

LosVast

Magazine van de Leeuwarder Onafhankelijke Seniorenvereniging



In dit nummer:

Lezing Wiebe
Wieling

Stadhouders

Recept

.... en veel meer

Lichtkunstwerk bij NHL Stenden aan de Rengerslaan. Foto Johan Eisma

LOS

Jaargang 9 - Nummer 10 - november 2024

FIETSEN IN FRIESLAND EN MET DE PONTJES OVER.

Fietsen langs het water is op en top ontspannen. Verschillende pontjes brengen fietsers en voetgangers naar de overkant van het water.

Met name in de regio rondom het Nationaal park De Alde Feanen zijn er veel pontjes te vinden. In het zuiden van Friesland vind je verschillen zelfbedieningspontjes.

Ook in november is de Grietman Eco 's weekends weer in de vaart.

Maak tussen 11 uur en 16 uur je oversteek!



Maak kans op een lunch!

Bij de pont Hoodammen - De Veenhoop vind je sinds maart 2024 een fotobord. Op dit fotobord zie je hoe je rond 1950 nog de oversteek naar de andere kant maakte!

Maak met dit fotobord een leuke of ludieke foto en plaats deze op social media met de hashtag #pontjesfriesland. Zo maak je kans op een heerlijke lunch voor twee personen bij Restaurant It Polderhûs!

Voorwaarden: De winactie loopt tot en met 30 november 2024. De winnaar krijgt persoonlijk bericht en kan daarna gaan reserveren bij Restaurant It Polderhûs.

SENIORENFILM: SONGS of EARTH

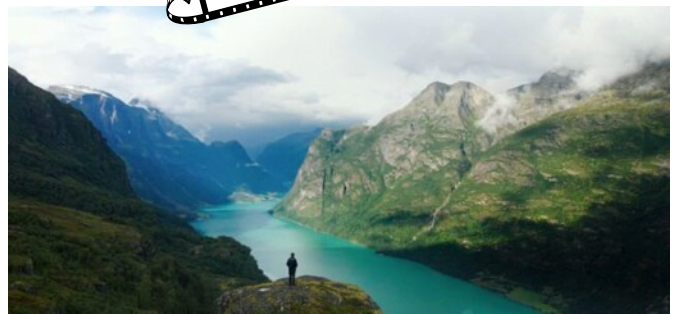
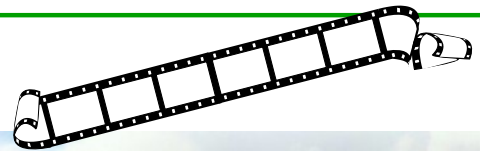
Donderdag 21 november

Regie: Margreth Olin. Gesproken taal: Noors ondertiteling: Nederlands. Acteurs: Jorgen Mykle, Magnhild Mykloen. Land van oorsprong: Noorwegen. Genre: documentaire. 2024 – 91 min.

Ijsblauwe gletsjers, klaterende watervallen en knisperende groene loofbomen vormen het adembenemende decor van de natuurfilm Songs of Earth.

Regisseur Margreth Olin keert terug naar haar geboorteplaats, de betoverende vallei Oldedalen in Noorwegen, voor een liefdevolle ode aan zowel deze majestueuze omgeving als aan haar ouders, die na al die jaren nog steeds een diepgewortelde liefde voor elkaar koesteren.

Al zijn hele leven wandelt haar ondertussen 84-jarige vader Jorgen, door deze naar verluidt mooiste vallei van Noorwegen. Als kind nam hij zijn dochter al mee op zijn wandelingen, waar ze samen alles bespraken. Ook nu fungeert hij als wijze gids van zijn dochter en neemt hij haar een heel jaar lang mee op zijn tochten door het magnifieke landschap. Hij deelt verhalen die geworteld zijn in generaties. Hier groeiden zijn voorouders op, ze werden verliefd en stichtten gezinnen, te midden van natuurlijke verschuivingen en overstromingen die deel uitmaken van het leven in deze grillige natuur.



Margreth Olin weet niet alleen het spectaculaire programma vast te leggen, maar ook de stilte en sereniteit die heersen te midden van de ruige bergen, het wildleven en de tijdloze verhalen die de vallei omhelzen. Het bekendste natuurfilmteam van Noorwegen filmde de fenomenale IMAX-waardige beelden en Rebekka Karijord componeerde op basis van de geluiden van de natuur, de aarde en schuivende gletsjers een prachtige orkestrale score, uitgevoerd door het London Contemporary Orchestra.

Songs of Earth is een grootse natuurfilm, gebouwd op een persoonlijke geschiedenis, waar Liv Ullman en Wim Wenders als uitvoerende producenten graag hun handtekening onder zetten. 'Our first love was nature. Let's not forget.....'

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.

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.

Terugblikken en vooruitkijken.

De maand oktober was voor LOS een hectische maand. We waren eerst op de beurs van Nieuw Elan huurders platform en daarna hebben we het 100 jarig jubileum van voetbalvereniging Leeuwarder Zwaluwen bijgewoond.

Ook waren we aanwezig op het vrijwilligersfestival op 11 oktober jl. in de Harmonie.

Het overlijden op 8 oktober jl. van onze zeer gewaardeerde vrijwilliger/secretaris Gerard van Steijn heeft ons allen geraakt. Dat dit zo snel zou plaatsvinden, had niemand verwacht. Elders in deze editie staat een 'in memoriam'.

Waar het leven voor de één stilstaat gaat het voor anderen verder.

Ook voor LOS gaan de culturele en sportieve dingen gewoon weer door en ons prachtige magazine LosVast heeft weer veel wetenswaardigheden.

De herfst heeft nu met storm, regen en koude dagen zeker zijn intrede gedaan. De winterkleding kan weer uit de kast en de kachel kan weer hoger.

Wanneer we vooruit kijken naar het wereldgebeuren worden we daar niet blij van. Het hele Midden Oosten staat in vuur en vlam. Hoe zal het begin november met de verkiezing van een nieuwe president in Amerika gaan? Ook wij zullen daar te zijner tijd het één en ander van merken.

En dan de situatie van ons eigen kabinet. Houdt het stand of gaat het vallen. Het is iedere dag weer spannend.

De donkere dagen van november komen eraan. Ik hoop dat het voor een ieder warmte en gezelligheid zal brengen.

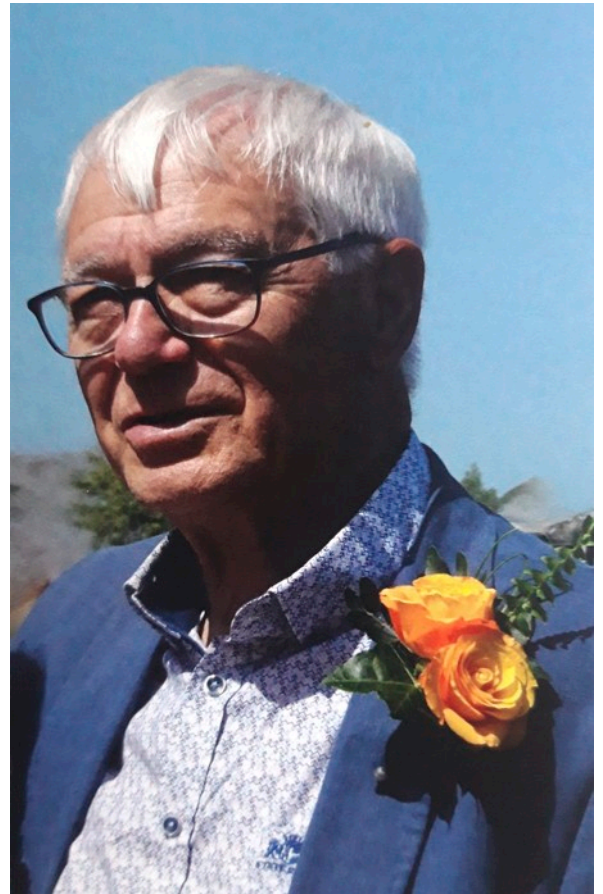
*Een ieder heeft een mening over iets
Een ieder heeft gevoelens over iets
Een ieder heeft problemen, zorgen over iets
Maar mopperen en het uitleggen van je
Eigen emoties leidt echt tot niets
Om van niets naar iets te komen
Is saamhorigheid nodig
Met positieve aanwezigheid
Dan is overleggen een kleinigheid.*

Mariet.

In Memoriam

Gerard van Steijn 1949 – 2024

Eerder dan verwacht vernamen wij het droevige nieuws van het overlijden van Gerard van Steijn. Zoals u in de vorige LosVast hebt kunnen lezen, moest hij om gezondheidsredenen noodgedwongen zijn taken voor onze vereniging beëindigen. Op 20 augustus jl. kreeg hij in bijzijn van een groep vrijwilligers een klein podium voor de vele taken die hij in voorbije jaren voor LOS heeft verricht. Die bewuste dag kon hij gelukkig nog in ons midden zijn en werd hij tot erelid van LOS benoemd. Nadien ging zijn gesteldheid hard achteruit en namen wij zaterdag 12 oktober jl. afscheid van hem in Andringastate te Marsum. Een beeldpresentatie en toespraken gaven een goede indruk van het leven van Gerard en zijn allernaasten. Mariet Wit, onze voorzitter, benoemde de samenwerking met Gerard en zijn vele verdiensten voor LOS. Zoals bekend beheerde hij het secretariaat, de ledenadministratie en de redactie van dit magazine. Janny de Haan, ook betrokken bij de redactie, noemde de samenwerking met Gerard als coördinator van de redactie 'erg prettig'. Vergaderen jaarverslagen deden ze samen. 'Vaak een complimentje, zo was Gerard', schreef ze me, 'een echt no nonsens mens. Ik ga hem missen'.



Tijdens bestuursvergaderingen zag ik hem als secretaris weinig schrijven. Zijn 'bestand' was in zijn brein en de notulen werden accuraat uitgewerkt. Gerard kon onverbloemd zijn mening geven, soms confronterend, maar de goede verstander wist dat hij zich met hart en ziel bij LOS betrokken voelde. Zozeer zelfs, dat ik weleens opmerkte of het wel goed zou komen als hij onverhoopt uit zou vallen. Gerard maakte zich daar geen zorgen over: 'als het zover is, is er wel achtervang'. Hij heeft gelijk gekregen met de opvolging van nieuwe vrijwilligers die zijn taken met verve hebben opgepakt.

Gerard werd geboren in Den Helder en groeide op in een gezin van zeven kinderen. Werkzaam in de bloembollen kwekerij, konden zijn ouders met moeite de eindjes aan elkaar knopen. Gerard was praktisch ingesteld en zag in eerste instantie een toekomst als timmerman voor zich. Na avondstudie werd hij uiteindelijk leraar wis- en natuurkunde. Hij gaf les op scholen in o.a. Leeuwarden en Sint-Annaparochie. Een betrokken docent, die meeding met werkweken en schoolreisjes. Eenmaal met pensioen oriënteerde hij zich op passend vrijwilligerswerk. Hij was betrokken bij Museum de Grutterswinkel in onze stad en werd secretaris van de ANBO. Uit ongenoegen met gevoerd beleid ontstond bijna 10 jaar geleden LOS. Gerard was een spin in het web van onze vereniging, maar we mogen ook gerust zeggen dat hij voor LOS een goede ambassadeur was naar gemeente en instanties. Wij zijn hem daar zeer erkentelijk en dankbaar voor.

