



groot deFryskeMarren

meer dan nieuws

GROOTDEFRYSKEMARREN.NL



Onderwijzer en muzikaal toneelspeler Patrick de Vries

EN VERDER IN
DIT NUMMER:

NIEUWE SPEELTUIN 'DER ÚT'
VOOR KINDEREN IN LEMMER

JEANINE BOERLAND SCHRIJFT
MET POËZIE DEPRESSIES VAN ZICH AF

FOTO: JOHAN BROUWER



Uw huis verkopen?

Uw grootste bezit in vertrouwde handen

* Bekijk de actievoorwaarden op de website
makelaardijhoekstra.nl/huisverkopen

Gratis
energielabel t.w.v.
€ 325,-*



Tot 50% korting op diverse showroommodellen
Bekijk het aanbod in onze winkel.

Hoekbank Sienna
In diverse maten en kleuren.

Van 1899,- voor **1699,-**

Eetkamerstoel Daimy
Met arm in diverse kleuren.

Van 379,- voor **339,-**

VAN DER MEER WONEN

OPRUIMING!

Is gestart!

Fauteuil Lynn
In stof Adore. 79x93x83 cm.

Vanaf **539,-**

Relaxfauteuil Sam
Manueel verstelbaar in stof vanaf **1399,-**
In leer vanaf **1899,-**
In diverse uitvoeringen.

Vanaf **1399,-**

Bijzettafels
Luna set van 3

Nu **299,-**

Woonboulevard Sneek Bedrijvenpark 'De Hemmen' Smidsstraat 12
www.vandermeerwonen.nl | info@vandermeerwonen.nl

EDITORIAL

Positief denken en doen

Als een *tabula rasa*, een onbeschreven blad, ligt het nieuwe kalenderjaar voor ons. Met 365 dagen was die van het Rampjaar 2022 ook wel behoorlijk beschreven. Nu ligt er een schone lei voor ons, en heb ik met *un bitsje fliber* de gebeurtenissen weggeveegd. Spreekwoordelijk dan.

De deadline voor deze editorial is 30 december en ik tik het stukje op één van die grijze decemberdagen van het oude jaar. In een schier verleden schreef ik voor een andere krant, die nu alleen nog bestaansrecht heeft omdat het overlijdensadvertenties voor grof geld publiceert, altijd een poëtisch jaaroverzicht.

Altijd een onmogelijke opgave omdat veel onbenoemd bleef. Het was puur een persoonlijke keuze van wat ik beschreef. Meestal met een positieve inslag, om de doodeenvoudige reden dat ik een bloedhekel aan cynisme heb. Zo'n opmerking over die andere krant past eigenlijk helemaal niet bij mij, maar dat van die hoge rouwadvertentietarieven zit mij hoog. Vandaar.

De reden dat ik graag én met passie voor de Groot-kranten schrijf heeft te maken met de positieve inslag van deze kranten. *Good feeling* nieuws als tegenhanger van wat Bolswarders en Snekers *eekmiegers* noemen. Azijnzeikers. Zuurpruimen.

Ik wil dat positieve graag zo houden. Eerlijk gezegd is dat niet zo'n grote opgave. Immers, ook in De Fryske Marren zijn ontzettend veel positieve mensen te vinden. Inderdaad, ook hier geldt: 'de meeste mensen deugen'. Ja, de titel van Rutger Bregman z'n bestseller. "Een adembenemend, weids en revolutionair boek", schreven de recensenten. Friezen zouden zeggen: *'It koe wol minder'*.

Het eerste nummer van deze nieuwe Groot-jaargang heeft een thema waar positiviteit heel erg belangrijk is, namelijk 'onderwijs'. En in alle valse bescheidenheid: ik kan het weten, want ik was bijna veertig jaar werkzaam in deze sector. Altijd van het positieve uitgaan, was mijn adagium, zeker bij kinderen. Goed onderwijs is van levensbelang en daarvoor heb je bevlogen leerkrachten nodig, die moet je koesteren.

Wat het onderwijs ook nodig heeft zijn verhalenvertellers, mooie verhalen om de waan van alledag te ontvluchten. Dat kan trouwens ook met onze Groot-kranten! *Feul heil en segen* en leesplezier, ook in 2023!

Veel leesplezier!

Henk van der Veer
redacteur

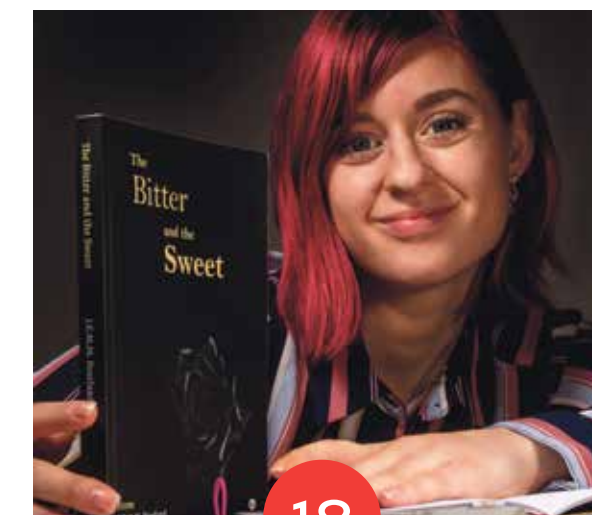


Inhoud

groot  de Fryske Marren // nummer 01 • 2023



6



18



27



35

LEKKER LEZEN

6. **ONDERWIJZER EN MUZIKAAL TONEELSPeler** PATRICK DE VRIES
UIT SLOTEN

18. **FACE TO FACE MET** JEANINE BOERLAND
UIT JOURE

20. **YNTE KUINDERSMA VERZAMELT** SOLEXEN EN KERMISSPULLEN

MAATSCHAPPIJ & SAMENLEVING

11. **TUSKEN DE MARREN** INFORMATIE VAN GEMEENTE DE FRYSKE MARREN

27. **NIEUWE SPEELTUIN LEMMER** ZORGT VOOR MENTAAL EN FYSIEK FITTE KINDEREN

SPORT

31. **TENNISVERENIGING DE GREVELING OUDEHASKE** BESTAAT VEERTIG JAAR

CULTUUR & UITGAAN

35. **SELFMADE MUZIKANT** MICHEL HOMMINGA

36. **UITGAANSAGENDA** VAN 13 JANUARI T/M 8 FEBRUARI

KIJK VOOR HET LAATSTE NIEUWS OP:

WWW.GROOTDEFRYSKEMARREN.NL

VOLG OOK OP SOCIAL MEDIA



Westermar-toaniel in ‘t Haske

JOURE – Het gezelschap Westermartoaniel speelt op vrijdag 3 februari en zaterdag 4 februari de voorstelling ‘Spa mei Stress’ in ‘t Haske in Joure. Doordat het Westermartoaniel óók meteen haar veertigjarige jubileum viert zullen het voorstellingen worden met een feestelijk randje.

De stukken van het Westermartoaniel worden vrijwel altijd gekozen om hun hilarische inhoud, om zo het publiek een ontspannen avond te bezorgen, waarop er veel gelachen kan worden, en de editie van dit jaar belooft dan ook weer erg humoristisch te worden. Het toneelstuk speelt zich af in een kuuroord. De toch al drukke eigenaar heeft het moeilijk om alle ballen in de lucht te houden. Wanneer er ook nog een tv-programma een promotiefilm komt maken en er veel aandacht eisende gasten rondlopen wordt het hem te veel en hij vraagt hulp van zijn tweelingbroer. Als één van de gasten een oplichter blijkt te zijn is de chaos compleet. Kaarten zijn verkrijgbaar bij Primera Joure. De kaarten voor 3 februari kosten: € 11,-; kaarten voor 4 februari kosten € 12,50.



Nieuwjaars open dag CSC Joure



JOURE – Om te vieren dat de vereniging trots op zichzelf is, organiseert CSC Joure een open dag op woensdag 18 januari, in samenwerking met studenten Sportkunde van de Hanze Hogeschool.

Het wordt een open dag met een mooi programma van bijna alle sporten die CSC rijk is. In het programma zal worden aangegeven of je aan het onderdeel mee kan doen of dat je er alleen bij kan kijken. De open dag is bedoeld voor jong en oud, lid of geen lid. Zo is het ook mogelijk om te kijken of jij je eigen sport van vroeger weer kan oppakken of te kijken wat je nog kan. Voor volwassenen is er Strong & Fit, Forever Young, senioren gym of volleybal. Inschrijven voor de open dag kan via de website van CSC Joure.

‘Ljochtsjes’ vormen hart van liefde voor overledenen

JOURE - De afgelopen twee jaar werd het wegens het coronavirus digitaal georganiseerd, maar zondag 1 januari, Nieuwjaarsdag, kon ‘Leafdes Ljochtsjes’ weer live worden gehouden.

Op begraafplaats Westermeer kwamen mensen samen om hun overleden dierbaren te herdenken. Er werden lichtjes ontstoken die samen een hart van liefde vormden om hen die overleden zijn liefdevol te herdenken in het nieuwe jaar. “Wat was het weer bijzonder om met zijn allen stil te staan bij onze dierbare overledenen, en ze liefdevol mee te nemen het nieuwe jaar in”, aldus één van de initiatiefnemers. “Met een traan en met een lach, en een ljochtsje fan leafde.”



96.000 euro voor Stichting Semmy

FRYSLÂN - Stefan van der Pal heeft 96.000 euro opgehaald met zijn Elfstedentriathlon van vorige zomer. Dat is zaterdag bekendgemaakt. Het geld is voor Stichting Semmy om onderzoek voor kinderen met hersenstamkanker te bekostigen.

“Het is een fantastisch bedrag”, zegt Stefan van der Pal. “We zijn er heel blij mee.” In één week in juli vorig jaar zwom hij 200 kilometer, daarna fietste hij de tocht en toen rende hij ook nog eens een keer 200 kilometer. Stefan van der Pal was de eerste persoon ooit die de Elfstedentriathlon volbracht. Het geld is overhandigd aan John Emmerik, oprichter van Stichting Semmy en vader van Semmy. Het jongetje was vijf jaar toen hij in 2007 overleed aan een tumor in de hersenstam. “Door corona zijn we ingeteerd op onze inkomsten, dus dit kunnen we goed gebruiken”, laat Emmerink weten. Hij is er heel blij mee. “Voor nieuw onderzoek was 150.000 euro nodig, dus dit helpt flink. Ik krijg er warme en koude gevoelens van. Stefan is voor ons de sportman van het jaar. Wat hij heeft gedaan is fenomenaal.”



Notariskantoor Alberda verhuist

LEMMER – Het monumentale pand van notariskantoor Alberda aan de Kortestreek in Lemmer wordt al sinds de bouw in 1842 als notarishuis gebruikt. Al die tijd is er een notaris in gevestigd geweest. Aan deze traditie komt een eind. Het gebouw voldoet niet meer aan de eisen van de tijd. Daarom gaat het notariskantoor verhuizen.

Er is druk geklust in het oude Rabobankkantoor aan de Vissersburen 27. Het team van Notariskantoor Alberda kiest voor dit modernere kantoor, dat beter op hun wensen aansluit. Er zijn ruime en lichte werkplekken; er is een makkelijke begaanbare entree; men kan zo binnenlopen met vragen. Bovendien is het nieuwe pand beter toegankelijk voor mensen met een lichamelijke beperking. Eind januari moet alles klaar zijn in het nieuwe pand aan de Vissersburen in Lemmer.

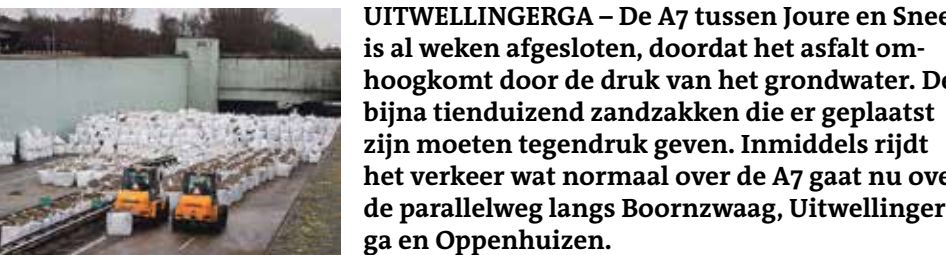
Erehaag voor overleden ballonpiloot Jan Piers Haven

IDSKENHUIZEN – Op oudejaarsdag overleed plotseling ballonpiloot Jan Piers Haven. Hij werd geboren op 17 april 1972 en vierde afgelopen jaar zijn vijftigste verjaardag.

Met zijn bedrijf, JPH Ballonvaarten, opereerde Jan Piers Haven vanuit Idskenhuzen. Haven was ballonpiloot in hart en nieren; een leven zonder ballonvaren was voor hem niet voor te stellen. “Wij zijn de pioniers van het ballonvaren in Nederland en bestaan al meer dan dertig jaar”, valt op de website van JPH te lezen. Het ballonvaren werd hem en zijn broertje Jelke, eveneens ballonpiloot, met de paplepel ingegoten. Een week na zijn overlijden was de uitvaart van Jan Piers Haven. In de ballonloods aan de Bramerstraat vond de condoleance plaats met aansluitend de afscheidsbijeenkomst. Na afloop werd Jan in een beschilderde kist op een ballontrailer overgebracht naar zijn laatste rustplaats. Onderweg vormden zo’n twintig ballonmanden een indrukwekkende erehaag. Bij het stapvoets voorbijkomen van de ballontrailer werden de branders ontstoken om Jan Piers Haven een laatste eer te bewijzen. Foto: Thewes Hoekstra



Frustraties over bruggen



“Het is een chaos en schandalig”, zegt Arjen Mintjes, directeur van de Maritieme Academie te Harlingen, in het radioprogramma en nieuwsforum Buro de Vries van Omrop Fryslân. “Minister Harbers had allang maatregelen moeten nemen om de problemen met het A7-aquaduct op te lossen.” Dat er meerdere bruggen in Fryslân zijn met grote problemen, hoort in datzelfde rijtje thuis, meent Mintjes. “Die vier bruggen bij Uitwellingerga zouden al twintig jaar lang worden vernieuwd, maar het wordt steeds vooruitgeschoven. Het lijkt nergens op. De ene na de andere brug gaat kapot.” De frustratie spat er vanaf. Mintjes zegt dat er snel moet worden gemoderniseerd. Dat er tot nu toe niets is gebeurd, heeft volgens Mintjes te maken met de kloof tussen de Randstad en regio. “Doe er nu eens iets aan!”, roept hij de minister op.

Weerbaarheidstrainingen Hapkidoschool

SINT NICOLAASGA - Hapkidoschool Si-Jak verzorgt al zo’n zeventien jaar succesvol weerbaarheidstrainingen in de Therapeutische zorginstelling De Oase in Follega.

Vanaf donderdag 2 februari (van 18.15 tot 19.15 uur) zal er nu ook voor iedereen Hapkido en/of of kickboksen recreatief of wedstrijdgericht lesgegeven worden voor volwassenen en kinderen vanaf 7 jaar in de gymzaal op de Kerklaan 76 in Sint Nicolaasga. De zelfverdedigingslessen worden verzorgd door drievoudig wereldkampioen Hapkido en Jiu-Jitsu Martin Zingel. Martin Zingel is bondscoach van het Nederlands Hapkidoteam en beoefent ruim 45 jaar verschillende krijgskunsten en is in het bezit van de volgende zwarte band (dan) graden: 8e dan Hapkido, Renshi 8e dan Jiu-Jitsu, 6e dan Judo, 4e dan Taekwondo en 4e dan Kobudo, 3e dan Kyusho Jitsu en 1e dan Silla Gumdo (zwaard). Speciaal ter gelegenheid van de opening van de nieuwe locatie is er voor iedereen die interesse heeft in deze mooie en dynamische Koreaanse zelfverdedigingsport/krijgskunst een hele gratis proefmaand trainen. Belangstellenden worden uitgenodigd om 2 februari langs te komen. Meer informatie via www.si-jak.com of rechtstreeks bij Martin Zingel, 06-5432 5285.



Eelke’s vinger op de zere plek

Akwadukt

Yn de wittenskip dat De Jouwer yn 1973 it sintrum fan Fryslân waard, wie dêr op dat stuit ek de grutste rotonde fan Europa oanlein. Want wat soe der in folk op Fryslân ôfkomme, en dat koe net om De Jouwer hinne. Dat folk wie der noch net daliks massaal, mar we moasten allegear wol lâns De Jouwer. En doe’t de McDonald’s dêr oan de rotonde kaam, kamen we ek noch yn De Jouwer. Moai, dochts!

No ja, oant yn 2022 it akwadukt yn Twellegea yn de A7 ynienen omheech kaam. En dat hat as gefolch dat we no om De Jouwer hinne moatte. Dat soe net slim wêze, at it efkes wie, mar dât is it net. Doe’t dat akwadukt oanlein waard, kaam der al hieltyd wetter tefoarskyn. It wie eins ek net mear as in earste besykjen: hoe meitsje jo in akwadukt?

No’t it omheech kaam kwakten se ús sânsekken tsjin heech wetter dêrop, mar se witte absolút net wat dêr ûnder wetter en ûnder it akwadukt bard is. Ankers yn weake grûn? Skyt omheech, alle grûn yn Fryslân is weak. Nim fan my oan dat it langer as in jier duorje sil en dan bin ik noch optmistysk.

Fryslân moat 419 doarpen mei elkoar ferbine. Dus je kin om De Jouwer hinne. Mar al dy pseudo-Verstappens kin net sechstich ride; dat wol net, sa skynt it. Se wolle seker gjin fyftich ride, wylst dat troch Hommerts en Sint Nyk moat. Yn beide plakken ynienen in ûnderbrutsen stream auto’s, dei en nacht. Dat kin in dei, mar gjin jier. De brêgen fan Spannenburg en Twellegea rûgelje no stadich de ferdommenis yn. Fertel my net, dat dy brêgen it noch in jier úthâlde sille.

Ik ha gjin oplossing. Inkelde mar it ferwyrt oan de Ryksoerheid dat se noait wat ûnderhâlde. No ja, ien ding fansels wol. Se ûnderhâlde har besykjen om altyd oeral de skuld fan te krijen. Dat ha se ek. En at ik bestjoerder fan De Jouwer of fan Snits wie, dan dondere ik dy hiele Ryksoerheid ûnder it akwadukt. En it dan sa meitsje dat it nea wer omheech komt. Mar ja, wa bettelet dat dan?

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-sense 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....

TEKST LOTTE VAN DER MEI
FOTO'S JOHAN BROUWER



Onderwijzer en muzikaal toneelspeler Patrick de Vries

Patrick de Vries uit Sloten is een leergierig persoon en enorm geïnteresseerd “in de verhalen ergens achter”, zoals hij zelf zegt. Patrick is dan ook nieuwsgierig, waarom hij en waarom zijn verhaal in de krant komt. Als ik aangeef dat hij anderen kan inspireren om een leven te leiden waarin je op een ontspannen, authentieke manier kunt werken en leven is hij zeker bereid zijn verhaal met ons te delen. We spreken af en hebben een mooi gesprek over keuzes maken, levenservaringen, ouderschap en de onbevangenheid van het kind zijn, want Patrick is ook onderwijzer in het naburige Balk.

