

MAANDBLAD
05-2023
7^e JAARGANG • NR. 63

groot de Fryske Marren

meer dan nieuws

GROOTDEFRYSKEMARREN.NL



FOTO: JOHAN BROUWER

IN DEZE UITGAVE

Tusken de Marren
informatie van gemeente
De Fryske Marren



DE FRYSCHE MARREN

DANI JELLESMA
**niet zomaar
een jongen
van 16**

EN VERDER IN
DIT NUMMER: **THEWES HOEKSTRA (79)
IN MUSICAL 'DE TOCHT'** **FACE TO FACE MET
PIETER HARINGSMA**

HOEKSTRA
Makelaardij | Bedrijfsmakelaars | Vastgoedbeheer

Uw huis verkopen?

Uw grootste bezit in vertrouwde handen

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

*Gratis
energielabel t.w.v.*
€ 325,-*

EDITORIAL

Cijfers en letters

Ijs en weder dienende heeft een krantenbezorger (M/V, daar kom ik nog op terug) dit maandblad keurig bij je door de brievenbus gegooid. We hopen dat je ook even tijd hebt om dit blad te lezen, want hoewel overal klokken hangen schijnt niemand meer tijd te hebben. We hebben het druk druk druk en vóór het seizoen is afgelopen, moet in zeven haasten nog van alles af. Alsof het leven één grote deadline naar het eindresultaat is. We leven in een wereld waarin tijdgebrek heerst; soms verzucht ik dat elke dag eigenlijk uit twee dagen zou moeten bestaan.

Omdat tijd steeds schaarser wordt, worden gelezen woorden ook steeds schaarser. Om woorden - en daarmee tijd - te besparen hebben we daarom maar afkortingen bedacht. Zelfs in het sociale leven gebruiken we graag verkorte taal. Waarom zou je veel woorden gebruiken als je hetzelfde ook in een paar letters en cijfers kunt schrijven?

Het begon ooit met cijfers. Die vormen nummers en het is voor de overheid handiger dat wij nummers zijn in plaats van mensen. Ik ken iemand, inmiddels de zestig gepasseerd, die zijn nummer uit zijn militaire dienstplichttijd nog steeds uit zijn hoofd kent. Mijn burgerservicenummer, afgekort (!) tot BSN, stond destijds nog als Sofi (...) nummer op een papiertje, dat ik volgens diezelfde overheid goed moest bewaren. Rugnummers zijn overigens ook handig. Zo herkennen we voetballers sneller.

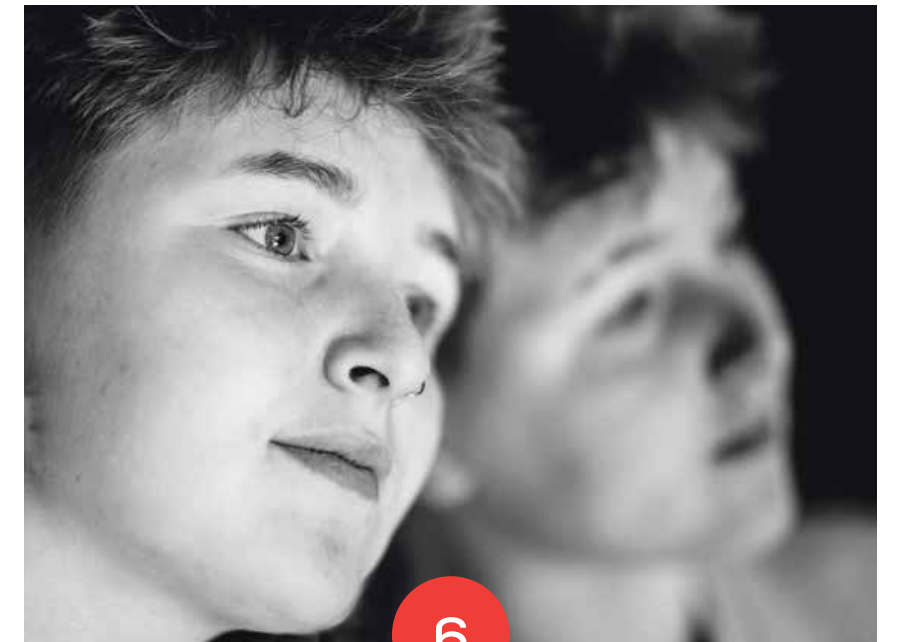
Geef de overheid je graag cijfers, wij mensen geven elkaar tegenwoordig letters. M/V is al lang niet meer voldoende; we zijn vandaag de dag genderneutraal. Alleen eisen we binnen die neutraliteit wel allemaal onze eigen duidelijke identiteit op. Met een letter. In personeelsadvertenties van het NL anno 2023 staat vast een keer: 'We zijn op zoek naar een M/V/LHBTAQI+'. Waarbij de + nog ingevuld kan worden door één van de overige zeventien letters.

Gelukkig horen bij al die cijfers en letters nog wel steeds echte mensen. Wij van GrootdeFryskeMarren 'ontcijferen' die echte mensen elke maand graag voor jou en geven ze verhalen. Met complete woorden. Dat zijn toch al gauw zo'n vierduizend letters per mens. We nodigen je daarom van harte uit deze verhalen te lezen. En oh ja, deze maand hebben we de letter M als thema genomen. Een Mannennummer. Maar ach, hokjes zijn er alleen maar om je in om te kleden tot wie je écht bent.

Veel leesplezier!



Henk de Vries
eindredacteur

Inhoud
groot deFryskeMarren // nummer 05 • 2023

6



18



28

LEKKER LEZEN

6. DANI JELLESMA,
NIET ZOMAAR EEN JONGEN VAN 16
18. FACE TO FACE MET
PIETER HARINGSMA
33. GEOGRAAF HANS KOPPEN
SCHRIJFT BOEK OVER
SNEEKERMEERGEBIED

ACTUEEL

25. HENK VAN BRUGGEN
VAN 'T HASKE JOURE STOPT
40. THEWES HOEKSTRA (79)
SPEELT MEE IN MUSICAL 'DE TOCHT'

MAATSCHAPPIJ & SAMENLEVING

11. TUSKEN DE MARREN
NIEUWS VAN GEMEENTE
DE FRYSKE MARREN
30. HET NIEUWE WERKEN
36. PAPAGENO HUIS FRYSLÂN
OPENT HAAR DEUREN

SPORT

26. RKVV BAKHUIZEN
VIERT 100-JARIG BESTAAN
28. 'GAME OVER' VOOR HET
HERENVOLLEYBAL BIJ VC JOURE

GEZOND & FIT

35. JAN FABER: "NIET IEDERE DAG
HOEFT EEN 10 TE ZIJN"
43. WINKELN IN DE
WEILANDEN VAN HEMELUM:
STREEKPRODUCTEN OP DE
FLINKEFARM STREEKMARKT

CULTUUR & UITGAAN

21. ULTIEME MUZIEKSENSATIE BIJ
HEREMA PARK LIVE!
23. TWEDE EDITIE 'THE PASSION
HEMELVAART' KOMT VANUIT
SNEEK EN BOLSWARD
44. UITAGENDA
VVV WATERLAND VAN FRIESLAND

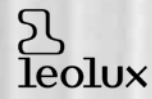
KIJK VOOR HET LAATSTE NIEUWS OP:

WWW.GROOTDEFRYSKEMARREN.NL

VOLG OOK OP SOCIAL MEDIA



Bank Rego Stel naar
wens samen. Deze
bank is in meerdere
uitvoeringen mogelijk.



Nu vanaf
4440,-

VAN DER MEER
WONEN



Shallow carpet
220x290 cm € 1195,-
280x390 cm € 1895,-

Pilat & Pilat

Relaxfauteuil
Sofie Stel naar
wens samen.
Vanaf
799,-

Dressoir Elfriede Variërende
breedtes, hoogtes, deurtjes,
lades, uitvoeringen en frames.

Vanaf
2808,-

Gibs tafellamp small
€ 69,95,- large € 89,95,-



Nieuwe
Collectie

DESIGN ON
STOCK

Salontafel Twinny XL
talloze mogelijkheden
in onderstellen, materialen
en kleuren tafelblad.

Vanaf
475,-

Bank Vilaz Stel naar
wens samen. Deze
bank is in meerdere
uitvoeringen mogelijk.

Nu vanaf
4068,-

Passe
Partout

Fauteuil Pastille Swing
Vanaf
1050,-

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



13^e Bokkepop met de Hûnekop en Backfire

OUDEGA (DFM) - Vrijdag 12 mei en zaterdag 13 mei is het tijd voor alweer de 13^e editie van Bokkepop in Oudega (DFM). Op zaterdag zetten de Hûnekop en Jackfire de tent van het tweedaagse festival op z'n kop.

De vrijdagavond is ingeruimd voor de enige echte Bokkepop Feestquiz, een avond vol gezelligheid, met quizvragen voor jong en oud, bediening aan tafel en na afloop muziek van Dear Mister Fantasy. Er zijn fantastische prijzen te winnen, zoals een bierproeverij, borrelpakket, boottrip, meters bier of één van de andere verrassingsprijzen.

2.000 wandelaars bij Gaasterland Wandeltocht



HARICH - Door het prachtige Gaasterlandse landschap wandelden afgelopen zaterdag 2.000 deelnemers mee met de 18e Gaasterland Wandeltocht. De deelnemers startten traditiegetrouw bij Manege Gaasterland in Harich.

De afstanden die konden worden gelopen waren 7,5, 15, 25 of 40 kilometer. De routes voerden over landerijen, langs kliffen en door een koeienstal. De verkoop van tickets komt ten goede aan het goede doel. Dit jaar zijn dat Stichting Kinderhulp Oeganda en Stichting Voedselbanken Zuidwest-Friesland.

Gedeputeerde Friso Douwstra opent ‘Jong Tsjûkemar’

ECHTENERBRUG – Gedeputeerde Friso Douwstra gaf maandagochtend het startsein voor de cultuur- en natuurweek van ‘Jong Tsjûkemar’. Hij deed dit op het schoolplein van openbare basisschool Twa yn ien in Echtenerbrug. Na een gedicht over de Tsjûkemar door Sigrid Kingma was het de beurt aan de gedeputeerde om met een slag op een gong de week te openen.

De kinderen van de basisscholen rondom de Tsjûkemar gaan tijdens deze cultuur- en natuurweek de regio in om meer over hun omgeving te leren. De deelnemers gaan onder andere naar het Woudagemaal in Lemmer, maken een boswandeling in Sint Nicolaasga en leren meer over het leefgebied van de ringslangen



en amfibieën in Rohel. De themaweek wordt in juni afgesloten met een colorrun in Oosterzee en Sint Nicolaasga.

Open Dag Ecopark De Wierde / Omrin

Tijdens de Open Dag op zaterdag 3 juni op Ecopark De Wierde in Heerenveen, kunnen bezoekers de reis van hun afval beleven bij Omrin.

Omrin, wat het Friese woord is voor kringloop, stimuleert de kringloop door middel van slimme machines en gemotiveerde medewerkers. Op deze manier wordt er minder afval geproduceerd en meer hergebruikt. Tijdens de Open Dag kunnen bezoekers zelf zien hoe hun afval wordt omgezet in grondstoffen. Er worden demonstraties gegeven, interessante weetjes verteld en er zijn live-events en food & fun voor jong en oud. Het evenement vindt plaats van tien tot vier uur en is gratis toegankelijk. Bezoekers kunnen parkeren op Ecopark De Wierde aan De Dolten 11 in Heerenveen-Oudehaske.



Informatiepunt moet meehelpen aan aard-gasvrij Balk

BALK – Om te komen tot een gasvrij Balk is het plan opgevat om een warmtenet aan leggen in het centrum van Balk. Hiertoe werd afgelopen maandag een speciaal informatiepunt geopend aan de Van Swinderenstraat 22b in Balk, om iedereen de gelegenheid te geven informatie te krijgen over de plannen van ‘Eigen Warmte Balk’.

Irona Groeneveld, wethouder van De Fryske Marren, draaide samen met jonge Balkster Rens Reitsma de gskraan maandag symbolisch dicht. Een oudere inwoner, Jelle Wagenaar, haalde daarop de gasleiding weg. Dit staat voor het feit dat het project voor zowel de jongere inwoners is, maar ook dat de ouderen niet worden vergeten. Het doel is dat Balk in 2030 aardgasvrij is. De plannen moeten de komende jaren worden verwezenlijkt en volgens projectleider Goffie Venema zijn er al veel belangrijke stappen gezet. “Daarom is er nu behoefte aan een plek waar iedere inwoner van Balk die vragen heeft over het plan of wil meewerken als vrijwilliger terecht kan.”



Balk Vaart - opening watersportseizoen

BALK - De voortekenen van het vaarseizoen 2023 in Balk lijken goed, want ‘Balk Vaart’, de opening van het Balkster watersportseizoen, vond afgelopen zaterdag plaats op de eerste warme dag van het jaar. De korte broek kon uit de mot-tenballen. De temperatuur steeg tot boven de 20 graden en de terrassen zaten overvol.

Hele aangename temperaturen dus. Begon de markt aanvankelijk wat rustig, later werd het gezellig druk en kon het publiek lekker op zoek naar leuke koopwaar. De marktlui deden dan ook goede zaken. Shantykoor ‘De Headammers’ zorgde voor de sfeermuziek. Ook was er een handdraaiorgeltje met aapje. Muziek die zorgde voor een Oud-Hollandse sfeer. Bij het Slotermeer was er vertier voor de kinderen met aquaballen en supplanken. Op het meer zelf waren zeilwedstrijden met larken en skûtsjes. Om de afstand tussen het centrum van Balk en het Slotermeer te overbruggen was er gezorgd voor gratis vervoer. Dit gebeurde met een watertaxi en een paardentram.

Open dag bij reddingstation KNRM Lemmer

LEMMER - Op zaterdag 13 mei houdt de Koninklijke Nederlandse Redding Maatschappij (KNRM) weer een ‘reddingbootdag’. Ook reddingstation Lemmer opent haar deuren voor het publiek. Het is dé dag om kennis te maken met het reddingwerk, de vrijwilligers en het materieel van de KNRM.

De ‘reddingbootdag’ is een jaarlijks terugkerend fenomeen, dat vooral bedoeld is om iets terug te doen voor de donateurs. Het biedt de mogelijkheid aan ‘de redders aan de wal’ (de donateurs) om een kijkje in de keuken van het reddingwezen te krijgen. Uiteraard is de open dag ook voor mensen die geen donateur zijn. De KNRM opereert zonder overheids gelden en is dus afhankelijk van vrijwillige bijdragen. Lid worden van de KNRM kan op de dag zelf en wordt beloond met een aardigheidje. Als het weer het toelaat, kan er worden meegevaren op de reddingboten. Voldoende reden om zaterdag a.s. vanaf tien uur langs te komen bij de Sluisweg 11b. De open dag duurt tot uiterlijk vier uur. Voor de KNRM geldt dat ze die dag operationeel inzetbaar is. Er is dus een kans dat, als de noodzaak daar is, de vaartuigen van de KNRM worden ingezet voor een calamiteit.



‘Boerenmarkt’ en ‘Joure onder de wol’ trappen zomerseizoen af



JOURE - Zaterdag 13 mei tussen tien en vijf uur wordt er een gezellig dubbel evenement in de Jouster Midstraat gehouden: ‘Joure onder de Wol’ en de ‘Boerenmarkt’. Het zomerseizoen wordt daarmee afgetrapt met honderd kramen.

Op de boerenmarkt zijn streekproducten te vinden als zuivel, kaas, vlees, groente, eieren en fruit. Maar ook koek, verse thee, honing, chocolade, vis, azijn, bier, stekjes en zaden.

Een groot, mooi assortiment wat aangevuld wordt met poffertjes, suikerspin, boeren ijs, duurzaam speelgoed, hooimadammen en edelstenen. ‘Joure onder de Wol’ is een dag om te zien en te ervaren wat het inhoudt om schapen te hebben en wat je met een product als wol allemaal kunt doen. Ambachtslieden geven demonstraties van technieken als weven, spinnen en kaarden. Goedbeschouwd kun je tijdens Joure Onder de Wol het complete traject van schaapscheren en het verwerken van ruwe wol tot aan het eindproduct ervaren. Daarnaast is het ook mogelijk voor de bezoekers om zelf creatief met wol aan de slag te gaan. Zo zijn er verschillende workshops om aan mee te doen. Verder is er een doe-plein, waar iedereen gezellig met eigen werk aan kan schuiven en bezig kan zijn.

100 jaar begraafplaats Bantega

BANTEGA - Dit jaar is het honderd jaar geleden dat de begraafplaats van Bantega werd aangelegd. De onderwijzer Dille Wijma had er bij de gemeen-te op aangedrongen dat Bantega een eigen begraafplaats kreeg. Daarvoor gebeurde het begraven in Echten of Oosterzee.

Uitvaartvereniging De Laatste Eer in Bantega vond het een goed idee om aandacht te geven aan de nu honderd



jaar oude begraafplaats. Er werd een informatiebrievbus gemaakt, waarin men mapjes vindt met informatie over interessante graven en de grafsymbolen op de graven. “Na gebruik kan men de mapjes dan weer terughangen. Met de beheerder werd afgesproken de brievbus naast de heg bij de eerste grafsteen uit 1924 te zetten, zodat je hem niet kan missen”, aldus de vereniging. In het groene baarhuisje hangt oud materiaal dat men vroeger gebruikte voor het maken van een graf. Er is een tijdlijn met de geschiedenis van de begraafplaats, foto’s van begrafenissen van vroeger en rouwkaarten van 1916 tot heden. Er ligt ook informatie over begraven, bijzetting in de urnenmuur en uitstrooien op het strooiveld.

Eelke's vinger op de zere plek

Snoeie

Singelier berjocht út Riis. Ik moat dat efkes útlizze, oars begripe jim it net. At je krekt njonken hotel Jans it Riister bosk yngean, dan kom je op de Enkhuizerlaan. Frjemde namme. At je dêr eartiids ynkuieren, kamen jo dan yn Enkhuzen telâne? No ja, dêr giet it net oer. Oan dy Enkhuizerlaan stean hûzen en beammen. De hûzen bin fan lju dy't ryk genôch binne om oan de râne fan in moai bosk te wenjen. En de beammen binne fan it Fryske Gea.

Ien fan dy bewenners hat opheden spul mei it Fryske Gea. Hy wol tolve ikebeammen snoeie. Hy hie de seage al yn 'e hân. It is ommers snoeitiid, de gemeente hat ek oeral omraak oan it kappen west. Mar doe kaam de boskwachter fan it Fryske Gea en dy naam dy seage yn beslach. Want it Fryske Gea is in natoerorganisaasje en dy huldige it prinsipe dat wêr at je net oankomme, dat soks dan natoer is. Dus dy man krige inkeld in neilskirke om de puntsjes der út te heljen.

It stiet blykber net goed beskreaun wa't al of net snoeie mei. Dus dy man lit it foarkomme by de rjochter. Dy moat no mar sizze hoe fier at de beamskijre brûkt wurde mei. Mar it Fryske Gea is handich; dy hat de gemeente frege om de beammen te beneamen as monumint. Dan mei der tink ik hielendal net mear snoeid wurde. En doe kaam it: de iken oan de oare kant fan it paad bin al as monumint beneamd troch de gemeente.

It is net singelier dat der ferskillend tocht wurdt oer de snoei fan beammen. Mar it is tige singelier dat ek beammen monumint wurde kinne. Dat wist ik net. Dat wit hast gjinien, útsein miskien de boskwachter fan it Gea.

Wis, dy beammen bin ferhipte âld. 266 jier, sa is berekkene. Mar se sizze dat se net bot snoeid wurde moatte om't se oars fertutearzje. Dus dy iken libje. Monuminten binne inkeld deade dingen. Beammen kin gjin monuminten wurde; se sille ea dea gean. En dan passe se net mear yn it amtlik monumintboek. Der stiet ommers yn dat monuminten ivich bestean.

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 relativieren 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 MEIJ // FOTO'S JOHAN BROUWER



Dani Jellesma, niet zomaar een jongen van 16

Tegenover mij zit Dani, een jongen van zestien jaar. Hij praat makkelijk, is open en spontaan. Hij heeft duidelijk een eigen stijl, draagt meerdere kleuren nagellak, sieraden én voelt zich vooral zichzelf. Zo is het niet altijd geweest. Dani voelde zich altijd al ‘anders’ en is ontzettend veel gepest in zijn leven. Dat hij zijn verhaal wil delen, is alleen daarom al bijzonder moedig. Wat het extra spannend maakt is het feit dat Dani namelijk niet is geboren als jongen.

Dani Jellesma ziet in 2006 het levenslicht in het ziekenhuis van Heerenveen, hij woont met zijn ouders in Aldeboarn, tot die gaan scheiden. Hierdoor verhuist hij samen met zijn moeder en zusje eerst naar Luinjeberd om uiteindelijk rond zijn vijfde in Sint Nicolaasga terecht te komen, wat voor hem al ruim tien jaar écht zijn thuis is. Met zijn vader heeft hij sindsdien geen contact meer. Daar is hij volledig OK mee.

UITGESCHOLDEN EN BUITENGESLOTEN

In Sint Nyk gaat hij naar OBS De Beuk (deze school is inmiddels dicht – red.) en vrijwel vanaf het eerste moment dat hij daar in groep drie zit, wordt hij gepest. Het is een kleine school met ongeveer elf kinderen in de groep en er zitten meerdere groepen in één lokaal. “Ik voelde mij altijd al anders; andere kinderen noemden mij een ‘alien.’” (Engels voor buitenaards wezen – red.). Hij wordt met name uitgescholden en buitengesloten. Dani legt uit hoe zijn pesters te werk gingen: “Ik mocht nergens aan meedoen; ze noemden mij dom of zeiden dingen als: ‘Je spoot niet.’” Thuis kan Dani gelukkig zichzelf zijn en zichzelf heel goed uiten. Hij maakt geen geheim van het feit dat hij gepest wordt. Hij vertelt zijn moeder altijd heel open wat er die dag ‘nou weer is gebeurd’. Hij haalt op die momenten troost uit muziek luisteren en muziek maken. “Ik zing de hele dag”, zegt hij lachend. “Mijn zusje vraagt wel eens of ik alsjeblieft heel even stil kan zijn, maar dat lukt niet; het gaat vanzelf.”

“Ik hoef niet in een hokje gestopt te worden; ik ben ik”

“IEDEREEN VOND MIJ TÓCH AL RAAR”

Zich verstoppen doet Dani niet. “Ik liet mijzelf juist nog meer zien. Iedereen vond mij tóch al raar, dus waarom zou ik ‘het’ dan niet doen?”, doelend op bijvoorbeeld zijn haar blauw verven. “Het maakt toch niet uit; iedereen heeft toch al een mening over mij.” Gelukkig voor hem heeft Dani wel vrienden, waar hij zichzelf bij kan zijn; voor hen is Dani gewoon Dani.

Vanaf déze basisschool ging je destijds eigenlijk automatisch naar de OSG in Joure, inmiddels Plein Joure. Dus Dani ook. Dani is in die tijd wel zoekende naar zichzelf. Waar hij zich in groep acht stoer kleedt, besluit hij zich in de eerste klas van het voortgezet onderwijs zich meer aan te passen en zich meer als een meisje te kleden, met als reden: minder opvallen. Maar hierdoor is hij niet zichzelf. Omdat de pesters ook mee zijn gegaan naar de nieuwe school houdt het pesten niet op. Tot in maart 2020 de coronapandemie komt en de wereld in lockdown gaat. Voor Dani is dit het moment waarop alles voor hem verandert. Hij heeft er genoeg van zich aan te passen en wordt in deze tijd weer zichzelf. Scheert, samen met zijn moeder en zijn zusje, zijn lange lokken af en draagt vanaf dat moment kleding waar hij zich prettig in voelt.

