



groot heerenveen

meer dan nieuws



IN DEZE UITGAVE
**Actueel in
Heerenveen**
GEMEENTE HEERENVEEN
INFORMATIEBIJLAGE VAN
GEMEENTE HEERENVEEN

ALLEENSTAANDE MOEDER RENATE TUASELA “Doe waar je gelukkig van wordt”

EN VERDER IN
DIT NUMMER:

FACE TO FACE MET
MAURICE TAX

FROUKJE POOL IS 'QUEEN AFRODYN'
VAN DE RED HAT SOCIETY

FOTO: MUSTAFA GUMUSSU / FPH

KKFH

Kozijnen
Gevels
Dakkapellen

De producent voor de consument!

Kunststof Kozijnen Fabriek Heerenveen

☎ 0513 76 90 51

✉ info@kkfh.nl

📍 Jousterweg 22, 8447 RH Heerenveen

Voor al uw kunststof
kozijnen, deuren,
gevelbekleding en
dakkapellen

www.kkfh.nl

Lenteddeal!

15%

aankoopkorting

15% van het aankoopbedrag
direct te besteden aan
accessoires, verlichting
en karpetten!*

Looptijd 17 mei t/m 3 juni 2023

Geldt bij een minimale besteding van € 500,-

*Vraag naar de voorwaarden.



Hemelvaartsdag
18 mei open
12.00 tot 17.00 uur

VAN DER MEER
W O N E N

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

EDITORIAL

Geen diploma voor ouderschap

Ouderschap - de rode draad in deze uitgave - wie kan er niet over meepraten? Als je al geen ouder bent, dan heb je ze in ieder geval wel gehad. Hoe belangrijk het is? Laat ik beginnen met het prille ouderschap. Een vrouw die moeder wordt. Ineens is er het eerste, belangrijkste contact met het nieuwe leventje. Die periode na de geboorte is bepalend voor de manier waarop een kind zich aan anderen kan binden. Reageert de omgeving alert op de boreling? Hebben ouders andere prioriteiten en reageren ze 'hap snap'? De basis voor vertrouwen in anderen - of gebrek eraan - ligt in de wieg. Aanwezigheid, aanrakingen, pogingen om de behoeftes van hun kindje te snappen; juist die kwaliteiten van ouders bepalen of bij het kindje vertrouwen in anderen ontstaat. Of het zich aan anderen kan hechten.

Een ouderschapsdiploma bestaat niet. Sterker nog: adviezen van opvoeddeskundigen leggen het vaak af tegen intuïtie en gevoel van de ouders. In feite doen ouders het er 'gewoon even bij'. Alles begint met wat je van huis uit meegeeft - vertrouwen of wantrouwen - de rest doet het leven wel. Broertjes en zusjes, 'in hetzelfde sop gewassen', spelen een belangrijke rol. En de vader. In het verleden was deze eerst kostwinner, nauwelijks beschikbaar, en pas daarna ouder. Vaderschap was meer 'het voorbeeld geven', bijvoorbeeld door via avondstudies hogerop te klimmen.

Ouderlijke liefde heette tweeledig te zijn. Moederliefde zou onvoorwaardelijk zijn: wat je als kind ook doet, ze houdt van je. En vaderliefde juist voorwaardelijk: die moet je verdienen voor je op zijn liefde kunt rekenen. Nu vinden we die rolverdeling in twee uitersten nogal karikaturaal; het is immers veel complexer. We worden ook stief- of adoptiefouder en blijken steeds meer fluide in de rolverdeling. Natúúrlijk kunnen vaders koesteren en uiteraard kunnen moeders eisen stellen.

De al dan niet biologische ouderliefde is dus èn onvoorwaardelijk èn voorwaardelijk. De maatschappij groeit gelukkig toe naar een bestaan waarbij niet ouderschap alleen zaligmakend is; zelfontplooiing en carrière nemen meer plaats in. Nu maar hopen dat de herkansing van ouderschap in het hedendaagse samengestelde gezin goed uit de verf komt. Getuige de bijdragen in dit nummer doen we *any* ouderschap er 'gewoon even bij'.

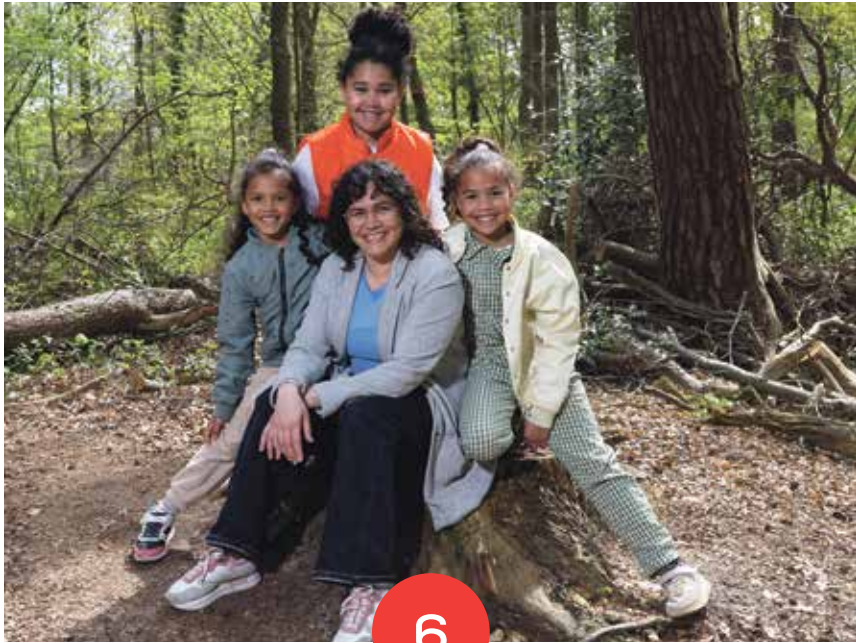


Veel leesplezier!

Alie Rusch
redacteur

Inhoud

groot  heerenveen // nummer 05 • 2023



6



18



43



30

LEKKER LEZEN

- 6. ALLEENSTAANDE MOEDER
RENATE TUASELA
- 18. FACE TO FACE MET
MAURICE TAX
- 34. FROUKJE POOL,
EXTRAVAGANT BOEGBEELD VAN
DE RED HAT SOCIETY

MAATSCHAPPIJ & SAMENLEVING

- 11. ACTUEEL IN HEERENVEEN
NIEUWS VAN GEMEENTE HEERENVEEN
- 30. GIADA (7) KOMT TOT BLOEI
IN DE MAATKLAS
- 32. SPELENDE KINDEREN EN
KLETSENDE OUDERS IN HET
OUDER-KIND-CAFÉ HEERENVEEN

SPORT

- 24. SPORTTALENT BRENT DE
VRIES (13) OPNIEUW NAAR WK
TRAMPOLINESPRINGEN
- 27. MARRIËT EN HERMAN SMIT
“MENTAAL GEZIEN IS ER GEEN
SPORT ZO MOEILIJK ALS DE ONZE”

CULTUUR & UITGAAN

- 21. REUZEDEI
AKKRUM
- 39. NIEUW SEIZOEN POSTHUIS
THEATER LIGT OP DE PLANK
- 43. ORANJEWOUD FESTIVAL
TOEGANKELIJK FEESTJE
- 44. UITGAANSAGENDA
REGIO HEERENVEEN 'N GOUDEN PLAK

KIJK VOOR HET LAATSTE NIEUWS OP:
WWW.GROOTHEERENVEEN.NL

VOLG OOK OP SOCIAL MEDIA
    



Bakkerij Bolhuis bestaat zestig jaar

JUBBEGA - Afgelopen zaterdag was het feest in Jubbega bij bakkersfamilie Bolhuis. Al vier generaties lang stroomt het bakkersbloed door de aderen van de familie Bolhuis, en het bakkersbedrijf vierde zijn zestigjarig jubileum. Bakkerij Bolhuis bakt ook al ruim 25 jaar biologisch.

Belangstellenden konden zaterdag tussen tien en drie uur een kijkje nemen in de bakkerij. Er waren workshops en het publiek kon aan de hand van een opgebouwd en uitgesteld dossier terug in de tijd. Ook werden diverse oude (antieke) bakkerij-artikelen geëtaleerd en tevens verkocht. Het was de gehele dag gezellig druk bij de bakkerij. Eigenaren Berend Bolhuis en zijn zus Jantje zijn wegens hun leeftijd inmiddels op zoek naar een nieuwe eigenaar. De opvolger moet wat hen betreft passie en feeling hebben voor biologische producten.

Folkgroep Hynstewaed in beeldentuin Akkrum



AKKRUM – In de Lantearne-beeldentuin aan de Boeresteg in Akkrum treedt op 29 mei a.s. om half vier de folkgroep Hynstewaed op.

Hynstewaed werd opgericht in 2016 door Lolle van Houten en Freek Span, en in de loop van de jaren werden meer enthousiaste muzikanten aan de groep toegevoegd. Dat heeft geleid tot een bezetting van vijf enthousiaste muzikvrienden; naast Lolle en Freek zijn dat Nanda Kuiper, Arend Jan Faber en Katrinus Zeilstra. Het repertoire bestaat uit folkmuziek uit Engeland, Ierland en Schotland, maar ook uit Australië, Spanje en Friesland. Denk daarbij aan nummers als ‘Mountains of Mourne’, ‘Australian’, ‘Beautiful affair’, ‘Amazing Grace’, maar ook aan ‘Hert fan Fryslân’. Het publiek kan zo nu en dan meezingen met bekende nummers. Bij slecht weer is het optreden in het gebouw ‘De Lantearne’. De entree en koffie en thee (uit eigen tuin) is gratis; een gift wordt op prijs gesteld.

Succesvolle wapen-dropping wandel- en beleeftocht

ALDEBOARN – Bij Aldeboarn werd op zaterdag 6 mei een wapendropping uit de Tweede Wereldoorlog nagespeeld. Nadat het evenement drie jaar op rij niet door kon gaan, liepen er nu zo’n 4.000 deelnemers deze wapendropping wandel- en beleeftocht.

Het verhaal van de wapendropping wandeltocht was gebaseerd op het boek ‘Wapens in De Deelen’ van Hessel Bouma (82). Het is het verhaal over de achttien containers met wapens die op 5 januari 1945 gedropt werden in De Deelen, tussen Tijnje en Aldeboarn. Vijftien scènes uit die tijd werden nagespeeld door acteurs in kostuums. Zo werd een acteur die een boer speelde tientallen keren ‘in elkaar geslagen’. Dat vond hij niet erg, liet hij weten: “Het is mooi om aan mensen kenbaar te maken hoe het hier is gegaan.” Later op de dag landden elf parachutisten bij kaasboerderij De Deelen. Deelnemers konden kiezen tussen een lange tocht van twintig kilometer, een middeltocht van twaalf kilometer of een kleine tocht van vijf kilometer. Maar het doel van dit evenement was niet de wandeltocht zelf, aldus Hessel Bouma. “Een oorlog heeft alleen verliezers. Die spanning die de mensen toen voelden - en die ik als



klein jongetje voelde - moeten we hier niet weer hebben. Geef dat door aan jullie kinderen en kleinkinderen.” Al is Bouma vooral blij dat het – na drie keer gedwongen uitstel - uiteindelijk toch is gelukt en ook dat de wandelaars zo goed te spreken zijn over de wandel-beleeftocht. Het aangename weer zal ook een rol hebben gespeeld in het succes van deze wandel- en beleeftocht. In elk geval bleef het deze zaterdag nog tot in de late avond gezellig in Aldeboarn.

Of zoiets volgend jaar weer zal gebeuren, is nog maar zeer de vraag; de organisatie van een dergelijk evenement kost veel tijd.



Tractorpulling De Knipe op 20 mei

DE KNIPE - Traditiegetrouw wordt op de derde zaterdag van mei het jaarlijkse tractorpulling evenement georganiseerd in De Knipe, dit jaar op 20 mei.

Het belooft ook nu weer een spektakel te worden met de volgende klassen die verreden gaan worden: standaard, sport, supersport, hobbysport en de pickups 4x4 autoklasse. Er zal gestreden worden om de diverse prijzen op twee wedstrijdbanen en met twee sleepwagens. Voor de jeugdige bestuurders (tot 12 jaar) is er een skeltertrek en een springkussen. De dag wordt ‘s avonds feestelijk afgesloten met livemuziek. De toegang hiervoor is gratis. Het evenemententerrein is gelegen aan de Ds. Veenweg tussen De Knipe en Bontebok, ter hoogte van huisnummer 18. Er is gelegenheid tot het gratis parkeren van auto’s en fietsen op het terrein.

Gudzekop brouwt bier met oranjekoek van bakker Roel Boonstra

DE KNIPE – Vorige week woensdag is in het bijzijn van het bestuur van Fryslân Culinair het eerste ‘Rode Boei biertje’ van de Friese bierbrouwerij Gudzekop overhandigd aan bakker Roel Boonstra uit De Knipe. De reacties op het nieuwe speciaalbiertje - een red ale met oranjekoek – waren lovend. Reitse Spanninga van Lekker Ite was aanwezig om samen met nog enkele genodigden het biertje te proeven.

Roel Boonstra werd vorig jaar winnaar met zijn oranjekoek in een wedstrijd, georganiseerd door Fryslân Culinair. In de jury zaten onder anderen Robèrt van Beckhoven van Heel Holland Bakt en Reitse Spanninga. Het nieuwe Rode Boei bier heeft een rood-oranje kleur, dankzij oranjekoek van bakker Boonstra. Het bestuur van Fryslân Culinair gaf als kers op de taart aan dat bierbrouwerij Gudzekop, gevestigd in Goingarip, vanaf nu het logo ‘Product van Fryslân Culinair’ mag voeren. Het Rode Boei-bier is inmiddels verkrijgbaar in de winkels van Bakker Boonstra in zowel De Knipe als in Heerenveen.



Brandweerman Johan Blauw uit Nieuwehorne is op ludieke wijze uitgeblust



NIJUEHORNE - De brandweerploeg van Nieuwehorne heeft vorige week donderdagavond op ludieke wijze afscheid genomen van ploeglid Johan Blauw.

Johan Blauw was negentien jaar actief als brandweervrijwilliger bij de blusploeg van Oude- en Nieuwehorne. In die jaren maakte hij mooie, maar ook zeker minder leuke uitrukken mee. Toch heeft hij altijd veel plezier en voldoening gehaald uit het brandweervak. Donderdagavond kwam Johan naar de kazerne om daarvandaan te gaan karten in Heerenveen. Niets vermoedend trok hij in de kantine alvast zijn kart-overall aan. Eenmaal buiten bleek dat de ploeg een hele andere verrassing voor de af-

scheid nemende brandweerman had. Een kart op een rokende aanhanger achter een brandweerwagen stond klaar. Johan moest plaatsnemen in de kart. Met zwaailampen en sirene ging de brandweerploeg op pad door Oude- en Nieuwehorne. De actie kon rekenen op veel publieke belangstelling. De tour eindigde bij Kuperus in Oudehorne. Hier stonden familie en vrienden klaar om een borrel met Johan te drinken in de kantine van het bedrijf.

Coornhert State viert vijftigjarig jubileum

HEERENVEEN – Afgelopen week was het feest voor cliënten, medewerkers en vrijwilligers van woonzorgcentrum Coornhert State in Heerenveen. Coornhert State bestaat namelijk alweer vijftig jaar. Een gouden jubileum is een mijlpaal en dat mag niet ongemerkt voorbijgaan.

In een goed gevulde feestweek, met als thema ‘the 70’s’ werd er flink uitgepakt; van versierde afdelingen tot een live concert. Een en ander was mede mogelijk gemaakt door een financiële bijdrage van Stichting Vrienden van Coornhert State. Samen met cliënten, hun familie, medewerkers en vrijwilligers werd de hele week feest gevierd. Afgelopen maandag was de officiële opening. De kinderen van kinderopvang OEPS kwamen na de opening langs om een lied te zingen. De zingende kinderen van de kinderopvang die in de locatie zit brachten een mooie sfeer. Het restaurant van Coornhert State was gevuld met blije gezichten! Donderdagmiddag stond een optreden van zangeres Willeke Alberti gepland. Helaas kon Willeke wegens ziekte niet op het podium staan, maar haar band wist er samen met de achtergrondzangeres een toch onvergetelijke middag van te maken.



Bondscoach op bezoek bij Feanster Rugby Club

HEERENVEEN - Een zeer speciale gast bezocht vorige week de Feanster Rugby Club. Niemand minder dan bondscoach Lyn Jones bezocht de rugbyvelden te Heerenveen met als doel de jeugdtrainers wat verdieping te geven tijdens een workshop en zo de jeugdtrainingen te verrijken met wat nieuwe tips en tricks.

Door voor het tweede jaar op rij kampioen te worden, in respectievelijk de derde en de tweede klasse, hebben de Heren 1 van de Feanster Rugby Club de aandacht getrokken van de nationale rugby bond ‘Rugby Nederland’. Er werd voorgesteld om de bondscoach af te laten reizen naar

Heerenveen voor een gasttraining. De dinsdagavondtraining van de Feanster rugby jeugd zag er daarom ook wat anders uit dan anders. De adviezen, welke de trainers eerder die avond ontvingen van de bondscoach en zijn assistent, werden een uurtje later direct omgezet in de praktijk.

Open training damesteam v.v. Mildam

MILDAM –Maandagavond 22 mei kan iedereen die dat wil meedoen met de open training van het damesteam van v.v. Mildam, tussen half acht negen uur, op Sportpark De Wissel in Mildam.

De leden van het gezellige, maar tegelijkertijd fanatieke damesteam zijn tussen de 16 en 40 jaar oud en komen allemaal uit omliggende dorpen van Mildam. Waar de één pas net voetbalt heeft de ander al heel wat jaren ervaring. Dit maakt de trainingen (op maandag en woensdag) en wedstrijden (op zaterdag) lekker afwisselend en voor iedereen en ieder niveau geschikt.



Lijkt ‘t jou leuk een keertje mee te trainen? Iedereen is van harte welkom! Stuur een berichtje naar 06-12127558 of via Facebook (Dames vv Mildam) / Insta (vv.mildames). Heb je geen voetbalschoenen? Of kun je niet op 22 mei? Of heb je een vraag? Stuur ook dan gerust een berichtje.

Eelke’s vinger op de zere plek

AZC

Boargemaster Tjeerd van der Zwan is dwaande mei syn glânsrike ôfskiedstoernee troch de hiele gemeente. Dat fertsjinnet dizze man echt wol. Wat ha jim it troffen mei sa’n boargemaster. Dochs bin ik benaud dat dy tocht behoarlik skeind wurde sil om’t de gemeenteried op 20 april beslúten hat dat der yn prinsipe in permanint asylsikerssintrum yn Hearrenfean komme sil foar 450 minsken. En hoe’t je it ek allegear oanklaaie; oer soksoarte saken komt in emosjonele diskusje. Nee, Van der Zwan, ik rui net op, ik skets de realiteit.

Want de gemeente skriuwt no sels dat in asylsikerssintrum, in AZC dus, goed berikber wêze moat op in feilich plak foar sawol asylsikers as omwenjenden. Dêr sit de hiele krukas yn. Wêrom skriuw je dat der no al by? Of bedoel je dat der no ek al lju op ûnfeilige plakken wenje en moat je dêr dan gjin AZC delsette? Bin der ûnfeilige plakken yn Hearrenfean? Wat is in ûnfeilich plak? No ja, it is miskien net logysk fan it Abe Lenstra stadion foar de helte in AZC te meitsjen.

Se bedoele fansels, sjoen de diskusjes by oare AZC’s yn it lân, dat de omwenjenden harren feilich fielen bliuwe moatte, ek al stiet der in AZC. Mar bygelyks by it AZC yn Balk hat bliken dien dat de direkte omwenjenden harren net feilich fiele, mar de rest fan it doarp wol. Ja, en dat is dan de mearderheid yn sa’n diskusje.

Dus wat se no yn Hearrenfean wolle, yn juny mei de minsken oer in AZC prate yn it Thialf stadion, hat eins net safolle doel. Dan ha je ommers dat feilige plak noch net fûn. Elk hâldt him of har stil. Ofwachtsje. Pas at der ien ropt dat it dêr en dêr wol kin, roppe se allegear dat it dêr ûnfeilich is. Pas at je as ried sizze wêr at it komme sil, giet de hiele diskusje echt los.

De Nederlânske regearing wol graach dat der minder asylsikers komme, mar lykas as safolle belied wurket dat krekt oarsom: der komme hjir hieltyd mear lju hinne. Dêrútwei is de beslissing fan de ried oant no ta logysk, it kin net oars. Mar dan...

Eelke Lok. Als journalist van Omrop Fryslân draait hij al veertig jaar mee en is hij met name bekend van zijn verslagen van het skûtsjesilen, maar je zou hem tekort doen door hem het stempel sportjournalist te geven, want Lok is allround. Door zijn originele no-nonsense kijk op de wereld weet hij ogenschijnlijk ingewikkelde zaken vaak te relativeren en tot de essentie te herleiden. En dat is ook wat u in de columns van Eelke kunt verwachten.



De vinger op de zere plek....

“Doe waar je gelukkig van wordt”

ALLEENSTAANDE
MOEDER
RENATE TUASELA

‘Doe waar je gelukkig van wordt’, dat is het levensmotto van Renate Tuasela (44). Dat is geen tegeltjeswijsheid, maar een les die ze door schade en schande heeft geleerd. Na twee ingewikkelde relaties is ze nu blij met haar leven als alleenstaande moeder van vijf kinderen. Terwijl haar drie jongste dochters op de bank een spelletje doen, zit ze relaxed aan de eettafel van haar gezellige huis in Heerenveen. “Ik ben een heel rustig persoon. Ik maak me niet zo snel druk als er iets gebeurt.”

Bedachtzaam vertelt Renate Tuasela over haar leven. Ze is geboren in Heerenveen, zelfs in de straat waar ze nu woont. Een tijdlang woonde ze in Leeuwarden, waar ze haar oudste twee kinderen Jazznaya (17) en Socelian (15) kreeg. Toen de relatie met hun vader strandde, keerde Renate terug naar Heerenveen. “Ik heb op verschillende plekken gewoond, maar ik wilde heel graag terugkeren naar De Greiden. Tien jaar geleden ben ik hier weer komen wonen. Het voelt hier gewoon heel vertrouwd; mijn moeder woont vlakbij en de kinderen kunnen zelf veilig overal naartoe gaan.”

ONVEILIG

Na haar eerste relatie ontmoette Renate via internet een andere man, waarmee ze haar drie jongste dochters Jahcinta (11), Zephanjah (9) en Ijahja (7) kreeg. “Blijkbaar had ik een zwak voor moeilijke mannen. Ik kon niet goed voor mezelf opkomen, dacht dat ik ze wel kon helpen. Maar uiteindelijk vielen ze toch door de mand”, zegt ze over deze periode. Toen de situatie onveilig werd, schakelde ze de politie in en kreeg haar vriend een straat- en contactverbod. “Ik ben heel goed opgevangen door instanties; met Jeugdzorg heb ik goede ervaringen. De kinderen kregen EMDR-therapie.” Het duurde lang voordat Renate en de kinderen zich weer helemaal veilig voelden.

