

LosVast

Magazine van de Leeuwarder Onafhankelijke Seniorenvereniging



In dit nummer:

**It Dockummer
Lokaeltsje**

Los Abuelos

Puzzelpagina

.... en veel meer

Ophaalbrug bij de Eebuurt. Foto Johan Eisma

LOS

Jaargang 9 - Nummer 9 - oktober 2024

Uittips in de Herfstvakantie

(26 t/m 31 oktober)



**'Vlas in Fryslân
in het Fries
Landbouwmuseum.**

In het Fries Landbouwmuseum is een expositie te zien over één van de meest duurzame gewassen: vlas.

Het is voor veel mensen onbekend dat dit tere bloempje voor een schat aan producten zorgt, zoals linnen en lijnolie.

In de expositie is de hele verwerking van zaadje tot linnen te bekijken.

**Fries Landbouwmuseum is geopend
t/m 31 oktober, dinsdag t/m vrijdag van 11.00
uur tot 17.00 uur en
zaterdag en zondag van 13.00 uur tot 17.00 uur.**

Entree : € 8,00 volwassenen, € 4,50 kinderen van
6 t/m 12 jaar.

**Tentoonstelling 'Ja, ik wil'.
Haar mooiste dag.**

Menig bruidswinkeleigenaar zal jaloers kijken naar deze tentoonstelling. Ja wat wil je ook, met een collectie van zestig bijzondere bruidsjurken, verspreid over tweeënhalve eeuw en verschillende modetijdperken.

We zien de trouwjapon van o.a. prinses Maxima en Nikki de Jager en verder creaties van Jan Taminiau, Iris van Herpen en Claes Iversen. Maar ook 'een Zeeman' uit 2016 die een paar tientjes kostte.

**Oude en nieuwe modellen zijn te bewonderen
t/m 16 februari 2025 in het Fries Museum
Het museum is geopend van dinsdag t/m zondag
van 11.00 uur tot 17.00 uur.**



Rondleiding door de mummiekelder.

In de monumentale Sint Nicolaaskerk in Wiuwert bevindt zich een adellijke grafkelder met mummies.

Tot en met eind oktober kunt u deelnemen aan een rondleiding waarbij u de grafkelder bezoekt. Ook heeft de kerk een bijzonder authentiek monumentaal interieur met orgel uit de 18e eeuw en er is een permanente tentoonstelling over o.a. de bewoners van het slot Walta of Thetingastate en de Labadisten.

**De rondleiding is dagelijks – behalve op zondag -
om 11.00 uur en om 13.30 uur.**

**De kerk is ook zonder rondleiding te bezichtigen.
Van 11.45 uur tot 14.00 uur en na 14.15 uur.
Je krijgt dan een informatiekaart. Kinderen
krijgen een speciale kaart.**

Wiuwert, Sint Nicolaaskerk,
rondleiding t/m 31 oktober 2024
Entree : volwassenen € 4,00, 5 t/m 12 jaar € 3,00.



Colofon

Internet: www.losleeuwarden.nl

Voorzitter:

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

Secretaris:

Lolkje Miedema
Staniastate 1A
8926 LA Leeuwarden
Tel: 06-30204390
secretaris@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:

Lieuwe Teitsma
Tel: 06 10102432
Lteitsma1952@kpnmail.nl
Bank: NL54 RABO 0306 3169 35

Belastingsservice:

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

Redactie LosVast:

Siep Prakken:
redactielosvast@gmail.com
+ Janny, Jaap, diverse leden.

Ledenadministratie:

Rimmer en Sietske Koopmans
058 7854672 of 06 33021707
leden@losleeuwarden.nl

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, te redigeren of niet op te nemen.

Contributie € 30,- per persoon per jaar.

Twee personen op één adres € 50,- per jaar.

De zomer is ten einde, Prinsjesdag is in alle koninklijke glorie weer geweest, het nieuwe kabinet heeft zijn plannen kenbaar gemaakt.

De zon zou weer gaan schijnen met deze nieuwe regering maar al met al geldt dit niet voor iedereen. Het koopkrachtplaatje is net als een fastfoodrestaurant, ze beloven je een volle maag maar uiteindelijk kom je met honger thuis.

'Bestaansrecht' is het sleutelwoord van dit kabinet, een doel dat ze voor alle lagen van de bevolking voor ogen hebben. We wachten het geduldig af.

Voor ons senioren wordt het kruimelwerk, een klein koopkracht plusje misschien. De zorgpremie gaat omhoog, de huurtoeslag wordt iets lager ... hoe zo koopkrachtplusje?

Krimpflatie wordt steeds normaler merken we met de boodschappen: kleinere verpakking, minder inhoud voor duurdere prijzen.

Ook de wooncrisis is iets waar wij mee te maken hebben. Wanneer we verhuisplannen hebben wordt door overbieden je doel bijna onbetaalbaar.

Ook LOS moet constateren dat de prijzen van alles dat wordt georganiseerd duurder wordt. Daarmee samenhangend verhogen wij zoals eerder aangekondigd het abonnement van LOS.

Voor leden die alleen betalen, gaat het bedrag naar € 30,- en voor leden die voor 2 personen op één adres betalen, gaat het bedrag naar € 50,- per 2025.

Nieuwe leden die zich in november van dit jaar aanmelden hoeven de laatste maanden van 2024 geen contributie te betalen. Voor hen gaat dit pas in 2025 in.

Wanneer een lid zich wil afmelden voor 2025, verzoeken wij dit te doen vóór 1 december 2024.

Dit kan bij de ledenadministratie, zie colofon LosVast.

Het bestuur is heel blij met de nieuwe bestuursleden. Daarmee is de continuïteit van LOS de komende jaren gewaarborgd. Ik wens hen hierbij veel succes.

*Een nieuw activiteitenseizoen
Bruisend en sprankelend
Stralend en schitterend
Gezond en geduldig
Zorgeloos en prachtig.*

Mariet

Afscheid van Gerard van Steijn

Op 20 augustus jl. hebben wij met een groep vrijwilligers, waar Gerard jarenlang mee heeft gewerkt, hem in 't' zonnetje gezet vanwege het beëindigen van zijn werkzaamheden voor LOS.

Gerard was LOS, LOS was Gerard.

In de loop der jaren zijn er drie taken op zijn pad gekomen: secretariaat, ledenadministratie en redactie. Dit alles heeft hij jarenlang met veel enthousiasme, inzet en altijd zeer accuraat en vlot uitgevoerd.

De nieuwe leden bracht hij de welkomstenvelop altijd door weer en wind op de fiets in Leeuwarden.

Tijdens vergaderingen schreef hij alleen steekwoorden op. Die waren voor hem voldoende om de notulen in details te kunnen uitwerken. Een geheugen zoals je maar weinig meemaakt.

LOS, zijn paradepaardje, spande hem ongeveer 3 dagen per week als vrijwilliger voor het karretje, maar hij had er plezier in. Hij was dan ook van alles op de hoogte en een vraagbaak voor anderen.

Daarnaast deed hij ook nog vrijwilligerswerk voor ons beroemde Leeuwarder Museum de Grutterswinkel.

Deze zomer zijn zijn taken gesplitst. Drie nieuwe vrijwilligers hebben zijn werk met enthousiasme voortgezet.

Zijn inzet voor onze vereniging heeft ertoe bijgedragen dat we in onze Gemeente Leeuwarden van belang zijn.



Een vrijwilliger die zoveel voor ons heeft betekend, hebben wij tot erelid van LOS benoemd.