EEN ANDERE NAAM

Na de lockdown - Dani zit inmiddels in klas drie - is deze transformatie even wennen voor de anderen in de klas, waardoor het pesten nog erger wordt. Dani omschrijft het als chaos. Wéér wordt hij opgewacht. Wéér geduwd, nóg harder van de fiets getrapt, gespuugd en uitgescholden. “Woorden als ‘k... homo’ werden regelmatig naar mijn hoofd geslingerd”, geeft Dani als voorbeeld. Naar school gaan is een hele opgave in deze tijd.

Het is 14 april 2021 als Dani besluit dat het tijd wordt voor een andere naam, die past bij hem. Samen met zijn moeder en zusje bedenkt hij de naam Dani. De dag erna gaat hij naar Almere, naar de Starbucks. Hier zetten ze altijd jouw naam op de beker en zo komt er voor het eerst ‘Dani’ op de

Elke Mulder
Student Rechten

‘Zo fijn, dat ik mijn gewone bril af kan wisselen met een zonnebril op sterkte!’

Deze actieve jonge vrouw van 20 jaar, wil na het behalen van haar propedeuse naar de Universiteit in Groningen om Rechtsgeleerdheid te studeren. Zij werkt naast haar studie in de horeca bij het Blend in Bolsward met cliënten met een beperking. Ook wil ze tussendoor nog een maandje naar Thailand. Plannen genoeg en als je dan een fijne zonnebril op sterkte hebt is dat super praktisch.



Elke: ‘Toen ik net mijn rijbewijs had, kreeg ik voor mijn verjaardag een zonnebril op sterkte. Ik heb geen hoge sterkte. Als ik soms geen bril draag, dan hoor ik wel eens terug: “Waarom zwaaide je niet bij de sportschool?” Dus voor in de auto is een zonnebril op sterkte naast mijn gewone bril wel zo prettig. Omdat mijn moeder al bij De OptiSjen was geweest voor een meting en kleur- & gezichtsanalyse, gingen we daar heen voor mijn nieuwe zonnebril. Na de oogmeting heb ik een Ray-Ban zonnebril uitgezocht. Daarna werden er voor een apparaat foto’s gemaakt hoe mijn ogen kijken.

Bij het ophalen was het heel leuk, ze zijn bij De OptiSjen echt enthousiast. In het doosje waar alles in kon, zat naast het doekje en hoesje, ook de gewone zonneglazen van Ray-Ban. Als ik dan ooit lenzen ga dragen, dan kan ik de glazen wisselen en heb ik een normale zonnebril. Echt een fijne service. Natuurlijk heb ik mijn nieuwe Ray-Ban meteen meegenomen op vakantie naar Frankrijk. Zo fijn, dat je je gewone bril af kunt wisselen met een zonnebril!’

De OptiSjen

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

Fotografie: Johan Brouwer

Wij komen graag bij u langs.

Maak nu een afspraak VOOR BUITENZONWERING

Duimstraat 36 • Echtenerbrug • 0514 541 006 • melchers-dejong.nl
MEUBELS • VLOEREN & RAMEN • ZONWERING • SLAAPKAMERS • BOOT- & HERSTOFFERING

MELCHERS & DE JONG

 [vervolg van pagina 6](#)



“Ik zing de hele dag. Mijn zusje vraagt wel eens of ik alsjeblieft heel even stil kan zijn, maar dat lukt niet; het gaat vanzelf.”

beker te staan. Een memorabel moment. “Deze beker staat nog steeds op mijn kamer”, vertelt Dani trots. Toch gebruikt hij op dat moment deze nieuwe naam alleen nog in zijn ‘inner circle’. Wanneer tijdens een gymles op school zijn vrienden er wel klaar mee zijn, dat mensen hem bij zijn oude naam blijven noemen, zeggen die op een gegeven moment tegen de anderen, waaronder ook de gymleraar: “Hij heet Dani.” Waarop de gymleraar heel sportief reageert en er daardoor een klein beetje meer ruimte ontstaat voor Dani om zichzelf te zijn. Helaas houdt het pesten niet op. Dani blijft – mede door dat pesten - dat jaar zitten en moet het schooljaar opnieuw doen. Dan besluit hij dat hij naar een andere school wil: het Bogerman College in Sneek. Hier voelt hij zich prettig. Dani zit nu in zijn examenjaar en is op dit moment hard aan het leren voor de examens die er aan staan te komen.

MUZIEK BIEDT TROOST

Muziek is nog steeds zijn alles. Om de week heeft hij zangles bij Babette Labeij in Amsterdam. Ook heeft hij auditie gedaan voor de muziekopleiding bij de Neushoorn in Leeuwarden. Hij hoopt daar te worden toegelaten en na de zomer mag starten met de opleiding zang. In juni hoort hij meer. “Wanneer ik niet word aangenomen voor deze opleiding, weet ik echt niet wat ik dan moet doen. Dit is alles wat ik wil”, zegt hij vastbesloten. “Maar dan moet ik eerst wel slagen voor het examen.” Naast zingen leert hij zichzelf spelen op de gitaar andere instrumenten. Hij maakt zijn eigen gitaarsolo’s en oefent een beetje met het schrijven van eigen songs. Hij doet mee aan ‘Sjong’, een Friestalig songfestival voor jongeren, waarbij je Friese teksten op bestaande popnummer schrijft en dit uitvoert.

SPANNEND TRAJEKT

Toen Dani in 2021 zijn huidige naam ging gebruiken, en aangaf zich meer een jongen te voelen, heeft zijn moeder hem een paar maanden de tijd gegeven hier

aan te wennen. Om zeker te weten dat het geen fase is. Voor Dani is het duidelijk: dit gevoel is geen fase. Heel lang dacht Dani dat een jongen zich stoer moet gedragen, van voetbal houdt en dat meisjes vooral met ‘meisjesachtige’ dingen bezig zijn. Dani: “Ik ben een jongen, maar wel een gevoelige jongen. Ik hoef niet stoer te zijn of van voetbal te houden. Ik hoef niet in een hokje gestopt te worden; ik ben ik.” Op de vraag of hij al een keer verliefd is geweest, antwoordt hij bevestigend. “Ja, ik heb al vriendinnetjes én vriendjes gehad. Jongens, meisjes of transgender, het maakt mij niet uit. Ik val op een mens. Het maakt mij niet uit wat diegene is, zeg maar.”



De maand mei is naast dat Dani examens doet, nóg een hele bijzondere maand. Om hem vérdere te helpen is Dani samen met zijn moeder via de huisarts terechtgekomen bij Jonx, een organisatie in Groningen die jongeren helpt als ze ‘niet goed in hun vel zitten’ en daar last van hebben. Na bijna anderhalf jaar op de wachtlijst te hebben gestaan, heeft hij deze maand zijn eerste afspraak om de transitie ook lichamelijk in werking te zetten. Dat is niet zomaar een traject. Het zal ook zeker zwaar zijn, maar Dani kijkt er naar uit. Het traject bestaat uit twee delen: het mentale deel en het medische deel. In eerste instantie start hij met psychologische onderzoeken in Groningen. Hiermee onderzoeken psychologen of dit écht is wat je wilt en of het nodig is verder te gaan met het traject. Kom je eenmaal ‘door de keuring’, dan mag je naar Amsterdam en start je met het medische gedeelte, zoals hormonen nemen en eventuele operaties die nodig zijn om het lichaam passend te maken.

TOEKOMSTMUZIEK

Voor Dani breekt er nu een ontzettend spannende periode aan, wat allesbepalend zal zijn voor zijn toekomst. Intussen houdt hij zich bezig met het crosen op zijn longboard en heel veel muziek maken. Hij is graag alleen, al vindt hij chillen met zijn vrienden ook heel leuk. Hij gaat ook heel graag naar concerten. Onlangs bezocht hij “een heel cool concert” van Harry Styles. Dani zou graag nog naar een concert van Teddy Swims gaan, “omdat die zó zichzelf is.” In de toekomst gaat Dani het liefst in Leeuwarden wonen en na zijn muziekopleiding lijkt het hem geweldig om met een camper reizen.

Ik zie het wel voor me: Dani reizend de wereld over om met zijn gitaar als straatmuzikant zijn geld te verdienen. Het komt wel goed met deze jongeman. Wat mij vooral opvalt, is dat Dani zo’n krachtige persoonlijkheid is. Dat hij, ondanks al deze pittige levenslessen en ervaringen die hij in zijn jonge leven al meemaakt, zo’n statement durft te maken door voor dit blad zijn verhaal met mij te delen. In mijn ogen getuigt dit van heel veel lef. “Dit doe ik om een voorbeeld te zijn voor anderen; om anderen te helpen”, besluit hij.

“Dit doe ik, om een voorbeeld te zijn voor anderen”

MOEDERDAG AANBIEDING!



Hanging basket

normaal € 17.98
nu slechts € 10,-



GreenSales
Balk B V

www.greensalesbalk.nl

Tsjerkepaed 2 • 8571 RS Harich • E info@greensalesbalk.nl
T 0514 745035 • M 06 53 91 24 24

Uniek dineren of borrelen een oude *Doopsgezinde kerk*



Fermaningsteek 1 - 8551 SP Woudsend - T 0514 59 12 50

ZONDAG 14 MEI 2023

MOEDERDAGBRUNCH
13.00 - 15.00 uur

€29,50 p.p.

Scan de QR
en reserveer!



't ponkje
Kerk restaurant

www.ponkje.nl

Fysio Hoen It's all in our hands

FYSIOTHERAPIE	MANUELE THERAPIE	KAARK FYSIOTHERAPIE
	- Hoofdpijn - Nekpijn - Tinnitus - Kaakklemmen	Last van pijnlachten? Maak een afspraak!

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

Tusken de Marren

INFORMATIEBIJLAGE VAN GEMEENTE DE FRYSKE MARREN | MEI 2023

INHOUD

- Welzijn op Recept: Je beter voelen zonder pilletje
- Nieuwe kledingstukken van oud textiel
- Radio Heremastate: De Fryske Marren is on air!



IT NIFELHOEKJE OPENINGSTIJDEN!

Maandag t/m vrijdag
13:30 uur tot 17:30 uur

Zaterdag
10:00 tot 15:00 uur

Ook is het mogelijk om
een afspraak te maken
buiten de openingstijden
om.

It Nifelhoekje
Súd 83 • Workum
T.0515-542501

FLINKE 2023 AGENDA



FLINKE STREEKMARKT elke 1e zondag van de maand

4 JUNI	2 XL JULI
6 XL AUGUSTUS	3 SEPTEMBER

FRIESE STREEKPRODUCTEN,
AMBACHTEN, WORKSHOPS,
AANSCHUIFLUNCHES,
LIVE MUZIEK & FOODTRUCKS

van 10.00 tot 16.00 uur
entree € 2,50
tot 12 jaar gratis

VOLG ONS op social media

facebook
[flinke_events](https://www.facebook.com/flinke_events)
Instagram
[@flinke_events](https://www.instagram.com/flinke_events)

WWW.ITFLINKEBOSKJE.NL



FLINKE FLEA MARKET op heel veel zondagen dit jaar!

14&28 MEI	11&25 JUNI
9&23 JULI	13&27 AUGUSTUS

10&24
SEPTEMBER

KOFFERBAK-MARKT,
ROMMELMARKT & FOODTRUCKS
OPGEVEN?
mail.claartje@itflinkeboskje.nl

van 10.00 tot 16.00 uur
entree € 2,50 / deelname € 15,-
tot 12 jaar gratis

OP ONZE SITE
www.itflinkeboskje.nl
VIND JE MEER INFO
ZOALS DE ONLINE
AGENDA

Logeren? Trouwen?
Vieren? Vergaderen?

Het kan bij ons.

Het beste in Keukens!



FEENSTRA
KEUKEN & BAD

Sneek • 0515-745007

www.feenstrakeukenenbad.nl



Gemeentelijke activiteiten kalender

Vergaderingen gemeenteraad

Woensdag 31 mei
Raadsvergadering, 19.30 uur

Woensdag 7 juni
Petear, 19.30 uur

Kijk voor actuele informatie op:
[defryskemarren.nl/
gemeenteraad](http://defryskemarren.nl/gemeenteraad)



Fiets Totaal Doortrapdag

Dinsdag 16 mei
09.30 - 13.30 uur
Kulturhûs in Oudehaske

www.frieslandbeweegt.frl



Wie moet in Fryslân welke oever onderhouden?

In onze provincie ligt zo'n 1.800 kilometer aan oevers
langs vaarwegen. Maar wie is er verantwoordelijk voor
het onderhoud? Dat kunnen zowel Friese overheden,
particulieren of andere belanghebbenden zijn.

Daarom zijn hierover afspraken gemaakt die begin 2023
door Provinciale Staten zijn vastgelegd. Een nieuwe kaart
schept hierover duidelijkheid. De kaart ligt nog tot en met
23 mei 2023 ter inzage. Meer informatie: [www.fryslan.frl/
oeverstvaarwegen](http://www.fryslan.frl/oeverstvaarwegen).

De witgoedregeling

Met de witgoedregeling kunnen inwoners van
gemeente De Fryske Marren met een laag inkomen
hun oude witgoedapparaat omruilen voor een
nieuw, energiezuinig apparaat. Zo kunt u blijvend
uw energierekening verlagen. Een zuiniger witgoed
apparaat verbruikt minder energie. Hierdoor wordt
minder CO2 uitgestoten én dat is weer goed voor
het milieu.

Hoe werkt de subsidieregeling?

De regeling eindigt op 31 december 2023 of als het
subsidieplafond van 300.000 euro is bereikt. Op onze
website: www.defryskemarren.nl/witgoed is de regeling
te vinden, met een toelichting op de regeling en het
subsidieaanvraagformulier.

Voor vragen over de regeling kunt u een e-mail sturen
naar: witgoedregeling@defryskemarren.nl.



Aan de slag met de nieuwe e-dienst Mijn Inkomen in De Fryske Marren

Krijgt u een uitkering van gemeente De Fryske
Marren? Vanaf juni 2023 start de nieuwe e-dienst
Mijn Inkomen. Op deze website kunt u gegevens
over uw uitkering zelf online bekijken en aanvullen.
Ook kunt u veranderingen doorgeven.

U bent van harte welkom op:

- **dinsdag 23 mei** in Joure (Herema State 1, Joure) van 10.00 tot 15.00 uur;
- **woensdag 24 mei** bij het servicepunt in Lemmer (Visserburen 88) van 9.00 tot 12.00 uur;
- **woensdag 24 mei** bij het servicepunt in Balk (Dubbelstraat 1) van 14.00 tot 17.00 uur.

Hier krijgt u uitleg over hoe Mijn Inkomen werkt en
ook kunt u hiermee oefenen. Het is vrije inloop.
Kijk voor meer informatie op onze website:

www.defryskemarren.nl/e-dienst



Week zonder Afval: 22 t/m 28 mei

Wist u dat we per persoon per jaar ongeveer 490
kilo afval produceren? Van maandag 22 mei tot en
met zondag 28 mei is het de Week zonder Afval.

In deze zeven dagen
is het de uitdaging om
zo min mogelijk afval
weg te gooien waarbij
er iedere dag een
thema centraal staat.
Doet u met ons mee?
Meer informatie:

www.milieuentraal.nl. #weekzonderafval



Tusken de Marren | Informatiebijlage van gemeente De Fryske Marren | mei 2023
verschijnt maandelijks huis-aan-huis als bijlage van GrootdeFryskeMarren.

Redactie communicatie gemeente De Fryske Marren, postbus 101, 8500 AC Joure, telefoon 14 05 14
E-mail redactie@defryskemarren.nl. Tekst Letterhuis, Esther van Opzeeland | gemeente De Fryske Marren.

WELZIJN OP RECEPT

Je beter voelen zonder pilletje

Hoofdpijn, vermoeidheid, stress en andere klachten hebben niet altijd een lichamelijke oorzaak. Een pilletje van de huisarts helpt dan niet. Wat dan wel? In gemeente De Fryske Marren schrijven steeds meer huisartsen Welzijn op Recept uit. Met de hulp van welzijnscoaches ontdekken mensen met psychosociale klachten waar ze weer blij van worden.

Meneer De Jong* zit na het overlijden van zijn vrouw niet lekker in zijn vel. “Ik voel me zo somber en alleen”, zegt hij tegen zijn huisarts. In overleg met meneer verwijst de huisarts hem door naar Welzijn op Recept, waarna een welzijnscoach van Sociaal Werk De Kear meneer De Jong thuis bezoekt. In het gesprek komt naar boven dat meneer graag met lotgenoten zou willen praten. De welzijnscoach wijst hem op de mogelijkheid om mee te doen met een UPI-groepsgesprek in de buurt. Als meneer De Jong bij het gesprek aanhaakt, zit daar een andere weduwnaar met wie het klikt. Nu fietsen de twee heren geregeld samen. Meneer De Jong is heel blij met dat waardevolle contact, hij voelt zich daardoor minder eenzaam.

Andere hulp nodig

Niet lekker in je vel zitten: het kan ons allemaal overkomen. Veel mensen hebben weleens last van stress, vermoeidheid, slapeloosheid, depressieve gevoelens of (chronische) pijn. Soms kan de huisarts een lichamelijke oorzaak voor de klachten vinden, maar vaak ook niet. Het kan zijn dat er geen medische of psychologische zorg nodig is, maar andere hulp. Voor die patiënten is Welzijn op Recept ontwikkeld, een landelijk concept waarin huisartsen patiënten met psychosociale klachten doorverwijzen naar welzijnscoaches. Deze coaches ontdekken samen met de patiënt waar hij of zij écht mee geholpen is om zich

beter te voelen. Bijvoorbeeld meedoen met sociale of creatieve activiteiten, vrijwilligerswerk doen of in een groep sporten. Zo nodig kunnen de coaches patiënten ook doorverwijzen naar het sociaal wijkteam van de gemeente of organisaties als Thuiszorg, Buurtwerk, Pastiel of een andere (vrijwilligers) organisatie. In gemeente De Fryske Marren is Welzijn op Recept in juni 2022 gestart. Inmiddels werken al zeven huisartsen in Lemmer, Echtenerbrug, Bakhuizen, Balk, Rotsterhaule en Sint Nicolaasga samen met de welzijnscoaches van Sociaal Werk De Kear.

Zingeving

Een van die huisartsen is Karin Groeneveld uit Lemmer. “Als huisarts werk ik vanuit het gedachtegoed van Positieve Gezondheid”, legt ze uit. “Hoe gezond iemand zich voelt, wordt niet alleen bepaald door lichamelijke gezondheid. Maar ook door factoren als zingeving, mentaal welbevinden en meedoen. Psychosociale problemen – een combinatie van psychische en

- KARIN -
‘Hiermee krijgen mensen weer de regie over hun leven’



Huisarts Karin Groeneveld

sociale problemen – kunnen te maken hebben met eenzaamheid of een gemis aan sociale contacten.”

Zorg op maat

Welzijn op Recept geeft Karin de mogelijkheid om zorg op maat te bieden aan patiënten bij wie geen medische vraag speelt. “Waar ik vroeger bij psychosociale klachten vaak bleef zoeken naar een lichamelijke oorzaak, ga ik nu op een andere wijze het gesprek aan. Wat zou die persoon helpen om zich weer beter te voelen? Natuurlijk verwijs ik nog steeds patiënten door naar een specialist als dat nodig is. Maar in andere gevallen kan een verwijzing naar de welzijnscoach helpen. Zo blijven patiënten niet onnodig in een medisch circuit hangen. Binnen het welzijnsdomein is er een wereld aan mogelijkheden. Welzijnscoaches kijken wat het beste bij de persoon past.”

Handwerkgroep of vrijwilligerswerk

Die welzijnscoaches zijn Anouk van der Wal en Marloes Hoving van Sociaal Werk De Kear. Als een huisarts een

patiënt doorverwijst naar Welzijn op Recept, nemen zij contact op met die persoon. “In een of meerdere gesprekken gaan we samen op zoek naar de vraag of behoefte”, zegt Anouk. “En we zoeken ook samen naar mogelijkheden in het dagelijks leven. Net zoals de huisarts gaan we bij onze gesprekken uit van Positieve Gezondheid, dus we kijken breed naar wat iemand nodig heeft om zich goed te voelen.” Als welzijnscoaches hebben Anouk en Marloes een goed overzicht van alle bestaande voorzieningen en mogelijkheden. Anouk: “Voor de een is aansluiten bij een sportvereniging of een wandelgroep de oplossing, een ander heeft meer baat bij een koffieochtend, een handwerkgroep of het doen van vrijwilligerswerk. Ons doel is om mensen weer terug te brengen in de samenleving.”

“Het fijne is dat we als welzijnscoaches de tijd hebben om iemand echt te leren kennen”, vult Marloes aan. “Onze focus ligt vooral op zingeving, meedoen, dagelijks functioneren en kwaliteit van leven. Niet op de klacht. We doen het samen met de inwoner; we gaan uit



Anouk van der Wal (links) en Marloes Hoving, welzijnscoaches van Sociaal Werk De Kear

- ANOUK EN MARLOES -
‘De oplossing voor veel problemen ligt in het dagelijkse leven, niet in medicijnen’

van zijn of haar eigen kracht. Iedereen heeft kwaliteiten en talenten. We staan zonder oordeel naast de mensen, zij hebben zelf de regie.”

Opbloeien

Dat blijkt uit de situatie van een mevrouw met rugklachten. Na een gesprek met de welzijnscoach bleek dat zij eenzaam was en eigenlijk graag vrijwilligerswerk wilde doen. Marloes: “Samen bekeken we de vacatures bij VIP! De Fryske Marren, het Vrijwilligers Informatie Punt. Dat bracht ons op het idee om naar het Sociaal Café te gaan. Omdat mevrouw die stap in haar eentje best groot vond, ging ik met haar mee. Ik zag haar letterlijk opbloeien toen zij er hielp met koffie schenken

en kaarten maken. Nu gaat zij er structureel naartoe en ondersteunt ze bij het koffie schenken en organiseren van activiteiten. Deze mevrouw heeft nu het gevoel dat ze meedoet en iets bijdraagt en zit beter in haar vel. De rugproblemen zijn daardoor een stuk draaglijker.”

Gelukkige inwoners

Janita Tabak is wethouder van gemeente De Fryske Marren. Ook zij ziet grote waarde in Welzijn op Recept. “Als gemeente willen we dat onze inwoners gelukkig zijn en zich goed voelen. We hebben belang bij een actieve en gezonde samenleving. En samenleven doen we met z’n allen. Ik denk dat er altijd iets is waar je als mens



Janita Tabak, wethouder Wmo en welzijn

blij van wordt, al heb je een moeilijke periode. Welzijnswerkers kijken niet naar je probleem, maar naar jou als mens en je behoeften en talenten. Welzijn op Recept is daarmee een effectieve manier om beter in je vel te zitten.”

Sterke sociale basis

Welzijn op Recept past naadloos bij de ontwikkeling die de gemeente doormaakt. Janita: “Dit concept legt de verbinding tussen de zorg en het sociale domein. Zo zorgen we voor een sterke sociale basis: een goede structuur van

vrijwilligersorganisaties, welzijnswerk en maatschappelijk werk. Dat moet ook. Steeds meer mensen doen een beroep op de zorg, maar er zijn minder zorgprofessionals beschikbaar.”

In de afgelopen maanden zijn er in De Fryske Marren al zo’n dertig mensen door hun huisarts doorverwezen naar Welzijn op Recept. Janita hoopt dat op den duur alle huisartsen binnen De Fryske Marren meedoen met Welzijn op Recept. “Iedereen wil zich goed voelen. Praten en pillen zijn leuk, maar op stap gaan en zoeken naar datgene waar jij van gaat ‘gloeien’, is veel zinvoller en leuker!”

Wilt u contact met een welzijnscoach? Vraag uw huisarts om een verwijzing.

