

LosVast

Magazine van de Leeuwarder Onafhankelijke Seniorenvereniging

In dit nummer:

Dagtochten
Rotterdam
en Historische
Driehoek

Ballpoints
verzameling

Plaatjesboeken

... en nog veel meer



Detail Bouwruk aan het Oldehoofsterkerkhof t.b.v. Arcadia manifestatie. Foto Johan Eisma

LOS

Jaargang 10 - Nummer 7 - juli/augustus 2025

~ DAGTOCHT ROTTERDAM 16 juli 2025 ~

Rotterdam is een echte metropool, al van veraf zie je de indrukwekkende skyline die de stad een grootse aanblik geeft! Met deze dagtocht krijgt u een indruk van deze wereldstad. Middenin het drukke verkeer van zee- en binnenvaartschepen beleeft u een bijzondere vaartocht met Spido door één van de grootste zeehavens ter wereld. U ziet de indrukwekkende skyline met imposante gebouwen aan u voorbijglijden, gevolgd door een uniek uitzicht op werven, dokken en de hypermoderne overslag van duizenden containers. 75 minuten lang boeiend met heldere uitleg.

Hierna een bezoek aan de Markthal. Hier kunt u vrij in- en uitlopen en er is voldoende tijd voor bijvoorbeeld een lunchpauze.

Bezoek Euromast

De Euromast is de hoogste uitkijktoren van Nederland. Op 100 meter hoogte heb je een fantastisch panoramisch uitzicht van 360 graden op de stad en tot ver daarbuiten. Wie nog hoger wil, kan met de Euroscop, de roterende lift, naar de 185 meter hoge top. De Euromast is gebouwd in 1960, ter gelegenheid van de Floriade, door architect H.A.



Maaskant en aannemer J.P. van Eesteren. Wij besluiten deze busreis met een heerlijk 3-gangen diner op de terugreis.

De kosten bedragen € 96,00 per persoon. U kunt dit bedrag overmaken op de bankrekening van LOS NL79RABO 0311 0822 89

Vertrek om 07.30 uur vanaf het Transferium Kalverdijkje. Wij zijn 's avonds 20.30 uur terug in Leeuwarden.

U kunt zich opgeven vanaf 2 juli aanstaande bij: Grietje Tanahatoe tel. 058-2135043 tussen 18.00 uur en 20.00 uur.



Vooraankondiging feestmiddag

'LOS 10 jaar' feestmiddag met Da Capo



Op **zaterdag 6 september** aanstaande vieren wij als LOS het 10 jarig bestaan, in de grote zaal van de Kurioskerk.

Het gelegenheidsorkest van Da Capo (15 personen) zal met zanger Rob Taekema daarbij voor een feestelijke middag zorgen. Er zullen Friese liedjes, Elvis nummers en nostalgie uit de jaren '70 en '80 van de vorige eeuw ten gehore worden gebracht. Dit alles zal worden omlijst met koffie/thee, drankjes en hapjes.

De aanvang is om **14.30 uur** en de feestmiddag wordt beëindigd rond **16.45 uur**. De entree is gratis en 'uitsluitend' voor leden van LOS.

Gegevens over het aanmelden met pasnummer volgen in het septembernummer van LosVast. dat in de week van 25 augustus aanstaande uitkomt. Noteer dit evenement alvast in uw agenda.

Ik wens u allen een prettige zomer/vakantie en mooi weer.

Mariet

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:

Sietske Meijer
Tel. 06 45358907.
leden@losleeuwarden.nl

Penningmeester activiteitencommissie:

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

Belastingenservice en voorzitter activiteitencommissie:

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

Redactie LosVast:

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

Ledenadministratie:

Rimmer 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

En dan ineens is het juli, de helft van 2025 zit er al weer op! Hoe ouder ik word, hoe sneller de tijd gaat, heb ik het idee.

Juli is mijn geboortemaand. Samen met mij blijken er deze maand nog 2 bestuursleden te verjaren. En je gelooft het of niet, toen ik nog bezoekerijwilliger was, had ik 5 dames die in juli jarig waren. Mijn wandelvriendin is de 5e jarig, 2 schoonzussen zijn in juli jarig en mijn schoonmoeder was dat ook.

