur dan je sollicitatiebrief met CV naar:
De IJzeren Man Beheer B.V., t.a.v. dhr. S. Veenstra, Brandemeer 8, 8502TV Joure Of per e-mail naar:
sieger@deijzerenman.nl



**Vacature
Schadebehandelaar
verzekeringen**
(parttime 16-24 uur)

Ben jij een ervaren schadebehandelaar met een passie voor het leveren van uitstekende service aan onze klanten? Octras, jouw betrouwbare partner in verzekeringen, is op zoek naar een gemotiveerde schadebehandelaar om ons team te versterken. Als schadebehandelaar bij Octras speel je een cruciale rol in het ondersteunen van onze klanten bij schadeclaims.

FUNCTIEOMSCHRIJVING

Als Schadebehandelaar bij Octras ben je verantwoordelijk voor het afhandelen van schadeclaims, zowel voor particuliere als zakelijke klanten. Je zorgt ervoor dat claims efficiënt worden verwerkt en dat klanten tijdig en professioneel worden geïnformeerd over de voortgang van hun claim. Je werkt nauw samen met interne en externe partijen om ervoor te zorgen dat claims correct worden afgehandeld en dat klanttevredenheid altijd voorop staat.

**VACATURE
VERKOOPMEDEWERKER**

24 - 28 uur per week

Ga jij dit nieuwe jaar deel uitmaken van ons gezellige verkoopteam? Probeer je altijd het beste uit jezelf te halen en neem je graag het voortouw? Ga dan aan de slag bij de lekkerste bakkerswinkel van Bolsward.



Past dit bij jou?

- Gastvrij
- Affiniteit met horeca
- Aanpakker
- Zelfstandig
- Leergierig
- 3 dagen beschikbaar



Reageer voor 22 januari 2024

Stuur je cv en motivatiebrief naar
grietje@puurposthuma.nl

WIJ BAKKEN MET

REDERTARWE

WAT WIJ VERWACHTEN

- Ruime ervaring in schadebehandeling.
- Uitstekende communicatieve vaardigheden en klantgerichtheid.
- Zelfstandigheid en de mogelijkheid om prioriteiten te stellen.
- Accuratesse en oog voor detail.
- Kennis van verzekeringsproducten en polisvoorwaarden.
- Teamspeler met de bereidheid om bij te dragen aan een positieve werkomgeving.

WAT BIJEN WIJ

- Een uitdagende parttime functie (16-24 uur per week) in een innovatief en transparant bedrijf.
- Een informele en professionele werkomgeving.
- Kans voor persoonlijke groei en ontwikkeling.
- Marktconforme beloning en secundaire arbeidsvoorwaarden.

Wil jij deel uitmaken van ons toegewijde team en bijdragen aan de missie van Octras om klanten de best mogelijke verzekeringservaring te bieden? Stuur dan je CV en een korte motivatiebrief naar jhidalgo@octras.nl. We kijken ernaar uit om van je te horen!

OCTRAS RAADSCHAP B.V.

T.a.v. De heer Jordan Hidalgo
jhidalgo@octras.nl

Zeilmakersstraat 3D
8601 WT SNEEK

T (0515) 42 47 89
E info@octras.nl
I www.octras.nl



octras

VEEL INTERESSE VAN KOPERS
VOOR TE KOOP STAAND MUSEUMDORP IN ALLINGAWIER

**“Wy wolle de gebouwen
in moaie herbestimming jaan”**

Op vastgoed-verkoopsite Funda staat een opvallend object te koop: het voormalige museumdorp Aldfaers Erf in Allingawier. Ooit was dit cultuurhistorische museum, waarin te zien en te beleven was hoe mensen op het platteland een eeuw geleden leefden en werkten, een van de grootste toeristische attracties in Fryslân. Met name de laatste tien jaar daalden de bezoekersaantallen. Medio september sloot het museum definitief de deuren. “It wienen prachtige jierren, mar wy moatte no foarút sjen. Ik ferwachtsje dat it museumdoarp in moaie herbestimming krijt”, zegt oud-bedrijfsleider Ferk Schakel.

Het terpdorp Allingawier telt slechts 75 inwoners, waarvan de meeste in het buitengebied wonen. Het terrein van het voormalige museumdorp Aldfaers Erf aan de Kerkbuurt slokt dan ook een groot deel van het grondoppervlak in de dorpskern op. Een oude smederij, een rijksmonumentale boerderij, een schuur, een - veertien jaar geleden nieuw gebouwde - horecagelegenheid en een achtergelegen stuk land nemen in totaal 2,4 hectare in beslag en dit alles staat nu als één object te koop op Funda.

**“IN LUST OM HIJ
TE WÉZEN”**

De oude eigenaar, stichting Aldfaers Erf, verkocht het museumdorp in december aan vijf Friese ondernemers, die samen vaker investeren in vastgoedprojecten. Het zijn Mark de Witte (Makkum), Peter en Richard Miedema (Bolsward) en Sikke Reinsma en Hylke Tholen (beiden uit Wergea). “Ik bin tige bliid dat dizze manlju it kocht hawwe en wit dat in passende herbestimming fan it museumdoarp by harren yn goeie hannen is”, zegt bestuurslid Ferk Schakel (65) van stichting Aldfaers Erf.

Mark de Witte, die namens de huidige kopers bij het gesprek aanwezig is, knikt. “Ik kaam as bern altyd graach op ‘e fyts fanút myn wenplak Makkum nei it museum yn Allingawier ta. Dat wie doedestids noch in belibbenis. In pear jier lyn waard ik hjir mei myn boukundich advytsburo troch de stifting belutsen by de renovaasje fan in museumpand. Doe’t ik hjir oan it wurk wie, bin ik fereale wurden op it doarp. Yn it skoft siet ik te genietsjen fan it wiidse útsicht, de stilte én de natoer yn Allingawier. It wie in lust om hjir te wézen. Dêrom haw ik úteinlik, tegearre mei de oare manlju, it museumdoarp kocht. Wy sykje no in gesikte keaper, foar wa’t wy de herbestimming boukundich yn oarder meitsje kinne, mar de nije eigner kin fansels ek sizze fan: ‘Wy hawwe der ús eigen minsken wol foar.’”

PASSENDE BESTEMMING

De gemeente Súdwest-Fryslân staat er, volgens De Witte, welwillend tegenover om het museumterrein een andere bestemming te geven. “Dy nije bestimming moat



dagen efterien. Ja, ik waard troch myn heit flink troch de mosterd fitere”, kijkt hij glimlachend terug. “Troch de jierren hinne haw ik my opwurke ta bedriuwslider. Yn de jierren santich en tachtich kamen hjir wol 140.000 besikers per jier en wy hienen mar leafst njoggentjin minsken yn fêste tsjinst. Fierder hat ús museum in protte minsken dy’t fan de gemeente reintegreare moasten, wurk ferskaft en in nije takomst jûn.”



Het leegstaande restaurant

KOSTEN

Vooral in de laatste tien jaar liepen de bezoekersaantallen sterk terug en namen de museumkosten toe. “Foaral dy fan it ûnderhâld oan ús gebouwen. Dat hat eins it brek-punt west. Wy rûnen altyd efter de feiten oan, der wienen faak ‘on-voorziene’ kosten en dat gong ten koste fan de winst”, zegt Schakel. Daarnaast is de regelgeving voor musea inmiddels zó aangescherpt, dat stichting Aldfaers Erf daar niet meer aan kan en wil voldoen, volgens Schakel. Hij doelt onder andere op het moeten aanstellen van een conservator, veiligheidsmaatregelen, klimaatbeheersing, verzekeringen en dergelijke. “De koroanaperioade hat ús finansjeel ek gjin goed dien.”

FOTO BOVEN: Ferk Schakel en Mark de Witte voor de oude smederij van het museum. FOTO LINKS: Rijksmonumentale boerderij van het museum.



HISTORIE

De in 2020 overleden bouwkundig aannemer Yde Schakel zette de Aldfaers Erfroute in de jaren zestig als hobby op en kocht daarvoor oude panden in Exmorra, Allingawier en Ferwoude op, die hij als museumruimte inrichtte. Door de jaren heen werd de opzet steeds professioneler en werd hiervoor een stichting in het leven geroepen. “Ik haw fan myn achttjinde jier ôf yn it museum wurke”, zegt zijn zoon Ferk Schakel. “Ik bin ûnderoan de ljeadder begûn en fertsjinne earst 125 gûne yn ‘e wike. Yn de earste wiken wie dat sân

fansels by de aard en de skaal fan it doarp pasje. Der binne wy as ferkeapjende partij ek skerp op. In Landal GreenParcs of appartemintenkompleks past hjir bygelyks net. Wy ferkeapje it museumdoarp it leafst as ien gehiel, want dat is tink ik ek de krêft fan dit objekt.” De Witte vertelt dat er tot nu toe

veel interesse is van kopers. “Minsken dy’t hjir in soarchbuorkerij, in ‘Bed & Breakfast’ of in partikulier wenplak fan meitsje wolle. Ek is der in kandidaat by dy’t hjir in wenmienskip meitsje wol foar soanen dy’t net oer de strieling fan stjoermêsten kinne. Koart sein kin it, kwa keaper, noch alle kanten op.”

TAKOMST

“Aldfaers Erf hie úteinlik gjin takomst mear. It is goed sa. Wy hawwe oait de bewenners fan Allingawier de gebouwen ûntnommen foar it museum, mar jouwe dizze grûn no yn feite wer oan harren wêrom”, stelt Schakel. “Ik ferwachtsje dat it museumdoarp in moaie herbestimming krijt. Us stifting hâldt net op te bestean. Wy geane ús no op te behâld fan oar erfgoed rjochtsjen. Sa wolle wy no in âlde boat opknappe ta rûnfeartboat foar toeristen.”



Ria Scholten

‘Bij Empatec kan ik me nog steeds ontwikkelen’

In de doorgaans drukke gangen van het sociaal werkleerbedrijf Empatec, springt één persoon er uit met een glimlach. Dat is Ria, een prachtig mens met een altijd blijde uitstraling, ze straalt werkplezier uit. Haar geheim? De afwisseling van taken én ze wil zich altijd blijven ontwikkelen, zelfs op haar 58ste.

Geboren en getogen in Lemmer, groeide Ria op in een warm en liefdevol gezin. Met 7 broers en zussen om haar heen leerde ze de waarde van delen en van samen sterk staan.

