

# LosVast

Magazine van de Leeuwarder Onafhankelijke Seniorenvereniging

*Beeld van een karnster bij de Waag aan de Nieuwestad. Foto Johan Eisma*



In dit nummer:

Dagtochten

Oorlogs-  
herinneringen

Jaaps hoekje

Janny's artikelen

.... en veel meer

# LOS

Jaargang 8 - Nummer 5 - mei 2023

# Uittips in eigen stad

## HCL

Wanneer u iets meer over de geschiedenis van de Leeuwarder horeca wilt weten, bezoek dan eens de expositie **'Van herberg tot huiskamercafé, vier eeuwen horeca in Leeuwarden'**.



Te zien in :

Historisch Centrum Leeuwarden,  
Groeneweg 1, 8911 EH Leeuwarden.

\*\*\*

## Kelders 22



Ze werd wereldberoemd en geboren in Leeuwarden, ik heb natuurlijk over Margaretha Geertuida Zelle, beter bekend als **Mata Hari**.

Haar wieg stond aan de Kelders 33, waar haar vader een hoeden- en pettenwinkel had 'In de Klok'.

Op initiatief van 'overbuurman' Eric van Bijleveld is er een stichting opgericht en sinds december 2022 is het geboortehuis van Mata Hari aan de Kelders 33 te bezoeken. Verwacht geen museum dat in de oude staat is teruggebracht, want van het oude interieur zijn geen foto's. Maar verdere plannen zitten nog in de pijplijn.

Wel vind je een ruime collectie hoeden en petten en de toonbank en kassa zijn in de stijl van de 19e eeuw. Je kunt dus daar een hoed of pet kopen, hoe bijzonder is dat!

Dat niet alleen, maar je kunt er souvenirs en boeken kopen en is een boekje met de stadswandeling 'Sporen van Mata Hari' verkrijgbaar.

Tevens is het achterste gedeelte ingericht als expositieruimte voor Friese kunstenaars.

In een klein cafégedeelte kun je genieten van een kopje koffie of thee met een Mata Hari bonbon die worden geserveerd in een speciale Mata Hari servies. Dit is gemaakt door het Keramiekatelier.

Het geboortehuis aan de Kelders 33 is geopend van woensdag t/m zaterdag van 11.00 uur – 17.00 uur.

\*\*\*

## De stadstrein rijdt weer!

Sinds 1 april maakt City Train Leeuwarden weer rondritten door de binnenstad. Vooral nog rijdt de citytrein alleen op de zaterdagen.

Wanneer er meer vraag komt en dus ook meer passagiers dan zal de trein vaker de vaste route door de binnenstad rijden.



De machinisten hopen veel toeristen te mogen rondrijden. Per slot is Leeuwarden een mooie stad om te gaan bezoeken en een ritje met de citytrein mag dan niet ontbreken.

Laat het zevende seizoen een succes worden! Meer informatie is te vinden op [citytrainleeuwarden.nl](http://citytrainleeuwarden.nl)

\*\*\*

## Oldehove.

Ook sinds 1 april is de Oldehove weer open en kunnen bezoekers naar boven klauteren en genieten van een prachtig uitzicht. Er is een lift tot de eerste verdieping.

Laat u informeren door één van de 25 enthousiaste torenwachters van 'de scheve reus.'

## Colofon

Internet: [www.losleeuwarden.nl](http://www.losleeuwarden.nl)

E-mailadres: [info@losleeuwarden.nl](mailto:info@losleeuwarden.nl)

## Voorzitter:

Mariet Wit

Tel: 058 2157805

[mar.wit@kpnmail.nl](mailto:mar.wit@kpnmail.nl)

## Secretaris en ledenadministratie:

Gerard van Steijn

Sassingastins 50

8925 JN Leeuwarden

Tel: 058 2668131

[secretaris@losleeuwarden.nl](mailto:secretaris@losleeuwarden.nl)

[leden@losleeuwarden.nl](mailto:leden@losleeuwarden.nl)

## Algemeen bestuurslid:

Hajo Anema

Tel: 058 2887076

[hajo.anema@gmail.com](mailto:hajo.anema@gmail.com)

## Penningmeester activiteiten:

Froukje Bruining

Tel: 058 2671139

[appie-froukje@hetnet.nl](mailto:appie-froukje@hetnet.nl)

Bank: NL54 RABO 0306 3169 35

## Penningmeester vereniging:

Leendert Plaisier.

Tel: 058 2152368

[l.plaisier@chello.nl](mailto:l.plaisier@chello.nl)

## Belastingsservice:

Willem de Boer

Tel: 058 2124005 of 06 53636700

[w.de.boer@losleeuwarden.nl](mailto:w.de.boer@losleeuwarden.nl)

## Redactie LosVast:

[redactie@losleeuwarden.nl](mailto:redactie@losleeuwarden.nl)

Janny, Jaap, diverse leden.

## Vormgeving: Paul Pasveer

Fotografie: Johan Eisma

Druk: Drukkerij STIP

Stukken mogen worden overgenomen mits daarvoor toestemming van de redactie is verkregen. De redactie houdt zich het recht voor stukken in te korten, redigeren of niet op te nemen.

Contributie € 25,-- per persoon per jaar.

Twee personen op één adres € 40,--

## Van de Bestuurstafel

### VRIJHEID..

**“Het is een groot wonder, dat ik niet al mijn verwachtingen heb opgegeven, want ze lijken absurd en onuitvoerbaar. Toch houd ik ze vast, ondanks alles, omdat ik nog steeds in de innerlijke goedheid van de mens geloof”.**

Deze woorden zullen sommige lezers van LosVast niet onbekend voorkomen. Dankzij haar creatieve, levendige geest én deze beroemde woorden (geschreven op zaterdag 15 juli 1944) geven Anne Frank en haar dagboek velen hoop: het geloof en vertrouwen in de mens en de toekomst. En soms tegen beter weten in!

Vrijheid is een centraal begrip in de mensenrechten. Amnesty International, ook actief in onze stad, vraagt daarvoor met klem aandacht. De essentie van vrijheid is dat je niet gehinderd wordt om te zeggen en te doen wat je wilt. Mijn vrijheid eindigt waar die (het privé domein) van de ander begint. Vrijheid wordt ingeperkt door het recht en door de omgangsvormen (de zeden, het fatsoen) Als eigen vrijheid wordt geschonden of met voeten getreden, mag het recht daarop worden aangesproken.

Helaas volgt in tijden van oorlog het overgrote deel van het volk gehoorzaam de leider, mee door de propagandamachine. Toch is er altijd een gideonsbende die het systeem doorziet en opkomt voor vrijheid (ook van de ander)

Een forel kunnen we bewonderen om zijn (veer)kracht om tegen de stroom in te zwemmen. Altijd en overal zijn er 'forellen': mensen die tegen de stroom in en soms met gevaar voor eigen leven een tegengeluid laten horen. Ook in het Duitsland van de jaren 30-40 waren er verzetsstrijders, die het onheil van het Nazi-bewind goed zagen. Een van hen was Dietrich Bonhoeffer, een vooraanstaand kerkelijk leider. Hij hield, net als Anne Frank, een dagboek bij, maar dan vanuit de gevangenis. Hij overleed kort voor het einde van de oorlog, nog maar 39 jaar oud. Zijn dagboek aantekeningen vonden later hun weg naar lezers wereldwijd (in Nederland uitgegeven onder titel 'Verzet en Overgave')

Wij leven in een tijd waarin nog een relatief kleine groep ouderen de oorlogsjaren '40-'45 bewust hebben ondergaan. Voor hen zullen 4 en 5 mei met meer emoties gepaard gaan, dan voor wie na mei 1945 geboren zijn. Maar uit indringende verhalen van toen en nu (Oekraïne!) realiseren we ons dat in vrijheid leven niet vanzelfsprekend is én dat het meer dan zinvol is daar ieder jaar bij stil te staan.

De inmiddels 91-jarige Jan Terlouw, oud-politicus en auteur van bekende kinderboeken, zoals Oorlogswinter, schreef een treffend gedicht over 'Vrijheid', dat komt uit zijn poëzie-bundel Gedichte gedachten (2018)

***(z.o.z. voor de rest van dit artikel )***

## Vrijheid

*Als je vrij bent lijkt het vanzelfsprekend.  
Je mist het pas als je het ontbeert,  
en wie het je ontnam propageert  
dat vrijheid gehoorzaamheid betekent.  
Wie ademhaalt vindt dat niet bijzonder.  
Bij ademnood ga je het pas waarderen,  
het zuurstofapparaat kan het je leren.  
Ongehinderd ademen, dat is een wonder.*

*Wie vrijheid kent en koestert en behoedt,  
die ademt waarlijk met gezonde longen.  
De vreugde van de wet wordt bezongen,  
want vrijheid in gebondenheid is goed.  
Je bent echt vrij wanneer je ongedwongen  
naar eigen keuze doen kunt wat je moed.*

Hajo Anema

### Mededeling van de activiteitencommissie

Helaas hebben wij, door te weinig deelname, de dagtocht naar de Meijer werft in Papenburg moeten annuleren.

### Keukenhof.

Gelukkig kunt u zich nog wel opgeven voor de dagtocht naar de Keukenhof.  
Dit is een van de laatste bezoekmogelijkheden dit jaar, hij sluit op 14 mei.  
Daarna moet u weer een heel jaar wachten.  
Kosten € 77.00 per persoon, opgeven tot 2 mei.  
**Opgeven bij Margré Hasz tel. 06-12075160 email: m.hasz@outlook.com.**

### IJsselcruise.

Voor de IJsselcruise hebben zich al heel veel leden opgegeven.  
Deze dagtocht gaat zeker door.  
Er zijn nog enkele plaatsen beschikbaar.  
Kosten € 87,00 per persoon, opgeven tot 1 mei.  
**Opgeven bij Margré Hasz tel. 06-12075160 email: m.hasz@outlook.com.**

### Foutje in de IJsselcruise.

Onderaan de aankondiging staat: Vertrek **6 juni** maar dat moet zijn:  
**6 juli om 7:45 uur vanaf Transferium Kalverdijkje.**

De activiteitencommissie.

## ROZEE

**ROZEE Leeuwarden** is de ontmoetingsgroep van COC Friesland voor lesbische, homo- en biseksuele ouderen (50+) uit Friesland. De bijeenkomsten zijn open voor ieder die zich bij deze doelgroep betrokken voelt.

De komende bijeenkomst is dinsdag 16 mei, Dekema State, Dekemawei 5, 9057 LC Jelsum (4 km. ten noorden van Leeuwarden). Van 14.00 tot 16.00 uur. Er is een rondleiding en een wandeling in de tuin. We drinken daar koffie/thee met koek. Kosten 5 euro.

Aanmelden uiterlijk 14 mei bij [ajager1949@kpnmail.nl](mailto:ajager1949@kpnmail.nl) of 0681785519.

Informatie [www.cocfriesland.nl](http://www.cocfriesland.nl)  
COC Friesland, Snekertrekweg 1,  
8912 AA Leeuwarden.

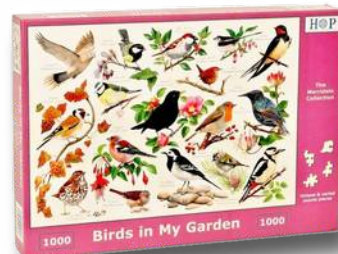


## Nieuwe legpuzzel.

*'In mei leggen alle vogels een ei...'*

En wat is het nu leuker dan een puzzel te maken met vogels. U leert spelenderwijs en al puzzelend diverse vogels kennen!

**Puzzel 'in my Garden' met een afbeelding van diverse tuinvogels.**



De puzzel bestaat uit 1000 stukjes.