**Namens bestuur, activiteitencommissie, vrijwilligers en alle leden:
Gerard bedankt, bedankt, bedankt!**

Mariet

“

**Beste LOS-leden,
Dinsdag 20 augustus jl. werd ik verrast met een afscheidsbijeenkomst van het LOS-bestuur, activiteitencommissie en andere betrokkenen.
Ik heb mijn werk voor LOS altijd met heel veel plezier gedaan. Helaas moet ik stoppen wegens gezondheidsredenen. Iedereen bedankt voor het vertrouwen en de samenwerking in de afgelopen jaren.**

Gerard van Steijn

”

Oorkonde voor Leendert Plaisier



Van tijd tot tijd worden vrijwilligers in het zonnetje gezet. Voor onze vereniging was dat recent Gerard van Steijn (zie bijdrage elders in deze LosVast) en 12 september jl. werd Leendert Plaisier verrast met een

oorkonde en een mooi boeket bloemen. In het kader van 100 dagen vrijwilligerswerk in de gemeente Leeuwarden, een samenwerkingsverband tussen Amaryllis, de gemeente Leeuwarden en de VPRO, werd ook het bestuur van LOS in de gelegenheid gesteld om een vrijwilliger voor te dragen. Vrijwilligers zijn waardevol, bijzonder en onmisbaar. Zonder hen blijft een vereniging (zoals LOS!) niet overeind. Sommige vrijwilligers van LOS dragen al vele jaren onbaatzuchtig bij aan de instandhouding van de vereniging. Eén van hen was tot voor kort Leendert Plaisier. Voor LOS was hij in verschillende functies werkzaam, onder meer als voorzitter, redactielid van LosVast en accurate hulp bij de belastingaangifte van verschillende leden. Zijn boeiende bijdragen over wat onze stad en omgeving **bezienswaardig** en **wetenswaardig** maakt, kon stevast rekenen op een grote schare lezers. Bijdragen die later gebundeld werden in 'LosVaste stukjes'. Als vrijwilliger is Leendert ook



werkzaam geweest in het Historisch Centrum Leeuwarden (HCL) Ook hier komt men zijn naam tegen in verschillende publicaties over de rijke geschiedenis van de stad. Want Leendert had daarvoor een brede belangstelling en hij kon daarover bevlogen schrijven. Op de oorkonde staat over hem geschreven: 'bescheiden, zeer deskundige en unieke vrijwilliger van LOS'. En zo is het. Leendert, dank voor alles wat je voor LOS hebt betekend!

Namens het bestuur en alle betrokken vrijwilligers van LOS,
Hajo Anema

Oproep Koersbal!

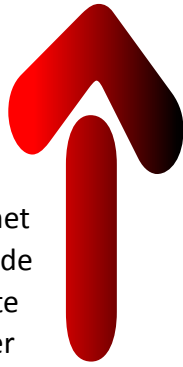


Koersbal, een binnensport met bal op lange mat zoekt 2 vrijwilligers die het eenvoudige noteren van de punten voor hun rekening willen nemen, tevens deelname aan deze sport. Koersbal is niet alleen sportief maar versterkt ook gezelligheid door het sociale contact. We houden dit op 2 verschillende locaties met twee groepen: 1 dagdeel van 2 uren eens per 2

weken in Wijkcentrum Nijlan, Surinamestraat 31, en in Multifunctioneel Centrum Mozaïk, Droppingstraat 14. Nieuwe leden en introducés zijn van harte welkom.

Reacties naar: w.de.boer@losleeuwarden.nl of 06 53636700.

Kijk eens wat vaker omhoog



Zondagmiddag 20 oktober aanstaande komt Jaap de Groot in het Historisch Centrum Leeuwarden aan de Groeneweg 1 met de derde en laatste lezing in de serie 'Kijk eens wat vaker omhoog'.

Aanvang 14.00 uur, de toegang is gratis. Aanmelden via tel. 058-2332350 of mail: historischcentrum@leeuwarden.nl



Nederland in cijfers.



Ons onderwijs.

De schooltypes van nu bestonden nog niet toen de **60-plussers** jong waren. Met een uitzondering van het gymnasium dat al sinds **1830** bestaat.

De Mammoetwet (**1968**) is voor alle veranderingen verantwoordelijk.

Kinderen die niet zo goed konden leren, gingen naar de ambachtsschool (lts) om later met hun handen te werken als bijvoorbeeld timmerman. Dit onderwijs is onderdeel van het vmbo geworden.

Daar zijn ook ulo en mulo in ondergebracht. De HBS werd in de jaren '70 HAVO/VWO.

Kinderen ouder dan **4 jaar** zaten op de kleuterschool, ook wel kakschool genoemd, omdat **4-jarigen** net zindelijk waren, of bewaarschool. Daarna ging je op **6-jarige** leeftijd naar de **1ste klas** van de lagere school, nu basisschool genoemd. In de **2e klas** moest je tafels tot **10** in je hoofd stampen.

Hallo fietsvrienden,

Zaterdag 5 oktober aanstaande fietsen we naar Mantgum/Jorwert.

Opstappen: McDonalds Goutum om 14.00 uur.

Opgeven: donderdag 3 oktober aanstaande tussen 19.30 en 20.30 uur.

Woensdag 16 oktober fietsen we naar Oudkerk en omgeving.

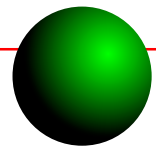
Opstappen: Jumbo Lekkumerend om 14.00 uur.

Opgave: maandag 14 oktober aanstaande tussen 19.30 en 20.30 uur.

Opgeven via telefoonnummer 0625222189 (via de app kan altijd)

Met vriendelijke groet,
Hilly.

JEU DE BOULES



De laatste maanden gaat het heel goed met de opkomst voor het boulen. In september waren er zelfs 13 deelnemers. Er werd heel enthousiast gespeeld, al was het wel warm in de zon, waardoor de schaduw werd opgezocht.

In verband met de startmiddag van de 3e helft gaan wij naar de 2e maandag van oktober. Dat wordt dan de **14e oktober**. Wij proberen zolang als het mogelijk is door te gaan, voor wat betreft het weer.

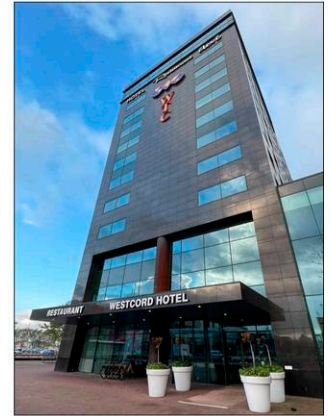
Wij beginnen om 14.00 uur te spelen tot ongeveer 16.00 uur. Halverwege is er een pauze met koffie of thee. De kosten bedragen € 3,50 inclusief consumptie en gebruik van de boules.

De locatie Le Biberon: Julianapark 2 (achter de Kurioskerk). Opgeven kan bij Jannie de Ruyter tel. 06 23607681.

Start nieuw concertseizoen 24-25 Art Connection.



Na een hopelijk voor velen fijne zomer worden de dagen weer wat korter en donkerder maar begint het gezelligste concertseizoen van Leeuwarden en omgeving.



Zondag 27 oktober om 15.00 uur starten we het seizoen 24-25 als vanouds weer met een fantastisch jazz-concert met veel bekende swingende jazz en gevoelige ballads door 'Graenzz' in het WestCord WTC Hotel te Leeuwarden. Naast jazz bestaat het repertoire ook uit Latin muziek en Funky ritmes worden ook niet geschuwd. Enkele voorbeelden: 'The girl from Ipanema' en 'Lullaby of Birdland'. Uiteraard is er ook ruimte voor improvisaties. Wilt u steeds een persoonlijke uitnodiging en/of een jaarprogramma, stuur dan een mail naar artconnection@chello.nl. Neem gerust vrienden en familie mee en wij beloven u een heerlijke

gezellige muzikale middag. Entree €15 en parkeren gratis op B2 en B3 (naast het hotel richting kanaal).



Welkom bij het openingsconcert van Art Connection op zondag 27 oktober in het WestCord WTC Hotel in Leeuwarden. Het gezelligste muzikale uitje van Leeuwarden en omgeving.

Art Connection
Ed en Wilma van Dijk
06-52473558



WEERBERICHTEN

WEERSPREUK.

'Is augustus helder en heet, dan lacht de boer zich in het zweet'

Nou, dat is dan ongetwijfeld wel een boer met kiespijn, want vooral van een langdurige periode met zonnig en heet zomerweer worden agrariërs niet blij. Dan is de verdamping groot en hebben de gewassen flink te lijden onder de droogte. Het beregenen van de percelen is bovendien een kostenpost.

WEERWOORD: KERKKOELTE

Het woord allitereert zo lekker en is bij hoge buitentemperaturen ook functioneel. Een kerk is een toevluchtsoord voor mensen die geen zomerhitte kunnen of willen verdragen. In het kerkgebouw blijft het vaak redelijk koel. De dikke kerkmuren houden warmte buiten en koelte binnen.

WEER OM NOOIT TE VERGETEN: AUGUSTUS 1991

De **droogste oogstmaand** sinds 1901. Op de meeste dagen hielden persistente hogedrukgebieden regenstoringen tegen.

In De Bilt werd maar 6 millimeter regen gemeten. Toen was 73 millimeter augustusneerslag het langjarig gemiddelde, nu 83 millimeter. Daarnaast was augustus 1991 zonnig en vrij warm.



Lezenswaardig



Charles den Tex: Een mooie dood Is verschenen bij HarperCollins en kost € 22,99

'Een mooie dood' is de nieuwe pageturner van Charles den Tex, één van de succesvolste thrillerauteurs van Nederland.

Harm van Gast heeft het beste café in de stad en zijn vriendin Imane is de mooiste vrouw die hij ooit heeft ontmoet.

