

MAANDBLAD
09-2023

8^e JAARGANG • NR. 94

groot heerenveen

meer dan nieuws



GROOTHEERENVEEN.NL



AN WIJNEN
Meer dan borwen

IN DEZE UITGAVE
**Actueel in
Heerenveen**

GEMEENTE HEERENVEEN

INFORMATIEBIJLAGE VAN
GEMEENTE HEERENVEEN

lifestyle

OVER MODE, SCHOONHEID
WONEN EN GEZONDHEID



De mens achter voetbaltrainer Kees van Wonderen

EN VERDER IN
DIT NUMMER:

SIPKE JAN BOUSEMA OVER DE
REGENBOOGWEEK IN HEERENVEEN

JOOP GALL IS DE NIEUWE
TRAINER VAN VV JUBBEGA

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



Alles voor in huis, tuin, keuken en badkamer vind je bij Woonboulevard Sneek



Woonboulevard Sneek - www.woonboulevardsneek.nl - Afrit 20 de Hemmen
Smidsstraat 10-12-14 - 36.000 m² woonwinkelplezier - Gratis parkeren

EDITORIAL

Foute Barry

Daar zat ik, twintig kilo geleden, in een veel te duur optrekje aan de Loosdrechtse Plassen, met exclusieve auto's op de oprit, met mijn schoenen uit, zittend in een eetkamerstoel, ogen dicht, bij Barry met in elke gesloten hand een steen. "Denk maar aan iets leuks en houd je ogen gesloten", had hij gezegd.

Hij was me aangeraden door een bevriend setje. Van het ene op het andere moment waren ze gestopt. Pats, klaar, kappen met die hap. Dat wilde ik ook. Net als alle rokers had ik dat stoppen met roken al zo vaak geprobeerd. Op zondagavond rookte ik de laatste; maandagmorgen kropen de uren voorbij. Half twaalf stond ik dan weer bij de buurtsuper voor twee pakjes. Lafaard, zwakjanus. Ik kocht ze altijd per twee - vraag me niet waarom - om de dag. Niet telkens bij dezelfde 'dealer' want ze mochten eens denken dat ik verslaafd was. Pleisters, kauwgom, pilletjes, het hielp allemaal niets. Op een gegeven moment dacht ik: 'Weet je wat, ik rook alleen nog sigaretjes. En dan alleen op mooie momenten.' Nou, dat hielp ook geen fluit. Ik had opeens de wereld aan mooie momenten.

Terug naar Barry. Ik had een rotsvast vertrouwen in hem, het was ten slotte bij mijn beslist niet zweverige vrienden ook gelukt. Zeker, onderweg ernaartoe had ik mijn laatste sigaretten gerookt. Barry had aan de telefoon verteld dat hij in Israël had geleerd om energiesystemen te reinigen, te resetten en te reguleren. En wel zo dat je nooit meer zin hebt in een sigaret. Dát wilde ik. Muisstil was het. Mijn ogen dicht, denkend aan iets leuks. Maar dat ging niet, natuurlijk. Ik wilde weten wat hij deed om mijn energiesystemen te veranderen. Voorzichtig deed ik één oog open, op een kiertje. Door mijn ooghaars zag ik dat hij om me heen liep, zwaaiende bewegingen makend met zijn armen. "Ogen dicht!" Betrapt. Ik denk dat het een stief half uurtje duurde, toen was de sessie voorbij. Vooraf had ik tweehonderd euro betaald. Huh? Jazeker, maar een schijntje vergeleken met wat je als roker per jaar de lucht inblaast.

"Vanaf nu heb je geen behoefte meer om te roken", verzekerde hij me. Over een week zou hij me bellen hoe het ging en hij vertelde ook dat hij een dergelijke sessie ook op afstand kon doen, voor mensen die dat nodig hadden. U begrijpt het al, een week later zat ik met mijn schoenen uit met in beide handen een steen (die ik uit de tuin had gevestigd) op een stil plekje in mijn woning. Mobieltje op luidspreker. Deze keer zag en hoorde ik hem niet iets doen. Gestommel. Mijn dochter was een paar dagen te logeren en zocht me. Gevonden! Dat gezicht toen ze haar vader zag zitten, blootvoets, gebalde vuisten. Gegierd hebben we. Ook om Barry want de sessie was subiet voorbij.

Barry was later onderwerp van een verborgen camera-actie van het programma Kanniewaarzijn waar zijn methode werd afgedaan als flauwekul en kwakzalverij. Tuurlijk was dat het, maar Barry W. heeft mij wel van het roken afgekregen. Vooral vanwege die tweehonderd euro...

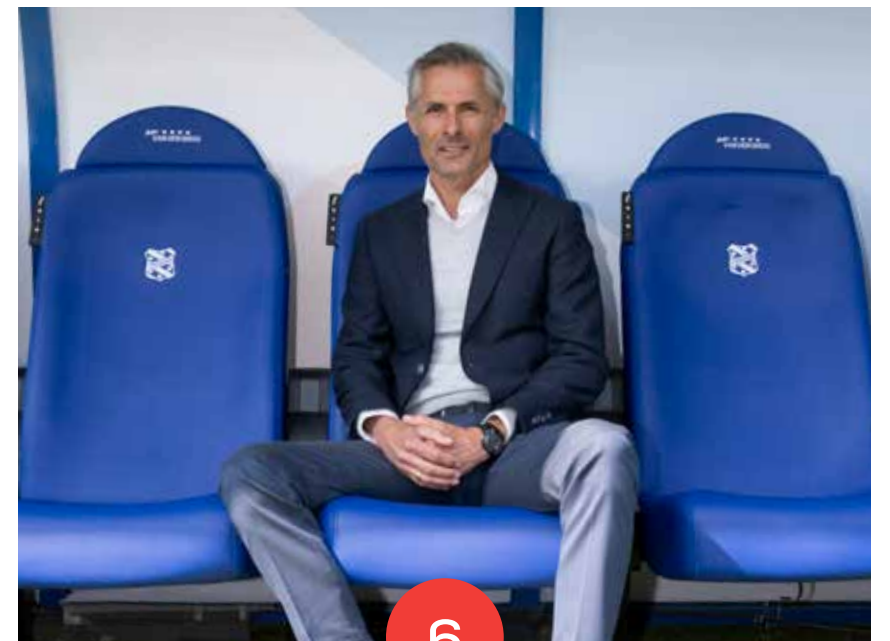
Veel leesplezier!

Richard de Jonge
redacteur



Inhoud

groot@heerenveen // nummer 09 • 2023



6



20



26



45

LEKKER LEZEN

- 6. KEES VAN WONDEREN, TRAINER SC HEERENVEEN
- 20. FACE TO FACE MET HOMEOPAAT MARGRIET TIBBEN
- 26. RIEKELE HEIDA, 40 JAAR IN DIENST BIJ TJAARDA ORANJEWOUD

MAATSCHAPPIJ & SAMENLEVING

- 11. NIEUWS VAN GEMEENTE HEERENVEEN
- 23. SIPKE JAN BOUSEMA OVER HET BELANG VAN DE REGENBOOGWEEK HEERENVEEN
- 35. 'WEEK VAN DE ONTMOETING' HELPT TEGEN EENZAAMHEID

GEZOND & FIT

- 31. HOUTWERKPLAATS EN DAGBESTEDING DE WISSE IS EEN ÉCHT BEDRIJF
- 32. BEWONERS ALDEBOARN ZETTEN ZICH IN VOOR EEN SOCIALE DORPSWINKEL

lifestyle-special 37-47

SPORT

- 28. JOOP GALL IS DE NIEUWE TRAINER VAN V.V. JUBBEGA

CULTUUR

- 52. UITGAANSAGENDA REGIO HEERENVEEN 'N GOUDEN PLAK

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

VOLG OOK OP SOCIAL MEDIA





Benoeming burgemeester Avine Fokkens

HEERENVEEN - De benoeming van mevrouw Avine Fokkens-Kelder als nieuwe burgemeester van de gemeente Heerenveen is rond.

Avine Fokkens is kortgeleden door de minister van Binnenlandse Zaken en Koninkrijksrelaties voorgedragen aan de koning. De koning heeft mevrouw Fokkens nu benoemd tot burgemeester van de gemeente Heerenveen. Heerenveen is erg blij met deze benoeming en kijkt uit naar de officiële installatie op maandag 2 oktober. Die installatie begint om 19.30 uur. Iedereen is van harte uitgenodigd om de vergadering in de raadszaal bij te wonen.

Kerken verder als protestantse gemeente ‘De Tjongervallei’

OUDEHORNE – Vanaf zondag 17 september gaan de protestantse gemeentes Oude- en Nieuwehorne, Bontebok en Katlijk/Mildam samen verder als de Protestantse gemeente ‘De Tjongervallei’.

Na al een intensieve samenwerking tussen de buurgemeenten op kerkelijk gebied, waaronder de aanstelling van een gedeelde dominee, ontstond de behoefte om van twee gemeentes één nieuwe kerkelijke gemeente te maken. Dominee Dingena Hasper: “We zijn al een hele tijd bezig met de voorbereidingen voor dit bijzondere en feestelijke moment. Twee gemeentes die elkaar gaan versterken om samen in woord en daad iets te kunnen laten zien van onze opdracht en inspiratie.” In het vernieuwde, multifunctionele kerkgebouw van Oudehorne is het nu ook realiseerbaar om grote en bijzondere vieringen te organiseren. Door de moderne technieken, waaronder licht, geluid en projectie en de flexibele indelingsmogelijkheden zijn verschillende soorten bijeenkomsten mogelijk. In de kerken van Katlijk en Nieuwehorne zullen met enige regelmaat óók diensten worden gehouden. Hasper: “Helaas moeten we wel afscheid nemen van de Tjongertsjerke in Mildam. In dit kerkgebouw is gedoopt, beleden, gerouwd en getrouwd en dit afscheid brengt veel emoties met zich mee.”



Heerenveens UITfestival druk bezocht

HEERENVEEN – Afgelopen weekend is het cultureel seizoen in Heerenveen weer geopend met het Heerenveens UIT Festival. Het culturele openingsweekend viel samen met de Turfstekersmarkt en trok veel publiek naar het centrum.

De aftrap van het UIT festival vond vrijdagavond 15 september plaats in het Amelius van Oenemaparkje tegenover het Posthuis Theater. Onder de noemer ‘Groeven uit Heerenveen’ werd teruggeblikt naar de ‘Friese bries’, de popscene in het toenmalige Open Jongeren Centrum ‘t Pakhuis in Heerenveen in de jaren 70. Optredende artiesten van toen en nu verzorgden een avond vol aantrekkelijke jazzmuziek. De zaterdagmiddag stond in het teken van muziek, theater, kunst en creativiteit en bracht – mede door het mooie weer – talloze mensen op de been. In het hele centrum kon het publiek genieten van een diversiteit aan optredens. De Overkluisung leek op een soort Montmartre. Je kon een karikatuur laten maken door een tekenaar en er klonken nostalgische Franse



chansons door de luidsprekers. Al met al een geslaagde opening van het culturele seizoen.

Iepenloftspul ‘De Heksen’ in tuin van Coopersburg Akkrum

AKKRUM - Na negen jaar krijgt Akkrum weer een iepenloftspul. En ook deze keer is de tuin van Coopersburg de locatie. Op 21, 22, 23, 24 en 27 september wordt er de voorstelling ‘De Heksen’ opgevoerd.

De regie van de openluchtvoorstelling is van Gouden Gurbe-winnaar Job de Roo. De muzikale leiding is in handen van Bas Meekhof. Het iepenloftspul is een initiatief van Dreamteater Akkrum. De voorstelling is gebaseerd op het gelijknamige boek van Roald Dahl. De meeste spelers en zangers, zowel volwassenen als tieners, komen uit Akkrum-Nes en omliggende dorpen. Met hulp van heel veel vrijwilligers belooft het een prachtig evenement te worden. De meeste voorstellingen zijn inmiddels uitverkocht. Voor de speeldatum van 27 september zijn er nog wel entreekaarten te krijgen.



Esther Rens neemt na 31 jaar afscheid van Etos

HEERENVEEN - Esther Rens heeft afscheid genomen van ‘haar’ Etos winkel aan de Dracht in Heerenveen. Ze draagt het stokje over aan de familie Emmelkamp, die ook eigenaren zijn van de Etos in Sneek. De familie Emmelkamp gaat de winkel in Heerenveen met het team vol passie voortzetten.

Esther Rens: “We hebben als team heel wat met elkaar meegemaakt en dat ga ik zeker missen, maar het is goed zo. Ik ga wat meer van mijn vrije tijd genieten met gezin, familie en vrienden. Ik wil graag al onze klanten bedanken voor de vele gesprekken, verhalen en adviezen. Veel klanten ken ik al jaren en ik heb kinderen groot en zelf ouder zien worden. Ik wens de familie Emmelkamp en het team heel veel succes, en ik heb er alle vertrouwen in dat het goed gaat komen!” Esther zal toch niet helemaal uit het winkelbeeld in Heerenveen-Centrum verdwijnen. “Ik zal nog een aantal dagen in onze andere winkel, De Buuf Mode & Lifestyle, aanwezig zijn”, besluit ze.



Louise Fresco te gast bij Binnert Overdiep

HEERENVEEN - Op zondagmiddag 15 oktober om drie uur zal Louise O. Fresco te gast zijn bij boekhandel Binnert Overdiep aan de Dracht 60 in Heerenveen. Zij gaat in gesprek met interviewer Sietso Jan Nanninga en met alle andere aanwezigen over haar laatste boeken ‘Ons voedsel’ en ‘Kruiden, kokkels en kippen’ en over wat verder ter tafel komt.



Louise Fresco is nationaal en internationaal bekend geworden als hoogleraar en bestuursvoorzitter van de Wageningen University & Research (WUR) en is actief in talloze wetenschappelijke adviesorganen. Ze is een erkende autoriteit op het terrein van voedsel, landbouw en natuur. Fresco is auteur van talloze wetenschappelijke publicaties en een aantal romans. Ook is ze columnist bij de NRC en neemt ze regelmatig deel aan openbare debatten over haar vakgebied. In Heerenveen zullen vragen worden behandeld als: is het eten van vlees nog wel verstandig? En hoe zit het met zuivel en brood? Maar ook: wat is de toekomst van de landbouw? Bestaat er werkelijk een stikstofprobleem en hoe zit dat dan? Er zal ook ruim gelegenheid zijn voor het stellen van vragen.

Kaarten kosten € 15,- inclusief een drankje en het essay ‘Kruiden, kokkels en kippen’ en zijn te koop bij de boekhandel of via binnertoverdiep.nl. (foto: Annabel Oosteweeghel).

Nesten Aziatische hoornaar in Jubbega succesvol verwijderd

JUBBEGA - In Jubbega zijn deze week twee nesten van de Aziatische hoornaar verwijderd. Het betreft de eerste nestlocatie van deze invasieve exoot die in Fryslân gevonden - en verwijderd - is.

De nesten waren gemeld door bewoners die de hoornaars in hun tuin hadden ontdekt. Na controle door experts bleek het hier om de Aziatische hoornaar te gaan. Omdat het een invasieve exoot betreft die nog niet in de provincie Fryslân voorkomt heeft de provincie besloten om de soort te bestrijden. Hiertoe is zij op basis van de EU-exotenverordening verplicht. Beide nesten zijn door specialisten verwijderd waardoor het complete volk inclusief koningin is uitgeroeid. Opname in



de Europese Unielijst betekent dat de soort bestreden moet worden. Dit omdat de Aziatische hoornaar een soort is die van origine niet in ons land voorkomt en een bedreiging vormt voor de lokale biodiversiteit. De Aziatische hoornaar eet onder meer inheemse bijen, vlinders, rupsen en vliegen. Ook honingbijen worden door deze soort bedreigd. De steek van een Aziatische hoornaar is vergelijkbaar met die van een wesp: pijnlijk maar niet levensbedreigend, tenzij iemand allergisch is of op een kwetsbare plek wordt gestoken.

‘Sleepbootdagen Akkrum’ kijkt terug op prachtig weekend

AKKRUM - De organisatoren van de Sleepbootdagen in Akkrum kijken terug op een prachtig weekend met veel publiek. Ruim zestig sleepboten en opdrukkers lagen vanaf vrijdagavond het hele weekend te pronken in De Kolk.



De boten lagen verlicht in de haven en het publiek genoot van dit prachtige beeld met op de achtergrond een shantykoor met zeemannsliederen. Er was van alles te doen. Er werden trekproeven gehouden met opdrukkers; stationaire motoren stonden te ronken op de kade; er was een nautische markt en men kon genieten van oude tractoren. Daarnaast waren er enkele hobbyisten met radiografisch bestuurbare modelboten aanwezig. Zaterdagavond was er een ‘kapiteinsdiner’ in de feesttent. De bemanningen van alle aanwezige schepen kregen dit diner aangeboden. Na het eten werden de prijzen van de trekproef met opdrukkers uitgereikt. Zondag zijn de schepen weer betrokken. Over twee jaar wordt de derde editie van de Sleepbootdagen Akkrum gehouden.

Eelke's vinger op de zere plek

Fuotbalellinde

Om dizze kollum te skriuwen lit ik my graach ynformeare troch it nijs oer dizze streek. Mar at ik Google freegje: ‘Fertel my alles oer wat der opheden bard op it Hearrenfean’ dan komme der seis pagina's oer de fuotbalklub sc Hearrenfean. Dan wit ik, tink ik, noch neat fan de mienskip fan Hearrenfean. Dat is blykber net wier, want fuotbal is sa wichtich, dat it noch it iennigchte is wat ús ta mienskip makket.

No bin ik ek wol wat in fuotbal-leafhawwer, dus ik ha de hiele simmer alles folge oer de transfers. Dat is wat yngewikkelder as eartiids, doe't ik noch ferslachjouwer wie. Foarsitter Riemer van der Velde fertelde my dan alles oer in nije fuotballer dy't komme soe, inkeld dêr mocht ik noch neat oer sizze. En al siet Riemer dan sels ek yn Súd-Afrika, as it safier wie, dan belle hy en sei ‘toe mar’. En dan hie'k alles al klear.

No is it belied fan algemien en technysk directeur Ferry de Haan alle dagen yn alle geledingen fan de echte en de sosjale media oan de oarder west. It wienen neat oars as suggestjes, geflûster, hoop en wat noch mear oan únsin foarby komme kin. Net ien wist ek net wat wier wie en wat net. Dus ek at in freondinne fan in goede fuotballer ynienen Hearrenfean op ynstagram folge, dan wie dy fuotballer noch net kocht.

It publyk soe wol graach ien moanne transferperioade wolle en dan foar de earste training alles by elkoar. En dan ek net yn de winter noch in kear. Mar leave minsken, fuotbaljen giet net mear om goals of Abe-truukjes, mar om sinten dy't de fuotbalbedriuwen yn spilers stekke wolle en wat se dêr oan fertsjinje kinne. En wy, keapers fan shirtsjes, sjoggers by ESPN, besikers fan it stadion, betelje it allegear. Plus dat dy fuotbalbedriuwen it hiele jier minsken foar mear as hûndert miljoen ferkeapje kinne.

Nochris efkes yn de krante sjen. Nijs oer Hearrenfean? Ach, twa pagina's oer dat de blessearde Sven van Beek yn in oefenwedstriid tsjin Grins wer in helte spile hat. Dat sjet net op, want dy wedstriid ferlearen se ek noch.

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



De vinger op de zere plek....

TEKST HENK VAN DER VEER // FOTO'S MUSTAFA GUMUSSU

De mens achter voetbaltrainer Kees van Wonderen

“HET WAS METEEN DUIDELIJK
DAT MIJN HELE JEUGD OM
VOETBALLEN DRAAIDE”

Wie is de mens achter de voetbaltrainer van sc Heerenveen? Op een van de warme nazomerdagen in september zochten we Kees van Wonderen op om antwoord op die vraag te krijgen. Wat volgde was een openhartig gesprek met een man die zichtbaar geniet van een uitgebreid interview. “Ik neem hier alle tijd voor”, zegt Cornelis Hendricus van Wonderen, geboren op 4 januari 1969 in Bergen, Noord-Holland en getogen in Bennekom op de Veluwe.

E

n dat “alle tijd” is eigenlijk best bijzonder, want er komen tientallen verzoeken bij pers-voorzitter/coördinator Marco Heerschop binnen om staf, trainers en spelers van sc Heerenveen te mogen interviewen. “Onmogelijk om allemaal op in te gaan”, vertelt Heerschop vooraf, maar omdat de Groot-uitgaven een ‘positieve exposure’ hebben, regelt de al sinds 2016 bij sc Heerenveen werkende persvoorzitter een gesprek.

ONDERNEMERSGEZIN

“Waar mijn naam vandaan komt?”, herhaalt Van Wonderen onze eerste vraag om vervolgens meteen z’n familiegeschiedenis te vertellen. “Mijn vader komt uit Bergen, de badplaats in Noord-Holland. Daar ben ik ook geboren. Opa, de vader van mijn vader, had de roepnaam Kees, maar hij heette helemaal geen Kees, al zei iedereen dat wel tegen hem. Ik zal wel naar hem vernoemd zijn, maar eerlijk gezegd weet ik het niet eens.” Kees is de jongste (“Een ongelukje, maar ze waren hartstikke blij met mij”) in een gezin met alleen maar jongens, die naar de namen Peter, Rob en Edward luisteren. Kees komt drie jaar na de geboorte van Edward. De familie Van Wonderen, van vaders kant, komt uit Bergen en moeder uit Alkmaar. Vader is vrachtwagenchauffeur die aardappelen ‘van hot naar her’ vervoert. Via via krijgt vader Van Wonderen een kans om in Ede een schoenenzaak te gaan runnen.

“Ik weet van de verhalen nog dat mijn opa en oma ons stonden uit te zwaaien. Ze hadden allemaal iets van: ‘Als dat maar goed komt’. Ik was trouwens nog maar een half jaar oud en heb geen herinnering aan die gebeurtenis. Wat ik nog wel weet is dat wij in de weekenden vaak naar Noord-Holland teruggingen.” Het lukt de ouders van Kees om toch een

goed bestaan in Gelderland op te bouwen. Nadat vader Van Wonderen drie jaar filiaalhouder in Ede is geweest krijgt hij de kans om in het nabijgelegen Bennekom een eigen schoenenzaak te kopen, met een aparte sportafdeling.

Kees van Wonderen: “Ik ben een kind uit een ondernemersgezin. Wij woonden boven de winkel en mijn ouders waren altijd met de zaak bezig. Ik ben daardoor heel zelfstandig opgevoed en was altijd buiten op straat te vinden. Bezig met maar één ding: voetballen! Ik weet nog een mooie anekdote van de dorpschilder die net de muur bij ons thuis had geschilderd. Hij vertelde dat hij, amper nadat de verf opgedroogd was, het boem-boem-boem geluid hoorde van een bal die tegen de deur aangeschoten werd. Er was geen eer aan het schilderwerk te behalen. Daarmee was ook meteen duidelijk dat mijn hele jeugd om voetballen draaide.”

ROOMS-KATHOLIEK

Kees van Wonderen kijkt terug op een fijne jeugd in een rooms-katholiek gezin. Als kind gaat Kees in Bennekom naar de rooms-katholieke school en hij doet er ook de heilige communie. Het gezin Van Wonderen gaat eerst nog elke zondag naar de kerk. Later wordt het een aantal keren per jaar, en op een gegeven moment stopt de kerkgang helemaal.

“Ik heb mij niet laten uitschrijven, maar ik kom niet meer in de kerk. Ik zoek het gewoon niet op. Toch geloof ik wel dat er meer is dan dat wij beseffen. Maar hoe dat precies te vangen? In welk geloof dan ook? Het geloof gaf mij wel een bepaalde rust. Toen mijn ouders tien jaar geleden overleden, is de uitvaart en de begrafenis op de rooms-katholieke manier gegaan. De gevoelens met de kerk voelen voor mij goed. Ik heb echter geen behoefte om er meer mee te moeten doen. Het is voor mij zo goed en ik respecteer ieders geloof en dat speelt in mijn werk als voetbaltrainer met allemaal verschillende geloofsovertuigingen wel mee. Ik laat iedereen in z’n waarde.”

Lees verder op pagina 9 →

Fit en vitaal ouder worden?
Kom naar het 55+ kennismakingsuurtje

Ben jij 55 jaar of ouder en wil je graag fit en vitaal ouder worden, maar weet je nog niet goed welke beweegactiviteit je leuk vindt?

Kom op maandagochtend 9 oktober of vrijdagochtend 13 oktober **gratis** kennismaken met het sport- en beweegaanbod van Sportstad Heerenveen! Je kunt kiezen uit een les in het zwembad of een activiteit in het fitnesscentrum.

Meld je aan via evenementen@sportstad.nl, bij de receptie van Sportstad of via 0513 614 800.

Maandag 9 oktober en vrijdag 13 oktober

8.30 uur

Welkom en introductie met koffie in het Sportstad Café

9.00 tot 10.00 uur

Start activiteit in het zwembad of fitnesscentrum

Waar je hart sneller klopt



Kuiper Verzekeringen. Voelt als familie.



kuiperverzekeringen.nl

→ **vervolg van pagina 7**



“Ik ben geen trainer die zichzelf op de eerste plek stelt, maar ik werk in dienst van de ploeg en de club”

KLEIN JONGETJE MET GROOT TALENT

Na de lagere school gaat Kees naar de detailhandelsschool. “Je moet toch iets doen, maar ik wilde alleen maar voetballen”, zegt hij. Op de detailhandelsschool kan hij ook zijn middenstandsdiploma halen om zo eventueel later een winkel te kunnen beginnen. Na het behalen van het diploma heeft Kees allemaal verschillende baantjes, onder andere bij z’n vader in de zaak, waar hij administratief werk doet. Ook werkt hij even bij Zeeman in het magazijn.

Toch neemt ‘het voetbal’ alle tijd van de jonge Kees in beslag. Het beheerst zijn leven. Kees is een klein kereltje, ook zeer getalenteerd, en wordt al op vijfjarige leeftijd lid van het gerenommeerde vv Bennekom. Hij is nog altijd lid van deze zaterdagclub, die tegenwoordig in de eerste klasse speelt. Kees van Wonderen: “Ik werd tot mijn vijftiende jaar, de

C-juinoren, als groot talent van de club gezien. Als klein, maar behendig jongetje rende ik iedereen voorbij. Omdat mijn groeispurt uitbleef kon ik mijn talent echter niet meer vertalen op het veld, ik was ineens helemaal niet zo goed. Ik kon niet op tegen de grotere jongens van mijn leeftijd en daar had ik het zelf best wel moeilijk mee. Toen de groeispurt alsnog inzette kwam ik rond mijn twintigste in het eerste van Bennekom.”