Wij wensen Heleen, zijn vrouw, en naaste familie van harte sterkte voor de komende tijd. Mogen de goede herinneringen het gemis wat verzachten.

Hajo Anema

MUZIEK OP HET WITTE DOEK: 20 NOVEMBER 2024

ADVENTSCONCERT UIT HET ERZGEBIRGE

kerst - koor - koper - en topsolisten

Vanuit het sfeervolle kerkje van Marienberg.

Dit wordt voorafgegaan door een Vivaldi - concert uit een van de magistrale villa's van Palladio.

Locatie: Eeltsje's Hiem, Pieter Sipma wei 11, 8915 DZ Leeuwarden.

Toegang: € 7,00 contant, dat is inclusief koffie of thee in de Pauze.

Aanvang 13:30 uur en het einde van deze middag is ± 16:30 uur.

De bewoners van het Westeinde zijn ook nu weer van harte welkom.

Opgave bij: Willem de Boer telefoon 06 53636700.

Of email: w.de.boer@losleeuwarden.nl.

Op 18 en 19 nov. 2024 tussen 19:00 uur en 21:00 uur.

Tot ziens op 20 nov. 2024 om 13:30 uur.

De Activiteiten Kommissie van LOS.



WENSKAARTJES

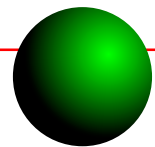
Onlangs lagen er opeens vier wenskaartjes op de mat. Fleurige kaartjes met kleurige bloemen en hartelijke wensen als 'Veel sterkte' en 'Leendert, we denken aan je'.

Die kaartjes droegen de namen van meer dan vijftig LOS-leden.

Dank lieve mensen, dank! Een klein gebaar dat je ontzettend goed doet!

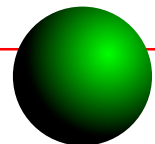
Leendert Plaisier

JEU DE BOULES



Op maandag 14 oktober hadden we met prachtig herfstweer een opkomst van 12 spelers. Er werd weer enthousiast gespeeld. Zolang als het weer goed meewerkt gaan wij door met spelen. **De volgende middag is maandag 11 november aanstaande.**

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 is **Le Biberon: Julianapark 2** (achter de Kurioskerk). Opgeven kan bij Jannie de Ruyter, tel. 06 23607681.



KOERSBAL



HOERA! we kunnen weer starten met het KOERSBAL!

Na onze oproep in het vorige LOS magazine hebben we Henk de Vries bereid gevonden om het Koersbal op zich te nemen.

We willen starten in januari 2025.

Ook u kunt zich opgeven als deelnemer!

Er is 1 dagdeel van 2 uren eens per 2 weken in

Wijkcentrum Nijlan, Surinamestraat 31 en in Multifunctioneel Centrum Mozaik, Droppingstraat 14.

Nieuwe leden en introduc es zijn van harte welkom!

U kunt zich aanmelden bij:

w.de.boer@losleeuwarden.nl of 06-53636700

Graag tot ziens!

WIEBE WIELING VOORZITTER 11 STEDENTOCHT VERTELT!!

Op zaterdag 30 november aanstaande hebben we een bijzondere lezing voor u.

In de Kurioskerk

Julianalaan 38

8933 AA Leeuwarden

Aanvang 14,30 uur en einde ca. 16,30 uur.

(bestel de taxi niet te vroeg svp)

Al sinds 1997 hebben we geen 11 stedentocht meer gehad. Maar... de mensen van de organisatie zitten ondertussen niet stil. Ieder jaar is men er weer 'klaar voor'. Er moet heel wat geregeld worden, mocht de tocht doorgaan.

We hebben de voorzitter, de heer WIEBE WIELING, bereid gevonden om ons even bij te praten. Hij zal vertellen over alle wetenswaardigheden, achtergronden, anekdotes en vooral mooie verhalen van de 11 STEDEN TOCHTEN. Ook zal hij ons bijpraten over waar men ieder jaar zoal mee bezig is, tot de tocht eindelijk door kan gaan!



U kunt zich **opgeven** voor deze bijzondere middag bij **Grietje Tanahatoe.**, vanaf **21 november aanstaande tussen 18.00 uur en 20.00 uur.**

Telefoon 058-2135043 of 06-20279596

Graag uw ledenpas bij de hand houden.

Entree € 7,-. U dient CONTANT te betalen; er is GEEN pinapparaat aanwezig.

Dit is inclusief koffie/ thee een lekkere koek en een pausdrankje of advocaatje.

HET LEEUWARDER SHANTYKOOR VRAAGT NIEUWE KOORLEDEN.

Het bestuur van het Leeuwarder Shantykoor maakt zich wat zorgen. Ze zitten namelijk te springen om nieuwe koorleden.

Het koor is in 2001 opgericht en bestond uit 40 zangers en door het afnemende ledenaantal wil men het koor graag up-to-date houden.

U bent van harte uitgenodigd om vrijblijvend een repetitie mee te maken en de sfeer van het Shantykoor te proeven.

Men repeteert op de donderdagavond van 19.30 – 21.30 uur.

Zingt u graag en wilt u het koor komen versterken of wilt u meer informatie?

Bel met het secretariaat de heer S. Roelofsma tel. 06-25241427 of stuur een mailtje naar swa.roelofsma@planet.nl



OPROEP AAN LOS LEDEN.

Op 13 december aanstaande is de deadline van het kerstnummer van ons magazine dat op 23 december aanstaande wordt bezorgd.

Heeft u ooit iets leuks of ludieks meegemaakt rond of tijdens de kerstdagen, maak er een leuk verhaaltje van en wij plaatsen het dan in het kerstnummer van de LosVast.

Het mag ook een eigengemaakt gedicht zijn. Stuur het s.v.p. op tijd naar de redactie, dus vóór 13 december aanstaande naar redactielosvast@gmail.com of de Ruyterweg 90, 8921KM Leeuwarden.

CONCERT DUO DRONKERS EN ALINDA.

Zondagmiddag 24 november aanstaande staat een wel heel bijzonder concert op het programma van het duo Dronkers en Alinda in de gezellig lobby van het WestCord WTC Hotel in Leeuwarden.

Met het virtuoze pianospel van Dennis Dronkers en de diepe klanken van de contrabas van Alinda Talsma vormen de twee musici een unieke combinatie van meerstemmige zangpartijen met een enorm muzikaal plezier. Met de intense manier van muziek maken en de persoonlijke wijze



van presenteren zijn de twee geheel aan elkaar gewaagd. Tel bij de heerlijke liedjes de ook hilarische aankondigingen en we hebben alle ingrediënten voor een fantastische middag met

DERDE HELFT.

Na een zeer geslaagde opening met veel bezoekers kunnen wij u nu de activiteiten van de novembermaand aanbieden.

De gebroeders Balk komen ons iets vertellen over de oostkant van Leeuwarden en het oprichten van Voetbalvereniging Cambuur.

Datum: 4 november aanstaande. Aanvang: 14.00 uur. Kosten: gratis.

Ook koffie en thee zijn gratis en de drankjes zijn tegen kantineprijzen.

Bingo

Datum: 18 november aanstaande. Aanvang: 14.00 uur. Kosten: € 2,50 (we hebben geen pinapparaat) Koffie en thee zijn weer gratis en voor de drankjes gelden weer de kantineprijzen.



prachtige liedjes in een saus van humor en gezelligheid. Het concert op zondag 24 november in het WestCord WTC Hotel in Leeuwarden begint om 15.00 uur en duurt

tot uiterlijk 17.00 uur. Het publiek kan gezellig aan tafeltjes zitten in de mooie ambiance van de lobby van het hotel. Mede door de te verwachten grote belangstelling is ruim op tijd komen gewenst.

Entree: € 15. Auto's kunnen tijdens het concert vrij parkeren in de vakken B2 en B3 naast het hotel. Voor de deur even iemand afzetten kan altijd. Na afloop kunt u ook altijd even een panoramisch kijkje nemen over Leeuwarden, eventueel met een drankje en een hapje, in restaurant Elevé op de 11e verdieping.

www.duodronkersenalinda.nl

Art Connection

Ed van Dijk



Voor de goede orde kunnen wij u medelen dat we van de Gemeente Leeuwarden toestemming hebben gekregen deze activiteit bij ons in de kantine te mogen laten plaatsvinden.

Wij zitten in de kantine van Voetbalvereniging De Leeuwarder Zwaluwen. Middelzeelaan 18A , Leeuwarden.

Het is niet nodig om het WMO-vervoer voor 14.00 uur te bestellen.

De deuren gaan om 13.45 uur open.

Namens De Derde Helft

Klaasje Jonker

06 8007 8387

Lezenswaardig



Matt Haig: Een onmogelijk leven Is verschenen bij uitgeverij Lebowski en kost € 23,99

Wanneer de gepensioneerde wiskundedocent Grace een vervallen huisje erft van een lang verloren vriendin, ergens op een eiland in de Middellandse Zee, wordt ze toch wel heel nieuwsgierig. Ze boekt een enkele reis en arriveert zonder reisgids en zonder plan op Ibiza.

Tussen de ruige heuvels en de gouden stranden gaat Grace op zoek naar antwoorden over het leven van haar vriendin en hoe het eindigde. En wat ze ontdekt is vreemder dan ze ooit had kunnen dromen. Maar voordat ze in deze onmogelijke werkelijkheid kan duiken, moet Grace eerst in het reine komen met haar eigen verleden.

Vol verwondering en wild avontuur; dit is een verhaal over hoop en de levensveranderende kracht van een nieuw begin.