40-jarig jubileum

Op haar achtthiende begon Ria haar reis bij Empatec. Haar reis begon op het naaiatelier (toen nog Finkenburg) en ging vervolgens naar de afdeling Verpakken. Eén van de leukste werkzaamheden die ze hier deed was het bedienen van de pepernotenmachine. Deze machine trok zelfs de aandacht van Omrop Fryslân en vol passie vertelde Ria op zowel radio als televisie over haar werk.

Sinds kort werkt Ria in het magazijn van Verpakken. Hier, te midden van geordende stapels dozen en keurig gerangschikte producten, heeft ze haar nieuwe werkplek gevonden. Ria's ogen glinsteren van trots als ze spreekt over haar werk in het magazijn. Nieuwe dingen leren daar wordt ze blij van. Ze bedient verschillende machines en manoeuvreert behendig alle dozen op de juiste plek. En in 2024 gaat ze zelfs aan de studie om een heftruckcertificaat te halen. Ondanks dat ze nog nooit auto heeft gereden/geen rijbewijs heeft, gaat ze deze uitdaging vastberaden aan.

Onlangs vierde Ria haar 40-jarig jubileum, een mijlpaal die niet onopgemerkt voorbijging. Vol trots staat ze op de foto, met het speldje dat ze kreeg uitgereikt tijdens het jubileum.

Haar leidinggevendend Jappie en Marten vullen aan: "Ria is als een open boek, eerlijk en direct. Een harde werker die met humor door het leven gaat en altijd voor haar werk staat. Haar bereidheid om zelf de ontwikkeling op te zoeken, zoals het vragen om in het magazijn te werken, typeert haar. Ze is vastberaden om te blijven groeien en nieuwe uitdagingen aan te gaan."

Grutsk

Empatec en haar werk zijn niet slechts een plek waar Ria haar tijd doorbrengt; het is een bron van trots. "Grutsk" is wat Ria voelt voor haar werk en voor Empatec. Deze trots straalt door in haar dagelijkse activiteiten en draagt bij aan de positieve sfeer binnen het team.



“Mensen staan versteld van wat beeldhouwen met je doet”

ANNA AKKE
FOPMA EN
JAN ZEEDERS
ZIJN SAMEN
STAAL & STEEN

Staal & Steen zit op een prachtige zichtlocatie in de binnenstad van Bolsward, aan Achter de Smeden. Transparant door de grote ramen en daardoor niet bepaald een doorsnee atelier waar een kunstenaar het liefst anoniem en vooral ongestoord kan werken. Passend bij de twee eigenaren, want ook die zijn geen doorsnee. Kort verteld is Anna Akke Fopma door een drama in haar leven gaan beeldhouwen en heeft ze echtgenoot Jan Zeeders die handig is met staal, hier mee aangestoken. Ze werken completerend en zo is één en één twee.



“Ga maar wat maken; als je beter wilt worden, zul je stappen moeten zetten”

Vier dagen in de week geeft Anna Akke Fopma workshops of eigenlijk workshops plus, want ze voegt er coaching van 'De Kleine Tiki' aan toe. De Kleine Tiki in Breda is een school voor kunst, coachen en persoonlijke ontwikkeling. "Daar ligt niet de nadruk op", haast Anna Akke zich te zeggen. "Er komen hier ook cursisten puur voor technisch beeldhouwen of voor sociale contacten. Mensen staan versteld van wat beeldhouwen met je doet. Je innerlijke proces gaat aan de slag. Als mensen hier starten, wil ik graag dat ze intuïtief gaan werken. Ze zoeken dan een steen uit die ze aanspreekt; ik geef ze een klopper en een beitel en dan zeg ik: 'Begin maar'. Wat het moet gaan worden, moet je loslaten. Dat probeer ik eerst uit hun hoofd te krijgen. De verbazing van wat er uiteindelijk ontstaat, daar gaat het om. Natuurlijk is er ook ruimte voor de klant om volgens een voorbeeld een beeld te gaan maken, hier komt meer beeldhouwtechniek bij kijken."

‘DE WEG NAAR HET BEELD’

Anna Akke heeft er een boek over geschreven met als titel 'De weg naar het beeld'. Een lijvig boekwerk van 268 pagina's, full color met in het eerste deel haar eigen ervaringen met hoe beelden zijn



ontstaan. In het tweede deel van het boek staan verhalen van cursisten. Over hoe zij de weg naar het beeld hebben beleefd. Afgewisseld met gedichten die Anna Akke bij De Kleine Tiki heeft leren schrijven. "Het doel van het boek is om mensen te laten beleven dat, als je aan de slag gaat met jezelf in welke omstandigheden dan ook, je iets creëert en dat dit je ergens brengt. Ik heb weleens tegen een huisarts gezegd dat hij beter een tienrittenkaart beeldhouwen kan uitgeven dan al die oxazepammetjes. Dan zouden de mensen veel gelukkiger zijn. Het is zo gemakkelijk om kalmeringspillen voor te schrijven.



De gezamenlijke expositie in de Broerekerk in Bolsward.

“Een kind met ADHD hoor je niet meer als die hier aan het beeldhouwen is”

Creatief bezig zijn is veel beter voor je lijf en geest. Dat heb ik zelf ervaren en dat ervaar ik nog steeds in het atelier bij mijn klanten. Ook met kinderen. Een kind met ADHD hoor je niet meer als die hier aan het beeldhouwen is. Dat klinkt heel zweverig, maar dat gebeurt hier gewoon. Dat ik dat mee kan geven, maakt mij een rijk mens."

DRAMA

Aan haar weg vinden in het beeldhouwen, ligt een drama ten grondslag. Anna Akke: "Ik ben na het overlijden van mijn eerste man in 2001 driekwart jaar opgenomen geweest bij de ggz. Daar kreeg ik op een gegeven moment een steen voor mijn neus met de opmerking: 'Ga maar wat maken. Als je beter wilt worden, zul je stappen moeten zetten'. Dat is mijn quote geworden."

Drie jaar later kwam Anna Akke Jan Zeeders tegen. Een bezoek aan Koudum zorgde voor een tweede impuls. "Bij het Beeldhouwcentrum Koudum heb ik mijn rouwverwerkingsbeeld gemaakt, in de vorm van een hart. Onder dat beeld heeft Jan een mooie roestvast stalen sokkel gemaakt. We kregen al snel de vraag: 'Wil je hier niet verder mee?'" Jan maakte een klein assortiment sokkels waarmee ze

beeldhouwinkels afreiden. Inschrijving bij de Kamer van Koophandel was al snel een feit met 'Staal & Steen' als bedrijfsnaam. Want, hoe moeilijk kan zo iets zijn.

KEUZES OP JE WEG

Een naam is één, een locatie is een ander verhaal. Die werd gevonden in Exmorra waar Jan in eerste instantie begon met het maken van roestvast stalen sokkels. Om het toerisme een impuls te geven, kwam er vanuit het dorp de roep om een galerie. Anna Akke: "Toen werd de werkplaats uitgebreid met ook een galerie. Vervolgens kwam de vraag of ik ook les gaf en hebben we de werkplaats uitgebreid en ben ik les gaan geven. Dat is gegroeid tot dertig, veertig cursisten in de week, in vier dagen." Maar niet meer in Exmorra. Twee jaar geleden werd de galerie vervuld voor een prachtig pand in het centrum van Bolsward. "Bijzonder hoe de weg loopt - weer de weg - na het overlijden van mijn man. Ik werd afgekeurd bij de Thuiszorg en dit kwam vervolgens op mijn pad. Er komen keuzes op je weg, elke keer sla je af of ga je rechtdoor."

UIT DE HAND GELOPEN

Naast haar werkzaamheden in het atelier is Anna Akke twee dagen in de week se-

cretresse op de operatieafdeling van het Antonius Ziekenhuis in Sneek. "Het klinkt wat raar misschien, maar dat heb ik ook nodig om dit soort werk te kunnen doen. Vooral vanwege de financiën, want we kunnen er niet van bestaan." "Het atelier is een beetje een sociale instelling", neemt Jan het woord over. "We zijn niet commercieel. Dat ligt ons niet." Jan Zeeders zat ruim dertig jaar in de roestvast stalen tankbouw bij Holvrieka Nirotta in Sneek vandaar ook zijn affiniteit met dit product. Intussen is hij met pensioen. "Anna Akke vroeg me een sokkel te maken. Toen dacht ik: 'Dat is mooi simpel werk, dat kan ik thuis ook'. Maar dat liep wat uit de hand", slinger hij een understatement over tafel.



Circle of life

ONTROERENDE BEELDEN

Waarschijnlijk beïnvloed door zijn vrouw - want de twee zijn intussen getrouwd - maakt Jan niet alleen sokkels, maar ook complete kunstwerken. Liefst met ronde vormen, maar hij maakt ook urnen. Erg fraai is de door hen beiden gemaakte 'Circle of Life' waarin drie bollen van speksteen gevat zijn in een deels open en deels gesloten stalen lijnenspel waar het totaal wordt omsloten door een deels open cirkel. Daarbij zijn de drie bollen ook nog verschillend van kleur: zwart, grijs en wit. Beelden met een verhaal, daar gaat het om.

Kroon op hun werk was een tweedaagse gezamenlijke expositie in de Broerekerk in hun woonplaats Bolsward in juli van 2023. Vijfenvertig zakken boomschors uitgelegd op de vloer die erg fraai een boom vormde, was de basis. Centraal in de boomstam het eerder genoemde hart, aan de zijtakken van vrijwel elke tak een sokkel met daarop een kunstwerk en zo langzaam uitgroeiend tot een geheel. Erg goed bedacht. "Ik was ontroerd", zegt Anna Akke. "Ik heb iets met bomen. Dat is leven, groei. Dan sta je daar en denk je: 'Huh, dat hebben wij allemaal gecreëerd'. Dan word je wel even stil. En ik niet alleen, ook veel bezoekers en zelfs de tuinman was geroerd."

Gezellig Thialf stamp ende vol

Nostalgie wordt weer een woord voor Thialf

Zo tegen het einde van het jaar dompelt geheel Fryslân zich altijd in de sfeer van ijsstadion Thialf. Een grote attractie was en is dat nog altijd. Als je de verhalen naleest en aanhoort, hoor je niets anders dan prettige herinneringen over de belevenissen op en langs de baan.

Met de kerst was er sinds jaar en dag een sprinttoernooi van de HCH, de Heerenveense hardrijdersclub. Waar ook nog vaak vedetten aan deelnamen als ze een trainingwedstrijdje wilden rijden voor de afstandskampioenschappen. Die kampioenschappen worden meestal gehouden tussen kerst en de jaarwisseling. En op 1 januari was altijd de dag van de nieuwjaarsmarathon. Dat was eigenlijk de nieuwjaarsreceptie van de zo met elkaar verbonden Thialf-wereld.

