

LosVast

Magazine van de Leeuwarder Onafhankelijke Seniorenvereniging



Bloembak van de VVV aan de Spanjaardslaan. Foto Johan Eisma

In dit nummer:

**Dagtocht naar
Bad Zwischenahn.**

De Derde Helft

**Jaaps hoekje:
Over de 'oude'
Nieuwestad 8**

Oorlogsverhalen

.... en veel meer

LOS

Jaargang 9 - Nummer 5 - mei 2024

Twee leuke uittips

Lentefair in Frederiksoord



De Lentefair staat in 2024 weer gepland in het gezellige **Moederdagweekend**, op zaterdag **11 en zondag 12 mei**. In de bloeiende boomgaard in Frederiksoord ontdek je het leukste buitenfeest met een programmering vol muziek en activiteiten voor jong en oud, geniet je van lekker eten en drinken én shop je de leukste producten bij meer dan 100 shopadressen.

Openingstijden: 10 mei van 11.00 -17.00 uur en 11 mei van 10.00 17.00 uur.

Tickets zijn online te bestellen à € 9, kinderen tot 12 jaar gratis.

Gebruik code **LFLEZERSVOORDEEL2024** voor € 1,50 korting op je online tickets, je betaalt dan € 7,50. Majoor van Swietenlaan in Frederiksoord.

Libelle Margriet Zomerweek 2024.



23 t/m 29 mei - Haarlemmermeerse Bos
OPTREDENS • SHOPPEN • WORKSHOPS • FOODTRUCKS

Dames we mogen weer! Gezellig met (schoon)-dochter, buurvrouw of met wie dan ook een dagje plannen in de Libelle Margriet Zomerweek. Een week met vrolijke kraampjes, feestelijke optredens, foodtrucks en creatieve workshops. Dit jaar vieren Libelle en Margriet samen de Zomerweek.

Thema dit jaar is Festa da For, het bloemenfestival van Portugal.

De Libelle Margriet Zomerweek wordt gehouden van **23 t/m 29 mei** in het Haarlemmermeerse Bos in Vijfhuizen. Tickets zijn online te bestellen via ZOMERWEEK.NL/TICKETS.

STIP
STENCIL
WERK

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

stip

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

**Verhip,
wat kan er veel...**

**bij drukkerij
STIP!**

www.stipwerk.nl



Muurkunst aan het Zwitserswalgje. Foto: Johan Eisma

Colofon

Internet: www.losleeuwarden.nl
E-mailadres: info@losleeuwarden.nl

Voorzitter:

Mariet Wit
Tel: 058 2157805
mar.wit@kpnmail.nl

Secretaris en ledenadministratie:

Gerard van Steijn
Sassingastins 50
8925 JN Leeuwarden
Tel: 058 2668131
secretaris@losleeuwarden.nl
leden@losleeuwarden.nl

Algemeen bestuurslid:

Hajo Anema
Tel: 058 2887076
hajo.anema@gmail.com

Penningmeester activiteiten:

Froukje Bruining
Tel: 058 2671139
appie-froukje@hetnet.nl
Bank: NL79 RABO 0311 0822 89

Penningmeester vereniging:

Leendert Plaisier.
Tel: 058 2152368
l.plaisier@chello.nl
Bank: NL54 RABO 0306 3169 35

Belastingsservice:

Willem de Boer
Tel: 058 2124005 of 06 53636700
w.de.boer@losleeuwarden.nl

Redactie LosVast:

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

De meimaand breekt aan en vakanties en feestdagen zijn in aantocht. De natuur is nog nooit zo snel groen geworden, we hopen dat we er buiten veel van kunnen genieten. Allemaal vooruitzichten om blij van te worden.

Het voorjaar is ook een moment om terug te kijken op de jaarlijkse ledenvergadering die onlangs is gehouden.

Een moment waarop de beslissing van de contributieverhoging van € 5,-- en € 10,-- per 1 januari 2025 is genomen. Dit was nodig omdat alle kosten die de vereniging maakt de laatste jaren flink zijn gestegen.

Maar ook een vergadering waarbij we afscheid hebben genomen van Leendert Plaisier, zoals hij in de vorige editie al aankondigde met "er is een tijd van komen en een tijd van gaan," en die tijd was de 11 april j.l. gekomen.

Leendert is vele jaren actief voor de vereniging geweest, eerst al bij de ANBO, daarna bij LOS. Daar heeft hij de taken van financieel adviseur, voorzitter, penningmeester en belastinginvuller met heel veel enthousiasme als vrijwilliger vervuld. Op gepaste wijze hebben wij met een cadeau afscheid van hem genomen en hem heel hartelijk bedankt voor het vele werk dat hij voor LOS heeft gedaan. Hij was een geweldige vrijwilliger die samen met Froukje Bruining de financiën heeft beheerd die ook een pluim verdient.

Tevens is de benoeming van een nieuwe penningmeester Dhr. Lieuwe Teitsma door de vergadering goedgekeurd. Als vereniging zijn we heel blij met deze vrijwilliger.

Ook is er afscheid genomen van Dirkje Santhuisen die als leidinggevende jarenlang het Koersbal op 2 locaties heeft geleid. Lang geleden heeft zij met haar man het Koersbal in Leeuwarden opgezet, daarvoor waren ze al actief in hun vorige woonplaats. De laatste jaren heeft ze het met Rika geleid, afgelopen tijd alleen. Onlangs heeft ze te kennen gegeven te willen stoppen. Als dank voor haar jarenlange inzet heeft Froukje haar bedankt vergezeld van een cadeau. Afscheid nemen van dierbare vrijwilligers toont tevens aan hoe kwetsbaar wij zijn.

De beide vrijwilligers hebben ons met hun jarenlange inzet geraakt. Plichtsgetrouw en iedere keer hun zaken waar gemaakt. Dank voor jullie begrip, geduld en geen oordeel vellen Voor het vele werk waarin de uren niet tellen.

Dank aan jullie die onze sociale vereniging draagt en schraagt Zomaar voor niets, maar voor hen met een reden Een schouderklop, luisterend oor altijd met gepaste schreden. Namens bestuur, activiteitencommissie en alle leden

"heel hartelijk dank voor jullie jarenlange inzet"

Mariet

Vindt U LOS er toe doen?

Unieke kans: Nieuwe bestuursleden en enthousiastelingen gezocht.

LOS organiseert prachtige activiteiten, waarbij U als deelnemer een belangrijke rol speelt. Maar om dit te realiseren hebben we ook leden nodig die meer willen betekenen. Daarom komen we graag in contact met enthousiaste vrijwilligers die een bijdrage willen leveren aan onze vereniging of wellicht kent u iemand die geen lid is, maar interesse of ervaring heeft en hiervoor geknipt is?

U kunt zich nu aanmelden voor een van de volgende posities:

- **Algemeen lid van bestuur**
- **Lid van de activiteitencommissie**
- **Beheren ledenadministratie**
- **Redactielid van ons geweldige blad LosVast**

LOS Leeuwarder
Onafhankelijke
Seniorenvereniging
www.losleeuwarden.nl

Dit is een unieke kans uw ideeën in te brengen in de activiteitencommissie en bestuur van onze vereniging of om nieuwe ervaring op te doen.

Vindt u dat het bestaan van LOS en haar activiteiten er toe doen en impact maken op de senioren in Leeuwarden, ondersteun ons dan en meldt u aan!

Voor vragen en nadere informatie kunt u mailen naar info@losleeuwarden.nl
Of bellen 058 2157805



Odd Fellows

Marijke Muoi Rebekkahloge nr.15
Emmakade 48
8933 AT Leeuwarden

Hierbij nodig ik u, namens het bestuur van de Marijke Muoi loge, uit voor een open avond van onze loge.

Deze avond zal op 13 mei a.s. plaatsvinden.

U bent van harte welkom een informele zitting bij te wonen, zodat u een indruk krijgt van onze bijeenkomsten.

Deze keer zijn zowel mannen als vrouwen welkom.

De deur van het logegebouw gaat om 19.00 uur open en de zitting begint om 19.30 uur. Eventuele vragen zullen daarna worden beantwoord onder het genot van een hapje en een drankje. In verband met de planning willen we graag weten of u komt.

Dit kan via : 15marijkemuoi@oddfellows.nl

Met vriendelijke groet, Hannah Klomp (secretaris)
Meer informatie op: www.oddfellows.nl

Fontein in de Prinsentuin. Foto: Johan Eisma



Het Klein Comité trad voor ons op!

Op zaterdag 30 maart heeft het Klein Comité voor ons opgetreden, bestaande uit 3 dames en 2 heren. Ze speelden op gitaar, accordeon, slagwerk en zongen erbij.

Men had een afwisselend programma en met een volle zaal met rustig publiek was het weer een leuke middag!



'Kamergemakje'

Opoe Tetje de Groot- Meijer verruilde op enig moment haar eigen huisje voor een kamertje in Sint Jozef. Toen ook moest de zolder van haar woninkje aan de Van der Wielenstraat worden opgeruimd. Een houten kastje op pootjes werd ons toebedeeld. Thuisgekomen met het nieuwe meubelstuk wachtte ons een verrassing. De klep aan de bovenkant kon scharnieren. Opeengeklapt wierp het een heel ander licht op het meubel. Bij navraag bleek het om een zogenaamd 'kamergemakje' te gaan. Opoe kreeg het kleinood na de oorlog van een huisarts aan de Emmakade. Zij diende daar in de huishouding en had de dokter het verhaal verteld over haar zoon Fedde. Nadat hij in Duitsland de meest zware concentratiekampen had overleefd was hij zwaar ondervoed en ziek thuisgekomen. Tuberculose, ten gevolge van ondervoeding en ontberingen. Voor de sanitaire behoeften was de familie aangewezen op de privaattoon achter huis. Fedde was te zwak om die tocht meerdere malen per dag te maken. Maar de huisarts had de oplossing: het 'kamergemakje' dient de zieke mens!

Jaap de Groot, mei 2024



Bent u 15 mei ook van de partij?

Doortrappen is een gratis bijeenkomst van een dagdeel waarbij je handige oefeningen leert en andere tips krijgt om te kunnen blijven fietsen tot je 100ste! De bijeenkomst wordt georganiseerd door fysiotherapeut en fietvalpreventietrainer Manoek Westra van FYNN Fysio i.s.m. Doortrappen.

