

LosVast

Magazine van de Leeuwarder Onafhankelijke Seniorenvereniging

In dit nummer:

Nederlandse
Arbeidsdienst

Keep Them Rolling

Liwadder
reclames

... en nog veel meer



Straatkunst aan het Vliet (bij de Menno van Coehoornstraat). Foto Johan Eisma.

LOS

Jaargang 10 - Nummer 5 - mei 2025

SENIORENFILM
DONDERDAG 15 MEI 2025

MARIA MONTESSORI
14.30 uur
2024 - 100 min.

Warm drama vertelt het indrukwekkende verhaal van een vrouw die haar tijd ver vooruit was; een vrouw die streed voor haar nieuwe onderwijsmethode in een tijd die werd gedomineerd door mannen.

Regie: Léa Todorov. Gesproken talen: Frans, Italiaans. Ondertiteling Nederlands.

Land van oorsprong: Frankrijk.



In Rome, begin 20^e eeuw ontmoet Maria Montessori (Jasmine Trinca) de succesvolle Franse courtisane Lili d'Alengy (Leila Bethi). Lili is Parijs ontvlucht toen de leerstoornis van haar dochter aan het licht dreigde te komen. Maria legt op dat moment de basis voor haar nieuwe en baanbrekende onderwijsmethode. Door Maria leert Lili haar dochter kennen zoals ze is: niet alleen een meisje met een beperking, maar ook iemand met een sterke wil en talenten. Lili helpt op haar beurt Maria om haar ambities waar te maken.

'Maria Montessori' is een indringend verhaal over de kracht van vrouwen. Over opoffering en over solidariteit. Een film die door de Internationale Montessori Vereniging wordt omarmd: *'Dit is een uitzonderlijke film over enkele baanbrekende jaren die Maria Montessori hielpen haar opvattingen en inzichten over de menselijke ontwikkeling en onderwijs vorm te geven. De film laat op prachtige wijze de uitdagingen zien die de maatschappij haar oplegt: een jonge dokter in een door mannen gedomineerde wereld, een wetenschapper en een nieuwe moeder. De gevoelige regie van Lea Todorov kenmerkt zich door authenticiteit. Een aanrader.'* – Lynne Lawrence, Executive Director, Association Montessori Internationale.'

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.

PATHÉ 50PLUS

50PLUS BIOS is dinsdagmiddag om 13:30 bij Pathé Leeuwarden, voor € 12,50 een speciale voorstelling met koffie/thee en een koek in de pauze. De volgende films draaien in mei:

13 mei: The Room Next Door

20 & 27 mei: Een Schitterend Gebrek

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

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.

Van de Bestuurstafel

Een klein podium

Bij al het wereldnieuws in roerige tijden, was er recent in ons land (ook) terecht ophef over de starre houding van een minister die vrijwilligers van de opvang asielzoekers (COA) een lintje wilde weigeren, omdat het werk van deze medewerkers 'haaks staat' op haar beleid. Waar een klein land 'groot' in kan zijn.

Ieder jaar ontvangen ongeveer 3000 burgers een Koninklijke onderscheiding. Op dit moment van schrijven (4 april) sluit ik niet uit, dat dit jaar ook een lid van LOS hiervoor in aanmerking komt. Als u dit leest, weet u misschien al meer...

Iemand kan worden 'geridderd' als er sprake is van persoonlijke bijzondere verdiensten voor de samenleving. Vrijwilligers die zich vijftien jaar of langer inzetten, bijvoorbeeld op het gebied van kunst, cultuur, sport, de kerk, pleegzorg enz. kunnen een lintje verdienen. Het kan ook zijn dat iemand een betaalde baan heeft, maar die baan op een bijzondere manier invult.

Goed, mooi en terecht als iemand voor zijn/haar jarenlange inzet in het zonnetje wordt gezet. Al weten we ook dat velen nooit een klein podium krijgen, dat zij wel degelijk verdienen. Mensen die vaak ongezien 'in het verborgene' hun taak met zorg en toewijding vervullen. De nachtzuster die altijd even aandacht heeft voor de patiënt die de slaap niet kan vatten, de wegwerker die zijn leven lang in weer en wind zorg draagt voor de infrastructuur. Zo zijn er velen. En wat te denken van al die mantelzorgers in ons land die dag en nacht hun naaste bij willen staan. Vaak ongezien en onbetaalbaar! Zij ontvangen dan misschien geen lintje, maar vergeet niet: wie 'in het voorbijgaan' zijn of haar waardering voor die mens oprecht uitsprekt, geeft die ander daarmee ook een klein podium!



Tot slot: na ruim drie jaar verlaat ik het bestuur van LOS. Ik kijk terug op een goede tijd. De overige bestuursleden wens ik alle goeds toe! Ikzelf blijf op de achtergrond bij onze vereniging betrokken. U allen een goede zomertijd toegewenst!

Hajo Anema

DAGTOCHT - BROEKERVEILING MIDDAGTOCHT - GASSELTERNIJVEEN

Dinsdag 13 mei aanstaande is er een dagtocht naar de Broekerveiling en dinsdag 27 mei aanstaande is er een middagtocht naar Gasselternijveen. Voor beide reisjes is er nog een aantal plaatsen beschikbaar. In de LosVast van april heeft een uitgebreide beschrijving gestaan.

U kunt zich voor deze reisjes nog aanmelden bij Froukje Bruining:

e-mail: appie-froukje@hetnet.nl of telefonisch: 06 82661823 bellen tussen 19.00-21.00 uur.

Volgende maand hebben wij op woensdag 18 juni aanstaande opnieuw een dagtocht. In de LosVast van juni kunt u de bestemming en verdere gegevens lezen. Noteer alvast de datum!

VERSLAG BEVRIJDINGS-CONCERT

Op zaterdag 12 april jl. hadden wij onze laatste activiteit van dit seizoen: een bijzonder Bevrijdings-concert met een groot orkest, de Big Band Leeuwarden '73.

Met 3 zangeressen in mooie militaire pakjes.

Dit was een try-out voor 5 mei aanstaande.



zou je zeggen. Zo dachten wij van de activiteiten-commissie er ook over.

Dus bedachten wij nog een inzameling te gaan houden voor de Voedselbank. We kunnen hier vertellen, dat het een HEEL GROOT SUCCES is geworden: ACHT (8) kratten vol etenswaren! Geweldig! Men heeft het meteen na afloop met een vrachtauto opgehaald. Vanaf deze plaats iedereen BEDANKT! Zo zijn wij als LOS goed sociaal bezig.

Tevens werd er aandacht besteed aan het 10 jarig bestaan van LOS.

Gratis entree, heerlijke koeken en een bitter garnituur in de pauze. Wat wil een mens nog meer

Wij wensen u een heel mooie zomer!

Willem, Froukje, Marja, Kitty, Hilly, Jaap, Margré en Grietje

HULDE AAN DE MEDEWERKERS VAN DE KURIOSKERK!

Op deze plaats hulde aan DAVID DROOGSMA en zijn TEAM, die bij onze activiteiten de zaal altijd TIP- TOP in orde hebben! Niets is hen te veel, wij vragen en zij draaien!

Hallo Fietzers

Op **woensdag 7 mei** aanstaande maken we een lange fietstocht van ongeveer 60 km. Het wordt een **rondje Bergumermeer** en we vertrekken van Intratuin om 11.00 uur en we drinken koffie en lunchen onderweg.



Zaterdag 24 mei aanstaande fietsen we richting **Slappeterp/Peins** vanaf de Hermesbrug om 14.00 uur.

Opgeven via: hwijnstra@gmail.com of de fietsapp. Groeten, Hilly



Sculptuur "Het Anker" (gemaakt door Jentsje Popma) aan de Archipelweg. Foto Johan Eisma

WALKING FOOTBALL

Gemeenten, Zorgverzekeraars, Artsen, allen willen ons senioren stimuleren om te bewegen. Dit verhoogt het vermogen om zolang mogelijk mobiel te blijven.

Walking Football is de kans om actief bezig te zijn.