De tijd gaat snel. Thialf is 'anders' geworden. De mooiste en beste ijsbaan in de wereld, waardoor ze zelfs even een olympische nominatie hadden. Een topijsbaan straalt wat een ander karakter uit dan eertijds. En dus moeten de schaatsbestuurders hun best doen die nostalgische sfeer niet af te schaffen.

Het publiek en de schaatsers hebben daar geen moeite mee, zo bleek uit het laatste weekend in 2023 (NK afstanden), en het eerste (EK) schaatsweekend van 2024. Schaatsen is nog steeds een gezellige sport. En ook een 'lieve' sport: onderweg krijg je niet een deuk van je tegenstander. Verliezers kloppen de winnaars vriendelijk op de rug, terwijl het publiek enthousiast applaudisseert, en dan om koffie of een borrel gaat.



NATIONALE EN EUROPESE AFSTANDSKAMPIOENSCHAPPEN: WAT EEN SFEER!



Eind december waren op Thialf de Nederlandse schaatskampioenschappen afstanden. Als we het op deze pagina's zo nu en dan toch over vroeger hebben: die kampioenschappen bestonden in het Ard en Atje-tijdperk nog niet. Nederland had in de internationale schaatsunie, de ISU, namelijk een machtspositie. En in Nederland schaatste je allround. Het buitenland heeft dat stilaan veranderd.

PIEKEN EN DALEN

In 1987 ontstond pas het nationale kampioenschap afstanden. En meestal wordt dat gehouden tussen kerst en de jaarwisseling. Het blijkt dat het publiek dat erg prijs stelt. Korte (maar wél hevige) programma's over drie dagen in een periode dat de economische arbeid in dit land op een zacht pitje staat. Even naar Thialf. Voor je het weet zit het stadion vol.

TWEE WEKEN ORANJE

En het publiek kan als het ware gewoon blijven zitten omdat de Europese afstandskampioenschappen er dit seizoen een week later werden gehouden. De volle Thialftribunes kleurden ineens weer oranje. En dat deden de erepodia ook. Ook wel logisch. De Russen waren er niet en alleen enkele verdwaalde Noren en Italianen konden het de Nederlanders nog lastig maken. Dat deden ze ook: de Noorse mannenploeg reed naar de winst in de ploegachtervolging. En ze deden dat in een nieuwe wereldrecordtijd: 3:34.22. Ontzagwekkend. Als een geoliede machine gingen ze over het Heerenveense ijs.

Leuk was dat de revolutie van een week eerder, toen de jongere Nederlandse sprinters de oude mannen uit de selecties verdreven, gewoon werd doorgezet.

Ja, Kjeld Nuis nam wraak door de 1000 meter als Europees winnaar af te sluiten. Maar Jennings de Boo, de revalidatie van de nationale afstandskampioenschappen, werd netjes tweede en op de 500 meter de Europese kampioen in opnieuw een 34.4. Stabiel.

Jouster Tim Prins was op zijn afstand, de 1000 meter, keurig derde. Hij is ook stabiel. Misschien dat hij en De Boo ten opzichte van Nuis nog wat onwennig waren in een internationaal toernooi. Ze zeiden

tenminste dat de Europese kampioenschappen hen wat zenuwachtiger hadden gemaakt. Maar ze lieten zich het enthousiasme van het publiek goed smaken.

KONINGINNEN

Koningin van de Europese kampioenschappen was Marijke Groenewoud uit Grou. Ze won de drie kilometer en reed daar in een rechtstreeks duel af met de Noorse Wiklund en met de tijd van Ireen Schouten. De armen die trainer Jillert Anema uit Bontebok na die overwinning



in de lucht smeed, geven aan dat Groenewoud Schouten heeft bijgehaald. Twee dagen later versloeg ze Schouten in de massastart, won met Schouten en Joy Beune de achtervolging en werd tweede op de 1500 meter.

Achter Antoinette Rijpma-de Jong uit Heerenveen, die zich óók koningin voelde, omdat ze een week eerder nog slechts matig was en nu de 1500 meter overtuigend won en op de 1000 meter netjes tweede werd achter Jutta Leerdam. Die ondanks de winst niet overtuigde, maar wel stabiel was. Dat was de derde Friese koningin, Femke Kok uit Nij Beets, wél. Ze reed net als de week ervoor 37.4 en daarmee is ze net zo stabiel op die 500 meter als De Boo. Ze had graag ook de 1000 meter willen rijden, maar daarop viel ze op de Nederlandse afstandskampioenschappen en de KNSB streek niet met de hand over het hart. Hopelijk corrigeren ze dat nog voor de WK allround. Dat zou niet alleen goed zijn voor Kok, maar ook voor de oranje supporters die op Thialf weer lieten zien en vooral horen hoe graag ze de erepodia oranje gekleurd willen zien. Wat een sfeer!



BELEEF HET MARATHON-SCHAATSEN VAN DICHTBIJ OP 13 JANUARI 2024

Op 13 januari is er weer een schaatsmarathon op Thialf Heerenveen. Niet zoals eertijds gebruikelijk was op 1 januari. Dat was altijd vaste prik. In de laatste jaren steeds voor het nationaal kampioenschap marathon, wat deze keer in de Elfstedenhal in Leeuwarden is gehouden. De revanche van het kampioenschap, waar de vedetten allemaal in de voorlaatste bocht vielen, is op 13 januari als Thialf een marathon organiseert.

Of eigenlijk Thialf niet, dat doet de KNSB, die intussen alle ins en outs van de wedstrijden onder beheer heeft. De marathoncommissie van het gewest Fryslân hoeft alleen te zorgen voor de omliggende organisatie, samen met Thialf. Die marathoncommissie is overigens door allerlei omstandigheden wat uit elkaar gevallen. De Friese oud-marathonschaatsers die elke marathon nog aanwezig zijn op Thialf om even met elkaar na te praten over hun rijke carrières, hebben dat gezien en zijn er nu zelf ingestapt. Ook al omdat er bij de laatste marathon die in Heerenveen werd gehouden, op 4 november, te weinig publiek was en de winnaar, Harm Visser uit Zwaagwesteinde, niet de Friese publieksleider kreeg die hem wel toebehoorde.

Ein minionderzoekje leverde op, dat een heleboel mensen ook niet wisten dat er die avond een marathon zou worden gereden in Thialf. De spanning die nu gedaan wordt heeft dan ook 'bekend maken' als grondgedachte. Haal de bezoekers op. Alle media worden daarvoor wakker geschud. Tot en met een eigen website. Waarop je ook entreekaarten kunt bestellen. Want dat is de nieuwe tijd; daar moet dus ook de schaatsmarathon in meegaan.

'GRATIS'

Nieuw is ook dat het niet te duur moet zijn voor de mensen die komen; dan kom je toch gemakkelijker. Normaal kost

een entreebewijs voor de marathon een tientje. Verzekeringsmaatschappij Univé betaalt op 13 januari daar zeven euro van. Dus dan ga je voor drie euro naar binnen. En als je dan binnen bent, krijg je van kunstijsbaan Thialf een gratis bakje koffie. Dus kom je eigenlijk helemaal gratis naar de schaatsmarathon in een stadion, waar je ook in de corridors achter de tribunes heerlijk kunt rondlopen. Dan is het gezellig in Thialf.

SPECTACULAIR

Als die bezoeker binnen is, moet hij of zij ook weer enthousiast worden gemaakt. Dan kom je nog eens een keertje weer. Nu hoeft ook die nieuwe marathoncommissie niet over het spektakel in te zitten. Ze hebben al lang gezien dat het schaatspeloton er een spectaculair seizoen van maakt. Van de eerste tot de laatste meters wordt er keihard gereden. Tot op de meet is, zowel bij de dames als de heren, niet bekend wie er zal winnen.

Twee nieuwe speakers zullen de schaatsers allemaal volgen en alles vertalen naar het publiek. En als het dan even stil valt, dan gaat er een dj los om het feest van die 13e januari compleet te maken. Om zeven uur rijden de dames tachtig rondjes; om kwart over acht rijdt de topklasse van de heren over 125 ronden. Harm Visser zal wraak willen nemen op zijn val tijdens het NK marathon in Leeuwarden. Waar overigens Luc

Programma

Marathon schaatsen

ZATERDAG
13 JANUARI 2024

19.00 uur
Topdivisie vrouwen, 80 ronden
20.15 uur
Topdivisie mannen, 125 ronden
21.45 uur
Beloften mannen, 100 ronden

ter Haar uit Heerenveen de winnaar was en die zal zich ook best willen laten zien.

De nieuwe marathoncommissie weet ook wel dat er na 13 januari meer marathons georganiseerd moeten worden. Ze hebben het voornemen om daarbij samen te werken met de bijna werkloze natuurverenigingen. Ongetwijfeld zullen daar in de toekomst maatregelen voor worden genomen. Eigenlijk is het nu al een oplossing voor de ijsbestuurders om wat voor hun leden te kunnen doen.



Leer Vraag Ontmoet Lees Doe

“Iets online regelen is soms best lastig”

In elke bibliotheek kun je gratis terecht met vragen over de digitale overheid. We helpen je op weg, delen informatie en kunnen je doorverwijzen.

Ook als je geen lid bent. Kom langs bij de Bibliotheek bij jou in de buurt!

bmf.nl/ido

informatie punt

de Bibliotheek
Bibliotheken Mar en Fean

groot bolsward-ijsselmeerkust

Hét maandblad met verhalen uit de regio Bolsward en IJsselmeerkust op de bank en... online!

VOLG ONS OOK OP SOCIAL MEDIA!

HET ACTUELE (SPORT)NIEUWS LEES JE OP:
WWW.GROOTBOLSWARD-IJSSELMEERKUST.NL

VISSER.frl

Bij Visser huurt u eenvoudig en snel een afvalcontainer!

BINNENKORT VERBOUWEN?

Van afval naar grondstoffen en energie. Samen maken we de cirkel rond!

Meer info op visser.frl

Lekkere en gezonde maaltijden gewoon aan huis geleverd

“De vegetarische omelet is mijn favoriet!”

Voor mensen die wel een steuntje in de rug kunnen gebruiken bij de dagelijkse gang van zaken in huis, staan de medewerkers van Thuishotel maar wat graag klaar. Of het nu om tijdelijke of langdurige hulp gaat, in beide gevallen zijn ze er voor u. Bijvoorbeeld met maaltijdservice van Antonius.