FYNN FYSIO

DOORTRAPPEN

15 mei 2024 13.45-16.00
Locatie: Fitz Gym, Wiardaplantage 1, 8939AA Leeuwarden. **Aanmelden verplicht.**

doortrappen
veilig(er) fietsen tot je 100ste

www.fynnfysio.nl info@fynnfysio.nl 0582801525

WAT KUNT U VERWACHTEN?

U krijgt tips over het afstellen van uw fiets en gebruik van hulpmiddelen zoals een helm of achteruitkijkspiegel. U krijgt fietsgym-oefeningen zodat u fit, vertrouwd en pijnvrij kunt blijven fietsen. Meedoen is gratis. Er is plek voor 12 tot 20 personen. Tijdens de bijeenkomst staat er koffie, thee en wat lekkers voor u klaar.

Datum: woensdag 15 mei 2024

Tijdstip: van 13.45 tot 16:00 uur

Locatie: FITZ Gym, Wiardaplantage 1, Leeuwarden

Aanmelden: info@fynnfysio.nl of 058-2801525

Belangrijkste Items uit de Algemene Ledenvergadering op donderdag 11 april in Eeltsje's Hiem om 14.30 uur.

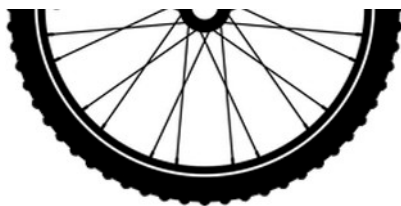
- Nadat hij ons het financieel verslag van 2023 en de begroting van 2024 had gepresenteerd, was daar dan toch het onvermijdelijke afscheid van onze penningmeester Leendert Plaisier. Jarenlang heeft hij zich ingezet voor de LOS en eerder voor de ANBO, afd. Leeuwarden. Wij zijn hem dan ook veel dank verschuldigd en dat deed de voorzitter met lovende woorden en o.a. een bloemstukje en cadeaubon.
- We hebben Lieuwe Teitsma voorgedragen als opvolger van Leendert als penningmeester en alle aanwezige leden waren er mee eens. We gunnen onze vereniging weer een goede en betrouwbare penningmeester en met ingang van 12-04-2024 is Lieuwe onze nieuwe penningmeester.
- Dan was er nog iemand waarvan afscheid werd genomen; Dirkje Santhuizen. Na vele jaren het Koersbal te hebben begeleid heeft zij 'de ballen

ook aan de wilgen gehangen' en zal iemand anders het van haar overnemen. We hebben haar namens het bestuur en activiteitencommissie hartelijk bedankt voor haar inzet en ook zij werd in de bloemetjes gezet.

- Tot slot; contributieverhoging per 01-01-2025. Dat kan helaas niet uitblijven, want alle kosten van bv. de administratie van het secretariaat en het drukken van de LosVast is enorm gestegen. Het voorstel om de contributie te verhogen is aangenomen, alhoewel hier en daar het toch onder elkaar werd besproken. Het wordt nu € 30,-- per jaar voor één lid en € 50,-- voor twee leden op hetzelfde adres.
- Postleden dienen de kosten voor het opsturen volledig te betalen en dat komt uit op € 35,-- per jaar.
- Een vraag uit de zaal waarom de LosVast met vier pagina's is ingekort, en bv. niet met twee, werd door Leendert nog even uitgelegd dat het altijd om een veelvoud van vier gaat.

Hallo Fietzers,

Woensdag 8 mei fietsen we naar Veenwoudsterwal en drinken koffie bij "Duke Luke".
Opstappen: A.H. Camminghaburen om 14.00 uur.
Opgave. : Maandag 6 mei tussen 19.30-20.30 u.



Vrijdag 24 mei fietsen we naar Easterwierum en drinken koffie bij Theetuin " De Dille".
Opstappen: McDonald Goutum om 14.00 uur.
Opgave. : Woensdag 22 mei tussen 19.30-20.30 u.

Opgeven via telefoonnummer 06 25222189.

Tot dan, groet Hilly.

AANKONDIGING: BEZOEK MEYER WERFT WOENSDAG 17 JULI.

Kosten bedragen € 69,00 p.p. inclusief bezoek bezoekerscentrum, bezoek Leer en een Duits 3-gangen diner. Nadere gegevens in de volgende LosVast.



Twée nieuwe lange wandelroutes:

Het Ziltepad

De drie Waddenprovincies krijgen een pelgrimsroute langs 22 oude kerken. De route gaat het Ziltepad heten, loopt van Den Helder naar het oosten van Groningen en komt langs 22 oude kerken. Het pad moet in 2027 zijn afgerond.

In 2023 namen 500 mensen deel aan een testroute langs de oude kerken. De organisaties Alde Fryske Tsjerken en Oude Groninger Kerken namen daarna het initiatief voor een langer pelgrimspad. Samen beheren deze organisaties 150 oude kerken. De nieuwe pelgrimsroute zal een deel van dit cultureel erfgoed onder de aandacht brengen van een steeds groter publiek dat op zoek is naar rust, ruimte en zingeving.

De 22 kerken krijgen een stempelpost, zodat mensen uiteindelijk kunnen aantonen dat ze het hele pad hebben volbracht. Vanaf komende zomer gaat het eerste deel open met vier Friese en drie Groningse kerken. De eerste kerken in Noord-Holland worden vanaf 2025 bij de route aangesloten.

In de voetsporen van Bonifatius.

Waar nu Wijk bij Duurstede ligt, bij de splitsing van de Rijn en de Lek, was in de Vroege Middeleeuwen Dorestad gevestigd; een belangrijke handelsplaats waar in 716 Bonifatius voet aan wal zette om hier de heidenen tot het christendom te bekeren.

De zendingsdrift moest hij later met de dood bekopen, toen de Engelse missionaris in 754 door de Friezen bij Dokkum werd vermoord. Dit bekende geschiedenisverhaal bracht Martin Vastenhout 1300 jaar later op het idee een modern pelgrimsroute uit te stippelen en daar een gids bij te maken.

Na jaren van voorbereiding is de tocht op papier gezet en verscheen het routeboekje 'Van Dorestad naar Dokkum' met als ondertitel 'In de voetsporen van Bonifatius'. In totaal 340 kilometer, opgeknipt in 24 etappes. Met een beschrijving van bezienswaardigheden onderweg. Veel verleden, maar ook mooie verhalen over vandaag.

Rolstoelroute Alde Feanen.

Ook met de rolstoel kun je nu op pad in Nationaal Park De Alde Feanen.

Dit waterrijke natuurgebied is gelegen in het midden van Friesland en staat bekend om zijn vele vogelsoorten, zelfs de zeearend wordt er regelmatig gespot!

Vanaf het dorp Earnewâld rij je over het verharde pad langs de Lytse Mear naar de Jan Durkspolder.

Daar kun je al rollend een bezoek brengen aan de aangepaste vogelkijkhut. Het pad naar de ingang van de vogelhut is semi-verhard en de hut is ingericht met een verhoging, zodat je vanuit de rolstoel in alle rust vogels kan observeren.



Dit betreft een route van 2 km. enkele reis naar de vogelkijkhut. Je zult ook nog 2 km. terug moeten rollen. Dit maakt de route in totaal 4 km. lang.

En heb je zin om het water op te gaan? Vanaf Earnewâld vaart de Blaustirns, een excursieboot die op zonne-energie werkt. Deze stille boot is erg geschikt wanneer je gebonden bent aan een rolstoel. Op de website van natuurbeheerder It Fryske Gea kun je het excursieprogramma van de Blaustirns bekijken.



Lezenswaardig



Vrouwen van het Friese verzet

Is verschenen in gebonden editie bij uitgeverij Wijdemeer en kost € 35,=

In de Tweede Wereldoorlog speelden tientallen vrouwen als koerierster, pilotenhelper, chauffeur, spion of anderszins een rol in het Friese verzet. In de traditionele verzetsliteratuur blijft het beeld vaak beperkt tot dat van de koerierster. Uit dit boek blijkt dat hun rol veel verder ging. Hoofdpersonen zijn tweeëndertig vrouwen die in Friesland betrokken waren bij het verzet tegen de Duitse overheerser. Voor een deel afkomstig uit deze provincie, maar voor een deel ook uit de rest van Nederland. Deze vrouwen moesten in de oorlog het hoofd bieden aan een wrede bezetter.

J.l. 12 april is dit boek verschenen en op 25 april gaf de auteur voor de Vrienden van het Fries Verzetsmuseum een lezing. Ook kreeg hij alle aandacht op de landelijke radio en tv.



Ellie Midwood: De violiste van Auschwitz

Is verschenen bij de Boekerij en kost € 21,99

Ooit was Alma Rosé een van de meest gerespecteerde violistes van Europa. Haar optredens lieten geen publiek onberoerd. Maar toen de nazi's Europa bezetten, kon niets haar redden.

In Auschwitz wordt elke dag gevochten om te overleven. Samen met duizenden anderen zit ze opgesloten, en is ze gescheiden van haar geliefden, wachtend op een ongewisse toekomst. Dan stelt het hoofd van het vrouwenkamp Alma aan alsdirigent van het vrouwenorkest, dat moet helpen de rust in het kamp te bewaren en dat op zondagen moet optreden voor hooggeplaatstenazi's. Als dirigent kan ze uitgehongerde meisjes extra rantsoenen geven en hen misschien zelfs redden van de dood...

De Derde Helft.

Wij beginnen naar de zomer te verlangen en zijn er nog deze maand met twee mooie afsluiters.

Helaas is er vorige maand iets fout gegaan met de Zingo.

De nieuwe datum voor de Zingo is nu: maandag 6 mei.

Aanvang 14.00 uur en de entree is gratis.

Als afsluiter van dit seizoen is op maandag 27 mei: het duo Tres Chic.

Deze middag vragen wij om een entree van € 5,--.

Koffie en thee zijn ook deze middag gratis en de rest van de drankjes tegen de kantineprijzen.

Aanvang: 14.00 uur.

Er is op maandag 13 mei een cursus van Vodafone/Ziggo .

U krijgt dan informatie over 'Hoe maak en deel ik foto's en hoe sla ik ze op'.

Aanvang: 10.00 uur .

Vergeet niet uw laptop, tablet of smartphone mee te nemen.

Locatie: De kantine van de Voetbalvereniging De Zwaluwen

Middelzeelaan 18a Leeuwarden. Kosten: gratis.

Opgave bij Klaasje Jonker. Telefoon 06 8007 8387

Verder wensen wij u een prettige en zonnige

zomer en zien u graag weer in oktober.

Het team van De Derde Helft.

Recept voor de maand mei

VISPANNETJE MET WITTE WIJNSAUS EN GARNAALTJES.