**De naam is vanwege de privacy veranderd.*

NIEUWE KLEDINGSTUKKEN VAN OUD TEXTIEL

Aanschaffen, aandoen en weer wegdoen. Jaarlijks gooien we met z'n allen in Nederland gemiddeld zo'n 40 kledingstukken per persoon per jaar (dat is totaal 305,1 miljoen kilo) weg en kopen we er 46 kledingstukken bij. Alle weggegooid textiel belandt uiteindelijk in de verbrandingsoven. Dit terwijl ruim 70 procent eigenlijk opnieuw te dragen is als het wordt ingeleverd in een textielcontainer van Sympany.

Meer dan de helft van alle grondstoffen - zoals kleding, theedoeken en lakens - belandt in de grijze (rest)container en wordt zo onnodig verbrand. Zonde, want van oud textiel bijvoorbeeld kunnen nieuwe kledingstukken worden gemaakt. Wethouder afval Lucienne Boelsma: "In soad minsken tinke dat tekstyl allinnich yn in kleankontener mei as it noch hiel is, sadat in oar dat noch brûke kin. In logyske gedachte, mar sa is it net hielendal. Ek tekstyl dat bygelyks stikken en fersliten is, kin yn in kleankontener dien wurde. De iennichste betingst is dat de klean skjin en drûch wêze moatte." Daarom is het belangrijk dat kleding in een plastic zak goed afgesloten wordt ingeleverd.

‘Ook textiel dat kapot en versleten is kan in een textielcontainer worden gedaan’



Wethouder Lucienne Boelsma (rechts) krijgt gerecyclede sokken van Vodde overhandigd.

50 nieuwe ambassadeurs

Om te laten zien dat het sinds kort ook mogelijk is om van oud textiel nieuw textiel te maken deelde Lucienne, tijdens de raadsvergadering over het grondstoffenbeleidsplan, gerecyclede sokken van Vodde uit aan de aanwezige raads- en collegeleden. Textielinzamelaar Sympany en Vodde zijn in 2022 een samenwerking begonnen om van afgedankt textiel nieuwe gerecyclede garens te maken. Deze garens worden vervolgens gebruikt voor het maken van 'nieuwe' sokken.

Van stof tot grondstof

Sympany heeft verspreid door Nederland ruim 2.500 textielcontainers, waarvan 31 boven- en ondergrondse inzamelcontainers op 26 locaties in de Fryske Marren. Sympany zet in op maximaal hergebruik (70 procent) via verkoop aan tweedehands

winkels in Nederland, Europa en vier andere landen in Afrika. Naast kleding, woontextiel en beddengoed kunnen ook schoenen (per paar samengebonden met veters of elastiek), speelgoedknuffels en kledingaccessoires (zoals tassen, petten en riemen) in de textielcontainer worden ingeleverd.

Recycling van kledingstukken kan op diverse manieren. Wanneer een ingezameld kledingstuk niet direct

bruikbaar is, bijvoorbeeld doordat het versleten is, wordt het onder andere gebruikt in de productie van nieuwe jeans of voor het maken van nieuwe sokken van Vodde. Ook wordt van niet herdraagbaar textiel isolatie- en akoestisch materiaal gemaakt voor VRK Akoestiek en Isolatie.

Het recycleren van niet herbruikbaar textiel kost veel geld; meer dan wanneer nieuwe grondstoffen worden gebruikt. Daarom is het van belang



dat ook kleding en overig textiel wordt ingeleverd dat nog wel door een ander te gebruiken is. De opbrengst daarvan wordt door Sympany gebruikt om de recyclekosten te betalen.

*Meer weten?
Kijk op www.sympany.nl.*

Wat mag er in een textielcontainer?



**Elk stukje stof krijgt een nieuwe bestemming.
Ook als het kapot is!**



Sorteerproces: zo werkt het!

1 KLEDING SORTEREN

Na het inzamelen sorteert Sympany de kleding. Afval, nat en heel vies textiel wordt eruit gehaald. De plastic zakken worden gesorteerd voor recycling. Het textiel wordt gesorteerd op diverse categorieën van recycling tot herdraagbare kwaliteiten of schoenen of accessoires.

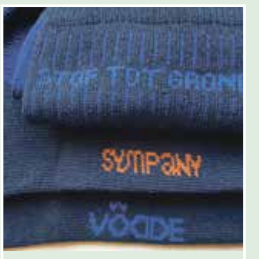


2 NIEUWE BESTEMMING (REUSE)

Alles wat opnieuw te dragen is komt terecht in tweedehands winkels in Nederland, Europa en in vier landen in Afrika. De levenscyclus van een kledingstuk verlengen is nog steeds het meest duurzaam.

3 NIEUWE BESTEMMING (RECYCLING)

Het textiel wat niet meer te dragen is wordt samen met recycling partners in de keten verwerkt tot nieuwe grondstof voor nieuwe producten. Van vilt tot isolatiemateriaal of gerecyclede garens voor sokken van Vodde. Met de opbrengst van de kledingverkoop investeert Sympany in deze recycling en innovatie.



Andere tips om de levenscyclus van een kledingstuk te verlengen:

- Gebruik kleding langer en koop minder nieuwe kleding.
- Koop tijdloze items die goed te combineren zijn.
- Koop kwaliteit in plaats van kwantiteit.
- Gooi kleding niet meteen weg, maar laat kleding repareren of verstellen (of doe dit zelf).
- Zorg dat kleding een maximale levensduur heeft door het langer te dragen, het door te geven en/of door het bij organisaties zoals Sympany in te leveren die zorgen voor hergebruik.

Radio Heremastate: De Fryske Marren is on air!

Sinds februari 2023 heeft gemeente De Fryske Marren een eigen podcast. Eens per twee weken vertelt burgemeester Fred Veenstra over actuele zaken van de gemeente. Soms zijn dit serieuze onderwerpen, maar er komen ook luchtige verhalen voorbij. Bovendien schuift er regelmatig een gast aan.



De uitzendingen van Radio Heremastate zijn te vinden op de streamingsdienst Spotify en op Youtube.

Beluister de afleveringen hier:



SPOTIFY



YOUTUBE

Heeft u ook een prangende vraag voor burgemeester Fred Veenstra? Stuur een mail naar communicatie@defryskemarren.nl en wellicht hoort u uw vraag terug in een volgende aflevering.

Samen zorgen dat het (nog) beter wordt

BZenv is als organisatie gespecialiseerd in opleidingen die zich als specialty onderscheiden binnen het zorg en veiligheidsdomein.

Voor onderstaande opleidingen en/of trainingen kunt u individueel of als organisatie bij ons terecht:

- Reanimeren met gebruik van een AED conform NRR richtlijnen (Nederlandse Reanimatie Raad)
- Basis Evenement Hulpverlener conform de geldende veldnorm evenementhulpverlening (Modulair opgebouwd incl. EHBO)
- Opleiding Eerst Verantwoordelijke Centralist Meldkamer/ Alarmcentrale
- Osint opleiding (Open Source Intelligence) waarin deelnemers in staat gesteld worden om zelfstandig diepgaand online onderzoek uit te voeren
- Weerbaarheidstrainingen



Ook kunnen wij naar wens andere opleidingen in het Zorg en Veiligheidsdomein verzorgen, zoals BHV. Alle opleidingen kunnen wij op maat en modulair aanbieden. Vraag naar de mogelijkheden.

Contact: bzenv@dbc-sneek.nl / 0515-700228

*Onderdeel van DBC-Sneek

www.dbc-sneek.nl



ERKENDE
VERHUIZERS

HOEKSTRA
hoekstrasneek.nl/verhuizingen



#FACE TO FACE PIETER HARINGSMA

fotografie JOHAN BROUWER

tekst EELKE LOK

STADSOMROEPER PIETER HARINGSMA STOPT NA VEERTIG JAAR
“IK SIL IT FERSKRIKLIK MISSE”

Als er dit jaar op zaterdagmiddag 20 mei (de zaterdag ná Hemelvaartsdag) weer zo’n 160 auto’s en motoren van de Elfsteden Oldtimer Rally in de stad Sloten parkeren, stappen de deelnemers verwachtingsvol uit. De klanken van de duidelijke en luide stem van stadsomroeper Pieter Haringsma klinkt hen als vertrouwde muziek in de oren. Hij was er immers altijd bij. Deze zaterdagavond gaan ze, als altijd, in optocht achter hem aan naar het kanon van Sloten. Daar treedt Pieter Haringsma voor de laatste keer op als stadsomroeper. Hij stopt ermee na veertig jaar.

In 1983 werd Pieter Haringsma de opvolger van de toenmalige stadsomroeper Pieter Wabes de Vries, die Haringsma de traditionele ratel en toeter uit de rijke historie van Sleat doorgaf. Die heeft Haringsma nu veertig jaar gebruikt. Stadsomroeper zijn was z’n leven. Nooit miste hij de vrijdagavond als de ook al traditionele schutterij het kanon afschoot. Nooit miste hij als er stadswandelingen moesten worden rondgeleid in Sleat. Nooit miste hij een historisch of toeristisch hoogtepunt waarvan het stadje er zoveel kent.

NOSTALGIE

Stadsomroepers vind je in mienskippen die trots op zichzelf zijn. En dat willen uitdragen. Dat voelt Haringsma net zo. Vijf jaar geleden zei hij immers nog: “Ik kan niet ophouden, want er is niemand die mij wil en kan opvolgen.” Maar het lichaam van de nu 79-jarige stadsomroeper geeft zo nu en dan aan het nu nodig is om te stoppen. “Ik ha in pacemaker, ik moat spesjale grutte skuon oan ha, dy’t net iens by myn pak passe; ik kin net mear in ein rinne en tagelyk omroppe.” Omdat er nu wél een opvolger is – in de persoon van Wiebrand van der Land – doet hij nu afstand.

Pieter Haringsma zit vol nostalgie. Hij heeft de plakboeken op tafel liggen en vertelt over zijn talloze avonturen als stadsomroeper. Niet alleen in Sleat, maar ook als speciale omroeper in andere plaatsen, bij bruiloften en partijen. En vanzelfsprekend de Nederlandse Kampioenschappen, waar hij zeven keer won. Dat kwam omdat zijn stem duidelijk en hard was. “Myn mem hie dat ek, en myn suster ek. It wie sa.” “Ik ha in pacemaker, ik moat spesjale grutte skuon oan ha, dy’t net iens by myn pak passe; ik kin net mear in ein rinne en tagelyk omroppe.” Omdat er nu wél een opvolger is – in de persoon van Wiebrand van der Land – doet hij nu afstand.

ZWAAR BELADEN SKÛTSJE
Nóg klinkt zijn geluid duidelijk, al schuift er ook wat emotie in als hij de ene anekdote na de andere vertelt. “Kijk,

hier is een foto; daar sta ik met koningin Beatrix te babbelen in Overschie. En kijk, daar is een foto, samen met Erica Terpstra. Die VVD’ers hadden die middag op een skûtsje gezeild. Ik zei dat ze waarschijnlijk niet gewonnen hadden, want skûtsjes met Erica Terpstra zijn te zwaar beladen. Ik was vaak ondeugend in mijn taal; nu kreeg ik een tuut van Erica als dank.

Ik heb een elektrische fiets gekocht, ik moet straks toch wat doen met m’n vrije tijd. Eigenlijk wil ik dan wel eens langsfietsen bij Hans Wiegel. Die at soms in Sloten en als ik dan langsliep met de stadswandeling, wenkte hij me en kreeg ik een beerenburgje. En toen ik ergens klaar stond, samen met burgemeester Wiebe Pitlo, kreeg ik eerst een hand van Wiegel. Daarna kwam Pitlo pas. Die vond dat niet leuk.”

OVER EEN BEERENBURGJE GESPROKEN...

“Ien fan de earste kearen dat ik as stêdsomropper oan it wurk wie, kaam ik oansketten thús. Doe begreep ik dat je net hieltyd de borrels dy’t je oanbean wurde, opdrinken moatte. Dan wurd je de stêdsgek.” Haringsma deed wel eens dat hij zogenaamd aangeschoten was. Dat was toen hij een keer een groep mensen kreeg voor de stadswandeling die de gehele dag op een boot hadden zitten drinken. Haringsma deed zich ook maar aangeschoten voor, dan zat hij op hetzelfde niveau... De stadsomroeper als toneelspeler.

SLEAT

Pieter Haringsma was niet iemand die een paar keer per jaar z’n kostuum aantrok en even wat door Sleat wandelde en wat riep. Want Sleat is z’n alles. Hij groeide er op; zijn kinderen zijn er opgegroeid. Hij wil er eigenlijk nooit meer vandaan. Z’n eerste vrouw is overleden. Haringsma heeft een nieuwe relatie. Ze woont in Balk. Zij wil daar niet vandaan en hij wil niet naar Balk. “Jo witte de omstannichheden net, dat je misskien nochris feroarje moatte, mar ik kin Sleat eins net misse.” Hij is kort en krachtig in zijn karakteristiek van het

stadje: “Lyts en leaf.” Iedereen helpt elkaar. En ook de nieuw inkomenden van heinde en verre gedragen zich als gewone Sleattemers, die oog hebben voor de historie. “Dat buorkerijke hie platen op it dak; no bin de âlde dakpannen der wer op kaam...”

Het mooie, lieflijke Sloten moet Haringsma straks niet alleen missen als stadsomroeper, maar ook als stadsgids, die met luide stem aan soms wel honderd deelnemers de bijzonderheden van het stadje uitlegt. En dan is er nog een schutterij, die in eerbiedwaardige historische gewaden ‘s zomers elke vrijdag het kanon bij de molen afschiet. Haringsma roept dan altijd de terrasbevolking op om hem te volgen naar dat kanon. Bij de grootschalige evenementen waarbij de oude veldslagen rond Sloten worden nagebootst, was Haringsma significant aanwezig.

OLIFANTENHUID

Haringsma was ook buiten Sloten bekend als omroeper. Als voetbalverslaggever bijvoorbeeld. Of bij de Flaëijelfeesten in Nijehoarne, waar hij al 35 jaar zijn luide stem aan leent. Zeven pakken heeft hij de afgelopen veertig jaar versleten. Het doet hem zichtbaar pijn dat z’n lichaam het niet meer aankan. Hij zal het missen. Dat langs de vrolijke terrassen wandelen met zijn ratel en toeter, met de Sleattemer historie onder de armen. De mensen bewegen om in beweging te komen, maar ook om vrolijke teksten over en weer te gooien met de mensen die op het terras blijven zitten. Daar moet je overigens wel voorzichtig mee zijn, weet Haringsma, want er komt ook wel eens kritiek vanaf die terrassen. Hij werd luidop wel vergeleken met de Rattenvanger van Hamelen. Of met Zwarte Piet. En Haringsma heeft in die veertig jaar geleerd dat je daar best wel antwoorden op kunt hebben. “Allinnich, je moat net kwetse. Ik bin ûndogens, mar dat is fansels wolris op it rântsjie.” Zo was er een bruidegom die even op de Sleattemer schandpaal hing. Haringsma heeft de sleutel en sloot hem op; het publiek juichte. Het resultaat was dat Haringsma geschopt werd door de bruid,

die haar aanstaande toch liever meenam en niet wilde achterlaten als gevangene van Sleat. “Ach, je moatte somtiden in oaljefantehûd ha”, grijnst hij.

OP ÉÉN NA OUDSTE BEROEP

Haringsma is redelijk tevreden met de mogelijkheden voor een stadsomroeper in Sleat. De schutterij die wel eens een aantal jaren minimaal aanwezig was, is nu weer aangevuld, en doet enthousiast zijn werk. De jeugd doet veel mee aan de stadswandelingen en luistert ook goed als de stadsomroeper vertelt. Nee, het volgens Haringsma “op één na oudste beroep van de wereld heeft echt nog wel toekomst in Sleat.”

Als je hem dan daarná niét vraagt wat dan het oudste beroep ter wereld is, betreft zijn gezicht even. Dan weet je dat Pieter Haringsma de contacten, de ‘discussies’, het elkaar de vliegen afvangen, zal missen. Hij gaat de communicatie met de Sleattemer mienskip missen, die hem natuurlijk door en door kent. En de gasten die vaker dan één keer de terrassen bezoeken, vaak juist ook vanwege het langskomen van die stadsomroeper. Maar Haringsma weet dat hij moet stoppen. En eigenlijk was het wel mooi, wat opvolger Van der Land tegen hem zei: “Ik sil en ik kin it noait op dyn wize dwaan.” Haringsma is een apart stuk historie van Sleat.

Boven liggen er zeven veel gedragen stadsomroeperspakken. Er is een prijzenkast voor de wedstrijdenresultaten. Er zijn plakboeken; van elk jaar één. En de toeter gaat straks ook naar boven. Haringsma haalt zijn schouders op, maar het kan niet anders dan dat zulks straks allemaal naar een museum in Sleat gaat. Daar waar de dorpskrant immers ‘De Stêdsomropper’ heet...

En tóch. Er is een oud liedje uit Sleat met dat ene regeltje: ‘de hoarn sit fol skyt en de rattel is wei.’ Als je naar Pieter Haringsma kijkt zit hij er net zo bij als die stadsomroeper uit de middeleeuwen. “Ik sil it ferskrilik misse.”



3
JUNI
2023



G-String
Jett Rebel
GIRLS
ON TOP
BLØF

JOURE

INFO & TICKETS: **HEREMAPARKLIVE.NL**

Ervaar de ultieme muzieksensatie bij Herema Park Live!

Op een unieke locatie, op het gras tussen de bomen, jong en oud onder het genot van een drankje en hapje laten genieten van muzikale optredens van landelijke en lokale bands op één podium. Dat is in één zin samengevat waar Herema Park Live voor staat. Dit jaar vindt de tweede editie plaats en wel op zaterdag 3 juni van vijf uur 's middags tot na middernacht. Het prachtige park Herema State in Joure komt helemaal tot leven. Met dit authentieke openluchtpodium als basis is het voor de bezoeker alleen maar genieten.

JETT REBEL EN BLØF

Ook dit jaar komen er weer grote landelijke artiesten optreden tijdens Herema Park Live: de artistieke multi-instrumentalist Jett Rebel en de Zeeuwse band BLØF. Jett Rebel schrijft al zijn muziek zelf en bespeelt ook zelf alle instrumenten op zijn album. Zijn optreden zal zeker een unieke belevenis zijn. BLØF is een ontzettend succesvolle Nederlandstalige band, die al ruim twintig jaar bestaat en met meer dan vijftig (!) hits niet meer weg te denken is uit de vaderlandse popgeschiedenis.

G-STRING EN GIRLS ON TOP

Ook lokale bands krijgen een podium tijdens Herema Park Live. De band Crimping Iron opent de avond met opzwepende muziek. Crimping Iron treedt op dankzij het winnen van 'Joure gaat vreemd'. Daarna staat de indiepopband Girls on Top op het podium. Speciaal voor deze gelegenheid komt de vroegere Jouster popgroep nog één keer bij elkaar om hun beste songs te laten horen. Girls on Top ging destijds na hun afscheidsconcert in café De Stam vloeiend over in de band Brückenbauer. Dan is er nog het 'G-String plays Earring Project', oftewel een ode van de band G-String aan The Golden Earring, die vroeger regelmatig zelf in park Herema State optrad. Het optreden is volledig geïnspireerd op de unplugged albums van de Earring. Tenslotte sluit DJ Lars het festival feestelijk af.

FESTIVALSFEER

Muziek verbindt, het maakt niet uit waar je vandaan komt of hoe oud je bent, en Herema Park Live in Joure is dan ook een ideale avond om elkaar te ontmoeten. Er staan in het park meerdere bars en er zijn verschillende foodtrucks en eettentjes aanwezig. Het park straalt deze avond een echte festivalsfeer uit. Wil je zitten tijdens de optredens in plaats van staan, dan neem je plaats op 'de bult' tegenover het podium en mis je niets van de muzikale optredens.



“De parkconcerten zijn een stuk Jouster historie en het is belangrijk dit voort te zetten”



VOOR EN DOOR DE MIENSKIP

De organisatie van het festival berust bij Stichting JOMO Concerts - Joster Muziek in de Openlucht, dat sinds 2021 bestaat uit Erwin Bethlehem, Anno Terpstra, Rudolf Valkema, Douwe van der Valk en Siep van der Valk. Deze vijf sloegen de handen ineen met als doel Joure op de kaart te zetten met een jaarlijks terugkerend muziekfestival, waarbij zowel landelijke als lokale bands te zien zijn. Dit jaar is Douwe Wietze de Boer als voorzitter toegevoegd omdat Siep van

der Valk helaas wegens gezondheidsredenen niet actief bij de organisatie betrokken kan zijn. Al nemen ze hem in alles mee. De organisatie heeft hulp van zo'n tachtig vrijwilligers en werkt samen met ondernemers in Joure. Het is een festival voor en door 'de mienskip'.

IEDER ZIJN EIGEN TAKENPAKKET

Het eerste overleg startte in oktober. Eerst maandelijks; daarna bouwde de frequentie zich op naar twee weken en uiteindelijk wekelijks. "Ieder heeft zijn eigen takenpakket", legt Anno Terpstra uit. "Erwin is verantwoordelijk voor de beveiliging, infrastructuur en bedrukking van de reclame uitingen. Rudolf neemt de opbouw en faciliteiten zoals toiletwagens en dergelijke voor zijn rekening. Douwe regelt de horeca; dat houdt in de verschillende bars, koelcellen, drank, foodtrucks en de betalingen. En ikzelf houd mij bezig met het backstage gebeuren bij de Oranjerie; de wensenlijst van de bands en de kleding."

Daarnaast wordt het team versterkt door vijf dames: Margje Wierda, Trycia van Brug, Hendrika Ploeg, Sanne Wielenga en Freya Haaijes. Zij houden zich bezig met de PR en communicatie. Mensen enthousiasmeren via onder andere sociale media en acties

om de verkoop van de kaarten te stimuleren. Anno: "Ieder is daarnaast ook verantwoordelijk om een eigen groep vrijwilligers om zich heen te verzamelen: mensen voor de bar, opbouw, achter de kassa, parkeren, enzovoort. Wij zijn ontzettend blij met al deze enthousiaste vrijwilligers. Zonder vrijwilligers geen evenement."

PUNTJE OP DE I

Douwe Wietze de Boer zorgt er als voorzitter voor dat de radartjes blijven draaien. Toen hem werd gevraagd zich bij de organisatie aan te sluiten, twijfelde hij geen moment. "Ik ben een geboren en getogen Jouster met muzikale interesse; ik help dan ook graag mee om Joure op te kaart te zetten.", verklaart Douwe Wietze. "De parkconcerten zijn een stuk Jouster historie en het is belangrijk dit jaarlijks voort te zetten."

Nog een paar weken en dan is het zover. Dat betekent dat de organisatie momenteel alle puntjes op de i zet om zo op 3 juni voor iedereen uit Joure en omgeving een fantastisch muzikaal evenement neer te zetten. **Kaarten voor het festival zijn te koop via de website heremaparklive.nl.**



Deel van het bestuur en PR commissie: "Zonder vrijwilligers geen evenement"

VACATURE WASSTRAATMEDEWERKER

Gaat jouw hart sneller kloppen van een stralende vrachtwagen? Als wasstraat medewerker bij TTS Swifterbant ben je verantwoordelijk voor het wassen van trucks, trailers en bedrijfswagens.

Werkzaamheden

Als wasstraatmedewerker start je werkdag om 08.00 uur. Je gaat aan de slag met professionele wasproducten in de geautomatiseerde wasstraat die speciaal bedoeld is voor vrachtwagens en trailers. Je bent onder meer bezig met het schoonspuiten van de wagens met een (hagedruk)spuit, het schrobben van zowel makkelijke als moeilijker te bereiken plekken en het inregelen van de wasstraat. Jij bent er verantwoordelijk voor dat de vrachtwagens weer glimmend de weg op gaan. Aan het einde van de dag zorg je dat de werkplek weer spik en span is voor de volgende dag, rond 17.00 uur zit je werkdag er op.