“Pas sinds twee jaar voelt alles weer normaal en durf ik de kinderen weer wat vrijer te laten. Maar nog steeds raken ze in paniek als er iemand voorbijrijdt die op hun vader lijkt.” Ze begrijpt goed dat vrouwen in zo’n situatie terecht komen. “Zelf voelde ik al langer dat het niet goed zat, maar toch bleef ik denken dat het wel beter zou worden. Er moet dan echt iets ergs gebeuren voordat je beslist om weg te gaan. Ergens was het een opluchting dat hij die fout maakte; het werd voor mij besloten, ik was niet zelf degene die de stekker eruit trok. Ik ben dankbaar dat de rust nu weer terug is. We zijn beter af zonder hem.”

VOORAL GELUKKIG

Tijdens schooltijd werkt Renate als huishoudelijke hulp, maar iedere middag is ze thuis met haar kinderen. Bewust. “Ik ben ziek geweest en dan ga je nadenken over wat belangrijk is in het leven.” Drie jaar geleden belandde ze in het ziekenhuis met een flinke buikgriep en uitdrogingsverschijnselen. Haar slokdarm bleek beschadigd te zijn, een zogeheten Barrett-slokdarm. “In het UMCG moest ik een aantal behandelingen ondergaan waarbij het beschadigde gedeelte weggehaald werd. Gelukkig kreeg ik geen slokdarmkanker en kon het goed behandeld worden. Maar het zette me wel aan het denken. Eerder werkte ik fulltime, maar dan vlieg je voor een ander en intussen zie je je eigen kinderen bijna niet. Nu ik wat meer thuis ben, verdien ik misschien minder, maar ik krijg er ook wat voor terug.”

Lees verder op pagina 9 →





“Als je opeens alleen komt te staan met twee kleine kinderen, kom je in een diep dal terecht”

Kuiper Verzekeringen. Voelt als familie.

 Vervolg van pagina 6

“Ik heb geleerd om mijn onzekerheid en wantrouwen los te laten en vertrouwen toe te laten”

Renate en haar vijf kinderen hebben het nu fijn met elkaar. Ze werkt onder schooltijd; haar moeder past regelmatig op. De oudste twee kinderen sporten veel, de jongste drie dochters spelen graag buiten. “Op woensdag hebben ze alle drie basketbal, dan heb ik even anderhalf uur tijd voor mezelf. En we helpen elkaar: moet ik even naar de winkel, dan kan ik de jongsten gerust even thuislaten bij de oudsten.” Streng noemt ze zichzelf niet, wel consequent: “Ik laat de kinderen best wel vrij, loop niet voortdurend achter ze aan. Maar als ik nee zeg, dan is het ook nee. Als ze ruzie hebben, bemoei ik me daar bij voorkeur zo min mogelijk mee.” Ze vindt het vooral belangrijk dat haar kinderen gelukkig zijn. “Van mij hoeven ze niet per se achten te halen. Het is belangrijker dat ze een fijne jeugd hebben en lekker kunnen spelen, dan dat ze zich krom werken.”

HULP VRAGEN EN ELKAAR STEUNEN

Het meest lastige van het alleenstaand ouderschap vindt Renate het financiële aspect. “Dat we niet alles kunnen doen, is af en toe best zwaar.” Er moeten regelmatig keuzes worden gemaakt; zo weet Renate niet of ze dit jaar met de kinderen op vakantie kan gaan. “Ze vragen erom, maar ik weet niet of het gaat lukken. Ik moet altijd afwegen: ga ik dít doen of ga ik dát doen? Het liefst kies ik dan voor een activiteit die we samen in de natuur kunnen doen, bijvoorbeeld een blotevoetenpad. Zo vind ik meestal wel iets dat niet te duur is, en waar we toch plezier in kunnen hebben. En gelukkig zijn er in Heerenveen veel potjes waar je een beroep op kunt doen, zoals stichting Leergeld.”

Haar advies aan andere alleenstaande moeders is dan ook: durf om hulp te vragen. “Het heeft bij mij best lang geduurd voor ik dat kon. Als je opeens alleen komt te staan met twee kleine kinderen, kom je in een diep dal terecht. Met mijn financiële problemen ben ik naar ‘De Barones’ gegaan. Ik kwam daar



jankend binnen, zag het echt niet meer zitten, en trof daar iemand die mij ontzettend goed geholpen heeft. Zij wisten allerlei kortingen en subsidies voor mij te regelen, waarvan ik geen idee had dat die bestonden.” Steunpunt De Barones in wijkcentrum De Kempenaer helpt mensen op sociaal-juridisch gebied, zoals met uitkeringen, belastingen, toeslagen, kwijtscheldingen en bezwaren. Renate ontdekte hier ook dat er meer moeders in dezelfde situatie zitten. “In het begin schaamde ik me; ik had het idee dat ik had gefaald. Maar langzamerhand ontdekte ik dat er heel veel alleenstaande moeders in Heerenveen zijn. Ik was niet de enige. Juist als alleenstaande moeders kunnen we elkaar steunen en bemoedigen. Daarom is het belangrijk om open te zijn over je situatie.”

‘PEOPLE PLEASER’

Voor het verwerken van haar ervaringen heeft Renate veel gehad aan een BMR-traject (Body Mind Release – red.). “Ik heb geleerd om mijn onzekerheid en wantrouwen los te laten en in plaats daarvan vertrouwen toe te laten. Vroeger was ik een ‘people pleaser’; ik durfde geen ‘nee’ te zeggen. Nu merk ik dat ik veel meer voor mezelf opkom. Dat ik het zeg als ik het ergens niet mee eens ben.” Iedere ochtend en avond neemt ze een aantal minuten de tijd om naar zichzelf te kijken. “Hoe zit ik in m’n vel? Zit me iets dwars? Het maakt me bewuster van mijn eigen gevoel. Door BMR leer ik mezelf beter kennen en lukt het me ook om te veranderen wat ik wil veranderen.”

Vanuit haar baan komt ze bij mensen thuis die hun huishouden niet zelf kunnen doen, omdat ze heel uiteenlopende problemen hebben. “Maar wat ze allemaal gemeen hebben, is dat ze behoefte hebben aan een luisterend oor. Het lijkt me mooi om hen te kunnen coachen, op persoonlijk en financieel vlak. Met behulp van het STAP-budget wil ik een opleiding tot allround coach gaan doen. Het lijkt me een mooie vervolgstap om mensen op meerdere gebieden te kunnen helpen, in plaats van alleen met de huishouding.”

POSITIEF INGESTELD

Tijd voor zichzelf heeft Renate ’s avonds, als de jongste drie in bed liggen. “Dan kijk ik een serie, of ik werk aan mijn eigen bedrijf.” Renate verkoopt natuurlijke verzorgingsproducten via netwerkmarketing. “Op Facebook post ik verhalen en foto’s over de producten, maar ook persoonlijke dingen. Mensen zeggen vaak tegen me dat ik zo positief ben. En dat klopt ook wel; dat ben ik ook echt. Het is geen houding. Ik zoek altijd naar het goede in een situatie. Volgens mij kun je overal wel iets positiefs uithalen. We hebben een moeilijke tijd gehad, maar ik had het niet willen missen. Dan had ik mijn kinderen niet gehad. Zij zijn het mooiste wat ik heb.”

Toch heeft Renate nog wel dromen. “Een eigen koophuis, met voor iedereen een eigen slaapkamer; dat lijkt me wel wat. Nu slapen de jongste drie nog bij elkaar op de kamer, maar op een gegeven moment krijgen ze toch behoefte aan een eigen plekje. En wat meer ruimte eromheen, een stukje grond erbij. Maar vooral hoop ik dat de kinderen gelukkig en gezond blijven. En of we dan in een kasteel wonen of in een klein huisje, dat maakt niet zoveel uit.”

“Ik zoek altijd naar het goede in een situatie”



Bergman Clinics | Vrouw | Heerenveen

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

- Blaasklachten
- Verzakking
- Anticonceptie
- Menopauze en overgang
- Bekkenpijn
- Onderbuikpijn
- Ontlastingsklachten
- Pijn bij het vrijen
- Vulva aandoeningen



dr. Marinus van der Ploeg
Uro-gynaecoloog



dr. Robert Hakvoort
Uro-gynaecoloog



dr. Henk Oosterhof
Gynaecoloog

- Korte toegangstijden voor zowel eerste afspraak als operatie
- 100% vergoed na verwijzing en bij medische indicatie

Oriënteer je op bergmanclinics.nl/vrouw



LAAT
de zomer
MAAR KOMEN



GUN
JEZELF
KAMSMA
schoenen

KAMSMA
SCHOENEN

LINDEGRACHT 9
HEERENVEEN
[WWW.KAMSMASCHOENEN.NL](https://www.kamsmaschoenen.nl)

TOT ZIENS
in onze
winkel!

Actueel in Heerenveen

INFORMATIEBIJLAGE VAN GEMEENTE HEERENVEEN | MEI 2023



Agenda gemeenteraad

De 31 raadsleden nemen als gemeenteraad besluiten namens de inwoners van Heerenveen. Bijvoorbeeld een besluit of van een bijgebouw een woning gemaakt mag worden en of een perceel met agrarische bestemming aangepast kan worden naar een perceel met woonbestemming. De gemeenteraad is ook verantwoordelijk voor het uitgeven van het geld van de gemeente.



Wil je weten wie de raadsleden zijn?
Kijk op heerenveen.nl/raadsleden

In een **commissievergadering** worden raadsvoorstellen meningsvormend besproken door de raadscommissie. In de **raadsvergadering** neemt de gemeenteraad vervolgens een besluit over de raadsvoorstellen.

RAADSVERGADERING 25 mei 2023 | 20.00 uur

In de raadsvergadering van 25 mei 2023 neemt de gemeenteraad een besluit over de onderwerpen die op de agenda van de commissievergaderingen op 8 en 11 mei stonden. Onderwerpen die als 'hamerstukken' op de agenda van de raad staan, daarover voert de raad geen debat, maar neemt direct een besluit.

Op de agenda:

- Benoeming mw. R.W. Kuper als lid van de Raad van Toezicht van Ambion, Stichting voor Openbaar Primair Onderwijs
- Meerjarenbegroting 2023-2026 van Ambion, Stichting voor Openbaar Primair Onderwijs
- Transformatie jeugdbeleid Lokaal Akkoord
- Budget voorstel upgrade software bezwaren applicatie
- Ontwerpbegroting 2024 en meerjarenraming 2025-2027 Recreatieschap Marrekrite
- Nieuwe delegatie- en mandaatregeling gemeente Heerenveen
- Maatregelen en investering verbeterplan Recreatiegebied De Heide
- Verklaring van geen bedenkingen beeldend kunstwerk op de locatie Anne Vondelinglaan nabij nummer 49 en 51 in Heerenveen
- Verklaring van geen bedenkingen herontwikkelen perceel Hegedyk 77 in Gersloot
- Verklaring van geen bedenkingen 3 appartementen en 2 penthouses op het perceel Molenplein tussen 23-25 in Heerenveen
- Verklaring van geen bedenkingen 2 woningen en 2 bijgebouwen Prinses Marijkelaan tegenover nummer 1 in Oranjewoud
- Verklaring van geen bedenkingen woningen Weversbuurt 6 en 6A in Katlijk



Jouw mening geven over een onderwerp?
Stuur een e-mail aan de gemeenteraad via griffie@heerenveen.nl

Bekijk de complete agenda en stukken op
heerenveen.nl/gemeenteraad. Hier kun je ook live de vergaderingen meekijken.



Nieuwsgierig naar wat er nog meer speelt in de gemeente? Kijk op heerenveen.nl/nu-actueel

Versterk de samenwerking en leefbaarheid!

Inwoners uit Zuidoost-Friesland met een goed idee om de leefbaarheid in hun omgeving te verbeteren, kunnen vanaf maandag 15 mei opnieuw subsidie aanvragen uit het Regiofonds. Dit fonds is onderdeel van de Regio Deal Zuidoost-Friesland. Het project stimuleert hiermee zelfwerkzaamheid, samenwerking en leefbaarheid in Zuidoost-Friesland.



Een aanvraag indienen voor het Regiofonds kan via fryslan.frl/regiofonds. Dit kan tot en met 1 juni. Projectbureau Streekwurk Zuidoost Friesland roept initiatiefnemers op om in contact te komen. Een projectadviseur

van Streekwurk bekijkt of jouw idee in aanmerking komt voor de subsidie en helpt initiatiefnemers bij de aanvraag. Het projectbureau bereik je via:
zuidoost@fryslan.frl of
058-292 52 00



Denk en doe mee! Inspiratiesessie van Sport verenigt naar Sport versterkt

In de gemeente Heerenveen werken we met elkaar samen om de kracht van sport en bewegen nóg beter te benutten. Hoe we dat (willen) doen is vastgelegd in het Lokaal Sportakkoord.

De huidige ontwikkelingen in sport en bewegen vragen om een herijking van het Lokaal Sportakkoord. Waar eerst *sport verenigt* centraal stond, gaan we nu verder met *sport versterkt*. De ambities die hierbij horen zijn groot, maar we zijn ervan overtuigd dat we dit met z'n allen kunnen bereiken! Tijdens een inspiratiesessie, met interessante verhalen van experts, gaan we daar met z'n allen over nadenken. Daar hebben we jou ook bij nodig: van sportvereniging en sportaanbieder tot geïnteresseerde inwoners.

Kom je ook?

- Donderdag 8 juni
- 17.00 - 19.30 uur (inloop vanaf 16.30 uur, inclusief een hapje en drankje)
- Thialf Heerenveen

Aanmelden kan via
I.hazenberg@sportstad.nl of
samenscorenvoorgezondheid.nl
(hier vind je t.z.t. ook het concrete programma van de inspiratiesessie)

Maatregelenpakket voor inwoners, maatschappelijke organisaties en ondernemers

Veel inwoners, bedrijven en maatschappelijke organisaties merken de gevolgen van de hoge inflatie en energieprijzen.

De gemeente heeft daarom een maatregelenpakket ingevoerd, inclusief noodfonds van 900.000 euro. Voor wie is het noodfonds?

- Inwoners die door de energiecrisis en inflatie onder de armoedegrens dreigen te raken.
- Maatschappelijke organisaties met acute betalingsproblemen door de hoge energieprijzen.
- Ondernemers die hun organisatie willen verduurzamen, om daarmee kosten te besparen.



Inwoners en maatschappelijke organisaties kunnen nog een aanvraag doen tot en met 30 juni 2023. Voor ondernemers is in totaal 150.000 euro beschikbaar. Als dit bedrag op is, stopt de regeling. Meer weten? Kijk op heerenveen.nl/noodfonds



Een azc in Heerenveen

Waar moet het komen, hoe kan ik meedenken en wie bepaalt waar het azc komt?

Op 20 april heeft de gemeenteraad van Heerenveen in principe ingestemd met de mogelijke komst van een azc in de gemeente Heerenveen. Om hoeveel opvangplekken het gaat en waar het azc moet komen is nu nog niet bekend. De gemeente Heerenveen vindt het belangrijk om mee te werken aan het verzoek van het COA (Centraal Orgaan Opvang Asielzoekers) om een opvanglocatie te realiseren. Heerenveen heeft zich altijd ruimhartig en menselijk opgesteld voor mensen die op de vlucht zijn voor oorlog en geweld. Iedereen verdient een dak boven zijn hoofd en een zo stabiel en permanent mogelijke opvang. Geen luxe maar wel een fatsoenlijke plek. Daaraan meewerken past bij de maatschappelijke opgave van onze gemeente.

Welke locaties zijn geschikt?

Samen met het COA kijkt de gemeente Heerenveen naar welke locaties mogelijk geschikt zijn voor een azc. Ook inwoners kunnen locaties aandragen. Dit kan tijdens de inloopbijeenkomst op 7 juni.

Een locatie moet:

- op een goed bereikbare plek komen, waarvandaan winkels, voorzieningen en onderwijs goed toegankelijk zijn.
- op een veilige en leefbare plek zijn voor zowel de bewoners van een azc als de omwonenden.
- voldoen aan een passende kwaliteit van gebouwen en terreininrichting op de locatie, ook voor de combinatie met andere functies in de toekomst.
- ook passen qua tijd en geld. Hoe lang duurt het om het te bouwen en inrichten en hoeveel geld gaat het kosten?

Inloopbijeenkomst 7 juni

Tijdens de inloopbijeenkomst maakt de gemeente bekend welke locaties zij in beeld heeft voor de mogelijke komst van een azc. Ook wordt duidelijk naar welke locaties de

gemeente allemaal al heeft gekeken. Inwoners hebben wellicht ook zelf ideeën over andere locaties en kunnen deze aandragen. Natuurlijk is er ook alle ruimte om vragen te stellen en zorgen te delen. Tijdens de bijeenkomst zijn medewerkers van de gemeente, het COA en andere partijen die ervaring met vluchtelingen hebben aanwezig. Ook kunnen inwoners in gesprek met raadsleden en het college van de gemeente Heerenveen.

Wanneer: 7 juni 2023
Tijdstip: 17.00-20.30 uur
(vrije inloop, u komt wanneer het u past)
Locatie: Thialf, Pim Mulierlaan 1, 8443 DA Heerenveen

Vervolg van de locatiekeuze

Met alle informatie en de inbreng die is opgehaald tijdens de inloopbijeenkomst kijkt de gemeente opnieuw naar de locaties. Ook nieuw aangedragen locaties worden bekeken. Er wordt, samen met het COA, gekeken naar welke locaties het meest geschikt lijken voor de komst van een azc. Tijdens een bijpraatmoment met de raad,



Veel gestelde vragen en antwoorden



Waarom wil de gemeente Heerenveen meewerken aan de komst van een azc?

Heerenveen heeft zich altijd ruimhartig en menselijk opgesteld voor mensen die op de vlucht zijn voor oorlog en geweld. Iedereen verdient een dak boven zijn hoofd en een zo stabiel en permanent mogelijke opvang. Geen luxe maar wel een fatsoenlijke plek. Daaraan meewerken past bij de maatschappelijke opgave van de gemeente Heerenveen.

Om hoeveel plekken gaat het?

Het COA heeft gevraagd om een opvang met 450 plekken. Maar de grootte van een mogelijk azc hangt af van de locatie die gekozen wordt. Het azc moet namelijk passen bij de aard en omvang van die locatie. Pas als er een besluit is genomen over een locatie komt het aantal opvangplekken vast te staan.

Wat doet de gemeente nog meer voor vluchtelingen?

Heerenveen heeft zich altijd ruimhartig en menselijk opgesteld voor mensen die op de vlucht zijn voor oorlog en geweld. Zo vangt de gemeente 280 vluchtelingen uit Oekraïne op. Ook is er in de gemeente woonruimte voor statushouders, waaronder een aparte woonlocatie voor 24 minderjarige vluchtelingen.

Hoeveel asielaanvragen krijgt Nederland?

In 2019 ging het om ongeveer 22.500 asielverzoeken. In 2020 waren het ongeveer 13.700, in 2021 zo'n 29.000 asielaanvragen. En in 2022 waren er 52.000 asielaanvragen. Voor 2023 wordt verdere stijging verwacht naar rond de 70.000.

Uit welke landen komen de meeste asielaanvragen?

De grootste groep asielzoekers had in 2021 de Syrische nationaliteit, net zoals in voorgaande jaren. Na Syriërs kwamen in 2022 de meeste asielzoekers uit Turkije, Jemen en Eritrea.

Welke rol heeft de gemeente?

In aanloop naar de komst van een azc kijkt de gemeente, samen met het COA, welke locaties hiervoor het meest geschikt zijn. De gemeente informeert de inwoners hierover.

Welke rol heeft de gemeenteraad?

De gemeenteraad neemt het uiteindelijke besluit over de komst en de locatie van een azc in de gemeente.

Wat is de rol van het COA?

Het COA is onder meer verantwoordelijk voor de ontwikkeling van de locatie, de huisvesting, de begeleiding van en voorlichting aan bewoners van het azc en voor de veiligheid op de locatie.

Wanneer is de inloopbijeenkomst?

De inloopbijeenkomst om mee te denken over de locaties is op 7 juni 2023 en wordt georganiseerd in Thialf Heerenveen. U kunt vrij inlopen tussen 17.00 en 20.30 uur. Er is wel een centraal openingsmoment dat u kunt bijwonen. Dat start om 17.15 uur.

Waar vind ik meer informatie?

Meer informatie is te vinden op de website van de gemeente Heerenveen:

 heerenveen.nl/azcheerenveen
U kunt zich hier ook aanmelden voor een (digitale) nieuwsbrief.

begin juli, wordt bekend welke locaties over zijn gebleven. Ook wordt duidelijk waarom deze locaties het meest geschikt lijken en waarom de andere locaties zijn afgefallen. In de zomer wordt dan het raadsvoorstel voorbereid.

In gesprek met de gemeenteraad op 7 september

Nu de laatste locaties bekend zijn, organiseert de gemeente Heerenveen nog een tweede inloophmoment. Deze bijeenkomst is bedoeld om in gesprek te gaan met raadsleden over de overgebleven locaties. Inwoners kunnen opnieuw

vragen stellen en zorgen delen. Alle informatie die tijdens deze inloopbijeenkomst wordt gedeeld helpt de gemeenteraad een definitief besluit te nemen over de locatie voor een azc in de gemeente Heerenveen.

Een besluit door de raad op 25 september

Op 25 september neemt de gemeenteraad een definitief besluit over de locatie van het azc. Ook wordt dan duidelijk om hoeveel opvangplekken het gaat.

Meer informatie over een azc in Heerenveen? Kijk op

 heerenveen.nl/azcheerenveen



Met een helpende hand de schulden uit

Ze is het levende bewijs dat het iedereen kan overkomen. Yvonne (40) werkte jarenlang in de telecomwereld en was eigenaresse van verschillende telefoonwinkels. Toch belandde ze door een samenloop van omstandigheden met een alcoholverslaving in de schulden. Nu de Heerenveense haar leven weer aardig op de rit heeft, wil ze vertellen waaraan ze dit te danken heeft. Omdat andere mensen met schulden of andere problemen er hopelijk iets aan kunnen hebben.

Zes jaar geleden kwam ze vanuit Brabant met haar toenmalige partner naar Friesland. Twee jaar later liep haar relatie op de klippen, moest ze hun woning verlaten en raakte ze met een depressie in de ziektewet. Nóg eens twee jaar later, werd ze haar particuliere huurhuisje uitgezet - "want ze wilden me geen huurbescherming bieden" -, kreeg ze haar borg niet terug en moest ze voor haar sociale huurwoning de eerste maand dubbele huur ophoesten.

Druppel

Yvonne zocht vanwege geldnood weer naar werk en vond een kantoorbaan waar ze elke avond diepongelukkig van thuis kwam. Toen ze ook nog een vordering van de Belastingdienst ontving waarin haar werd opgedragen om €2000 terug te betalen 'omdat ze dat jaar teveel had verdiend', was dat de druppel. Ze kwam opnieuw thuis te zitten, zonder sociaal vangnet, voelde zich eenzamer dan ooit en ging steeds meer drinken.