40 min. – 20 min. in de oven.

Ingrediënten: voor 4 pers

300 gram mosselen
2 eetl. platte peterselie
300 gram schelpjes (bv. kokkels)
200 ml. droge witte wijn
200 gram zalmfilet
200 ml. room
200 gram schelvisfilet
300 ml. visbouillon
200 gram rodemulfilet
4 eetl. paneermeel)
100 gram verse garnalen
1 eetl. maizena
2 Roma tomaten
boter
2 wortelen
peper en zout
2 sjalotten

Bereiding

- * Verwarm de oven voor op 180°C. Spoel de mosselen en de schelpjes grondig. Snij de visfilets in gelijke blokjes en dep ze droog met keukenpapier.
- * Pel en snipper de sjalotten. Schil de wortelen en snij ze in schijfjes. Spoel de tomaten en snij ze in blokjes. Fruit de sjalotten en wortelen samen aan in een pan met boter. Blus met de witte wijn en de visbouillon en laat even



inkoken. Voeg de tomatenblokjes en de room toe. Bind de saus met wat maïszetmeel en kruid met peper en zout.

- * Verdeel de vis, mosselen en schelpjes over een ingevette ovenschaal. Verdeel er de saus over, bestrooi met de paneermeel en gaar 20 minuten in de oven.
- * Snipper de peterselie fijn. Haal het vispannetje uit de oven en werk af met de garnalen en de peterselie. Lekker met een stukje brood.

Let wel! Sommige harde groenten moet je eerste even vooraf garen.

Even fruiten of blancheren vooraf; bv. wit van prei, reepjes wortel en broccoli- en bloemkoolrosjes. En, koop vis van het seizoen!

EET SMAKELIJK!

UITVAARTVERZORGING
Joke Boonstra

'Wanneer het tijd is om afscheid te nemen'

Integer, respectvol en betrokken

T 06-15124118 • www.jokeboonstra.nl

Jaap's Hoekje 36

Wandelend winkelen op de 'oude' Nieuwestad – 8

De vorige maand eindigden we onze winkel-wandeling op de drukke kant met een kijkje op de gevelsteen met de drie Princedaalders, boven in het huis waarin nu Hünkemoller zit. In deze LosVast vervolgen we de tocht aan de stille kant waar we het voormalige pand van kunsthandelaar Aiko van Hulsen als laatste hebben bekeken.



'In elektrisch'

We zijn nu dus toe aan het adres Nieuwestad 101 met de winkel van waaruit de firma Koelmans v/d Lep vele Leeuwarders jarenlang heeft voorzien van elektrische apparatuur als radio's, televisies, wasmachines en koelkasten en veel aanverwante artikelen met een stekker. Oudere stadgenoten



zullen zich nog wel de naam van een eerdere winkelier, Buwalda herinneren. De naam Buwalda, in neon-letters aan de gevel prijkend, lachte de klanten al van verre tegemoet (foto 1). Buwalda deed in zijn tijd niet alleen 'in elektrisch', maar ook in diverse soorten naaimachines, maar

die 'tak van sport' is in onze stad vandaag-de-dag alleen nog weggelegd voor de firma Jagersma aan de Voorstreek.

Nadat de naam Koelmans v/d Lep van de gevel verdween is de winkel nog een tijdje doorgegaan onder de naam Electroworld, maar uiteindelijk is toch hier ook het doek gevallen voor een gerenommeerde elektrozaak.

Het vrijgekomen historische pand heeft een grote ingreep ondergaan, waarbij veel historische elementen tevoorschijn zijn getoverd, c.q. zijn gerenoveerd en is het een verkooppunt geworden voor de modeketenzaak Scotch & Soda.

Een juweeltje

Een bijzonder mooie 'vreemde eend in de bijt', maar tevens een juweeltje aan de Nieuwestadsgracht is het schitterende pand met de meest



bijzondere rolwerkgevel (foto 2) van de stad. Het adres is Nieuwestad 103 en het pand is gebouwd in de stijl die zo kenmerkend was voor de Leeuwarder architect Hans Vredeman de Vries (1527-1609). Historische onderzoek heeft aan het licht gebracht dat het huis naar alle waarschijnlijkheid in

1566 is gebouwd in opdracht van de goudsmid Wycher Jansz. en zijn echtgenote Tieth Gerleffsdr. De herkomst van een aantal bijzondere kenmerken is niet met zekerheid te zeggen. De bekroning van de gevel, een door vazen geflankeerd 'huisje', laat in de nis wijnranken en een grote ton (wijnvat) zien (foto 3). Die gegevens en de aanwezigheid van kelders onder het pand duiden op de mogelijke oorspronkelijke bestemming van het pand, een wijntapperij of wijnhandel. Dat er ooit in het pand een wijnhandelaar heeft gewoond staat buiten kijf, maar of de gevelversieringen door hem zijn aangebracht..... blijft een raadsel.



De langsvarende praamgidsen wijzen hun gasten vaak op het prachtige pand en hebben er een leuk verhaal bij: ze vertellen dan dat de op drie hoogtes aangebrachte stenen kopjes toebehoren aan de vroegere wijnhandelaar en zijn vrouw, boven in de



gevel, hun drie kindertjes (in het midden) en opa en oma aan de onderkant (foto's 4 en 5). Met de kwinkslag dat waarschijnlijk de 'ouwetjes' de financiële lasten van het geheel torsen...



Al met al een leuk pand om niet zomaar aan voorbij te lopen, maar eens vaker gehoor te geven aan mijn advies: 'Kijk eens wat vaker omhoog'!

Ganzevoort

Niet alleen de oudere Leeuwarder muziekkenners, maar bijna alle oudere stadgenoten weten zich maar al te goed te herinneren dat in dit juweeltje van een pand jarenlang de muziekwinkel van Ganzevoort was gevestigd. Niet alleen in de stad had de naam Ganzevoort een bekende klank, nee,

de klanten kwamen van heinde en verre uit de provincie om zich aan de Nieuwestad te laten voorlichten bij de aanschaf van een nieuwe piano of nieuw orgel. En die aankoop werd dan ook hoogstpersoonlijk door de firma thuisbezorgd, geïnstalleerd en gestemd! En dat gebeurde niet alleen in de latere jaren, bijgaande prent **(foto 6)**



toont aan dat dat ook al rond 1920 gebeurde.

Nadat de firma Ganzevoort in 1992 de piano-toetsen aan de wilgen heeft

gehangen is het pand lange tijd in gebruik geweest bij de Marskramer, vervolgens zat er de kledingwinkel Men at Work in en op dit moment vinden we er (de zoveelste) modewinkel van Leeuwarden, die van Open 32.

Verf en behang

Het buurpand van Ganzevoort is van een heel andere orde. Op nummer 105, waar we jarenlang terecht konden voor alle soorten behang, verf en schilderattributen, resideerde de firma Bart Vossenbergh. Het pand is drie verdiepingen hoog en heeft aan de bovenkant een soort van borstwering, anders kan ik het niet noemen.

Meerdere generaties Vossenbergh zijn hier de revue gepasseerd. De eerste steen **(foto 7)** werd -na een verbouwing- op 18 januari 1904 in de pui ingemetseld door B.J. Vossenbergh, ongetwijfeld ook een Bart! De laatste Bart nam in het begin van deze eeuw de beslissing om het stadshart te



verlaten en zich te vestigen in het kleine winkelcentrum aan de Wagnerstraat, met uitzicht op de Valeriusstraat. Het probleem met de bevoorrading in de binnenstad was een van de argumenten om te vertrekken. Ook de klanten vonden het steeds bezwaarlijker om met zware emmers verf en witkalk te sjouwen naar hun ver-weg geparkeerde auto. Toen een vaste klant eens aan Bart vroeg waarom hij hier vertrok 'want er lopen toch zoveel mensen langs!!!' was het simpele antwoord: 'langskomme alleen is niet goëd, su mutte

binnenkomme'! Ook in het voormalige pand van Vossenbergh heeft zich inmiddels een modezaak gevestigd met de naam Lady Licious. Het straatnaambordje aan de gevel vertelt ons dat dit het laatste pand is aan de vroegere Vleeschmarkt.

Goud en sieraden

Op Nieuwestad 107 vonden we een van de vele 'Rolf'-en die Leeuwarden rijk was **(foto 8)**. Oorspronkelijk kwamen ze hoogstwaarschijnlijk uit Duitsland en waren goed-katholiek, want als je op



een zonnige dag eens een ommetje maakt over de RK Begraafplaats Sint Vitus aan de Harlingerstraatweg, dan kom je er verscheidene leden van de Rolf-familie tegen. Het waren meest juweliers,

goudsmeden en horlogiers en hebben op diverse plekken in Leeuwarden hun handel gedreven, o.a. aan beide zijden van de Peperstraat en de Nieuwestad. Nadat de Nieuwestad-Rolf afscheid heeft genomen van hun zaak heeft er nog een tijdje een andere juwelier, onder de naam Juwelier d'Oro, zijn geluk beproefd, maar daar was de loop snel uit want er werd uitsluitend op afspraak gewerkt.

Op dit moment wordt in het pand een take-away restaurant gerund onder de naam Ondel-Ondel Indonesia. Dus lekker eten vanuit de Indonesische keuken.

Na deze zaak vormt de Bagijnesteeg al eeuwenlang een natuurlijke grens. Heel vroeger liep hier een deel van de oude stadsgracht, die vanaf de Voorstreek aftakte en via de Nieuweburen in de richting van het Schoenmakersperk en Perkswaltje liep, de Grote Kerkstraat kruiste (ter hoogte van nr. 39) en vervolgens als Oude Gracht (tegenwoordig de Sint Anthonystraat) in de richting van de Nieuwestad liep.

Tot zover dit stukje aan de stille kant; de volgende maand vervolgen we onze tocht weer aan de overzijde.

Jaap de Groot

jaap.degroot46@gmail.com

Foto's Historisch Centrum Leeuwarden

Cultuurpodium Dorpskerk Huizum mei 2024

Uitgebreide informatie over onze evenementen kunt u vinden in de Agenda op onze website <https://www.dorpskerkhuizum.nl>



Zondag 5 mei 2024 om 16.00 uur:

De 'Vijf Mei Rede' door prof. dr. Friso Wielenga, een concert en poëzie!

Elk jaar wordt in de Dorpskerk Huizum door een prominente Nederlander de 'Vijf Mei Rede' gehouden. Nu een lezing over 5 mei en de Nederlands-Duitse verhoudingen sinds 1945.