De prijs is € 22,95 en is verkrijgbaar bij de spellenwinkel en bij [decoaction.nl](http://decoaction.nl)

# SENIORENFILM: DONDERDAG 18 MEI 2023.

## THE VELVET QUEEN (2022) 92 minuten.

In "The Velvet Queen" neemt één van 's werelds meest gerenommeerde natuurfotografen Vincent Munier, schrijver Sylvain Tesson mee op een onderzoek missie, in een poging een glimp op te vangen van de zeldzame sneeuwluipaard.

Regie: Marie Amiguet. Land van oorsprong: Frankrijk. Nederlands ondertiteld.

In de prachtige en onontgonnen bevroren toppen en valleien van de Tibetaanse hooglanden, gaan de wereldberoemde natuurfotograaf Vincent Munier en schrijver Sylvain Tesson op zoek naar één van de meest zeldzame grote katten: de sneeuwluipaard. Het wordt een diep filosofische reis met werkelijk schitterende beelden van een plek waar velen van ons nooit een voet zullen zetten. "The Velvet Queen" is een heerlijk kalme en verstilde natuurdocumentaire die de bezoeker na het zien van zoveel ongerepte schoonheid gelukkig achterlaat.

*"De magie van de natuur gutst van het scherm" – Volkskrant.*

**Donderdagmiddag 18 mei a.s., inloop vanaf 14.00 uur met koffie/thee. De film begint om 14.30 uur. De entree bedraagt € 11.00 incl.**



U kunt kaarten reserveren/kopen online of aan de kassa. De Slikerbalie is behalve op maandag iedere middag geopend.

## JEU DE BOULES.

Maandag 3 april was de 1e keer dat er gespeeld kon worden, er kwamen toch zo'n 11 personen om te boulen. Het was wel wat koud maar met een strak blauwe lucht en in het zonnetje was het heel aangenaam. Frans van der Borg, lid van Le Biberon was ook weer aanwezig om aanwijzingen te geven. Maar als er 1 persoon tekort is even mee te spelen.

Lijkt het u ook leuk om mee te doen?

**Maandagmiddag 1 mei** bent u van harte welkom bij Le Biberon, Julianapark 2. Wij starten om 14.00 uur tot ongeveer 16.00 uur. De kosten bedragen € 3.50 p.p. inclusief koffie/thee en gebruik boules. Jannie de Ruiter is deze middag ook aanwezig.



# Mijn herinnering aan de bevrijding van Harlingen.

ik ben Rob Runia, geboren in februari 1940

Ik kan me van de oorlog op zich niet veel herinneren, maar wel van de bevrijding.

We woonden in Harlingen in de Westerstraat nr. 5 vlakbij de vuurtoren, die toen nog als vuurtoren in dienst was. Het huis waar wij in woonden was klein.

Ons gezin bestond toen uit vijf personen, ik was de derde.

Er is bij de bevrijding van Harlingen hard gevochten.

Toen de bevrijding 's avonds begon gingen wij schuilen in een klein keldertje in ons huis.

Ik hoor de granaten nog over ons huis vliegen, en het knallen van bommen.

We zijn 's avonds naar een andere locatie gegaan, omdat het thuis te gevaarlijk was, en daar hebben we de nacht doorgebracht.

De volgende morgen toen we bevrijd waren, en wij uit onze schuilplaats te voorschijn kwamen, liepen de mensen met vlaggen op straat te zingen en te dansen.

Toen we weer thuis kwamen, zagen we daar aangekomen, dat een aantal ramen kapot waren, en er lag een Duitse militair dood bij ons in de tuin.

De volgende dag ben ik naar "De Stienen man" (Kaspar die Robles) gelopen en vanaf de dijk daar zag ik gevangen genomen Duitsers met de handen achter hun hoofd richting Afsluitdijk marcheren. Waar ze naar toe gingen was me niet duidelijk. Uiteindelijk staat dit alles nog in mijn geheugen, kennelijk heeft dit grote indruk op me gemaakt. Ik was nog maar vier jaar.

Dit is mijn herinnering van de bevrijding van Harlingen

*Rob Runia*



# Hallo fietsers.

Zaterdag 20 mei fietsen we naar Oudkerk en waar we koffiedrinken is nu nog niet bekend.

Opstappen: Jumbo Lekkumerend om 14.00 uur.

Opgave: Woensdag 17 mei tussen 19.30- 21.00 uur.

Woensdag 31 mei fietsen we naar Easterwierum en gaan we koffiedrinken bij De Dille.

Opstappen : McDonalds Goutum om 14.00 uur.

Opgave: maandag 29 mei tussen 19.30- 21.00 uur.

Opgave via de LOS TELEFOON 06 26275563.

Tot dan, Hilly.



## De zondagsoos, 21 mei 2023

Deze keer kunnen wij genieten van populair klassieke muziek met Walt Disney personages.

LOS-leden kunnen zich via het inschrijfformulier in de Remise vanaf maandag, 15 mei, aanmelden.

# Dorpskerk Huizum



Cultuurpodium Dorpskerk Huizum informeert u graag over de in mei 2023 geplande evenementen. Uitgebreide informatie daarover kunt u vinden op de website [www.dorpskerkhuizum.nl](http://www.dorpskerkhuizum.nl) onder het kopje AGENDA.

Bezoekers van de Dorpskerk kunnen - op loopafstand en gratis - parkeren op het ruime parkeerterrein tegenover Intratuin (zuidzijde Tijnjedijk).



**Nog te bezichtigen t/m 13 mei 2023:**

## **Expositie 'Hait... portret van een hemd' van kunstschilder Hendrik Elings**

De expositie is nog tot en met 13 mei 2023, iedere zaterdagmiddag van 13.30 tot 17.00 uur te bezichtigen. *De toegang is gratis.*

**Vrijdag 5 mei 2023 (16.00 uur):**

## **De 'Vijf Mei Rede' door Geert Mak en een muzikaal optreden van het Ensemble Rossignol**

Elk jaar wordt in de Dorpskerk Huizum door een prominente Nederlander de 'Vijf Mei Rede' gehouden. Dit jaar is dat Geert Mak. De titel van zijn lezing is 'De Goede Oorlog'. Na de pauze brengt het ensemble Rossignol prachtige vrijheidsliederen ten gehore.

*Vrijwillige bijdrage.*

*(Foto van Geert Mak: Vincent Mentzel)*



**Vrijdag 19 mei 2023 (17.00 - 18.00 uur):**

## **Orgelconcert door Peter van der Zwaag**

Peter van der Zwaag uit Leeuwarden is de organist die u de prachtige klanken van ons fraai gerestaureerde orgel wil laten horen. Het programma van zijn concert zal in het teken staan van John Dowland.

*Vrijwillige bijdrage.*

**Zondag 21 mei 2023 (15.00 uur):**

## **Concert van Kaspar (Wiebe Kaspers) met strijkkwartet.**

Een vertrouwd gezicht met een nieuwe naam! Sinds de herfst van 2022 gaat Wiebe Kaspers, frontman van de band WIEBE, verder onder de nieuwe naam Kaspar.

Als solo-artiest? Zeker niet, Kaspar zoekt bij elk concert topmusici met wie zijn muziek op het podium ten volste tot zijn recht komt. Zo neemt hij in de Dorpskerk Huizum een ragfijn strijkkwartet mee.

De toegangsprijs is € 12,50; voor kinderen t/m 12 jaar € 2,50 (incl.

pauze-consumptie). Toegangskarten kunnen van tevoren digitaal worden aangeschaft via het Ticketkantoor: <https://www.ticketkantoor.nl/shop/Wiebekaspers>. (Foto: PDFgrafie Piet Douma)



**Vrijdag 2 juni 2023 (17.00 - 18.00 uur):**

## **Concert van de Leeuwarder Bach Vereniging o.l.v. dirigent Geke Bruining-Visser, in de serie 'Muziek +'**

Een a capella concert met o.a. het motet 'Jesu meine Freude'.

*Vrijwillige bijdrage.*

# ‘Waterwerk in Fryslân’ geopend met luid getoeter

**In Scoutingmuseum Fryslân is zaterdag 1 april de tentoonstelling ‘Waterwerk in Fryslân’ geopend met luid getoeter. Ongeveer 30 mensen waren aanwezig tijdens deze feestelijke aangelegenheid. Onder het genot van een gebakje en drankje dompelden zij zich na de opening onder in de Friese wereld van waterscouting.**

De aanwezigen kregen eerst enkele hersenkrakers voorgeschoteld tijdens een quiz. Daarna werd een ‘behind the scenes’-video vertoond van EUSK, het voorjaarskamp van alle Friese waterscoutinggroepen. Vervolgens was het tijd voor de officiële opening, die Ben Spall, oud Admiraal van Scouting Regio Fryslân, met veel getoeter afrondde. Na dit signaal kon het publiek de fonkelnieuwe tentoonstelling ‘Waterwerk in Fryslân’ bewonderen.

De eerste waterscoutinggroep van Fryslân werd bijna 90 jaar geleden opgericht (Greate Pier in Sneek) en sindsdien heeft deze tak binnen scouting een rijke geschiedenis opgebouwd. De tentoonstelling vertelt de meest bijzondere verhalen over de Friese waterscoutinggroepen.



Bezoekers leren interessante feitjes, bijvoorbeeld over wat waterscouts zoal beleven, wat de functie is van een Admiraliteit en hoe de veiligheid op en rondom het water gewaarborgd wordt. Ook ontdekken bezoekers welke bekende Nederlanders er zoal bij waterscouting Nederland hebben gezeten.

Gerda Elgersma, oud helpdesk medewerker van Scouting Regio Fryslân en ooit zelf begonnen als waterscout was onder de indruk van de

tentoonstelling. “Het is niet alleen één feest der herkenning, het is ook mooi dat het waterwerk aandacht krijgt. Veel mensen weten dat scouts op het land van alles doen, maar dat er ook waterscouts bestaan waar kinderen van alles leren over zeilen, kanoën, roeien en bootonderhoud is onbekend”

Op dit moment zijn er waterscouting groepen actief in Leeuwarden, Sneek, Harlingen, Drachten en Peperga.

De enthousiaste conservators van Scoutingmuseum Fryslân hebben door de jaren heen een mooie collectie verzameld met zelfs unieke stukken. Daarnaast zijn er enkele bijzondere spullen gedoneerd aan het museum. Veel objecten zijn te zien tijdens de tentoonstelling.

Scoutingmuseum Fryslân is van 1 april tot en met 7 oktober 1e zaterdag van de maand op zaterdag open van 14.00 tot 17.00 uur. Adres is Jeugweg 1, 8917 EP Leeuwarden. (Nabij Kinderboerderij en Blauwe Golf) Het is een erg leuk overzichtelijk museum van wat er tot nu toe over Scouting Fryslân te zien is, informatief en gratis toegang. Meer informatie: [www.scoutingmuseumfryslan.frl](http://www.scoutingmuseumfryslan.frl).

## Geschillencommissie voor pensioenen.

**Nu de nieuwe Wet toekomst pensioenen (Wtp) bijna staat, wordt een onafhankelijke geschillencommissie opgezet.**

**De Pensioenfederatie nam dit initiatief.**

**Volgens voorzitter Ger Jaarsma is het omdat er afgesproken is dat deelnemers geen bezwaar kunnen maken tegen de overstap en de afspraken van de sociale partners.**

**Deelnemers kunnen dan hier terecht als ze nog wel andere bezwaren hebben.**

**De stichting start in 2024, staat los van de Pensioenfederatie en krijgt een onafhankelijk bestuur.**

# Peter Bonnema is één van onze leden en is kunstschilder en tekenaar.

Hij is geboren op 03-10-1951 In Franeker.  
De schilderijen gaan over historische onderwerpen o.a. stoomlocomotieven, spoorwegmaterieel, landbouwmachines, (Marshallhulp 1945-1957)  
Hij heeft diverse exposities gehouden in binnen- en buitenland.  
Zijn werk is te zien bij Bax Kunst galerie, Singel 82, 8601 AM Sneek.