Hoewel de 91-jarige mevrouw Goedemoed-Koning uit Uitwellingerga nog prima ‘haar eigen boontjes kan doppen’, bleef ze na wat fysieke ongemakken de maaltijden van Thuishotel trouw. “Het was zo heerlijk, ik wilde het niet afzeggen”, zegt ze. Het mag dan een gure herfst dag zijn in november, in de woonkamer van mevrouw Goedemoed-Koning is het lekker warm en knus. Meubels die nog van haar ouders zijn geweest, zitten nog altijd prima en op de kastjes staan overal foto’s van haar dierbaren. Ze voelt zich topfit en is absoluut geen stilzitter. Toch had ze in het begin van 2023 even wat hulp nodig, nadat ze bij een valpartij een aantal ribben had gebroken. “Met behulp van de thuiszorg van Antonius en de maaltijdservice van Thuishotel kwam ik er weer bovenop”, vertelt ze.



Mevrouw Goedemoed-Koning: “Ik zeg tegen iedereen dat ik er zo lekker van eet. Ik benoem het altijd. Het is zo heerlijk!”

Zelfredzaam

Sinds 2011 is mevrouw Goedemoed-Koning weduwe. “Een week vóór ons vijftigjarig jubileum is mijn man Hille overleden. Hij was niet zo van die poespas, dus ‘ik knijp er tussenuit’, zal hij wel gedacht hebben”, vertelt ze met een glimlach. Haar drie kinderen en acht kleinkinderen wonen niet in de buurt, maar ze staat er niet alleen voor. Met Antonius Maaltijdservice, een huis-houdelijke hulp en een tuinman die haar helpt bij het onderhoud van haar ruime tuin, redt ze zich nog prima zelf. “Maar ik moet er niet aan denken om ziek te worden. Dan heb ik echt een probleem.”

Elke dag actief en met sociale controle

Mevrouw herstelde begin dit jaar goed en snel van haar gebroken ribben, mede dankzij haar actieve levensstijl. Ze mag dan weliswaar 91 jaar oud zijn, dat betekent voor haar niet dat ze stil achter de geraniums gaat zitten. Elke nieuwe dag zit weer vol beweging en activiteit. “Elke dag maak ik drie wandelingetjes, doe ik een oefening op de roeimachine en in de zomermaanden zwem ik in het natuurzwembad in Uitwellingerga.”

Doordat ze elke dag dezelfde route neemt tijdens het wandelen, is er gelukkig ook een stukje sociale controle in het dorp. “De koetjes herkennen me al en de mensen in het dorp zien mij elke dag lopen. Die zullen me zeker missen als ik eens een keertje niet langsloopt.”

Groente, rauwkost en vegetarisch

Met zo’n drukke agenda is het soms fijn dat er voor je gekookt wordt. Maar mevrouw Goedemoed-Koning, voormalig verpleegkundige en weduwe van een dierenarts, kookt ook nog drie keer per week zelf. “Dan maak ik vaak lof”, zegt ze. “Een keer

gekookt en een keer rauw. Lekker met een gekookt eitje erbij. En bietjes vind ik ook zo heerlijk. Je moet het koken wel een beetje bijhouden.” De rest van de dagen kiest ze voor vegetarische maaltijden aan huis. “De bak zet ik dan gewoon op tafel, dan heb ik ook geen afwas. En ik eet hem bijna altijd helemaal leeg”, vertelt ze met een lach.

De vegetarische omelet is haar favoriete gerecht. “Die bestel ik zeker als hij op de menulijst staat. Maar ik eet ook graag de sperziebonen, wortels en broccoli. En ik neem er altijd rauwkost erbij. Eigenlijk vind ik alles zo heerlijk. Ik neem niet te grote porties hoor, want ik wil niet aankomen. Je moet het allemaal maar meeslepen.”

Vogels

Maar aankomen zal ze, ook dankzij haar gezonde levensstijl, niet zo snel. “En als ik een aardappel te veel heb, dan geef ik deze aan de vogels. Die vinden het ook lekker. Ze genieten met me mee en dat vind ik erg mooi om te zien.” Op de vraag of ze Antonius Maaltijdservice zou aanraden, komt een volmondig ‘ja’. “Ik zeg tegen iedereen dat ik er zo lekker van eet. Ik benoem het altijd. Het is zo heerlijk!”

“Er zijn altijd wel redenen te bedenken om niet mee te doen, maar laten we hier eens met z’n allen een groot succes van maken!”

Johannes Schilstra van Hego Buiten in Hommerts

Op zaterdag 9 maart 2024 opent bedrijvig Súdwest haar deuren. “De Open Bedrijvendag SWF is de ideale gelegenheid om ons bedrijf en onze medewerkers op een ludieke wijze te presenteren. We proberen dan ook een programma op te tuigen, dat echt de moeite waard is om voor naar Hommerts te komen.

Het is een mooi initiatief. Dit verdient van veel ondernemers aandacht. Er zijn altijd wel redenen te bedenken om niet mee te doen, maar laten we hier eens met z’n allen een groot succes van maken. Actieve ondernemers die gezamenlijk zorgdragen voor een goed ondernemersklimaat in de gemeente Súdwest-Fryslân.”



Open jij net als Hego Buiten, samen met tientallen andere bedrijven in Súdwest, óók je deuren op 9 maart? Denk je nog na over de invulling van jouw Open Bedrijvendag? Wil je weten welke factoren het verschil maken? Mis dan niet de **Informatiebijeenkomst** voor deelnemers (in spé) op woensdag 17 januari 2024.

Of je nu al bent aangemeld of nog twijfelt, je bent van harte welkom! Harjo Woltinge, voorzitter van de Open Bedrijvendag Hoogeveen, deelt graag hun succesverhaal van 20 jaar Open Bedrijvendag met jaarlijks 25.000 bezoekers.

Meer informatie en aanmelden via www.werksfestivalswf.nl



“De Open Bedrijvendag SWF is de ideale gelegenheid om ons bedrijf en medewerkers op een ludieke wijze te presenteren.”



Wilt u net als mevrouw Goedemoed-Koning lekkere, gezonde maaltijden aan huis?

Neem dan contact op met Thuishotel via telefoonnummer **0515-46 12 34** of mail naar info@thuishotel.nl. Antonius Maaltijdservice levert maaltijden in (een groot deel van) Súdwest-Fryslân en De Fryske Marren.

Ook zelfstandig thuis met een beetje hulp?

Thuishotel biedt veel meer diensten aan huis, zoals een kapper/pedicure, tuinonderhoud en personalarmering. Bekijk het volledige aanbod op www.thuishotel.nl of neem contact op met Thuishotel voor meer informatie. Telefoonnummer: 0515-461234





www.aeresvmbo-sneek.nl

Doemiddag
Woensdag 31 januari 2024

Open avond
Woensdag 31 januari 2024

Kom kijken!

AERES
VMBO
SNEEK

Kijk voor meer informatie over de tijden en hoe je je kunt aanmelden op onze website.

Harste 2
8602 JX Sneek



www.aeresvmbo-sneek.nl

Open avond
Woensdag 31 januari 2024
19.00 - 21.00 uur

Kom kijken!

AERES
MBO
SNEEK

Kijk voor meer informatie over de tijden en hoe je je kunt aanmelden op onze website.

Harste 2
8602 JX Sneek



CSG Bogerman

HEY GROEP BER!

WAT DOE JE?

KOM NAAR ONS OPEN HUIS

SNEEK 2 FEB 2023
BALK 27 JAN 2023
KOUDEM 31 JAN 2023

CHECK WWW.CSGBOGERMAN.NL EN VOLG ONS OP



Marne college
Bolsward

HEY GROEP 8'ER!

WAAR STA JE ACHTER?

OPEN HUIS
9 FEBRUARI 2023

ONTDEK JOUW PLEK OP HET MARNE COLLEGE

Patiënten aan het woord (4)

Hyperbare zuurstoftherapie bij Antonius Hypercare

Zuurstof in hoge dosering zorgt onder andere voor wondgenezing en voor bestrijding van chronische infecties. Om deze dosering zuurstof toe te dienen is een hyperbare kamer nodig. Op het terrein van het Antonius ziekenhuis in Sneek staat de hyperbare kamer: Antonius Hypercare. Patiënten gaan in deze kamer zitten, waarna de druk wordt verhoogd naar 2,4 bar. Na het bereiken van die druk zet de patiënt een masker op om 100% zuurstof te ademen. Door de verhoogde druk wordt er veel zuurstof opgelost in het bloedplasma en door de bloedsomloop naar de niet-genezende wond of infectie vervoerd. Patiënten aan het woord over deze therapie bij Antonius Hypercare.

Voor de tweede keer in de tank

Hendrik Heeringa (80) kreeg in 2018 de diagnose prostaatkanker. De verschillende behandelingen (operatie, bestraling en medicatie) hadden onvoldoende effect. De heer Heeringa hield bloed in zijn urine. Tijdens controle bij de polikliniek urologie opererde de physici-an assistent (dit is een verpleegkundige die zelfstandig geneeskundige zorg mag verlenen) een behandeltraject in de hyperbare kamer.

Hendrik Heeringa: "In oktober 2020 had ik een intakegesprek bij de arts van Antonius Hypercare. Al snel kon ik beginnen met de behandelingen. Na twintig keer in de tank te hebben gezeten, was er een controle. Alles zag er rustig uit, ik had geen bloedingen meer en ik heb de veertig keer volgemaakt." Voor een periode van tweeëneenhalf jaar na de behandeling was het rustig. Heeringa: "De zuurstoftherapie had gewerkt. ik voelde me goed en had geen klachten meer. Ik fietste als een gek. Toen was er plotseling weer bloed in de urine. Er bleek een soort steentje in mijn blaas te zitten. Ik werd geopereerd door de uroloog. Helaas had ik daarna dagelijks weer bloedingen. Omdat in 2020 het effect van hyperbare zuurstoftherapie zo goed was geweest, ben ik opnieuw aangemeld bij Antonius Hypercare. Soms is onderhoud nodig om het weefsel weer rustig te krijgen."

Hendrik ging opnieuw de tank in. "De behandeling heeft wel impact op je leven. Je zit lang in de tank en het klaren van de oren was soms moeilijk. Met gebruik van een neusspray en het zuigen op snoepjes is het gelukt. Ik zou het echter zo weer doen omdat het heeft geholpen. Deze keer waren het 28 behandelingen omdat mijn vrouw en ik al een vakantie hadden gepland. En het was genoeg! De bloedingen zijn gestopt, tot op de dag van vandaag."