Vanwege bevrijdingsdag is deze bijeenkomst gratis toegankelijk,

maar van de bezoekers wordt wel verwacht dat zij van tevoren een toegangskaartje reserveren via het Ticketkantoor, waarvoor administratiekosten (€ 1,00) worden berekend. Gebruik hiervoor: <https://www.ticketkantoor.nl/shop/wielenga> .



Vrijdag 17 mei 2024 (17.00 tot 18.00 uur):

Cello concert door Hanneke Rouw, in de serie 'Muziek +'

Hanneke Rouw is op achtjarige leeftijd begonnen met cello spelen. Op haar zestiende speelde ze solo met het Jeugd Strijk Orkest Constantijn (nu het Britten). In hetzelfde jaar won ze een eervolle vermelding op het Prinses Christina Concours. Vorig seizoen heeft Hanneke door Europa getournd. Vanwege dat succes gaat Hanneke nogmaals op tournee door verschillende Europese landen en dan komt ze ook in de Dorpskerk Huizum een concert geven!

Vrijwillige bijdrage.



Vrijdag 31 mei 2024 (17.00 tot 18.00 uur):

Concert door de Leeuwarder Bach Vereniging, o.l.v. dirigent Rianne Meinardi, in de serie 'Muziek +'

A capella concert met de titel 'Geen dag zonder Bach'.

De Leeuwarder Bach Vereniging is een koor van enthousiaste zangers. Het zijn ervaren musici die zangles hebben (gehad) of een muziekinstrument bespelen.

Vrijwillige bijdrage.



ROZEE

ROZEE Leeuwarden is de ontmoetingsgroep van COC Friesland voor Lesbische, Homo- en Biseksuele en Transgender (LHBT) senioren (50+) uit Friesland. Ieder die zich bij deze doelgroep betrokken voelt, is welkom.

De bijeenkomst in mei gaat wegens omstandigheden niet door. De volgende bijeenkomst is 21 juni; nadere informatie in de volgende LosVast.

Informatie www.cocfriesland.nl

COC Friesland, Snekertrekweg 1, 8912 AA Leeuwarden.



OORLOGSVERHAAL

Op blad 5 van de laatste LOSVAST zag ik een foto van het oude gerechtsgebouw aan het Zaailand met een Duitse parade er op afgebeeld.

Dat was dus tijdens de oorlog. En vlak na de oorlog was daar weer een parade, maar dan van onze bevrijders. De uitgenodigde hotemetoten stonden toen op het bordes, tussen de indrukwekkende pilaren van de entree van datzelfde gerechtsgebouw.

Ik weet niet meer hoe ik het flikte, maar ik wrong me als jochie tussen al die geüniformeerde en officieel geklede toeschouwers op het bordes en werd niet weggestuurd. Op een gegeven moment kwam daar van links een groep doedelzak spelers aan gemarcheerd en die bleven al spelend voor het bordes staan.

Het melancholische geluid van die instrumenten maakte op mij als jochie van pakweg 10 jaar een grote indruk en dat zal ik nooit vergeten. Nog steeds, als ik een doedelzak hoor moet ik weer denken aan dat moment, dat nu voor mij onverbreekelijk is verbonden met de bevrijding.

Op 4 resp. 5 mei komen dan nog ieder jaar weer de herinneringen naar voren over die bezettingstijd. En dat waren niet alleen slechte, maar ook vrolijke en grappige herinneringen. Voorbeeldje : In de Koningin Wilhelmina school aan de Fonteinstraat waren Duitsers gelegerd en die hielden op het nabije Fonteinland vaak schietoefeningen. Ze gebruikten munitie met houten doppen die met rode anilineverf waren gekleurd. En die lieten ze nogal eens ongebruikt liggen. Daar waren wij dan als de kippen bij, zetten de hulzen in vaders bankschroef en draaiden met een tang die houten doppen er gemakkelijk af.

Dan kwamen er allemaal staafjes kruit uit die hulzen en als je die achter elkaar had gelegd dan werd met een lucifer, gejat uit moeders keuken een prachtig, snel lopend vuurwerkje aangericht. Wat wil je nog meer als 8 of 10 jarig jongetje?

Over die school, waar mijn zus en ik ook op zaten nog een leuke anekdote, want daar vroeg u immers om.

De - architectonisch gezien mooie - school was ontworpen door architect Feddema in de stijl van

de toen moderne "Amsterdamse school". En boven de ingang prijkte in gepoetste, prachtige bronzen en stijlvolle letters de naam van de school. (Ik geloof dat ze er nog steeds zitten). Maar die vervloekte naam moest van de Duitsers verdwijnen. De schoolleiding kreeg het met lobbywerk en veel vleierij voor elkaar dat de letters mochten blijven zitten, als de "opruiende" tekst dan maar onzichtbaar was. Dus werden er houten planken voor langs gespijkerd. Maar ja, hout gaat op den duur rotten als je het niet verft en dus werden de planken in de rooie loodmenie gezet. En laat dat nou net een ORANJE kleur hebben? Een gereformeerd trucje, zei onze buurman, die niet gelovig was.

Aan diezelfde Fonteinstraat grensde het Jacob Cats plein, met daaraan het zwembad "De Overdekte". Die was net als onze school door de Duitse Wehrmacht gevorderd en daar kregen militairen zwemles. In water, dat werd verwarmd door cokes ketels op de begane grond.

Het achterterrein, waar de brandstof lag, was omheind met harmonica gaas en prikkeldraad. Maar mijn 2 jaar jongere zus en ik konden met onze magere armpjes daar tussen- en onderdoor en met een bezem steel o.i.d. de cokes naar ons toe halen. We hebben daar aardig wat zakken cokes gescoord.

Wat ook lekker wilde branden en dus warmte gaf in koude dagen, dat waren de gecreosoteerde houten blokjes die als opvulling dienden tussen de smalspoor-rails die voor het station langs liepen. Naar ik meen van de tram naar Bergum e.v. En dat creosoot in de kachel deed de woonkamer zo lekker ruiken ! Daar zijn we dan ook danig aan het slopen geweest. Ik snap nog steeds niet dat we niet betrapt zijn door landwachters, de z.g. Jan Hagel. Die lui zagen we als verraders, uitschot van de maatschappij. Over verwarming gesproken, het rondhout van de houten prikkeldraadversperingen in het Vossenparkje vrat de kachel ook met liefde en wat niet? Als het maar warmte gaf !

Direct na de bevrijding trokken we als jongens naar het vliegveld om daar planken voor de kachel te halen. En passant namen we nog een stel

mortiergranaten mee, omdat dat wel stoer leek en de verwachting was dat daar ook dat lollige staafjeskruid ik zat. Niet dus, maar wel korrelkruid en daar kon je lang niet zo'n mooi brandspoor van maken.

Nog jaren heeft zo'n lege granaat op mijn jongenskamer op de boekenplank gestaan, met een rode dop van een drankfles op de punt geschroefd. Dan leek het nog wat, tot ik hem, jaren later schonk aan een verzamelaar van oorlogsspullen. Die schrok zich een hoedje van die rode dop, toen ik hem vertelde dat de granaat zo te zien nog wel op scherp stond. Ja, dat was lachen.

Er gebeurden ook minder leuke dingen die impact op me hadden en die ik nooit vergeten ben. Aan de Harlingertrekweg, zo ongeveer waar nu autobussen staan geparkeerd zat een verdeelstation voor kolen, turf, cokes etc. van de Duitsers. Met schepen werd dat spul aangevoerd, overgeladen op platte vrachtauto's en dan vervoerd naar waar de Duitsers het nodig hadden. Op de cabine zat dan een Jan Hagel met een jachtgeweer als bewaking. En als je nou handig en snel was, dan kon je aan de achterkant van de auto een jutezak vastgrijpen, je laten vallen en tegelijk zorgen dat je achter die zak bescherming kreeg tegen de loden kogeltjes uit het jachtgeweer van die Jan Hagel. Eén keer was het raak en als ik er aan terugdenk voel ik nog de inslag van de tientallen stukjes lood in de zak die ik voor me hield. Een snelle serie van kleine schokken die ook snel weer over was. Als je even achter zo'n zak bleef liggen, was je veilig en had je buit, want de auto reed door.



Apetrots heb ik hem naar huis gebracht in de oude 30-er jaren kinderwagen die ik mee had.

Solidariteit was er ook, want ik kon die zware zak niet alleen in de kinderwagen krijgen en werd toen geholpen door andere, wachtende kapers. Een ander moment dat ik nooit zal vergeten was toen ik in de erker van ons huis in de Midlumerstraat naar buiten stond te kijken en er twee mannen de straat inliepen. Het was sperrzeit, dus niemand mocht meer naar buiten.

Ze hadden pech, want op dat moment kwam een bewakingspatrouille vanuit de Dronrijperstraat terug naar de basis, gevestigd in een huis aan de Fonteinstraat. Of de beide mannen een wapen bij zich hadden, weet ik niet, maar er werd wel direct geschoten en één van de mannen, die een radio bij zich droeg, afgedekt met een grijze paardendeken, viel met zijn gezicht naar mij toe bij ons in het voortuintje. Met zijn knieholtes over het lage tuinhokje. Wat me vooral bijgebleven is, dat hij me starend aankeek en niet eens met z'n ogen knipperde. Bloed zag ik niet. Maar het geluid van het brekende glaswerk van de lampen in die vallende radio herinner ik me dan wel weer. Op dat moment griste mijn moeder me uit de erker weg. Als kind ervaar je zulke dingen gelukkig anders dan als meer nadenkende volwassene.

Dat ik steeds, als er bommenwerpers laag overkwamen onder een stevige dertiger jaren-tafel met mooie ballonpoten werd geduwd vond ik normaal. Je went eraan. Dat mijn moeder dan als extra bescherming een ijzeren vleespan over mijn hoofd drapeerde was wel goed bedoeld, maar met die scherpe, koude rand in m'n nek zat dat niet zo lekker. Laat staan veiliger. Maar het hoorde er bij. Zo zijn er veel meer zaken die ons als - toen - jongeren zijn bijgebleven, en die in de herinneringen zijn beklifd. Als ik dan nu op het toen niet bestaande medium tv. kinderen zie die gewond zijn of verhongeren, dan denk ik terug aan onze jeugd en word ik opstandig naar de handel en wandel van machthebbers die niet op een humane manier met macht kunnen/willen omgaan ter verheffing van eigen aanzien. Dat laatste mag natuurlijk nooit gezegd worden.