Aan jou de uitdaging en taak om de vrachtwagens weer te laten stralen. Weet jij wel van aanpakken en ben je het liefst fysiek aan de slag? Dan zoeken wij jou!

Is het jouw droom om ook vrachtwagenchauffeur te worden? Wij helpen je om deze droom te realiseren! We hebben namelijk een uniek traject waarbij we je een opleiding tot vrachtwagenchauffeur mét baangarantie bieden.

Functie-eisen

Wat vragen wij van jou? Jij:

- bent gemotiveerd en een echte aanpakker.
- bent klantvriendelijk en servicegericht.
- bent nauwkeurig in het wassen en reinigen van voertuigen.
- bent communicatief vaardig

Is deze baan echt wat voor jou?

Stuur dan je CV en motivatiebrief naar a.vanwieren@ttsfheerenveen.nl en dan nemen wij zo snel mogelijk contact met je op!



De Kolk 29 - 8255 PA Swifterbant
T 0321 745 100 • E info@tts.swifterbant.nl

FIETSMONTEUR / TECHNICUS

Gaat je hart sneller kloppen van het sleutelen aan fietsen? Ben je handig met je handen? Heb je passie voor de fiets? Werk je graag samen in een enthousiast team aan een goed eindresultaat? Dan zijn we op zoek naar jou.

Als Cube store Friesland zijn wij op zoek naar een enthousiaste fietsmechaniker. Je gaat aan de slag in een organisatie waar het fietsen in het DNA zit. Samen met je professionele collega's sleutel en monteer je aan fietsen en zorg je ervoor dat de klant geholpen wordt. Van sportieve E-bikes tot aan de snelste racefietsen.

Wie zijn wij / waar ga je werken?

Een enthousiast, energiek en sportief bedrijf waarbij passie voor fietsen centraal staat. Sinds kort zijn we actief onder de naam Cube Store Friesland. Voor de naamsverandering heetten wij: Haico Bouma Schaatsen, Skeelers en Fietsen. Schaatsen verkopen we nu vanuit onze winkel in Thialf. In Oudehaske richten wij ons tegenwoordig alleen op fietsen. We verkopen, repareren en onderhouden fietsen aan de sportieve kant in de branche. Van sportieve e-bikes, trekking bikes tot aan de mooiste gravel, race- en mountainbikes. Met elkaar helpen wij de klant bij de start van zijn of haar nieuwe fietsavontuur.

Wat zoeken wij?

- Je hebt passie voor fietsen
- Je hebt ervaring met reparatie en onderhoud Van fietsen
- Je werkt overzichtelijk en gestructureerd
- Je bent leergierig en staat open voor nieuwe ontwikkelingen
- Je functioneert zowel in een team als zelfstandig
- Zaterdag beschikbaar

Wat hebben wij jou te bieden?

- Werken in een enthousiast en gemotiveerd bedrijf
- Plezierige collega's
- Een uitdagende baan voor 32-40 uur
- Een marktconform salaris en secundaire arbeidsvoorwaarden
- Mogelijkheden tot bijscholing, opleidingen en cursussen
- Hier begint jouw fietsavontuur

Kom jij ons versterken en start hier jouw nieuwe fietsavontuur? Solliciteer dan voor 15 mei 2023 en stuur je motivatie en cv dan naar info@haicobouma.nl
Voor meer informatie kun je bellen naar 0513 – 677234 (vraag naar Ian)

**CUBE STORE FRIESLAND
OUDEHASKE**

Hasker Utgongen 7 - 8465 SJ Oudehaske - 0513 - 677 234

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

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



VERKOOPMEDEWERKER FIETSENWINKEL

Ben je ondernemend? Staat de klant centraal? En vind je het geven van een goed advies belangrijk? Dan zijn wij op zoek naar jou.

Als Cube Store Friesland zijn wij op zoek naar een enthousiaste en klantgerichte verkoopmedewerker. Het fietsavontuur van de klant staat centraal tijdens de verkoop. Samen met enthousiaste collega's probeer je daarin de klant van het juiste advies te voorzien. Van kleding, schoenen tot aan fietsen, wij hebben het allemaal.

Wie zijn wij / waar ga je werken?

Een enthousiast, energiek en sportief bedrijf waarbij passie voor fietsen centraal staat. Sinds kort zijn we actief onder de naam Cube Store Friesland. Voor de naamsverandering heetten wij: Haico Bouma Schaatsen, Skeelers en Fietsen. Schaatsen verkopen we nu vanuit onze winkel in Thialf. In Oudehaske richten wij ons tegenwoordig alleen op fietsen. We verkopen, repareren en onderhouden fietsen aan de sportieve kant in de branche. Van sportieve e-bikes, trekking bikes tot aan de mooiste gravel, race- en mountainbikes. Met elkaar helpen wij de klant bij de start van zijn of haar nieuwe fietsavontuur.

Wat zoeken wij?

- Je bent klantgericht
- Je bent leergierig en staat open voor nieuwe ontwikkelingen
- Ervaring in de branche of met verkoop is fijn maar geen must
- Je functioneert zowel in een team als zelfstandig
- Zaterdag beschikbaar

Wat hebben wij jou te bieden?

- Werken in een enthousiast en gemotiveerd bedrijf
- Plezierige collega's
- Een uitdagende baan voor 25-40 uur
- Een marktconform salaris en secundaire arbeidsvoorwaarden
- Mogelijkheden tot bijscholing, opleidingen en cursussen
- Hier begint jouw fietsavontuur

Kom jij ons versterken en start hier jouw nieuwe fietsavontuur? Solliciteer dan voor 15 mei 2023 en stuur je motivatie en cv dan naar info@haicobouma.nl
Voor meer informatie kun je bellen naar 0513 – 677234 (vraag naar Ian)

**CUBE STORE FRIESLAND
OUDEHASKE**

Hasker Utgongen 7 - 8465 SJ Oudehaske - 0513 - 677 234

groot deFryskeMarren

NUMMER 05 • 2023
GROOTDEFRYSKEMARREN.NL **23**

TEKST HENK VAN DER VEER // FOTO'S KRO-NCRV / MEDIAWATER



Tweede editie ‘The Passion Hemelvaart’ komt vanuit Sneek en Bolsward



Op Hemelvaartsdag, donderdag 18 mei, wordt ‘The Passion Hemelvaart’ door de KRO-NCRV televisie uitgezonden op NPO 1, om 20.30 uur. ‘The Passion Hemelvaart’, eerder dit jaar jaar de tweede editie van dit televisie-evenement, komt vanuit Sneek en Bolsward.

PRODUCENT JACCO DOORNBOS

Aan de vooravond van ‘The Passion Hemelvaart’ geeft ook Jacco Doornbos, producent van Mediawater, achtergrondinformatie. De eerste editie van ‘The Passion Hemelvaart’ werd vorig jaar met veel enthousiasme ontvangen, aldus Doornbos. Zo’n anderhalf miljoen kijkers stemden af op dit ultieme verhaal van vertrouwen. “We hebben dit jaar niet alleen ‘The Passion’ vanuit Harlingen uitgezonden, maar doen ook ‘The Passion Hemelvaart’. Na de eerste succesvolle Hemelvaart-editie in 2022 wilde de KRO-NCRV en de Protestantse Kerk Nederland samen met de andere partners de kijker verder kennis laten maken met het verhaal van Hemelvaart”, vertelt Doornbos.

De gemeente Súdwest-Fryslân verleent 100.000 euro subsidie om de opnames voor ‘The Passion Hemelvaart’ mogelijk te maken in Bolsward en Sneek. Het geld gaat naar Mediawater BV dat de productie samen met KRO-NCRV maakt. We spraken met enkele betrokkenen van ‘The Passion Hemelvaart’.

WETHOUDER PETRA VAN DEN AKKER

Een van die betrokkenen is wethouder Petra van den Akker. “We vinden het geweldig dat wij naast Harlingen ook gastgemeente mogen zijn in dit spektakel. ‘The Passion Hemelvaart’ wil kijkers met het Hemelvaartsverhaal verbinden en inspireren. Met het mooie Bolsward en Sneek als decor gaat dat zeker lukken. Dit is voor ons een unieke kans om samen met de gemeente Harlingen aan heel Nederland te laten zien hoe prachtig Friesland is. Vanwege de toeristische waarde en aandacht die beide steden in Súdwest-Fryslân krijgen, betaalt de gemeente mee”, laat Van den Akker weten.

UNIEKE LOCATIES

Dat er voor Sneek en Bolsward gekozen is om de opnamen te maken, heeft volgens Doornbos te maken met de unieke locaties. “Je hoeft er simpelweg geen decors voor te bouwen; de steden zijn zo mooi dat er geen setting voor hoeft worden neergezet. Ik wil ook echt benadrukken hoe enthousiast wij als mediabedrijf zijn over de medewerking in de Súdwesthoek. Zonder moeite werd het oude stadhuis van Sneek beschikbaar gesteld. In Bolsward konden we een scène op de begraafplaats draaien, ook met alle

medewerking van de gemeente. Ik weet nu wat het woord ‘mientskip’ betekent en ik vind dat een mooi woord. Wat mij opvalt is het enthousiasme maar ook de rust en de kalmte. Het is een genot om op zo’n ontspannen manier aan deze Passion te werken. Deze editie van ‘The Passion’ hebben we een belangrijke rol voor Pilatus en zijn vrouw Claudia. Het oude stadhuis van Sneek is een prachtige setting voor het werkpaleis van gouverneur Pilatus.”

DRAGAN BAKEMA ALS PONTIUS PILATUS

Dragan Bakema (42), oorspronkelijk afkomstig uit Appelscha, is één van de drie Friese acteurs die meespeelt in beide Passions. Dragan vertolkt de rol van Pontius Pilatus, de Romeinse stadhouder die Jezus veroordeelt. Hij zegt verguld te zijn met de rol en zo een bijdrage aan zowel ‘The Passion’ als ‘The Passion Hemelvaart’ te mogen leveren.

“Het overkomt je als acteur niet elke dag dat je een rol als Pilatus in ‘The Passion’



mag spelen. Het is wel iets wat je graag wilt en ook nog in mijn eigen provincie. Ik was alweer vergeten hoe mooi Sneek was. We gaan dit jaar met ‘The Passion Hemelvaart’ inzoomen op Pilatus en zijn vrouw Claudia, iets wat nog niet eerder is gedaan. Hoe stond Pontius Pilatus eigenlijk in het verhaal? Hij zag dat het volk om hem heen steeds meer begon te geloven en hij was uiteindelijk een man van dat volk; althans hij zou volksvertegenwoordiger moeten zijn. Hij komt met zichzelf in de knel met zijn gedachten: ‘Wie vertegenwoordig ik nu als ik zeg dat ik Jezus heb laten kruisigen?’”

FRIESLAND

Dragan Bakema: “Ik kom altijd weer terug in Friesland, merk ik. Dat is een beetje hoe het gaat in mijn hele leven. Ik ben niet uit Friesland weggegaan omdat ik dat persoonlijk wilde, maar omdat het vak van acteur soms van je verlangt naar het Westen te gaan. Het is je jeugd, waar je altijd weer naar terugkeert en waar je je grootste herinneringen aan hebt en waar een groot deel van jezelf gevormd wordt. Elke keer bij terugkomst denk ik: ‘Oh ja, dit mis ik’. Ik hoor in Friesland thuis, in Appelscha, in Oosterwolde en Leeuwarden waar ik gewoond heb. Aan de andere kant kom ik ook uit Joegoslavië, waar ik op mijn elfde Servië werd; daar ga ik ook nog steeds naar toe. Maar Friesland is de provincie waar ik mij ontspan en graag ben.”

EN JE ROL IN ‘THE PASSION’?

“Ik hoop dat elke rol mij past, ook die van Pilatus. Het zou betekenen dat ik goed kan adopteren en dat mensen zullen zeggen dat de rol van Pilatus mij op het lijf geschreven is. Dat is dan een compliment. Maar ik wil ook graag crimineel of politicus kunnen spelen en ook een lieve vader. Ik wil al mijn rollen geloofwaardig neerzetten.”

OPHEFFING UITVERKOOP

YOK YOK MODE
SLUIT HAAR
DEUREN NA 30
JAAR. WE GAAN
AFTELLEN EN NEMEN
FEESTELIJK AFSCHIED
MET GROTE
KORTINGEN
OP ONZE VOLLEDIGE
COLLECTIE

CONTACT

Midstraat 129
Joure

0513 - 417 098



ONZE COLLECTIE

Fabienne Chapot
Geisha
Is Naiz
Zozo
Parami
Nick Jeans
Helena Hart
Private Label
Slipelly
Soya Concept



HENK VAN BRUGGEN STOPT

Haskebaas van oude stempel verdwijnt

Het is zondagmorgen, ongeveer tien uur. Hij staat wat namen te noteren vanaf een briefje wat aan de binnenkant van de keukendeur hangt. Dan gaat hij naar zijn bureautje dat midden in de zaal naast de bar van 't Haske in Joure staat. Vóór hem ligt een grote kalender, die volgekrast is met namen en data, die allemaal ook weer zijn afgevinkt. Zijn geheugen wordt gevormd door zestien mapjes; de computer staat op zwart. Tussendoor komen er een paar midgetgolfers binnen voor balletjes en sticks.

Henk van Bruggen krast er een aantekening van op een papiertje, waarmee het bureau vol ligt.

Ogenschijnlijk lijkt een chaoot 't Haske in Joure te besturen, maar Henk van Bruggen doet dit al bijna veertig jaar vlekkeloos. "Sneintemoarns efkes piele", zegt hij schouderophalend. Zijn filosofie is die van iemand van de oude stempel. Als iemand belt voor een reservering, roept hij altijd: "Kom maar even langs, dan praten we er onder een kop koffie even over". Contact hebben met de klant vindt hij het allerbelangrijkste. Hij heeft dan ook vele fantastische verhalen over wat hij allemaal tegenkwam.

SUPERSNELLE OBER

Henk van Bruggen was indertijd één van die supersnelle obers in Fryslân. Hij begon in De Lawei in Drachten, raakte op dreef in het Motel in Heerenveen, met de Scandinavische buffetten die daar elke week voor zo'n duizend man werden gegeven. "Dêr learde ik it fak." Dus werd hij gevraagd om voor vast in 't Haske te komen. Dat stond toen nog bekend als 'de bowling'. Toen Van Bruggen het later overnam ruimde hij de grote kegel die in de tuin naast het gebouw stond op en noemde 't Haske een 'party- en zalencentrum'. De bowlingbaan bleef overigens wel liggen en is het hoogtepunt van het feestmaal in het restaurant van ontelbare families, huwelijks gasten en andere gezelschappen. Van Bruggen bouwde op

zijn eigen manier van werken een band op met die gasten. Iedereen kent hem.

"GESELICH"

Dan kun je ook gemakkelijk de volgende stappen zetten. 't Haske groeide. Het blijft wel wat meer een winterbedrijf, maar 's zomers gaat het door. Er zijn bijvoorbeeld vele skûtsje-bemanningen die tijdens de wedstrijden gebruik maken van de catering van 't Haske. Van Bruggen heeft dan vooraf - "gesellich" - met de skûtsje-vrouwen besproken hoe ze het willen hebben. Hij komt zelf de kisten en bakken aanreiken en weer ophalen door heel Fryslân. Gezelligheid, contact, gezamenlijk belang. Henk van Bruggen glundert.

Hij deed en doet ook veel catering voor de gemeente. Oud-burgemeester Bert Kuiper maakte 't Haske tot het dorps huis van Joure. Omdat er toen en nu ook nog vele Jouser stemmen opgaan voor een cultureel centrum. Maar Kuiper wist wel dat zo iets alleen kan bestaan als je er ook de dingen doet, zoals nu door 't Haske worden

gedaan. Dan ben je elkaars concurrent. Was Van Bruggen altijd blij met de gemeente; nu is hij wat verwonderd. Hij had de afgelopen tijd toch wel een berichtje verwacht. Maar hij hoorde niets toen het bericht kwam dat hij 't Haske had verkocht. Zeker omdat hij menig keer in onderhandeling was met eventuele kopers, maar die wilden van 't Haske wat anders maken dan het nu

is. Dan was je bij Henk van Bruggen aan het verkeerde adres, het moet blijven zoals het is. Dat is de waarde.

TRAANTJE

Anne-Klare Dingemans en Alie Wouda die het hebben gekocht, mogen één ding wel veranderen. Van Bruggen heeft namelijk wel een computer, maar die werkt nog in het ouderwetse DOS-systeem. Daar gaan de dames wel wat moderners van maken. Want wat Van Bruggen deed kan natuurlijk niet; hij was zestig tot honderd uur per week aanwezig in 't Haske. Henk is nu 64, een paar van zijn tien werknemers zijn zelfs al over de zeventig. Ze leerden indertijd allemaal dat horecawerkers geen eindtijden kennen. "Je bin pas klear at alles oan de kant is."

Henk stopt. Het leverde geen vermogen op maar hij kan zich redden. Dat is voldoende. Want het is in dubbel opzicht mooi geweest. De ouwe jongens zullen toch een traantje wegpinken. Henk van Bruggen doet dat zeker, 't Haske was zijn leven, zijn passie. Van de handel met de leveranciers tot aan het vastleggen van een menu voor de bruiloftsgasten. Zijn sfeer was het contact hebben met al die mensen.

"Geweldig."



**“Je bin pas klear
at alles oan de
kant is”**

RKVV BAKHUIZEN VIERT
100-JARIG BESTAAN

Verdelen van taken en samenwerking houdt club gezond

RKVV Bakhuizen bestaat dit jaar een eeuw en viert dit van 18 tot en met 20 mei. Zonder opscheppen kan worden gezegd dat de club draait als een geoliede machine.

Bestuurlijk zijn de taken goed verdeeld: er zijn twee voorzitters, de samenwerking met NOK en het verruilen van de zondag voor de zaterdag hebben goed uitgepakt en de club heeft voldoende jeugdspelers en die hebben tenslotte de toekomst. Puntje van zorg zijn de seniorenteams.



André van der Weij is voorzitter, medevoorzitter en vicevoorzitter. Er zijn meerdere titels te bedenken want hij doet het niet alleen. Met Jirry Bruinsma vormt hij een duo dat leiding geeft aan de club. Het waren er drie maar spijtig genoeg is Tjitte Sikkes onlangs overleden. Van der Weij: "Er kwam veel op het bestuur af. Toen hebben we bedacht dat er meer mensen wat moesten doen. Verdelen. Er is een barcommissie opgesteld, een activiteitencommissie, een sponsorcommissie en meer commissies zodat dit niet allemaal door het bestuur hoeft te worden geregeld. Dat werkt erg goed."

HEEL VEEL VRIJWILLIGERS

Van der Weij: "Om een voorbeeld te noemen: we hebben heel veel vrijwilligers. De leden zelf en ook de ouders van de jeugdspelers worden aangewezen om om de zoveel tijd op zaterdagmorgen achter de bar te staan of een keer de kantine schoon te maken. Er wordt een lijst

gemaakt en natuurlijk mag er onderling geruild worden. Het is onderdeel van de club geworden. We vinden ook dat je niet je kind door het hek kan zetten en zeggen: 'Veel plezier ermee'. Als jij je kind lid maakt van onze club, horen daar wel wat verplichtingen bij. Er wordt wat van je verwacht. Je moet het met zijn allen doen, want wij zijn ook vrijwilligers."

COMBINATIETEAMS

RKVV Bakhuizen heeft relatief veel jeugdspelers, maar slechts twee seniorenteams. Van der Weij: "We zijn een combinatie aangegaan met NOK, omdat het best lastig is om in de oudere jeugd een elftal op het veld te krijgen, met een paar wisselers. Hetzelfde speelde ook bij NOK. Toen hebben we een jaar of vijf, zes geleden besloten om dit eens te proberen. Vanaf de middelbare school - zo rond de twaalf dertien jaar - doen we de jeugd in combinatieteams. Dat gaat erg goed. Beide clubs hebben een goed jeugdbestuur en die zitten er bovenop."

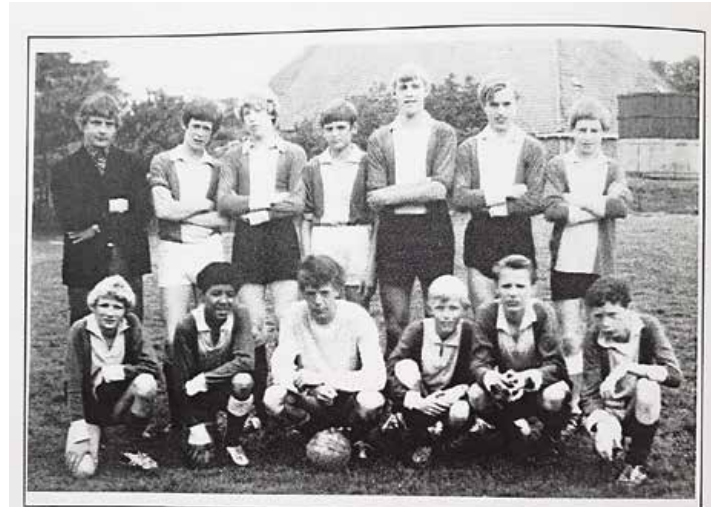


Als jij je kind lid maakt van onze club, horen daar wel wat verplichtingen bij

Jeugd, spelende leden, scheidsrechters, leiders, de hele boel bij elkaar opgeteld heeft RKVV Bakhuizen rond de 150 leden. Dat is best veel voor een dorp. De waarheid gebiedt te zeggen dat er tussen de tachtig en negentig voetballende leden zijn. Van der Weij: "In de jongste jeugd zien we dat ze het leuk vinden om te voetballen. Ook meisjes. Daar hebben we best veel van. Dat loopt als een trein. We hebben in bijna elke leeftijdscategorie een team."

GEDREVEN

Die jeugd behouden voor de club is lastig, vooral als ze naar de middelbare school gaan. "Dan willen ze een baantje, willen ze met de bus naar de stad, is er concurrentie van andere sporten. Daar raak je de jeugd kwijt. Daarom moesten we die combinatie met NOK ook aangaan", zegt Van der Weij. Grote vraag is natuurlijk hoe het tij te keren. Dat geldt niet alleen voor RKVV Bakhuizen, maar voor alle



Een wereldelftal dat t/m de A-junioren vrijwel compleet bleef, met bekende, maar ook illustere namen als: staand v.l.n.r.: (elftal leider) Klaas de Vreeze en de spelers Rinke de Vreeze, Pieter Folmer, Piet van der Wal, Johannes de Vries, Bonnie Sikkes, Douwe Schotanus, Gehorht v.l.n.r.: Pieter Bult, Raymond Lesteluhu, Wiebe Bleeker, Rintje de Jong, Jan Melchers en Jappie Mous (alias Gento).

RV Bakhuizen: *proficiat en op naar de 100 jaar.*

Pieter Bult

Een van de foto's die te zien is tijdens de tenstoonstelling op het eeuwfeest van 18 t/m 20 mei 2023.

We hebben in bijna elke leeftijdscategorie een team

verenigingen. Hoe zorg je ervoor dat de oude garde blijft? Van der Weij: "Dat is een goede vraag. We hebben niets te klagen over de A-selectie. Die jongens zijn er altijd, zijn gedreven. Maar als er blessures zijn en er raken bij het tweede ook een paar geblesseerd, dan wordt de spoeling dun. Dat is het nadeel van een kleine club. Vanuit het tweede vloeien er ook over naar het 35+ team. Dat is aan de ene kant jammer, maar ook weer mooi dat ze wel lid van de club blijven."

Er wordt twee keer in de week getraind, om beurten in Oudemirdum en in Bakhuizen. Bij de wedstrijden gaat het iets anders. Tot de winterstop worden thuiswedstrijden in Bakhuizen afgewerkt en na deze verplichte sportieve vakantie in Oudemirdum. Of andersom.