Alles verandert als hij Imane op een nacht dood aantreft in het café.

De politie denkt dat hij haar heeft vermoord, ook al kunnen ze niks bewijzen. Eén ding weet Harm zeker: hij heeft het niet gedaan. Wie dan wel? Het antwoord op die vraag moet hij zelf vinden en het brengt hem in een wereld waarvan hij dacht dat die niet bestond...



Amy Neff: De dagen dat ik je liefhad Is ook verschenen bij HarperCollins en kost € 22,99

Het verhaal van Evelyn en Joseph begint in de zomer van 1941. Aan de schilderachtige kust van New England, waar hun families al generaties lang wonen, worden ze verliefd op elkaar. Samen nemen ze de Oyster Shell Inn van Josephs ouders over, waar ze hun drie kinderen grootbrengen. Maar nu, meer dan zestig jaar later en na een leven vol hoogtepunten, is Evelyn ernstig ziek.

De maanden die volgen gebruiken Joseph en Evelyn om samen met hun kinderen herinneringen op te halen en hun dromen te vervullen. Maar wanneer de laatste dagen dichterbij komen, staan de twee voor de lastigste beslissing van hun leven: hoe moet hun verhaal eindigen?

'De dagen dat ik je liefhad' is een meeslepende roman over familiebanden, de schoonheid van hoop en de kracht van liefde.

Nieuwe spelen.

Amsterdamse Waterkwartetquiz.

Spetterende waterweetjes en eye-openers.

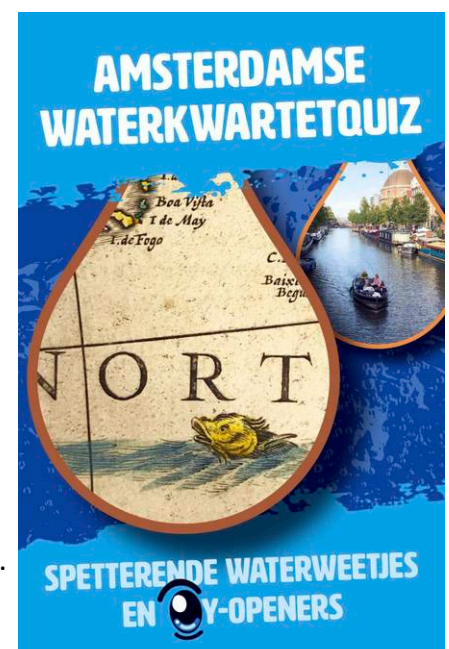
In de Amsterdamse waterliniequiz komen dertien waterthema's aan bod: van geschiedenis tot actualiteit, van riool tot recreatie en van natuur tot techniek.

Bij een gewoon kwartetspel is de vraag 'Heb jij... voor mij'.

Voordat de vragende speler recht heeft op de kaart, moet deze eerst nog een quizvraag beantwoorden - of eigenlijk een stelling met 'waar' of 'niet waar' beoordelen.

Zo komen de spelers al kwartetkend steeds meer te weten over het water van onze hoofdstad die ooit begon als nederzetting in een zompig moeras.

Het spel is uitgegeven bij Vuurberg Educatie en kost € 19,95.



Recept voor de maand oktober

FOE YONG HAI

Pakjes Foe Yong Hai mix zitten bomvol suiker, zout en snelle koolhydraten die uw bloedsuiker en energieniveau flink uit balans kunnen brengen. Maar het is wel erg lekker.

TV kok **Sandra Ysbrandy** maakte een eigen versie! Ze voegt er lekker veel verse groenten aan toe.

Ingrediënten voor 4 personen:

- 1 teentje knoflook
- 3 eetlepels olijfolie
- 2 theelepels gemberpoeder
- 1 theelepel kaneel
- 1 theelepel komijn
- 1 blik tomatenblokjes (400 gram)
- 2 eetlepels honing
- 1 eetlepel azijn
- 1 theelepel sambal
- 2 preien
- 2 rode paprika's
- 2 kippendijen
- 8 biologische eieren
- 100 gram taugé
- 30 gram geroosterd sesamzaad

Bereiding Foe Yong Hai:

- * Verhit 1 eetlepel olie in een pan. Snijd de knoflook fijn. Bak de knoflook, gemberpoeder, kaneel en komijn 1 minuut op laag vuur.
- * Voeg de tomatenblokjes, honing, azijn en sambal toe. Laat op laag vuur pruttelen. Breng



op smaak met peper en zout.

- * Halveer intussen de prei in de lengte, spoel goed schoon en snijd in halve ringen. Snijd de paprika en kip in blokjes van ongeveer 1 centimeter. Klop de eieren los.
- * Verhit de olie in een ruime koekenpan met deksel en bak de kip rondom aan. Voeg de prei met de paprika toe en bak dit in ongeveer 5 minuten gaar. Schenk de losgeklopte eieren erover en laat met de deksel erop in 3 minuten stollen.
- * Doe de taugé in een zeef, schenk er kokend water over en laat het uitlekken.

Schuif de omelet op een bord en schenk de zoetzure saus erover. Bestrooi met sesamzaad en verdeel de taugé erover.

Eet smakelijk!

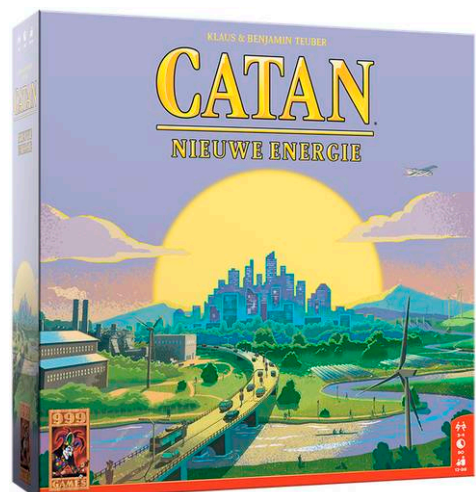
Een nieuw CATAN spel!

In het op zichzelf staande bordspel 'Catan: Nieuwe Energie' beland je in een energiecrisis. Spelers moeten kiezen: investeren in schone bronnen of in goedkope vervuilende fossiele brandstoffen?

Je gebruikt de van Catan bekende elementen oogsten, bouwen en handelen om je imperium op te bouwen.

Het spel is in de loop van oktober verkrijgbaar in de spellenwinkel en is leuk voor drie of vier energiepioniers vanaf twaalf jaar.

CATAN: Nieuwe Energie (999 Games) en kost €64,99



Jaap's Hoekje 40

Wandelend winkelen op de 'oude' Nieuwestad – 11



Op de 'stille' kant van de drukste en meest historische winkelstraat van Leeuwarden zijn we twee edities geleden met onze winkelwandeling aanbeland bij de Weerd, de smalle verbinding tussen Nieuwestad en Raadhuisplein.

De winkel op de westelijke hoek van de Nieuwestad met de Weerd, sportzaak De Krokodil, hebben we eerder de revue laten passeren. De buur aan de oostkant is tegenwoordig schoenen-gigant Ziengs, die hier al weer verscheidene jaren zijn klanten bedient. Tegenwoordig is het een enorm grote winkel, maar als we de gevels en de straatnummering bekijken, dan zie we dat er ooit van twee panden één grote zaak is gemaakt, met als huisnummers 115 en 117. Dat is echter al in een eerder stadium gebeurd, want de meeste Leeuwarders kennen de winkel eigenlijk alleen maar in deze afmeting. Dat hebben we te danken aan één van de drie Brenninkmeijer-families die in Leeuwarden hun textielproducten verkochten. Om de drie van elkaar te kunnen onderscheiden hadden ze elk hun eigen herkenbare namen, vestigingen en logo's. We spraken eerder al over het grote C&A, ooit begonnen door de gebroeders Clemens en August Brenninkmeijer; een andere 'clan' zat op Over de Kelders en noemde zich HB (Hermann Brenninkmeijer), terwijl op de hoek met de Weerd Brenninkmeijer en Zonen zat, later omgebouwd tot Modehuis BZ. Voor het gemak spraken stadgenoten ook wel over 'BZ - hoekje Weerd'. Dit familiebedrijf startte op de hoek van Nieuwestad en Weerd in nummer 115 en was een bekend adres voor de aanschaf van damesmode en -trouwkleding (foto 1).



Nadat BZ er op deze plaats een punt achter zette heeft het winkelpand onderdak gegeven aan een goedkope aanbieder in dames-

en herenkleding onder de naam GAKO (later verhuisd naar de winkel van Span aan de drukke kant). In de periode hierna werd er een vestiging van Pearle Express – optiek in ondergebracht en nu zit er dus de schoenenzaak van Ziengs.