Walking Football is een nieuwe voetbalvorm voor 60-plussers, die op hun oude dag nog actief bezig willen zijn. Tijdens een voetbalwedstrijd in deze vorm wordt er gespeeld op een kwart veld in wandeltempo. Er wordt dus niet gerend, er mogen geen slidings gemaakt worden en de bal mag niet boven heuphoogte komen. Een mooie manier dus voor de oudere generatie om actief te blijven en betrokken te zijn bij een voetbalclub.

Elke maandagochtend van 10.00 uur tot 12.00 uur wordt er bij de Leeuwarder Zwaluwen Walking Football gespeeld. Zwaluwen-lid Anton Postma, die al een aantal jaar Walking Football speelt, vertelt enthousiast: 'Het is een vorm van voetbal die bij onze huidige leeftijd past en nog veel voetbalplezier geeft!'

Wat: Cambuur Oldstars Walking Football (voor 60+)

Wanneer: elke maandag van 10.00 uur tot 12.00 uur

Waar: CSV de Leeuwarder Zwaluwen

Trainer: Jan Bruin



Aanmelden en meer informatie.

Lijkt het jou ook leuk om mee te doen aan Cambuur Oldstars Walking Football? Of ken je iemand waarvan jij denkt dat hij of zij het leuk zou vinden? Neem maandag morgen even een kijkje op het veld van de Zwaluwen en ervaar hoe gezellig het is met elkaar.

Adres: Middelzeelaan 18 A

FRIESE VERSIE 'TUSSEN KUNST EN KITSCH' 21 JUNI 2025 IN NATUUR- EN CULTUURPARK VIJVERSBURG

Art Connection
Cultuurprojecten

Vijversburg (Tytsjerk) en Art Connection organiseren op zaterdag 21 juni aanstaande, de langste dag van het jaar, een groot kunst- en cultuurfeest met veel kunst, cultuur en muziek onder de titel 'Mid Simmer Art Festival'.

Een belangrijk onderdeel van dit cultuurfestival is de Friese versie van het bekende 'Tussen Kunst en Kitsch'. Iedereen die thuis iets van waardevolle kunst denkt te hebben kan zich vanaf nu opgeven.

Dat kan door een mail te sturen naar artconnection@chello.nl, met zoveel mogelijk gegevens over het voorwerp en bijgevoegd minstens 1 foto van het object.

Omdat er weer veel belangstelling verwacht wordt heeft de organisatie nu twee oud-medewerkers van het Fries Museum gevraagd hun visie op het voorwerp te geven.



Er kunnen maximaal 2 objecten per persoon meegenomen worden en de kosten zijn € 5,- en moet ter plekke contant betaald worden. Er is 15 minuten per persoon beschikbaar.

Rond 10 juni krijgt de bezoeker bericht hoe laat hij/zij in park Vijversburg (Tytsjerk) met de objecten verwacht wordt.

Kunstenaars die deze dag graag mee willen doen met de kunstmarkt kunnen zich nog opgeven. Zie voor informatie op de website:

www.artconnectionexpo.nl bij Kunst- en cultuurmarkten.

Art Connection

Ed van Dijk

06-52473558

Hobby om de Hoek maakt Interessengroepen



Sinds kort is Hobby om de Hoek met een nieuw initiatief begonnen. We maken appgroepen rond een bepaalde hobby. We hebben ondertussen al een Kookgroep, een Fietsgroep

en een Muziekgroep.

Het is niet de bedoeling dat iedereen altijd meedoet als er iemand wat organiseert. Stel bijvoorbeeld: morgen is het mooi weer. Dan vraagt iemand in de Fietsgroep: Wie wil er morgen een fietstochtje maken? Het is dus een pool waarin iedere keer weer andere groepjes uit kunnen ontstaan.

Wil je meedoen of ken je iemand die mee wil doen, stuur dan een mailtje naar: info@hobbyomdehoek.nl met vermelding van je naam en je telefoonnummer.



Wil je nieuwe contacten maar wil je niet in zo'n appgroepje? Ook dan ben je welkom!

Stuur een mailtje naar info@hobbyomdehoek.nl en we zoeken iemand die hetzelfde leuk vindt om te doen als jij, of gewoon een kopje koffie/thee met je wil drinken.

LOS 10 jaar!

Naar aanleiding van het tien jarig bestaan van de LOS, had ik een telefonisch interview met de oprichter, Jan van Olffen.

U was lid van de Algemene Nederlandse Bond voor Ouderen en toen....?

Ja, ik was voorzitter van de ANBO afdeling Leeuwarden. Een enthousiaste groep bestuurders die activiteiten organiseerde voor ouderen en voor de belangen van deze mensen opkwam. Ik zat ook 32 jaar in de gemeenteraad en zo was ik geïnteresseerd in waar ouderen mee bezig zijn en waar zij belang aan hechten.

Maar.... Toen werd door de landelijke bond een ander beleid uitgezet, waardoor het voor de penningmeesters van de afdelingen voelde, alsof ze onder curatele werden gezet. Het kwam een beetje over alsof de penningmeesters fraudeurs waren. Dat pikten wij niet en dus gingen wij voor onszelf beginnen!



Gevelsteen aan de zijkant van Voorstreek 9.
Foto Johan Eisma



Welke voorbereidingen moesten er worden getroffen?

Mensen met ideeën hielden in september 2014 een promotie bijeenkomst in wijkgebouw Westenkwartier in Leeuwarden. Er stond een rij buiten, zoveel mensen kwamen erop af! We hadden gehoopt op 500 leden op 1 januari, maar het werden er 1300! Dat gaf ons enorm veel steun. Er was veel onvrede onder de leden, ook elders in het land. Er begonnen meer afdelingen voor zichzelf en zo konden we onderling elkaar helpen met informatie en tips.

Toen kwam de dag dat we naar de notaris gingen, (met drie man sterk; dhr. Van Olffen, dhr. Van Steijn en dhr. Tiekstra) voor de officiële oprichting van de Leeuwarder Onafhankelijke Seniorenvereniging. Er werd een akte opgemaakt op 17 september 2015.

Hoe lang duurde het voordat alles geregeld was?

In drie maanden werden alle nieuwe leden geregistreerd. Hierbij speelden Gerard van Steijn, Leo Hasz, Leendert Plaisier en Froukje Bruining een grote rol. Keimp Pijpstra zette een blad op, de inzet van de mensen was groot. De naam LosVast werd gekozen; de leden van de Leeuwarder Onafhankelijke Seniorenvereniging moesten van vaste informatie worden voorzien en niet zo nu en dan. De O in LOS is duidelijk, het woord "onafhankelijk" moest goed naar voren komen. De LosVast was eerst nog een bulletin, losse blaadjes. Toen er voldoende contributie binnenkwam werd het een gedrukt exemplaar, het magazine zoals het er tot de dag van vandaag uitziet.

Lolkje Miedema.

** 80 JAAR VRIJHEID **



Dit jaar herdenken en vieren we het einde van de Tweede Wereldoorlog in Nederland, nu tachtig jaar geleden.

Er zijn heel veel evenementen in het hele land. Van herdenkingen, concerten, lezingen, festivals tot stille tochten etc.. We noemen slechts een paar van de vele activiteiten in Friesland.

3-5 mei Keep Them Rolling: Landgoed de Klinze in Aldtsjerk wordt het hoofdkwartier van de activiteiten, zoals static shows, demonstraties en re-enactments.



Monument ter herdenking van de Canadese bevrijders aan de Groningerstraatweg.

Foto Johan Eisma



3 mei is er een grote rondrit van legervoertuigen door Noord-Oost Fryslân.

4 mei is er oa. een herdenking in het bijzijn van Oekraïense vluchtelingen die op de Klinze verblijven.

5 mei is er 's avonds om 21.00 uur een slotfeest voor publiek en deelnemers met live muziek van Bigband Leeuwarden met zang van de Andrew Sisters

Leeuwarden ontvangt de 100-jarige Canadese veteraan Jim Parks. Hij is de enige nog levende bevrijder van Friesland.

Hij is samen met onze burgemeester aanwezig bij de veteranendag op het Wilhelminaplein en op de opening van het bevrijdingsfestival op de Oldehoofsterkerkhof.

Meer informatie over 80 jaar vrijheid is te vinden op www.friesland.nl/vrijheid.