MÉÉR VOETBAL, MINDER PUBLIEK

Ongeveer rond dezelfde tijd is ook besloten om de zondag te verruilen voor de zaterdag, op verzoek van de leden. Van der Weij: "We waren altijd een zondagclub. Zeker de oude garde moest behoorlijk wennen aan de zaterdag. Maar de leden die zelf voetballen wilden naar de zaterdag zodat ze zondag ook eens tijd hadden om iets anders te doen. Het aardige is dat je meer in de omgeving speelt. Je hebt meer derby's. Voorheen was tegen andere roomse dorpen als Blauwhuis en Sint Nicolaasga het dichtst in de buurt." Nadeel is wel dat er op zaterdag minder publiek is; dit omdat er op zondag geen andere clubs speelden en er dus minder concurrentie is. Op zaterdag is de keus groter, zo simpel is het.

Voetbal is voetbal, de jeugd moet er plezier in hebben. Om dat te stimuleren heeft de KNVB voor de jeugd vier kleine competities bedacht, elk met zijn eigen

niveau. "Als een team heel sterk of juist heel zwak is, kunnen ze na de herfstvakantie in een competitie ingedeeld worden waar het niveau hetzelfde is. Na de kerst en na de voorjaarsvakantie zijn ook ijkmomenten. Ik vind het fantastisch want de jeugd is veel sneller op zijn eigen niveau. Dat maakt het voetballen leuk. Elke week met 10-0 winnen lijkt leuk maar is het niet." Om het voor de jeugd aantrekkelijk te maken en te houden organiseert de club zelf jaarlijks dingen als een voetbalkamp, gezellige avonden in de kantine en een feestelijke slotdag, compleet met spelletjes.

EEUWFEST

Of de club er over honderd jaar nog is, is kijken in een glazen bol. De maatschappij wordt steeds individualistischer en dat geldt ook voor de sport. Team sporten staan onder druk. "Het enige dat we kunnen bieden is voetballen op een redelijk niveau, een gezellige nazit en we hebben een schitterende accommodatie, dus daar zal het ook niet aan liggen", meent Van der Weij. "Maar het moet echt uit de mensen zelf komen."

Vooralsnog zijn dit zorgen voor morgen en is het feest bij RKVV Bakhuizen. De festiviteiten, behorend bij het eeuwfeest van de club die op 1 januari 1923 werd opgericht, worden gehouden op 18, 19 en 20 mei. De jubileumcommissie heeft een fraai programma bedacht met zaken als een spelletjesmiddag, kinderdisco, live-muziek in de tent op het terrein van de club, een mixtoernooi, wedstrijden waar ouders tegen de kinderen voetballen en walking football, en er is een tentoonstelling met oude foto's en voorwerpen. Het programma wordt op zaterdagavond 20 mei afgesloten met een bonte sportavond met muziek van dj Tropical.

‘GAME OVER’ VOOR
HET HERENVOLLEYBAL
BIJ VC JOURE

Het einde van een tijdperk

Het volleybalteam van VC Joure Heren 1 speelde 14 april zijn laatste wedstrijd. Daarna stopt de ploeg én daarmee stopt ook het herenvolleybal bij VC Joure. Om niet aan deze gebeurtenis voorbij te gaan, benaderde Bauke Wierda GrootdeFryskeMarren, want het is best wel bijzonder. Sommige heren zitten al meer dan dertig jaar in het team. Dit wordt een klein eerbetoon aan het herenteam, maar óók aan het damesvolleybal, dat nog heel actief is in Joure. We zetten volleybalclub Joure in de schijnwerpers en spreken daarvoor af bij Sportfun Joure.



BOVEN: Het team is kampioen
LINKS: Op Ameland



Op 14 april jongstleden speelde VC Joure Heren 1 de laatste officiële wedstrijd in een volle sporthal.

Op de dag dat ze hun laatste wedstrijd gaan spelen, spreek ik met Bauke Wierda, Stefan van Brummen en Andries Haaijes. Alle drie zijn ze al jaren besmet met het volleybalvirus. Om te beginnen legt Stefan mij uit wat het basisprincipe is van het volleybal: je hebt een veld, twee teams van zes spelers, met een net ertussen én een bal. Het is een zaal- en beachsport én vooral een zeer technische sport, volgens Stefan. “Iedere handeling vereist een bepaalde techniek. Dit kun je leren door veel te trainen.” “Hoe je bijvoorbeeld een bal bovenhands speelt”, verduidelijkt Andries, terwijl hij voordeelt hoe je dan je handen houdt. “Het mooiste is,” vervolgt Stefan, “als je de bal na drie keer overspelen over het net smasht.” Voor de beeldvorming: iemand neemt de bal aan, van daaruit gaat de bal naar de spelverdelers en dan naar één van de voorste spelers, die de bal over het net slaat. “Eigenlijk kan iedereen volleyballen; je ontwikkelt vaak je eigen specialiteit.”

ONTSTAAN UIT EEN FUSIE

Bauke Wierda bekennt lachend dat hij, hoewel hij heel lang is en daardoor de bal makkelijk over het net kan slaan, hij ook vrij stijf is en geen atletisch vermogen heeft, maar toch een aardig potje kan volleyballen. Stefan is wat kleiner

en moet het volgens hemzelf vooral van zijn sprongkracht hebben. “En ik wil alle credits aan Andries geven, want hij is een hele goede spelverdelers; de meest technische speler van ons”, vult Stefan aan.

De volleybalvereniging in Joure bestaat sinds 1998. In 1993 is de volleybaltak afgesplitst van de omni-vereniging VKH. Toen werd het VKH '93. Doordat er minder aanwas kwam van nieuwe leden, werd er gefuseerd met VVO en uiteindelijk ontstond VC Joure. Andries volleybalt al sinds zijn zestiende in Joure, met een kleine uitstap naar Leeuwarden van vier jaar in zijn studententijd. Bauke speelt al vanaf zijn twaalfde volleybal; hij zat eerst bij CSC en is uiteindelijk overgestapt naar VKH '93, omdat hij benaderd werd door Johan IJdel die hem bij het team vroeg. Door diezelfde Johan IJdel kwam ook Stefan bij het team. Stefan kwam vanuit Zevenhuizen (Zuid-Hollands) en verhuisde in 1998 voor zijn liefde naar Joure. In

Zevenhuizen, een echt volleybaldorp met een sterke community, bedreef hij met een zeer grote drive en grote ambitie de sport. Eenmaal in Joure ging al snel de ronde dat er een nieuwe jongen was die ze bij het team moesten krijgen. En zo geschiedde. Stefan sloot zich direct bij het team aan in het nieuwe seizoen.

HERENVOLLEYBAL NIET MEER ZO POPULAIR

Naast deze drie heren bestaat het team uit Peter Wesseling, Johan Bosma, Jurjen Bakker, Theo de Jong, Arjen Iwema en twee jongeren: Redmer de Vries (Redmer gaat door bij een andere vereniging) en Jasper Elzinga. Dat ze stoppen is een ge-

leidelijk proces geweest van jaren. Steeds minder nieuwe leden; de sport is niet meer zo populair bij met name jongens en er zijn zoveel andere sporten waar je



uit kunt kiezen. Dat het herenteam stopt betekent niet dat ze elkaar niet meer zien. Ze gaan samen op padelless; doen aan beachvolleyball; zijn alle drie zeer actief binnen de vereniging als trainers van de teams van hun eigen dochters én zijn bestuurslid. Ze dragen de vereniging een warm hart toe en blijven zich inzetten voor de vereniging. Voor nu met name door het damesvolleybal op de kaart te zetten.

MOOIE HERINNERINGEN

Voor alle drie geldt het behalen van de tweede divisie als één van de mooiste prestaties die ze bereikt hebben. Bauke vertelt: “We begonnen dat seizoen in de derde divisie met een team, waarvan ik dacht: ‘Wat gaat dit worden?’ Uiteindelijk ontstond er een dusdanige dynamiek dat we kampioen werden en dus een divisie hoger mochten spelen.” Bauke glundert en vertelt trots: “Het is het hoogste niveau dat Joure ooit gespeeld heeft.” Het persoonlijk hoogtepunt voor Stefan was, als bevestiging van zijn ambitie, dat hij gevraagd werd door Sneek. Sneek speelde op dat moment eerste divisie. Stefan is hier toentertijd niet op ingegaan, maar het gezien worden was voor hem op dat moment voldoende.

Vlnr: Bauke Wierda, Stefan van Brummen en Andries Haaijes na hun laatste wedstrijd.

HECHTE VRIENDENGROEP

Andries benadrukt dat hij het vooral zo mooi vindt dat er zo'n hechte club vrienden uit voort is gekomen, die het ook naast het volleybal samen heel leuk hebben. Op tafel liggen foto's, boeken en krantenknipsels van het team door de jaren heen; zo ook een foto, gemaakt op Ameland. Elk jaar deden de drie vrienden mee aan een groot volleybaltoernooi, met wel dertig tot vijftig velden op Ameland. Ze begonnen met een kratje bier voor een tent en uiteindelijk werden de accommodaties steeds luxer. Op een gegeven moment gingen de vrouwen en later ook de kinderen mee. Na ruim dertig keer stopte het toernooi ermee, maar is de traditie elkaar te ontmoeten wél voortgezet en gaan de mannen met hun gezinnen nog elk jaar naar Ameland om samen op het strand te volleyballen. Stefan vertelt lachend dat de kinderen al zeiden: “Als jullie niet meer gaan, gaan wij zelf wel.”

DE ALLERLAATSTE

Vanavond is het dan zover: de laatste wedstrijd. Of het een emotionele dag is, vraag ik. “Toen ik vanmorgen wakker werd, voelde ik wel dat het niet zomaar een dag is, maar hoe ik zal reageren als de wedstrijd voorbij is weet ik niet”, vraagt Andries zich hardop af. “We zullen wel als een dweil spelen”, lacht Stefan. Zeker is dat de heren er eentje op

nemen na de tijd, en het niet het eind is van hun vriendschap. En dat zij nog verbonden blijven bij de vereniging.

De laatste wedstrijd hebben ze uiteindelijk nipt met 3-2 gewonnen. De achterban had als verrassing spandoeken en oude foto's opgehangen, maar ook oudgedienden en betrokkenen uitgenodigd waardoor de hele tribune vol zat. Het werd een feestelijke avond dat eindigde in de late uurtjes mét de volleybalschoenen van Stefan, net zo versleten, in de prullenbak. ‘Game over’.



Het Nieuwe Werken

Videobellen met een klant vanuit je camper met uitzicht op het strand van de Portugese kust. Samen tijdens een wandeling de visie voor het nieuwe jaar bespreken. Na twee uur werken besluiten je laptop dicht te klappen en een rondje te gaan suppen om daarna weer achter de laptop te kruipen. Klinkt dit als werken? Toch wel: dit is Het Nieuwe Werken (HNW). Hieronder wordt verstaan dat je werkt waar, wanneer en hoe je wilt. Steeds meer mensen richten hun (werkzame) leven op een andere manier in. We spreken met een aantal mensen die op deze manier leven en werken.

Tegenwoordig werken veel mensen op freelance basis. Een groot voordeel is dat je als het ware je eigen baan creëert. Je kunt werk aannemen wat bij je past, het doen wanneer én waar je wilt. Het geeft een gevoel van vrijheid. Belangrijk is wel, dat je een zekere mate van zelfdiscipline hebt. Want er zijn natuurlijk ook valkuilen.

'DIGITAL NOMAD'

We spreken Petra van den End die een paar jaar geleden besloot vanuit een camper door Europa te gaan reizen en hiervandaan te werken. Zij noemt zichzelf een 'digital nomad'. Dat zijn mensen die internet gebruiken om locatieonafhankelijk te werken en te leven. Momenteel bevindt Petra zich in Portugal. Hier wonen haar schoonouders en die hebben momenteel extra zorg nodig.

Petra van den End (1974) werkte al een paar jaar voor een grote Amerikaanse multinational in Drachten. Hoewel ze het werk leuk vond, kostte het haar veel energie. Ze besloot daarom in 2019 haar eigen bedrijf te starten als grafisch ontwerper. Tijdens een meditatie-challenge vroeg ze zichzelf af hoe ze zou willen leven als geld

geen belemmerende rol zou spelen in haar leven. "Reizen met een camper is het antwoord op die vraag", vertelt Petra enthousiast. Met deze gedachte ging Petra aan het rekenen: wat zou het haar kosten om deze stap te nemen? Met als gevolg: binnen een maand zette ze haar huis in Wijnjewoude te koop en schafte een Fiat bus aan. Deze bus bouwde ze volledig om tot haar paradijs op wielen. Omdat ze



Petra in de bus aan het werk.



erin woont en werkt, is de bus voorzien van onder andere een wc en een vast bed. Na de verkoop van haar huis, volgde ze een camperrijles en testte ze de bus eerst twee maanden in Nederland uit.

GEEN PLAN

Ze heeft geen plan, vertelt Petra. "In het begin is het best wennen. Daar rijd je dan: waar ga je naartoe?" De vrijheid en keuze is enorm. Petra geeft zichzelf een jaar de tijd om te wennen aan deze leefstijl en inmiddels is ze aardig gewend, zo vertelt ze verder: "Ik leef als een trekvogel: in de zomer gaan we naar het noorden en in de winter naar het zuiden." 'We', want inmiddels reist Petra niet meer alleen. Ze ontmoette Daniël in Portugal en alsof het zo moet zijn valt alles samen. Daniël ontwerpt websites en samen bieden ze nu een totaalpakket aan. Hun klanten komen vooral uit Nederland. Wanneer ze gaan werken, parkeren ze de camper op een plek waar het bereik goed is. Zo kom je op de meest idyllische plekken terecht.

"Daniël bezit een stukje grond in Portugal, tegen de bosrand, honderd meter vanaf de zee. Een ideale leef- en werkplek waar we regelmatig naar terugkeren", vertelt Petra enthousiast. In de lente en in de herfst zijn ze in Nederland te vinden, want hier wonen haar familie en vrienden. In de zomer in Scandinavië.

Petra kan op deze manier werken zoals het bij haar past. Zo kan ze mediteren of wandelen, wanneer ze daar behoefte aan heeft en werken wanneer ze op haar best is. Ze heeft totaal geen spijt van haar keuze.

MUZIKALE HUWELIJKSREIS

Ook bezoek ik Tryntsje Hospes (1990) bij de Werkhut. Deze plek in Sneek heeft zij sinds januari opgezet. Hier kunnen freelancers voor vijf maanden een werkplek

huren. In deze maanden leer je elkaar kennen om zo tot mooie samenwerkingen te komen. Tryntsje is ook zangeres; samen met haar man Freerk vormt zij het muzikale duo Mister & MRS. Na hun trouwen kochten ze een caravan en ging het pas getrouwde koppel vijf maanden op muzikale huwelijksreis door onder andere Frankrijk en Portugal. Ze verdienden hun geld door samen op te treden. Tryntsje heeft er mooie herinneringen aan: heerlijk buiten optreden op vele mooie plekken. Dat dit ook met een gezin kan, bewezen ze de afgelopen zomers.

REIZENDE FAMILIE

Inmiddels is de caravan vervangen door een camper. In de zomers van 2021 en 2022 toerden ze met hun gezin, om van daaruit samen op te treden. De drie kinderen zijn momenteel drie, vier en vijf jaar oud. Tryntsje en Freerk toeren door Nederland en gaan van optreden naar optreden. Overdag met de kids op de camping, 's avonds aan het werk. Met hun eigen oppas voor de kinderen. "We willen graag onze kinderen laten zien dat het heerlijk is om dingen met



Tryntsje en Freerk en hun gezin: overdag op de camping; 's avonds optreden.

passie te doen en je talenten te ontdekken en ontplooiën", zegt Tryntsje. In de toekomst zou ze met haar gezin langer door Europa willen toeren. De vraag is dan ook niet of dit gaat gebeuren, maar wanneer.

ZIEN WERKEN, DOET WERKEN

Terug naar de Werkhut. Op het moment dat ik er ben zijn er twee freelancers aan het werk. Eén van hen is Ilse Weijer, zij is HR specialist. Ilse werkt drie dagen in loondienst en de andere dagen runt ze haar eigen bedrijf. Ilse vertelt: "Thuis ben ik vaak alleen, mede doordat mijn vriend militair is. Sinds ik hier werk heb ik meer aanspraak en het geeft mij energie, mede door met andere mensen te sparren." Yldau Reitsma is ook aanwezig; ze zit achter haar iPad. Het is haar eerste dag hier. Yldau werkt vijf dagen als freelance vormgever en fotograaf. Ze mist een community, zoals ze die eerder heeft ervaren op school en hoopt dat hier te vinden. "Zien werken, doet werken", zegt Tryntsje. "Er is plek voor tien tot twaalf freelancers, maar we zijn er nooit tegelijk."

Tryntsje zelf heeft op deze manier werken rust gebracht. "Nu werk ik hier en wanneer ik thuis kom, ben ik vrij en kan ik mij vooral richten op het moederschap."

JE EIGEN BAAN CREËREN

Het Nieuwe Werken wordt steeds meer toegepast. Sinds de coronapandemie blijkt namelijk dat mensen heel makkelijk vanaf thuis of elders kunnen werken. Binnen bedrijven is hier meer aandacht voor. Het kan beter zijn voor het klimaat, minder files, je hebt meer effectieve werktijd, immers geen reistijd en vaak creëert het meer werkge-luk, iets wat mensen steeds belangrijker vinden. Zelf vul ik al twintig jaar mijn werk op deze manier in. Ik doe inmiddels wat ik leuk vind en wat bij mij past, werk wanneer ik wil en kan en met wie ik wil. Ik zeg altijd: "Ik heb mijn eigen baan gecreëerd." Uiteraard zijn er ook mindere kanten: denk aan jezelf motiveren, focus houden, afleiding door huishouden of kinderen. Doe vooral wat bij je past en waar je talent ligt, dan voelt werken vaak niet als werken.



Freelancers Ilse Weijer en Yldau Reitsma werken graag in De Werkhut in Sneek.

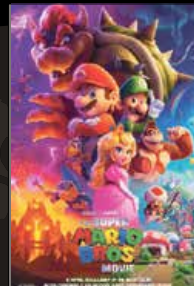
NU TE ZIEN IN DE BIOS!

Het complete filmprogramma zie je op: 

www.biosheerenveen.nl

  Reserveer & bestel je tickets online!




Vanaf 18-05

DE BIOS

Burg. Kuperusplein 52
HEERENVEEN
Telefoon: 0513 654 051
WWW.BIOSHEERENVEEN.NL



mantelzorgzaken.
Ontzorgt en brengt rust

T 0515 700 267 • E chantal@mantelzorgzaken.nl
www.mantelzorgzaken.nl

Een intensieve zorgvraag is nooit eenvoudig...

De cliëntondersteuners van Mantelzorgzaken helpen u op weg!

ADVIES EN ONDERSTEUNING NODIG?
INFORMEER DAN NAAR DE MOGELIJKHEDEN!



Chantal Hoevers Prins
Erkend mantelzorgmakelaar en Co & Pgb specialist

VOORRAAD ACTIE BIJ ABD!

ARKANA NU MET €4000 KORTING



NU: €4000 KORTING

RENAULT ARKANA TECHNO
mild hybride 160pk automaat **van €39.815 nu**

€35.815

financier tegen 1.9% rente

De comfortabele Arkana Techno

- De Techno uitvoering is standaard voorzien van:
- EASY LINK multimedia- en navigatiesysteem met 9,3 inch scherm
 - Performance led pure vision koplampen
 - Achteruitrijcamera
 - Lichtmetalen wielen 18" 'Pasadena'
 - Renault multi-sense
 - Blind spot warning
 - Rear cross traffic alert
 - Instrumentenpaneel met 10" tft kleurenscherm
 - Keyless entry
 - Half lederen bekleding

NU: €4000 KORTING

RENAULT ARKANA R.S. LINE
mild hybride 160pk automaat **van €42.615 nu**

€38.615

financier tegen 1.9% rente

De sportieve Arkana R.S. Line

- De Arkana R.S. Line heeft de extra opties:
- Voor- en achterbumper type R.S. line
 - Achterbumper met verchromde uitlaatsierstukken
 - Luchtinlaten in hoeken voorbumper in zwart
 - Lichtmetalen wielen 18" 'Silverstone'
 - Adaptive cruise control
 - Bekleding rundleder/alcantara
 - Elektrisch verwarmbare voorstoelen
 - Elektrisch verwarmbaar stuurwiel
 - Elektrisch verstelbaar bestuurders- en passagiersstoel
 - Zwarte hemelbekleding



Welkom bij ABD
ABD RENAULT
www.abdrenault.nl

**SNEEK
DOKKUM
DRACHTEN
HEERENVEEN
LEEUWARDEN**

KOLENBRANDERSTRAAT 7
DE BRÈGE 6
JADE 1
SKRYNMAKKER 26
HORTENSIASTRAAT 2

Tel: 0515 - 413 291
Tel: 0519 - 820 020
Tel: 0512 - 515 615
Tel: 0513 - 650 222
Tel: 058 - 268 3555

Genoemde prijzen zijn consumentenadviesprijzen en zijn inclusief onvermijdbare kosten, nodig voor aflevering van de auto aan de consument. Kijk voor de voorwaarden op abdrenault.nl/acties/arkana. schrijf- en drukfouten voorbehouden.

www.abdrenault.nl



“Kijk dan!”, is de boodschap

GEOGRAAF HANS KOPPEN SCHRIJFT BOEK OVER SNEEKERMEERGEBIED

Hans Koppen is sinds hij er is komen wonen een fervent Sneker. Hij is verbonden aan het Fries Scheepvaart Museum, is stadsgids geweest, was tot vorig jaar voorzitter van de Sneeker Jachthaven en als geograaf schrijft hij boeken. Hij heeft er een halve meter op zijn naam staan. Zijn laatste wapenfeit is ‘Om De Meer’ een boek over mensen, cultuur en landschap rond het Sneekermeer, het gebied tussen Sneek, IJsum en Joure.

“Op een gegeven moment zie je steden ontstaan, de samenleving die zich organiseert en de weerslag daarvan zie je terug in het landschap”, vertelt geograaf Hans Koppen naar aanleiding van zijn nieuwste boek ‘Om De Meer’. Hij legt uit: “En dat landschap is voor mij de ingang om dit gebied te leren kennen. Het gaat om ‘wat zie je?’ Kijk, kijk naar het landschap en vraag je af wat je ziet en hoe je dat kan verklaren.”

VEENGEBIED

Het Sneekermeeergebied is van ouds niet een gebied waar je je zou willen vestigen. Koppen: “Het was nat, het was veen, klei en je werd belaagd door water. Het omgaan met water is het leidende thema voor de inrichting van dit gebied. Sneek heeft als stad zijn ontstaan en welvaart te danken aan het water. Aan het feit dat het als een spin in het waterweb lag. Een groot verschil met IJlst, bijvoorbeeld. Dat is in dezelfde tijd ontstaan, maar lag maar aan één water. Het landschap is in grote mate bepaald door veenontginningen. Het was hier redelijk onherbergzaam. Alles is afgegraven.”

Het Sneekermeer was eerst een gebied van veen. Dat is afgegraven en verder ingeklonken. Ergens in de twaalfde eeuw was dat veen zover gezakt, dat het vatbaar was voor invallen van de zee en kwam het onder water te staan. Zo oud is het Sneekermeer dus niet. Ook zeewater drong het veen binnen. Dat werd op den duur afgegraven, verbrand en daar haalden ze zout uit. Namen als Zoutpoel, Brandenmeer en de Zoutslot herinneren nog aan die tijd.”



Scheepswerf De Jong, Joure. Ooit was dit de werf van beroemde scheepsbouwers Eeltje (Eeltjebaes, 1824-1901) en Auke (Aukebaes, 1854-1939) Holtrap van der Zee.