Ik herinner me dan weer een vaak gehoorde Hitler- kreet als "Deutschland, Deutschland über

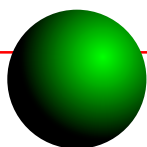
alles". En zie nu, een kleine eeuw later, wat zo'n Poetin, een Netanyahu, een Assad en anderen aanrichten. Dan vergelijk ik dat met die kreet "Make America great again" van een even schizofrene Amerikaan. Heeft het mensdom iets opgestoken van alles wat er geleerd kon worden uit het verleden? Het antwoord is als een open deur intrappen. Helaas.

En mee daarom is het herdenken op 4 en 5 mei zo godsgruwelijk belangrijk. Om de jongeren onder ons te doordringen van begrippen als respect en humaniteit, vrijheid van meningsuiting en vrijheid van al of niet geloven in hogere machten. Het heeft mij tot het Odd Fellow-ship gebracht en dat is dan wel weer positief aan het hele gebeuren dat achter ons ligt.

Zie daar mijn reactie op uw oproep, ik zie wel of u er iets mee kunt.

En mocht u meer willen, dan heb ik nog wel een paar ervaringen in petto.

Wyb Mylius.



JEU DE BOULES

Maandag 13 mei is de eerstvolgende jeu de boules middag. We hopen dan op goed weer, helaas was 15 april afgezegd om het slechte weer. Iedereen is weer van harte welkom bij Le Biberon, Julianapark 2, achter de Kurioskerk. Er wordt om 14.00 uur gestart tot ongeveer 16.00 uur. Halverwege is er een pauze met koffie/thee. De kosten bedragen € 3,50 p.p. inclusief gebruik boules. Jannie de Ruiters is aanwezig van de vereniging Le Biberon. Graag tot ziens.

Detail van de voorgevel van het Stadhuis aan het Raadhuisplein. Foto: Johan Eisma

Hemelvaart en Pinksteren

Sinds de begintijd van het christendom wordt **Hemelvaartsdag** 40 dagen na Pasen gevierd. Dat is de donderdag van de zesde week na Pasen en tien dagen voor Pinksteren. Dit jaar is het op 9 mei.

Nadat Jezus op Paaszondag was opgestaan uit de dood, had hij 40 dagen de tijd om iedereen over het koninkrijk van God te vertellen en te bewijzen dat hij leefde.



Pinksteren komt van het Griekse woord 'pentekostè'. Dat staat voor 50e en het is de 50e dag na Pasen. Dit jaar op 19 en 20 mei. Pinksteren draait om de uitstorting van de Heilige Geest. De Heilige Geest zit als het ware binnen in jezelf en helpt je als volgens het voorbeeld van Jezus te leven.



Amsterdam Anders: 17 juni 2024

Een unieke Boottocht door en rond Amsterdam.

Zie voor meer info in de LOSVAST nummer 4 van April 2024.

Dit is werkelijk een unieke rondvaart met aan boord een lunch, en op de terugweg naar huis een driegangen diner.

Opgeven vanaf 22 april tot en met 20 mei 2024 bij Margré Hasz tussen 17.00-18.00 uur.

Tel.: 06-12075160 Mail m.hasz@outlook.com.



Dagtocht naar de Rododendrons in Bad Zwischenahn.

Op donderdag 16 mei.

Met een bezoek aan de mooiste tuinen.

Zie voor meer informatie in de LOSVAST nummer 4 van april 2024.

Dit is een unieke beleving met in Duitsland goedkoop shoppen.

Wacht niet te lang met opgeven:

Opgeven vanaf 22 april tot 9 mei bij: Grietje Tanahatoe tussen 18.00-20.00 uur. Tel. 058-2135043 of 06-20279596.



Uit de redactietuin.

En dan zijn de eerste vier maanden van 2024 alweer bijna voorbij.

Een echte aprilmaand: april doet wat hij wil! En dat deed het!

We werden op een paar prachtige zonnige dagen getrakteerd, maar er dreven ook behoorlijke regenbuien over, gepaard met de nodige windkracht.

Nu de onderhandelaars druk bezig zijn met de vorming van een rechts, eventueel extraparlamenteair, kabinet valt vaak de naam van Pieter Wilhelm Adrianus Cort van der Linden, een liberaal maar partijloze premier die honderd jaar geleden zo'n minderheidsregering met ministers zonder binding met het parlement leidde.

Hoe lang zouden 'de grote vier' er nog overdoen eer er witte rook uit hun schoorsteen komt? Zullen we het voor de vakantie nog beleven?

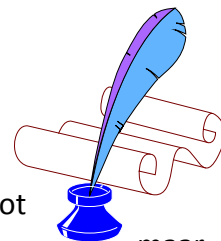
Helaas krijgen wij, als AOW'er, per 1 juli a.s. geen halfjaarlijkse verhoging. Ook de minimumlonen worden niet met 1.2% verhoogd.

Wat wel weer verhoogd is zijn uitgaven voor de grote renovatie



op het Binnenhof.

De voorlopige beramingen komen op 2 miljard euro!! En de werkzaamheden gaan zeker nog tot 2028 door. 'Het mag wat kosten maar dan heb je ook wat' is een bekende gezegde. Maar als doorsnee burger heb je er niks aan.



Bewoners die dicht bij de Duitse grens wonen kopen hun rookwaren, boodschappen en niet vergeten benzine over de grens. Vooral de verstokte roker slaat voor een hoop geld in.

Wat de redactie erg fijn vindt dat er dit jaar diverse oorlogsherinneringen cq. verhalen van leden zijn binnengekomen. Zo is ons magazine weer mooi gevuld.

In mei wordt de zon ook weer wat warmer en laten we hopen dat zowel Hemelvaartsdag als de Pinksterdagen droog en zonnig zullen zijn.

Ik wens u een fijne meimaand, geniet ervan en pas goed op uzelf!

Janny de Haan, redactie

Jaap's Hoekje – Extra

Nieuwesteeg 5 – Museum de Grutterswinkel

In de afgelopen maanden hebben we met elkaar al een fikse wandeling, langs zowel de stille als de drukke kant van de Nieuwestad gemaakt. En we zijn nog steeds niet aan het eind van die trip. Veel winkeliers uit het verleden zijn inmiddels de revue gepasseerd en prijs u gelukkig: er komen nog meer. Maar halverwege deze serie wil ik graag een zij-uitstapje maken en u kennis laten maken met een bijzondere zaak in een van de zijstraten van Leeuwardens winkelboulevard. Dat is de vroegere kruidenierswinkel van de familie Feenstra in de Nieuwesteeg, tegenwoordig Museum de Grutterswinkel.

Historie

De geschiedenis van het fraaie pand gaat terug tot 1596, toen het gebouwd werd als kleine timmermanswoning. De mooie gevel in Rococostijl dateert van 1760; de toenmalige eigenaar Jacobus Bourboom was burgemeester van Leeuwarden. Rond 1900 kreeg het pand de huidige uitstraling. Klaas Feenstra en zijn vrouw Klaaske van der Meer dreven er jarenlang een winkel en grossierderij in koloniale- en grutterswaren. Hun drie dochters zetten in 1926 het werk van hun ouders voort en maakten er -voor die tijd- een luxe grutterswinkel van. Ook welgestelde stadgenoten als b.v. de Burmania's en baron Rengers deden hun inkopen in dit koffie- en theemagazijn annex wijnhandel. In de loop van de tijd verdwenen de dochters Fardina en Martha uit de zaak en bleef IJsbranda over; op haar beurt liet zij in 1973 voor de laatste keer de kassa rinkelen en trok de deur achter zich dicht. Inmiddels was de winkel al een soort 'museumpje' geworden in een tijd waarin de supermarkten de kop opstaken.

Ook in de Grutterswinkel op de koffie

Makelaar Jan Boomsma, hoeder van veel historische panden in onze stad, koopt het pand en laat het inrichten als bezienswaardigheid met een knipoog naar het verleden en zo wordt het dus een museumwinkel. Vandaag-de-dag is Museum de Grutterswinkel Nieuwesteeg 5 ondergebracht in een stichting.



Als u de winkel binnenstapt hoort u de schelle deurbel al rinkelen, niks elektrische bel, die hadden we vroeger ook niet. De winkeldames (allen vrijwilligers) ontvangen u in smetteloos witte schorten achter de authentieke toonbanken met marmeren bladen. Daarop een keur aan lekkernijen uit het grijze verleden als zuurstokken, wit-op-zwart, veterdrop en zoethout. Maar ook oma's koffie en thee, zeep, was- en poetsmiddelen lachen u toe. Veel hiervan is zelfs in het winkeltje nog te koop.

In de voormalige woonkamers van de Grutterswinkel kunt u genieten van een heerlijk kopje verse koffie dat vergezeld kan gaan van een heerlijke lokale 'versnapering', als oranjekoek of Fryske Dûmkes.

Het bezoek aan de prachtige, historische bovenverdieping vergt een kleine bijdrage, maar is zeer de moeite waard. De geheimen ervan geef ik hier evenwel niet prijs, maar ik raad het u zeker aan!

U kunt er binnenstappen van dinsdag t/m zaterdag van 10.00 tot 17.00 uur, en hier geldt met recht: u zet er een leuke stap terug in de historie!

Ik haalde al even aan dat de bediening in de Grutterswinkel in de 'gouden' handjes ligt van de vele vrijwilligers, die zich allemaal met liefde voor de historie van de kruidenierswinkel het vuur uit de sloffen lopen. Misschien ook iets voor u om hier als vrijwilliger of huismeester actie bezig te zijn?

Jaap de Groot
jaap.degroot46@gmail.com

THEMADAGEN VOOR MEI 2024

1 mei woensdag	Dag van de Arbeid
3 mei vrijdag	Dag van de Persvrijheid
4 mei zaterdag	Dag van de Brandweer Dodenerdenking
5 mei zondag	Dag van de Vroedvrouw Bevrijdingsdag
6 mei maandag	Anti-dieetdag
7 mei dinsdag	Wereld Astmadag Eerste halve finale Eurovisiesongfestival
8 mei woensdag	Dag van het Rode Kruis
9 mei donderdag	Hemelvaartsdag Tweede halve finale Eurovisiesongfestival
11 mei zaterdag	IJsheiligen (t/m 13 mei) Molendagen (t/m 12 mei) Finale Eurovisiesongfestival
12 mei zondag	Dag van de Verpleging Moederdag
14 mei dinsdag	Europese Dag van de Beroerte Herdenking Bombardement Rotterdam
15 mei woensdag	Dag van het Gezin
16 mei donderdag	Fiets naar je Werkdag
17 mei vrijdag	Dag tegen Homofobie en Transfobie Verjaardag koningin Máxima (1971)
18 mei zaterdag	Luilak
19 mei zondag	Huisartsendag Eerste Pinksterdag
20 mei maandag	Wereld Bijendag Tweede Pinksterdag / Pinkstermaandag
22 mei woensdag	Dag van de Biodiversiteit Dag van de Praktijkondersteuner
23 mei donderdag	Wereld Schildpaddendag
25 mei zaterdag	Dag van de Vermiste Kinderen
27 mei maandag	Zonnebrandcrèmedag
30 mei donderdag	Wereld MS-dag
31 mei vrijdag	Wereld Anti-Tabaksdag Europese Dag van de Buren



EUROVISION
SONG CONTEST



LOS heeft een eigen Facebookpagina:

www.facebook.com/los.leeuwarden.3

Neem 's een kijkje!