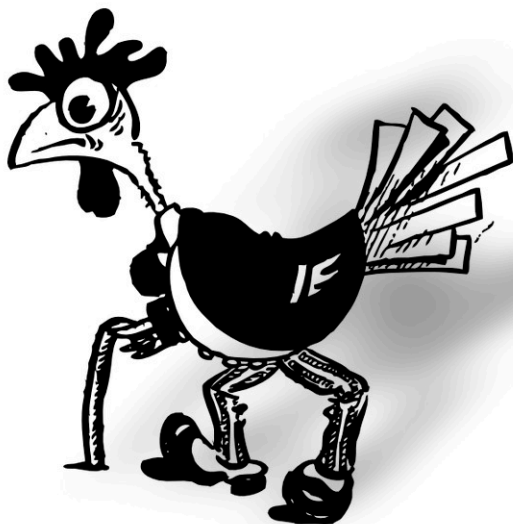
De oudste wilde en geringde vogel ter wereld



In de Noordelijke Stille Oceaan, ergens halverwege Japan en Amerika, ligt de Hawaïaanse eilandengroep Midway.

Zoals elk jaar keerden ook eind 2024 weer twee tot drie miljoen albatrossen terug naar Midway. De meeste albatrossen hebben een partner voor het leven, dus eerst zoeken de koppels met elkaar een geschikt plekje op het eiland.

Vervolgens legt elk vrouwtje één ei en in de ruim zes weken erna broedt zij dat samen met haar partner uit. Eind 2024.... Door zijn verrekijker ziet een Amerikaanse vogelonderzoeker om de poot van de albatros een ring met de inscriptie 'Z333': Wisdom! Dit vrouwtje werd in 1956 geringd en in dat jaar schatte men haar leeftijd op 5 jaar. Ze is nu dus 74 jaar, de oudste wilde en geringde vogel ter wereld! Ruim zestig jaar werd Wisdom broedend gezien met haar partner Akeakamai. Samen brachten ze minstens 35 kuikens groot. Maar sinds 2021 leek Wisdom alleen. Nu heeft zij als 70-plusser een nieuwe partner en wacht iedereen in spanning af of Wisdom opnieuw een jong albatrosje zal uitbroeden.



UIT DE REDACTIETUIN



De mooie aprilmaand ligt bijna achter ons en het jaar snelt weer voorbij. Over twee maanden hebben we alweer de langste dag... Even niet aan denken, nu genieten!

In de tuin bloeiden de Amelanchier (krenten-boompje) en de Japanse kers tegelijk, terwijl de Japanse kers in het verleden meestal in de eerste week van mei bloeit. Ook de vaste planten schieten de lucht in. Af en toe (het liefst 's nachts natuurlijk) een buitje is welkom voor het gewas.

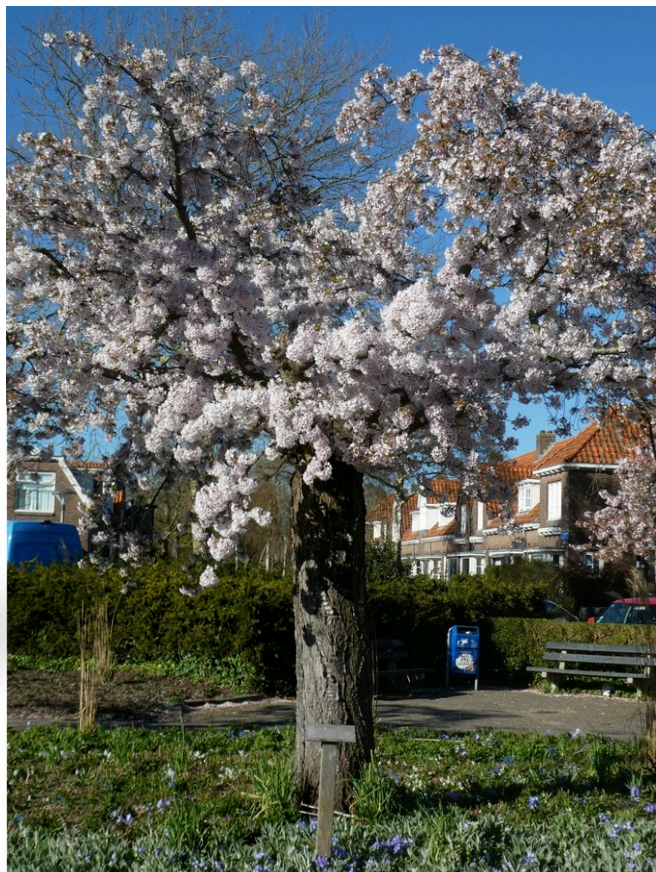
Wat kunt u o.a. in het juninummer van de LosVast verwachten:

- * Oude levensverzekeringen
 - * Medisch: LHON, zeldzame oogziekte
 - * Gevaarlijke schoonmaakcombi's
- en de maandelijkse bekende items.



Geniet van de meimaand en pas goed op uzelf!
Tot de volgende LosVast.

Janny de Haan, redacteur



Japanse kersenboom aan de Carel van Manderstraat (mooiste boom van Leeuwarden in 2018).

Foto Johan Eisma

Jaap's Hoekje 47

Liwwadder reclames

Omdat een verhuisperiode veel tijd vraagt, ook van een columnist, grijp ik deze keer even terug op een oud Liwwadder stukje, dat in wezen tijdloos is. We herkennen (en kennen nog steeds) veel Leeuwarder middenstanders aan hun reclames.



Historie

Al vanaf 1857 was de (kook)winkel van Van Erp (foto 1) aan de Nieuwestad gevestigd. Dat was voor de Leeuwarder Historische Vereniging Aed Levwerd aanleiding om de vierde generatie middenstanders,



het echtpaar Pieter en Marian van Erp, uit te roepen tot 'Pommeranten van 2014' (foto 2).



Deksels

Met zijn 157 jaar was Van Erp het oudste familiebedrijf in Leeuwarden dat dreef op nazaten van de stichter. Pieter van Erp's overgrootvader startte als koperslager en handelde in

kachels en lampen, maar ook voor kinderwagens, wandelwagens en klein-huishoudelijk kon men er terecht. Reclamecampagnes had de firma niet nodig. Mond-tot-mondreclame was de beste aanbeveling. En de voordeligste. Maar toch komen we zo nu en dan in een oude vergeelde uitgave van 't Kleine Krantsje deze mooie advertentietekst tegen: 'deksels! Wat heeft die Van Erp een pannen'.

Creatievelingen

En als we dan toch over reclame en middenstand hebben kunnen we nog wel even doorgaan. De schoenzaak van Herman Steeman is al meer dan vijftig jaar weg, maar zijn slogan 'Un Lúwadder gaat foor skúnen naar Steeman oppe Túnen' is en blijft onsterfelijk. Creativiteit viert hoogtij en midden-

standers blijken uitstekende dichters. 'Wie rekenen kan, koopt olie bij Jan' was jarenlang de lijfspreuk van de markante oliehandelaar Jan de Ruiter, eerst aan de Van der Wielenstraat; later zat de zoon aan het Mariahof, maar de reclamekreet bleef bij het publiek en de klanten hangen.

Hout van Bob staat aan de top

De veel te vroeg overleden doe-het-zelf-middenstander Bob van Dalen van het Noordvliet heeft zelf ook heel wat afgedicht. De artikelen in zijn zaak werden met zoveel korte, krachtige teksten aangeprezen dat hij er zelfs een heus boekwerkje van heeft uitgegeven. Daarin onder andere 'Ga niet zelf de gok wagen, maar laat Bob uw planken zagen'. Bob's oud-collega en straatgenoot, houthandelaar Staal had maar één korte strijdkreet: "Voor hout naar Staal".

Filmreclame

De bioscopen in de stad pikten ook hun graantje mee van de reclame makende winkeliers. In de pauzemomenten zagen we de spotjes voorbijkomen. Zoals die van de bekende slager De Bruin aan de Noorderweg hoekje Vijzelstraat. Op het doek verschijnt een catwalk vol met mooie mannequins met daarbij de tekst die twee mannelijke toeschouwers uitspreken: 'Geef mij maar vlees van Jan de Bruin!'. Of die van de twee oude mannetjes op een bankje in het park, waarbij de ene de andere in het oor schreeuwt: 'Hest ut hoord? Un plaat van Poort', daarbij verwijzend naar de platenzaak van Poort aan de Voorstreek.