Aan de bel

"Een mislukking, zo voelde ik me. Maar vooral in de periode dat ik het nog allemaal zelf probeerde op te lossen", vertelt Yvonne eerlijk. "Ik vulde het ene financiële gat met het andere. Ik ben wel gebeld door mensen van de gemeente omdat ik bepaalde rekeningen niet op tijd betaalde, maar daar kletste ik me dan weer onder uit. Ik ben communicatief heel vaardig en ze prikten niet door mijn verhaal heen. Blijkbaar moest het eerst écht misgaan."

Rust

Pas toen Yvonne begin dit jaar in het ziekenhuis belandde, nadat ze door politieagenten en medewerkers van VNN in haar woning was gevonden,



kwam de hulp op gang. Ze belde met de gemeente, kreeg meitinkers over de vloer en kwam onder budgetbeheer. "Ze namen me alles uit handen en in plaats van dat ik me daardoor overgeleverd voelde, kreeg ik juist rust. Eindelijk was er iemand die zei: laat het nu maar even aan mij over. Dat gaf me de ruimte om weer omhoog te krabbelen." En dat was precies wat ze nodig had.

Touwtjes in handen

"Doordat mijn schulden nog niet heel hoog waren opgelopen, hoefde ik niet de

schuldsanering in. Ik had enkele duizenden euro's schuld en ik zit in de bijstand. Met budgetbeheer geef ik mijn financiën weliswaar uit handen - al mijn post en inkomsten gaan eerst naar de gemeente, ik krijg 50 euro leefgeld per week en ga naar de Voedselbank - maar dat doe ik op vrijwillige basis. Ik kan elk moment bepalen dat ik de touwtjes weer zelf in handen wil hebben."

Ervaringsdeskundige

Wanneer dat moment komt, weet Yvonne niet. Samen met de klantmanager van de gemeente bekijkt ze of ze zich kan omscholen. Ze wil niet meer op kantoor werken. Liever helpt ze mensen die in een vergelijkbare situatie zitten als zij. Omdat die veel kunnen hebben aan goed opgeleide ervaringsdeskundigen. Yvonne: "Je hebt iemand nodig die je doorziet. Die duidelijk zegt: jij hebt hulp nodig en die kan ik je geven. Dankzij mijn ervaring kan ik mij in deze mensen verplaatsen en me daadkrachtig opstellen."

Wat te doen als je niet rondkomt?

Gemeente Heerenveen heeft verschillende regelingen voor mensen met een laag inkomen. Denk bijvoorbeeld aan de energietoeslag, bijzondere bijstand of het noodfonds. Dit fonds geldt voor inwoners die in acute financiële problemen zijn en daardoor onder de armoedegrens leven, of dreigen te komen. Het fonds is tijdelijk en loopt nog tot 1 juli 2023.

Meer informatie over de regelingen is te vinden op de website van de gemeente: heerenveen.nl/hulpbijlaaginkomen.

Hier vind je altijd de actuele stand van zaken.

De meeste regelingen zijn ook te vinden in de Budgetgids. Hierin kun je bovendien lezen over andere hulp die je in de gemeente kunt krijgen. Heb je de Budgetgids niet (meer)? Dan kun je hem gratis afhalen bij het gemeentehuis of de bibliotheek. Of kijk op heerenveen.nl/budgetgids.

Schuldhulpverlening

Budgetbeheer maakt deel uit van het team Schuldhulpverlening van de gemeente. Heb je schulden en kom je er zelf niet meer uit? De medewerkers van Schuldhulpverlening staan voor je klaar! Ook als je nog geen schulden hebt, kun je hier terecht voor hulp. Bijvoorbeeld om weer overzicht in je financiën te krijgen en juist om schulden te voorkomen. De medewerkers kijken ook samen met jou naar je inkomen. Krijg je voldoende toeslagen? Zijn er nog regelingen waar je gebruik van kunt maken? Altijd geldt: hoe eerder je hulp zoekt, hoe beter.

Neem voor hulp contact op via [14 0513](tel:140513) of via budgetadvies@heerenveen.nl

Zomeractie Onbeperkt sporten bij Sportstad

Schrijf je samen
in, en krijg beide
25% korting!

Drie maanden
voor maar € 119,95

- > Onbeperkt fitnessen, zwemmen en squashen
- > Deelname aan de groepslessen
- > Deskundige begeleiding
- > Persoonlijke sportschema's



Deze actie is geldig vanaf 18 jaar en geldt vanaf 1 mei 2023 tot en met 31 mei 2023.

Waar je hart sneller klopt



Tijd voor
een nieuwe
garagedeur!

novoferm
Intelligent Door Solutions

Gratis
aandrijving
t.w.v €580,-

1 mei t/m 31 augustus 2023
Vraag naar de voorwaarden

Kies je voor een 'elektrische' sectionaaldeur, dan kies je voor gemak. Met één druk op de knop van de handzender opent de deur als je komt aanrijden. Je hoeft dus niet de auto uit om binnen te komen. Met name handig bij slecht weer. Denk er maar eens over na: wat zijn de mogelijke voordelen voor jou?

Interesse in een geïsoleerde sectionaaldeur? Profiteer dan nu.

Ellema

Garagedeuren

De Werf 12-1 | 8401JE | Gorredijk
0513 - 43 52 43 | 06 - 52 59 25 14 | info@ellema.nl | www.ellema.nl

Als Novoform dealer beschikken we over vakkennis en bieden we eersteklas service.

BENIEUWD WAT MORGEN BRENGT?

De invloed van kunstmatige intelligentie, robotisering en big data in de toekomst is onvoorspelbaar. Daarom is een goed beeld van jouw ondernemersperspectief goud waard. Wij maken tijd en bieden inzicht. Want met een heldere kijk op morgen lacht de toekomst je toe.

Ineke Postma
DGA Inuz
Attitude for Women

bentacera
DE TOEKOMST LACHT JE TOE

BENTACERA.NL

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

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

ZOUTVRIJE
KALKPREVENTIE
PLUS+

DE SIMPELE OPLOSSING TEGEN KALKAANSLAG

BIGGREEN

ZOUTVRIJE KALKPREVENTIE +



BIGGREEN VANAF
€ 765,-

SCAN VOOR MEER INFO



www.big-green.nl
Info 0299-321188

Meer biodiversiteit? Zet de bloemetjes buiten!

DE HANDEN INEEN VOOR EEN GROENERE LEEFOMGEVING

Als je de openbare ruimte groener en meer biodivers wil maken, waar begin je dan? Wat zet de meeste zoden aan de dijk? Waarom is dat zo belangrijk en is daarvoor subsidie beschikbaar? En wat doet de gemeente eigenlijk zelf om de omgeving te vergroenen? We zetten het voor u op een rij. Want we hebben uw hulp hier hard bij nodig.

We zijn ons er allemaal inmiddels wel van bewust. Groen is belangrijk en groener is beter. Een groenere omgeving, groenere energie, een groenere manier van leven... Dat onze persoonlijke inzet hiervoor soms als een druppel op een gloeiende plaat voelt, geeft aan hoe belangrijk het is dat we het samen doen. Allemaal op onze eigen manier en passend binnen onze eigen mogelijkheden. Want héél veel druppels samen, die maken wél een verschil.

PURE LUXE

De openbare ruimte groener en meer biodivers maken kan op veel manieren. Van het inzaaien van inheems bloemzaad voor bijen tot het vervangen van hekwerken door hagen en van het ontregelen van terrassen tot het aanleggen van een natuurdak op uw (tuin)huis. Het meest in het oog springend zijn natuurlijk bomen. Want in de winter staan we er

amper bij stil, maar tijdens hittegolven zijn ze met hun schaduw en verkoeling een pure luxe.

VIJF BOMEN PER INWONER

Volgens de website indebuurt.nl telt de gemeente Heerenveen ruim 255.000 bomen en ruim 50.000 inwoners. Dit komt neer op zo'n vijf bomen per persoon. Ter vergelijking: als inwoner van de gemeente Utrecht moet men het met slechts een halve boom doen en een Rozendaler heeft maar liefst 128 bomen tot zijn 'beschikking'. Belangrijk, want bomen beperken niet alleen hittestress en wateroverlast maar filteren daarbij ook nog fijnstof uit de lucht. Niet voor niets haalden inwoners van Akkrum afgelopen zomer het kunstproject Bosk van Arcadia naar het dorp. De 116 bomen van Arcadia krijgen dit najaar op verschillende locaties in de gemeente een permanente plek.

Vergroenen? Dat doet u met Groener (be)loont subsidie!

Helpt u de leefomgeving groener te maken, met meer verkoeling in de zomer en minder kans op wateroverlast? Dan kan de gemeente u hierbij misschien wel helpen met een financiële bijdrage. Gemeente Heerenveen subsidieert dit jaar verschillende initiatieven die een bijdrage leveren aan vergroening voor klimaatadaptatie en biodiversiteit, tot maximaal 50%. Denk aan de aanleg van een groen dak, een regenwatergebruikinstallatie of een groene wand met infiltratiesysteem, het vervangen van gewone verharding door groen of waterdoorlatende verharding, het van het riool afkoppelen van uw regenpijp en het aansluiten van een regenton, regenwater opvangmodule of infiltratiemodule.

Kijk voor meer informatie en de voorwaarden op www.eenvooreengroener.nl/subsidies





Wip uw tegels en word Nederlands Kampioen!

De gemakkelijke manier om uw eigen leefomgeving te vergroenen en meer biodiversiteit te maken? Dat is door onnodige verharding zoals tegels te vervangen door perken met bloemen en planten. U helpt dan niet alleen in de strijd tegen uitdagingen die ontstaan door het veranderende klimaat, maar ook in die van het NK Tegelwippen. Deze wedstrijd loopt sinds 21 maart en eindigt op 31 oktober en belooft weer een spannende strijd te worden. Ziet u niets in rivaliteit? Doe het dan om uw leefomgeving “klimaatbestendiger te maken, behaaglijker voor insecten en dieren, koeler op warme dagen én natuurlijk mooier”, aldus de website van de wipwedstrijd.

Voor het doorgeven van het aantal tegels dat u heeft gewipt en meer informatie gaat u naar www.eenvooreengroener.nl



Heerenveen in Lodewijks Groene Geluk

Omdat goed voorbeeld vaak goed doet volgen, deed de gemeente deze maand mee aan het RTL-4 programma ‘Lodewijks Groene Geluk’. Tuinman Lodewijk Hoekstra kwam hiervoor op donderdag 11 mei naar Heerenveen om mensen te inspireren bij het vergroenen van de leefomgeving. Bij de ingang van Sportstad vervingen ze tegels door beplanting, heggen en stevig vastgelijmde gestapelde tegels: een ontwerp van Hoekstra dat hij baseerde op het gedachtegoed van tuinarchitect Louis le Roy. Wethouder Jaap van Veen vertelt in de aflevering over de grote klimaatopgave waar we als gemeente voor staan en hoe we in Heerenveen werken aan programma’s om ons hierop aan te passen. De uitzending staat gepland voor zondag 2 juli om 17.30 uur op RTL4.



WETHOUDER GERRIE ROZEMA: RUIMTE VOOR GROEN

Om de openbare ruimte klimaatbestendig te maken en de biodiversiteit in de gemeente te optimaliseren moeten we onze leefomgeving groener inrichten. Bomen, planten en ander groen hebben ongekend veel voordelen, nu en in de toekomst. Hier moeten we ruimte voor vrijmaken. Zowel in ons hoofd, met aandacht voor het groen en de insecten, als fysiek, door er letterlijk ruimte voor te creëren. Dát is onze duurzame doelstelling.”

VROLIJKE BOOMSPIEGELS

Een andere vorm van vergroenen speelt zich juist onder bomen af. Door boomspiegels te vergroten. Superbelangrijk, want hoe meer aarde rondom een boomstam, hoe meer voedingsstoffen de boom uit de grond kan halen. Bij MFA De Spil in Skoatterwâld maakten de kleuters samen met de gemeente experimenteel korte metten met de te kleine boomspiegels. Niet alleen door ze te vergroten, maar door ze bovendien in te zaaien met bloem-

bollen. Goed voor de bomen, goed voor de bijen, vlinders en andere insecten en een vrolijk aanzicht op de koop toe.

HELP MEE!

U kunt dit natuurlijk ook zelf allemaal doen. Niet door de boomspiegels van de gemeentelijke bomen te vergroten, maar wel die van de bomen in uw eigen tuin. Met het wippen van tegels valt bovendien een Nederlands Kampioenschap te winnen! Een boom planten kan,

maar u kunt ook klein beginnen. Met bloemzaad dat speciaal voor bijen is samengesteld bijvoorbeeld. Wilt u het toch graag groter aanpakken? Dan helpt de gemeente u graag met een financiële bijdrage. Hoe, wat, waar en met wie, dat leest u op de website eenvooreengroener.nl.

Maar wat u ook doet: het allerbelangrijkste is dát u iets doet. Help mee! Want we kunnen de strijd voor biodiversiteit alleen samen winnen.

Subsidie voor een groen en toegankelijk schoolplein

Omdat weinig dingen zo belangrijk zijn als de toekomst van onze kinderen, trekt de gemeente graag samen op met de scholen in haar omgeving. Bijvoorbeeld met de subsidieregeling om schoolpleinen in de gemeente Heerenveen te vergroenen en toegankelijk te maken! Schoolbesturen die er oren naar hebben om hun schoolplein zo aan te passen dat het uitdaagt om te bewegen; bijdraagt aan klimatologische uitdagingen; ondersteuning biedt aan de educatieve natuurontwikkeling van kinderen; toegankelijk is voor iedereen én na schooltijd fungeert als centrale speel- en ontmoetingsplek de buurt, kunnen hiervoor een eenmalige subsidie krijgen tot een maximum van maar liefst € 16.000,- mits de school zelf evenzoveel geld inlegt.



Kijk voor meer informatie en de voorwaarden op www.eenvooreengroener.nl/subsidies.

#FACETOFACE

MAURICE TAX

fotografie MUSTAFA GUMUSSU

tekst LUTSKE BONSMAS

DE WERELD EEN BEETJE BETER MAKEN

Maurice Tax, uitvinder, techneut, ondernemer, technisch officier bij de luchtmacht, echtgenoot en vader, woont in Heerenveen. In zijn werk doet Maurice wat hij als kind al graag deed. "Ik word getriggerd door frustraties van anderen en kijk of ik iets kan ontwikkelen om hun probleem te verhelpen." We laten in deze Face to Face Maurice Tax zélf aan het woord.

"Als kind klaagden mijn ouders altijd dat de katten van de burens bij ons in de tuin hun behoefte deden. Toen heb ik met Meccano (montagespeelgoed, red.) een raketinstallatie met kleine vuurpijlen gebouwd. Die zette ik achter in de tuin, ik detecteerde waar een kat de tuin inkwam; dan draaide die hele installatie en schoot ik een vuurpijl af. De cat catcher was mijn eerste uitvinding. Ik heb er trouwens nooit een kat mee geraakt. Op een gegeven moment bleef de vuurpijl steken en vloog het hele ding in de fik. Dat was het einde van de cat catcher."

KLOMPEN OP VLEGEBASIS LEEUWARDEN

"Ik ben geboren in Voorhout en opgegroeid in Noordwijk aan Zee. Na het vwo wilde ik graag naar de TU Delft, maar ik werd opgeroepen voor militaire dienst. Toen bleek dat een combinatie van dienstplicht en studeren mogelijk was, heb ik me aangemeld bij de KMA (Koninklijke Militaire Academie, red.) in Breda. Ik werd opgeleid tot officier bij de luchtmacht. Inmiddels is tachtig à negentig procent van mijn jaargenoten Defensie uitgestroomd, maar we hebben nog elk jaar een reünie. Op de KMA maak je vrienden voor het leven."

Na de KMA heb ik electrotechniek gestudeerd in Delft. Op eigen verzoek heb ik stage gelopen bij alle luchtmachtbases. Ik houd van 'ja is ja, en nee is nee', en daar paste Leeuwarden bij. Al was ik niet direct goede vrienden met mijn chef. De eerste dag zag ik klompen met Friese vlaggen erop staan, en ik vroeg: 'Welke idioot draagt hier klompen?' Toen tikte er iemand op mijn schouder, die zei: 'Deze idioot. Jouw baas loopt op klompen.' Dat was een slecht begin, maar het is goed gekomen. Bij mijn trouwerij heb ik van hem een paar klompen gekregen."

'NEE' BESTAAT NIET

"Ik maakte snel carrière binnen Defensie, want ik ken geen nee. Als iets onmogelijk leek, zeiden ze: 'Vraag maar aan Maurice. Die regelt het wel.' Het onmogelijke mogelijk maken is een rode

draad in mijn leven. Ik denk dat dit komt doordat ik al vroeg heb leren vechten. Na mijn geboorte ging ik bijna dood. Ik moest vechten om te overleven. Die vechtlust heb ik nog steeds. Ik was de jongste majoor in de luchtmacht. Ik was nog geen 24 jaar en had tachtig man onder me. Als technisch officier was ik verantwoordelijk voor de operationele inzetbaarheid van F16's. Ik werd ook geschikt bevonden voor de hoogste rang, die van generaal, maar ik ben voortijdig weggegaan."

Twee redenen: ik ben geen politiek dier. Wat je in de huidige tijd ook ziet is dat de politiek de inzet van militairen bepaalt. Ik vind dat militairen zijn opgeleid voor bepaalde taken en dat we die taak moeten uitvoeren met onze kennis en kunde, en dat we niet overruled moeten worden door de politiek. De tweede reden is dat ik veel van huis was. Op een gegeven moment stuurde mijn vrouw Hijlien me een gehaakt poppetje. Ik snapte niet waarom. Totdat ik me realiseerde: ze is zwanger. Ze heeft een test gedaan, en ik was daar niet bij. Toen brak er iets in mij, en dacht ik: 'Dit is niet de bedoeling.' Nog diezelfde dag, vlak voor kerst 2001, heb ik mijn ontslag ingediend."

VERBIJSTERD

"Op 1 februari 2002 startte ik in Joure mijn bedrijf Bright Spark ('heldere vonk', oftewel ingeving, red.); op 2 februari belde mijn vader. Hij woonde in Spanje en vertelde dat hij zich niet lekker voelde. Hij bleek ziek en in de drie maanden die volgden was ik veel bij hem, totdat hij overleed. Daar heb ik geleerd dat mensen ook echt slecht kunnen zijn. Mijn ouders waren gescheiden en op het sterfbed van mijn vader was er een vrouw in zijn buurt die hem een papier liet ondertekenen waardoor zij alles erfde. Alles wat hij had opgebouwd ging naar haar. Ik was te flabbergasted om te reageren. Het idiote was dat ik zelfs voor mijn speelgoed moest betalen, want dat lag nog in het huis van mijn vader. Vanaf dat moment dacht ik: 'Geld is voor mij niet belangrijk. Je hebt het nodig om te leven, maar het zegt mij helemaal niks meer.' Achteraf

bleek dat mijn vader haar tweede slachtoffer was."

ANSICHTKAART CD

"Ondertussen moest ik geld verdienen. Op korte termijn moest ik iets verkopen. En op lange termijn wilde ik iets uitvinden waarmee ik de wereld een beetje beter kon maken. Als cash flow generator bedacht ik een ansichtkaart cd. Een cd met muziek en een fotoreeks van Friesland, die toeristen konden kopen. Op een gegeven moment vertelde ik enthousiast aan Hijlien dat ik weer een doos had verkocht. 'Ik heb een tientje verdiend', hoorde ik mezelf zeggen en realiseerde me dat het anders moest. Vervolgens heb ik vol gas gegeven op een product dat gericht is op het veilig maken van water. Ik ging de waterindustrie in."

ELEKTROLYSE

"Ik heb een techniek ontwikkeld, waarmee je door middel van elektrolyse (met elektroden stuur je stroom door water, red.) van vies water drinkbaar water maakt. Schoon drinkwater is het eerste dat mensen nodig hebben, na bijvoorbeeld een tsunami. In 2004 heb ik mijn eerste deal met de Verenigde Naties gesloten. Daarmee kreeg ik naamsbekendheid, maar ik wilde geen geld verdienen aan mensen in nood. Vervolgens heb ik andere toepassingen bedacht. In Friesland hebben veel mensen een boot met een watertank. De tank wordt warm, er komen bacteriën en algen in. Ik heb een apparaatje ontworpen, dat je in de tank hangt en met een druk op de knop krijg je schoon water. Dat was een succes en mijn uitvinding ging van privé jachtjes en zeilboten naar de grote vaart en naar alle cruiseschepen van Disney Cruise Line. Na de legionella-uitbraak in Bovenkarspel vroeg de overheid of ik met mijn techniek iets tegen legionella kon doen. Dat kon ik, en zo ben ik in de drinkwatersector van de overheid terecht gekomen. Ook heb ik met technisch onderzoeksinstituut Wetsus in Leeuwarden een technologie ontwikkeld die PFAS afbreekt. Ik vind het milieu heel belangrijk en daarom frustreert het mij enorm dat politici van mijn techniek

op de hoogte zijn, maar dat ze er nog steeds voor kiezen om PFAS te laten verbranden."

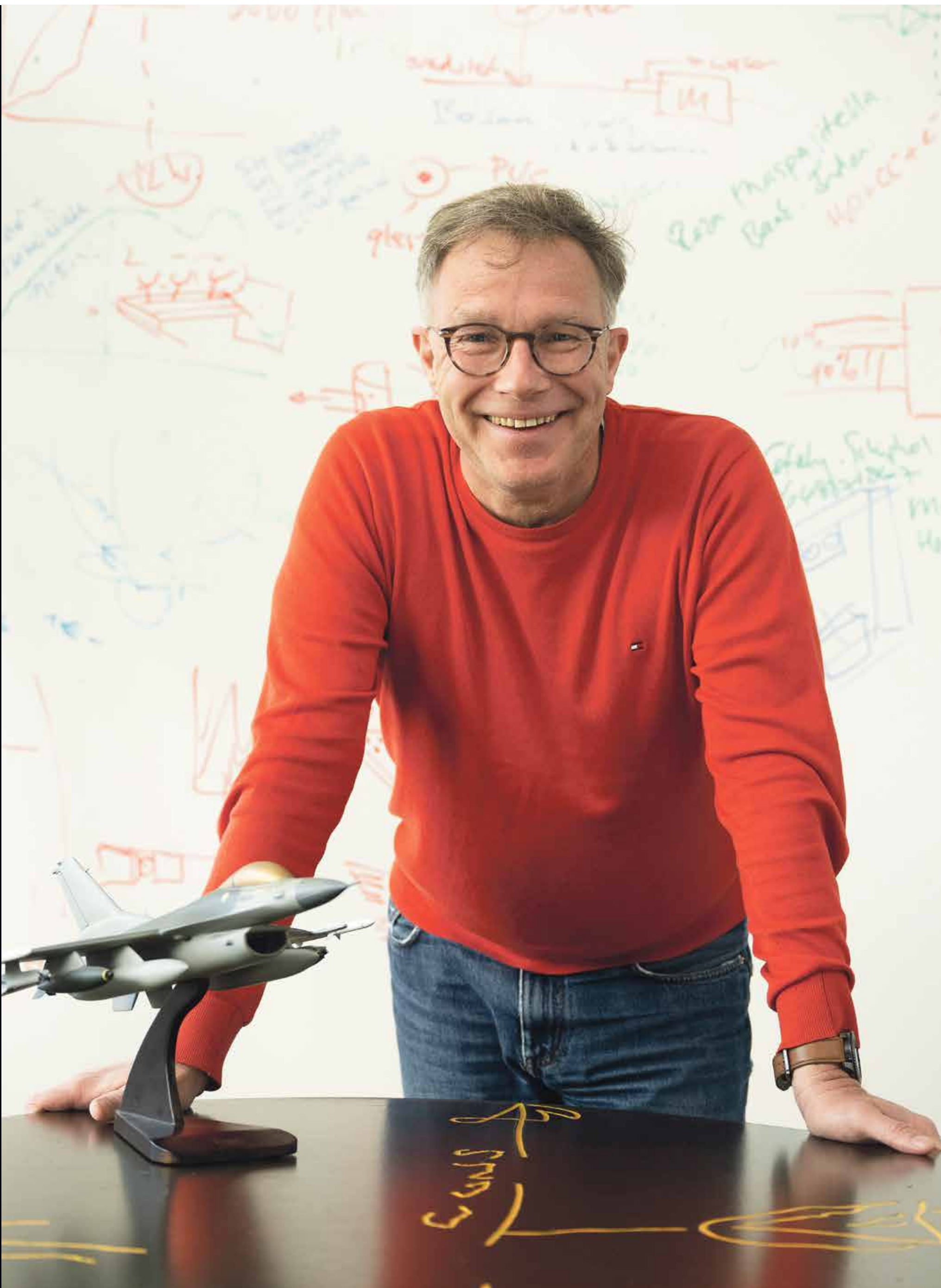
VRIJHEID

"Voor mijn vijftigste wilde ik financieel onafhankelijk zijn. Ik houd niet van herhaling, dus mijn businessmodel moest gericht zijn op elke keer iets nieuws uitvinden, daar patent op aanvragen en dat verkopen. Op 6 april 2017 heb ik een grote klapper gemaakt. Ik heb een kwart van mijn bedrijf verkocht aan Lonza, een Zwitserse farmaceut. Daarmee was ik voor mijn vijftigste klaar. Nu kan ik doen wat ik leuk vind."