“Kijk naar het landschap en vraag je af wat je ziet”

‘GOËNGAASTERMEER’

Overigens is de naam Sneekermeer fout gekozen, meent Koppen. “Sneek heeft helemaal geen bemoeienis gehad met het ontstaan van het Sneekermeer. Beter was geweest als het het ‘Goëngaastermeer’ zou heten, want Goënga was het middelpunt van de veenafgraving.”

Koppen vertelt over het bombardement van de sluis van Terherne door de Engelsen en dat het boothuis met daarin het staten-jacht Friso op de plaats van de oude sluis staat. Over de sage van de Gravinneweg waarover een gravin haar legioenen zou voeren maar wat een gewone dekzandrug is; over de in deze provincie gestationeerde Franse ambtenaar Pierre Gauthier-Stirum die begin 1800 inwoners van Sneek beschreef als “bewoners van zo’n grote netheid dat ze overal als toonbeeld worden geroemd.” En over vaak in opdracht van stadsbesturen gemaakte plattegronden van

Wat doet een geograaf?

Een geograaf is iemand die geïnteresseerd is in de inrichting van de aarde, in het uiterlijk, het oppervlak daarvan. Niet te verwarren met een geoloog, want die kijkt naar de diepte. Naar olie, steenkolen en aardgas. Van ouds beschrijft de geograaf het uiterlijk van de aarde en zoekt hij naar verklaringen. In het kort: wat zie ik en hoe komt dat zo? Voor die verklaringen kijkt een geograaf ook naar andere wetenschappen. Naar de geschiedenis, economie, planologie, internationale betrekkingen, cultuur, alles wat dienstig is om tot een verklaring te komen.

steden die soms pas honderd jaar later werden gepresenteerd en al lang niet meer klopten. “Navigeren was dan ook niet het doel, een plattegrond was een statussymbool.”

TRAMBAAN SNEEK-JOURE

“Interessant is ook het deel oostelijk van het Sneekermeer met die blauwgraslanden”, vervolgt Koppen. “Joure had een totaal

ander ontstaan dan Sneek. Joure is op zandgrond gelegen. Bij de Harddraversdijk kun je dat nog goed zien. Sneek en Joure waren lange tijd gescheiden werelden. De eerste rechtstreekse wegverbinding voor het verkeer tussen Sneek en Joure is pas in 1940 geopend. In 1888 werd de trambaan aangelegd. Wat een gedoe was dat. Het was er nat en er woonde niemand. Nog steeds niet. Als je vroeger van Sneek naar Joure wilde, moest je via Sint Nicolaasga. Kijk je naar het huidige landschap, dan zie je diezelfde verbindingen invloed hebben op de inrichting.

De industrieterreinen zitten allemaal op zichtlocaties langs de snelweg. Ik vind het leuk om mensen daar op te wijzen. Dat ze op hun fiets zitten en denken ‘Hé, zit dat zo?’”

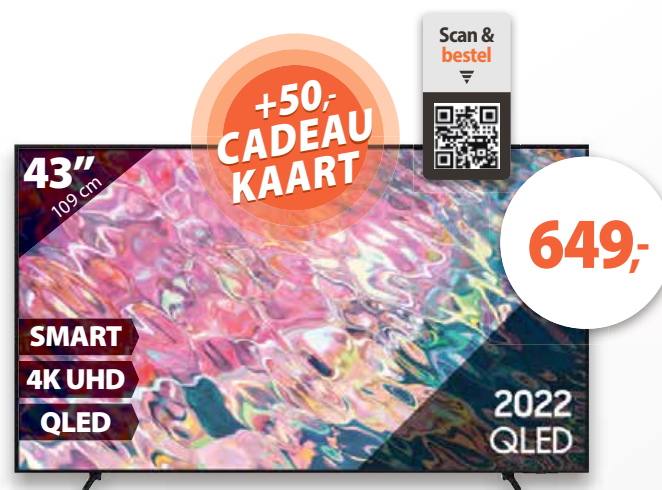
Het boek ‘Om De Meer’ geeft antwoord op veel vragen die in je opkomen als je door het Sneekermeeergebied wandelt, rijdt of vaart. Het 216 pagina’s tellende boek wordt uitgegeven door Uitgeverij Wijdemeer en is verkrijgbaar in de boekhandel.



Opstrekende verkaveling, gevolg van veenontginning (Luchtfoto Siebe Swart).

EXPERT IN AUDIO EN TV ALTijd VERNIEUWEND

expert



SAMSUNG QLED 4K TV | QE43Q67BAU

- 43" (109 cm) 4K QLED Smart-tv
- Het iconische QLED - 100% kleurvolume
- Air Slim Design - Met 27mm een zeer dun scherm
- Dual LED-achtergrondverlichting voor mooi contrast
- Solar One Remote - Handige afstandsbediening met zonnecellen



SAMSUNG NEO QLED QE55QN93BAT

- 4K NEO QLED SMART-TV
- STERKE HELDERHEID EN UITZONDERLIJK CONTRAST
- ANTIREFLECTIESCHERM EN EXTRA GROTE KIJKHOEK

Ook verkrijgbaar:

43"	Voor 999,-	50"	Voor 1099,-	65"	Voor 1599,-
-----	------------	-----	-------------	-----	-------------

DAAR WORDEN
TV-KIJKERS
WIJZER VAN



- ### JBL BLUETOOTH SPEAKER | CHARGE 5
- JBL Pro Sound
 - Accu duurt tot 20 uur
 - Ingebouwde powerbankfunctie
 - Stof- en waterbestendig

KORTING
20%
OP ALLE POLK
SOUNDBARS



- ### POLK SOUNDBAR + DRAADLOZE SUBWOOFER | SIGNA S4
- Dolby Atmos-soundbar met 3D-geluid
 - VoiceAdjust voor heldere dialogen
 - Compacte maar krachtige subwoofer

SONOS ERA 100

- COMPACT FORMAAT EN VEELZIJDIG
- SPEEL VANAF ELKE STREAMINGDIENST EN APPARAAT
- SONOS-FUNCTIES VOOR EEN EXCLUSIEVE BELEVING



Prijs- en modelwijzigingen en eventuele druk- en zetfouten voorbehouden. Aanbiedingen gelden t/m 21 mei 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 05 • 2023
GROOTDEFRYSKEMARREN.NL 35
EEN BIJDRAGE VAN DE KEAR

“Niet iedere dag hoeft een 10 te zijn”

Jongeren die mentaal gezond zijn voelen zich niet alleen beter, maar voelen zich ook vaker verbonden met elkaar. Ze zijn productief en van betekenis voor hun directe omgeving en de maatschappij. Jan Faber, buurtwerker Sport & Cultuur bij Sociaal Werk De Kear vertelt er graag over.

“Tijdens de coronaperiode kreeg ik veel hulpvragen op het gebied van mentale gezondheid. De vragen gingen over eenzaamheid, prestatiedruk of depressieve klachten. Nu we die periode achter ons hebben gelaten nemen de vragen over dit thema nog steeds toe. Vanuit onderzoek laten ook de landelijke cijfers zien dat één op de drie jongeren mentale klachten ervaart. Daarom vinden we het belangrijk om hier preventief op in te zetten. Dit doen we door vroeg het gesprek op te zoeken met jongeren om meer gevolgen te kunnen voorkomen.”

De buurtwerkers Sport & Cultuur en jongerenwerkers van Sociaal Werk De Kear besteden aandacht aan de mentale gezondheid van jongeren. Ze ondersteunen jongeren op een laagdrempelige manier, spreken ze aan op school, op straat, bij een activiteit en kunnen ervoor zorgen dat ze de steun en middelen krijgen die ze nodig hebben om gezond en gelukkig op te groeien.

GA MET ELKAAR ÉCHT IN GESPREK
“Heb jij het er weleens over als het een dagje ‘iets minder’ gaat? Ervaar je prestatiedruk of heb je je dag niet? Als je het met elkaar deelt, dan kom je erachter dat je niet de enige bent. Door pakkende quotes te delen met jongeren en het gesprek aan te gaan of zij zich hierin herkennen, proberen wij het normaal te maken dat niet iedere dag een 10 hoeft te zijn”, aldus Jan Faber. “Op deze manier leren wij de jongeren hoe ze hiermee om kunnen gaan.”

Als buurtwerker Sport & Cultuur verzorg ik ook weerbaarheidstrainingen. In deze trainingen gaan we op groepsniveau door middel van spel en reflectie aan de slag om jezelf en elkaar beter te leren kennen. Hoe reageer je op elkaar? Kunnen we waarde

Last van onzekerheid? VIJF TIPS!

Herken jij je in de volgende quote?
“Wanneer je na 200 selfies nog steeds niet de nieuwe profielfoto hebt. Zeg eens eerlijk. Ook last van onzekerheid?”

Vijf tips voor jongeren om mentaal gezond te blijven:

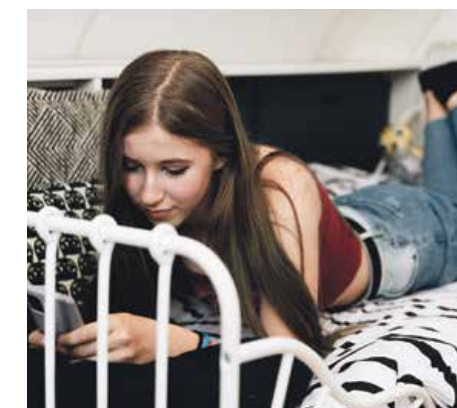
1. Blijf erover praten
2. Vind je dagritme
3. Zorg dat je goed slaapt
4. Blijf in beweging
5. Zoek indien nodig (online) hulp

Wil je meer zelfvertrouwen of praten over hoe jij je voelt?
Wij komen graag met je in contact! Spreek ons aan als je ons ziet op school of op straat. Ook kun je altijd mailtje sturen naar info@sociaalwerkdekear.nl of bellen naar **0513- 334 270**.

geven aan de verschillen in de groep? Kunnen we van elkaar leren en bovenal begrip krijgen voor elkaars privésituatie, waardoor we minder snel oordelen? Door met elkaar in gesprek te zijn geven de jongeren vaak aan dat ze niet weten wat er bij anderen speelt. Door dit met elkaar te delen kan het ervoor zorgen dat je je niet alleen voelt en steun aan elkaar kunt hebben.”

ZEG EENS EERLIJK

Naast de trainingen die Sociaal Werk De Kear biedt is er in samenwerkingsverband met de GGD en gemeente De Fryske Marren de campagne ‘Zeg eens eerlijk’, onderdeel van Gezond je ding doen, gelanceerd. Met deze campagne wordt uitgedragen dat gezondheid meer is dan gezond eten en beweging. Thema's die hierin worden uitgelicht, zijn groepsdruk, schoolstress, onzekerheid, eenzaamheid en vriendschap. Jan Faber: “Samen hebben we quotes bedacht waar jongeren zich in herkennen en daardoor komen we in gesprek.”



PAPAGENO HUIS FRYSLÂN OPENT HAAR DEUREN

“Wij halen de buitenwereld letterlijk naar binnen”

Op vrijdag 12 mei om vier uur 's middags opent Hare Hoogheid Annette, prinses van Oranje-Nassau, van Vollenhoven-Sekrève, in Lemmer de deuren van het tweede Papageno Huis in Nederland. Papageno Huis Fryslân biedt voor jongeren met autisme zeventien studio's om te wonen en plaats voor dagbesteding voor zo'n zestig jongeren. Verder gaan in de prachtige Kerkzaal allerlei activiteiten plaatsvinden. Wij spreken vóór die opening met Hans Loor en Ruud van Zuilen over de mooie missie van Stichting Papageno.

De steigers zijn bijna verdwenen rondom de voormalige gereformeerde kerk aan de Nieuwburen 36 in Lemmer. Binnen leggen schilders de laatste hand aan de muren. “Het is bijna zover”, zegt locatiedirecteur Ruud van Zuilen. “Op 12 mei is de feestelijke opening van Papageno Huis Fryslân. Prinses Annette, lid van het Comité van Aanbeveling Papageno, verricht dan de openingshandeling, samen met burgemeester Fred Veenstra. Daarna laten wij de genodigden vol trots de transformatie zien van de kerk en bijgebouwen naar Papageno Huis Fryslân. En omdat in ieder Papageno Huis muziek klinkt, luistert het Fries Kamer Orkest de feestelijkheden op. De dag erna, zaterdag 13 mei, is er dan van twaalf tot vier uur Open Huis voor de gehele Lemster bevolking en andere geïnteresseerden. Zo kan iedereen zien wat er hier gebeurt en wat wij te bieden hebben. Tijdens het Open Huis is er een speciaal optreden van het Frysk Jeugd Orkest.”

BAROMBOW VAN OUDE KERKBANKEN

“Wij halen de buitenwereld letterlijk naar binnen”, vertelt Hans Loor, voorzitter van het bestuur. “Wij zetten de deuren open voor mensen van buitenaf; voor cultuur, kunst en andere maatschappelijke activiteiten. Daarmee wordt Papageno Huis Fryslân, naast een veilige plek voor jongeren met autisme, ook een bruisende plek voor iedereen in Lemmer en omstreken, om te genieten van de nieuwe, maatschappelijke en culturele invulling van de voormalige gereformeerde kerk.” “In de Kerkzaal komen tien meter hoge, oude foto's van Lemmer te hangen”, legt Van Zuilen uit. “Daarnaast is er Café Papageno waar de barombouw van de oude kerkbanken is gemaakt. Ook is er aan de achterzijde een groot terras. De Kerkzaal heeft haar eigen ingang, net als de zeventien appartementen en de ruimte voor de dagbesteding. Mensen met autisme zijn prikkelgevoelig; daarom is er gekozen voor twee aparte ingangen.”

EEN PAPAGENO HUIS IN ELKE PROVINCIE

Het initiatief voor Stichting Papageno komt van Aaltje van Zweden-van Buuren en haar man, de internationaal vermaarde violist



Hans Loor (l) en Ruud van Zuilen voor de deuren van de voormalige gereformeerde kerk in Lemmer: “Jaap van Zweden is een fantastische ambassadeur.”

en dirigent Jaap van Zweden. Zij kregen een kind – Benjamin – met autisme en dat had én heeft een grote impact op het gezin. Vijfentwintig jaar geleden richtten ze de Stichting Papageno op om kinderen en jongeren met autisme te helpen. Van Zuilen: “In 2015 ging het eerste Papageno Huis open in Laren. Benjamin van Zweden woonde hier zelf een aantal jaren. De missie van Papageno Huis is om jongeren tussen de 18 en 28 jaar met autisme dagbesteding te bieden en een veilige plek om te wonen en zich te ontwikkelen. Dit alles met de juiste begeleiding, veel plezier en het leren op eigen benen te staan. Hiertoef werken we nauw samen met onze zorgpartners De Heeren van Zorg en Weardefol.”

Loor: “Het streven is om in elke provincie een Papageno Huis te realiseren. Na Laren wordt het huis in Lemmer dus het tweede. Dit werd mogelijk gemaakt doordat de Stichting Papageno een grote schenking had gekregen. Een geschikte locatie vinden is dan nog niet zo makkelijk maar we zijn heel blij met de plek die we gevonden hebben midden in de gemeenschap van Lemmer.”

THERAPIE EN DAGBESTEDING

Ruud van Zuilen is sinds 1 maart locatiedirecteur in Lemmer en trots op wat er allemaal is neergezet de afgelopen tijd. “Het is een geweldig project”, vertelt hij enthousiast. “We merken dat de Lemster bevolking zeer meeleft



Muziktherapie Papageno Huis Fryslân



“Het Papageno Huis Fryslân wordt ook een bruisende plek voor Lemmer en omstreken”

genoemd komt in de Kerkzaal Café Papageno waar iedereen terecht kan voor koffie met zelfgebakken taart of een lekkere lunch. Zorgmedewerkers, vrijwilligers en jongeren met autisme runnen alles samen. In de Kerkzaal gaan ook allerlei activiteiten plaatsvinden, zoals concerten, exposities, lezingen of evenementen. Daarin werken we samen met de Stichting Lemster Sjerke die ook in de startblokken staat om mooie dingen te organiseren.”

GEEN SUBSIDIE

Er hebben zich al een aantal enthousiaste vrijwilligers aangemeld maar nieuwe vrijwilligers zijn altijd gewenst, laat Hans Loor weten. “Op allerlei gebieden zijn er functies te vervullen. Of iemand nou technisch is of liever in de horeca werkt. Ook giften en sponsoring zijn meer dan welkom.” “Daar zijn wij afhankelijk van”, vult Ruud van Zuilen

aan. “We ontvangen geen subsidie, hebben als stichting geen winstoogmerk, maar we moeten wel goed draaien. Jaap van Zweden is natuurlijk een fantastische ambassadeur, dus geregeld worden er mooie concerten georganiseerd met hem in de hoofdrol. Ook is er ieder jaar een veiling. De opbrengsten hiervan gaan onder andere naar onderzoek naar de effectiviteit van onze aanpak, onderhoud en beheer van de Papageno Huizen of zo nu en dan een uitstapje met de jongeren.”

Stapsgewijs werkt Stichting Papageno toe naar meerdere vestigingen in het land. “Maar na al dat harde werken nu eerst de opening van Papageno Huis Fryslân”, zegt Van Zuilen tot slot. “We hopen op veel belangstelling en nodigen iedereen van harte uit voor de Open Dag op 13 mei. Iedereen is welkom!”



Fiory Russom

‘Ik voel mij hier thuis’

Fiory Russom (33) voelt zich thuis en opgenomen in de schoonmaakploeg van Empatec, waar zij een leerwerkplek vervult. Bij binnenkomst krijgt iedereen een boks, een kneeppje in de arm en een gulle vrolijke lach. Haar begeleider op de werkvloer Aukje Spitse roemt haar doorzettingsvermogen en haar groei in de Nederlandse taal. “Zij is echt een aanwinst hier.”

Fiory is geboren en getogen in Eritrea en sinds december 2015 woonachtig in de Fryske Marren. Het inburgeringsprogramma heeft Fiory afgerond op basis van alfabetisering. Het leren van een nieuwe taal vindt zij lastig. Zij geeft echter niet op. Zo volgde zij een empowermenttraining voor vrouwen met een migratieachtergrond en is Nederlandse les blijven volgen.

Stappen maken

In februari 2022 kwam Fiory in beeld bij Pastiel. Daar werd gesignaleerd dat er zeker sprake was van arbeidspotentieel en is een traject opgestart, waarbij ze begeleid wordt door haar jobcoach Arjan Swart. “Fiory wil heel graag werken. Ze doet alles om goed te integreren en liep al eerder stage bij thuiszorgorganisatie Hof en Hiem. Zij is alleenstaand moeder en draagt de zorg voor twee kinderen. Om deze reden is aan de start van het traject veel aandacht besteed aan werk/privé balans, taal- en vakvaardigheden”, vertelt Arjan.

Heel tevreden

Fiory kan op een leerwerkplek aan de slag bij de schoonmaakploeg bij Empatec zelf. Zo kan ze in een beschermde en veilige omgeving werkervaring opdoen. Zij werkt vier dagen per week bij Empatec en bij de evaluatie na drie maanden zijn ze heel positief en tevreden over de inzet van Fiory en de vrolijkheid die ze brengt in de groep. “Ik ben echt zo goed opgevangen hier. Iedereen is heel behulpzaam en ik voel mij hier echt thuis. Ik leer ook veel en mag nu ook al werken met de schrobmachine”, vertelt Fiory. Doel is om door te groeien naar een betaalde baan, verwachting is dat zij binnenkort deze stap kan gaan maken.

Rasta vlechten

In haar vrije tijd is ze vooral met haar twee zoons bezig, die graag voetballen en zwemmen. In Leeuwarden bezoekt ze vaak de kerk waar ze met veel mensen uit Eritrea samenkomt. “Daar geniet ik van.” Als hobby specialiseert Fiory zich in rasta vlechten. Op haar telefoon laat ze een aantal mooie voorbeelden zien.

‘Iedereen is heel behulpzaam’


Pastiel
www.pastiel.nl

Relatieproblemen?

Ik help jullie graag op weg.

Esther Bogaard
relatietherapeut

psychiatrie | psychotherapie | psychosociale therapie

Praktijk Bogaard

Van Giffenstraat 6 8601 EX Sneek Tel. 0515 418515
www.praktijkbogaard.nl • www.relatietherapie.fr



GYNAECOLOOG HENK OOSTERHOF

“Wij bieden vrouwen erkenning én herkenning voor hun overgangsklachten”



De overgang zorgt bij veel vrouwen voor een scala aan klachten. Depressies, hartkloppingen, spier- en gewrichtspijnen, de impact is groot. Niet alleen relaties lijden eronder, ook op de werkvloer spelen overgangsklachten vrouwen parten. Gynaecoloog Henk Oosterhof – actief lid van de Dutch Menopause Society - van Bergman Clinics | Vrouw Heerenveen, biedt vrouwen een luisterend oor en een behandeling op maat.

De ontvangst in Bergman Clinics in Heerenveen is hartelijk. In de kliniek aan De Griend is even wachten niet erg, het haardvuur brandt, de nieuwste kranten en magazines lonken en de cappuccino smaakt voortreffelijk. Je waant je in een lounge van een comfortabel hotel. Gynaecoloog Henk Oosterhof gaat voor naar zijn spreekkamer, waar hij vertelt hoeveel impact de overgang op vrouwen heeft.

KLACHTEN

“De overgang betekent het einde van de fertile levensfase. Gemiddeld zijn vrouwen 45 jaar wanneer de overgang begint. Hun cyclus wordt onregelmatig, ze slapen slecht, ze voelen zich down en kunnen last krijgen van cognitieve stoornissen. Deze fase kan wel zeven tot tien jaar duren; al die tijd menstrueren vrouwen soms nog. Ik zie de paniek en de angst als ze bij mij op het spreekuur komen. Ze weten niet wat er met ze aan de hand is; ze denken dat ze een burn-out hebben en kennen zichzelf niet meer terug. Wat wij bij Bergman Clinics | Vrouw allereerst doen, is vrouwen erkenning én herkenning bieden voor hun klachten. Dat is ongelooflijk belangrijk. Vrouwen worden hier gehoord, we nemen alle tijd voor hun verhaal en bespreken hun situatie. De emoties zijn soms hoog, er vloeien hier heel wat tranen.”

OVERGEWICHT

Vrouwen in de overgang hebben vaak vele ballen in de lucht te houden. Oosterhof: “Hun draaglast is vaak heel hoog. Ze hebben een drukke baan, kinderen in de puberteit; zijn soms mantelzorger. Tegelijkertijd wordt hun lichaam ouder en neemt de draagkracht alleen maar af. Ik vraag vrouwen wat ze allemaal op hun bordje hebben liggen en kijk daarna met hen hoe ze meer in balans kunnen komen. Dit kan door ontspanning te zoeken, meer te bewegen en te stoppen

met roken en het drinken van alcohol. Overgewicht is ook een belangrijke factor voor overgangsklachten; daarom adviseren we eventueel overgewicht aan te pakken met bijvoorbeeld een mediterraan voedingspatroon. Dit betekent veel groente en fruit eten, noten en olijfolie en minder vlees en zuivel.” Vrouwen kunnen omtrent advies over gezond gewicht, voeding en overgang ook terecht bij Bergman Clinics.