Singer

De winkel naast BZ (nummer 119 is jarenlang een toevluchtsoord geweest voor dames die van handwerken hielden, of zelf hun kleding fabriceerden. De naaimachines van Singer waren wereldberoemd en dat gold ook voor hun bijzondere logo, de grote en rijkelijk bewerkte S van Singer.

Als marktleider op naaimachinegebied werden er in de winkel vaak demonstraties gegeven voor de geïnteresseerde dames, maar deze foto uit 1935 (vanuit de winkel genomen) toont aan dat er ook wel leden van het andere geslacht interesse



hadden in de werking van de Singer-machines (foto 2). Een nog grotere drukte op

dit deel van de Nieuwestad dateert van 1963, toen de vestiging van V&D aan de overkant 'in de fik' stond (foto 3).

Nadat de naaimachinehandel hier van het toneel verdween, hebben meerdere ondernemers in



verschillende markten er hun geluk beproefd, maar geen van allen hield het er zo lang uit als Singer. Een souvenir- en

geschenkenwinkel, de Schoenfabriek, een tijdelijke huisvesting van de Pepernotenwinkel, alle verdwenen ze weer vrij snel uit het (dure) Nieuwestad-vastgoed. Momenteel vinden we er de (kinder-) geschenkenwinkel De Toverlantaarn.

Witte Beer

Nu even een tip uit de categorie 'Kijk eens wat vaker omhoog': als we aan de grachtkant, onder de luifel van de Waag staan en omhoog zien naar de gevelwand aan de stille kant, dan ontwaren we in de top van de historische gevel van het pand op nummer 121 de afbeelding van een witte beer. Het pand heet dan ook zo: 'De Witte Beer' (foto 4). Soms lopen we hier regelmatig langs zonder er aandacht aan te schenken. Maar weinigen weten dat in deze winkel de heer Rinze van der Velde, startmotor van de gelijknamige boekhandelsketen,



hier rond 1910 al een zaak dreef in 'elektrische snelfotografie', waar hij portretten voor de 'geachte clientèle' vervaardigde. Leuke anekdote is wel de reactie van Van der Velde op klachten van een klant wanneer een foto niet erg goed leek. Dan was het antwoord steevast: 'Een portret ligt nooit!'

Iets jongere Liwwadders kennen de winkel beter als die van Landstra, de speciaalzaak in kindervagens, die hier tientallen jaren gevestigd is geweest.

Na Landstra heeft de handwerk hobbywinkel 'Het Spinnewiel' er nog verscheidene jaren in gezeten, maar daarna werd het een soort doorgangshuis met o.a. modeboetiek Spring Garden, kinderkleding Little Ones, Handwerk Fogeltje; vandaag-de-dag zit er opnieuw een damesmodeboetiek in met de leuke naam 'Bij de Meiden'.

Degelijk ondergoed

Voor het meest degelijke dames- en herenondergoed moesten we vroeger toch echt op nummer 123 zijn, want daar zat de lingeriewinkel van Boekema Textiel. In de met weinig kennis van zaken volgepropte etalages werden de hemden en broeken in stapels aan de voorbijgangers getoond. Vooral de lange, weinig moderne jaeger-onderbroeken waren daarbij toonaangevend. De meeste klandizie voor Boekema kwam dan ook 'fan búten', klanten van het platteland, die degelijk en warm ondergoed meer op prijs stelden dan de modieuze en moderne 'stadgers'. In het pand op

nummer 125, waar zich nu The Body Shop bevindt, troffen we in de zestiger en zeventiger jaren van de 20ste eeuw de lunchroom van Gerrit Fierstra aan, genaamd It Fêste Doel. Dit was inderdaad een vaste stek voor bijvoorbeeld de jongens van de Ambachtsschool die er hun pauze doorbrachten en die Fierstra regelmatig vroegen om nieuwe tophits in de veelbeluisterde jukebox, door de eenvoudige uitbater steevast 'joekeboks' genoemd. Dat Fierstra het ook niet zo met de Engelse taal ophad, bleek wel toen hij mij in onze platenwinkel eens een briefje in de handen duwde met de titel van de plaat waar de jongens om hadden gevraagd. Daar stond geschreven: 'Aai want toe hooft joor hent' van De Bietels. Wij hielpen Gerrit aan de juiste -toen nog de nieuwste-hit van The Beatles.

Na Fierstra heeft in dit pand de echte 'Liwwadder' Sjoerd Smid jarenlang zijn café-petit restaurant 'Waagzicht' gerund. Hierna zat mevrouw Riedstra er in met een modewinkel; tegenwoordig kunt u er bij The Body Shop terecht voor verantwoorde lekkere luchtjes en zalfjes.

Het laatste pand op deze streek (nummer 129) op de hoek met het Heerenwaltje kende in zijn historie niet veel vaste uitbaters. Vlak na de oorlog zat er een firma Pot 'in comestibles'. Later liet Wieb Wierstra een 'blauwe maandag' er zijn gasten griezelen in zijn veelbesproken Griezeldolder en heeft fotograaf Rudolph de Jong er een winkel annex fotostudio gerund. Daarna werden eigenlijk alleen de etalages gebruikt door omwonende winkeliers met in het achterhoofd dat een mooie etalage beter is dan een leegstaande winkel!

We zijn aanbeland bij het Heerenwaltje waar nu de fietser vrij spel heeft en de straat nagenoeg autovrij is. Niemand van de huidige Leeuwarders heeft nog meegemaakt dat hier de (Dokkumer) Ee rustig voortkabelde in de richting van de voormalige Middelzee. Het Heerenwaltje werd in 1884 gedempt, nadat haar voorlopers Eewal en Wortelhaven al eerder dit lot ondergingen. Tot zover deze kant, tot de volgende keer!

Jaap de Groot

jaap.degroot46@gmail.com

Foto's: Historisch Centrum Leeuwarden

THEMADAGEN VOOR OKTOBER 2024

1 oktober 2024

Dag van de escaperoom
Internationale dag van de ouderen
Begin Stoptober

2 oktober 2024

Internationale dag van de geweldloosheid

4 oktober 2024

Dierendag

5 oktober 2024

Dag van de leraar

Nationale kringloopdag



9 oktober 2024

Dag van de post

10 oktober 2024

Dag van de handtas

11 oktober 2024

Coming-out day

12 oktober 2024

Wereldreumadag

14 oktober 2024

Groente- en fruitdag

16 oktober 2024

Boss day

18 oktober 2024

Europese dag tegen mensenhandel

22 oktober 2024

Wereldstotterdag

24 oktober 2024

Dag van de verenigde Naties

25 oktober 2024

Internationale dag van de kunstenaar

27 oktober 2024

Schoonmoederdag

Ingang wintertijd



28 oktober 2024

Internationale dag van de animatie

29 oktober 2024

Dag van de stilte

Internationale internet dag

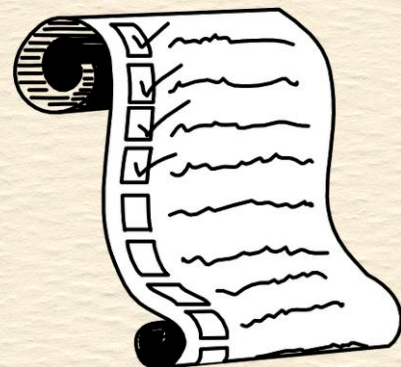
30 oktober 2024

Dag van de checklists

31 oktober 2024

Halloween

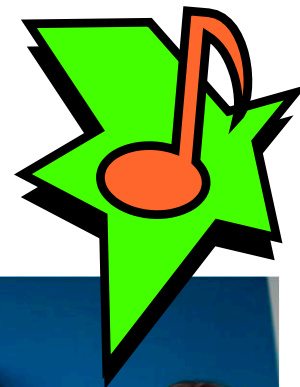
Wereldstedendag



Op ZATERDAGMIDDAG 26 OKTOBER

hebben wij een mooie band voor u geregeld in de KURIOSKERK, Julianalaan 38, 8933 AA Leeuwarden.

LOS ABUELOS



Een zeer enthousiaste viermansband, waarbij het plezier voor muziek vanaf spat!!
Met gitaar, mandoline, cajon, Accordeon en contrabas komen veel stijlen tot leven.
Americana, jazz, blues, texmex, musette en bossa's.

Contrabas: Theo Smit
Mandoline, mondharmonica en zang:
Jeppee Woudstra
Cajon: Ted Epema
Accordeon, gitaar en zang: Jilles Dijkstra



U kunt zich vanaf **21 oktober aanstaande opgeven** bij: Margré Hasz
tussen 16.00 uur en 18.00 uur
Telefoon: 06-12075160
Mail: m.hasz@outlook.com
Graag uw LEDENPAS bij de hand houden!