Patrick de Vries (1987) groeit in het kleine stadje Sloten op bij zijn ouders, samen met drie jongere broertjes. Als kind voetbalt hij graag en speelt hij buiten; op de voormalige vuilstortbult kunnen hij en zijn vrienden zich uren vermaken. Hij is ontzettend leergierig en gaat dan ook graag naar school; daar vindt hij het fijn om samen te zijn met de andere kinderen. De structuur ervaart hij als prettig en de prachtige Bijbelverhalen van juf Jeltje doen hem glimlachen. Zo heeft juf Jeltje een spannend verhaal over de superkracht van Simson en heeft zij haar ‘weenpillen’. Als je pijn hebt of moet huilen krijg je van juf een tic-tac en gaat het gauw over. Hier wordt het zaadje geplant voor Patricks interesse in het vertellen van verhalen.

Achteraf beseft Patrick dat het een conservatieve school was. De lessen die gegeven werden, werden al sinds jaar en dag op dezelfde manier gegeven. Toch heeft Patrick er goede herinneringen aan, en hij kan veel dingen nog tot in detail navertellen.

LUIE LEERLING

Na de basisschool gaat Patrick naar het vwo in Balk, waarna het Bogerman in Sneek volgt. Patrick is in die tijd volgens hemzelf een luie leerling. “Eigenlijk ging alles vanzelf en ik ben er later pas achter gekomen dat ik nooit heb geleerd om te leren. Zo liet ik de kans liggen om twaalf boekverslagen in te leveren, waardoor ik bleef zitten en 5 vwo heb overgedaan.” Dat is op dat moment overigens geen straf, en zelfs een heerlijke periode; het betekent namelijk nog meer ontspanning voor hem. Ook ontmoet hij in die tijd Nynke, zijn huidige vrouw.

Na het vwo vindt Patrick zelf dat hij minstens naar de universiteit moet gaan. Hij kiest voor de studie geschiedenis, vanwege zijn interesse in mooie verhalen en doordat zijn geschiedenisdocent prachtige verhalen kan vertellen. Patrick gaat op kamers wonen in Groningen en sluit zich aan bij een studievereniging. Maar tijdens deze periode verliest hij het overzicht. Hij vindt het lastig om met planning om te gaan en komt er niet mee weg om alleen de lessen op de universiteit te volgen. Patrick krijgt een ‘no go’, zoals dat heet en mag zijn studie niet vervolgen.

PABO

Hij laat alles bezinken en gaat weer terug naar zijn ouderlijk huis. Na een korte periode van rust en bezinning besluit hij dat hij naar de pabo in Leeuwarden wil. Zijn motivatie om onderwijzer te willen worden haalt hij uit het omgaan met mensen in combinatie met zijn leergierigheid en het vertellen van verhalen. Hij vindt de natuurlijke nieuwsgierigheid van kinderen intrigerend. Elk kind heeft een talent en kinderen dit talent in zichzelf te laten ontdekken; kinderen de ruimte te geven om zich te ontwikkelen, dat is wat hij wil. Wat vindt een kind leuk? Waar heeft een kind plezier in?

FRETS

Ook het muzikale gedeelte in de opleiding spreekt hem aan. Patrick zit in de klas met zijn twee neven Freerk en Johannes, en de drie vinden elkaar in het plezier van het muziek maken. In het laatste jaar van de pabo krijgen Freerk, Johannes en Patrick de opdracht om samen met de Afûk een Fries toneelstuk voor kinderen te maken. Dit is de geboorte van de muzikale toneelgroep Frets (Een fret is het mechanisme van dunne strips, dwars op de hals van een gitaar, voor de juiste toonhoogte – red.).

Frets bestaat nog steeds en is uitgegroeid tot een serieuze groep die kinderen wil laten ontdekken, hun fantasie wil prikkelen, wil filosoferen en een kind volwaardig wil laten zijn. De voorstellingen van Frets zijn overwegend in de Nederlandse taal, maar inmiddels is er ook een (tweede) Friestalige voorstelling.



Meester Patrick houdt van verhalen vertellen. En zijn leerlingen ook.

BEST EEN UITDAGING

In de tijd dat hij op de pabo studeert is er nog geen sprake van een onderwijzerstekort. Als er na zijn studie door zwangerschapsverlof een tijdelijke functie vrijkomt voor een leerkracht op het Ludgerus in Balk grijpt Patrick deze kans met beide handen aan. Hij begint onzeker en vindt het best een uitdaging om de onderwijzer te zijn, die hij graag zou willen zijn. Achteraf vindt hij dat hij te weinig praktijkkuren als onderwijzer heeft gelopen tijdens zijn stage. Dan lachend: “Het grappige toeval wil, dat ik nu het kind van die verlofperiode in de klas heb zitten.”

Inmiddels staat meester Patrick alweer tien jaar voor de klas. Hij is in zijn rol als onderwijzer gegroeid, zegt hij en het jasje past nu goed. De inzichten van de school zijn in de loop der jaren ook veranderd; zo is zijn school een ‘Sterrenschool’ geworden. Dat houdt kortgezegd in, dat er gewerkt wordt naar de maat van het kind. Ook werkt de school met flexibele vakanties en betrekken ze de buurt bij het onderwijs.

MEER VERDIEPING

Patrick woont met zijn vrouw Nynke inmiddels, na een klein uitstapje in Balk, weer in Sloten. Ze hebben twee zoontjes: Fosse (2020) en Moos (2022). “Nu begrijp ik ouders van de kinderen in de klas nog beter”, zegt hij. “Het heeft mij als leerkracht meer verdieping gegeven.” Momenteel heeft hij ouderschapsverlof van zijn jongste zoon Moos en staat hij een halve dag voor de

klas. Normaal geeft hij drie dagen les. De andere dagen geeft hij – met name op de basisscholen in Friesland - muziektheatervoorstellingen met Frets.

Hij geeft grotendeels les in het Nederlands, maar hoopt dat de Friese taal nog lang blijft bestaan. Engels horen de kinderen overal al, meent Patrick. Alleen al door te gamen komen ze hiermee in aanraking. “Ik hou van de Friese taal; mijn hart is Fries; ik droom en denk in het Fries.”

PAARSE EENHOORNSDROL

De afwisseling van voor de klas staan en muziek maken met Frets maakt Patrick intens gelukkig. Het zorgt ervoor dat hij zijn vak op een prettige en ontspannen manier kan uitoefenen en dat hij ook zo in het ouderschap kan staan. Het geeft hem alle

ruimte zichzelf en anderen te ontdekken. Je ontmoet zoveel mensen, wat dan weer heel veel inzichten en vrijheid geeft die je kunt gebruiken in je leven. Als leerkracht vindt hij het vooral belangrijk dat alle kinderen mogen zijn wie ze zijn.

Patrick kijkt niet per se naar de verplichte methodes, maar vooral naar de individuele behoefte binnen een groep. Elke vrijdag maken ze een wandeling door het bos in Balk. Deze wandeling is een middel om verhalen en lesstof spelenderwijs te behandelen. De kinderen maken zo kennis met vraagstellingen en fantasie. Patrick geeft een voorbeeld: “Onlangs vonden we een paarse ‘eenhoorndrol’. Dit verhaal ging een eigen leven leiden. De één ging bedenken hoe die drol er was gekomen, de ander ging op onderzoek uit en prikte met een stokje in de drol en kwam er achter dat het om een paars doekje ging. Zo zie je al dat kinderen op verschillende manieren een verhaal aanvliegen en dat is mooi.” Patrick vertelt glunderend dat er zelfs een surprise werd gemaakt van Tinky Winky, gelinkt aan dit verhaal.

OOG HEBBEN VOOR DE GROEP

Wat hij heel belangrijk vindt is creativiteit. “Creativiteit zit in alles, zo laat ik mijn leerlingen graag meedenken. Door de kinderen vragen mee naar huis te laten nemen en er de volgende dag weer aandacht aan te besteden, komen er vanaf thuis ook ideeën en gedachten mee terug naar school. Op die manier leer je kinderen creatief te denken, waar ze hun hele leven profijt van hebben.” Patrick wil benadrukken dat hij gezegend is met een fijne groep kinderen, hun ouders en zijn duopartner Hinke. “Hinke en ik vullen elkaar aan en bieden onze groep 6/7/8 een compleet verhaal”, aldus Patrick. Een goede leerkracht zijn, zit ‘m volgens Patrick in de kracht van ontspanning. Op een ontspannen wijze kunnen zien wat er is en niet gefocust



“Nu begrijp ik ouders van de kinderen in de klas nog beter”

zijn op wat er moet. Veel oog hebben voor de groep en de dynamiek. Gesprekken aangaan en er zijn voor de leerlingen.

PESTEN

Op mijn vraag hoe hij pesten in een klas ervaart, geeft hij aan dit best lastig te vinden. “We doen er alles aan, maar toch is pesten nooit te voorkomen en moet je signalen altijd serieus nemen, hoe moeilijk dat soms ook is. We steken veel tijd in het neerzetten van een goede sfeer door kinderen elkaars kwaliteiten en eigenaardigheden te laten herkennen. Mijn voorbeeldgedrag en mijn rol van onderwijzer zijn hierin ook erg belangrijk.”

Patrick de Vries uit Sloten is een innemende man, die zich verdiept in zichzelf en kijkt waar hij beter of anders kan. Ik denk een goed voorbeeld voor de jeugd en hun ouders. Op de Ludgerusschool in Balk mogen ze hun handen dichtknijpen met meester Patrick, denken wij. Patrick is een enthousiaste, betrokken, muzikale en creatieve leerkracht. Met nu zijn verhaal dat verteld wordt.



Straks één school, nu al één Open Dag

Van kapper tot kok. Van sportinstructeur tot verpleegkundige. Op het mbo kun je echt alles worden. Net zo belangrijk als een passende opleiding, is een school kiezen waar je je thuis voelt. Overweegt jouw kind een mbo-opleiding? Of wil je jezelf om of bij laten scholen? Bezoek dan onze Open Dag! Al onze locaties openen hun deuren. Kom langs, ontdek het opleidingsaanbod en proef de sfeer.

Vanaf schooljaar 2023-2024 gaan Friesland College en ROC Friese Poort samen verder onder de naam Firda.

friesland
college

ROC FRIESE POORT

Vrijdag 27 januari 2023

15.00 - 20.00 uur

Open Dag locaties: Dokkum, Drachten, Emmeloord, Heerenveen, Leeuwarden, Sneek, Urk

Zaterdag 28 januari 2023

09.30 - 12.30 uur

Open Dag locatie: Urk (Maritiem)

Vind alle deelnemende locaties en meld je aan op:

frieslandcollege.nl

rocfriesepoort.nl

“Ik hou van de Friese taal; mijn hart is Fries; ik droom en denk in het Fries”



Patrick de Vries brengt ook muziektheater in de klas.

OPEN DAG 8 FEBRUARI '23



VERGROOT JE WERELD

RSG
MAGISTER
ALVINUS



Tusken de Marren

INFORMATIEBIJLAGE VAN GEMEENTE DE FRYSKE MARREN | JANUARI 2023

INHOUD

- Gemeentegericht: Femke Beswerda, trainee
- Groepstrainingen voor kinderen en jongeren: weerbaar worden kun je leren!
- Wyldehoarne 4: wonen in een wijk van deze tijd



Gemeentelijke activiteiten kalender

Vergaderingen gemeenteraad

Maandag 16 januari
Petear, 19.30 uur

Woensdag 18 januari
Raadsvergadering, 19.00 uur

Woensdag 25 januari
Raadsvergadering, 19.30 uur

Woensdag 8 februari
Petear, 19.30 uur

Kijk voor actuele informatie op:
defryskemarren.nl/gemeenteraad

Tûk Wenjen - informatieavonden

Woensdag 25 januari
Oudemirdum, MFC It Klif, 19.15 uur

Woensdag 1 februari
Joure, 't Haske, 19.15 uur

Vrijdag 3 februari
Ouwsterhaule, Dorpshuis De Hichte, 20.00 uur

Woensdag 8 februari
Balk, De Treemter, 19.15 uur

Aanmelden
Voor bovenstaande bijeenkomst kunt u zich aanmelden via tukwenjen.nl/informatieavonden.

Financiële ondersteuning voor inwoners

Gemeente De Fryske Marren heeft veel regelingen om inwoners (financieel) te ondersteunen. Een overzicht van deze regelingen is te vinden op de website van de gemeente, onder de knop 'Geldzaken en schulden'. Op deze pagina zijn alle regelingen in een oogopslag zichtbaar.

Hier staat onder andere informatie over de energiecoach, de minimaregelingen en de studietoelage. In de februari-editie van Tusken de Marren zult u ook een overzicht van de regelingen terugvinden.

Bent u benieuwd waar u recht op heeft? Met de Voorzieningenwijzer weet u welke toeslagen en/of regelingen voor u gelden. Via www.datgeldtvoormij.nl kunt u zelf

de check doen of een gratis en vrijblijvend gesprek aanvragen om de Voorzieningenwijzer samen in te vullen.

Wilt u meer weten of heeft u hulp nodig met u geldzaken? U kunt dan contact opnemen met het sociale wijkteam van de gemeente, via telefoonnummer **14 05 14** of het contactformulier op de website.



Scan de QR code om direct naar de pagina 'Geldzaken en schulden' te gaan



Wa wilt de Fryske Kultuerpriis 2022?

Ek in 2022 set de gemeente in Frysktalich kultureel inisjatyf of persoan yn ús gemeente yn it sintsje, mei de Fryske Kultuerpriis. Nij is dat wy de priis fertoan útrikke op 'de dei fan de memmetaal', 21 febrewaris 2023. De priis bestiet út in bedrach fan € 750,-. De lêste kear wûn Stoffel Zandstra fan 'e Lemmer.

Meld in inisjatyf by ús oan!

Kinne jo in persoan, organisaasje of groep dy 't him it ôfrûne jier ynset hat foar de Fryske taal yn De Fryske Marren? En fine jo dat dy de Fryske Kultuerpriis 2022 fertsjinnet? Of wolle jo sels de Fryske Kultuerpriis yn 'e wacht slepe? Mail dat dan nei communicatie@defryskemarren.nl, t.a.f. Yde Wierda. Jo kinne oant 27 jannewaris ynstoere. Fansels is it fan belang dat jo derby sette werom't dizze persoan, feriening of groep de priis fertsjinnet. Omdat de priis oer 2021 net útrikt is, dogge ynisjativen út dat jier ek mei. **We binne benijd nei de oannellingen!**



Openingstijden servicepunt Lemmer gewijzigd

Sinds 1 januari 2023 zijn de openingstijden van het gemeentelijk servicepunt in Lemmer gewijzigd. Inwoners uit Lemmer kunnen voortaan op maandagochtend, dinsdagmiddag, woensdagochtend, donderdagmiddag en vrijdagmiddag en -avond het servicepunt bezoeken. De openingstijden in het gemeentehuis in Joure en het servicepunt in Balk wijzigen niet.

Levertijd van vijf naar zes werkdagen

Het bezorgbedrijf kan alleen op bepaalde tijden documenten leveren. Dit heeft gevolgen voor de levertijd van de waardedocumenten (reisdocumenten en rijbewijzen), daarom is de levertijd van vijf naar zes werkdagen gewijzigd. Deze wijzigingen zijn doorgevoerd om aan de eisen van beveiliging rond de afgifte van waardedocumenten te voldoen.

Spoedaanvragen

In verband met de wijziging van de bezorgtijden en -locatie is het sinds 1 januari 2023 niet meer mogelijk om een spoedaanvraag van reisdocument en/of rijbewijs bij het servicepunt in Lemmer of Balk te doen. U kunt hier wel reguliere aanvragen doen. Een spoedaanvraag is wel mogelijk in Joure, dan kunt u binnen twee werkdagen uw spoedaanvraag ophalen.

Op onze website vindt u de nieuwe openingstijden.



Samen voor een veilige buurt



Download de app of meld u aan op burgernet.nl

Maakt u uw buurt al veiliger?

Meld u aan bij Burgernet en werk samen met gemeente en politie aan een veilige omgeving. Al meer dan 2,4 miljoen mensen doen mee!

Hoe werkt Burgernet?

Burgernet werkt heel eenvoudig. Als deelnemer ontvangt u een kort bericht met de vraag om uit te kijken naar een persoon of voertuig. Vaak gaat het om een vermissing, diefstal, een overval of een verdachte situatie. Als u iets ziet, kunt u rechtstreeks bellen met de meldkamer van de politie. U krijgt altijd een afloopbericht waarin het resultaat van de actie wordt vermeld, ook als iemand nog niet is gevonden. Zo maakt elke deelnemer de buurt een stukje veiliger. Want hoe meer mensen meedoen, hoe sneller een persoon of voertuig wordt gevonden.

GEMEENTEGEZICHT

Femke Beswerda, trainee

Als trainee bij De Fryske Marren doe je twee jaar lang ervaring op via verschillende projecten. Zo krijg je de kans om in diverse 'keukens' te kijken en te ontdekken wat bij je past. Femke Beswerda is ruim een jaar trainee en vertelt over haar ervaringen.

"Tijdens mijn traineeship werk ik voor verschillende teams. De diversiteit in projecten vind ik heel prettig en ik kreeg een warm welkom van de collega's. We krijgen (trainees red.) goede begeleiding", begint Femke.

Het is de eerste echte baan van de 27-jarige inwoner uit Leeuwarden. Na haar studie Sociale Psychologie aan de RUG in Groningen was ze voor haar gevoel nog niet echt klaar voor een vastomlijnde functie. Daarom zocht ze vooral naar trainee-functies. Femke: "Joure sprak me aan omdat mijn oma hier ook woonde. De sollicitatie ging echt heel snel. In september had ik de gesprekken en in november kon ik al beginnen."

Steenbreek

Momenteel bereidt Femke samen met collega-trainee Anja Hanenburg het project Steenbreek voor. Zij doen het vooronderzoek voor dit project dat draait om vergroening van de leefomgeving. Met Steenbreek wil de gemeente samen met inwoners meer groen aanbrengen. Als gemeente zijn we er al goed mee aan de slag. "Zo hebben we een hele goede buitendienst die het gemeentegroen netjes houdt. En in Joure en Lemmer zijn mooie gemeentewerven – daar gebeurt veel meer dan alleen afval storten", weet Femke. "Ze zijn bijvoorbeeld veel met circulariteit bezig."