En juli is bij uitstek de vakantiemaand. Ik kon op de lagere school nooit trakteren in de klas, want het was altijd zomervakantie. Wel had ik een verjaardagsfeestje met al mijn vriendinnetjes, in de loods. Wij hadden een gemengd boerenbedrijf, dus in de zomer stond de aardappelloods leeg.

Mijn tante tekende dan een ezel op de oude houten kast die daar stond. Wij moesten dan geblinddoekt de staart van de ezel op de juiste plaats prikken.

Blikgooien was ook een vast onderdeel. Wat een wille hadden we dan!

Tegenwoordig gaan de kleinkinderen naar de Pretfabriek of naar de bioscoop. Dat kost behoorlijk wat. Tja, tijden veranderen. Maar verjaardagen en vakanties zijn er nog steeds. Geniet ervan!

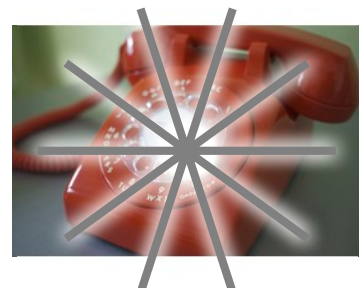
Lolkje Miedema.



Geen Vaste Telefoon meer

Beste LOS Leden.

Vanaf heden kunt u **Willem de Boer** van de Belastingenservice en van de activiteitencommissie alleen nog bereiken op zijn mobiele telefoonnummer: **06 53636700**



~ Enkele uittips ~



Excursie met de Blaustirns

In Nationaal Park De Alde Feanen kunt u mee met de Blaustirns, een excursieboot van het Fries Landschap, die op zonne-energie vaart.

Deze stille boot is o.a. geschikt voor rolstoelgebruikers en mensen die minder valide zijn.

Info: It Fryske Gea voor diverse excursies.

Hortus Haren: Chinese Tuin gerenoveerd.



Na een grondige restauratie is de Chinese Tuin 'Het Verborgene Rijk van Ming' van de Hortus Botanicus in Haren weer in volle glorie te bewonderen.

Er is veel te doen en te beleven, zoals Chinese schilderkunst, vouwkunst origami, theeceremonies en een film over de bouw van de Chinese Tuin.

U vindt Hortus Botanicus aan de Kerklaan 34.

Openingstijden: dagelijks van 10.00 uur tot 17.00 uur.

Het Theehuis is alleen geopend op de zondagen in juli en augustus, van 12.00 uur – 16.00 uur

Leeuwarder leeuwje voor Leendert Plaisier



De oud penningmeester en belastingdeskundige van LOS, Leendert Plaisier, heeft uit handen van wethouder Hein Kuiken voor zijn verdiensten in vele organisaties in onze stad het 'Leeuwarder Leeuwje' opgespeld gekregen. Dit gebeurde tijdens de ruilbeurs voor plaatjes van het verzamelalbum over de bevrijding van de Tweede Wereldoorlog 'De fles is leeg!'.

Namens de leden van LOS van harte gefeliciteerd Leendert!

museum
it Tsiispakhûs

Wommels:
Museum
't Tsiispakhûs

80 jaar vrijheid: De Melkstaking 1943, een vergeten staking. Met persoonlijke verhalen en foto's van drie – wegens verzet – ter dood gebrachte stakers. Te zien tot en met 2 november aanstaande op donderdag t/m zondag van 13.30 uur tot 16.30 uur. Het museum vindt u aan de Ald Hiem 2 in Wommels. Tel. 0515 – 3310408

Natuurmuseum Fryslân - Leeuwarden

In de tentoonstelling Wakker worden! gaat het over slaap bij mens en dier. Daar valt heel wat interessants over te ontdekken. Waarom slapen we bijvoorbeeld met onze ogen dicht, maar houden vissen ze juist open? Waarom liggen wij als we slapen, maar blijft een hert liever staan?

Wat is de functie van dromen en doen dieren dat ook? Etc., etc.