We beginnen onze middag om 14.30 uur en eindigen om ca. 16.30 uur.

Entree: € 7,-, CONTANT betalen; er is GEEN pin. Dit is inclusief koffie, koek en een consumptie in de pauze.

De Derde Helft

Nu het herfst is, beginnen wij op 7 oktober aanstaande weer met De Derde Helft.

Ook voor dit seizoen hebben wij weer een mooi programma voor u gemaakt.
We gaan zingen, puzzelen, bingoën, luisteren, knutselen enzovoort.

De verantwoordelijkheid voor de Derde Helft is nu in handen gekomen van twee personen te weten Rudy Switters en ondergetekende.
Wij kunnen ook dit jaar rekenen op steun van studenten Social Work van Firda.
Ook hebben we weer (nieuwe) vrijwilligers in ons team aan kunnen trekken.

We beginnen op maandag 7 oktober aanstaande met Ritsko van Vliet.

Ritsko van Vliet brengt ons terug naar de jaren zestig van Leeuwarden. Met verhalen over zijn jeugd en met zestig jaren muziek. Dit belooft

voor ons een heel fijne middag te worden. De eindtijd is 16,00 uur.

We beginnen om 14.00 uur en de toegang en koffie en thee zijn ook nu weer gratis.
Andere drankjes zijn tegen kantineprijzen beschikbaar.

Op maandag 21 oktober aanstaande gaan we met onze studenten in kleine groepjes legpuzzels maken.

Ook dan beginnen wij om 14.00 uur en de eindtijd is om 16.00 uur.
Opgave voor deze activiteiten is niet nodig.

De activiteiten vinden plaats in de Voetbalkantine van De Leeuwarder Zwaluwen aan de Middelzeelaan 18A te Leeuwarden.

Klaasje Jonker

It Dockummer Lokaeltsje

It Dockummer Lokaeltsje was de (volks)benaming van de spoorlijn tussen het station Leeuwarden en het station Anjum, vanwaar men, via Oostmahorn, aansluiting kon vinden voor de reis naar Schiermonnikoog. De stations Stiens en Dokkum boden eveneens overstapmogelijkheden. De lijn werd, samen met een drietal andere Noord-Friese lijnen, in eerst instantie, vanaf mei 1899, geëxploiteerd door de Noord-Friesche Locaalspoorweg Maatschappij (NFLS).

De lijn, met een totale lengte van ruim 46 kilometer, werd in gedeelten in gebruik genomen. In april 1901 tussen Leeuwarden en Ferwerd en in oktober van datzelfde jaar van Ferwerd, via Dokkum naar Metslawier. Pas 12 jaar later kwam het laatste stuk van Metslawier naar Anjum. De lijn, beginnend bij het station Leeuwarden, liep in noordelijke richting naar de halte Leeuwarden (Harlingerstraatweg) en via de stopplaatsen Jelsum, Cornjum en Britsum naar het station Stiens, waar overgestapt kon worden richting de Parochies. Daarna kwam de loswal/stopplaats Finkum (Poeldijk), de stopplaats Hijum en de stations Hallum, Marrum, Ferwerd, Blija en Holwerd.

Vervolgens richting laad/losplaats Ternaard (Holleweg), station Ternaard, de stopplaats Hantum en station Dokkum, waar overgestapt kon worden op de paardentram richting Veenwouden. Van station Dokkum oostwaarts, via het station Metslawier en de stopplaats Morra/Lioessens, naar station Anjum.

De stations bezaten voor een deel grote of kleinere gebouwen, werkplaatsen en rangeermogelijkheden; de stopplaatsen, los- en laadplaatsen moesten het meestal doen met al dan niet overdekte dubbele perrons.

De opbrengst van het personenvervoer op de lijn was sterk afwisselend, terwijl het goederenverkeer goede winsten opleverde. Groot nadeel was dat er, door een tekort aan los- en laadplaatsen, veel goederen, in de open lucht, langs het spoor werden opgeslagen, iets wat sterk afbreuk deed aan de kwaliteit en duurzaamheid van die goederen. Verder werd er van overheidswege voortdurend op aangedrongen de zeer vele



overgangen te beveiligen, iets wat de maatschappij, gezien de kosten, maar mondjesmaat toepaste. In december 1905 werd de exploitatie in handen gegeven van de Hollandsche IJzeren Spoorweg Maatschappij (HIJSM) en uiteindelijk werd in januari 1935 de spoorlijn overgenomen door de Nederlandse Spoorwegen (NS) die de diverse lijnen gefaseerd liet sluiten

Met de spoorweg werd een groot deel van het noorden van Friesland ontsloten, met name voor wat betreft het goederenvervoer: voornamelijk agrarische producten en de diverse soorten vee. De (stoom) tenderlocomotief was hier de krachtbron. De locomotief trok verschillende wagons: passagiersrijtuigen in drie klassen, bagage-, vee- en ballastwagons.

De afstand Leeuwarden – Anjum, 46,6 kilometer met 20 stations, haltes, stopplaatsen, laad- en losplaatsen e.d., werd, onder ideale omstandigheden, afgelegd in iets minder dan twee uur.

In juni 1923 stapte de vroege reiziger om elf over acht in Leeuwarden op de trein en bereikte vijf minuten later de halte aan de Harlingerstraatweg. Vervolgens werd in noordelijke richting gereden, waarbij de stopplaats Cornjum op dit tijdstip om onbekende reden werd overgeslagen.

Rond half negen arriveerde men op het station van Stiens, waar de trein gedurende vijf minuten stilstond. Hier werd de gelegenheid geboden over te stappen op de lijnen naar de Parochies, Franeker en Harlingen. Om zeven over half negen vertrok de trein weer en even voor negen passeerde men Hallum, waarna Holwerd om kwart over negen werd bereikt. Hier kon men met het beurt(zeil)schip de reis naar Ameland ondernemen.

Vervolgens kwam men, via Ternaard en Hantum, rond half tien op het station Dokkum aan. Ook hier werd een aantal minuten stilgestaan om de reizigers de gelegenheid te bieden over te stappen in de richting Veenwouden. Om ca. vijf over half

tien vertrok de trein richting Anjum, waar men rond de klok van tienen aankwam; in Oostmahorn was een tocht naar Schiermonnikoog te regelen.

Deze dienstregeling gold alleen op de maan-, de dins- en de donderdagen, maar niet op zon- en feestdagen. De woens- en de vrijdagen hadden een aparte regeling. Waarschijnlijk ging hier het verkeer van goederen voor. Het hier beschrevene was uiteraard alleen theorie: de praktijk was duidelijk anders. De route wemelde van de bruggetjes, spoorwegovergangen en vaak liep er vee op het spoor. Daar kwam bij dat een groot deel van de in de omgeving van het spoor wonende en werkende boerenbevolking zich ergerde aan het sissende en stomende monster dat met enige regelmaat 'voorbij denderde'! Vee werd opgeschrikt en de omgeving werd vervuild door neerslaand roet. Een lichte vorm van sabotage was dan ook niet geheel uitgesloten. Er bestonden voldoende mogelijkheden om 'per ongeluk' gedurende enige tijd het spoor te blokkeren. Ook het onderhoud aan de vele bruggetjes, aan de stations en stop- en laadplaatsen liet veel te wensen over.

Probleem was ook, iets dat overigens gold voor bijna alle spoorwegverbindingen uit die tijd in de regio, dat de stations en stopplaatsen niet altijd direct aansloten op de woonplaats van de reiziger, zodat men zich vanuit het dorp eerst met ander vervoer naar het station moest begeven. In veel gevallen lag het station tot wel een kilometer vanaf de woonplaats.

Al met al was de spoorlijn niet altijd betrouwbaar. Voor de ontluikende industrieën langs de lijn, bijvoorbeeld de voedingsmiddelenindustrie en de machinebouw in Hallum, was het zaak dat de aanvoer van grondstoffen en de afvoer van gereed

product ongestoord kon plaatsvinden. Ook het vervoer van personeel uit de omgeving richting fabriek was van levensbelang.

Zo langzamerhand werden de (nog primitieve) wegen belangrijker dan de spoorlijn: de vrachtwagen, de autobus en zo hier en daar een particuliere auto, namen in de loop van de tijd het vervoer voor hun rekening.

In de periode 1940 – 1944, tijdens de Duitse bezetting, werd een deel van de lijn gebruikt voor de bevoorrading van de z.g. Fliegerhorst. Tussen Leeuwarden en Jelsum waren daarvoor twee aparte aftakkingen van het spoor aangelegd. In de beginjaren van de 21e eeuw zijn er nog pogingen ondernomen om de lijn, althans voor een deel, weer in gebruik te stellen: nu voor toeristische doeleinden. Plannen voor een fietspad en de mogelijkheid de lijn te gebruiken voor de introductie van het z.g. spoorfietsen. Het fietspad is er voor een deel gekomen; het spoorfietsen is een zachte dood gestorven.