Open van dinsdag t/m vrijdag van 13.30 – 18.00 uur en zaterdag van 10.00 – 17.00 uur

Voor het HCL meegewerkt aan de topografische atlas: Boek Leeuwarden kunstenaars door de eeuwen heen. Zie HCL



*Farmall MD, met combine*



*Russische stoom in de winter*

## De Derde Helft.

**Was de eerste bijeenkomst een succes, de tweede eveneens.**

Wat waren jullie allemaal creatief. Met het resultaat kan de commissie weer verder.

Er is dus besloten om de Derde Helft door te laten gaan.

In de maand mei hebben we weer een tweetal leuke activiteiten voor u bedacht.

**Op maandag 8 mei houden wij een pub-quiz over de jaren tachtig.**

Dus alle mensen moeten even terug in de tijd.

De oh ja's zullen we vast dan ook op deze middag vaak horen.

**Als sluitstuk van dit seizoen hebben we een muziekmiddag.**

**En wat voor één!** We hebben het Leeuwarder Shantykoor bereid gevonden om voor ons op te treden.

**Dit optreden vindt plaats op maandag 22 mei.**

Alle middagen

beginnen om 14.00 uur.

De entree is gratis en de koffie en thee kosten € 1,25

Na de zomerperiode beginnen wij weer met het nieuwe seizoen met tal van activiteiten.

**De Derde Helft zit in het gebouw van de Voetbal Vereniging De Leeuwarder Zwaluwen aan de Middelzeelaan in Leeuwarden.**

Klaasje Jonker  
06 8007 8387



# De Stelling bij het Kornwerderzand, 1932 – 1963

**In de loop der eeuwen zorgde de Zuiderzee, het hedendaagse IJsselmeer, met enige regelmaat voor grote overlast in de kustgebieden van Friesland, Overijssel en Noord-Holland.**

**Overstromingen met veel schade en een groot aantal slachtoffers waren eerder regel dan uitzondering.**

Er werd dan ook al in de 17e eeuw gesproken over de afsluiting van deze binnensee, maar eerst in de tweede helft van de 19e eeuw werd dit min of meer technisch mogelijk. Na jarenlange besprekingen over de kosten, de mogelijk- en onmogelijkheden en de technische uitvoering, ging in het begin van de 20e eeuw de kogel door de kerk.

Er zou een afsluitdijk komen die vanaf het toenmalige eiland Wieringen in Noord-Holland zou aansluiten op de Friese kust bij Zurich. Op deze afsluitdijk een verkeersweg, een fietspad en een (geprojecteerde) spoorweg. In het westen bij Den Oever en in het oosten bij het Kornwerderzand kwamen sluiscomplexen en verkeersbruggen. Iedereen blij! Geen eb en vloed meer, de kustlijn werd met 300 km. verkort, de afwatering werd verbeterd en er zou een enorm zoetwaterreservoir ontstaan. Aan recreatie werd nog niet gedacht! Het bleek al zeer spoedig dat niet iedereen blij was. Met name de militairen hadden zo hun bezwaren.

De militaire top redeneerde als volgt: een vijandelijke aanval vanuit het oosten zou nu, dwars door Groningen en Friesland, via deze afsluitdijk ook de vesting Holland, met de marinebasis Den Helder, rechtstreeks aan kunnen vallen.

Voor de militairen was dit onaanvaardbaar; zij hebben ook de bouw van de Afsluitdijk een aantal jaren tegen kunnen houden. Maar uiteindelijk moesten ook zij, gezien alle voordelen, akkoord gaan. Maar niet zomaar. Er werden een aantal voorwaarden afgesproken: de dijk moest in staat van verdediging gebracht worden en de kosten hiervan moesten uit het Zuiderzeefonds betaald worden.

Er werd nu groots uitpakket. Aan de Noord-Hollandse kant, bij Den Oever, kwam een dubbele kazematlinie van 13 gewapend betonnen kazematten, voorzien van kanonnen en mitrailleurs. In het midden van de dijk, bij

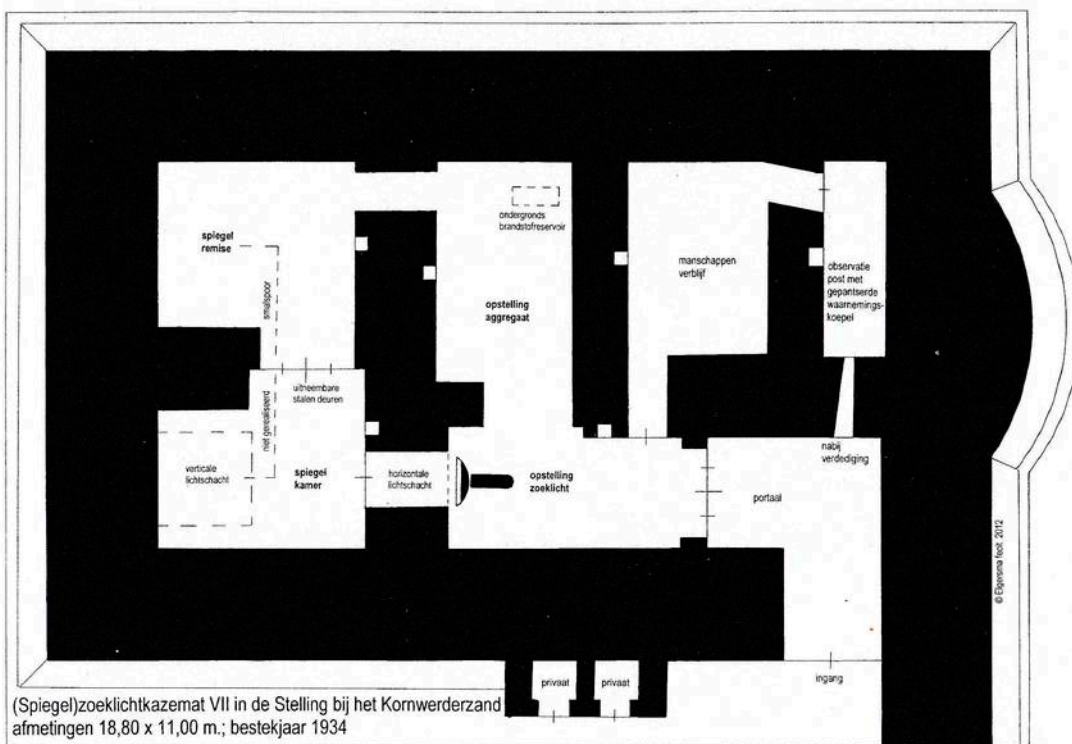
Breezanddijk, kwam een verbindingsstelling en aan de Friese kant, bij het Kornwerderzand, eveneens een dubbele kazematlinie van 17 gewapend betonnen kazematten, bewapend met drie kanonnen en een groot aantal mitrailleurs. Om het geheel van de verdedigingsmiddelen op de Afsluitdijk de tijd te geven zich, bij een aanval, voor te bereiden werd, op de Friese kust tussen Makkum en Zurich, een waarschuwinglinie met een voorliggende inundatie aangelegd: de z.g. Wonsstelling.

In de nacht van 9 op 10 mei 1940, om 03.55 uur (Nederlandse tijd), bij Nieuweschans in Groningen zelfs al om 03.00 uur, overschreden Duitse troepen de Nederlandse grens. De oorlog was een feit! De Duitsers zetten in het noorden een cavaleriedivisie van ca. 13.000 man in, die, in een razend tempo, Groningen, delen van Drenthe en Friesland bezetten. De aangelegde Nederlandse verdedigingslinies werden één voor één overrompeld en in de middag van de 11e mei stonden de Duitsers al voor de Wonsstelling. Hier werd enige tijd weerstand geboden, maar, mede gezien de gebrekkige uitrusting, was ook hier het pleit snel beslecht.

De Duitsers stonden nu aan het begin van de Afsluitdijk en zagen in de verte de Stelling van het Kornwerderzand liggen. Door vooroorlogse spionage hadden zij een redelijk beeld van wat hen te wachten stond.

De stelling was al bemand sinds eind augustus 1939 bij de algemene mobilisatie en omvatte ca. 220 man, onder commando van de kapitein der infanterie C.F.J. Boers. De 17 kazematten in de, in twee linies uitgevoerde, stelling waren vervaardigd van gewapend beton en hadden muren en dekkingen van 2,00 tot 3,50 m. Twee kazematten waren bewapend met één of meerdere (lichte) kazematkanonnen, de overige beschikten over een aantal (zware) mitrailleurs. Eén van de kazematten fungeerde als keuken en een andere was ingericht voor de opstelling van een zoeklicht. Op ca. 800 m. vóór de stelling, richting Friese kust, lag een tot in het water doorlopende anti-tankversperring.

De kazematten waren ruim voorzien van munitie, voedsel en de watertanks zaten vol. Bovendien was men al meer dan acht maanden ter plekke



vuur teruggedreven; de eerste gewonden worden in motor-zijspannen ijlings afgevoerd; dik weer op deze vervloekte dijk. Later wordt dit, in officiële rapporten, bestempeld als een gewelddadige verkenning die, gezien het resultaat (!), geringe verliezen opleverde. De Duitsers hebben het niet een tweede keer geprobeerd. In de kazematten

aanwezig, zodat men voldoende tijd had gehad om te oefenen en zich voor te bereiden. Men trad de strijd met vertrouwen tegemoet!

Daar hoefde men trouwens niet lang op te wachten. De Duitsers openden de strijd met artilleriebeschietingen, gevolg door aanvallen met vliegtuigen; activiteiten die nauwelijks enige schade aan de kazematten veroorzaakten. Eén kazemat in de tweede linie werd door een vliegtuigbom geraakt, waarbij een deel van de achterzijde instortte en een aantal buitenopstellingen voor de mitrailleurs werden licht beschadigd. Slachtoffers waren niet te betreuren!

Een en ander zette voor de Duitsers geen zoden aan de dijk en na een verkenning door een drietal soldaten, werd er een gevechtsgroep samengesteld van ca. 60 tot 70 man, inclusief artillerie, die de stelling zouden moeten veroveren. Vóór hen lag een ca. 4 km. kale dijk zonder enige mogelijkheid zich tegen vuur te dekken. Men hoopte er het beste van. In eerste instantie kwam er uit de stelling geen reactie, maar toen de Duitsers op ongeveer 1200 m. voor de stelling kwamen werd er vanuit de zuidelijke kazemat en later vanuit de noordelijke het vuur geopend. De Duitsers moesten in dekking, er vielen onmiddellijk gewonden en de Duitsers begonnen zich als de bliksem terug te trekken. Een ter plekke aanwezige Duitse "Kriegsberichter" omschreef het als volgt: *alles hoopt zich op in een ondiepe sloot; de groep wordt door flankerend*

heerste nu een soort hoerastemming. Zij hadden maar mooi die vermaledijde Duitsers een flink pak slaag gegeven. Al spoedig kwam de domper via een bericht van de opperbevelhebber dat op 14 mei rond 18.00 uur binnenkwam: algemene capitulatie. De oorlogsomstandigheden waren zo slecht geworden (o.a. door het bombardement op Rotterdam en de doorbraak bij de Grebbelinie) dat voortzetting van de strijd niet meer mogelijk werd geacht. Bij het Kornwerderzand dacht men daar heel anders over, maar bevel is bevel en dus stelde men zich in verbinding met de vijand. Het was afgelopen.

Na mei 1940 namen de Duitsers de stelling - ook die van Den Oever - over en hebben er eigenlijk weinig of niets mee gedaan; wel werden er een aantal, kwalitatief slechte, gebouwen bijgebouwd. Meer dan bewapende doorlaatposten zijn het niet geweest.

Na de oorlog werden de kazematten in de beide stellingen weer in dienst gesteld met aangepaste bewapening en er vonden oefeningen in NAVO verband plaats. Na 1963 werden de kazematten verlaten, ontdaan van bewapening, de meesten volgestort met puin en dichtgemetseld.