Meer informatie

Patiënten krijgen een intakegesprek met de arts hyperbare geneeskunde. Als u in aanmerking komt voor behandeling, krijgt u afspraken. Gedurende 20 tot 40 keer wordt u in de hyperbare kamer verwacht. Na het omkleeden gaat u in de 'tank' zitten, waarna de druk wordt verhoogd naar 2,4 bar. Dit is vergelijkbaar met de druk op 14 meter diepte onder water voor duikers. Na het bereiken van die druk zet u een masker op om 100% zuurstof te ademen. Door de verhoogde druk wordt er veel zuurstof opgelost in het bloedplasma en door de bloedsomloop naar de niet-genezende wond of infectie vervoerd. De behandeling duurt een kleine twee uur.

Vergoeding?

De behandeling wordt vanuit de basisverzekering vergoed. Op onze website www.hypercare.nl kunt u bekijken met welke zorgverzekeraars Antonius Hypercare een contract heeft afgesloten.

Vragen?

Heeft u vragen, neem dan gerust contact op met Antonius Hypercare. U kunt bellen met **0515 - 48 80 77**. Ook kunt u het contactformulier op de website www.hypercare.nl invullen of een e-mail sturen naar info@hypercare.nl. Antonius Hypercare neemt dan contact met u op.

Zuurstoftherapie bij late bestralingsklachten

Bij prostaatkanker kan bestraling (radiotherapie) gebruikt worden als behandeling. Soms komt het voor dat er na bestraling bloedingen ontstaan. Dokter Roos, uroloog in het Antonius Ziekenhuis, legt uit hoe dat kan.



Dokter Roos, uroloog

"De radiotherapie maakt de kwaadaardige cellen dood en ook de allerkleinste haarvaatjes. Door gerichte bestraling worden de gezonde cellen zoveel mogelijk gespaard. Na de behandeling herstelt het weefsel weer, maar dit nieuwe weefsel is anders doorbloed. Het kan gemakkelijker gaan bloeden. Deze klachten kunnen maanden tot jaren na de behandeling ontstaan. We verwijzen patiënten dan door naar Antonius Hypercare omdat zuurstoftherapie helpen kan bij late bestralingsklachten."

Hyperbare zuurstoftherapie werkt bij late bestralingschade zoals bloed plassen of een wond die slecht geneest. Dat blijkt uit wetenschappelijk onderzoek. Dokter Roos: "De hogere concentratie zuurstof die in het bloed komt bij zuurstoftherapie heeft een aantal positieve effecten op

het bestraalde weefsel. Er gaan nieuwe bloedvaatjes groeien en de genezingscellen gaan beter werken. Hierdoor herstellen wonden, wordt de pijn minder en kunnen bloedingen stoppen zoals bloedingen van de blaas."

Afhankelijk van de klachten zijn er ongeveer veertig sessies nodig in de tank. Dit komt omdat er een maximale dosis is aan zuurstoftherapie. Roos: "Een behandeltraject in de tank is tijdrovend, maar als daardoor bijvoorbeeld bloed bij het plassen weggaat, is het zeker een afweging waard. We hebben het dan over late bestralingsklachten en niet over bloed in de urine door bijvoorbeeld blaaskanker. Hyperbare zuurstoftherapie heeft goede resultaten bij bestraalde prostaat tumor en dat is pure winst."

Meer informatie: info@hypercare.nl of via telefoonnummer 0515-488077.

Sneker Filmwinter 2024

De Filmwinter is een bekend en geliefd evenement in Sneek en omstreken. Er komen bezoekers vanuit het hele land, die voor de gelegenheid gezellig bij vrienden of familie overnachten. En zo is de Sneker Filmwinter niet alleen een geweldig filmfeest, maar ook een hartelijke ontmoeting met allerlei leuke mensen die je goed of een beetje kent.

Film kijken is iets bijzonders; het donker van de filmzaal en het licht van de projectie brengen je dicht bij jezelf, bij vragen die de film je stelt. Film kijken is daarom iets wat je heel goed in je eentje kunt doen. Zitten, en kijken. Een kleine pauze, even bezinken, en weer dóór. Vier tot vijf films op een dag is geen uitzondering voor de toegewijde filmfestivalbezoeker. En het Filmwintercafé biedt veel gezelligheid voor een langere pauze.

VAN FEELGOED TOT ARTHOUSE

De Sneker Filmwinter, van 18 tot en met 21 januari in Filmhuis Sneek, in samenwerking met CineSneek, heeft voor elke festivalbezoeker films die in de smaak

zullen vallen. Van toegankelijke feelgood films tot hardcore arthouse-documentaires. Een boekverfilming, films waar je ook met kinderen heen kunt, films die gebaseerd zijn op feitelijke gebeurtenissen, politieke drama's. Een aantal van de topfilms uit het afgelopen seizoen wordt opnieuw vertoond. De Filmwinter 2024 zal worden geopend door Hester Postma, directeur van het Fries Scheepvaartmuseum.

Op deze pagina's vindt u het volledige filmprogramma en we hebben een aantal films uitgelicht.

Op de website www.filmhuis-sneek.nl leest u alle informatie over de Sneker Filmwinter 2024.

MEDE MOGELIJK GEMAAKT DOOR:



FESTIVALPROGRAMMA

DONDERDAG 18 JANUARI // OPENINGSVOND

THE GREAT ESCAPER (2X) 20.00 Drama, waargebeurd. Nederlandse première!

VRIJDAG 19 JANUARI

HET SMELT 14.00 Boekverfilming
SQUARING THE CIRCLE (2X) 14.00 Documentaire
RICEBOY SLEEPS 14.00 Drama
ZOMERVACHT (2X) 16.15 Boekverfilming
PRESQUE 16.15 Drama
DAS LEHRERZIMMER (2X) 16.15 Drama
SAGES-FEMMES 19.00 Drama
PAST LIVES 19.00 Drama
BANK OF DAVE 19.00 Drama, waargebeurd
NOTHING TO LAUGH ABOUT 21.30 Drama
PLUS QUE JAMAIS 21.15 Drama
DOGMAN (2023) 21.30 Drama

ZATERDAG 20 JANUARI

REALITY 11.30 Docudrama
QUIET GIRL 11.30 Drama
UTAMA 11.30 Drama
DAS LEHRERZIMMER (2X) 13.30 Drama
UNE BELLE COURSE 13.30 Drama
DMITRIEV AFFAIR 13.30 Documentaire
ANSELM 2 D 15.45 Documentaire
LOVE LIFE 15.45 Drama
NO DOGS OR ITALIANS ALLOWED 16.00 Nederlands ondertitelde animatie / familiefilm
THE OLD OAK (2X) 19.00 Drama
HET SMELT 19.00 Boekverfilming
PERFECT DAYS (2X) 19.00 Drama
SHE SAID 21.30 Drama, waargebeurd
THE GREAT ESCAPER 21.45 Drama, waargebeurd
MONSTER (2X) 21.30 Drama

ZONDAG 21 JANUARI

ZOMERVACHT (2X) 11.30 Boekverfilming
DANCING QUEEN 11.30 Nederlands ondertitelde Noorse familiefilm
DALVA 11.30 Drama
EMPIRE OF LIGHT 13.30 Drama
MONSTER (2X) 13.30 Drama
HALLELUJAH 13.30 Documentaire
SQUARING THE CIRCLE (2X) 16.00 Documentaire
THE UNLIKELY PILGRIMAGE OF HAROLD FRY 16.00 Drama
UPON ENTRY 16.15 Drama
FREAKS OUT 18.45 Drama
PERFECT DAYS (2X) 19.00 Drama
THE OLD OAK (2X) 19.00 Drama

Op de website www.filmhuis-sneek.nl leest u alle informatie over de Sneker Filmwinter 2024



Sneker Filmwinter 2024 UITGELICHT



THE GREAT ESCAPER

Drama/Openingsfilm

Gebaseerd op het waargebeurde verhaal van Britse oorlogsveteraan Bernard Jordan die op 89-jarige leeftijd ontsnapte uit het verzorgingstehuis om de 70e herinneringsdag van D-Day in Normandië bij te wonen. Met topacteurs Michael Caine en de inmiddels overleden Glenda Jackson in hun laatste rollen.



SAGES-FEMMES

Drama

Huisgenoten Sofia en Louise zijn pas afgestudeerde verloskundigen, klaar om hun vaardigheden in de praktijk te brengen. Ze moeten snel leren omgaan met de hoge werkdruk, maar ook met de dagelijkse realiteit van nieuw leven, moederschap en soms de dood. De film toont op een heftige en schokkende manier de werkomstandigheden van verloskundigen, en is daarmee ook een aanklacht.



NO DOGS OR ITALIANS ALLOWED

Animatie, drama

Met behulp van een bijzonder speelse animatiestijl creëert Alain Ughetto een warme, humorvolle ode aan zijn familie en een tijd waarin vele Europeanen arm en ongetuigd waren en als (gast)arbeiders probeerden wat van hun leven te maken.



UTAMA

Drama

Virginio en Sisa leven zonder stromend water en zonder elektriciteit. Sisa haalt water, Virginio weidt de lama's. Het probleem is echter dat er geen regen meer in de regio valt. Een film die in oogverblindende beelden en een uiterst bedaar tempo de desastreuze invloed van klimaatverandering op traditioneel levende volken laat zien.



HET SMELT

Drama, boekverfilming

Eva is sociaal niet de handigste. Ze is eenzaam. Wanneer ze leest dat een overleden vriend wordt herdacht, brengt dat haar terug naar de zomer waarin ze dertien was. Eva keert terug naar haar geboortedorp met een missie. De film is gebaseerd op de gelijknamige bestseller van Lize Spit.



THE DMITRIEV AFFAIR

Documentaire

Joeri Dmitriev graaft op wat de huidige Russische machthebbers het liefst willen vergeten. Na jarenlang zoeken vindt hij in de naaldbossen van Karelië in Noordwest-Rusland een massagraf met duizenden heimelijk geëxecuteerden tijdens Stalins 'Grote Terreur' van 1937. Dan wordt hij gearresteerd, op basis van een gefabriceerde aanklacht. Tragisch precies voorspelt Dmitriev zijn eigen toekomst en dat van zijn land.



ZOMERVACHT

Drama, boekverfilming

Brian zit opgescheept met de zorg over zijn zwaar gehandicapte broer. Maar hoe maak je de juiste keuzes als je zelf nog zoveel te ontdekken hebt? En dan is er nog de rauwe omgeving. Voortdurend houd je als kijker je hart vast; gaat dit wel goed? Ondertussen blijkt Brian toch goed in staat scherp te observeren, en zodoende te ontdekken dat zijn broer wel degelijk communiceert.