Te kust en te keur

Als je je ogen goed de kost geeft kom je nogal wat reclames tegen. Mooie, minder mooie, maar ook oude, nieuwe en tijdloze. In de laatste categorie viel zonder twijfel die van -alweer- een slager, nu uit de Sint Jacobsstraat: 'Bakker, uw slager' (foto 3). Maar om deze slagerij vandaag de dag te vinden moeten we lang zoeken. Die is ook tot de historie toegetreden. Of nog zo'n korte: 'Ik kom van Krom', de stomerij uit het Naauw. Slager Herman uit de Kleine Kerkstraat schreeuwde tot 1982 zijn aanbiedingen wekelijks de bladen in met: 'De Haan kraait weer!'. De drogist uit de Peperstraat kon er ook wat van: 'Drogisterij De Vries geeft waardvol advies', zo prees hij zijn zaak aan. Kwajongens hadden daar al vrij snel een negatieve variant op bedacht!



'Spannend'
 'Span Span er voor' gold jarenlang voor de gelijknamige radio- en televisie-zaak op de Nieuwestad. Vrij kort nadat deze zaak ging samenspannen met collega's Braams en Vaartjes tot Fritéko werd er voorgoed uitgespannen. Via 'Voor autoscha naar

Anema' (Roodborststraat) komen we Achter de Hoven terecht bij 'Fleur stelt nooit teleur' reclamekreet van de daar woonachtige zeilmaker. Van de grote modezaak van Wim Houwen herinneren we ons nog wel dat het een erg mooie winkel was, maar we weten nauwelijks meer te vertellen waar die zat. De reclamespreuk herinneren we ons des te beter: 'Wim Houwen, geeft waarborg en vertrouwen'.

Pareltje

Piet Pruis, de fietshandelaar van de Voorstreek (later ook aan de Wirdumerdijk), maakte reclame voor zijn huismerk PVL met een eigen fietsplaatje (**foto 4**), afkorting van Pruis Voorstreek Leeuwarden, (of de variant: Parel Van Leeuwarden).



Toen we onlangs over de Voorstreek liepen zochten we tevergeefs om de vroegere fietswinkel (**foto 5**). De malaise in de middenstand heeft er voor gezorgd dat het winkelpand een nieuwe (woon-) bestemming heeft gekregen. Van de diepe portiek, de grote glazen etalages en de planken winkelvloer is niks meer over. Leeuwarden heeft er echter dankzij architect Peter Walon wel een mooi pareltje bij.



Jaap de Groot
 jaap.degroot46@gmail.com

Weerspreuk

*'Klinkt in maart reeds gedonder,
 Sneeuw in mei is dan geen wonder'*

Als een ijskoude, onstabiele noordwestelijke luchtstroming op ons gericht staat, zijn gure lentebuien mogelijk. De april showers die soms nog in mei voorkomen, met kans op onweersklappen, hagel en sneeuw. Zoals zelfs op 2 mei 1979. Op de snelweg richting Schiphol werd het verkeer 's avonds gehinderd door sneeuwduinen!!

Weerwoord: IJstalagmiet.



Nachtvorst in februari zorgde voor een recht-opstaande ijspegel in een drinkbak voor vogels. Een ijstalagmiet, dankzij het uitzetten van water bij bevriezing. Het water onder het ijslaagje moet ergens heen en zoekt het zwakste punt in het ijsvlies. Omdat er steeds meer water befrist, komt er meer druk op het water in de bak en groeit de pegel opwaarts.

Weer om nooit te vergeten: 2 maart 1987

Op 2 maart was er sprake van zware ijzel in delen van Groningen en Drenthe: regen van -1 à -2 °C. Veel boomtakken bezweken door het grote gewicht van de centimeters dikke ijslaag. Het verkeer kwam bijna tot stilstand. Ondertussen was het in Zuid Nederland...10° !!

** Mantelzorg draagt menselijke warmte**

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

DERDE HELFT



Op **maandag 12 mei** aanstaande hebben de studenten weer een programma voor u samengesteld.

Stoelyoga en Valpreventie.

Aanvang: 14.00 uur

Entree: gratis

Maandag 26 mei aanstaande:

Dit is het laatste programmaonderdeel van dit seizoen.

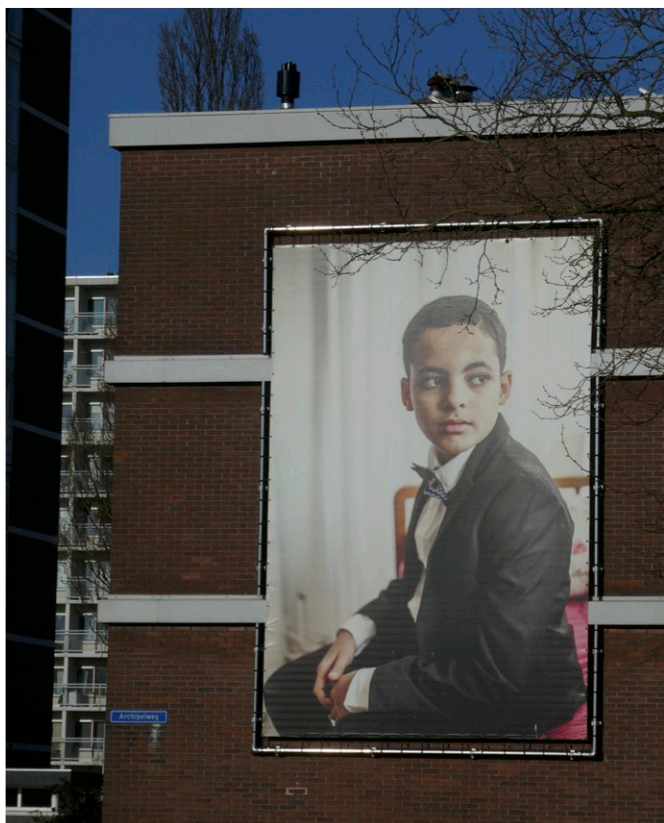
Orkest: Tres Chic.

Aanvang : 14.00 uur

Entree: € 5,-

Adres: Kantine Voetbalvereniging De Leeuwarder Zwaluwen, Middelzeelaan 18A op de 1e etage (lift aanwezig).

Klaasje Jonker



Muurdecoratie aan de Archipelweg.

Foto Johan Eisma

Cultuurpodium Dorpskerk Huizum



Zaterdag 3 mei 2025 (15.00 uur):

Orgelconcert door Theo Jellema

Dit jaar speelt de Leeuwarder stadsorganist Theo Jellema een serie orgelconcerten met de titel 'Bach, inspiratie en imitatie'. Voor de vele liefhebbers zal het fraaie Van Dam-orgel in al zijn facetten weer tot klinken komen. Vrijwillige bijdrage.

Maandag 5 mei 2025 (16.00 uur):

De 'Vijf Mei Rede' door mr. Th.C. (Thom) de Graaf, vice-president van de Raad van State, met de titel 'Wat kostbaar is vraagt zorg',

met muzikale omlijsting door Maurits & Britta Fondse en een kort optreden door Hans Wigman en Sebas Postma.

Elk jaar wordt de 'Vijf Mei Rede' in de Dorpskerk Huizum door een prominente Nederlander gehouden. Dit jaar door de vice-president van de Raad van State, mr. Th.C. (Thom) de Graaf, in die functie ook wel de 'onderkoning' genoemd.

De Graaf spreekt o.a. over 'Gaaf de democratische rechtsstaat ten onder? En wordt Europa na 80 jaar Vrijheid opnieuw bedreigd?'

Hij was voor D66 fractievoorzitter in de Eerste en de Tweede Kamer en vicepremier in het tweede kabinet-Balkenende.