Eerst op 16 april 1985 werd, door de heren H.F. Jongepier en B.J. Haijer, in Makkum de Stichting Kornwerderzand opgericht, met als resultaat het huidige Kazemattenmuseum. [info@kazemattenmuseum.nl](mailto:info@kazemattenmuseum.nl)

Sjouke Elgersma



### Programma:

- 8:30 uur vertrek uit Leeuwarden
- 9:30 uur Koffie met gebak in het Wadden Center Afsluitdijk
- 10:15 uur Bezoek Expositie. In het Afsluitdijk Wadden Center is een interactieve beleefexpositie. Het hoofdthema is het overleven van de Nederlanders in de Delta door de eeuwen heen en met het oog op de toekomst met klimaatveranderingen en zeespiegelstijging.
- 12:30 uur Vrije lunchpauze in het centrum van Hoorn.
- 14:00 uur Bezoek Museum van de 20ste eeuw. Een feest van herkenning.

In dit museum zie je alles wat wijzelf en onze ouders vroeger gebruikten in de o.a. huishouding en het dagelijks leven.

Ook zijn er verschillende interieurs uit de vorige eeuw, u waant zich weer in de uw kindertijd.

Er is een vaste collectie nostalgische voorwerpen, maar er zijn ook wisselexposities waar regelmatig iets anders ten toon gesteld wordt.

U herkent de inrichting van de woning van uw

(groot) ouders en ziet weer voor u hoe wij vroeger leefden. En hoe wij vroeger met elkaar communiceerden tot aan het mobieltje van nu.

Hoorn heeft ook nog een heel mooi centrum met als meest bekendste plein "De Rode Steen" Maar naast het torentje "Het Houten Hoofd" op de foto, is het café dat door Vader Abraham wordt bezongen in het alom bekende lied "Het Kleine Café aan de Haven".

17:00 uur Dineren op de terugweg.

20:00 uur terug in Leeuwarden.

Opgeven bij Margré Hasz tussen 16.00 en 18.00 uur op tel. 06-12075160. Per mail: [m.hasz@outlook.com](mailto:m.hasz@outlook.com) graag vanaf 2 mei tot 1 juni 2023

De kosten voor deze bijzondere dagtocht zijn: € 73.-

Betalen graag op bankreknr. van activiteiten LOS: NL79 RABO 0311082289.

De activiteitencommissie.

## EEN CULTURELE LENTE

Veel van de LOS-leden hebben we het afgelopen concertseizoen zowel in de Kanselarij als in het WestCord WTC Hotel mogen ontvangen. Uit steekproeven bleek namelijk dat velen de concerten bezochten na het lezen van het LOS-magazine of na het ontvangen van de door Art Connection toegestuurde uitnodigingen. Zondag 16 april was weer het laatste concert van het seizoen.

Intussen zijn wij al weer druk bezig met het programma voor het 'winter' seizoen 2023-2024 dat rond eind oktober weer begint.

Wilt u voortaan ook de nieuwsbrief ontvangen dan kunt u een mailtje sturen naar [artconnection@chello.nl](mailto:artconnection@chello.nl). Hartelijk dank voor al uw bezoeken. Intussen gaan de andere activiteiten van Art Connection gewoon door.

### **Enkele culturele tips:**

Stadsgalerie Expositie (in de kelder van het oude Stadhuis): Overzichtsexpositie van Dolly Leemans. Van 7 april tot 30 juni ([www.dollyleemans.nl](http://www.dollyleemans.nl)).



Expositie Miss Picasso in de NHL Stenden Gallery van 13 april tot 12 juli. Meer info op: [instagramm@miss.picazzo](https://www.instagram.com/miss.picazzo).



Op de kunst- en cultuurmarkten van zaterdag 1 juli ('Art Leeuwarden' op het Zaailand te Leeuwarden) en zaterdag 9 september (Art Vijversburg in natuur- en cultuurpark Vijversburg te Tytsjerk) is nog plaats voor enkele kunstenaars. Meer info: [www.artconnectionexpo.nl](http://www.artconnectionexpo.nl) bij kunst- en cultuurmarkten.

Art Connection  
Ed van Dijk  
06-52473558

## Snuffelen in online archieven.

### **Nationaal archief.**

Het Nationaal Archief heeft 142 km aan archieven, artikelen en beeldmateriaal van het bestuur van het koninkrijk, graafschappen en gewesten, plus personen van nationaal belang.

Door die geschiedenis grasduin je gemakkelijk op [nationaalarchief.nl](http://nationaalarchief.nl)

### **Familie.**

Verslavend: typ bij Open Archief je naam in en

zie wat er aan voorouders uit komt rollen. Geboorteaktes, huwelijken, Open Archieven doorzoekt Nederlandse en Belgische archieven en deelt de resultaten.

Je vindt er ook meer dan 2 miljoen bidprentjes. [openarchieff.nl](http://openarchieff.nl)

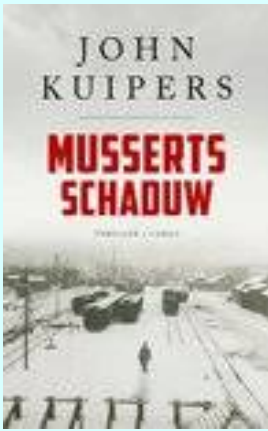
### **Delpher.**

Van - we noemen maar wat – de dood van J.F. Kennedy tot iconische voetbalwedstrijden: als kranten en tijdschriften er over schreven, vind je het op Delpher.

De oude pagina's zijn een lust voor het geschiedenisminnende oog en de advertenties vermakelijk. [delpher.nl](http://delpher.nl)

# Lezenswaardig

Op 4 mei herdenken we, en op 5 mei vieren we het einde van De Tweede Wereldoorlog. Ik heb gekozen voor twee oorlogsboeken  
Op 14 mei is het Moederdag. Dus een extra titel deze keer, wel een beetje spannend.



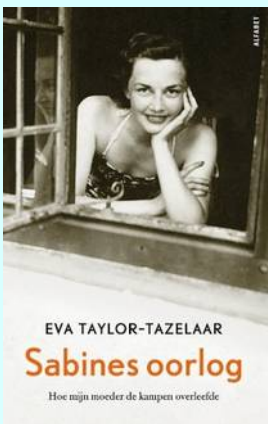
## **John Kuipers: Musserts schaduw** Is verschenen bij uitgeverij Cargo en kost € 21,99

Intrigerend portret van de Haagse politie in de oorlog  
Hij is boomlang, onconventioneel en ongeduldig. Maar hij is ook bang voor honden, een zwakke schutter en voorzien van een goed gevoel voor humor. Hoofdinspecteur Charlie Swieninck is chef van het Bureau Bijzondere Delicten en moet zich verhouden tot de Duitse bezetter, die langzaam maar zeker zijn gezag doet gelden binnen de Haagse politie.

Op 29 juni 1940, Anjerdag, wordt Charlie opgeroepen na een moord op station Hollands Spoor. Het slachtoffer is Marnix Maas, een belangrijk juridisch raadsman van de NSB.

Onvermijdelijk leidt het onderzoek naar zwaargewichten binnen de partij, onder wie Rost van Tonningen, Feldmeijer, en natuurlijk de leider van de nationaalsocialisten Anton Mussert.

Intussen voert de NSB de druk op om de dader in een andere richting te zoeken.



## **Eva Taylor-Tazelaar: Sabines oorlog** Is verschenen bij Alfabetuitgevers en kost € 19,99

Sabine had een onbezorgde jeugd. Ze hield van feestjes en ze zeilde graag. Ze was bevriend met Erik Hazelhoff Roelfzema, de latere Soldaat van Oranje. Toen de oorlog uitbrak rolde ze het verzet in. Eva Taylor-Tazelaar: Sabines oorlog

Maar ze werd verraden en werd talloze malen gewelddadig verhoord. Via Kamp Amersfoort en Ravensbrück kwam ze de laatste oorlogsmaanden in het gruwelijke Mauthausen terecht.

Eva, Sabines dochter, vindt na haar moeders dood een archief, met daarin liefdesbrieven van piloot Taro, die met zijn Spitfire neerstortte, en van Sabines tweede geliefde Gerard, die door de Duitsers werd geëxecuteerd.

Ze vindt piepkleine briefjes van Sabine, die ze vanuit de gevangenis stiekem aan haar moeder stuurde.

En ze stuit op een stapel hartstochtelijke, maar ook angstaanjagende liefdesbrieven van ene Gebele, een Duitse kapo die in Mauthausen Sabines leven zou redden.

Aan de hand van al deze documenten reconstrueerde Eva het nooit eerder vertelde en aangrijpende verhaal van Sabines oorlog.



**LOS heeft een eigen Facebookpagina:  
[www.facebook.com/los.leeuwarden.3](http://www.facebook.com/los.leeuwarden.3)  
Neem 's een kijkje!**

## Recept voor mei:

*Deze maand gaan we weer iets lekkers bakken.*

*Niet moeilijk en klaar in 30 minuten.*

*Wat te denken van...*

## Zoete Flammkuchen met appel en amandel

### Ingrediënten:

- \* 1 rol flammkuchendeeg (of vers rechthoekig pizzadeeg)
- \* 3 appel
- \* 3 eetlepels rozijnen
- \* 2 eetlepels suiker
- \* 1 eetlepel kaneel
- \* 2 eetlepels Griekse yoghurt
- \* 3 eetlepels amandelschaafsel
- \* lepeltje honing

### Bereiding:

Verwarm de oven voor op 200°C. Ontrol het deeg. Spoel de appelen, verwijder het klokhuis en snij het vruchtvlees in dunne plakjes. Week de rozijnen in een bodempje water.

Meng de suiker met de kaneel.

Bestrijk het deeg met de yoghurt.

Leg er de appeltjes dakpansgewijs op en bestrooi met de kaneelsuiker.



Bak 15 minuten in de oven.

Giet de rozijntjes af.

Neem de Flammkuchen uit de oven en bestrooi het met de amandelschilfers en de rozijnen.

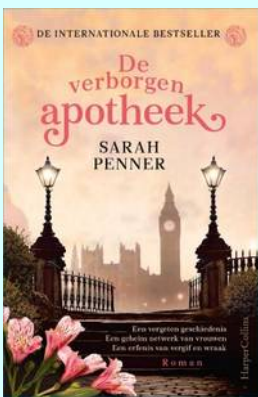
Bak nog 5 minuten in de oven.

Werk af met een lepeltje honing, snij in stukken en serveer.

Lekker met extra yoghurt.

**Eet smakelijk!**

*Een recept van Natalie Peeters*



### Sarah Penner: De verborgen apotheek Is verschenen bij Harper-Collins en kost € 15.-

Londen, 1791. Nella Clavinger wacht in haar verborgen apotheek op een nieuwe klant. Hoewel ze een gewaardeerd apotheker is, gebruikt ze haar kennis het liefst voor andere doeleinden: ze maakt vergif voor vrouwen die aan een man willen ontsnappen. Als haar nieuwe klant de pas twaalfjarige Eliza Fanning blijkt te zijn, ontvouwt er zich een onverwachte vriendschap.

Londen, heden. Historicus Caroline Parcewell viert haar trouwdag alleen, treurend om haar overspelige man. Als ze een oud apothekersflesje in de Theems vindt, wordt haar nieuwsgierigheid gewekt. Ze vermoedt dat het flesje een link heeft met de onopgeloste apothekersmoorden die tweehonderd jaar geleden plaatsvonden. Maar als Caroline op onderzoek uitgaat, heeft dat gevolgen voor het heden en het verleden...

'Een echte pageturner, waarmee je je even in Londen waant.