Puzzel

De trainee is al goed op de hoogte van het reilen en zeilen binnen de gemeente. Ook de juiste weg in het ambtelijke proces bewandelen vindt Femke heel leuk. "Het is soms een hele puzzel om tijdens een project rekening te houden met alle verschillende belangen." Alle projecten die de trainees aannemen, worden overigens heel gestructureerd ingericht. Bij de start wordt er een opdrachtformulier gemaakt. Hierin staat hoeveel tijd ze willen gebruiken en wanneer het af moet zijn.



FOTO: NANTKO SCHANSSEMA, FOTONANTKO

Jongerenparticipatie

Femke was verder betrokken bij het project jeugdparticipatie. Dit onderzoek is inmiddels afgerond. Hierbij onderzocht ze samen met nog drie trainees hoe je jeugdparticipatie kan opzetten. Femke: "We zijn naar diverse scholen geweest om met leerlingen in gesprek te gaan. We bedachten verschillende werkvormen en vroegen dan bijvoorbeeld naar de ideale speelplek. Daar kwamen leuke ideeën uit."

Ook spraken ze met andere gemeenten die jeugdparticipatie al stevig hebben staan. "Sommige gemeenten

organiseren bijvoorbeeld pizza-avonden om ideeën over bepaalde thema's bij jongeren op te halen."

De trainees bundelden hun bevindingen in een adviesrapport voor de afdeling Maatschappelijke Ontwikkeling.

Integraal Veiligheids- en Zorgplan

Een andere opdracht waar Femke samen met collega's aan werkt, is het Integraal Veiligheids- en Zorgplan. Hierin staan de doelen op het gebied van veiligheid voor onze gemeente beschreven. Ze haalden daarvoor onder andere belangrijke input uit de inwonersenquête die door veel inwoners is ingevuld. Daarnaast doen ze bronnenonderzoek en gaan ze in gesprek met partijen buiten de gemeente. Samen met haar collega overlegt ze wat er nog meer moet gebeuren. "Hebben we nog meer input

nodig? Met wie gaan we in gesprek? Op die manier achterhalen we wat de belangrijkste veiligheidsthema's zijn voor de komende vier jaar", aldus Femke.

Scholing

Als trainee kan Femke vier uren per week aan scholing besteden. "In het begin waren dat vooral algemene opleidingsdagen en nu kijk ik waar ik me nog in wil ontwikkelen. Daarbij denken de collega's ook goed mee, over wat bij mij past en op welke gebieden ik me nog kan ontwikkelen binnen de organisatie. Dit traineeship is voor mij een leerzame startersfunctie met veel kansen", zegt Femke met een brede glimlach.

Inwoner centraal bij uitbreiding gemeentehuis Herema State

"Toekomstgericht, toegankelijk en verbindend: het plan voor de uitbreiding van het gemeentehuis in park Heremastate in Joure sluit aan bij de ambities van onze gemeente", zegt wethouder Barbara Gardeniers. De gemeente is er voor onze inwoners en een centraal, toegankelijk gemeentehuis zorgt ervoor dat we een slagvaardige dienstverlener blijven met ruimte voor samenwerken en ontmoeting. Het plan van TWA architecten zorgt voor verbinding met onze inwoners, ondernemers en maatschappelijke organisaties."

In één gebouw

Sinds de gemeentelijke fusie in 2013 maakt de gemeente – naast het centrale gemeentehuis in het park – gebruik van een extra gebouw voor de huisvesting van de medewerkers, namelijk Woudstate in Joure. Hier werken ca. 110 medewerkers. Dit gebouw brengt huurkosten met zich mee en op de langere termijn is centrale huisvesting van alle medewerkers financieel aantrekkelijker. Bovendien zorgt één locatie voor betere samenwerking en biedt dit inwoners en ondernemers meer duidelijkheid, snelheid en verbinding. De uitbreiding kan budgetneutraal worden gerealiseerd.

Verrijking van het park

Het plan houdt rekening met de historie en de zichtlijnen in het park en de omgeving. De aanbouw sluit qua vorm en materiaalgebruik goed aan op het bestaande gebouw. De uitbreiding wordt bescheiden gesitueerd in het 'oksel' van het huidige gebouw, hierbij wordt rekening gehouden met de wens van de omwonenden.

Finetunen

Het plan wordt nu verder uitgewerkt met als doel het 'voorlopig ontwerp' in het tweede kwartaal van 2023 in de raad vast te kunnen stellen. Hierbij is ook overleg met omwonenden



en gebruikers. De aanbouw wordt gerealiseerd volgens de laatste energienormen. Het gebouw wordt gasloos en circulair bouwen is een belangrijk uitgangspunt.

Ruimte voor ontmoeting

Verrassend zijn het atrium dat zorgt voor daglicht in het midden van het gebouw en daarnaast de nieuwe locatie voor de gastvrije entree voor

dienstverlening. Deze wordt gelijkvloers waardoor gemakkelijker toegankelijk. De aanbouw biedt ruimte voor ontmoeting voor inwoners, organisaties en medewerkers, moderne werkplekken, een raadzaal met ontvangstruimte voor pers en publiek, een nieuwe centrale ontvangstbalie en mogelijkheden voor participatie, gesprekken en hybride overleg, zodat ook online aansluiten mogelijk is.

Barbara Gardeniers: "Met deze uitbreiding blijven we een slagvaardige, toekomstgerichte gemeente en spelen we in op de ontwikkelingen rondom dienstverlening en samenwerken met inwoners".

Doel is om in november 2023 te kunnen starten met de bouw en in het najaar van 2024 de aanbouw in gebruik te nemen.

Aanslagbiljet gemeentelijke belastingen 2023

In januari ontvangt u het aanslagbiljet gemeentelijke belastingen 2023 in uw (digitale) brievenbus. Heeft u via MijnOverheid aangegeven het aanslagbiljet digitaal te willen ontvangen, dan wordt het aanslagbiljet geplaatst in uw digitale mailbox. Het biljet kan meerdere belastingen bevatten, waaronder: onroerendezaakbelastingen, de rioolheffing en de afvalstoffenheffing.

U betaalt onroerende zaakbelasting (OZB) als u eigenaar bent van een woning. Bij gebruik van een gemeentelijke rioolvoorziening betaalt u rioolheffing. De hoogte van deze heffing is afhankelijk van het aantal ingeschreven personen op uw adres. De afvalstoffenheffing betaalt u op basis van het volume van de container.

Twaalf incassotermijnen

Voorheen kon de aanslag in maximaal acht termijnen worden betaald, vanaf 2023 zijn dit er twaalf. Maakt u op dit moment nog geen gebruik van de automatische incasso? Dan kunt u alsnog uw

machtiging afgeven via onze website. Als u al gebruik maakt van de automatische incasso dan hoeft u geen actie te ondernemen en wordt uw betaling automatisch naar twaalf termijnen verruimd.

WOZ-waarde

Als u op 1 januari 2023 eigenaar of gebruiker van een woning bent, dan bevat het aanslagbiljet ook de kennisgeving van de WOZ-waarde (WOZ-beschikking). De WOZ-waarde (wet Waardering onroerende zaken) is een nauwkeurige inschatting van de waarde van een woning op de waardepeildatum 1 januari 2022.

Landelijk is vastgesteld dat met ingang van 2022 de waarde vaststelling plaatsvindt op basis van de grootte van de gebruiksoppervlakte. Gemeente De Fryske Marren hanteert dit al sinds 2021. Om een WOZ-waarde te kunnen bepalen, gebruikt de gemeente verkoopprijzen van vergelijkbare woningen. In het taxatieverslag treft u naast de kenmerken van uw woning ook de kenmerken en verkoopprijs van de vergelijkbare woningen aan. Hiermee krijgt u inzicht in de wijze waarop de

waarde is bepaald. Het taxatieverslag is via onze website beschikbaar en is kosteloos.

Stijging verkoopwaarde woningen

Landelijk neemt de vrije verkoopwaarde van woningen toe. In gemeente De Fryske Marren is dit ook waarneembaar. Er is sprake van een gemiddelde stijging van 15,5 procent ten opzichte van 2022. Dit betekent niet dat dit in alle individuele gevallen ook de situatie is. Op basis van de gemiddelde waardestijging in gemeente De Fryske Marren is het tarief voor de onroerendezaakbelastingen woningen verhoogd. De uiteindelijke verhoging van de onroerendezaakbelastingen 2023 bedraagt gemiddeld 0,8 procent.

Kwijtschelding

Wanneer u de aanslag gemeentelijke heffingen niet kunt betalen, dan kunt u kwijtschelding aanvragen. Heeft u geen aanslag ontvangen of heeft u vragen over uw aanslag? U vindt veel informatie op onze website: www.defryskemarren.nl/belastingen. U kunt ons ook bellen op **0513 - 800 002**.

‘Een mooie functie met veel kansen’

GROEPSTRAININGEN VOOR KINDEREN EN JONGEREN WEERBAAR WORDEN KUN JE LEREN!

Voor jezelf opkomen. Op iemand af durven stappen. Je grenzen aangeven. Dat kan best lastig zijn. Zeker als je jong bent. Een training kan helpen om weerbaarder te worden. Gemeente De Fryske Marren biedt zulke groepstrainingen voor kinderen en jongeren gratis aan.



FOTO: RIANNA HILARIUS, STUDIO SPONTAAN

‘Wat een lelijke broek heb jij aan!’ Het zal je maar gezegd worden in de klas. Maar wat doe je dan? Zeg je niks? Of word je juist boos? Sommige kinderen en jongeren vinden het van nature lastig om op een goede manier voor zichzelf op te komen. Andere kinderen vinden het moeilijk om hun grenzen aan te geven of ‘nee’ te zeggen. Of hebben er moeite mee om contacten met anderen te leggen.

Weerbaarheid

De coronaperiode heeft geen goed gedaan aan de weerbaarheid van jongeren. “Tijdens corona was er maar beperkt sociaal contact mogelijk”, zegt Margaretha Visser, schoolmaatschappelijk werker van het sociaal wijkteam van De Fryske Marren, cluster Jeugd en Gezin. “Voor sommige kinderen en jongeren is het sindsdien echt een uitdaging om in een groep stevig in hun schoenen te staan.”

Steuntje in de rug

De gemeente geeft deze kinderen graag een steuntje in de rug. Het sociaal wijkteam jeugd en gezin van De Fryske Marren is daarom gestart met het gratis aanbieden van groepstrainingen voor kinderen en jongeren. “We vinden het belangrijk dat het goed gaat met de kinderen en jongeren in onze gemeente, óók op sociaal-emotioneel gebied”, geeft Margaretha aan. “Vandaar deze trainingen. Er zijn er drie: de assertiviteitstraining ProP, een sociale vaardigheidstraining (SoVa-training) en de training Leer te Durven!”

ProP

Wat houden deze trainingen in? De assertiviteitstraining ProP (Problemen, Omgeving en Persoonlijke stijl) richt zich op kinderen van 9 tot 12 jaar en 12 tot 16 jaar die moeite hebben om op een goede manier voor zichzelf

op te komen. “In deze interactieve training doen we oefeningen en rollenspellen rond herkenbare situaties”, legt Margaretha uit. “We spelen bijvoorbeeld dat een klasgenoot je vraagt of hij je huiswerk mag overschrijven, terwijl jij dat niet wilt. Sommige kinderen durven het woordje ‘nee’ niet eens te gebruiken. Andere kinderen hebben geleerd dat je het beste voor jezelf kunt opkomen door boos te worden. Deze groepstraining maakt kinderen op een positieve manier weerbaar, zodat ze met zelfvertrouwen kunnen opkomen voor zichzelf.”

SoVa

De SoVa-training is bedoeld voor kinderen vanaf groep 6 die sociaal nog niet zo vaardig zijn. Bij deze training leren kinderen sociale vaardigheden, waarmee ze op een betere manier contacten kunnen aangaan met leeftijdsgenoten en volwassenen. “Het gaat in deze training over zaken

‘We vinden het belangrijk dat het goed gaat met de kinderen en jongeren in onze gemeente’

als omgaan met kritiek, boosheid en teleurstelling”, legt Margaretha uit. “Maar ook over samenwerken, een gesprek beginnen en durven aangeven wat je wel en niet wilt. Net als bij de ProP-training gebruiken we verschillende spelvormen en praktijkoefeningen.”

Leer te Durven!

De derde training is Leer te Durven!, een training voor kinderen van 8 tot 12 jaar. Alle kinderen zijn weleens bang, maar sommige kinderen meer dan hun leeftijdsgenoten. Margaretha geeft voorbeelden. “Sommigen zijn faalangstig en gaan uitdagingen uit

de weg. Je merkt dan bijvoorbeeld dat ze het heel lastig vinden om aan opdrachten te beginnen. Of ze zijn erg zenuwachtig voor een spreekbeurt of presentatie. Het kan ook gaan om bijvoorbeeld angst voor spinnen.”

Angst de baas

Als je in deze kwetsbare leeftijd niks doet aan te veel angst, kan angst zich ontwikkelen tot een stoornis. Bijna één op de drie mensen heeft een angststoornis. Ongeveer driekwart van die stoornissen is ontwikkeld vóór het eenentwintigste levensjaar. Daarom is het belangrijk om een kind dat erg angstig is al jong te helpen om dapperder



SoVa les

FOTO: MARGARETHA VISSER

Ze is gegroeid en dat is leuk om te zien’

Ewalds dochter Vera (12) volgde in het najaar van 2022 de SoVa-training.

Ewald: “Vera heeft Autisme Spectrum Stoornis (ASS). Ze vindt het spannend om met volwassenen te praten en iemand dan aan te kijken. Toen school me op de SoVa-training wees, dacht ik: ja, dit is iets voor Vera. Ik verwachtte na acht sessies geen wereldschokkende verandering, maar Vera is zeker gegroeid. ‘Ik moest bij een oefening zeggen hoe ik me voelde en kon dat goed uitleggen’, vertelde ze een keer. Ook leerde ze dat ze ‘nee’ mag zeggen, terwijl ze daar best moeite mee heeft. Laatst ging Vera met vriendinnen mee naar de ijsbaan. Zelf schaatsde ze niet mee. De vader van een van de vriendinnetjes vroeg waarom niet. Ze keek niet weg, maar legde rustig uit dat ze geen schaatsen heeft en schaatsen ook niet zo leuk vindt. Zo’n gesprekje lijkt iets kleins, maar is voor Vera een overwinning. Deze training is een aanrader. Twijfel je als ouder, denk dan dat het om je kind gaat.”

te worden. “Angststoornissen hebben vaak een negatieve invloed op sociale vaardigheden, zelfwaardering en schoolprestaties”, geeft Margaretha aan. “In deze training leren kinderen een strategie om met hun angst om te gaan.”

Samen sterker

Deelnemen in een groep heeft voordelen voor kinderen en jongeren, merkt Margaretha. “Ze kunnen zich aan elkaar optrekken en situaties oefenen. Zo leren ze van elkaar en bieden ze elkaar steun. Daardoor staan ze sterker.”

Ouders staan niet aan de zijlijn bij deze trainingen, zij hebben een belangrijke rol. “Voor de kinderen is steun van hun ouders onmisbaar”, zegt Margaretha. “Ze moeten weten en voelen dat hun ouders achter ze staan. In de trainingen krijgen de kinderen thuisopdrachten

mee, waarmee ze samen met hun vader en/of moeder kunnen oefenen. Herhaling is belangrijk, het is niet zo dat kinderen na acht weken ineens helemaal de knop om hebben. Wat ze leren, moet beklijven. Dat kost tijd.”

Waardevol

Met de drie trainingen hoopt gemeente De Fryske Marren eraan bij te dragen dat alle kinderen en jongeren in de gemeente mentaal gezond opgroeien. Margaretha: “Dat gunnen we ze van harte. Ik vind het mooi om te zien dat deze trainingen echt werken. Het is al een paar keer gebeurd dat een kind aan het begin niet met mij als trainer durfde te praten en na acht bijeenkomsten spontaan bij me kwam met verhalen over school. Eén kind schreef op het evaluatieformulier: ‘Ik heb geleerd dat mijn mening ook belangrijk is.’ Het is heel waardevol dat we iets kunnen betekenen.”

Preventief werken

De groepstrainingen bestaan uit meerdere bijeenkomsten. Ze vinden op scholen plaats of op een andere locatie in Joure of Lemmer. Op aanvraag van scholen of ouders verzorgen Margaretha en haar collega’s ook individuele trajecten met ouders en kinderen. “Dat kan gaan om lichte opvoedvragen of om situaties waarin kinderen ondersteuning nodig hebben, zoals na een scheiding. We zijn geen therapeuten, maar bieden dat extra steuntje in de rug.”

Veel inwoners denken bij het sociaal wijkteam gelijk aan zware problemen, maar het team is er dus nadrukkelijk ook voor lichte vragen. Margaretha: “We werken graag preventief. Hoe meer problemen we op jongere leeftijd kunnen voorkomen, des te kleiner de kans op grote problemen later.”

De gemeente biedt de drie trainingen gratis aan. Na de voorjaarsvakantie starten ze weer. Alle scholen in onze gemeente krijgen hierover een informatiebrief en kunnen kinderen opgeven via het mailadres. Ouders kunnen hun kind rechtstreeks aanmelden of bij school aangeven dat ze mee willen doen.

Aanmelden

Wilt u uw kind aanmelden of graag extra informatie ontvangen? Stuur dan een mailtje naar: groepstrainingenjeugd@defryskemarren.nl.

FOTO: NANTIKO SCHARSSEMA, FOTONANTIKO

FOTO: Nantiko Scharsema, Foto Nantiko



Claes Dick de Jong, beleidsadviseur ruimtelijke ontwikkeling (links) en Jort Faber, trainee ruimtelijke ontwikkeling en stedenbouw

WYLDEHOARNE 4 WONEN IN EEN WIJK VAN DEZE TIJD

Een aantrekkelijke, groene en gezonde woonwijk voor iedereen: dat is kort gezegd het plan voor Wyldehoarne 4 aan de noordoostkant van Joure. Dit begint met het noordelijke deel; de rest volgt in een tweede fase. Met ruimte voor maar liefst 136 woningen is het een grote uitbreiding van het dorp.

‘Wilde hoek’ betekent de naam van de overkoepelende wijk, genoemd naar een plaatsje dat vroeger tussen Haskerhorne en Westermeer lag. Met de invulling van de eerste fase van dit vierde en laatste deel is de voltooiing van Wyldehoarne straks weer een stap dichterbij. “Wyldehoarne 4 onderscheidt zich daarbij duidelijk van de andere drie delen”, zegt Claes Dick de Jong, beleidsadviseur ruimtelijke ontwikkeling bij de gemeente. “Alleen al door de ligging, ingeklemd tussen twee groensingels, is het een groenere wijk dan Wyldehoarne 1, 2 en 3. Noemenswaardig is ook dat de groenstrook aan de oostkant historische waarde heeft: deze hoort bij de monumentale Vegelinstroken die rond 1720 zijn aangelegd. Er recht tegenover komt nieuwbouw te staan – een bijzondere combinatie.”