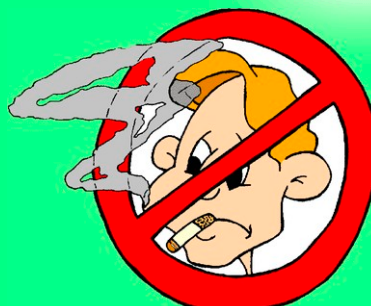
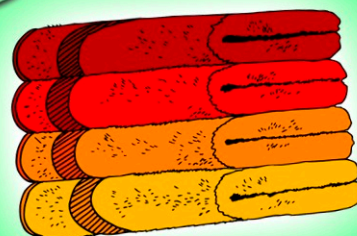
De muzikale omlijsting wordt verzorgd door het Amsterdamse duo Maurits & Britta Fondse. Het duo heeft speciaal voor deze bijzondere gelegenheid een uniek en bij de Bevrijdingsdag passend programma samengesteld.

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

Een vrijwillige bijdrage in de kosten (op 5 mei) wordt zeer op prijs gesteld.

EVENEMENTEN MEI 2025

1 mei	donderdag	Dag van de Arbeid
2 mei	vrijdag	Wereld Tonijndag
3 mei	zaterdag	Dag van de Persvrijheid Naakt Tuinierendag
4 mei	zondag	Dag van de Brandweer Dag van de Lach Dodenerdenking
5 mei	maandag	Dag van de Vroedvrouw Bevrijdingsdag Dutch Overshoot Day
6 mei	dinsdag	Wereld Astmadag Anti-dieetdag
8 mei	donderdag	Dag van het Rode Kruis Ezeldag Geen Sokkendag
9 mei	vrijdag	Europadag
10 mei	zaterdag	World Fair Trade Day Molendagen (t/m 11 mei) Offlinedag Nationale Vogelweek (t/m 18 mei)
11 mei	zondag	Moederdag Ijsheiligen (t/m 14 mei) Sluiting Keukenhof
12 mei	maandag	Dag van de Zorg / Dag van de Verpleging
13 mei	dinsdag	Europese Dag van de Beroerte Eerste halve finale Eurovisiesongfestival
14 mei	woensdag	Herdenking Bombardement Rotterdam
15 mei	donderdag	Dag van het Gezin Fiets naar je Werkdag Tweede halve finale Eurovisiesongfestival
16 mei	vrijdag	Dag van de Coeliakie Pizza Party Dag
17 mei	zaterdag	Verjaardag koningin Máxima (1971) Finale Eurovisiesongfestival
19 mei	maandag	Huisartsendag
20 mei	dinsdag	Annie M.G. Schmidt-dag Wereld Bijendag
21 mei	woensdag	Werelddag voor Culturele Ontwikkeling
22 mei	donderdag	Dag van de Biodiversiteit Dag van de Praktijkondersteuner
23 mei	vrijdag	Wereld Schildpaddendag Europese Dag van de Buren
24 mei	zaterdag	Dag Aandacht voor Sterven Europese Dag van de Nationale Parken Dag van de Vrouwegezonderheid
25 mei	zondag	Dag van de Vermiste Kinderen Handdoekdag
27 mei	dinsdag	Dag van de Zonbescherming '8 van '11' wandeltocht
28 mei	woensdag	Hamburgerdag Wereld Menstruatiedag
29 mei	donderdag	Hemelvaartsdag
30 mei	vrijdag	Wereld MS-dag
31 mei	zaterdag	Wereld Anti-Tabaksdag Dag van de Otter



De Nederlandse Arbeidsdienst (NAD)

'Ick Dien'

De NAD was de opvolger van de door de Duitsers in het leven geroepen Nederlandse Ordedienst (NOD). Deze laatste dienst betrof een overgangsorganisatie voor het personeel van het in mei 1940 gecapituleerde Nederlandse leger. De toetreding geschiedde, in eerste instantie, op vrijwillige basis. Deze dienst moest een verdere stijging van de werkloosheid, het uitvloeisel van de ontslagen binnen de krijgsmacht, zien te voorkomen. Dit beleid was min of meer een voortzetting van de zogenaamde werkverschaffing van vóór 1940.

De NOD, door de bezetter ingesteld op 27 juni 1940, werd met de woorden van de voormalige Nederlandse opperbevelhebber: 'slechts ingesteld om een uitbreiding van de werkloosheid in ons land te voorkomen; deze dienst is niet van duurzame aard en zij die er thans in worden betrokken, zullen geleidelijk naar de vrije arbeid worden overgebracht'. Op 15 oktober 1940 gaat de NOD geruisloos over in de NAD; Nederlandse inbreng, voor zover aanwezig, wordt geminimaliseerd. De bij de Arbeidsdienst werkzame mannen, de zogenaamde arbeidsmannen, werden ondergebracht in een 55-tal kampen, verdeeld over geheel Nederland. Friesland omvatte acht kampen, de provincie Groningen bezat er vier en in Drenthe (waar de meeste ruimte was) lagen er veertien. De uit te voeren werkzaamheden bestonden voor een groot deel uit het ontginnen van heidegebieden, dempen van oude petgaten, bosbouw, bosonderhoud en grondarbeid in het algemeen. Zo'n kamp, officieel een afdeling, bestond uit een aantal houten legeringsbarakken, gegroepeerd rond een exercitieterrein en had plaats voor ca. 200 man, verdeeld over vier groepen van elk ca. 12/15 man. Een aantal extra barakken diende als keuken, goederenopslag, ziekenboeg, eetzaal, administratie e.d.

Het leven in de kampen was geënt op militaire leest; in plaats van een geweer droeg men echter een schop, waarmee ook geëxerceerd werd. Er werd ook aan (politieke) scholing gedaan: aardrijkskunde, zingen(!), geschiedenis en kennis van de regio waarin het kamp lag. In de schaarse vrije tijd kon men min of meer doen wat men wilde.

Er werd door middel van aanplakbiljetten en advertenties reclame gemaakt voor de Arbeidsdienst. Op de biljetten stond een buitengewoon beschaafde jongeman, Koenraad geheten, in een keurig uniform, met gepoetste tanden en onberispelijk zittend haar. Vermoedelijk at hij met mes en vork en stond hij in de bus op voor oudere dames. De schop, zijn voornaamste werktuig, werd keurig gepresenteerd. Een en ander resulteerde in het feit dat iedereen die bij de Arbeidsdienst werkte voortaan, in de volksmond, een Koenraad (een beetje een kneus) werd genoemd.

Friesland bezat, zoals eerder gemeld, verspreid over de provincie, een achttal van deze kampen. Zo was er kamp nr. 213, ten zuiden van Wolvega, waar men zich bezig hield met het dempen van oude petgaten. De bewoners van kamp 212, De Wyldemerk, in Gaasterland nabij Harich, werkten met name in de nabijgelegen bossen.

In kamp 211, It Romme Fjild, vlak bij Workum, werd aan landwinning gedaan en in kamp 122, Aekingha, bij Oud-Appelscha, deed men aan bosbouw.

In het zuidoosten van de provincie lagen de vier andere kampen: kamp 121, Oranje, bij Fochteloo en kamp 115, bij Donkerbroek, waar men heidevelden ontgon. In kamp 113, Wurksathe, bij Hemrik-Zuid en in kamp 114, Sparjebird, bij Hemrik-Noord, werd eveneens de heide onderhanden genomen.

De resultaten van al deze activiteiten waren, om het maar eens voorzichtig te zeggen, ronduit bedroevend!

Het was echter niet altijd kommer en kwel. Bij tijd en wijle was er ruimte voor boert en jolijt (om in NAD termen te blijven). Zo waren er, meestal geënt op vergelijkbare Duitse feesten, berg-, lente-, zomer- en oogst evenementen. Er werden sport- en voetbalwedstrijden georganiseerd en bij sommige activiteiten, waarbij ook werd gedanst, werd een aantal leden van het NAD meisjeskamp uit Lochem uitgenodigd. Dat laatste wilde, om voor de hand liggende redenen, nog al eens ontsporen.