DAS LEHRERZIMMER

Drama

Docente Carla Novak heeft vraagtekens bij de ingrijpende maatregelen van haar schooldirectie naar aanleiding van een diefstal. Als ze ontdekt wie de vermeende dader is, zet ze iets in gang met ook grote gevolgen voor zichzelf.



THE OLD OAK

Drama

Actueel sociaal drama van Ken Loach, regisseur van de gewone Engelsman. In een voormalige mijnwerkersstad staat nog één kroeg, The Old Oak. De lokale bevolking kan zelf amper het hoofd boven water houden, terwijl de huisvesting van Syrische vluchtelingen zorgt voor extra onrust. Maar een onwaarschijnlijke vriendschap brengt de verschillende werelden voorzichtig tot elkaar.



DANCING QUEEN

Noorse familiefilm / Nederlands ondertiteld

De 12-jarige Mina schrijft zich in voor de auditie voor de nieuwe dansploeg van de beroemde danser E.D. Win bij haar op school. Zij kan alleen niet dansen. Gelukkig heeft zij de steun van haar pittige no-nonsense oma.



EMPIRE OF LIGHT

Drama

Jaren 80. De eenzame Hilary leidt de bloedeloze bioscoop Empire. Ze heeft een liefde- en lusteloze affaire. Wanneer de nieuwe werknemer Stephen, ook een buitenbeentje, zich in het complex aandient, leeft ze op. De twee vinden troost bij elkaar en er bloeit misschien wel meer op dan alleen vriendschap. Een fijne, rustige film van Sam Mendes (American Beauty, Skyfall) met fantastisch camerawerk.



HALLELUJAH

Documentaire

Documentaire over de carrière van Leonard Cohen, met veel aandacht voor zijn meest bekende en meest gecoverde song Hallelujah. Cohen werkte er maar liefst zeven jaar aan. Met interviews met en beroemde vertolkingen door diverse andere artiesten zoals Jeff Buckley en Rufus Wainwright.



Daikin Marathon Cup 11 • 13 januari 2024, Thialf

Beleef het marathonschaatsen van dichtbij!

Voorspel de winnaars!

Jouw ticket nummer is je lotnummer. Maak kans op een Team Zaanlander schaats-clinic o.l.v top-coach Jillert Anema.



Scan de QR-code en koop voor €3,- (i.p.v. €10,-)*
jouw entreekaart en ontvang daarbij
een gratis kop koffie

- ★ Ervaar de spanning en sensatie van het marathonschaatsen in Thialf
- ★ Ontmoet de elfstedenwinnaars van de toekomst
- ★ Geniet van de fantastische sfeer
- ★ Jouw ticket nummer is je lotnummer. Maak kans op prachtige prijzen!

* Kinderen t/m 15 jaar gratis toegang, zolang de voorraad strekt
* Max. 2 volwassenen per mailadres



Scan de QR-code

Eventsponsor



Partners



Initiatief van



Uit het gemeentearchief Súdwest-Fryslân...

DE DORPSSCHOLEN VAN WONSERADEEL IN 1868

Naar school gaan. Hoe ging dat vroeger op het platteland rond Bolsward? Een archiefstuk uit het jaar 1868 geeft daarin een kijkje. Het stuk bevindt zich in de raadsverslagen van Wonseradeel, die worden bewaard bij het gemeentearchief van Súdwest-Fryslân. Tot de voormalige gemeente Wonseradeel behoorden onder meer de dorpen Makkum, Witmarsum, Arum, Kimsward en Parrega.



Barre tocht

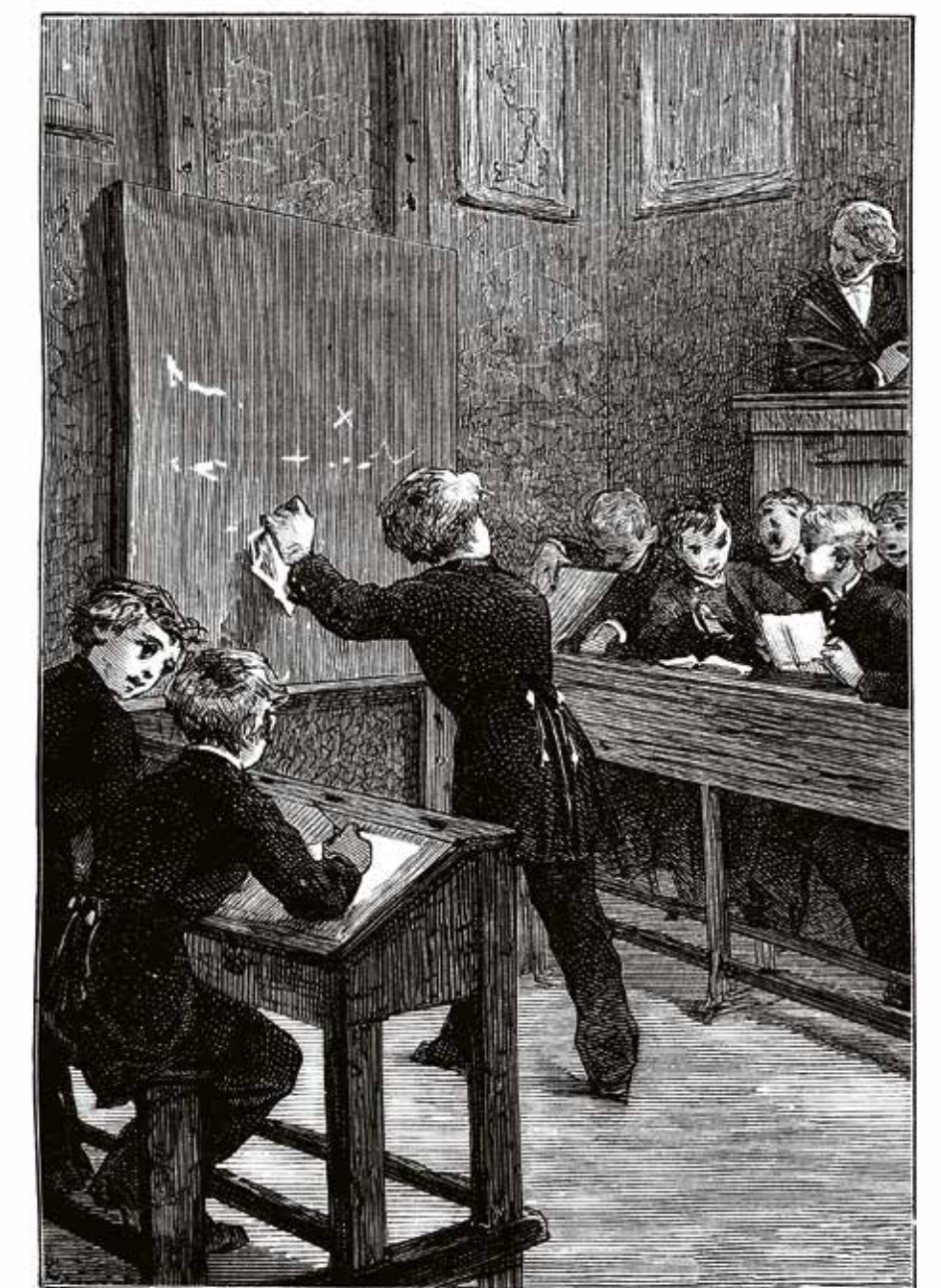
In 1868 waren de dorpscholen van Wonseradeel geopend van maandag tot en met vrijdag én op zaterdagochtend. In de meeste dorpen waren de scholen 's ochtends geopend van negen tot elf uur, en 's middags van één tot drie uur. In de dorpen Makkum, Arum, Kimsward, Pingjum en Witmarsum werden de kinderen ook 's avonds naar de schoolbanken gestuurd. Dit duurde van vijf tot zeven uur. De leerlingen moesten stipt op tijd zijn. Wie tien minuten te laat was, kwam het gebouw zonder geldige reden niet meer in. Dit kon nog wel eens een uitdaging zijn. Sommige kinderen woonden op boerderijen, die relatief ver van het dorp verwijderd waren. Zij moesten soms kilometers lopen; in weer en wind. De weg naar school kon in 1868

een barre tocht zijn.

De kinderen waren verdeeld over drie klassen. Elke schooldag begon met een gebed, dat werd voorgelezen door de leraar of de oudste leerling. Gelukkig bestonden er in de negentiende eeuw ook schoolvakanties. Bijvoorbeeld met kerst, in de zomer, of als er kermis werd gehouden in het dorp.

Gevaccineerd

Niet alle kinderen werden zomaar toegelaten op de dorpschool. Zo moesten ze de leeftijd van vijf jaar hebben bereikt. Bovendien moesten de kinderen de pokken hebben gehad, of ertegen zijn gevaccineerd. Op het gebied van ziektes was men streng. In het archiefstuk staat onder meer: 'Kinderen door een besmettelijke kwaal of ziekte aangetast of uit huisgezinnen



waar dezelfde heersende zijn, zullen onmiddellijk uit de school worden geweerd en alleen opnieuw worden toegelaten op eene schriftelijke verklaring van den hen behandelende geneesheer, dat het gevaar van besmetting geweken is.'

Verder werd van de kinderen verwacht dat ze 'rein en zindelijk' naar school kwamen, zo valt te lezen in het document. De hoofdonderwijzer was op zijn beurt verplicht de school 'rein en zindelijk' te houden, wat inhield dat

hij ervoor moest zorgen dat het gebouw goed verlicht en verwarmd was. Ook moest hij regelmatig de ramen open zetten, voor de frisse lucht.

In het archiefstuk wordt daarnaast het volgende beschreven: 'De onderwijzers kunnen middelen aanwenden tot straf en beloning, tot aansporing en opwekking der leerlingen. Evenwel zullen zij zich van kastijdingen onthouden.' Lijfstraffen waren in de dorpscholen van Wonseradeel dus verboden.