## Jaap's Hoekje 24

Mien jonge(s)jaren inne  
Oosjestraten



In de vorige LosVast eindigden we onze tocht door de Oude Oosterstraat bij de hoek met de Heerestraat. Aan de ene kant namen we de 'visboksers' nog even mee, maar hun overbuurman Gerrit Gardenier zat ook in de 'voeding'; het was een van de vele groentebouwers die zich vroeger in de binnenstad hadden gevestigd.

Gerrit en zijn vrouw Mientje praatten 'ferskrikkeluk Liwwadders', waren een fleurig stel, maar soms ook wel wat luidruchtig, want beiden hielden wel van een lekker 'slukje'. Naast de groentewinkel treffen we twee panden aan met daarin de herenkledingzaak van de familie De Jong, een vader met zijn drie zoons Cees, Anne en Willy. Een mooie zaak met keurig verzorgde etalages. De zuster van de drie broers was getrouwd met de bekende Cambuur voetballer Joop Ruiter.

In de laatste winkel aan de zuidzijde zat banketbakkerij Theo de Jong. Dit was toch wel de banketbaker met de betere kwaliteit (en dus de hogere prijzen) dan de bakkerij van Hofman uit de Nieuwe Oosterstraat. Dat was meer een bakker 'voor het volk'.

Een leuke anekdote over deze banketbakkerij, met een knipoog naar het nog verdere verleden, werd mij verteld op een zonnige zondagmiddag in maart toen er een echtpaar bij ons op stoep stond. De heer en mevrouw Smidt die aanbelden wonen ook in onze mooie MTV-wijk. Vooruitlopend op de verdere tocht door de Oosterstraten vertelde de heer Smidt me dat hij in de woning boven de bakkerswinkel is geboren. Zijn vader was namelijk de voorganger van Theo de Jong. Bakker Smidt was ook degene die het initiatief heeft genomen tot de bekende muurreclame op de zijgevel. Daar stond de naam Smidt dus op vermeld. Na de overname heeft Theo de Jong de bestaande reclame zeker wel tien jaar ongemoeid gelaten (een goeie naam vervangen doe je niet zo maar!) voordat hij zijn eigen naam er onder liet zetten.



Bijgaande foto toont het echtpaar Smidt voor de winkel (foto 1).

De muurreclame van Theo de Jong prees de Fryske



Dúmkes aan (foto 2).

Als we vandaag-de-dag door de Oude Oosterstraat lopen zien we een -opnieuw- aangepaste versie van het 'muurspotje'. De huidige eigenaren Marcel en Monique Dijksman hebben beiden hun werkplek in de voormalige bakkerij. Marcel kookt er maaltijden die worden thuisbezorgd, zuster Monique is kunstschilder, heeft er haar atelier en genoeg ruimte voor schildercursussen. Zij heeft ook het ontwerp voor de nieuwe reclame gemaakt (foto 3).

Het einde van de straat werd gemarkeerd door



het -toenmalige-nieuwe kantoor van het Ziekenfonds Leeuwarden-Sneek met de mooie natuurstenen trap aan de Tweebaksmarkt. De ingang voor de fietsende klerken

zat in de Oosterstraat. De Willem Lodewijkschool op de hoek met de Druifstreek kende een mooi groot schoolplein, dat met graagte door de jeugd uit de omliggende straten werd gebruikt voor partijtjes voetbal, verstoppertje spelen, tollen en hoelahoepen. Zo hadden wij ook ooit eens in de 'grote vakantie' een heuse poppenkast gefabriceerd van oude sinaasappelkistjes. Tijdens de voorstellingen werd er 'gemansd' en van de opbrengst werden bij de speelgoedwinkel van Hermans aan Over de Kelders nieuwe poppen gekocht. Zo werden we steeds professioneler! Latere batige saldi werden in de Uniabuurt omgezet in ijslolly's bij Halbesma's IJssalon in de Ossekop.

Centraal tussen de beide Oosterstraten lopen de Tweebaksmarkt en de Druifstreek. We steken over en.... als ik de Nieuwe Oosterstraat-van-toen inloop dan tref ik aan de zuidzijde eerst de bloemenzaak Corona (**foto 4**) van Wim Akkerman aan. Een prachtige grote zaak met een ingang aan de Druifstreek (voor het luxe bloemwerk) en een



kleine entree aan de Oosterstraat, voor het 'kleine bosje'. De familie Akkerman bestond uit vader, moeder, zoon Machienus, dochter Rola en nakomertje Margootje. De familie was redelijk welgesteld en dat stak ze ook niet onder stoelen of banken. Ze pronkten graag! Zoals moeder pronkte over 'haar Rola' die met haar man naar Amerika was geëmigreerd en het daar samen zo goed hadden, dat ze wel vijf verschillende soorten beleg op hun brood hadden!

Vervolgens staan we voor de kaaswinkel van Jan van der Baan sr. Die nam destijds de zaak over van zijn schoonvader U. Romkema. Hier waren twee kinderen: zoon Jan jr. die we al eerder tegenkwamen met zijn hengelsportwinkel in de Oude Oosterstraat en dochter Jannie. De kaasboer was een fervente postduivenhouder, dit tot groot ongenoegen van vele buurvrouwen die vaak hun was opnieuw konden doen als er weer een 'vlucht' binnen was gekomen.

Slager Tjeerd Velstra en zijn vrouw waren ouders met vijf zonen: Joop, Wim, Gauke, Arie en Tjeerd. Nadat Wim de zaak van vader had overgenomen werd Van der Baan's kaaswinkel aangekocht en bij de slagerij aangetrokken. De slagerij bestaat nog steeds, echter niet meer met een Velstra achter het hakblok, maar meesterknecht Jacky, die de naam Slagerij Velstra heeft laten voortbestaan. Op nummer vier woonden wij, we noemden ons Muziekhuis De Groot (**foto 5**) en hadden eerst



alleen de beschikking over het grootste deel van het pand. Het rechter deel, met een aparte ingang, was ooit een dagwinkeltje in kaas en vervolgens verkocht Kayo Postmus er stropdassen. Later is dit deel bij de winkel aangetrokken en maakten we er een speciale grammofoonplatenafdeling van. Mijn

vader handelde in muziekinstrumenten en kleine elektrische artikelen, radio's, televisies en de toen populaire muziekmeubelen (een combinatie van radio en platenwisselaar). Hij was ook een van de eerste winkeliers in de stad die televisies verhuurde. Dat waren de loodzware, oerdegelijke Amerikaanse Bell-televisies. Zeer speciale klanten hadden we aan de Strafgevangenis en het Huis van Bewaring; zij huurden regelmatig televisies voor bijzondere uitzendingen als voetbalinterlands. Het was elke keer weer een beproeving om de 'bajes' en het HvB in, maar ook weer uit te komen. Tot maart 1968 heb ik bij mijn vader gewerkt; toen werd het tijd om meer zekerheid en toekomst te zoeken. Die vond ik bij de Algemeene Friesche, later AGO nu AEGON. Mijn broer ging het onderwijs in en vader sloot de winkel deur in 1978 definitief achter zich. Tot zijn pensioengerechtigde leeftijd heeft hij nog een tijd administratief werk verricht op het kantoor van de Gemeentelijke Sociale Dienst aan het Noordvliet.

Nieuwe Oosterstraat 6 was één van de weinige panden dat nog als woonhuis in gebruik was; de familie Eisinga (vader was docent aan de Chr. HBS) vertrok begin vijftiger jaren naar elders. Hierna opende de familie Van der Zwaag hier een brillenzaak. Zoon Feitze en zijn vrouw Jannie woonden boven de winkel. Daar ook vond hun kroost, bestaande uit Tjeerd, Margriet en Hans, een warm nest.

Naast de 'brillenman' vonden we slager Hendrik de Haan, een van de drie slaggers in de straat. Met zoon Henk, een stevige Hollandse jongen, voetbalden we bijna dagelijks. 'Henkie's' bijnaam was schuddebol omdat hij bij het hardlopen zo ontzettend met zijn hoofd heen en weer schudde.

Naast de slagerij troffen we twee dagwinkeltjes aan, de eerste was van Ritske Jansma, in de tweede zat bloemenman Siep Hansma. Ritske, de schoenmaker, was een fleurige verschijning in de straat. Altijd opgewekt, steeds een grap en een grol en 'beroemd' om zijn zeer speciale gezegdes. Een dichtregel als: 'Ten hoogst verbolgen bleef de olifant het schip achtervolgen' is mij tot op de dag van vandaag bijgebleven. Een op beide middenstanders toegespitste kreet was evenwel: 'Hansma en Jansma, die zaten op de stoep, Jansma zei wat stinkt het hier en Hansma

liet een p...p.'

Zeer speciaal in zijn schoenlapperswinkeltje was de zware stansmachine die hij met handkracht startte om er vervolgens met speciale stansmessen de zolen of hakken uit een plaat leer te stansen. Ritske was ook idolaat van wielrennen; hij was dan ook in de straat de vraagbaak over het wel en wee van de Tour de France. In de tijd dat de radio nog geen gemeengoed was deed hij de winkel deur op slot en ging naar de Tweebaksmarkt, waar het Vrije Volk de dagelijkse uitslagen publiceerde.



Ik heb tot nu toe alleen nog maar over de even nummering gesproken omdat de 'overkant' van de genoemde winkels alleen maar bestond uit enorme geblindeerde ramen (**foto 6**), die hoorden bij de autogarage van Huizenga aan de Tweebaksmarkt. Aan het begin van deze wand zat (en zit nog steeds) Reisbureau Inter Noord, de eindwinkel is die van groenteman Jan van der Meulen, op de hoek met de Kruisstraat. In de volgende LosVast zetten we deze wandeling gewoon voort. Zorg dat u er bij bent!!

Jaap de Groot  
jaap.degroot46@gmail.com

# De Tweede Wereldoorlog.

## *Een herinnering*

*door mevr. A.M. Hoekema-van Kampen*

**De oorlog begon toen ik net 6 jaar was. Wij woonden in de St. Jacobsstraat 13 in Leeuwarden. Onze vader had een fotowinkel, Foto Vaka.**

**Wat ik me nog goed herinner zijn de marcherende en zingende Duits soldaten. De soldaten zaten naast ons in hotel Phoenix dat ze gevorderd hadden.**

Toen het persoonsbewijs verplicht werd, stonden de mensen in een lange rij om een pasfoto te laten maken. Het was dus erg druk in de winkel en waar meneer Cohen spontaan bijsprong om te helpen. Toen de Jodenster verplicht werd heb ik z'n zoon Levi nog één keer gezien, met de ster op en een zwarte paraplu. Het heeft erg veel indruk op me gemaakt, ik zie hem nog zo voor me.

Zo kwam er eens een Duitse soldaat in de winkel met een filmpje dat afgedrukt moest worden en snel! Mijn vader zei dat het niet kon, want iemand van zijn personeel moest zich melden op het Zaailand. De militair vroeg zijn naam en even later was het personeelslid weer op de zaak.

Mijn oudste broers werden tewerkgesteld in Tynaarlo. Toen ze te horen kregen dat ze met de trein naar huis zouden gaan, zagen ze dat de trein de verkeerde kant op reed.

De trein was vol en ze konden er niet meer in en moesten terug naar hun verblijfplaats. Ze besloten toch naar huis te gaan. Al liftend, o.a. op boerenwagens en lopend kwamen ze thuis. Ik weet nog dat de voeten van mijn oudste broer vol blaren zaten.

Ik herinner me dat we op 14 april op zolder uit een raampje hingen en op de stoep een groep, ik denk SS'ers, stonden.

Iemand vroeg 'Gaan jullie allemaal mee?' en dat ze in koor antwoordden 'Ja'!

Ik denk dat ze toen gevlucht zijn. Vanuit dat raampje konden we het Oldburgerweeshuis zien branden.

De dag erop was het feest, want we waren vrij. Ineens holde er iemand door de stad en riep: 'Iedereen naar huis, de soldaten komen terug'. Het bleek een groep vluchtende militairen te zijn. Tot slot moet mij nog een bekentenis van het hart. Ik heb bij een Duitse soldaat op de kermis in een botsautootje gezeten.....foei...foei.