AANZIENLIJKE WINST

“Vaak zien we dat door deze adviezen te volgen, de kwaliteit van leven echt omhoog gaat”, gaat Oosterhof verder. “Mochten deze adviezen alleen niet genoeg zijn, dan kijken we of we hormonen kunnen inzetten. Hormoontherapie staat in Nederland nog steeds te boek als zou het risico op borstkanker verhogen, maar dit is slechts een licht verhoogd risico. Daar staat tegenover dat vrouwen op de langere termijn door hormoontherapie maar liefst dertig procent minder hart- en vaatziekten krijgen. Daarnaast beschermen hormonen ook tegen botontkalking. Dus waarom zou je het niet doen? De winst is aanzienlijk. Maar vrouwen beslissen natuurlijk zelf of ze wel of niet hormonen willen slikken. Gemiddeld zetten we hormoontherapie zo’n vijf tot zeven keer per jaar in. In sommige gevallen



dr. Henk Oosterhof, Gynaecoloog

len geven we daarnaast nog antidepressiva als de cliënt gevoelig is voor depressies.”

MAATSCHAPPELIJK BELANG

Oosterhof merkt dat steeds vaker bedrijfsartsen vrouwelijke werknemers doorverwijzen naar Bergman Clinics | Vrouw. “Over het algemeen hebben we vrouwen door onze behandeling na een maand of drie weer op de rit en hebben ze weer meer werkvermo-

Feiten en cijfers over de overgang

- 34% van het ziekteverzuim bij vrouwen tussen de 45 en 60 komt door overgangsklachten.
- 30% van de 45+ vrouwen gaat minder uren werken of stopt helemaal.
- Het oestrogeengehalte bij vrouwen daalt 80% in tien jaar tijd.
- 80% heeft last van opvliegers, nachtzweeten, een droge vagina en/of urineverlies.
- Gemiddeld duurt de overgang tien jaar. 15% van de vrouwen heeft na tien jaar nog steeds klachten.
- In België, Engeland, Duitsland en Frankrijk krijgt 25% tot 40% van de vrouwen hormoontherapie; in de VS is dat 60%. In Nederland slijkt slechts 5% hormonen tegen menopauzeklachten.

Bron: www.saarmagazine.nl/het-leven-is-geen-lolletje-cijfers-feiten-over-de-overgang
Meer informatie: www.vrouwenindeovergang.nl

gen. Dat is natuurlijk van groot maatschappelijk belang! Want vrouwen werken soms minder door overgangsklachten of in een lagere functie. Eigenlijk zou elke huis- of bedrijfsarts bij klachten van vrouwen tussen de 45 en 60 jaar zich moeten afvragen: zit de overgang er niet achter?”

KWALITEIT EN COMFORT

“Bij Bergman Clinics | Vrouw bieden wij maatwerk; iedere vrouw is anders en soms is het puzzelen wat wel of niet werkt. Na de intake volgt er na zes weken een tweede consult en een aantal weken later evalueren we de behandeling. We zijn goed bereikbaar; de lijnen zijn kort en we bieden kwalitatief goede, specialistische medische zorg, waarbij we comfort en gastvrijheid ook zeer belangrijk vinden. Vrouwen hebben – net als in het ziekenhuis – alleen een verwijzing van de huis- of bedrijfsarts nodig en alle kosten vallen onder de ziektekostenverzekering.”

Dan besluit Henk Oosterhof lachend: “Ik heb ontzettend mooi en dankbaar werk en zet me met hart en ziel in voor mijn cliënten.”



BERGMAN CLINICS

Bergman Clinics bestaat uit een groot netwerk van 75 focusklinieken in Nederland en is gespecialiseerd in veelvoorkomende medische behandelingen. Bergman Clinics | Vrouw is een voor iedereen toegankelijk medisch specialistisch centrum, gericht op zorg voor vrouwen. Je kunt er terecht voor blaas- en bekkenbodemplachten, zoals urine-incontinentie, verzakking, abnormaal bloedverlies en baarmoederhalsonderzoek bij een afwijkend uitstrijkje.

Bergman Clinics | Vrouw werkt nauw samen met de academische ziekenhuizen UMC Utrecht, AMC Amsterdam en VU medisch centrum. Ook is het goed om te weten dat Bergman Clinics afspraken heeft met alle zorgverzekeraars, waardoor jouw behandeling gewoon 100% wordt vergoed na een verwijzing van de huisarts.

Leven toevoegen aan de dagen dankzij palliatieve zorg van de thuiszorg van Antonius

Wat doe je als je te horen krijgt dat je ongeneeslijk ziek bent? Niemand die je kan voorbereiden op het ontvangen van dergelijk nieuws. Ieder mens ondergaat het op zijn of haar eigen manier. Met behulp van palliatieve zorg kunnen mensen de situatie een plek geven en proberen het maximale uit de laatste levensfase te halen.

“Palliatieve zorg wordt vooral gezien als het toevoegen van dagen aan het leven, maar wij zien het vooral als een kans om leven toe te voegen aan de dagen”, aldus palliatieve zorgconsulenten Gerda van der Meer en Ingeborg Mahler.

Palliatief Advies Team

In Nederland komt steeds meer aandacht voor palliatieve zorg. “Belangrijk”, vindt Gerda, “omdat we merken dat er nog best veel onduidelijkheid is over wat het nu precies inhoudt. Mensen denken vaak dat het bij palliatieve zorg gaat om de laatste week van iemands leven. Maar het is zoveel meer en begint veel eerder. Al op het moment dat je hoort dat je ongeneeslijk ziek bent.”

Binnen Antonius is daarom het Palliatief Advies Team (PAT) opgericht. Het PAT geeft alleen advies. De behandelaar, huisarts of medisch specialist blijft verantwoordelijk voor de behandeling en verzorging. Er is aandacht voor het proces van het aanpassen aan en verwerken van de ziekte, het behandelen van pijn en ondersteuning bij angst en verdriet. In het team werken verschillende medisch specialisten en andere deskundigen samen, zoals de palliatieve zorgconsulent, specialisten uit het ziekenhuis, de klinisch psycholoog, de geestelijk verzorger en wijkverpleegkundigen. Het is een ideale samenwerking tussen het ziekenhuis en de thuiszorg. “Thuis als het kan, in het ziekenhuis als het moet.”

Patiënt staat centraal

Hoewel elke situatie en elk mens anders is, staat in de palliatieve



Palliatieve zorgconsulenten Gerda van der Meer (links) en Ingeborg Mahler.

zorg de patiënt altijd centraal. “De benen worden onder je weggeslagen na slecht nieuws”, beschrijft Ingeborg. “Mensen zitten vol vragen. Wat komt er nu op me af? Waar ga ik naar toe? Het voelt alsof je in een stuk niemandsland zit. Wij gaan daarom altijd pal naast de patiënt staan. Door als consulent het verhaal met elkaar te bespreken, goed te luisteren naar en in te spelen op de wensen

van de patiënt én de familie, bied je mensen veel steun. Want we zijn er niet alleen voor de patiënt, maar ook voor diens naasten.”

Kwetsbare levensfase

Alle thuiszorgmedewerkers bij Antonius kunnen palliatieve zorg verlenen. De palliatieve zorgconsulenten zijn er daarom ook ter ondersteuning van de collega's en om ze bij te scholen over deze specifieke tak van zorg. “Als verpleegkundigen zijn we doorgaans heel erg gericht op fysieke behandeling. Maar er is ook een sociaal, psychisch en een spiritueel aspect dat in deze situaties om de hoek komt kijken. Wij kunnen echt de tijd nemen voor patiënten in een emotioneel gezien hele kwetsbare levensfase. Dat is belangrijk.”

Vredig einde

Mahler verwacht dat de palliatieve zorg alleen nog maar gaat toenemen in de toekomst. “Mensen

worden steeds ouder, blijven langer thuis wonen en de zorg verplaatst steeds meer naar huis. Een opvallende statistiek is dat mensen steeds vaker thuis komen te overlijden, vaak omdat dat ook de wens is van de persoon. Het is mooi dat wij van begin tot eind het palliatieve traject kunnen begeleiden tot een vredig einde.”

Dankbaar en lonend werk

De dood is onlosmakelijk verbonden met palliatieve zorg en dus komen de consulenten ook veel verdriet tegen in hun werk. “Soms zitten wij ook met een brok in de keel, maar dat is helemaal niet erg. Als je iets van jezelf laat zien, zijn mensen ook geneigd om meer van zichzelf te geven”, aldus Mahler. Het werk is dankbaar en lonend, vindt Van der Meer. “Als ik het gevoel krijg dat ik iemand heb geholpen zodat deze op een rustige manier weg kan glijden

MEER INFORMATIE

Voor meer informatie over palliatieve zorg kunt u e-mailen naar PAT@mijnantonius.nl. Voor spoedvragen kunt u uw huisarts of behandelend specialist benaderen.

en de partner daarna weer met vertrouwen doorgaat, dan krijg ik daar heel veel energie van. Daar doe je het voor.”



THEWES HOEKSTRA
(79) SPEELT MEE IN
MUSICAL 'DE TOCHT'

“Het ijs was ‘poer min’ tijdens de tocht van ‘63”

De nu 79-jarige Thewes Hoekstra uit Sint Nicolaasga schaatste als jongen van 18 jaar de barre Elfstedentocht van 1963. Hij bleef de dunne ijzers trouw en schaatst nog steeds twee keer per week zijn rondjes op Thialf. Als kers op de taart rijdt hij straks mee in het peloton van musical ‘De Tocht’. Wij zochten Thewes Hoekstra op en raakten maar niet uitgepraat over de wondere wereld van ijs, stempelkaarten, bevroren ogen en natuurlijk ‘het kruisje’.

Zodra het gesprek over schaatsen gaat, gaan de blauwe ogen van Thewes Hoekstra onmiddellijk glimmen. Wat wil je ook: hij groeide op bij Sloten en was veel te vinden op het ijs van de omringende sloten en meren. “Ik ben hier in Sint Nicolaasga geboren,” vertelt hij, “maar in 1956 verhuisden wij naar een boerderij bij Sloten. Die winter daar konden we direct veel schaatsen; het was een flinke strenge winter en op 14 februari werd zelfs de Elfstedentocht verreden.”

VERSCHRIKKELIJK KOUD

Hoekstra: “Later ging ik bij schaatsclub ‘De Preamke-skouwers’ trainen op Thialf, maar de ijsbaan van Wijkkel was hiervoor de perfecte uitvalsbasis.” Lachend: “Ik was natuurlijk lid van de ijsbaan, maar moest tien cent extra betalen; dat was voor de kosten van de verlichting’s avonds. Tot mijn twaalfde jaar reed ik op houtjes; op mijn veertiende had ik al noren. De winter van 1963 was streng en het ijs was zeer sterk. Samen met mijn oudere broer reed ik allerlei tochten vanuit Stavoren en Hindeloopen. Prachtig!”

En toen kwam de Elfstedentocht van vrijdag 18 januari 1963. Thewes schreef zich samen met zijn oudere broer in. “Ik weet nog goed dat een vrachtrijder onze startkaarten meenam naar Sloten”, herinnert hij zich. “Ik weet niet meer exact onze starttijd, ergens rond 6 of 7 uur’s ochtends. De autorit naar Leeuwarden in alle vroegte zal ik ook nooit vergeten. Er zaten nog twee andere mannen bij ons in de auto: Folkert Rijpkema en Feite Koopmans en het was verschrikkelijk koud, -18 graden! Om de bevroren voorruit nog enigszins te ontdooien, hadden we een emmertje met zout meegenomen. We konden de auto aan het begin van Leeuwarden bij Garage De Boer parkeren. De start was op het Van Harinxmakanaal. Met kranten onder ons jack, een dikke muts en wanten vertrokken we in het donker. En dat was nogal een uitdaging, want het



“Bij Harlingen kregen we een harde zijwind en waren sommige sloten dichtgewaaid”



Uit de Musical ‘De Tocht’, de start in Leeuwarden



Finish foto 1956. Vlnr Jeen Nauta, Jan J. van der Hoorn, Aad de Koning, Maus Wijnhout en Anton Verhoeven

ijs was ‘poer min’. Een harde wind in de loop van de dag en steeds meer sneeuw op de uitgezette route. Het traject van Sloten naar Sneek hadden we al eerder gereden; op dat stuk was het ijs gelukkig een beetje beter. Onderweg aten en dronken we wat, staande bij een koek-en-zopie tentje. Ik kan me niet herinneren dat we zelf ook eten en drinken voor onderweg meehadden, misschien hooguit wat rozijntjes.”

GEDESORIËNTEERD

De mannen ploegden voort terwijl het ijs steeds beroerder werd. Thewes Hoekstra: “Bij Harlingen kregen we een harde zijwind en sommige sloten waren helemaal dichtgewaaid door de sneeuw, zodat we niet goed meer zagen wat nou ijs en wat nou weiland was. We raakten wat gedesoriënteerd en het was steeds meer lopen en steeds minder schaatsen. Om vijf uur’s middags waren we bij Vrouwbuurtstermolen in Het Bildt en moesten we van de organisatie definitief van het ijs af. Dat was natuurlijk ontzettend jammer. Om de gemoederen te bedaren werd ons verteld dat we wel een kruisje zouden krijgen, maar dat was niet het geval. Vanuit het café bij Vrouwbuurtstermolen werd iedereen met bussen naar Leeuwarden teruggebracht. Daar aangekomen renden we naar onze auto bij Garage De Boer. In totaal hadden we denk ik zo’n 160 kilometer geschaatst en ondanks de snijdende kou hadden we geen bevroren tenen en ogen opgelopen. We hebben schijnbaar kleine oogjes, net als de winnaar van de wedstrijdtocht had: wijlen Reinier Paping. Met schrijver Hylke Speerstra heb ik daar later nog over gesproken. Hij heeft grote ogen en had ze bevroren tijdens de Elfstedentocht.”

GEWELDIGE REÛNIE

Dit jaar is het zestig jaar geleden dat de barre tocht verreden werd en dat is op verschillende manier gevierd. Allereerst de reünie waar Thewes ook van de partij was. “Die stond gepland in het Schaatsmuseum in Hindeloopen,” vertelt hij, “maar door de grote belangstelling – 300 man mét begeleiding – werd het uiteindelijk het havengebouw in Hindeloopen. Het was een geweldige dag waar ik samen met mijn goede vriend en ex-marathonschaatser Joute de Graaf naartoe ging. Leuk weetje: toen mijn broer en ik in 1963 om vijf uur in het café bij Vrouwbuurtstermolen waren, was Joute daar precies op hetzelfde moment;

alleen kenden wij elkaar toen nog niet. Onze eerste ontmoeting was in 1984. Sindsdien zien wij elkaar geregeld en praten we honderduit over schaatsen en over het leven.”

SLALOMMEN EN REMMEN

Om de tocht van ‘63 te herdenken gaat in oktober 2023 musical ‘De Tocht’ in première. In het gloednieuwe en speciaal voor de musical gebouwde Friso theater in Leeuwarden is een 360° ijsvloer neergelegd van 2.000 m2. ‘De Tocht’ vertelt het indrukwekkende verhaal van vijf vroegere schaatsvrienden die elkaar in de loop der jaren uit het oog verloren zijn. In hun jongere jaren deden ze elkaar een belofte: als De Tocht ooit nog een keer komt, dan rijden we hem samen uit. Musical ‘De Tocht’ vertelt een verhaal van afzien, passie, verbroedering en keuzes maken.

Voor deze productie zijn veel figuranten nodig, onder andere om in het ‘peloton’ mee te schaatsen. “Dat leek mij wel wat”, zegt Thewes enthousiast. “Samen met mijn vriend Piet Nota heb ik me daarom opgegeven. In de Elfstedenhal in Leeuwarden moesten we auditie doen. In eerste instantie waren er vijf-honderd mensen opgeroepen. Ieder half uur werden er dertig schaatsers verdeeld over drie groepen en die moesten hun schaatskunsten vertonen, onder andere slalommen en remmen. Ik had er geen enkel probleem mee! Van de vijfhonderd man bleven er uiteindelijk 250 figuranten over, waaronder Piet en ik. Op dit moment zijn we nog niet begonnen met de repetities; in juni horen we meer. We zijn erg benieuwd hoe het daar straks allemaal zal gaan. Het belooft een heel spektakel te worden.”

DANKBAAR

“Ik vind het mooi dat ik na zestig jaar nog altijd op de schaats sta, twee keer per week in Thialf”, zegt Thewes Hoekstra tot besluit. “Ik ken niemand die de tocht van ‘63 reed en nu in de musical schaatst. De figurantenrol in ‘De Tocht’ is prachtig en ik ben dankbaar dat ik dit allemaal nog zo fit mag meemaken.”



“Ik ken niemand die de tocht van ‘63 reed en nu in de musical schaatst”

COLUMN



mr. DORIE N
KOOPMANS-DE BOER

TOESTEMMING VEREIST

Als je getrouwd bent, zul je belangrijke financiële beslissingen meestal in overleg met je echtgenoot nemen. Maar is er ook officieel toestemming voor nodig?

Let op, in artikel 1:88 van het Burgerlijk Wetboek is het zogenaamde ‘toestemmingsvereiste’ vastgelegd. De meeste mensen zijn zich niet van dit wetsartikel bewust! Op basis van dit artikel is voor bepaalde verrichtingen door de ene echtgenoot toestemming van de andere echtgenoot nodig. Bijvoorbeeld bij de verkoop van de samen bewoonde woning, bij het doen van grote giften, bij het aangaan of wijzigen van een hypotheek en bij sommige zakelijke overeenkomsten die niet onder de normale bedrijfsuitoefening vallen. Het betreft dus niet-alledaagse handelingen die van grote (financiële) invloed kunnen zijn op het leven van de echtgenoten.

Het idee hierachter is de bescherming van de ene echtgenoot en het gezin tegen onverstandige beslissingen van de andere echtgenoot. Het maakt daarbij niet uit of de echtgenoten in gemeenschap van goederen of op huwelijksvoorwaarden zijn getrouwd. Dat het betreffende (onroerend) goed of de overeenkomst op één naam staat geregistreerd, doet ook niet ter zake.

Voor het bewijs van het geven van toestemming is het aan te raden om dit schriftelijk vast te leggen. Voor het tekenen van akten bij de notaris is vaak toestemming van de echtgenoot nodig. Dus beide handtekeningen zijn benodigd. Maar wat als de echtgenoot door fysieke of geestelijke toestand deze toestemming niet (meer) kan geven? Handig is het om vóóraf te zorgen voor een volmacht.

De notaris kan een algemene volmacht in een levenstestament opnemen, waarin de toestemming uit artikel 1:88 van het Burgerlijk Wetboek alvast is verwerkt. Zo kom je niet voor vervelende verrassingen te staan.



NOTARIAAT
LEMMER

Visserburen 27, 8531 EB Lemmer
T: 0514 561712
E: info@notariaatlemmer.nl

www.notariaatlemmer.nl

Nieuw Posthuis Theaterseizoen ligt op de plank

Het nieuwe seizoen van het Posthuis Theater in Heerenveen ligt op de plank. Of beter: op pallets. 15.000 nieuwe seizoensgidsen liggen klaar om deze maand bezorgd te worden bij de theaterliefhebbers in de hele regio. Het complete seizoenprogramma is vanaf 23 mei óók te vinden op de website www.posthuistheater.nl, dus wie geen gids krijgt thuisgestuurd, hoeft niets te missen.

ALLES IS THEATER

Het programmaboekje van het Posthuis Theater, met daarin meer dan honderd voorstellingen en theaterconcerten, heeft net als voorgaande jaren weer een handzaam formaat, met één voorstelling per pagina. En als een soort 'spoorboekje' heeft elk genre (toneel, cabaret, dans, muziek, familie) zijn eigen kleur, om het de speurders naar favoriete voorstellingen nog makkelijker te maken. Hoewel... het is anno 2023 veel minder gebruikelijk om een vast etiket op een voorstelling te plakken. In de huidige tijd is er veel meer sprake van 'totaaltheater', waar-



bij alle genres en theaterdisciplines door elkaar lopen. Is het nu cabaretesk toneel of toneelmäßig cabaret? En vallen opera en toneel tegenwoordig eigenlijk niet gewoon onder muziektheater? Net zoals we mensen in de nieuwe tijd niet meer zomaar in een hokje kunnen stoppen, is ook het theater niet altijd meer in vaste genres in te delen. Eigenlijk is alles gewoon 'theater'.

BEKENDE NAMEN EN JONG TALENT

Ook voor het komende seizoen staat een mix van bekende namen en jong talent op het podium in Heerenveen. We noemen gevestigde artiesten als Paul de Leeuw, Stef Bos, Huub Stapel, Guido Weijers, Ashton Brothers en Diederik van Vleuten. Wie zich wil laten verrassen door onbekend talent, kan terecht bij de Cabarestafette of

'Stormram', met nieuwe theatermakers uit Noord-Nederland. Enkele bijzondere nieuwe namen zijn verder singer/songwriter Sem Jansen (voorheen Britt Jansen), cabaretduo noob, Thjum Arts en Valentina Tóth. Tribute-concerten zijn er van onder andere DIRE sTRATS, Abba Gold, The Cosmic Carnival (Fleetwood Mac), The Wieners (Everly Brothers) en Brucified (Bruce Springsteen).

THEATER VAN OVERMORGEN

Speciale aandacht wordt gevraagd voor het 'Theater van Overmorgen'. De gezamenlijke Friese theaters laten de voorstelling 'Boys won't be boys - editie Friesland' maken; een show vol persoonlijke en eerlijke verhalen. Met het theaterpodium als wervelende vrijplaats voor het talent om mens te zijn. Door al die verschillende verhalen met elkaar te delen doorbreken we stereotypen en komen we dicht bij elkaar. 'Hokjes' zijn er om je in om te kleden tot wie je echt bent, is het motto.

Wie de seizoensgids niet thuisgestuurd krijgt (vaste bezoekers van de afgelopen seizoenen krijgen hem rond 23 mei door de brievenbus), kan de gids daarna aanvragen of afhalen bij het Posthuis Theater. De kaartverkoop voor alle voorstellingen begint op donderdag 25 mei om twee uur.



Het is een sprookjesachtig gezicht. Op afstand zie je alle marktkraampjes speels in het groene weiland staan. Een feestelijk tafereel waar je blij van wordt. Welkom op de Friese streekmarkten in Hemelum op de Flinkefarm. In de zomermaanden vindt de markt plaats op elke eerste zondag van de maand. Je wordt netjes begeleid naar een plek waar je jouw auto kunt parkeren zodat je onbezorgd jouw boodschappen kunt doen.

Het echtpaar Arjen en Rixt Siersma en haar zus Claartje Lunter vormen samen de basis van het bedrijf en de organisatie It Flinkboskje, inmiddels uitgegroeid tot een begrip in Friesland en in de verre omgeving. De streekmarkten die op deze locatie worden georganiseerd, zijn een jaarlijks terugkerend evenement. Er staan ongeveer dertig marktkramen van lokale ondernemers, die ambachtelijke producten presenteren en verkopen, zoals zelfgemaakte jam, veldboeketten, kazen, biologisch vlees, handgemaakte zeep en chocolade. Ook worden er kinderworkshops gegeven. Aangevuld met livemuziek, foodtrucks en een bezoekje aan de bijbehorende Flinke Vintage by Sip & Clara winkel is de belevenis compleet.



Het 'Flinke-team' Claartje Lunter (links) en Arjan en Rixt Siersma is klaar voor de zomer.

Winkelen in de weilanden van Hemelum



Jelmer Albada met asperges

MEET, GREET & EAT

We spreken met Jelmer Albada van Gaast'sperges; in mei en juni staat hij op de markt met zijn duurzame verbouwde asperges. Verser wordt het niet. Hij verbouwt ze zelf in Sondel, waar op enkele plekken de grond geschikt is. Asperges willen namelijk wel een meter diep wortelen. Het is teelt dat je met name in Limburg en Brabant vindt. Albada zet met zijn asperges ook Gaasterland op de (menu) kaart. Wat zijn asperges bijzonder maakt? "Dat kun je het beste zelf proeven", aldus Jelmer. Je kunt de asperges op de markt kopen, maar ook bij de aanschuiflunch worden gerechten met zijn asperges bereid. Jelmer Albada staat graag op deze markt. "Het is fijn om met de mensen te spreken en te vertellen over asperges", zegt hij.