LAAT DEBUUT IN HET BETAALDE VOETBAL

Nadat Kees de groeistuipen achter zich heeft gelaten, en hij een prima voetballer in het vlaggenschip van de amateurs van vv Bennekom blijkt te zijn, komt er belangstelling uit het betaalde voetbal. Het is N.E.C. uit Nijmegen, net gedegradeerd uit de eredivisie, dat hem op z’n 22ste naar De Goffert haalt. Kees van Wonderen vertelt: “Ik had nog wel zoiets van ‘ik moet het eerst maar la-

ten zien’. Ik wilde weten waar mijn plafond zou liggen. Helemaal voor mijzelf. Gelukkig ging het in mijn debuutjaar behoorlijk goed. Ik scoorde als ‘nummer 10’ in 37 wedstrijden 16 doelpunten. Vervolgens was ik nog steeds geen stabiele voetballer, maar het ging steeds beter. In mijn laatste jaar bij N.E.C. promoveerden we naar de Eredivisie. Ik brak in die laatste wedstrijd trouwens mijn middenvoetsbeentje. Daarna kwam in 1994 Eredivisieclub N.A.C. waarmee ik twee jaar op het hoogste niveau mocht voetballen. Door de blessure duurde het wel een half jaar voordat ik fit was om tegen Roda JC thuis mijn debuut te maken. Ronald Spelbos was onze trainer en hij wilde per se dat ik naar N.A.C. kwam. Hij was heel erg met mij bezig; er was een band met Spelbos. Ik leerde vooral onder moeilijke omstandigheden en weerstand mij staande te houden en oplossingen te zoeken bij wat je tegen komt.”

Na 56 wedstrijden bij middenmoter N.A.C. volgt in 1996 topclub Feyenoord, waar Kees van Wonderen maar liefst acht seizoenen zal voetballen.

FEYENOORD EN DE UEFA CUP

Feyenoord behaalt in 1999 de landstitel, maar het echte hoogtepunt volgt op 8 mei 2002, wanneer Feyenoord met Kees van Wonderen de UEFA Cup wint. Kees: “Bij Feyenoord speelde ik in een omgeving waar je moest winnen en als je niet won, dan voelde dat als het spelen op een vulkaan die op uitbarsten stond. In die acht jaar heb ik dat altijd gevoeld, je kunt er gewoon niet omheen. Ik heb dat als een last ervaren, gevoelsmatig. Maar de club had niet de middelen om aan die verwachtingen te voldoen; wel als naam en supporters, maar geen financiële mogelijkheden om het elftal zo in te richten. Dat schuurde. Toen we de UEFA Cup wonnen hadden we wel een heel goed elftal. Ik speelde in mijn Feyenoord-tijd ook vijf keer voor

Oranje. Na acht jaar was ik helemaal klaar met het presteren op dit niveau, terwijl ik best nog had kunnen doorgaan.”

HOOFDTRAINER

In 2007 kruipt het bloed toch weer waar het niet gaan kan en gaat Kees van Wonderen zijn oude club Bennekom helpen als assistent-oefenmeester. Het bevalt hem uitstekend. In de jaren erna worden alle trainersdiploma’s gehaald. Kees gaat in 2011 aan de slag als assistent-trainer van Oranje Onder 16. Hoogtepunt als bondscoach Onder 17 volgt op 20 mei 2018, als de Europese titel voor die leeftijdscategorie wordt binnengehaald. Van Wonderen is in 2018 en 2019 nog assistent van Ronald Koeman. Dat hele traject noemt hij “een ontdekkingsreis.”

Inmiddels is Kees van Wonderen, die Mepel als woonplaats heeft, alweer voor het vierde jaar hoofdtrainer. Eerst twee jaar bij Go Ahead Eagles en sinds 2022 bij sc Heerenveen. “Ik ben geen trainer die zichzelf op de eerste plek stelt, maar ik werk in dienst van de ploeg en de club. Dat kreeg ik al te horen van Erik ten Hag toen hij mij vroeg om assistent bij FC Twente te worden. Ik kreeg daar energie van. Ik denk trouwens dat je alles kunt worden wat je echt wilt, ook een goede trainer. Ik ben zeker bedachtzaam en een denker. En ik voel mij verantwoordelijk. Dat laatste heeft te maken met uit welk nest ik kom. Ik ben altijd mijzelf.

Ik ben 25 jaar getrouwd met Margriet; zij werkt in de kinderopvang. En ik ben vader van drie volwassen dochters. Zij houden mij echt wel met de benen op de grond. Als ik stil ben, weten ze hoe laat het is. Mijn vrouw laat mij dan met rust. Als ik praatjes heb, dan weet Margriet dat het mij naar de zin gaat.”

BENIEUWD WAT MORGEN BRENGT?

De invloed van kunstmatige intelligentie, robotisering en big data in de toekomst is robotisering en big data in de toekomst is 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.NL



bentacera

DE TOEKOMST LACHT JE TOE

“Ik laat iedereen in z’n waarde”



Flaeijelfeest

45 jear ouderwets gezellig!

30 september 2023

Oudehorne



10.00 uur: Boerenoptocht (gratis)

11.00 uur: Openluchtmuseum in bedrijf

www.flaeijel.frl

groot  heerenveen

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

HET LAATSTE (SPORT)NIEUWS
LEES JE ONLINE OP:
WWW.GROOTHEERENVEEN.NL



VOLG ONS! 



FRL zoekt jou!

Voor de bezorging van de weekbladen in:

HEERENVEEN

CENTRUM, DE AKKERS, NOORD, MIDDEN

LUINJEBERD

ORANJEWOUD

TJALLEBERD

PARTNERS IN BEZORGING & LOGISTIEK

scan mij 

Word bezorger bij FRL

FRL • bezorgers.frl • 058 233 49 70



Huurruimte nodig?

In Tjalleberd verhuurt de 'Stichting Gezusters Hartmans' prachtige ruimtes in het Hartmanshûs voor Maatschappelijke en Zorg gerelateerde doeleinden.

'Stichting Gezusters Hartmans' (bestuur) is op 17 juni 1994 in het leven geroepen om zorg te kunnen bieden en te behouden aan alle streekbewoners in Tjalleberd. De Stichting is centraal gevestigd in het Hartmanshûs aan De Kampen. Het Hartmanshûs is een gebouw met privé koop- en huurappartementen, welke via Woon Friesland worden verhuurd.

ONZE MOGELIJKHEDEN:

De 'Stichting Gezusters Hartmans' verhuurt op de begane grond 3 prachtige grote ruimtes van ieder ca. 33m², 8.35 x 4.00 meter.

Op dit moment wordt één ruimte permanent verhuurd aan een kapsalon. Daarnaast wordt één van de overige twee ruimtes op de dinsdagochtend en vrijdagochtend gebruikt als praktijkruimte door een Geriatrisch Fysiotherapeut.

De twee ruimtes kunnen verhuurd worden als één ruimte, maar ook afzonderlijk. De ruimtes worden gescheiden door een tussen-deur. Diverse doelgroepen kunnen de ruimtes als praktijk dan wel kantoor gebruiken, zoals een huisarts, pedicure, diëtist, acupuncturist, algemeen fysiotherapeut of bedrijfsarts. Ook maatschappelijke instellingen kunnen van de huur mogelijkheid gebruik maken.





DUS ZOEKT U EEN KANTOOR- OF PRAKTIJKRUIMTE, GRATIS PARKEREN, ROLSTOELVRIENDELIJK, CENTRAAL GELEGEN AAN DE A7 AFSLAG TJALLEBERD, KOM GERUST LANGS OM EEN KIJKJE TE NEMEN OF NEM VRIJBlijvend CONTACT OP OM DE MOGELIJKHEDEN TE BESPREKEN.

VOOR MEER INFORMATIE KUNT U TERECHT BIJ VOORZITTER JILDERT HUVER 06-29423777 OF SECRETARIS FROUKJE DE VRIES 06-23188899

Gezocht: jeugdkampioen Fries dammen!

(Ervaring niet vereist)



Ga naar de website, leer het spel en doe mee!

Wij zoeken spelers die mee willen naar een internationaal toernooi* Fries dammen in Italië! Omdat we iedereen de kans willen geven om mee te doen, organiseren wij de komende tijd een reeks digitale lessen om dit uitdagende online denkspel onder de knie te krijgen. Wij zijn juist op zoek naar nieuwe talenten die het spel willen leren, dus geef je snel op! Wie weet vertrek jij binnenkort naar Italië om Nederland te vertegenwoordigen.

De online lessen kunnen van 18 september t/m 20 oktober worden gevolgd, zodat iedereen die graag mee wil doen een eerlijke kans heeft. Meer informatie vind je op friesdammen.nl.

* Maximum leeftijd voor deelname aan het toernooi in Italië is 16 jaar.

lidraughts.org/fd

GEMEENTE  HEERENVEEN

Actueel in Heerenveen

INFORMATIEBIJLAGE VAN GEMEENTE HEERENVEEN | SEPTEMBER 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 daarna een besluit over de raadsvoorstellen. Over 'hamerstukken' voert de raad geen debat, maar neemt direct een besluit.

RAADSVERGADERING 25 september | 20.00 uur

In deze raadsvergadering neemt de gemeenteraad een besluit over de onderwerpen die op de agenda van de commissievergaderingen op 14 september hebben gestaan.

- Op de agenda:
- Benoeming commissielid
 - Verordening en instellen Rekenkamer gemeente Heerenveen 2023
 - Energiefonds Heerenveen
 - Verduurzaming gemeentelijk sportcentrum
 - Begrotingswijziging Fryske Utfieringstsjinst Miljeu en Omjouwing (FUMO)
 - Initiatiefvoorstel referendumverordening
 - Vorbereidingskrediet herontwikkeling oude school SWS de Nijewier (Aengwilderweg 284) in Tjalleberd
 - Vestiging Wet voorkeursrecht gemeenten op Koornbeursweg 1 te Heerenveen
 - Bestemmingsplan Gentaansingel en K. Molweg, Jubbega

BIJZONDERE RAADSVERGADERING 28 september | 20.00 uur

In deze bijzondere raadsvergadering wordt er afscheid genomen van de heer Tjeerd van der Zwan als burgemeester van de gemeente Heerenveen.

BIJZONDERE RAADSVERGADERING 2 oktober | 19.30 uur

In deze bijzondere raadsvergadering wordt mevrouw Avine Fokkens-Kelder geïnstalleerd als burgemeester van de gemeente Heerenveen.

 **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.



Heerenveen neemt meer tijd voor onderzoek en analyse locatie AZC

Het college van B&W van Heerenveen neemt meer tijd voor het indienen van een raadsvoorstel over een locatie voor een asielzoekerscentrum (azc) en het vervolgproces. Bij de inloopbijeenkomst van donderdag 7 september over de mogelijk geschikte locatie Heerenveen-west zijn veel reacties ingebracht. Het college van B&W wil meer tijd nemen om zorgvuldig, alle ingebrachte informatie te bekijken en te analyseren.



Zorgvuldige verwerking
De binnengekomen reacties van 7 september worden, net als de reacties van 7 juni, zorgvuldig verwerkt en geanalyseerd. Hierover is ook overleg nodig met de gemeente de Fryske Marren.

uit te trekken voor de voorbereiding van het raadsvoorstel. De besluitvorming in de raad stond oorspronkelijk gepland op 19 oktober. De nieuwe data voor inspraak en besluitvorming worden tijdig bekend gemaakt.

Voor meer informatie kijkt u op heerenveen.nl/azcheerenveen. U kunt zich hier ook inschrijven voor de nieuwsbrief.



Week van de Toegankelijkheid

Toegankelijkheid loont in gemeente Heerenveen

1 op de 5 Nederlanders heeft een beperking. Een goede fysieke, digitale en sociale toegankelijkheid helpt om mee te kunnen doen aan de samenleving. Maar toegankelijkheid heeft voor veel meer mensen voordelen.

Een toegankelijke winkel trekt meer klanten aan, en een toegankelijke website heeft een groter bereik. Tussen 2 en 7 oktober laat het VN-panel Toegankelijk Heerenveen met verschillende activiteiten graag zien dat "Toegankelijkheid loont". Het VN-panel is een groep inwoners die zich inzet voor een betere toegankelijkheid. Ervaar welke obstakels rolstoelgebruikers tegenkomen tijdens het winkelen of kom langs bij het Oogcafé.

Kijk voor het complete programma op toegankelijkheerenveen.nl

Horeca in De Heide? Ja of Nee?

Inmiddels zijn de werkzaamheden om De Heide een opknappbeurt te geven in volle gang. Bij het maken van de plannen kwam ook regelmatig de wens voor een horecagelegenheid naar voren. We zijn daarom bezig met een haalbaarheidsonderzoek.

Onderdeel hiervan is het bepalen van de wenselijkheid en de eventuele kaders voor een horecagelegenheid. Ben je omwonende van het gebied of kom je er regelmatig? Laat ons dan jouw mening horen.

Ga naar heerenveen.nl/onderzoekhorecadeheide en beantwoord de vragen van onze online enquête. Meedoen kan t/m 24 september en kost slechts een paar minuten. Je antwoorden blijven volledig anoniem.



Week van de Ontmoeting: 23 september t/m 4 oktober

1 op de 3 mensen voelt zich best eenzaam. Daarom gaat zaterdag in de gemeente Heerenveen de Week van de Ontmoeting van start! Een week vol activiteiten waarbij ontmoeting en verbinding centraal staan.

Klein, groot, voor de straat, voor de wijk, georganiseerd samen met de buurt of met andere partijen. Er staan bijna 40 activiteiten op de agenda! Verderop in deze krant (pagina 55) vind je de complete agenda terug. Ga naar samenscorenvoorgezondheid.nl voor het actuele overzicht en meer informatie over alle activiteiten bij jou in de buurt. Doe je mee?

Afscheid van 'n gouden plak

Tjeerd van der Zwan: “Maar als het skûtsje wint, ben ik erbij!”

Na twaalf jaar burgemeesterschap zwaait hij af. Niet omdat hij wil, maar omdat hij moet. Een burgemeester moet nu eenmaal stoppen op zijn zeventigste. Maar achter de geraniums? Dat nooit. Want stilstand is achteruitgang, en Tjeerd van der Zwan gaat liever vooruit, vooruit, vooruit.

Tijdens het weekendje weg met zijn vrouw Baukje bijvoorbeeld, nog niet zo lang geleden. Fietsend door de duinen van Terschelling. Zij op een elektrische fiets vanwege de harde wind en hij op eigen kracht. Genietend van de zon, de zee en de rust. Tôt ze worden ingehaald door twee wielrenners. Van der Zwan besluit in een fractie van een seconde dat hij dit niet over zijn kant laat gaan en zet de achtervolging in. Wat Baukje dan voor zich ziet, is 'een heel klein, kinderachtig mannetje dat héél hard fietst om andere mensen te laten zien hoe hard hij kan fietsen'. Maar dat is háár perceptie, zegt Van der Zwan lachend. Hij wilde naar eigen zeggen 'gewoon weten of hij na een paar dagen vakantie nog een beetje competitief was.' En voor wie het weten wil: natuurlijk haalde hij ze in.

Profcontract bij sc Heerenveen

Het typeert de man die sinds 2011 burgemeester was van Heerenveen. Vanaf de dag dat hij in de spiegel zag dat hij 'een klein dik burgemeestertje' begon te worden, is hij fanatiek gaan sporten. Maar sport was daarvoor ook al belangrijk. Voetballen... wielrennen... Zelfs zijn overstap van de gemeente Achtkarspelen naar Heerenveen verklaarde hij met een sportieve vergelijking. “Ik heb die gemeente een beetje tekort gedaan, door er maar vier jaar burgemeester te zijn”, vertelt hij serieus. “Maar als ik het vergeleek met voetballen bij Harkemase Boys en een profcontract aangeboden krijgen van sc Heerenveen, dan begrepen ze het wel.”

Hoofdprijs

Zo hoog had hij de gemeente Heerenveen al zitten destijds. Met plattelandsdorp Heerenveen, met haar stadse allure. Het rijke bedrijfsleven van grote en internationale bedrijven, waar elke dag 26.000 forenzen naartoe komen om te werken. Bijzondere sportieve iconen als Thialf, Sportstad, het Abe Lenstra stadion, de turnacademie en Topsport Noord... “Als je in het noorden burgemeester bent van Heerenveen, heb je echt een hoofdprijs te pakken.”

Positieve uitstraling

Dat de aantrekkingskracht van economie en sport elkaar versterken, merkte Van der Zwan toen hij voor de lokale zuivelindustrie naar het Chinese Hefei toog. Want dat men in die miljoenenstad geïnteresseerd was in Heerenveen, had niet alleen te maken met de zuivel. Het kwam ook door Marco van Basten die toen trainer was van sportclub Heerenveen. Door Epke Zonderland die er woonde. Door de schaatsters die in Beijing bij de Olympische Spelen het ijs aan flarden hadden gereden. Van der Zwan: “Ik vertelde hoeveel Olympische medaillewinnaars er in Heerenveen woonden en dat maakte nogal indruk. In Hefei woonde er niet één! Toen zij daarna bij ons op bezoek kwamen, gingen we natuurlijk ook naar het voetbalstadion en naar Thialf. Sport heeft gewoon een hele positieve aantrekkingskracht.”

Het probleem van Heerenveen

Allemaal mooie dingen, maar het burgemeesterschap bracht ook geregeld sores met zich mee. Met name in tijden van crisis. Zo was er vlak voor 2008 een enorme hoeveelheid grond ingekocht om de werkgelegenheid te faciliteren, die de gemeente vanwege de financiële crisis aan de straatstenen niet meer kwijtraakte. “Werkgelegenheid komt de hele regio ten goede maar wanneer zich een probleem voordoet, moet Heerenveen dat als dorp met maar vijftigduizend inwoners zelf oplossen”, vertelt Van der Zwan. “Dat is in een notendop het probleem van de gemeente Heerenveen. Het is qua omvang eigenlijk te klein voor de grote verantwoordelijkheden die het heeft, op het gebied van de welvaart voor Noord Nederland, het bedrijfsleven en de sportieve iconen. We kunnen die maar in beperkte mate steunen.”

Samen optrekken met de provincie

Gelukkig voelde Van der Zwan zich altijd gesteund door de provincie. Bijvoorbeeld toen Thialf aan renovatie toe was. Het ijsstadion is toch een grote trots van Fryslân. Het was volgens hem



Onze burgemeester zwaait af!

Na ruim 12 jaar neemt Tjeerd van der Zwan afscheid als burgemeester van onze gemeente. Graag bedanken wij hem voor zijn grote inzet tijdens een buitengewone raadsvergadering en uitzwaaibijeenkomst op 28 september in de raadszaal van de gemeente Heerenveen, Crackstraat 2.

Iedereen is van harte welkom om bij deze afscheidsvergadering aanwezig te zijn. Wel vragen we om uw aanwezigheid vooraf en uiterlijk 23 september bij ons te melden via bestuurssecretariaat@heerenveen.nl

PROGRAMMA

- 19.15 uur** Ontvangst
- 20.00 uur** Bijzondere raadsvergadering.
De commissaris van de Koning is hierbij aanwezig.
- 22.00 uur** Uitzwaaibijeenkomst
Iedereen persoonlijk een hand geven wordt lastig met zoveel mensen. Daarom kunt u tijdens het afscheid een videoboodschap inspreken, die we Tjeerd van der Zwan na afloop aanbieden.

daarom terecht dat de provincie financieel bijsprong. En niet alleen op sportief gebied, ook in het belang van de economie trokken de gemeente en provincie vaak samen op. Zo werden in samenwerking met de provincie verschillende grote bedrijven als Royal A-ware en Fonterra naar Heerenveen gehaald.

Gunnen en vergeven

Van der Zwan zag de gemeente zich de afgelopen twaalf jaar op veel manieren ontwikkelen. Al bleef ook veel hetzelfde. De dorps sfeer. De ‘ons kent ons’ cultuur. “Ik waardeer het zeer dat de inwoners mij als hun burgemeester hebben beschouwd, want dat is niet vanzelfsprekend. Ik heb het als heel bijzonder ervaren. Ze gunden het me ook om burgemeester te zijn. Als ik een fout maakte, ging men daar niet eindeloos over door maar kon de gemeenteraad me die ook vergeven. Dat vrouwen creëert een hele prettige werksfeer. De ambtelijke medewerkers willen er ook veel voor doen. Je hebt geen 9 tot 5 baan als je in deze organisatie werkt.”

Obsessief

Hij zelf had dat ook niet. Het burgemeesterschap vraagt veel van een mens. Om fit te blijven, besloot hij op

een zeker moment meer te gaan sporten. “Ik fiets op de racefiets, fitness met een personal trainer en roei thuis op een roeimachine. M’n familie vind dat ik te veel doe. Noem het obsessief. Als ik rond elf uur ‘s avonds thuiskom na het werk, ga ik bijvoorbeeld niet bij mijn vrouw op de bank zitten als ik die dag niet heb gesport. Ik ga dan eerst nog een uurtje roeien, anders voelt de dag onvolmaakt. Dus ja, dat is wel een beetje doorgeslagen.”

Power

Zijn competitiedrift wordt niet gedreven door de wil om te winnen, zegt hij zelf. Het gaat hem erom dat hij power houdt. “Ik wil het ouder worden stoppen. Ik had ook best door geweld als burgemeester. Ik vind het werk ontzettend leuk en heb de energie nog om het te doen. Zeventig is maar een getal hè. Maar het is ook goed dat er nu iemand anders komt, die de zaken op een andere manier bekijkt. Want je ontkomt er niet aan dat je dingen na verloop van tijd niet meer ziet. Dat je routines ontwikkelt. Oogkleppen op krijgt. Hoe je ook je best doet om dat te voorkomen. Ik denk dat Avine Fokkens een uitstekende burgemeester is.”

[lees verder >>>](#)

vervolg van vorige pagina >

Geen gespreid bedje

Zijn opvolgster staat voor flinke uitdagingen, voorziet Van der Zwan. Toen hij aantrad, had Heerenveen het financieel moeilijk. Nu is het opnieuw spannend. Heerenveen zoekt zoals haast elke gemeente in Nederland naar manieren om de boel in 2026 rond te krijgen, wanneer de financiering vanuit het Rijk een dieptepunt bereikt. "Vanwege de grote opgaven en ambities van Heerenveen en de rol die wij in noorden spelen, zet dat extra aan", vertelt Van der Zwan. "Het wordt een moeilijke klus voor de gemeenteraad, het college, de ambtelijke organisatie en de nieuwe burgemeester. Zeker geen gespreid bedje."

Super verliefd

Wat hij gaat missen als hij straks weg is? Het heeft hem verrast, maar dat zijn de bezoeken aan 65 jaar getrouwen. Van der Zwan: "Ik bleef er vaak langer hangen dan de agenda toeliet. Het leukste vond ik om vragen te stellen waarop de kinderen het antwoord stiekem ook wel wilden weten. Dan vroeg ik bijvoorbeeld: wees eens eerlijk, was u al meteen super verliefd? En dan reageerde die vrouw van: Wénee! Geweldig vond ik dat. Als je geïnteresseerd bent in mensen en in hun geschiedenis dan zijn dat prachtige ontmoetingen." Hetzelfde geldt voor de zijn gesprekken met nieuwkomers in de gemeente, over hun geschiedenis en toekomstplannen. "Soms lag dat gevoelig, maar vaak waren het heel bijzondere gesprekken."

Alles worden wat je wil

Schoolbezoeken vond hij ook heel leuk om te doen. "Kinderen hebben vaak een apart beeld van de burgemeester. Ontwapenend. Ze vroegen me dan of ik rijk was en in wat voor auto ik reed. Kwam ik aanrijden in m'n oude Golfje. Wat een teleurstelling!" Toch maakte het indruk, merkte hij later op straat. Dan hoorde hij één van die kinderen ineens 'hee, dat is de burgemeester!' roepen. "Ik kan me nog herinneren dat de burgemeester bij mij op school kwam. Als iemand toen had gezegd: van al deze kinderen wordt er één burgemeester, had niemand naar mij gewezen. Dat vertelde ik de kinderen altijd tijdens mijn schoolbezoeken. Ook al ben je nu niet goed op school: je kunt later alles worden wat je wil."

Terug naar Lelystad

Nu gaat hij terug naar Lelystad. Van der Zwan woonde er in de jaren tachtig en negentig ook al, toen zijn vrouw er een baan kreeg in het onderwijs. Of hij nog eens terugkomt naar Heerenveen? Wellicht voor een mooie voetbalwedstrijd of belangrijk schaatsevenement, maar verder zal hij er terughoudend in zijn. Hij wil de nieuwe burgemeester niet voor de voeten lopen. Maar als het skûtsje van Heerenveen op een goede dag weer kampioen wordt, is hij erbij. "Want dat is het enige dat ik hier niet meemaakte en dat is natuurlijk een enorme teleurstelling", zegt hij met een lach. "Dat wil ik voor geen goud missen."



Ondersteuning voor ondernemers bij geldzorgen

Geldzorgen, het kan iedereen overkomen. Oók als je ondernemer bent. Hoe moeilijk het ook is, het is belangrijk dat je om hulp vraagt; hoe eerder, hoe beter.

In een gratis en vrijblijvend gesprek kun je jouw situatie bespreken met de specialisten van Bureau Zelfstandigen Fryslân*. Samen met jou wordt gekeken welke hulp nodig is en wie dat het beste kan bieden. In een aantal stappen werken we toe naar minder of geen geldzorgen. Hoelang dit traject duurt is afhankelijk van jouw situatie en de ondersteuning die ingezet wordt.

Benieuwd hoe dit traject precies in z'n werk gaat en wat je van ons kunt verwachten? Bekijk dan de uitgebreide 'routekaart' op heerenveen.nl/ondernemenengeldzorgen.

Sámen helpen we je verder.

* Bureau Zelfstandigen Fryslân is een regionaal samenwerkingsverband van de meeste gemeenten in Friesland. Zij geven onafhankelijk en objectief advies, waaronder op het gebied van geldzorgen



Heldere en begrijpelijke taal

We vinden het belangrijk dat we goed contact maken en houden met iedereen. Daar hoort duidelijke taal bij. Medewerkers van de gemeente worden daarom getraind in het schrijven van heldere, actieve en begrijpelijke taal. Maar het komt vast wel eens voor dat je een ingewikkelde brief, e-mail of folder ontvangt van de gemeente. Waarvan je denkt 'huh, wat bedoel je?' Dat willen we natuurlijk voorkomen.

De brievenwasmachine

Daarom hebben we sinds kort de 'brievenwasmachine': een speciale brievenbus waar brieven of andere teksten ingeleverd kunnen worden. Onze schrijfspecialisten 'wassen' de tekst en maken er een duidelijk verhaal van. Zo zorgen we samen voor een Helder Heerenveen!

Wethouder Sybrig Sytsma:

"Als gemeente zijn we er voor al onze inwoners. Iedereen moet mee kunnen doen. Daar hoort ook bij dat we duidelijk communiceren, dat iedereen begrijpt wat we bedoelen. We doen ons best om brieven en teksten zo leesbaar mogelijk te schrijven. Want als je weet en begrijpt wat er staat, dan is de kans dat je belangrijke informatie mist een stuk kleiner. Maar het kan vást nog wel eens beter. Met de 'brievenwasmachine' worden de teksten

vertaald van moeilijke naar makkelijke taal. Ook bespreken we dit met onze medewerkers. Zo leert iedereen ervan."