- CLAES DICK -
‘Bij het bouwen is er veel vrijheid’

Het vele groen doet meer dan alleen Wyldehoarne 4 een prettige aanblik geven. Het speelt ook een grote rol bij het creëren van een gezonde leefomgeving. “Ons doel is om een woonwijk te ontwikkelen die uitnodigt om naar buiten te gaan”, vertelt Jort Faber, trainee ruimtelijke ontwikkeling en stedenbouw bij de gemeente. “Door de brede groenzone aan de randen van de wijk lopen straks aantrekkelijke wandel- en fietsroutes en tussen Wyldehoarne 3 en 4 is er ruimte voor een trimparcours. Ook ligt dwars door de wijk, parallel aan de ontsluitingsweg Oer de Feart, een ketting van groen waar bewoners aangenaam kunnen verblijven en kinderen plezierig kunnen spelen. Groen is dus altijd dichtbij.”

Gevarieerd woonaanbod
Dat Wyldehoarne 4 een wijk ‘voor iedereen’ moet worden, houdt in dat er een gevarieerd woonaanbod komt: een mix van sociale huurwoningen, middenkoop en grotere, duurdere

stukken grond. Met kavelgroottes die variëren van 250 tot ruim 900 m2 zijn er mogelijkheden voor zowel particuliere bouw, projectmatige bouw als bouw door woningcorporaties. Claes Dick: “De vraag naar goedkopere huurwoningen is in de afgelopen jaren flink toegenomen. Met een gemengd woonaanbod als dit zijn er ook kansen voor starters en anderen met een lager inkomen om een mooie plek in de wijk te krijgen.”

Betekent dit ook dat er in de wijk een rommelige wildgroei aan verschillende soorten woningen kan ontstaan? Claes Dick en Jort maken zich daar geen zorgen over. Claes Dick: “Er is veel vrijheid: bouwen naar eigen ontwerp is mogelijk en ieder straatje mag zijn eigen identiteit krijgen. Maar er gelden wel wat spelregels. Wat er aan woningen in Wyldehoarne 4 wordt gebouwd, moet passen bij de beeldkwaliteit die wij voor ogen hebben.” Jort vult aan: “Bovendien creëren we een bepaalde eenheid met herkenningspunten. Zo komen op enkele plekken in de wijk bijvoorbeeld appartementsgebouwen met dezelfde vormgeving te staan.”

Klimaatbestendig en duurzaam
Het gevarieerde woonaanbod is niet het enige dat Wyldehoarne 4 een ‘wijk van deze tijd’ maakt. De wijk is zodanig ontworpen dat deze redelijk goed tegen de effecten van klimaatverandering

- JORT -
‘Een wijk die uitnodigt om naar buiten te gaan’

is opgewassen. Dit komt in de eerste plaats door de grote hoeveelheid groen. Bomen en planten zorgen voor koeling bij hitte en vangen overtollig water op bij hevige regenval. Daarnaast wordt de wijk zo ingericht dat regenwater zowel boven- als ondergronds naar de sloten stroomt die langs de groensingels liggen.

Verder is ook duurzaamheid een belangrijk thema voor Wyldehoarne 4. Jort: “Dit betekent onder andere dat wij elke koper van een of meerdere kavels in de wijk aanmoedigen om duurzaam te bouwen. Het gebruik van milieuvriendelijke materialen ligt daarbij voor de hand. Maar we dagen iedereen uit om ook in andere opzichten zoveel mogelijk rekening te houden met de impact van zo’n bouwproject op het milieu, al vanaf de ontwerpfase.”

Plan ter inzage
Vanaf 27 januari ligt het bestemmingsplan voor Wyldehoarne 4 zes weken ter inzage. Het plan is dan door iedereen te bekijken op de websites ruimtelijkeplannen.nl en defryskemarren.nl. Wie dat wil, kan in deze zes weken een reactie geven op het ontwerp (een zogeheten zienswijze indienen). De gemeente beoordeelt de ontvangen reacties en past eventueel het bestemmingsplan aan. Vervolgens neemt de gemeenteraad binnen twaalf weken nadat het ter inzage heeft gelegen een besluit over het plan.

“Ik hoop dat ynwenners en oare belutsen partijen like entûsjast binne oer dit bestimmingsplan as it kolleezje”, zegt wethouder Chris van Hes. “Wyldehoarne 4 wurdt in prachtige, moderne wyk wêryn elts him thúsfiele kin, en wêr foar ferskate doelgroepen bout wurde sil. Koartsein: in wyk om grutsk op te wêzen.”



Wethouder Chris van Hes

#FACETOFACE JEANINE BOERLAND

fotografie JOHAN BROUWER

tekst RICHARD DE JONGE

JEANINE BOERLAND UIT HAAR DIEPSTE EMOTIES IN EEN POËZIEBUNDEL

“ALS IK HET OP PAPIER ZET, IS HET IN MIJN HOOFD MINDER CHAOTISCH”

Sinds haar pubertijd heeft Jeanine Boerland (22) uit Joure last van depressies. Soms duren die enkele weken, maar ook wel eens enkele maanden. Om haar diepste gevoelens te uiten, is ze begonnen met deze aan het papier toe te vertrouwen, in de vorm van korte gedichtjes, poëzie. Deze zijn verzameld in het boek met de pakkende titel ‘The Bitter and the Sweet’. Met het boek dat een inktzwarte kant heeft, maar ook een extreem vrolijke, hoopt Jeanine dat mensen zich gekend voelen.

“Schrijven is voor mij een manier om mijn emotie te uiten, een uitlaatklep”, verklaart Jeanine. “Fijn om te doen. Kan ik lekker mijn hoofd leegmaken. Ik wilde al sinds de middelbare school schrijfster worden en je moet ergens beginnen. Op een gegeven moment heb je genoeg poëzie voor een bundel en dan heb je in één keer een boek.”

OPKROPPEN

“Ik kan aardig wat dingen opkroppen en dan is het erg fijn om dat op papier te zetten. Als ik het op papier zet, is het daarna in mijn hoofd ook minder chaotisch. Dat is voor mij het grootste voordeel van poëzie. Met de poëzie ben ik op de middelbare school begonnen, maar met het schrijven zelf al op de basisschool. Daar schreef ik al korte verhaaltjes over mijn teddybeer en zo. Dat groeit gewoon door. Niet dat ik op een dag dacht: ‘Nu word ik schrijfster’. Het was voor mij normaal dat ik ging schrijven.”

EXTREEM

“Als ik blij ben, dan ben ook echt heel erg blij als ik verdrietig ben, dan ben ook niet een klein beetje verdrietig. Het is altijd heel heftig, extreem. Bij mij is het erger dan bij de meeste mensen. Ik ben nooit volledig neutraal. Ik ben heel verdrietig als één van mijn huisdieren komt te overlijden. Gebroken. We hebben twee katten en twee ratten. Als ik eraan denk dat die dood gaan, is dat toch wel een heel erg verdrietige gedachte. Op het vmbo hadden we een dierenverblijf met ratten. Dat zijn toch zulke schattige dieren. Ik zeg altijd dat een rat een mix is van een hond en een kat met een ander jasje. En ze zijn superintelligent. Je kunt ze van alles leren. Met één van mijn overleden ratten deed ik veel trucjes. Die kon op commando gaan zitten, op twee pootjes staan en ook lopen, een rondje draaien,

en hij kon pootje geven. Helaas worden ze niet zo oud. Soms maar twee jaar; dat komt omdat ze gevoelig zijn voor het krijgen van tumoren. Ik heb wel overwogen om andere huisdieren te nemen, maar ik woon nog bij mijn ouders.”

KOUD EN KIL

Jeanine heeft de mbo-opleiding bedrijfsleider dierenverzorger gedaan. Haar droom is een boerderij met allemaal beesten en een eigen kattenpension. “Mijn dieren zijn een lichtpunt in mijn leven. Als er iets is, kan ik altijd bij de beestjes terecht. Dat is een soort geruststelling. Ze vragen ook niet veel van je. Een huis zonder dieren zou voor mij heel leeg aanvoelen. Dat voelt niet als een thuis. Koud, leeg, kil. Een aantal gedichten gaat over de emoties die katten en mensen mij gaven. Ik heb het zo geschreven dat het over een kat of over een persoon ging. Ik heb dan vooral de emotie zelf die ik heb omschreven.”

HET ZONNIGE RANDJE ER VANAF

“De laatste is gelukkig al weer een tijdje geleden, maar sinds de pubertijd heb ik last van depressies. Op een gegeven moment merk je aan jezelf dat je minder puf hebt om leuke dingen te doen, om dingen te ondernemen. Eigenlijk de standaard depressie-symptomen. De mooiste omschrijving van een depressie is dat je geen puf hebt voor dingen waar je normaal gesproken vrolijk van wordt om te doen. Het leven is dan ook niet meer zo leuk als wanneer je niet in een depressie zit. Het zonnige randje is er wel vanaf. Niets is meer leuk. Dat gaat in golfbewegingen. Soms zit je er een paar maanden in, soms een paar weken en is het maar kort dat je er weer in terugvalt. Dan probeer je op te krabbelen.

Als ik in een depressieve periode zit, lig ik het liefst in bed. Dan heb ik nergens zin in. Dan geef ik mezelf een schop onder mijn kont. Een klein blokje om, al is het maar even. Hier thuis zijn we altijd erg open over alles. Daar ben ik ze ook dankbaar voor. Mijn twee oudere zussen wonen niet meer thuis, maar ik kan altijd bij ze terecht. Ik vind zelf dat ik altijd wel op tijd aan de bel trek. Erover praten, gewoon dat iemand me even onder de arm neemt, een troostende knuffel of iets dergelijks. Dat is al hele fijne hulp.”

MOOIER IN HET ENGELS

“Ik heb in het Engels geschreven omdat ik in die taal mijn emotie veel beter kan uiten. Terwijl Nederlands mijn moedertaal is. Het gaat soepeler. Ik heb eens een quote van iemand gelezen: ‘Writing to me is simply thinking through my fingers’. Zo voelt het precies voor mij. Het is niet zo dat ik tien minuten over een gedichtje nadenk. Ik pak gewoon pen en papier. Ik ben wel heel old school en dan schrijf ik dat op. Ik vind Engels ook een vrij gemakkelijke taal. Poëzie vind ik zelf ook mooier om te lezen in het Engels.

GEBROKEN HART

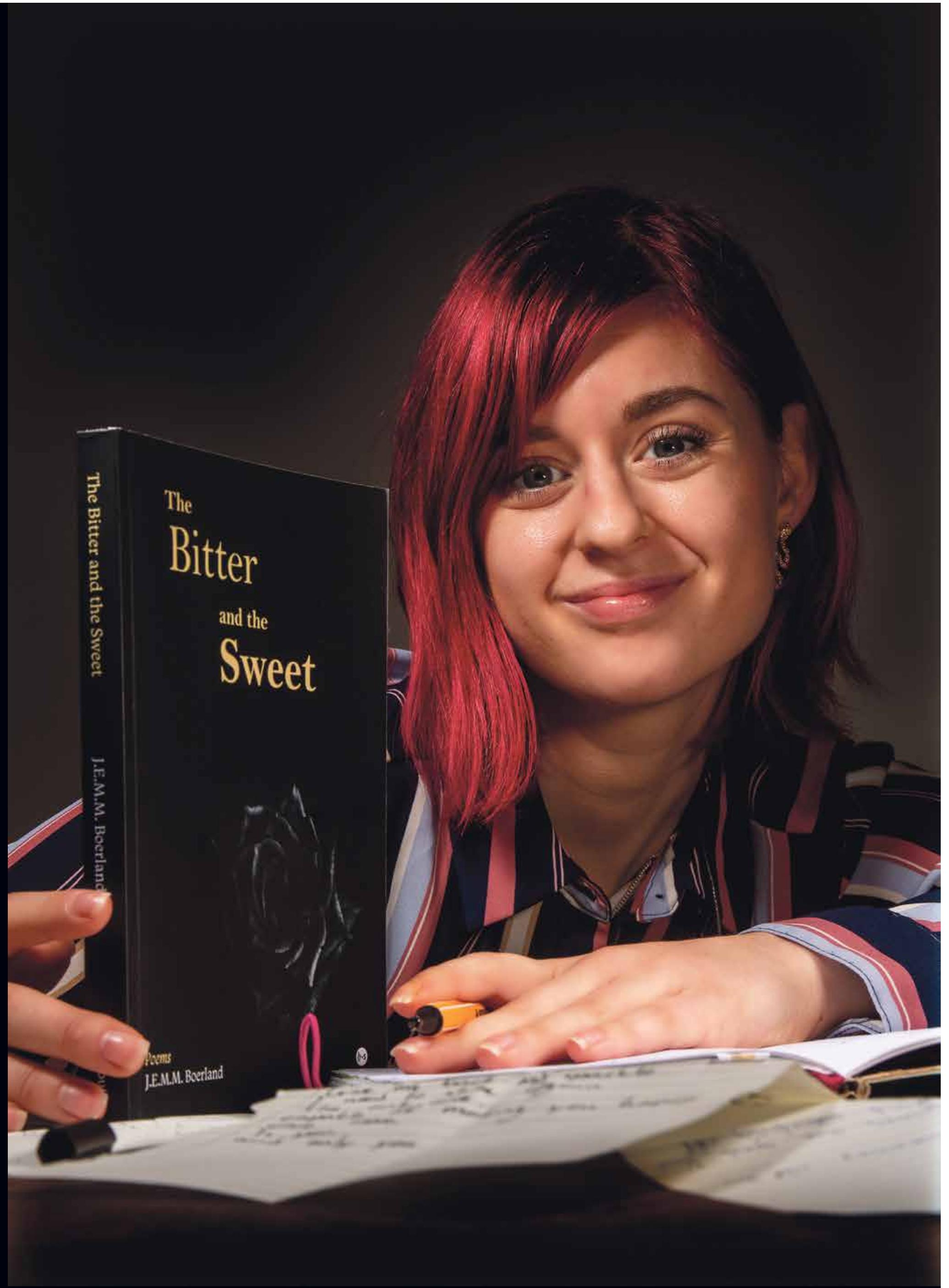
“Er staat een gedicht in over een gebroken hart. Dat heb ik al een paar keer meegemaakt. Maar dat is logisch. Ik ken vrij weinig mensen van mijn generatie die daadwerkelijk op jonge leeftijd een relatie hadden en deze nog steeds hebben. Ook al zet je zelf een punt achter een relatie, dan mag je er zeker om rouwen. Want je hebt ook mooie momenten gehad, samen herinneringen gemaakt. Het kan pijnlijk zijn als je dat achter je laat. Ook een gedicht over katten. Ik ben echt een kattenmens. Mensen kunnen zich

heel erg druk maken over bepaalde dingen, heel erg stressen. Katten zijn heel relaxed en zen. Een mens hoeft niet altijd iets om handen te hebben. Ik vind dat je op zijn tijd rust moet nemen en om jezelf denkt. Niet altijd voor iedereen klaar hoeft te staan. Die boodschap zou ik mee willen geven. Dat je in je leven zeker aan jezelf mag denken. Het leven wat je leeft, is je eigen leven.”

TWEDE BUNDEL

Een bundel met daarin je diepste gevoelens, dat is nogal wat. “Ik heb er best lang over nagedacht”, bekent Jeanine. “Je moet het ook durven. Dit zijn echt al mijn emoties. Omdat allemaal zomaar even bloot te geven, is niet niks. Het lijkt me heel fijn dat, als mensen mijn bundel lezen, ze zich gekend voelen. Dat ze zich niet alleen voelen. Want het is heel logisch, wat voor emotie je ook hebt, dat je daarmee niet de enige op de wereld bent. Maar als je er helemaal doorheen zit, heb je snel dat gevoel. Dat is een hele nare emotie.”

Jeanine had ook – iets minder heftig – met een fictief boek kunnen beginnen. Ze lacht, het gaat nu goed met haar. “Dat doe ik nu ook”, zegt ze. “Ik ben bezig met een fantasieboek, dat moet over een of twee jaar klaar zijn. En er komt een tweede poëziebundel. Met meer hoofdstukken.” De titel van de nieuwe bundel staat nog niet vast, maar het zou zomaar ‘The Deleted Scenes’ kunnen heten. “Een hoofdstuk gaat over schrijven. Wat voor gevoel me dat geeft, wat er door mijn hoofd gaat als ik aan het schrijven ben. Een hoofdstuk gaat over rouwen. Stukjes advies die ik aan de mensen mee wil geven is ook een apart hoofdstuk.”





DE FRYSCHE MARREN



Wonen op een unieke locatie in Joure

Reageer uiterlijk
23 januari
10.00 uur

Verkoop bij inschrijving:
voormalig pakhuis 'De Krim' in Joure

Gemeente De Fryske Marren biedt het voormalige pakhuis 'De Krim' (Krim 2) in Joure te koop aan bij openbare inschrijving. Het perceel heeft een oppervlakte van circa 87 m². Het karakteristieke pand is bestemd met de functie wonen.

Meer informatie?
Op de website van gemeente De Fryske Marren vindt u informatie over de verkoopprocedure en de bijbehorende voorwaarden.

Bezichtiging
Op donderdag 12 januari van 13.00 uur tot 17.00 uur kunt u het pand bezichtigen. Hiervoor hoeft u geen afspraak te maken.

Vragen?
Voor vragen kunt u contact opnemen met Robin Dijkstra van grondzaken via telefoonnummer 14 05 14 of via mail: info@defryskemarren.nl.

Heeft u belangstelling?
Het biedingsformulier moet uiterlijk op maandag 23 januari 2023 om 10.00 uur bij de gemeente zijn ingediend. Hiervoor kunt u een afspraak inplannen. Bij het inleveren van het inschrijfformulier ontvangt u een uitnodiging om bij de opening aanwezig te zijn. Vethouder Remboud van Ildekinghe opent in een openbare zitting op maandag 30 januari om 10.00 uur de enveloppen in het gemeentehuis in Joure.

Kijk voor meer informatie op: defryskemarren.nl/krim

Vacature Monteur

BJ Solutions BV (Lemmer • 32/40 uur per week)

Vind jij het leuk om constructies te bouwen en ben je flexibel? Lees dan verder!

Jij gaat de ontworpen (kleding) opslagsystemen bouwen bij de klant op locatie (in heel Nederland). Samen met de projectleider vorm je een team waarmee BJ Solutions kan doorgroeien.

Wie ben jij?

- Je bent in het bezit van rijbewijs B (BE is een pré)
- Je kan technische tekeningen lezen
- Je bent sterk en kan goed met gereedschap omgaan
- Je kan in een klein maar dynamisch team zelfstandig werken
- Geen 09:00h - 17:00h mentaliteit
- Reizen en projecten in het buitenland zijn voor jou geen probleem
- Talen: Nederlands en Engels

Wie zijn wij?
BJ Solutions ontwerpt en bouwt kleding opslagsystemen in magazijnen. Denk aan distributiecentra van kledingmerken of winkels waar grote hoeveelheden aan kleding opgeslagen en gesorteerd wordt. Er worden projecten door heel Europa gerealiseerd.

