

MAANDBLAD
02-2024

6^e JAARGANG • NR. 60

groot

bolsward-ijssemeer kust

meer dan nieuws



GROOTBOLSWARD-IJSSELMEERKUST.NL



IN DEZE UITGAVE
DUURZAAMHEID
special 2024



Auke Pier Buma en de tentfeesten in Workum

EN VERDER IN DIT NUMMER:

FACE TO FACE MET
ILSE DUISTERHOUT

DE BROMMERVERZAMELING
VAN KLAAS KOOPMANS

FOTO: JELLY MELLEMA FOTOGRAFIE

Vrouw!

EEN DAG VOOR JOU

22, 23 & 24 maart '24



Koop nu je tickets en
Vrouw! Shopper online!

BEURSVROUW.NL



WTC Expo Leeuwarden | Stadionplein | 8914BX

Alles voor wonen, slapen en design Vandermeerwonen



leolux

Ontdek de bestsellers binnen de collectie van Leolux in onze winkel en maak kennis met de nieuwste stof-leersoorten en kleuren.

Onze interieuradviseurs stellen met liefde de mogelijkheden voor.

Van der Meer Wonen

Bondi
vanaf €3275,- meerdere afmetingen en materialen mogelijk.



Mime
vanaf €1050,- mogelijk in leer stof en combinatie. Met twist onderstel ook mogelijk zonder arm.



Pallone vanaf €2195,- in volledig leer. Stof leer combinatie ook mogelijk.



VAN DER MEER
WONEN

Smidsstraat 12, Sneek
Vandermeerwonen.nl

Fauteuil Caruzzo
in leer vanaf €3395,- in stof vanaf €3025,-



Poef Caruzzo
in leer vanaf €1130,- in stof vanaf €1030,-



Flint hoekbank
in stof vanaf €6555,- ook in leer verkrijgbaar. Meerdere afmetingen en opstellingen mogelijk.



EDITORIAL

Fuck Calimero Forza Olympisch Bolsward!

Rond de tijd van de herindeling van vijf gemeenten tot de nieuwe gemeente Súdwest-Fryslân waren de 'Calimero-klachten' over het bevoordelen van Sneek boven de andere vier voormalige zelfstandige gemeentes niet van de lucht. Op alle slakken werden zout gelegd en er werden vele spijkers op laag water gezocht en gevonden. Grappig was overigens dat in Sneek exact hetzelfde gevoel heerste en dezelfde argumenten werden gebruikt. Nadat de 'fusie-as' was neergedwarreld in de jaren die volgden was Bolsward een van de eerste gemeentes die besloot niet te 'miepen', maar juist te focussen op de eigen kracht.

Vele kleine en grotere stappen werden gezet, indachtig de oud-Chinese filosofische uitspraak 'vele kleintjes maken één grote'. Dankzij individuele inwoners, verenigingen, winkeliers en bedrijven, dankzij de Vereniging Ondernemend Bolsward, dankzij de Bolswarder Activiteitencommissie. Deze instellingen weten ook steeds beter de weg naar de gemeenteraad te vinden met innovatieve plannen. Denk aan de transformatie van het indrukwekkende voormalige stadhuis tot Cultuur Historisch Centrum De Tiid, de start van de Eneco Tour in Bolsward, de initiatieven om Energiestad van Friesland te worden. Om er maar een paar te noemen.

Gevolg is dat de voormalige Hanzestad zichzelf zonder valse schaamte of overdrijving anno 2024 een bruisende stad mag noemen; een regionaal centrum waar, naast het brede winkelaanbod, altijd wel wat te beleven is.

Een mooi initiatief is dat Bolsward eind juni 2024 in het teken van de Olympische Spelen staat met 'Olympisch Heamiel' als het centrale thema voor de 72e editie van de 'Heamielfeesten'. De organisatie kiest naar eigen zeggen voor dit thema, niet alleen vanwege de nabijheid van de daadwerkelijke Olympische Zomerspelen, maar ook om de historische betekenis, waarbij zelfs oorlogen werden gestaakt voor deze sportieve gebeurtenis. Vergelijk het maar met de momenten waarop de Britse stammen onder aanvoering van Cassivelaunos zelfs in het heetst van de strijd met de invasieve Romeinen hun wapens voor enkele momenten terzijde legden voor hun traditionele theepauze om vier uur. (Bron: Asterix en de Britten).

Deelnemers worden aangemoedigd om tijdens de vierdaagse festiviteiten, die plaatsvinden van 26 tot en met 29 juni, het beste uit zichzelf te halen. Dit streven naar persoonlijke groei en participatie wordt niet alleen verwacht tijdens de intocht. Het comité nodigt de inwoners van Bolsward ook uit om hun buurten en winkelatalages te versieren en actief deel te nemen aan de georganiseerde activiteiten voor alle 'boeren, burgers en buitenlui'.



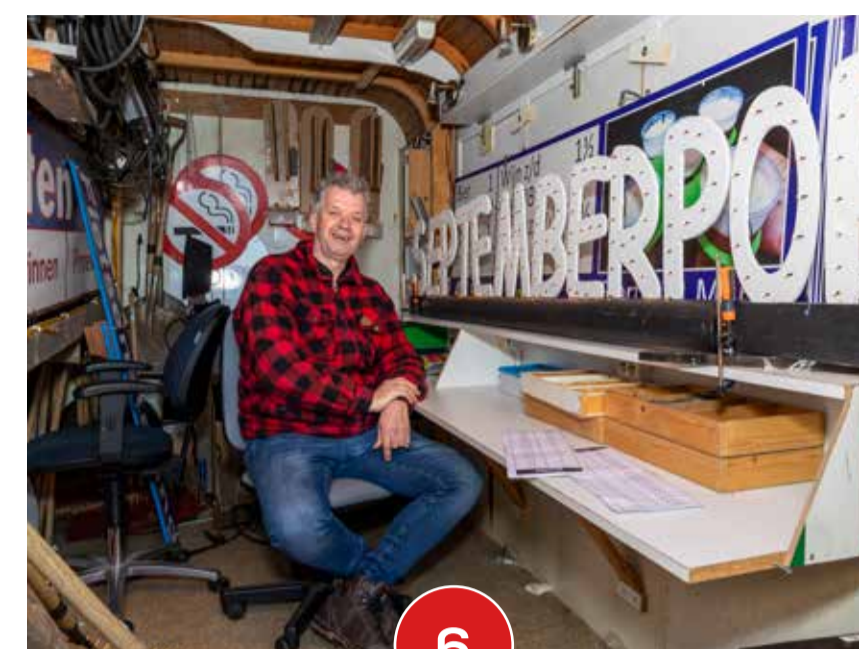
Forza Olympisch Bolsward, voor goud.

Veel leesplezier!

Wim Walda

Redacteur
GrootBolsward-
Ijssemeer kust

Inhoud



6



24



37



40

LEKKER LEZEN

- 6. AUKE PIER BUMA EN DE TENTFEESTEN IN WORKUM
- 20. FACE TO FACE MET ILSE DUISSTERHOUT
- 26. DE BROMMERVERZAMELING VAN KLAAS KOOPMANS

MAATSCHAPPIJ & SAMENLEVING

- 12. NIEUWS VAN GEMEENTE SÚDWEST-FRYSLÂN

GROOTBOLSWARD-IJSSELMEERKUST SPECIAL

- 29. DUURZAAMHEIDSKATERN

ACTUEEL

- 24. SCHOOLDECAAN KARIN RAADSVELD BEGELEIDT FIRDA-LEERLINGEN

GEZOND & FIT

- 37. HENRI WILLEMS IS BUDGETMAATJE BIJ SOLIDAIR FRIESLAND

SPORT

- 40. ERWIN NAUTA SPEELT PITCH & PUTT IN KOUDUM

CULTUUR & UITGAAN

- 44. UITGAANSAGENDA WATERLAND VAN FRIESLAND

KIJK VOOR HET LAATSTE NIEUWS OP:

WWW.GROOTBOLSWARD-IJSSELMEERKUST.NL

VOLG OOK OP SOCIAL MEDIA





Tijdelijke verhuizing huisartsenpraktijk Koudum

KOUDUM - Binnenkort wordt de huisartsenpraktijk aan de Túnkersstrjitte in Koudum grondig verbouwd. Hierdoor zal de huisartsenpraktijk tijdelijk verhuizen naar de Nieuweweg 7 in Koudum.

Parkeerruimte is daar beperkt, maar het parkeerhaventje bij de Verlengde Hoofdstraat of het parkeerterrein aan de Dominee Tinholtstraat is op korte afstand gelegen. De verhuizing vindt plaats op vrijdag 9 februari. Die dag zal de praktijk dan ook minder goed bereikbaar zijn en er zal beperkt spreekuur gevoerd kunnen worden. De huisartsen vragen ook om op die dag niet te komen bloedprikken als het niet nodig is. De huisartsen hopen dat op maandag 12 februari alles goed werkt en dat ze de cliënten vanaf die dag van dienst kunnen zijn op de Nieuweweg.

Rockavond in de kerk in Wons



WONS – Vrijdagavond 9 februari om acht uur treden Vermeij, Bont & Heilijgers op in de kerk in Wons. De band speelt onder andere rock & roll met een passie die je ouderwets bij de strot grijpt.

De band kwam eind 2023 in het nieuws op social media vanwege de hernieuwde samenwerking tussen de drie muzikanten Dirk Vermeij, Arthur Bont en Franklin Heilijgers. De bandleden zijn muzikanten van formaat. Zij speelden met Wild Romance, Paris Dandies, Raw Medicine, Louisiana Radio Mick Taylor en The Unoriginals. Vermeij, Bont & Heilijgers nemen je mee op een avontuurlijke gevarieerde reis door de wereld en de geschiedenis van de rock- en popmuziek.

Open Huis Marne & Bogerman

SWF – Wanneer je de stap van de basisschool naar het voortgezet onderwijs moet maken is dat best spannend en je wilt natuurlijk een goede keuze maken. Hoe doe je dat?

Het advies van het Marne College en Bogerman College aan de scholieren is: ga de school ontdekken. Geef je op voor activiteiten en bezoek het Open Huis. Stel zoveel mogelijk vragen. Dat is een mooie manier om erachter te komen wat voor jou belangrijk is.

Bij het Marne College in Bolsward zien ze leren als een avontuur en speelt iedere leerling de hoofdrol in zijn eigen reis. Ontdek jouw plek op het Marne college en geef je op voor de 'ontdekdagen' op 14 en 15 februari, het Open Huis op 7 maart en de 'doe-dagen' op 20 en 21 maart. Opgeven kan via de website marnecollege.nl.

Op csg Bogerman staat 'je maakt 't samen' centraal. Bogerman moedigt leerlingen aan om samen te werken, elkaars sterke punten te benutten en van elkaar te leren. Benieuwd hoe zij dat doen? Geef je via csgbogerman.nl op voor de 'doe-dagen' op 5, 6, 7 en 14 februari in Sneek of 28 februari in Balk. Een Open Huis is er op 27 in Koudum, op 29 februari in Sneek en op 1 maart in Balk.



Bedrijfsunits te huur op De Hemmen

SNEEK – Per direct te huur vanaf €435,- per maand: Bedrijfsunits aan de Wagenmakersstraat 6 op industrieterrein De Hemmen in Sneek.

Wagenmakersstraat 6 ligt direct aan de hoofdroute die "De Hemmen 2" verbindt met de N7/A7. Deze strategische locatie maakt het de perfecte uitvalsbasis voor ondernemers in milieucategorie 2 t/m 4.2, vooral die vallen onder de 'lichte industrie'. De 32 bedrijfsunits, gerealiseerd door Nosa Vastgoed BV, bieden ondernemers de ruimte die ze nodig hebben voor groei. De bedrijfsunits, verdeeld over twee aantrekkelijke gebouwen, variëren in grootte van 55 m² tot 240 m² op de begane grond. Voor extra flexibiliteit bieden optionele verdiepingvloeren extra vierkante meters voor opslag of kleinschalige kantoorruimte.

"Wij hebben dé unieke laatste kans voor ondernemers zoals jij: bedrijfsunits van 55 m², 60 m², 77 m² en eventueel groter aan de Wagenmakersstraat 6 in Sneek. Benut deze unieke kans om jouw bedrijf te vestigen op deze ideale locatie. Neem direct contact op met Nosa Vastgoed BV en ontdek hoe deze bedrijfsunits aan de Wagenmakersstraat 6 in De Hemmen jouw onderneming naar nieuwe hoogten kunnen brengen. Aarzel niet en bel ons vandaag nog op 06 – 36 48 23 52 of stuur een e-mail naar beheer@nosavastgoed.eu."

Reizend kunstwerk 'Stille Strijd' in Bolsward

BOLSWARD – Er reist een kunstwerk door Nederland van de hand van kunstenaar Saskia Stolz. Het kunstwerk verbeeldt een jongen diep in gedachten en heeft als titel 'Stille strijd'. Het beeld staat tot 12 februari in Bolsward, bij de Broerekerk.

Het kunstproject 'Stille strijd' vraagt aandacht voor de mentale gezondheid van jongeren vandaag de dag. Eén op de vijf jongeren - óók in de gemeente Súdwest-Fryslân - kampt met eenzaamheid en depressie en zelfdoding is zelfs doodsoorzaak nummer één onder jongeren. Slechts 8% van de jongeren praat over deze donkere gedachten. Met het standbeeld 'Stille Strijd' wil kunstenaar Saskia



Stolz het taboe op depressie en suïcide doorbreken en het gesprek hierover op gang brengen. Met het plaatsen van dit kunstwerk vraagt de gemeente Súdwest-Fryslân, samen met andere partijen, aandacht voor depressie en suïcide onder jongeren. Hierover praten kan écht het verschil voor iemand maken. Zo krijgen leerlingen van het Marnecollege bijvoorbeeld al lessen over mentale gezondheid.

Súdwest-Fryslân vergroent met klimaatsubsidie en gratis regentonnen

SWF - De gemeente Súdwest-Fryslân biedt inwoners vanaf 1 maart 2024 klimaatsubsidie en gratis circulaire regentonnen aan. De gemeente heeft hier € 350.000,- voor uitgetrokken.



Omdat het klimaat verandert en het heter en droger wordt in de zomer en natter in de winter, helpt de gemeente inwoners om hun eigen huis en tuin klimaatbestendiger te maken. Al eerder bood de gemeente subsidie voor groene daken en geveltuinen. Deze worden aangevuld met subsidie voor regenwateropslag, het vervangen van tegels voor groen in de tuin en een installatie waarmee je met regenwater het toilet doorspoelt.

"Met een regenton kun je water opvangen en hergebruiken. Daarmee bespaar je kraanwater én geld. Door tegels te vervangen door planten of gras, voorkom je wateroverlast. Tegelijk draag je bij aan een beter milieu. Door de regentonnen ook nog eens te maken van afval, creëren we een ultieme win-winsituatie. Met deze laagdrempelige regelingen helpen we inwoners om te verduurzamen en zijn we ook als gemeente beter bestand tegen klimaatveranderingen", aldus wethouder Michel Rietman.

Training 'In Balans' voor senioren in Nijland



NIJLAND - Regelmatig dreigen de balans te verliezen of moeite hebben met opstaan uit stoel of bed, het zijn voor veel ouderen herkenbare situaties. De training 'In Balans' leert u hoe u vallen kunt voorkomen door met eenvoudige oefeningen uw evenwicht te verbeteren en sterker te worden.

Maandag 5 februari a.s. start de training 'In Balans' van Team FRL/Súdwest-Fryslân in MFC De Mande in Nijland. De training bestaat uit dertien lessen. Afgelopen maandag 29 januari was er al een eerste kennismakingsmiddag. De lessen worden gegeven door ervaren 'In Balans'-trainer. Meer informatie over de training 'In Balans' vindt u op de website beweegteamsudwestfryslan.nl.



Femuza korenfestival in Gasthuiskerk

BOLSWARD – Femuza, de Federatie van Muziek en Zang in de gemeente Súdwest-Fryslân, organiseert zaterdag 17 februari een korenfestival in de Gasthuiskerk in Bolsward.

Aan dit festival nemen zeven koren deel die worden beoordeeld door een vakjury onder leiding van Jan Hibma. De koren kunnen deelnemen aan het Galaconcert van Femuza in Theater Sneek op 2 juni. Het programma van het korenfestival op 17 februari begint om vijf uur. Om tien uur is de afsluiting. Achtereenvolgens komen de volgende koren aan bod: Vox Humana, Koudum (o.l.v. Feike van Tuinen), Vocal Chain, Harlingen (o.l.v. Gert Jan Hoekstra), Scheppingsgave, Witmarsum (o.l.v. Jannie Kramer-Gietema), CMK Ons Genoegen, Heeg (o.l.v. Doede Terluin), CGK Nije Moed, Oosthem (o.l.v. G. Dam-Riemersma), De Reinbôge, Woudsend (o.l.v. Louiza Saitova) en Vocaal Ensemble Eljakim, Bolsward (o.l.v. Erwin de Ruijter).

Musea Zuidwest-Friesland op één online platform

BOLSWARD - De Stichting Samenwerking Musea Zuidwest-Friesland lanceerde op 26 januari jl. met trots een gezamenlijk online platform www.MuseumZuidwestFriesland.nl, een innovatieve stap om de samenwerking tussen negen lokale musea te verdiepen en te versterken.

Deze negen musea zijn: Museum De Tiid, It Tsiispakhûs, Kazemattenmuseum, Jopie Huisman Museum, Museum Warkums Erfskip, Museum Hindeloopen, Houtstad IJst, Modelspoormuseum en Fries Scheepvaart Museum. De lancering van de overkoepelende website markeert een cruciale mijlpaal in de missie van de stichting. Het hoofddoel is tweeledig: allereerst fungeert de website als een solide basis voor het vertellen van een gezamenlijk verhaal, gericht op diverse doelgroepen. Ten tweede dient de website als een krachtig visueel instrument om de duurzame samenwerking tussen de musea in Súdwest-Fryslân te benadrukken.



Mannenkoor Edoza zingt voor Voedselbank Bolsward



BOLSWARD - Op zondag 11 februari organiseert het Sneker Mannenkoor Edoza een zangdienst in de Gasthuiskerk in Bolsward. De opbrengst van de zangdienst gaat naar de Voedselbank in Bolsward.

Dirigent Jan Hibma heeft een mooi programma samengesteld, waarbij naast koorzang ook veel ruimte is voor samenzang. De koor- en samenzang wordt op orgel begeleid door Sebastiaan Schippers. De aanvang van het concert is om 15:30 uur. De entree is gratis maar er zal na afloop een deurcollecte worden gehouden ten bate van de Voedselbank in Bolsward.

Eelke's vinger op de zere plek

Reinvoetbal

Al wie it mar in pear dagen sa, binnen de heale dei skolden we ek al wer op dy kâlde noardwestewyn. Neidat in sunich winterke foar in hiel lyts bytsje iiswille soarge hie. Mar dat skelle foel dus ferkeard; der waardens daliks wer bakken fol reinwetter oer ús hinne stoarten, yn in aloan stoarfeftige wyn. Eigen skuld; altyd dat geseur oer it waar ek.

Hoewol, hoewol... It giet dizze winterperioade wol hiel need. It wetter koenen we noch kwyt wurde, al hienen Makkum en Hylden efkes gjin strân mear. Mar dêr woe dochs nimmen hinne. It is no al jierren frij ronfelic waar om nijjer hinne, mar wy ha ús der noch hieltyd net op oanpast. Nim no bygelyks it amateurfoetbal. Noch altyd dat gegriem fan at der in wedstriid spile wurde kin, bygelyks op in keunststof fjild, dan moat dat trochgean, seit it bûn. Wat in ûnsin.

Want elke amateurfoetbalbestjoerder wit wol dat, sels at der ien of oar ynternasjonaal kampioenskip is, dat at de temperatuer aardich is, it publyk hiel graach lekker mei de kont tsjin de buis oan stiet nei in wedstriidje te sjen. Dan komme se echt wol. No net. It skynt dat der yn jannewaris wedstriden trochgien binne, wêrby trije taskôgers wiene. En dat wie ek noch famylje fan de lju dy't blau fan de kjeld yn de modder omstrûpten.

En al dy earne jonkjes en famkes dy't fan heit en mem fuotbalje moatte, want dat skynt wol aardich te fertsjinen; dy wrakselje oan de bonken ta kâld en wiet op it treningsfjildje om en dêr wurde se echt net in spaan better fan. Lit dy profklubs mar idioaterwise it hiele jier fan dy yngewikkelde en swiere kompetysjes spylje. Dy ha ommers gjin ferlet fan publyk, dy krije wol telefyzjefjilden. Dy't foar it oare ek noch betelle wurde troch al dy amateurfoetballeafhawwers.

Draaf yn dy amateurkompetysjes net mear like ûnnoazel en hurd as yn de betelle kompetysjes. Gewoan winterstop fan heal desimber oant heal febrewaris. En fan febrewaris oant desimber de kompetysje yn twa helten. Moai sein, hê? Je sil lykwols sjen dat it takom jier yn sa'n grutte winterstop sok moai waar is, dat der alle wiken fuotballe wurde kin. It waar is baas oer alles.

Eelke Lok. Als journalist van Omrop Fryslân draait hij al veertig jaar mee en is hij met name bekend van zijn verslagen van het skûtsjesilen, maar je zou hem tekort doen door hem het stempel sportjournalist te geven, want Lok is allround. Door zijn originele non-nonsense kijk op de wereld weet hij ogenschijnlijk ingewikkelde zaken vaak te 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...



ORGANISATOR AUKE PIER BUMA:

“Voor een baas werken is voor mij geen uitdaging”



“**Het is een verslaving waar je niet meer vanaf komt**”

Met de 35ste keer dit jaar heeft Septemberpop zich een vaste plaats verworven op de ‘uitgaanskalender’ van Workum en wijde omstreken. In het kielzog van dit fenomeen is Septemberpop goes après-ski - dit jaar voor de negentiende keer - zo langzamerhand óók al een gebeurtenis geworden waar reikhalzend naar wordt uitgekeken. Beide evenementen zijn ontsproten aan het brein van Auke Pier Buma (58) die jarenlang een feestcafé had in het centrum van de stad. Twee jaar geleden deed hij dat café van de hand. Wat drijft deze man? Hoe kijkt hij terug op zijn drukke leven en wat wil hij gaan doen ‘als hij later groot is’? Met deze en nog meer vragen gingen we op audiëntie.

Goed opletten is het devies deze ochtend, want niet alleen praat Auke Pier Buma bijna niet te volgen snel; hij springt ook nog eens van de hak op de tak waarbij het ene na het andere onderwerp voorbij komt en doet dat ook nog eens afwisselend in het Fries en in het Nederlands. Saai is het allerminst.

HUISKAMER VAN DE SAMENLEVING

Auke Pier Buma: “Ik mis het soms nog wel. Niet het leven op zich, maar ik zat altijd onder jeugd, wist wat er zich afspeelde en ik mis de gesprekken die ik had met de jongeren. We waren de huiskamer van de samenleving. Met veel jeugd. Wat ik ook miste waren de feestquizen die we altijd in het café hadden. Die doen we nu veel voor bedrijven, verenigingen, families en zo. De namen pubquiz en feestquiz bestonden al, dus hebben we de naam ‘Quizzen Maar’ bedacht. We hebben het er druk mee en moeten er om denken dat we niet elk weekend weg zijn, want dan wordt de geschiedenis herhaald. Ik vind het ook leuk om op zaterdagmiddag even in Workum in de sporthal te zijn, wedstrijd kijken en een biertje daarna.”

ZESTIG TENTEVENEMENTEN

“Maar de meeste tijd zit hem in de evenementen”, gaat hij verder. Zestig tentevenementen heeft hij tot nog toe georganiseerd. “Er komt veel bij kijken: enorme draaiboeken. Ik heb te doen met verenigingen waar vrijwilligers dit na hun werk nog moeten organiseren. Maar ik doe het niet alleen, natuurlijk. Ik heb veel steun aan mijn twee zoons Jurgen en Sander, die veel meedenken en waar ik veel mee kan overleggen. Er is een opbouwploeg, een barteam, en een opruimploeg. Tevens is er een goede samenwerking met de voetbal- en volleybalvereniging van Workum; zij leveren ook de mensen voor in de garderobe. In totaal helpen wel zo’n veertig mensen mee, denk ik. In september hebben we twee tenten

met een middenterrein. In de ene tent hebben we bands en in de andere djs.” Gevraagd naar de gein van het organiseren zegt hij: “Het is een verslaving waar je niet meer vanaf komt.”