Inleveren

Heb jij een moeilijke of onduidelijk brief, e-mail of folder ontvangen? Lever 'm dan in bij de 'brievenwasmachine' op één van de volgende locaties:

- Gemeentehuis Heerenveen, Crackstraat 2, Heerenveen
- Pop-store, Sieversstraat 15, Heerenveen
- MFC De Kompenije, Ericalaan 24-A, Jubbega

Of mail 'm naar brievenwassen@heerenveen.nl

Let op: zorg dat persoonlijke of medische gegevens onzichtbaar gemaakt worden.



Wethouder Sybrig Sytsma


 Uitnodiging installatie burgemeester
Avine Fokkens-Kelder

 Maandag
2 oktober
19.30 uur

Op 2 oktober 2023 wordt mevrouw Avine Fokkens-Kelder geïnstalleerd als burgemeester van onze gemeente Heerenveen. Iedereen is van harte welkom om bij deze installatie aanwezig te zijn. Deze bijzondere raadsvergadering en de welkomstreceptie vinden plaats in de raadszaal van de gemeente Heerenveen, Crackstraat 2.

PROGRAMMA

- 19.00 uur** Ontvangst
19.30 uur Bijzondere raadsvergadering.
De commissaris van de Koning beëdigt Avine Fokkens-Kelder als burgemeester van de gemeente Heerenveen.
21.00 uur Welkomstreceptie
Gelegenheid voor felicitatie en persoonlijke kennismaking.

Iedereen is welkom. Bent u erbij?

Het is een openbare raadsvergadering. Graag weten we vooraf hoeveel personen er ongeveer aanwezig zijn. Meld u vóór 28 september aan via bestuurssecretariaat@heerenveen.nl Tot ziens op 2 oktober 2023!



Fixi app helpt buiten- en binnendienst efficiënter en effectiever te werken

Wijkbeheer: een geoliede machine

Een verstopte riolering? Een gat in de weg? Een afhanginge tak boven het fietspad of een vernield bushokje? Wijkbeheer lost het op, naast al haar andere werkzaamheden. Het onderhouden van de begraafplaatsen bijvoorbeeld, en het snoeien van de bomen. Het bestrijden van exoten en het maaien van de berm... wat doen ze eigenlijk niet? Om de meldingen van inwoners beter te reguleren, werken ze sinds deze zomer met de Fixi app. De dag na zomerstorm Poly namen ze hem in gebruik en hij slaagde direct voor de test.

Via de Fixi website of smartphone app kunnen inwoners eenvoudig een melding doen van een onveilige of anderszins problematische situatie in de openbare ruimte. En dit gebeurt nogal eens, in een gemeente met 4 miljoen vierkante meter verharding, 450 kilometer riolering, ruim 40.000 bomen, meer dan 20 kilometer hagen en 700 hectare beplanting, bermen en velden. Het wordt allemaal netjes gehouden door de ruim 60 vaste medewerkers van wijkbeheer, de technische dienst en IBOR, die worden bijgestaan door tientallen werknemers van het werkvoorzieningschap en zo'n 40 extra krachten in de zomer. En vergeet de 563 kunstwerken - waaronder bruggen - en 1.000 rioolgemaal niet: die onderhouden ze ook.

Overzichtelijk

Met zo'n uitgebreid vast takenpakket is het belangrijk dat extra werk snel en overzichtelijk binnenkomt en vlot kan worden verwerkt. En dat kan met het Fixi systeem. Kwamen de meldingen van inwoners en verschillende afdelingen binnen de gemeentelijke organisatie voorheen binnen via de mail, telefoon, de

website en het Klant Contact Centrum, nu komt haast alles binnen via Fixi.

Zomerstorm Poly

In onder andere de gemeente Fryske Marren werkten ze al langer met dit systeem. De wijkbeheerders van de gemeente Heerenveen namen een kijkje en waren direct gecharmeerd. Dat het Fixi systeem ook in Heerenveen werkte, bleek al gauw uit het aantal meldingen dat erop binnenkwam. De dag vóór de ingebruikname van Fixi raasde zomerstorm Poly namelijk met donderend geweld over het land. Inwoners konden via de website en app meteen doorgeven waar in de gemeente schade was ontstaan.



Foto's en locatie uploaden

Een groot voordeel van Fixi is dat inwoners er een formulier kunnen invullen waarop ze exact aangeven wat de locatie is van de situatie. Ze kunnen ook foto's uploaden en hun gegevens achterlaten, zodat wijkbeheer bijvoorbeeld kan bellen om te horen hoe urgent de situatie is. Wijkbeheer kan ook zelf reageren in de app, bijvoorbeeld om te laten weten dat het probleem is verholpen, en inwoners kunnen een compliment achterlaten als ze tevreden zijn.

Urgentie

Dit laatste gebeurt af en toe en dat doet de teams goed. Want als je hard werkt, is het mooi om horen dat het resultaat wordt gewaardeerd. De beheerders kunnen weliswaar niet altijd direct op elke melding afkomen, want niet alles is urgent. Bijvoorbeeld wanneer een inwoner meldt dat de berm wel weer eens gemaaid mag

worden en de locatie op een route ligt waar op dat moment toch al aan wordt gewerkt. Het kan dan best een paar dagen duren voordat de maaier daadwerkelijk opdrukt, maar ook dat wordt dan aan de melder doorgegeven.

Geoliede machine

Het wijkbeheer in de gemeente Heerenveen beschikt over een eigen machinepark en onderhoudsmonteur. Verschillende soorten en maten maaiers, hoogwerkers, snoeimachines, zoutstrooiwagens en diverse andere voertuigen hebben ze allemaal in huis en kunnen ze snel en flexibel inzetten.

Dat dankzij de Fixi app ook het interne contact tussen de buiten- en binnendienst sneller verloopt en dat structurele problemen in de openbare ruimte sneller worden opgemerkt, maakt van de afdelingen als geheel een geoliede machine. Of 'een mooie club mensen', zoals ze zelf zeggen. Eentje die elk jaar weer een enorme hoeveelheid werk verzet. En al zijn ze zelf bescheiden, dat is best iets om trots op te zijn.

Scan hier de QR-code om de Fixi-app te downloaden



iOS

Android



Ondernemers aan zet bij groener Heerenveen Zuid

Initiatiefnemers LEEF project willen plannen uiteindelijk overdragen

Bedrijventerrein Heerenveen Zuid wordt groener. Letterlijk - doordat diverse bedrijven de biodiversiteit rondom hun pand bevorderen met nieuwe beplanting. En ook figuurlijk met het vinden van een oplossing voor de netcongestie en het creëren van een Green Deal. Het is pionieren, erkennen kartrekkers David Peter Kuiper en Marlies Ballemans. Maar er zijn dit jaar al een paar belangrijke stappen gezet.

Marlies Ballemans en David Peter Kuiper zijn de gezichten achter LEEF project 'Samen verduurzamen: Heerenveen Zuid'. In 2021 maakten ze een voorstel voor het bedrijventerrein en ontvingen van de gemeente een ton voor de uitwerking van hun plan. Samen met de gemeente, ondernemerskring OKH, Antea Group en de ondernemers werken ze aan collectieve oplossingen om duurzamer en slimmer om te gaan met energie, binnen het energienetwerk van Heerenveen Zuid. Het liefst met alle ondernemers, maar zeker met de dertig grootverbruikers op het industrieterrein. Daarnaast gaat het bedrijventerrein letterlijk vergroenen, met nieuwe bomen en planten die de biodiversiteit bevorderen.

Netcongestie

Op verzoek van de gemeente brachten David Peter en Marlies het huidige energieverbruik van de dertig grootverbruikers van Heerenveen Zuid in kaart, en inventariseerden zij hun toekomstplannen voor elektrificatie en opschaling. Met deze gegevens rekende Antea Group meerdere scenario's door, om zo tot een aantal mogelijke oplossingen te komen voor de problemen op het stroomnet van het bedrijventerrein. Met andere woorden: hoe kunnen deze bedrijven samen stroom opwekken, opslaan en onderling verdelen binnen een slim energienetwerk?

Green Deal

Hoewel het een project van de lange adem is, zijn ze trots op de stappen die ze het afgelopen jaar hebben gezet. Zo is er een Green Deal in de maak, waarin de deelnemende bedrijven hun belangrijkste ambities en doelen op het gebied van duurzaamheid formuleren. David Peter en Marlies zaten hiervoor al enkele keren om tafel met de OKH, de gemeente en de Rabobank. Volgende stap is afstemming met ondernemers over de inhoud van de Green Deal. Dit kan gaan over het reduceren van de CO2-uitstoot, over gezamenlijke oplossingen voor het overvolle stroomnet en wellicht ook andere duurzame of 'groene' maatregelen.

Transitie op transitie

David Peter: "We zitten in een feitelijke transitie van fossiele naar hernieuwbare energie, van grijs naar meer groen en van een traditionele naar een circulaire economie. Deze brede ontwikkeling gaat hand-in-hand met de



David Peter Kuiper en Marlies Ballemans

transitie van alleen naar gezamenlijk. Dit vraagt om grote veranderingen in het denken en doen van de betrokken partijen. Van de ondernemers, maar ook van de gemeentelijke organisatie. Om voor bepaalde initiatieven groen licht te krijgen, moeten vaak verschillende gemeentelijke afdelingen iets van ons plan vinden. Het blijkt nog best lastig die partijen samen aan tafel te krijgen. We zien deze transitie als een belangrijke uitdaging, waar we met zijn allen vorm aan moeten geven."

Voor en door ondernemers

Ook het vinden van congestie-oplossingen voor het bedrijventerrein hangt af van de bereidheid van de ondernemers om daar samen de schouders onder te zetten. Wie pakt welke rol? Wie neemt verantwoordelijkheid voor het grotere geheel? Marlies: "Wij hebben met 'Samen verduurzamen' een begin gemaakt met de transitie op Heerenveen-Zuid, door de stakeholders te mobiliseren en te verbinden. Inmiddels zien we onder alle betrokkenen een steeds breder draagvlak ontstaan. Intussen is er een kerngroep van vijf grootverbruikers opgericht. Deze groep ondernemers gaat samen met ons, de gemeente, de Ondernemerskring Heerenveen (OKH) en een aantal experts op zoek naar mogelijkheden om energie slimmer te gebruiken, te delen en op te slaan. Het LEEF-project stopt officieel in december van dit jaar, maar we blijven voorlopig nog betrokken. Bijvoorbeeld bij het opzetten en invullen van parkmanagement. Uiteindelijk moet het initiatief echter worden gedragen door de ondernemers van dit bedrijventerrein. Niet door ons."

Bouwen aan de toekomst

Wat Marlies en David Peter verder nog van plan zijn? "Zoals gezegd blijven we voorlopig betrokken bij Heerenveen-Zuid. De ingezette transitie is een proces, waar we met zijn allen vorm aan moeten blijven geven en dat we steeds verder uitbouwen en verfijnen. Daarnaast willen we aan de slag met andere bedrijventerreinen in Friesland. Er is vaak wel duurzaam beleid bij gemeenten, de provincie en het Rijk, maar dat is nog erg gericht op participeren en minder op bedrijven. Wat wij doen, is een collectief smeden en vanuit gezamenlijkheid een bedrijventerrein verduurzamen, samen met heel veel lokale partijen. Dit gaat met vallen en opstaan en wij weten inmiddels wat wel en niet werkt. We hebben bijvoorbeeld verschillende communicatiemiddelen en strategieën ingezet met wisselende resultaten. Zo hebben we een enorme hoeveelheid kennis opgedaan en die delen we graag met anderen om zo de transitie provincie-breed te versnellen."

Kom ook naar het
LEEF Energiefestival

Zaterdag 4 november 2023

Met de laatste stand van zaken over onze 5 Groene Gangmakers en volop inspiratie over verduurzaming van je woning!

Save
the date

Een verpakkingsvrije maatschappij begint bij jezelf

Shamé Keesman: “Er zijn heel veel manieren om duurzamer te ondernemen”

Voor een duurzamere samenleving moeten we ons allemaal inzetten. Inwoners doen dit onder meer door hun afval zo goed mogelijk te scheiden; ondernemers kunnen een steentje bijdragen door klanten aan te moedigen eigen bakjes en zakjes mee te nemen. En er zijn méér manieren, weet Shamé Keesman van lunchroom BY-KEES in het centrum van Heerenveen.

Stap voor stap richting een afvalvrije economie. Dat is wat de gemeente Heerenveen nastreeft, en vele initiatieven met haar. Zoals Zero Waste Nederland, een landelijk opererende aanjager van circulariteit, die de maatschappij naar eigen zeggen “met zachte hand in de goede richting beweegt”. Zo kun je als ondernemer een speciale sticker bij ze aanvragen om verpakkingsafval terug te dringen.

Sticker

Het was dat een klant haar erop wees, want zelf had Shamé Keesman er nog nooit van gehoord. En ze is niet de enige. Dat blijkt uit het feit dat ze nu nog de enige ondernemer in Heerenveen is die haar bedrijf voor de sticker aanmeldde. “Neem gerust je eigen verpakking mee”, lezen bezoekers van horecazaak BY-KEES nu dus bij de voordeur, wanneer ze het pand betreden. “Al zijn het nu nog vooral bakers”, zegt eigenaresse Shamé Keesman lachend.

Weinig bekendheid

Ze ziet vaker groene initiatieven voorbijkomen die bij de ondernemers weinig bekend zijn. “Neem het Green Key certificaat. Dat is een duurzaamheidskeurmerk voor toeristische en recreatieve bedrijven in Nederland. Best heel groot, maar heel onbekend. Zelfs bij bedrijven die echt wel met duurzaamheid bezig zijn.” Want je moet er toevallig tegenaanlopen, of er zelf actief naar op



zoek gaan. “Er wordt niet veel bekendheid aan gegeven”, meent Shamé.

Eigen beker

En eerlijk is eerlijk, ze merkt niet veel effect van de sticker sinds ze die in tweevoud op de voordeur plakte. “Een groep klanten nam altijd al de eigen beker mee, vooral voor afhaal-koffie. Eigen bakjes zie ik nog niet veel. Dat zijn er sinds de sticker ook

ook zonde als die schalen na één keer gebruiken in de prullenbak belanden”, zegt Shamé.

Bij BY-KEES scheiden ze het afval zowel voor als achter de bar en gebruiken ze zo min mogelijk plastic. Ze verspillen zo weinig mogelijk voedsel, gebruiken led-kaarsjes in plaats van echte en wassen de handdoekjes in het toilet om geen wegwerp-exemplaren te hoeven gebruiken.

Zeventig procent vega

“Maar wanneer doe je het nu echt goed, hè?”, mijmert Shamé. “Er zijn altijd nog meer manieren waarop je goed bezig kunt zijn. Of nog beter bezig. Op dit moment is zeventig procent van onze menukaart vegetarisch. Dat is best veel, maar helemaal vega zou nog beter zijn. Tegelijkertijd weet ik dat je daar bij de gemiddelde inwoner van onze gemeente niet mee hoeft aan te komen. Daar zijn we hier echt nog niet aan toe.”

Andere mindset, ander systeem

Er valt in het centrum van Heerenveen nog wel wat winst te behalen op circulair gebied, volgens Shamé. Maar ze realiseert zich ook dat mensen het echt zelf moeten willen, want als je het oplegt heeft het geen zin. “Mensen zien het vaak als gedoe, terwijl sommige kleine ingrepen al enorm helpen. Bijvoorbeeld door meer producten verpakkingsvrij aan te bieden.” Maar om écht iets te veranderen, is volgens haar een andere mindset nodig. Misschien zelfs wel een ander systeem. Wat haar betreft slaan de ondernemers daarvoor de handen ineen. “Die stickers van Zero Waste Nederland zijn nu nog onbekend, maar hopelijk groeit deze beweging in de toekomst.”

niet meer geworden. Misschien dat het ook wel beter werkt bij ander soort zaken. “To-Go”-winkels bijvoorbeeld.”

Meer werk, minder afval

Dit betekent niet dat ze verder niets doet aan duurzaamheid. Integendeel. Lunches bij bedrijven worden bezorgd op schalen die ze later weer ophalen. “Daar hebben we dus wat meer werk van, maar ik vind het

Gemeente Heerenveen één voor één groener!

eenvooreengroener.nl f @

DIT WEEKEND BIJ ABD EN DIRECT LEVERBAAR

DE NIEUWE RENAULT CLIO

LPG, BENZINE OF FULL HYBRID

Tank met LPG voor €0,76 per liter



Standaard luxe uitgerust met:

- Airconditioning
- Parkeersensoren
- LED PURE VISION koplampen
- Elektrisch inklapbare spiegels
- EASY LINK 7"multimediasysteem
- Active emergency braking system
- Cruisecontrol met snelheidsbegrenzer
- Draadloos Apple CarPlay™ en Android Auto
- Lane departure warning met lane keep assist

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

Welkom bij ABD
ABD RENAULT
www.abdrenault.nl

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

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



Schrijffouten voorbehouden. Voor meer informatie kijk op www.abdrenault.nl
officiële brandstof- en CO2-gegevens: min./max. verbruik: 4,2-5,3 l/100km, resp. 23,8-18,8 km/l. CO2 95-119 g/km

www.abdrenault.nl



#FACETOFACE MARGRIET TIBBEN

fotografie MUSTAFA GUMUSSU

tekst LUTSKE BONSMMA

"IK MAG EEN STUKJE
MET MENSEN MEELOPEN"

Margriet Tibben (44) kwam vijftien jaar geleden in aanraking met homeopathie, toen ze na de bevalling van haar dochter Isa aan slapeloosheid leed. Ze ging naar een homeopaat en dat hielp. Kort daarna deed ze weer een beroep op de homeopathie toen Isa last had van eczeem. Ook deze keer had ze een positieve ervaring en daardoor was ze zo geïntrigeerd dat ze naar een open dag van de Academie voor Klassieke Homeopathie ging. Ze volgde de opleiding voor klassiek homeopaat en inmiddels heeft ze meer dan tien jaar een eigen praktijk.

Margriet Tibben is geboren en getogen in Assen. Op haar zestiende verhuisde ze naar Schagen in Noord-Holland, waar ze haar latere man Bastiaan leerde kennen. Beiden studeerden in Leeuwarden, en na hun studie bleven ze in Friesland omdat ze het hier heel fijn vinden wonen. Met hun drie kinderen Isa (15), Suze (13) en Marijn (11) verhuisden ze twee jaar geleden naar de wijk Skoatterwâld in Heerenveen. Ze kochten een perceel en lieten er een prachtig huis bouwen, omgeven door groen. Margriet en haar gezin, met ook kat Juul en pup Guus, genieten enorm van het huis en de omgeving. Na een dag vol consulten maakt Margriet graag haar hoofd leeg door een boswandeling te maken met pup Guus. In haar spreekkamer zit ze echter met haar rug naar het groen, zodat haar cliënten door het raam achter haar op het rustgevende groen van de tuin en een natuurgebied kunnen kijken.

DRUPPELS IN
EEN GLAS WATER

Margriet: "In 2008 ben ik moeder geworden van Isa, en na de bevalling sliep ik niet meer. Ik heb het een tijdje aangekeken, maar op een gegeven moment dacht ik: 'Ik moet iets doen, want dit gaat niet goed.' Ik gaf borstvoeding en wilde daarom liever geen slaapmedicatie. De verloskundige verwees me naar een homeopaat met wie zij regelmatig samenwerkte. Destijds werkte ik in de reguliere zorg en ik had niks met homeopathie. Ik dacht: 'Wat druppels in een glas water. Moet dát mij gaan helpen? Het zal wel.' Maar ik had genoeg noodzaak om het te proberen, want ik sliep niet en hormonaal stond ik op mijn kop.

Ik ging naar de homeopaat. Er was tijd voor mijn verhaal, ik kreeg druppels mee en vrij snel voelde ik dat er iets veranderde in mijn lijf. Ik kwam tot rust. Hormonaal heeft ze ook een en ander begeleid, en na een paar weken was ik weer de oude. Een tijdje later zat Isa onder de eczeem. Ook toen heb ik de

homeopaat gebeld. Isa kreeg druppels en na een paar weken was ze volledig schoon en ze heeft nooit weer eczeem gehad. Deze twee ervaringen deden mij realiseren dat er blijkaar nog een andere werkelijkheid was, dan de werkelijkheid die ik kende. Toen Isa drie maanden was, heb ik de open dag van de Academie voor Klassieke Homeopathie in Zwolle bezocht. Ik vond het heel interessant en heb me aangemeld, en vervolgens de zesjarige opleiding tot klassiek homeopaat afgerond."

SYMPTOOM ALS TAAL
VAN HET LICHAAM

"Als mensen met klachten bij een homeopaat komen, kijkt die holistisch naar die persoon. Naar het geheel; lichamelijk, emotioneel en mentaal. Je kijkt of er iets is gebeurd waardoor getriggerd is dat iemand uit balans is geraakt en klachten zich hebben ontwikkeld. Bij mij kwam de slapeloosheid waarschijnlijk doordat Isa vlak na de bevalling bijna is gestikt. Ze had nog slijm van de bevalling in haar longen en er kwam een soort slijmprop in haar keel. Voor mij was dat een heel grote schrikervaring en daardoor werd ik superalert. De combinatie van hormonale veranderingen en de schoksituatie veroorzaakten mijn alertheid en slapeloosheid.

Homeopathie is een natuurlijke manier van behandeling. Ziektes of symptomen worden niet onderdrukt, maar je gebruikt de symptomen die iemand lichamelijk, emotioneel en mentaal laat zien als aanknopingspunten in de behandeling. Een homeopathisch middel geeft een zetje aan het immuunsysteem dat uit balans is en dat bij klachten de verkeerde kant op aan het reageren is. Het doel van de homeopathische behandeling is om datgene wat je belemmert op te heffen en daarmee weer meer ruimte, vrijheid, balans en gezondheid te ervaren waardoor je beter tot je recht komt. Ieder mens wil uiting geven aan wie hij of zij is. Als je klachten hebt, blokkeert dat. Zo simpel

is het. Wat ik met een homeopathische behandeling doe, is mensen weer in contact met zichzelf brengen."

AFPELLEN VAN LAAGJES

Margriet vertelt dat het niet realistisch is om te denken dat je na één bezoek aan een homeopaat van je klachten af bent. "Vaak is het een zoektocht die je samen maakt om te ontdekken: hoe werkt het bij deze persoon? Dat is bij iedereen anders. De ene persoon krijgt door spanning migraine, de andere krijgt diarree, weer een ander krijgt lage rugpijn. De ene persoon komt hier met een acute klacht, bij de ander gaan mentale en emotionele klachten hand in hand met lichamelijke klachten. Dan is het laag voor laag afpellen wat iemand blokkeert om erachter te komen wat tot de klachten leidt."

VER VAN DE NATUUR

Margriet en haar man hebben veel gereisd in Azië en Afrika. Ze zag dat mensen daar veel dichter bij de natuur staan. "De mensen daar leven meer in samenhang met de natuur. Mensen staan hier verder af van de natuur en van hun natuur; ze zijn ver van hun lijf en de signalen van hun lijf af komen te staan. Veel mensen zijn sterk in hun hoofd beland. Je brein en verstand zijn belangrijk, maar je hebt ook intuïtie en emoties die er mogen zijn. Het draait om balans. Ik vind het mooi om mensen weer in contact te brengen met hun natuur, hun lijf, emoties en gedachten. Samen ontdekken wat de klachten veroorzaakt. Wanneer er blokkades zijn die jij geen aandacht geeft of opmerkt, gaat je lijf vanzelf een keer roepen om jou te laten weten; het gaat niet goed, luister naar mij! De kunst is om weer te verstaan wat jouw lijf, emoties en gedachten jou vertellen. De ingang om het goede zetje aan het immuunsysteem te geven, dat is de zoektocht die ik als homeopaat samen met iemand doorloop. Een prachtig bewustwordingsproces waarin ik een stukje mee mag lopen en een steentje bij kan dragen."

REGULIER EN
COMPLEMENTAIR

In 2017 en 2020 deed Margriet een vervolgopleiding in India. "Ik miste in Nederland de methodische aanpak. Ik gebruik graag mijn intuïtie en gevoel, maar dat moet wel in balans zijn met mijn verstand, met kennis en methodisch werken. Daarnaast zijn in Nederland de reguliere en complementaire zorg (Margriet spreekt liever over 'complementaire' dan 'alternatieve' zorg -red.) twee verschillende werelden. In India is dat meer geïntegreerd. Ik vind samenwerking met de reguliere zorg van groot belang. Ik heb in de kinder- en jeugdpsychiatrie en in het onderwijs gewerkt en zou willen dat we meer openstaan voor elkaar en elkaars meerwaarde gaan inzetten in het belang van mensen die klachten ervaren."

VERBINDING MAKEN

"Wat mij typeert is dat ik graag verbinding maak. Van hart tot hart en van ziel tot ziel. Ik maak gemakkelijk contact, en doordat ik zelf open ben, zijn anderen dat ook tegen mij. Ik vind het bijzonder om heel verschillende mensen te ontmoeten. In mijn praktijk zie ik mensen van nul tot honderd jaar, kinderen, vrouwen en mannen. Ook de klachten zijn heel divers: uiteenlopende lichamelijke klachten, angsten, depressie, overgangsklachten, een kind dat steeds oorontsteking heeft of 's nachts bang is. Toen ik in de psychiatrie werkte, hield ik me bezig met de behandeling van jongeren met een psychiatrische problematiek en hun gezinssystemen. En ook nu nog kijk ik naar het (gezins)systeem waarin iemand leeft, naar de gezinsdynamiek, want dat beïnvloedt elkaar zoals radertjes die in elkaar draaien. Een gezin begeleiden om meer interne balans te vinden, vind ik ook prachtig mooi. Al die dingen samen maken het voor mij een heel divers en mooi vak."

REGENBOOG WEEK '23

Heerenveen
9-15 OKT

BEKIJK HET PROGRAMMA OP

WWW.RBH.FRL



SIPKE JAN BOUSEMA OVER HET BELANG VAN DE REGENBOOGWEEK

“Je wilt licht en verlichting scheppen”

Jaarlijks is op 11 oktober de internationale Coming Out Dag. Op die dag wordt er over de hele wereld de regenboogvlag gehesen en zijn er diverse activiteiten om te benadrukken dat iedereen zichzelf moet kunnen zijn. Helaas is dit voor veel LHBTI's nog steeds niet vanzelfsprekend. GrootHeerenveen sprak met Sipke Jan Bousema, die op woensdag 11 oktober de regenboogvlag mee hijst in Heerenveen, tijdens de Regenboogweek. De Regenboogweek (9 t/m 15 oktober) wordt georganiseerd door Regenboogbelang Heerenveen (RBH) en heeft als thema: 'Leef je kleur!'