\*\*\*\*\*

Foto's van de oorlog liggen in het Verzetsmuseum in het Fries Museum. Mijn broer drukte extra foto's af van films van Duitse militairen.

## Kroning

**Op 6 mei worden Koning Charles III en Koningin-echtgenote Camilla gekroond in de Londense Westminster Abbey.**



Koning Charles III draagt op het moment van de kroning de St. Edwards Kroon en Koningin Camilla (ze is dan gewoon koningin) draagt Queen Mary's Kroon, zonder de controversiële Koh-i-Noor-diamant.

De Britse kroningstroon wordt momenteel gerestaureerd voor de kroning van Koning Charles III. De werkzaamheden bestaan uit een schoonmaakbeurt van het 700 jaar oude eikenhouten meubel en het herstellen van de lagen bladgoud die door de jaren heen zijn afgebladderd.

Aan het einde van de ceremonie en bij het verschijnen op het balkon van Buckingham Palace draagt de Koning de Imperial State Crown.

De Nederlandse televisie zal zeker deze plechtigheid uitzenden en ik zal het zeker volgen.

*Janny*

# Ouderenzorg nu en vroeger.



**Hoe vaak hoor je niet dat vroeger 'alles beter was'. Niet alles natuurlijk, maar als het om ouderenzorg gaat, was het heel anders en beter geregeld.**

Veel families namen hun hulpbehoevende ouders in huis. Later kwamen er bejaardenhuizen waar de ouderen goede zorg kregen. Vervelen hoefden ze zich niet want in de recreatiezaal was altijd wel wat te doen.

Dat begon 's morgens met z'n allen gezellig koffiedrinken.

Weet u nog jaren geleden die 'keukentafel-gesprekken'? Iemand van de gemeente kwam kijken wat de oudere allemaal zelf nog kon. Hoe vaak zeiden ze dan (heel flink) dat ze best nog veel zelf konden doen. Zodoende kreeg men dan passende uurtjes huishulp toegewezen. Wanneer bleek dat ze toch niet zo veel zelf konden doen, moesten de kinderen of burens maar bijspringen. Dank zij de participatiewet ... In rap tempo werden toen de aloude gezellige bejaardenhuizen gesloten.

Natuurlijk willen we als we oud worden zo lang mogelijk thuis blijven wonen.

Maar als dat echt niet meer gaat omdat je de trap niet meer kunt nemen of als je woning te groot is geworden om het schoon te kunnen houden, dan is het tijd voor een ander passende woning.

Dan is er nog een probleem; dat ouderen niet meer naar huis kunnen als ze, na bijvoorbeeld een val, in een ziekenhuis terechtkomen.

Als ze een licht aangepaste woning hadden, dan zouden ze eerder (na een eventuele revalidatie-proces) naar huis kunnen.

Seniorenwoningen en woongemeenschappen daar zitten we op te wachten. Er moet nu snel gebouwd worden, vooral nu de stikstof even 'on hold' is. (Maar dat kan morgen wel weer anders zijn...)

Dan kunnen ouderen weer bij elkaar wonen, elkaar opzoeken en naar elkaar omkijken. Je hoeft dan ook niet in je uppie achter de geraniums zitten wachten tot de hulp(en) langskomen.

In een woongemeenschap kan één verzorgende de bewoners nalopen voor wat kleinere werkzaamheden zoals ogen druppelen of steunkousen aan- en uit doen.

Het is efficiënter en goedkoper. Vroeger had je de aanleunwoningen, maar die gaan ook in een rap tempo verdwijnen.

**Was vroeger alles (in dit geval) beter? Ja dat lijkt me wel.**

Janny

## THEMADAGEN MEI 2023

1	maandag	Dag van de Arbeid
3	woensdag	Dag van de Persvrijheid
4	donderdag	Dodenherdenking
5	vrijdag	Bevrijdingsdag
6	zaterdag	Anti-dieet Dag ( <i>even een lekkere appelpunt vandaag</i> )
11	donderdag	Begin IJsheiligen (t/m 13 mei)
12	vrijdag	Dag van de Verpleging ( <i>zet ze weer eens in het zonnetje!</i> )
13	zaterdag	Begin van de Nationale Molendagen (t/m 14 mei)
14	zondag	Moederdag ( <i>die gaan we weer extra verwennen</i> )
18	donderdag	Hemelvaartsdag ( <i>en bloemetjesmarkt in Leeuwarden</i> )
19	vrijdag	Huisartsendag
22	maandag	Dag van de Praktijkondersteuner. ( <i>ook zij verdienen een pluim</i> )
25	donderdag	Fiets naar je Werkdag ( <i>en niet alleen op deze dag!</i> )
28	zondag	Pinksteren
29	maandag	Tweede Pinksterdag
30	dinsdag	Wereld MS-dag

# Mijn herinnering aan de oorlog 1940-1945

door mevr. Ypie de Wolf – de Groot

Ik ben in 1936 geboren in de Marechaussee kazerne in Dwingelo. Mijn vader was Adjudant Rijksveldwachter. Ik weet nog dat mijn ouders in 1938 naar de radio luisterden, een aankondiging dat prinses Beatrix was geboren en ook dat er een zekere spanning heerste.

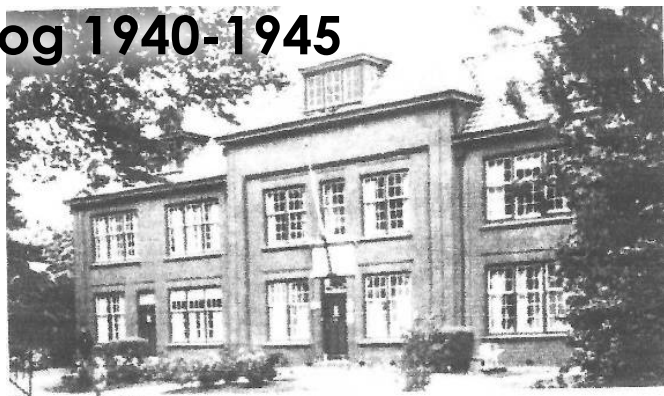
In november 1940 verhuisden we naar Zuidlaren, waar we niet lang gewoond hebben. Pap was ook bij de ondergrondse en we hadden drie kinderen onder de vloer. Helaas werd dat verraden en dus vijf maanden later gingen we weer verhuizen. Je bent nog een kind, maar alles is nog al was het een paar jaar geleden.

Toen we in Gieten gingen wonen zagen we altijd het afweergeschut van Duitsland. Als we naar school liepen moesten we heel vaak voor de trein wachten en stond op elke tree van een wagon een Duitser met een geweer.

Uiteindelijk kwamen we in 1943 in de kazerne in St. Annaparochie terecht. Pap was intussen Groepscommandant bij de Rijkspolitie. De Duitsers zaten met één huis ertussen in het bejaardenhuis en die konden precies in de gaten houden wat er gebeurde bij de kazerne. Daar werden mensen in de cel gezet die op transport naar Duitsland moesten.

Op een dag kwamen er vrouwen bij mijn moeder met plunjezakken met spullen voor hun mannen. De politiemannen waren op dienst en ze zeiden dat ze toestemming hadden van de Duitse commandant om hun mannen te bezoeken. Mam bracht de vrouwen bij de cellen en deed de luikjes in de deuren open. Het duurde niet lang of daar stond ineens een groep Duitsers met bajonet op hun geweer. 'Hoe mam het in haar hoofd haalde om de vrouwen toe te laten'. Wij begonnen allemaal te huilen en de buurkinderen die erbij stonden ook.

Gelukkig liep het voor mam goed af, maar voor de vrouwen minder. Alles werd in beslag genomen en er werd verteld dat de mannen die nacht nog op



Opschrift: St. Anna Parochie Kazerne Rijkspolitie

transport naar Duitsland gingen. Omdat ik 7 à 8 jaar was moest ik onderduiken en werd ik naar Harlingen gebracht. Daar heb ik afwisselend bij drie families gewoond. Maar toen de oorlog op z'n einde liep werd ik toch weer naar huis gehaald. Later hoorde ik dat mijn ouders bang waren dat de Duitsers mij vragen gingen stellen.

Ik sliep boven de cellen en eens op een nacht werd ik wakker van een vreemd geluid. Ik heb pap wakker gemaakt en hij hoorde het geluid ook.

Er zaten toen mensen in de cellen die het met de Duitsers hielden. Later bleek dat ze een vork hadden achtergehouden en die scherp hadden geslepen. Zo probeerden ze de tralies van de celluiken door te zagen en het was hen bijna gelukt.

De dag van vertrek voor de bezetters naderde en op een middag zaten we te eten en mijn tante logeerde ook bij ons. Opeens vliegt ze overeind en zegt tegen pa : 'Wegwezen!' Zijn stoel werd weggezet, het bord onder in de afvalbak gedaan en we schoven allemaal wat aan bij de tafel. Tante zei: 'Stil zijn en niks zeggen'. En ja hoor, daar kwamen de Duitsers binnen met een geweer en vroegen waar de mannen waren. Tante zei dat ze op dienst waren. Ze keken nog wat rond en gingen weer weg. Ondertussen zagen we hele rijen Duitsers lopend, fietsend en op gestolen paarden richting Harlingen vertrekken. Dat betekende einde oorlog voor mij in vogelvlucht.

De meeste belangrijke anekdotes heb ik hier opgeschreven anders was het verhaal drie keer zo lang geworden.

# Gezondheid.

## Koppen en dementie

**Denkt u ook weleens bij het zien van koppende voetballers; 'dat kan nooit gezond zijn?'**

Het kenniscentrum voor letselpreventie, VeiligheidNL, adviseert behoedzaam om te gaan met 'koppen' in het professioneel en amateurvoetbal. Uit Zweeds onderzoek blijkt dat profvoetballers 50% meer kans hebben op het ontwikkelen van een vorm van dementie, zoals Alzheimer, in vergelijking met de gewone bevolking.

Deze profvoetballers waren tussen 1924 en 1999 actief op het hoogste niveau in de Zweedse voetbalcompetitie. Doordat vormen van dementie pas vaker op latere leeftijd ( na 60-75 jaar) zichtbaar worden, werd het verhoogde risico op de ziekte alleen vastgesteld bij voetballers die voor 1970 actief waren in het profvoetbal.

Op het koppen zegt het centrum dat het koppen klachten kan geven als het te vaak achter elkaar, met en verkeerde techniek of een te zware bal, plaatsvindt. De juiste koptechniek leer je spelenderwijs en met een lichte bal.

## Diabetespatiënten.

**Veruit de meeste apothekers vrezen bijwerkingen voor diabetespatiënten wanneer die door hun zorgverzekeraar worden omgezet op een andere insuline: van Lantus naar Abasaglar zoals de komende tijd gaat gebeuren.**

Bij ruim een kwart miljoen diabetespatiënten gaan er onvoorziene gezondheidsklachten optreden, denkt 82% van de apothekers. Bijna 53% verwacht zelfs dat de wisseling van de medicijnen gaat leiden tot extra ziekenhuisopnamen .

Dat is gebleken uit een peiling onder honderd apothekers door de Nationale Geneesmiddelen Monitor.

Zorgverzekeraar CZ heeft op 1 maart voor de tweede keer binnen vier jaar een voorkeursmiddel uitgekozen.

Dat betekent dat er nog maar één merk wordt vergoed en dat alle patiënten die verzekerd zijn bij deze verzekeraar naar dit medicijn moeten overstappen.

Deze ingrijpende maatregel zou moeten leiden tot kostenbesparingen, maar 59% van de apothekers stelt dat dit niet gaat lukken.

Nederland telt ruim 1,2 miljoen mensen met diabetes.