Solliciteren of heb je een vraag? Neem contact op met Jan Ruitenbeek via jan@bjsolutions.nl of 070 22 111 36.

** Acquisitie naar aanleiding van deze vacature is niet gewenst*



TEKST DE KEAR // FOTO'S MARJIE KUIPER

SAMENWERKING SOCIAAL WERK DE KEAR EN UP! NEDERLAND

Koffie en een goed gesprek voor ouderen in De Fryske Marren



“Het delen met anderen doet mij erg goed; ik heb hier soms meer aan, dan aan mijn gesprekken met een therapeut”

Soms loop je in je eentje na te denken over van alles en nog wat. Dan kan het fijn zijn om eens met leeftijdsgenoten van gedachten te wisselen. Dat kan in de regio De Fryske Marren op verschillende plaatsen tijdens UP!-groepsgesprekken, een initiatief van Sociaal Werk De Kear en UP! Nederland.

THEMA'S DIE ERTOE DOEN

UP!-groepsgesprekken hebben tot doel om in een ontspannen sfeer gesprekken te voeren over belangrijke thema's die ertoe doen als je ouder wordt. Centraal in die gesprekken staan onderwerpen die normaal gesproken niet zo vaak aan de orde komen, zoals dankbaarheid, afscheid of familie. Het zijn geen 'zware' gesprekken, je hebt het er gewoon eens over. Een luisterend oor aan tafel biedt herkenning, inspiratie en steun. “Het delen met anderen doet mij erg goed; ik heb hier soms meer aan gehad dan aan mijn gesprekken met een therapeut”, vertelt een deelnemer uit Terherne over de UP!-groepsgesprekken.

PERSOONLIJKE VERHALEN

De gesprekken vinden plaats onder leiding van een vrijwillige gespreksleider. Zo komen veel persoonlijke verhalen boven tafel. Anke

Postma is al ruim twee jaar gespreksleider in Joure. Vlak na haar pensionering kwam dit initiatief van De Kear en UP! Nederland op haar pad. Anke werd direct enthousiast.

“Vanuit mijn werkzame leven heb ik veel ervaring met het werken met groepen en het leek me erg leuk. Tijdens de bijeenkomsten hebben we vaak openhartige gesprekken met veel diepgang. Hoe je omgaat met het ouder worden staat centraal. Er is sprake van herkenning en mensen leren van elkaar. Soms ontstaan er ook vriendschappen. 'Het is hard werken om vrolijk oud te worden', vertelde een tachtigplusser. Veel mensen hebben te maken met verlies en afnemende gezondheid. Juist ouderen die actief in het leven staan hebben veel aan deze gespreksgroepen. Je kunt elkaar inspireren en steunen.”

Ondersteuning

Sociaal Werk De Kear motiveert en ondersteunt inwoners in buurten en dorpen in de gemeente De Fryske Marren vanuit hun eigen kracht en hun talenten met als doel regie over het eigen leven te houden en zo een leefbare, sterke samenleving te creëren. In samenwerking met UP! Nederland ondersteunt de organisatie ook de vrijwillige gespreksleiders. De afgelopen maanden vonden er gesprekken plaats in Joure, Terherne en Lemmer, en in dit nieuwe jaar 2023 komen daar Bakhuzen, Sint Nicolaasga en Balk bij. De gespreksleiders kunnen ook aansluiten bij bestaande groepen.

Wanneer en hoe laat?

De eerste geplande UP!-groepsgesprekken in 2023

SINT NICOLAASGA

Unitas, Omloop 1.
Dinsdagen: 10 januari,
24 januari, 7 februari.
10:00 uur - 11:30 uur.

JOURE

De Werf, Sluisdijk 30.
Woensdagen: 25 januari,
22 februari, 29 maart,
26 april, 24 mei, 28 juni.
10:00 uur - 11:30 uur.

BAKHUZEN

MFC De Gearte, Sint
Odulphusstraat 69.
Woensdagen: 1 februari,
1 maart, 5 april.
14:00 uur - 15:30 uur

Meer informatie en aanmelden kan via Francien Bekius. Er zijn geen kosten verbonden aan deelname. Per e-mail: f.bekius@sociaalwerkdekear.nl of telefonisch: 06-5129 1163.



50%*
KORTING
op alle monturen met stip

De OptiSjen



* vraag in de winkel naar de voorwaarden

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

Plan je afspraak

Verloting droomkavel Broek Zuid

www.broekzuid.nl/itsud44

Eén kavel
opnieuw in
de verkoop

De kavel wordt verloot op:
donderdag 16 februari 2023

De verkoop van de eerste en tweede ronde droomkavels van Broek Zuid is succesvol verlopen! Maar we hebben goed nieuws voor geïnteresseerden die net buiten de boot zijn gevallen: er komt één kavel opnieuw vrij! Het gaat om kavel It Súd 44. Schrijf je vanaf 31 januari in voor de verloting van deze kavel die plaatsvindt op donderdag 16 februari!

Met kavels van 670 tot ruim 1400 m² en veel vrijheid in bouwen heb je in Broek Zuid alle ruimte en privacy die je maar kunt wensen. Bovendien ligt het charmante en historische Joure om de hoek en ben je binnen 60 minuten in de Randstad.

De verloting

Op donderdag 16 februari om 16.00 uur vindt de verloting plaats door wethouder Remboud van Ildeking van gemeente De Fryske Marren.

De wethouder trekt tijdens de bijeenkomst één voor één de ingeschreven namen uit een glazen bokaal. Wordt jouw naam als eerste uit de bokaal gehaald, dan krijg je een eerste reservering op de kavel. De wethouder gaat dan verder met de verloting.

De volgende naam die uit de bokaal wordt gehaald mag ervoor kiezen om als tweede gegadigde voor deze kavel op de lijst komen, etc.

Schrijf je in!

Ben je enthousiast geworden? Schrijf je dan in via de website www.broekzuid.nl/verloting.

Inschrijven kan van dinsdag 31 januari t/m donderdag 9 februari. Per huishouden mag maar één keer worden ingeschreven. Echtparen, samenwonenden en aspirant samenwonenden mogen zich dus niet afzonderlijk inschrijven.

Blijf op de hoogte

We zijn nog niet uitgebouwd in Broek Zuid. In de toekomst worden er nog 41 kavels verkocht.

Als eerste op de hoogte zijn van de toekomstige ontwikkelingen van Broek Zuid is eenvoudig. Dat kan via de nieuwsbrief, social mediakanalen (Facebook & Instagram) en onze website broekzuid.nl.

Heb je vragen over Broek Zuid?

Neem dan contact op met makelaardij Hoekstra via telefoonnummer 0513 41 77 50.

Neem voor vragen over de verkoopprocedure contact op met Wieneke Riemersma van gemeente De Fryske Marren (grondzaken) via telefoonnummer 14 05 14.



Broek Zuid
AANMEREN MET UITZICHT

www.broekzuid.nl

Gemeente De Fryske Marren
info@defryskemarren.nl
14 05 14

Makelaardij Hoekstra
nieuwbouw@makelaardijhoekstra.nl
0513 41 77 50


DE FRYSCHE MARREN
Broek-Zuid is een nieuwbouwwijk
van gemeente De Fryske Marren.

BRANDEND CONTENT

NOTARIS ALBERDA IN LEMMER
GAAT VERHUIZEN

Verhuizen (voor en achter de schermen)

Gefeliciteerd! Je hebt een woning gekocht.

Daar komt veel bij kijken, zeg. Inpakken, klussen, adreswijzigingen doorgeven, contracten voor gas, water en licht regelen. Je begint er al maanden van tevoren aan.

En dan ook nog even langs de notaris, natuurlijk.

Wat je niet in de gaten hebt, is dat de notaris ook druk bezig is met jouw verhuizing.



De hypotheekopdracht van de bank moet verwerkt worden. En een akte van levering opgesteld. Maar eerst wordt er een verplicht onderzoek gedaan naar jouw achtergrond en die van de verkoper en de woning. Ook wordt gekeken naar regels van de gemeente en voorwaarden die in het Kadaster staan vermeld. De notaris onderzoekt of er nog onduidelijkheden staan in het koopcontract. Misschien moet er een erfenis uitgezocht worden van tevoren, of moet er een op de woning rustend beslag of hypotheek afgehaald worden. Ook kan het gebeuren dat iemand anders nog toestemming moet verlenen voor de overdracht.

Meestal zorgt de notaris ervoor dat de problemen meteen worden opgelost. Het

meeste werk gebeurt achter de schermen, zodat je alleen nog maar hoeft te tekenen. Alles is in de tussentijd afgesteld met de bank en alle partijen. De notaris bewaakt ook de financiële kant van de overdracht. Dat de waarborgsom op tijd wordt overgemaakt en er gelijk wordt overgestoken bij de overdracht van de woning (de koopsom tegenover de eigendom).

Ondanks de drukte voor alle betrokkenen bij een verhuizing, is het een feestelijke aangelegenheid als alles is gelukt.

Ons kantoor gaat ook verhuizen; daarom zijn we op 23 en 24 januari even niet bereikbaar. Graag weer tot ziens op de Vissersburen 27 te Lemmer.



Wopke Keizer

'Ik ben echt goed uit de verf gekomen'

Voor Wopke Keizer (53) is schoonmaken zijn lust en zijn leven. "Ik hoop dat ik het nog heel lang kan en mag doen." Toch was dat niet waar zijn carrière startte. De geboren en getogen 'Snitser' volgde de vierjarige LTO (Lager Technisch Onderwijs) in bouwtechniek en schilderen.

Wopke werkte een aantal jaren bij een schilderbedrijf. Dat ging goed totdat hij zelf verf moest mengen en daar toch wat vreemde kleuren uit kwamen. "Ik bleek kleurenblind te zijn en kon het schilderwerk niet meer doen." Hij raakt een tijdje uit de roulatie, maar klopte toch aan bij de Sociale Dienst. Doordat zijn leertempo wat lager lag, kon hij in aanmerking komen voor een SW-plek bij een van de voorlopers van Empatec. Na enige tijd kon hij op gesprek komen en als proef ging hij aan de slag in Sneek bij de plantsoenendienst als leerling plantsoenwerker.

Jij kan meer

Een attente voorman zag dat Wopke meer potentie in zich had dan alleen schoffelen. Hij volgde een vierjarige groenopleiding aan wat toen nog het AOC Friesland heette. "Dat was vier dagen werken en één dag naar school. Ik heb daar veel geleerd, mijn diploma gehaald en daarna nog vele certificaten." Wopke groeit door en wordt gevraagd om de voormanopleiding te doen. "Meer dan twintig jaar heb ik dat werk binnen Empatec met heel veel plezier gedaan."

Op zoek naar nieuw avontuur

Na twintig jaar in het groen werd het tijd voor wat anders vond Wopke. Hij klopte aan het bij schoonmaakbedrijf binnen Empatec. Ook daar weten ze na een maandje proefdraaien dat Wopke veel in zijn mars heeft. Hij wordt buiten Empatec gedetacheerd bij het schoonmaakbedrijf Van Dijk & De Boer.

Open en gastvrij

Zijn ogen twinkelen achter zijn brillenglazen als hij vertelt hoe hij op iedereen afstapt en open en gastvrij zijn zegje doet. "Het komt voor dat er geen match is tussen een bedrijf en de schoonmakers die het werk moeten doen. Ik stap op de mensen af en vraag gewoon of ik mijn werk goed doe, dat levert vaak verrassende gesprekken op." Wopke geniet van het contact met zijn collega's en de vrijheid die het werk met zich meebrengt. "Vaak ben ik alleen op pad. Als ik dan weer een pand tiptop schoon heb achtergelaten, dan ga ik met een goed gevoel naar huis. Ik doe dit werk echt met heel veel plezier en kan wel zeggen dat ik goed uit de verf gekomen ben."


empatec
www.empatec.nl



Marit Been

'Ik wil NVLD meer bekendheid geven'

Aan doorzettingsvermogen geen gebrek bij Marit Been (22). Geboren en getogen in Sneek, volgde ze na de middelbare school de MBO-2 opleiding Dienstverlening aan de Friese Poort. Dat was nog niet voldoende en ze gaat ook aan de slag met de opleiding Diervverzorging. Omdat het lastig voor haar is om werk te vinden vanwege haar non-verbale leerstoornis vraagt ze zelf een BAB-indicatie aan.

Nadat ze alle opdrachten van de opleiding Diervverzorging heeft gehaald, blijkt het lastig om in die richting aan het werk te komen. Ze klopt aan bij de gemeente om haar situatie uit te leggen en wordt doorverwezen naar Pastiel, dat mensen begeleidt naar duurzaam en betaald werk.

Werken bij Empatec

"Mijn jobcoach Sieta Lont van Pastiel begeleidt mij en het eerste wat ze vroeg bij het intakegesprek: Wat wil je graag doen en in welke richting zoek je werk? Het liefst wilde ik met kinderen werken, alleen mijn opleidingsniveau is daarvoor niet voldoende. Zij zorgde er wel voor dat ik in de kantine van Empatec aan de slag kon. Dat was heel erg leuk." De wens om toch met kinderen te werken, blijft. Pastiel regelt ook een werkervaringsplek voor Marit als facilitair ondersteuner binnen de kinderopvang. "Dat was weliswaar in de buurt van kinderen, maar toch vooral aan de zijlijn."

Uiteindelijk besluit Marit in overleg met Pastiel dat ze verder wil in de richting van horeca en catering. Ze besluit een derde opleiding te volgen: Fastservice/catering.

Werken en leren

Niet alleen heeft Sieta Lont ervoor gezorgd dat Marit bij Empatec en uiteindelijk ook bij een kinderdagverblijf aan de slag kon, nu heeft ze ook voor een werk- en leerplek gezorgd bij een lunchroom in Sneek. "Daar ben ik heel blij mee." Marit heeft een zogeheten non-verbale leerstoornis, ook wel bekend onder de afkorting NVLD (non-verbal learning disorder). Dat betekent onder andere dat haar leertempo lager is en dat haar motoriek haar soms in de steek laat. "Dat maakt het werken in de lunchroom, zeker tijdens piektijden, wel lastiger." Marit werkt twee dagen in de week bij de lunchroom en gaat één dag per week naar school.

Auteur van een boek

Samen met drie anderen heeft Marit een boek geschreven over NVLD: NVLD is OK!. "Veel mensen hebben bijvoorbeeld wel van autisme gehoord, maar bijna niemand weet wat NVLD is en wat het betekent als je dat hebt." Op de website www.hetnldplan.nl zijn blogs te lezen van de vier auteurs.

www.pastiel.nl



TEKST WIEGER FOKKEMA

Theecursus 'De wereld van thee'

Deze winter organiseert Museum Joure de cursus 'De wereld van thee'. Een afwisselend programma van drie middagen waarin je van alles leert over thee: van de groei en verwerking, tot de smaak en culturele functie door de jaren heen. En natuurlijk maken en proeven aangemelde cursisten theeën ook zelf tijdens deze cursus. De cursus is bedoeld voor iedereen die thee liefheeft of zijn of haar kennis wilt vergroten over de warme drank.

Aanmelden kan tot en met 18 januari.

Museum Joure is gehuisvest in de oude panden van Douwe Egberts, de producent van DE-koffie én Pickwick thee. In het museum is een grote collectie objecten te bewonderen die met de productie, de verwerking en het drinken van thee te maken hebben.



Op de woensdagmiddagen 25 januari, 1 februari en 8 februari organiseert het museum de theecursus. Iedere cursus is van 13:00 tot 16:30 uur. Afwisselend zijn deze middagen zeker. De eerste woensdag begint voor de cursisten met een kennismaking met de andere cursisten. Daarna volgt er een introductie op 'smaak'. De middag vult zich verder met gegeven informatie over groei en verwerking van thee. De cursisten sluiten de middag af met de introductie op de cultuur van het theedrinken in China en Europa.

Een week later, op 1 februari, komen de cursisten terug voor het vervolg van de cursus 'De wereld van thee'. Die dag begint voor hen met het leren van rituelen en gewoontes bij het drinken van thee en maken ze kennis met bijzondere theedrink-objecten. Hierna leren de gekomen cursisten nog het een en ander over theeverwerking in Nederland, vroeger en nu. Daarna sluit de dag af met informatie over thee in de literatuur en wordt antwoord gegeven op de vragen: wat is

een high tea, een afternoon tea en een cream tea?

De laatste woensdagmiddag is op 8 februari. Op deze dag staat actief bezig zijn met thee centraal. De cursisten zetten dan zelf thee en proeven samen met de theesommelier. Een theesommelier is specialist op het gebied van thee en thee zetten. Vervolgens stelt iedere cursist zijn of haar eigen (on)kruidentheesamen en zet daarmee een eigen gecreëerde thee. De dag, en daarmee ook de gehele cursus, sluit af met een afternoon tea. De theelieven drinken dan hun laatste kopje thee van de cursus op, wat gepaard gaat met bijbehorende lekkernijen.

De beste wensen voor 2023?!

Gelukkig Nieuwjaar, folle lok en seine, de beste wensen voor 2023?!

In deze onzekere tijden is dat niet voor iedereen een vanzelfsprekendheid. Hoe gaan we daar als gemeentepolitiek mee om? Wat kunnen we doen en waar zetten we ons voor in? Raadsleden delen veel op social media, maar daarmee wordt niet iedereen bereikt.



Als CDA nemen we jullie bij de start van het nieuwe jaar graag mee in het wel en wee van de gemeentepolitiek met oog voor de stem van de stille meerderheid. Wij zijn één van de elf partijen in de gemeente De Fryske Marren. Samen geven we de richting aan waar we met de gemeente naar toe willen. We gaan door met wat goed gaat en passen aan waar het beter kan.

Ook de gemeenteraad heeft afstand genomen van het landelijke stikstofbeleid door een motie van onze partij. Door deze motie zeggen we aan te sluiten bij de Fryske aanpak, zonder gedwongen opkoop en met óók een taak voor de natuurorganisaties.

SPORT EN CULTUUR

Sport en cultuur, we kunnen er niet zonder in De Fryske Marren. He-laas kampen beide sectoren, net als dorpshuizen, met stijgende kosten. Dat begon al in coronatijd.

Geeske Homma:

"Gesteund door alle partijen hebben we het initiatief genomen om een coronafonds in te stellen. Eerst hebben de dorpshuizen geld gekregen; nu sport en cultuur. We hebben recent aan het college gevraagd om te onderzoeken of er een noodfonds voor deze sectoren kan komen. De corona is voorbij, maar energie en stijgende kosten vormen nu het probleem."



WONINGBOUW

Woningbouw was het thema van de verkiezingen. Alle elf partijen willen ermee aan de slag.



Roel Roelevink: "Dat betekent voor mij: geen woorden maar daden. Daar helpt de door ons gevraagde woningbouwcoördinator mee."