Michael Hompes: Het verleden is voor later Is verschenen bij uitgeverij Ambo Anthos en kost € 24,99

Overrompelende debuutroman die laat zien dat de Joodse geschiedenis niet stopt na de oorlog. Gebaseerd op een waargebeurde familiegeschiedenis. Amsterdam, juli 1943. De pasgeboren Robbie wordt tijdens de piek van de razzia's door juffrouw Silverbaum uit het Joodse getto gesmokkeld. Marc Herzberg wil aanvankelijk niets weten over zijn familiegeschiedenis. 'Bij mij stopt de oorlog,' heeft hij zich ooit voorgenomen. Als hij per ongeluk stuit op een goed gedocumenteerd dossier over zijn vaders naoorlogse jeugd en in dezelfde periode de oma van zijn vrouw oorlogsverhalen begint te vertellen, is hij zijn gevoelens niet langer de baas. De moeilijke premature geboorte van zijn dochter zet de relatie met zijn vader op scherp.

~~~ WEERSPREUK ~~~

*'Oktober heeft eenendertig dagen,
maar vaak het dubbele
aan storm en regenvlagen'*

Nou die regenvlagen sloegen ons vorig jaar echt om de oren. De wijnmaand was zeer nat en op het landelijk hoofdstation De Bilt zelfs recordnat.

Stormen komen nogal onregelmatig voor. De afgelopen jaren viel het met oktoberstormen mee. De laatste (zeer) zware storm dateert van 28 oktober 2013.



WEERWOORD: Koeienpotenmist.

Soms is de mistlaag boven het weiland zo dun dat de koeien er met hun poten in staan, terwijl de rest van hun lijf wel zichtbaar is.

Koeienpotenmist hangt vaak vlak na zonsopkomst na een rustige, heldere, koude nacht boven het weiland. Weerfotografen zijn er gek op.

Weer om nooit te vergeten: oktober 2003.

Oktober was in dertig jaar niet zo koud geweest: in De Bilt gemiddeld 7,5° C, tegen een toenmalige norm van 10,3° C. De nacht van 23 op 24 oktober was uitzonderlijk koud.

Op vliegbasis Twente werd de landelijke laagste temperatuur genoteerd: -8,5° C.

Recept voor de maand november

AARDBEIEN-CRUMBLEREPEN

We gaan weer eens iets lekkers bakken deze maand.

Ingrediënten voor 6 personen:

- 400 gram aardbeien
- 50 gram kristalsuiker
- 1½ eetlepel maïzena
- 340 gram ongezouten roomboter
- 1 citroen
- 6 toefjes slagroom
- 400 gram bloem
- 200 gram poedersuiker

Bereidingswijze:

Bereidingstijd: 15 minuten

(+ 90 minuten wachttijd)

- Leg een vel bakpapier in een vierkante bakvorm (20X20 cm) en verwarm de oven voor op 175°.
- Snijd de kroontjes van de aardbeien en snijd de aardbeien in kleine plakjes.
- Doe ze in een mengkom en voeg de maïzena toe.



- Pers het sap uit de citroen en voeg dit toe aan de kom en schep het door elkaar.
- Doe de bloem, kristalsuiker en poedersuiker in een andere mengkom.
- Smelt de boter en voeg deze toe aan het geheel. Schep het met een spatel door elkaar tot de ingrediënten gelijkmatig vermengd zijn.
- Schep de helft van dit deeg in een bakvorm en duw alles met de achterkant van een eetlepel goed aan tot een mooi compacte laag. Gebruik je vingers om het resterende kruimeldeeg te verkruimelen over de aardbeien.
- Schuif de bakvorm in de oven en bak het in 45 minuten goudbruin. Laat het 15 minuten afkoelen in de bakvorm, haal de aardbeien crumble uit de bakvorm en laat het nog 30 minuten afkoelen op een rekje.
- Snijd het in repen en serveer het met een toefje slagroom en eventueel wat aardbeien.

Geniet ervan bij een kopje thee.

ONZE TUIN.

Laat de herfstbladeren liggen!

Bladeren die van de bomen vallen zijn een waar voedselstrijk voor de natuur. Slakken, wormen, bacteriën en schimmels komen er op af. Allerlei dieren en organismen eten deze blaadjes op en zetten deze om in voedingsstoffen, zoals kalium, fosfor en stikstof. Daar profiteren bomen in de lente weer volop van.

Maar als we de gevallen bladeren weghalen en gewoon in de gft bak gooien, dan komen de voedingsstoffen niet in de bodem terecht. Vroeger gingen we rondom deze tijd de tuin 'winterklaar' maken, zodat hij er de hele winter netjes bijlag. Dit moeten we niet meer doen dus! Rommelig mag! Vogels en egels houden van rommelhoekjes, waarin ze lekker kunnen scharrelen. Kleine takjes kunnen we beter laten

liggen. In de lente kunnen vogels de takjes gebruiken om een nest te bouwen.

Het is misschien even wennen, maar het is beter voor de planten en de bodem.

Hark de bladeren bij elkaar en strooi het tussen de planten.

De beestjes zullen u dankbaar zijn en misschien ontdekt u af en toe wel een egeltje tussen de bladeren.

Bollen planten.

Tot en met de maand november kunt u ook nog bollen planten, zoals sneeuwkllokjes, tulpen en krokussen.

Koop goede kwaliteit bollen, die biologisch geteeld zijn, want deze zijn niet met bestrijdingsmiddelen behandeld.

Ze zijn wel iets duurder, maar dan heeft u ook wat goeds.

Jaap's Hoekje 41

Winkelend wandelen op de 'oude' Nieuwestad - 12

De laatste keer dat we de drukke kant van de Nieuwestad onder de loep hebben genomen kwamen we tot de Oude Lombardsteeg. Op een tweede straatnaambordje prijkt de koosnaam van de steeg: Passage de la Baleine (= 'doorgang van de balein'), met een knipoo naar het kunstwerk van het walvisskelet dat de hele hemel boven de steeg 's avonds verlicht.



Van Sinkel tot Douglas

De naam Oude Lombardsteeg verwijst naar de vroegere 'lommerd', ook wel 'bank van lening' genoemd die op de plek zat waar we nu een aroma aan lekkere geurtjes van Douglas opsnuiven. Bij de lommerd kon je waardevolle spullen belenen als je eens krap bij kas zat. Vanaf 1870 werd hier een 'Winkel van Sinkel' gevestigd. Dit was een filiaal van de eerste Nederlandse warenhuisketen, die van de gebroeders Sinkel, voormalige textielhandelaren. In het warenhuis, dat wel dertig verschillende ruimtes besloeg, was (bijna) geen nee te koop, reden waarom de naam eigenlijk een eigen leven is gaan leiden voor latere winkels waar 'van alles en nog wat' te koop was. Zo'n bijnaam paste bijvoorbeeld in Leeuwarden bij een winkel als Auke Rauwerda: 'as Auke ut niet hèt, dan hèt gien één ut'.

Een heel bekend versje over de Sinkel-winkels wordt nog steeds door velen herkend:

*In de winkel van Sinkel is alles te koop,
Daar kan men krijgen, mandjes met vijgen,
Flesjes orangeade, doosjes pommade,
Hoeden en petten en damescorsetten
Drop om te snoepen en pillen om te*

De wat oudere Liwwadders weten nog wel dat in het hoekpand jarenlang 'Kledingmagazijn Bervoets' was gevestigd, bekend van de reclameslogan: 'Voor iets goeds, naar Bervoets'. Voor de oorlog verkocht men daar zelfs ook nog schoenen! Daarna kwam de naam Hollenkamp op de gevel, ook in herenmodes en weer later ging de firma Kreymborg er de mannen kleden verkopen. Deze

'tak' was met de V&D-boom verbonden! En nu verkoopt er Douglas dus zijn lekkere geurtjes aan dames en heren.

V & D

Na Nieuwestad 138 wordt het een kwestie van reconstrueren aan de hand van oude foto's om er achter te komen wat er in het verleden zoal is gebeurd. Vroom & Dreesmann heeft in de loop van de jaren de oorspronkelijke panden van 140 t/m 154 aangekocht (behalve nr. 148, want dat is de Stadswaag)! Sommige panden zijn samengevoegd, andere verbouwd en weer andere afgebroken en herbouwd. Uiteindelijk resulteerde dat in een gigantische voorgevel met heel veel etalages en meerdere ingangen, zowel aan de voorkant als achter aan het Ruiterskwartier.

Op het oorspronkelijke nummer 140 zat in 'die goeie ouwe tijd' een schoenmakerij annex schoenwinkel van Sterkenburg. Deze middenstander emigreerde en verkocht zijn pand aan V & D die er de etalage- en decorafdeling in onderbracht. Vroom & Dreesmann wilde al haar panden aan de Nieuwestad samenvoegen en diende daar ontwerpen voor in. Die werden echter keer op keer afgewezen, totdat een grote brand in maart 1963 de weg vrij maakte om de plannen nu toch versneld uit te voeren. Veel Leeuwarders merkten daarbij droog op: 'Inne brand, uut 'e brand!' **(foto 1)**.



Als we oude foto's van deze gevelwand bekijken, dan blijkt dat er ooit de nodige herenhuizen hebben gestaan, onder andere bewoond door de vroegere Commissaris der Koningin mr. Pieter Van Harinxma thoe Slooten, op voorheen Nieuwestad 150.

De grote verbouwing van V & D betekende ook dat er één van de vier stegen die naar de Doopsgezinde Kerk aan de Wirdumerdijk leidden is verdwenen. Er zijn dus nu nog drie van de Vermaningsstegen over, maar dat is misschien een leuk onderwerp voor later!



Op het oude huisnummer 152 stond eens een hotel annex lunchroom (**foto 2, links**) en op nummer 154 kunnen we op oude foto's nog een winkel in goud- en zilverwerk van ene meneer H. Abama herkennen. De voorgevel van deze winkel was met twee prachtige wapenborden versierd, misschien was de uitbater wel 'Hofleverancier'. *Na de teloorgang van het Vroom & Dreesmann-concern is het enorme complex opgedeeld in 'hapklare brokken'. Aan het Ruiterskwartier worden twee delen gebruikt door ONLY en VILA modes. Twee grote ruimtes aan de Nieuwestad zijn in gebruik als filialen van nieuwe modeketens als Cortes (die nu huisnummer 146 hanteert) en The Cotton Club.*

De Wijde Gaper

Nieuwestad 156 is een pand met historie. Ooit zaten er horecazaken in met namen als Herberg de Oyevaer en Hotel de Lindeboom. Een brok geschiedenis blijkt ook wel uit de rijk versierde klokgevel, maar het meest opvallende is toch wel het beeld van 'De Wijde Gaper' in de voorgevel (**foto 3**). Omdat veel mensen vroeger niet konden