(Anne van der Mark dichtte in 1958 nog: *In het Dokkumer lokaaltje, kan het zo gezellig zijn*)

Sjouke Elgersma



Detail Blokhuispoort aan het Blokhuisplein.

Foto Johan Eisma

Goede herinneringen:
gedachtegoed
met terugwerkende kracht

Uit de bundel 'Uit eigen bron'
door Gabi Bron (1931-2023)

Gezondheid en medische weetjes.



Reiskostenvergoeding bij kankertherapie.

Opvallend veel mensen die een kankerbehandeling ondergaan zijn zich er niet van bewust dat zij een reiskostenvergoeding kunnen krijgen.

Een tegemoetkoming om met de auto, taxi of het openbaar vervoer naar de behandeling te reizen.

Van de ruim 6200 ondervraagde (ex) patiënten wist iets meer dan de helft dat eigen vervoer naar sommige kankerbehandelingen (chemo-immuun- of radiotherapie) gedeclareerd kan worden bij de zorgverzekeraar.

Vergoeding is bij zes op de tien patiënten bekend. Slechts 45 procent weet dat kosten voor openbaar vervoer ook gedeclareerd kunnen worden.

Schimmels worden gevaarlijker.

Steeds meer schimmelinfecties blijken niet langer met medicijnen te kunnen worden bestreden. Er is sprake van toenemende ongevoeligheid (resistentie) voor anti-schimmelmiddelen, zoals anti-mycotica. Veel schimmels hebben zich als het ware daartegen 'gepantserd' en worden een almaar groter probleem voor zowel artsen als patiënten. De artsen hebben steeds minder middelen tot zijn of haar beschikking om de schimmel te verlossen en de patiënt voelt zich daardoor kanslozer om te herstellen.

Een kwart miljoen Nederlanders kampt met ernstige, chronische schimmelinfectie op huid, nagels en slijmvliezen. Elk jaar lopen zo'n 3000 mensen een moeilijk te behandelen, soms zelfs levensbedreigende schimmel op. Veelal gaat het daarbij om zeldzame schimmels die zich bevinden in bloedbaan, longen, lever of hersenen. Niet alleen in Nederland, maar ook wereldwijd is het een probleem.

Mede door landbouw...

Eén van de oorzaken van de toenemende ongevoeligheid voor medicijnen is het gebruik van schimmelbestrijdingsmiddelen in de landbouw. Dat hebben onderzoekers gesteld. Daardoor kunnen uiteindelijk patiënten met een verminderde weerstand geïnfecteerd raken met schimmelvarianten, die via het gebruik van

chemische gewasbeschermingsmiddelen als fungiciden resistent zijn geworden.

De landbouw gebruikt deze middelen om schimmelziekten te beheersen, door schimmelgroei te remmen of de schimmel te doden.

De Gezondheidsraad wil dat er een Nationaal Actieplan Schimmelresistentie komt.

Tekenbeten.

Elk jaar lopen anderhalf miljoen mensen in Nederland één of meer tekenbeten op.

De meeste mensen worden daar niet ziek van, zo'n 27.000 mensen helaas wel.

Zij krijgen de ziekte van Lyme na een tekenbeet, vaak met een zeer uiteenlopend ziektepatroon. Op tekenradar.nl staat waar in de afgelopen periode veel mensen zijn gebeten door een teek.

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 komende bijeenkomst is op 15 oktober, 14.00 uur tot 16.00 uur, in de huiskamer van COC Friesland. Dirk Rietdijk en Majo Tigchelaar geven een presentatie over de oprichting van COC Friesland in 1971. Ontvangst met koffie/thee en koek. Kosten 5 euro. Aanmelden uiterlijk 13 oktober bij ajager1949@kpnmail.nl of 06 81785519.

Informatie www.cocfriesland.nl COC Friesland, Snekertrekweg 1, 8912 AA Leeuwarden.



Wat extra geld besparen?

Of u nu een mooi spaardoel heeft of liever wat meer budget wilt hebben iedere maand, wat extra geld komt voor vrijwel iedereen van pas. En daar hoeft u niet meteen extra voor te werken, maar u kunt ook onderstaande mogelijkheden proberen.

Controleer toeslagen.

Wie weet heeft u wel recht op toeslagen iedere maand. Huur- of zorgtoeslag bijvoorbeeld. Van de Nederlanders die over 2023 recht op toeslagen hebben, heeft 1 op de 10 deze in augustus 2024 bijvoorbeeld nog niet aangevraagd. Dat is zonde, want zo laat u wellicht geld liggen. Via de website van de Belastingdienst kunt u bekijken of u in aanmerking komt.

Onderhandel over abonnementen.

De kosten van abonnementen voor uw telefoon, krant of streamingsdiensten kunnen bij elkaar fors oplopen. Hier kunt u echter verandering in proberen te brengen door te onderhandelen over de prijs. Zeker als u al jaren trouwe klant bent bij bijvoorbeeld uw telefoon-provider of dagblad, is de kans groot dat ze u niet kwijt willen en een beter aanbod zullen doen om dat te voorkomen.

Verhuur of verkoop spullen.

Als u de smaak van het onderhandelen te pakken heeft, kunt u dit voortzetten bij het verhuren of verkopen van uw spullen. Denk aan speelgoed van de (klein)kinderen die inmiddels volwassen zijn, een grasmaaier die in de schuur stof aan het happen is of kleding die u niet meer draagt.

Beleggen.

Om te beleggen heeft u niet per se een hoog bedrag nodig om te beginnen. Wel kost beleggen tijd, geduld en soms geluk. Als dat voor u geen probleem is, kunt u proberen om op deze manier wat extra geld binnen te halen. **Let op: beleggen kent altijd risico's. U kunt uw inleg verliezen.**

Profiteer van spaarrentes.

Als u minder uitzoekwerk en tijd wilt besteden aan geld opbouwen, is het profiteren van spaarrentes ook een mogelijkheid in plaats van beleggen. Zo kunt u deposito sparen, of uw geld stallen op een gewone spaarrekening. In Nederland zijn de spaarrentes enigszins gestegen in vergelijking met een aantal jaren geleden, maar in het buitenland kunt u nog meer spaarrente ontvangen.



Uit de redactietuin

September ligt bijna achter ons en 22 september is officieel de herfst begonnen.

De meteorologische herfst begon op 1 september, maar toen wilden we het liefst nog van de zomerse temperaturen genieten.

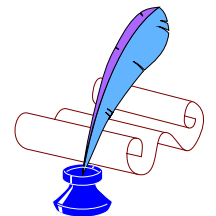
Wanneer we terugdenken aan die zonnige zondag van 1 september was het maar liefst 28,6 graden in De Bilt en daarmee is het oude record van 28,4 graden op 1 september uit 1926 gebroken! Het was de 29e dagrecord dit jaar dat sneuvelde. Dat is toch best opmerkelijk in tijden van klimaatverandering dat een warmterecord dateert van zo lang geleden.

Krijgen we 'een zalige herfst'? Volgens de meteorologen kon het weleens onstuimig worden... En dat werd het op 9 september, met een bak regen en 17 graden. Wat een omslag! Dat was wel even wennen. Later toch weer het zonnetje!



Op onze oproep voor verhalen in het Liwwadders heeft zich een bekende oud-inwoner van Leeuwarden gemeld en dat is Anne de Vries. (pag. 20) Via via hoorde hij van de oproep en klom gelijk achter z'n typemachine ('Ik heb niks met computers').

Het wordt een verhaal in vier delen, waarvan het eerste deel te lezen is in deze LosVast. Leden die Anne kennen, zullen vast zijn stijl herkennen. Onze drukker zou kijken of hij wat van zijn getypte blad kan maken...



Op Prinsjesdag heeft onze koning weer de troonrede uitgesproken.

Wat dat voor ons AOW'ers betekent heb ik in een artikel samengevat.

Ik wens u allemaal een mooie herfstmaand en tot de volgende LosVast!

Janny de Haan

De Viennetta ijstaart

1292: Een Romeins geheim.

De Romeinen mengden sneeuw uit de bergen met honing, rozenwater en fruit tot een soort sorbet.

De Arabieren namen het geheim over en verfijnden het.

In 1292 bracht Marco Polo van zijn verre reizen een ijsrecept mee naar Venetië: het eerste ijs dat door kunstmatige bevroering gemaakt werd.