We zijn blij dat hij er is en mee kan helpen plannen om te zetten in daden."

Bauke de Wolff:

"Op dit moment zijn we in de gemeente bezig met flexwoningen. Ik merk dat het soms nog wel spannend is om als gemeente je nek uit te steken en daadwerkelijk aan de slag te gaan. Maar je zult toch de eerste stap moeten zetten om verder te komen. Ik ben daar vrij duidelijk in. Als je mijn leeftijdsgenoten aan een woning wilt helpen, kan flexwonen helpen om de eerste druk van de woningmarkt te halen. Dus aan de slag!"



ARMOEDE

Door de stijgende prijzen van energie, rente en levensonderhoud komt het besteedbaar inkomen onder druk te staan, ook in De Fryske Marren. Door het eerder genoemde noodfonds hopen we dat sport en cultuur betaalbaar blijven, maar we zijn ook blij met het idee van de PvdA om een 'Aanvalsplan Armoede' te schrijven. **Geeske:** "We moeten het met z'n allen doen!"

DE STEM VAN DE STILLE MEERDERHEID

Jan van Zanden: "De stem van de stille meerderheid, dat was ons thema in verkiezingsstijd en ik moet zeggen, het wordt steeds actueler."



Als raadsleden proberen we zoveel mogelijk 'de boer op' te gaan om deze geluiden te horen.

"In mijn werk en in het dorp kom ik veel mensen tegen", zegt

Theo Nota. "Door de gesprekken weet je beter wat er leeft in je omgeving en dat helpt bij het nemen van de juiste besluiten." Ook vergaderen we op locatie, waardoor we van bijvoorbeeld een dorpsbelang input krijgen.



TOT SLOT

We hopen dat we met dit artikel een klein stukje gemeentepolitiek dichterbij hebben gebracht. Met elkaar, of het nu de gemeente, provincie of 'Den Haag' is, moeten we aan de slag in deze tijd. Als CDA in gemeente De Fryske Marren proberen we, samen met de andere partijen, en via de partijlijn, het beste voor onze inwoners te doen.

Heeft u na het lezen van dit artikel vragen, opmerkingen of suggesties, stuur het gerust naar cda@defryske-marren.nl of neem contact met één van ons op.

FRACTIE CDA DE FRYSCHE MARREN

Jan van Zanden, Roel Roelevink, Bauke de Wolff, Theo Nota, Geeske Homma en Cor Flapper. 'De stemmen van de stille meerderheid'

ADVERTORIAL



www.aeresmbo-sneek.nl

Open avond
Woensdag 1 februari 2023 19.00 - 21.00 uur

Infomarkt
Dinsdag 7 maart 2023 16.00 - 18.00 uur
Dinsdag 13 juni 2023 16.00 - 18.00 uur



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

AERES
MBO
SNEEK

Harste 2
8602 JX Sneek

mbo
BESTE AOC
KEUZEGIDS 2022



www.aeresvmbo-sneek.nl

Doedag
Woensdag 1 februari 2023
13.00 - 16.30 uur

Open avond
Woensdag 1 februari 2023
19.00 - 21.00 uur



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

AERES
VMBO
SNEEK

Harste 2
8602 JX Sneek



HEY GROEP 8'ER!

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

csg
Bogerman



Marne college
Bolsward

HEY GROEP 8'ER!

WAAR STA JE ACHTER?

OPEN HUIS
9 FEBRUARI 2023

ONTDEK JOUW PLEK OP HET MARNE COLLEGE

TEKST EN BEELD SONJA HARKEMA



“Door thuis ook weer op de bank te ploffen, komt je kind niet aan genoeg beweging op een dag”

NIEUWE SPEELTUIN ‘DER ÚT’ IN LEMMER zorgt voor mentaal en fysiek fitte kinderen

Wanneer Corina Hoekstra uit Lemmer tijdens de coronalockdowns haar eigen kinderen thuis lesgeeft, stuurt ze hen twee keer per dag naar buiten, onder andere naar de speeltuin. Al gauw staan ze weer voor de deur, want er zijn bijna geen andere leeftijdsgenoten buiten aan het spelen. En kinderen willen nu eenmaal graag met elkaar spelen. Dat maakt het leuk. Corina heeft vanuit haar onderwijsachtergrond en haar eigen bedrijf, bewegen voor kinderen hoog in het vaandel staan en dus gaat ze op zoek naar een oplossing.

Die zoektocht begint bij haar eigen kinderen. Zij geven aan dat de speeltuin niet genoeg uitdaging heeft, ondanks de grote ruimte. Daardoor komen er bijna geen kinderen op af. Corina neemt contact op met de gemeente. Daar vraagt ze of er mogelijkheden zijn om de speeltuin onder handen te nemen. Het blijkt het begin van een veelomvattend project dat ze samen met twee andere moeders, Kim van Leur en Gea Velmans, leidt, met als prachtig eindresultaat: de gloednieuwe speeltuin ‘Der út’. De kinderen zelf noemen het al een ‘pretpark’.

VIJF UREN BEWEGING OP EEN DAG
Kinderen in de basisschoolleeftijd moeten volgens onderzoek minimaal vijf uren per dag bewegen. Iets waar kinderen tegenwoordig amper aan toekomen. Dat baart Corina Hoekstra zorgen, want bewegen is ontzettend belangrijk voor de ontwikkeling.

“Wanneer kinderen te weinig bewegen, krijgen ze moeite met focussen en concentratie op school”, legt Corina uit. “Maar er ontstaan ook motorische achterstanden. En dat heeft weer gevolgen op sociaal en emotioneel gebied. Beweging zorgt ervoor dat er verbanden in je hersenen worden gelegd. En pas als die verbanden er zijn, is er ruimte om nieuwe dingen te leren. Dit proces is heel mooi zichtbaar bij een baby. Een baby begint eerst te bewegen: het duwt zich omhoog, gaat omrollen, zitten, staan en daarna pas praten. Om fysiek en mentaal sterk te zijn, heb je dus voldoende beweging nodig.”

Bewegen is meer dan alleen een sport beoefenen of de gymles op school, aldus Corina. Waarom kinderen tegenwoordig minder bewegen, is volgens haar goed te verklaren.



Vlnr: Corina Hoekstra, Gea Velmans, Kim van Leur

WAT JE ALS OUDER KUNT DOEN

- Laat je kind vanaf jongs af aan naar gymnastiek gaan.
- Geef zelf het goede voorbeeld.
- Laat je kind ontdekken.
- Maak je kind zelfredzaam (laat je kind zichzelf aankleden, zelf eten).
- Ga lopend of op de fiets naar school.
- Begrens schermtijd.

TE VEEL ZITTENDE ALTERNATIEVEN

“Overall om ons heen zijn schermen: van telefoons, tablets, computers en tv’s. Ouders komen vaak moe uit hun werk en dan is het gemakkelijk om je kind voor een filmpje of een spelletje neer te zetten. Maar je kind komt net uit school en heeft daar al de meeste uren van de schooldag op een stoel gezeten. Door thuis ook weer op de bank te ploffen, komt je kind niet aan genoeg beweging op een dag.”

Omdat kinderen veel van hun tijd op school doorbrengen, speelt het onderwijs

ook een grote rol in meer beweging bij kinderen. Maar ook hier is er tijd te kort, meent Corina. “Leraren hebben veel op hun bordje. In de uren die ze hebben, moet er zoveel mogelijk gebeuren. Je ziet dan ook regelmatig dat de gymles wordt geschrapt. Die les kost wellicht ook meer moeite, want je moet alles klaarzetten en kinderen moeten zich verkleeden. Bovendien heeft lang niet elke leerkracht er affiniteit mee en daarnaast ligt de focus momenteel nu eenmaal op rekenen, taal en spelling. En dus worden de beweegmomenten vaak als eerste vervangen.”

KINDEREN STIMULEREN

Met de nieuwe speeltuin ‘Der út’ hebben Corina, Kim en Gea een nieuwe plek gecreëerd waar kinderen gestimuleerd worden om buiten schooltijd meer te bewegen. Doordat er van alles te doen is en de toestellen uitdagend en nieuw zijn, hebben kinderen veel nieuws te ontdekken en hebben ze weer een plek om samen te spelen. Nu de speeltuin er is, stoppen de dames niet. Hun nieuwe wens is om van de speeltuin een ontmoetingsplek te maken, door er regelmatig leuke activiteiten te organiseren.

Uw verhuizing in vertrouwde handen!



HOEKSTRA
hoekstrasneek.nl/verhuizingen



20% KORTING OP VLOEREN

Actie geldt tot 29 januari 2023. Vraag naar de voorwaarden.

COLORS @HOME | **MELCHERS & DE JONG**

Duimstraat 36 | 8539 SE Echtenerbrug | Telefoon (0514) 54 10 06 | E-mail melchersendejong@colorsathome.nl

De touwtjes weer stevig in handen hebben (en houden) dankzij Thuisbegeleiding van Antonius

Soms heeft iemand gewoon een helpende hand nodig in het dagelijks leven. Een klein duwtje in de juiste richting om de regie weer in eigen hand te nemen. Met hulp van Thuisbegeleiding van Antonius hebben veel mensen de controle weer gegrepen over hun eigen leven. “We proberen cliënten zoveel mogelijk in hun eigen kracht te zetten”, legt thuisbegeleidster Carolien Odding uit.

Of het nu gaat om ouderen, jongeren, gezinnen, of mensen met psychische problemen; Thuisbegeleiding is er voor iedereen. “We hebben een hele brede doelgroep van nul tot honderd jaar en ouder”, vertelt Odding. Voor haar, maar ook voor Esther Hoozeveld, Idske Koen en al haar andere collega's van Thuisbegeleiding is geen dag gelijk.

Handvaten

“De situaties die wij tegen komen variëren”, beschrijft Hoozeveld. “Zo kunnen we ondersteuning bieden bij de administratie, door bijvoorbeeld de post te sorteren en op orde te brengen en eventuele acties samen uit te zetten. Maar we kunnen ook hulp bieden op het gebied van opvoedingsondersteuning, eenzaamheid of het ontlasten van de mantelzorger. We nemen niets over, maar reiken de cliënten handvaten aan zodat ze zelf weer de goede richting op gaan.”

Raken van de kern

Het team van Thuisbegeleiding is continu op zoek naar het grotere plaatje. Het raken van de kern, om zo tot de essentie van het probleem te komen. “Cliënten komen bij ons met het gevolg van hun probleem. Maar als wij niet zoeken naar de oorzaak van de situatie waarin ze terecht zijn gekomen, kan het zijn dat cliënten niet verder komen of weer terugvallen. Het is de bedoeling dat ze in hun eigen krachten komen te staan en dat wij als thuisbegeleiders overbodig worden.”



Cliëntsituaties

Odding schetst een voorbeeld: “Als een cliënt een verzamelstoornis heeft en hier problemen door ervaart, kunnen wij samen met de persoon kijken naar verbeteringen. Door kleine doelen te stellen blijft het behapbaar voor de cliënt en kom je uiteindelijk tot het resultaat dat deze zich weer prettig voelt in zijn of haar woning. Door samen aan de slag te gaan komen de gesprekken op gang en zo kun je achterhalen hoe de problemen ontstaan zijn.”

Eenzaamheid

Maar Thuisbegeleiding doet meer. “Denk bijvoorbeeld aan het ontlasten van een mantelzorger door even bij diens partner te blijven, zodat de mantelzorger tijd heeft

voor zichzelf”, legt Koen uit. “Maar we ondersteunen ook cliënten bij gesprekken met andere professionals, zodat ze zich gesteund voelen. En als een cliënt eenzaam is, proberen wij diens sociale netwerk te vergroten. Het is slechts een kleine greep uit de vele situaties die wij tegenkomen.”

Vertrouwensrelatie

Belangrijk in het werk van een thuisbegeleider is het winnen van vertrouwen bij de cliënt. Koen: “Dit doen we door pal naast de cliënt te gaan staan, met ze mee te denken en kijken naar mogelijke verbeteringen. De ventilerende gesprekken met de cliënt zijn belangrijk, want zij willen zich gehoord en gezien voelen door iemand die de tijd voor ze neemt. Door goed te luisteren, naast de cliënt te gaan staan en ze te ondersteunen geven wij ze dat gevoel.”

Observeren en signaleren

Het werk brengt het team Thuisbegeleiding op vele plekken in de gemeente Súdwest-Fryslân en De Fryske Marren. In het zorggebied van Antonius heeft Thuisbegeleiding een kleine tweehonderd cliënten. “Het mooie

van mijn werk is dat ik overal kom en dat ik achter de voordeur mag kijken”, vertelt Koen. “Dat geeft mij de gelegenheid dat ik kan observeren en signaleren. Als ik bij een cliënt kom die vertelt dat alles goed gaat, terwijl ik zie dat het er rommeliger is dan de afgelopen weken, dan klopt er iets niet en ga ik het gesprek aan met de cliënt. Dat voordeel hebben wij. En de cliënt heeft het voordeel dat hij of zij thuis kan blijven in een vertrouwde omgeving, wat weer makkelijker praat en sneller leidt tot een vertrouwensrelatie.”

Zelfstandig verder

Als een thuisbegeleider constateert dat er meer hulp gewenst is, kan het andere instanties inschakelen die gespecialiseerd zijn in bepaalde onderwerpen. “Ook werken we veel samen met andere professionals. We ondersteunen de cliënt zolang als nodig met als doel deze steeds meer in eigen kracht te zetten, zodat alles weer op orde is en ze zelfstandig verder kunnen”, aldus Odding. “Dat is het uiteindelijke doel.”



Wilt u meer weten?

Wilt u of iemand anders in uw omgeving gebruik maken van thuisbegeleiding of meer informatie? Vul dan het formulier in of bel met de coördinatoren van Team Thuisbegeleiding. Telefonisch elke werkdag van 08:30 - 17:00 uur te bereiken op telefoonnummer: **0515 - 46 13 60**. Of per e-mail: **thuisbegeleiding@mijnantonius.nl**



Tai Chi Balk

Kom Langs!

EEN NIEU JAAR EEN NIEUW BEGIN

Heb je zin om weer eens wat nieuws te ontdekken?
Ben je geïnteresseerd in je eigen gezondheid?
Of wil je je vitaliteit, bloed- en energiecirculatie te verbeteren?

Dat kan je allemaal doen door lekker met Taiji bezig te zijn!

Kom gerust langs voor een gratis proefles maandagavond in de Gymzaal Balk,
Herman Gorterstraat 3, Balk van 19:30 tot 20:30.
Wekelijks worden hier door Sportclub F en F The Inner Way Taiji lessen gegeven.

Meer informatie op www.theinnerway.org
of bel 0515-432030 of stuur je vraag naar info@sportclubfenf.nl

Yoga & Meer

www.yogasjoukje.nl

STOEL YOGA • DRU YOGA
YIN YOGA • BEWEGEN IN AANDACHT

Activiteiten met o.a. Verhuur Yoga ruimte

Sjoukje v/d Land (MantraZingen)
AnnMaria Kuipers (Familie Opstellingen)
Boukje Hoeksma (Dru Yoga)
Brigitte (Yin Yoga)
Ab Visser (Fysio-meridiaan- kleuren therapie)
Sjoukje Hoekstra (Stoelyoga)

In Yoga Centrum:
Sjoukje Hoekstra
0514-522 313
Kortestreek 19
8531 JG Lemmer
sjoukjehoekstra@hetnet.nl

Vrouw

Bergman Clinics | Vrouw | Heerenveen

In onze hooggespecialiseerde (uro)gynaecologische Focuskliniek in Heerenveen kunnen vrouwen onder andere terecht voor de volgende zorgprogramma's:

- Blaasklachten
- Verzakking
- Anticonceptie
- Menopauze en overgang
- Bekkenpijn

- Onderbuikpijn
- Ontlastingsklachten
- Pijn bij het vrijen
- Vulva aandoeningen

• Korte toegangstijden voor zowel eerste afspraak als operatie

• 100% vergoed na verwijzing en bij medische indicatie

Oriënteer je op bergmanclinics.nl/vrouw

Met de BIGGREEN voorkom je kalkaanslag en geniet je van gefilterd drinkwater!

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

ZOUTVRIJE KALKPREVENTIE PLUS+

DE SIMPELE OPLOSSING TEGEN KALKAANSLAG

BIGGREEN
ZOUTVRIJE KALKPREVENTIE +

20 cm diameter

46 cm

BIGGREEN VANAF € 765,-

SCAN VOOR MEER INFO

www.big-green.nl
Info 0299-321188

Veertigjarige tennisvereniging De Greveling in Oudehaske

Het begon allemaal achter de oude Greveling, in Oudehaske. Een rijksmonument, waar al vóór 1983 een tennisbaan achter lag. Op maandag 14 februari 1983, bijna veertig jaar geleden, werd in Café Dijkstra tennisvereniging De Greveling opgericht. Inmiddels hebben de tennissers meerdere gravelbanen versleten, is er niet één, maar zijn er vier banen en zijn gravelbanen vervangen door smashcourtbanen. Voorzitter Martijn Nota en betrokken lid Willem Deden vertellen over hun vereniging.

groot deFryskeMarren

NUMMER 01 • 2023
GROOTDEFRYSKEMARREN.NL

31

"Ik was in de kantine en zag het oprichtingsdocument hangen, dat is wel leuk om er even bij te hebben, dacht ik", begint Willem Deden enthousiast te vertellen. Het is geen toeval dat hij in de kantine was. Ook als hij zelf niet speelt loopt hij vaak even binnen. "Ik kom voor de gezelligheid", bekent Willem. "Voor de jongens en de club. Als er 's avonds competitie is en ik hoef zelf niet te spelen, dan ga ik er even heen. Dan ga ik kijken naar de wedstrijden en kom ik altijd bekenden tegen." Die binding typeert de vereniging. Zelf was Willem er in 1983 niet bij, bij de oprichting. "Ik kwam in 1999 in Oudehaske wonen en ben lid sinds maart 2000."

TWAALF MAANDEN PER JAAR

Wel was hij erbij, toen de gravelbanen vervangen werden voor smashcourtbanen. Willem Deden was twintig jaar lang verantwoordelijk voor het onderhoud van de banen en nauw betrokken toen de nieuwe banen er kwamen. "Op de smashcourtbanen kan het hele jaar door getennist worden", verklaart bij. De leden kunnen twaalf maanden per jaar buiten tennissen. "Daardoor hebben we naast de voor- en najaarscompetitie van de KNLTB ook een wintercompetitie die we zelf organiseren", vertelt Martijn Nota. "Hier doen eigen leden en leden van verenigingen uit de regio aan mee. Uit Oranjewoud, Rottum, Haskerhorne, Vegelinsoord en soms uit Joure. Je geeft je op in tweetallen. Mix of dubbel. En dan speel je van november tot maart acht à negen vrijdagen. Dat zijn altijd erg gezellige winteravonden."