CONTROLE FREAK

Al op jonge leeftijd kwam Auke Pier Buma met het boerenleven in aanraking doordat zijn vader een tuin had langs de spoorlijn, grenzend aan het land van een boer. “Bij die boer ben ik later gaan werken. Ik was altijd buiten, was geen leerder maar een doener, was op mijn zestiende al van de lts. Zaterdag op de fiets naar school, vaak ook wel liftend. Dan hield je geld over. Ik mocht graag op stap, hield wel van het uitgaansleven. Zo rond mijn 25ste dacht ik: ‘Ik moet ook eens wat studeren’. Toen heb ik mijn horecapapieren gehaald. Ik wilde graag een eigen horecazaak. Ik houd ervan om dat stukje risico te nemen. Als ik ergens aan begin, weet ik dat het goed of fout af kan lopen. Dat is voor mij de uitdaging.”

De ondernemersgeest zat er bij mij al vroeg in. Het is voor mij belangrijk dat ik het zelf kan bepalen. Eigenwijs, misschien, want ik weet het altijd wel een beetje beter. Daar kom ik wel eerlijk voor uit. Maar dat moet je ook hebben als ondernemer. Je moet achter je gedachten staan. Ik doe zeker wel iets met de feedback van anderen, maar ik volg wel altijd mijn eigen doel. Zoals ik het zie, denk ik dat het de beste manier is. En dan moet je van goede huize komen om mij op andere gedachten te brengen”, lacht hij. “Ik ben super controle freak. Als die jongens de tent opbouwen, loop ik alles na. Perfectionisme is niet het juiste woord, risico’s uitsluiten is misschien beter. Als ik een feest organiseer moet het goed en vertrouwd zijn. Dat het in erg korte tijd verdiend moet worden, heeft daar mee te maken, natuurlijk. We gaan om acht uur ’s avonds open en ’s nachts om half twee gaat de tap dicht.”

PASSIE VOOR MUZIEK

Muziek is de passie van Buma. Kort verteld had hij veertig jaar geleden een drive-in show. Een behoorlijk succesvolle, mogen we wel zeggen. Hij stond niet alleen in grotere zalen zoals het FEC, maar boekte ook grote namen als Golden Earring, Clouseau en Rowen Hèze. Naast het discjockey zijn, organiseerde hij in die tijd ook

“Wat seist” was bijna mijn stopwoord



Fotografie: Joan vd Brug

Al 24 jaar is mevrouw de Boer-Zoodma ambtenaar van de burgerlijke stand en ondanks haar pensioen blijft ze dit doen. ‘Het is het allermooiste baantje dat ik heb.’ Ze zit daarnaast nog in het bestuur van een politieke partij en fietst graag. De teruggang in haar gehoor ging geleidelijk. ‘Tijdens vergaderingen zorgde ik er altijd voor dat ik naast de voorzitter zat, zodat het geluid naar mij toekwam. Als mijn zoon iets zei in de kamer, dan vloog ik uit de keuken met “Wat seist?”. “Wat zeg je” was zowat mijn stopwoord.’ Hij zei ook tegen mij: “Je bent doof, als je mij niet ziet, reageer je nergens op en de televisie staat zo hard.” Nadat ik dit van meerdere kanten hoorde, wist ik dat ik er iets aan moest doen.

Vandaar dat ik de stap heb genomen. Ik heb gekozen voor Hoorzorg Friesland in Franeker, zij zitten lekker dichtbij en als er iets is dan kan ik er op de fiets naar toe. Mijn gehoor zat op 50%.

Op advies van de audicien heb ik hoortoestellen achter mijn oren. Ik hoor verschillend: links hoort beter dan rechts. Toen ik de hoorapparaten kreeg, is dit allemaal netjes ingesteld. Ik vond eerst de donkere klanken aan de linkerkant heel hard, die hebben ze meteen bijgesteld, daarna had ik een score van 100%. Ze hebben me heel netjes geholpen.

Met de hoortoestellen in, is het echt een wereld van verschil. Ik hoor zelfs weer dat ik het gas aansteek. Als ik op de fiets zit dan hoor ik de auto’s achter mij van ver aankomen. Wel had ik last van de wind tijdens het fietsen. Toen zei de audicien dat ik mijn hoofd ietsje moest draaien, zelfs een centimeter maakt al verschil en hij heeft gelijk! Ik hoor wel eens van kennissen dat zij de hoortoestellen uitdoen als ze gaan fietsen. Daar begin ik niet aan. ‘s Ochtends doe ik ze in en ‘s avonds weer uit. Net als een bril zijn hoortoestellen hulpmiddelen en ik hoef nooit meer te vragen “Wat seist”.

))) Hoorzorg Friesland

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

Els Haasloop Werner

‘Ja, deze bril is leuk, hé!’

Els Haasloop Werner is een vlotte zestiger die houdt van fietsen door het weidse landschap van Friesland: ‘Ik heb een zicht van 160% in de verte, dat is heel bijzonder. Ik geniet dan ook enorm van de landerijen, het is zo mooi.’ Naast dat ze volwassenen onderwijs geeft in talen, is ze met pubers in de weer op het huiswerk instituut en geeft ze statushouders Nederlandse les ‘We hebben soms de grootste lol, ondanks dat we elkaar helemaal niet kunnen verstaan.’



De OptiSjen

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

Fotografie: Johan Brouwer

Els houdt van gezelligheid en vindt het dan ook een feestje om naar De OptiSjen te gaan. ‘Ze zijn er altijd vrolijk, ook onderling en dat straalt uit naar de klanten. Dit is al mijn 3e bril sinds ik bij hen kom, voorheen op de Rienck Bockemakade. Ik heb astigmatisme en zonder de bril met plus glazen en cilinders kan ik niet lezen, dan vervormt het beeld en klopt het niet meer met de werkelijkheid.

Ik hou van kleurtjes en heb dan ook geen doorsnee bril gekozen. Bij dit montuur van Anne & Valentin werden de stylisten direct stil, toen dacht ik: Hier gaat iets goed. Vanaf een foto kon ik hem zelf zien en toen wist het: Dit is hem. Hij past perfect bij mijn groene ogen en het zet mij aan tot creativiteit: Ik heb een heel mooie legergroene jas gekocht met een roze coltruitje en heb mijn make-up ook aangepast. Mensen vinden hem heel bijzonder, ze kijken vaak alleen maar en dan denk ik: ‘Ja, hij is leuk, hé!’ De buurvrouw kwam een paar weken later vragen waar ik die leuke bril vandaan had. Nu hebben zij en haar vriend ook een leuke bril van De OptiSjen.

→ *vervolg van pagina 7*



“Je moet van goede huize komen om mij op andere gedachten te brengen”



Auke en Wietske Buma hebben het druk met quizen voorbereiden, maar Auke Pier neemt ook de tijd om vogels te spotten in de natuur.

evenementen. Zijn grote droom was een eigen kroeg. Die kocht hij 26 jaar geleden en deed hij twee jaar geleden weer van de hand. Buma: “Corona heeft ons de ogen geopend. We waren altijd ‘s nachts aan het werk en ik heb vaak gedacht: ‘Willen we dit straks nog?’ De huizenmarkt was goed en het café was snel verkocht. En de grap is dat een aantal ondernemers nog wist dat ik vroeger in de agrarische sector had gewerkt. Sinds de verkoop van het feestcafé verhuur ik me als zzp’er in deze branche.”

JEUZELLEN

Auke Pier Buma en zijn vrouw, steun, toeverlaat en rechterhand Wietske wonen in Ferwoude, onder de rook van Workum waar hij werd geboren en ook opgroeide. “Ik geniet enorm van de vogels hier achter”, wijst hij over de landerijen achter zijn woning. “Ik mag ze graag fotograferen. De natuur geeft me rust. Als het een mooie dag is ga ik op het bankje zitten bij het fietspad. Dan wacht ik op een speciaal vogeltje dat komt, of misschien niet komt. Het gekke is dat mensen altijd tegen me beginnen te praten. Maar dat komt misschien ook omdat ik kroegbaas ben geweest. Dan heb je natuurlijk met veel mensen een vertrouwensband.

Iemand zei eens: ‘Jij bent een goede kroegbaas, want jij kunt jeuzelen’. Ik vind een ander zijn verhaal altijd interessant om aan te horen, maar ook om daar iets op te zeggen. Ik kan goed luisteren, maar

ze krijgen ook altijd mijn mening te horen. Dat ook. Je krijgt als kroegbaas veel mee. Het leven nu is prima zo, maar ik mis het soms wel, dat nachtleven. De verhalen met de jeugd, je weet wat er leeft en wat de jeugd bezighoudt. Je weet veel. Ik heb jongens gehad die nog een cola-berenburg wilden. Dat weigerde ik soms en dat vonden ze niet leuk op dat moment. Volgende dag kreeg ik een appje met daarin ‘je had gelijk’. Ik bedoel, wil je die paar euro verdienen of is het zo mooi geweest.”

AMERIKA EN CANADA

“En nu de quizen. We zitten weer onder de mensen. Wietske werkt nog bij de apotheek. Er zijn maar weinig weekenden dat we niets hebben. We zijn best bezige bijtjes. Ik ben ook best sociaal aangelegd. Bezoekjes aan familie, vrienden. Dat vind ik belangrijk. Het café deden Wietske en ik samen, met in het weekend personeel dat vaak vele jaren bij ons werkte. Met een aantal van hen hebben we nog steeds een goed contact. Daar hebben we een

band mee en dat vind ik erg bijzonder. Zo zijn we kort geleden met twee van deze vrienden naar Engeland geweest.”

Is Engeland wellicht het favoriete vakantieoord van het echtpaar Buma? “Nou nee,” lacht hij, “dat is de auto pakken en rijden. Eigen baas zijn en dan lekker door Europa trekken. Ik heb een hekel aan vliegvelden en vooral aan dat wachten.” Deze ergernis zette hij opzij voor een rondreis door Amerika en Canada, vorig jaar. “Ik vind vakanties prachtig en we hebben daar nu ook tijd voor. We zijn nu beiden nog fit, dus moet je het nu doen. In de buurt van Seattle woont een omke van mij en die hebben we bezocht. Ik heb veel sympathie voor die man. Hij is met niets naar Amerika gegaan, daar boer geworden en organiseerde daar landbouwbeurzen. Het ligt in de bedoeling dat we volgend jaar weer gaan. Dan bezoeken we ook muzieksteden als Louisiana, Nashville en Memphis.”

En dan met glimmende ogen: “We worden dit jaar pake en beppe, ja man, hartstikke mooi. Maar ik moet nog wel aan het idee wennen, want ik voel me helemaal geen pake. Een pake is een oude man terwijl ik altijd druk, druk, druk ben.”

‘Je meent het’, zouden we bijna zeggen.





BINNENKORT VERBOUWEN?

Bij Visser huurt u eenvoudig en snel een afvalcontainer!



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

Betekenisvol afscheid nemen

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

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

Neem gerust contact met ons op

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

uitvaartverzorgingbolsward.nl

Scandinavische woonwinkel.nl



Al drie generaties lang staat de passie voor hout en kwalitatief timmerwerk centraal in het 100% Deense familiebedrijf Skovby in Oost-Jutland. Meubelmaker Thorvald Rasmussen richtte Skovby op in 1933. Hij was een man met een visie, en hij legde al meteen de basis voor het bedrijf zoals het vandaag is.

Deze passie mogen we al ruim 25 jaar delen als dé Skovby specialist. In onze showroom in het centrum van Sneek bieden we een zeer uitgebreide collectie aan van hoogwaardige Skovby meubelen die passen bij uw Scandinavische interieur.

www.scandinavischewoonwinkel.nl - Grootzand 32 Sneek - Tel. 0515-745 073

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



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

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



www.big-green.nl
Info 0299-321188



Volg ons op!
f @ X in

Ondernemersavond circulair werken

Wat houdt circulair werken precies in? Waarom zou je hier naar toe werken? En hoe kun je de eerste stappen zetten? Op dinsdag 6 februari vertelt Erik Fledderus je hier alles over. Erik is projectmanager Circulaire Ketens bij Circulair Friesland. En traint bedrijven in het ontdekken van circulaire kansen en hoe je een circulair plan voor je bedrijf maakt. Verder maken we kennis met het bedrijf Wajer en horen we waarom zij inzetten op circulair werken.

Hoe ziet het programma eruit?

De Ondernemersavond Circulair Werken ziet er als volgt uit:

19.30 uur: Inloop

20.00 uur: Start programma met:

- Erik Fledderus over het ontdekken van circulaire kansen en het maken van een circulair plan voor je bedrijf.
- Jan-Jacob Altenburg over Wajer en waarom zij inzetten op circulair werken.
- Rondleiding.

21.45 uur: Afsluiting en napraten met hapje en drankje

Waar en wanneer?

Dinsdag 6 februari van 20.00 – 21.30 uur bij Wajer in Heeg. Het adres is Bûtlân 16 in Heeg. Ben je erbij? Meld je dan aan via de QR-code.



Kom langs bij SWF Tichtby

Heb jij moeite om rond te komen? Wij helpen je graag!



Wist jij dat de gemeente verschillende geldpotjes heeft om jou te helpen? Kom langs bij SWF Tichtby voor informatie en krijg direct hulp bij het aanvragen van verschillende regelingen.

Nieuwe locaties en tijden in 2024

Dit jaar staan we weer voor jullie klaar op een aantal vaste plekken in Súdwest-Fryslân. Elke werkdag ben je van 9.00 - 12.30 uur welkom in het Súdwesthûs (Marktstraat 8) in Sneek. Je hoeft geen afspraak te maken. De koffie staat klaar!

Maandag

13.30 - 16.00 | Heeg, MFC it Heechhûs, it Eilan 67
ledere maandag 15 januari tot en met 25 maart 2024

Dinsdag

9.00 - 16.00 | Bolsward, De Tiid, Jongemastraat 2
Het hele jaar

9.30 - 16.00 | Workum, De Klameare, Merk 1
ledere dinsdag van 16 januari tot en met 26 maart

Woensdag

9.30 - 16.00 | Stavoren, MFC De Kaap, Voorstraat 80
ledere woensdag van 17 januari tot en met 27 maart

9.30 - 16.00 | Kimswerd, Piers'Stee, Harlingerweg 26a
17 en 31 januari, 14 en 28 februari, 13 en 27 maart

Donderdag

9.30 - 16.00 | Makkum, MFC Maggenheim, Klipperstraat 21a
ledere donderdag van 18 januari tot en met 28 maart

9.30 - 16.00 | Wommels, It Trochpaad, Walperterwei 14
ledere donderdag van 18 januari tot en met 28 maart

"Met energietoeslag erbij
kan ik net rondkomen"



Papierwinkel & Steunpunt UGS Sneek

Op andere dagen en tijdstippen kun je voor hulp ook terecht bij de Papierwinkel van Stichting Sociaal Collectief en bij Steunpunt UGS Sneek.
www.stipepunt.nl/de-papierwinkel
www.ugs-fryslan.nl

Goed nieuws!

Je kunt weer energietoeslag aanvragen

Er zijn vast mensen in Súdwest-Fryslân die nog geen energietoeslag hebben ontvangen, maar er wel recht op hebben. Naar deze mensen zijn we op zoek!

De energietoeslag is € 800 of € 675 of € 550, afhankelijk van de hoogte van je inkomen. Ken jij mensen die nog nooit energietoeslag hebben ontvangen, maar er waarschijnlijk wel recht op hebben? Vertel ze er dan over.

Inwoners die eerder al energietoeslag hebben ontvangen en er nu weer recht op hebben, hebben het geld al in december op hun rekening gekregen.

Wil je weten of je energietoeslag kunt krijgen? Je kunt dit eenvoudig controleren met de handige rekenhulp.

Direct aanvragen

Vul het formulier op de website in en vraag de energietoeslag direct aan: www.sudwestfryslan.nl/energietoeslag

Wil je liever wat hulp bij de aanvraag?

Kom dan langs bij SWF Tichtby. Neem een legitimatiebewijs (ID-kaart of paspoort), bewijs van je inkomen, je bankpas en een bewijs van de betaling van je huur mee.

www.sudwestfryslan.nl/swftichtby

14 0515

tichtby@sudwestfryslan.nl



Omgevingswet

Woord Bauke Dam

Er gebeurt veel in Súdwest-Fryslân, de ontwikkeling van deze gemeente stopt niet. Wonen, duurzaamheid, erfgoed, ondernemerschap, sport en cultuur, recreatie en evenementen. Het belangrijkste in al die ontwikkelingen is dat we de leefbaarheid altijd voor ogen houden. Súdwest-Fryslân is een plek waar het fijn wonen, werken en verblijven is, en dat moet ook zo blijven.

De nieuwe Omgevingswet gaat ons daar goed bij helpen. We hebben er even op moeten wachten maar de nieuwe wet is van kracht. En daar ben ik blij om, want die Omgevingswet zet ons, Súdwest-Friezen in onze kracht. De nieuwe wet creëert ruimte voor de vindingrijkheid, innovatiekracht en creativiteit die in onze inwoners en ondernemers zit. Het biedt richting aan hoe we samen deze plannen vorm kunnen geven. En het versnelt procedures, zonder dat we daarbij afdoen aan de kwaliteit van onze prachtige leefomgeving.

Het zal wel even wennen zijn, de nieuwe Omgevingswet vraagt van veel mensen een nieuwe manier van werken. Bovendien moeten vele processen aangepast worden. Ik hoop dat de Omgevingswet ons als mienskip nog dichter bij elkaar brengt en dat we samen bouwen aan een nog mooier Súdwest-Fryslân.



Omgevings-wat?!

Op 1 januari 2024 treedt de Omgevingswet in werking. De Omgevingswet is een nieuwe wet, die voor heel Nederland geldt. Hierin staan alle wetten en regels voor de fysieke leefomgeving. Kortom, een wet die gaat over alles wat je buiten ziet, hoort of ruikt.

Met de nieuwe Omgevingswet wordt het voor inwoners en ondernemers duidelijker welke regels er zijn. De Omgevingswet vervangt namelijk 26 wetten en honderden regelingen. Ook komt er meer ruimte voor nieuwe ideeën van inwoners en ondernemers. De Omgevingswet moet alles dus simpeler maken, door de regels samen te voegen onder één Omgevingswet. Het proces bij gemeenten wordt daarmee korter en daardoor weet je sneller of jouw bouwplannen kunnen doorgaan. Dat geldt vooral voor ingewikkelde bouwplannen waar meerdere partijen bij betrokken zijn, zoals een groot bouwproject.

Wat merk je van die Omgevingswet?

In de eerste instantie niets. Maar als je iets wilt verbouwen aan jouw huis of tuin en je vraagt hiervoor een vergunning aan, dan gaat dat straks anders dan voorheen.

Je zoekt de regels op in een nieuw online loket, het Omgevingsloket. In dat loket kun je controleren of je een vergunning nodig heeft en deze ook direct aanvragen.

Voor wie heeft de wet gevolgen?

De gemeente is verantwoordelijk voor de inrichting en het beheer van de openbare ruimte en wij zijn met zijn allen verantwoordelijk voor de leefomgeving. Onder leefomgeving verstaan we in ieder geval bouwwerken, van grote panden tot aan het schuurtje in de tuin, infrastructuur, watersystemen, water, bodem, lucht, landschappen, natuur, cultureel erfgoed en werelderfgoed. Inwoners, ondernemers en initiatiefnemers die activiteiten willen uitvoeren in de leefomgeving krijgen te maken met de omgevingswet.

Eén loket

Met de komst van de Omgevingswet gaat alles straks via één digitale website: het Digitale Omgevingsloket (DSO). Dit is een loket waar alle overheden samenwerken zodat je op één plek alle informatie vindt die je nodig hebt. Via dit loket vraag je vergunningen aan en kun je lezen met welke regels je te maken krijgt. Soms blijkt uit het Digitale Omgevingsloket dat je voor jouw

bouwplannen helemaal geen vergunning nodig hebt. Of jouw bouwplan is niet zo groot, waardoor je zonder problemen, snel een vergunning aanvraagt. Dit kun je nu gemakkelijk zelf controleren op deze nieuwe website: www.omgevingswet.overheid.nl. De landelijke vergunningscheck is nog in ontwikkeling. Mocht je er niet uitkomen, laat het ons gerust weten.

Hoe werkt het dan?

Stel je wilt een dakkapel plaatsen, jouw garage ombouwen tot bedrijfsruimte, een speeltuin op het lege veldje in de buurt of een buitensportaccommodatie in de wijk. Dan vraag je jouw vergunning aan via het Digitale Omgevingsloket. Na het indienen van de aanvraag gaan wij aan de slag met de beoordeling. Jouw contactpersoon bij de gemeente neemt contact met je op bij vragen of onduidelijkheden. Binnen 8 weken weet je doorgaans waar je aan toe bent. Bij een positief advies heb je dus al binnen 8 weken een vergunning. Alleen de echt complexe aanvragen kunnen wat langer in beslag nemen. Wij raden je aan om eerst een vooroverleg aan te vragen, nog voordat je de vergunningsaanvraag indient.

Een vooroverleg? Wat is dat?

Heb je uitgebreide bouw- of verbouw plannen? Dan kun je een vooroverleg (omgevingsvergunning) aanvragen. Zo heb je jouw bouwplan niet op alle onderdelen volledig uit te werken en weet je eerder of jouw plan haalbaar is. Meer informatie over een vooroverleg vind je via www.swf.frl/vooroverleg.

Participatie

Participatie is een belangrijk thema binnen de Omgevingswet. Je informeert en betreft vroegtijdig belanghebbenden bij jouw plan. Belanghebbenden zijn bijvoorbeeld inwoners, vertegenwoordigers van bedrijven, professionals van maatschappelijke organisaties en bestuurders van overheden.

Jij bent als initiatiefnemer verantwoordelijk voor het organiseren van een participatieproces. Wij hechten hier waarde aan. Met participatie laat je zien wat belanghebbenden van jouw plan vinden en hoe je de belangen van deze belanghebbenden meeneemt in jouw plan. Dit wordt vervolgens meegewogen in het besluit om wel of geen vergunning te verlenen.

Doel van de nieuwe Omgevingswet

- **Overzichtelijk:** Alle regels over de fysieke leefomgeving in één wet
- **Snellere besluitvorming:** Binnen 8 weken een besluit
- **Eén ingang:** Alle aanvragen komen binnen via één loket.
- **Maatwerk:** Gemeenten krijgen meer mogelijkheden om zelf te bepalen wat wel en niet wenselijk is in een bepaald gebied.
- **Meedoen:** Inwoners, bedrijven en andere belanghebbenden worden vanaf het begin betrokken bij een plan.

Omgevingsvisie

Eén van de nieuwe instrumenten uit de Omgevingswet is de Omgevingsvisie. Deze helpt om keuzes te maken bij ontwikkelingen die de fysieke leefomgeving beïnvloeden.

We denken bij de Omgevingsvisie vanuit ambities en mogelijkheden. Daarbij zijn juridische kaders niet leidend. We houden het simpel en zijn uitnodigend. Zoek elkaar op en plannen samen. De Omgevingsvisie nodigt uit tot ontwikkelingen: het is dé rode draad voor gemeentelijke activiteiten in de leefomgeving.



De Omgevingsvisie van Súdwest-Fryslân vind je op www.swf.frl/omgevingsvisie

Meer informatie over de Omgevingswet vind je op www.swf.frl/omgevingswet

Wet Kwaliteitsborging

Heb je plannen om te gaan bouwen of verbouwen?