Natuurmuseum Fryslân is geopend op dinsdag t/m vrijdag van 11.00 uur tot 17.00 uur en op zaterdag en zondag van 10.00 uur tot 17.00 uur.

Entreprijs volwassenen € 14.-.



JEU DE BOULES

Op maandag 2 juni jongstleden waren er een aardig aantal deelnemers en er werd heel geconcentreerd gespeeld in 4 groepjes.

De volgende middagen wordt er weer gespeeld op maandag 7 juli aanstaande en maandag 4 augustus aanstaande. Er wordt gespeeld vanaf 14.00 uur tot ongeveer 16.00 uur. De kosten bedragen € 3.50 per persoon, inclusief koffie/thee. Graag betaling via de pinautomaat indien dit mogelijk is. De locatie is Le Biberon, Julianapark 2, achter de Kurioskerk. Van Le Biberon is Jannie de Ruyter aanwezig.

Fietsvrienden



Zaterdag 19 juli aanstaande fietsen we naar **Trynwouden** en starten om 14.00 uur vanaf de rotonde Noordvliet (bij de Centrale).

Woensdag 30 juli aanstaande fietsen we naar **Winsum**, koffie bij De Gauwe Krakeling, en starten om 14.00 uur vanaf McDonald's Goutum.

Zaterdag 9 augustus aanstaande een lange fietstocht van ongeveer 60 km naar **Terhorne/Goingarip**, met een lunch onderweg. We vertrekken om 11.00 uur vanaf McDonald's Goutum.

Zaterdag 23 augustus aanstaande fietsen we naar **Oude Leije** en vertrekken vanaf rotonde Rengerspark om 14.00 uur.
Opgeven via: hwijnstra@gmail.com of de fietsapp.
Groet, Hilly



Detail Bouwurk aan het Oldehoofsterkerkhof t.b.v. Arcadia manifestatie. Foto Johan Eisma



GEVRAAGD: VRIJWILLIGER DERDE HELFT ZWALUWEN

- U helpt met het uitvoeren van de activiteiten
- U denkt mee met het beleid van de Derde Helft
- U vergadert één keer in de zes weken
- U dient als communicatielijn tussen de bezoekers van LOS en de Derde Helft

Voor nadere informatie kunt u contact opnemen met de voorzitter van de Derde Helft, de heer Gerbrand Busstra, tel. 06 4209 2223 of bestuur@leeuwarderzwaluwen.nl

LOS heeft geen samenwerkingsovereenkomst met de Zwaluwen. Wel komen er redelijk veel LOS leden bij de Derde Helft en wordt het programma aangekondigd in de LosVast.



Rondleiding Stadhuis

Tijdens de ledenvergadering kon men een briefje invullen als men een rondleiding wilde in het stadhuis. Daar kwamen ongeveer 25 reacties op en vrijdag 13 juni jongstleden was het zover. We werden in twee groepen verdeeld. Onder leiding van dhr. Jochum Admiraal kregen we een interessante tour langs de schilderijen, werkkamers, trouwzaal en Oranjezaal. In de kelder, met zijn prachtige gewelven, kregen we tot slot koffie met oranjeboek.



Lolkje Miedema



Cultuurpodium Dorpskerk Huizum

Van 5 juli t/m 13 september 2025 (van 13.30 uur tot 17.00 uur)

'Tsjerkepaad' en de expositie 'Under de grûn', elke zaterdagmiddag.

De Dorpskerk Huizum is ook dit jaar weer open voor 'Tsjerkepaad'. Het thema is 'Levende Stenen'. In dezelfde periode is er de interessante expositie van beeldend (textiel)kunstenaar Truus Huijbregts.

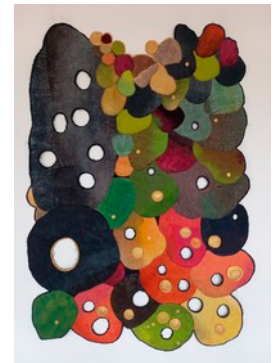
De opening van de expositie is tegelijk met de start van 'Tsjerkepaad 2025' en zal om 14.00 uur worden ingeleid door Fredau Metselaar (collectiemedewerker Fries Museum) met muzikale omlijsting van Martijn van Dongen (blokfluit).