In de loop der jaren werd het animo om hier te werken steeds minder; de mannen liepen weg. De Duitsers gingen ook steeds meer invloed uitoefenen op de leiding en op het laatst werd het werk verplicht gesteld. Ook van de ontginning, wat toch al

niet echt van de grond was gekomen, kwam weinig meer terecht. Uiteindelijk draaide het uit op het aanleggen van verdedigingswerken: loopgraven en dergelijke. Vlak voor de bevrijding zijn de laatst overgeblevenen arbeidsmannen afgevoerd naar Duitsland.

N.B. Groningen bezat bij Nuis, Sellingen, Ter Apel (!) en Marum kampen; Drenthe moest het doen met kampen bij Meppel, Havelte, Borger, Westerbork (!), Diever, Gasselte, Hooghalen, Odoorn, Roden, Schoonloo, Anloo, Vledder, Vries en Zweeloo.

Sjouke Elgersma



Amersfoort, 27 maart 2025

OVpay & DigiHulp lijn: samen maken we reizen met leeftijdskorting nog makkelijker

Goed nieuws voor reizigers van 4 t/m 11 jaar en vanaf 65 jaar! Sinds juli 2024 kunnen zij de 34% leeftijdskorting in bus, tram en metro koppelen aan hun betaalpas. Een OV-chipkaart is hiervoor niet meer nodig. Al meer dan 100.000 reizigers hebben hier inmiddels gebruik van gemaakt. Mensen die hierbij ondersteuning willen kunnen voortaan gratis contact opnemen met de DigiHulp lijn.

OVpay: de toekomst van betalen in het OV

OVpay is het nieuwe in- en uitchecken in het OV. Sinds juni 2023 kunnen reizigers in heel Nederland in- en uitchecken met hun betaalpas, creditcard of mobiel. Later dit jaar wordt de nieuwe OV-pas gefaseerd geïntroduceerd. De betaalpas en de OV-pas vervangen op termijn de huidige OV-chipkaart.

Samenwerking met de DigiHulp lijn: gratis extra hulp voor wie dat nodig heeft

Niet iedereen is even digitaal vaardig. Daarom werkt OVpay vanaf maart 2025 samen met de gratis DigiHulp lijn. Medewerkers van de DigiHulp lijn helpen reizigers telefonisch met al hun digitale vragen, onder meer bij het instellen van leeftijdskorting op de betaalpas. De medewerkers zijn opgeleid om reizigers te helpen met OVpay en nemen daar alle tijd voor.

De DigiHulp lijn is bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 8.00 - 22.00 uur en zaterdag van 9.00 - 18.00 uur. Bel 0800 – 1508 of mail naar vragen@digihulp.nl
Voor meer informatie, bezoek www.digihulp.nl

Makkelijker instellen met de OVpay-app

OVpay maakt betalen in het OV steeds slimmer en makkelijker. De OVpay-app is sinds de introductie van leeftijdskorting ook verder verbeterd, waardoor reizigers leeftijdskorting eenvoudiger zelf kunnen toevoegen. Dankzij duidelijke instructies per bank is het proces nóg toegankelijker. De app helpt onder andere bij het koppelen van de leeftijdskorting aan de betaalpas, met uitleg die aansluit op de werkwijze van elke bank.

Meer kortingsmogelijkheden

Behalve leeftijdskorting is het bij de meeste OV-bedrijven inmiddels mogelijk ook andere kortingsproducten te koppelen aan de betaalpas. Meer daarover is te vinden op de websites van de verschillende OV-bedrijven.

Meer informatie over het instellen van leeftijdskorting op je betaalpas vind je op onze website: <https://www.ovpay.nl/leeftijdskorting>

Ben jij 65+ ?

En reis je met de **bus, tram of metro?**
Check nu ook met je **betaalpas** in en uit met **34% korting!**

Weten hoe je deze korting aanzet?

Steeds slimmer, steeds makkelijker

ovpay.nl

JEU DE BOULES

Afgelopen maandag 14 april is er weer gestart met het spelen van jeu de boules. Wat het weer betreft kon het niet beter, het was prachtig zonnig en een lekkere temperatuur.

10 spelers waren er aanwezig, dat is een leuk begin voor de eerste keer. Er kunnen altijd meer personen bij aansluiten het is een hele leuke bezigheid. Mocht u het ook eens willen proberen, dan bent u van harte welkom op de volgende speelmiddag. Dit is op **maandag 19 mei** aanstaande om 14.00 uur en er wordt gespeeld tot ongeveer 16.00 uur. Tussendoor is er een pauze met koffie/thee.

De locatie is Le Biberon, Julianapark 2, achter de Kurioskerk. De kosten bedragen € 3,50 p.p. inclusief consumptie en gebruik boules. Van de club Le Biberon is er begeleiding aanwezig, in de persoon van Jannie de Ruyter.

Haar telefoonnummer is 06 23607681.

Graag tot ziens.



Nederland in cijfers

Het beste reisjaar ooit.

De reisbranche verwacht het beste reisjaar ooit nadat 2023 en 2024 al zeer succesvol waren. Er is sprake van een 'inhaalslag' na de dramatische coronatijd.

Veel consumenten hebben hun vakantie bovenaan hun wensenlijst staan.

Steeds meer reizigers boeken hun vakantie zelf online.

Voor een speciale reis met specifieke wensen heb je in veel gevallen hulp van een goed reisbureau nodig. Toch loopt het aantal fysieke reisbureaus terug, waren er in **1995** nog **2500**, nu minder dan **500**.

Nederlanders gingen in 2024 circa **40 miljoen** keer op vakantie, ruim **10%** gaat voor een reis buiten Europa. De populairste bestemmingen zijn Duitsland, Frankrijk en Spanje.



Financiën

Geld overmaken naar het verkeerde rekeningnummer

Het zal u maar overkomen: u maakt een flinke som geld over naar een verkeerd rekeningnummer. Heel vervelend natuurlijk. Maar heeft u recht op uw geld terug? En hoe krijgt u dat dan voor elkaar?

Stel, u moet een fors bedrag overmaken. Dan wilt u uiteraard dat het ook daadwerkelijk bij de juiste persoon of instantie terechtkomt. Om hiervoor te zorgen hebben veel banken de IBAN-Naam Check. Door deze check krijgt u voor het overboeken een melding als naam en rekeningnummer niet bij elkaar horen. Maar als het rekeningnummer toch niet blijkt te kloppen en u het geld gestort heeft op de rekening van iemand anders. Wat dan?

Als dit op de rekening van een bekende belandt, dan is het (waarschijnlijk) een stuk makkelijker om het geld terug te krijgen. Maar wanneer het gaat om een onbekende, schrikt u zich waarschijnlijk een hoedje. Raak niet in paniek en bel uw bank. Ze kunnen wellicht de contactgegevens van de desbetreffende ontvanger aan u verstrekken. Ook kunt u proberen om 1 cent over te maken naar deze persoon met de boodschap dat het eerdere bedrag per ongeluk is gestort en dat u dit heel graag terug wilt.

Wat als deze persoon niets wil teruggeven?

Mocht u de contactgegevens hebben van de (on)gelukkige ontvanger, dan kunt u uiteraard contact opnemen en vragen of u het geld teruggestort kunt krijgen. De ontvanger is verplicht dit te doen. Maar wat als deze toch weigert? Dan kunt u de hulp inschakelen van uw rechtsbijstandsverzekering. Zij kunnen het geld terug proberen te halen en in sommige gevallen keren ze zelf het bedrag aan u uit.



Uit de keuken

Maakt u ook weleens een tosti? Lekker bij een bordje soep of zo maar bij de lunch. Dit gerechtje wordt wereldwijd gegeten.



In Frankrijk noemen ze het een *croque monsieur*, in Italië treft u 'm als *panino*, de Spanjaarden noemen het een *bikini*, in Australië gaat ie als *jaffle* door het leven

en de Mexicanen noemen het een *quesadilla*. De klassieke gesmolten kaasvulling kent ook geen monopolie meer.

Wat kosti ?

Naar verluidt werd de meest exclusieve tosti ooit in 2014 geserveerd in het New Yorkse etablissement **Serendipity 3**. Weliswaar heeft het geen sterren, maar is befaamd om de extravagante gerechten. Hun *Quintessential Grilled Cheese* kostte 214 dollar en bevatte luxe ingrediënten zoals met goud bestoven brood, zeldzame *Caciocavallo Podolico-kaas* en witte truffelboter, geserveerd met een *tomatenbisque-dip*.