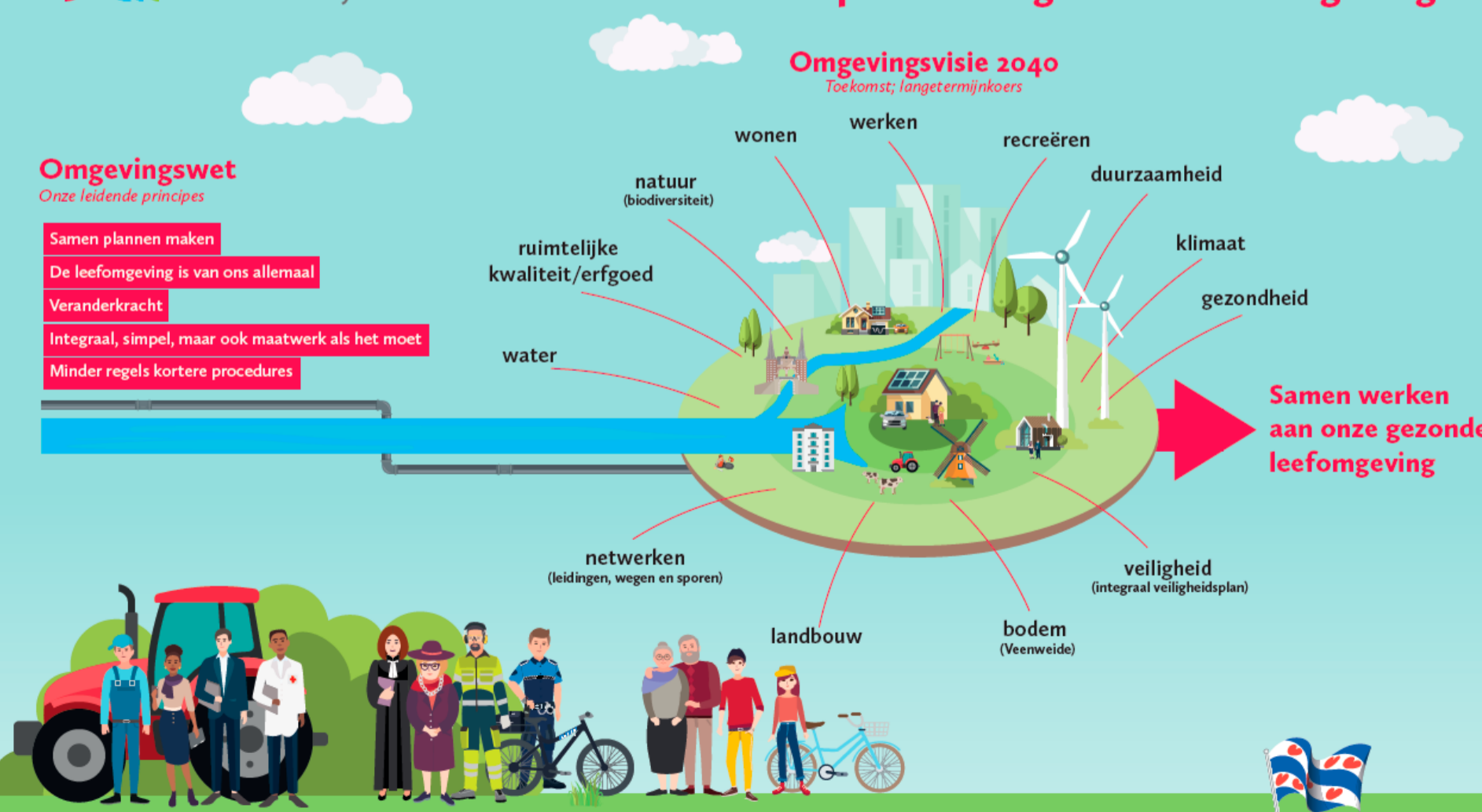
Met de Omgevingswet verandert ook de manier van kwaliteitsborging voor het bouwen. Vanaf 1 januari moet je voor bepaalde bouwactiviteiten zelf een kwaliteitsborger inschakelen. Deze controleur kijkt mee of uw bouwactiviteit aan de technische regels voldoet. De nieuwe wet gaat als eerste gelden voor nieuwbouw van bouwwerken die vallen onder gevolgklasse 1. Na een gewenningsperiode van 1 jaar zullen ook verbouwingen onder gevolgklasse 1 komen te vallen.

Op www.swf.frl/kwaliteitsborging lees je hier meer over.

In het Digitaal Stelsel Omgevingswet (DSO) check je zelf of je een vergunning nodig hebt:



Mei ús mienskip naar een gezonde leefomgeving



Jaarverslag 2023 Gemeenteraad Súdwest-Fryslân

Bijna honderd inwoners spreken in bij gemeenteraad in 2023

Bijna honderd inwoners hebben in 2023 ingesproken bij de gemeenteraad van Súdwest-Fryslân. Tachtig daarvan deden dat bij commissievergaderingen over onderwerpen die op de agenda stonden. Twaalf inwoners spraken in bij Ynwenners oan it Wurd over onderwerpen die niet op de agenda's stonden. Deze en nog een groot aantal andere cijfers zijn terug te vinden in het Jaarverslag 2023 van de gemeenteraad van Súdwest-Fryslân. Een deel ervan lees je hier. Het overzicht met alle cijfers vind je op sudwestfryslan.nl/onderwerp/gemeenteraad

Raadsleden zijn gekozen inwoners uit onze gemeente. Ze besluiten hoe het geld verdeeld wordt en bepalen in grote lijnen wat de gemeente doet. Ook controleren ze het college van burgemeester en wethouders

Forum voor Democratie - 1 zetel

Hylke Jellema

ChristenUnie - 1 zetel

Geartsje Horjus-Vos

Mooi SWF - 1 zetel

Pieter Jan Scholtanus

VNLB - 2 zetels

Cees Riezebos
Menno de Vries

GROENLINKS - 2 zetels

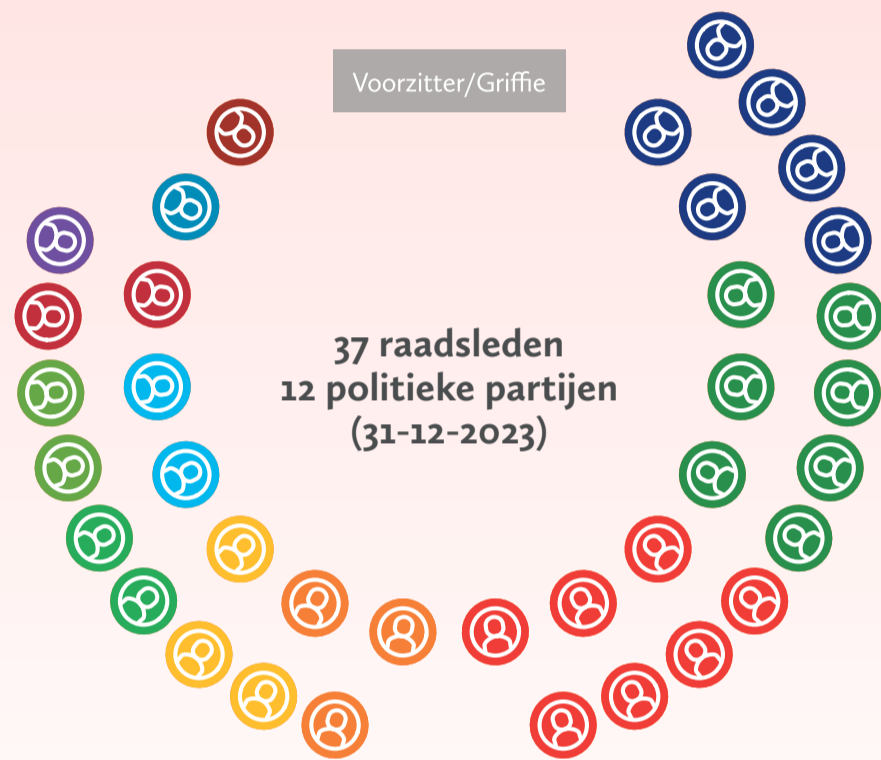
Ilske Koopmans-Douma
Edwin Cnossen

NIEUW SOCIAAL - 2 zetels

Pieter Greidanus
Jacoline Engelmoer-Leeuwen

D66 - 2 zetels

Luuk Adema
Mare de Vries



FNP - 6 zetels

Tsjerk Bouwhuis
Corrie Bergstra-Veldhuis
Douwe Blom
Thea Hoekstra-Vleer
René van der Leij
Jikkie Ruiter-Postma

CDA - 7 zetels

Uilke Attema-de Groot
Jos de Boer
Arjen Doedel
Karel Lever
Haye Ketelaar
Theunis de Vries
Bob van der Werf

PvdA - 7 zetels

Marijke Roskam
Aagje Bouwhuis-Harkema
Johan Feenstra
Mark Konst
Paula van der Veer
Piet van der Veer
Pier Visser

GBTL - 3 zetels

Peter Walinga
Sjoerd Hettinga
Carla van der Hoek

VVD - 3 zetels

Debbie Kruit
Lianne van der Wal
Simon de Witte

Besluiten en insprekers

147 besluiten genomen door de gemeenteraad in **10** raadsvergaderingen

80 insprekers in **33** commissievergaderingen

In een commissievergadering kunnen inwoners of organisaties inspreken over een onderwerp dat op de agenda staat.

Amendementen

20 < amendementen ingediend
5 < aangenomen > **13**
5 < verworpen ingetrokken > **2**

Een amendement is een voorstel voor het aanpassen van een raadsbesluit.

Moties

34 < moties ingediend
11 < aangenomen > **15**
11 < verworpen ingetrokken > **8**

Een motie is een oproep of verzoek van de raad aan het college van burgemeester en wethouders.

Ynwenners oan it wurd

12 < insprekers
In de raadszaal > **9** Op locatie > **3**

Inwoners kunnen inspreken over een onderwerp dat niet op de agenda van een commissievergadering staat. Dit kan ook op locatie.

Gast van de Raad

50 deelnemers bij **5** x Gast van de Raad

Deelnemers waarderen Gast van de Raad gemiddeld met een **8**

Inwoners nemen een kijkje achter de schermen van de gemeenteraad, maken kennis met de burgemeester, raadsleden en wethouders en zijn bij een raadsvergadering.

500+ abonnees

Wil je weten wat er op de agenda's van de commissies en gemeenteraad staat en wanneer de raadsleden onderwerpen bespreken die jij belangrijk vindt? Abonneer je dan via griffie@sudwestfryslan.nl op de vergaderstukken. Zo mis je niets.

Scan de qr-code voor een animatie over het werk van de gemeenteraad Súdwest-Fryslân.



Volg ons op!
f @ X in

Het gebiedsteam: een steuntje in de rug, zodat je weer verder kunt

Iedereen kan weleens wat hulp gebruiken. Bijvoorbeeld als opvoeden lastig is. Of bij geldproblemen. Het gebiedsteam van gemeente Súdwest-Fryslân geeft inwoners op allerlei levensgebieden advies en ondersteuning. In Workum, Koudum en Makkum kun je sinds kort naar het inloopspreekuur komen. Voel je welkom!

Stel, je bent mantelzorger en voelt je al een tijdje overbelast. Of misschien ben je door ziekte je baan kwijtgeraakt en heb je moeite om je leven weer op te pakken. Of je weet niet precies hoe je je moet inschrijven bij de woningcorporatie. Meestal lossen mensen zulke problemen zelf op met hulp van vrienden of familie. Maar soms lukt dat niet. Dan kun je terecht bij het gebiedsteam.

Meedenken

Wat is het gebiedsteam eigenlijk? Dit team biedt advies en ondersteuning bij uiteenlopende vragen. Bijvoorbeeld over mantelzorg, zelfstandig wonen, werk, vrijwilligerswerk, dagbesteding, geld, schulden, opvoeding, onderwijs en inburgering. Sommige inwoners vinden het gewoon lastig om alles goed te regelen. Het gebiedsteam is er voor al die inwoners, jong en oud. Het team denkt mee en schakelt zo nodig hulp in.

Structuur en overzicht

"Mensen kunnen hun verhaal bij ons kwijt", vertelt gebiedsteammedewerker Jildou. "We helpen ze om weer structuur en overzicht te krijgen." "Stel, iemand heeft schulden en wil hulp", licht Jildou haar collega Marike toe. "Dan kunnen we onze collega's van schuldhelpverlening inschakelen. Heeft iemand ondersteuning nodig om werk te vinden, dan zijn er andere collega's die iets kunnen betekenen. Zo heeft iedereen zijn eigen expertise, maar werken we binnen het team nauw met elkaar samen. We kijken ook altijd of er oplossingen zijn in de eigen omgeving."

Inloopsprekuren

Gemeente Súdwest-Fryslân heeft vier gebiedsteams: in Sneek-Noord, Sneek-Zuid, Bolsward en omgeving en het buitengebied. In totaal staan er zo'n 150 medewerkers klaar voor de inwoners. Het gebiedsteam is telefonisch, via de gemeentewebsite www.sudwestfryslan.nl en via e-mail bereikbaar. Het team brengt huisbezoeken en ontvangt inwoners op het gemeentehuis. Sinds kort zijn er in Workum, Koudum en Makkum ook inloopsprekuren. Jildou en Marike zitten daar zelf ook af en toe. "Met deze inloopsprekuren in het buitengebied zijn we letterlijk dichterbij de inwoners", legt Jildou uit. "We hopen dat het de drempel verlaagt om bij ons te komen." "Mensen kunnen bij ons advies of informatie vragen



of ook gewoon een korte vraag stellen", vult Marike aan. "We bieden graag een luisterend oor."

Bakje koffie

Zoals het woord al zegt, kun je tijdens de inloopsprekuren van het gebiedsteam gewoon binnenlopen. In Workum en Makkum zit het gebiedsteam in het pand van de huisarts, in Koudum in MFC De Klink. Marike: "Tijdens het inloopspreekuur in Koudum zijn ook andere organisaties aanwezig, zoals het Stipepunt en de Papierwinkel. En, heel gezellig: er is dan ook een koffie-uurtje. Een gratis bakje koffie, een praatje en andere mensen leren kennen. Wat wil je nog meer?"

In de gemeente Súdwest-Fryslân staat de kracht van de mienskip centraal, het samen doen. Daar past de ondersteuning van het gebiedsteam goed bij, vindt Jildou. "Inwoners krijgen een duwtje in de rug, terwijl ze zelf aan zet zijn. Dus: kom je er even niet uit? Vraag hulp. We luisteren zonder oordeel." Marike en Jildou hebben al vaak mogen ervaren dat mensen goed geholpen waren met de ondersteuning van het gebiedsteam. Marike: "Een typerende uitspraak is: 'Ik kin wer fjierder'. En dat is ook precies waar we het voor doen: dat mensen zelf weer verder kunnen."

'We horen vaak terug: 'Ik kin wer fjierder'. Daar doen we het voor.'

Inloopsprekuren gebiedsteam

Workum

Wanneer: iedere vrijdagochtend in de even weken
Hoe laat: 10:00 – 12:00 uur
Waar: Huisartsenpraktijk Krojenga & de Jong, Konvintsydyk 1

Koudum

Wanneer: iedere woensdagochtend in de even weken
Hoe laat: 9:30 – 11:30 uur
Waar: MFC de Klink, Dominee L. Tinholtstraat 1

Makkum

Wanneer: iedere donderdagochtend in de oneven weken
Hoe laat: 10:00 – 12:00 uur
Waar: Sûnhûs, Dominee L. Touwenlaan 13A

Het is ook mogelijk om een vraag te stellen tijdens een gesprek bij jou thuis of telefonisch via 14 0515.

Wil je meer weten over de gebiedsteams? Kijk op www.sudwestfryslan.nl/gebiedsteam.

Gemeente **Súdwest-Fryslân**

ONDERNEMEN MET IMPACT



Accountmanager ondernemen Jan Tadema:

“Top of the bill ondernemerschap in Súdwest-Fryslân”

Als je de gemeente nodig hebt als je als ondernemer je bedrijf wilt uitbreiden, personeel tekort hebt, je bedrijf wilt beëindigen, een subsidie wilt aanvragen, je bedrijf wilt verplaatsen, je een financiële vraag of andere vragen hebt, kun je terecht bij één van de vijf accountmanagers ondernemen van de gemeente Súdwest-Fryslân. Jan Tadema maakt sinds zeven jaar deel uit van deze groep en heeft als rayon de driehoek vanaf Makkum langs het IJsselmeergebied via Oudega en IJlst. Met daarin ook veel watersportbedrijven. Watersport is een passie voor deze Fries. “Privé heb ik een boot gebouwd en ik ben er nu eentje aan het restaureren. Dan heb je raakvlakken als je bij een werf komt. Je herkent waar ze het over hebben. We hebben dezelfde passie en als een ondernemer dan vol enthousiasme vertelt over zijn bedrijf, dan word ik daar ook enthousiast van”.

Faciliteren, informeren en verbinden

Het werk van de accountmanager ondernemen is in het kort: contactpersoon zijn voor bedrijven en bedrijven faciliteren, maar ook informeren, inspireren en verbinden. Signaleren van trends is ook een onderdeel, volgens Jan Tadema. “Als drie bedrijven tegen dezelfde dingen aan lopen, dan moet je daarmee aan de gang. En daarbij misschien wel onze vakexperts betrekken. Voorbeeld is het dichtslippen van jachthavens. We onderzoeken nu

samen met ondernemers of hier een oplossing voor gevonden kan worden om dat zoveel mogelijk te beperken.”

Sociale beweging

Als Jan Tadema wordt gevraagd om een voorbeeld te noemen van 'Ondernemen met Impact', als het gaat om vernieuwen van producten is het antwoord: Impact Boats. Tadema: “Zij maken van petflessen 3D geprinte sloepen. Wat impact op sociaal vlak betreft zijn er ook bedrijven in mijn rayon die mensen aan het werk hebben die nergens anders een kans krijgen. Dat doen ze vanuit hun moreel besef. Daarnaast zie je dat bedrijven dorpshuizen, festiviteiten en verenigingen steunen. Bedrijven hebben hiermee impact op de leefbaarheid in het dorp of de stad.”

RVS- en Jachtbouw-Valley

“Als gemeente moeten de we rode loper uitleggen voor bedrijven”, meent Tadema. “We hebben in Súdwest-Fryslân bijvoorbeeld een gigantische roestvaststaalindustrie. Eigenlijk zou het hier 'roestvaststaal valley' moeten heten”, grapt hij. “Het is ongekend wat we hier aan roestvaststaal verwerkende bedrijven hebben en ook wat ze maken. De Boer Heeg maakt bijvoorbeeld al het ijzerwerk voor nederzeërs. Dat is top of the bill. Op het gebied van RVS zit in onze gemeente ontzettend veel kennis.

Dat geldt ook voor de jachtbouw. Op het evenement 'Boot Düsseldorf' zie je de verschillen tussen de boten die in onze gemeente en daarbuiten worden gebouwd.

Wat een verschil in kwaliteit. Alleen al aan de buitenkant, polyester dat gewoon heel strak is. Ik ben trots op de kwaliteit die in onze gemeente geleverd wordt.”

Pionieren in de gastvrijheidssector

Recreëren kun je bij uitstek in onze gemeente. Zowel inwoners als bezoekers genieten van de diversiteit aan mogelijkheden, waaronder de accommodaties en voorzieningen én de enthousiaste en gastvrije ondernemers. Ook op dat vlak wordt samen met ondernemers gekeken hoe de gemeente kan bijdragen om hen te faciliteren om onder andere recreanten jaarrond aan onze gemeente te binden.

Daarnaast loopt er het unieke project 'Sliepe yn'e Takomst'. Dat is het resultaat van een samenwerking tussen gastvrijheidsondernemers, aannemers en architecten in Fryslân.

Zeven teams, bestaande uit een recreatieondernemer, een aannemer, een architect en enkele studenten, gaan aan de slag om zeven biobased en circulaire recreatiewoningen te ontwerpen.

Zorgen dat de ondernemer verder komt

Tadema: “Ik vind het geweldig als ondernemers vol enthousiasme over hun bedrijf vertellen. Dan denk ik: 'Jou ga ik helpen, zo goed als ik kan'. Dat is de energie die ik er uit haal en dat maakt het werk ook zo leuk. Belangrijk te noemen is

dat we het met ons allen doen. Ik ben heel erg afhankelijk van mijn collega's. Met ons allen zorgen we ervoor dat die ondernemer verder komt. Als een ondernemer iets binnen wil brengen bij de gemeente, maar niet weet hoe hij dat moet doen, bel alsjeblieft. Dan maken we een spoorboekje waar achter elkaar de te volgen stappen staan.”

Jan Tadema

Jan Tadema heeft een bouwkundige achtergrond. Hij heeft zo'n tien jaar in het bedrijfsleven gewerkt bij verschillende advies- en ingenieursbureaus.

Vervolgens heeft de accountmanager bij verschillende gemeentes gewerkt en is indertijd 'meeverhuisd' naar de gemeente Súdwest-Fryslân.

Informatie over de andere accountmanagers en de verdeling van de rayons zijn op de website van de gemeente te vinden.



Bauke Dam – wethouder Economische Zaken

Ondernemen met impact in 2024

En onze ondernemers hebben we nodig. Nodig voor de leefbaarheid in onze gemeente. Nodig voor de maken van impact voor onze omgeving en onze inwoners. Of je nou een grote of kleine ondernemer bent. Of je nou in één van onze dorpen zit of in een van onze steden.

Vindingrijke ondernemers kenmerken Súdwest-Fryslân
Súdwest-Fryslân kenmerkt zich door vindingrijke ondernemers. Ondernemers die zich moeiteloos of op wilskracht aanpassen aan de veranderende omgeving. Bijna overal waar ik langs kom zie ik ondernemers die bezig zijn met innovatie in hun vakgebied. Ik daag jou als ondernemer uit om voorop te blijven lopen op dit gebied. Als gemeente zijn we er om je daarbij te helpen door het delen van kennis, het geven van ruimte en in het leggen van nieuwe verbindingen en contacten. Want alleen ga je sneller, samen kom je verder.

Samen kom je verder

En dat samenwerken in Súdwest-Fryslân is iets wat ik al veel zie gebeuren. Zowel in samenwerkingsverbanden als gewoon door elkaar op te zoeken en samen oplossingen te bedenken. Gewoon doen.

In een wereld die steeds meer verbonden is, is het steeds belangrijker om samen te werken. Niet alleen binnen onze bedrijven, maar ook met anderen in de industrie. Samenwerking bevordert synergie en opent de deur naar nieuwe mogelijkheden. Juist in deze tijd waar de oplossingen niet altijd voor de hand liggen. Laten we in 2024 dus de krachten bundelen om gezamenlijk succes te behalen.

Positieve impact op de mienskip

Onze rol als gemeente is er één van faciliteren, stimuleren en informeren. De gemeente is er om je te ondersteunen in jouw ondernemersreis en om de lokale economie te laten floreren. Ik geloof dat

we samen een verschil kunnen maken en een mienskip kunnen opbouwen waarin ondernemen niet alleen winstgevend is, maar ook een positieve impact heeft op de wereld om ons heen. Ik merk in de gesprekken dat onze ondernemers verder kijken dan hun eigen neus lang is. Dat je als lokale ondernemer je verantwoordelijk voelt voor je bedrijf, je personeel en zo ook voor je hele omgeving, je stad of je dorp.

Sluit je aan bij je ondernemersvereniging. Denk en praat mee met ons over de gezamenlijke uitdagingen. Zoals ruimte voor slimme groei, netcongestie, verduurzaming, een vitale arbeidsmarkt en innovatie in verschillende sectoren of andere, nieuwe manieren om samen impact te maken.

Laten we 2024 omarmen als het jaar waarin we samen bouwen aan een veerkrachtige, innovatieve en duurzame lokale economie. Ik kijk ernaar uit om samen te werken en elkaar te ontmoeten. Ik wens jou een voorspoedig en impactvol nieuw jaar!

Volg ons op!


Nieuws

Impact ondernemers gezocht

Ken jij een bedrijf dat veel positieve impact maakt? Door de manier waarop zij werken? Of met personeel/klanten omgaan? Laat het ons dan weten via ondernemen@sudwestfryslan.nl. Wij komen graag met dit bedrijf in contact.