## Vijf tips om je brein gezond te houden.

**'Wie zijn hersenen prikkelt, wordt pas later in het leven dement'**

1. Blijf nieuwsgierig: als je nieuwe dingen onderneemt, maak je nieuwe verbindingen aan je hersenen en dat houdt je brein fit. Zeker naarmate je ouder wordt, is het belangrijk. Dus sluit je aan bij clubjes of gezelschappen, volg een cursus of wordt lid van een wandel- of fietsclub.
2. Investeer in sociale contacten: kom onder de mensen en luister naar een ander. Zo train je een deel van de hersenen. Mensen ontmoeten werkt vaak nog beter dan een geheugentrainer.
3. Kies een gezonde basis: het gaat om een gezonde routine die je de rest van je leven kan volhouden. Het is niet zo dat je nooit meer een kroket mag eten. Drie keer in de week naar de sportschool en suiker- en vetvrij leven lukt weinig mensen.
4. Muziekles: ook op oudere leeftijd kun je een muziekinstrument leren bespelen. Muziek vraagt veel van je brein, je moet noten lezen en tegelijk je armen bewegen. En daardoor worden je hersenen heel actief.
5. Meet je bloeddruk: één op de zes gevallen van dementie in ons land kan voorkomen worden als we allemaal onze bloeddruk onder controle hebben. Af en toe je bloeddruk meten is daarom zinnig, hoe oud je ook bent. Zo weet je of je op de goede weg bent.

*Aldus hoogleraar vitaliteit David van Bodegom*

## Nederland fietsland.

Zal er een land zijn waar er zoveel gefietst wordt als in ons land? Ja ook in Beijing, waar 9 miljoen fietsen zijn, aldus een bekend liedje.

Nederland heeft dan ook ruim 35.000 kilometers aan fietspaden. De meeste daarvan liggen in de provincie Noord-Brabant.

Korte afstand fietsers, lange afstand fietsers, al of niet voorzien van ondersteuning, racefietsers met z'n twee of in een supersnelle lange sliert.

Laatstgenoemde zijn of hardhorend of hun banden maken veel lawaai want men praat altijd zo luid tegen elkaar. Van verre hoor je dan al zo'n peloton snelle jongens aankomen.

Draagt u tijdens het fietsen een korte fietsbroek en handschoenen en wilt u die weleens wassen? Dat mag in de wasmachine, maar op 20 of 30 graden.

Kijk wel uit met het klittenband van de fietshandschoenen, dat kan aan andere was blijven kleven. De handschoenen kun je in een waszakje doen.

## Tuinieren is gezond!

**Heeft u een tuin? Dan houdt u vast ook van tuinieren, dat kan niet anders.**

**Tenzij u het laat verzorgen door een tuinman.**

Maar wie zelf wel graag tuiniert en met z'n handen lekker in de aarde zit, loopt minder kans op verschillende ziektes.

Van 800.000 mensen die een tuin hadden werd onderzocht welke gezondheidsklachten ze hadden. WUR en onderzoeksinstituut Nivel konden beschikken over geanonimiseerde patiëntengegevens van de huisarts.

Het bleek dat de kans dat iemand bij de huisarts geregistreerd staat als 'heeft een hersenbloeding of beroerte gehad' is 15% lager bij mensen met een tuin vergeleken met mensen zonder een eigen stukje groen bij huis.

En voor veel meer aandoeningen werd gezien dat die bij tuinbezitters minder voorkomen.

## Pas op voor deze berichten!

Een berichtje op Facebook Messenger van een 'bekende': *'Kijk eens wat ik hier gevonden heb? Ben jij dat in die video' of 'Kijk deze oude foto van jou'.*

**Je bent nieuwsgierig en je klikt.... Maar eigenlijk zijn het hackers die op je inloggegevens azen.**

Wie op de link klikt, is de pineut! Ofwel je inloggegevens worden gestolen, waarna je vrienden ook het bericht krijgen, of er wordt waarschijnlijk kwaadaardige software gedownload.

**Dus niks aanklikken en direct verwijderen.**

En lieve mensen, nogmaals deze waarschuwing:

**GEEF NOOIT JE BANKPAS AF AAN IEMAND DIE**

**VAN DE BANK AAN DE DEUR KOMT!!**

**EN OOK JE PINCODE NOOIT AFGEVEN!!**

Banken sturen hun medewerkers niet op pad!

Op één na: elleboog- pols- en handklachten. Die komen juist méér voor bij mensen met een tuin. Maar of dat met het tuinieren zelf te maken heeft, dat weten de onderzoekers niet, dat is een aanname.

Waar volgens de onderzoekers wel goed naar gekeken is, is naar invloeden als inkomen en opleidingsniveau.

In de sociaal zwakkere wijken blijkt, volgens de Kankeratlas van Nederland, dat daar meer longkanker voorkomt.

Een opvallende resultaat van het onderzoek was ook dat mensen met een grotere tuin vaker huidkanker hadden dan mensen met een kleinere (stads)-tuin.

In een grotere tuin werk je meer en dus aan zonlicht worden blootgesteld.

Of ook vaker liggen zonnen.

**Voor beide tuinen geldt: wanneer je in de tuin gaat werken smeer je dan goed in met een zonnecrème met een hoog beschermingsfactor. Red.**

## Meitijd of maaitijd

“In mei leggen alle vogeltjes een ei, behalve de merel en de griet. Die leggen in de meimaand niet”. Zo luidt een oud gezegde. Wie heeft deze spreuk verzonnen en belangrijker: is het waar? Bekend is een ander lied, een voorjaarscanon, over de fluitende merel en de zingende grutto.

“De jonge lente in het verschiet, de vogel zingt zijn lied. Hoor, hoor, ginds in het riet! De vlasvink en de wiewaal, de merel en de griet”. Hiervan is de schrijver/componist ook onbekend, maar doet het ertoe?

Buiten, in de natuur, kun je op vele manieren de frisse kleuren, geuren en geluiden ervaren. We worden vol levenslust alsof de lente ons zachtjes wakker kust. Overall is de prille groei en bloei van planten te zien, van wit fluitenkruid tot paarse pinksterbloemen. De zwellende, uitbottende knoppen van kastanjabomen en van geurende witte meidoorn. We zien dieren terug in de wei en vogels die, waar en wanneer, hun nesten bouwen en eieren leggen. We horen kwakende kikkers in sloot en plas, met drijvende klompjes kikkerdril. En wie ziet er al die prachtige vlinders, koolwitje of oranjetipje?

Zo kunnen we genieten van lekkere meizoentjes en zonnige rokjesdagen. Maar de lente kan ons zowel verwennen als teleurstellen, met haar grillen en buien. Zelfs in de speelse en warme meitijd. Of in de maaitijd waarover Friezen zo mooi kunnen zingen.

## Lentebuien

De lente maakt ons blij en vrolijk want het weer is al heel bekoorlijk. Hoewel, vergeet de lentegrillen niet; soms zijn er dagen dat het pijpenstelen giet.

Trek dan aan je stevige schoenen en een waterdichte jas.

Stap met je voeten over die grote plas. Mopperen op het weer kun je beter niet doen. Immers, hierna volgt het warmste seizoen.

In het voorjaar is het weer grillig, maar ook mild en zacht, want de natuur heeft water nodig voor haar kleurrijke pracht.

De nachten kunnen zelfs bar koud zijn en voor de ontluikende natuur is dat niet fijn.

Pas na de ‘ijsheiligen’\* mogen de potplanten naar buiten omdat ze nog op vorst kunnen stuiten. Maar wanneer je ‘s ochtends vroeg ontwaakt wordt je altijd weer door lenteschoonheid geraakt.

\* Ijsheiligen zijn de naamdagen van katholieke heiligen die vallen in de periode van 11 tot en met 15 mei. Volgens de volksweerkunde zijn dit de laatste dagen waarop nog nachtvorst kan optreden op het Noordelijk halfrond.

Auk Jager

Bron gedicht: [www.yolievzw.com](http://www.yolievzw.com)

## Dames !

**Volgende maand is het weer zover, van 11 t/m 17 mei kunt u weer genieten van de Libelle Zomerweek.**



Een wereld vol zoete pastelkleuren, zon, zee en strand binnen op het leukste vriendinnen- en (schoon)-moedersfeest van Nederland. Tijdens de informatieve workshops doe je nieuwe kennis op en ontdek je misschien wel een verborgen talent. Geniet elke dag van een gevarieerd en verrassend programma. Van masterclass tot modeshow en van workshops tot speciale ontmoetingen; u zult zich geen moment vervelen.

Er vinden dagelijks verrassende optredens plaats en de huisband The Originals speelt bijvoorbeeld verzoeknummers die je je maar kunt bedenken en er is een quiz met mooie prijzen.

Op Moederdag - 14 mei – is er een speciale concert waar ook kaarten voor gekocht kunnen worden.

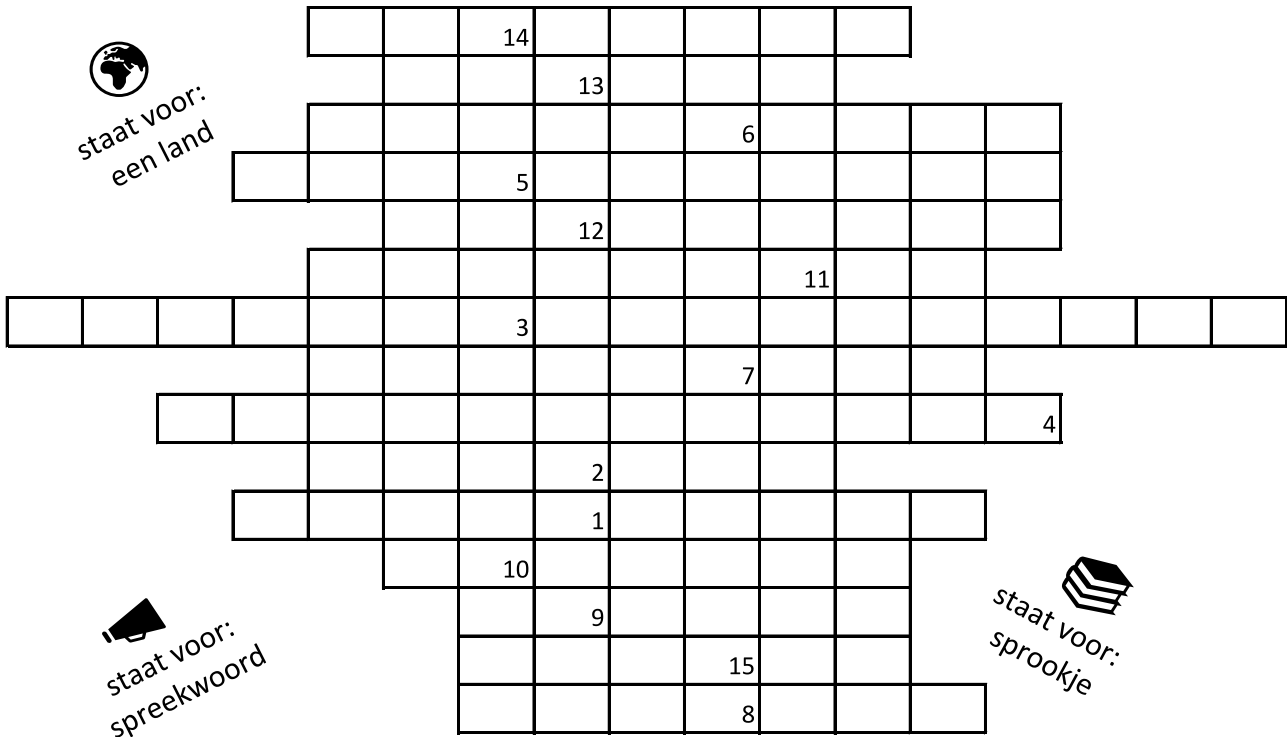
**De Libelle Zomerweek vindt plaats in EXPO Greater Amsterdam - Stelling 1, 2141 SB Vijfhuizen**

Tickets (met korting) en verdere informatie kunt u vinden op [www.libellezomerweek.nl](http://www.libellezomerweek.nl)

# PuZZeL

Deze puzzel bestaat uit, elke keer drie vragen over drie onderwerpen. Welke dit zijn staat aangegeven naast de vakjes! U vult de antwoorden uiteraard in op volgorde van vragen. Dus de eerste vraag plaatst u in de eerste lege rij. De 'ij' staat in twee vakjes. U vult het antwoord in door de cijfers over te nemen in de balk naast de vragen.