Mijn grote droom was zelf vliegen. Ik heb vliegles genomen, alle brevetten gehaald en een vliegtuigje gekocht, een Diamond DA40 TDI, die in een hangar stof aan het vangen was. Ik heb hem compleet gestript en zelf weer opgebouwd. Inmiddels heb ik een ander vliegtuig, de allereerste Diamond DA50 RG, een vijfzitter. Onlangs ben ik ermee naar Zwitserland gevlogen om mijn moeder die daar woont, te bezoeken. Vliegen betekent voor mij vrijheid. Je kunt de wereld van bovenaf bekijken, zonder dat iemand je stoort. Dat is het mooiste dat er is. Ik doe het drie, vier keer per week. Zakelijk, en voor goede doelen. Om mensen te helpen geef ik liever kennis, capaciteit, of het plezier van een rondvlucht, dan geld."

ZELFVERTROUWEN

"Aan mijn kinderen, Ruben is 24 en Sabine is 21, heb ik meegegeven dat ze niet bang moeten zijn. Heb vertrouwen in jezelf. Leef, en durf. Zoek het avontuur op. Ik heb er moeite mee als mensen niet zelfverzekerd zijn. Er is een reden voor onzekerheid, en dat vind ik jammer. Als je mensen kunt helpen om zelfverzekerd te zijn, zie je hen opbloeien. Dat geldt ook in mijn bedrijf. Er werken allemaal techneuten, aparte gasten, maar als je hen vrijheid en vertrouwen geeft, bloeien ze op. Het zijn allemaal toppers. En of ze nu één jaar of tien jaar bij me werken, als ze er maar beter uitgaan, dan ze binnenkwamen. Dat vind ik het allerleukste."





Uw verhuizing in vertrouwde handen!



HOEKSTRA
hoekstrasneek.nl/verhuizingen




Samen zorgen dat het (nog) beter wordt

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

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

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

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

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



**Onderdeel van DBC-Sneek*

www.dbc-sneek.nl

Het bruist op vrijdag 19 en zaterdag 20 mei nóg meer dan gewoonlijk in Akkrum. Het gezellige dorp stond lang in de schaduw als Sneek, Grou of Terherne het watersportseizoen aftrapt. Maar sinds 2010 heeft Akkrum zijn eigen unieke watersportdag, met het Nederlands Kampioenschap Zonnebootrace en de 'Reuzedei'. De 'Reuzedei' staat dit jaar in het teken van energie(transitie), hergebruik, eerlijk voedsel - kortom van bewust leven.

Harry Haitsma nam met Antje Kneeffel en Sjoerd Hannema in 2010 het initiatief tot oprichten van de Stichting REUZEduurzaam. Met de oprichting van de stichting wisten ze niet alleen horeca en watersport te interesseren, maar ook het halve dorp op de been te brengen. "Soks kin allinne slagje as der genôch frijwilligers binne", meent Harry Haitsma. "Ús idee wie sa moai, dat er yn no time sa'n fyftich minsken helpe woene."

BOTEN OP ZONNE-ENERGIE

Dat idee – een innovatief evenement met boten die op zonne-energie varen - is gaandeweg doorontwikkeld en de Reuzedei is uitgegroeid tot een evenement dat pakweg 7.000 bezoekers trekt. In september beginnen de boot-teams zich al te richten op een volgend seizoen, liefst nóg origineler dan het vorige. In het vroege voorjaar presenteren ze hun plannen aan elkaar zodat ieder weet wat eraan staat te komen. De uiteenlopende talenten in het dorp moeten slim worden ingezet, weet Harry: "Dy fyftich minsken operearje yn seis teams, elk hat in eigen gebiet. Sa is it Leefteam dwaande mei de duorsumensmerke, de rommelmerke (hergebruik!) en in merke mei biologysk iten. It Kolkteam - de Kolk is it wetter by de spoarbrêge - hellet innovatieve fynsten nei Akkrum, lykas elektryske of wetterstofauto's, e-bikes en segways."



Het bestuur van REUZE Duurzaam Akkrum-Nes: Harry Haitsma, Antje Kneeffel en Sjoerd Hannema.



Het team Logistiek verzorgt de tenten, wegafsluitingen, bebording en de stroomvoorziening. Harry: "Alle enerzjy is grien; it aggregaat rint op blauwe diesel. It NK zonnebootteam organisearret de races, want jierliks wurdt der striden om it NK Zonnebootrace. Dêr dogge studinten fan hegeskoallen en universiteiten oan mei."

'BESTE STUURLUI AAN DE WAL'

Aan de NK GroenLeven Zonnebootrace (GroenLeven is sinds drie jaar hoofdsponsor) doen hogescholen mee met een eigen boot. Middelbare scholen gaan met een zelfbouw-



pakket aan de slag en varen hun eigen race. Harry: "It is begûn mei it Nederlânske kampioenskip, mar rillegau is dêr de Young Solar Challenge by kommen. Prachtich om jongerein yn 'e kunde te bringen mei de technyk fan sinneboaten." Achter elke boot staat een heel team klaar; de hulp troepen staan aan wal. Harry: "Sy hâlde by hoe fol de akku sit en folge de waarberjochten op de minuut. Ast yn it begjin hurd op 'e akku giest en der blykt yn it lêste kertier gjin sinne meer te ferwachtsjen, dan passearret de stadige stjoerman de rest op syn akku. Dy hulp troepen oan de

“Alle enerzjy is grien, it aggregaat rint op blauwe diesel”

wâl herberekenje hyltyd wat de boatsman dwaan kin. Dy moat der blyn op farre kinne."

De hulp troepen zijn in dit geval letterlijk 'de beste stuurliu aan de wal'. Alle races vinden plaats op het water bij de spoorbrug, de Kolk.

OOK VOOR KLEINE REUZEN

De Reuzedei in Akkrum is een begrip, ook onder studenten. Vanuit Young Solar worden de snijpakketten geleverd waarmee studenten hun eigen boot kunnen bouwen. De torqeedo motor, een lichte buitenboordmotor, levert Young Solar; voor de elektronica en dergelijke zorgen de studenten zelf. Vrijdagavond kamperen de Young Solar en NK zonnebootrace jongeren gebroederlijk op het VVV terrein in Akkrum. Oudgedienden, technuten en debutanten bespreken hun technische foeftjes en sleutelen tot diep in de nacht.

Ook aan de basisschoolkinderen wordt gedacht, wat dit evenement betreft. Harry Haitsma: "Der is it Kidsteam foar. Dy ha soarge foar in lespakket enerzjytransysje en dan hawwe de bern har eigen striid mei selsmakke petfles-boatsjes dy op in sinnepanielsje farre." Raynaud Ritsma, presentator van Tsjil Tsjek, praat dit geheel aan elkaar.

DUURZAME REUS HARM EDENS

Er moet veel geregeld worden met al die activiteiten, maar gelukkig heeft de Akkrumer mienskip de nodige deskundigen aan boord. Bouwe de Boer bijvoorbeeld, hêt boegbeeld van duurzaam (en fossielvrij) Friesland. Zijn ervaring en advies zijn welkom en inspirerend. Documentairemaker Murk-Jaap van der Schaaf maakt met liefde een mooi promotiefilmpje. En er wordt jaarlijks een 'duurzame reus' gezocht voor een toepasselijke lezing. Zo zal op zaterdag om 11.30 uur tv-presentator Harm Edens in de Terptsjerke spreken. Harm Edens is het meest bekend van 'Dit was het nieuws', maar vanuit de duurzaamheid is hij een bekende entertainer en presentator bij BNR radio. Harm Edens is daarnaast ambassadeur van het Wereld Natuurfonds.

Verder is het 'noflik kuierje' door het hele dorp, want langs de Kanadeeskestrjitte is de duurzame markt met bijna vijftig stands over energie, groen rijden, elektrisch varen, eerlijk voedsel, hergebruik, bewust leven en wat al niet meer. Interessant voor bedrijven, organisaties, stichtingen, scholen én bezoekers die alles weten of juist willen weten over duurzaam wonen, werken en leven.

Duidelijk is, dat wie de zonnebootrace ook wint, de Reuzedei eindigt in een groot feest voor iedereen. Dan wordt Akkrum het Venetië van het Noorden. Alles wat vaart, van grote sloepen tot kleine rubberbotjes, ze stappen bij elkaar aan boord en genieten van de mini-concertjes.

PROGRAMMA REUZEDEI ZATERDAG 20 MEI

10:00

Start 1e groep Young Solar

11:00-17:00

Duurzame markt, Foodplein en rommelmarkt

11:30

Lezing Harm Edens in de Terptsjerke

12:00

Start 2e groep Young Solar

13:30

Activiteiten voor de kleine Reuzen

14:00

NK Zonnebootrace

15:15

Opening zonnepark Leppagreide

16:00

Sprint zonnebootrace

19:30

Watermuziek Spektakel

Aansluitend

Live muziek in eetcafé Kromme Knilles en grandcafé/hotel Goerres.

3
JUNI
2023



G-String
Jett Rebel
GIRLS
ON TOP
BLØF

JOURE

INFO & TICKETS: **HEREMAPARKLIVE.NL**

OKH maakt Heerenveen weer wat mooier!



Beste ondernemers,
op korte termijn wordt de verouderde bewegwijzing op de bedrijventerreinen in Heerenveen vervangen door nieuwe bewegwijzing! Dit wordt verzorgd door City Outdoor Signs in samenwerking met Ondernemerskring Heerenveen.

City Outdoor Signs zal u in de maanden mei en juni persoonlijk bezoeken voor deelname met uw bedrijfsnaam op de borden. Wilt u alvast informatie ontvangen of een afspraak maken, neemt u dan graag contact op via E-mail: martin@cityoutdoorsigns.nl.



**ONDERNEMERSKRING
HEERENVEEN**

Meer informatie over
Ondernemerskring Heerenveen
en wat wij doen? Ga dan naar
www.ondernemerskringheerenveen.nl

"Wij maken ons sterk voor een goed ondernemersklimaat"

OUTLETMARKT HEERENVEEN

ZATERDAG 20 MEI



**Boerenmarkt &
Streekmarkt op
de Lindegracht**

*Kom winkelen in
het gezellige centrum
van Heerenveen!*

HCOV
HEERENVEENSE CENTRUM
ONDERNEMERS VERENIGING

ngoudenplak.nl/centrum



BEN JIJ DE

**ADMINISTRATIEF COMMERCIEEL
MEDEWERKER DIE OP ZOEK IS NAAR EEN NIEUWE UITDAGING?**

Adviesbureau Oranjewâld, gevestigd in Heerenveen, is een professioneel en onafhankelijk advieskantoor en is op zoek naar een enthousiaste administratief "commercieel" medewerker. Er wordt advies gegeven aan bedrijven en particulieren over schadeverzekeringen, vermogen, inkomen en hypotheek.

Je afwisselende werkzaamheden zullen bestaan uit o.a. bijhouden polis administratie schadebehandeling, maken en vergelijken van offertes, het onderhouden van contacten met cliënten, verzekeraars en overige partijen

Wat vragen wij van jou?

- Je bent in het bezit van minimaal je WFT basis en WFT Schade particulier (of studierend daarvoor)?
- Werkervaring is gewenst
- Een flexibele werkhouding
- Servicegericht en meedenkend
- Accuraat en zelfstandig en in teamverband kunnen werken

Het betreft een loondienstfunctie 28 tot 38 uur per week, in een prettige werksfeer, goede primaire- en secundaire arbeidsvoorwaarden.

Stuur dan je CV voor 15 juni 2023 met foto naar: elly@oranjewald.nl

DE GOEDE FINANCIEEL SPECIALIST BESTAAT 75 JAAR

“Focussen op zaken waar het om gaat en ruis voorkomen”

In 1948 is de opa van de huidige eigenaar Willem de Goede een verzekeringskantoor begonnen dat gevestigd is in Heerenveen. Het bedrijf biedt tegenwoordig een veel breder scala aan diensten: bedrijfsfinancieringen, persoonlijke leningen, doorlopende kredieten, financial lease, hypotheeken, verzekeringen zakelijk en particulier, vermogensopbouw en lijfrentes. “Vroeger sloot je een verzekering af en werd er verder niets gevraagd. Wij vragen meer waardoor we een op de klant toegespitst product kunnen leveren”, legt Willem de Goede uit. ‘De vraag achter de vraag’ noemen ze dat bij De Goede Financieel Specialist. Het familiebedrijf viert dit jaar haar 75-jarig bestaan.

Willem de Goede: “We zijn goed in het opbouwen van de relatie met onze klanten waardoor we weten wat er speelt in die situatie en we snel kunnen schakelen op het moment dat ze ons nodig hebben. Maar ook het passend advies, wat de klant uiteindelijk ook wil, kunnen we bieden. Daar hebben we heel veel producten voor. Een stukje meerwaarde, daar gaat het om; de vraag van de klant beantwoorden. ‘Doe ik het goed?’, als er bijvoorbeeld een andere woning wordt gekocht. ‘Is het verantwoord wat ik doe?’ ‘Is het de juiste keuze, moet ik mijn overwaarde gebruiken?’ Het is veel ruimer dan producten bieden die in de schappen zitten. Het leveren van iets extra’s waardoor mensen financieel gezonder worden, ook op langere termijn. Maar ook hun wensen uit laten komen.”

VERTROUWD GEVOEL

Het bedrijf is gevestigd aan de Burge-meester Falkenaweg in Heerenveen, in een prachtig pand dat door een combinatie van houten panelen, zwarte stalen kozijnen en een gevelbeplating in licht-antraciet goed zichtbaar is en een vertrouwd gevoel geeft. Binnen komen deze kleuren terug en vinden we materialen, meubels en accessoires die we thuis ook hebben zoals de suède zitbank bij binnenkomst. Sinds de gedreven Willem de Goede het bedrijf in 2007 van zijn vader overnam, groeide niet alleen het aantal diensten maar verdubbelde ook het personeelsbestand. “We willen de kwaliteit verbeteren en dan groei is automatisch. Stilstand is ook achteruitgang in mijn beleving. We zijn druk met het behouden van de funding. Je ziet vaak dat bedrijven groter worden en de klant wordt overgeslagen. Dat willen we beslist niet.

We zijn wel transparant maar het zijn geen producten die je vast kunt pakken. Het is iets dat mensen moeten ervaren. We varen onze eigen koers, kijken goed en luisteren naar wat mensen willen. Profileren in de markt met behulp van social media om te laten zien waar je voor staat; transparant op het scherm laten zien wat je aan het doen bent; en de juiste aanbieder zoeken waar je zaken mee doet; collega’s vinden om je heen, en belangrijk is: weten in welke omgeving je zit. Maar ook: proactief handelen, een centrale agenda, communicatietrainingen en ons meer profileren in reclame.”

EFFICIËNTIE

Efficiëntie is een belangrijk item binnen De Goede Financieel Specialist. Voorbeeld is de chatmogelijkheid op de eerste pagina van de homepage. Maar ook de mogelijk-



Willem de Goede: “Vroeger was het meer kassawerk, maar daar voel ik me te goed voor.”



Een combinatie van houten panelen, zwarte stalen kozijnen en een gevelbeplating in licht-antraciet zorgen er voor dat het pand goed zichtbaar is en een vertrouwd gevoel geeft.

“We varen onze eigen koers, kijken goed en luisteren naar wat mensen willen”

heid om zelf online een afspraak te maken met één van de adviseurs. “De screening, de voorkant, het filteren, het wegzetten, daarin proberen we de efficiëntie te vinden. Focussen op zaken waar het om gaat en ruis voorkomen. Ik vind het prachtig als mensen aan mij vragen of ze het wel goed doen. Dat ik dat vertrouwen krijg en dat ik



Een groot deel van het team van De Goede Financieel Specialist

hen daar bij help. Dan is het niet alleen de hypotheek - dat is niet zo spannend - maar meer alles eromheen. Vragen als: ‘Hoe zorg ik ervoor dat de lasten laag zijn?’ En: ‘Hoe zorg ik ervoor dat ze er in de toekomst meer aan kunnen hebben?’ Vroeger was het meer kassawerk, maar daar voel ik me te goed voor. Gelukkig is dat verleden tijd.”

REGIOBANK IN WOLVEGA

Vorig jaar oktober heeft De Goede Financieel Specialist een tweede vestiging geopend in Wolvega. Deze vestiging is een zelfstandig adviseur van de Regiobank, met als ach-

terliggende gedachte het vergroten van de doelgroepen en het productassortiment. En dan vooral in de betalingsspaarrekeningen, de ondernemersrekeningen en daarnaast een stuk bedrijfsfinancieringen om daarmee ook de zakelijke klanten te helpen.

“Het gaat als een olievlek”, volgens Willem de Goede. “Het is de bedoeling wat steviger op de grond te komen waardoor andere partijen die heel groot willen zijn, bij ons komen omdat ze van de kar vallen en we de kleinere kunnen helpen omdat het ze aan de nodige knowhow ontbreekt.”

Jong sporttalent Brent de Vries (13) zich opnieuw voor het WK trampolinespringen

Het dertienjarige sporttalent Brent de Vries (2010, Heerenveen) heeft zich voor de derde keer gekwalificeerd voor het WAGC, het jeugd WK trampolinespringen, dit jaar in het Engelse Birmingham. Dubbele salto's voorover met een halve draai (fliffes), dubbel anderhalf, half in half uit, barani, dubbel gestrekt achterover, Brent 'draait er zijn lijf niet voor om', bij wijze van spreken. Moeiteloos zweeft hij door de lucht en met plezier traint hij zo'n zeven keer per week om zijn sprongen te perfectioneren. Om mee te doen aan het WK in Engeland is Brent een crowdfundingactie gestart want hij moet het zelf betalen.

De kwalificatie-rondes zijn nog maar halverwege, maar Brent de Vries is nu al geplaatst voor het jeugd WK. "Je moet een instroomlimiet, een harde en een zachte limiet, halen om je te kwalificeren en die heb ik allemaal gehaald." Hoe dat precies werkt? Brent legt uit: "Er zijn punten die je kan krijgen per oefening en dan is er een limiet hoeveel punten je moet halen om je te kwalificeren. Nu ik alle limieten gehaald heb mag ik in november voor de derde keer meedoen aan een WK. De andere twee WK's waar ik geweest ben, waren in Bakoe, de hoofdstad van Azerbeidzjan, en in Sofia, Bulgarije."

POLSBLESSURE

Brent begon op zijn achtste met trampolinespringen. Hij turnde toen al op hoog niveau. "Maar," zegt hij, "Ik had een polsblessure, want ik belandde verkeerd, op mijn pols. Daardoor kon ik er niet meer op steunen, terwijl je bij turnen juist je armen heel veel nodig hebt.

Toen mocht ik op de trampoline allemaal trucjes doen en vond ik dat superleuk. Door mijn blessure en het plezier in trampolinespringen ben ik daarom overstapt op trampolinespringen." De passie voor trampolinespringen én het plezier in het leren van steeds uitdagendere 'trucjes' op de trampoline van twee bij vier meter bleef.

Brent traint zeven keer per week om op het hoogste niveau mee te kunnen springen. "In de trainingen werken we aan onszelf en trainen we op de salto's, baranis of dubbels achterover of voorover. Op maandag train ik één keer, op dinsdag en donderdag twee keer en vrijdag en zaterdag weer één keer. Als ik twee keer train, dan train ik bijvoorbeeld 's ochtends van acht tot half tien en 's middags van vijf tot zeven. Twee weken voor een plaatsingswedstrijd hebben we een oefeningenweek. Dan doe je vijf keer je verplichte oefening en vijf keer een keuzeoefening. In de wedstrijdweek oefenen we twee wedstrijden, om gewend te raken aan hoe je moet springen tijdens de wedstrijd. Zoveel trainen lukt, omdat ik in een sport lifestyle klas zit op OSG Sevenwolden. Ik zit nu in de eerste klas en het is goed te combineren."



Brent de Vries is blij met de bijdrage van het Yvonne van Gennip fonds

NU TE ZIEN
IN DE BIOS!

Het complete
filmprogramma zie je op:

www.biosheerenveen.nl



Reserveer & bestel je tickets online!



DE BIOS

Burg. Kuperusplein 52
HEERENVEEN

Telefoon: 0513 654 051

WWW.BIOSHEERENVEEN.NL

plaatst linespringen

NEDERLANDS KAMPIOEN SYNCHROONSPRINGEN

Brent doet niet alleen individueel aan de kampioenschappen mee, vertelt hij. “Samen met Mees Mink spring ik synchroon. Dan spring je op twee trampolines naast elkaar en doe je dezelfde oefening. Dat doe je zo net en zo gelijk mogelijk, dan haal je de meeste punten.” Er zijn verschillende leeftijdscategorieën binnen de sport. Brent: “Ik spring in de categorie 13/14, maar omdat Mees vijftien is, doen we bij synchroonspringen mee in de categorie 15/16. Vorig jaar werden we Nederlands Kampioen synchroonspringen in de categorie tot en met 16 jaar en werden we zesde op het jeugd WK.” Toen nog in de categorie 13/14 jaar.