Op de zaterdagen 12 en 19 juli, om 14.00 uur en om 15.30 uur, zal Truus iets vertellen over de 'grûn' en over 'plaag'dieren en zij zal dan ook een demonstratie geven over vilttechniek.

Truus Huijbregts, als beeldend (textiel)kunstenaar

Door het volgen van workshops en haar eigen experimenten heeft Truus zich diverse technieken eigen gemaakt. Van 2012 tot 2014 heeft zij de meester-opleiding Filzschule Oberrot gevolgd. Daarna heeft Truus verschillende kunstopleidingen gevolgd.

Als beeldend (textiel)kunstenaar werkt Truus naast haar vrije werk in opdracht. Zij heeft geparticipeerd in groeps- en solo-exposities in binnen- en buitenland.



'Under de grûn'

Onze Fryske grûn is zoveel meer dan alleen de bodem waarop we leven. Het is iets bijzonders, de basis van ons bestaan, een bron van verhalen en een plek die ons verbindt.

U kunt diverse creaties van Truus bewonderen.

Diverse activiteiten tijdens de 'Tsjerkepaad'-periode

Een aantal zaterdagmiddagen is er orgelspel en zijn er bijzondere activiteiten, o.a. een lezing en interessante rondleidingen. Hierover wordt gepubliceerd op de website en op de Facebookpagina van de Dorpskerk.

Uit de redactietuin

LosVast voor juli/augustus ligt in uw brievenbus. Het eerste halfjaar van 2025 zit erop en we hebben de langste dag weer gehad. Vanaf nu gaat het weer de andere kant op; langzaamaan worden dan de dagen dan weer korter (nou niet de dagen, die blijven gelijk, maar het dagLICHT wordt korter, JdH).

We hebben een mooie junimaand gehad met veel zon en 13 juni jongstleden was de warmste 13e juni ooit: 31,8 graden in De Bilt . Er sneuvelen nogal wat warmterecords tegenwoordig.

In dit dubbelmagazine vindt u een veelvoud aan onderwerpen en ook onze gastredacteur Jaap heeft tussen zijn verhuisspullen nog iets gevonden, wat gelijk een paar leuke items opleverde. Onze sportieve leden

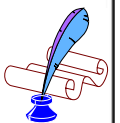
blijven gewoon wandelen en fietsen, ja Hilly houdt de wind er wel onder.

Wat U ook gaat doen de komende maanden, doe voorzichtig (vooral op de e-bike en de scootmobiel) dan kunt u vanaf 25 augustus aanstaande de volgende LosVast weer lezen.

Wat dan de onderwerpen zullen zijn, is niet bekend, want daar heb ik nu nog even de tijd voor. Eéntje kan ik wel verklappen en die gaat opnieuw over de kakdoos.....

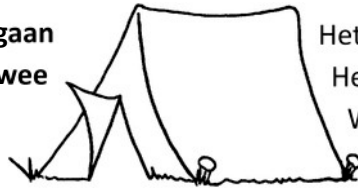
Een mooie zomer gewenst en pas goed op uzelf!

Janny de Haan
Redacteur



Vakantieherinnering op Camping de Rozenhof 1959

Mijn ouders hadden besloten om te gaan kamperen in Epen in Zuid Limburg. Twee tenten werden geleend en een grote tent werd gehuurd. Ook slaapzakken werden geleend en voorts werden er tweepersoonsdekens dubbelgeslagen en met grote steken dichtgenaaid. Hierin werden nog tweepersoonslakens gedaan, die ook dichtgenaaid waren. Zo werden mooie slaapzakken gecreëerd. De verdere benodigheden werden aangeschaft of ook geleend, kortom we waren er klaar voor.



Het werd een bewogen vakantie.

Het weer was prachtig, zeg maar bloedheet.

Wij zochten verkoeling in de Geul, dammetjes bouwen en al wat je kunt doen in het water.

Alleen zwemmen was er niet bij, want het water was te ondiep.

Eerst werd mijn zus door een wesp gestoken, daarna viel een broer uit een boom, gelukkig zonder gevolgen en na een dag of tien werden we bijna allemaal ziek door dysenterie.