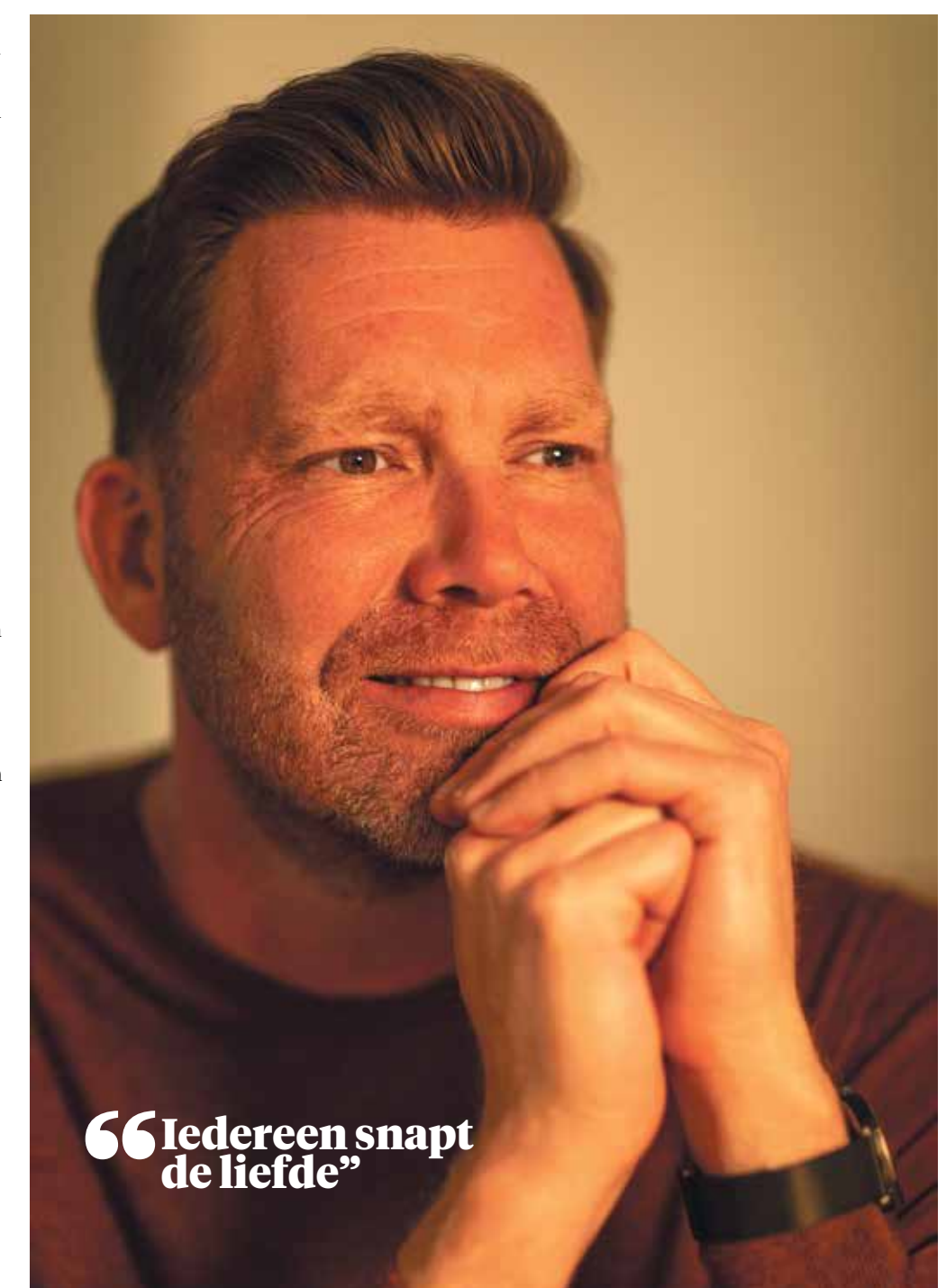
Sipke Jan Bousema zit middenin een verhuizing, maar de presentator, communicatiestraateg en mediaproductent maakt graag tijd voor een interview over de Regenboogweek in Heerenveen. "Heel graag zelfs", zegt hij. Dus spreken we af in een restaurant in zijn woonplaats Wyns, onder de rook van Leeuwarden.

IN BEWEGING KOMEN

"De stichting Regenboogbelang Heerenveen werkt veel samen met de gemeente en heeft echt een voortrekkers- en inspiratirol", legt Sipke Jan uit. "Ik kwam zelf in 2019 in contact met de stichting op persoonlijke titel, toen ik naar Friesland terug verhuisde. In de Leeuwarder Courant las ik uitspraken of de provincie Fryslân wel of niet een regenboogprovincie wilde zijn. Er was veel onbekend over het onderwerp LHBTI's en de geschiedenis ervan. Die uitspraken ontstaken een vuurtje bij me, ik voelde dat ik in beweging moest komen! Dus ging ik in gesprek met het COC Leeuwarden en met de provinciale politiek, met als doel een 'ja' te creëren voor een regenboogprovincie, dus voor inclusiviteit. Dit vergde veel onderhandeling tussen de diverse partijen, maar leidde in ieder geval in 2020 tot het besluit om vier keer per jaar de regenboogvlag te hissen en te werken aan inclusief beleid. In 2020 werd het plan voor een regenboogprovincie met een overgrote meerderheid van stemmen aangenomen; in 2022 werd het plan om daar ook funding voor vrij te maken met een nog grotere meerderheid bevestigd. En dat was natuurlijk fantastisch, ook al kostte het een lange adem."

LIEFDE VOOR JEZELF

Was Friesland de laatste provincie in de Regenboogrij, de gemeente Leeuwarden had de primeur als één van de eerste gemeenten in Nederland Regenbooggemeente te zijn. En ook de gemeente Heerenveen loopt samen met stichting Regenboogbelang al jaren voorop in de strijd voor een inclusieve samenleving. Sipke Jan: "Er zijn allerlei mooie initiatieven. Bijvoorbeeld een luisterlijn waar altijd iemand zit waar je mee praten kan over seksualiteit, diversiteit en identiteit. Dat levelen met iemand biedt veiligheid;



mensen hebben andere mensen nodig. De Regenboogweek is zo'n ander initiatief waar het thema 'zichtbaarheid' enorm leeft. Dit thema is heel normaal. Het gaat over de liefde voor jezelf en voor een ander in verschillende vormen, zoals in hetero-, homoseksuele of lesbische verbindingen. Iedereen snapt de liefde. En we kunnen allemaal leren van de verschillen, maar ons ook herkennen in elkaar. Als er duurzame relaties ontstaan – in welke volwassen vorm dan ook – dan is er draagvlak onder de bevolking. Dat voordeel had de gemeente Heerenveen al, maar dat gun ik alle andere gemeenten ook."

VRIJ VOELEN

De viering van de liefde kwam in Friesland afgelopen zomer al mooi tot uiting in de Pride in Kollum. "Wat was dat een fijne, vriendelijke

en vrolijke dag", zegt Sipke Jan enthousiast. "Er gebeurde iets, mensen waren nieuwsgierig en wilden elkaar leren kennen. En ik hoop dat dit gevoel tijdens de Regenboogweek Heerenveen er wéér is. Dat mensen zich vrij voelen en mogen houden van wie ze willen. Want dat is het allermooiste! Gelijkwaardigheid, de 'mienskip', is belangrijk voor de Friezen. Ik denk dat hierdoor de LHBTI's over het algemeen in Friesland op een goede en relaxte manier hun geartheid kunnen ontdekken. Dat ze zich daarin best vrij kunnen en mogen voelen, uitzonderingen daargelaten. Maar er is ook nog wel een wereld te winnen. En daarom is zo'n week een mooie gelegenheid om de genoemde thema's aan te stippen. Je wilt licht en verlichting scheppen. Niet alleen voor de doelgroep en het onderwerp, maar voor iedereen."



Programma Regenboog- week

9 T/M 15
OKTOBER

In samenwerking met kunstenaars uit de regio is **de hele week** de expositie 'Leef je kleur' te zien in het Posthuis Theater. De toegang is gratis.

Op **maandag 9 oktober** wordt de thematafel in de bibliotheek geopend en lezen vrijwilligers van RBH voor uit het kinderboek 'Koning & Koning' op scholen binnen de gemeente.

Woensdag 11 oktober wordt – in Sportstad – de regenboogvlag gehesen. Woensdagavond is de prijsvinnende film 'The Blue Catfan' te zien in De Bios Heerenveen.

Op **vrijdag 13 oktober** is er een feestelijke ontmoetingsavond van OUT.frl bij Lekkerzzz.

Zondag 15 oktober staat bij een aantal kerken in de gemeente Heerenveen de dienst in het teken van inclusie en samenleven.

Daarnaast zijn er in deze Regenboogweek activiteiten speciaal voor jongeren en bij de ouderenzorg.

Kijk voor het complete programma op de website van rbh.frl.



GRONDLEGGERS ASSURANTIEKANTOOR
SIEBE DE VRIES GEVEN NA BIJNA
45 JAAR HET STOKJE DOOR

Dochter Annehil en zoon Jelte verzeker en met dezelfde kernwaarden

Na een kleine 45 jaar houden Siebe en Jelske de Vries ermee op. Ze hebben de leiding van hun assurantiekantoor overgedragen aan dochter Annehil en zoon Jelte die beiden opgroeiden met de verzekeringswereld. Dat het levenswerk van Siebe en Jelske bij de kinderen diep geworteld zit, mag blijken uit het feit dat toen er gesprekken waren over de overname, ook dochter Else overwogen heeft een switch te maken en haar baan als psychologe op te geven. Jelske en Siebe gaan genieten van hun vrije leven, veel wandelen, fietsen, leuke dingen doen. Annehil en Jelte gaan verder met wat hun ouders hebben opgebouwd, met dezelfde kernwaarden, waarbij binding met de klant het belangrijkste is.

Siebe de Vries begon zijn assurantiekantoor op 1 mei 1979. "Een heel andere tijd. Toen kon je met niets nog voor jezelf beginnen", vertelt hij. "Ik had helemaal geen verstand van verzekeren, was een jonge jongen van twintig. Bij AGO Verzekeringen zochten ze een verzekeringsagent. Sollicitatiebrief geschreven en aangenomen." Aan de Dracht in Heerenveen werd een bovenwoning gehuurd waar Siebe ging wonen en werken. Dat laatste gebeurde in de slaapkamer, waarin ook een bureau stond. Het bed werd opgeklapt op het moment dat er gewerkt moest worden. Hij volgde opleidingen, haalde zijn papieren en zag zijn klantenbestand gestaag groeien.

DE BOER OP

Die klanten kreeg hij niet door AGO in de schoot geworpen; hij moest zelf de boer op. "Bij een klantenbezoek ging het vaak goed en mocht ik de nodige zaken regelen. Toen al vond ik dat de binding met de klant heel belangrijk was. Dat vertelde ik ook. Dat ik best veel wilde doen, dingen wilde uitzoeken voor ze, maar dat het dan niet de bedoeling was dat ze volgend jaar voor iemand anders zouden kiezen. En die

filosofie is er nog steeds: we willen graag binding houden met onze klanten. Dit betekent dat je er veel tijd en energie in wil investeren. Vooral in het begin. Ik had de laatste afspraak pas om elf uur 's avonds. Zo laat werd het vaak gezellig, natuurlijk, een beetje familiair. Dat was ook de opzet: binding."

PREMIE VAN TWEE CENT IN DE WEEK

Siebe de Vries vertelt over 'loopboekjes' die van elke klant werden bijgehouden. Zoals een begrafenisverzekering met een premie van twee cent in de week, elke week te incasseren bij de mensen thuis. "Dat heb ik heel even gedaan, maar heb tegen die klanten al snel gezegd dat ze vier cent op jaarbasis korting kregen als ze het in één keer betaalden. Het was een goedmoedelijke tijd. We hadden ook niet veel nodig. De bezoeken legde ik af op de fiets."

'Klanten', het woord valt regelmatig en vooral hoe belangrijk klanten zijn. Dat werden er steeds meer waarbij Siebe nooit zijn filosofie uit het oog verloor. "Toen al dacht ik: 'Ik ga geen polissen verkopen, maar biedt service'. Want het belangrijkste



Links de ouders Siebe en Jelske de Vries; rechts dochter Annehil en zoon Jelte de Vries: "Het sfeertje van 'thuis' willen wij uit blijven stralen."

is dat je het regelt op het moment dat er iets is." Al snel werd de bovenwoning verhuurd voor een hoekwoning en zo werd er nog twee keer verhuisd, steeds weer naar een ruimer onderkomen met het huidige kantoor, prachtig gelegen aan de Amelandlaan in Heerenveen, als laatste locatie.

REGIOBANK

Met overnames van andere assurantiekantoren groeide het klantenbestand. Er kwam personeel, een groter kantoor en er werden nieuwe financiële diensten toegevoegd. Zoals de RegioBank. Siebe de Vries: "Als ik bij klanten zat, ging het eigenlijk ook altijd over financiën, bankzaken. Over bankrekeningen die ze hadden. En dan vooral over de rente over het spaargeld. Dat lag bij de RegioBank één tot soms wel twee procent hoger dan elders. Toen ben ik eens gaan praten met de bank, ook weer om iets te betekenen voor de klant."

Met als resultaat dat je als extra service bij Assurantiekantoor Siebe de Vries ook voor bankzaken en hypotheek terecht kan.

"We zien dat mensen alleen voor de RegioBank bij ons komen omdat ze bij de andere banken de service niet meer krijgen en zich daar niet op hun plek voelen", neemt zoon Jelte het woord over. "Dat is juist onze kracht. Binnen het redelijke kan de klant hier altijd binnenlopen en ze worden ook altijd geholpen."

SNEEUWBALEFFECT

Na zijn studie bedrijfseconomie zit Jelte sinds eind 2014 in de zaak. "Ik heb eerst anderhalf jaar in de detachering gezeten. Wel in de verzekeringswereld, vanuit Amsterdam. Ik kwam er al snel achter dat ik de normen en waarden van Friesland wel erg fijn vind. Toen er hier een functie vrijkwam, ben ik hier gaan werken met in

66
Als je het goed regelt, zijn de mensen loyaal"

Jelte: "Klanten kunnen hier altijd binnenlopen en ze worden ook altijd geholpen." Annehil: "Altijd bereikbaar zijn, dat vinden mensen erg prettig."



mijn achterhoofd het bedrijf in de toekomst eventueel over te nemen." Jelte de Vries is in Heerenveen verantwoordelijk voor de RegioBank en voor de particuliere klant en dan vooral de adviesgesprekken op kantoor of bij de mensen thuis. Jelte: "De nieuwe relaties van de RegioBank komen vaak alleen maar voor de bank. Als ze hier binnenkomen, wordt er ook over andere diensten van ons gesproken en krijg je een sneeuwbaaleffect. Als je het goed regelt, zijn de mensen loyaal."

ALTIJD BEREIKBAAR, OOK ZONDER AFSpraak

De boer op, het hoeft al lang niet meer. Mensen komen uit zichzelf, via via. Dat is de kracht van de bedrijfsvoering die Siebe en Jelske hebben opgezet met veel aandacht voor de klant. "Altijd bereikbaar zijn, ook zonder afspraak, en dat vinden mensen erg prettig", meent dochter Annehil de Vries. Zij is verantwoordelijk voor de zakelijke relaties.

Annehil heeft bedrijfskunde gestudeerd met een specialisatie in het midden- en kleinbedrijf. Met haar achtergrond solliciteerde ze bij banken en verzekeraars maar vond nergens het sfeertje van 'thuis'. Bij het toen nog Domo geheten Friesland Campina vond ze dat wel. In de twaalf jaar dat ze daar werkte, was ze wisselend gestationeerd in Zwolle, Amersfoort en Leeuwarden. Ze maakte de fusie tussen Friesland Foods en Campina voor een groot deel mee, waar een belangrijk deel van haar werk bestond uit het maken van strategische plannen. Sinds vier jaar is ze werkzaam bij het kantoor van haar ouders.

'THUIS' SFEERTJE

"Ik ben er mee opgevoed", zegt Annehil. Op jonge leeftijd hielp ze graag met het opruimen van dossiers. En op latere leeftijd het opnemen van de telefoon. "Arjen, mijn man, heeft hier ook tien jaar gewerkt en ik hoorde veel over het reilen en zeilen van het bedrijf. De affiniteit is altijd gebleven. Toen wij als kinderen de vraag kregen of er belangstelling was om het bedrijf over te nemen, begon het te kriebelen. Er ligt hier iets supermoois en het zou fantastisch zijn om dat voor de familie te behouden. Het sfeertje van 'thuis' heb ik hier weer gevonden en willen wij ook uit blijven stralen naar onze klanten. Elke dag dicht bij de klant. Wat ik soms miste in mijn vorige baan, dat vind je hier", besluit ze met een wijs gebaar.

Feestelijke overname op 29 september

Op vrijdag 29 september wordt de overname gevierd. Wie geen uitnodiging heeft ontvangen maar er toch graag bij wil zijn kan zich opgeven via www.siebedevries.nl/uitnodiging





“De horeca zit in mijn bloed; als jongen hielp ik al mee in het cafeetje van mijn beppe”

RIEKELE HEIDA VEERTIG JAAR IN DIENST BIJ PARKHOTEL TJAARDA

“Tjaarda zit in mijn aderen”

‘Het gezicht van Tjaarda’, zo mogen we Riekele Heida (61) wel noemen. Al veertig jaar werkt hij bij Parkhotel Tjaarda in Oranjewoud. En al veertig jaar gaat hij er met veel plezier naartoe. “In de horeca is geen dag hetzelfde”, zegt Riekele. We zoeken hem op in ‘zijn’ Grand Café 1834, onderdeel van Tjaarda.

Op de dag van het interview is er ook een feestje georganiseerd voor Riekele, want hij is veertig jaar ‘bij de zaak’. Riekele weet nog niet wat er allemaal gaat gebeuren. Hij heeft vandaag officieel geen dienst, maar toont zich een op en top gastheer. “Hee, goedemorgen! Welkom!” Iedereen die Grand Café 1834 bezoekt, mag rekenen op een enthousiaste groet en een grote glimlach van Riekele.

ECHE BELANGSTELLING

Riekele Heida is manager van Grand Café 1834, maar voor alles is hij gastheer. Het contact met zijn gasten vindt hij het leukste wat er is. “De managerstaken zijn een leuke afwisseling, maar ik houd vooral van de werkvloer”, bekent hij, en schetst hoe hij werkt. “Al heel lang maken we biefstuk Stroganoff bij de tafels. Dan loop ik met de pan van tafel naar tafel, en overall maak ik een praatje. Ik geef graag die persoonlijke aandacht, dat is heel waardevol.”

Die belangstelling is écht, en dat voelen de bezoekers van het Grand Café. “Ik ben niet zo goed in namen, maar wel in gezichten. En ik kan alles onthouden: of je kind ziek is geweest, of je op reis bent geweest. Dat vind ik een kracht van mezelf. Soms ontstaat er een serieus gesprek; op een of andere manier krijg ik dat vertrouwen. Ik kijk ook altijd in de Leeuwarder Courant wie er zijn overleden, en die stuur ik dan een kaartje. In de loop van de tijd bouw je zo’n band op met de gasten. Veel mensen komen hier al jaren.”

BUSSEN VOL KINDEREN VOOR DE SPEELUIN

Riekele was vijftien jaar toen hij voor het eerst bij Tjaarda kwam. Hij deed een horeca-opleiding en in de weekenden en vakanties hielp hij mee. “Voor het eerst mocht ik in een heel sjiek restaurant werken, dat was zo leuk”, vertelt hij. Na zijn opleiding werd hij leerling-kelner. “Dat was in het oude Tjaar-



da, in de tijd van Bert en Sini Oosting. We hadden hier een prachtige tuin, een vijver, barbecues, het zalencomplex en natuurlijk de speeltuin. Bussen vol kinderen kwamen hier om te spelen. In die tijd heb ik heel veel bruiloften bediend, dan was ik er de hele dag en avond bij. Vaak waren dat grote groepen, soms wel driehonderd man. Door corona is dat heel erg veranderd, nu is dertig tot veertig man normaal.”

“Iedereen gaat voor elkaar door het vuur”

Er veranderde wel meer in de afgelopen vier decennia. Riekele Heida maakte in totaal vier directieuren en diverse verbouwingen mee. “Dertig jaar geleden wilde ik een switch maken. Maar toen

werden we een hotel en dat wilde ik meemaken. Het Grand Café verandert regelmatig van inrichting; ik houd van die afwisseling. Tegelijk zijn er veel collega’s hier al jaren in dienst. Dat zegt ook wel iets over het bedrijf. We hebben het supergoed met elkaar, iedereen gaat voor elkaar door het vuur.”

MOBIELE BRIGADE

Hij weet nog goed dat de eerste mobiele telefoons meekwamen naar Tjaarda. “Dat waren een soort koffertjes, met een hoorn erbovenop. En natuurlijk ging die telefoon af tijdens de lunch, zodat ze hem konden showen. Tegenwoordig zit iederéén op een mobiele telefoon te kijken. Mensen die hebben gewandeld, komen hier binnen en pakken eerst hun mobiel. Ik zou zelf ook niet zonder kunnen, maar ik zeg ook weleens: ‘Daar is de mobiele brigade weer.’ Als je gezellig ergens zit, leg hem dan even weg, vind ik.”

IN HET BLOED

“Tjaarda zit een beetje in mijn aderen. Het is mijn werk, maar ook mijn hobby”, grapt hij. “In al die veertig jaar ben ik maar twee keer ziek geweest. Ik weet intussen ook alles van Oranjewoud en de geschiedenis ervan. En ik speel af en toe voor makelaar, want ik hoor vaak welke huizen er te koop staan en dat speel ik dan weer door naar mensen die daar interesse in hebben. De horeca zit in mijn bloed. Als jongen hielp ik al mee in het cafeetje van mijn beppe. Dat mensen met een lach op hun gezicht het bedrijf weer verlaten, dat is voor mij het mooiste wat er is.”

Wanneer het interview achter de rug is, krijgt Riekele uit handen van Christel Koning, voorzitter van de Koninklijke Horeca Nederland (KHN) afdeling Heerenveen en van Tjaarda-directeur en eigenaar Tjitte de Wolff, nog een speciale oorkonde uitgereikt van de KHN, ter gelegenheid van zijn veertig-jarig jubileum.

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



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

JOOP GALL NA VEERTIG JAAR
PROFVOETBAL THUIS BIJ
VV JUBBEGA

“We hebben een leuke groep en ik ga elke keer met plezier naar de club”

Na de laatste drie, vier jaar als trainer in het buitenland te hebben gewerkt, vond Joop Gall het welletjes. Hij nam na veertig jaar afscheid van het betaald voetbal, koos voor een maatschappelijk vervolg en is - omdat het voetbalbloed nu eenmaal blijft stromen - met ingang van het voetbalseizoen 2023-'24 trainer van eersteklasser VV Jubbega.

Vriend en oud-Cambuurspeler Jouke Faber zorgde voor de voorzet, volgens Joop Gall. “Terug in Nederland, na mijn buitenlandse trips in China en Indonesië, zat ik met vrienden te filosoferen. Er waren wel wat mogelijkheden om naar het buitenland te gaan; ik heb daar wat nachten over geslapen, maar besloot uiteindelijk toch het betaald voetbal vaarwel te zeggen. Na veel mitsen en maren. Ik zou alleen nog gaan als er zich iets speciaals zou aandienen. Dat is nog niet het geval geweest. Ik ben vier jaar weggeweest. Door corona kon ik ook niet terug. Ik heb mijn kleinkinderen niet kunnen zien geboren worden. Moest je via een beeldschermje je kleinkinderen voor het eerst zien. Dat is niet zo prettig. Ik had aan Jouke verteld dat ik de maatschappij in wilde en een amateurclub wilde trainen. Twee keer in de week trainen, niet te ver weg, een wedstrijd en verder niet.”

IN ÉÉN GESPREK GEREGELD

Het kwam voor de in Groningen woonachtige Joop Gall in een stroomversnelling toen oud-FC Groningen voetballer Martin Drent, op dat moment trainer van Gomos in Norg, hem uitnodigde voor het bijwonen van een wedstrijd. Tegen VV

Jubbega, hoe toevallig wil je het hebben. “Ik ben gaan kijken. Op een heuveltje stond een bankje, daar ben ik op gaan zitten. Na verloop van tijd kwamen er twee mensen bij me zitten die al snel vroegen of ik zin had om die week daarna op de club koffie te komen drinken om te praten over het trainerschap van VV Jubbega. Jouke Faber had ze op mijn spoor gezet omdat hij wist dat ze moeite hadden met het vinden van een nieuwe trainer. Ik heb daar in de week daarop positief geantwoord. Het was in één gesprek geregeld.”

OMMEZWAAI

Het lijkt nogal een ommezwaaai: van het Chinese Guangzhou City FC en daarna zijn laatste werkgever in Indonesië - het op het hoogste niveau acterende PSM Makassar - naar VV Jubbega. Gall: “Je weet dat je bepaalde principes in het betaald voetbal als eindverantwoordelijke op technisch gebied bij VV Jubbega niet kunt hanteren. In feite

zijn de spelers halve recreanten, liefhebbers op amateurniveau, geen full-profs. Het is niet hun baan. Bepaalde eisen kun je niet stellen. Die automatismen heb ik nog wel. Dus ik moet behoorlijk wat knoppen omdraaien. Wennen aan hoe ik zo'n groep aanstuur, met de nodige disciplines en organisatie. Maar nu, na een paar weekjes, begin ik dat aardig te leren.”

TEGENSTELLINGEN

Gall: “Bij het betaald voetbal heb je een complete staf om je heen. Bij Jubbega ben ik een uurtje voor de training aanwezig; in het betaald voetbal ben je er een hele dag. Bij Jubbega is iedereen ná zijn werk pas aanwezig. Dan komen sommigen om kwart voor acht aankeutelen, om dan om acht uur te trainen. Soms wil je even met ze praten. Daar kan ik moeilijk aan wennen. Bij een club uit het betaald voetbal heb je én een grasveld én een kunstgrasveld, zodat je kunt anticiperen op je volgende tegenstander. Ik heb begrepen dat in onze klasse negentig procent kunstgras heeft, maar wij hebben dat niet.” Lachend: “Soms schud ik even met mijn hoofd: ‘Verbaas u niet, verwonder u slechts.’”

“In China zijn de grasvelden biljartlakens, met een schaaftje bijgeknipt”



“Het zijn geen full-profs; bepaalde eisen kun je niet stellen”

Joop Gall en assistent Arnold Drent geven de spelers van VV Jubbega instructies tijdens de training.

Hoogtepunten

De in Hoogezand- Sappemeer geboren Joop Gall (25 december 1963) begon zijn voetbalcarrière bij Velocitas 1897 in Groningen. In het seizoen 1983/'84 maakte hij zijn debuut in het betaald voetbal bij FC Groningen; daarna volgden Veendam en sc Heerenveen (1990/'91). Gall was assistent-trainer onder Ron Jans, Dwight Lodeweges en Jan van Dijk en trainer van onder andere SC Veendam, Go Ahead Eagles, FC Emmen, Stal Kamyanske (Oekraïne) en SV Spakenburg. De afgelopen paar jaar volgden de twee in dit artikel genoemde genoemde clubs in China en Indonesië.