“Het leukste aan trampoline-springen is het zweven in de lucht”

PIEKEN OP DE JUISTE MOMENTEN

Er verschijnt een twinkeling in zijn ogen en zijn armen beginnen enthousiast mee te praten als ik vraag waarom dit zo'n leuke sport is. “Het zweven in de lucht, de salto's die je kunt maken en dat je in de lucht kan kijken of je wel of niet inzet.” Wat zoveel betekent als hangend in de lucht bepalen wat je volgende sprong is en óf er een volgende sprong is. “Je doet bijvoorbeeld een salto en dan kan je uitstrekken. Op dat moment kan je de trampoline zien en bedenken of je, als je goed staat, de volgende sprong gaat doen, of dat je hem niet gaat doen, omdat je te dicht bij de rand staat.”

Het zweven in de lucht is duidelijk het leukste aan de sport. Als ik hem vraag naar zijn hoogtepunten, twijfelt Brent óók geen moment. “Dat waren de WK's. Je bent met het hele team één. Je bent altijd met elkaar, je ontbijt met elkaar, je gaat in de bus met elkaar, op de tribunes ben je samen en de laatste avond voordat je weggaat ga je nog een beetje feesten. Dat zijn de mooiste dagen.”



Zijn trainsters Claudia en Kirsten omschrijven Brent als ‘een zeer talentvolle sporter’. “In combinatie met zijn perfectionistische karakter en zijn harde werken is dat een goed recept voor mooie resultaten. Kenmerkend is zijn rust en zijn stabiliteit. En hij is een echte wedstrijdpringer, die weet te pieken op de juiste momenten, ondanks dat er veel druk op hem ligt.”

YVONNE VAN GENNIP TALENT FONDS

Zijn talent is niet onopgemerkt gebleven en resulteerde in een donatie van het Yvonne van Gennip Talent Fonds. Iets wat zeer welkom is. Na plaatsing is het namelijk niet vanzelfsprekend dat je ook werkelijk mee kan doen aan het WK. De kosten voor deelname aan het jeugd WK zijn hoog en worden niet vergoed door

“Om mee te doen moet je zelf het geld bij elkaar halen. De vorige keer is me dat gelukt door chocolaatjes en bonbons te verkopen.”

de KNGU, de Koninklijke Nederlandse Gymnastiek Unie, legt Brent uit. “Je moet zelf het geld bij elkaar brengen en dat is ongeveer € 2.750,- per keer. De vorige keer is het me gelukt door chocolaatjes en bonbons te verkopen, had ik een crowdfunding opgezet en mensen gevraagd of ze me wilden sponsoren.” Dat het Yvonne van Gennip Talent Fonds nu alvast een bijdrage levert om zijn sportieve prestaties op internationaal niveau door te kunnen zetten is dan ook een enorme opsteker.

Het Yvonne van Gennip Talent Fonds is in 2016 opgericht om jong sporttalent financieel te ondersteunen. Reiskosten, de juiste voeding, medische zorg, materiaal, trainingsstages; het kost een hoop geld. Dat is niet altijd op te brengen door ouders en ook sponsoring ontbreekt vaak. Daardoor haken kinderen noodgedwongen af en gaat veel talent onnodig verloren. “Iedereen moet zo veel mogelijk geholpen worden om zijn of haar doel te bereiken. Daarom ben ik blij dat ik kinderen op deze manier een duwtje in de goede richting kan geven”, aldus de schaatskoningin van de Olympische Spelen van Calgary in 1988. Haar eigen sportgeluk gunt zij ook de jeugdige talenten van nu. “Zo kunnen wij hen de kans geven hun grote droom na te jagen.”

TALENTBOEK

Donateurs kunnen het algemene fonds steunen, maar ook individuele jonge sporters, die binnen de website van Yvonne van Gennip een eigen ‘Talentboek’ hebben. Ook Brent heeft zo'n Talentboek. Donaties kunnen Brent op die manier op weg helpen naar het WAGC in Birmingham, want naast zoveel trainen én school is geld inzamelen om mee te kunnen doen aan de wedstrijden soms een hele belasting.

KORTINGSBON
20% KORTING*
op 1 artikel naar keuze



0513 - 62 22 63



@HEMAHeerenveen104



@HEMAHeerenveen

*uitgezonderd van aanbiedingen of afgeprijsde artikelen. Vraag naar de overige actievoorwaarden in de winkel. Alleen te gebruiken in HEMA Heerenveen

HEMA
HEERENVEEN

Inloopbijeenkomst azc Heerenveen

7 juni 2023 | 17.00 - 20.30 uur | Thialf Heerenveen

Denk en praat mee over mogelijke locaties voor een azc in Heerenveen

De gemeente Heerenveen en het COA nodigen u graag uit om mee te denken over de mogelijke locatie van een azc in de gemeente Heerenveen.

De gemeenteraad heeft op 20 april besloten voor de komst van een azc te zijn. Samen met het COA kijkt de gemeente naar welke locaties mogelijk geschikt zijn.

Een locatie moet:



Goed bereikbaar zijn. Winkels, voorzieningen en onderwijs zijn goed toegankelijk.



Passende kwaliteit van gebouwen en terreininrichting op de locatie, ook in de toekomst.



Veilig en leefbaar zijn, voor zowel de bewoners van een azc als de omwonenden.



Goed te realiseren zijn. Hoe lang duurt het om het te bouwen en in te richten en hoeveel geld gaat het kosten?

Over de locaties die mogelijk geschikt zijn gaan we graag, met u als inwoner van de gemeente, in gesprek. Denkt u met ons mee? Geef aan waarom een locatie wel of niet geschikt is of draag zelf een locatie aan die mogelijk geschikt is.

Ga daarnaast in gesprek met medewerkers van de gemeente, het COA, Vluchtelingenwerk, maar ook met het college en de gemeenteraad van de gemeente Heerenveen. Stel uw vragen of deel uw zorgen.

Denk met ons mee!

Wanneer: 7 juni 2023

Tijdstip: 17.00-20.30 uur (vrije inloop, u kunt komen wanneer het u past)

Locatie: Thialf Heerenveen, Pim Mulierlaan 1, 8443 DA Heerenveen

Vervolgproces

Met alle opgehaalde informatie kijkt de gemeente, samen met het COA, opnieuw naar de locaties en mogelijk nieuwe locaties. In juli wordt bekend welke locaties nog steeds in beeld zijn voor de komst van een azc. In september kunt u opnieuw meedenken over deze locaties tijdens een inloopbijeenkomst. Eind september neemt de gemeenteraad een definitief besluit over de locatie van een azc in de gemeente.



¹ Belangrijk zijn bereikbaarheid en voorzieningen in de omgeving. Voorzieningen zijn onder andere: winkels, openbaar vervoer en andere voorzieningen.

² Vragen kunnen gesteld worden aan het COA (Centraal Orgaan opvang asielzoekers), Vluchtelingenwerk, raadsleden en de gemeente.

TEKST RICHARD DE JONGE
FOTO'S RICHARD DE JONGE EN ANDEREN

MARRIËT EN HERMAN SMIT HEBBEN
KLANTEN OVER DE HELE WERELD

“Mentaal gezien is er geen sport zo moeilijk als de onze”

Het ene echtpaar deed een stap terug; het andere een stap naar voren. En zo zitten Marriët en Herman Smit sinds 2013 met SH Sporthorses in Mildam. Voorzichtig begonnen met zes paarden, waren dat er binnen een week al veertien; een maand later bouwde Smit senior extra stallen in een bestaande schuur voor veertien paarden en tegenwoordig staan er verdeeld over verschillende stallen 28 paarden. >>>



“In onze sport hoef je ook niet te winnen om gelukkig te zijn met je prestatie”

>>

Sinds Marriët en Herman Smit het in 2018 van Hermans ouders overnamen is de stal veranderd in een complete sportstal. Voorbeelden zijn de eb en vloed-bak van 36 x 75 meter, een kantine, een goede stapmolen, paddocks, een eb en vloed-longeerpiste, identieke fronten in de stallen en een nieuwe schuur die plaats biedt aan veertien paarden. “Een goede longeerpiste is belangrijk”, legt Marriët uit. “Paarden hebben heel veel energie en om ze goed te laten bewegen, waarbij ze lekker op hun eigen benen lopen, is longeren een erg mooie methode. Als je na een vrije zondag op een jong paard stapt, stap je op een bommetje. Als je ze longeert hebben ze even lekker gebokt en gesprongen, zijn ze een stukje energie kwijt en kun je er gemakkelijker mee werken.”

HAANTJES

De nieuwe schuur is extra sterk gemaakt. Marriët: “We hebben extra goed nagedacht. Er staan in de veertien stallen ook zes hengsten. Die zoeken elkaar op. Dan moet je de muren extra sterk en hoog maken, dat ze elkaar niet kunnen pakken. We hebben in het verleden met de oude schuur wel meegemaakt dat ze elkaar opzochten en er zowat een muur naar beneden kwam. Het zijn allemaal haantjes. Daar moet je goed over nadenken.” Nagedacht is er ook over de eb en vloedbak, zo geheten omdat je de hoeveelheid water zo kunt regelen dat je de juiste samenstelling van de ondergrond hebt. Het terrein beslaat 3,5 hectare. “We kunnen hier via ons eigen terrein zo het bos in”, gaat Marriët verder. “Het is belangrijk voor paarden dat ze alle ondergronden trainen. Dat de pezen en gewrichten dat ook leren en sterker worden. Bovendien vinden de paarden dat leuk.”

TRAINING GEVEN IN SHANGHAI

China, Brazilië, Amerika, klanten uit vrijwel alle werelddelen vinden de weg naar SH Sporthorses in Mildam. “Toen ik nog wat jonger was, was ik veel op concoursen. Daar zien mensen je, spreek je ze, tegenwoordig online; dan is het contact ook snel gelegd. We kwamen in contact met een Chinees. Die was erg onder de indruk van onze manier van werken en wilde op grotere schaal met ons samenwerken. Na vier jaar ben ik naar China gegaan, naar die mensen toe. Daar heb ik veel trainingen gegeven, aan mensen. Hen geleerd hoe ik het doe, hoe je paarden moet opleiden, hoe je ze kunt begrijpen en een stukje management mee gegeven. In die tijd kochten ze ook mijn beste paard. Die merrie bleef bij mij in training; ik kon er overal mee naartoe, zij betaalden alles. Voorwaarde was dat ik een jongeman zo moest trainen dat hij zich kon kwalificeren voor de Olympische Spelen. Hij kwam hier vier keer per jaar een aantal weken. We zijn ook met hem op concours in Shanghai geweest. Met paard. Moest hij daar een rondje rijden, duurde al met al nog geen zes minuten. Later zijn we weer een keer geweest. In de loop der jaren hebben we met deze Chinese meneer heel veel paarden gekocht en we werken nog steeds samen.”

Dat mensen bij wijze van spreken vanuit de hele wereld naar Mildam komen, zegt genoeg zou je zeggen, maar toch: “Ik ben helemaal geen grote naam in de wereld. Alleen in Nederland al heb je zoveel toppers; ik hoop dat ik ergens in de top 100 sta.”

VERBINDING MAKEN

“De meeste lof is voor onze paarden, want er komt zoveel meer bij kijken dan naar een hindernis toe rijden. Ik denk niet dat er mentaal gezien een sport zo moeilijk is als de onze. We hebben niet alleen met onszelf te maken, met onze eigen gevoelens, onze eigen training en balans, maar



Marriët en Herman Smit met hun twee kinderen Emma Maartje en Fiep Sophie voor hun geliefde Duco.

je hebt ook nog eens te maken met een levend wezen. De communicatie zo op orde hebben vereist uren in het zadel en zoveel discipline en gevoel. Dat is niet alleen erop zitten en naar een hindernis rijden. Dat is iets ander voer, een iets andere training; je bent constant aan het voelen. Dat kost enorm veel energie. Je moet echt heel veel liefde hebben voor het beestje, wil hij dit voor je doen. Ik denk dat het daarom ook een van de emotioneelste sporten is. Het unieke vinden in je paard; de verbinding die je samen maakt is de sleutel tot het allerlaatste. Respect, honderd procent vertrouwen, dat je als ruiter in je eigen bubbeltje kan uitblinken is heel zwaar. Maar heel mooi. In onze sport hoef je ook niet te winnen om gelukkig met je prestatie te zijn. Het is het gevoel dat je paard aan je geeft. Dat hij dat voor je doet. Daar ben je dan zo dankbaar voor, dat gevoel is niet te beschrijven.”

UITEENLOPENDE STAL

SH Sporthorses heeft momenteel een heel uiteenlopende stal. Van paarden die net hun eerste sprong hebben gemaakt tot twee paarden die op het hoogste ni-

veau lopen. “Ik ga eigenlijk elke week wel met een groepje paarden naar Tolbert om ze op te leiden. Tolbert is in het noorden dé plek om paarden te trainen en op te leiden. Daar zijn elke week concoursen. Maar wij zien dat echt als training.”

Koud terug van een wedstrijd in Denemarken, heeft Marriët alweer een paar concoursen gereden, daarna alweer meegedaan aan het NK en zo is ze soms weken van huis. “Ik ben een keer paarden gaan proberen bij Team Nijhof, een grote hengstenboer in het midden van het land. Die mensen vonden het leuk hoe ik met ze omging en op hun paarden reed. Ze hebben bij ons enkele paarden gestald en ook met deze mensen hebben we nog steeds een mooie samenwerking. Team Nijholt had een erg goede klant in Brazilië. Een paard die ze samen hadden, heeft ook bij ons gestaan om te trainen en te verkopen. Met de Braziliaanse stal, Haras Cooper, heb ik nu inmiddels tien paarden. Samen met twee paarden uit de stal van Henstra in Drogeham beschik ik over fantastische paarden en eigenaren die me nu echt de kans geven om ver te komen.”



“Communicatie is niet alleen op het paard zitten en naar een hindernis rijden.”



DOMINANT

“Ik was eigenlijk wel klaar met Duco, zo dominant ook. Ik kreeg een soort hand-leiding mee van mijn man en ik heb intussen onwijs mooie dingen met hem meegemaakt. Ik heb met Duco mijn eerste Grote Prijs op twee sterren-niveau en heel veel mooie concoursen gewonnen. Hij heeft mij echt teruggebracht op het hoogste niveau. Een paar weken geleden reed ik in Denemarken voor het eerst met hem een drie sterren ranking proef. Dan kom je zo’n arena binnen en voel je je heel klein. Zo van ‘wat doe ik hier?’ En dan kijk je naar die oren voor je en dan denk je: ‘Ik ben hier met Duco en dit kunnen wij’. Foutloos. Dat gevoel, dat is abnormaal. Dan ben ik daarna een uur met hem aan het uitstappen en doe ik bijna niets anders dan hem knuffelen en bedanken.”

Vertrouwen en een band opbouwen, daar gaat het om in het leven en ook zeker in de paardensport. Beste voorbeeld daarvan is de geste van de eerder genoemde Braziliaanse Haras Cooper en Team Nijhof. Die vonden dat Marriët en Herman met goed materiaal op pad moesten en investeerden in een pracht van een vrachtwagen met een living voor hun tweeën en ruimte voor zeven paarden.



VERDIENMODEL

Het verdienmodel bestaat uit het kopen van een paard, die opleiden en op het juiste moment weer verkopen. “Daar moeten we het van hebben. Mijn grootste drijfveer is een grote proef rijden en paarden daar naartoe op te leiden. Ik zie mezelf helemaal niet als topper maar ik vind het wel erg leuk om dat niveau zo nu en dan eens te doen als die mogelijkheid er is. En om die passie te kunnen financieren, moeten we verkopen. Dit aangevuld met het trainen van paarden van vaste klanten. Het gros van de paarden wordt ons aangeboden via contacten.” Zo heeft Marriët ook paarden staan in Amerika. “Op basis van vertrouwen samen met een Amerikaanse jongen daar gekocht. Dat zijn fantastische contacten.”

Handel. Dit betekent ook dat haar geliefde paard Duco misschien in de toekomst een andere eigenaar krijgt. “Uiteindelijk heeft alles zijn prijs. Er is veel vraag naar hem en ik heb ook al flinke bedragen gehoord. En dan denk ik ook wel eens: ‘Morgen kan hij kreupel zijn en dan is het voorbij’. Aan de andere kant krijg ik door met hem deel te nemen aan wedstrijden veel handel, respect, ervaring en leermomenten voor mezelf. Met hem kan ik echt mijn passie beoefenen, wat is dat waard? Ik heb er voor mijn gevoel een prijs op gezet; krijg ik meer, dan móet ik wel verkopen. Maar tot die tijd is het puur genieten. Gelukkig hebben we veel paarden die er net als Duco met de neus tegenaan zitten om de stap te maken. Belangrijk, want je moet niet alleen kijken naar de toppers, maar vooral naar die laag er onder.”

“**Communicatie zo op orde hebben vereist uren in het zadel”**

Duco, mijn beste paard nu, was in het begin vreselijk. Hij had gewoon ‘nee’ op zijn voorhoofd staan, terwijl ik wel voelde dat hij heel goed was. Je probeert allemaal manieren om hem aan de gang te krijgen, maar dat liep elke keer op een teleurstelling uit. Wat ie moest doen, een hindernis springen, deed hij altijd erg goed met heel veel plezier, maar het bleek dat hij alles eromheen erg moeilijk vond. Van de stal naar de bak toe lopen vond hij al heel spannend. Buitenrijden vindt hij vreselijk. Bij het losrijden voor een wedstrijd bouwde hij spanning op, van andere paarden. Dan ging hij zweten, werd hij onrustig. Dat doen we nu anders. Een paar sprongen en dan stap ik van hem af, loop naast hem en aai ik hem. Dat werkt goed. Dat heeft Herman allemaal uitgevonden.”



“Als je op een getalenteerd paard zit, dan probeer je te voelen hoe je met hem kunt communiceren.”

ELK PAARD IS EEN BOEK OP ZICH
“Als je op een getalenteerd paard zit, dan probeer je te voelen hoe je met hem kunt communiceren. Dat je denkt: ‘Wat is de manier waarop ik jou kan laten excelleren?’ Om een vergelijking met mensen te maken: de ene keer moet je ze prijzen, een andere keer moet je zeggen: ‘Tot hier

en niet verder’. Zo is elk paard een boek op zich. Je bent bezig met: wat wil je?; wat kan ik je het beste voeren?; hoe wil je dat ik jou rijd?; wil je graag buiten staan met een vriendje of ben je liever alleen? Je bent elke dag op zoek naar de manier waar hij zich goed bij voelt. Dat is een heel traject.

BRANDED CONTENT

TEKST WIM WALDA

Tinnitus: een kleine piep met een grote impact

Veel mensen hebben last van oorsuizen. Zij horen geluiden zoals ruisen, piepen of fluiten, hoog of laag, hard of zacht, combinaties van geluiden, onafgebroken of bij vlagen. Maar behalve zichzelf kan niemand deze geluiden horen. Zij hebben tinnitus en staan daarin niet alleen, want deze klachten komen naar schatting bij ongeveer twee miljoen Nederlanders voor. Bij tien procent daarvan zelfs in die mate dat ze er last van hebben in hun dagelijkse functioneren en bij enkele tienduizenden mensen zijn de klachten zo erg dat dit mentale problemen veroorzaakt.



VEEL MOGELIJKE OORZAKEN

Ilja Hoen, allround fysiotherapeut met specialisaties in Manuele Fysiotherapie en Kaakfysiotherapie/ Orofaciaaltherapie, over deze aandoening: “Tinnitus is een zwaar onderschatte aandoening die het dagelijkse leven lelijk kan verstoren. De eerste gang van mensen, die met dit verschijnsel te maken hebben of krijgen, is begrijpelijkerwijs meestal via een doorverwijzing van de huisarts naar de KNO-arts. Het eerste onderzoek is gericht op het aantonen of uitsluiten van gehoorbeschadiging. Als er geen sprake is van een beschadiging, dan is een scala aan andere mogelijke oorzaken het onderzoeken waard. Denk aan blokkades van de nek en/of bovenrug, kaakklachten als bruxisme (kaakklemmen

of knarsetanden in de slaap – red.), stress, of een overgevoeligheid voor bepaalde voedingsmiddelen, een te hoge spierspanning in het hoofd, nek en halsgebied, niet zelden veroorzaakt door spanning of een verkeerde (werk)houding.”

Een vaak onderschatte oorzaak kan ook gezocht worden in een verstoorde werking van de tiende hersenzenuw, de nervus vagus. Deze zenuw heeft veel vertakkingen naar onder andere het oor, maar ook naar het hart, de maag en de darmen. De nervus vagus stuurt voortdurend informatie naar de hersenen over de toestand van de interne organen en het stressniveau en reguleert de balans tussen actie en rust van het menselijk lichaam.

MANUELE THERAPIE MET SPECIALISATIE KAAKFYSIOTHERAPIE

“Het is dus een zoektocht,” reageert Ilja Hoen, “want het is goed mogelijk dat het om een combinatie van meerdere oorzaken gaat. Als mensen met tinnitus bij mij komen, probeer ik systematisch oorzaken te achterhalen en daar waar nodig te behandelen. Dat piepje in je oor kan heel veel impact hebben op je kwaliteit van leven. Blijf dus niet lopen met tinnitus-klachten; samen kunnen we kijken of er voor jou een oplossing is.”

Meer informatie over de specialisaties van fysiotherapeut Ilja Hoen en Tinnitus vind je op de website: www.fysiohoen.nl



Ilja Hoen

GIADA (7) KOMT TOT
BLOEI IN DE MAATKLAS

Samen spelen en leren

Op het raam van een lokaal van basisschool De Optimist in Heerenveen staat ‘Stichting Maatklas’. Wie door het raam gluur, ziet een gezellige ruimte met vrolijke kleuren. Er is speelgoed, aangepast meubilair, verschillende plekken om lekker te chillen, en zelfs een trampoline. Hier gaan zes kinderen met een meervoudige beperking naar school. Zij krijgen begeleiding en onderwijs op hun eigen niveau.

Marjolein Bilardi is samen met orthopedagoge Anneke Lautenbag één van de initiatiefnemers van Stichting Maatklas in Heerenveen. Ze was op zoek naar een prettige plek voor haar dochtertje Giada (7). “Toen Giada werd geboren en ze het syndroom van Down bleek te hebben, dachten we eerst dat ze zich gewoon wat langzamer zou ontwikkelen”, vertelt Marjolein. “Maar al snel bleek dat ze ook andere aandoeningen had, zoals epilepsie, een niet goed werkende schildklier en een prikkelverwerkingsstoornis. Ze ging pas zitten toen ze 2,5 was. Vanaf de peuterleeftijd ging ze naar een kinderdagcentrum, maar dat was voor haar niet zo geschikt. Ze kreeg daar erg veel prikkels en had moeite om die te verwerken. Er werd weinig met de kinderen gedaan, het voelde vooral als oppas. Ik had niet het idee dat ze daar voldoende vooruitkwam in haar ontwikkeling.”

SAMEN OP DE SCHOMMEL

Via een ergotherapeute kwam Marjolein in contact met orthopedagoge Anneke Lautenbag. Anneke liep al heel lang rond met de wens om een ‘Samen naar school-klas’ op te starten: een klas voor kinderen met een beperking binnen een reguliere school. Hier krijgen kinderen zorg en onderwijs op maat, en bovendien spelen en leren ze samen met kinderen zonder beperking. Marjolein: “Dat werkt ook echt zo in de praktijk. Kinderen uit groep zes en zeven komen voorlezen, maar ook jongere kinderen vinden het leuk om bij de Maatklas te helpen. In de pauze gaan ze samen op de schommel, of duwen ze de kinderwagen.”