lezen of schrijven, was dit dé manier om een apotheker te herkennen: "Mond open, pilletje op de tong!" Het beeld is gebleven (alhoewel het een kopie is, het origineel hangt in het HCL) maar de laatste apothekeres mw. Cath-Bouman is al lang geleden vertrokken.

We kenden er vervolgens winkels als Marshall en Manfield, die er hun schoenen verkochten, maar op dit moment is er een vestiging van opticiënketen Specsavers gevestigd.

Tjerkstra Textiel

Op oude foto's ontwaren we op nummer 158 de naam Tjerkstra; deze winkelier deed in kleintextiel en hield het hier tot 1962 vol. Vervolgens heeft er een vestiging in gezeten van Prénatal, in baby-artikelen en leuke rose en blauwe kinderkleertjes. Toen deze zaak vertrok naar het Ruiterskwartier trok de brillenzaak Pearle hier in, die nu onder de naam Grand Optical de brilzoekende klant vanuit deze winkel bedient.

Nr. 160 - Van Bolman via Schweigmann naar Vodafone

De naam van juwelier Bolman klinkt veel Leeuwarders nog wel bekend in de oren. Een smalle pui met smalle, mooi verzorgde en uitnodigende etalages. Deze creatieve winkelier zat op nummer 160. Vandaag-de-dag vinden we er de telefoonwinkel van Vodafone/Ziggo.

C & A

Over C & A (op nummer 98) hebben we het al eerder gehad. Het adres Nieuwestad 164 was echter de eerste locatie in de stad waar de gebroeders Clemens en August Brenninkmeijer hun Leeuwarder klanten konden verwelkomen. We spreken dan over 1881. Nadat de Brenninkmeijers het pand hadden verlaten is het ook nog jarenlang gebruikt door de gordijnen- en tapijntak van de familie Schweigmann. Nu is het één van de panden waar we de modezaak van Hennis & Mauritz (H & M) vinden. In eerdere jaren zat hier een winkel van de drogisterijketen Trekleister. Ook het buurpand met nummer 166 is tegenwoordig in gebruik bij H & M, nadat ook hier Trekleister was vertrokken. Rond 1900 was het echter de trotse zetel van de lokale Bank Bloembergen & Zn. Later was er nog een Bleyle modezaak gevestigd, gedreven door de familie Overdijk, maar bekend werd de locatie door Janssen Mode, die er ook nog een unieke doorsteek naar de Wirdumerdijk aan toevoegde. Daarna zat er Amici-mode in het pand. De doorsteek is inmiddels al weer opgeheven.

Tot slot nummer 168: vroeger een herberg, nu een opticien



De laatste zaak aan de drukke kant is die op de hoek met de Wirdumerdijk. Hier zetelen nu de opticiens Greving en Greving, maar vroeger zaten hier jarenlang schoenenverkopers van Van der Meulen en later Bervoets/Vriezelaar. In de grijze oudheid konden

de inwoners van Leeuwarden hier terecht voor hun natje en droogje in Herberg De Os by Looyega (foto 4).

In de rust!

Het enige losstaande gebouw aan de Nieuwestad is dat met huisnummer 148. Dat is het adres van de Stadswaag. Het leuke restaurant heeft een gezellig terras, waar we na deze vermoeiende wandeling de benen even kunnen strekken en lekker kunnen uitpuisten!

Tot volgende maand! Dan zetten we echt een punt achter de hele Nieuwestad-tour.

Jaap de Groot

jaap.degroot@gmail.com

Foto's Historische Centrum Leeuwarden

CONTRIBUTIE EN LEDENPASJES

Zoals eerder aangekondigd verhogen we het bedrag voor het lidmaatschap van LOS.

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

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

Wanneer een lid zich wil afmelden voor 2025, verzoeken wij dit te doen **vóór 1 december 2024 bij leden@losleeuwarden.nl**

Huishoudtips.

Hoe houd je je witte was wit? Een aantal tips.

Witte wijnazijn

Witte wijnazijn zorgt ervoor dat je was langer wit blijft, maar ook dat vieze geurtjes verdwijnen. Giet een scheutje witte wijnazijn in het wasverzachterbakje en draai een regulier programma.

Gebruik waspoeder

Waspoeder is beter voor witte was dan vloeibaar wasmiddel of pads. Witte waspoeder bevat namelijk bleekmiddelen, die je witte was wit houden.

Was witte was apart

Was witte was nooit samen met andere kleuren textiel. Als je dit wel wilt doen, voeg dan een kleurdoekje toe aan je was. Let er wel op dat je het kleurdoekje na het wassen meteen uit de trommel haalt, om schade aan je wasmachine te voorkomen.

De speedDryer

Kent u hem al? De speedDryer als alternatief voor de wasdroger?

Het is een soort droogmolen voor binnen die bij het ronddraaien de was in twee uren droogt, afhankelijk van de dikte van het wasgoed en het centrifuge-toerental.

Een droogbeurt kost minder dan € 0,05.

De elektrische droogmolen heeft een elektromotortje en werkt geruisloos.

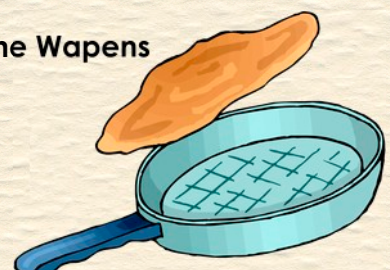
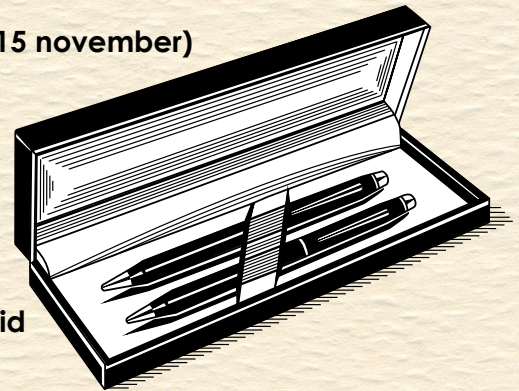
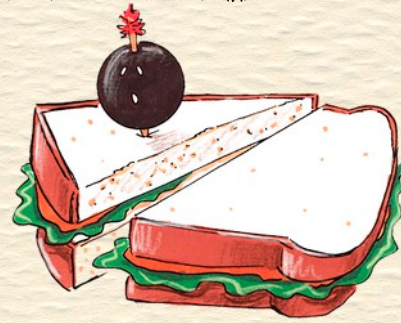
De adviesprijs is € 219,-.

Het is een Nederlandse uitvinding die eind vorig jaar de Wubbo Ockels Innovatieprijs won!



THEMADAGEN VOOR NOVEMBER 2024

1 november	vrijdag	Wereld Veganismedag Allerheiligen Divali
2 november	zaterdag	Kapladag Allerzielen
3 november	zondag	Sandwichdag Dag van het cliché
4 november	maandag	Dag van de Onafhankelijke Cliëntenondersteuning Dag van de BHV
7 november	donderdag	Mannen Maken het Diner Dag
8 november	vrijdag	Dag van de Stralende Beroepen
9 november	zaterdag	Dag van de Uitvinders Dag tegen Fascisme en Antisemitisme Val Berlijnse Muur (1989) (zie artikel in dit blad) Wereld Vrijheidsdag
10 november	zondag	Dag van de Mantelzorg
11 november	maandag	Elfde van de Elfde Vrijgezellendag Sint Maarten Week van de Werkstress (t/m 15 november)
12 november	dinsdag	Dag van de Longontsteking
13 november	woensdag	Wereld Vriendelijkheidsdag
14 november	donderdag	Wereld Diabetesdag Dag van de Kwaliteit
15 november	vrijdag	Ik-hou-van-schrijvendag Dag van de Ondernemer
16 november	zaterdag	Dag van de Verdraagzaamheid Trouw-Aan-Jezelf-Dag Intocht Sinterklaas
17 november	zondag	Wereld Prematurendag Studentendag Werelddag ter Herdenking van Verkeersslachtoffers
18 november	maandag	Europese Antibioticadag
19 november	dinsdag	Mannendag Wereld Toilettag Heb een Slechte Dag-dag
20 november	woensdag	Dag van de Rechten van het Kind Nationale Werkbezoekdag
21 november	donderdag	Werelddag voor de Filosofie
24 november	zondag	Verander je Wachtwoordendag
25 november	maandag	Dag voor de Uitbanning van Geweld tegen Vrouwen
29 november	vrijdag	Black Friday Sint Pannenkoek
30 november	zaterdag	Dag tegen het gebruik van Chemische Wapens



De eerste Friese stadhouder: Willem Lodewijk, graaf van Nassau

Willem van Oranje, samen met Willem Drees senior 'de vader des vaderlands', die ook stadhouder van Friesland was, had het destijds nogal druk. Vier maal getrouwd en de nodige andere horizontale activiteiten, dat gaat je niet in de koude kleren zitten. Bovendien was hij het gekrakeel tussen de diverse belangen-groeperingen in de Friese bestuurscolleges meer dan zat. In februari 1584 wees hij zijn neef, Willem Lodewijk, aan als zijn plaatsvervanger. Na de moord op Willem van Oranje door Balthasar Gerards, werd Willem Lodewijk, op 16 oktober 1584, door de Friese staten tot stadhouder benoemd. De eerste van de acht stadhouders die Friesland heeft gekend en de grondlegger van het bijna dynastieke geslacht Nassau-Dietz, dat ruim 200 jaar onafgebroken Friesland zou dienen, de stamvader van de huidige Oranjes.

Willem Lodewijk, 'Us Heit', graaf van Nassau, zoon van Jan de Oude, graaf van Nassau, Katzenelnbogen en Dietz en Elizabeth, gravin van Leuchtenberg, geboren op Dillenburg op 13 maart 1560, getrouwd in Franeker op 25 november 1587 met Anna van Oranje en overleden op 31 mei/9 juni 1620.²

Willem Lodewijk werd geboren op het Slot Dillenburg, gelegen in de huidige Duitse deelstaat Hessen, op 13 maart 1560. Het was destijds druk op Dillenburg met een groot aantal kinderen, samen met neefjes, nichtjes en grote aantallen personeel. De opvoeding, de scholing en de opleiding geschiedde geheel ter plekke en vader Jan was een strenge, overtuigd calvinistische, leermeester. Met neefje Maurits, zoon van Willem van Oranje, kon hij het beste opschieten; beiden waren sterk geïnteresseerd in wetenschap, geschiedenis en krijgskunde. Na zijn studie in Heidelberg trekt hij naar de Nederlanden waar hij, in 1577, wordt benoemd tot kolonel in het Staatse (Nederlandse) leger.

De man heeft zijn uiterlijk niet mee en hij loopt, ten gevolge van een opgelopen verwonding, het grootste deel van zijn leven kreupel. Desondanks slaagt hij er in om tien jaar later te trouwen met

Anna van Oranje, een zuster van neef Maurits die zo zijn zwager wordt.

Dat huwelijk had nogal wat voeten in de aarde. Er was hier sprake van een relatie tussen een volle neef en een volle nicht. De kerk was, met het oog op toekomstige kinderen, tegen dit huwelijk, maar de vader van Anna, Willem van Oranje, gaf toch zijn toestemming. De redenen voor dit alles waren o.m. dat men de bezittingen (landgoederen, juwelen e.d.) in de familie wilde houden om zo de versnippering daarvan tegen te gaan.

Hier is weer een voorbeeld van het onbekommerd, gearrangeerd trouwen en kinderen krijgen binnen één adellijke familie; volle neven en nichten in meerdere generaties die met elkaar verbintnissen aangaan. Bij de latere Friese stadhouders, Willem IV (1711-1751) en Willem V (1748-1806), werd dit min of meer duidelijk. Willem IV 'scheen geensints bequaem tot so groote post' en van Willem V wordt in een spotprent verteld dat 'aen diens rechtledig Hooft twee ezelsooren pralen'.

Het huwelijk werd groots aangepakt (voor de veiligheid niet in Leeuwarden maar in Franeker). De bruid was gekleed in een 'bruitstabbert van gefriseerd silveren laken met grote blomen ende hoge mouwen op sijn fransoes, met een voorschoot van 't selve stof met een gouden draet om die bloem'.