Wat je ook op de markt tegenkomt zijn 'de met liefde gemaakte geitenkazen' van Doetie Trink van Doeties's geiten. Op haar kleinschalige boerderij in Oudwoude houdt ze circa zeventig geiten. Inmiddels heeft ze zo'n tien verschillende smaken kaas ontwikkeld. De jonge vers gemaakte



Doetie Trink maakt heerlijke schapenkaas

kazen, van nog geen week oud, zijn erg populair. "Ik laat de mensen proeven en dan kiezen ze zelf welke kaas ze mee naar huis willen nemen", vertelt Doetie. Doetie voegt niets toe aan de kazen. "De 'levende' melk gaat direct vanuit de uier, nog warm, het houten vat in en laat de micro-organismen die in de melk zitten het werk doen", legt ze uit. "Door te spelen met de temperatuur en al dan niet spoelen met water worden de smaken bepaald." Voor haar is het staan op deze streekmarkt thuiskomen. Ze is opgegroeid in Oudega op de boerderij van haar ouders.



Lekker aanschuiven bij de 'Aanschuiflunch'

SCHUIF LEKKER AAN

De laatste jaren zijn de markten uitgebreid met een aanschuiflunch. Zo ook dit jaar. Elke maand komt er een andere kok die de gasten verrast met een heerlijk menu. In mei is dat Gerard Voskuilen van ROC Friese Poort; in juni komt Oan tafel uit Wergea; in juli komen Vis & Meer en Rolf Cooking; in augustus is dat Kookatelier Zuiderzee uit Gaast en dan tot slot in september schuif je aan bij Evert Kookt plus 't Havenmantsje.

We spreken met Pieter Hubregtse van Kookatelier Zuiderzee. Samen met zijn vrouw Petra Possel verzorgt Pieter in augustus een driegangenmenu tijdens de aanschuiflunch. Pieter noemt de Flinkefarm in Hemelum "een gouden plek." Hij kookt er regelmatig voor bruiloften en hij en Petra zijn er zelf ook getrouwd, dus is het voor hen ook een diérbare plek. Pieter Hubregtse ziet het als een sport om de producten waarmee hij kookt zoveel mogelijk uit de buurt te halen. Zoals schapenkaas van Tusken Bosk & Mar en Koudumer boontjes. Wat ze gaan serveren in augustus is nog niet bekend; dat is afhankelijk van de producten die er dan te krijgen zijn. Dan laat hij dáár zijn creativiteit op los. "Geen enkel menu dat ik maak is hetzelfde", aldus Pieter.

XL EDITIES

Nieuw dit jaar zijn de twee XL edities. Op 2 juli en 6 augustus wordt er extra veel Kunst & Ambacht toegevoegd aan de markten. "Nóg meer liefde voor lokaal", zoals Rixt, Arjan en Claartje het zelf omschrijven. De streekmarkten in Hemelum (Flinkboskje 2) worden van mei tot en met september elke eerste zondag van de maand georganiseerd, van tien tot vier uur. Entree: € 2,50 per persoon en kinderen tot 12 jaar hebben gratis entree. Voor alle aanschuiflunches geldt: van tevoren graag aanmelden per email: info@itflinkboskje.nl.

TEKST LOTTE VAN DER MEIJ // FOTO'S FLINKEFARM HEMELUM

JORIS LINSEN & CARAMBA

NEDERLANDSTALIGE MUZIEK MET EEN MEXICAANS PEPERTJE

BOLWERK • ZATERDAG 20 MEI 2023



FOTO: SAS TERPSTRA

Al twintig jaar bestormt Joris Linssen de podia met zijn semi-akoestische band Caramba. De rasmuzikanten van Caramba staan bekend om hun vurig spel, aanstekelijk enthousiasme en een flinke portie lef. Een concert van Joris Linssen & Caramba is een belevenis, vol interactie met het publiek, mooie verhalen en gedreven muzikanten.

De band toerde door Mexico en ging voor een televisieserie op pelgrimstocht, waarbij eten en onderdak verdiend moest worden met het maken van muziek. De vijf amigo's spelen elke keer weer alsof hun leven ervan afhangt. Zanger Joris Linssen is bekend van zijn televisieprogramma's 'Hello Goodbye' en 'Joris' Showroom'. Maar in het theater is hij toch vooral de verrassend energieke entertainer, die al op zijn zestiende in de muziek begon. Zijn begeleidingsband Caramba bestaat uit contrabassist Erik van Loo, top-accordeonist Marcel van der Schot en gitarist Kees van den Hoogen. Joris Linssen & Caramba is een muzikaal theateravontuur in de Noorderkerkzaal. Zien is geloven!

NOORDERKERKZAAL // ZA 20 MEI // 20.00 UUR // € 22,50 (VVK € 20,-) // HETBOLWERK.NL

ROWWEN HÈZE KOMT NAAR THEATER SNEEK

“Het was een kwestie van geduld”



FOTO: HP VAN VELTHOVEN

Rowwen Hèze is weer op tournee en komt donderdag 25 mei naar Theater Sneek. “Het was een kwestie van geduld voor de band en het publiek”, volgens het theater. Vanwege de coronamaatregelen werden de afgelopen seizoenen immers allerlei optredens afgelast. Maar het wachten wordt nu beloond.

Zanger Jack Poels en zijn band zijn op hun best wanneer ze doen waar ze het beste in zijn: muziek maken voor publiek. Dat ze hun theatertour 'Het was een kwestie van geduld' hebben genoemd, past goed bij de situatie van de afgelopen tijd. De band verheugt zich erop om weer op te treden en hun liedjes te laten horen als wapens in de strijd. Volksliederen zijn een feest van troost, meent Rowwen Hèze. Rowwen Hèze groeide van een Engelstalige band uit tot een van de grootste acts in de Nederlandse popmuziek met hun folk-, fanfare- en tex/mex-liedjes in het

Limburgs dialect. Het is een bijzondere prestatie dat de band uit De Peel zoveel bekendheid heeft weten te vergaren met nummers als 'Bestel Mar', 't Roeie Klied', 'De Neus Umhoeg' en 'Limburg (Kwestie Van Geduld)', ondanks dat niet iedereen in Nederland de Limburgse taal machtig is.

TUÖTTENZAAL // DO 25 MEI // 20.15 UUR // € 28,50 // THEATERSNEEK.NL



VRIJDAG 12 MEI
MUZIEK AAN DE LUTS
BALK
MUZIEK

Duo Heemsbergen (piano) en Van Jaarsveld (klarinet) met 'Joie de vivre'.
WWW.MUZIEKAANDELUTS.NL

LUISTEREN OP LOCATIE
IJLST
MUZIEK
Mini concerten in verschillende genres op drie locaties.
WWW.IJLST750.NL

VR. 12 MEI T/M ZO. 25 JUNI
WARBER WARNS
WARNS
KUNST
Kunstroute met werk van lokale kunstenaars als lint door het dorp.
WWW.DESPYLDER.NL

ZATERDAG 13 MEI
ONDER DE WOL
JOURE
MARKT
Markt en demonstraties in het teken van wol.
WWW.JOUREONDERDEWOL.WORDPRESS.COM

STEKJESRUILBEURS
OUDEMIRDUM
NATUUR
Kom planten, stekjes en zaaigoed ruilen in de Heemtuin van Mar & Klif.
WWW.IVN.NL/SUDWESTHOEKE

LEKS
MAKKUM
THEATER
Vertelling over het leven van een 16-jarige vluchteling uit voormalig Sovjet Unie.
WWW.CULTUREELPODIUMMAKKUM.NL

11MERENFIETSTOCHT
SNEEK
SPORTEVENEMENT
Fietstocht van 50, 100 of 150 kilometer.
WWW.ELFMERENFIETSTOCHT.NL

ZA. 13 EN ZO. 14 MEI
NATIONALE MOLENDAG
ZUIDWEST FRIESLAND
OPEN DAG
Veel molens draaien en zijn open voor publiek.
WWW.MOLENS.NL

WATERLAND

VAN  **FRIESLAND**

ZONDAG 14 MEI
FLINKE FLEA MARKET
HEMELUM
MARKT
Schatzoeken tussen de spullen van een ander.
WWW.ITFLINKEBOSKJE.NL

LEKS
SNEEK
THEATER
Vertelling over het leven van een 16-jarige vluchteling uit voormalig Sovjet Unie.
WWW.LEWINSKI.NL

DI. 16 T/M ZA. 20 MEI
ELFSTEDENWANDELTOCHT
FRIESLAND
11STEDEN
Meerdaagse wandeltocht langs de Elfsteden.
WWW.ELFSTEDENWANDELTOCHT.FRL

DOONDERDAG 18 MEI
HEMELVAARTFESTIVAL
JOURE
MUZIEK
Muziekfestival voor het hele gezin in Park Heremastate.
WWW.FACEBOOK.COM/HEMELVAARTFESTIVALJOURE

HEECHSPANNING
HEEG
STRAATTHEATER
30^e editie van dit straattheaterfestival met acts en livemuziek.
WWW.HEECHSPANNING.COM

16 DORPENTOCHT
JOURE
SPORTEVENEMENT
Fietstocht (25, 75, 120 of 150 km) met een Vlaams tintje langs prachtige dorpen.
WWW.VELOJOURS.NL

DO. 18 T/M ZA. 20 MEI
LEMMER AHÖY
LEMMER
SPORTEVENEMENT
Wedstrijden skûtsjesilen en veel gezelligheid aan wal.
WWW.ZEVENWOLDEN.NL

DO. 18 T/M ZO. 21 MEI
KLEINE SNEEKWEEK
SNEEK
WATERSPORT
In het hemelvaartweekend zeilen 300 schippers om de eer.
WWW.SNEEK.NL

VRIJDAG 19 MEI
IT KOMÔF FAN PLAKNAMMEN
BOLSWARD
LEZING
Pieter Duijff geeft een lezing over plaatsnamen in Friesland.
WWW.DETIJD.NL

WEIDEVOGELEXCURSIE
NIJHUIZUM
EXCURSIE
Ontdek het thuis van de grutto langs de Oudegaaster Brekken.
WWW.ITFRYSKEGEA.NL

ZATERDAG 20 MEI
ELFSTEDEN OLTIMER RALLY
FRIESLAND
11STEDEN
Grootste eendaagse, rijdende, oldtimer evenement in Europa langs alle Elfsteden.
WWW.ELFSTEDENOLDTIMERRALLY.NL

ZONDAG 21 MEI
HAPPEN EN GRAPPEN
LANGWEER
CABARET/CULINAIR
Driegangen diner en stand-up comedy show.
WWW.NOFLIKLANGWAR.COM

ZATERDAG 27 MEI
KUNSTMARKT
BALK
KUNST
Ruim 100 kunstenaars verkopen hun werk langs de Luts.
WWW.KUNSTKRINGGAASTERLAND.NL

PINKSTERMARKT
LANGWEER
MARKT
Sneupen op de pinkstermarkt in de Buorren.
WWW.FRYSLANMARKTEN.NL

ZONDAG 28 MEI
FLINKE FLEA MARKET
HEMELUM
MARKT
Schatzoeken tussen de spullen van een ander.
WWW.ITFLINKEBOSKJE.NL

MAANDAG 29 MEI
FIETSELFSTEDENTOCHT
FRIESLAND
11STEDEN
15.000 fietsers fietsen de Tocht der Tochten vanuit Bolsward.
WWW.FIETSELFSTEDENTOCHT.FRL

DO. 1 T/M ZA. 17 JUNI
DE SÛNDERES
BANTEGA
THEATER
Komisch, magisch en bij vlagen absurdistisch Iepenloftspul op bijzondere locatie.
WWW.IEPENLOFTSPULBANTEGEA.NL

VRIJDAG 2 JUNI
MUZIEK AAN DE LUTS
BALK
MUZIEK
Leeuwarder Madrigaalkoor met 'Beethoven gezien door zijn tijdgenoten'.
WWW.MUZIEKAANDELUTS.NL

ZATERDAG 3 JUNI
PLANTENEXCURSIE
HARICH
EXCURSIE
Maak kennis met bloeiende wilde planten bij de Verborgen Hoek.
WWW.IVN.NL/SUDWESTHOEKE

HEREMA PARK LIVE
JOURE
MUZIEK
Muziekfestival met onder andere BLØF en Jett Rebel.
WWW.HEREMAPARKLIVE.NL

DRIVE IN BIOS
TERHERNE
FILM
Vanuit de auto film kijken op een groot scherm.
WWW.GENIETENINTERHERNE.NL

OVERTUINENFAIR
IJLST
MARKT
Markt in de overtuinen van deze Elfstedenstad.
WWW.FACEBOOK.COM/OVERTUINENFAIR

ZONDAG 4 JUNI
FLINKE STREEKMARKT
HEMELUM
MARKT
Koop de heerlijkste streekproducten in het weiland van de Flinkefarm.
WWW.ITFLINKEBOSKJE.NL

4MIJL VAN SNEEK
SNEEK
SPORTEVENEMENT
Hardlooppwedstrijd over 4 Engelse mijl door de historische binnenstad.
WWW.SNEEK.NL

NIJS

GJIRRICH

INTERESSANT

LEMMER AHÖY

Van donderdag 18 tot en met 20 mei vormen het IJsselmeer en de Lemster Baai het strijdtoneel van zo'n 60 skûtsjes van de SKS en IFKS vloot. In alle klassen worden diverse wedstrijden gezeild. Ook voor het publiek is dit een spektakel want de wedstrijden in de Lemster Baai zijn goed te volgen vanaf de wal. En 's avonds liggen de skûtsjes afgemeerd bij de Vuurtorenweg; een prachtig gezicht. Met het skûtsjesilen, kermis, muziek en Hemelvaartmarkt op zaterdag staat Lemmer in het Hemelvaartsweekend dus bol van de gezelligheid.

WWW.HARTVANLEMMER.NL

ÛNTDEKKE

ONTDEKKEN

HEECHSPANNING

Heechspanning viert op Hemelvaartsdag, donderdag 18 mei, haar 30^e editie met veel muziek, dans en verrassend straattheater. Wandelend door Heeg loop je van podium naar podium en kijk je je ogen uit tijdens dit vrij toegankelijke festival voor jong en oud. De straten van Heeg zijn 's middags gevuld met meer dan 35 acts: van lokale artiesten tot internationale performers. En 's avonds wordt het straatfestival afgesloten met een spetterende slotact op de Syl. Bekijk het volledige programma op de website.

WWW.HEECHSPANNING.COM



FOTO: THOMASVAER FOTOGRAFIE

PUBLIEK BIJ LEMMER AHÖY

16 DORPENTOCHT

Op donderdag 18 mei, Hemelvaartsdag, stap je in Joure op de fiets voor een afwisselende dorpentocht door Friesland. Naast de 'traditionele' tochten van 25, 75 en 120 kilometer kun je dit jaar ook weer kiezen voor een route van 150 kilometer; de Flandrien-route. Dat betekent lekker toeren over de klinkerwegen langs wapperende geel zwarte Vlaamse vlaggen. Naast veel fietsplezier is er ook aandacht voor het goede doel; geld inzamelen voor onderzoek naar bestrijding van kanker. Dit jaar staat Stichting Matchis centraal.

WWW.VELOJOURS.NL

DRIVE-IN TERHERNE

Beleef een unieke filmavond vanuit de auto tijdens de Drive-in Terherne op zaterdag 3 juni. De skeelerbaan wordt voor deze gelegenheid omgetoverd tot een echte Amerikaanse Drive-In bioscoop. Op het witte doek wordt deze avond de film 'Grutte Pier' van Steven de Jong vertoont. Deze film vertelt het epische verhaal van de Friese vrijheidsstrijder Pier Gerlofs Donia. Heb je geen beschikking over een auto, reserveer dan een zitplaats voor je eigen stoel en neem een dekontje mee.

WWW.FACEBOOK.COM/DRIVE.IN.TERHERNE



FOTO: JURJEN ROZEBOOM

STRAATTHEATER TIJDENS HEECHSPANNING

OVERTUINENFAIR

De historische overtuinen aan de Eebracht en Galamagracht in IJlst zijn op zaterdag 3 juni het decor van de Overtuinenfair. Op deze dag staan de overtuinen vol kramen en zijn ze open voor publiek. Op de fair vind je een divers palet aan handelswaar; van keramiek, curiosa, antiek en woonaccessoires tot en met bloemen, planten en kleding. Verder staan er kramen met lekkernijen en tonen inwoners van IJlst oude ambachten. Daarmee komen de overtuinen in IJlst ieder jaar even extra tot leven.

WWW.FACEBOOK.COM/OVERTUINENFAIR

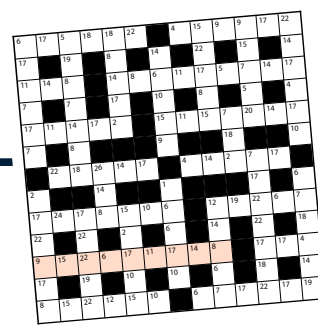
BEKIJK DE COMPLETE UITAGENDA OP: WWW.WATERLANDVANFRIESLAND.NL/UITAGENDA

OOK JOUW EVENEMENT HIER?

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

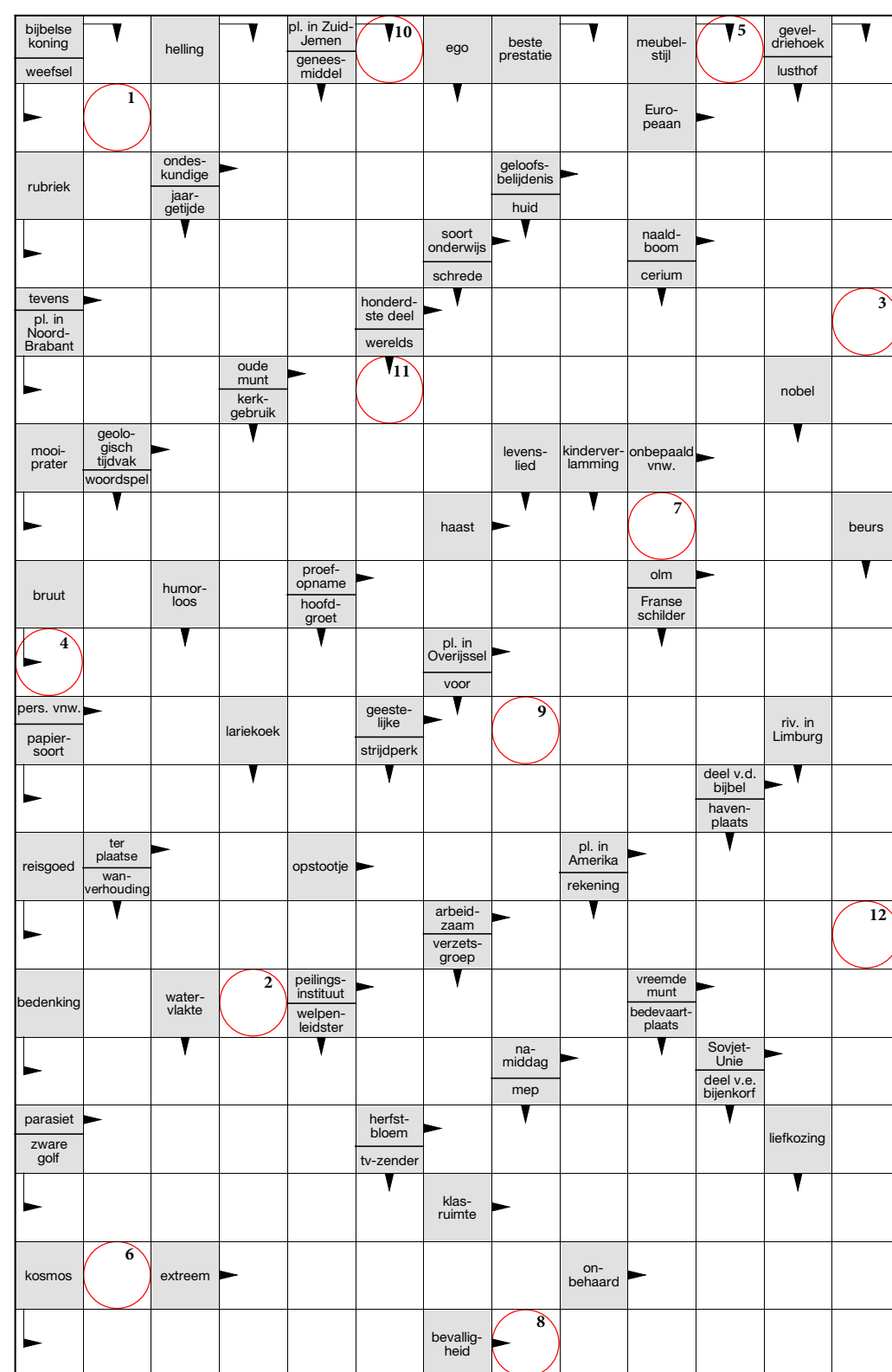
WWW.WATERLANDVANFRIESLAND.NL/UITAGENDA





Puzzelpagina nr. 05

Puzzel en win! In iedere editie van deze uitgave staat een puzzel waarmee je leuke prijsjes kunt winnen. Stuur je oplossing via de e-mail of met traditionele post. Je kunt dit sturen naar: info@grootdefryskemarren.nl o.v.v. puzzeloplossing **NR 05-2023** – tot uiterlijk 1 juni 2023. Wij wensen je veel puzzelplezier!



©www.puzzelpro.nl



©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.

AARDGAS	DOORZAKKEN	KATTIG	POEDERMELK
AIRCO	ELFJE	KREEK	REGEN
APPEL	EMMER	KUIFDEUKER	STRIP
BEWUST	ERGOTISME	LIGBANK	TONER
BOOTWERKER	ERUDIET	MAAIER	UITVLOEIEN
BREUK	EUROPA	MAUVE	VERMOGEN
CORSO	KADER	MUURTJE	

PUZZEL EN WIN 2 BIOSCOOPKAARTJES!

Burgemeester Kuperusplein 52
Heerenveen • T 0513-654051

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



STUUR JE ANTWOORDEN VAN PUZZEL 05 VÓÓR 1 JUNI 2023
PER E-MAIL NAAR: info@grootdefryskemarren.nl OF PER POST
NAAR: GROOTDEFYRSKEMARREN, ZWARTEWEG 4, 8603 AA SNEEK
EN VERMELD HIERBIJ UW ADRES!

COLOFON

Grootde Fryske Marren is een maandelijkse 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

Eelke Lok, Douwe Bijlsma,
Lotte van der Meij, Henk
van der Veer, Richard de Jonge
en Amanda de Vries

VORMGEVING

Frans van Dam
(blijdd.nl)

FOTOGRAFIE

Johan Brouwer

VERKOOP

Geart 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.



Wat doen wij met jouw afval? Beleef het bij Omrin welkom op onze open dag

zaterdag 3 juni 2023 vanaf 10.00 - 16.00 uur

Ecopark De Wierde, De Dolten 11 Heerenveen

gratis entree en parkeren



LIVE EVENTS & FOOD:

voor jong & oud

fun & vuilniswagens

leuke routes & weetjes

ontdek alles van Omrin
van afval naar grondstof!



ALLE INFO: SCAN QR-CODE OF OMRIN.NL/OPENDAG

HEB JE NOG MUNTJES?

DI. 30 MEI • LIVE: JAWIS! • 20-23u



**Party zalencentrum
't Haske Joure**
restaurant ♦ bowling ♦ midgetgolf

NA 1 JUNI 2023 ZIJN DE BLAUWE MUNTJES VAN 't HASKE NIET MEER INWISSELBAAR. HEB JE NOG MUNTJES? DAN IS DIT EEN IDEAAL MOMENT OM ZE OP TE MAKEN EN ZOWEL HENK ALS DE NIEUWE EIGENAREN DE HAND TE SCHUDDEN.