Het doel van de Maatklas is om kinderen met een beperking te stimuleren en kansen te bieden. Iedere zes weken worden er voor ieder kind doelen opgesteld, waar mee aan de slag wordt gegaan. Marjolein: “Giada heeft bijvoorbeeld moeite met vast voedsel eten; ze wil geen stukjes in haar mond. Op de Maatklas stimuleren de begeleiders haar met engelengeduld om nieuwe dingen te proberen. Er is heel veel tijd en aandacht voor ieder kind. Zelf raakt mijn geduld wel eens op als Giada voor de tiende keer haar beker op de grond gooit, maar de begeleiders daar doen het met heel veel liefde.”

EÉN OP EÉN

Het was een behoorlijke uitdaging om deze vorm van onderwijs voor elkaar te krijgen, vertelt Marjolein. “Anneke en ik hebben heel wat gesprekken gevoerd op het gemeentehuis, om ons plan uit te leggen. Het voelde soms alsof we onszelf moesten verdedigen, terwijl we alleen maar het beste voor de kinderen wilden. Een behoorlijk stroef proces. Gelukkig was basisschool De Optimist meteen heel enthousiast; zij zagen het gelijk





“En dan te bedenken dat er ook kinderen zijn die thuis zitten en niet onder leeftijdsgenoten komen. Juist door te spelen met anderen, maken ze plezier en groeien ze op alle gebieden.”

zitten en hadden een ruimte over waar we in konden.”

In mei 2021 ging de Maatklas van start: de eerste maanden was Giada alleen met Anneke. Vanaf september breidde de groep zich uit, en sinds mei 2022 is de klas helemaal gevuld met zes kinderen, vier begeleiders en twee stagiaires. Een één op één begeleiding dus. Marjolein: “En dat is ook echt noodzakelijk; er is niemand die zich verveelt. Giada gaat drie dagen in de week; dat is waar ze energie voor heeft. Zij kruipt en maakt gebruik van een rolstoel. De andere kinderen kunnen wel zelf eten en lopen. Een aantal zit op het autistisch spectrum. De meeste kinderen kunnen niet spreken, maar communiceren bijvoorbeeld met pictogrammen.”

MUZIEKLES BIJ DE KLEUTERS

Een schooldag in de Maatklas biedt veel gezelligheid en uitdaging. “De begeleiders kijken naar wat de kinderen leuk vinden. Naar mogelijkheden in plaats

van onmogelijkheden. Het dagritme is eigenlijk hetzelfde als in een gewone klas. Met pictogrammen wordt duidelijk gemaakt hoe dat eruitziet. Giada gaat regelmatig naar de kleuterklas, of

er komen kleuters in de Maatklas om bijvoorbeeld met de zandtafel te spelen. Ze eten fruit, en de kinderen spelen buiten samen met de andere kindjes. De logopediste en fysiotherapeute komen



Marjolein Bicardi is ontzettend blij met de Maatklas in Heerenveen.



De Maatklas is een gezellige ruimte met vrolijke kleuren, speelgoed, aangepast meubilair en verschillende plekken om lekker te chillen.

op school en nemen kindjes mee om oefeningen te doen. Giada is gek op muziek en vindt het geweldig om mee te doen met de muzieklessen bij de kleuters.”

Behalve voor Giada zelf, biedt dit ook meerwaarde voor de andere kinderen van De Optimist: “Zij leren door de Maatklas ook dat iedereen anders is, en dat kinderen die anders zijn er ook bij horen. Sommige kinderen zijn echt verzorgers in de dop en vinden het geweldig om iets met haar te doen. Elke week zit er wel weer een mooie tekening in de tas.”

VROLIJK EN KNUFFELIG

Met de Koningsspelen kwamen er ouders helpen op school, ook in de Maatklas. “Een vader was helemaal verkikkerd op Giada, en zij op hem. Zij hebben de hele dag alles samen gedaan. Dat vond ik zo mooi om te horen, dat andere ouders dan ook zien dat Giada óók een heel leuk mensje is; gezellig, vrolijk en knuffelig. Als ouders hebben we heel direct contact met de leidsters. Zij hebben allemaal veel ervaring in de zorg en weten precies hoe ze de kinderen het beste kunnen begeleiden. Ze vinden het belangrijk om de kinderen te laten genieten. Omdat Giada van muziek houdt, gaan ze lekker met haar op de xylofoon spelen. Of ze zetten haar op de nestschommel met wat andere kindjes. Het wordt allemaal niet zo zwaar gemaakt.”

Marjolein is ontzettend blij dat ze deze stap heeft genomen. “Eigenlijk zou iedere gemeente zo'n school moeten hebben. Het is zoiets moois en unieks. Er zijn nu zo'n veertig plekken in het land, maar wij zijn de enige in Friesland. En dan te bedenken dat er ook kinderen zijn die thuis zitten en niet onder leeftijdsgenoten komen. Juist door te spelen met anderen, maken ze plezier en groeien ze op alle gebieden.”



Begeleidster Akke Appelhof tussen speelgoed in het Ouder-Kind-Café: "Je hoeft je niet aan te melden, en niks moet als je hier bent."

SPELENDE KIDS EN KLETSENDE OUDERS IN HET OUDER-KIND-CAFÉ

“Hier is ruimte en speelmateriaal en je huis staat niet op de kop”

Iedere donderdagochtend is het afwachten hoe druk het wordt in het Ouder-Kind-Café in Heerenveen. Vanaf half tien staat de deur naar de grote zaal van wijkcentrum De As open voor ouders en hun kinderen tot vier jaar. Akke Appelhof is in elk geval van de partij; zij begeleidt namens welzijnsorganisatie Caleidoscoop deze ochtenden in het Ouder-Kind-Café.

“Laagdrempelig, gezellig, ontmoeten, ervaringen uitwisselen over opvoeden en opgroeien, een plek waar kinderen samen spelen en waar ouders en kinderen kunnen knutselen.” Met deze woorden omschrijft Akke Appelhof het Ouder-Kind-Café in Heerenveen. Tot corona heette de inloopochtend ‘Speelinstuif’. Na corona zocht men een grotere zaal, waar afstand houden mogelijk is, en die goed geventileerd kan worden. De ochtend werd omgedoopt tot Ouder-Kind-Café.

OPNIEUW OPSTARTEN NÁ CORONA

“Na corona moesten we opnieuw opstarten”, blikt Akke terug. “Daar paste een nieuwe naam bij. In deze zaal is afstand houden mogelijk en kinderen hebben volop ruimte om te rennen en te spelen. Ouders kunnen op banken bij elkaar zitten of aan lange tafels, waar we ook samen met de kinderen knutselen. Veel ouders vinden het heel leuk om samen

met hun kind creatief te zijn. Dit is voor hen een gelegenheid om even samen met hun kind ergens naartoe te gaan. Hier is ruimte en speelmateriaal en je huis staat niet op de kop. Bovendien is het laagdrempelig, want je hoeft je niet aan te melden, en niks moet als je hier bent. In Jubbega begeleid ik ook wekelijks een Ouder-Kind-Café in De Kompenije. Daar is het elke vrijdagochtend van half negen tot tien uur.”

ERVARINGEN UITWISSELEN

“Aan tafel ontstaan vaak gesprekken over de opvoeding en ontwikkeling van kinderen. Over slecht eten, slecht slapen, zindelijkheidstraining en verschillende opvoedstijlen. Er zijn kinderen die de eerste drie keer aan moeders’ rok hangen en de vierde keer de ruimte pakken en lekker gaan spelen met andere kinderen. Er zijn natuurlijk ook kleine ruzietjes tussen de kinderen. Voor mij is het weleens lastig of en wanneer ik in ga grijpen. Soms ont-



Als het weer het toelaat, gaan ouders en kinderen naar de speeltuin.

staat er dan spontaan een groepsgesprek. Bijvoorbeeld over hoe kinderen thuis met elkaar omgaan. Ik merk dat het tussen jonge ouders soms een struggle is als ze voor de uitdaging ‘opvoeding’ komen te staan, en erachter komen dat ze heel andere ideeën over opvoeding hebben. Dan is het moeilijk om één lijn trekken.”

SOCIAAL PEDAGOGISCH WERK

Je zou het niet zeggen, maar Akke is 61 jaar. “Ik word blij van jonge kinderen en van jonge ouders”, verklaart zij haar jeugdige uiterlijk. “Voordat ik kinderen kreeg werkte ik in de gezinsverzorging. Daar had ik altijd te maken met ziekte, kwalen en narigheid. Toen ik mijn oudste kind naar de peuterspeelzaal bracht, dacht ik: ‘Dit vind ik mooi. Dit past bij mij.’ Ik werd vrijwilliger op de peuterspeelzaal voor Caleidoscoop. Ook werd ik buurtmoeder in Oudeschoot. We vertelden ouders bij hen thuis over speelgoed en leenden het aan hen uit.



Daniël (links) en Thomas lekker aan het spelen (Foto: Akke Appelhof)

“Jonge ouders komen er soms achter dat ze heel andere ideeën over opvoeden hebben”

Ik wilde graag peuterleidster worden, maar daar had ik de papieren niet voor. Toen ben ik als 43-jarige met de opleiding SPW (Sociaal Pedagogisch Werk, red.) begonnen. Ik vond het heel interessant, maar ook wel zwaar naast het gezinsleven. De eerste keer dat ik uit school kwam, was ik natgeregend en stond mijn dochter me thuis op te wachten met een handdoek en een kop thee, want moeders kwam uit school. Dat was wel mooi.

Na de opleiding ben ik jaren peuterleidster geweest in Heerenveen en Jubbega. Ik kom vaak moeders tegen die ander werk willen doen en daarvoor een opleiding moeten volgen. Ik push hen niet, maar vertel hen dat het mogelijk is, als je het echt wilt. Daarvan ben ik het levende bewijs.”

OMA JACQUELINE

Ondertussen komt Jacqueline de zaal in met haar kleinkinderen Elias (2) en Alicia (3). Sinds een jaar is Jacqueline hier bijna elke donderdag te vinden. “Twee dagen per week pas ik op mijn kleinkinderen. Mijn dochter woont hier vlakbij, we kunnen hier lopend naartoe. Het doel is een gezellige, ontspannen ochtend. Akke organiseert ook activiteiten, zoals knutselen. Als de kinderen willen meedoen kan dat, maar niks hoeft. Als het mooi weer is, gaan we naar de speeltuin. Elias is echt veranderd sinds ons eerste bezoek hier. In het begin moest hij erg wennen om samen te spelen en te delen. Nu is hij veel vrijer.

Vandaag ben ik de enige oma. Op Akke na. Ouders praten soms over de opvoeding, waar ze tegenaan lopen, wat dat betreft heb ik geen aansluiting. Natuurlijk herken ik dingen, maar ik ga er niet over praten; die fase heb ik gehad. Ik vind het fantastisch om oma te zijn. Daar geniet ik echt van.”

MOEDER FEMKE

Moeder Femke bezoekt het Ouder-Kind-Café voor de derde keer. Dochttertje Tess is anderhalf jaar oud. Ze zit op de vloer tussen de Duplo, Lego, autootjes en poppen, maar speelt net als de andere kinderen, graag met de foam blokken. Dat zijn lichtgewicht bouwblokken in houtlook, gemaakt van foam. De blokken hebben verschillende vormen, waardoor je fantasierijke creaties kunt maken. “Ik kom hier voor Tess”, vertelt Femke. “Voor haar sociale contacten, want ze zit niet op de opvang. Thuis speel ik altijd met haar, maar ze kan ook steeds beter alleen spelen. Ik heb nog niet veel met andere ouders gesproken, behalve een ‘mooi-weer-praatje’ gemaakt. De eerste keer was het heel druk, toen bleef ik bij Tess in de buurt; de vorige keer was Tess erg moe en ben ik snel weer naar huis gegaan en dit is de derde keer. Ik ben geboren en getogen in de wijk De Greiden en ik werk in de kinderopvang, dus ik ken heel veel ouders. Ik ga vooral voor Tess hier naartoe. Hier heeft ze de ruimte, het is heel gezellig en het is even een *break* in de dag.”

caleidoscoopheerenveen.nl



AKKE APPELHOF, OPVOEDONDERSTEUNER
CALEIDOSCOOP HEERENVEEN

VAKGROEPOVERLEG VOOR OUDERS MET JONGE KINDEREN

In het Ouder-Kind-Café komen ouders met hun jonge kinderen om andere ouders en kinderen te ontmoeten in een gezellige setting. De kinderen spelen met elkaar en hun ouders bespreken de ontwikkeling van de kinderen. Zie het als een soort vakgroepoverleg voor ouders met jonge kinderen. Sommigen kunnen wel eens wat hulp gebruiken bij de opvoeding. Ik ben er ter ondersteuning.

In de 21 jaar dat ik dit werk doe, heb ik heel wat mooie ontmoetingen gezien. Dat is wat mij ook voldoening in mijn werk geeft. Bijvoorbeeld die twee mannen die hier elk met hun kindjes kwamen. Ze kwamen uit verschillende landen en culturen en ze hadden hele andere beroepen. De een werkte 's nachts, de ander overdag. Ze raakten in gesprek over voetbal en besloten allebei een seizoenkaart voor sc Heerenveen te kopen. Ze bezoeken nu al jarenlang samen de wedstrijden.

andere anekdote te binnen: een meisje was altijd heel netjes gekleed; haar ouders wilden graag keurig met haar voor de dag komen. Toen de kinderen in de speeltuin met modder en water aan het spelen waren, kon zij daarom niet meedoen. Een andere ouder regelde een speelpakje dat ze over de nette kleren aankon. Na het spelen kon het pakje uit en was ze weer schoon en keurig. Zo kon het kind lekker meebaggen en werd het culturele verschil gerespecteerd.

Het Ouder-Kind-Café trekt mensen van alle leeftijden, gezindten, opleidingen en nationaliteiten. Verschillende culturen geven ook verschillende inzichten over opgroeiende kinderen. Het zijn hele waardevolle momenten als die besproken worden. Zo schiet me een

Openingstijden

Het Ouder-Kind-Café in Heerenveen is in wijkcentrum De As in de wijk De Greiden, op donderdagmorgen van 9.30 tot 11.45 uur. In Jubbega in MFC De Kompenije, op vrijdagmorgen van 8.30 tot 10.00 uur. Aanmelden hoeft niet; mensen kunnen gewoon langskomen. De ene keer zijn er daarom meer mensen dan de andere keer.

Stel je voor: plezier maken en leuke dingen doen zijn de belangrijkste dingen in je leven; dingen die je graag deelt met anderen. Je richt een clubje op; noemt dat bijvoorbeeld de Blauwe Petjes Club; bepaalt dat leden naast een blauw petje gele kleren aan moeten en 25 jaar later heb je miljoenen volgers, verdeeld over tienduizenden subclubs over de wereld. Onvoorstelbaar, toch? Maar zo is het in 1998 wel gegaan met de Red Hat Society van grondlegger Sue Ellen Cooper uit de Verenigde Staten. Plezier maken, vriendschap en cultuur, daar gaat het om. Niets meer en niets minder. Oh, en natuurlijk bij samenkomsten een rode hoed en paarse kleding. Alleen dames boven de vijftig jaar mogen lid worden.

Waar anders dan in Amerika, in Californië om precies te zijn, ligt het initiatief, de oorsprong van de Red Hat Society, met afdelingen ('chapters') over de hele wereld. Cooper raakte geïnspireerd door een gedicht van Jenny Joseph over een vrouw die als ze later oud is een rode hoed met een paarse jurk gaat dragen en ratelend met haar stok langs de hekwerken in de straten lawaai gaat maken. Klinkt een beetje baldadig. Cooper koopt een rode hoed, geeft die aan een vriendin die vijftig jaar wordt, herhaalt dat bij andere vriendinnen en voilà, je hebt een clubje.

'CHAPTER' 'T FRIESCHE HAAGJE

Froukje Pool, één van de grote animators van 'chapter' - of subclub zoals u wilt - 't Friesche Haagje: "25 jaar geleden hadden nog niet alle vrouwen een carrière. Met de kinderen de deur uit werd het tijd voor zichzelf. Om te voorkomen dat ze achter de geraniums kwamen te zitten, zetten ze een rode hoed op, deden ze de verkleeddoos open, werd het kleine meisje in hun wakker en gingen ze buiten spelen. Zo moet je dat een beetje zien. Die vloekende kleuren was ook een verzet tegen de gevestigde orde. We komen wel eens in Amsterdam waar ze toch wel wat gewend zijn; allemaal in het paars en met een rode hoed op. En de Friese sjerp, die gaat om als we buiten de provinciegrenzen komen. We krijgen daar vaak vragen; mensen denken al gauw dat je een vrijgezellenfeest hebt of dat we een theatergroep zijn. Hilarisch."

Achttien jaar geleden werd de eerste afdeling in ons land opgericht en chapter 't Friesche Haagje bestaat veertien jaar. Froukje Pool: "Op Cyprus las ik het handboek van de Red Hat Society en toen dacht ik: 'Dit gaat over mij'. Op aanraden van mijn man heb ik de club in Heerenveen opgericht." Froukje legt uit hoe de Society is georganiseerd. "Voorzitters heten queens, het is Amerikaans, hè", lacht ze. "Queen Aphrodite vond mijn man wel een leuke naam voor mij, maar de naam van de godin van de liefde ging me net wat te ver. Ik heb er Queen Afrodyn van gemaakt."



“Doe maar gewoon dan doe je gek genoeg’, dat is niet helemaal bij me binnengekomen”

FROUKJE POOL, EXTRAVAGANT
BOEGBEELD VAN DE RED HAT SOCIETY



Uitje van de bonte verzameling dames van 't Friesche Haagje voor de ingang van Landgoed Lauswolt waar een balletje werd geslagen en 'vriend van de club' burgemeester Tjeerd van der Zwan het voortouw nam.

“Op het moment dat ik me begin aan te kleden, word ik vrolijk”

GRANDIOOS SUCCES

Elk jaar wordt er in Nederland een Red Hat Conventi-on gehouden. Een paar weken geleden was die in het Abe Lenstrastadion. “Een grandioos succes,” volgens Froukje, “met vierhonderd dames uit heel Nederland. Alles was versierd; er was heel veel entertainment, en een markt met twintig verlichte kramen, waaronder natuurlijk eentje met rode en paarse sieraden, draaiorgels, zestien producten in de goodiebag en ga zo maar door. Er is geen chapter dat zo uitpakt als die van ons. Wij kunnen dat betalen omdat we zoveel sponsors hebben. Dat is écht Heerenveen.

We zijn in Heerenveen met veertig dames, zó’n leuke groep. Nooit gemieter, we gunnen elkaar alles. Het gaat bij ons niet alleen om plezier; als er verdriet is, delen we dat ook. We doen het met elkaar, dat is de kracht. Ik zou wel honderd vrouwen gelukkig willen maken, maar binnen de club zijn ze bang voor groepsvorming en dus hebben we een ledenstop. Veertig is de max. Maar als we een dagje uitgaan, zijn dat er minder, hoor. Op onze leeftijd ga je vaak op vakantie; bovendien zijn er ook die nog werken en geen tijd hebben. Als we er écht op uitgaan, bijvoorbeeld naar de landelijke conventie, gaan we altijd met de vrouwenvoetbalbus van sc Heerenveen. Dan nodig ik ook de andere vijf chapters van Friesland uit om met ons mee te gaan. Dat vinden ze fantastisch.”

OP DE SOLEX

“De gemiddelde leeftijd bij ons is 75 jaar. De jongste is 50, de oudste 84 jaar en die ziet er jonger uit dan ik.” Onder de vijftig mag je wel bij de club, maar ben je nog geen ‘red hatter’. “Dan ben je een ‘pink hatter’ en heb je een roze hoed en lavendelblauwe kleren. Een beetje een slap aftreksel”, knipoogt ze.

De dames van 't Friesche Haagje komen twee keer in de maand bij elkaar. De ene keer is dat een inloop bij restaurant Hof van de Koning met een kop koffie en een glaasje; de andere keer is dat ‘iets cultureels’. Dat kan een bezoek aan het Kazematten Museum zijn; een bridgedrive of een avond naar het Posthuis Theater. Maar het gezelschap is ook een avond naar Yonina geweest voor een buikdansworkshop. En met hetzelfde gemak stappen de dames op de Solex. Er wordt verder ook veel gewandeld en gefietst. Favoriet volgens Froukje Pool is ‘tussen de schuifdeuren’ bij iemand thuis, waar de leden zelf een ‘performance’ doen.

CACHET

Naast voorzitter van chapter 't Friesche Haagje is Froukje Pool ook voorzitter van een ondernemers-netwerk voor vrouwen in Heerenveen; zit ze voor de PvdA in de gemeenteraad; is ze de rechterhand van haar man die een communicatietrainingsbureau heeft; bridget ze elke dag op de computer, en - niet meer in clubverband omdat dat te veel tijd kost - golft ze graag. Ze is ze echtgenoot en moeder van drie dochters en oma van zes kleinkinderen. Druk zat. “Als er dan weer een avondje van de Red Hatters is, denk ik wel eens; ‘Jeetje, moet ik de héle mikmak weer aan’. Maar op het moment dat ik me begin aan te kleden, word ik al vrolijk.”

Rode hoed, paarse kleding, een sjerp met pompe-bl den, een heus logo waarin deze drie items zijn verwerkt, een adellijke titel, oud-Hollands verwerkt in de naam... is het allemaal niet een beetje over de top? Froukje: “De Oranjes kwamen in Oranjewoud, de adel hoort erbij. Heerenveen wordt het Friese Haagje genoemd. Om ons te onderscheiden heb ik dat met ‘sch’ gedaan, ook om het meer cachet te geven. Natuurlijk is het allemaal wat veel. Maar dat hoort erbij. Het is een spel.” Lachend besluit ze: “Mijn moeder zei altijd: ‘Doe maar gewoon, dan doe je gek genoeg.’ Dat is niet helemaal bij me binnengekomen.”



COLUMN

door
Mr. Bert Tjaarda,
notaris

Schenken en bewind

Vaak komt men bij het overlijden van een van de ouders erachter dat niet alles goed geregeld was. De ouders hadden ooit wel een testament laten opstellen, maar dat blijkt niet meer *up-to-date* te zijn. Ook hebben de ouders geen levenstestament of volmacht laten opstellen. Hoe zit het dan als zaken niet goed zijn geregeld? Kan er geschonken worden aan de kinderen als de langstlevende ouder niet meer wilsbekwaam is?

Een voorbeeld. Vader is dementerend en moet in een verpleeghuis opgenomen worden. Moeder is eerder al overleden. Vader en moeder hebben geen levenstestament of volmacht laten opstellen en daarom hebben de kinderen hun vader via de rechter onder bewind moeten laten stellen. Een van de kinderen is tot bewindvoerder benoemd. De kinderen willen de woning nu gaan verkopen. Daarna willen zij met het oog op belastingbesparing en verlaging van de zorgbijdrage schenkingen doen aan zichzelf en aan de kleinkinderen.