Ook te bereiken via de website www.losleeuwarden.nl

onder het kopje **welkom** en er dan rechtsonder op klikken.

<https://www.facebook.com/profile.php?id=61552190493438>



GEZONDHEID.

Tijdelijk niet leverbaar.

Steeds meer geneesmiddelen waren in 2023 (tijdelijk) niet leverbaar. Zeker 5 miljoen van de 13 miljoen Nederlanders die geneesmiddelen gebruiken, liepen vorig jaar tegen een medicijntekort aan bij hun apotheek.

Apothekersorganisatie KNMP spreekt van 'aantallen waarvan je schrikt'.

In 2024 lijkt de toestand zich niet te verbeteren: steeds meer mensen zullen horen dat hun medicijn(en) niet voorradig zijn.

Er zijn zelfs mensen die, uit wanhoop, hun medicijn uit Duitsland halen, waar het gewoon in voorraad is. Het gaat om een bepaald hormoonpreparaat.

Volgens de voorzitter van de apothekersorganisatie is het voor de patiënt niet langer een vanzelfsprekendheid dat een medicijn beschikbaar is. Hij spreekt van een 'trieste ervaring'.

De apothekerskoepel maakte onlangs bekend dat het aantal medicijntekorten in Nederlandse apotheken in het voorbije jaar groter waren dan ooit tevoren: 2292 middelen tegenover 1514 in 2022. Alle preparaten die kort of langer ontbreken zijn te vinden op de zogenaamde KNMP-Farmanco-lijst.

Apothekers en hun assistenten hebben een vriendelijk verzoek aan iedereen die hun 'medicijnhuis' bezoekt: blij aardig! Want daaraan ontbreekt het maar al te vaak.

MIGRAINE.

In 2023 opende dr. Hans Carpay (62) samen met zijn 31-jarige zoon Matthijs The Migraine Clinic in Amsterdam. Volgens dr. Carpay is migraine voor artsen een verbale ziekte.

"Je kunt het niet meten in een scanapparaat en het heeft ook geen zin om iemands hoofd te bevoelen.

Het is een puur op een gesprekken gebaseerde diagnose. Je moet dus goed luisteren en je moet vertrouwen hebben in wat een patiënt zegt", aldus dr. Carpay.



Ruim 2,5 miljoen Nederlanders hebben migraine. Elk jaar hebben zij minstens één migraineaanval.

800.000 Nederlanders liggen in één jaar achttien dagen plat door migraine, 160.000 patiënten kennen zeker 54 van deze malaisedagen. Totaal gaan jaarlijks vijftig miljoen dagen in Nederland verloren aan migraine. De zorgkosten zijn nog net iets lager dan € 50 miljoen.

BLOED.

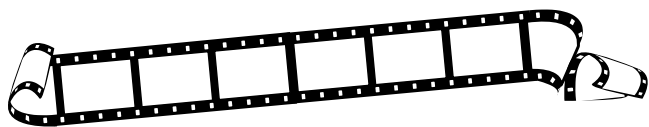
Wist u dat een mensenhart elk etmaal ongeveer 7000 liter bloed door het lichaam pompt?

Dat staat gelijk aan 4 à 5 liter per minuut. Zo krijgen spieren en organen de zuurstof en de voedingsstoffen die ze nodig hebben.

Stadsgezicht vanaf de Wester Stadsgracht.

Foto: Johan Eisma





2023-91 min. Genre: Drama en Komedie.

Wanneer Madeleine naar een verzorgingstehuis moet, vraagt ze een taxichauffeur langs de plekken die wat betekend hebben in haar leven te rijden.

Regie: Christian Carion. Gesproken taal: Frans. Ondertiteling: Nederlands. Acteurs: Dany Boon, Line Renaud, Alice Isaaz, Jérémie Laheurte.

De 92-jarige Madeleine belt een taxi om haar naar het verzorgingstehuis te brengen waar ze voortaan zal wonen. Ze vraagt haar chauffeur Charles langs plekken te rijden die wat betekend hebben in haar leven, om deze voor een laatste keer te kunnen zien. In de straten van Parijs wordt langzaam een buitengewoon leven onthuld, wat Charles meer raakt dan hij ooit had kunnen denken. Sommige taxiriten kunnen levens veranderen.



Regisseur Christian Carion brak in 2005 internationaal door met "Joyeux Noël", een voor een Oscar genomineerd historisch drama dat zich afspeelde in de loopgraven van de Eerste Wereldoorlog. De aangrijpende Madeleine wordt gespeeld door de inmiddels 94-jarige Line Renaud, van origine zangeres. Niet minder opvallend is de keuze voor tegenspeler Dany Boon, bekend van vele komische rollen. Donderdagmiddag 16 mei a.s., inloop begint vanaf 14.00 uur met koffie/thee. De film begint om 14.30 uur. De entree bedraagt € 11.50 inclusief. U kunt kaarten reserveren/kopen online of aan de kassa. De Slikerbalie is behalve op maandag iedere middag geopend.

Concertseizoenen in zomerstand

Nu we hard op weg zijn naar een hopelijk heerlijke zomer staan de Art Connection concerten in De Kanselarij en het WestCord WTC Hotel tijdelijk in de remise om vervolgens eind oktober weer volop te starten.

Graag willen we de vele LOS gasten hartelijk danken voor hun warme aanwezigheid. Wij hebben uw gezellige aanwezigheid zeer op prijs gesteld en heten u vanaf oktober weer hartelijke welkom.

De exposities en alle andere culturele evenementen gaan uiteraard gewoon door zoals

Art
Connection
cultuurprojecten

bijvoorbeeld de expositie van Hans Dol over Leeuwarden in de Stadsgalerie onder het

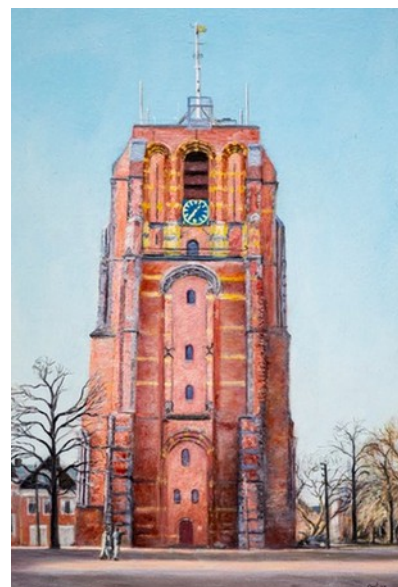
oude stadhuis in Leeuwarden en de tentoonstelling van Remco Klop in de NHL-Stenden Gallery. Zet ook vast in de agenda de gezelligste kunstmarkt van Fryslân: Art Leeuwarden op zaterdag 6 juli op het Zaailand in Leeuwarden.

Art Connection
Ed van Dijk



Links door Remco Klop

rechts door Hans Dol



De Luisterpost

(Horchposten)

Tijdens de tweede wereldoorlog (1939-1945) opereerden in de door Duitsland bezette gebieden een politieke politie: de Sicherheitsdienst (SD) met de Sicherheitspolizei (Sipo) die zich voornamelijk bezighield met het bestrijden van “deutschfeindliche” activiteiten. Dit begrip werd zeer ruim opgevat (omvatte ook plundering en persoonlijke verrijking) en men ging hierbij met “rücksichtsloser Misbrauch” te werk. Zij kregen daarbij hulp van een aantal (foute) Nederlanders en in het laatste oorlogsjaar ook van gevluchte Belgische collega's.

Zo ook in Friesland. Hier was sprake van een “Einsatz- en Sonderkommando” dat ondergeschikt was aan de “Aussendienststelle” in Groningen. Een drietal leden van de SS waren de belangrijkste uitvoerders van dit regressieve beleid: SS-Hauptsturmführer (kapitein) Albrecht (in maart 1952 veroordeeld en doodgeschoten), SS-Obersturmführer (1e luitenant) Vogt (gesneuveld in Oostenrijk) en SS-Oberscharführer (sergeant-majoor) Gründmann (10 jaar gevangenis).

Tot februari 1945 verbleef men in het z.g. Spaarbankgebouw (huidige Rabobank) waar men, zo vond men zelf, het voortdurende behelpen was vanwege de krappe behuizing en de slechte verwarming. Er was al eens sprake geweest van een verhuizing die echter niet doorging, maar nu maakte men er wel werk van. Gekozen werd voor het Burmaniahuis, destijds de hoofdzetel van de Algemene Friese Levensverzekering Maatschappij, nu onderdeel van het gemeentehuis van Leeuwarden.

Het Friese verzet was snel op de hoogte van deze plannen en er werd gesuggereerd het gebouw te voorzien van explosieven om het, als de tijd daar was, op te kunnen blazen. Dat werd als te radicaal beschouwd mede van wege het feit dat er dan bloedige represailles zouden volgen.

Vervolgens werd voorgesteld het gebouw te voorzien van afluisterapparatuur zodat men op de hoogte zou blijven van de activiteiten van de SD en Sipo. Dat werd als reëel gezien. Een aantal ondergedoken PTT technici werden bereid gevonden

een en ander uit te voeren en een tweetal radio-winkels stelden de benodigde materialen beschikbaar.

Het vinden van een onopvallend huis in de buurt om een en ander af te luisteren lukte in eerste instantie niet. Het probleem werd echter vlot opgelost doordat de boekhandelaar Wielinga in de Nieuwe Oosterstraat zijn pakhuis hier voor beschikbaar stelde.