Gevraagd naar zijn hoogtepunten in zijn veertigjarige voetbalcarrière, zegt Joop Gall: “Als speler Europees voetbal met FC Groningen en de promotie met Veendam naar de Eredivisie. Dat was uniek, historisch. Als coach met Emmen en Veendam de play-offs halen met erg lage begrotingen. Bij Emmen werkte ik met een begroting van acht ton voor de complete selectie. Dat waren vorig seizoen twee spelers die een salaris hadden van meer dan een half miljoen, per persoon. Die zijn na de degradatie van Emmen vertrokken, natuurlijk.”

grotere kwalitatieve selectie”, meent Gall. “Dat is logisch. Jubbega is een prachtig dorp, maar het is wel een dorp. We hebben een smalle selectie, maar het zijn goeie gasten die er voor gaan en veel beleving hebben. De doelstelling is een plaatsje bij de eerste vijf. Dan is fit zijn en blijven zonder blessures wel een voorwaarde.”

OEKRAÏENSE VLUCHTELINGEN

Bijzonder toeval is dat arbeidsbemiddelingsbedrijf Matchpartner van ex-voetballer Patrick Lip, die Gall ooit scoutte van ONS naar FC Groningen, er voor zorgde dat hij sinds het begin van deze maand een reguliere baan heeft. Joop

Gall lacht. “Je zou kunnen zeggen dat Patrick mij nu heeft gescout. Ik zit bij een zevenkop-pig team bij de gemeenten Achtkarspelen en Tietjerksteradeel dat Oekraïners begeleidt. Ik heb in Oekraïne gewerkt. Ik heb daar vanzelfsprekend loon voor gehad, maar ik vind het erg fijn om voor die mensen iets terug te doen. Ik ken die cultuur van dat land een beetje. Ik help de Oekraïners door ze wegwijs te maken in onze wetgeving, de bureaucratie; ze helpen een beter gevoel te krijgen vooral.”



COLUMN

door
Mr. Bert Tjaarda,
notaris

Een levens- testament? Ik heb toch al een testament?!

Deze vraag wordt mij vaak gesteld. Ik begrijp dat wel. Het kan nogal verwarrend zijn, een testament en een levenstestament. Maar wat is nu precies het verschil tussen beide? En heeft u uw zaken voldoende op orde met een testament of is een levenstestament ook van belang?

Testament

In een testament regelt u uw nalatenschap. U legt vast aan wie welk gedeelte van uw vermogen toekomt na uw overlijden. U benoemt in een testament dus uw erfgenamen. Ook kunt u bepalen wie verantwoordelijk is voor de afwikkeling van uw nalatenschap. Voor ouders met kinderen wordt in een testament een langstlevende-regeling opgenomen.

Levenstestament

In een levenstestament bepaalt u wie uw vermogen mag beheren en uw zaken mag regelen tijdens leven als u hier zelf niet meer toe in staat bent. Bijvoorbeeld door een ziekte, dementie of een ongeluk. Dit wordt ook wel wilsonbekwaamheid genoemd. U geeft die persoon een volmacht. Vaak is de gevolmachtigde de partner, maar als die er niet (meer) is, kunt u ook uw kinderen of een andere persoon benoemen.

Aanzienlijk verschil

Er is dus een aanzienlijk verschil tussen een testament en levenstestament. Het levenstestament is bedoeld voor tijdens uw leven. Een testament komt pas aan de orde na overlijden en blijft tijdens uw leven verborgen. Ook al zijn uw wensen uit uw testament duidelijk, uw naasten kunnen en mogen daar tijdens uw leven nog niets mee doen. Ook niet als u wilsonbekwaam bent. In dat geval is een levenstestament van belang.

Belastingbesparing

Met een goed testament, levenstestament en eventueel schenkingen aan (klein)kinderen kunt u veel erfbelasting besparen, of besparen op de eigen bijdrage voor een zorginstelling.

Dagelijks stellen wij testamenten en levenstestamenten op en voeren wij gesprekken met mensen die een testament of levenstestament willen opstellen. Ook beantwoorden wij dagelijks vragen die men heeft over erfrecht, nalatenschappen of belastingbesparing.

Wilt u meer weten hoe u erfbelasting kunt besparen of wilt u er zeker van zijn dat uw testament nog 'up-to-date' is, dan nodig ik u van harte uit (vrijblijvend) contact met ons op te nemen of langs te komen op ons kosteloos inloopspreekuur. Ook kunnen wij vrijblijvend uw huidige testament checken.

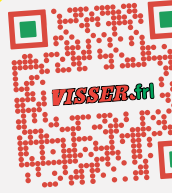
Mr. Bert Tjaarda, notaris



Notariskantoor Savenije

K.R. Poststraat 1 • 8441 EL Heerenveen
Tel.: 0513-645101E-mail: info@notarissavenije.nl
www.notarissavenije.nl

Kosteloos inloopspreekuur:
iedere donderdagochtend tussen 10:00 en 12:00 uur.



Meer info op visser.frl

BINNENKORT VERBOUWEN?

Bij Visser huurt u eenvoudig en snel een afvalcontainer!



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

Op korte termijn zonnepanelen?

Op uw woning of bedrijfspand



Kijk op onze website, bel of mail met Atsun!

Ook uw leverancier voor laadpalen!

- ✓ Besparing energiekosten
- ✓ Vakkundig personeel
- ✓ Persoonlijk advies
- ✓ Vele tevreden klanten

Bent u benieuwd naar de mogelijkheden?

Vraag vrijblijvend advies of een offerte aan!

085-0781168 info@atsunenergy.com

Edisonstraat 8 - 8801 PN Franeker

Atsun
www.atsunenergy.com



“Wij maken ons sterk voor een goed ondernemersklimaat”

Ondernemerskring Heerenveen (OKH) is een vereniging van ondernemers en vóór ondernemers. OKH richt zich op heel ondernemend Heerenveen: in alle sectoren en branches, van klein tot groot, op de bedrijventerreinen en andere locaties.

Wij zetten ons in voor het stimuleren en verbeteren van het ondernemersklimaat en zijn een stevige gesprekspartner voor de gemeente en belangorganisaties.

Verder werken we aan een aantal thema's en horen wij graag van onze leden wat hen bezighoudt, zodat we daarmee aan de slag kunnen. Onze ogen en oren staan open voor signalen en ontwikkelingen en de betekenis voor bedrijven in Heerenveen.

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

Het bestuur van Ondernemerskring Heerenveen (OKH) is op zoek naar een enthousiaste Business Park manager die een bijdrage wil leveren aan het waarborgen van de veiligheid en het verder vormgeven van de energietransitie op en de verduurzaming van de bedrijventerreinen in de gemeente Heerenveen.

Duurzaam Business Park Manager (16-24 uur)

Als Duurzaam Business Park Manager werk je aan een lange termijn samenwerking waarbij je fungeert als communicator, bemiddelaar en aanjager van samenwerkingsinitiatieven tussen de bedrijven op de toegewezen bedrijventerreinen enerzijds en de overige stakeholders anderzijds (gemeenten en belangenpartijen).

FUNCTIEOMSCHRIJVING

- Je vormt het centraal aanspreekpunt voor zowel eigenaren, gebruikers, leveranciers, gemeente als ook onze samenwerkingspartners (politie, brandweer en het beveiligingsbedrijf).
- Je bundelt relevante onderwerpen, hebt hiervoor oog en affiniteit met de regio en verwerkt deze in nieuwsbrieven. Je geeft hierbij ook de nodige input op de websites van de betreffende bedrijventerreinen en zorgt ervoor dat deze steeds actueel staan.
- Je plant en organiseert evenementen waarbij je zowel organisatorisch als financieel de lead neemt. De thema's verduurzamen en de energietransitie nemen hier een prominente plaats in.

WIJ VRAGEN VAN JOU

- Je hebt een aantal jaren ervaring in een soortgelijke functie.
- Je bent een proactief, betrokken en enthousiaste persoon.
- Je bent discreet en houdt van praktisch pragmatisch werken.
- Je beschikt bij voorkeur over een goed netwerk in de gemeente Heerenveen en omgeving.
- Bij voorkeur woonachtig in de regio Heerenveen.

Enthousiast over de functie?

Dan ontvangen wij jouw motivatiebrief en CV graag uiterlijk 15 OKTOBER 2023 via info@ondernemerskringheerenveen.nl. Meer informatie over de OKH vind je op onze website: www.ondernemerskringheerenveen.nl.

Vragen over de vacature kun je mailen naar info@ondernemerskringheerenveen.nl. Wil je telefonisch contact over deze functie? Dan kun je bellen met Richard de Bruijn, voorzitter, te bereiken op 06-228 68 210.



“Het is écht werk en we zijn wél een bedrijf”

HOUTWERKPLAATS EN DAGBESTEDING DE WISSE BESTAAT 25 JAAR

Houtwerkplaats De Wisse bestaat deze maand 25 jaar. Een goed moment om een kijkje te nemen in de loodsen van de dagbesteding aan de Wetterwille op bedrijventerrein Kanaal in Heerenveen. Hier worden producten van hout gemaakt voor aannemers, bouwbedrijven en bedrijven in de weg- en waterbouw. En ook gemonteerde pallets en fruitkistjes verlaten de loods.



Vlnr.: Juul de Weerd, Jeffrey Holkema en Jan Oosterbaan voor de houtwerkplaats.

Jan Oosterbaan en Juul de Weerd begeleiden vandaag de cliënten die aan het werk zijn. Je kunt hen met recht oudgedienden noemen. Jan Oosterbaan werkt al 25 jaar als begeleider in de houtwerkplaats, en is 33 jaar werkzaam bij zorggroep Alliade waar de werkplaats onder valt. Juul de Weerd is sinds 2010 begeleider in de werkplaats, en werkt al 43 jaar bij Alliade of voorgangers daarvan. De twee vrouwelijke begeleiders, Gea Koopmans en Jeannet Schepers, zijn vandaag niet aanwezig.

STAPSGEWIJS

De werkplaats biedt een dagbesteding voor mensen met een verstandelijke beperking. “Sommigen hebben een bijkomende handicap”, licht Juul de Weerd toe. “We hebben een jongen die spastisch is en een jongen die zo goed als blind is. In principe geldt: wil je werken, dan kun je het hier leren. Je leert stapsgewijs een machine kennen, totdat je de machine zelfstandig kunt aanzetten en instellen. Ook leer je afspraken nakomen, op tijd komen, werkethos. Iedereen

kan hier aan het werk, ongeacht niveau en handicap.” Jan Oosterbaan vult aan: “Wij begeleiden en ondersteunen cliënten om een leuke dag door te brengen. Er zit geen druk op, maar uiteindelijk moet de productie wel gehaald worden. Momenteel hebben we twintig cliënten, maar er is ruimte voor meer.”

JUUL DE WEERD:
“Wil je werken, dan kun je het hier leren”

PROFESSIONELER EN ZAKELIJK

“Wij maken producten die heel arbeidsintensief zijn op de gewone werkvloer, en als bedrijven dat aan ons willen uitbesteden, kan dat”, legt Oosterbaan uit. “Nieuwe klanten zijn altijd welkom om te komen kijken of onze manier van werken bij hen past. Al naar gelang hun wensen kunnen we ook producten maken die we nu nog niet maken. Ik vind het heerlijk om hier te werken. We maken met zijn allen een mooi product, met veel plezier.”

De Wisse is kortom een leuke, leerzame en ook nuttige dagbesteding. In de afgelopen 25 jaar is de werkplaats gegroeid van twee

naar vier loodsen, en werd de dagbesteding professioneler en zakelijker. Juul de Weerd: “Officieel heet het dagbesteding, maar het is écht werk en we zijn wél een bedrijf. De jongens die hier werken zijn daar trots op. Ze maken een product en als ze zien dat een vrachtwagen dat ophaalt, zijn ze trots. ‘Dat hebben wij gemaakt.’ Het mooiste aan mijn werk vind ik als iemand naar me toe komt en zegt: ‘Ik heb het probleem zelf opgelost’. Dat heeft misschien lang geduurd, maar hij heeft het wel zelf gedaan. En wij zitten nu in de kantine te praten en de jongens zijn hiernaast aan het werk. Wij hebben gezorgd dat alles klaar staat, maar zij zijn zelfstandig aan het werk. Dan denk ik: Toppie!”

AANGEPAST EN BEVEILIGD

De 22-jarige Jeffrey Holkema werkt sinds vijf jaar in de werkplaats. Hij heeft autisme en kan op termijn misschien doormoeten naar regulier werk, maar nu heeft hij het

hier erg naar zijn zin. “De omgang met collega's vind ik leuk en het werk ook”, vertelt Jeffrey. “Tussendoor ouwehoeren we wat en tijdens de pauzes praten we en maken een grapje. Het is hier geen saaie bende.”

JEFFREY HOLKEMA:
“Het is hier geen saaie bende”

Hij wijst naar de apparatuur. “Kijk, dit is de Stromab waarmee we planken op maat zagen. En dat is de platenzaag voor het zagen van hardboard en planken. Die kan ik zelf instellen. We werken ook met een cirkelzaag en een schulpzaag. We gebruiken mallen voor het zagen van schuine stukken en met dit spijkerpistool maken we heimutsen. Ik vind alle machines leuk om mee te werken, behalve de lintzaag. Dat is saai, want je doet anderhalf uur dezelfde handeling. De machines zijn aangepast en beveiligd. Het werk wordt aangepast naar wat iemand kan. En stel dat iets snel af moet, dan zorgen de begeleiders dat degene die sneller werkt bij die machine komt te staan. Ik zou hier nog heel lang willen werken, want met hout werken vind ik fantastisch.”

Open dag

Het 25-jarig bestaan van De Wisse wordt volgend voorjaar gevierd met een open dag voor ouders en bekenden van de cliënten, potentiële klanten en andere geïnteresseerden.

COÖPERATIEVE
DORPSWINKEL VERVANGT
SUPERMARKT

Met zijn allen de schouders eronder in Bloeizone Aldeboarn

Er is de afgelopen tijd hard gewerkt aan de Tjerkebuorren 17 in Aldeboarn. In de voormalige schuur naast het woonhuis is er geïsoleerd, geverfd en betegeld. Ook is het pand voorzien van een nieuwe pui, een airco en een wand met koelers en vriezers. De laatste klussen worden gedaan, de schappen gevuld en dan kan over een paar weken de coöperatieve dorpswinkel op donderdag 12 oktober open. Met dank aan vrijwilligers, lokale ondernemers en een eenmalige bijdrage van de Bloeizone Fryslân.



Vlnr. Wim Scholte, Jacqueline Brauwers, Ronald Rodenburg en Wietske van der Schaaf voor de winkel

Een schok ging door Aldeboarn toen de supermarkt bijna een jaar geleden, in oktober 2022, de deuren sloot. “Na de sluiting zaten we als Pleatslik Belang in zak en as”, herinnert Jacqueline Brauwers zich. “In een supermarkt haal je niet alleen boodschappen, maar een winkel heeft ook een ontmoetingsfunctie en draagt bij aan een gezond en leefbaar dorp.”

UITDAGINGEN

Hoe nu verder?, vroegen de Boarnsters zich af. De sluiting van de supermarkt kwam bovenop de andere uitdagingen waarmee Aldeboarn te maken heeft. Hoe blijft het dorp aantrekkelijk en toegankelijk? Hoe behoud je de leefbaarheid? Hoe schep je een goed ondernemersklimaat? En hoe trek je meer toeristen? In het samenwerkingsverband ‘Meidwaan yn Boarn’ werkten negen werkgroepen met verschillende aandachtsgebieden al samen om de leefbaarheid in stand te houden.

GEZOND OUD WORDEN

“Kort na de sluiting sprak ik Wiggele Talen van Caleidoscoop”, vertelt Jac-

queline. “Hij vertelde over het initiatief Bloeizone Fryslân. In een Bloeizone werk je aan gezond oud worden door middel van actief burgerschap, bereikbaar groen, actief ontspannen, gezonde mobiliteit en gezonde voeding. Wiggele vroeg of het iets voor Boarn was om een Bloeizone te worden. Ook vertelde hij dat er een heel aantrekkelijk budget aan vast zat. Dat was de start van een nieuw pad. We dachten: een commerciële winkel heeft het zo vaak niet gered; misschien moeten we kijken of het anders kan. Met vrijwilligers, en

meer met een sociale functie. Met Wietske van der Schaaf van stichting Aldeboarn Foarút heb ik de aanvraag voor een Bloeizone ingediend. Die is toegekend en daarmee ook een eenmalig bedrag van 50.000 euro. Dat besteden we aan de winkel en aan andere projecten die de leefbaarheid, vergroening en gezondheid bevorderen.”

WANDELEN EN BEWEGEN

Wietske van der Schaaf vult aan: “Gezondheid is een belangrijk onderdeel van een Bloeizone. Gezonde mobiliteit, gezonde voeding, gezonde financiën, maar ook gezond leven door te wandelen en te bewegen. Sinds de grote brug in het dorp gesloten is, gaat er meer verkeer over de weg om de haven en wandelaars moeten opzij springen voor auto’s. Daarom willen we graag een wandelpad om de haven heen. We hebben inmiddels toestemming hiervoor van de gemeente. Daarnaast willen we toeristische routes aanleggen, historische paden herstellen en een veldje waar honden los kunnen lopen en de eigenaren elkaar kunnen ontmoeten.”

WERK AAN DE WINKEL

Ondertussen werd er in een nieuwe werkgroep, met de toepasselijke naam ‘Werk aan de Winkel’, nagedacht over een coöperatieve dorpswinkel. Wim Scholte van de nieuwe coöperatie: ‘Amelie Veenstra heeft de schuur naast haar huis beschikbaar gesteld als winkelruimte. We hebben een coöperatie opgericht, statu-

ten opgesteld, vrijwilligersbeleid gemaakt en nagedacht over goed werkgeverschap.” Wietske: “Omdat het veel tijd kost om een winkel op te starten en om een definitief pand te vinden, is ervoor gekozen om met een tijdelijke winkel, een pop-up winkel, te beginnen. We mogen de ruimte van Amelie twee jaar gebruiken.” Jacqueline: “Het was helemaal fantastisch dat zoveel mensen zich als vrijwilliger hebben aangemeld. En dat heel veel materiaal gesponsord of beschikbaar gesteld is.”

WIETSKÉ
VAN DER SCHAAF:
“Gelukkig hebben
we vrijwilligers die
heel creatief zijn”

BUREAUCRATIE

“Wat ons heel erg tegenviel is de bureaucratie”, zegt Jacqueline Brauwers. “Het aanvragen van een bankrekening voor een coöperatie duurt zestien weken. En dan weet je nog niet zeker of je na die zestien weken een bankrekening hebt, want ze kunnen ook nee zeggen. Heb je eindelijk een rekening en wil je incasso’s uitsturen, dan zegt de bank dat je eerst een jaar moet bewijzen dat je een betrouwbare klant bent. Dat soort dingen zijn moeizaam en kosten af en toe wel wat hoofdbrekens.”

JACQUELINE BRAUWERS:

“We dachten: een commerciële winkel heeft het zo vaak niet gered; misschien moeten we kijken of het anders kan”

Wietske: “Gelukkig hebben we vrijwilligers die heel creatief zijn.” Wim: “Ook bijzonder: we hebben aanloopinvesteringen moeten doen en er waren dorpsbewoners die daarvoor geld beschikbaar hebben gesteld en zeiden: ‘Kijk maar wanneer jullie dat terug kunnen betalen.’ Dat is echt een blijk van vertrouwen.”

WAT KUNNEN WE IN DE WINKEL VERWACHTEN?

Wim: “Het is geen supermarkt, maar een dorpswinkel voor mensen met een grote en een kleine portemonnee. Qua assortiment kan ik me voorstellen dat we alles verkopen waarmee een senior voor een dag of vijf zijn koelkast kan vullen. Naast de winkelfunctie gaan we de sociale functie meer invulling geven door een koffiehoeke en een terrasje. Daarnaast willen we een geldautomaat, een agentschap van PostNL en een stomerijfunctie.”

WAAROM ZET JIJ JE IN VOOR HET DORP?

Jacqueline: “Ik vind het belangrijk dat de leefbaarheid in het dorp behouden blijft. Het is heel gemakkelijk om te zeggen: ‘Ik doe geen vrijwilligerswerk en ik mopper wel over

alles wat verdwijnt’, maar daar gaat het niet beter van worden.” Wietske: “Mijn vader had drie uitgangspunten in de opvoeding. Je moest iets in de muziek doen, je moest maatschappelijk iets ondernemen en je moest altijd je beste beentje voorzetten. Dat heb ik altijd gedaan, waar ik ook woon.” Wim: “Als voorzieningen verdwijnen uit een dorp, gaat dat ten koste van de leefbaarheid. Denk aan de supermarkt, het verenigingsleven, de scholen die bij de kritische grens van 23 leerlingen komen, al dat soort dingen. Ik wil graag dat jonge gezinnen hier in het dorp blijven neerstrijken, dat kinderen hier opgroeien, en daar hoort een winkeltje bij.”

HOE ZIE JE DE TOEKOMST VAN DE WINKEL?

Wim: “Na twee jaar hopen we een definitieve locatie te hebben gevonden waar meer ruimte is. Er zijn allerlei ideeën over combinaties die je op een gezamenlijke locatie kunt onderbrengen. Bijvoorbeeld een winkel met een ruimte voor een fysiotherapeut, misschien een bibliotheekje. Wat het ook wordt: het doel is om de sociale cohesie te bevorderen en de leefbaarheid in het dorp in stand te houden.”

caleidoscoopheerenveen.nl

WIGGELE TALEN,
OPBOUWWERKER CALEIDOSCOOP

EEN RONDJE GONDEL- MARKT

Samen met Sander, mijn collega van het jongerenwerk, ben ik even op de gondelmarkt in Aldeboarn. Een mooie gelegenheid om Sander, die net begonnen is, voor te stellen aan een aantal mensen. We lopen samen de Ynbring-winkel binnen.

De vrijwilligers van de kringloopwinkel zijn druk bezig met het verkopen van de ingebrachte spullen. Tijd voor een praatje is er bijna niet. Tijdens het rondje door de winkel vertel ik Sander dat de kringloopwinkel niet alleen maar een plek is waar je iets kan kopen, maar ook waar ontmoeting wordt gestimuleerd en er plek is voor statushouders. Zij hebben hier een plek waar ze de taal leren en de Boarnsters leren kennen.

Vanavond is de gondelvaart en dat betekent dat er in de middag een gondelmarkt is. Dit is een perfect moment om een ambulante ronde te doen. We lopen samen over de gondelmarkt; ik tik Harm op zijn schouder en stel hem voor

aan Sander. Ik heb regelmatig contact met Harm over de brede inzetbaarheid van de Ynbring-winkel. Even later zie ik Arnaud voorbijlopen en vraag hoe het gaat met het fietsgroepje waar hij onderdeel van is. De groep start elke dinsdagochtend vanaf o.b.s. De Boarne om een stuk te fietsen. Jacqueline stoot me aan, dat ik moet gaan stemmen op hun gondel. Samen met Wietske pakt ze een groot deel van de verantwoordelijkheid van de Bloeizone op.

Na deze ronde kom ik tot besef hoe mooi het dorp Aldeboarn is. Dit dorp zet zich ontzettend hard in voor de leefbaarheid van het dorp. Iedereen die wil kan hier meedoen en zich thuis voelen.



Voorzitter van Werk aan de Winkel Ronald Rodenburg legt een tegel van de winkelvloer.

WIM SCHOLTE:
“Het doel is om de
sociale cohesie te
bevorderen en de
leefbaarheid in het
dorp in stand te
houden”

Patiënten aan het woord

Zuurstoftherapie bij Antonius Hypercare

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

Een verdwaalde zakdoek

Gerard de Groot (73) heeft 23 jaar suikerziekte en kreeg in september 2022 een drukplekje aan een teen. Een verdwaalde zakdoek in zijn schoen had hij niet gevoeld bij het wandelen. Gerard ging naar zijn huisarts en deze regelde wondzorg en een afspraak bij een vaatchirurg. Dit was nodig want de teen werd zwart. Er was te weinig doorbloeding en Gerard werd gedotterd. De wond werd echter slechter, ook door een allergie voor antibiotica. Gerard werd met spoed opgeroepen en er werden twee tenen en omliggend weefsel weggehaald. De chirurg besloot nog een keer te dotteren en tot grote vreugde had Gerard 's avonds een warme voet.

Hij werd ontslagen uit het ziekenhuis en verwezen voor hyperbare zuurstoftherapie in Sneek. Gerard de Groot: "Ik had er nog nooit van gehoord maar na de uitleg besloot ik om zuurstoftherapie aan te gaan." Hij kreeg een intakegesprek met de arts van de hyperbare kamer, drs. Moradi en twee dagen later had Gerard zijn eerste sessie. "Na negen keer zagen we een verbetering!" Omdat de andere tenen al aangetast waren, zocht drs. Moradi opnieuw contact met de vaatchirurg. Er werd besloten om de tenen te verwijderen zodat verdere uitbreiding werd voorkomen. Ook kreeg Gerard een huidtransplantatie; huid uit zijn bovenbeen werd in de wond aan zijn voet gelegd. Daarna ging Gerard verder met de behandeling in de hyperbare kamer en na drie weken was de wond genezen.

"Dankzij de tweede dotterprocedure en de behandeling in de hyperbare kamer is verdere amputatie van het onderbeen voorkomen! Ook het contact met andere patiënten die ik heb



ontmoet in de kamer, heeft me goed gedaan. Het heeft me moed en hoop gegeven. De acht weken van reizen en behandelen is zeker de moeite waard geweest", aldus Gerard.



Het parkeerkaartje bij de slagboom

Bij Bianca Jonker (48) werd in september 2020 borstkanker ontdekt. Na een half jaar chemobehandeling onderging Bianca een borst bsparende operatie en een schildwachtklierprocedure. (Dit is om te kijken of er uitzaaiingen zijn). De uitslag was niet gunstig en Bianca onderging een tweede operatie. Bij deze operatie werd er meer borstweefsel weggehaald en ook alle lymfeklieren uit de oksel.

"Na deze operaties raakte mijn borst twee keer ontstoken en werd ik behandeld met antibiotica", vertelt Bianca. "Daarna volgde een aantal weken bestraling. Het bindweefsel was beschadigd en ik had veel littekenweefsel; de huid was hard en pijnlijk. Daardoor was de beweging van mijn arm beperkt en lukte het mij niet goed om mijn linkerarm omhoog of opzij te bewegen. De chirurg van Tjongerschans gaf mij twee opties: pijnbehandeling of zuurstoftherapie in de hyperbare kamer."

Bianca had nog nooit gehoord van zuurstoftherapie maar na de uitleg van de chirurg was de keuze snel ge-

maakt. "Dit was geen moeilijke keuze omdat er goede resultaten worden behaald met deze therapie en ook omdat de behandeling compleet werd vergoed door Interpolis. Gedurende tien weken ben ik naar Antonius Hypercare gegaan. Het was een intens traject maar ik zou het zo opnieuw doen! De sfeer op de afdeling was prettig en de tijd van de sessie beschouwde ik als tijd voor mezelf, ook omdat je even geen contact hebt met de buitenwereld. Dankzij zuurstoftherapie, gecombineerd met oedeemtherapie en sporten, kan ik mijn arm weer normaal gebruiken en kan ik het parkeerkaartje bij de slagboom weer makkelijk pakken!"