1982: Het succesrecept.

In 1982 kwam de Brit Kevin Hillman, manager bij Ola, met het idee voor Viennetta. Hij liet zich inspireren door Wenen - Vienna in het Engels, vandaar de naam. De ijsstronk is opgebouwd uit twaalf laagjes roomijs en een paar laagjes knapperige chocolade.

Het basisrecept en de bereidingswijze van deze kerstklassieker zijn sindsdien niet veranderd.

6: Als een Weense wals.

De link met Wenen? Bedenker Hillman dacht naar eigen zeggen aan een Weense wals toen hij de golfstructuur creëerde die de taart zo sierlijk maakt. Het maken van één Viennetta duurt amper zes seconden en lijkt wel een symfonie. Op YouTube vindt u een filmpje over de productie.

1000: Duizend lagen sneeuw.

De ijstaart wordt in meer dan zestig landen verkocht, overal onder dezelfde naam. Er is één uitzondering: In China heet Viennetta 'Duizend lagen sneeuw'.

In Azië verkoopt Unilever sowieso veel Viennetta's. Vooral tijdens de ramadan is het ijsdessert in trek, aangezien het niet zo zwaar op de maag ligt.

12,4 miljoen bekende fans.

Ook bij celebrities is Viennetta populair. Model en tv-presentatrice Cissy Teigen prees de ijstaart aan bij haar 12,4 miljoen volgers op X (voorheen Twitter). Van David Beckham is bekend dat hij een klassiek kerstdiner graag afsluit met het favoriete dessert uit zijn kindertijd..

Ook Oasis-zanger Noel Gallagher is fan!

45: Ieder z'n smaakje?

Jaarlijks worden er voor heel Europa 16 miljoen Viennetta's gemaakt. In het coronajaar liep dat zelfs op tot 20 miljoen.

Door de jaren heen werden meer dan 45 smaken bedacht - zoals ananas, munt, sinaasappel en aardbei – met wisselend succes.

Blijvers zijn de smaken vanille, mokka, tiramisu en karamel.

En... welke smaak zet u na het kerstdiner op tafel?



Gevelsteen aan de Eewal.

Foto Johan Eisma

Dit betekent Prinsjesdag voor AOW'ers.

Iets meer AOW, waarover we waarschijnlijk iets minder belasting gaan betalen. Dit heeft het kabinet voor 2025 voor u in petto!

AOW in 2025

De precieze AOW-bedragen voor volgend jaar zijn nog niet bekend, maar de AOW blijft gekoppeld aan het minimumloon. Dit betekent hoogstwaarschijnlijk dat de AOW ook vanaf januari 2025 mee zal stijgen met de inflatie. De Sociale Verzekeringsbank maakt de precieze AOW-bedragen voor 2025 meestal in december bekend.

AOW-leeftijd in 2025

De AOW-leeftijd blijft in 2025 67 jaar. Pas in 2028 stijgt de AOW-leeftijd naar 67 jaar en 3 maanden.

Belastingen: extra schijf

Details ontbreken, maar er komt een nieuwe, lagere, belastingschijf. Dit betekent dat de inkomens van de lagere en middeninkomens minder zwaar belast worden, wat de koopkracht zou moeten verbeteren. Nu (2024) zijn er voor AOW'ers drie belastingschijven:

Schijf	Belastbaar inkomen	Percentage
1	Tot € 40.021	19,07%
2	Vanaf € 40.021 tot € 75.518	36,97%
3	Vanaf € 75.518	49,50%

De belastingplannen lijken zich vooral te richten op werkenden, dus of er ook voor AOW'ers een nieuwe, nog lagere belastingschijf bijkomt in 2025 is nog niet duidelijk.

Zorgkosten in 2025

Het eigen risico gaat naar verwachting omlaag van 385 euro per jaar, naar 165 euro per jaar. Voor mensen die naar verhouding vaker een beroep moeten doen op zorg, is dit een voordelige maatregel. Maar daar staan stijgende kosten tegenover: de zorgverzekering wordt naar verwachting 8 euro per maand duurder. Daarnaast daalt de maximale zorgtoeslag naar 127 euro.

Energiekosten

Er lagen plannen om de belastingverlaging op energiekosten af te schaffen per 2025, maar die plannen zijn geschrapt. Ook in 2025 profiteren we van lagere belasting op energie. Eigenaren van zonnepanelen moeten goed opletten. Ze kunnen nog 2 jaar gebruik maken van de salderingsregeling. Vanaf 2027 wordt deze afgeschaft.

Koopkracht voor AOW'ers in 2025

Volgens berekeningen van het Nibud neemt de koopkracht voor de meesten toe. Voor gepensioneerden is de groei beperkt tot 0,6% in 2025, terwijl uitkeringsgerechtigden er 0,9% op vooruit gaan.

Omschrijving	2024	2025
Huishoudens gemiddeld	+1,85%	+0,70%
Uitkeringsgerechtigden	+0,70%	+0,90%
Gepensioneerden	+1,00%	+0,60%
Hogere inkomens	+1,50%	+0,50%



Ledenpasjes

De ledenpasjes van **2024** zullen onbeperkt geldig zijn en controle zal via het lidnummer zijn.

En nogmaals, opzeggen voor 1 december bij leden@losleeuwarden.nl

Ploanske

Door Anne de Vries

Ploanske

Douwde de polsstok stevich in de moddereche boaiem. Dur ut gepor steech de modder, as un onwearsbui in ontwikkeling, langsem omhoog. De sloat was breed. Meskyn wel te breed foar my maar om dat hele kelere end om te lopen daar bedankte ik foar. Maakte my self wys dat ik over bredere sloaten sprongen bin. So fantasearde ik dat ik over water kon lope om dan oek maar gelyk dat tweeduzend jaar ouwe rekôrd fan die oud Israëliër te evenaren. Dat het alles te krjfen met myn moeke en hur skeltkakanonnades at hur jonkje weer us in de ploemp sprongen was. "Ast ut niet keste, waarom springst Dan?" Om erfaring op te doën, riep ik, enom fan myn fouten te leren! "Su wille dast die instelling oek op skoal hadust," suchtte moeke. Skatte myn kaans om drooch de overkant te halen op tachtech %. Om myself te overtügen ferplaatste ik de pols foar de sofeulste Disse keer foelde ut goed.

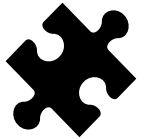
Nam un aanloop om te kiken of ik útkom met myn passen en sach dat ut goed was. Bleef noch wat omdidelomdeine en toen pas sach ik die boer an de overkant fan de sloat. Hÿ was bezech de koeien te melken, sien blik op my richten. De twifelsbloech toe. Niet twifele. Twifel is de onderdrukking fan de wilskracht...

Waar ik oek heel goed in bin, is skoften laang heel interessant om heen kike. Daardeur was dur sofeul tyd fergriemd, had wel dry keer omlopen kennen. At ik oait nôch us met ut eerste kivytsel naar paleis Soestdÿk wul sast tóch wel us springe mutte, bedoch ik my. Die weens, dat gefoël, gaf my genoeg fertrouwen en myn start was flitsend. Op tōpsnelhyd naderde ik de polsstok. Fan ut mien oochhoek sach ik dat de boer dur bÿ was gaan staan. Kon de broadnoadeche konsentracy fasthouwe. Greep met allebeide hannen de polsstok en socht ut luchtrâm. Ut was saak om so snel mooglek omhoog te klimmen. Ach, wat un geweldsche prestasy. Asôf de swaartekracht gien fat op my krÿje kon. Noch hoocher klom ik. Heel even was ik gelukkech. Un fraksy fan un sekonde later drong ut tot my deur dat ik te wynich snelhyd had en foelde hoe de polsstok my niet over ut doiepunt heen krÿje kon. At ik niet so in paniek raakt was, wa dur genoeg tyd over weest om fan ut útsicht te genieten. Wel begon myn linkerarm, geheel bÿten my om, met ut imiteren fan un wynmolen. Eigenaardech dast dan maar wynich meer fan de omgeving met krÿje, maar die bulderende lach fan die boerontging my niet. Even hoopte ik dat de polsstok un bitsje skuin oppe sloatkant su falle om aan un nat pak en un soad skellerÿ fan moeke te ontsnappen. Fergeet ut maar. De polsstok daalde presys in ut ferlengde fane sloat en met un gewekdege ploans ferdween ik onder water. Allemachtech, ut water was ys en de yskoud. Myn hart ston bÿna stil. Kon krekt myn hoofd boven water houwe. In polsstok kringen hyt dat: Op eendhoochte. Wu so snel moogleknde sloatkant op klautere maar myn rechterpletikskÿn sat fast sogen in de drekboaiem. "Pak myn han!" Sach omhoog en keek in ut gesicht fane boer.