En hoe de tosti smaakte dat vertelt het verhaal niet. Voor die prijs moet het toch goddelijk zijn.

Knapperige kerel.

Tosti kent zijn oorsprong in Parijs en werd in 1910 door zijn bedenker (een cafébaas) *croque-monsieur* genoemd.

Afgeleid van de woorden *croquer* ('knapperen') en *monsieur* (meneer).

Het knapperige kereltje werd wereldberoemd, mede door de Amerikanen en hun *grilled cheese sandwiches*. In de jaren '20 van de vorige eeuw begonnen zij de in massaproductie genomen elektrische broodrooster intensief te gebruiken. De lekkerste tosti maak je nog steeds in een tosti-ijzer. Knijp de boterhammetjes lekker bij elkaar en de smeltfactor van de kaas is ideaal. Met de Flipwich

(tosti-ijzer) wordt elke gevulde boterham een ouderwetse traktatie.

Een goede tosti moet draden trekken. Kazen met de grootste 'draadkracht': Emmertaler en Gruyère. Wanneer je die gebruikt laat dan het mes maar achterwege, want als je met een mes die lekkere draden doorsnijdt, gaat die fijne en unieke beleving verloren. Dus... een tosti moet je uit het vuistje eten.



*** Moederdag ***

Op 11 mei viert de helft van de Nederlanders Moederdag.

Er zijn vijf miljoen mama's. In de zogeheten Biblebelt, met gemeenten zoals Staphorst en Urk, krijgen moeders veel cadeaus, want daar zijn namelijk de grootste gezinnen. Overal in de wereld wordt deze dag gevierd en het vaakst op de tweede zondag in mei, maar ook op tal van andere dagen. In Engeland heeft men bijvoorbeeld vorige maand al Mothersday gevierd.

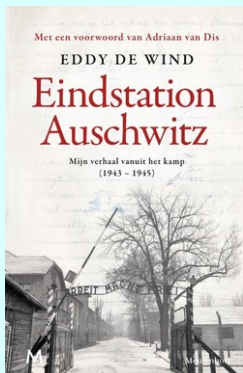
Eigenlijk bestaat Moederdag als commercieel verschijnsel precies 101 jaar. In 1924 maakte de Koninklijke Maatschappij voor Tuinbouw en Plantkunde reclame om op deze dag een bos bloemen voor moeder te kopen en aldus geschiedde. We zijn lang niet altijd origineel, al maken peuters en kleuters - met of zonder toiletrol- de liefste dingen voor mama.

Het ontbijt op bed schijnt niet meer zo populair te zijn, heel veel ouders hebben een hekel aan kruimels in bed. Naar schatting 80.000 jonge moeders vieren dit jaar voor het eerst Moederdag, met natuurlijk een ukkepukje aan hun zijde. Liefde krijgen is natuurlijk het mooiste cadeau.

Lezenswaardig

Oorlogsverhalen.

Het is tachtig jaar geleden dat de Tweede Wereldoorlog ten einde kwam. Zo'n rond getal dwingt tot een nog uitdrukkelijker terugkijken dan elk jaar, rond Bevrijdingsdag, toch al het geval is. Een paar boektitels met oorlogsverhalen.



Eddy de Wind: Eindstation Auschwitz en kost € 17,50

Eliazar (Eddy) de Wind (1916 - 1987) was een Nederlandse arts, psychiater en psychoanalyticus van Joodse afkomst en overlevende van de Holocaust uit het kamp Auschwitz. Na terugkomst in Nederland in 1945 specialiseerde hij zich in de behandeling van oorlogstrauma's en gaf daaraan bekendheid in binnen- en buitenland.



Seweryna Szmaglewska: De vrouwen van Birkenau en kost € 29,99

De Poolse Seweryna Szmaglewska bracht bijna drie lange jaren door als politieke gevangene in het vrouwenkamp Auschwitz-Birkenau. Vrijwel onmiddellijk nadat het kamp in januari 1945 werd bevrijd, begon ze haar herinneringen te noteren. Haar relaas, De vrouwen van Birkenau, zou later een belangrijke getuigenis worden tijdens het Neurenbergproces.

Voorjaarstips voor de tuin

Vrolijke bloeiers.

Er zijn planten die in het bijzonder bijen en vlinders aantrekken. Met deze planten doe je ze een groot plezier, ze kunnen zich ermee voeden. Wel hebben ze allemaal verschillende bloeitijden.

Zoek planten met verschillende bloeitijden uit, zodat er het hele seizoen lekkers te vinden is in de tuin.

Het zelfde geldt voor potten en bakken op het balkon.

In een tuincentrum koop ik meestal biologische- en diervriendelijke bloemenmix en ga alvast binnenshuis voorzaaien.

De bloemen vrolijken niet alleen de tuin of het balkon op, maar helpen met hun nectar en stuifmeel ook de vlinders.

Vrolijke bloeiers zijn o.a lavendel, vlinderstruik,

koninginnekruid en zilverkaars.

Zaai je een bloemenmix dan zijn de kleuren een verrassing!

Waar bijen en vlinders ook dol op zijn, zijn kruiden, zoals rozemarijn, salie, bieslook, tijm en dille.

Van maart tot oktober zijn er veel slakken in tuinen te vinden. Met name op de warme en vochtige dagen. Heeft u een huisdier, let dan goed op.

Voorkom dat het huisdier ze gaat opeten of aan het slijm likt. Ze zijn vaak besmet met larven van de dodelijke longworm parasiet. Gebruik in geen geval slakkengif!

Een goede tip: Zet hier en daar ondiepe bakjes of schalen met

bier neer, maar wél de alcoholische variant, want juist op de alcohol komen de slakken af.



UITTIPS

De keukenhof

Keukenhof, de mooiste lentetuin van de wereld, is in 2025 tot zondag 11 mei geopend.

De Keukenhof is dagelijks van 08.00 tot 19.00 uur te bezoeken.

Ontdek de mooiste tulpen en andere prachtige bloemen bij Keukenhof in Lisse in de kleurrijke Bollenstreek.

Toegangsprijs vanaf € 20,50.

Maak op de website uw bezoekdatum bekend.

Libelle Margriet Zomerweek

Van 22 mei t/m 28 mei 2025 is het weer zover: het gezelligste zomerfeest van Nederland vindt plaats in het Haarlemmermeerse Bos in Vijfhuizen. Beleef een zomerse dag vol inspiratie, plezier en ontspanning op de Libelle en Margriet Zomerweek!

Tickets kosten € 23,95 en die koop je via www.zomerweek.nl

Lentefair in Frederiksoord

Vier het voorjaar op de Lentefair!

Het is een heerlijk dagje uit voor het hele gezin.

Je kunt genieten van

lifestyle, mode, muziek, tuin

etc. En voor de kleinkinderen zijn er ook activiteiten.

Lentefair is te bezoeken op 10 en 11 mei 2025 aan de Majoor van Swietenlaan 1b.

Tickets kosten € 9,- en kinderen tot 12 jaar hebben vrij entree.



Kazemattenmuseum in Kornwerderzand *Symbol van onverzettelijheid.*

In het jaar waarin we 80 jaar vrijheid genieten, willen we het kazemattenmuseum niet overslaan. Het museum vertelt het verhaal van 225 Nederlandse militairen die 13.500 goedgepaste en- bewapende Duitse soldaten tegen wisten te houden.

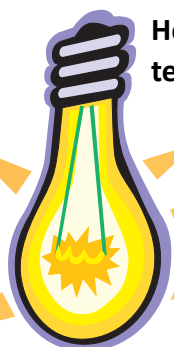
Afsluitdijk 5, Kornwerderzand

Actuele informatie over bv. openingstijden

www.kazemattenmuseum.nl

Tel.nr. 0517 - 579453

NOODFONDS ENERGIE



Het Noodfonds Energie gaat, in tegenstelling tot eerdere negatieve berichten, toch weer open voor huishoudens om te helpen bij het betalen van de hoge energierekening. En voor het eerst komen ook huishoudens met een blokaansluiting in aanmerking.