Aangezien het vermogen van vader onder bewind is gesteld, moet de rechter toestemming verlenen voor de verkoop van de woning. De rechter kijkt daarbij goed naar de (verkoop) waarde van de woning. Ook moet de rechter toestemming geven voor de schenkingen die de kinderen willen doen. De rechter kijkt dan of er sprake is van een zogenaamde ‘schenktraditie’. Als vader bijvoorbeeld jaarlijks het vrijgestelde bedrag aan de kinderen schonk, is sprake van een schenktraditie. En als het inkomen van vader voldoende is om in zijn verzorging te kunnen voorzien, kan de rechter toestemming geven voor de schenkingen. Als vader geen schenkingen heeft gedaan, is er geen sprake van een schenktraditie en zal de rechter geen toestemming verlenen.

De kinderen willen naast de schenkingen ook hun moederlijk erfdeel aan zichzelf uitkeren. In het testament van moeder staat immers dat deze erfdelen opeisbaar zijn bij onder curatele stelling van vader. Dat gaat echter niet op, omdat bewind iets anders is dan curatele. Helaas ontbreekt in het aldus verouderde testament van moeder een uitgebreide opsomming van opeisingsgronden, waaronder ook opname in een zorginstelling. In dat geval hadden de kinderen hun erfrechtelijke vordering nu wel kunnen opeisen, omdat vader naar een verpleeghuis gaat.

Ten slotte: had vader een levenstestament gemaakt met daarin expliciet opgenomen de bevoegdheid voor de kinderen om schenkingen te doen, dan hadden de (klein) kinderen schenkingen kunnen ontvangen. Vader had met een levenstestament ook niet onder bewind gesteld hoeven te worden, met alle bijkomende rompslomp.

Heeft u het wel goed geregeld? Neem vrijblijvend contact met ons op, of kom langs op ons kosteloos inlooppreekuur om uw testament te laten checken. Een vrijblijvend informatief gesprek is uiteraard ook mogelijk.

Mr. Bert Tjaarda, notaris



Notariskantoor Savenije

K.R. Poststraat 1 • 8441 EL Heerenveen
Tel.: 0513-645101 E-mail: info@notarissavenije.nl
www.notarissavenije.nl
Kostenloos inlooppreekuur:
iedere donderdagochtend tussen 10:00 en 12:00 uur.



Openlucht muziektheaterspektakel ‘De fantastyske mynhear FOKS’

2 EN 3 JUNI IN DE VLINDERTUIN ACHTER HET ANDRINGAHÛS IN ALDEBOARN

Onder een eeuwenoude beuk in Aldeboarn, in de vlindertuin achter het Andringahûs, speelt zich op 2 en 3 juni, 's avonds om half negen iets heel bijzonders af: “De fantastyske mynhear FOKS”, een openlucht muziektheaterspektakel, uitgevoerd door de Boarnster Krite en Concordia Aldeboarn. De voorstelling is geïnspireerd op een kinderboek van Roald Dahl.



Drie boeren (Boer Bolus, Boer Bits en Boer Biet) hebben last van meneer Vos. Hij steelt elke avond kippen, eenden en ganzen uit hun hok. Meneer Vos doet dit niet alleen voor zichzelf. Ook z'n vrouw en hun jonge kindjes, de vosjes, moeten immers eten. Maar daar hebben de drie boeren geen boodschap aan. Ze zijn boos, héél boos, en bedenken allerlei plannen om de familie Vos uit hun hol te jagen. Maar meneer Vos is veel slimmer dan de boeren denken.

De regie van dit openluchtspektakel is in handen van Anja Steegstra, die het ook geschreven heeft. De dirigent van Concordia Aldeboarn, Gert van Veldhuizen, heeft alle muziek gecomponeerd. Er wordt gespeeld door jong en oud. Zo is

het jongste vosje 6 jaar en de oudste muzikant maar liefst 82 jaar. Veel vrijwilligers zijn al heel lang achter de schermen aan het werk om van de voorstelling een heus muziektheaterspektakel te maken.

De kostuums worden prachtig en het decor ‘wurd in pronkje’, volgens de organisatie. Bezoekers zullen één worden met het bos, alle dieren en de drie boeren.

De voorstelling wordt mogelijk gemaakt door: Douwe Kalma Stifting, Emmaplein Foundation, Gemeente Heerenveen, Iepen Mienships Fûns – Provinsje Fryslân, Keunstwurk – Meer Muziek in de Klas, Lammert Koopmans Stichting, OMF, P.W. Janssen's Friesche Stichting, Prins Bernhard Cultuurfonds, Stichting Siebolt Foundation, Stichting Arjen Witteveen Fûns, Stichting tot beheer van het vermogen der voormalige Nutspaarbank te Aldeboarn Van Heloma Stichting, VSB Fonds.

Kaartverkoop ‘De fantastyske mynhear FOKS’

Kaartverkoop verloopt via:

- Mail: muziektheaterspektakel@gmail.com
- Telefoon: 0566-631630
- Voorverkoop: 23 en 26 mei van 18.30 uur tot 19.30 uur in de Fermanje te Aldeboarn.

Toegangsprijzen (incl. consumptie):

- Volwassenen: € 15,- p.p.
- Jeugd t/m 12 jaar: € 7,50,- p.p.

FERHALEN ÚT IT HEITELÂN YN ÚS MEMMETAAL

TROCH JANGERBEN MULDER

Ytsen Breapik

Yn it Mar, flak by it Hearrenfean wenne eartiids in man, Ytsen Breapik neamd, mar dy’t yn dy omkriten ek wol ûnder de bynamme ‘de kluzener’ bekend wie. Hy wenne yn in krot fan in wenning oan de grutte dyk. Der sieten grutte gatten yn de flier omdat de flierplanken ferrotte wiene. De skuorde ruten wiene mei krantepapier oan mekoar plakt en krigen allinne in waskbeurt as it reinde. De foardoar bestie út twa helten mei in boppe- en in ûnderdoar en dy hongen skeef yn de hingsels.



Kafee yn it Mar, dêr ‘t Ytsen mooglik syn fles jenever helle



LINKS: De fetweider en de slachter toane de ko dy’t slacht wurde sil oan de doarpsbewenners.
ONDER: It Mar by it Hearrenfean



Kafee yn ‘t Mar



It ferhaal giet dat Ytsen nachts op wie, as in frek by syn jild. Oerdeis seagen se him net folle, dan hied er him deljûn. Yn de simmer hie hy de gewoante om foaroer hingjend op de ûnderdoar it fjild oer te sjen, mei in sigaretestompke yn de mûle, in fersliten himdrok oan, mei in pear galgen deroerhinne, dêr’t hy syn broek fan de selde grouwe stof mei ophold. Sa glûpte er bytiden de dyk oer nei it buertwinkeltsje as er wat ha moast foar it iten. Oan de oergroede op syn antlit koene je wol sjen dat it net folle mei wetter yn oanrekking kaam. Hoe’t it mei de bêderij stie lit him wol riede; nimmen kaam ea by him yn hûs.

Hy hie fetweiderij as leafhawwerij; neist syn ferfallen wente leine in pear prachtige stikken greide. As hy dan yn de hjerst mei de bisten nei de sneonsmerk op it Hearrenfean kaam, koene de bisten wol besjen leie. Dêr soarge er better foar as foar himsels. Mar dan kaam er al ris ûnder de minsken, yn syn ôfdrûgene lange duffelske jas, in hege hoed dêr’t hast gjin filt mear opsiet en op sloffen en grouwe sokken dy’t noch nea in waskbeurt hân hiene. Sa’n nuveraardich klaaide man koe troch de strjitjonges net mei rêst litten wurde. As hy klear wie mei syn hannel gie er nei in bakker en koft dêr breadsjes, in traktaasje foar him. Se kamen yn syn hege hoed en sa boksele er wer op hûs oan. Der kamen ek wol feehannelers by him thús en dêr koe hy meast flot hannel mei dwaan. Hy hoegde ek net it measte foar syn fee, mar hy woe wol fertroud folk en earlike hannel. As de keapman ien kear syn fertrouwen wûn hie, koe gjin konkurrint him dêr tusken kringe, mei hokker ferloklik bod hy ek komme mocht.

Ytsen hie jûns nea ljocht op; sa gau’t it tsjuster waard gied er op bêd. Hy libbe net echt frekkich en iet wol eltse dei syn stikje fleis. Bytiden hied er wol tsien fetweiders op syn greide rinnen, mar der wie gers genôch foar tweintich en as hy de lêste ko oan de slachter ôfleverde hie krige er altiten hûndert pûn fleis foar tweintich gûne, nea minder en nea mear as hûndert pûn en nea mear as minder as tweintich gûne. De slachters kamen meastal by him oan hûs. Ytsen hie ek in beam mei fige-parren, dy plôke er, foar safier’t de skarlunen

der noch guon oan sitte litten hiene. Dy brocht er altiten nei de selde ôfnimmer. Dan krige er like folle earpels fan de ôfnimmer werom mar dan woe hy allinne mar lytse earpels. Dat wie ien fan syn eigenaardichheden.

Tichtby syn wente stie in herberch dêr’t Ytsen inkeld wolris kaam om in fleske jenever; dêr hied er wol by betinge dat er der dan in slokje by op ta krige. Op in jûn, doe’t hy wer in fles jenever ophelle, sieten der trije manlju oan de taap. Doe’t Ytsen wer op hûs oansette kamen dy mannen op it idee om Ytsen de skrik op it liif te jeien. Yn it holst fan de nacht brutsen se by him yn mar doe’t Ytsen oerein kaam yn syn bedstee, waard de grap earnst. Ien fan de mannen kaam op it idee dat der miskien wol jild ûnder it kessen lizze koe en die in taast, en ja, it wie ek sa. Doe’t Ytsen begûn te razen, griepen se him by de kiel en begûn er noch lûder te razen. De mannen waarden bang dat hy harren werkenne soe en naaiden út. Troch it geraas fan Ytsen kamen der in pear buormannen op ôf en seagen twa fan de trije mannen rinnen. Trochdat it ljochtmoanne wie koene se sjen wa it wiene. Doe’t twa dieders foar it gerjocht stiene, frege de rjochter oan Ytsen: “Kent ge deze twee?” Hoe soe ik myn eigen buorlju net kenne”, sei Ytsen. “It binne Douwe en Kees.” Se binne doe feroardiele ta sân jier finzenis, dêr’t se ek beide ferstoarn binne. Ien fan de dieders hat op syn stjerbêd noch ferteld wêr’t hy syn diel, 250 gûne, ferstoppe hie. It lei ûnder de keamersflier fan it hûs fan syn mem. Dat jild hat Ytsen werom krigen. Hy hat de mem fan de dieder doe noch tsien gûne jûn.

Spitich dat de bynamme *Breapik* net te efterheljen is. In fetweider is in boer dy’t fee fokt foar de slacht en dy’t yn de greide fet wurde moatte.

Jangerben

Dit ferhaal hat yn 1914 yn de krante De Hepkema stien. Mei tank oan Feito van der Wal fan wa’t ik foto’s brûke mocht. Mei tank oan Sonja Mooij fan de Kulturele Wurkgroep Aartswoud foar it brûken fan de foto ko mei slachters fan fotograaf Cees Modder. Foto bewurking Janke.

Cultuur uitgelicht

POSTHUIS THEATER, ATELIERS MAJEUR, MUSEUM HEERENVEEN EN BIBLIOTHEEK MAR EN FEAN HEERENVEEN

BIBLIOTHEEK MAR EN FEAN, HEERENVEEN

Op naar een mooiere wereld

Hoe maak je de wereld een klein beetje mooier? Met deze challenge gaan alle eersteklassers van het Kei College en leerlingen uit groep 7 en 8 van een aantal Ambion-scholen aan de slag. De challenge 'Een mooiere wereld' is gezamenlijk ontwikkeld door het Kei College, Ambion, Bibliotheken Mar en Fean, Ateliers Majeur en Museum Heerenveen (afgekort KABAM) en gaat dieper in op duurzaamheid, burgerschap en de zogenaamde junior global goals.

In de challenge bedenken de leerlingen slimme oplossingen voor bestaande problemen. Hierbij worden ze begeleid door docenten. In workshops (o.a. het maken van een maquette of een vlog, een Greenscreen Movie of YouTube video) leren ze hoe ze hun plannen verder kunnen verfijnen en hoe ze een prototype kunnen maken van hun oplossing. Op 22 juni presenteren de leerlingen, tijdens het slotevent, hun ideeën en uitvindingen.



LEERECOSYSTEEM

De KABAM-partners werken samen aan een Leerecosysteem in Heerenveen. Doel is om leerlingen intrinsiek te motiveren om ontdekkend (onderzoekend) en ontwerpend te leren met daarbij een rol voor technologie. Ook willen de partners laten zien dat leren ook op andere plekken kan dan op school. De challenge 'Een mooiere wereld' is ontwikkeld met inzet van subsidie van gemeente Heerenveen.

ATELIERS MAJEUR

‘Verhalen uit de samenleving’ keert volgend seizoen terug



Age Veldboom zorgde afgelopen seizoen voor veel publiek. Hij keert daarom komend seizoen ook weer terug op 5 februari 2024 (foto: Fonger de Vlas).

De laatste bijeenkomst van ‘Verhalen uit de samenleving’ op maandag 15 mei in De Rinkelbom trok weer veel bezoekers. Het was een gezellige bijeenkomst waarbij senioren samenkamen om naar verhalen te luisteren van schrijver, dichter en voormalig radiopresentator Johan Veenstra. Daarnaast was Grytsje Kingma aanwezig om de verhalen af te wisselen met muziek.

De reeks ‘Verhalen uit de samenleving’ trok het afgelopen seizoen veel belangstelling en daarom komt deze serie komend seizoen terug in De Rinkelbom. De volgende data zijn alvast vastgelegd: 2 oktober (met verhalen van Sietske Ypenga-Keulen en muziek van Bennie Huisman); 6 november (verhalen van Nelle Raaphorst en muziek van Irwing Benjamins); 4 december (met verhalen en muziek van Adri de Boer); 8 januari (verhalen van Tryntsje van der Wal en muziek van Grytsje Kingma); en 5 februari (met muziek en verhalen van Age Veldboom). De aanvangstijd is telkens tien uur 's morgens. Na afloop is er koffie en thee en tijd voor een gezellig praatje. Aanmelden is niet nodig.



FOTO: ANNEMIEKE VAN DER TOGT

POSTHUIS THEATER

‘Trapeze’, een scherpe komedie in de nok van het circus

Peter Blok, die je kunt kennen van onder andere ‘Hij Gelooft in Mij’, ‘Penosa’ en ‘Moeder, ik wil bij de Revue’, en Bas Hoeflaak, de man met de fluitact tijdens het programma ‘Last One Laughing’, zijn de hekkensluiters van dit seizoen. Op zaterdag 3 juni om 20:15 uur staan ze in het Posthuis Theater met de afsluitende voorstelling ‘Trapeze’.

“In de voorstelling zijn wij twee trapezeartisten en wij gaan daar onze act opvoeren, onze sprongen maken”, vertelt Bas Hoeflaak die de rol van Bert speelt, een jonger iemand die door Henry wordt opgeleid tot trapezewerker. Peter Blok zal de rol van Henry op zich nemen, een ouwe rot in het circusvak. Wanneer de avond anders verloopt dan gepland, ontstaat er twijfel over of ze elkaar wel blind kunnen vertrouwen. Ze hebben niet alleen verschillende opvattingen over de circustraditie, maar ook hun persoonlijke ambities blijken verder uit elkaar te liggen dan ze dachten. Als één van de twee gaandeweg het gevoel krijgt dat de ander hem laat vallen, neemt hij een even rigoreus als dramatisch besluit.

‘TRAPEZE’ – PETER BLOK EN BAS HOEFLAAK | ZA 3 JUNI | 20:15 UUR | € 29,- | POSTHUISTHEATER.NL



40 jaar

Deze maand presenteert het Posthuis Theater de 41e seizoengids. Dat betekent dat het Heerenveense theater alweer veertig jaar in de huidige vorm bestaat. De ouderen onder ons weten wellicht nog hoe op 1 oktober 1983 Commissaris van de Koning Hans Wiegel het vernieuwde Posthuis Theater kwam heropenen. Dat gebeurde geheel in stijl. De CdK arriveerde in een door paarden getrokken postkoets, waar het gebouw ook zijn naam aan heeft te danken: herberg Het Posthuys, de pleisterplaats voor de postdienst op de lijn Zwolle-Leeuwarden.

Het Posthuis is dan ook al véél ouder dan veertig jaar. In 2010 hebben we immers nog '125 jaar Schouwtooneel' gevierd, omdat in het topgeveltje van het gebouw het jaartal 1885 staat vermeld. Dus niks geen feestje straks op 1 oktober. Ikzelf heb het nog meegemaakt. Neen, niet 1885, maar wél de bijna veertig laatste jaren van het Posthuis Theater. Bijna, want deze maand mei moet ik wég. Verplicht met pensioen. "Nee," zegt de theaterdirecteur, "dan word je eervol ontslagen." Dat klinkt mooi, natuurlijk, maar het komt in wezen op hetzelfde neer.

Ik heb - samen met mijn collega's - nog wel het 41e seizoengidsje mogen maken. En ik krijg dat gidsje straks door de brievenbus, om er dan als klant lekker in te bladeren, op zoek naar mooie theatervoorstellingen. Want ja, ik ben nog van de generatie van het papier, zoals dit maandblad. Daarom moet ik in het theater ook nodig worden opgevolgd door een jonge generatie, die overweg kan met nieuwe media als Instagram en Pinterest. Zodat ook jongeren de weg naar het Posthuis Theater blijven vinden.

Namens het Posthuis Theater een fijn nieuw theaterseizoen toegewenst,

Henk de Vries



Alles is theater!

Het 41e theaterseizoen van het Posthuis Theater ligt op de plank. Of beter: op pallets. In het Posthuis liggen 15.000 nieuwe seizoengidsen klaar om komende week bezorgd te worden bij de theaterliefhebbers in de hele regio. Het complete seizoenprogramma is vanaf komende week óók te vinden op de website **posthuistheater.nl**, dus wie geen gids krijgt thuisgestuurd, hoeft niets te missen. De kaartverkoop voor alle voorstellingen begint op donderdag 25 mei om twee uur.



De gezamenlijke Friese theaters laten de voorstelling 'Boys won't be boys - editie Friesland' maken

POCKETBOEKJE

Net als de eerste gidsjes van veertig jaar geleden heeft ook de seizoengids 2023/2024 weer het handzame formaat van een pocketboekje; makkelijk mee te nemen en overzichtelijk ingedeeld met één voorstelling per pagina. En als een soort 'spoorboekje' heeft elk genre (toneel, cabaret, dans, muziek, familie) zijn eigen kleur, om het de speurders naar favoriete voorstellingen nog makkelijker te maken. Hoewel... anders dan veertig jaar geleden is het anno 2023 veel minder gebruikelijk om een vast etiket op een voorstelling te plakken.

Had het allereerste programmaboekje uit 1983 nog de subtitel 'Toneel, cabaret, dans, heerlijke muziek... Gezellig uit in Heerenveen', met genres als 'kleinkunst' of 'one man show' en 'one woman show' (Paul van Vliet en Martine Bijl); in de huidige tijd is er veel meer sprake van 'toetaaltheater', waarbij alle genres en theaterdisciplines door elkaar lopen. Is het nu cabaretesk toneel of toneelmatig cabaret? En vallen opera en toneel tegenwoordig eigenlijk niet gewoon onder muziektheater? Net zoals we mensen in de nieuwe tijd niet meer zomaar in een hokje kunnen stoppen, is ook het theater niet altijd meer in vaste genres in te delen.

Daarom had de subtitel van het nieuwe seizoengidsje heel makkelijk 'Alles is theater' kunnen zijn.

BEKENDE NAMEN EN NIEUW TALENT

Wat al die veertig jaar is gebleven, is dat het Posthuis Theater programma's 'voor elke smaak wat wils' brengt, met bekende namen en met jong talent, waardoor het publiek kennis kan blijven maken met nieuwe, nu nog onbekende theatermakers. Veel nu beroemde cabaretiers en theatermakers stonden aan het begin van hun carrière al in Heerenveen op het podium en komen er ook graag weer terug. Het publiek in Heerenveen geldt als een dankbaar theaterpubliek.

Ook voor het komende seizoen staat een mix van gevestigde en nieuwe namen op het podium van het Posthuis Theater. We noemen bekende namen als Paul de Leeuw, Stef Bos, Huub Stapel, Guido Weijers, Ashton Brothers en Diederik

van Vleuten. Wie zich wil laten verrassen door onbekend talent, kan terecht bij de - alweer 31e - Cabarestafette of 'Stormram', met nieuwe makers uit Noord-Nederland. Enkele bijzondere nieuwe namen voor Heerenveen zijn ook singer/songwriter Sem Jansen (voorheen Britt Jansen), cabaretduo noob (op de cover van de seizoengids), Janneke de Bijl, Thjum Arts en Valentina Tóth. Tribute concerten zijn er van onder andere DIRE sTRATS, Abba Gold, The Cosmic Carnival (Fleetwood Mac), The Wieners (Everly Brothers) en Brucified (Bruce Springsteen).

THEATER VAN OVERMORGEN

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

Wie de seizoengids niet thuisgestuurd krijgt (vaste bezoekers van de afgelopen seizoenen krijgen hem door de brievenbus), kan de gids de komende week afhalen bij het theater.

De nieuwe seizoengids verschijnt komende week.



WIE NEEM JIJ MEE?

23/24

NIEUW THEATERSEIZOEN!

Kaartverkoop start op 25 mei



POSTHUIS THEATER

het verhaal van Heerenveen

DE LAATSTE DAGEN VAN DE TWEEDE WERELDOORLOG IN DE STREEK

(bewerkt en ontleend aan Jan Knevelman (1918-2004) in ‘Vier dorpen, één streek’)



De Tijnjeweg in De Streek



Zaterdag 14 april 1945

Het is droog en zonnig. De afgelopen dagen hebben we enorme schotenwisselingen gehoord. In Mildam wordt gevochten tussen Canadezen en Duitsers. ‘s Morgens vroeg ontmoet ik Cees Pijlman, die zegt: “Ze zijn er al!” Canadese tanks staan op de Zandweg, Deelenweg, op het kruispunt met de P.G. Otterweg en zullen daar ook de hele dag blijven. Rijden af en toe patrouilles. Zij staan op de A.M. Menninge en schieten richting het zuiden.

De boerderij aan de Aengwirderweg 235 raakt hierdoor in brand. Langs die weg hebben de Duitsers veel schietputten gegraven. Ze blazen daar de brug op en willen zo de Canadese opmars stuiten, maar met materiaal van boeren uit de omgeving wordt die brug provisorisch hersteld. Sommigen denken dat de Duitsers al verdreven zijn en lopen uitgelaten achter de Canadese tanks aan. De Duitsers bieden hevig weerstand en de Canadezen trekken zich terug. De in juichstemming verkerende mensen moeten zich overal uit de voeten maken. De Duitsers trekken op via de A.M. Menninge naar de P.G. Otterweg en nemen daar op het kruispunt positie in. De Canadezen staan op het kruispunt Deelenweg / P.G. Otterweg.