Terugblik ondernemersevent Theater Sneek

Op 28 november was het grote ondernemersevent in Theater Sneek. Een bevolgen Ruud Koorstra inspireerde de ruim 400 aanwezigen met zijn missie om de transitie naar duurzame energie een flinke versnelling te geven. Ook vond de finale van de Verkiezing Onderneming van Súdwest-Fryslân 2023 plaats. Drie prachtige bedrijven stonden in deze finale: Altis uit Wiuwert, Groencentrum Witmarsum en EFKO Beton uit Uitwellingerga. Laatst genoemde ging er met de winst vandoor. EFKO Beton won onder andere de sculptuur 'Circle of Evolution' van Alwin Overwater. De winnaar koos dit werk uit de negen werken die speciaal voor deze prijs waren aangeboden. We kijken terug op een inspirerende avond!

Uniek project recreatiesector van start

Het unieke project Sliepe yn'e Takomst is half december van start gegaan. Het is het resultaat van een samenwerking tussen gastvrijheidsondernemers, aannemers en architecten in Fryslân. Zeven teams, bestaande uit een recreatieondernemer, een aannemer, een architect en enkele studenten, gaan aan de slag om een biobased en circulaire recreatiewoning te ontwerpen. Doel van dit project is ervaring en kennis met biobased en circulair bouwen op te doen.

Het project wordt geleid door Oarshûs, het nieuwe bedrijf van Doeke van Wieren, Nicolaas van Everdingen en Gerrit Hiemstra. Oarshûs is gespecialiseerd in biobased bouwen. Op 6 februari 2024 wordt het project afgetrapt met alle betrokken partijen in het Biosintrum in Oosterwolde. Het project zal eind juli afgerond worden.

Activiteitenagenda

DONDERDAG 25 JANUARI, 20.00 -21.30 UUR
Klimaatverandering en de invloed hiervan op bedrijventerreinen bij HEGO Buiten in Hommertus

DINSDAG 6 FEBRUARI, 20.00 – 21.45 UUR
De eerste stappen in Circulair Werken bij Wajer in Heeg

DONDERDAG 29 FEBRUARI, 20.00- 21.30 UUR
Tips en tricks voor gestructureerde export bij Titan Salt in Bolsward

ZATERDAG 9 MAART VAN 10.00 – 16.00 UUR
Open Bedrijvendag, hét event waar bedrijvig Súdwest haar deuren opent voor het grote publiek.



Voor meer informatie en aanmelden check de QR code.

Contact

Accountteam Ondernemen Súdwest-Fryslân
 www.sudwestfryslan.nl/accountteam
 ondernemen@sudwestfryslan.nl

BOOT Holland

Stap aan boord tijdens Boot Holland!

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

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

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

6 t/m 10

MAART 2024

www.boot-holland.nl

WTC EXPO Leeuwarden



HEY EVENEMENT ORGANISATOR!

Trek meer bezoekers naar je evenement. GrootMedia is dé lokale mediapartner die ruim 200 duizend inwoners en toeristen bereikt via print en online in de gemeenten Súdwest-Fryslân, de Fryske Marren én Heerenveen.



Lokaal je evenement promoten?

Scan de QR-code voor onze evenement-pakketten, of ga naar www.grootmedia.nl.

Ontvang je graag advies op maat?

Bel 0515 745 005 of stuur een mail naar adverteren@grootmedia.nl.

GROOTMEDIA



KLEINTJE SKIBEURS

9 & 10
FEBRUARI

STAPELKORTING!
OP BIJNA ALLE WINTERSPORT
JASSEN, -BROEKEN EN PULLIES!

1 artikel = 20% korting

2 artikelen = 30% korting

3 of meer = 40% korting

*voorwaarden zie winkel

SPORTHUIS A.P. VAN DER FEER
thuis in de winter sport

DIJKSTRAAT 7 - 11 | 8701KB BOLSWARD | T. 0515-572397 | APVDFEER.NL



Palludara en De Greiden samen Wiis

Het nieuwe jaar vormde ook het startschot van Wiis, de onderwijsgroep voor basisonderwijs met een christelijke identiteit in de gemeenten Súdwest-Fryslân en Waadhoeke. Wiis ontstond door een fusie van de voormalige stichtingen Palludara en CBO De Greiden. In het najaar van 2023 konden medewerkers meedenken over een naam voor de nieuwe organisatie. Een werkgroep selecteerde uit meer dan zeventig inzendingen een top vier, waaruit de bestuurders 'Wiis' kozen.

Op donderdag 11 januari werd er een feestelijke nieuwjaarsborrel georganiseerd. Deze vond plaats in het nieuwe stichtingsbureau, dat gevestigd is in het pand van de voormalige Rabobank aan de Snekestraat in Bolsward. Ook werd het

nieuwe logo gepresenteerd door bestuurders Albert Faber en Jan Paul ten Brink.

VANUIT HET HART

De leden van de werkgroep lichtten na de onthulling de keuze voor de naam, het logo en de slogan toe. Het Friese woord wiis betekent wijs, trots, verstandig. Op school dragen de medewerkers kennis en wijsheid over. We leren onze leerlingen om trots op zichzelf te zijn. Er is ruimte voor eigenheid; we zoeken verbinding en omarmen diversiteit, wie je ook bent of wilt zijn. Alles wat we doen, doen we vanuit ons hart. Wiis kiest bewust voor een Friese merknaam en een Nederlandse slogan. Niet elke leerling of ouder heeft Friese wortels en Wiis is er voor iedereen.



MODERN ÉN KLASSIEK LOGO

Het nieuwe logo van Wiis is modern en klassiek. De letter van Wiis is modern, speels en kleurrijk en kenmerkt zich door verbinding. De klassieke letter van de slogan biedt een tegenwicht. Net als in het onderwijs wordt het goede van de klassieke aanpak behouden, maar krijgen ook eigentijdse ontwikkelingen aandacht. Het kleurenpalet van Wiis varieert van dieppaars tot magenta en oranje; een warme, welkome uitstraling.

EEN WIIS BESLUIT VOOR HET BESTE ONDERWIJS

Door de fusie is een toekomstbestendige en slagvaardige stichting ontstaan die zich sterk maakt voor de borging van kwalitatief, duurzaam en divers basisonderwijs in het voedingsgebied. Wiis bestaat uit 22 scholen, zo'n 3000 leerlingen en ruim 400 medewerkers. Uitwisseling van expertise door leerkrachten zal een boost krijgen en scholing kan makkelijker op maat en op locatie worden georganiseerd. Dit komt ten goede aan de ontwikkeling van de medewerkers en de leerlingen. Ook zijn de scholen beter in staat om de voorziene demografische leerlingendaling in de regio op te vangen. Na de voorjaarsvakantie zal een Wiis-dag voor de medewerkers van alle scholen plaatsvinden.



BIJDRAGE VAN ANTONIUS HYPERCARE

TEKST: HARRIËT PLANTINGA

Hyperbare zuurstoftherapie bij Antonius Hypercare

Zuurstof in hoge dosering zorgt onder andere voor wondgenezing en voor bestrijding van chronische infecties. Om deze dosering zuurstof toe te dienen is een hyperbare kamer nodig. Op het terrein van het Antonius ziekenhuis in Sneek staat de hyperbare kamer: Antonius Hypercare.

"Een heel nieuw gebit"

Bij Truus (60) werd in 2013 een tumor ontdekt in haar keel. Een ingrijpend behandeltraject volgde, met een operatie, bestraling en chemo.

"Daarna ging het een aantal jaren goed totdat ik in 2017 hees werd en deze heesheid ging maar niet over", vertelt Truus. "Na onderzoek hoorde ik dat er een tumor op mijn stembanden zat." De stembanden werden weggehaald en Truus moest leren praten via een stoma. In 2021 kreeg ze abcessen in haar mond. Antibiotica hielp niet en Truus kreeg een verwijzing naar de kaakchirurg. Door de eerdere bestraling waren ook haar tanden los gaan zitten en had ze implantaten nodig. Door de abcessen was een operatie echter niet mogelijk en Truus werd doorverwezen naar Antonius Hypercare.

Truus: "Ik had nog nooit van hyperbare zuurstoftherapie gehoord, maar door de sessies in de tank verdwenen de abcessen. De kaakchirurg durfde de operatie nu wel te doen. Al mijn tanden zijn eruit gehaald.



Daarna zijn er implantaten geplaatst en ik heb een heel nieuw gebit. Na de operatie ben ik nog een flink aantal keren naar Antonius Hypercare geweest, zodat alles goed kon herstellen. Ik ben heerlijk aan het werk en ik kan weer eten wat ik wil."

Dr. Moradi, arts Hyperbare geneeskunde, licht toe:

"Bij patiënten die bestraling hebben ondergaan in het kaakgebied is er een kans op schade aan botweefsel. Zuurstoftherapie helpt in het optimaliseren van de voorbereiding op de operatie. En ook bij een goed herstel na de operatie.

Voorafgaand aan de operatie, zoals het plaatsen van implantaten, wordt een schema van twintig behandelingen met zuurstof voorgeschreven. Het botweefsel wordt versterkt, zodat het beter bestand is tegen de effecten van bestraling. Door het verhogen van de zuurstofconcentratie in het weefsel wordt de doorbloeding van de kleine vaatjes bevorderd en wordt de aanvoer van voedingsstoffen verbeterd. Dit verhoogt de weerstand van het botweefsel en verkleint het risico op complicaties tijdens en na de operatie, zoals het afstoten van implantaten of infecties.

Na de operatie volgen tien tot twintig sessies zuurstoftherapie, die gericht zijn op het bevorderen van een snel en gezond herstel. Zuurstoftherapie versnelt namelijk het genezingsproces; het stimuleert de vorming van nieuwe bloedvaten, versterkt het botweefsel en vermindert ontstekingen."





#FACETOFACE ILSE DUISTERHOUT

fotografie JELLY MELLEMA

tekst RICHARD DE JONGE

ILSE DUISTERHOUT VAN KNRM-STATION HINDELOOPEN:

“DE ACTIES DIE JE HET MEEST BIJ BLIJVEN ZIJN DIE WAAR LEVENS OP HET SPEL STAAN EN ELKE MINUUT TELT”

Afkomstig van buiten de provincie, altijd zeilend in Friesland en gek van watersport besloten de ouders van Ilse Duisterhout (22) voordat ze werd geboren in Workum te gaan wonen. “De boten achter huis en in no time op het IJsselmeer of de Friese meren kunnen zijn. Al sinds ik me kan herinneren zeilden we met een klassiek zeiljacht en nu een aantal jaar met een iets groter en zeewaardiger schip. Deze hebben we als gezin met hulp van naasten vanaf de romp zelf opgebouwd. In de weekenden zeilden we eigenlijk altijd op het IJsselmeer en in de zomervakantie maakten we al zeilend lange reizen naar de Scandinavische landen.”

Sinds anderhalf jaar zit Ilse bij de KNRM, station Hindeloopen.

Van de watersport in het algemeen en het zeilen in het bijzonder is het nog een hele stap naar de KNRM. Er zijn per slot van rekening genoeg mensen die deze keuze níet zouden maken. Zo wél de 22-jarige Ilse Duisterhout. “Dit is niet het eerste waar iedereen aan denkt om te gaan doen”, lacht Ilse. “Ik ben opgegroeid met de watersport en zo ook indirect met de KNRM. Zelf ben ik altijd blijven zeilen, heb ik gewindsurft en ben ik sinds kort aan het kiten. Alles wat op het water is vind ik leuk en was ik vaak mee bezig. De KNRM was dan ook iets wat ik van jongs af aan wel kende.”

‘BEMANNING GEZOCHT’

Ilse: “Je weet wat het is, wat ze doen en wanneer je ze nodig kan hebben. Mijn ouders zijn trouw lid en zelf heb ik altijd gezegd: ‘Het lijkt me gaaf om dat ooit te mogen doen’. Echter tot anderhalf jaar terug bleef dat altijd bij een plan in mijn hoofd voor later. Dit totdat er op de sluis bij Workum een bord stond met de mededeling dat station Hindeloopen bemanning zocht. Gelijk diezelfde week nog ben ik naar een oefenavond gegaan. Gewoon om te kijken of dit echt was wat ik in de toekomst naast een vaste baan zou willen gaan doen. Toen bleek hoe leuk het eigenlijk is en in wat voor vertrouwde groep mensen ik terecht kwam ben ik nooit meer weg gegaan. Een beslissing waar ik tot op de dag van vandaag geen spijt van heb gehad.”

HET VOELT ALS FAMILIE

Ilse, die een opleiding tot fysiotherapeute volgt, ziet overeenkomsten tussen de KNRM en fysiotherapie. “Het heeft zeker overeenkomsten met fysiotherapie want je helpt mensen en kan iets voor ze betekenen. In teamverband met een vaste groep die voelt als familie. Wanneer het nodig is met zijn allen de schouders eronder zetten en ervoor gaan. Samen één doel hebben, hierin weten

wat je aan elkaar hebt en toch ook wel die onvoorspelbaarheid. Elke keer als de pieper gaat de spanning van wat zal het zijn en wat treffen we aan. Bij mij gaat er dan altijd gelijk een knop om. Van het moment dat je de auto instapt tot het moment dat je één voor één in het boothuis aankomt. De adrenaline is er wel, maar het is vaak pas na de actie zelf dat alles echt binnen komt.”

REKENING HOUDEN MET DE BEZETTING

De varende bemanning van KNRM-station Hindeloopen bestaat uit twintig personen, onder wie vier vrouwen. De mannen en vrouwen wonen binnen een straal van tien minuten rijden van het boothuis, een voorwaarde om opstapper te kunnen worden. Ilse: “Met de gehele bemanning houden we onze beschikbaarheid bij via de app Precom. Ook als de pieper gaat kunnen we hierop zien wie er allemaal opkomen. Voor de grote boot zijn minimaal drie bemanningsleden nodig om uit te kunnen varen, waaronder een schipper. Voor de kleine boot is dit er eentje minder. Als je je buiten de straal van tien minuten aanrijtijd bevindt, zet je jezelf op niet beschikbaar. Bij alles wat je doet, houd je rekening met de bezetting. Als ik van plan ben een drankje te gaan doen met vrienden en ik zie dat er onvoldoende bezetting is, laat ik dat drankje dus staan. Ook bijvoorbeeld de zomervakanties stemmen we met elkaar af. Zoals we het zelf altijd zeggen: het is en blijft vrijwillig, maar zeker niet vrijblijvend.”

IEDEREEN MOET ALLES KUNNEN

Station Hindeloopen is vorig jaar in totaal 83 keer uitgerukt. Ilse maakt sinds juni 2022 deel uit van het KNRM-station Hindeloopen. Het beeld wat ze had, komt niet helemaal overeen met de daaraan gekoppelde verwachtingen, zegt ze. “Ik heb het bij moeten stellen. Waar je ze wel eens voorbij ziet varen, had ik eigenlijk

geen idee hoe het er binnenshuis allemaal aan toe zou gaan. In het begin ga je meelopen en ontdekken wat het inhoudt en of het bij je past. Iets wat ik zelf nooit had verwacht is dat je al zo snel zoveel verantwoordelijkheid krijgt. Iedereen heeft natuurlijk iets waar hij of zij goed in is, maar uiteindelijk, als het erop aankomt, moet iedereen alles kunnen.

Zo worden we heel actief opgeleid, blijven we continu leren en mogen we ook daadwerkelijk allemaal alles doen. Van de communicatie en de navigatie aan boord tot aan het varen van de beide boten en overstappen op het schip in nood. Dit allemaal mogen doen en leren blijft heel erg gaaf. Ook het teamgevoel had ik van tevoren nooit zo ingeschat. Van begin af aan ben ik in een warm bad terecht gekomen. Iedereen denkt om elkaar en helpt elkaar. Niet alleen binnen, maar ook buiten de KNRM bouw je een erg leuke band op. Met de meiden onderling, maar ook met de rest van de opvarenden. Buiten het varen om worden er ook regelmatig andere activiteiten ondernomen onder de bemanning. Zelf heb ik er echt een fijne vriendengroep aan over gehouden.”

‘REDDERS AAN DE WAL’

“Als we ergens komen zijn mensen vaak in paniek. Ze hebben hulp nodig en geven vaak direct de touwtjes uit eigen handen. Pas als we dan weer veilig in de haven zijn overheerst de dankbaarheid. Dan hebben ze gezien wat voor werk wij doen en volgt de waardering. Waar ons werk vrijwillig is, verwachten wij nooit een bijdrage. Wel proberen we de geredden enthousiast te maken om donateur en dus ‘redder aan de wal’ te worden. Een enkele keer krijg je achteraf nog een lief presentje als dank voor de hele bemanning in je handen gedrukt. Ook achteraf mailtjes naar het station over hoe het is afgelopen en hoe blij de mensen waren met onze hulp komen regelmatig voor.”

ONTDEK, GROEI EN ONTWIKKEL JEZELF

Start je carrière bij KBC Keukens en Badkamers

Aan de rand van Scharnegoutum vind je KBC Keukens en Badkamers. Bij dit familiebedrijf is werken meer dan alleen een baan. Het is onderdeel uitmaken van een hechte club loyale collega's, een kans om te leren en zo verder door te groeien naar een specialist. Voor een carrière met betekenis, waar je voldoening uithaalt en waar je mensen ontzorgt bij het mooier maken van hun thuis, biedt KBC een wereld van mogelijkheden.



“Je hoeft mij niet veertig uur op kantoor neer te zetten.”



“Bij KBC krijg je de kans om je te ontwikkelen”



Een van de medewerkers in het bedrijf is Mark Veenstra, een jonge vakman met een passie voor techniek. Mark werkt nu twee jaar bij KBC en vertelt enthousiast over zijn werk en wat het voor hem betekent om deel uit te maken van dit dynamische familiebedrijf.

EEN BAAN VOL UITDAGING

Na zijn opleiding in werktuigbouwkunde mbo-4-niveau ruilt Mark Veenstra het werken met metaal in voor het timmerwerk. Hij vindt een baan bij KBC. Zijn interesse in techniek en zijn plezier in het maken van tastbare dingen blijkt hij erg goed kwijt te kunnen in badkamerrenovaties. “Na mijn opleiding was ik eerst wat zoekende”, vertelt Mark. “Ik kende KBC natuurlijk en besloot het na een gesprek gewoon te proberen. Ik ben heel blij dat ik die keuze heb gemaakt. Ik vind het prachtig om een lege of verouderde ruimte om te toveren tot een prachtige en functionele badkamer.” Waar je in de metaalwereld vooral aan de productiekant zit, brengt een baan bij KBC je veel diversiteit, meent hij. “Elk project is weer totaal anders, dat maakt het werk erg uitdagend en gevarieerd. Geen werkdag is hetzelfde.”

EEN HECHT FAMILIEBEDRIJF

Werken bij KBC is werken in een familiebedrijf en dat brengt een vorm van charme met zich mee. Mark heeft tijdens

zijn werk regelmatig contact met de werkvoorbereider. “Bij KBC hangt een hele fijne sfeer, bijna alsof je een grote familie van elkaar bent. Iedereen zegt elkaar gedag en iedereen kent elkaar, ook de collega's die minder vaak met elkaar samenwerken. Verder vind ik het heel fijn dat je gewoon bij iedereen terecht kunt, wat voor functie diegene ook heeft.”

STEEDS WEER IETS NIEUWS ONTDEKKEN

Elke klant heeft weer andere wensen en elke badkamerruimte is uniek. Dit is wat Mark zo leuk vindt aan zijn baan. Een project dat hij niet snel zal vergeten is het project dat hij als eerste zelfstandig mocht doen. “Zo'n eerste keer is toch even spannend, maar het ging hartstikke goed. Dat is dan wel heel fijn voor je zelfvertrouwen”, aldus Mark. De jonge badkamermonteur ziet nog dagelijks nieuwe uitdagingen in zijn vak. “Er zijn zoveel ontwikkelingen en er komen zo vaak weer nieuwe producten op de markt. Dat vind ik het leuke: om uit te vogelen hoe iets werkt en daarvan te leren. Zo heb ik laatst een Sunshower geïnstalleerd, die werkt met infrarood- en uv-licht. En vorige week mocht ik voor het eerst een douche in het plafond installeren, zonder glijstang. Het leuke is dat je werkt in een team dat bestaat uit een installateur, tegelzetter en stukadoor, die worden gecoördineerd door een werkvoorbereider. Alle werkzaamheden komen dus aan bod: tegelen, elektra, het leidingwerk en stukadoor- en timmerwerkzaamheden. Daardoor kun je gewoon steeds meer zelf.”

INNOVATIEF EN DUURZAAM

Met al die nieuwe ontwikkelingen is het belangrijk om bij te blijven, zo weten ze ook bij KBC. Mark: “We volgen altijd de nieuwste trends en technieken. Dat kun je heel goed zien in onze showroom, want daar komt vaak weer iets nieuws. Ook zijn ze binnen KBC veel bezig met duurzaamheid binnen het bedrijf. We hebben laatst nog meer zonnepanelen op het dak gekregen en ook het wagenpark is vervangen en aangevuld met elektrische auto's. Bovendien zijn we al jaren van het gas af.”

DE KANS OM TE GROEIEN

KBC in Scharnegoutum is een erkend leerbedrijf. Ze geloven in de kracht van de unieke combinatie van ervaring en vernieuwing. Hans Veenstra, mede-eigenaar van KBC, onderstreept het belang van het aantrekken van jong talent. “We hebben jonge mensen nodig die enthousiast zijn en willen groeien. Hun frisse energie, gecombineerd met de ervaring van onze oudere werknemers, is wat ons als bedrijf sterk maakt. Bovendien kijken we niet alleen naar je vaardigheden, maar vooral

naar je houding en je motivatie. Werknemers leren van drie ervaren leermeesters die bij ons in dienst zijn. Ze leren niet alleen een vak, maar krijgen ook de kans om te groeien, zowel persoonlijk als professioneel.”

Mark vult aan: “Bij KBC krijg je de kans om je te ontwikkelen. Als ik iets nieuws wil leren, kan ik dat gewoon aangeven. Wanneer er zich een kans voordoet, dan krijg je die ook echt. Ook is alles altijd goed geregeld. KBC zorgt ervoor dat wij

goed gereedschap krijgen en we mogen rijden in een geweldige bus! Zo heb ik alle materialen altijd bij me, dus als ik bij een nieuw project begin kan ik direct aan de slag. Dat vind ik erg fijn.”

TOEKOMSTPLANNEN

Wanneer het over de toekomst gaat, heeft Mark ambitieuze plannen bij KBC. “Ik wil alle kneepjes van het vak leren en allround inzetbaar zijn. Maar ik wil wel actief blijven in de uitvoering en met mijn handen bezig zijn.”

“Elk project is weer totaal anders, dat maakt het werk erg uitdagend en gevarieerd. Geen werkdag is hetzelfde.”



Vacatures

Mark Veenstra nodigt iedereen die geïnteresseerd is een baan bij KBC uit om eens een kopje koffie te komen drinken. “Kom gezellig bij ons en we maken er een feestje van.”

Het is echt supermooi werk en je maakt hele mooie dingen. Het is een plek waar je gewoon jezelf kunt zijn, veel kunt leren en echt deel uitmaakt van een hecht team. Ik zou zeker aan de slag gaan bij KBC!”

KIJK HIER WELKE VACATURES ER MOMENTEEL ZIJN BIJ KBC SCHARNEGOUTUM



TEKST AMANDA DE VRIES // FOTOGRAFIE JELLY MELLEMA

KARIN RAADSVELD IS
STUDIELOOPBAANADVISEUR BIJ FIRDA

“Binnen het OKé-traject leren studenten leven en leren ze kiezen”

Voor studenten breekt de spannende tijd van het kiezen van een vervolgopleiding weer aan. Studenten van Firda kunnen via een OKé-traject onderzoeken welke opleiding bij hen past, als ze twijfels hebben. Studieloopbaanadviseur Karin Raadsveld is hierbij hun steun en toeverlaat. Wij spraken Karin én vijf studenten die net begonnen zijn aan het OKé-traject.