Hoge verwachtingen soms temperen

Patiënten die aangemeld worden voor zuurstoftherapie in de hyperbare kamer krijgen eerst een gesprek met een hyperbare geneeskundige arts. Ghasem Moradi is een van de artsen die beoordeelt of de aandoening van de patiënt geschikt is voor behandeling.

Moradi: "Van tevoren wordt de benodigde informatie over de patiënt verzameld zodat ik al een beeld kan vormen van het reeds afgelegde traject. Daarna volgt een uitgebreid gesprek en lichamelijk onderzoek. De patiënt krijgt direct te horen of er een indicatie is voor zuurstoftherapie. Soms moet ik patiënten teleurstellen omdat niet alle diagnoses te behandelen zijn of niet vergoed worden door de zorgverzekering. Ook komen soms patiënten in een te laat stadium, waardoor behandeling niet meer zinvol is." De samenwerking met de verwijzende specialisten is waardevol, volgens Moradi. "Zij zijn de spil in het doorverwijsproces en bepalen of de patiënt ook daadwerkelijk de kans krijgt op behandeling in de hyperbare kamer."



'WEEK VAN DE ONTMOETING' (23 SEPTEMBER T/M 4 OKTOBER)

“Na zo’n dag is het contact gewoon wat gemakkelijker”



In de gemeente Heerenveen wordt elk jaar de 'Week van de ontmoeting' georganiseerd. Tijdens deze week zijn er diverse activiteiten, georganiseerd door, voor en met de inwoners. Doel is elkaar ontmoeten en nieuwe contacten leggen. De 'Week van de ontmoeting' vindt dit jaar plaats van 23 september tot en met 4 oktober. Deze periode valt samen met Burendag en de landelijke 'Week tegen eenzaamheid.'

Eén op de drie mensen in de gemeente Heerenveen voelt zich best eenzaam. Dat zijn gemiddeld achttien mensen per straat. Eenzaamheid is je niet verbonden voelen en je hoeft niet alleen te zijn, om je eenzaam te voelen. Je ervaart een gemis aan een hechte, emotionele band met anderen. Eenzaamheidsgevoelens kunnen invloed hebben op je gezondheid, welzijn en kwaliteit van leven. Vandaar de 'Week van de ontmoeting' in de gemeente Heerenveen. Tijdens deze week wordt eenieder uitgenodigd om een activiteit te organiseren waar ontmoeting en verbinding centraal staan.

VEERTIG ACTIVITEITEN

De week wordt in 2023 voor de vierde keer in de gemeente georganiseerd. Vorig jaar telde de 'Week van de ontmoeting' ruim veertig activiteiten. Jacco Oosterhof is een van de animators van het ontmoetingsfeest in de straten Praam en Trekschuit in zijn woonplaats Heerenveen. "Ontstaan vanuit de Burendag, georganiseerd door een paar enthousiaste dames", vertelt Oosterhof. "Het feest werd erg goed

ontvangen door de buurt. Dat mensen zeiden: 'Dit is precies wat we nodig hebben om elkaar eens wat vaker te zien'. Met een paar andere buurtgenoten hebben we toen de koppen bij elkaar gestoken en zijn gaan helpen. En nu proberen we het elk jaar terug te laten keren."

ELKAAR NOOIT GESPROKEN

Jacco Oosterhof: "We hebben een prachtige straat en een prachtig buurtje, maar je weet hoe dat gaat. Je woont er, gaat naar je werk, we komen weer terug; in de zomer zie je elkaar iets meer maar vaak ook niet. Ik sprak vorig jaar mensen die de keren daarvoor op vakantie waren en er dus voor het eerst bij waren. Ze vertelden dat ze er al vijf jaar woonden maar de burendrie deuren verderop nog nooit hadden gesproken. Die zien elkaar daarna wel. Na zo'n dag is het contact gewoon wat gemakkelijker. Leuk is ook het stel dat in de straat een huis had gekocht, er nog niet woonde, de uitnodiging had gezien en speciaal voor de dag anderhalf uur had gereden. Die zijn speciaal gaan rijden om hun nieuwe buurtgenoten te ontmoeten."

LINKS EN RECHTS ETEN EN DRINKEN REGELEN

"Om het voor iedereen zo toegankelijk mogelijk te maken is een 'Doe & Ontmoet'-cheque van de gemeente Heerenveen natuurlijk een geweldige tegemoetkoming. Die hebben we vorig jaar gekregen en dit jaar weer. De eerste keer hadden we een kleine partytent die half uit elkaar viel, maar die was niet meer toereikend. Als het weer omslaat wil je toch graag droog staan. Dus hebben voor de

Doe & Ontmoet-cheque vorig jaar een mooie tent kunnen kopen." 'Laagdrempelig' betekent ook een bijdrage van slechts € 7,50 voor een volwassene en € 4,- voor een kind. "Dat houden we bewust laag en op basis daarvan regelen we links en rechts eten en drinken. Bakkerij Verloop sponsort het deeg. Dan gaan we met de kinderen boven het vuur broodjes bakken, zoals we dat vroeger ook deden op schoolreisje. Alleen is het nu geen kampvuur maar een

vuurschaal met wat briktjes, maar het effect is hetzelfde. Dat vinden kinderen fantastisch. En die niet alleen; we hebben ook wat pubers van een jaar of veertien, vijftien. Die willen nog wel een broodje bakken, hoor."

TOT ELKAAR KOMEN

Met het enthousiasme groeide ook het aantal deelnemende burenen de afgelopen jaren: van zestig in het begin naar honderd vorig jaar. "Een prachtige opkomst. De jongste is zes, zeven maanden; de oudste is dik in de tachtig", zegt Oosterhof. "Voor mensen die niet zo lang kunnen staan, regelen we lekkere stoelen met dikke kussens erin. En anderen, die niet zelf kunnen komen, halen we van huis. De één komt even een uurtje; tegen een ander moeten we tegen tieners zeggen dat het feest is afgelopen. Een buurtgenoot is kok; vaste prik is eigenlijk dat we voor de kinderen pannenkoeken maken. We organiseren spelletjes voor ze; we hebben een speurtocht gehad en je merkt ook, dat als ze met elkaar zijn, ze ook zelf een spel bedenken. Je wilt gewoon dat mensen lekker kunnen kletsen, een beetje tot elkaar komen en als je de volgende keer een buurtgenoot nodig hebt gaat het net even wat gemakkelijker, want je hebt elkaar even gezien."



Jacco Oosterhof speelt bingo

“De jongste is zes, zeven maanden; de oudste is dik in de tachtig”



50 JAAR

**Van der Meer Woninginrichting
zit al 50 jaar op De Dracht
in Heerenveen. En dit vieren wij!**

**WIJ HOUDEN
EEN OPEN HUIS OP
23 SEPTEMBER A.S.**

**U bent welkom om dit samen
met ons te vieren onder het genot
van een hapje en drankje!**

van der **MEER** 50-jarig
bestaan!
Vloeren - gordijnen - zonwering

**Dracht 34 - 8442 BR Heerenveen - 0513-625593
Email: info@vandermeerheerenveen.nl**

www.vandermeerheerenveen.nl



SPECIAAL KATERN VAN groot heerenveen

NAJAAR 2023

OVER MODE, SCHOONHEID, WONEN EN GEZONDHEID

lifestyle



Liflotte



39

**De Beautycase
van**

influencer
Rosa Hereman



42

**Kies je eigen
beweging**

bij Fitnessclub
Heerenveen



46

**Plezier staat
voorop bij**

Dance Centre
Faya!

EN VERDER...DE HERFSTTRENDS VAN KAMSMA SCHOENEN, MAN OF THE WORLD
EN KEUKENSPUITERIJ FRIESLAND

‘De bladeren vallen van de bomen af, kan niet geloven dat dit de zomer was’

(songtekst Gold Band)

Op het moment van schrijven werk ik vanaf mijn dakterras in Italië. Het is zo'n dertig graden, de duiven doen een dutje in de dennenboom en buurvrouw Brunella maakt een heerlijk geurende pastasaus. Hier is het nog volop zomer. En daar geniet ik 100% van.

's Ochtends vroeg opstaan, een cappuccino in de ochtendzon en snel door naar de sportschool (want die heeft geen airco en straks is het te heet), daarna heerlijk de hele dag buiten werken en in de Golden Hour een Aperol Spritz aan de rand van het zwembad. Dit is het leven.

Het leven is ook vooruitwerken voor deze lifestylebijlage. Waarin we het hebben over de herfst. 23 september begint ie, astronomisch gezien. Omdat de zon op die dag precies boven de evenaar staat waardoor dag en nacht overal op aarde even lang duren. (Heb ik opgezocht, want ik dacht namelijk dat het altijd op de 21ste begon). Meteorologisch gezien begint de herfst al op 1 september. Afijn, hoe het ook zij, de herfst is in aantocht.

Na een heerlijke zomer waarin we ons lekker hebben laten gaan op het gebied van eten, drinken en laat naar bed (of spreek ik alleen voor mezelf?) is het nu tijd om orde op zaken te stellen. We pakken de draad van de sportschool weer op (bijvoorbeeld bij Jan Willem Monhemius), maken ruimte voor een nieuwe hobby (wellicht is dansen bij Fayal, iets voor jou?) en gaan aan de slag met de beautytutorials van ondernemer en influencer Rosa Hereman op de pagina hiernaast.

Een nieuw seizoen is óók de perfecte smoes om je garderobe of je interieur een update te geven. Laat je inspireren door onze tips & trends op het gebied van beauty, mode en wonen en vier de herfst.

Veel leesplezier!

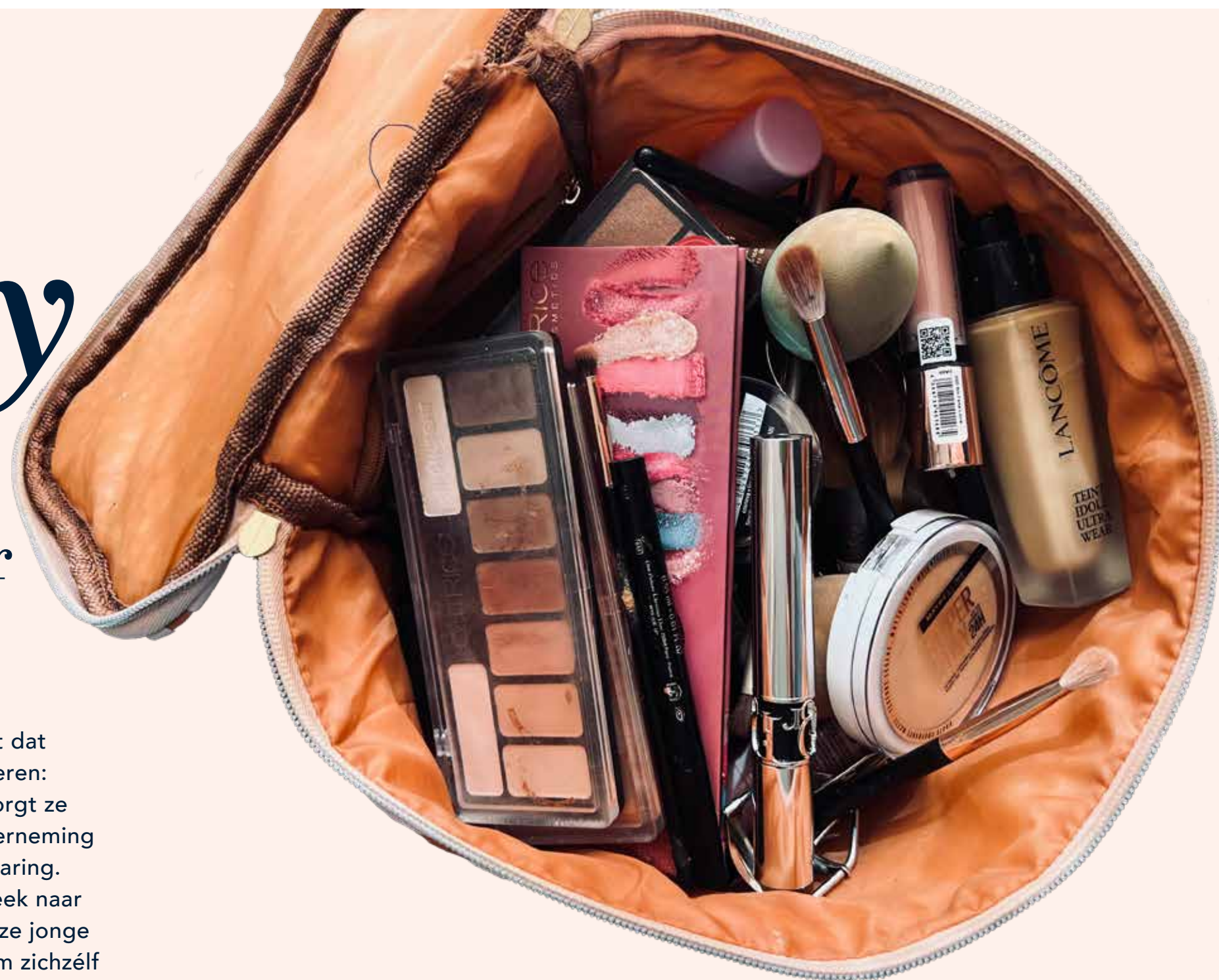
Gianna Posteraro
Redactiecoördinator



de Beauty case

van ondernemer en influencer Rosa Hereman

Wie haar volgt op Instagram of TikTok weet dat Rosa Hereman (29) moeder is van drie kinderen: Nova (5), Juul (3) en Nuna (1). Daarnaast verzorgt ze vrouwen (en soms mannen) met haar eigen onderneming – Juno Laserkliniek – op het gebied van ontharing. In oktober verhuist ze met haar bedrijf van Sneek naar Heerenveen. Een drukke periode dus. Heeft deze jonge moeder tussen de bedrijven door nog wel tijd om zichzelf te verzorgen? We vroegen het haar.



Om maar meteen te beginnen: jij leeft momenteel een druk bestaan. Hoe ziet jouw ochtendritueel eruit?

"Ik ben totaal geen ochtendmens, ik verspil het liefst zo weinig mogelijk tijd in de ochtend. Ik kleed me aan, doe mijn make-up. De kinderen kleed ik beneden aan. Daarna ontbijt ik met een broodje en een cappuccino. Dan vul ik snel de schoolbakjes en kunnen we de deur uit. Al met al hebben we hier een uurtje voor nodig."

Hoe ziet je make-up tas eruit, hoe opgeruimd is ie?

"Haha, overvol en niet heel netjes. Ik ben een groot verzamelaar van verschillende kleurpaletten. Verder zit er mascara in, wenkbrauwgel, heel veel kwasten, foundation en poeder."

Wat heb jij met beauty?

"Ik kijk altijd veel YouTube-filmpjes van hoe anderen zich opmaken. Ik vind het leuk om nieuwe producten te ontdekken en uit te proberen."

Welke make-up gebruik je op een doordeweekse dag?

"Ik draag meestal gewoon eyeliner met mascara en een heel klein beetje oogschaduw in een lichte kleur."



Heb je een beautytip?

"Als je weinig tijd hebt en toch je look compleet wilt maken, breng dan een aantal kleuren op je oogleden aan en blend ze. Daar heb je nog geen minuut per oog voor nodig."



In hoeverre is je beautyroutine in de afgelopen jaren veranderd?

"Eigenlijk is deze gelijk gebleven. Ik houd al jaren van een natuurlijke look, het liefst zonder foundation. Wat ik nu wel heb in vergelijking met vroeger is dat ik iets meer de tijd neem om me op te maken als ik ga borrelen of uit eten ga. Dan mag het ook iets uitbundiger dan overdag en gebruik ik meer kleur."

Op vakanties gebruik ik...

"Overdag helemaal niks, heerlijk! En in de avond ga ik voor een volle glam look."

Wat zit er standaard in je tas als je de deur uitgaat?

"Lipgloss of lippenbalsem."

Met drie jonge kinderen blijft er weinig ruimte over voor jezelf. Hoe doe je dat voor een avondje uit?

"Dat is inderdaad lastig. Ik wacht er daarom altijd mee tot ze op bed liggen, haha."

Als influencer krijg je geregeld beautyproducten opgestuurd met als doel het via Instagram te promoten. Promoot je alles of kies je specifieke producten? En waarom?

"Ik heb zelf wel mijn favoriete make-upmerken, maar het is altijd leuk om nieuwe te ontdekken. Als ik iets thuisgestuurd krijg, test ik het en beoordeel ik of het bij mij past en of ik het zou gebruiken. Als dat niet zo is, promoot ik het niet en geef ik het product weg aan familie of vriendinnen."

We gaan richting de herfst/winter. Wat verandert er dan in je beautyroutine?

"Vooral mijn make-upkleuren veranderen. Ik pas het vaak aan op de kleuren van mijn kleding die in de herfst vaak donkerder zijn."

Je oudste dochter draagt af en toe nagellak en loopt graag op jouw pumps. Vanaf welke leeftijd mag ze make-up dragen naar school?

"Ze heeft eigenlijk geen interesse in make-up tot nu toe. Tegen de tijd dat ze dat wel heeft wil ik wel graag meegeven dat je ook gewoon mooi bent zonder make-up."

Wanneer vind je jezelf het mooiste?

"Het zou een beetje tegenstrijdig zijn als ik hier zou zeggen mét make-up, haha. Ik voel me op mijn mooiste als ik lekker in mijn vel zit. Oh, en als mijn huid de zon heeft gezien."

Hoe zou je jouw (kleding)stijl omschrijven?

"Ik ben hier heel makkelijk in, ik draag vaak kleding met kleur, vrij basic. Een spijkerbroek en gekleurde trui, daar tref je mij het vaakst in aan, denk ik. Als ik uitga vervuil ik de broek voor een rok of jurk."

Waar haal jij jouw mode/beautyinspiratie vandaan?

"Ik kijk veel op Instagram of TikTok voor inspiratie. Ik laat mezelf alleen niet teveel leiden door trends, ik vind het leuker om er mijn eigen draai aan te geven zodat het uniek is wat ik draag."



Tutorial Rosa's uitgaanslook

STAP 1

Breng twee, drie bijpassende kleuren met een kwastje of vinger aan op je ooglid.

STAP 2

Blenden! Dit houdt in dat je de kleuren op je ooglid met elkaar mengt.

STAP 3

Zet met eyeliner een fijn lijntje net boven je wimpers, zet je wenkbrauwen in de gel en je bent ready to go!



Wil je de tutorial online bekijken? Dat kan hier, scan de QR-code





State of Art Jack 239,95, | Pullover 129,95

- AUTUMN IN - NEW COLLECTION STOER - AVONTUURLIJK COMFORTABEL

STOER EN MANNELIJK

De nieuwe najaarscollectie is stoer en trendy. Van mooie overshirts, coltruien tot mooie leren jacks. Laat de herfstkleuren en stoffen je inspireren en geef je garderobe een frisse upgrade. Wees klaar om indruk te maken, want dit najaar is voor de stoere man! Je vindt het bij **MAN OF THE WORLD**.

NEW
COLLECTION
autumn 2023



Mac Broek (ruit) 119,95 | A FISH NAMED FRED Sokken 12,95 | BlueFields Shirt 74,95 | BlueFields Pullover 69,95 | BlueFields Vest 89,95 | Manzini Jack 239,95 | BlueFields Shirt (ruit) 89,95

CASUAL
DE DEUR UIT



DNR Leren jack 279,95
A FISH NAMED FRED Overshirt (ruit) 119,95
MAC Broek (organic cotton) 119,95

NEW IN
AUTUMN 23



BlueFields Jacket (met wol) 159,95 | PULLOVER met rits 99,95



BlueFields Pullover 69,95



BlueFields Shirt 89,95

Outdoor Jackets

De lichtgewicht jassen van Killtec hebben verschillende functies. Ze zijn comfortabel om te dragen, ideaal voor activiteiten en verkrijgbaar in verschillende modellen en kleuren. Loop eens binnen, wij laten graag zien welke jas het beste bij je past.



DNR
Jack 179,95



KILLTEC
Jack 219,95

SLIM!

Met de flexibele jersey slim fit pakken van Zuitable ben je op elke situatie voorbereid. Ze zien er niet alleen prachtig uit, maar bieden je ook een veel bewegingsvrijheid. Een combi met een t-shirt kan natuurlijk ook. Mooi in de nieuwe kleur aubergine. De perfecte cross-over tussen de zakelijke en casual look.



Zuitable
Colbert (ruit) 229,95
Zuitable
Broek 119,95
R2
Shirt 94,95

Wij zijn enthousiast over de nieuwe najaarscollectie en we nodigen je graag uit om deze te komen bekijken.

Val op, dit najaar!



Wil je opvallen, dit najaar? Dat kan! Met de modekleuren paars, fuchsia en roodoranje maak jij je outfit helemaal compleet. En naast de populaire najaarskleuren zwart en bruin zien we ook rustige en diepe grijsinten en warme groene kleuren. Gun jezelf de nieuwe najaarscollectie van **KAMSMA SCHOENEN HEERENVEEN**. Hieronder hebben wij een aantal modellen van diverse merken voor je klaar staan. Iets voor jou?

DUREA

Comfortabel en er leuk uitzien? Dat kan met de perfecte pasvorm van Durea. Durea geeft jouw voeten onder andere de ruimte bij de voorvoet om drukpunten te verminderen. Eventueel geschikt voor mensen met bijvoorbeeld een hallux valgus of hamertenen.

- ✓ Verkrijgbaar in diverse wijde maten
- ✓ Verwisselbaar voetbed



XSENSIBLE

Een schoen die je blij maakt! Een schoenenmerk zowel voor dames als heren, dat geeft om jouw gezondheid en balans. De unieke balanszool in combinatie met de perfecte demping, maximale stabiliteit en ultieme grip zorgen voor de beste loopervaring.

- ✓ Stijlvol voor het oog
- ✓ Uiterst comfortabel
- ✓ Uitneembaar voetbed
- ✓ Lichtgewicht



GABOR

Je outfit is pas af wanneer je de perfecte schoen erbij hebt gevonden. Het merk biedt een groot assortiment damesschoenen. Van trendy sneakers en pumps tot stoere boots. Zo ook diverse modellen in dé trendkleur van het najaar.

- ✓ Ook moderne en casual herenschoenen van Pius Gabor



WAT PAST BIJ JOU?

Sinds kort is de manier waarop we werken, communiceren en sporten volledig veranderd. Steeds meer mensen, maar ook steeds meer bedrijven en organisaties, focussen zich op vitaliteit en het bevorderen van een gezonde leefstijl. Om het langdurig vol te houden is het belangrijk dat je iets kiest wat bij je past.

De één is heel gedisciplineerd en komt uit zichzelf wekelijks in actie; de ander haalt juist de motivatie uit de groep waarbij de aansluiting met je groep een belangrijke rol speelt. En wat heeft je lijf nodig? Is het lekker knallen en volledig uitgeput en bezweet uit je training komen? Of zijn het de ontspannings-oefeningen waardoor je weer lekker in balans komt?

Wat past bij jou? We zetten enkele manieren van gezond bewegen voor je op een rijtje.



Jan Willem Monhemius
Fitnessclub Heerenveen

Kies je eigen beweging bij je gezonde leefstijl



VIJF REDENEN OM VOOR EGYM TRAINING TE KIEZEN

1. GEPERSONALISEERDE TRAINING

Je volgt geïndividualiseerde krachttrainingsprogramma's die zijn afgestemd op jouw persoonlijke resultaten.

2. TIJDBESPAREND

De krachttrainingscircuits duren slechts 20 minuten.

3. VEILIG

De machines zijn ontworpen om zo veilig mogelijk te trainen en daarmee blessures te voorkomen.

4. AFWISSELEND

Het biedt een breed scala aan trainingsprogramma's die kunnen worden aangepast aan jouw fitnessniveau. Ongeacht je ervaring en leeftijd.

5. MOTIVATIE

Door jouw echte leeftijd te vergelijken met de BIO AGE die wordt berekend kun je zien hoe snel je vooruitgaat. De meeste mensen worden minimaal tien jaar 'jonger' in de eerste tien weken.

EGYM VIND JE BIJ FITNESSCLUB HEERENVEEN.NL

WAT IS JOUW BIO AGE ?

Al een jaartje ouder maar nog steeds zo fit als een persoon van tientallen jaren jonger? Door gericht te trainen met kracht- en conditie-apparatuur van EGYM kan ook jij het verschil maken. De man van bijgaande gegevens heeft een conditieniveau dat vergelijkbaar is met iemand van 23 jaren jonger. Wie wil dat niet?

BIO AGE EN EGYM:
FITNESSCLUBHEERENVEEN.NL



HEALTHY AGING

Gezond en fit ouder worden? Je bent nooit te oud om te sporten. Wel is het fijn om dat dan met leeftijdsgenoten te doen. Een gericht fitnessprogramma samen met anderen, dat zorgt voor een gezellige en veilige manier om fitter en sterker te worden. Zo blijf je fit genoeg om ook op latere leeftijd nog te stoeien met de klein- en achterkleinkinderen. Dat is wat 'lekker in je vel' voor jou kan betekenen. Ook actieve vakanties horen op deze manier vele jaren langer tot de mogelijkheden.

LEKKER IN JE VEL BIJ
ABC FITSTUDIO



POPULARITEIT YOGA ENORM TOEGENOMEN

De populariteit van yoga is de afgelopen jaren om verschillende redenen aanzienlijk toegenomen. Ten eerste biedt yoga talloze gezondheidsvoordelen, en de medische wetenschap ondersteunt de positieve effecten ervan op je algehele gezondheid en welzijn. Bovendien is gebleken dat het de stressniveaus verlaagt, het zelfbewustzijn vergroot, een betere slaapkwaliteit bevordert en de focus en concentratie verhoogt. Veel mensen vinden dat yoga een gevoel van evenwicht, innerlijke rust en verbinding met zichzelf geeft.

YOGAHEERENVEEN.NL



JUMPSTART JOUW FITHEID

Vind je het gezellig om te sporten samen met anderen? Dan zijn er in de fitnessclub veel mogelijkheden zoals aerobicslessen en zumba, maar ook spinning en yoga. Maar wil je je fitheid echt een jumpstart geven, probeer dan eens een les Crossmaxx. Dit zijn lessen van 40 minuten waarin je hele lijf getraind wordt. Voor sterke spieren, een beter uithoudingsvermogen en ook meer lenigheid. Er wordt getraind met allerlei losse materialen zoals Challenge bags, Battle ropes, en Kettle bells. Het leuke is dat iedereen er aan mee kan doen, en ieder doet wat bij hem of haar past.

CROSSMAXX WORDT GEGEVEN
BIJ FITNESSCLUB HEERENVEEN.



GEEN FITNESSFANAAT – WEL RESULTAAT

Vind jij fitness niet leuk? Wél in de fitnessclub. Met de nieuwe moderne computergestuurde fitnessapparatuur hoef je je nergens meer zorgen om te maken. Zolang jij maar in ieder geval twee keer per week naar de club komt, zorgen de trainers en de moderne apparatuur voor resultaat. In Heerenveen vind je die apparatuur bij Fitnessclub Heerenveen en bij ABC Fitstudio. Twee hele verschillende clubs, maar beide erop gericht om jou in korte tijd zo fit mogelijk te krijgen.