....

wurdt ferfólcht

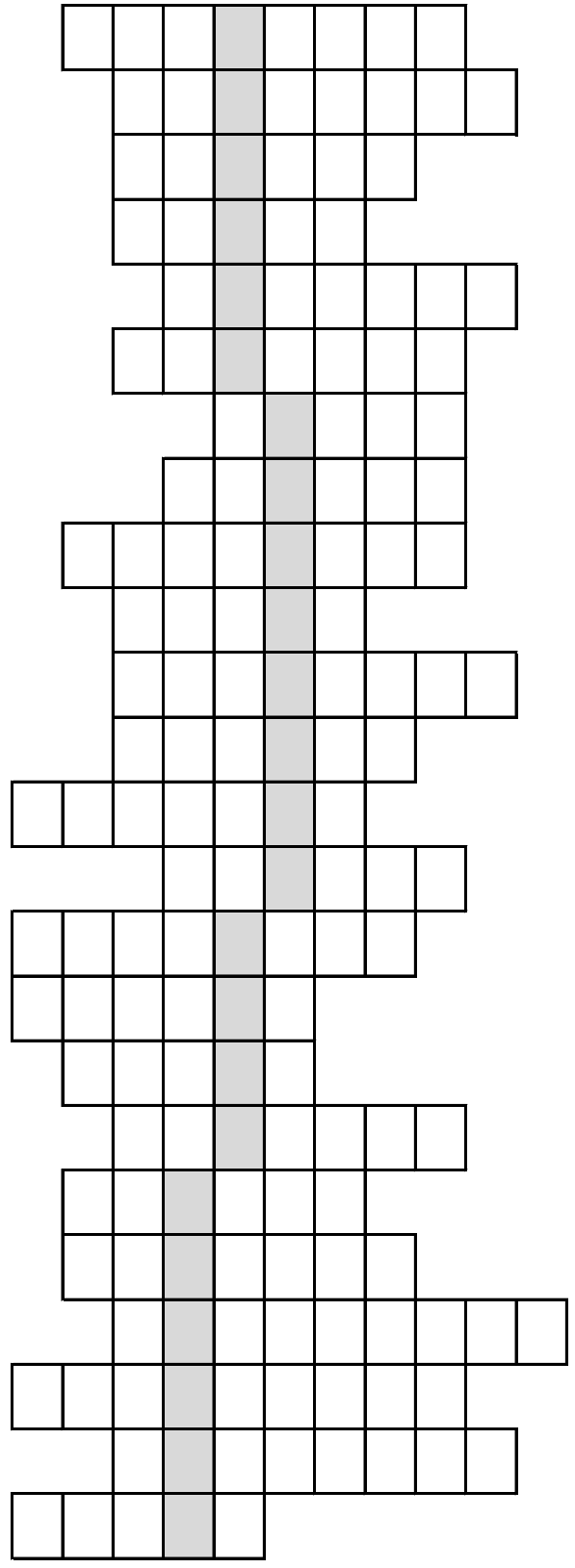
Een Fillipine ditmaal. De oplossing bestaat uit vier woorden die samen een korte zin vormen.
De woorden staan zoals u gewend bent in de gekleurde vakjes. Succes.



De opl. v/d afgelopen maand was: Etensblikken.
De winnaar is Dhr. R. Nammensma.

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

- Sterke drang waarbij je veel voor jezelf wilt hebben
- Een ter bewaring opgestapelde hoeveelheid gedroogd gras
- Mooie bewegingen maken op muziek
- Door ondiep water lopen
- Betrekking waarin personen tot elkaar staan
- Een bij elkaar horend stel borden, schalen, enz.
- Een liefhebberij ter ontspanning
- Vasthoudend aan eigen wil of inzicht
- Gebouw waarin nonnen en monniken wonen
- Rijtuig dat wordt getrokken door paarden
- Periode van een aantal dagen waarin je vrij bent
- Ruimte waarin je voedsel kan bereiden
- Een ingebouwd bed in afsluitbare kast
- Vaak vrijstaande stut ter ondersteuning
- Als je niet meer dan één partner hebt
- Opeenhopingen van vloeistof onder de huid
- Een toespraak houden over het geloof
- De avondmaaltijd gebruiken
- Hulpmiddel om cirkels en cirkelbogen te tekenen
- Op handen en knieën voortbewegen
- Gulzig en veel eten
- Gesprek waarbij iedereen zijn mening geeft
- Het bedekken van wanden met een laag papier
- Jaarlijkse parade van creaties met o.a. bloemen, fruit, enz.



Adressen en telefoonnummers

Secretaris bestuur:

Lolkje Miedema 06 30204390
E-mail: secretaris@losleeuwarden.nl

Ledenadministratie:

Rimmer en Sietske Koopmans
Tel: 058 7854672 of 06 33021707
leden@losleeuwarden.nl

Voorzitter activiteitencommissie:

Willem 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:

Siep Prakken
Janny de Haan, Jaap de Groot, e.a.
Redactie: redactielosvast@gmail.com

LOS Belasting- en formulierenhulp:

Willem 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

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
Medipoint Leeuwrden
Heliconweg 55 A, 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/info@4hetleven.nl/](tel:0355245156)
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; web
www.zvcl.nl

Amaryllis:

Wijkteams, mantelzorgondersteuning,
vrijwilligerswerk: 058 3030400

Zorgverzekering:

Het collectiviteitsnummer bij 'DeFriesland' 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 OKTOBER 2024 -

di	1	14.00 u	Start blauwe golf	Wandelen
do	3	9.30 u	Het vooronder, de Gealanden	Vergadering activiteitencommissie
do	3	11.00 u	Het vooronder, de Gealanden	Bestuursvergadering
za	5	14.00 u	Start Mc Donalds, Goutum	Fietsen
di	8	14.00 u	Start blauwe golf	Wandelen
wo	9	13.30 u	Eeltjes hiem	Op het witte doek
vr	11	13.30 u	De Harmonie	Vrijwilligersmarkt
ma	14	14.00 u	Le Biberon, Julianapark	Jeu de boules
di	15	14.00 u	Start blauwe golf	Wandelen
wo	16	14.00 u	Start jumbo Lekkumerend	Fietsen
do	17	14.00 u	Inloop Slikerfilm, Wilhelminaplein	Radical
vr	18	14.00 u	redactie@losleeuwarden.nl	Inleveren kopij
di	22	14.00 u	Start blauwe golf	Wandelen
za	26	14.30 u	Kurioskerk, Julianalaan	Los Abuelos
ma	28	9.30 u	Westenkwartier, Verdistraat 1	Verdelen/bezorgen LosVast
di	29	14.00 u	Start blauwe golf	Wandelen

Dit alles voor zover bekend en onder voorbehoud.

SENIORENFILM:

RADICAL



donderdag 17 oktober a.s.

Regie: Mateo Londono gesproken taal: Spaans, ondertiteling: Nederlands. Acteurs: Eugenio Derbez, Daniel Haddad, Jennifer Trejo. Land van oorsprong: Mexico – 2024 - 125 min. Genre: drama.

Leraar Sergio Correra komt vol goede moed aan op zijn nieuwe school in het Mexicaanse Matamoros. Hij ontdekt al snel dat er op de school weinig middelen zijn en nog minder enthousiasme om de jongeren iets bij te leren. Zij komen vaak uit moeilijke thuissituaties en behalen de laagste testcores van het land. Hij besluit het roer compleet om te gooien en “radicale” methodes te gebruiken om zijn leerlingen te inspireren en een betere toekomst te bieden. “Radical” is gebaseerd op een waargebeurd verhaal, dat prachtig vertoond wordt door de innemende jonge cast en hoofdrolspeler Eugenio



Derbez, die eerder ook al een leuke inspirerende leraar speelde in “CODA”.

De inloop is vanaf 14.00 uur met koffie/thee. De film begint om 14.30 uur. De entree bedraagt € 11,50 inclusief consumptie. U kunt kaarten reserveren/kopen online of aan de kassa. De Slikerbalie is behalve op maandag iedere middag geopend.



Stadswerf aan de Oldegalileën.
Foto Johan Eisma



Gevelsteen met Westerkerk aan de Bagijnestraat.
Foto Johan Eisma




STIP
STENCIL
WERK

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 • lootjes
wenskaarten
enveloppen • kalenders

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

bij drukkerij
STIP!

www.stipwerk.nl



UITVAARTVERZORGING
Joke Boonstra

*'Wanneer
het tijd is
om afscheid
te nemen'*

Integer, respectvol
en betrokken



T 06-15124118 • www.jokeboonstra.nl