Veel plezier met het maken van de puzzel en wij zien uw oplossing graag tegemoet via mail: tamaskan70@gmail.com of post: Puzzel Los p/a Hegedyk 48 9026 BB Jellum.



Puzzel graag inleveren voor 17 mei. De winnaar van de maand April is mevr. E. Tilstra.

	bij wie groeide de neus wanneer hij loog	1	
	in welk land staat de toren van pisa	2	
	waar is het gras altijd groener	3	
	wie eet er in het sprookje van de giftige appel	4	
	in welk land staat de eiffeltoren	5	
	wat is beter dan genezen	6	
	wat steelt klein duimpje van de reus	7	
	in welk land ligt het meer Loch Ness	8	
	wat kent geen tijd	9	
	in welke stad werkte de rattenvanger	10	
	in welk land zit 'de kleine zeemeermin'	11	
	waar zaagt men planken van	12	
	waar sliep de prinses op	13	
	in welk land is winkelketen Ikea opgericht	14	
	wat maakt schuld	15	

# Adressen en telefoonnummers

## Adressen en telefoonnummers

### Secretaris bestuur:

Gerard van Steijn, 058 2668131  
E-mail: [secretaris@losleeuwarden.nl](mailto:secretaris@losleeuwarden.nl)

### Voorzitter activiteitencommissie:

W. de Boer  
Tel: 058 2124005 of 06 53636700  
E-mail: [w.de.boer@losleeuwarden.nl](mailto:w.de.boer@losleeuwarden.nl)

### Secretaris activiteitencommissie:

Marja van Oers, 058 2662194  
E-mail: [marjolisa@gmail.com](mailto:marjolisa@gmail.com)

### Coördinator bezorgers magazine:

Douwe Schaafsma, Tel.058 2885708 /06 26858198  
E-mail: [schaafsma86@live.nl](mailto:schaafsma86@live.nl)

### Magazine LosVast:

Janny de Haan, Jaap de Groot, e.a.  
Redactie: [redactie@losleeuwarden.nl](mailto:redactie@losleeuwarden.nl)

### LOS Belasting- en formulierhulp:

W. de Boer  
Tel: 058 2124005 of 06 53636700  
E-mail: [w.de.boer@losleeuwarden.nl](mailto:w.de.boer@losleeuwarden.nl)

### Internet en e-mail

Website van LOS: [www.losleeuwarden.nl](http://www.losleeuwarden.nl)  
E-mailadres van LOS: [info@losleeuwarden.nl](mailto:info@losleeuwarden.nl)

### WMO-OMBUDSWERK

Wyb Feddema  
Telefoon 058-2880705  
E-mail: [wbyfeddema@icloud.com](mailto:wbyfeddema@icloud.com)

### Rijbewijskeuringen voor leden vanaf 75 jaar

Drs. J.de Groot Jacob Catsplein 1,  
Leeuwarden Telefoon: 058 8200040

### De Rijbewijskeuringsarts

Thuiszorg Het Friese Land, 0900-8864  
Tesselschadestraat 29, Leeuwarden  
of (als u geen lid bent): 036-7200911.  
Via internet kunt u zelf een afspraak  
maken: [www.rijbewijskeuringsarts.nl](http://www.rijbewijskeuringsarts.nl).

### Regelzorg ([www.regelzorg.nl](http://www.regelzorg.nl))

MFC Camminghastins, Lieuwenburg 2,  
Leeuwarden, tel. 088 2323300

### Projectleiders Activiteiten:

#### Koersbal Nijlân:

Dirkje Santhuizen, tel. 058 2665481

#### Koersbal Mozaïek:

Rika Houwing, tel. 058 2665920

### Fietsen:

Hilly Wijnstra, tel. 058 2153408 of 06 25222189.  
[hwijnstra@gmail.com](mailto:hwijnstra@gmail.com)

### Wandelen:

Hilly Wijnstra, tel. 058 2153408 of 06 25222189.  
[hwijnstra@gmail.com](mailto:hwijnstra@gmail.com)

**Slieker** tijdens kantooruren: 058-2050300,  
's avonds tel. 058 2050320

**Paulusma reizen:** tel. 0512 514174

**Contactgroep Rozee, COC Friesland:** [0681785518/](tel:0681785518)  
[ajager1949@kpnmail.nl](mailto:ajager1949@kpnmail.nl)

**Stichting 4het leven:** 035-5245156/[info@4hetleven.nl/](mailto:info@4hetleven.nl)  
[www.4heleven.nl](http://www.4heleven.nl)

### Algemene telefoonnummers

**Alarmnummer (Brandweer, ambulance, politie)**  
112 (gratis)

**Alarmnummer politie (geen haast) 0900-8844**

#### Buurtzorg

(informatie): 06-57889933

#### Dokterswacht

(in MCL) voor spoedeisende huisartsenzorg  
buiten de gewone praktijktijden  
0900-1127112

#### Spoedapotheek

(in MCL) voor mensen die spoedeisende  
medicijnen op recept nodig hebben tijdens  
avond-, nacht- of weekenddienst.  
058-2882338

#### Juridisch loket,

Zuidersingel 2, Leeuwarden. 0900-8020

#### Meldpunt gemeente

i.v.m. klachten over uw leefomgeving en  
overlast: 14058

#### Stichting ZVCL Zonzoekersreizen

(vakantie met begeleiding): 058-2139317/06-  
11839336 mail [info@zvcl.nl](mailto:info@zvcl.nl); web  
[www.zvcl.nl](http://www.zvcl.nl)

#### Amaryllis:

Wijkteams, mantelzorgondersteuning,  
vrijwilligerswerk: 058-3030400

#### Zorgverzekering:

Het contractnummer van LOS bij "De Friesland" is:  
204420700.

#### Banknummer:

Het IBAN nummer van LOS bij de Rabobank is:  
NL54 RABO 0306 3169 35

#### WMO in gemeente Leeuwarden:

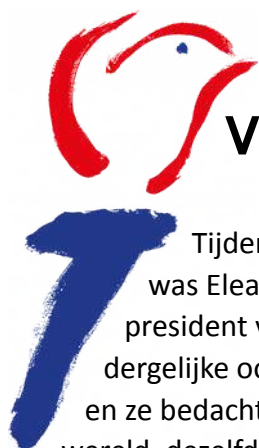
<https://lwdvoorelkaar.nl/nl/wmo>

**Taxi, woningaanpassing, rolstoel en scootmobiel:** 14058

## - DATA ACTIVITEITEN MEI 2023 -

Ma.	01-05-23	14.00	Le Biberon Julianapark	Jeu de boules
Di.	02-05-23	14.00	Start Groene Ster Aquazoo	Wandelen
Do	04-05-23	9.30	Het Vooronder, De Gealanden	Vergadering activiteitencommissie
Di.	09-05-23	10.00	Het Vooronder, De Gealanden	Bestuursvergadering
Di.	09-05-23	14.00	Start Groene Ster Aquazoo	Wandelen
Di	09-05-23	8.30	Kalverdijkje transferium	Reisje Lisse Keukenhof
Di.	16-05-23	14.00	Start Groene ster Aquazoo	Wandelen
Do.	18-05-23	14.00	Sliekerfilm	The velvet Queen
Vr	19-05-23	14.00	redactie@losleeuwarden.nl	Inleveren kopij
Za	20-05-23	14.00	Start Jumbo Lekkumerend	Fietsen
Di	23-05-23	14.00	Start Groene Ster Aquazoo	Wandelen
Di	30-05-23	9.30	Westenkwartier, Verdijkstraat 1	Verdelen/bezorgen LosVast
Wo	31-05-23	14.00	Start Mc Donald's Goutum	Fietsen
Di.	31-05-23	14.00	Start Groene ster Aquazoo	Wandelen

*Dit alles voor zover bekend en onder voorbehoud.*



### VRIJHEID

Tijdens de Tweede Wereldoorlog was Eleanor Roosevelt de vrouw van de president van Amerika. Zij wilde dat een dergelijke oorlog nooit meer zou gebeuren en ze bedacht dat ieder mens, waar ook ter wereld, dezelfde rechten zou hebben. Ze zorgde ervoor dat de Universele Verklaring van de Rechten van de Mens er kwam. Daarin staat dat ieder mens gelijk is en gelijke rechten heeft om in vrijheid te leven. Op 10 december 1948 is deze verklaring aangenomen door de Algemene Vergadering van de Verenigde Naties. Sindsdien is 10 december de internationale dag van de mensenrechten.



### Als je niet oplet

Deze muziek mag je niet spelen  
dat boek zou ik maar niet lezen  
die foto zou ik maar verscheuren

met haar kun je beter niet gezien worden  
daar krijg je misschien last mee  
ik zou mijn mond maar houden

wat je straks alleen nog mag  
is in een donker hol verborgen  
verlangen naar het licht van de vrijheid

die je verspeeld hebt  
omdat je even de andere kant uitkeek  
toen je burens werden weggehaald

*Remco Campert*

*Bron: Vrijheid maak je met elkaar, Nationaal Comité 4 en 5 mei, 2007*

*Auk Jager*

VIER HET  
LEVEN

samen uit samen genieten !



Rollator  
kan  
mee!

Naar het theater, maar liever niet alleen? Een museum willen bezoeken, maar geen vervoer? Naar een mooi concert, maar zonder ondersteunende arm van iemand wordt het lastig? Het kan anders!

Ook in uw regio kunt u met een vrijwilliger van Stichting Vier het Leven genieten van een geheel verzorgde middag of avond uit (inclusief vervoer, entree, twee consumpties en begeleiding).

Meer weten? Bel 035 – 524 51 56 en ontvang ons programma thuis. Samen uit, samen genieten!

Stichting  
Vier het Leven

telefoonnummer  
**035 - 524 51 56**  
(ma-vr 9.00-18.00)

info@4hetleven.nl  
www.4hetleven.nl

W.A.S

Dé  
Witgoed  
Specialist

W.A.S  
DÉ WITGOEDSPECIALIST



Winkel: **06-11231462**  
Storing: **06-33877792**  
E-mail: **post@wasleeuwarden.nl**  
Adres: **Zwettestraat 9**  
**8912 AH, Leeuwarden**

Ma: **Gesloten**  
Di: **10.00 - 17.30**  
Wo: **10.00 - 17.30**  
Do: **10.00 - 17.30**  
Vr: **10.00 - 17.30**  
Za: **10.00 - 17.00**  
Zo: **Gesloten**

## Gratis hulp voor een vol plakboek



Niet alle plaatjes  
gevonden?

Wil je gratis hulp  
daarbij?

Kan ook gewoon  
bij jou aan huis

Ik help je graag  
met wat je nodig  
hebt om het boek  
compleet te  
maken

Bel of app me  
voor een afspraak

Connie Buijs

06 – 20869267  
conniebuijs0591@gmail.com



st  
ip

STIP  
S T E N C I L  
W E R K

PAUL PASVEER  
Nwe Hollanderdijk 9  
8932 ES Leeuwarden  
Tel. 058-2130823  
info@stipwerk.nl  
www.stipwerk.nl

magazines  
boeken • boekjes  
buttons • scripties  
visitekaartjes • flyers  
posters A0 • loofjes  
wenskaarten  
enveloppen • kalenders

Verhip,  
wat kan er veel...

bij drukkerij  
STIP!

www.stipwerk.nl