PROGRAMMA JAN/FEBR



TÜÖTTENZAAL

Vr. 12-01	Noord Nederlands Orkest Nieuwjaarsconcert
Za. 13-01	Waylon Gewoon Willem (Reprise)
Vr. 19-01	Circumstances Exit
Za. 20-01	Stedelijk Muziekkorps Sneek Nieuwjaarsconcert 'Schilders in muziek'
Zo. 21-01	Stichting De Witte Pomp Het Ministerie van Mooie Mensen (8+)
Do. 25-01	Noord Nederlands Orkest Symfonische Soundtracks
Vr. 26-01	De beste verliezer Henk-Jan Koershuis
Zo. 28-01	Jan Arendz en Marijke Geertsma Fêste Grûn
Wo. 31-01	Meeuw Jonge Theatermakers Drie zussen
Zo. 04-02	Titus & Fien Winterrevue De Finale (4+)
Wo. 07-02	Släpstick The Roaring Twenties
Vr. 09-02	Simon and Garfunkel Acoustic Old Friends
Wo. 14-02	Legendary Albums Live presenteert Nirvana's MTV Unplugged in New York (try-out)
Do. 15-02	Universiteit van Nederland Live Wetenschap voor iedereen
Zo. 18-02	De Stilte - Dance for Children Wacht 's even (0,5+)
Zo. 25-02	Pianostemmen Tg Goed Gezelschap
Do. 29-02	Herman van Veen Een voorstelling
Vr. 01-03	



Släpstick



Gurbe Douwstra

NOORDERKERKZAAL

Za. 13-01	Gurbe Douwstra 70!! (Première)
Di. 16-01	Adri de Boer De Boer Sjongt Bos - Muzikale Siësta
Za. 20-01	Rosa da Silva A vida rosa
Za. 03-02	Mads Wittermans The Meeting
Zo. 04-02	Misto Pas de Trois en Slagwerkfabriek - Noorderkerkconcert
Di. 06-02	Fernando Lameirinhas Koffer - Muzikale Siësta
Za. 10-02	The Wanderers play Elvis
Za. 17-02	Joost Oomen Alle dichters hebben gouden helikopters
Wo. 21-02	Huub Cooijmans De Magische Kast (4+)
Do. 22-02	De kant van Ada Het vervolg op Peter Middendorps 'Jij bent van mij'



BOLWERKZAAL

Za. 13-01	Daredevils Viral Mashup Partyband
Vr. 19-01	BLUESWEEKEND Band of Friends + Rob Tognoni
Za. 20-01	Erwin Java's travel party ft. Erwin Nyhoff play Cuby & the Blizzards
Za. 27-01	Unite Events presents: Relive Hardstyle Classics Edition
Vr. 02-02	Elske DeWall Exclusieve Clubshow Met Band
Za. 03-02	Elegy + Picture + Bildtstar Dutch Power Metal
Vr. 09-02	Knock Out Comedy Crew Keihard Lachen In Lewinski
Za. 10-02	80's Verantwoord Good Vibes & Neon Lights
Vr. 16-02	Rapalje + support Celtic Celebrations
Za. 17-02	The Magic Of Santana Met Originele Santana-zangers Alex Ligertwood en Tony Lindsay
Vr. 23-02	ABBA Rocks For Rockin' Queens & Kings



Rapalje



Rosa da Silva

BLUES WEEKEND

IN POPPODIUM BOLWERK

Poppodium Bolwerk staat op 19 en 20 januari volledig in het teken van de blues. Op beide avonden in dit bluesweekend staan er bands en artiesten op het programma die de harten van bluesliefhebbers sneller zullen laten kloppen.



VRIJDAG 19 JANUARI
Band of Friends + Rob Tognoni

Het bluesweekend wordt geopend door de Australische gitarist Rob Tognoni. Tognoni is een virtuoos gitarist die zijn inspiratie haalt uit blueslegende BB King, Jimi Hendrix en AC/DC. Zijn gitaarspel is energiek en gedreven, en hij weet het publiek moeiteloos te betoveren.

Na Tognoni is het de beurt aan Band of Friends. Deze band bestaat uit voormalige bandleden van de Ierse bluesrocklegende Rory Gallagher. Samen brengen ze een ode aan Gallagher door zijn muziek te spelen, maar ook door zijn verhalen en anekdotes te vertellen.

VR 19 JANUARI // 21.00 UUR // € 20,- (€ 17,50 VVK)



ZATERDAG 20 JANUARI
Erwin Java's Travel Party ft. Erwin Nyhoff play Cuby & the Blizzards

Op de tweede avond van het bluesweekend staat Erwin Java's Travel Party ft. Erwin Nyhoff play Cuby & the Blizzards op het programma. Deze band brengt een ode aan Harry 'Cuby' Muskee en zijn band Cuby & the Blizzards.

Erwin Java is een van de oprichters van Cuby & the Blizzards en speelde met de band van 1970 tot 1995. Erwin Nyhoff is de zanger van de band en weet de muziek van Muskee op een indrukwekkende manier te vertolken. De band speelt een mix van klassiekers als 'Hocus Pocus' en 'The Devil's Business', maar ook nieuwere nummers die zijn geschreven door Nyhoff. Het publiek raakt onder de indruk van hun spel, en de sfeer in de zaal wordt opperbest.

ZA 20 JANUARI // 21.00 UUR // € 23,- (€ 20 VVK)

*Ben je een liefhebber van de blues?
Dan mag je dit weekend niet missen!*

KAARTEN KOOP JE VIA WWW.HETBOLWERK.NL

VERS!

is terug en zet het Atrium in de spotlights

Op vrijdag 9 februari is het weer tijd voor VERS! Waar vorig jaar artiesten als Flemming en StukTV naar Sneek kwamen om te vlammen is het dit keer 'ouderwets' de beurt aan onze eigen talenten. We zetten daarmee het Atrium op deze avond even volop in de spotlights en geven onze cursisten de mogelijkheid om op een van de vele podia te spelen.

VOORSPEELAVOND XXL

VERS! is de voorspeelavond voor al het talent wat Kunstencentrum Atrium te bieden heeft. Met het thema 'Iedereen een podium' willen we ervoor zorgen dat iedereen die iets met cultuur doet een podium kan betreden. Tijdens VERS! ontdek je al het verse Atriumtalent. Of het nu drum, zang, saxofoon, dans of musical is. Je vindt het allemaal op deze avond en dat maakt het tot een uniek festival. Kriskras door het gehele Kunstencentrum kun je genieten van de mooiste optredens.

PODIUM OM ELKE HOEK

Zo bouwen we in een aantal lokalen een podium, waar leerlingen kleinschalige optredens kunnen doen. Zo is het saxofoonlokaal opeens óók een podium en is het pianolokaal



ATRIMUM IN DE SPOTLIGHTS

de plek waar je bij kaarslicht leerlingen hun eerste etude hoort spelen. In de Rockbunker is plaats voor al het drum- en gitaargeweld. Loop gewoon binnen en ontdek wat er gebeurt. In Het Bolwerk is plaats voor de Atriumbands; in de theaterstudio kijk je naar korte theatervoorstellingen en in de danszaal kun je kijken naar korte danssolo's. Op het Atriumplein is ruimte voor de traditionele 'onofficiële' nieuwjaarsborrel en de Noorderkerk biedt ruimte aan orkesten. We geven cursisten, leerlingen, ouders en gasten een kijkje in onze keuken. Omdat óns VERS! verser is dan ooit. En dat gaat verder dan muziek!

VERS!

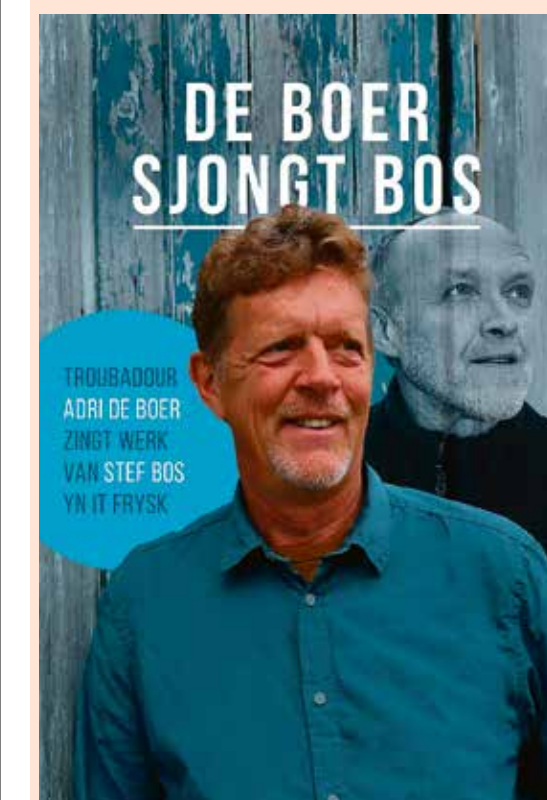
VRIJDAG 9 FEBRUARI // KUNSTENCENTRUM ATRIUM // 18.30 UUR

Meer informatie vind je op www.kunstencentrumatrium.nl.

THEATER SNEEK PRESENTEERT

Troubadour Adri de Boer zingt Stef Bos in het Fries

In zijn nieuwe tour met liedjes van Stef Bos in het Fries doet de Liphúster troubadour Adri de Boer (1956) theaters, dorpshuizen, kerken, verzorgingshuizen, feesten en evenementen aan. Op dinsdag 16 januari staat Adri de Boer in de Noorderkerk in Sneek als onderdeel van de Muzikale Siësta reeks.



DE BOER SJONGT BOS

TREFFENDE OVEREENKOMSTEN

Het idee om werk van Stef Bos te gaan hertalen en vertalen naar het Fries ontstond op basis van de treffende overeenkomsten tussen de twee muzikanten en liedjesschrijvers: beiden in dezelfde levensfase, hun diep donkere stemgeluid en een sterke voorliefde voor melodieuze liedjes met een boodschap. Toeval of niet, maar beide troubadours maakten een album met de titel 'Tijd' en hun beider grootste hits hebben een spectaculaire verbintenis met elkaar. Bos werd beroemd met 'Papa', een lied van een zoon over een vader. De Boers bekendste lied 'Soan' is geschreven vanuit een vader over een zoon.

ENTHOUSIASTE STEF BOS

Stef Bos zelf is sinds het allereerste begin enthousiast over dit Friestalige project van Adri de Boer. Beide mannen hebben elkaar een paar keer ontmoet om over het project te spreken. Bos heeft de Friese teksten gelezen, waardeert de opgenomen nummers ten zeerste en werkt zelfs mee aan De Boers album door op een van de nummers in het Fries (!) mee te zingen. Bos heeft De Boer ook uitgenodigd om eens samen met hem op te treden met een aantal Friese Bos-liedjes.