Firda aan de Harste in Sneek is een licht en modern gebouw, waar studenten niet alleen lokalen aantreffen, maar ook een coffeecorner, biljart- en tafeltennistafel. De locatie heeft zelfs een eigen restaurant én catering, gerund door de horecaopleidingen. We banen ons een weg door de gangen waar het een gezellig geroezemoes is, en in een lokaal op de tweede verdieping treffen we Karin Raadsveld. Karin was docent economie (marketing en communicatie), maar nu is ze relatiebeheerder, voorlichter en studieloopbaanadviseur en betrokken bij het OKé-traject.

OKÉ-TRAJECT

Karin Raadsveld: “Ik heb jaren in het uitzendbureau- en bankwezen gewerkt. Na mijn studie startte ik bij Tempo Team Uitzendbureau, maar ik maakte daarna een bewuste keuze om het onderwijs in te gaan. Ik was docent en stagebegeleider marketing en communicatie binnen de

opleiding marketing, communicatie en evenementen. Inmiddels heb ik binnen het decanaat de functie van relatiebeheerder. Dit betekent dat ik de contacten met de decanen van vmbo-scholen en havo-opleidingen onderhoud. Daarnaast geef ik voorlichting op andere scholen in de regio, en ik ben studieloopbaanadviseur voor onze eigen mbo-studenten. Bij Firda werken we op verschillende vestigingen met het OKé-traject. Dit staat voor Oriëntatie en Keuze. We zijn net weer gestart met een groep studenten in dit traject, dat zo'n vier tot zes weken duurt. Meestal zijn het studenten tussen de 16 en 19 jaar, maar er komen ook weleens twintigers binnen. Zij volgen een opleiding bij Firda en hebben een vmbo- of havo-opleiding. Voor doorstromers hebben we individuele trajecten en workshops. Dit zijn studenten die tussentijds switchen van de ene mbo-opleiding naar de andere.”

KEUZESTRESS

Met een aanbod van meer dan tweehonderd beroepsopleidingen is het begrijpelijk dat studenten gestrest raken en niet weten welke keuze ze moeten maken. “Ik merk

dat studenten vaak denken dat deze keuze voor hun hele leven is en dat alles leuk moet zijn”, zegt Karin. “Ze geven sneller op, en denken: ‘Dit is het niet’. De huidige generatie studenten treft het bepaald niet; ze zitten als puber sowieso in een onstabiele levensfase en hebben tijdens de coronacrisis ook veel gemist qua school en sociale contacten. Ze willen duidelijkheid en stabiliteit. Daarbij helpen wij hen zo goed mogelijk. Om te kijken welke opleidingen een student aanspreken bieden we bij Firda het OKé-traject. Hierin kijken we onder andere naar hoe leerlingen keuzestress ervaren. Dat uit zich bijvoorbeeld in een hoge hartslag, snelle ademhaling en een naar gevoel in hun hoofd of buik. Ze worden emotioneel, kijken weg of belanden zelfs in een depressie. Een gezonde leefstijl, sociale steun en de nodige ontspanning kunnen helpen bij het maken van de juiste keuze.”

PERSONLIJK PROFIEL

“Binnen het OKé-traject kunnen studenten gesprekken voeren met mij, met mensen uit de praktijk - bijvoorbeeld met een verpleegkundige - en met medestudenten binnen de OKé-trajectgroep. Daarnaast voeren ze allerlei testen uit, kijken ze wat voor kwaliteiten, valkuilen en interesses ze



“De kracht zit hem echt in de groep”



“Studenten denken vaak dat de studie-keuze voor hun hele leven is”



Vijf studenten zijn net begonnen aan het OKé-traject

Kaatje (16), VERPLEEGKUNDE

De zestienjarige Kaatje is eerstejaars student en volgt de opleiding maatschappelijke zorg. Kaatje: “Ik heb zoveel verschillende interesses dat ik geen idee heb welke richting ik nu precies op wil. Ik vind het fijn om met mensen om te gaan en kan goed praten en luisteren, maar weet niet wat ik met deze talenten kan. Ik stel dingen nogal eens uit, maar Karin leert me om gewoon iets te dóén, te beginnen en dingen niet weg te stoppen. Ook kreeg ik van haar het compliment dat ik een verbinder ben. Dat is mooi om mee te nemen en het geeft me rust.”



Mark (17) MARKETING EN COMMUNICATIE

Mark is zeventien en doet de opleiding marketing en communicatie. Mark: “Ik zit nu in het tweede jaar, maar ik wil graag switchen. Een werken/leren-traject lijkt me wel wat. Ik wil namelijk niet de hele dag stilzitten, maar lekker met mijn handen werken. Ik wil schilderen of werken in de installatietechniek. Binnenkort ga ik meelopen in de installatietechniek en ik wil ook nog meelopen met een schilder. Binnen het OKé-traject leer ik mezelf meer open te stellen, ik krijg hier meer aandacht dan in de klas.”



Femme (17) MARKETING EN COMMUNICATIE

Ook de zeventienjarige Femme doet marketing en communicatie. Femme: “Ik ben eerstejaars student van de opleiding marketing en communicatie, maar ik wil graag meelopen met de opleiding aarde, water en klimaatondernemerschap. Vrijheid, in de natuur zijn en dingen onderzoeken, dat lijkt me heel leuk! Van Karin heb ik geleerd dat ik niet bang hoeft te zijn voor verkeerde keuzes. Het is heel fijn om met haar en de andere studenten in de groep hier open over te praten. Ook thuis heb ik het er veel over met mijn ouders.”



Ingrid (17) PEDAGOGISCH WERK

Ingrid is zeventien en volgt op dit moment de opleiding pedagogisch medewerker, maar ze twijfelt aan haar keuze. Ingrid: “Ik twijfel nogal welke richting ik precies uit wil. Ik wil in ieder geval iets met zorg en kinderen. Dat lijkt me gewoon heel leuk, die kleintjes. Bijvoorbeeld kinderen voor een operatie afleiden. In het OKé-traject leer ik veel van de andere studenten en binnen deze groep zit ook een student die deze richting van de opleiding al doet. Ik leer van haar ervaringen en binnenkort ga ik ook een dag meelopen met de opleiding. Ook ga ik naar een open dag in Leeuwarden. Hopelijk weet ik daarna wat ik echt wil kiezen, want kiezen vind ik heel lastig.”



Marit (18), VERPLEEGKUNDE

De achttienjarige Marit is tweedejaars student verpleegkundige. “Maar ik weet niet wat ik wil”, zegt Marit. “Door het OKé-traject heb ik geleerd wie ik zelf ben; ik ben creatief en ik wil graag met collega's werken. Misschien is de opleiding media en vormgeving iets voor mij. Om daarachter te komen ga ik een dag meelopen met de opleiding. Thuis heb ik er het ook met mijn ouders over. Zij zeggen dat het best wel even maar duren, zo'n studiekeuze. Als het maar een opleiding is waar ik blij van word.”



Ahmad Ibrahim

“Dankzij Pastiel heb ik van mijn hobby mijn werk kunnen maken”

Achtergrond

Ahmad Ibrahim, 53 jaar, woont inmiddels 6 jaar in Nederland. Samen met zijn gezin is hij vanuit Syrië naar Nederland gevlucht. Ahmad is getrouwd en heeft drie kinderen, waarvan de oudste twee inmiddels studeren en de jongste naar groep 8 van de basisschool gaat. Zijn vrouw volgt ook een opleiding en maakt daarvoor lange dagen op school.

Taalles

Ahmad had moeite met het spreken en begrijpen van de Nederlandse taal. Dit bemoeilijkte het vinden naar passend werk. Via de gemeente De Fryske Marren kreeg hij de kans om taallessen te volgen bij Pastiel. Hoewel hij de Nederlandse taal nog steeds als moeilijk ervaart, is hij vastberaden om dit te verbeteren. Om die reden start hij binnenkort met extra lessen Nederlands bij Pastiel, hierbij zal hij één op één les krijgen.

Van passie naar werk

Na een succesvol intakegesprek met Pastiel voor een re-integratietraject is Ahmad in 2023 via een leerlijn Dienstverlening aan de slag gegaan als kok in het bedrijfsrestaurant van werkleerbedrijf Empatec. Koken is namelijk één van zijn grote hobby's, en dan met name Syrisch.

Na een paar maanden heeft Ahmad een tijdelijk contract bij Empatec gekregen. Deze baan betekent voor hem een nieuwe richting in zijn loopbaan.

Hij is blij dat hij van zijn hobby zijn werk heeft kunnen maken. Vier dagen per week maakt hij lekkere maaltijden klaar voor de collega's van Empatec en Pastiel. Hij geniet van de sfeer binnen het bedrijf. “Ik heb het ontzettend naar mijn zin hier”. Hij is erg blij met zijn collega's en leert daardoor steeds beter Nederlands spreken en begrijpen. Ook de Nederlandse keuken leert hij hier beter kennen; hij maakt het liefst soep. Zijn werkbegeleider Leo vult aan: “Ahmad is vrolijk, houdt van een grapje en is zeer gemotiveerd. Hij is een aanvulling in het team en toont eigen initiatief door het maken van maaltijden met een Arabische invloed.”

Ahmad draagt, naast zijn werk bij aan het huishouden en zorgt dat er ook elke dag thuis een lekkere maaltijd op tafel staat.

Droom

Ahmad wil het liefste bij Empatec blijven werken. Hij voelt zich hier thuis en houdt van de structuur. Zijn ultieme droom is echter “kok worden in een restaurant/lunchroom met Arabische roots”.

 **Pastiel**
onderdeel van EMPATEC
www.empatec.nl

De verzamelaar

KLAAS KOOPMANS IS VERSLINGERD AAN SLEUTELN

Al op jonge leeftijd wist Klaas Koopmans (74) wat hij wilde worden. Rond zijn dertigste werd zijn droom werkelijkheid met een eigen fietsenzaak in Bolsward. Een halve eeuw later en al lang met pensioen sleutelt Klaas nog steeds. De schuur achter zijn woning in Nijland is zijn domein. Daar is hij veel te vinden, woont hij bijna..

Dat is ook de reden dat er op ons aanbellen niet wordt opgedaan. De brede steeg naast zijn woning vormt de weg naar het verhaal van een enthousiaste verteller, dat blijkt al snel als we uiteindelijk binnen zijn en neerstrijken in de keuken.

SHOWROOMSTAAT

Verzamelaars, er zijn er links en rechts al een paar voorbij gekomen in de vorige edities van dit blad, maar nog niet eerder zagen we een bromfiets en een motorfiets in een keuken. Klaas Koopmans moet lachen. "Deze kast heb ik samen met zijn broer gebouwd", wijst hij. "Ik wist dat ik er een motor in wilde hebben en dus heb ik daar rekening mee gehouden." De motor is een MV Augusta, type Ottantatre, Italiaans voor 83 cc, uit 1959. Een parel. Net als de brommer, een Jamathi, een puur Nederlands product. Beide in showroomsstaat. Hoe kan het ook anders. Koopmans is een vakman.

"Zo roestig mogelijk", antwoordt hij op de vraag hoe hij de brommers het liefst koopt. "Daar zit voor mij de uitdaging. Ze van oud vuil weer als nieuw maken. Banden mogen lek zijn en ik heb liever dat de motortjes niet lopen. Die maak ik. Mijn vader had twee linker handen, ik twee rechter", glimlacht hij. "Sleutelen vind ik het leukst. Dat is niet mijn hobby, het is mijn leven."

"MET M'N OGEN DICHT"

Koopmans doet ook klusjes voor anderen. Geen complete restauraties, maar wel bijvoorbeeld het weer opkalfateren van een tandem voor twee jongens uit het dorp. Onverlaten hadden hem helemaal in elkaar getrappt. "Dat was zo sneu voor die jongens, dus heb ik ze maar geholpen."



Nederland is een land vol verzamelaars. Spaarden we vroeger als kind vooral speldjes, postzegels, sigarenbandjes, modelautootjes en stripboeken, tegenwoordig kun je het zo gek niet bedenken, of het wordt wel verzameld. Er is zelfs een website met alle mogelijke verzamelingen opgericht: lastdodo.nl. Daarnaast zijn er de echte groten, voor wie het huis soms te klein is om alle items te herbergen.

Deze maand: Klaas Koopmans uit Nijland



"Het is geen hobby, het is mijn leven"

Klaas Koopmans tussen zijn vijf Honda's: "Een viertakt kleppenmotor loopt zo mooi."

Ook voor het spaken van wielen wordt de hulp van Koopmans vaak ingeroepen. "Dat is een lastig klusje en kan niet iedereen. Ik doe met m'n ogen dicht. Bijna", grapt hij. Zelf krijgt hij hulp van vrienden met elektrisch. "Dat is niet mijn beste punt."

"SCHEUREN OVER HET LAND"

Zijn liefde voor 'gemotoriseerde fietsen' ontloopt toen hij van een buurtgenoot in Abbeaasterketting een brommer cadeau kreeg: een NSU Cavallino. Niet veel later gevolgd door een RAP die hij zelf kocht.



"Maar dat moest een RAP Rocky worden, dus spatboren eraf en scheuren over het land", gaat hij terug naar zijn jongentijd. Na de lts in Bolsward kon Klaas aan de slag bij de fietswinkel van S. Antonides in Bolsward. "In Bolsward had je meerdere fietswinkels, maar Antonides was de enige die ook brommers verkocht. Daar wilde ik werken."

Lang duurde dat trouwens niet, want al snel maakte Klaas de overstap naar een loonbedrijf waar hij aanzienlijk meer kon verdienen. Getrouwd en woonachtig in IJlst kocht hij via een korte tussenstap bij Nootgedag een melkrouwe. "Dat was 's morgens werken van half zes tot tien uur en 's middags vanaf vijf uur. Kon ik tussendoor mooi sleutelen." Tot in 1980 de fietswinkel van zijn eerste werkgever in Bolsward te koop kwam.

STARTEN EN LOPEN

Klaas Koopmans kan er uren over vertellen. Er stroomt bij wijze van spreken olie door zijn aderen en hij ademt benzine. Echt gas wordt er gegeven als het gesprek



zich verplaatst naar het hok, de werk-schuur, mancave, geef het een naam. Dat laatste vooral ook als medeliefhebbers -zaterdag - vanuit plaatsjes als Harlingen, Sneek en Gaasterland op de brommer op bezoek komen.

"Dat is een Honda CB 77", wijst hij. "Het is een opgevoerde 72. Daar voel ik extra emotie bij. Die wilde ik al hebben toen ik achttien was, maar daar had ik geen geld voor. Daarom heb ik toen maar een Kreidler



Boven: reclameposter uit 1961 van NSU brommers. Links: de schuur van Klaas Koopmans.

RS gekocht. Ik heb zelf in 1983 een advertentie in een motorblad gezet: 'te koop gevraagd'. En zo ben ik aan mijn eerste Honda gekomen. Ik rijd er zelf ook op. Starten en lopen, prachtig. Ik ben gek van Honda's. Een viertakt kleppenmotor loopt zo mooi. Ik heb er vijf", zegt hij niet zonder trots.

MOOI VAN LEIJKHEID

Variatie ten top in de royale ruimte achter zijn woning. Posters, schildjes, tanks, helmen, T-shirts, motortjes en motordeksels, je kunt



Een motorfiets van het Italiaanse merk MV Agusta.

"Ik koop ze het liefst zo roestig mogelijk"

het zo gek niet bedenken. Een verdwaalde fiets en natuurlijk brommers en motoren. Bekende merken zoals de eerder genoemde Honda, een Kreidler, Zündapp, Solex en minder bekende zoals een BSA Shootingstar, een NSU Cavallina en Norton Commando, een van zijn lievelingen. "Moet je kijken, wat een techniek", zegt hij enthousiast. "En twee cilinders. Meer hoeft je niet. Dat loopt zo mooi. En kijk hier, een Solex, mooi van lelijkheid, maar met cardan en schijfrem zijn tijd ver vooruit." Van de Solex gaan we naar een Honda C10, die het midden lijkt te hebben tussen een brommer en een motor. "Ik zag hem op een beurs. Daar ga ik naartoe voor de onderdelen en verrassingen zoals deze. Gemaakt voor de Japanse markt. De importeur heeft er een aantal naar Nederland gehaald, maar er was geen markt voor. Japanners zijn veel kleiner dan wij", knipoogt hij.

VETKUIVEN EN EEN VREEMDE EEND

Vreemde eend in de fraaie collectie van Klaas Koopmans is een MV Agusta V85TT, een baas van een offroad motor. "Daarmee ga ik week-endjes weg en op vakantie. Vaak met een groepje door Engeland. Rijden door die mooie landschappen is fantastisch om te doen. We gaan ook veel naar circuits: Donington Park, Silverstone, Brands Hatch. En natuurlijk in Nederland naar de TT."

In een fotoboek staat hij naast een Dodge Charger, want naast mooie brommers en motoren houdt Klaas Koopmans ook van auto's. En dan vooral van exemplaren die een beetje meer hebben. Zoals de Charger, een zogenaamde musclecar. "Die mocht ik een weekend lenen als onderdeel van een brommerverkoop. De straatklinkers kwamen zowat omhoog. Wat een power." Koopmans pakt een map met folders waaronder eentje van DKW, Tomos die - hoe leuk bedacht - de vorm heeft van een motorblok, Jamathi en de NSU Cavallino. Hé, die mannen, zijn dat niet Peter en zijn Rockets? Nou en of, compleet met vetkuij.

TEKST EN BEELD RICHARD DE JONGE

VAN DE NOTARIS



De rechten van kinderen op een erfenis

In een testament kunnen ouders zelf bepalen of en hoeveel hun kinderen erven. Maar er zijn wel enkele kanttekeningen. Als zoon of dochter het niet eens is met het testament, kan hij of zij toch een deel of een groter deel uit de erfenis krijgen. Hoe werkt dit?

Onterven?

Er zijn verschillende redenen waarom pa of ma besluit dat kindlied niks uit de erfenis krijgt. Bijvoorbeeld omdat er geen contact meer is of omdat pa of ma vindt dat zoon of dochter al genoeg geld heeft gehad. Hij of zij gaat dan naar de notaris om een testament te maken, waarin wordt vastgelegd dat dit kind niets of minder erft. Dit wordt ook wel 'onterven' genoemd. Dit wil echter niet altijd zeggen dat het kind niets uit de erfenis krijgt. Dit komt omdat wettelijk is vastgelegd dat een kind in principe recht heeft op de 'legitieme portie'.

De legitieme portie

De legitieme portie is een minimum deel uit de erfenis. Dit minimum deel krijgt het kind niet automatisch: het moet binnen een wettelijke termijn worden geclaimd. Of het kind de legitieme portie ook daadwerkelijk krijgt, hangt er overigens vanaf. Er moet een berekening worden gemaakt om welk geldbedrag het precies gaat. Heeft het kind voor het overlijden van de ouder al een voorschot op de erfenis geschonken gekregen, dan wordt dit van het bedrag afgetrokken. Kinderen kunnen de legitieme portie ook claimen als ze niet zijn overleden, maar door het testament minder erven dan het minimumdeel.

Hoe lang heeft een kind tijd om te claimen?

De hoofdregel is dat een overleden kind binnen vijf jaar na de sterfdatum de legitieme portie kan claimen. De erfenisnamen die niet vijf jaar willen wachten of de claim wordt gelegd, kunnen het kind vragen eerder een besluit over de legitieme portie te nemen. Soms moet een kind wachten op de legitieme portie. Als een kind op tijd de legitieme portie heeft geclaimd, moet het soms wachten op het geld. Bijvoorbeeld als de overleden ouder was getrouwd. Dit geldt ook als de ouder voor de tweede keer is gehuwd. Dan moet de partner van de ouder ook zijn overleden voordat het erfdeldeel vrijkomt. Woonde de overleden ouder ongetrouwd samen met een partner? Als er een uitstelclausule in het testament is opgenomen en er een samenlevingscontract is, dan moet het kind ook wachten.

De legitieme portie is complex en er is veel rechtspraak over. Netwerk Notarissen zijn experts in het erfrecht. Wij staan met een praktisch advies klaar voor iedereen die met de legitieme portie te maken heeft. De Wit Dijkstra Netwerk Notarissen is aangesloten bij Netwerk Notarissen, een landelijke organisatie van 150 notaris kantoren die steeds van elkaar leren en altijd aan de hoogste kwaliteitseisen voldoen. Met ons expertnetwerk volgen we alle ontwikkelingen op erfrechtgebied.

Mocht u over genoemde onderwerpen advies wensen, dan kunt u altijd contact met ons opnemen.

Mr. Gerard Vellinga

De Wit & Dijkstra Netwerk Notarissen
www.dewit-dijkstra.nl

De Wit Dijkstra Netwerk Notarissen is aangesloten bij Netwerk Notarissen, een landelijke organisatie van 150 notaris kantoren. De Netwerknotaris adviseert u deskundig, wijst u op de voor u aanwezige risico's en draagt concrete oplossingen aan. Voor meer informatie zie www.dewit-dijkstra.nl of bel 0515 - 41 78 85.

wij openen onze deuren



za 9 maart 2024
10.00 – 16.00 uur

stippel je route uit op www.werkfestivalswf.nl/deelnemers

DUURZAAMHEID

special 2024



GRAANBROEDERS
VERBOUWT
HET PURE GOUD

PAGINA 30

JE HUIS
VERWARMEN
ZONDER GAS

PAGINA 32

HOE
DUURZAAM
BEN JIJ?

PAGINA 33

Graanbroeders
verbouwt het pure goud
in Gaasterland

“HET OUDE BROOD MOET WEER OP TAFEL”

Het bedrijf Graanbroeders van akkerbouwers Jan en Anne de Vries in Harich verbouwt gewassen zonder gebruik te maken van kunstmest en bestrijdingsmiddelen. Hierdoor zijn ze weerbaar en de (eind)producten voedzaam en smaakvol. Aardige bijkomstigheid is dat de grond veel gezonder wordt en er meer bodemleven ontstaat.



JAN DE VRIES

De vader van Jan en Anne de Vries had een melkveebedrijf waarin de twee zoons lange tijd werkzaam waren. Vijftien jaar geleden kwam daar verandering in. Vader Durk ging een maatschap aan waarbij het jongvee op de huidige boerderij werd opgefokt en de koeien elders gemolken. Jan en Anne werkten sindsdien respectievelijk bij een loonbedrijf en in de wegebouw. “We wilden wel boer worden,” vertelt Jan, “maar geen koeien houden. Als je beesten hebt, moet je er altijd zijn. Bij de akkerbouw is dat anders. Dan zaai je het land in en kun je er nog van alles naast doen. We zijn gestart met poot aardappelen en hebben dat rustig aan uitgebreid met zaaizaad- en graanvermeerdering.”

In het gesprek met de broers De Vries gaat het over ‘landjes’ als er landerijen worden bedoeld, want vergis je niet: een ‘landje’ rogge om maar iets te noemen is tussen de twee en tien hectare groot. Inclusief grond die wordt gepacht gaat het totaal om zeventig tot honderd hectare. Dat is nogal wat.