Het geluk is echter van korte duur. In maart 1588 krijgt Anna een miskraam en twee maanden later sterft zij. Willem Lodewijk, in tegenstelling tot zijn vader, schoonvader en zwager, hertrouwt niet, destijds zeer ongebruikelijk.

Bij de strijd in het noorden tegen de Spanjaarden, tussen 1536 en 1597, waarbij Friesland, Drenthe en Overijssel voorlopig behouden zouden blijven, is hij ook prominent aanwezig. Dat is ook de reden dat hij door Willem van Oranje, die al die geschillen in de diverse Friese bestuurscolleges meer dan zat was, in 1584 wordt aangesteld als stadhouder van Friesland. Groningen volgt in 1594 en Drenthe in 1596.

De Friezen belonen hem met de eretitel 'Us Heit' en hij mag, in de Grote Kerkstraat, in het

Camminghahuis gaan wonen. Later wordt door de Staten van Friesland, voor de som van 12.000 gulden, een voorname behuizing aangeschaft: het huidige Stadhoudelijk Hof.

Hij gaat voortvarend aan de slag. In 1585 speelt hij, als adviseur, een belangrijke rol bij de totstandkoming van de Friese Academie (universiteit) in Franeker en hij maakt zich hard voor de uitbreiding en modernisering van de Friese vestingwerken. Harlingen wordt opnieuw voorzien van een omwalling en in Leeuwarden worden omvangrijke bouwplannen ontwikkeld om ook hier de vestingwerken te moderniseren. Ook als legerhervormer maakte hij naam. Hij ontwikkelt, samen met neef Maurits en de Zuid-Nederlandse ingenieur Simon Stevin, een nieuwe tactiek om de vijand op het slagveld het hoofd te bieden, waarbij de oude Romeinse gevechtsmethoden nieuw leven worden ingeblazen. Ook bij belegeringen worden compleet nieuwe methoden ingevoerd. Een groot deel van de Europese (militaire) adel komt bij belegeringen even kijken hoe het feitelijk moet!

Een goed voorbeeld is de belegering van de sterke vesting Steenwijk die door de Spaanse troepen is bezet. Samenwerkend met neef Maurits wordt afgezien van een maandenlange belegering: er wordt grof geweld gebruikt. Vijftig kanonnen

vuurden in totaal 29.000 schoten af. De vesting gaf zich na 44 dagen over en er werden ruim 1000 Spanjaarden gevangen genomen.

Op 31 mei/9 juni 1620 wordt Willem-Lodewijk, tijdens het dicteren van een brief aan neef Maurits, getroffen door een beroerte. Hij komt niet meer bij en enige dagen later overlijdt hij.

Voor het hotel-restaurant Het Stadhoudelijk Hof in Leeuwarden staat zijn standbeeld, met aan zijn voet een bijbel. Hij ligt begraven in de Grote Kerk in Leeuwarden.

Hij werd opgevolgd door zijn jongere broer Ernst Casimir (1573-1632); stadhouder van 1620-1632.

Sjouke Elgersma

- (1) In 1580 is er nog sprake van een 'tussenpaus', Bernhard van Merode, heer van Rummen (1570-1640) die als kapitein-generaal door Willem van Oranje in Friesland werd aangesteld; de man sukkelde met zijn gezondheid en hield het in 1580 voor gezien;
- (2) er was hier sprake van een nieuwe tijdrekening, in 1582 ingevoerd door paus Gregorius XIII ter vervanging van de verouderde Juliaanse kalender: per decreet werd 4 oktober tot 15 oktober gebombardeerd; deze tijdrekening werd niet door een ieder tegelijkertijd ingevoerd zodat er soms, per landstreek, twee tijdrekeningen golden;

OUDERENZORG

Het probleem in de ouderenzorg wordt door vergrijzing en personeelstekort hoe langer hoe groter. Beperk echter het recht op zorg niet! Natuurlijk is het raadzaam om naar elkaar om te kijken en waar nodig elkaar hulp te bieden.

Maar het inzetten van familie in verpleeghuizen is niet realistisch.

Het is een feit dat personeel in verpleeghuizen 'overloopt' door de grote werkdruk.

Moet de familie kan helpen in een verpleeghuis?

Je hebt geluk wanneer je familie in de buurt woont, maar er zijn genoeg ouderen die geen

kinderen hebben of waarvan de kinderen ver weg wonen.

Bovendien hebben de kinderen veelal de handen vol aan hun eigen kinderen en hebben een baan. Overbelaste mantelzorgers zijn er al genoeg. Broers en zussen zijn op leeftijd of zijn al overleden.

Waarom hebben voorgaande kabinetten alles maar weg bezuinigd en de zorg op zeer laag niveau gebracht!

En dat voor een land dat zich 'rijk' noemt.

Dat is toch pure 'armoede'....?

CULTUURPODIUM DORPSKERK HUIZUM

NOVEMBER 2024



Zaterdag 2 november 2024 (15.00 uur):

Orgelconcert 'Rondom Bach' door Theo Jellema.



Na de succesvolle reeks orgelconcerten onder de naam 'Drie jaar Bach in Fryslân' organiseert de Leeuwarder Historische Vereniging Aed

Levwerd dit jaar het vervolg onder de naam 'Rondom Bach'. De componist Johann Sebastiaan Bach staat weer centraal, maar daarnaast worden stukken gespeeld van tijdgenoten, leerlingen of familie van Bach.

Vrijwillige bijdrage.

Op 9, 16 en 23 nov. 2024 (van 13.30 tot 17.00 uur) nog te bezichtigen:

De WereldsWad foto-expositie van Marijke Talsma en twee bijzondere optredens.

Marijke Talsma toont deze WereldsWad expositie met trots. Zij is al haar hele leven sterk verbonden met de natuur. De natuur in al zijn facetten, en altijd in beweging, is voor haar een onuitputtelijke bron van creativiteit. Op 16



november, om 15.00 uur,

komt Abe de Verteller zinderende zeemannsverhalen vertellen en op 23 november zal schrijver Henk Tameling, om 14.00 en om 15.00 uur een inleiding van 45 minuten houden over de unieke natuur van het Waddengebied.

De toegang is gratis.

Zondag 10 november 2024 (15.00 uur):

Concert door Fardau van der Woude en Monique van de Ven.



Fardau van der Woude (sopraan) is een innemend muzikaal en veelgevraagd solist in de regio. Monique van de Ven (piano)

combineert haar klassieke pianospel graag met ook andere kunstvormen als flamencodans en muziektheater.

Foto: Titus van der Woude.

De toegangsprijs is € 15,00; voor kinderen t/m 12 jaar € 2,50 (incl. pauze- consumptie).

Toegangskarten te reserveren via het Ticketkantoor:

www.ticketkantoor.nl/shop/venwoude .

Zondag 24 november 2024 (15.00 uur):

Meezingconcert en High Tea m.m.v. het Shantykoor Leeuwarden.



Ook dit jaar is er weer het zeer gewaardeerde mee- zingconcert, dit jaar met medewerking van het Shantykoor Leeuwarden. In de

pauze van het concert is er weer de 'Huizumer High Tea' met een kop koffie of thee en waarbij de vrijwilligers van de Dorpskerk Huizum trakteren op een rijke keus uit - onder andere - hun eigen- gebakken taarten.

Foto: Simon van der Woude.

Toegangskarten à € 10,00 te reserveren via het Ticketkantoor: <https://www.ticketkantoor.nl/shop/shanty> .

Donderdag 28 november 2024 (20.00 uur):

Interview met architectuurhistoricus prof. Auke van der Woud door Geart de Vries.

Architectuurhistoricus prof. Auke van der Woud wordt door Geart de Vries (oud-directeur HCL) geïnterviewd over zijn bestsellerboeken, die gaan



over het ontstaan van het Koninkrijk der Nederlanden en over de boeiende 19e eeuw. Een gesprek over de eeuw die een belangrijke grondslag

vormde voor het huidige Nederland, maar zoemen waar mogelijk ook op Leeuwarden in. Er is medewerking door prof. Yme Kuiper, Sybrand Buma, Roel Sluiter en Peter de Haan.

Toegangskarten à € 6,00 te reserveren via het Ticketkantoor: <https://www.ticketkantoor.nl/shop/woud>. Inlichtingen: Peter de Haan, tel. 06-11592427.

Uitgebreide informatie over onze evenementen kunt u vinden in de Agenda op onze website <https://www.dorpskerkhuizum.nl> en/of in onze Nieuwsbrief. Deze tweemaandelijks digitale Nieuwsbrief is gratis en kan worden aangevraagd door een berichtje te sturen naar: dorpskerkhuizum@gmail.com. Bezoekers kunnen - op korte loopafstand en gratis - parkeren op het parkeerterrein tegenover Intratuin.

BEZORGER GEZOCHT

Beste LOS leden,

U geniet vast elke maand van ons prachtige LosVast magazine.

Ca. 30 enthousiaste bezorgers brengen het blad elke maand bij u thuis.

Maar ook bezorgers worden ouder en moeten soms noodgedwongen de bezorging staken.

We zijn daarom op zoek naar een bezorger voor de wijk Bilgaard.

Het betreft ongeveer 50 exemplaren in de omgeving van de Kei, de Fennen en de Jokse.

WIE HELPT ONS UIT DE BRAND.

De bladen worden elke laatste maandag van de maand bij u thuisgebracht. De bezorging kan dan plaatsvinden in die week, liefst zo dicht mogelijk bij die maandag, maar in elk geval voor de 1e van de nieuwe maand.

Uiteraard wordt er bij verhindering door bijvoorbeeld vakantie of ziekte voor vervanging gezorgd.

Voor info en opgave kunt u contact opnemen met Douwe Schaafsma

058 2885708

06 26858198

schaafsma86@live.nl

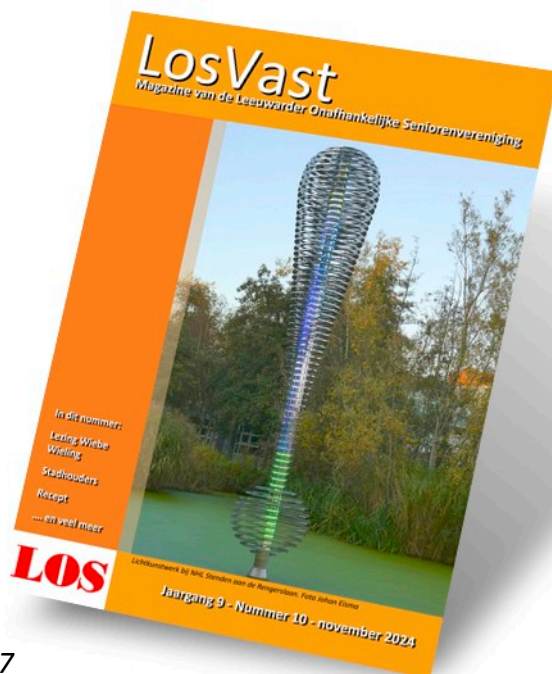
ROZEE

ROZEE Leeuwarden is de ontmoetingsgroep van COC Friesland voor Lesbische, Homo-, Biseksuele en Transgender ouderen (50+) uit Friesland (LHBT). De bijeenkomsten zijn open voor ieder die zich bij deze doelgroep betrokken voelt.

De komende bijeenkomst is dinsdag 19 november aanstaande 14.00 uur, in het Fries Museum, Wilhelminaplein 92, 8911 BS Leeuwarden. We verzamelen in de hal van het museum en bezoeken de tentoonstelling 'Ja, ik wil, 250 jaar trouwjurken'. Na afloop is er koffie/thee met koek (voor eigen rekening) in café Thús in het museum.

Aanmelden bij ajager1949@kpnmail.nl of 0681785519, uiterlijk 17 november aanstaande.

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



EEN DAGJE UIT VOOR DRIE DAMES.