Onder het oog van de zich installerende Duitsers, die dachten dat dit bij de verhuizing hoorde, werden de telefoontoestellen op de bureaus van Albrecht, Vogt en Gründmann voorzien van microfoontjes die werden verbonden met aparte lijnen die afgeluisterd konden worden. Het bijbehorende graafwerk geschiedde eveneens in het directe gezicht van de Duitsers, die belangstellend een kijkje kwamen nemen.

Eind februari was een en ander voor gebruik gereed. De inventaris bestond uit accu's, kop-telefoons, een versterker en wat administratieve zaken. De bemanning bestond uit zes personen, vijf mannen en één vrouw. Er werd gewerkt in groepjes van twee met steeds wisselende dag- en nachtdiensten. Men werkte volgens een schema: zes dagen werk en drie dagen vrij.

Er was nu een directe toegang tot alle gesprekken. Deze werden op dag en uur genoteerd en, voor zover ze daarvoor in aanmerking kwamen, doorgespeeld aan klaarstaande koeriers die op hun beurt de gegevens daar brachten waar zij het meest van belang waren. Zo konden veel mensen op tijd worden gealarmeerd en werden veel levens gered.

Een belangrijke bijkomende activiteit van het verzet was het veilig stellen van het telefoonkantoor aan de Tweebaksmarkt. Begin april 1945 hadden de Duitsers het gebouw ondermijnd met “72 blokjes picrinezuur (een sterk explosief) en 3 bussen dynamiet”, een en ander met de bedoeling het gebouw, als de tijd daar was, op te blazen. Een paar dagen later waren de explosieven vervangen door 72 blokjes hout en 3 bussen zand!

Op 14 april werd vergeefs op de knop gedrukt.

Sjouke Elgersma

Mijn herinnering aan 'Passepartout' van 4 mei 2005

Vanaf 1997 werkte ik als redacteur/presentator bij lokale Omroep Mercurius radio en zorgde voor diverse programma's.

Op 4 mei 2005 had ik met mijn programma 'Passepartout' een bijzondere uitzending. Rond 4 mei besteedde ik altijd aandacht aan de herdenking op de Huizumer Begraafplaats en kwam Chris Koster, secretaris van het Oorlogsgraven Comité van genoemde begraafplaats, naar de studio en besprak dan het programma van die avond.

Op woensdag 4 mei 2005 was niet alleen Chris mijn gast, maar had ook meegenomen Andrew (Andy/ Anne) en William Buwalda uit Canada. In het kader van 60 jaar bevrijding waren beide broers te gast in hun geboortestad Leeuwarden. Het interview met de broers ging, hoe hilarisch, in drie talen. William sprak nog goed Nederlands en af en toe wat Fries er tussendoor en jongere broer Andy sprak alleen Engels en heel af en toe een woordje Nederlands.

Ze hadden inmiddels al genoten van hun oude geboortestad en zelfs de Oldehove beklommen om van het, vernieuwde, uitzicht te genieten. Dan vraag ik William om ons iets over zijn familie te vertellen en over de emigratie.

William: *'De familie emigreerde in mei 1951 als gezin met tien kinderen naar Canada. Daar is nog een kind geboren. De reis duurde tien dagen, iets langer dan normaal en dat kwam omdat er een oude vrouw onderweg overleden was en die moest van boord. Later kwamen we nog in een zeer ruwe zee terecht en velen waren zeeziek.'*

Waarom voor Canada gekozen?

William: *'Heit hield van avontoer, nou, alhoewel hij politieagent was wilde hij boer worden. En niemand van ons sprak een woord Engels'. In Canada hebben we het niet gemakkelijk gehad, maar heit ging na een week naar het café en heeft zodoende met handen en voeten Engels geleerd'.*

Op de vraag wat de voertaal in het gezin was vertelde William dat heit en mem onderling Fries

praatten en tegen de kinderen Nederlands . Engels leerden de kinderen wel op school.

Dan vraag ik William of hij iets over die 17e april 1945 wil vertellen.

William: *'Twee dagen na de bevrijding waren we allemaal blij, we waren vrij! Opgetogen liepen we met wat jongens door de stad met mooie rood witte petjes op, waar ik erg blij mee was. Via de Oosterstraten liepen we richting huis. Wij woonden aan het Molenpad.*

Op de hoek Corn. Frederiksstraat en Cronenburgstraat stond een lege bus waar kinderen al in speelden. Wij er ook in en ik zat achter net het stuur toen iemand mijn petje afpakte en achter in de bus gooide. Inmiddels hadden mijn broertje Anne en Jan Romkema iets onder de ruimte van de achterbank ontdekt; een soort batterij en twee handgranaten. Anne had er al een en Jan was me net voor en beide renden de bus uit. Ik niet, want ik wilde mijn petje terug hebben.

Ik had het net gevonden toen ik een enorme knal hoorde en zag een dikke rookwolk langs de bus gaan. Hadden de jongens de pin eruit getrokken... En daar lag Jan Romkema met een gat in z'n hoofd. Anne lag zwaar gewond een eind verderop. Hij heeft nog vijftig meter gelopen en stervende zakte hij op een grasveldje ineen met de woorden 'Ik ben zo moe'.

Andy heeft het allemaal aangehoord en hem is later wel iets over het ongeluk verteld. *'But not much'.*

Hij is in 1947 geboren en kreeg ook de naam Anne (Oane), maar werd in Canada Andrew genoemd met als roepnaam Andy.

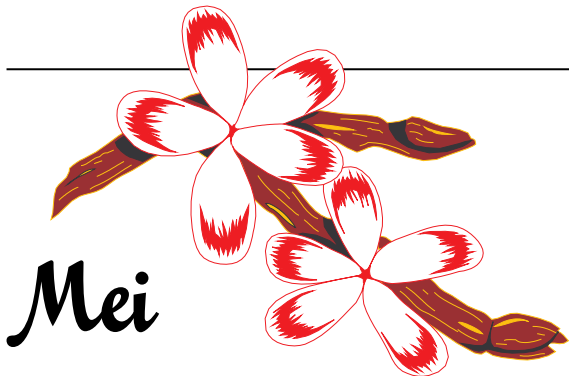
William vertelde nog dat de familie Romkema een jaar ervoor hun dochtertje Stientje van vier jaar hadden verloren door een vreselijk ongeluk. Met een stel kinderen zaten ze op een lage meelwagen en het meisje is er toen af gevallen. Twee kinderen binnen twee jaar verliezen, een drama voor de familie Romkema. Beide kinderen liggen naast elkaar begraven op de Huizumer Begraafplaats.

Chris vertelt dat de familie Romkema later ook

naar Canada geëmigreerd is. *'Ik heb nog email contact met de familie. Er wonen nog drie broers en twee zussen van Jan. Een van de familieleden heeft een boek geschreven over die gebeurtenissen op 17 mei 1945.'*

Daarna nam hij het programma van die avond door op de Huizumer begraafplaats, wie de sprekers zijn etc. en ook Andy Buwalda draagt een gedicht voor met de titel 'Anne'.

De zo tragisch om het leven gekomen Anne (Oane) waar hij naar vernoemd is.



De herkomst van de naam van deze maand is onzeker. Is hij afgeleid van Maia, de moeder van Mercurius, aan wie men op de eerste dag van mei offers bracht? In Engeland was het vroeger meidag, toen men bij zonsopgang de velden introk om de lente welkom te heten. In de Roomse kalender wordt mei de maand van Maria genoemd. Sinds 1890 is 1 mei de Dag van de Arbeid, feestdag van de Socialisten. Hoe dan ook, mei is de lentemaand vol kleur en geur in een prachtige, bloeiende natuur!

Lente

*Het ene is nog mooier dan het andere.
De appelboom – de perelaar.
En zienderogen staan ze te veranderen.
Ik sta erbij en kijk ernaar.
'k Heb er geen hand voor hoeven uit te steken.
Mijn hand is daarvoor véél te klein.
Maar ik raak op dit moois niet uitgekeken.
Staat dit er allemaal voor ons, zou dat zo zijn?
Nu hier de witte bloesems uit de takken breken.
Nu is de verre hemel even héél dichtbij.
En wat ik zie, dat kan ik niet in woorden spreken.
Er gaat vandaag een wonder door de wei*

Toon Hermans
Auk Jager

*Mijn vraag in de vorige LosVast naar uw oorlogsherinneringen of de dagen vlak na de bevrijding, deed mij denken aan deze radiouitzending van 4 mei 2005 bij Omroep Mercurius. Een cd van deze bijzondere uitzending heeft technicus Herman Visser toen voor mij gemaakt en is nog in mijn bezit.
Na de cd enkele malen te hebben beluisterd, heb ik dit verhaal er zo goed mogelijk van gemaakt.
Misschien zijn er leden die zich het ongeluk nog herinneren.*

Janny de Haan.

Ode aan de rollator



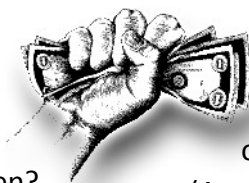
*O rollator als ik jou niet had
Dan kan ik niet meer alleen op pad
O rollator als ik jou niet bezat
Dan lag ik vele keren op mijn gat
O rollator wat fijn dat je bestaat
Je bent mijn steun en toeverlaat
Je gaat overal met mij naar toe
En ben ik onderweg een beetje moe*

*dan zet ik mij even op jou plankje neer
en na een poosje rusten gaat het wel weer
met zware boodschappen tas sjuwen is voorbij
dat vervoer jij gemakkelijk voor mij
je overheerst het beeld op pleinen en in straten
onderweg al rustend even met iemand praten
wel de rem even vast aangetrokken
anders komen er zeker brokken*

*wil je er even uit, hoef je niemand tot last te zijn
dat gevoel van zelfstandigheid is erg fijn
je hoeft je er echt niet voor te schamen
iedere gebruiker kan dat beamen
de uitvinder van de rollator, ons aller vriend
heeft de hoogste onderscheiding verdiend
als je dus niet meer alleen kan gaan en staan
schaf dan de rollator aan, hij verrijkt je bestaan.*

Mariet

GELDZAKEN



Kunt u nog met muntjes van 1 en 2 cent of briefjes van 100, 200 en 500 euro betalen? Ondanks de vele digitale betalingsmogelijkheden van tegenwoordig, zal contant geld niet zomaar verdwijnen. Het blijkt zelfs opvallend populair onder jongeren. Maar aan muntjes van 1 en 2 eurocent heeft u vaak niet zoveel, net als aan briefjes van 100, 200 of 500 euro.

Waarom is dat eigenlijk zo?