Naar verwachting kunnen huishoudens in de week vanaf 21 april weer aanspraak maken op hulp van het Noodfonds Energie. Huishoudens kunnen dan een aanvraag doen om steun te krijgen bij het betalen van de stroom-, gas- of warmterekening.

Wat de voorwaarden zijn en waar men aan moet voldoen is allemaal te lezen op www.noodfonds.nl/news

Gevelsteen aan de Monnikemuurstraat.

Foto Johan Eisma



Afscheid nemen – deel 2

In de vorige LosVast staat informatie over de nieuwe trend in afscheid nemen, het zgn. resomeren. Deze keer gaat het over as verstrooien in de vrije natuur.

Cremeren blijft de meest populaire uitvaartkeuze. En het is daarbij ook in trek om de as vervolgens in de natuur te verstrooien. Maar mag dat 'wildstrooien' zomaar in ons land? Dat mag b.v. op Texel en het is ook nog een fantastische plek. Vanaf een bank, met het bordje 'Strooiveld' kijk je uit over de heide. Op Texel heeft Staatsbosbeheer een speciaal strooiveld bij Jan Ayeslag. Er zijn wel regels aan verbonden. Het is niet toegestaan iets anders dan as achter te laten. Het is storend als je overal gedenktekens, bloemen en dergelijke ziet. Bovendien moet men van te voren toestemming vragen.

Bij dit vragen van toestemming gaat het vaak mis... 'Wildstrooien' in de natuur neemt toe, maar niet iedereen weet dat as, inclusief mineralen en medicijnresten, schadelijk kan zijn voor de planten. Op voedselarme plekken is het versrooien van as slecht voor de natuur.



UITVAARTVERZORGING
Joke Boonstra

'Wanneer het tijd is om afscheid te nemen'

Integer, respectvol en betrokken



T 06-15124118 • www.jokeboonstra.nl

Laatste rustplaats in de natuur.

Op speciale natuurbegraafplaatsen kan gekozen worden voor een natuurgraf of voor het begraven van een urn. In beide gevallen geldt eeuwigdurend grafrecht. De betreffende natuurbegraafplaats zal altijd een natuurgebied blijven. Meer informatie is te vinden op www.natuurbegraafplaatsennederland.nl

Bij Staatsbosbeheer kunt u terecht voor het verstrooien van as. Zij hebben een aantal vaste plekken in natuurgebieden aangewezen: o.a Hoog Buurlo bij Apeldoorn, op de Eelerberg in Hellen-doorn en de eerder genoemde Jan Ayeslag op Texel. Ook staat Staatsbosbeheer open voor suggesties en wie weet valt er iets te regelen voor een respectvolle, laatste rustplaats.

** Naar aanleiding van het artikel in ons vorig magazine over resomeren maakte ons lid, mevrouw Marijke Waalkens, de redactie erop attent dat er in Leeuwarden ook een resomator staat en wel voor huisdieren. Ze vermeldt dat het milieuvriendelijker is dan cremeren.*

Mevrouw Waalkens is vrijwilliger bij de Dierenambulance de Wissel.



Muurschildering aan de Amelandsstraat.

Foto Johan Eisma

Adressen en telefoonnummers

Secretaris bestuur:

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

Ledenadministratie:

Rimmer en Sietske Koopmans,
Tel: 058 7854672 of 06 33021707
E-mail: 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, Tel: 058 2662194
E-mail: marjolisa@gmail.com

Magazine LosVast:

Siep Prakken, Tel: 058 2125454 of 06 46194868
Janny de Haan, Jaap de Groot, e.a.
E-mail redactie: redactielosvast@gmail.com

Coördinator bezorgers magazine LosVast:

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

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,
Tel.: 058 2880705
E-mail: wybfeddema@icloud.com

Rijbewijskeuringen voor leden vanaf 75 jaar:

Rijbewijskeuringsarts:
Drs. J.de Groot Jacob Catsplein 1, Leeuwarden,
Tel: 058 8200040
Via internet kunt u zelf een afspraak **maken**:
website: www.rijbewijskeuringsarts.nl
Los leden krijgen 10% korting

Thuiszorg:

Thuiszorg Het Friese Land, 0900-8864
Medipoint Leeuwrden
Heliconweg 55 A, Leeuwarden
of (als u geen lid bent): Tel: 036 7200911.

Regelzorg:

MFC Camminghastins, Lieuwenburg 2, Leeuwarden,
Tel: 088 2323300, website: www.regelzorg.nl

Projectleiders Activiteiten:

Koersbal Nijlân:

Vacant

Koersbal Mozaïek:

Vacant

Fietsen:

Hilly Wijnstra, Tel: 058 2153408 of 06 25222189.
E-mail: hwijnstra@gmail.com

Wandelen:

Hilly Wijnstra, Tel: 058 2153408 of 06 25222189.
E-mail: hwijnstra@gmail.com

Slieker tijdens kantooruren: Tel: 058 2050300,
's avonds Tel: 058 2050320

Paulusma reizen: Tel: 0512 514174, website: www.paulusma.nl

Contactgroep Rozee, COC Friesland: Tel. 06 81785519,
E-mail: ajager1949@kpnmail.nl

Stichting 4het leven: Tel. 035 5245156,
E-mail: info@4hetleven.nl, website: www.4heleven.nl

Algemene telefoonnummers

Alarmnummer (Brandweer, ambulance, politie):

Tel: 112 (gratis)

Alarmnummer politie (geen haast):

Tel: 0900-8844

Buurtzorg (informatie):

Tel: 06-57889933

Dokterswacht:

(in Frisius MC) voor spoedeisende huisartsenzorg

buiten de gewone praktijktijden

Tel: 0900 1127112

Spoedapotheek:

(in Frisius MC) voor mensen die spoedeisende

medicijnen op recept nodig hebben tijdens

avond-, nacht- of weekenddienst.

Tel: 058 2882338

Juridisch loket:

Zuidersingel 2, 8911 AV Leeuwarden. Tel: 0800 8020

Meldpunt gemeente:

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

14058

Stichting ZVCL Zonzoekersreizen:

(vakantie met begeleiding): Tel: 058 2139317 of 06

11839336

E-mail: info@zvcl.nl, website: www.zvcl.nl

Amaryllis:

Wijkteams, mantelzorgondersteuning,

vrijwilligerswerk: Tel: 058 3030400

Zorgverzekering:

Het collectiviteitsnummer bij 'De Friesland' van de OSiF,

waar LOS bij aangesloten is:

204439200

Banknummers LOS:

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:

Tel: 14058

- DATA ACTIVITEITEN MEI 2025 -

do	1	10.00 u	Het vooronder de Gealanden	vergadering activiteitencommissie
di	6	14.00 u	Start groene ster aqua zoo	wandelen
wo	7	11.00 u	Start Intratuin	fietsen
di	13	8.45 u	Start Transferium Kalverdijkje	reisje Broeker veiling
di	13	14.00 u	Start groene ster aqua zoo	wandelen
do	15	13.30 u	Inloop Slieker film, Wilhelminaplein	Film: Maria Montessori
vr	16	14.00 u	redactielosvast@gmail.com	Inleveren kopij
ma	19	14.00 u	Julianapark	Jeu de boules
di	20	14.00 u	Start groene ster aqua zoo	wandelen
za	24	14.00 u	Start Hermesbrug	fietsen
ma	26	9.30 u	Westenkartier Verdstraat 1	Verdelen/bezorgen LosVast
di	27	13.00 u	Start Transferium Kalverdijkje	reisje Gasselternijveen
di	27	14.00 u	Start groene ster aqua zoo	wandelen

Dit alles voor zover bekend en onder voorbehoud.



TaxiXtra, de zeer gewaardeerde taxi
in Leeuwarden en omgeving.

06 41 96 08 03



LOS-leden krijgen 15% korting op taxivervoer!



De Skulp Friesland
centrum voor leven met en na kanker

*“Hier weet
iedereen wat
kanker met
je doet.”*



Locaties in:
Sneek, Leeuwarden
Drachten, Heerenveen



Centra voor
leven met
en na kanker



Kijk voor actuele openingstijden
en locaties op onze website
www.deskulp.nl