Op een zonnige zondag in oktober stonden we met z'n drieën om kwart voor negen klaar voor een dagje uit met de auto naar het Mediapark in Hilversum. Een kan koffie en broodjes mee want je weet natuurlijk niet wat er allemaal onderweg kan gebeuren en dan hebben we tenminste eten en drinken bij ons.

Plotseling tussen Joure en Lemmer zagen we dat het dashboard iets aangaf, maar wat? We schrokken wat er in het boekje met gebruiksaanwijzingen stond: direct auto aan de kant en stoppen! Maar het lampje was toch oranje? Verder lezen dan maar: bandenspanning. Maar hoe verhelp je dit? Het stond niet in het boekje. Op naar het eerstvolgende tankstation en daar vragen om hulp. Maar er was een zelfbedieningsapparaat met de instructies aan de zijkant. Voor de goede orde: (we hebben alle drie al meer dan 45 jaar een rijbewijs en een auto, maar dit hadden we nog nooit meegemaakt)! We moesten hulp vragen. En die kregen we van een heel aardige meneer van plm. 40 jaar. Hij keek natuurlijk vreemd op: G. met een slang in de hand met een gezicht van: wat moet ik hier in godsnaam mee. Gelukkig had ik cash geld bij me want er moest muntgeld in het apparaat. Na wat uitleg van deze meneer was alles zo geregeld en konden wij weer onze weg naar Hilversum vervolgen. De aardige meneer wilde van geen dank weten want zei hij: ik heb vanavond thuis wel wat moois te vertellen. Lachend vervolgde hij zijn weg. Voor wij onze weg vervolgden eerst maar een bakje koffie, daar waren we wel aan toe. Om kwart voor 12 kwamen we bij het Mediapark aan en we werden naar het parkeerterrein begeleid door een zogenaamde marionet met hele leuke zwarte handschoentjes. Het was overigens gewoon een verkeersbegeleider.....

We hebben heel veel kunnen zien van de vele studio's op het Park. Leuk om te weten waar bijvoorbeeld Het Mes op Tafel wordt opgenomen en veel andere bekende programma's. Voor het grote NOS gebouw stonden allerlei kraampjes en auto's geparkeerd waar een ieder uitleg kon

krijgen over het NOS Journaal en waar je zelf o.a. de camera mocht bedienen. Daar hebben we ons maar niet aan gewaagd, want dan gebeuren er natuurlijk ongelukken. Ook konden we ons inschrijven voor twee presentaties:

Studio Sport en het Journaal. Nou dat wilden we wel: eerst maar Studio Sport. Deze was helaas vol en net begonnen. Voor het Journaal lukte de inschrijving wel. Wij zijn toch maar naar binnen gegaan bij Studio Sport en hadden geluk. Er werd ons gevraagd: zijn jullie geregistreerd voor Studio Sport? Ja, zeiden wij tegelijk. We konden snel doorlopen. Jas uit en tas hier laten, werd ons verteld. Zenuwachtig slopen we toch met tas, zonder registratiebandje naar binnen waar alle zitplaatsen bezet waren. Erg leuk om te weten hoe ze voor ons de sportprogramma's maken en hoe lang ze bezig zijn met het voorbereiden. Als verrassing kwam Sjoerd van Ramshorst ook nog binnen in zijn studio waar op zondag Studio Voetbal wordt opgenomen. G. lag in een onmogelijke houding om een paar foto's te maken.... Ze schoot nog net niet van kleur, toen iemand tegen haar zei: zijn de foto's wat gelukt? Bij de volgende presentatie werden we persoonlijk met een handdruk verwelkomd door Jeroen Overbeek. Hij vond het filmen van de presentatie erg spannend want ook voor hem was dit een première. Dit was weer erg boeiend en interessant. Maar ook hier vele uren werk voor een paar minuten televisie. Voor de goede orde: we zaten hier legaal met een bandje om, zodat G op een 'normale manier' foto's kon maken. Toen kwam de vraag bij ons op: waar gaan we eten? Het werd Eetcafé De Basuin in onze eigen stad waar het erg donker was. We moesten even een kwartiertje wachten maar mochten blijven! Wij werden naar een tafeltje gebracht zonder lamp. We zeiden tegen elkaar: straks komt er nog





een schemerlamp bij ons te staan. En ja hoor, na een paar minuten kwam er iemand met een staande schemerlamp met heel weinig LED licht. En nu? Wat stond er op dat menu? Twee van de

drie dames konden nog steeds niets lezen en G zou ons dan maar gaan voorlezen, want zij zag nog wel een beetje. Tot haar verbazing kozen wij maar voor de daghap, die bestond uit veel kip.

Het eten was lekker maar wat er allemaal op het bord lag en wat er in de kommetjes zat? Later hoorde ik dat er o.a. een wortel bij zat en dat er onder een sausje kip zat. Tip voor bezoekers voor de Basuin: lees thuis het menu op de laptop en schrijf het daar op. Een zwarte menukaart lezen in het donker is echt geen doen.

Al met al een enerverende dag, maar het was bovenal een gezellig dagje uit!

Klaasje Jonker

SENIORENKORTINGEN.



50-, 60-, 65- of 67-plus: welke seniorenkortingen kunt u dan krijgen?

Als u met pensioen gaat, wordt uw inkomen doorgaans lager, terwijl het leven er niet goedkoper op wordt. Gelukkig kunt u op diverse manieren geld besparen na uw 50e, 60e, 65e of 67e, met dank aan de seniorenkortingen. En met al deze kleine beetjes kunt u flink wat geld uitsparen.

Seniorenkorting in het openbaar vervoer.

Reizigers boven de 65 jaar kunnen 34 procent korting krijgen in de bus, tram en metro. Als u reist met een persoonlijke ov-chipkaart op saldo, dan weet het systeem dat u ouder dan 65 jaar bent en wordt deze korting automatisch toegepast. Maakt u in het openbaar vervoer gebruik van OVpay, het nieuwe in- en uitchecken met uw betaalpas, smartphone of smartwatch? Dan moet u de leeftijds-korting handmatig toevoegen via uw smartphone. Hoe u dit stap voor stap moet doen, staat op de website van OVpay.

Daarnaast gelden er in uw woonplaats mogelijk extra seniorenkortingen voor het openbaar vervoer, eveneens voor inwoners met een laag inkomen.

Met deze pas kunt u korting krijgen voor verschillende activiteiten, terwijl reizen met het

regionale openbaar vervoer zelfs gratis is. En hoe zit het met de landelijke trein? De NS heeft verschillende kortingsacties voor 65-plussers. Wilt u een treinreis naar het buitenland maken, dan kunt u zelfs als 60-jarige al korting krijgen. Zit u in een rolstoel of bent u minder goed ter been, ga dan wel goed na of u reisassistentie tijdens uw reis kunt krijgen.

Ouderenkorting en alleenstaandouderenkorting bij de Belastingdienst.

Bent u 67 jaar of ouder? Dan heeft u de AOW-leeftijd bereikt en komt u mogelijk in aanmerking voor korting op uw belasting, de zogeheten ouderenkorting.

Ligt uw verzamelinkomen (totale inkomen en aftrekposten in de 3 boxen) in 2024 onder de € 44.771?

Dan kunt u een volledige ouderenkorting van € 2.010 euro krijgen.

Voor een verzamelinkomen tussen de € 44.771 en € 58.170 geldt een lagere korting, afhankelijk van hoe hoog uw inkomen exact is.

Als u alleenstaand bent, dan ontvangt u in 2024 mogelijk een extra alleenstaandouderenkorting van € 524,-.

Dit kan ook het geval zijn wanneer u wel getrouwd bent, maar uw partner in een verpleeghuis woont. Of u inderdaad in aanmerking komt voor deze alleenstaandouderenkorting, kunt u navragen bij de Sociale Verzekeringsbank (SVB).

Dankber pakte ik sien han en sonder eneche moeite trok hij my de sloatkant op. Sonder dat ik dur om froech kreech ik tekst en ûtlech. De maakste twee fouten. As earste. De houdust de pols krekt iets te laag fast maar ut belangrykste, de hast te winech snelhyd. De must harder drave. Die twee saken sorgden dur foar dast niet over ut doaie punt heen kwamst. Maar ik mut toegeve, hê selden of nooit so lache mutten onder ut melken. Ut was opbouwende krityk waarst wat met keste. En nou gauw naar hus en drooche kleren an trekke. Kenk weer un hoop skellerij anhoare. Ach, dat falt toch wel wat met. Hij sag de fertwifeling in myn oochen. De gryns op sien gesicht was ferdwenen. Weest wat we doen? Loop maar naar die boerderij daar en sech maar tegen de boerin dat ik die stuurt he dan nimt se dij wel onder hannen. Mut noch un koei melke en dan kom ik die kant oek ut. Ik kende die boerderij allenech fan in ut foarbij gaan. Werklek un prachtech plekje ant water. Durfde niet ut erf op te lopen. Oversach de skade. Myn plestikwaterskûnen waren niet nat te krijen. Droech gin sokken, allenech un hemd met korte mouwen, korte broek en un onderbroek. Onertussen was de boer oek in antocht. Handech stuurde hij ut pearden wagen tot flakbij de steiger en sette dur un hanfol melkbussen near foar de melkfaarder. Toen ferskeen ik op de radar. Hee, ploanske. Loopst noch altyd in die natte plunje rond. Kom maar met my met. Achter op ut deel maakte ik kennis met de boerin. Wat un hartlek meens. Se dirigearde my meteen onder de does. Kiek, sei se, hier hest un handoek en ast klaar bist dan trekst dit groate fest maar an. Toen ik onder de does fut kwam hongen myn kleren al an de wasline te drogen. De boerin had ut even snel op de han wossen. So sittend in dat groate fest font ik myself un enorme bofkont. Ut skilde un hoop geseur thus. Deur ut moaie weer waren de kleren in un poep en un skeet drooch en noch gin uur later liep ik op hus an maar niet foardat ik hun allebeide fryndelek bedankt had. Kom gerust noch us langs, sei de boerin, en wees niet bang om oek us wat te seggen. Se aaide my over de bol, iets wat my noch ferlegender maakte. . . . Foar dat je dur erch in hewwe was ut eiersoekersseizoën alweer foarbij. Kon my dur maar moeilek bij del geve. De ferleiding was te groat. In die tyd, de jaren sestech, konst deursoeke tot negentien april, daarfoar selfs tot begin mei. Socht al un eeuwchhyd naar ut eike fan de feldleeuwerik. Dat ei maakte in myn eierfersameling de afdeling weidefogels kompleet. Dan is dur noch iets wat de feldleeuwerik so bijsonder maakt en dat is de sang. Fergeet de beatles, Pavarotti en ja, disse doe, t echt sear maar oek Anneke Douma. Se mutte allemaal swige as dit fogelsje sien sang anheft. De frouw fan God, Moeke natuur, het dur persoanlek op toesien hoe dit fogelsje learde om de meenseleke siel so diep te ontroeren. Die dach kreech ik un privee konsert. Omdat soks sich faak hooch in de blauwe lucht afspeult besloot ik om in ut gras te gaan leggen. Om de intensityd te ferhogen sloat ik de oochen en raakte in ferfoering. Tidens un kleine sangpauze hoarde ik iemand roepen. Hee ploanske.