DE BOER SJONGT BOS // NOORDERKERKZAAL // DI 16 JANUARI // 13.30 UUR // € 19,00

KIJK VOOR MEER INFORMATIE OP WWW.THEATERSNEEK.NL



WATERLAND

VAN FRIESLAND

ELKE DAG T/M ZO. 25 FEBRUARI WATERSPIEGEL MAARTJE ROOS

SNEEK
EXPOSITIE
Kunstfotografie van Maartje Roos met water als verbindend thema.
WWW.FRIESSCHEEPVAARTMUSEUM.NL

DONDERDAG 11 JANUARI DIANA ROOS

SNEEK
MUZIEK
Jazz- en soulmuziek van Diana Roos op het podium.
WWW.LEWINSKI.NL

VR. 12 EN ZA. 13 JANUARI OP 'E HICHTE

JOURE
THEATER
Nijjiersrevu met Friese sketches en liedjes rondom het thema 'Op 'e Hichte'.
WWW.REVUDEJOUWER.NL

ZATERDAG 13 JANUARI KOMST BY MY SJEN

NIJLAND
WANDELTOCHT
Wandeling door Nijland met onderweg bijzondere uitstallingen.
WWW.MFCDEMANDE.NL

NIJEUWJAARSCONCERT EMM

OUDEGA
MUZIEK
Door CMV Eendracht Maakt Macht met als gast het pop- en musicakoor Drylts.
WWW.EMMOUDEGA.NL

ZONDAG 14 JANUARI DE MEESTER VAN DE PAUW

JOURE
LEZING
Marja van Tilburg geeft een lezing over de kleine expositie van Jouster wensbrieven.
WWW.MUSEUMJOURE.NL

VINCENT CORJANUS

KOUDUM
MUZIEK
Intiem concert met poëziepopliedjes van Vincent Corjanus.
WWW.GALERIELYTSKIENTME.NL

TRAVELING EAST

SNEEK
MUZIEK
Jazzgitarist en improviserend musicus Jan Wouter Oostenrijk met zijn nieuwe album.
WWW.LEWINSKI.NL

MAANDAG 15 JANUARI ADAM BLOOM EN ADAM FIELDS

OFFINGAWIER
CABARET
Engelstalig comedy optreden van twee comedians bij Beachclub Sneek.
WWW.THEATERAANHETWATER.NL

DAG VAN ELFSTEDENTOCHT

SNEEK
LEZING
Interessante gesprekken, mooie verhalen en unieke beelden over de 'tocht der tochten'.
WWW.FRIESSCHEEPVAARTMUSEUM.NL

DO. 18 T/M ZO. 21 JANUARI SNEKER FILMWINTER

SNEEK
FILM
Selectie van mooie, leuke, boeiende, spannende en intrigerende films.
WWW.FILMHUIS-SNEEK.NL

VRIJDAG 19 JANUARI BIER-SPIJSAVOND

TERHERNE
CULINAIR
Bier-spijsavond met de biersommeliers van Heineken: Jan Bouma en Sjouke Bleeker.
WWW.PAVILJOENSALT.NL

VR. 19 EN ZA. 20 JANUARI BLUESWEEKEND

SNEEK
MUZIEK
Twee dagen lang bluesartiesten in Het Bolwerk.
WWW.HETBOLWERK.NL

ZATERDAG 20 JANUARI A BRIGHT STARRY NIGHT

LEMMER
MUZIEK
Luisterconcert van SYA neemt je mee in winterse sferen.
WWW.THEATERLEMMER.NL

GOOCHELAAR RIDS

MAKKUM
WORKSHOP
Goochelaar Rids geeft twee goochelworkshops voor kinderen.
WWW.CULTUREELPODIUMMAKKUM.NL

WARKUMERWAARD

WORKUM
EXCURSIE
Wandel o.l.v. gids over dit ganzenparadijs.
WWW.ITFRYSKEGEA.NL

ZATERDAG 20 JANUARI YLLUZJES/ILLUSIES

MAKKUM
THEATER
Tweetalige voorstelling van magiër Theo van der Geest en schrijver Sietse de Vries.
WWW.CULTUREELPODIUMMAKKUM.NL

ZONDAG 21 JANUARI HAPPEN & GRAPPEN

LANGWEER
CABARET/CULINAIR
Driegangen diner & Stand Up Comedy Show.
WWW.NOFLIKLANGWAR.COM

ARTIST TALK MAARTJE ROOS

SNEEK
LEZING
Artistiek fotograaf vertelt over het maakproces van haar schilderachtige fotokunst.
WWW.FRIESSCHEEPVAARTMUSEUM.NL

DONDERDAG 25 JANUARI STOP DE TIJD

BALK
THEATER
Een poëtische muziekvoorstelling met kamermuziek, een vleugje jazz en gospel.
WWW.PODIUMGORTER.NL

VRIJDAG 26 JANUARI WESSELINK EN KAMPHUIS

BALK
THEATER
Filemon Wesselink en Lammert Kamphuis met hun filosofische kijk op sport.
WWW.NUTGAASTERLAN-SLEAT.NL

VERHALENVOND

OUDEMIRDUM
VARIA
Oudemirdum Bruist met sfeervolle avond vol verhalen, muziek en acts rondom de Brink.
WWW.NATIONAALLANDSCHAP.FRL

ZATERDAG 27 JANUARI COWBOYS EN INDIANEN

TERHERNE
MUZIEK
Open disco met Cowboys & Indianen thema feest.
WWW.INSTAGRAM.COM/
WWW.CAFEZEVENWOUDETERHERNE

ZONDAG 28 JANUARI MEIKE VAN DER VEER

TERHERNE
MUZIEK
Lunchconcert in de Tsjerke met optreden van Meike van der Veer.
WWW.TSCHIPPERSHUIS.NL

DINSDAG 30 JANUARI MEEZING CABARET DINER

JOURE
CULINAIR/CABARET
Voorstelling van Vuile Huichelaar met de Foute Liedjes Parade en verrassingsdiner.
WWW.DEJONGENSVANJOURS.NL

VRIJDAG 2 FEBRUARI RAOUL HEERTJE

BALK
CABARET
Met zijn comedyshow 'Raoul Heertje begrijpt het ook niet'.
WWW.PODIUMGORTER.NL

PUBQUIZ

LANGWEER
VARIA
Elke eerste vrijdag van de maand is er pubquiz in Noflik by Zwig & Bosma.
WWW.NOFLIKLANGWAR.NL

VAN PIEKEREN

SNEEK
MUZIEK
Nederlandstalige band met nieuwe album 'Gedaan wat ik wilde'.
WWW.LEWINSKI.NL

ZATERDAG 3 FEBRUARI RYSTERBOSK

RIJS
EXCURSIE
Wandel o.l.v. gids door het Rysterbosk met speciale aandacht voor natuur in de winter.
WWW.ITFRYSKEGEA.NL

ZONDAG 4 FEBRUARI TITUS & FIEN

SNEEK
THEATER
Winterrevue De Finale is de laatste show van het populaire groene duo.
WWW.THEATERSNEEK.NL

FER WÛNDERJE VERWONDEREN

FOTO: MAARTJE ROOS



EXPOSITIE WATERSPIEGEL IN HET FRIES SCHEEPVAART MUSEUM

YLLUZJES/ILLUSIES

Op zaterdag 20 januari treedt jong en oud in Makkum binnen in de wereld van magie en illusie. Kinderen met interesse in de goochelkunst kunnen een workshop ballongoochelen doen (6 en 7 jaar) of een googleworkshop (8+) volgen van Goochelaar Rids. 's Avonds is de tweetalige voorstelling Yllúzjes/Illussies van magiër Theo van der Geest en schrijver Sietse de Vries bij Cultureel Podium Makkum te zien. Dit is een aaneenschakeling van magische comedy acts, tragikomische eenakters en relativerende dialogen.

WWW.CULTUREELPODIUMMAKKUM.NL

ARTIST TALK MAARTJE ROOS

Artistiek fotograaf Maartje Roos gebruikt haar camera zoals een kunstschilder verf gebruikt en creëert ze beelden die eigenlijk niet bestaan. In haar expositie WaterSpiegel in het Fries Scheepvaart Museum in Sneek zijn deze beelden te bewonderen. Op zondagmiddag 21 januari gaat Maartje met enkele werken als uitgangspunt dieper in op haar werkwijze en inspiratiebronnen en legt ze het hele maakproces van begin tot einde uit. Na afloop van de Artist Talk geeft ze nog een extra toelichting bij de werken in de expositie.

WWW.FRIESSCHEEPVAARTMUSEUM.NL

STOP DE TIJD

Tijdens de Week van de Poëzie kun je op donderdag 25 januari in Balk genieten van de poëtische muziekvoorstelling 'Stop de Tijd'. Pianist Martin Fondse (Componist des Vaderlands) en vocaliste Margriet Sjoerdsma maken samen met schrijfster Vrouwkje Tuinman een collagevoorstelling over de neiging van de mens om de wereld en de tijd naar onze hand te willen zetten. De songs gaan van klein en intiem naar groots, orkestraal en episch. Met ontroerende gedichten van Vrouwkje Tuinman en teksten van Remco Campert, Jean-Pierre Rawie en F. Starik.

WWW.PODIUMGORTER.NL



FOTO: JAN TUISMA

GROEP GANZEN VLIEGT OP

GANZENPARADIJS

Wandel mee op zaterdag 20 januari tijdens een excursie met een gids op de, normaal gesproken niet vrij toegankelijke, Warkumerwaard. Van oorsprong is dit gebied een zandplaat in de Zuiderzee, maar het gebied viel droog na afsluiting van de Zuiderzee. In deze tijd van het jaar kun je de Warkumerwaard ook een ganzenparadijs noemen, want je vindt er vele soorten. De grauwe gans, brandgans en kolgans zijn vaste bewoners, maar de roodhalsgans komt ook bijna ieder jaar langs.

WWW.ITFRYSKEGEA.NL

WESSELINK EN KAMPHUIS

Als aanloop op de sportzomer 2024 toeren TV-maker Filemon Wesselink en filosoof/schrijver Lammert Kamphuis met een uniek theaterprogramma. Op vrijdag 26 januari zijn ze te zien in de Treemter in Balk. Aan de hand van veel sportfragmenten verrassen Filemon en Lammert je op deze avond met hun filosofische kijk op sport. Leer van Mohammed Ali hoe je geduldiger wordt, van Pogacar wat echte vrijheid is, van Nadal hoe je je gemoedsrust traint en nog veel meer.

WWW.NUTGAASTERLAN-SLEAT.NL

OOK JOUW EVENEMENT HIER?

Plaats jouw evenement gratis in onze Uitagenda. Je kunt je evenement aanmelden op onze website.

WWW.WATERLANDVANFRIESLAND.NL/UITAGENDA



VMBO-HAVO-ATHENEUM-GYMNASIUM



MAGISTER
ALVINUS

Open Dag

**DINSDAG
13 FEBRUARI
16.30-21.00**

DOE DAGEN:

29 & 30 JANUARI 14.00-16.00

(geef je op via je basisschool)

rsg-sneek.nl