VERGOED AFVALLEN

Met X-Fittt GLI streven we ernaar om jou een fittere en gezondere leefstijl te geven. Onze unieke aanpak van leefstijlcoaching in combinatie met professionele sportbegeleiding helpt je bij het bereiken van een duurzaam, mooi, slank en fit lichaam. Bovendien wordt de 24 maanden leefstijlcoaching gratis vergoed vanuit het basispakket van je zorgverzekering. Wij zorgen voor een probleemloze declaratie, zodat jij zonder gedoe kunt deelnemen aan ons programma. Kijk op de website om te kijken of je in aanmerking komt voor dit programma.

WWW.X-FITTT.NL

SUNNY SIDE UP

Wellicht ben je gewend aan een gezond kleurkje op je huid en zou je dat wel wat langer willen vasthouden? Een professionele zonnestudio kan dan uitkomst bieden. Daar kun je op een veilige, verantwoorde en snelle manier je gezonde kleurkje onderhouden of opbouwen. Maar zoals met alles, geldt ook voor het zonnen: doe dat met mate. Je zonnestudio kan en zal je daarin adviseren. Stelregel voor verantwoord zonnen is: maximaal vijftig keer per jaar. Wij adviseren liever één keer per tien dagen om je kleur te onderhouden.

ZONSTUDIO.NL HEEFT TWEE
LOCATIES IN HEERENVEEN, EEN
EERSTE BEZOEK IS ALTIJD GRATIS.





- Binnen zonwering
- Terrasschermen
- Uitvalschermen • Screens
- Markiezen
- Horeca markiezen
- Terrasoverkappingen
- Serrezonwering
- Rolliiken
- Stalen rolluiken-hekken
- Parasols

Jama
ZONWERING

Herenwal 64 8441 BB Heerenveen Tel. (0513) 65 18 03
www.jamazonwering.nl info@jamazonwering.nl

Tijd voor een nieuwe garagedeur!



Complete installatie gratis

Bestel je nu een Novoform sectionaaldeur, dan is de complete installatie gratis. Dit betekent het demonteren en afvoeren van de oude garagedeur én de montage van de nieuwe sectionaaldeur. Monteren doen we snel; het duurt niet langer dan één werkdag.

1 september t/m 31 december 2023
Vraag naar de voorwaarden

Interesse in een geïsoleerde sectionaaldeur? Profiteer dan nu.

Ellema
Garagedeuren

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

Als Novoform dealer beschikken we over vak kennis en bieden we een uitstekende service.



Uw verhuizing in vertrouwde handen!

HOEKSTRA
hoekstrasneek.nl/verhuizingen

VERKENDE VERHUIZERS

QR code

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

20 cm diameter
46 cm



KEUKENRENOVATIE OF OVERSPUITEN VAN UW KEUKEN

Oude keuken als nieuw?



Overweegt u een nieuwe keuken? Denk eens aan overspuiten, een minder dure optie, maar net zo effectief! Wanneer u uw keuken vakkundig wenst te laten renoveren, dan bent u bij **KEUKENSPUITERIJ FRIESLAND** aan het juiste adres. De bestaande keuken krijgt een nieuw harde laklaag. Uw keuken ziet er weer uit als nieuw en kan weer jaren mee. Door te hergebruiken werken we met z'n allen aan een schoner milieu én minder uitstoot van CO2. Hierbij wat voorbeelden om een impressie te krijgen van de mogelijkheden en het eindresultaat.

"OVERSPUITEN IS VEEL MINDER MILIEU BELASTEND"

Totale metamorfose

Bij dit project kunnen we echt spreken van een totale metamorfose. De keuken had frontjes, allemaal in een zware houtkleur. De fronten hebben we vakkundig verwijderd en overgespoten in een hele frisse lichte kleur en teruggeplaatst. Een totale nieuwe keuken!



Van donker hout naar modern wit

Bij deze keuken kunnen we weer spreken van een prachtige make-over. Doordat de donkere houtkleurige frontjes van de keuken zijn gespoten in een witte kleur ziet de keuken er direct heel anders uit. De keuken is in zijn geheel gespoten: onderkastjes, bovenkastjes en ook de losse vrijstaande hoge kast zijn meegenomen. Een totaalplaatje waar ze nog jaren van kunnen genieten.

"VOLLEDIG NAAR UW WENS"

"OVERSPUITEN IS VEEL GOEDKOPER DAN NIEUW"

Van gedateerd beuken naar fris wit

Deze beuken keuken was ook toe aan vernieuwing. De beuken frontjes zijn keurig overgespoten in een lichte kleur. De keuken ziet er fris uit en oogt groter en ruimer door het gebruik van lichte kleuren in een relatief volle ruimte met veel kastjes. Op deze manier kan een wat oudere keuken toch nog weer jaren mee. Spuiten van frontjes is daarvoor een perfecte oplossing.



LORAINÉ KAMMERON
VAN DANCE CENTRE FAYA!

“Het plezier in dansen staat bij ons altijd voorop”

Kinderen die zichtbaar genieten van hun dansles hiphop of ballet, volwassenen die het dansen weer oppakken; Lorainé Kammeron geniet elke dag van alles wat ze meemaakt bij haar dansschool. “Dat ik mijn passie kan delen met zoveel mensen, maakt me heel dankbaar.”

“Links, rechts, schop! Een echte schop, geen kleintje!”
In de mooie grote danszaal van Dance Centre Faya! aan De Opslach 5 in Heerenveen volgen elf kinderen een dansles hiphop & streetdance. De meiden en jongens doen vol enthousiasme mee met de bewegingen van eigenaresse Lorainé Kammeron. “Op vijf, zes, zeven, acht mag je improviseren, dus laat maar zien wat je kunt!”

UITLAATKLEP

Het is nog een beetje wennen tijdens deze eerste les van het seizoen, maar hier en daar zijn al wat stoere moves te zien. “Voor de meeste kinderen is dit hun tweede of derde seizoen,” legt Lorainé uit. “Ze houden echt van dans, dat is gewoon genieten. Je ziet ze ook vooruit gaan. Ze pakken de bewegingen steeds makkelijker op. Het plezier in dansen staat bij ons altijd voorop, maar het ‘connecten’ met elkaar vinden we ook heel belangrijk. Daarom mogen de kinderen aan het begin van de les altijd even vertellen wat ze bezighoudt.”

Dance Centre Faya! is al sinds 2006 dé plek in Heerenveen om uiteenlopende danslessen te volgen: van afrodance tot dancehall en van klassiek ballet tot peuterdans. “Sommige mensen volgden hier als kind dansles, en nu ze volwassen zijn komen ze weer terug voor een les voor volwassenen, omdat ze het dansen missen. Heel bijzonder vind ik dat”, vertelt Lorainé. “Dansen is een heerlijke uitlaatklep; het is goed voor je geest, conditie, lichaamshouding én je doet leuke sociale contacten op. Dat mensen kunnen genieten van dans, dat ze daar lekker op kunnen bewegen, dat is mijn drive. En dan maakt het niet uit welke soort dans dat is. Dansen doet ook iets met je ziel: het gevoel dat je loslaat en samenvalt met de muziek, is echt iets heel bijzonders. Als je dat hebt ervaren, wil je nooit meer iets anders.”



De dansdocenten bij Dance Centre Faya! Staand vlnr.: Femke Otter, Lorainé Kammeron en Qyra de Vries. Voor: Melany Poeste

VEILIGE OMGEVING

Lorainé danst zelf al van jongs af aan en geeft al meer dan twintig jaar dansles. In 2006 startte ze Dance Centre Faya! “Ik begon in mijn eentje, maar er waren zoveel kinderen die wilden dansen, dat ik er al snel meer docenten bij zocht. Op die manier kon ik met mensen werken die goed waren in verschillende stijlen. Vaak beginnen meiden bij mij met dansen, gaan naar de Dansacademie in Leeuwarden en komen dan bij mij terug als docent. Femke Otter begon bijvoorbeeld als meisje van negen bij mij. Qyra geeft de klassieke danslessen, zij is een hele goede docente op dat gebied.”

Lorainé vindt het belangrijk dat haar docenten niet alleen een passie voor dans hebben, maar ook een leuke sfeer neer weten te zetten. “De docent zorgt ervoor dat ze de leerlingen goed leert kennen en dat de les een veilige omgeving is, waar kinderen zichzelf

QYRA DE VRIES:

“Tijdens mijn danslessen wil ik anderen inspireren om te bewegen, te ontdekken, te creëren en te experimenteren.”

MELANY POESTE

“Dansen maakt blij en ik help je er graag bij. Voel je vrij en dans met mij.”

durven te zijn. De groepen zijn daarom ook niet zo groot.” Vroeger werd er veel geoefend voor wedstrijden, maar tegenwoordig ligt de focus meer op genieten van dans. Lorainé: “We richten ons nu vooral op goed leren dansen, gewoon omdat het leuk is. De leerlingen laten dat zien tijdens een voorstelling, eindpresentatie of optreden. Aan wedstrijden doen we alleen mee als kinderen daar zelf om vragen.”

VAN URBAN TOT KLASSEK BALLE

Als eerste in Friesland gaf Lorainé lessen in urban dansstijlen: “Dat is de muziek die je nu veel op festivals hoort: hiphop, afro, dancehall, reggaeton. Nu is dat heel normaal, maar toen ik ermee begon waren wij de eersten die dat deden. Het zijn de lessen die ik zelf geef en waar ik enorm van geniet.”

Lorainé is net gestart met een nieuwe groep afrodance & dancehall voor

beginners van veertien jaar en ouder op dinsdagavond. “Je danst op muziek uit de Caraïben en leert alle passen en bewegingen die horen bij dancehall, zoals twerken en bodyrolls. Het is een stoere les, maar soms ook sensueel, en het is heel goed voor je conditie. Bij de les voor beginners beginnen we helemaal bij het begin, we bouwen langzaam op.”

Terwijl er tijdens de afrodance-lessen op eigentijdse festivalmuziek wordt gedanst, zijn er op vrijdag lessen klassiek ballet. Lorainé: “Dit is meestal op klassieke muziek en is heel goed voor je houding, met veel spierversterkende oefeningen. Sommige meisjes weten al van jongs af aan dat ze dat graag willen doen, maar je kunt ook later instappen.”

Ook het vermelden waard is de les ‘Femme heels’ waarbij op hoge hakken wordt gedanst. “Dit is een hele sensuele dansles, waarin je leert om op hakken te dansen, om elegant over de vloer te dansen en weer op te staan”, legt Lorainé uit. “Het is een technische les, heel leuk en uitdagend.”

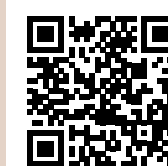
PROEFLES

Faya! biedt nog veel meer soorten lessen aan, zoals het expressieve commercial dance en het veel rustiger modern jazz. “Voor iedereen is er wel iets, voor peuters vanaf twee jaar tot zestigplus. Bij elke les geldt dat je zestig minuten

Dance Centre Faya!
biedt de volgende dansstijlen aan:

AFRODANCE
DANCEHALL
URBAN HIPHOP
FEMME HEELS
MODERN JAZZ
KLASSIEK BALLE
COMMERCIAL
STREETDANCE
PEUTERDANS
DANSEXPRESSION
DANCE2SCHOOL
WORKSHOPS

Kijk op www.faya-dance.nl voor een beschrijving van alle dansstijlen. Hier vind je ook het lesrooster en kun je je aanmelden voor een proefles.



FEMKE OTTER

“Dans is voor mij een passie die ik wil overbrengen. Dans met plezier en voel je vrij om jezelf te mogen zijn.”

lekker aan het dansen bent. We zeggen altijd: kom een proefles doen, dan ontdek je of de dansstijl bij je past. Maar ook ontdek je dan of je aansluiting hebt met de mensen in de groep en met de docent. In september en oktober ben je zeker welkom voor een proefles! Het is ook heel gezellig met elkaar.”

De kinderen van de hiphop & streetdance-les hebben het intussen allang bedacht: zij willen dit seizoen vooral veel ‘coole moves’ en ‘truukjes’ leren. Dat gaat vast lukken bij Dance Centre Faya!.

het verhaal van Heerenveen

Oenemastate VAN GRIETENIJHUIS TOT RESTAURANT

“Goedemiddag, wat kan ik voor u doen?” “Doe mij maar een twaalfuurtje.” Restaurant & Grand Café ’t Gerecht aan het Gemeenteplein in Heerenveen had in 2018 de prijs voor het beste terras van Nederland. Het voormalig grietenijhuis kent een lange geschiedenis die teruggaat naar het ontstaan van Heerenveen.



Het postkantoor was van 1870 tot 1914 gevestigd aan het Gemeenteplein. De lokale jeugd vond het machtig spannend als een fotograaf een plaatje schoot.



Deze foto is genomen rond 1900. Oenemastate aan het Gemeenteplein. Toen Oenemastate nog het gemeentehuis was. Naast Oenemastate staat de toenmalige rooms-katholieke kerk.

Moerborch

In 1538 werd Dr. Pieter Hettes van Dekema raadsheer bij het Hof van Friesland. Hij woonde toen op Dekema state in Jelsum. Hij was gehuwd met Catharina van Loo en via zijn schoonvader Gerrit van Loo had hij vele connecties in het Utrechtse. In 1546 werd Pieter van Dekema tot ridder geslagen.

In 1530 had keizer Karel V een verbod op turfwinning in Zuid-Holland afgekondigd. Er waren diepe meren ontstaan en door de veenwinning waren de maailanden gezakt, waardoor er ernstige wateroverlast ontstond. Turf was goedkope brandstof en er was veel vraag. Jean de Ligne (graaf van Arenberg) was de noordelijke stadhouder. Hij zag dat er veel ongerepte veengebieden in het noorden van het land lagen. Hierop ontwikkelde hij een veenconcept, waarvoor hij voor de

zuidelijke Friese landen medewerking vroeg aan Pieter van Dekema. Pieter bezat zelf al twee hoven in Oudehorne en zijn neef had bezittingen bij Kortezwaag. Via zijn Utrechtse connecties kwam Pieter van Dekema in contact met Johannes van Cuyk Anthoniszoon en Floris Foeyts en met hen startte hij op 24 juli 1551 de Schoterlandse Veencompagnie. Vermoedelijk werd na 1586, op de plek waar nu Oenemastate is gebouwd, het veenhuis Moerborch gevestigd.

De Van Oenema's

In 1632 laat Amelius van Oenema op de fundamenteën van de oude Moerborch een stins met een toren bouwen. Het

Friese woord 'stins' betekent zoiets als 'steenhuis'. Een stins is een woonburcht voor een Friese adellijke familie. Al in 1640

< Een hemelbed in Oenemastate. Lekker knus 'koese'



Een tekening van de oude Oenemastate. Een datum is helaas niet bekend



Een tekening uit 1732 geeft een beeld van de achterkant van Oenemastate.



Ter ere van het huwelijk van prinses Juliana en prins Bernhard in 1937 is Oenemastate feestelijk verlicht.

wordt de stins omgetoverd tot een landhuis en wordt het Oenemastate genoemd. In 1663 schildert Mathias van Pelckum, leerling van de beroemde Rembrandt van Rijn, een plafondschildering in de grote zaal van Oenemastate. Vermoedelijk in opdracht van Catharina Jacquesdr. Douma van Oenema en haar man Ernst Willem van Haren.

De Van Oenema's stammen af van oude adel uit de omgeving. Zij weten de omslag naar grietmannenfamilie goed te maken. Catharina's ooms Tiberius en Amelius zijn grietman (burgemeester) van respectievelijk Utingeradeel en Schoterland. Catharina's vader Jacques neemt met beide ooms deel in verschillende veencompagnieën, zoals de Schoterlandse Veencompagnie en de Opsterlandse Veencompagnie. Hierdoor heeft de familie bezittingen in Brongerga, Katlijk, Kortezwaag en Langezwaag. Rond 1636 woont Jacques

op de buitenplaats Moerborch. Hij heeft deze verkregen door een ruiling met Jr. Gerrit van Sickinga tegen het Jonkershuis (Huize Voormeer).

Gemeentehuis

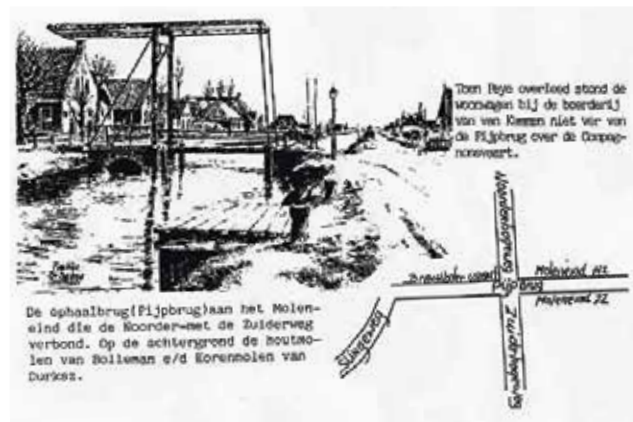
In de 18e eeuw woont het adellijke geslacht Grovestins in Oenemastate. De familie laat de toren van Oenemastate afbreken. Oenemastate doet vanaf 1828 dienst als grietenijhuis. Na een wetswijziging in 1851 wordt de term grietenij vervangen voor gemeente en wordt Oenemastate het gemeentehuis. In 1876 wordt Oenemastate verbouwd en vindt het definitief haar huidige uiterlijk. Waarna in 1951 het Rijk zich over Oenemastate ontfermt en er een kantongerecht vestigt. Het belastingkantoor zal vanaf 1966 Oenemastate bezetten, waarna Oenemastate in 1993 wordt verkocht aan particulieren en het gebouw een horecabestemming krijgt. De opeenvolgende uitbaters noemen Oenemastate achtereenvolgens 'het Stadscafé', 'de Heerenkamer' en vandaag de dag 'Grandcafé (en Boutiquehotel)' 't Gerecht'.



Oenemastate en het Gemeenteplein in 2003.

FERHALEN ÚT IT HEITELÂN YN 'ÚS MEMMETAAL

TROCH JANGERBEN MULDER



wenwein fan Peije

Peije Rasp

Peije wie net syn echte foarnamme en Rasp net syn efternamme. De werklike namme fan Peije Rasp wie Freark de Jong. Peije wie doedestiids de poppenamme foar Freark en Rasp wie de healsliten harmoanika wêr't hy op spile.

Peije wie berne yn 1879 yn Oerterp en is ferstoarn yn 1941 yn Drachten. Peije syn heit wie turfgraver, mar hy is eins grutbrocht by syn beppe en syn pake dy' t ek Peije (Freark) hjitte. Syn pake hie in lyts herberchje yn Oerterp mei de namme 'De Laatste Stuiver'. Pake Peije wie in earsteklas harmoanikaspiler en as der in soad minsken yn de taapkeamer wiene mocht er graach wat spylje om syn gasten yn in bettere stimming te bringen en it stimulearre ek it drankgebrûk. It wie dus net sa frjemd dat de muzikaal oanleine Peije ek gau spyljen leare woe. Dochs like it der net op dat er de artistike kant opgean soe.



Stânbyld yn it sintrum fan Drachten

Hy kaam as jong feintsje by in boer en waard sadwaande boerearbeider. Mei âld en nij ferhuzze Peije fan Oerterp nei Drachten, dêr't er kaam te wenjen yn in hûs efter de Súdkade, mar doe't hy dêr wer út moast, sprong er fan ellinde yn it ûndjippe wetter fan de feart.

Yn 1901 is hy boaske mei Makke Veenstra, dochter fan in spûksjogger; har heit koe mear sjen as oaren. Dy wie saneamd mei de helm op berne. De Veenstra's wennen yn de eardere cichoreifabryk oan de Suderdwersfeart yn Drachten, de saneamde Fiifhoek, in grutte skuorre dêr't fiif hûshâldings yn wennen. It krekt troude stel luts dêr doe by yn.

Peije wie boerearbeider, mar hy hie mear nocht oan harmoanikaspyljen. Hy spile al gauris op feest- en dûnsjûnen. Doe kaam de dei wêrop't it libben fan Peije in kearpunt berikte. "Lit de boeren dat wurk no sels mar dwaan", sei er tsjin Makke, syn wiif. "Ik gean mei de harmoanika by de streek lâns." Dat foel net yn goeie ierde by Makke. Se seach dat hielendal net sitten, sa'n baan as strjitmuzikant. It rûn sa heech op, dat Makke by him wei gie en yn 1909 giene se foargoed útmekoar. Peije begûn te swalkjen; hy hie gjin fêst ûnderdak mear. Doe't de gemeente gjin haast makke foar ûnderdak foar him, kaam hy ta in opmerklike aksje, dy't hiel wat stof opwaaien die. Op in dei rûn er spierlike neaken troch Drachten en dat hat wrachtich holpen; de gemeente soarge dêrnei foar in wenwein. Dêr luts Peije yn mei in trettjin jier âldere widdofrou, Ietje van der Heide, mei har soan fan tolve jier út har eardere houlik.

Peije moast dy wenwein wol werom betelje oan de gemeente. Hy krige fêst wurk by in bakker: op sneon mei in kroade mei bakkersguod de Oerterper feart del. Dy bakker wie ek Peije's kassier en ûnder dy syn tafersjoch brocht Peije eltse wike jild foar de ôflossing fan syn skuld nei de gemeente. Dat wie net in fêst bedrach, hy brocht wat er misse koe. Hy hie ek alris yn in kâlde winter in tekken koft wêrby't er tasei dat er dy yn de simmer betelje soe as er klear wie mei it haaien by de boer. It earste dat er die doe't it haaien dien wie, wie syn skuld ôflosse. Hy ferget ek nea de noaden fan in oar. Op in kâlde winterjûn hold hy ris in bakker steande dy't oan it suteljen wie. "Hast noch wat yn de koer oerholden?", frege Peije. "Ja," sei de bakker, "in pear koeken en in pear bôlen." Peije koft alles en sei tsjin de bakker: "Der stiet in wenwein oan de Suderhegewei en dy minsken ha neat mear te iten, bring it dêr mar hinne." Peije's eigen wenwein krige letter ek in stânplak oan de Suderhegewei, by de Pipebrêge.

Drachten learde Peije al gau kennen as trûbadoer, in bliermoedige muzikant, dy't syn nûmers goed

ferkeapje koe; hy dûnse der bytiden by en hy wie in master yn grappige gibeltsjes meitsjen. Peije gie fan hûs ta hûs, rinnend troch de doarpen; hy kloppe oan de doar of rôp fan 'folluk'. "Moarn" of "middei", sei er dan. "Moat der ek noch in stikje muzyk wêze?" As der ja sein waard, frege Peije: "Wat sil't wêze, earnst of fleurich?" Wie it earnst, dan seach hy ek earnstich en spile it dramatyske 'Een muisje speelde dicht bij poes'. Mar moast it fleurich wêze, dan wie it 'Dat gaat naar Den Bosch toe'. Hy hie in grut repertoire mei in soad sentiment, sa as it folgjende lietsje:

*Zolang de boom zal bloeien en de lely zij zal staan.
Zal ik me mij nooit verfoeien,
om met een ander te gaan.
Ik was nog maar zestien jaren,
ik was nog maar een kind.
Toen vroeg hij mij te paren en ik werd door hem bemind.
Ik zal het nooit vergeten, al duurt het vijftig jaar.
Dat ik op den dag van paren, al werd een weduwnaar.*

Fierder song er bygelyks 'Het sombere kerkhof'. Mar ek de Fryske ferskes kamen oan bod, sa as 'It Heitelân', 'Ynskj' op 'e baan' en 'Ús pake syn klok'. De beleanning foar syn spyljen bestie meast út wat sinten en bytiden in dûbelsje, ek wolris in apel, in kop sop, of in board sûpenbrij. Hy koe mei it harmoanikaspyljen net rûn komme en dêrom die er der putsjes by, lykas helpe by in boer yn de haaiinge of op 'e streek foar in bakker. Hy hie, as hy ûnderweis wie, ek altiten in boskje pipereagers by him, foar deijinge mei in ferstoppe pipe. As it om jild gie, liet er wolris wat mei him sulle. In stel skarlunen daagden him út dat hy net yn de ûnderbokse doarst te spyljen; hy koe der in kwartsje mei fertsjinje. Dêrfoar strûpte hy de boppebroek samar út. Peije hie gjin ûnderbokse mei in gulp, in flapbroek wie folle better, sei er, dy sicht net yn 't krús. Yn 1940 ferliet syn frou him en bleau Peije allinne efter yn syn âlde wenwein. Hy rekke siik en yn novimber 1941 is er ferstoarn.

Yn 1975 is op de promenade yn Drachten in stânbyld fan him pleatst, makke troch Mindert Wilstra. Sûnt dat jier is der alle jierren yn Drachten in 'Peije dei' yn juny mei muzyk en teater.

Boarne: 'Rare snakes in Friesland' fan Frenno Schoustra wêr't ek de foto's út komme. Mei tastimming fan de útjouwer. Fotobewurking: Janke.

"Het verhaal van Heerenveen" is mogelijk gemaakt door:

Beeld: collectie Museum Heerenveen



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



MET DANK AAN:

stichting Historie Heerenveen
www.historieheerenveen.nl



Cultuur uitgelicht

MUSEUM HEERENVEEN

Dansen tussen de kunst tijdens Museumnacht

Op zaterdag 30 september is het weer zo ver. Dan is het tijd voor de Museumnacht Fryslân, een initiatief van Museumfederatie Fryslân en Merk Fryslân.

Na het succes van vorig jaar doet Museum Heerenveen ook dit jaar weer mee, in samenwerking met Afslag BLV en MUGA (MuseumGalerie). Van 20.30 uur tot 1.00 uur 's nachts wordt de Heerenveense School omgetoerd tot een bruisende festivallocatie, waar tal van activiteiten plaatsvinden. Geniet van de muziek van PYN en AEMS of laat je inspireren door spoken word-artiest Mees van Rijswijk. Dans door het museum met de silent disco, duik de photobooth of de ballenbak in en kom tot rust tijdens een yogaworkshop. Ook kun je zelf creatief aan de slag.



“Een museumnacht is veel meer dan een museumbezoek tijdens de avonduren”, meent Mirjam Pragt van de Museumfederatie Fryslân. “Museumnacht FRL is voor de musea altijd aanleiding om met iets speciaals te komen. De unieke programmering weet ook de jongere doelgroep aan te spreken.”

KAARTEN KOSTEN € 10,- EN ZIJN VERKRIJGBAAR VIA DE WEBSITE VAN MUSEUM HEERENVEEN: WWW.MUSEUMHEERENVEEN.FRL

BIBLIOTHEKEN MAR EN FEAN

Kinderboekenweek in de Bibliotheek



Ook dit jaar vieren we weer de Kinderboekenweek in de Bibliotheek. Het thema van dit jaar is ‘Bij mij thuis’. Hoe is het bij jou thuis? Wat maakt jouw huis een thuis? Thuis betekent voor iedereen iets anders en ‘thuis’ bestaat in veel verschillende vormen.