Ondertussen is het melkerstijd, maar wij zitten tussen beide troepen in. Het is dreigend en we beseffen dat het melken niet kan. Het schieten begint en we zoeken een goed heenkomen. Samen met Otters tienjarige zoon Pieter lig ik op de deel. De kogels ketsen af op de etenspan van de hond die tussen ons in ligt. “Hebben ze je geraakt, Pieter?” “Ik geloof het niet”, zegt hij en dat was ook zo. Jaap en Nellie en haar ouders, die ook bij ons verblijven omdat het aan de P.G. Otterweg veilig zou zijn, vinden elders in de boerderij een schuilplek. De kogels vliegen ons om de oren en wij verlaten de deel en gaan met de hond naar de kelder. Ook daar zijn we niet veilig voor de kogels.

Er volgt een voltreffer in de stal en sommige dieren vinden de dood. We

vrezen dat de boerderij zal instorten en moeten weg. Langs het water van het kanaal lopen wij en kruipen, nat en smerig, achter de boerderij tussen de bijschuur en de mestvaalt. De boerderij stort niet in, maar heeft wel een groot gat in de muur. Het schieten gaat door, stopt even maar daarna heropenen de Duitsers het vuur. Dan komt Hamke Adema het erf op lopen. “Jullie moeten hier weg.” We verlaten het erf en treffen dan buurman Wieger Pel en zijn vrouw Aukje in een kruiwagen. Hun boerderij is in brand geschoten en zijn vrouw is door een kogel in haar voet geraakt. Met anderen uit de buurt, alles onbeheerd achterlatend, gaan we naar de families Klaas van der Berg en Jurrit Bouma (Tynjeweg 17 en 19) en brengen de nacht door in het hooi. Van slapen komt niets. De volgende ochtend gaan we allen terug naar de boerderij.



Boerderij P.G. Otterweg 10 in Gerslout

Zondag 15 april 1945

We bekijken de situatie. De boerderij van de familie Pel is afgebrand en al hun vee is omgekomen. Op ons erf is de ravage groot. Een koe is dood, een tweede moet afgemaakt. Veel kalveren zijn ook dood. Er komen Canadezen op bezoek die ons vertellen dat de Duitsers nu weg zijn.

We verzorgen het vee en begraven de dode dieren. Veel streekbewoners helpen ons. We zien Canadezen patrouilleren naar achtergebleven Duitsers. Van een uitgelaten stemming merken wij op de Aengwirderweg niets. ‘s Avonds worden NSB’ers en anderen die met de Duitsers heulden opgepakt en afgevoerd.

We hebben altijd geweten dat de bevrijding zou komen, maar dat wij het van zo dichtbij zouden moeten meemaken is nooit in ons opgekomen. De gebeurtenissen van die twee dagen staan voor altijd onuitwisbaar in ons geheugen gegrift.

‘Het verhaal van Heerenveen’ is mogelijk gemaakt door:

Beeld: collectie Museum Heerenveen



MUSEUM HEERENVEEN
Minckelersstraat 11
8442 CE Heerenveen
www.heerenveenmuseum.nl



MET DANK
AAN:
stichting Historie Heerenveen
www.historieheerenveen.nl



Welkom op **Oranjewoud** **Festival**

Heerlijke muziek
Lekker eten en drinken
Gratis kinderfestival



26 t/m 29 mei
oranjewoudfestival.nl

ORANJEWOUDE FESTIVAL 2023

Toegankelijk feestje midden in de natuur

“De mooiste muziek op de mooiste plek, en ook nog met de fijnste mensen!” Zakelijk directeur Dorien van Londen is laaiend enthousiast over Oranjewoud Festival, dat dit jaar plaatsvindt van 26 tot en met 29 mei. Vier dagen lang zijn er in en rondom Oranjewoud heel gevarieerde concerten te beluisteren, met de Proeftuin als bruisend festivalhart.



Uniek aan het festival is de locatie, midden in de tuinen en bossen van Oranjewoud. “Een wonder-schone plek”, zegt Dorien. “Dat wij Oranjewoud als podium mogen lenen, is een groot geschenk. Daarnaast is de kwaliteit van de concerten gewoon heel hoog. Waar je ook van houdt, en of je nu muzikkenner bent of niet, het is altijd geweldig om naar te luisteren.”

SNEAK PREVIEWS

Een laagdrempelig festival voor alle Heerenveners, dat wil Oranjewoud Festival zijn. Dorien: “Het is echt een feestje voor iedereen. Je stapt op de fiets en bent er zo. Voor vijf euro koop je een festivalbandje voor de Proeftuin, en dan kun je in die prachtige entourage lekker een drankje drinken en genieten van alle verschillende horeca. Ook zijn hier sneak previews te beluisteren van alle concerten die gedurende het weekend plaatsvinden. Dan kan het gebeuren dat je zomaar een stukje van een topensemble hoort.”



DORIEN VAN LONDEN

volwaardige programmalijn voor gemaakt. Daar zijn we ongelooflijk blij mee. Met alleen de aanschaf van een festivalbandje voor volwassenen kunnen gezinnen zich de hele dag laten vermaken op het festival. Concerten van topartiesten als Frank Groothof - absoluut een aanrader -, workshops; er is van alles te doen. En wie even pauze wil, haalt op dezelfde plek een lekker ijsje of een pannenkoek. Het is best bijzonder dat je zoiets gewoon in je eigen woonplaats kunt doen.”

Die laagdrempeligheid is een bewuste keuze, want Oranjewoud Festival ziet het ook als haar missie om Heerenveen kennis te laten maken met een divers cultureel aanbod. “Zo hebben we op vrijdagochtend ook een voorprogramma speciaal voor scholen: klassen komen dan voorafgaand aan de opening alvast naar het festival voor het Proeftuinprogramma. Vorig jaar hadden we maar liefst duizend kinderen op bezoek.”

FAMILY ZONE

Nieuw dit jaar is de Family Zone, een gedeelte van het festival speciaal voor gezinnen. Dorien: “Omdat de Kinderproeftuin zo'n groot succes was, hebben we daar een

VLEUGEL VOOR VLEUGELS

Ook nieuw dit jaar is het 'Vleugel voor vleugels'-project. In de Pop-Up aan de Sieversstraat in Heerenveen staat een oude vleugel, die bewerkt wordt tot insectenhotel.

“Iedereen die dat leuk vindt, mag binnenlopen en daaraan meedoen. Je kunt er zelfs een kaartje mee verdienen. We willen hiermee duidelijk maken dat we dankbaar zijn voor de bijzondere natuur waar we te gast zijn, en dat we daar heel zorgvuldig mee omgaan. In de vleugel kunnen de bijen hopelijk een fijne plek vinden: vleugel voor vleugels.”

VAN TRADITIONEEL TOT AVONTUURLIJK

De programmering voor volwassenen is verdeeld in drie zones: in de Comfort Zone klinkt de traditionele klassieke muziek; de Play Zone

bestaat uit vrolijke, toegankelijke optredens; en in de Expedition Zone vind je de avontuurlijke voorstellingen. “Die laatste zone vind je vooral in en bij Museum Belvédère”, legt Dorien uit. “Daar zijn we drie dagen lang te gast. Over het kanaal is een ponton gebouwd, waar twee bijzondere, speciaal gecomponeerde concerten zijn.”

Dorien tipt ook het concert van klezmer-muzikant Giora Feidman op zondagavond. “De koning van de klezmermuziek. Hij is behoorlijk op leeftijd, dus het is heel bijzonder dat hij komt.” In de

moestuin naast het landhuis van FB Oranjewoud wordt het zogeheten ‘salonpodium’ gebouwd. “Daar zit je heerlijk, met luxe stoelen. Op zaterdagavond is daar een prachtig concert van het Ebène Quartet, één van de beste strijkkwartetten ter wereld. Ik zou zeker kijken of je daar een kaartje voor kunt krijgen.”

ZONSOPKOMST

Voor wie van vroeg opstaan houdt, heeft Dorien nog een leuke tip: “Dan moet je echt op zondagochtend naar het zonsopkomstconcert komen. Dat begint om vijf uur 's ochtends. Behoorlijk vroeg, maar dan heb je wel een fantastisch begin van je dag, met een lekker ontbijtje na afloop van het concert.”

Kortom, een bezoek aan Oranjewoud Festival hoort dit pinksterweekend zeker thuis op je to-do-lijstje. Of je nu een hapje eet in de Proeftuin, een workshop bezoekt met je kinderen of geniet van één van de concerten uit het gevarieerde programma, hier maakt de combinatie van muziek en natuur je bezoek tot een geweldige belevenis.

Het volledige programma van Oranjewoud Festival vind je op de website oranjewoudfestival.nl.

“Dat wij Oranjewoud als podium mogen lenen, is een groot geschenk”



Agenda // t/m 24 juni 2023

Theater/muziek

Overig/divers

Sport/sportief

Expositie/tentoonstelling
lezing/cursus

Koopzondag

Heaven Open Air

P6 parkeerterrein, Abe Lenstra stadion // verschillende tijden // Met een spectaculaire line-up en randprogrammering

17+18
mei

Sc Heerenveen - Go Ahead Eagles

Abe Lenstra stadion // 14:30 // Eredivisie voetbal

28
mei

Tractorpulling De Knipe

De Knipe // Verschillende tijden // Trekkertrek in De Knipe

20
mei

Skoattermerke

Oudeschoot // Regionale jaarmarkt

29
mei

Reuzedei Akkrum

Akkrum // Verschillende tijden // Met NK Zonnebootrace, markt en lezing over duurzaamheid

20
mei

Programmeren met de Micro:bit

Bibliotheek Heerenveen // 15:30 - 17:00 // Ontdek programmeren en elektronica!

01
jun

Outletmarkt Heerenveen

Centrum Heerenveen // 09:30-17:00 // 100 kramen met koopjes die je niet kunt laten liggen

20
mei

Marjolijn van Kooten

Posthuis Theater // 20:15 // Cabaret: Hoe vind je het zelf gaan?

01
jun

Groenmarkt Groei & Bloei

Nieuweschoot // 10:00 - 16:00 // Plantenmarkt met 30 marktkramen voor de tuin

20
mei

Survivalrun De Knipe

De Knipe // Verschillende tijden // 20e survivalrun

01-04
jun

Rapalje

Posthuis Theater // 20:15 // Muziektheater: Scotland's story

20
mei

Hoezo, allemaal elektrisch rijden?

Sionskerk, Oudeschoot // 20:00 - 22:00 // Sibbe Hoekstra presenteert een aantal aspecten van de energietransitie

2
jun

Theater Gnaffel

Posthuis Theater // 15:00 // Familievoorstelling: Weet je nog, Sammie? (6+)

21
mei

Motel Westcoast

Posthuis Theater // 20:15 // Theaterconcert: One of These Nights

02
jun

Oer - Alle de Jong

AlfslagBLV (Heerenveense School) // Tijdens openingsuren // Tekeningen

t/m 21
mei

Rienk Kruidierink

Galerie Mildam // Tijdens openingsuren // Expositie vanuit de verbeelding

t/m 02
jun

Jay Francis

Posthuis Theater // 20:15 // Cabaret: In de war

24
mei

BoekStartdag 2023

Bibliotheek Heerenveen // 10:00 - 13:00 // Ga samen met je kindje aan de slag met boekjes en taal

03
jun

Pinksterkermis

locatie De Opslach, t.o. voetbalstadion // Verschillende tijden // Kermis Heerenveen voor jong en oud

24-29
mei

Trapeze

Posthuis Theater // 20:15 // Toneel met Peter Blok en Bas Hoeflaak

03
jun

Oranjewoud Festival

Overtuin Oranjewoud // Verschillende tijden // klassieke muziekfestival - tiende editie

26-29
mei

8 Friese kunstenaars

Museum Belvédère // Tijdens openingsuren // Willem van Althuis, Gerrit Brenner, Sjoerd de Vies e.a.

t/m 04
jun

Fabian Franciscus

Posthuis Theater // 20:15 // Cabaret: Lekker Gezellig!

26
mei

Ontmoeting met Willie Wartaal

De Rinkelbom (De Kas) // 17:30 // Jongeren ontmoeten elkaar - meet & greet

07
jun

Kikker is verliefd (3+)

Posthuis Theater // 15:00 // Familiemusical door Van Hoorne theater

27
mei

Als de Dood

Museum Belvédère // Tijdens openingsuren // Expositie over verval en eindigheid

t/m 11
jun

De Drukwerkplaats

Heerenveen Museum // Tijdens openingsuren // Ontdek de geschiedenis van de drukkunst

t/m 27
mei

Levensecht

Galerie Aurtevue // Tijdens openingsuren // Expositie dieren en stillevens

t/m 18
jun

Reiny Bourgonje

Heerenveen Museum // Tijdens openingsuren // Zie de mens

v.a. 27
mei

Night of the Koemarkt

Heerenveen-Centrum // Verschillende tijden // 25e Zomer-Editie, het grootste gratis muziek-evenement van Friesland

23-24
jun



Zie ook bij uitgelicht hiernaast voor meer informatie.

Regio
Heerenveen
'n gouden plak

Wil jij ook zichtbaar zijn op de evenementenkalender in GrootHeerenveen, onze website en social media kanalen? Meld jouw activiteit of evenement gratis aan!

Scan de QR-code!



Uitgelicht

In de regio Heerenveen zijn het hele jaar door afwisselende evenementen voor jong en oud! Hieronder zijn enkele evenementen uitgelicht.
Regio Heerenveen, 'n gouden plak!

groot  **heerenveen**
is mediapartner van 'n Gouden Plak



Oranjewoud Festival

26-29
mei

Lindelaan 1, Oranjewoud | Verschillende tijden

De tiende editie van Oranjewoud Festival vindt plaats van 26 t/m 29 mei 2023. Oranjewoud Festival is genieten vanaf het krieken van de dag tot in de late uurtjes van optredens door topmusici uit de wereld van de klassieke muziek uit binnen- en buitenland en dat allemaal op bijzondere en verrassende locaties.

Scan voor meer informatie en het volledige programma de QR-code:



Zet alvast in je agenda!

Feanrun

17
sept

Centrum Heerenveen | 14:00 uur

Loop meel! Na drie jaar uitstel wegens het coronavirus kun je je eindelijk weer inschrijven voor de Feanrun. De Feanrun is een sfeervolle en gezellige hardloophedstrijd voor zowel bedrijven als particulieren over vier Engelse mijlen (ongeveer 6,4 kilometer) door Heerenveen. De opbrengst is bestemd voor het goede doel: het Jeugdfonds Sport & Cultuur Friesland. De route start in het centrum en loopt via Sportpark Skoatterwâld dwars door het Abe Lenstra stadion weer terug naar de finish in het gezellige centrum.



Scan voor meer informatie en inschrijven de QR-code:



Survivalrun De Knipe

01-04
juni

De Knipe | verschillende tijden

Gedurende vier dagen - van 1 t/m 4 juni - is De Knipe het strijdtoneel van de 20e survivalrun in het dorp. Donderdag en vrijdag staan in het teken van de scholierenrun. Zaterdag en zondag mogen zowel de wedstrijdleten als de recreanten in touw. Voor iedereen is er een geschikte categorie



Scan voor meer informatie en het volledige programma de QR-code:



Night of the Koemarkt

23-24
juni

Centrum Heerenveen | Verschillende tijden

Night of the Koemarkt viert dit jaar zijn 25-jarige jubileum! Het grootste gratis muziek-evenement van Friesland, in hartje Heerenveen. Op 23 en 24 juni 2023 wordt er ongetwijfeld een muzikaal spektakel neergezet. Geniet en swing mee tijdens deze zomereditie met de lekkerste hits voor jong en oud. Be there!

Scan voor meer informatie en het volledige programma de QR-code:



Samen zorgen dat de hele regio Heerenveen 'n Gouden Plak is om te wonen, werken, ondernemen en bezoeken. Nu en in de toekomst. Dat is het doel van 'n Gouden Plak!

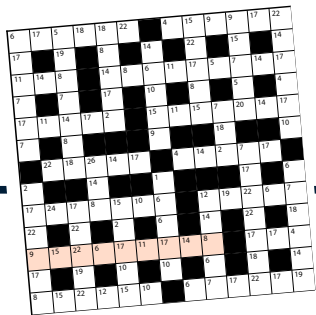
 ngoudenplak

 @ngoudenplak

 @ngoudenplak

 Regio Heerenveen 'n Gouden Plak

ngoudenplak.nl



Puzzelpagina nr. 04

Puzzel en win! In iedere editie van deze uitgave staat een puzzel waarmee je leuke prijsjes kunt winnen. Stuur je oplossing via de e-mail of met traditionele post. Je kunt dit sturen naar: info@grootheerenveen.nl o.v.v. puzzeloplossing **NR 05-2023** – tot uiterlijk **8 juni 2023**. Wij wensen je veel puzzelplezier!

bijbelse koning		helling		pl. in Zuid-Jemen	10	ego	beste prestatie		meubel-stijl	5	gevel-driehoek	
weefsel	1			genees-middel					Euro-peaan		lusthof	
rubriek		ondes-kundige					geloofs-belijdenis					
		jaar-ge-tijde				soort onderwijs	huid		naald-boom			
						schrede			cerium			
tevens					honderd-ste deel							3
pl. in Noord-Brabant					werelds							
			oude munt		11						nobel	
			kerk-gebruik									
mooi-prater		geolo-gisch tijdvak				levens-lied	kinderver-lamming	onbepaald vnv.				
		woordspel										
						haast		7			beurs	
bruit		humor-loos		proef-opname				olm				
				hoofd-groet				Frans schilder				
4						pl. in Overijssel						
						voor						
pers. vnv.								9				
papier-soort			lariekoek			geeste-lijke					riv. in Limburg	
						strijdperk						
										deel v.d. bijbel		
										haven-plaats		
reisgoed		ter plaatse wan-verhouding		opstootje			pl. in Amerika					
							rekening					
						arbeid-zaam						12
						verzets-groep						
bedenking		water-vlakte	2	peilings-instituut				vreemde munt				
				welpen-leidster				bedevaart-plaats				
						na-middag		Sovjet-Unie				
						mep		deel v.e. bijenkorf				
parasiet					herfst-bloem						liefkozing	
zware golf					tv-zender							
						klas-ruimte						
kosmos	6	extreem						on-behaard				
						bevallig-heid	8					

©www.puzzelpro.nl

123456789101112

WINNAAR PUZZEL GROOTHEERENVEEN NR. 04-2023

J. Bruinsma uit Jubbega heeft de waardebon van 2 bioscoopkaartjes gewonnen. Deze is aangeboden en is te besteden bij DE BIOS in Heerenveen. OPLOSSING EDITIE 04-2023: **Zweedse puzzel:** OPPERMACHTIG // **Cijferpuzzel:** CAMOUFLAGEPAK

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

©www.puzzelpro.nl

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

- AARDGAS
AIRCO
APPEL
BEWUST
BOOTWERKER
BREUK
CORSO

DOORZAKKEN
ELFJE
EMMER
ERGOTISME
ERUDIET
EUROPA
KADER

KATTIG
KREEK
KUIFDEUKER
LIGBANK
MAAIER
MAUVE
MUURTJE

POEDERMELK
REGEN
STRIP
TONER
UITVLOEIEN
VERMOGEN

PUZZEL EN WIN
2 BIOSCOOPKAARTJES!

Burgemeester Kuperusplein 52
Heerenveen • T 0513-654051

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

DE BIOS HEERENVEEN

STUUR JE ANTWOORDEN VAN PUZZEL 05 VÓÓR 8 JUNI 2023 PER E-MAIL NAAR: [INFO@GROOTHEERENVEEN.NL](mailto:info@grootheerenveen.nl) OF NAAR: GROOTHEERENVEEN, ZWARTEWEG 4, 8603 AA SNEEK... EN VERMELD DAARBIJ UW ADRES.

COLOFON

GrootHeerenveen is een maandelijks uitgave van Ying Media en wordt huis-aan-huis verspreid in gemeente Heerenveen en omliggende dorpen en steden in een straal van ca. 10 km van Heerenveen.

Oplage: 28.000 exemplaren.



UITGEVER

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

REDACTIETIPS?

redactie@grootheerenveen.nl

REDACTIECOÖRDINATOR

Gianna Posteraro

EINDREDACTIE

Henk de Vries

REDACTIE

Hannah Zandbergen, Dennis Stoelwinder, Lutske Bonsma, Alie Rusch, Richard de Jonge, Annemarie Overbeek, Eelke Lok en Jangerben Mulder

VORMGEVING

Frans van Dam
(bliidd.nl)

VERKOOP

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

FOTOGRAFIE

Mustafa Gumussu

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.

10 vrijstaande woningen
8 halfvrijstaande woningen

MOOI SKOATTER WÂLD

Gebouwd voor de toekomst **LICHT, RUIM, ENERGIEZUINIG**

In het toch al fraaie Mooi Skoatterwâld is dit straks een ruim opgezet, gevarieerd buurtje. Met vrijstaande en halfvrijstaande woningen. De huizen zijn bijna allemaal verschillend, met een eigen uitstraling. Dat geeft de straat een speelse, afwisselende aanblik.

- › Een toplocatie in groene omgeving.
- › De 10 vrijstaande woningen liggen aan het water, hebben een betonnen steiger en 1 meter plasberm met riet.
- › De 8 halfvrijstaande woningen krijgen een 'Le Roy' tuinmuur begroeid met wilde haag; een betonnen trap geeft toegang tot het park.
- › Standaard 8 zonnepanelen, vloerverwarming en warmtepomp.
- › Woonoppervlak van 126 m² tot 184 m²
- › Met grote berging en carport

Energielabel A+++: energiezuinig en aangenaam duurzaam

Je mag rekenen op een erg leuke woon-omgeving met veel groen en veel water, niet zo ver van de natuurgebieden rond Oranjewoud (wandelpaden, fietspaden, bossen) en ook niet ver van Heerenveen Centrum. Thuis heb je een fijne eigen tuin en een opvallend grote woon-ruimte, je mag gerust zeggen: een zee van ruimte.



Goed om te weten:

De vrijstaande woningen zijn levensloop-bestendig te maken, met een badkamer en slaapkamer op de begane grond.

WONEN yn 't WIIID

www.mooiskoatterwald.nl

WONEN
OP EEN
PRACHTPLEK

VERKOOP +
INFORMATIE

HOEKSTRA
makelaardij

058 - 233 73 82

Makelaardij
Friesland

0513 - 23 21 80

ONTWIKKELING
+ REALISATIE

zwanenburg
PROJECTEN

www.mooieplek.nl

AANNEMINGSBEDRIJF
KUIN bv

www.kuinbv.nl

Wat doen wij met jouw afval?

Beleef het bij Omrin welkom op onze open dag

📅 zaterdag 3 juni 2023 van 10.00 - 16.00 uur
📍 Ecopark De Wierde, De Dolten 11 Heerenveen
🆓 gratis entree en parkeren



LIVE EVENTS & FOOD

voor jong & oud

fun & vuilniswagens

leuke routes & weetjes

ontdek alles van Omrin
van afval naar grondstof!



ALLE INFO: SCAN QR-CODE OF [OMRIN.NL/OPENDAG](https://omrin.nl/opendag)