BIOLOGISCHE PRODUCTIE EN ZÉLF MALEN

Een poos na de start werd anderhalve kilometer verderop een boerderij gekocht waar Jan ging wonen en waar de eerste spelt werd verbouwd. Dit nadat het bedrijf eerst onder de Skal (Stichting Keur Alternatief voortgebrachte Landbouwproducten) is gezet. Stichting Skal Biocontrole is een zelfstandig bestuursorgaan dat toezicht houdt op de biologische productie

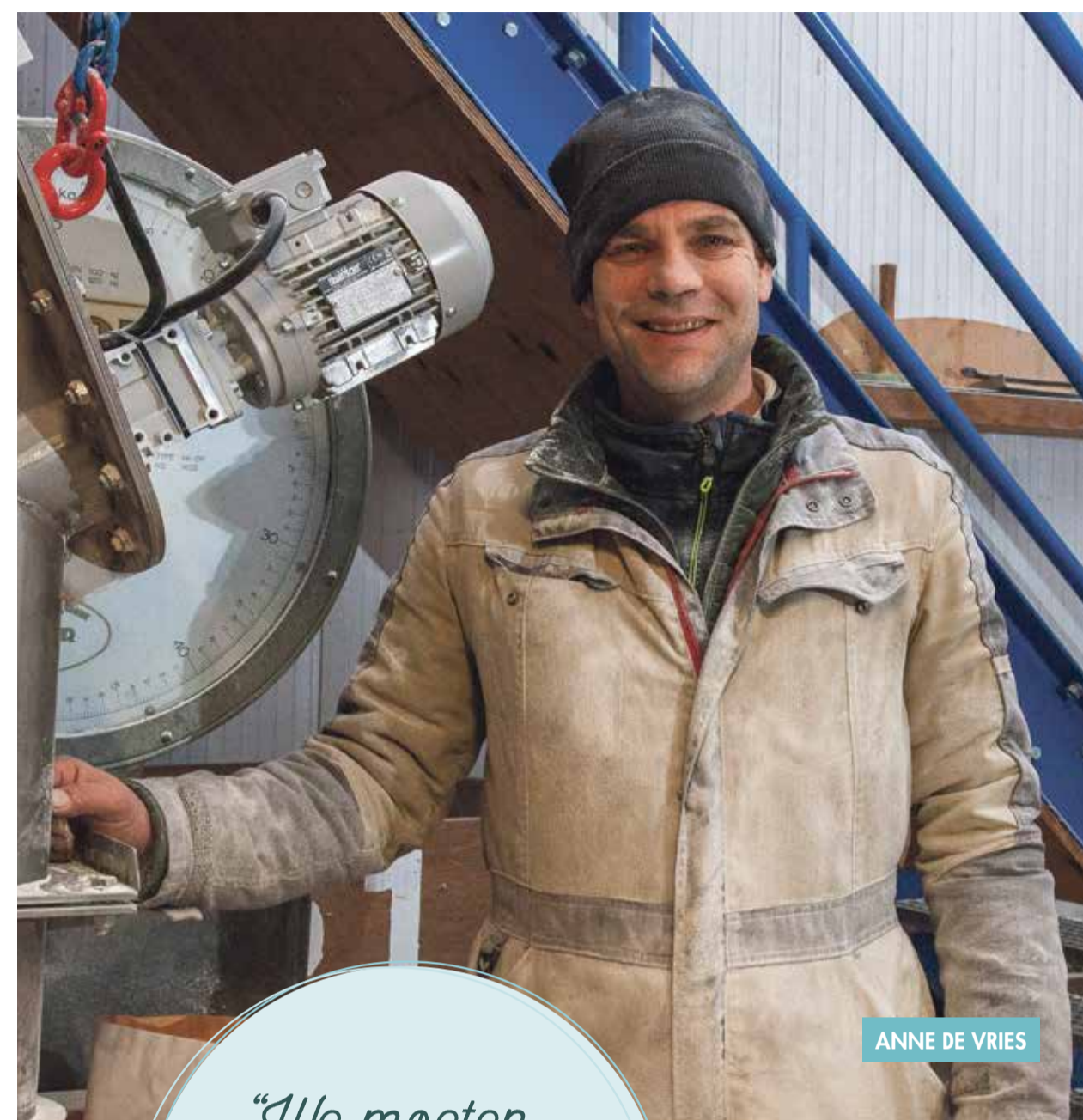
in Nederland. Skal is daartoe aangewezen door het Ministerie van Landbouw, Natuur en Voedselkwaliteit.

De verbouw van spelt was het begin van de verbouw van granen die niet voor de vermeerdering bestemd waren maar voor consumptie. Dat was negen jaar geleden. Door de toenemende vraag werden er al snel andere granen bij gedaan zoals rogge, tarwe en haver. Jan: “Boekweit hebben we ook geprobeerd, maar dat vonden we lastig om te oogsten omdat we daar eigenlijk niet de juiste machine voor hadden.” Nadat de granen bij derden werden



MATTHIJS VAN DEN HOUT

Tekst en beeld: Richard de Jonge



ANNE DE VRIES

*“We moeten
meer ons
lichaam voeden
in plaats van
eten”*

gemalen, werd twee jaar geleden besloten dit in eigen beheer te doen.

MEER BODEMLEVEN, HOGERE VOEDINGSWAARDE

Zoals gezegd komt door het niet toepassen van kunstmest en bestrijdingsmiddelen de grond tot leven en ontstaat meer bodemleven. Jan: “Er zit veel meer structuur in. In droge periodes houdt de bodem het vocht vast en nu het kletsnat is, fungeert de bodem als het ware als een spons. Op grond hier in de omgeving die nog niet zo ver is, staan plassen. Daar is het bodemleven totaal uit, het mineraliseert niet meer, het is dood.”

Ok de voedingswaarde van het graan gaat omhoog. In plaats van drie sneetjes brood bij de lunch, kun je toe met twee. Het gaat nog verder, want het zogenaamde zuurdesembrood dat van het meel van de Graanbroeders wordt gemaakt, is met gist niet in vier uren klaar, maar doet er soms wel twee dagen over. Het brood gaat ook fermenteren waardoor gluten veel beter afbreken. En dan heb je weer brood zoals dat vroeger ook werd gegeten.

“WIJ ZIJN DE NATUUR”

“In plaats van dát is de natuur en dát is landbouw proberen wij daar een geheel van te maken door de grond regeneratief te gebruiken”, gaat Jan verder. “We zitten hier midden in de natuur, in een bosrijke omgeving. Er lopen hier reeën en daar horen wij tussen. De reeën vinden een schuilplaats in de graanvelden. Pas in augustus wordt er geoogst, dan zijn de jonkies al groot. Wij zijn de natuur. Het oude denken moet er uit, dat is ons doel. Het oude brood moet weer op tafel. Ik zeg niet dat het andere brood ongezond is, maar je hebt wel wat meer geluk in het leven nodig.”

Bestrijdingsmiddelen zorgen voor de bekende welvaartziektes. We moeten meer ons lichaam voeden in plaats van eten. Je moet zuinig zijn op je lichaam. Suiker bijvoorbeeld, heb je helemaal niet nodig en is superverslavend. Ik zeg niet dat we er zonder moeten, maar wel moeten we er bewuster mee omgaan. Het wordt nu door al het voedsel gegooid, dat vind ik een kwalijke zaak.”

OOK KLEINE VERPAKKINGEN

Negentig procent van de klanten van Graanbroeders zijn zuurdesembakkers. Meel en bloem die ontstaan door granen te vermalen, gaan in zakken van 25 kilo en worden door heel Nederland geleverd. Sinds kort zijn er ook kleine verpakkingen van 500 en 1.000 gram. Bedoeld voor de consument en te koop bij boerderijwinkels, bakkerijen en via de webshop.



BEHOORLIJKE INZET VAN BAKKERS

Voor de goede orde: van het meel en bloem van de Graanbroeders kunnen alle producten worden gemaakt die bij de bakker liggen. Alleen zitten ze in een iets ander jasje. Het bakken van brood met het meel van de Graanbroeders vergt wel een behoorlijke inzet van de bakkers. Want het meel en bloem uit de fabriek zijn afgestemd op de werking van de machines. “Je hebt een bakker nodig die gevoel heeft voor deeg. Die echt nog met de hand kneedt, en voelt dat er water bij moet als het te droog is”, legt Matthijs van den Hout uit.

STIEFB(R)OER

Matthijs van den Hout vormt sinds maart 2022 als ‘stiefb(r)oe’ een drie-eenheid in het bedrijf Graanbroeders. Hiervóór was Van den Hout notaris in Den Haag. “Na jaren papierwerk wilde ik iets met mijn handen gaan doen”, vertelt hij. “Ik was vijftig, tijd voor een switch. Toen ik las over regeneratieve landbouw vond ik dat dé manier om enerzijds aan klimaattherstel te doen en anderzijds weer teruggaan naar gezonde voeding. Graan is zo’n mooi product; dat kun je bewaren en het hele jaar verkopen.”

Matthijs kwam in contact met Graanbroeders. Er was meteen een klik. Hij snuffelde een paar maanden en werd door de broers ‘geadopteerd’ in de zin van een participatie. Matthijs: “Het streven is om in de komende vijf jaar hier een mooie regeneratieve modelboerderij te maken, waar we laten zien dat je zonder gif en zonder kunstmest op een behoorlijk grote schaal gezond voedsel kunt maken.”



JE HUIS VERWARMEN ZONDER GAS? DAT KAN OOK MET INFRAROOD

Je huis verwarmen zonder gas? Dat kan ook met infrarood. De voordelen zijn legio en toch is deze manier van verwarmen nog niet bij iedereen bekend. "Het is even wennen, maar het bevat prima. Het is alsof binnen de zon schijnt", aldus Evert Broersma uit Heerenveen.

Hij begrijpt niet waarom maar zo weinig mensen weten van infraroodverwarming, of er zo kritisch over zijn. Op feestjes krijgt hij te horen dat het wel enorm hoog in de energiekosten zal zijn en dat de warmte minder prettig zou zijn omdat infrarood niet de lucht, maar jōu direct verwarmt. Zelf weet hij beter. Hij liet door het hele huis - een jaren 70 hoekwoning - vloerverwarming op infrarood plaatsen. "Ik gebruik nu 70 procent minder gas, en de warmte is heerlijk. Alsof de zon in huis schijnt, maar dan vanuit de vloer."

Overigens was het in zijn geval ook een gesprek op een feestje dat hem juist op het idee bracht van infraroodverwarming. "Ik vertelde een kameraad dat wij in ons nieuwe huis gasloos wilden. Dat is de toekomst tenslotte, en beter voor het milieu. De gasprijzen zijn bovendien hoog en naar verwachting zullen die de komende jaren stijgen."



Inge Wolbes

"Met infrarood kun je specifiek een ruimte verwarmen"

Zijn kennis wist te vertellen dat infraroodverwarming in bedrijfsgebouwen een goed alternatief is en bracht hem in contact met Duenco (Duurzame Energie Company) in Heerenveen. Na een adviesgesprek was hij enthousiast. "Ik wilde graag vloerverwarming, ik heb altijd koude voeten. Infraroodverwarming op de vloer breng je aan met folie, dat is makkelijker en flink voordeliger dan vloerverwarming

via de cv met slangen onder de vloer." Het is wel handig om de installatie van de infraroodvloerverwarming te combineren met het moment dat je een nieuwe vloer koopt, stelt Evert Broersma. Al gaat dat op voor de aanleg van elke vorm van vloerverwarming. "De installatie van de isolerende ondervloeren en de folie waarin de infraroodverwarming zit verwerkt, kostte maar een dag. Diezelfde avond zijn wij begonnen met het leggen van het laminaat en de volgende dag was alles klaar."

HEEL SNEL VERWARMEN

Broersma liet de vloerverwarming door het hele huis leggen, ook in de slaapkamers, en elk vertrek kreeg een eigen thermostaat. De woonkamer is zelfs uitgerust met twee warmteregelaars. "Dat is fijn, want je gebruikt vaak maar een deel van de woonkamer, of van het huis. Op deze manier kun je heel specifiek een bepaalde ruimte verwarmen, terwijl de ongebruikte kamers niet verwarmd hoeven te worden." Dat gaat bovendien heel snel, merkt hij. "In twintig minuten is de verwarming op de ingestelde temperatuur, dat duurt bij vloerverwarming via de cv veel langer."

Met de energierekening valt het ondertussen mee, vindt Broersma. "In het begin liet ik per ongeluk de infraroodverwarming aan staan in ruimtes die ik niet gebruikte. Doe je dat niet, dan scheelt dat veel verbruik." Op termijn verwacht Broersma veel te besparen. Hij liet ook - extra, dus niet alleen voor de elektrische apparaten in huis, maar ook voor de verwarming - zonnepanelen aanleggen op het dak. "Als die investering over zo'n vijf jaar is

terugverdiend, wek ik de energie op voor de verwarming.

De overstap van gas- naar infraroodverwarming wint enorm terrein, laat infrarood expert Inge Wolbes weten. "Bedrijven maakten er al langer gebruik van, maar ook steeds meer mensen kiezen ervoor om hun woonhuis met infrarood te verwarmen. Infraroodverwarming is een goed alternatief en is soms - zelfs zonder subsidie - voordeliger dan een warmtepomp." Aandachtspunten zijn er ook, erkent Wolbes. Zo is het, zeker als je je hele huis ermee verwarmt, meestal nodig om de groepenkast uit te breiden. Met een niet al te ingewikkelde rekensom kom je erachter hoeveel wand- of plafondpanelen of matten vloerfolie je nodig hebt om de ruimte te verwarmen.

Ook het isoleren van bepaalde delen van het huis kan de moeite lonen, om niet te veel energie te verliezen. Maar dat geldt uiteraard voor alle soorten van verwarming. Wolbes merkt dat gestaag steeds meer mensen kiezen voor infraroodverwarming, en verwacht dat dat aantal zal groeien. "Het is even wennen. Het werkt met straling en verwarmt mensen en objecten, niet de lucht in de ruimte. Maar dat betekent niet dat het ineens koud is als je uit de straling stapt."

VOORDELIG IN AANSCHAF

"In aanschaf en onderhoud zijn infrarood-oplossingen veel voordeliger dan cv-oplossingen. Een nieuw huis, een kapotte cv-ketel of een nieuwe vloer kan een mooi moment zijn om de overstap te overwegen."

BRON: DUENCO HEERENVEEN



isolerende ondervloeren en de folie waarin de infraroodverwarming zit verwerkt

Bezoek adres: Neptunus 11-01 Heerenveen (op afspraak) | Tel: 0513-201095 | www.duenco.nl

groot bolsward-ijssemeer kust

Tekst en beeld: Lotte van der Meij

HOE DUURZAAM BEN JIJ?



GRYTSJE KINGMA KOOPT GEEN NIEUWE KLEDING MEER

Zo'n tien jaar geleden begon Grytsje Kingma, coördinerende en Friese trübadoer, zich nóg bewuster te worden van haar eigen bijdrage aan een betere wereld. Grytsje begon met het verminderen van plastic. Zo koopt ze nu een cake in plaats van koeken. "Ook in plastic, maar wel minder dan voorverpakte koeken. Je kunt er namelijk wel twintig plakjes uit snijden." En je kunt prima water drinken met een beetje limonade. Ook haar man krijgt de smaak te pakken, maar zijn motto is wel: "Het moet te doen zijn." Als het niet anders kan, dan gebruikt Grytsje de auto. Als ze haar muziekspullen moet vervoeren, bijvoorbeeld. Verder doen ze alles binnen de tien kilometer op hun ruim twintig jaar oude gewone fietsen. Ook hun fietsvakanties doen ze op deze 'oude beestjes'. "Want ja, zolang we gezond en fit zijn, gaat dat prima."



CREATIEF

In 2018 heeft Grytsje met zichzelf afgesproken zo min mogelijk nieuwe kleding te kopen. "Je wordt heel creatief en je hebt Marktplaats, Vinted en ruiltassen." Ze maakte in al die jaren wel een uitzondering toen haar dochter ging trouwen en kocht voor die gelegenheid een nieuw jasje. Grytsje is zelf al jaren vegetarisch en haar drie kinderen inclusief aanhang zijn dat inmiddels ook. Zo zie je dat je dingen doorgeeft aan de volgende generatie. Hoewel ze zelf vindt dat ze nog veel meer kan doen, dus ze is er nog niet. Helaas is de moestuin nog geen succes en doucht ze alleen koud af; ze vangt wel het eerste water op in een emmer voor de wc. "Ik doe mijn best", zegt ze en ze hoopt, dat anderen ook bewuster gaan leven.

TIP VAN GRYTSJE

Grytsje heeft een tip voor de lezers: "In het boek 'Wat je wél kunt doen - De Groene Vijf voor een duurzaam leven' van Alfred Slomp staan praktische tips over anders reizen, anders eten, energiezuinig wonen, minder nieuwe spullen kopen en werken aan een systeemverandering. Dat laatste punt vind ik zelf het moeilijkst: systeemverandering houdt in dat je op een hoger niveau verandering teweeg probeert te brengen. Een praktische tip om mee te beginnen is in elk geval al de JA/NEE sticker op de brievenbus, zodat je geen folders meer ontvangt maar wel de krant voor het lokale nieuws."

Ben jij bezig met de toekomst van ons klimaat? En zo ja, in hoeverre heeft dat invloed op jouw leven? We scheiden ons afval; plastic tasjes kosten geld; je kunt herbruikbare groentenzakjes kopen; regenwater opvangen; de kringloop bezoeken; kapotte spullen repareren en toch is er nog zoveel méér wat je kunt doen om jouw voetafdruk hier op aarde te verminderen. We spreken met Ursula Langerak uit Heerenveen en Grytsje Kingma uit Sintjohannesga over duurzaamheid. Zij zitten in verschillende levensfasen, maar voor beiden is duurzaam leven de weg geworden die zij zijn ingeslagen.

URSULA LANGERAK DOET ALLES OP DE FIETS



Ursula Langerak is moeder van drie kinderen van negen, zeven en bijna drie jaar oud. Ze werkt als juridisch adviseur bij een gemeente en hiervóór was ze onder andere werkzaam als duurzaamheidsadviseur. Haar man werkt bij een milieutechnisch bedrijf. Ze hebben sinds zeven jaar een auto, geërfd van haar opa, maar deze staat te verstoffen op de oprit, want het liefst verplaatst Ursula zich op de fiets.

koopt ze vrijwel nooit nieuw. Ze koopt bij de kringloop of op Vinted. Ook voor haar man en kinderen. "Als je bedenkt wat het de natuur kost om een kledingstuk te maken, alleen al aan brandstof voor het vervoer... Dat vind ik verschrikkelijk", zegt ze.

MISVERSTAND

Het is volgens Ursula een misverstand dat het alleen maar duur is om duurzaam te leven. Toen zij en haar man vijf jaar geleden een jaren zeventig woning kochten, hebben ze die zo duurzaam mogelijk verbouwd: met zonnepanelen, vloerverwarming, een efficiënte pelletkachel en er komt nog een warmtepomp. Alleen warm water gaat op gas en ze douchen daarom met een timer. Zelf vindt ze overigens niet dat ze bijzonder duurzaam leeft, "Ik ben niet perfect, het kan beter."



TIP VAN URSULA

Gevraagd naar duurzaamheidstips voor onze lezers, antwoordt Ursula: "Mijn grootste tip: koop zo min mogelijk nieuwe spullen! Het produceren van spullen heeft namelijk een enorme impact op het milieu. Bovendien: het geld wat je daarmee uitspaart, kun je bijvoorbeeld investeren in goed biokatoenen ondergoed."

GRIJZE CONTRAINER

Hoewel Ursula en Grytsje beiden behoorlijk bewust duurzaam leven, valt het op dat ze ook allebei vinden dat ze beter kunnen. O ja, een persoonlijke uitdaging van beiden: de grijze container minder vaak bij de weg zetten. Een keer in de vier of zes weken. Ze hebben allebei al zo weinig afval, dat dit regelmatig lukt.



VAN LELYVELD
MAKELAARDIJ

VERKOPEN

TAXEREN

AANKOPEN

0515-521041

VANLELYVELDMAKELAARDIJ.NL



"Persoonlijke benadering en aandacht staan bij ons centraal"

vertrouwde handen

Uw verhuizing in vertrouwde handen!

HOEKSTRA
hoekstrasneek.nl/verhuizingen

ERKENDE VERHUIZERS

PER DIRECT TE HUUR

Bedrijfsunits aan de Wagenmakersstraat 6 op industrieterrein de Hemmen 2 in Sneek

REEDS MEER DAN 50% VERHUURD

Met de realisatie van 32 bedrijfsunits aan de Wagenmakersstraat 6 is het bruisende bedrijventerrein "De Hemmen 2" nu volledig ingevuld! Slechts een rotonde verwijderd van de A7 is dit de ideale uitvalsbasis voor jouw bedrijf. Grijp deze laatste kans op een bedrijfsunit van 55m2, 60m2, 77m2 en eventueel groter aan de Wagenmakersstraat 6 in Sneek

VANAF € 435,- PER MAAND

Waarom kopen als je voor de rentekosten kunt huren?
Huren geeft je financiële flexibiliteit waarmee je snel kunt reageren op marktveranderingen om de groei van je bedrijf te stimuleren zonder vast te zitten aan vastgoed.

Interesse? Grijp deze laatste kans!
Wees er snel bij, want deze laatste kans komt maar één keer voorbij! Ontdek de mogelijkheden en maak jouw ondernemersdromen waar op de Wagenmakersstraat 6 industrieterrein De Hemmen 2 in Sneek.

Voor meer informatie, beschikbaarheid en een persoonlijke rondleiding, staan wij klaar om jou te helpen. Aarzel niet en bel ons vandaag nog op **06 36 48 23 52** of stuur een e-mail naar **beheer@nosavastgoed.eu**

Inmiddels is ruim 50% van de beschikbare 2610 m² ingevuld met mooie bedrijven:

Tekst en beeld: Dennis Stoelwinder

EEN TWEEDE KANS IN PLAATS VAN OP DE AFVALBERG

We gooien met zijn allen ongelooflijk veel spullen weg, soms omdat iets versleten is of kapot, soms ook omdat iets al lange tijd niet meer wordt gebruikt. Maar sommige kapotte spullen kunnen we óók repareren. Hierdoor hebben we minder grondstoffen en energie nodig voor nieuwe producten. Niet alleen goed voor je portemonnee, maar ook voor het milieu.

Het gemak van online shoppen en de goedkope prijzen van grote ketens zorgt ervoor dat wij eigenlijk zonder veel na te denken maar telkens nieuwe kleren en schoenen kopen. Steeds vaker begint dit koopgedrag echter bij meer mensen te schuren. We willen duurzaam bezig zijn, maar het moet wel betaalbaar blijven. Hoe dan?

GOEDKOOP IS DUURKOOP

We willen onze planeet verantwoordelijk doorgeven aan de volgende generatie. Dan moeten we stoppen met de weggooi-economie. In plaats van goedkope schoenen te kopen en ze na een tijdje weg te gooien wanneer ze stuk zijn, om



Het is beter om te investeren in goede schoenen, die lang meegaan en de moeite van een reparatie waard zijn



AFVALBERG

In Nederland worden zeventig miljoen paar schoenen verkocht. Dat is gemiddeld drie tot vier paar schoenen per Nederlander. Slechts tien tot vijftien miljoen paar daarvan wordt gerepareerd door een schoenhersteller. De rest, ruim vijftig miljoen paar schoenen gemiddeld per jaar, verdwijnt in de grijze container. Een enorme afvalberg, zeker als je dat gedurende een aantal jaren optelt.



Weer zo goed als nieuw

TWEEDE KANS

Heel veel schoenen hadden best gerepareerd kunnen worden. Denk daarbij aan een losse hak of schoenzool, een kapot stiksel, een inlegzool. Nieuwe zolen onder de schoenen en ze gaan weer een hele poos mee.

SCHOENHERSTELLERS KUNNEN JOUW SCHOENEN EEN TWEEDE LEVEN GEVEN

Veel mensen kopen schoenen online waardoor ze deze niet hebben kunnen passen. Vaak zitten de nieuwe schoenen daardoor te krap en worden daardoor niet gedragen. Een schoenmaker kan deze schoenen en laarzen oprekken, waardoor ze toch passen en gedragen kunnen worden. Schoenen op deze manier een tweede kans geven is met andere woorden stukken beter en goedkoper dan ze op de afvalberg te laten belanden.



Kapotte zolen zijn prima te repareren

vervolgens wéér nieuwe goedkope schoenen te kopen, is niet duurzaam. Goedkoop is dan ook duurkoop.

Het is beter om te investeren in goede schoenen, die lang meegaan en de moeite van een reparatie waard zijn. Goedkope schoenen lijken

leuk, maar ze hebben een enorme impact op het milieu. Niet alleen als gevolg van de productie, ook dankzij het transport en het uiteindelijke ontbinden van de schoenen op stortplaatsen. Wanneer we onze schoenen kopen met intentie en aandacht, vergroten we onze kans thuis te komen met een kwalitatief hoogstaand paar. Zo'n paar gaat langer mee en zo zorgen we er weer voor dat er minder afval op de hoop terecht komt. Schoenen laten herstellen is met andere woorden beter voor het milieu. En herstellen is goedkoper dan de aanschaf van alweer een paar nieuwe schoenen.

4&10mijlvan@sneek

INDIVIDUEEL: 4 & 10 MIJL + KIDSRUN
TEAMS: SCHOLIERENLOOP + VERENIGINGENLOOP + BUSINESS RUN

DOE OOK MEE!