Oprichtingsdocument

Martijn Nota

Willem Dede

“Op het hoogste niveau van Nederland tennissen nu drie jongens uit één straat in Oudehaske; een unieke situatie”

TOPKLASSE

De tennisvereniging in Oudehaske heeft ook talent grootgebracht. Willem vertelt: "We tennisten veel, ook onze kinderen. Door de bond werden er dagen georganiseerd om voor te spelen. Daar vielen onze zoons, Jens Deden en Boas Deden, en ook hun buurjongen Gooitzen van der Schaaf op. En dan gaat het balletje rollen. Van privéles en groeps-trainingen naar ons, hun ouders, verslaan. En nu spelen ze topklasse op zaterdag. Op

gehad. Die zaterdagmiddagen zijn grandioos." Boas Deden speelt van de drie talenten het hoogst en wil er, naast de zaterdagcompetitie die hij speelt, nog één keer helemaal voor gaan. Dat doet hij niet onverdienstelijk. Willem: "Landelijk staat hij in de dubbel op plek 71 en in de enkel op plek 55." Daarnaast is Boas, net als zijn broer Jens, tennisselaar. Zo geven ze hun passie voor de sport door aan de volgende generatie.

NIEUWE LEDEN ZIJN WELKOM

Martijn Nota: "Bij onze vereniging is nog ruimte voor nieuwe leden. Jong en oud. Beginnende tennissers kunnen instromen via 'maak kennis met tennis.' Een laagdrempelige manier om erachter te komen of tennis jouw sport is." Willem Deden vult aan: "We hebben voldoende capaciteit. Waar je hier nooit last van hebt is dat je moet wachten op een baan. Er kunnen dus zeker nog leden bij."

De vereniging heeft niet alleen leden uit Oudehaske. Door de ligging van Oudehaske - tegen Heerenveen aan - weten ook de inwoners van Heerenveen TV De Greveling, om verschillende redenen, te vinden. Martijn: "Ik kwam in 2010 in Oudehaske wonen, ben naar de club gelopen, ben lid geworden en lid gebleven. Ook al woon ik nu in Heerenveen." Willem: "Wat je vaak ziet is dat je blijft tennissen met dezelfde groep. De groepen variëren. Een 35+ groep, damesgroepen, er zit van alles tussen. Natuurlijk zijn er wisselingen door de jaren heen, dat heeft een natuurlijk verloop, maar de groepen zijn hecht. En er heerst het gevoel samen één vereniging te zijn. Dat zie je ook aan de sponsorcommissie die zeer actief is binnen de vereniging. Als je alleen al ziet hoeveel sponsorborden we hebben hangen. Ze zijn erg actief en goed voor de vereniging. Dat is grandioos!"

Boas Deden

expert



ENERGIE BESPAREN MET ADVIES VAN EXPERT

60 cm hoog



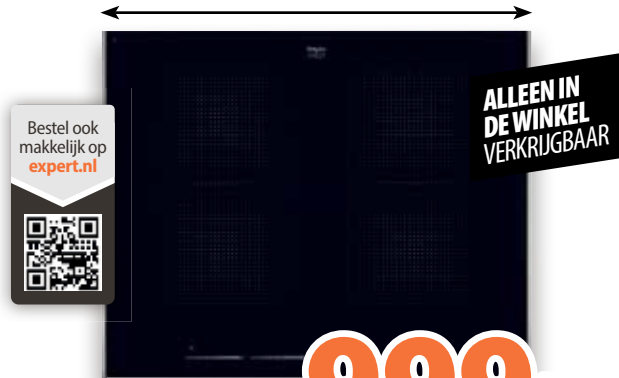
INVENTUM

INBOUW OVEN | IOH6072RK

- Inhoud: 72 liter • 9 ovenprogramma's
- Ovenruimte met easy clean emaille
- Temperatuurbereik: 50 °C - 250 °C
- **Energieklasse A**

329.-

64 cm breed



Pelgrim

mooi makkelijk

INBOUW INDUCTIEKOOKPLAAT | IDK8620NY

- 2-fasen inductiekookplaat • Energiezuinig door A+ inductiezones • Slidebediening en 10 standen per kookzone • Nismaat: 56 cm • 4 flexzones: creëer 1 groot kookoppervlak

999.-



Miele 1599.-

INBOUW VAATWASSER | G 7273 SCVi

- 14 couverts • QuickPowerWash: schone vaat binnen 58 minuten • 3D MultiFlex-lade: biedt maximale flexibiliteit bij het inruimen
- **Energieklasse A**



ECOBUBBLE

schoon en energiezuinig wassen op lage temperatuur

ENERGIEKLASSE A

SAMSUNG

WASMACHINE | WW90T734AWH/S2

- 9 kg vulgewicht en 1400 toeren
- QuickDrive: verkort de wastijd tot 50% en verbruikt tot 20% minder energie • QBubble: tot 2x sneller wassen • AutoDose: doseert automatisch de juiste hoeveelheid wasmiddel • **Energieklasse A**

799.-

699.-

BOSCH

WARMTEPOMPDROGER | WQG233D2NL EXCLUSIV

- 8 kg vulgewicht
- AutoDry: beschermt je kleding en droogt nooit langer dan nodig
- EasyClean-filter: het filter is makkelijk te reinigen
- Bedlinnen-programma: draait in twee richtingen voor een droog resultaat
- **Energieklasse A+++**

959.-

799.-



Je apparatuur vakkundig inmeten en installeren? Ook daarin zijn wij echte Experts!



Prijs- en modelwijzigingen en eventuele druk- en zetfouten voorbehouden. Aanbiedingen gelden t/m 15 januari 2023.

Expert Bijlhout

Lemmer | Schulpen 9 | 0514-561296
Emmeloord | Achterom 2-4 | 0527-870070
Joure | Midstraat 124-126 | 0513-414205

ExpertLemmer ExpertEmmeloord ExpertJoure

expert



groot deFryskeMarren

NUMMER 01 • 2023
GROOTDEFRYSKEMARREN.NL

33

'Breinroer mei 'Us Man' fan Youp van't Hek

YN 'T POSTHÚS TEATER

Anneke Hondema, Titia Huisman en Wybe Koldyk, mei muzyk fan Sake Hylkema, spylje de komeedzje 'Us Man' in it Posthús Teater op it Hearrenfean, op sneon 18 febrewaris om kertier oer achten.

'Us Man' is in tige humoristysk twalûk oer twa froulju dy't werom- en foarút sjogge op harren relaasje. Yn diel ien riede twa froulju harren yn in hotelkeamer ta op in taspraak, dy't se hâlde sille op de brulloft fan harren eks-man: de froulju binne nammentlik allebeide de eks fan deselde man, dy't no op 'e nij trouwe sil. Yn diel twa sitte twa froulju op in waarme nei-middei wyn te drinken yn de tún. Se prate oer harren man sa't allinne froulju dat kinne. Mar mei de man derby wurde de ferhâldingen op skerp steld. Troch it fenyn en de humor wurdt de betizing folslein.

De twa ienakters binne as 'Hexen / Mijn man' skreaun troch kabaretier Youp van 't Hek en ha dan ek in skerpe tekst: kabaret, dat brocht wurdt as toaniel. Gurbe Douwstra en Marijke Geertsma ha de ienakters oerset yn it Frysk. De foarstelling is makke troch Stichting Breinroer (Breinroer betsjut: 'gek yn 'e kop').

ZA 18 FEBRUARI // 20.15 UUR // € 22,50 // POSTHUISTHEATER.NL

INFORMATIE EN KAARTVERKOOP:

WWW.POSTHUISTHEATER.NL // TEL. (0513) 61 94 94



Bluesweekend

HET BOLWERK SNEEK

VRIJDAG 17 JAN. T/M ZONDAG 19 JAN. 2023



Bij poppodium Het Bolwerk in Sneek draait alles om de blues in het laatste weekend van januari. Vrijdag 27 januari geeft Electric Hollers er zijn afscheidsshow. Een dag later treedt het Britse Ten Years After op. Jack Bottleneck sluit de reeks zondag af in een uitverkocht Lewinski.

LAATSTE KEER

Bij Electric Hollers gaat het om zware bastonen, donderende drums en gitaarsolo's die je meeslepen naar vervlogen tijden. De band laat zich inspireren door onder andere Led Zeppelin, Santana en Ten Years After. Onlangs maakte Electric Hollers bekend na zes jaar te stoppen met optreden. In het voorprogramma staat de Amerikaanse blues-, soul- en rockzangeres Jan James. **VR 27 JANUARI // 21.00 UUR // € 17,50 (€ 15,- VVK)**

PIONIER

Ten Years After is de pionier van de Britse bluesinvasie. Eén van de meest iconische optredens in de film over Woodstock in 1969 is die van Ten Years After. Het nummer 'Going Home' staat sindsdien voorgoed in de muzikale geheugens gebeiteld van een hele generatie pop- en rockliefhebbers. Na de show spelen Baker & Ford.

ZA 28 JANUARI // 21.00 UUR // € 30,- (€ 28,- VVK)

RAUW

Jack Bottleneck en zijn band trakteren bij hun Bolwerk-show in Lewinski op een eigenzinnige mix van blues, bluegrass, country en americana. Opgegroeid in het Texas van Noord-Europa - de Friese Wouden, waar men dwars, 'oars as oars' en vrijgevochten is - krijgt de zanger op jonge leeftijd vele muziekstromingen mee die hij nu terug laat komen in z'n karakteristieke rauwe stemgeluid en diepgaande gitaarspel. **ZO 29 JANUARI // 15.00 UUR // UITVERKOCHT**

Goudeerlijke cabaretier Johan Goossens IN THEATER SNEEK

Cabaretier Johan Goossens is goudeerlijk in zijn nieuwste show 'Kleine Pijntjes'. Het lukt hem om alle facetten van een mensenleven te verwerken; van mantelzorg en onderwijs tot vrijwilligerswerk en seks.

Johan Goossens over zijn voorstelling: "Het is een mooie show, waarin het leven in de volle breedte voorbij komt. Het is eigenlijk ook heel onnatuurlijk om het over één onderwerp te hebben, want alles wat je doet bestaat naast elkaar. Dat komt in deze voorstelling mooi terug." Goossens blijft in al zijn voorstellingen dicht bij zijn eigen leven. "Ik verzin bijna niets, maar geef altijd een draai aan wat ik meemaak", zegt hij. Absurdistisch theater is dan ook niets voor hem. "Ik vind het leuk dat het realistisch is en dat mensen het kunnen herkennen. Ik houd ervan als mensen eerlijk zijn." Johan Goossens noemt die eerlijkheid zelfs de taak van kunstenaars: "Het is ons werk om op het podium te laten zien hoe je het leven ervaart. We kunnen daar soms eerlijker over zijn dan mensen met een andere baan. Een docent kan bijvoorbeeld niet zomaar alles zeggen. Als cabaretier kun je makkelijker de randjes opzoeken. Dat is ook de meerwaarde van een theatershow."

Maar de cabaretier heeft in de coronatijd óók zijn grenzen leren kennen. "Ik heb gemantelzorgd voor mijn vader. Bij het maken van de voorstelling liep ik ertegenaan dat ik voor het



eerst dacht: sommige dingen uit deze periode wil ik voor mezelf houden. Maar ook dát past bij ouder worden; je gaat andere keuzes maken. Dat is dus anders dan bij mijn vorige voorstelling over seks, waarin ik werkelijk alles vertelde."

CABARET // ZA 28 JAN. - 20.15 UUR // € 19,- // TÛÖTTENZAAL THEATER SNEEK // WWW.THEATERSNEEK.NL // 0515-431 400

INFORMATIE EN KAARTVERKOOP:
WWW.THEATERSNEEK.NL // TEL. (0515) 43 14 00

HET IS TIJD VOOR DUURZAAMHEID!

Laat uw schoenen, tassen en kleding repareren! Er kan meer gerepareerd worden dan u wellicht denkt. Wij adviseren u graag!

Podozorg.nl
PODOZORGJOURS.NL

Schoenmakerij De Jong

Torenstraat 25 • 8501 BV Joure • (0513) 41 66 01

Fysio Hoen It's all in our hands

FYSIOTHERAPIE	MANUELE THERAPIE	KAAK FYSIOTHERAPIE
 Ilja Hoen	- Hoofdpijn - Nekpijn - Tinnitus - Kaakklemmen	Last van pijnklachten? Maak een afspraak!

Harspit 3 | 8493 KB Terherne | ilja@fysiohoen.nl
Tel: 0566 - 727353 | www.fysiohoen.nl

Notariskantoor Alberda verhuist

Vanaf **23-01-23** 'zitten wij' aan de Vissersburen 27, 8531 EB Lemmer.

We staan ook in het nieuwe jaar graag (weer) voor u klaar en hopen op een fijne samenwerking.

Ons team gaat verder onder de naam 'Notariaat Lemmer'.



NOTARISKANTOOR
ALBERDA
LEMMER

info@notarisalberda.nl • tel. 0514-561712

groot  de Fryske Marren

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



HET LAATSTE (SPORT)NIEUWS LEES JE OP:

WWW.GROOTDEFRYSKEMARREN.NL



groot  de Fryske Marren

TEKST EN BELD GEA DE JONG-OLD

SELFMADE MUZIKANT MICHEL HOMMINGA

“Muziek is mijn houvast in het leven”

Elke dag staat Michel Homminga (48) uit Sint Nicolaasga om zeven uur op om vervolgens het grootste deel van de dag door te brengen in zijn homestudio met zijn muziek. “Ik speel nu 33 jaar gitaar en schrijf aan een soloalbum, dat ik volgend jaar uit wil brengen. Ik heb een bewogen leven achter de rug en muziek is mijn uitlaatklep.” Een gesprek met een selfmade muzikant.

De wieg van Michel Homminga stond in Scharsterbrug en daar groeide hij ook op. “Ik was altijd gek van muziek”, blikt de gitarist terug. “Mijn allereerste single kreeg ik op vijfjarige leeftijd. Het was het Smurfenlied van Vader Abraham. Pierre Kartner is pas overleden. Ik sta als klein jongetje nog met hem op de foto. Toen ik een jaar of acht was, luisterde ik veel naar Status Quo en Cuby & the Blizzards. Vanaf een jaar of twaalf hield ik van hardrock en metal. De band Iron Maiden is hier een goed voorbeeld van. Maar ik ben ook altijd groot fan van The Beatles geweest. Ik heb zelfs een bezoek aan Liverpool gebracht om te zien waar ze vandaan komen. Paul McCartney heb ik live zien optreden.”

GITAAR ALS BELONING

Vrienden van Michel maakten zelf muziek en zij oefenden in 't Anker in Scharsterbrug. “Ik ging daar wel kijken en raakte diep onder de indruk van een gitarist”, vertelt Michel. “Die kon alles spelen. Dat wilde ik ook. Als je overgaat, krijg



“Paul McCartney heb ik live zien optreden”

je een gitaar’, beloofden mijn ouders. Ik vond school in die tijd wel prima en deed niet zoveel, maar nu wist ik wat ik moest doen. Ik ging over. De datum staat in mijn geheugen gegrift; op 21 augustus 1989 mocht ik met m’n ouders naar Leeuwarden om een gitaar uit te zoeken. Ik was toen vijftien jaar. Mijn vriend Martin Roffel, bekend van de Friese band Jitiizer ging met mij mee.”

BREINAALDEN ALS DRUMSTOKKEN

Met veel plezier denkt Michel terug aan zijn eerste jaren in de muziek, samen met zijn maten. Lachend vertelt hij over het eerste drumstel van Martin Roffel: “Drummen deed Martin toen op koffers en dozen. Breinaalden waren zijn drumstokken. De bass-drum bestond uit een nietmachi-

ne met hieraan een PVC-buisje dat in een balletje was geprikt. Hoe creatief kunnen muzikanten zijn! Mooi toch? Op 1 december 1989 hadden we ons eerste optreden in de Miks in Joure, voor een paar honderd man. Onze band had de naam Obscenity. Het was voor Martin de eerste keer dat hij op een echt drumstel speelde. Ongelofelijk hoe hij het er vanaf bracht. Dat eerste optreden was een bijzondere ervaring.”

OMMEZWAAI

Later speelde Michel Homminga jarenlang in de coverband Zonder Ernst. Ook viel hij een aantal keren in bij Jitiizer. Maar in het leven gaat niet altijd alles voor de wind. Michel raakte zijn werk kwijt, ging scheiden en daarvoor was ook de band Zonder Ernst uit elkaar gevallen. “In 2005 heb ik alles ver-



kocht, behalve mijn eerste en mijn akoestische gitaar”, vertelt Michel over deze donkere periode in zijn leven. “Drie jaar later ontdekte ik, dankzij de oud-toetsenist van Zonder Ernst, het opnemen van muziek met een harddisc-recorder. Zo kun je zelf je eigen muziek maken en opnemen. Geweldig, voor mij betekende dit een nieuwe kans, een ommezwai.”

Michel ging zich verdiepen in het opnemen en bewerken van muziek met de computer en ontwikkelde zich steeds verder. “In 2010 kon ik met hulp van het UWV een opleiding voor geluidstechnicus doen. Een jaar lang ging ik elke week een dag naar Hilversum. Daar heb ik heel veel geleerd.”

GELUIDSTECHNICUS ÉN MUZIKANT

Michel: “Psychische problemen stonden een terugkeer in het gewone werkzame leven in de weg. Je kunt beter een gebroken been hebben dan wat ik heb. Toch heb ik het voor elkaar gekregen om 25

MUZIEK TOP 3 VAN MICHEL HOMMINGA

1. Guthrie Govan, Waves
2. Alle songs van Steve Vai
3. The Beatles, alles van deze band

jaar fabriekswerk te toen. De psychiaters stonden hier versteld van. Inmiddels ben ik voor het grootste deel afgekeurd. Ik werk twee dagen in de week bij de Wurkjouwer op vrijwillige basis. Daar repareer ik fietsen en dat vind ik prachtig om te doen. En verder werk ik aan mijn muziekproject. Nu maak ik mijn eigen muziek, ik speel alles zelf. Wat ik komend jaar ga uitbrengen wordt puur instrumentaal. De sologitaar vervangt de stem.

Ik word sterk geïnspireerd door Steve Vai en Guthrie Govan, één van de allerbeste gitaristen. Ik ben geluidstechnicus én muzikant, dat kan ik prachtig combineren. Muziek is voor mij meer dan een hobby. Het is mijn houvast in het leven.”



WATERLAND

VAN FRIESLAND

VRIJDAG 13 JANUARI NNO

SNEEK
MUZIEK

Nieuwjaarsconcert van NNO met feestelijk programma.

WWW.THEATERSNEEK.NL

ZATERDAG 14 JANUARI THE DOORS IN CONCERT

SNEEK
MUZIEK

Hommage aan de legendarische The Doors.

WWW.HETBOLWERK.NL

HUUB STAPEL

SNEEK

THEATER

Hilarische, ontroerende voorstelling over familie.