Bij wet zijn de kleinste muntjes en de grootste briefjes geldige betaalmiddelen. Alleen hebben winkeliers wel de vrijheid om muntjes van 1 en 2 cent of briefjes van 100, 200 en 500 euro niet te accepteren. Dan moeten ze dat wel duidelijk aangeven, door bijvoorbeeld stickers bij de kassa of de etalage te plakken. Soms gaan winkels nog verder, door alleen pinbetalingen óf alleen contant geld te accepteren. En als dat zo is, moeten ze dat dus duidelijk communiceren.

Waarom worden deze bedragen soms geweigerd?

In supermarkten zijn pinbetalingen de norm geworden, aan de lopende band of bij de zelfscankassa. En als u contant betaalt, wordt het bedrag vrijwel altijd afgerond, zodat de supermarkt geen muntjes van 1 of 2 cent hoeft te wisselen. Betaalt u per pin dan is het altijd het juiste bedrag.

Daarnaast kunnen winkeliers grote biljetten van 500, 200 of zelfs 100 euro weigeren, vanwege de veiligheid.

Welke contante bedragen mag u in huis hebben?

Alleenstaanden mogen in 2024 maximaal 635 euro belastingvrij in huis hebben. Heeft u een fiscaal partner, dan is het maximum 1.306 euro. Ook de waarde van cadeaubonnen telt mee, benadrukt Rijksoverheid. U moet wel heel veel muntjes, briefjes en cadeaukaarten in huis hebben om aan dit bedrag te komen, maar toch: heeft u thuis overvloedig contant geld, dan kunt u dat op uw eigen bankrekening storten.

(Ik vraag me of hoeveel mensen hun contante geld en cadeaukaarten aan de belasting opgeven...) J.

SPAARRENTE BLIJFT LAAG.

Terwijl de spaarrente op de Europese markt is gestegen, profiteren wij daar in Nederland onvoldoende van. Vandaar dat de ACM (Autoriteit Consument & Markt) onderzoek gaat doen naar de Nederlandse spaarrente.

Sommige buitenlandse banken bieden Nederlandse spaarders een hogere rente aan dan de Nederlandse grootbanken, maar er zijn niet veel spaarders die deze overstap maken. De ACM wil achterhalen waarom spaarders niet overstappen en waarom grootbanken geen hogere rente aanbieden. De resultaten worden deze zomer verwacht en het onderzoek kan leiden tot aanbevelingen voor de werkgever.

BIJVERDIENEN NA JE PENSIOEN.

Het aantal werkende 65-plussers is de afgelopen tien jaar fors toegenomen. In 2013 werkte zo'n 10% van de 65- tot 75-jarigen. In 2023 was dat al gestegen naar 17%.

Hun gemiddelde werkweek is 12 uur. Dit blijkt uit een onderzoek van KBO-PCOB.

Doorwerkers zijn vooral zelfstandigen en mensen met een lagere opleiding of laag pensioen. Zij werken door omdat ze anders niet rondkomen.

PUZZELPLEZIER.

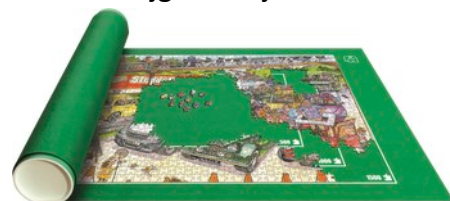
Heel veel mensen puzzelen graag en dan bedoel ik legpuzzelen.

En op een vilten mat wordt het nog leuker, want wanneer u het puzzelen onderbreekt, vouwt u de mat eenvoudig op zonder dat de stukjes uit elkaar vallen.

En zo rolt u de mat gewoon weer uit voor een volgende ronde.

De naam van deze vilten puzzelmat is De Puzzle & Roll van Jumbo en is geschikt voor puzzelen van 500 tot 1500 stukjes.

De prijs is € 24,95 en verkrijgbaar bij de spellenwinkel.



Vind het juiste woord bij de cryptische omschrijving. Bij elk woord staat een letter. Plaats die letter in het balkje onderaan de puzzel.



De opl. van de afgelopen puzzel was: Sterk zijn wil niet zeggen dat je alles zelf moet dragen. Het is juist heel krachtig om hulp te durven vragen.

Opl. graag inleveren via post: Puzzel LOS p/a Hegedyk
48 9026BB Jellum of via mail: tamaskan70@gmail.com

**En de winnares is
Mevr. A. Jager.**

- | | | |
|---|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Verwijdering van de binnenbekleding 2. Aardappel met 2 noten 3. De buit van een geldwolf 4. Slim in de buurt 5. Kom snel, poes | <ol style="list-style-type: none"> 6. Duizend euro is een hoop 7. Wat die muzikanten doen, is kinderspel 8. Om proberen te gaan met de drugshandel | <ol style="list-style-type: none"> 9. Maalwerk 10. Die figuur heeft slechte adem 11. Het uitspansel zoenen. 12. Van die vrouw wordt men wijzer |
|---|---|--|

1	2	3

4	5	6	7	8	9	

10	11	12

Adressen en telefoonnummers

Adressen en telefoonnummers

Secretaris bestuur:

Gerard van Steijn, 058 2668131
E-mail: secretaris@losleeuwarden.nl

Voorzitter activiteitencommissie:

W. de Boer
Tel: 058 2124005 of 06 53636700
E-mail: w.de.boer@losleeuwarden.nl

Secretaris activiteitencommissie:

Marja van Oers, 058 2662194
E-mail: marjolisa@gmail.com

Coördinator bezorgers magazine:

Douwe Schaafsma, Tel.058 2885708 /06 26858198
E-mail: schaafsma86@live.nl

Magazine LosVast:

Janny de Haan, Jaap de Groot, e.a.
Redactie: redactie@losleeuwarden.nl

LOS Belasting- en formulierenhulp:

W. de Boer
Tel: 058 2124005 of 06 53636700
E-mail: w.de.boer@losleeuwarden.nl

Internet en e-mail

Website van LOS: www.losleeuwarden.nl
E-mailadres van LOS: info@losleeuwarden.nl

WMO-OMBUDSWERK

Wyb Feddema
Telefoon 058-2880705
E-mail: 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.

Regelzorg (www.regelzorg.nl)

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

Projectleiders Activiteiten:

Koersbal Nijlân:

Vacant

Koersbal Mozaïek:

Vacant

Fietsen:

Hilly Wijnstra, tel. 058 2153408 of 06 25222189.
hwijnstra@gmail.com

Wandelen:

Hilly Wijnstra, tel. 058 2153408 of 06 25222189.
hwijnstra@gmail.com

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

Paulusma reizen: tel. 0512 514174

Contactgroep Rozee, COC Friesland: [0681785519/](tel:0681785519)
ajager1949@kpnmail.nl

Stichting 4het leven: [035-5245156/](tel:035-5245156)
[info@4hetleven.nl/](mailto:info@4hetleven.nl)
www.4hetleven.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; web
www.zvcl.nl

Amaryllis:

Wijkteams, mantelzorgondersteuning,
vrijwilligerswerk: 058-3030400

Zorgverzekering:

Het collectiviteitsnummer bij "De Friesland" van de
OSiF, waar LOS is bij aangesloten is:
204439200

Banknummer:

De banknummers van LOS zijn:
Voor de contributie:: NL54 RABO 0306 3169 35
Voor de activiteiten : NL79 RABO 0311 0822 89

WMO in gemeente Leeuwarden:

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

Taxi, woningaanpassing, rolstoel en scootmobiel: 14058

- DATA ACTIVITEITEN MEI 2024 -

Do	2	9.30	Het Vooronder, de Gealanden	Vergadering activiteitencommissie
Do	2	10.45	Het Vooronder de Gealanden	Bestuursvergadering
Di	7	14.00	Start Groene ster Aqua Zoo	Wandelen
Wo	8	14.00	Start Camminghaburen AH	Fietsen
Ma	13	14.00	Le Biberon Julianapark	Jeu de boules
Di	14	14.00	Start Groene ster Aqua Zoo	Wandelen
Do	16	8.15	Kalverdijkje transferium	Reisje Zwischenahn
Do	16	14.00	Inloop Sliekerfilm, Wilhelminaplein	Une belle course
Vr	17	14.00	redactie@losleeuwarden.nl	Inleveren kopij
Di	21	14.00	Start Groene ster Aqua Zoo	Wandelen
Vr	24	14.00	Start Mac Donald's Goutum	Fietsen
Ma	27	9.30	Westenkwartier, Verdistraat 1	Verdelen/bezorgen LosVast
Di	28	14.00	Start Groene ster Aqua Zoo	Wandelen

Dit alles voor zover bekend en onder voorbehoud.

**Ja, ik doe mee en
word lid van LOS!**

LOS

Leeuwarder
Onafhankelijke
Seniorenvereniging

Naam en voorletters:

Naam en vrl. partner:

Adres:

Postcode en woonplaats:

Telefoonnummer:..... E-mailadres:.....

Stuur deze bon op naar LOS - Sassingastins 50, 8925 JN Leeuwarden.

E-mailen kan ook op: info@losleeuwarden.nl.

Kijk voor meer informatie op onze website: www.losleeuwarden.nl



Ruiterskwartier 6a
8911 BH Leeuwarden

PATHÉ LEEUWARDEN 50PLUS BIOS

50PLUS BIOS is dinsdagmiddag om 13:30 bij Pathé Leeuwarden, voor € 11,00 een speciale voorstelling met koffie/thee en een koek in de pauze. De volgende films draaien in mei:

14 mei:

The Great Escaper

21 & 28 mei:

Wicked Little Letters

123 Trapliften

Traplift nodig?

Liever
tweedehands

Ontvang
€250,-
korting

Heeft u moeite met traplopen, maar wilt u toch graag in uw huis blijven wonen? 123Trapliften heeft de oplossing. We bieden passende, tweedehands trapliften aan voor nagenoeg iedere situatie.

Ontdek onze tweedehands trapliften van topmerken tegen verrassend lage prijzen. Onze zorgvuldig geselecteerde, gereviseerde trapliften bieden een voordelige en duurzame oplossing voor iedereen die zijn mobiliteit thuis wil verbeteren.

- 24/7 service
- Spoedlevering mogelijk
- Tot 10 jaar garantie
- Hoge kwaliteit
- Laagste prijs

Vraag nu de gratis brochure aan

Vul het formulier hieronder in of bel 085 303 61 94

Naam

Adres

Straat + huisnummer

Plaats + postcode

Telefoon

E-mailadres

Stuur deze bon in een ongefrankeerde envelop naar: 123Trapliften, Antwoordnr. 663, 8250 VB Dronten