26 MEI 2024 MARKTSTRAAT • SNEEK

KIDSRUN // 4 & 10 MIJL INDIVIDUEEL //
BUSINESSRUN // SCHOLIERENLOOP //
VERENIGINGENLOOP

MEER INFORMATIE EN HET PROGRAMMA
WORDEN BINNENKORT BEKEND GEMAAKT.

INSCHRIJVING OPENT VRIJDAG
9 FEBRUARI 12.00 UUR!

HOUD GROOTSNEEK.NL IN DE GATEN VOOR MEER INFORMATIE!

GEMEENTE
waadhoeke

“Ik fiel my hielendal thús by Waadhoeke, do danst ek?”

WAADHOEKE. GEWOAN. OARS.

Wil jij ook een baan die voelt als thuiskomen?

Bekijk de vacatures op waadhoeke.nl

Bekijk alle vacatures op waadhoeke.nl

VACATURE

Wij zoeken versterking voor
14-17 uur per week

Ben jij iemand die goed met mensen om kan gaan?
Heb je een enthousiaste werkhouding en adviseer je
graag klanten bij aankoop van schoenen?
Dan is dit misschien de baan voor jou!

Op onze website vind je verdere informatie.

Enthousiast?

Dan horen we graag van je.

Mail je cv met motivatie naar info@bleekerschoenen.nl.

Bleeker
Schoenen - Podotherapie - Podologie - Pedicure

Jongemastraat 7 Bolsward 0515-572584 www.bleekerschoenen.nl

PODO
LINEA
www.schoenprofiel.nl

HENRI WILLEMS IS BUDGETMAATJE BIJ SOLIDAIR FRIESLAND

“We kunnen er vaak al na twee maanden voor zorgen dat er een lichtpuntje is”

‘Budgetmaatje Fryslân’ is een project van Solidair Friesland waarbij vrijwilligers mensen ondersteunen die financieel zijn vastgelopen of dat dreigen te raken. Budgetmaatjes zijn getraind om op een laagdrempelige en persoonlijke manier hulp te bieden aan mensen met financiële problemen. Wij spraken met Henri Willems, een van de budgetmaatjes, en met coördinator Chantal Udemá.

“Ik ben nu zo’n zes jaar budgetmaatje”, begint Henri Willems. “Ik rolde er stomtoevalig in. Toen ik bij een bekende de zaken op een rijtje aan het zetten was, kwam de coördinator van het project Budgetmaatje daar en van het een kwam het ander. Mensen helpen met het maken van een begroting en een overzicht van eventuele schulden vind ik dankbaar werk. In de hele gemeente SWF komen wij bij de mensen thuis. Dit doen we om vertrouwen te kweken. Daarnaast zien we hen in hun eigen omgeving en situatie en daardoor krijgen wij een beter beeld van de hulpvragers. Vervolgens kijken we samen naar een oplossing, of dat we mensen naar een andere instantie doorverwijzen. Mensen met schulden boven de tienduizend euro verwijzen wij altijd door naar de gemeente SWF; wij kunnen in dit soort situaties wel voorwerk voor de gemeente doen.”

man die van huis uit nooit geleerd had hoe hij met geld om moest gaan. Maar ik zie ook jongeren die de slechte financiële situatie van thuis absoluut niet willen herhalen als zij op eigen benen staan. Die letterlijk zeggen: “Zo wil ik het niet.” Een andere groep die het momenteel financieel zwaar heeft is de middengroep. “Zij vallen vaak buiten allerlei financiële regelingen”, legt Henri uit. “Daarnaast rijzen hun vaste lasten de pan uit. Ik help ze graag door samen met hen te kijken waar ze zoal op kunnen bezuinigen. Ik heb een stukje ervaring en over het algemeen willen mensen wel geholpen worden. Ze staan positief tegenover hulp, maar moeten het zelf wel écht willen en gemotiveerd zijn. Het is belangrijk dat de gemeente mensen met budgetproblemen of schulden vroeg signaleert, des te eerder kunnen we aan de slag. Maar mensen kunnen ook mij of coördinator Chantal Udemá bellen.”



Chantal Udemá



Henri Willems

GEEN SCHAAMTE

“Daarnaast kunnen huisartsen of hulpverleners van de GGD of GGZ ook mensen naar ons doorverwijzen. In alle gevallen is het belangrijk dat we genuanceerd en zonder oordeel naar mensen met financiële problemen blijven kijken. Het is lang niet altijd ‘eigen schuld, dikke bult’. Soms blijven mensen met een schuld van hun ex-partner achter. Daar hebben ze vaak

geen weet van. Ik wil tot slot graag tegen mensen die financiële problemen hebben, zeggen: ‘Wees open, schaam je niet’. We kunnen er vaak al na twee of drie maanden voor zorgen dat er weer een lichtpuntje is en mensen helemaal opbloeien.”

SAMENWERKING TUSSEN GEMEENTE EN KERKEN

Coördinator Chantal Udemá legt uit dat het project ‘Budgetmaatje Fryslân’ van Solidair

“Het is lang niet altijd eigen schuld, dikke bult”

Friesland inmiddels tien jaar bestaat. “Het is een samenwerking tussen de gemeente SWF en verschillende kerken. Destijds heeft diaconaal opbouwwerker Kees van Kordeleer het project opgezet binnen de PCI’s (Parochiële Caritas Instellingen - red.) H. Titus Brandsma in Bolsward en H. Antonius van Padua in Sneek. Recent is daar de PCI H. Christoffel in Sint Nicolaasga bij gekomen. Ikzelf ben coördinator van de budgetmaatjes sinds zomer 2023. In deze functie leg ik verbindingen en maak ik de juiste koppelingen tussen de mensen die hulp vragen en de vrijwilligers. We zijn laagdrempelig en persoonlijk, en hopen hierdoor dat mensen met financiële problemen in een zo vroeg mogelijk stadium bij ons aankloppen. We zien dat veel jongeren in de knel komen, bijvoorbeeld door alle moderne verleidingen die er zijn. Ook mensen

met een minimum inkomen hebben het moeilijk en zijn niet altijd op de hoogte van de regelingen die er voor hen zijn. Daarin bieden wij ook ondersteuning. Mensen denken vaak dat zij zelf hun boontjes moeten doppen, maar ze hebben er recht op.”

MEER BUDGETMAATJES

Chantal Udemá is dankbaar voor alle vrijwilligers die er al zijn. “We hebben nu al 25 budgetmaatjes”, vertelt ze enthousiast, “maar we willen graag nog meer budgetmaatjes erbij. Dus als mensen met financiële kennis en een groot sociaal hart zich hiervoor willen aanmelden, dan kan dat via mij. Ook mensen met een financiële hulpvraag kunnen zich bij mij aanmelden.”

Dat aanmelden kan via het e-mail adres cudema@solidairfriesland.nl

Vastgoed
boutique
UNYK

UW
persoonlijke
makelaar



- ✓ VERKOOP VAN UW (T)HUIS
- ✓ AANKOOPBEGELEIDING
- ✓ VERHUURBEMIDDELING
- ✓ NIEUWBOUW



funda

f i p d in v

HEY GROEP 8'ER! WAAR STA JE MORGEN?

ONTDEK JOUW PLEK OP HET MARNE COLLEGE

BELEEFDAGEN
OPEN HUIS
DOEDAGEN

14,15 FEBRUARI 2024
7 MAART 2024
20,21 MAART 2024

HEY GROEP 8ER! WAT DOE JE?

KOM NAAR DE DOEDAG!

SNEEK
BALK

5, 6, 7, 14 FEB 2024
28 FEB 2024



Joost (60): "Ik ben de neurologen van
Antonius voor altijd dankbaar"

Migrainepatiënten van het hoofdpijn- centrum in Antonius krijgen dankzij CGRP-remmers hun leven terug

Mensen die hoofdpijnklachten ervaren die ervoor zorgen dat het functioneren in het dagelijks leven niet mogelijk is, komen via de huisarts bij het hoofdpijncentrum van Antonius terecht. Met de juiste diagnose kan de hoofdpijn gericht worden behandeld. Goed nieuws voor deze patiënten is dat een nieuwe behandelmethod, bestaande uit eiwitremmende medicatie, bij veel patiënten aanslaat.

De patiëntengroep waar hoofdpijnverpleegkundigen Dieuwke Weerstra en Rianne Meijer-Postma van Antonius dagelijks mee in aanraking komen, varieert van mannen en vrouwen in een leeftijdscategorie van ongeveer 10 tot 70 jaar. Als iemand langer dan drie maanden last heeft van hoofdpijn zonder alarmerende signalen, komt de patiënt terecht op het hoofdpijnsprekruur bij een van de twee gespecialiseerde neurologen. De eerste afspraak is dan altijd met Dieuwke of Rianne, gevolgd door een consult met een neuroloog.

Onverdraagbaar

"Hoofdpijn is een onderbehandeld probleem", vertelt Rianne Meijer-Postma. "De meeste mensen nemen pijnstilling en proberen 'gewoon' door te gaan met het leven. Het lastige is ook dat er veel meer verschillende soorten hoofdpijn bestaan. Denk aan migraine en clusterhoofdpijn, dat in aanvallen komt. Maar er bestaat ook aangezichtspijn, spierspanningshoofdpijn, migraine en hoofdpijn bij kinderen. Het kan ook chronisch zijn. Dat betekent dat mensen wel vijftien of meer dagen per maand last hebben van hoofdpijn. Dat maakt het voor hen onverdraagbaar."

Een van die patiënten van het hoofdpijncentrum is de zestigjarige Joost. Al vanaf zijn zestiende ervaarde hij klachten van aanhoudende hoofdpijn. De hoofdpijn keerde met regelmaat terug voor langere periodes en het werd door de jaren heen steeds heftiger. Erg vervelend voor Joost, die een intensieve baan in de jachthaven van Hindeloopen bekleedt. "Door die hoofdpijn zat ik niet goed in mijn vel", vertelt hij. "Ik reageerde kortaf, had een slecht humeur en dat was niet alleen voor mijzelf vervelend, maar ook zeker voor de mensen om mij heen."



Hoofdpijnverpleegkundige Dieuwke Weerstra

Stoppen met pijnstilling

Om de pijn te stillen en de hoofdpijn draaglijker te maken, gebruikte hij pijnstilling. Wat Joost niet wist is dat dat zijn hoofdpijn juist verergerde. Pas toen hij bij het hoofdpijncentrum terecht kwam, werd dit hem duidelijk. De opdracht voor hem was om te stoppen met pijnstilling. Hij moest 'clean' worden. Maar wat er vervolgens in het hoofdpijncentrum ook werd geprobeerd, de hoofdpijn bleef en zijn behandelingen bij het hoofdpijncentrum stopten.

"De medicatie waar een patiënt voor in aanmerking komt verschilt echt per persoon", licht Dieuwke Weerstra toe. "Bij elk behandelplan wordt er rekening gehouden met lichamelijke factoren zoals de bloeddruk, maar ook met externe factoren zoals de omgeving en levensstijl van een patiënt." Zo kunnen patiënten ook via de hoofdpijnverpleegkundigen worden doorverwezen naar de fysiotherapeuten, psychologen of maatschappelijk werkers van het hoofdpijncentrum.

Alles anders

Alles veranderde vorig jaar, toen de vrouw van Joost las over een nieuwe ontwikkeling. Sinds 2018 is er een nieuw type migrainemedicijn op de Europese markt: de CGRP-remmers. Bij het ontstaan van migraine speelt het eiwit CGRP (Calcitonin Gene Related Peptide) een rol. Tijdens een migraineaanval is de hoeveelheid CGRP in het bloed verhoogd. Door deze hoeveelheid

te verlagen/af te remmen, kan een migraineaanval voorkomen worden.

Aanvankelijk had Joost weinig vertrouwen in het medicijn. "Ik had jarenlang verschillende methodes en medicijnen geprobeerd, maar zonder resultaat. Waarom zou dit dan wel werken?" Maar op aandringen van zijn vrouw, ging hij toch overstag. Hij nam contact op met het hoofdpijncentrum van Antonius en na overleg met zijn huisarts startte hij een nieuw traject. Omdat Joost last had van chronische migraine, kwam hij in aanmerking voor een injectie.

"Ik ben Antonius dankbaar"

Inmiddels voelt Joost zich een ander mens. "Ik voel me veel vrolijkere en heb mijn energie terug voor gezellige momenten en uitstapjes met vrienden en familie. Ik ben de neuroloog van het hoofdpijncentrum van Antonius voor altijd dankbaar. Ons contact loopt inmiddels digitaal. Ik houd een hoofdpijnkalendar bij en stuur deze op naar het ziekenhuis. Als er iets aan de hand is, kan ik altijd bij ze terecht. Het werkt perfect."

Hoofdpijnverpleegkundigen Rianne en Dieuwke zien veel mensen in dezelfde situatie als Joost. Dieuwke: "Wat daadwerkelijk de oorzaak van migraine is, dat is helaas nog niet bekend in de neurologie. Wel is de CGRP-remmer een grote ontwikkeling waarmee wij veel mensen kunnen helpen, daar zijn wij bij het hoofdpijncentrum heel erg blij mee."

Ik heb last van hoofdpijn. Wat nu?

Als hoofdpijn een negatieve invloed op het dagelijks leven heeft, kunt u eerst bij uw huisarts terecht. Hij of zij kan u doorverwijzen naar het hoofdpijncentrum. Een neuroloog en een hoofdpijnverpleegkundige, die gespecialiseerd zijn in hoofdpijn, behandelen u. Zij onderzoeken welk type hoofdpijn u heeft en welke behandeling daarbij past. Door de goede diagnose te stellen kan hoofdpijn gericht worden behandeld.

Het hoofdpijn- centrum

Naast uw neuroloog en hoofdpijnverpleegkundige kunt u te maken krijgen met fysiotherapie, psychologie, de kinderfysiotherapeut, kinder-/jeugdpsycholoog en een adem- en ontspanningstherapeut. Daarnaast werken we samen met een kinderarts en een gynaecoloog. Meer informatie over de verschillende hoofdpijnvormen kunt u vinden op: www.allesoverhoofdpijn.nl. Heeft u toch nog vragen? Neem dan gerust contact op met de het hoofdpijncentrum van Antonius via 0515 - 48 89 89.



Hoofdpijnverpleegkundige Rianne Meijer

GOLFBAAN IN KOUDUM IS TWEEDE THUIS VOOR ERWIN NAUTA UIT MAKKUM

“Pitch & putt is voor mij een verslaving geworden”

Als je ter hoogte van Koudum over de N359 rijdt en de plaatselijke pitch & putt-golfbaan passeert, is de kans groot dat Erwin Nauta daar net een balletje aan het slaan is. De 56-jarige Makkumer heeft zijn hart aan deze sport verpand en is twaalf maanden per jaar op het golfterrein te vinden. In de zomerperiode zelfs bijna dagelijks. “Het is voor mij een soort van verslaving geworden”, zegt hij glimlachend. In de seniorenklasse behoort Nauta inmiddels tot de landelijke top. Zo werd hij in 2022 tweede op het Nederlands Kampioenschap.



“Je kunt deze sport tot op hoge leeftijd beoefenen”

Erwin Nauta is in het dagelijkse leven werkzaam bij zuivelfabriek Hochwald in Bolsward. “Hoe ik met pitch & putt in aanraking ben gekomen? Voorheen mocht ik graag tennissen, voetballen en kaatsen. Tot dat de knie ging tegenstrubbelen. Op zoek naar een andere sport kwam ik zo’n negen jaar geleden bij toeval in aanraking met pitch & putt”, vertelt hij. “We hadden een familie-uitje en gingen toen in Koudum deze - tot dan toe voor mij onbekende - sport een keertje spelen. Het spelletje bleek mij en ook m’n vader meteen wel goed af te gaan. ‘Dat moeten we vaker gaan doen’, zeiden we tegen elkaar. Sindsdien ben ik

verslaafd geraakt aan pitch & putt en, samen met mijn vader, lid geworden van de Pitch & Putt-vereniging in Koudum.”

DE SPORT

Nauta vertelt dat de sport pitch & putt in 1929 in Ierland ontstaan en zich na de Tweede Wereldoorlog internationaal heeft ontwikkeld en tegenwoordig vooral in Nederland, Duitsland, Spanje en Japan populair is. Het is een laagdrempelige, verkorte variant van het reguliere golfspel en wordt gespeeld op een achttien holes golfbaan, waarbij de afstand van de afslag (tee) tot aan de vlag (green) kan variëren tussen de

30 en 85 meter. De baan is net zo aangelegd als bij golf (met bunkers, heuvels, waterpartijen en dergelijke), maar de afstanden naar de holes zijn veel korter, zodat je maar twee of drie golfstokken (clubs) nodig hebt in plaats van een hele tas vol.

De bedoeling van pitch & putt is dat je een golfbal vanaf de afslagplaats in zo min mogelijk slagen in de hole laat verdwijnen. Wanneer je begint aan een hole, mag je de bal op een tee leggen (een plastic stokje). Vervolgens wordt de bal met een speciale golfclub, waarvan het blad (het deel waarmee je de bal raakt) onder een hoek

van 48 of 56 graden is gemonteerd, door de lucht richting de hole geslagen. Ligt de bal eenmaal op de green (het kort gemaakte en speciaal geprepareerde gedeelte gras rondom de hole), dan haal je de putter (een vlakke golfclub) uit de tas om de bal hiermee in de hole te putten.

BALGEVOEL

“Pitch & putt is een laagdrempelige, maar best wel moeilijke sport”, stelt Nauta. “Je moet balgevoel en een goede hand-oog-coördinatie hebben, net als bij bijvoorbeeld balsporten zoals voetbal en tennis. Ook is het belangrijk dat je een green kunt

“Mijn grote doel is om ooit nog eens de nationale titel in mijn leeftijdscategorie te winnen”



‘lezen’ en op basis daarvan de bal in zo weinig mogelijk slagen in de hole laat verdwijnen. Verder vraagt pitch & putt uiteraard een goede slagtechniek en elke slag vraagt uiterste concentratie. Dat is best lastig. De meeste mensen hebben moeite om die focus achttien holes lang vast te houden.

Of ik ook aan midgetgolf doe? Nee, daar heb ik niks mee. Golf speel ik soms, maar dat ligt mij minder, want dat vraagt een heel andere slagtechniek door de grotere banen waarmee je te maken hebt. In één slag tweehonderd meter overbruggen lukt mij niet. Dat vraagt erg veel training. We hebben periodiek een uitwisseling met Golfclub Gaasterland en spelen dan tegen elkaar. De ene keer op hun baan, de andere keer op onze baan. Dat zijn leuke happenings. Pitch & putt vind ik een veel leukere sport. Het is uitgegroeid tot mijn grootste hobby. Daarnaast biljart ik graag.”

REUZEGEZELLIGE VERENIGING

Vol passie praat Nauta graag over zijn favoriete sport. “Het liefst sta ik elke dag op de baan, maar het werk laat dat niet altijd toe. Ik moet ook vaak middag- en nachtdiensten draaien”, zegt hij. “In de zomermaanden ben ik bijna dagelijks in Koudum te vinden. ’s Weekends vaak van 10.00 tot 22.00 uur. Tussen de ronden door zit ik dan lekker in het zonnetje op het terras. Het voordeel is dat je deze sport zowel individueel, als duo of in groepsverband kunt spelen. Ik help in de weekenden ook vaak als vrijwilliger mee op de baan. Als hier recreanten komen spelen, deel ik vaak de groepen in en geef ik hen van tevoren de spelinstructies.

Met ruim tweehonderd leden is Koudum ’s lands één na grootste pitch & putt-vereniging. Alleen Bussloo in

Gelderland is groter. In Fryslân zijn, naast Koudum, nog twee banen: in Leeuwarden en in Esonstad bij Oostmahorn. Leeuwarden heeft een kleine honderd leden en de golfbaan in Esonstad is meer recreatief en organiseert geen landelijke wedstrijden.”

Nauta is inmiddels tot voorzitter van de club in Koudum gebombardeerd. “We hebben een reuzegezellige vereniging en een prachtig clubgebouw. Als gezelligheidsmens vind ik ook de ‘derde helft’ hier heel belangrijk”, glimlacht hij. “Het grootste deel van onze leden is tussen de dertig en vijftig jaar. Ze komen vooral uit de regio vandaan, maar ook iemand uit Drachten is lid. Er is helaas weinig jonge aanwas. De jeugd kiest toch liever vaak voor teamsporten.”

LANDELIJKE TOP

In de seniorenklasse (hieronder vallen pitch & putters vanaf 55 jaar – red.) behoort Nauta inmiddels tot de landelijke top. Zo werd hij in 2022 tweede op het Nederlands Kampioenschap. “Omdat pitch & putt een sport blijkt waar ik goed in ben, motiveert mij dat om me daarin nog verder in te verbeteren. Hoe ik dat doe? Door veel uren te maken op de baan. Pitch & putt is ook een mentaal spel. Na een misser moet je daar niet in blijven hangen, maar de knop meteen omzetten en je weer

focussen en je afsluiten van je omgeving.” Nauta reist het hele land door om mee te doen aan toernooien en kampioenschappen. “Zo heb ik vorig jaar een landelijk ranking toernooi in het Gelderse Voorst gewonnen en ben ik tweemaal tweede geworden op het Nederlands Kampioenschap. Mijn grote doel is om ooit nog eens de nationale titel in mijn leeftijdscategorie te winnen, maar vaak draait het om de vorm van de dag.”

BUITENLAND

Tot dusver speelde Erwin Nauta nog geen toernooien in het buitenland, maar daar komt dit jaar mogelijk verandering in. “Ik wil graag eens meedoen aan een toernooi in Ierland, de bakermat van pitch & putt. Illusies dat ik daar een prijs win, heb ik niet. Je doet daar als buitenlander puur mee als baanvulling. Wat bij ons voetbal en kaatsen is, is in Ierland pitch & putt. Daar beginnen ze al op hun vijfde met deze sport en daardoor zijn ze veel beter dan wij.”

LAAGDREMPELIG

Met de vereniging uit Leeuwarden organiseert Koudum jaarlijks de Grutte Pier Cup, dat is min of meer een individuele strijd om de Friese titel. Verder doen veel Leeuwarder leden jaarlijks mee aan zowel de zomer- als wintercompetitie in Koudum. “Iedere zondagochtend spelen we en dat is heel gezellig”, zegt Makkumer Erwin Nauta tot slot. En hij benadrukt nog maar eens de laagdrempeligheid van pitch & putt. “Tot op hoge leeftijd kun je deze sport beoefenen. Neem bijvoorbeeld mijn vader: hij is nu 79 jaar en staat nog drie keer in de week op de golfbaan. Ik zou zelf graag het liefst elke dag pitch & putten en had deze sport graag dertig jaar eerder ontdekt”, glimlacht hij.



COLUMN



OTTO VISSER ACCOUNTANTS

Koelkast gekte

De gemeente Súdwest-Fryslân voert op dit moment een bijzondere actie. Alle 3750 huishoudens die vorig jaar een energietoeslag hebben ontvangen krijgen nu een cadeaukaart ter waarde van € 400,- om een nieuw huishoudelijk apparaat te kopen. De gedachte erachter is dat bijvoorbeeld een nieuwe koelkast veel energiezuiniger is dan een oude en dat er dus sprake is van een structurele verlaging van de energielasten. De actie is een onderdeel van het beleid om inwoners met een kleine beurs een steuntje in de rug te geven.

Het is op zich natuurlijk een prima gedachte om minder bededen te helpen. Maar deze actie slaat de plank, om twee redenen, behoorlijk mis. In de eerste plaats is de actie buitengewoon fraudegevoelig. Uit eerste hand bereikte mij een bericht van een inwoner die de cadeaukaart onmiddellijk gebruikte om een nieuwe koelkast te kopen, die vervolgens direct op Marktplaats te zetten om van de opbrengst een nieuwe inductiekookplaat te kopen. Het is duidelijk dat dit niet de bedoeling van de actie is. Toegegeven, geen enkele actie is waterdicht en dat moeten we soms accepteren. Maar hier is iets anders aan de hand. Deze regeling is zo lek als een mandje. In de tweede plaats vraag ik mij af of de doelstelling van de actie, het ondersteunen van inwoners, ook daadwerkelijk gerealiseerd wordt. Ik heb daar mijn twijfels over. Een beperkte financiële speelruimte heeft altijd een specifieke oorzaak. En die is per persoon verschillend en vaak ook complex. Dat betekent dat, als je deze groep mensen wilt helpen, de vorm nooit dezelfde zal zijn. Als je dat helpen echt goed wilt doen, dan moet je per huishouding bekijken waar de pijn zit, waar die vandaan komt en welke vorm van ondersteuning het meest effectief is.