wurdt ferfólcht

Anne de Vries

PuZZeL

Hieronder treft u een kruiswoordpuzzel aan, alleen heeft deze een wat andere vorm dan u gewend bent. U schrijft alle antwoorden diagonaal in de puzzel. Let wel op dat u de juiste cijfers combineert! En de laatste letter van het ene woord is de 1e letter van het volgende woord!! Of 2 woorden delen de laatste letter!!!



✿ Winnares vorige puzzel is Mevr. B. Gremmé ✿

1. Overheidspersoneel
 2. Coachen
 3. Luiër
 4. Ober

5. Sla soort
 6. Beste prestatie
 7. Nudist
 8. Vogelhuizen
 9. Zure bom
 10. Deugniet

De opl.
 van de
 vorige puzzel is:
 zonder obstakel
 geen succes.

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

11. Vaantje
 12. Zuilvoet
 13. Wettelijk
 14. Genereus
 15. Griezelig
 16. Buitenzitje
 17. Zenuwkunde

18. Beker
 19. Aanbeveling
 20. Marmelade

De oplossing is het antwoord op de volgende vraag. Wie zong dit lied? U vindt het antwoord door de letters uit de gekleurde vakjes op de juiste volgorde in deze vakjes te plaatsen.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

Financiën.



Laag inkomen, maar hoge overwaarde.

Als u al lange tijd in dezelfde *koopwoning zit*, heeft dat meerdere financiële voordelen. Enerzijds heeft u uw hypotheek waarschijnlijk stukje bij beetje afgelost, anderzijds wordt u woning meestal meer waard. Als uw hypotheekschuld inderdaad lager is dan de actuele woningwaarde, is er sprake van overwaarde op uw woning. Valt dit onder uw inkomen of uw vermogen? Dat hangt ervan af wat u met de overwaarde doet.

Wat kunt u met uw overwaarde doen? En betaalt u hier belasting over?

Gebruikt u overwaarde om een nieuw huis, een vakantiewoning of een verbouwing te financieren, dan is het belastingvrij. U kunt een deel van de overwaarde ook gebruiken voor een belastingvrije schenking of eenmalig verhoogde vrijstelling.

Doet u met de overwaarde een andere grote investering, bijvoorbeeld de aanschaf van een auto?

Dat kan, maar dit gaat wel ten koste van uw recht op hypotheekrenteaftrek. En tot slot, als u het bedrag laat uitbetalen en op uw spaarrekening zet, betaalt u er mogelijk vermogensbelasting over. In 2024 mag u maximaal € 57.000,- per persoon belastingvrij sparen. En als u helemaal niets doet met de overwaarde, heeft dat normaal gesproken geen financiële gevolgen. Het wordt in elk geval niet bij uw inkomen of vermogen gerekend, waardoor u er geen extra belasting over hoeft te betalen.

Overwaarde gebruiken zonder te hoeven verhuizen?

Hiermee zijn meteen de voor- en nadelen van een hoge overwaarde genoemd. Als u al lange tijd in uw koopwoning zit, heeft u veel geld achter de hand, in de vorm van de overwaarde. Maar daar staat tegenover dat u niet direct over dit geld kunt beschikken. Meestal komt de overwaarde pas vrij als u de woning verkoopt, al zijn er manieren om er eerder gebruik van te kunnen maken. Want wilt u uw hoge overwaarde wel verzilveren, zonder dat u hiervoor moet verhuizen? Dan kunt u er bijvoorbeeld een vakantiehuis mee financieren, een grote verbouwing mee betalen of uw woning

verkopen aan uw kind en zelf direct terughuren.

WOZ-waarde stijgt in 2025.

Volgend jaar zal de WOZ-waarde van woningen tussen de 2,5% en 4,5% hoger zijn dan dit jaar. Dat wordt voorspeld door de Waarderingskamer, die controleert of gemeenten de wet WOZ goed uitvoeren. Gemeenten taxeren jaarlijks de WOZ-waarde. Dit jaar is de WOZ-waarde maar beperkt gestegen, met 2,8%. Dat is ook één van de redenen waarom veel minder mensen bezwaar hebben gemaakt.

HISTORIE.

25 jaar geleden Val van de Berlijnse Muur op 09-11-1989

De Berlijnse muur was een 45,3 kilometer lange muur die West- en Oost-Berlijn van 13 augustus 1961 tot 9 november 1989 scheidde. Het is één van de bekendste symbolen van de Koude Oorlog, het IJzeren Gordijnen de Duitse tweedeling. Waarom werd de Berlijnse muur gebouwd? Als de Tweede Wereldoorlog in 1945 tot een eind is gekomen, wordt Duitsland volgens de afspraken die gemaakt zijn tijdens de Conferentie van Jalta opgedeeld in vier bezettingszones. De geallieerde landen Frankrijk, Sovjet-Unie, Verenigd Koninkrijk en de Verenigde Staten krijgen ieder een deel van het land toegewezen dat ze voorlopig zullen besturen. Het gebied om de voormalige hoofdstad van Duitsland, Berlijn, hoort bij de Sovjet-Unie, maar de stad zelf is ook verdeeld in vier sectoren. Het eind van de Tweede Wereldoorlog heeft inmiddels ook het begin van de Koude Oorlog ingeluid, een periode van grote spanningen tussen de Communistische wereld en het Westen. Deze spanning bereikt op 24 juni 1948 voor het eerst een piek. De Sovjet-Unie besluit dan de weg-, rail- en binnenvaartverbindingen tussen de westelijke bezettingszones van Duitsland en West-Berlijn af te sluiten. Op initiatief van de Sovjet-Unie wordt er een grenspolitiemacht opgebouwd. Wie van de oostelijke sectoren naar de westelijke sectoren wil reizen heeft voortaan een zogenaamde interzonepas nodig. De eerste grensafzettingen worden rond deze periode geplaatst. In steden

wordt dit gedaan door barricades op te werpen en in de bossen vaak met behulp van prikkeldraad. Vanaf 1952 begint de Sovjet-Unie



actief op te treden tegen de naar West-Duitsland vluchtende burgers. De grens wordt afgezet met hekken, bewakingsposten en alarminstallaties. Aan de grenskant wordt het gebied afgesloten met een 500 meter brede bufferzone.

Zowel Sovjet-leider Nikita Chroetsjov als secretaris-generaal van de SED Walter Ulbricht besluiten in 1961 dat de leegloop van de DDR definitief tot een eind moet komen. Ze zijn van mening dat er een muur gebouwd moet worden. In de nacht van 12 op 13 augustus wordt een begin gemaakt met de bouw van de Berlijnse Muur. In enkele weken wordt een zwaarbewaakte betonnen hindernis opgeworpen.

Naar schatting worden er tijdens de bijna dertig jaar dat de muur bestaat tweehonderd vluchtelingen gedood tijdens een poging West-Duitsland te bereiken.

De Berlijnse Muur is een doorn in het oog van het Westen. De Amerikaanse president John F. Kennedy bezoekt Berlijn op 23 juni 1963 en toont zich solidair met de inwoners van Berlijn door in zijn toespraak 'ich bin ein Berliner' te roepen. In 1987 bezoekt de Amerikaanse president Ronald Reagan het verdeelde Berlijn. Vanaf een platform met uitzicht op de muur roept hij de Sovjet-president Michail Gorbatsjov op de muur neer te halen.

Op 9 november 1989 maakt DDR-politicus Günter Schabowski tijdens een persconferentie bekend dat de DDR haar grenzen onmiddellijk zal openen. Oost-Duitsers trekken hierop massaal naar de Berlijnse Muur.

Voor de grenswachten komt het bericht als een grote verrassing. Enige tijd weten ze dan ook niet wat ze moeten doen. Uiteindelijk openen ze de poorten. Een groot volksfeest barst los en bereikt in Berlijn haar hoogtepunt. De Val van de Muur is een feit. Vele Oost-Duitsers hakken stukken uit de muur die hen jarenlang heeft gescheiden van het westen.

De hereniging van Duitsland is een feit.
Bron: HISTORIEK

Nederland in cijfers



Hoe staat het met het geloof in ons land?

Kort na de oorlog telde ons land 38,4% katholieken en 40,6% protestanten.

De overige gezindten waren goed voor 4% en 17% was niet kerks. Anno 2024 heeft de ontzuiling grote gevolgen gehad.

Dat geldt ook voor de christelijke partijen, die op dit moment een bijrol spelen.

De overige kerkelijke gezindten zijn nu goed voor 11,5%, waarvan 5,6% moslim is.

Het aantal protestanten is gekelderd van ca. 41% naar 13,2% en de rooms-katholieken van ca. 39% naar 18,3%.

Maar liefst 57,2% heeft geen 'officieel' geloof.

Deze mensen kunnen overigens wel op hun eigen wijze geloven. Het einde is nog lang niet in zicht, want heel wat Nederlanders vergeten het om zich bij een geloofsgemeenschap uit te schrijven.



Showcorps op het Wilhelminaplein (Loud & Proud: The Parade). Foto Johan Eisma

NATIONAAL OUDERENFONDS

De Derde Helft bestaat 5 jaar.

Er is een bijzondere mijlpaal bereikt! Het programma 'de Derde Helft' bestaat vijf jaar. Dat werd deze zomer gevierd bij de Derde Helft van het eerste uur: sportvereniging USV Hercules in Utrecht.

De Derde Helft stimuleer een actieve levensstijl en heeft als doel sportverenigingen in ontmoetingsplaatsen te veranderen, voor zowel sport als een kop koffie met een goed gesprek.

In Leeuwarden is men maandelijks ook van harte welkom in de Voetbalkantine van de Leeuwarder Zwaluwen aan de Middelzeelaan 18a.

Daar worden ook leuke activiteiten georganiseerd, zoals zingen, bingo, knutselen en natuurlijk kun je daar ook terecht voor een kop thee of koffie met een goed gesprek.

Men ziet u graag de kantine binnenstappen. Zie artikel in dit magazine.

De Zilverlijn van het Nationaal Ouderenfonds.