WWW.THEATERSNEEK.NL

ZA. 14 EN ZO. 15 JANUARI WINTEREXPOSITIE

OFFINGAWIER

EXPOSITIE

Winterexpositie Gert-Jan Veenstra in galerie Offingawier.

WWW.GALERIE-OFFINGAWIER.NL

ZONDAG 15 JANUARI JACK BOTTLENECK

BALK

MUZIEK

Met blues, bluegrass, country blues en americana.

WWW.PODIUMGORTER.NL

KLASINA SEINSTRAS HARICH

LEZING

Over belevenissen voor, tijdens en na de Elfstedentocht.

WWW.DPMCENTRAAL.NL

BLUE SANDS

SNEEK

MUZIEK

Esther van Hees en Reinder Kragt als indie/jazz duo.

WWW.LEWINSKI.NL

MARIJE DE VRIES KOUDEM

MUZIEK

Singer-songwriter Marije de Vries met folk en soul.

WWW.GALERIELYTSKIENTME.NL

WOENSDAG 18 JANUARI PLASTIC SOUP SURFER

SNEEK
LEZING

College van Merijn Tinga over de strijd tegen plastic vervuiling.

WWW.FRIESSCHEEPVAARTMUSEUM.NL

RAYEN PANDAY

SNEEK

CABARET

Met nieuwste voorstelling ‘Focus’.

WWW.THEATERSNEEK.NL

DONDERDAG 19 JANUARI DE WERELD VAN D.E.

JOURE

RONDLEIDING

Themarondleiding over de bekende fabrikant van koffie en thee.

WWW.MUSEUMJOURS.NL

DO. 19 T/M ZO. 22 JANUARI SNEKER FILMWINTER

SNEEK

FILM

Filmfestival met een selectie van boeiende, spannende en intrigerende films.

WWW.FILMHUIS-SNEEK.NL

VRIJDAG 20 JANUARI THIJS ZONNEVELD

SNEEK

LEZING

Voormalig wielrenner, analist en journalist over fietsen.

WWW.THEATERSNEEK.NL

ZATERDAG 21 JANUARI NIEUWJAARSconcert

BOLSWARD

MUZIEK

Nieuwjaarsconcert van Stadsfanfare Bolsward en Band Kaspar.

WWW.STADSFANFAREBOLSWARD.NL

BUCKET DRUMMEN

MAKKUM

WORKSHOP

Bucket drummen voor kinderen en hun ouders door Jorrit Pruiksm.

WWW.CULTUREELPODIUMMAKKUM.NL

BAAS GIELE TAXY

LEMMER

MUZIEK

Inez Timmer zingt Joni Mitchell in het Fries.

WWW.THEATERLEMMER.NL

ZATERDAG 21 JANUARI WINTER-GRUFFALO (3+)

SNEEK
JEUGDTHEATER

Meneer Monster met een speciale sneeuw-editie van de Gruffalo.

WWW.THEATERSNEEK.NL

MAANDAG 23 JANUARI LUCAS VAN DIJK

SNEEK
THEATER

Jong talent Lucas van Dijk

met passie voor het goochelen.

WWW.THEATERAANHETWATER.NL

MAGOCE

SNEEK

MUZIEK

Met een mix van blues, soul en een vleugje Balkan op het podium.

WWW.LEWINSKI.NL

DONDERDAG 26 JANUARI JOUSTER MAAKINDUSTRIE

JOURE

RONDLEIDING

Themarondleiding over o.a. klokmakerijen, geelgieterij

en drukkerij.

WWW.MUSEUMJOURS.NL

ZATERDAG 28 JANUARI SCAPINO BALLET

SNEEK

DANS

Met Hollywood klassieker ‘Casablanca’ bewerkt als dansvoorstelling.

WWW.THEATERSNEEK.NL

ZONDAG 29 JANUARI KOM ZIJN LIEFSTE

BALK

THEATER

Feest der Liefde over dichter Herman Gorter.

WWW.PODIUMGORTER.NL

HAPPEN & GRAPPEN LANGWEER

CULINAIR/CABARET

Driegangen diner en stand-up comedy show met

o.a. Arie Koomen.

WWW.NOFLIKLANGWAR.COM

WOENSDAG 1 FEBRUARI LEMKE STATEMA

SNEEK
LEZING

In gesprek over plastic soup met Lemke Statema.

WWW.FRIESSCHEEPVAARTMUSEUM.NL

DONDERDAG 2 FEBRUARI DANIEL ARENDS

SNEEK
CABARET

Met twee stand-up comedy shows na elkaar.

WWW.THEATERSNEEK.NL

VRIJDAG 3 FEBRUARI PUBQUIZ

LANGWEER

VARIA

Elke eerste vrijdag van de maand lekker quizen.

WWW.NOFLIKLANGWAR.NL

VR. 3 T/M ZO. 12 FEB BRUTSEN IIS

MAKKUM

THEATER

Friestalige voorstelling over gasten op cruiseschip ‘Maria Stuart’.

WWW.DOARPSKRITE.NL

ZATERDAG 4 FEBRUARI BINGO

TERHERNE

THEATER

Tryater met een Friestalige monoloog over trots en schaamte.

WWW.TRYATER.NL

HOOTBRANDEN

IJLST

WORKSHOP

Borrelplank maken tijdens workshop houtbranden/pyrografie.

WWW.HOUTSTAD-IJLST.NL

WOENSDAG 8 FEBRUARI BINGO

NIJEMIRDUM

THEATER

Tryater met Friestalige monoloog over trots en schaamte.

WWW.NUTGAASTERLAN-SLEAT.NL

KULTUER CULTUUR

PLASTIC SOUP COLLEGES

In het Fries Scheepvaart Museum is tot en met 5 maart de familietentoonstelling ‘Expeditie Sterke Yerke – van olievervuiling tot plastic soup’ te zien. Gedurende de expositie zijn er in het museum plastic soup colleges te volgen. Op woensdag 18 januari is plastic soup surfer Merijn Tinga aan het woord. En op woensdag 1 februari kun je, onder leiding van Lemke Statema, eerlijk met elkaar in gesprek over wat je zelf kunt doen aan grote klimaat- en milieuproblemen zoals de plastic soup

WWW.FRIESSCHEEPVAARTMUSEUM.NL

FERDIVE DAASJE VERMAAK

SNEKER FILMWINTER

Van donderdag 19 tot en met zondag 22 januari vindt de elfde editie van de Sneker Filmwinter plaats. Een sfeervol filmfestival met een rijke keuze aan grappige, mooie, leuke, boeiende en intrigerende films. Het festival opent in 2023 weer met een Nederlandse première. Dit jaar is dat de nieuwste film van Spielberg; The Fabelmans. Daarnaast is o.a. het feelgood drama Rose te zien, winnaar van de publieksprijs van het Noordelijk Filmfestival.

WWW.FILMHUIS-SNEEK.NL



FOTO: MAARTJE ROOS

KIJKJE IN EEN VAN DE D.E. SALONS AAN DE MIDSTRAAT

D.E. EN JOUSTER MAAKINDUSTRIE

In januari en februari organiseert Museum Joure elke donderdagmiddag een thema-rondleiding. De ene week over ‘De wereld van Douwe Egberts’ en de andere over ‘De wereld van de oude Jouster maakindustrie’. De rondleiders nemen je op deze middagen mee door de panden van Museum Joure en vertellen ondertussen iconische verhalen over o.a. de Jouster klokkenmakers, kopergieters en D.E. Tijdens deze rondleidingen kom je ook in ruimtes die normaal gesproken niet voor publiek toegankelijk zijn.

WWW.MUSEUMJOURS.NL



FOTO: NOFLIK BY ZWIGT & BOSMA

HAPPEN EN GRAPPEN IN LANGWEER

HAPPEN & GRAPPEN

Beleef op zondag 29 januari bij Noflik by Zwig & Bosma in Langweer een compleet avondje uit met het concept “happen & grappen”. Een culinaire avond met stand-up comedy. Je start met een drie gangen verrassingsdiner. Aansluitend vindt een comedyshow plaats waarin, samen met een master of ceremonies, vier comedians zullen optreden. Hoofact van de avond is comedian Arie Koomen, o.a. bekend van De Lama’s & Arie en Silvester. Happen en grappen zijn deze avond gegarandeerd.

WWW.NOFLIKLANGWAR.COM

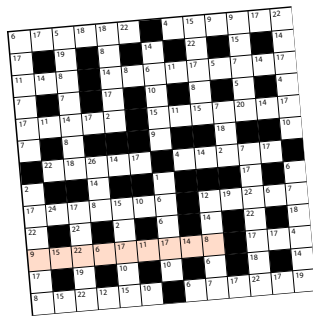
OOK JOUW EVENEMENT HIER?

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

WWW.WATERLANDVANFRIESLAND.NL/UITAGENDA

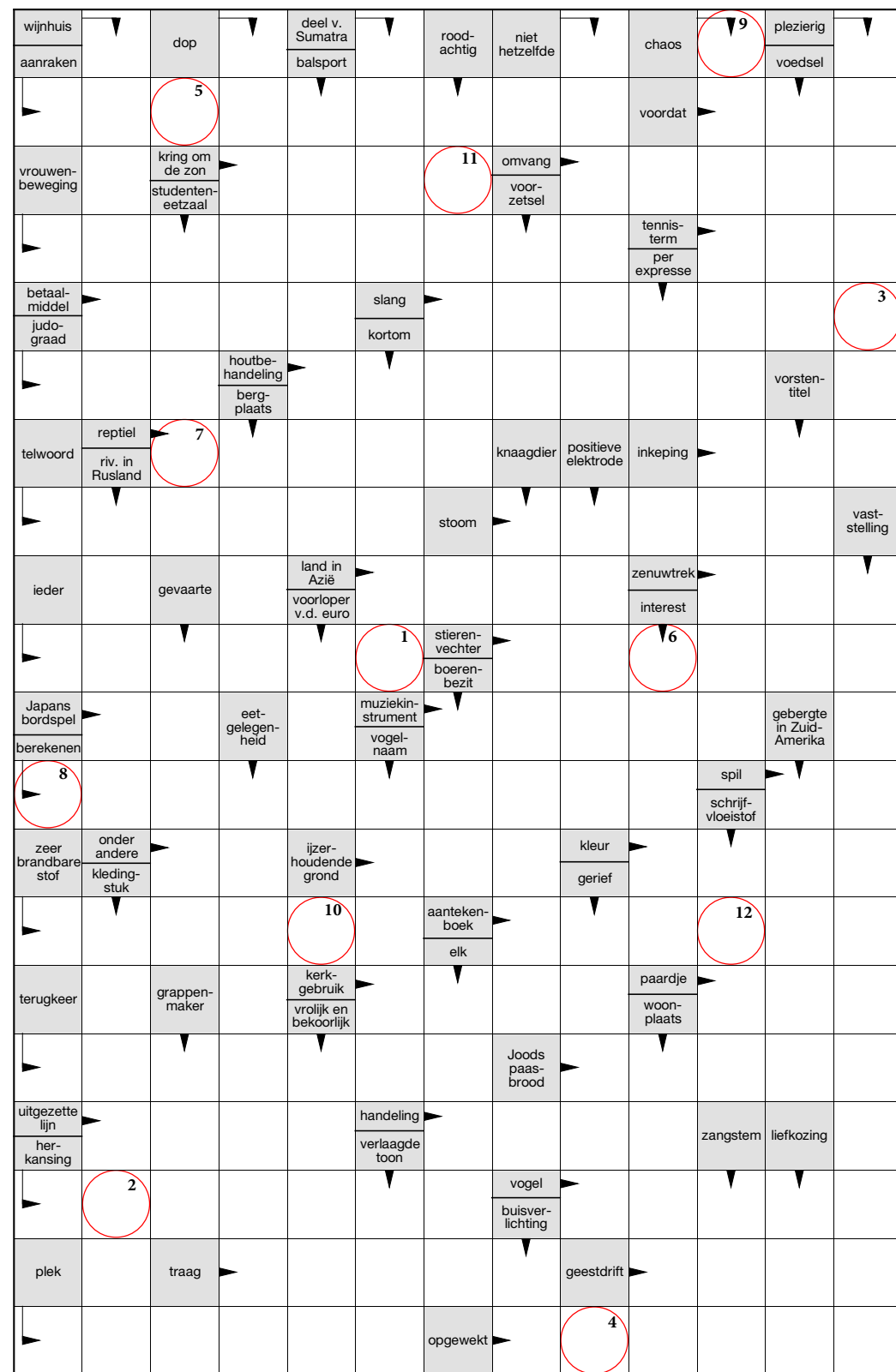
BEKIJK DE COMPLETE UITAGENDA OP: WWW.WATERLANDVANFRIESLAND.NL/UITAGENDA



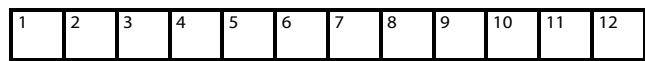


Puzzelpagina nr. 01

Puzzel en win! In iedere editie van deze uitgave staat een puzzel waarmee je leuke prijsjes kunt winnen. Stuur je oplossing via de email of met traditionele post. Je kunt dit sturen naar: info@grootdefryskemarren.nl o.v.v. puzzeloplossing **NR 01-2023** – tot uiterlijk 2 februari 2023. Wij wensen je veel puzzelplezier!



©www.puzzelpro.nl



De woorden zitten horizontaal, verticaal en diagonaal in alle richtingen in de puzzel verstopt. Ze kunnen elkaar overlappen. Letters mogen vaker worden gebruikt. Zoek de woorden op en streep ze af. De overblijvende letters vormen achter elkaar gelezen de oplossing.

ABUIS	GROTTEN	KARWATS	NATSPUITEN	WASBAK
ALLEE	HAMER	KASSEI	PRKBORD	WITJE
AMBER	INBOETEN	KNOOP	RETINA	ZEVEN
BETUIGEN	INTENS	KOELTANK	SLEUR	
DELEN	JERRYCANS	KRINGSPIER	SUKADE	
DRILLEN	KAPER	KUDDE	VERBANNING	

PUZZEL EN WIN

2 BIOSCOOPKAARTJES!

Burgemeester Kuperusplein 52
Heerenveen • T 0513-654051

Kijk voor het actuele filmaanbod
op: www.bios-heerenveen.com

DE BIOS HEERENVEEN

STUUR JE ANTWOORDEN VAN **PUZZEL 01** VÓÓR 2 FEBRUARI 2023
PER EMAIL NAAR: [INFO@GROOTDEFYSKEMARREN.NL](mailto:info@grootdefryskemarren.nl) OF PER POST
NAAR: GROOTDEFYSKEMARREN, ZWARTEWEG 4, 8603 AA SNEEK
EN **VERMELD HIERBIJ UW ADRES!**

WINNAAR PUZZEL GROOTDEFYSKEMARREN NR. 12-2022

Tsjepke van der Honing uit Joure heeft de waardebon van 2 bioscoopkaartjes gewonnen. Deze is aangeboden en is te besteden bij DE BIOS in Heerenveen
OPLOSSING EDITIE 12-2022: **Zweedse puzzel:** TITELGEVECHT // **Cijferpuzzel:** SLEUTELHANGER

COLOFON

GrootdeFryskeMarren is een maandelijks uitgave van Ying Media. De krant wordt huis-aan-huis verspreid in gemeente De Fryske Marren en ligt bij verschillende 'pick-up' points in gemeente De Fryske Marren.

Oplage: 28.000 exemplaren.

UITGEVER

Ying Media BV
Zwarteweg 4
8603 AA Sneek
Telefoon 0515 745005
E-mail info@yingmedia.nl
www.yingmedia.nl

REDACTIETIPS?

redactie@grootdefryskemarren.nl

REDACTIECOÖRDINATOR

Gianna Posteraro

EINDREDACTIE

Henk de Vries

REDACTIE

Lotte van der Meij, Richard de Jonge, Sonja Harkema, Annemarie Overbeek, Gea de Jong-Oud

VORMGEVING

Frans van Dam (blidlid.nl)

FOTOGRAFIE

Johan Brouwer

VERKOOP

Gert Jorritsma, Ying Mellema, Marianne Bouwman, Mieke Alferink, Henjo van der Klok

DRUK

Mediahuis Noord, Leeuwarden

VERSPREIDING

FRL Verspreidingen, Leeuwarden

Niets uit deze uitgave mag worden gekopieerd zonder voorafgaande toestemming van de uitgever. De gegevens in deze krant zijn met zorg samengesteld. Ten aanzien van de juistheid van de inhoud hiervan kan echter geen aansprakelijkheid worden aanvaard.



NIEUW BIJ ABD

DE RENAULT AUSTRAL E-TECH FULL HYBRID 200 pk - 147 kW



tot 80% elektrisch rijden in de stad ⁽¹⁾
laagste brandstofverbruik en co₂-uitstoot in zijn klasse
1500 kg trekgewicht
4,7L/100 km

kijk voor meer informatie op www.abdrenault.nl of scan de qr code

Welkom bij ABD
ABD RENAULT
www.abdrenault.nl

Drachten Jade 1, tel. (0512) 51 56 15
Dokkum (service & onderhoud) De Brêge 6,
tel. (0519) 82 00 20

Heerenveen Skrynmakker 26, tel. (0513) 65 02 22
Leeuwarden Hortensiastraat 2, tel. (058) 266 35 55
Sneek Kolenbranderstraat 7, tel. (0515) 41 32 91



www.abdrenault.nl

1. afhankelijk van de staat van de batterij, de rijstijl en rijomstandigheden. Schrijffouten voorbehouden. voor meer informatie kijk op www.abdrenault.nl
officiële brandstof- en co₂-gegevens: min/max. verbruik: 4,6-5,2 l/100km, co₂: 104 - 120 gr./km.



SFEERVOL WONEN AAN DE LEMSTERKADE

Het mooiste en nieuwste stukje Lemmer

Zaterdag 14 januari 2023 start de verkoop van Lemsterkade; het mooiste en nieuwste stukje Lemmer. Op deze unieke plek aan het water verrijzen vier stoere en statige pakhuizen. Stuk voor stuk karakteristieke panden met een verrassende knipoog naar de roemrijke historie van Lemmer.

De 24 fraaie appartementen en 4 stijlvolle penthouses ademen ieder hun eigen sfeer en passen perfect in de waterrijke omgeving. Hier geniet je in de winter van een dag vol schaatsplezier met de hele familie op je eigen ijsbaan. Of volg alle ijspret met een kop warme chocomel vanaf het balkon.

's Avonds vormt een diner bij kaarslicht met een magisch uitzicht over het prachtig verlichte Lemmer de perfecte afsluiting.

Benieuwd naar deze unieke woonplek? Op www.lemsterkade.nl geven we je alvast een sfeervol voorproefje met warme woonimpressies en plattegronden. Mis deze kans niet en laat ons weten welk appartement jouw hart doet smelten!

WWW.LEMSTERKADE.NL