Kortom, het is utopisch te veronderstellen dat deze actie zal leiden tot een grote slag in de armoedebestrijding. Daarvoor is de opzet te fraudegevoelig en de uitwerking te grof. De intenties van de gemeente verdienen alle lof, maar de planvorming en -uitwerking behoeft een verdieping naar de echte achterliggende oorzaken op individueel niveau en dito oplossingen.



PROGRAMMA FEBRUARI



TUÖTTENZAAL

- Zo. 04-02** **Titus&Fien Winterrevue**
De Finale (4+)

- Wo. 07-02** **Släpstick**
The Roaring Twenties

- Vr. 09-02** **Simon and Garfunkel Acoustic**
Old Friends

- Wo. 14-02** **Legendary Albums Live**
presenteert Nirvana's MTV Unplugged in New York (try-out)

- Do. 15-02** **Universiteit van Nederland Live**
Wetenschap voor iedereen

- Zo. 18-02** **De Stille - Dance for Children**
Wacht 's even (0,5+)

- Zo. 25-02** **Pianostemmen**
Tg Goed Gezelschap

- Do. 29-02** **Herman van Veen**
Een voorstelling



Elske DeWall



ABBA Rocks



De Magische Kast

NOORDERKERKZAAL

- Za. 03-02** **Mads Wittermans**
The Meeting

- Zo. 04-02** **Misto**
Pas de Trois en Slagwerfabriek - Noorderkerkconcert

- Di. 06-02** **Fernando Lameirinhas**
Koffer - Muzikale Siësta

- Za. 10-02** **The Wanderers play Elvis**

- Za. 17-02** **Joost Oomen**
Alle dichters hebben gouden helikopters

- Wo. 21-02** **De Magische Kast**
Huib Coojmans (4+)

- Do. 22-02** **De kant van Ada**
Het vervolg op Peter Middendorps 'Jij bent van mij'



BOLWERKZAAL

- Vr. 02-02** **Elske DeWall**
Exclusieve Clubshow Met Band

- Vr. 09-02** **Knock Out Comedy Crew**
Keihard Lachen In Lewinski

- Za. 10-02** **80's Verantwoord**
Good Vibes & Neon Lights

- Vr. 16-02** **Rapalje + Support**
Celtic Celebrations

- Za. 17-02** **The Magic Of Santana**
Met Originele Santana-Zangers Alex Ligertwood En Tony Lindsay

- Vr. 23-02** **ABBA Rocks**
For Rockin' Queens & Kings



Rapalje



Simon and Garfunkel

SANTANA-MAGIE

IN HET BOLWERK

Op zaterdag 17 februari komt de nummer 1 Santana-tributeband van Europa naar Het Bolwerk in Sneek. The Magic Of Santana belooft een avondvullende show vol met de grootste hits van de legendarische Latin rockband Santana.



ZATERDAG 17 FEBRUARI
The Magic Of Santana

De tributeband is opgericht door gitarist Gerd Schlüter, die al sinds zijn jeugd fan is van Santana. Hij heeft de band samengesteld met een groep ervaren muzikanten die de muziek van Santana tot in de puntjes beheersen. De band heeft al veel lof ontvangen van critici en fans van over de hele wereld.

In 2011 werd Alex Ligertwood, de voormalige zanger van Santana, lid van de band. Ligertwood is verantwoordelijk voor de kenmerkende stem van Santana en zijn aanwezigheid op het podium is een grote meerwaarde voor de band. In 2012 kwam ook Tony Lindsay, een andere voormalige zanger van Santana, bij de band. Lindsay is een Grammy-winnaar en heeft een indrukwekkende carrière opgebouwd als soloartiest en als backingvocalist voor verschillende bekende artiesten.



The Magic Of Santana brengt een avondvullende show met de grootste hits van Santana, zoals Samba Pa Ti, Oye como Va, Black Magic Woman, Smooth en vele andere.

THE MAGIC OF SANTANA // ZA 17 FEBRUARI // BOLWERK // 21.30 UUR // € 32,50,- (€ 29,50 VVK)

KAARTEN ZIJN VERKRIJGBAAR VIA
WWW.HETBOLWERK.NL

Instrumenten Doe-Dag én Súdwestival in maart

In maart organiseert Kunstencentrum Atrium weer enkele leuke activiteiten voor jong en oud. Dat klinkt nog ver weg, maar we grijpen dit moment graag aan om er alvast even de schijnwerper op te zetten zodat er nog ruimte in je agenda is.

INSTRUMENTEN DOE-DAG

ZATERDAG 2 MAART // KUNSTENCENTRUM ATRIUM SNEEK
Op zaterdag 2 maart is het weer de Instrumenten Doe-dag voor kinderen in groep 5, 6, 7 of 8 van de basisschool in Súdwest-Fryslân! Meedoen is gratis. Of je nu op Muziekmix zit of niet, iedereen is welkom. Op deze dag kun je in het Atrium in Sneek gratis instrumenten uitproberen of een zangles volgen. Leuk, toch? Meld je aan op de website van het Atrium, een kijkje in onze keuken.



SÚDWESTFESTIVAL

ZONDAG 24 MAART // KULTUERHÚS KLAMEARE WORKUM
Het Súdwestfestival komt er weer aan! Een groot aantal orkesten, ensembles en koren zullen weer een gevarieerd repertoire laten horen in de zalen van de Klameare in Workum. Voor een muzikale middag moet je dus hier zijn. De toegang is gratis.



Hou www.kunstencentrumatrium.nl in de gaten voor het laatste nieuws over deze evenementen en meer.

Titus & Fien voor de laatste keer te zien in het theater



Na 15 jaar op het toneel, honderdduizenden lachende kinderen én grootouders, miljoenen views op YouTube en een megahit te zijn geworden op TikTok, neemt het populaire groene duo Titus & Fien deze winter definitief afscheid van het toneel.

Natuurlijk zullen zij op het toneel verschijnen met de Oliebollenband, het Oliebollenballet en komen er naast gloednieuwe hilarische sketches ook oude hits voorbij zoals het spekkie en natuurlijk het oliebollied. Dat wordt gegarandeerd lachen, gieren en brullen!

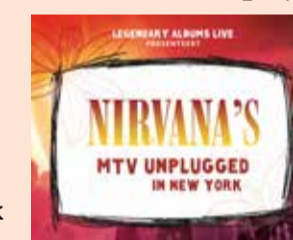
Zwaai jij voor de laatste keer naar je groene helden? Ga jij nog een keer met ze op de foto? Zing jij mee met hun allergrootste hits? En kom jij met de hele familie nog een keer dubbel liggen van het lachen? Deze aller-allerlaatste onvergetelijke, hilarische show wil je niet missen!

TITUS&FIEN WINTERREVUE// TUÖTTENZAAL // ZO 4 FEBRUARI // 13.30 & 16.00 UUR // € 26,50

Vier je Valentijn bij Nirvana

(Nu een kaartje voor de helft van de prijs)

Op Valentijnsdag, 14 februari, brengt Legendary Albums Live een indringende remake van Nirvana's MTV Unplugged in New York naar Theater Sneek. Een unieke kans om de muziek van deze legendarische band live te beleven, en een perfecte manier om Valentijnsdag te vieren.



Op 18 november 1993 betrad Nirvana het podium van de Sony Music Studios in New York City voor een optreden dat de muziekgeschiedenis in zou gaan. De stem van frontman Kurt Cobain was in topvorm en zijn optreden was gevuld met een gevoel van kwetsbaarheid en pijn dat altijd al het kenmerk van zijn songwriting was. Helaas zou het optreden van Unplugged een van Nirvana's laatste zijn.

De LA-Live band, aangevoerd door zanger-gitarist Jan de Witte (voorheen 3JS), brengt dit iconische concert weer tot leven. De setlist bevat alle hoogtepunten van het MTV Unplugged-optreden, waaronder 'Smells Like Teen Spirit', 'About a Girl', 'Come as You Are' en 'Where Did You Sleep Last Night?' Alle hoogtepunten komen voorbij.

Neem je Valentijn mee

Je kunt samen met je geliefde, of opa, oma, zus, broer, vader, moeder of collega genieten van de muziek van een van de meest invloedrijke bands aller tijden. Het is perfecte muziek om samen te delen met iemand die je liefhebt. Daarom geven we ook nog eens 50% korting op je kaartje waardoor je Valentijn eigenlijk gratis naar binnen mag.

LEGENDARY ALBUMS LIVE PRESENTEERT NIRVANA'S MTV UNPLUGGED IN NEW YORK // TUÖTTENZAAL // WO 14 FEBRUARI // 20.15 UUR // € 30,- (-50% KORTING)

KIJK VOOR MEER INFORMATIE OP WWW.THEATERSNEEK.NL



VRIJDAG 2 FEBRUARI
RAOUL HEERTJE

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

VAN PIEKEREN

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

ZATERDAG 3 FEBRUARI
RYSTERBOSK

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

HEY MOOCHER!

SNEEK
MUZIEK
Vintage blues van vier Zwolse muzikanten.
WWW.LEWINSKI.NL

ZONDAG 4 FEBRUARI
ROON STAAL

BOLSWARD
MUZIEK
Wintertour van Roon Staal met bekende covers en eigen werken.
WWW.ROONSTAAL.COM

KOFFIEKUIER

OUDEMIRDUM
EXCURSIE
Maak o.l.v. publiekshistoricus Arnoud van de Ridder een wandeling naar het Oudemirdumerklif.
WWW.NATIONAALLANDSCHAP.FRL

TITUS & FIEN

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

VRIJDAG 9 FEBRUARI
VERS! FESTIVAL

SNEEK
CULTUUR
Tijdens het Vers! Festival ontdek je al het verse Atrium talent.
WWW.KUNSTENCENTRUMATRIUM.NL

VRIJDAG 9 FEBRUARI
KNOCK OUT COMEDY

SNEEK
CABARET
Pure stand-up comedy, de beste grappen en messcherpe observaties.
WWW.LEWINSKI.NL

ZATERDAG 10 FEBRUARI
BENEFIET HEECHSPANNING

HEEG
MUZIEK
Jaarlijkse benefiet als voorproefje van straatfestival Heechspanning.
WWW.HEECHSPANNING.COM

CARNAVALSOPTOCHT

SNEEK
OPTOCHT
Carnaval met een optocht door het centrum.
WWW.OELETOETERS.NL

WINTERKUIER

WORKUM
EXCURSIE
Wandel o.l.v. een gids door het winterparadijs in de Warkumerwaard.
WWW.ITFRYSKEGEA.NL

IVY

WORKUM
MUZIEK
Nederlandse vocalpopgroep met vierstemmige versies van bekende nummers en een dosis humor.
WWW.NUTWORKUM.NL

ZONDAG 11 FEBRUARI
OCOBAR

BALK
MUZIEK
Eerbetoon aan Eric Clapton door de muzikanten van Ocoabar.
WWW.PODIUMGORTER.NL

GURBE DOUWSTRA 70!!

JOURE
MUZIEK
Gurbe Douwstra viert zijn verjaardagsfeest vol muziek.
WWW.WATERLANDVANFRIESLAND.NL/GURBE70

NK KLUNEN

SNEEK
SPORTEVENEMENT
NK klunen bij de Waterpoort.
ACTIE.NK-KLUNEN.NL

WO. 14 T/M VR. 16 FEBRUARI
PROEF WAT JE ZIET

TERHERNE
CULINAIR
Samen film kijken en ondertussen proeven wat je ziet.
WWW.PAVILJOENSALT.NL

DONDERDAG 15 FEBRUARI
ONTDEK DE ARCHIEFSCHATTEN

BOLSWARD
EXPOSITIE
Ontdek de archiefschatten vanaf 1311 van de gemeente Súdwest-Fryslân.
WWW.DETIJD.NL

DO. 15 T/M ZO. 25 FEBRUARI
WINTERLJOCHT

SLOTEN
EXPOSITIE
Bijzondere lichtprojecties door Kroft&Smids op bijzondere plekken in de stad.
WWW.WINTERLJOCHT.FRL

VRIJDAG 16 FEBRUARI
VRIJDAG VERHALENAVOND

BOLSWARD
LEZING
Ontdek de 'Duistere Geschiedenis van Gevangenschap in Friesland' door oud-cipier Willem Helfrich.
WWW.DETIJD.NL

AGE VELDBOOM

HARICH
LEZING
Skûtsjekenner Age Veldboom vertelt als schipper en schaatser over het Friese water.
WWW.ALDEFRIESETSJERKEN.NL

ZATERDAG 17 FEBRUARI
AQUADISCO

JOURE
MUZIEK
Discozwemmen op de nieuwste hits met speciale lichteffecten.
WWW.SWIMFUN.NL

VLECHTWORKSHOP

OUDEMIRDUM
WORKSHOP
Maak twee vetbolhouders van wilgentenen.
WWW.NATIONAALLANDSCHAP.FRL

ZONDAG 18 FEBRUARI
DUO QUIN EN BERG

KOUDUM
MUZIEK
'n Musikale Reis met Afrikaanse en Nederlandse poëzie in liedvorm.
WWW.GALERIELYTSKIENTME.NL

ZONDAG 18 FEBRUARI
ROBERT JAN STIPS

BOLSWARD
MUZIEK
In 'RJSolo' komen vele bijzondere periodes uit Stips inmiddels legendarisch muziekverleden aan bod.
WWW.BOOG-BOLSWARD.NL

DI. ZO T/M VR. 23 FEBRUARI
HELP PAKE EN BEPPE DE VAKANTIE DOOR

FRIESLAND
VARIA
Musea stellen hun deuren speciaal open voor kinderen met extra activiteiten.
WWW.MUSEUM.FRL

VR. 23 EN ZA. 24 FEBRUARI
PRIUWKE DAGEN

LANGWEER
CULINAIR
Elk deelnemend restaurant maakt een gerechtje met hetzelfde Friese streekproduct.
WWW.VISITLANGWEER.NL

ZATERDAG 24 FEBRUARI
PIETER JOUKE

BOLSWARD
CABARET
Z'n zevende solovoorstelling: Sluikstort.
WWW.BOOG-BOLSWARD.NL

KOEKNUFFELDAG

DELFTSTRAHUIZEN
VARIA
Knuffel een koe en kom helemaal tot rust.
WWW.BOERDERIJRECREATIE.NL

SCHOPPENVROUW

MAKKUM
MUZIEKTHEATER
Ekaterina Levental vertelt het verhaal van haar oma en vier vrouwen van dezelfde generatie.
WWW.CULTUREELPODIUMMAKKUM.NL

EMIGRANT

WARNS
THEATER
Pier21 met een verhaal over een Friese emigrant opnieuw verteld.
WWW.DESPYLDER.NL

ZONDAG 25 FEBRUARI
MISTER EN MRS

MUZIEK
BALK
Exclusieve akoestische sessie 'Na sluitingstijd' met MISTER & MRS op een unieke plek.
WWW.INSTAGRAM.COM/MISTERANDMRS_OFFICIAL

BELIBJE BELEVEN

VAN PIEKEREN

Sappige verhalen en snelle, bij vlagen absurde humor worden afgewisseld met prachtige ballades en liedjes met een meer dan aanstekelijk participatiegehalte. Zo kun je een avond Van Piekeren komt samen met gitarist/componist Johan Fransen, bassist Wouter Kroonenberg en drummer Johan van Drunen op vrijdag 2 februari naar Lewinski in Sneek. Samen met het publiek maken ze van hun optreden een belevenis. Vooraf kun je een hapje mee eten.

WWW.LEWINSKI.NL

SUGGESTJE SUGGESTIE

HELP PAKE EN BEPPE DE VAKANTIE DOOR

Help jij pake en beppe de vakantie door? Want in de voorjaarsvakantie, van 20 tot en met 23 februari, openen musea in heel Friesland speciaal hun deuren voor kinderen. Er worden allerlei leuke activiteiten georganiseerd. En kinderen hebben gratis entree 'op vertoon' van een volwassene. Dus niet alleen je pake en beppe mogen mee, ook je ouders, oom of tante! Ook voor hen hebben de musea van alles leuks in petto. Bekijk op de website alle activiteiten van de deelnemende musea.

WWW.MUSEUM.FRL



FOTO: MAARTJE ROOS

GURBE DOUWSTRA 70!!

GURBE DOUWSTRA 70!!

Gurbe Douwstra wordt 70 jaar. En dat viert hij graag samen met zijn publiek. De singer-songwriter geeft daarom op zondag 11 februari in de Hobbe van Baerdkerk in Joure een verjaardagsfeest vol muziek. Met bekende oude liedjes en natuurlijk nieuwe liedjes, vergezeld van smakelijke anekdotes. Douwstra blikt terug en kijkt vooruit. Worden de verhalen gaandeweg sterker of juist persoonlijker? De toon wordt, zoals dat gaat op feestjes, steeds melancholischer. Maar de levenslust is nooit ver weg.

WWW.WATERLANDVANFRIESLAND.NL/GURBE70

SCHOPPENVROUW

Op zaterdag 24 februari vertelt zangeres Ekaterina Levental in Makkum het verhaal van haar oma en vier vrouwen van dezelfde generatie: Anne Frank, Marilyn Monroe, Maria Callas, Ulrike Meinhof en Dora Gorohovskaya. 5 iconen, 5 thema's, 5 clichés en 5 vrouwen, complex en ongrijpbaar. Schoppenvrouw toont de kracht van deze legendarische vrouwen. Het is een spel van identiteiten, een ode aan hoop en vrijheid. En een verhaal over de angst, die steeds weer de vrijheid blokkeert.

WWW.CULTUREELPODIUMMAKKUM.NL



FOTO: SABINE BOODE

HELP PAKE EN BEPPE DE VAKANTIE DOOR BIJ MAR & KLIF

WINTERLJOCHT SLEAT

Een gedicht op een kale muur, een mooi citaat op een monument, een gevel dat filmdoek wordt... Kroft&Smids brengen met lichtprojecties van vormen, filmpjes, animaties, gedichten en citaten licht in de provincie Friesland in de donkere wintermaanden. Van 15 tot en met 25 februari zijn deze lichtprojecties te bewonderen in Sloten. De route leidt langs onverwachte plekken en laat bezoekers deze plekken bekijken met een andere blik of juist de schoonheid ontdekken van deze plek.

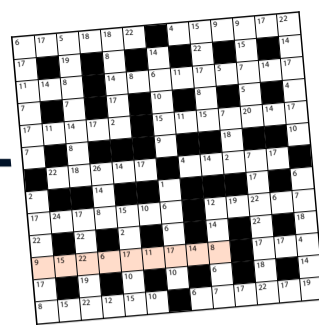
WWW.WINTERLJOCHT.FRL

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. 02

Puzzel en win! In iedere editie 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@grootbolsward-ijsselemerkust.nl o.v.v. **PUZZELOPLOSSING NR 02-2024 - tot uiterlijk 23 februari 2024.** Wij wensen je veel puzzelplezier!

rampspoed geheel	drukte	daar- binnen dreigend	spil	weder- kerig vnv.	tegen- werpen	8	vrijkoop- som spelok
		4			ik		
patroon	bloem laster			richting vernis			
			berg- plaats watering		kraak- beervis blijkens de dikten		
hoofd v. a. moskee op de wijze van		achterste vlak					
	verfstof overeen- komst	10					sierplant 6
wijnhuis	riv. in Italië Griekse letter			reizen als ontspan- ning	lofspraak	wiel	
1				zuig- speen			bezieling
kosmos	houtsoort		koraal- eiland houding		her- kauwer letter- grootte		
			geologisch tijdperk mountain- bike	7			
gigabyte klein- kunst- naar		kleine planeet	edelgas pl. in Duitsland				ineens
		5			zuur- graad in orde		
pl. in Frankrijk	boom nonsens		commer- ciale tv- zender		kleeding- stuk schande		2
			pl. in Rusland schrijf- gerei				
soepkorn	straf- werktuig		pl. in Limburg incas- seerter		11	wardver- siering grondel	
9			landbouw- werktuig zelf (Latijn)			silicium knevel	
wang			riv. in Limburg verlaagde toon				tijdstip
vliegtuig		3		boom			
ergens anders	ten dele				maatstaf		
							12

©www.puzzelpro.nl

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

WINNAAR PUZZEL GROOTBOLSWARD-IJSSELMEERKUST 01-2024

Tineke Dykstra heeft de waardebon t.w.v. € 25,00 gewonnen. Deze waardebon is aangeboden door en te besteden bij Groencentrum Witmarsum. OPLOSSING EDITIE 12-2023: **Zweede puzzel: POOLREIZIGER // Woordzoeker: HOOFDGERECHT**

COLOFON

GrootBolsward-Ijsselemerkust is een maandelijks uitgave van GrootMedia en wordt huis-aan-huis verspreid in Bolsward en alle dorpen en steden langs de Ijsselemerkust in een straal van ca. 10 km.

Oplage: 22.000 exemplaren.

UITGEVER
GrootMedia BV
Zwarteweg 4, 8603 AA Sneek
Telefoon 0515 745 005
E-mail info@grootmedia.nl

REDACTIETIPS?
info@grootbolsward-ijsselemerkust.nl

REDACTIE COÖRDINATOR
Marianne Bouwman

EINDREDACTIE
Henk de Vries

REDACTIE
Elke Lok, Henk van der Veer, Broer Feenstra en Richard de Jonge

VORMGEVING
Rinske Elsinga (elsign.nl)
Bente Vallinga (morekop.com)

FOTOGRAFIE
Jelly Mellema

VERKOOP
Ying Mellema, Marianne Bouwman, Geart Jorritsma, Harmen Zwerver en Henjo van der Kloot

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.



	5		4	7	8
	7			2	5
	3	5	9		
	2		8		9
1					4
5		4		8	
		9	6	5	
9	1				6
7	5		8		9

©www.puzzelpro.nl



PUZZEL MEE & WIN!
WAARDEBON
t.w.v. € 25,00

Te besteden bij Groencentrum Witmarsum

groot bolsward-ijsselemerkust

STUUR UW ANTWOORDEN VAN PUZZEL 02 VÓÓR 23 FEBRUARI 2024
PER E-MAIL NAAR: [INFO@GROOTBOLSWARD-IJSSELMEERKUST.NL](mailto:info@grootbolsward-ijsselemerkust.nl) OF
NAAR: GROOTBOLSWARD-IJSSELMEERKUST, ZWARTEWEG 4, 8603 AA SNEEK
EN VERMELD HIERBIJ UW ADRES.

in Bolsward

zaterdag 10 februari
van 10 - 17 uur

Kom doldwaas shoppen in Bolsward

WERKEN
BIJ
FEADSHIP

FEADSHIP

WERKEN EN LEREN BIJ FEADSHIP

OPEN AVOND

BBL-OPLEIDING MAKKUM • 8 FEBRUARI 2024 • 18:00 - 20:30 uur

Wil jij meebouwen aan superjachten, een goed salaris verdienen én een erkend mbo-diploma halen? Volg dan in Makkum één van onze bbl-opleidingen tot:

- Meubelmaker/ Jachtinterieurbouwer
- Jachtschilder
- Constructiewerker/ Maritieme Techniek

Een bbl-opleiding bij Feadship betekent:

- Vier dagen werken, één dag les;
- Een dienstverband in de vorm van een leer) arbeidsovereenkomst;
- Feadship betaalt al jouw opleidingskosten;
- Direct bij start een uitstekend salaris.



Open Avond
bbl-opleiding
Makkum

8 FEB 2024
18.00 - 20.30 UUR



Scan de QR-code en
meld je direct aan.

werkenbijfeadship.nl

FEADSHIP
ROYAL DUTCH SHIPYARDS