Elke dag wachten bijna twee miljoen ouderen op een bezoekje, een berichtje of op wat aanspraak. Helaas lost wachten de eenzaamheid niet op. Het Nationaal Ouderenfonds verbindt ouderen met elkaar en de samenleving om eenzaamheid tegen te gaan. Dat doet men met de hernieuwde Zilverlijn.

De Zilverlijn is het belservice waar getrainde vrijwilligers wekelijks bellen met eenzame ouderen voor een goed gesprek en een luisterend oor. Deze gesprekken bieden ouderen troost en het gevoel dat ze er niet alleen voor staan. Ook na de zomer gaat de Zilverlijn door. In de gratis proefperiode tot eind 2024 ontvangen deelnemers en vrijwilligers twee keer een vragenlijst om te meten of de belservice aan de behoefte voldoet.

Indien u ook gebeld wilt worden, meld u dan aan via het Klantencentrum, Tel 088-3442000 (van maandag – vrijdag van 9.00 uur – 17.00 uur) of via www.ouderenfonds.nl/zilverlijn

GEZONDHEID



Duur borstkankermedicijn komt toch in basispakket.

Een nieuw en duur medicijn tegen borstkanker komt alsnog in het basispakket van de zorgverzekering. Minister Agema meldt dat er overeenkomst is gesloten over 'een maatschappelijk verantwoorde aanvaardbare prijs'. Eerder werd het nog als te duur beoordeeld. Het gaat om Trodelvy: een nieuw en duur medicijn tegen een agressieve vorm van borstkanker. De prijsafspraken gelden tot en met 31 december 2027.

Vaccin tegen luchtwegenaandoening; senioren beter beschermd.

De Europese Commissie heeft goedkeuring verleend voor de registratie van het Moderna-vaccin tegen het respiratoir syncytieel virus (RSV). Deze entstof biedt bescherming aan volwassenen van 60 jaar en ouder tegen lagere luchtweg-aandoeningen die worden veroorzaakt door een RSV-infectie.

Het betreft een seizoengebonden virus dat een belangrijke oorzaak is van luchtweginfecties en longontsteking. Vooral senioren kunnen er flink ziek van worden.

Dementie vroeg zichtbaar in het oog.

Verschillende vormen van dementie kunnen straks al vroeg in het oog worden vastgesteld. Dat hebben onderzoekers van het AMC ontdekt. Ze troffen in het netvlies bij patiënten onder meer eiwit aan, zoals dat ook in de hersenen van overleden patiënten werd gevonden.

Het ging hierbij om mensen met frontotemporale dementie. In de toekomst wordt het mogelijk deze en andere vormen van dementie tijdens het leven al zichtbaar te maken met een oogscan.

Mogelijk al jaren voordat de eerste symptomen optreden, kunnen mensen aan de weet komen of ze een vorm van dementie hebben.

Tot nu toe kon deze vorm van dementie alleen na het overlijden van de patiënt met zekerheid worden vastgesteld.

Reizen

In het Verenigd Koninkrijk



Paspoort en elektronisch toegangsdocument: deze eisen stelt Verenigd Koninkrijk aan reizigers

Wie naar of via het Verenigd Koninkrijk (VK) reist, moet tegenwoordig goed nadenken bij het boeken van de reis. Er zijn verschillende regels waaraan reizigers moeten voldoen en deze worden vanaf 2 april 2025 strenger. Waar u allemaal op moet letten als u de Noordzee oversteekt, leest u in dit artikel.

Paspoort nodig, ook bij een tussenlanding

Als gevolg van de Brexit bent u vanaf 1 oktober 2021 voor reizen naar het Verenigd Koninkrijk (VK) verplicht om een geldig paspoort te laten zien. U komt Engeland, Schotland, Wales of Noord-Ierland

dus niet meer binnen met een Nederlandse identiteitskaart (ID-kaart).

Maakt u een tussenlanding met een vliegtuig en gaat u het vliegveld niet af, dan heeft u ook een paspoort nodig.

Toegangsdocument nodig in Verenigd Koninkrijk

Vanaf 2 april 2025 hebben EU-burgers een elektronisch toegangsdocument nodig om het VK in te reizen.

Deze zogenoemde ETA moet de beveiliging en ervaring van reizigers verbeteren. Reizigers moeten het digitale document voor vertrek aanvragen via het internet.

De kosten zijn 10 Britse ponden. Het verkrijgen van een ETA kan enkele dagen duren.

Let hier op bij de aanvraag, maar ook als u bij een Europese vlucht via Engeland, Schotland, Wales of Noord-Ierland vliegt. De passagier is te allen tijde zelf verantwoordelijk om de juiste reisdocumenten bij zich te hebben. Heeft u deze niet, dan kan u worden geweigerd.

FRIESLAND TOCH...

Rijles in Friesland het duurst.

Een autorijles van een uur kost gemiddeld € 58,24. Dat is een stijging van 23% ten opzichte van 2021 toen een rijles gemiddeld nog € 47,30 kostte.

Tussen autorij scholen onderling bestaan echter forse prijsverschillen. Zo bieden de goedkoopste rij scholen lessen voor € 35,- per uur aan, terwijl er ook rij scholen zijn die € 80,- per uur rekenen. Uit onderzoek blijkt evenwel dat lagere prijzen vaak gepaard gaan met lage slagingspercentages.

In Friesland is een rijles het duurst, daar betaalt een leerling gemiddeld € 60,13 per uur. Met een gemiddeld tarief van € 55,84 is een les in Zeeland het voordeligst.

Leeuwarden is gevaarlijkste Friese fietsgemeente.

De zomervakantie ligt al twee maanden achter ons en de fietspaden zijn al weer volgestroomd met schoolgaande jeugd. Dit betekent ook oppassen



geblazen. In Friesland zijn jaarlijks bijna 400 ongelukken met fietsers. Een derde van deze ongelukken vindt plaats in Leeuwarden.

Het is hiermee de meest onveilige fietsgemeente van Friesland, zo blijkt uit data van de Rijkswaterstaat, verzekeraars en politie. Er gebeuren in Friesland jaarlijks 6,1 fietsongelukken per 10.000 inwoners. Wel zijn er grote uitschieters op lokaal niveau. Leeuwarden is relatief gezien de onveiligste gemeente van Friesland, met jaarlijks 10,6 fietsongevallen per 10.000 inwoners.

In de provincie Friesland is bij gemiddeld 20,7 procent van de fietsongevallen een elektrische fiets betrokken. Die hebben in de meeste gevallen een botsing met een auto (55,4 procent); een niet elektrische fiets wordt in 18,8 procent van de ongelukken aangereden.

Voor alle fietsers geldt: goed uitkijken in het verkeer!!

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, Tel 058 2125454
Janny de Haan, Jaap de Groot, e.a.
Redactie: redactielosvast@gmail.com

LOS Belasting- en formulierhulp:

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/](mailto:info@4hetleven.nl)
www.4heleven.nl

Algemene telefoonnummers

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

Alarmnummer politie (geen haast): 0900-8844

Buurtzorg (informatie): 06-57889933

Dokterswacht:

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

Spoedapotheek:

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

Juridisch loket:

Zuidersingel 2, Leeuwarden. 0900 8020

Meldpunt gemeente:

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

Stichting ZVCL Zonzoekersreizen:

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

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 NOVEMBER 2024 -

di	5	14.00	Start intratuin	wandelen
do	7	9.30 u	Het vooronder, de Gealanden	Vergadering activiteitencommissie
do	7	11.00 u	Het vooronder de Gealanden	bestuursvergadering
di	12	14.00	Start intratuin	wandelen
vr	15	14.00	redactie@losleeuwarden	Inleveren copij
di	19	14.00	Start intratuin	wandelen
wo	20	13.30	Eeltsje,s hiem	Klassiek op het witte doek
do	21	14.00	Inloop Sliekerfilm Wilhelminaplein	Songs of earth
ma	25	9.30 u	Westenkwartier, Verdijkstraat 1	Verdelen/bezorgen LOS/VAST
di	26	14.00	Start intratuin	wandelen
za	30	14.30	Kurioskerk Julianalaan	Wiebe Wieling

Dit alles voor zover bekend en onder voorbehoud.

UIT DE REDACTIETUIN.

Oktober ligt bijna achter ons en bracht ons toch wel een paar mooie dagen op wat nachtelijke stormpjes na. De herfst is nu in alle hevigheid losgebarsten.

Het is ook de maand dat de klokken en wekkers weer zijn bijgesteld op de 'gewone tijd' ofwel wintertijd. Het was wel even wennen dat zondag een uur eerder het licht al aan moest.

Ach, het wordt binnenshuis ook weer gezellig met wat lichtjes of kaarsjes aan. We moeten ons toch maar aan die donkere dagen overgeven.

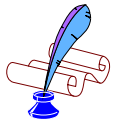
In 1977 werden zomer- en wintertijd ingevoerd. Dit keer vanwege de oliecrisis. Door in de zomer langer gebruik te maken van het zonlicht, zou er energie bespaard worden.

In deze periode is het wel genieten van al die herfstkleuren. Het is toch wel de kleurrijkste tijd van het jaar en ook in de bossen ruikt het heerlijk. 16 november is het feest voor onze kleintjes want dan komt Sinterklaas en zijn medewerkers weer

aan in ons land. De schoentjes kunnen dan weer gezet worden en 'vol verwachting klopt hun hart'. ('wie de koek krijgt wie de gard'... dat wordt niet meer gezongen = verboden..)
U zult dan vast even weer aan uw kindertijd denken toen het nog

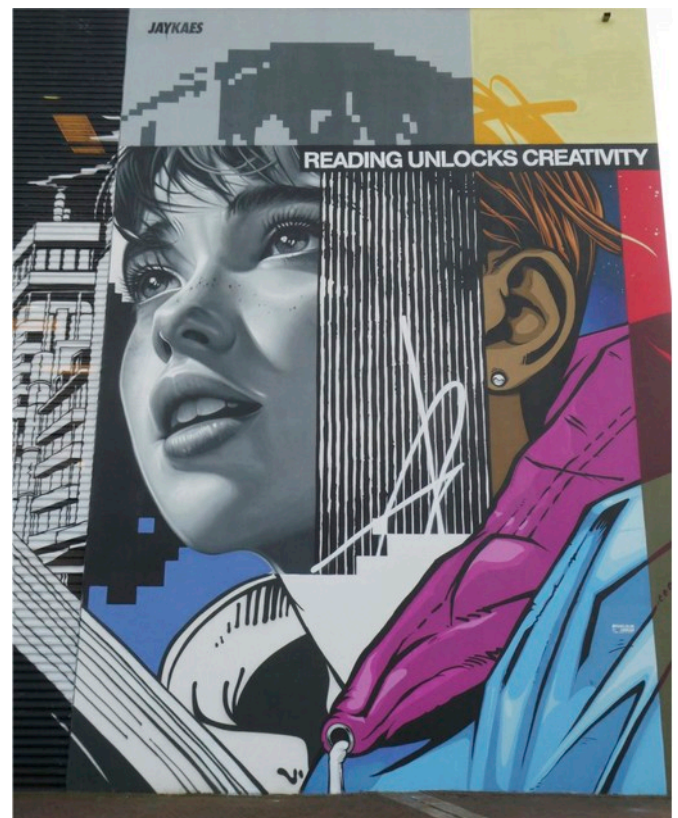


zo heerlijk 'goedgelovig' was en je alles nog mocht zingen.



Een fijne herfstmaand gewenst, pas goed op uzelf en tot de volgende LosVast!

Janny de Haan,
Redacteur LosVast



*Muurschildering bij NHL Stenden aan de Rengerslaan.
Foto Johan Eisma*











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

5 November: Ezra
 12 & 19 November: Un P'tit Truc en Plus
 26 November: Führer und Verführer

PATHE.NL/50PLUS
 Ruiterskwartier 6a
 8911 BH Leeuwarden

W.A.S 

**W.A.S
 DÉ WITGOEDSPECIALIST**



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

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



UITVAARTVERZORGING
Joke Boonstra

'Wanneer het tijd is om afscheid te nemen'

Integer, respectvol en betrokken



T 06-15124118 • www.jokeboonstra.nl