De deuren van de Bibliotheek staan wagenwijd voor iedereen open en er wordt van alles rondom het thema georganiseerd. Kom langs en beleef samen de Kinderboekenweek 2023.

Sanne Rooseboom komt langs!

We trappen af met de enige echte Sanne Rooseboom. De auteur van de populaire serie ‘Het Ministerie van Oplossingen’, het betoverende jeugdboek ‘Mot en de metaalvisser’ én het kinderboekenweekgeschenk van dit jaar ‘Ravi en de laatste magie’ komt langs in de Bibliotheek op vrijdag 22 september. Kijk snel op de website bmf.nl/kbw of er nog kaartjes zijn. Naast Sanne Rooseboom komt ook Circus BroSus op bezoek met een

hilarische familievoorstelling. Natuurlijk gaan we ook lekker voorlezen, knutselen én we bouwen ons eigen droomhuis!

KIJK OP BMF.NL/KBW VOOR ALLE ACTIVITEITEN EN MELD JE AAN.

ATELIERS MAJEUR

Nieuw seizoen ‘Verhalen uit de Samenleving’

Op maandag 2 oktober trapt Ateliers Majeur het nieuwe seizoen af van ‘Verhalen uit de Samenleving’ voor senioren uit Heerenveen. Na het succes van de voorgaande seizoenen staan er ook dit seizoen weer gastsprekers en muzikanten op het podium.

De derde reeks ‘Verhalen uit de Samenleving’ start op 2 oktober met verhalenverteller Sietske Ypenga-Keulen en muziek van Bennie Huisman. Verderop in het seizoen komen verhalen langs van Nelle Raaphorst, met muziek van Irwing Benjamins (maandag 6 november), Anton Ripassa en muziek van Adri de Boer (4 december), Trytsje van der Wal en muziek van Grytse Kingma (8 januari) en verhalen en muziek van Age Veldboom (5 februari). Andere data zijn alvast 4 maart, 8 april, 6 mei en 3 juni 2024, met onder anderen Willem Donker en Duo Myla op de agenda.

Alle bijeenkomsten beginnen om 10.00 uur en de locatie is De Rinkelbom in de wijk De Greiden in Heerenveen. Na afloop staat de koffie en thee klaar en is er mogelijkheid voor een gezellig praatje. Aanmelden is niet nodig. Er is een melkbus aanwezig waarin een vrijwillige bijdrage gedaan kan worden.

KIJK VOOR MEER INFORMATIE OP: WWW.ATELIERSMAJEUR.NL

POSTHUIS THEATER

Expositie Regenboogweek

Van 9 tot en met 15 oktober staat Heerenveen in het teken van de Regenboogweek, een viering van diversiteit en inclusie. Het thema van dit jaar is ‘Leef je kleur!’. Als onderdeel van deze bijzondere week is er een - gratis toegankelijke - kunsttentoonstelling te zien in het Posthuis Theater.

De tentoonstelling belooft een gevarieerde collectie van diverse kunstwerken te worden, die bijdraagt aan een inclusieve en kleurrijke samenleving in Heerenveen, aldus



‘In de diepte’ van Jouke van der Zee

Stichting Regenboogbelang Heerenveen, de organisator van de Regenboogweek en initiatiefnemer van de tentoonstelling. De expositie duurt van 6 tot en met 15 oktober en toont werk van getalenteerde regionale kunstenaars als Margreet Geerds, Jouke van der Zee, Johannes Oppewal en Reiny Bourgonje.

De kunstwerken zijn te bezichtigen tijdens kantooruren van het theater, dinsdag tot en met vrijdag tussen twee en vijf uur, en voor en na een theatervoorstelling.

VOOR MEER INFORMATIE OVER DE REGENBOOGWEEK KIJK JE OP DE WEBSITE WWW.RBH.FRL/ REGENBOOGWEEK OF VOLG JE @REGENBOOGBELANGHEERENVEEN OP SOCIALE MEDIA.

VAN 23 SEPTEMBER 2023 TOT EN MET 14 JANUARI 2024

Kom tot rust bij de tentoonstelling ‘Nevels’ in Museum Heerenveen

Een mysterieuze nevel daalt regelmatig neer over het landschap rond Heerenveen. Wie op deze dagen 's ochtends vroeg voor dag en dauw de natuur ingaat, komt terecht in een wereld waarin niemand te bekennen is en alleen de geluiden van de vogels en de wind hoorbaar zijn. De nevel geeft de weilanden, wateren en bossen een magische uitstraling, die diverse kunstenaars in het verleden inspireerde. En ook nu nog heeft de nevel invloed op het werk van kunstenaars uit de omgeving. Daarom organiseert Museum Heerenveen van 23 september 2023 tot en met 14 januari 2024 de tentoonstelling ‘Nevels - Mysterie van het landschap’, met werk van Willem van Althuis, Wiebe Knobbe, Sjoerd de Vries, Christiaan Kuitwaard, Janne Heida en Marije Bouman.

EEUWENLANGE INSPIRATIEBRON

Tegenwoordig wordt mist vaak gezien als een weerverschijnsel dat het zicht belemmert en (verkeers)ongelukken veroorzaakt. Met de tentoonstelling ‘Nevels’ wil Museum Heerenveen het romantische karakter van mistig weer op de voorgrond plaatsen. Al eeuwenlang vormt dit mystieke natuurverschijnsel een inspiratiebron voor schrijvers, dichters en kunstenaars.

Het Japans kent verschillende woorden voor mist, zoals usugiri (lichte mist), kawagiri (riviermist), yugiri (avondmist), moya (mist) en kasumi (nevel). Dit komt tot uiting in haiku's, kalligrafieën en schilderijen. Ook in de westerse kunst is nevel een geliefd thema. Met name in de Romantiek (19e eeuw) beeldden kunstenaars graag dramatische natuurverschijnselen af, waaronder nevel, als metafoor voor het menselijke gevoel. Denk aan het beroemde werk ‘De wandelaar boven de nevelen’ van Caspar David Friedrich, dat hij rond 1818 schilderde. Het werk van een eenzame man op een bergtop, die uitkijkt over een uitgestrekte zee van nevel geeft de toeschouwer een overweldigende of zelfs religieuze ervaring.

In volksverhalen speelden de nevels juist een heel andere rol. De ‘witte wieven’ waren soms goedardig, maar werden ook wel als heksen of spoken gezien. Ze zouden helpen bij de bevalling, vrouwen ontvoeren en baby's verwisselen. Daarnaast verleidden ze nietsvermoedende voorbijgangers om hen te volgen het moeras in, waarna die voor eeuwig verdwenen.

ZOEKTOCHT NAAR RUST EN RUIMTE

Voor Heerenveense kunstenaars vormt het nevelslandschap vooral een middel in hun zoektocht naar rust en ruimte. Wiebe Knobbe, Willem van Althuis en Sjoerd de Vries hadden een zielsverwantschap met elkaar, die zich in hun werk uitte in eenzelfde soort



Willem van Althuis - Drie bomen (1990)

verstilling en ingetogenheid. Zacht inelkaar overvloeiende kleuren roepen associaties op met nevelige landschappen en hoge, ijle luchten. Daarin bepalen de kleuren grijs, groen en blauw de sfeer. Met minimale middelen creëren de kunstenaars licht en ruimte in hun werk. Weliswaar zijn de landschappen van Van Althuis en De Vries te herleiden naar

plaatsen in Friesland, het zijn geen realistische weergaves. Van Althuis sprak liever over ‘innerlijke landschappen’, terwijl De Vries in zijn mysterieuze landschappen zonder lineair perspectief en menselijke aanwezigheid de essentie van het bestaan zocht.

Ook nu nog worden kunstenaars uit de regio geïnspireerd door het

landschap rond Heerenveen. Zo zijn er de werken van Janne Heida, Christiaan Kuitwaard en Marije Bouman, die dezelfde rustige, bijna dromerige sfeer creëren als hun voorgangers Knobbe, Van Althuis en De Vries. Ook zij zoeken rust en ruimte in hun werk. “Mijn schilderijen zijn pogingen om de tijd te vertragen”, zegt Christiaan Kuitwaard over zijn werk. Volgens

hem leent het landschap zich goed voor het uitbeelden van stilte. De mistige wereld roept rust op, maar ook een zekere spanning. De in nevels gehulde bomen doemen op in een landschap in grijs tinten. Door de vervagende contouren ontstaat een zwijgzame en mysterieuze sfeer.

ACTIVITEITEN TIJDENS DE TENTOONSTLLING

In de tentoonstelling ‘Nevels’ staat de beleving centraal. Door middel van geluidseffecten en vormgeving wordt een mysterieuze sfeer gecreëerd, waarin de haast poëtische werken goed tot hun recht komen en de zintuigen van de bezoekers worden geprikkeld. Nevels verhullen de realiteit, maken de omgeving zacht en brengen kalme. Zo wil het museum de bezoekers uitdagen om op een andere wijze naar het landschap rond Heerenveen te gaan kijken.

Kinderen kunnen tijdens de tentoonstelling actief aan de slag. Voor hen zijn er leuke knutselactiviteiten. Zij kunnen een bril maken met speciale glazen, die alles om hen heen nevelig maakt. Zo zien ze de omgeving en het landschap op een andere manier.

MUSEUMNACHT

Tijdens de tentoonstelling ‘Nevels’ vindt ook de Museumnacht Fryslân plaats. Op zaterdag 30 september van 20.30 tot 1.00 uur is het mogelijk om de tentoonstelling op een wel heel bijzondere manier te ervaren. Geniet van rustgevende geluiden of woon een lesje yoga bij tussen de kunstwerken.

TENTOONSTELLING ‘NEVELS – MYSTERIE VAN HET LANDSCHAP’

MUSEUM HEERENVEEN // 23 SEPTEMBER 2023 TOT EN MET 14 JANUARI 2024
WWW.HEERENVEENMUSEUM.NL



Agenda // t/m 23 okt 2023

Theater/muziek

Overig/divers

Sport/sportief

Expositie/tentoonstelling
lezing/cursus

Koopzondag

Sanne Rooseboom

Bibliotheek Heerenveen // 15:00 - 15:50 // Meet & Greet met jeugdboekenschrijfster Sanne Rooseboom

22
sep

Omdenken

Posthuis Theater // 20:15 // Zoals verwacht, loopt alles anders 2.0

22
sep

Nevels - Mysterie van het landschap

Museum Heerenveen // Tijdens openingsuren // Expositie met werk van o.a. Willem van Althuis, Christiaan Kuitwaard

v.a.
23
sep

DIRE STRATS

Posthuis Theater // 20:15 // Dire Straits Tribute Band

23
sep

sc Heerenveen - Excelsior

Abe Lenstra Stadion // 21:00 // Thuiswedstrijd in de Eredivisie voetbal

23
sep

Dûnsje mei Tomke (0-6 jr)

Bibliotheek Heerenveen // 11:00 // Workshop: dansen en muziek maken met water

27
sep

De Switch

Posthuis Theater // 19:00 // Onomkeerbaar en allesbepalend

27
sep

De grote kleine slimme treinencompetitie (6-10 jr)

Bibliotheek Heerenveen // 15:30 // Workshop: Bouwers klaar? Bouwen maar!

28
sep

Paul de Leeuw

Posthuis Theater // 20:15 // 60? We zien wel

28
sep

Adventure Trail Oranjewoud

Oranjewoud // Diverse starttijden // Daag je uit op dit parcours van naar keuze 5 of 7 km

28-30
sep

Flaaijelfeest Oudehorne

Landgoed de Horne // Diverse starttijden // Met optocht, openluchtmuseum en nog veel meer

28-30
sep

Tis hier geen hotel 2

Posthuis Theater // 20:15 // Dianne Liesker, Ellen Dikker, Hanneke Drenth

29
sep

Dutch Open Shorttrack

Thialf // Diverse starttijden // Eerste internationale kwalificatiewedstrijd van het shorttrackseizoen

29-01
sep okt

Edzard Krol

Galerie Mildam // Tijdens openingsuren // Expositie

v.m.
29
sep

UNIS Flyers - Mechelen Golden Sharks

Thialf // 20:00 // Thuiswedstrijd in de ijshockey BeNE-League

30
sep

Museumnacht FRL

Museum Heerenveen // 20:30 - 01:00 // Festival met muziek, kunst en creatieve activiteiten

30
sep

Wij Heerenveen

Museum Heerenveen // Tijdens openingsuren // Expositie van portretten van bekende en minder bekende inwoners

v.m.
01
okt

The Dublin Legends

Posthuis Theater // 15:00 // Voorheen The Dubliners

01
okt

Sietske Ypenga en Bennie Huisman

De Rinkelbom // 10:00 - 12:00 // Verhalen uit de Samenleving, met muziek (voor senioren)

02
okt

High Tea

De Rinkelbom // 10:00 - 12:00 // Week van de Ontmoeting

04
okt

Kluun

Posthuis Theater // 20:00 // Lezing Stichting Literaire Activiteiten Heerenveen (SLAH)

04
okt

Topsport NOORD Connect

Abe Lenstra Stadion // 12:30 - 17:00 // Inspirerende sprekers verbinden topsport en het bedrijfsleven

05
okt

Wijncabaret (met proeverij!)

Posthuis Theater // 20:15 // De Aimabele Schoften

06
okt

Knypster Merke

De Knipe // Diverse starttijden // Vijfdaags dorpsfeest in De Knipe

06-10
okt

Pietje Bell en de Bende van de Zwarte Hand (6+)

Posthuis Theater // 15:00 en 19:00 // Try-out, met Michael de Roos, Anne-Fleur van der Hoeven e.a.

07
okt

sc Heerenveen - NEC

Abe Lenstra Stadion // 16:30 // Thuiswedstrijd in de Eredivisie voetbal

07
okt

UNIS Flyers - EG Diez Limburg

Thialf // 20:00 // Thuiswedstrijd in de ijshockey BeNE-League

07
okt

Poorter en Brugman - Het lijden leidt

MUGA (MuseumGalerij Heerenveense School) // Openingsuren // Tentoonstelling met werk van Marty Poorter en Helmi Brugman

v.a.
08
okt

sc Heerenveen vrouwen - ADO Den Haag

Abe Lenstra Stadion // 12:15 // Thuiswedstrijd in de Eredivisie damesvoetbal

08
okt

Roon Staal

Podium Terband / Terbantster Tsjerke // 15:00 // Herfst tour

08
okt

Regenboogweek

Heerenveen // Diverse starttijden // Leef je kleur!

09-15
okt

Maak marketing makkelijk met Canva

De Rinkelbom // 17:00 // AM Academy: leer logo's, posts en flyers maken met Canva

11
okt

Kasper van der Laan

Posthuis Theater // 20:15 // Warm

11
okt

Alex Roeka

Posthuis Theater // 20:15 // Nieuwe dromen

12
okt

De wapens neder

Museum Heerenveen // Openingsuren // Tentoonstelling over antimilitairisme, in het spoor van Domela Nieuwenhuis

v.a.
14
okt

UNIS Flyers - Chiefs Leuven

Thialf // 20:00 // Thuiswedstrijd in de ijshockey BeNE-League

14
okt

Sixties / Seventies

Posthuis Theater // 18:30 // Tiende editie

14
okt

Fête Grûn

Posthuis Theater // 20:15 // J&M Teaterwurk (Try-out & Première)

18+20
okt

Stef Bos

Posthuis Theater // 20:15 // Bloemlezing

19
okt

De Kas

De Rinkelbom // 10:00 - 12:00 // Waar jong talent ontkiemt: samen kunst maken, eten en ontmoeten

18
okt

UNIS Flyers - UltimAir HIJS Hokij

Thialf // 20:00 // Thuiswedstrijd in de ijshockey BeNE-League

21
okt

Voor de draad ermee (3+)

Posthuis Theater // 14:00 // Theatergroep De Stilte

22
okt

Simon Pasini en Douwe Elias

Galerie Autrevue // Tijdens openingsuren // Expositie - Uniek en niet te vergelijken

v.m.
22
okt

Irene de Boer

Afslag BLV (Heerenveense School) // Openingsuren // Solotentoonstelling 'Extracting from FeAsS: An Interview with an Interface'

v.m.
19
nov



Zie ook bij uitgelicht hiernaast voor meer informatie.

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!



Flaaijelfeest Oudehorne

28-30
sep

Zou je wel eens willen weten hoe mensen honderd jaar geleden leefden op het platteland? Hoe werd er gezaaid en geoogst? Hoe zag de dorpsstraat er uit? Wat voor kleren droegen ze? Hoe vierden mensen feest op de kermis? Kom dan naar het Flaaijelfeest in Oudehorne, het jaarlijkse openluchtmuseum in het laatste weekend van september.

Er is ook een boerenoptocht, een tentfeest én er wordt de finale van het NK Horseboarding gehouden, waarbij de rijder op een soort skateboard met terreinwielen achter het paard hangt en over het uitgestrekte veld vliegt. [Meer informatie: flaijel.frl](#)

Het schaatsseizoen gaat weer van start!

v.a.
29
sep

Thialf, de snelste ijsbaan van Nederland, én de thuisbasis van schaatsend TeamNL, heeft deze week het winterseizoen weer geopend. Kom zelf schaatsen, of de schaatstop aanmoedigen! De 400 meter baan, 300 meter baan en krabbelbaan zijn volgens reguliere openingstijden beschikbaar voor vrij schaatsen.



De shorttrackers openen het topsportseizoen in het weekend van 29 september. Voor de shorttrackers van TeamNL is dit de eerste internationale krachtmeting van het seizoen, waarin felbegeerde tickets voor de ISU World Cups te verdienen zijn. Maar ook de internationale shorttracktoppers staan op het ijs tijdens dit spannende weekend.

gaat ook weer van start! Zaterdag 30 september spelen de UNIS Flyers hun eerste wedstrijd in de BeNe League, thuis in Thialf. De BeNe League is de hoogste ijshockeycompetitie in België en Nederland, waarin teams uit beide landen het tegen elkaar opnemen. Dit seizoen is de BeNe League uitgebreid; de competitie verwelkomt voor het eerst ook twee teams uit Duitsland. Nog spannender dus!

UNIS FLYERS

En niet te vergeten: het ijshockeyseizoen

Première 'Fête Grûn' - J&M Teaterwurk

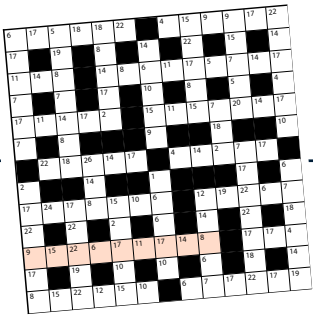
18+20
okt



Posthuis Theater | woensdag 18 oktober (try-out) + vrijdag 20 oktober (première)

'Fête Grûn' is een hartstochtelijk verhaal over liefde en verandering, geschreven door Tjeerd Bischhoff. Het verhaal speelt zich af tegen een achtergrond van stikstofcrisis en boerenbedrijven en journalistiek met snel gebracht nieuws en stemmingmakerij. De voorstelling wordt gespeeld in de Friese taal. [Meer informatie via posthuistheater.nl.](#)





Puzzelpagina nr. 09

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 09-2023** – tot uiterlijk **12 oktober 2023**. Wij wensen je veel puzzelplezier!

goden-drink
jammer-
klicht

11

ruimte-
lijke
weergave

bloedvat
vlekken-
water

deel v.h.
oog

Europese
hoofdstad

ad
interim

tapijt

1

aldoor

achter-
docht

draaikolk
bijbelse
figuur

5

dwerf-
boom

10

soort

wreed
heerser
verdrag

6

liniaal
op deze
plaats

land in
Zuid-
Amerika
vlak

radiolamp

Alpen-
plantje

bloeiwijze

erfelijk-
heids-
drager

gemeene
opmerking

10

betal-
wijze
zeenimf

als onder

roemrijk

ont-
kenning

en
volgende
steen

dieren-
geluid
groot
hart

2

gemoeds-
stemming
na-
gerecht

plum
betail-
plaats

8

pl. in
Frankrijk
strijdperk

rijksgrans
riv. in
Spanje

heerser
van
Varotia

7

rang-
telwoord
lerland

4

vol kieren
takje

roem
rondhout

een
beetje
zeilig

rustig

oefenstuk

Noorse
godheid

aanvang

snavel
pers

12

hetzelfde
verlies

groeit
mytha-
logische
figuur

heden
takje

ik

3

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

©www.puzzelpro.nl

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

©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.

- ABDIS
ADELDO
BASSEN
BREEDS
CANAPE
CORPUS
DATUM

DEELS
DOMKER
GEVEN
GLIMP
INTRIGE
KARMA
KOKER

KRANKJ
LANDGRA
LOKEEND
MELIG
MILLIGRA
OPPAS
OPPERKLEED

PILLETJE
PLOTS
PLUMEAU
PLUTO
POVER
RESERVAAT

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 09 VÓÓR 12 OKTOBER 2023 PER E-MAIL NAAR: info@grootheerenveen.nl OF NAAR: GROOTHEERENVEEN, ZWARTEWEG 4, 8603 AA SNEEK... EN VERMELD DAARBIJ UW ADRES.

COLOFON

GrootHeerenveen is een maandelijke 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

Henk van der Veer, Richard de Jonge, Dennis Stoelwinder, Eelke Lok, Lutske Bonsma, Amanda de Vries, Hannah Zandbergen en Jangerben Mulder

VORMGEVING

Frans van Dam
(blijdd.nl)

VERKOOP

Gear Jorritsma, Ying Mellema, Marianne Bouwman, Henjo van der Klok.

FOTOGRAFIE

Mustafa Gumussu en Dennis Stoelwinder

LIFESTYLE BIJLAGE

Cover: Lotte van der Meij
Tekst: Gianna Posteraro en Hannah Zandbergen

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.

DE EERSTVOLGENDE UITGAVE VAN MAANDBLAD GROOTHEERENVEEN VERSCHIJNT OP: DONDERDAG 19 OKTOBER 2023

SAMEN SCOREN
VOOR GEZONDHEID

Doe je mee?

23 september t/m 4 oktober 2023

Week van de Ontmoeting

Waar kun je terecht tijdens de Week van de Ontmoeting?

In juni riepen we alle inwoners van de gemeente Heerenveen op om na te denken over een 'ontmoetingsactiviteit'. Klein, groot, voor de straat, voor de wijk, samen met de buurt of samen met andere partijen. En dat bleek een succes, want er zijn bijna 40 activiteiten tijdens de Week van de Ontmoeting!



Buurtbarbecues

datum	locatie	wijk
23 sep	grasveld Taconishof, Heerenveen	Taconishof
23 sep	speeltuin in de Praam, Heerenveen	Praam & Trekschuit
23 sep	Dubbele regel 24, Heerenveen	Buurtvereniging De Ouwe Willem, Dubbele Regel & Polderdijk
23 sep	Kerkelaan, Katlijk	alle (oud) inwoners van Katlijk
23 sep	Burg. Falkenaweg, Heerenveen	Burgemeester Falkenaweg 144-190, even nummers
23 sep	De Opstekker 10, Nes	Buurtvereniging De Opstekker
23 sep	Altenalaan 28, Heerenveen	Us Leantsje, Altenalaan
24 sep	pleintje bij de Barten, Heerenveen	Barten
29 sep	Zuiderstraat, Heerenveen	Zuiderstraat & Van Lidtstraat
30-1 okt	't Schippershof, Heerenveen	't Schippershof
30 sep	Prins Bernhardweg 4, Oranjewoud	Prins Bernhardweg



Doe & ontmoet

datum	locatie	activiteit
23 sep	Speeltuin Berne Wille, Oudeschoot	Spelletjes voor jong en oud
23 sep	Rotstergaastweg, Nieuweschoot	Burendag met oud-Hollandse spellen en warme maaltijd
23 sep	Ds Veenweg, De Knipe	Burendag met thema 'Stappen en Happen'
23 sep	Wijkcentrum De Kempnaer, Heerenveen	Burendag met kledjesmarkt, springkussen en demonstraties van brandweer en dierenambulance
23 sep	veldje en groenstrook Trekker, Heerenveen	Burendag Trekker met hapje & drankje en bloembollen planten
24 sep	Wijkcentrum De Kempnaer, Heerenveen	Buurtvereniging Saskia, Fietspuzzeltocht
26 sep	Digi-taalhuis, Burgemeester Kuperusplein 48, Heerenveen	Ketting-ontmoeting
29 sep	Faanter Rugby Club, Buitenbaan 7, Heerenveen	Gezellige bijeenkomst met een quiz, wedstrijd en barbecue
30 sep	Studio Frutsels, Overtuin, Oranjewoud	Creatieve ontmoeting
3 okt	Damclub Heerenveen, Schoterlandseweg 50, Mildam	Dammiddag

Ga voor alle informatie over de activiteiten naar:

www.samenscorenvoorgezondheid.nl



Beleef & ontmoet

datum	locatie	activiteit
23 sep	Kinderopvang Lappelein, Commandeurstraat Heerenveen	Multicultimarkt met workshops en eten uit verschillende culturen
23 sep	Parkeerterrein Hotel 2 Heerenveen	Markt met Oekraïens eten, handwerk en spelletjes
23 t/m 26 sep	Doarpskeamer Akkrum/Nes, Lange Miente 5	Stap-in 'Vergeet me niet'
23 sep	Piet van der Hemstraat 2, Heerenveen	Oecumenische vredesdienst
23 sep	Meerkoetweg 64, Heerenveen	Vrouwencirkel 'Omarm jezelf'
26 sep	Marijkehiem, Coornhert State, dagbesteding Skoatterwâld (Heerenveen), ouderensoos Akkrum	TRITS op visite: muziek uit je jeugd
4 okt	Master van Dijkpaad 4, Nieuwehorne	Markt Ontmoeten en Beleven



Eet & ontmoet

datum	locatie	activiteit
23 sep	Naardermeerstraat, Heerenveen	Burendag met hapje en drankje
24 sep	it Skutsje, Crackstraat 1, Heerenveen	Gezellig samenzijn met brunch
24 sep	Sportpark de Wissel, Mildam	Piipskoff: koffieochtend
29 sep	Voortuin Regentesselaan 69, Heerenveen	Ontmoetingsavond bewoners Regentesselaan
30 sep	buurtwinkel By de Toer, Tsjerkebuorren 17, Aldeboarn	Meet & greet vrijwilligers
3 okt	De Buurttok, De Meander 11, Heerenveen	Open dag met proeven en ontmoeten
4 okt	Ateliers Majeur, Zwanedrift 2, Heerenveen	High Tea
4 okt	VN-panel Toegankelijk Heerenveen, Oude Koemarkt 8, Heerenveen	Gezellig samenzijn 'Rollend Heerenveen'

Bij sommige activiteiten kan het zijn dat aanmelden verplicht is, een eigen financiële bijdrage wordt gevraagd of bedoeld is voor een specifieke groep inwoners.



Cultuuraanbieders uit de regio Heerenveen.

Bekijk het volledige aanbod hier.

Cursussen, lessen, evenementen, lezingen en tentoonstellingen van cultuuraanbieders.



www.ateliersmajeur.nl

**WAT GA JIJ
CULTUREN?**

ik cultuur via
www.ateliersmajeur.nl

**Ateliers
Majeur**