We moesten naar huis en de camping werd gesloten. Maar het toppunt of liever gezegd het dieptepunt was dat mijn moeder een bekeuring kreeg voor het lopen in korte broek tijdens een wandeling. De agent zag genadig door de vingers dat er ook nog twee zussen boven de 12 jaar met korte broek rond liepen.

Er stond in de plaatselijke politieverordening dat dit verboden (onzedelijk) was. Wat was mijn moeder kwaad...

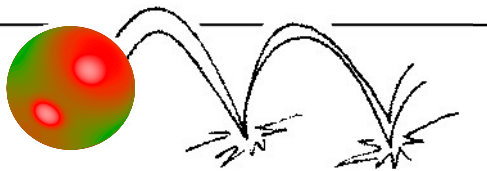
Een paar dagen later fietste er een geestelijke in soutane langs, waarop mijn broer zei: en die man heeft een jurk aan, mag dat dan wel?

Sietske Meijer

De jongste twee kinderen gingen bij opa en oma logeren. Mijn vader en de vijf oudste kinderen, de leeftijd varieerde van 11 tot 16 jaar, gingen er op de fiets in drie dagen heen, zwaar bepakt want onderweg werd er gekampeerd.

Mijn moeder en mijn broertje werden met de rest van de spullen gebracht en geholpen om de grote tent op te zetten, zodat als de fietsers arriveerden het kampement klaar stond.

De camping was simpel, het toilet was een poepdoos en fatsoenlijke wasgelegenheden was er ook niet: een paar kranen hier en daar met koud water, daar deden we het mee.



KOERSBAL

Het afgelopen seizoen is er koersbal gespeeld in wijkcentrum Gerard Dou. Er waren dit seizoen te weinig deelnemers. Nu zijn wij van plan om in september aanstaande weer te starten met een groepje koersballers. Er wordt gespeeld in het wijkcentrum van Gerard Dou op woensdagmiddag om de 14 dagen. Maar of dit inderdaad door kan gaan hangt af van het aantal dat zich aanmeldt. Hebt u belangstelling of wilt u het een keer proberen, kom gewoon langs. Er wordt begonnen om 14.00 uur. Maar om te weten of dit door kan gaan zou u mij dan willen bellen of mailen, zodat wij hierover afspraken kunnen gaan maken. Mijn naam is Froukje Bruining telefoonnummer.: 06 82661823 of mail: appie-froukje@hetnet.nl. Ook graag aanmelden als u al eerder geweest bent. Ik wacht uw berichten af.



Muurschildering aan de Bagijnestraat.

Foto Johan Eisma

Het 'Schlei' (zeelt) dorp; Duitse bezetting van Schiermonnikoog

Vanaf 1942/43 werd door de Duitsers een begin gemaakt met de verdediging van de veroverde West-Europese kusten. Deze zogenaamde Atlantik-wall, bestaande uit grote aantallen betonnen versterkingen en geschutopstellingen, begon in het noorden van Noorwegen en eindigde bij de grens van Frankrijk met Italië. De Nederlandse- en een deel van de Duitse Waddeneilanden werden ingericht om geallieerde luchtaanvallen af te slaan.

Op 15 mei 1940 werden, min of meer geruisloos, de Waddeneilanden door de Duitsers bezet. De summiere Nederlandse bezetting, voor zover nog aanwezig, werd gevangen genomen en naar de vaste wal overgebracht.

De Duitse soldaten, meest dienstplichtigen uit het noorden van Duitsland, waren van hogerhand te verstaan gegeven zich terughoudend op te stellen en zich zo weinig mogelijk met de bevolking te bemoeien. In feite is dit gedurende de gehele bezettingstijd zo gebleven. Geen executies, geen Jodenvervolging, geen razzia's; kortom zo menselijk als in deze oorlogsomstandigheden mogelijk was. De bezetting van de vijf Waddeneilanden ging al snel aan de slag om de eilanden te versterken. Met name om geallieerde luchtaanvallen op Duitsland die, om de zwaardere luchtafweer in het midden van Nederland te ontlopen via de Wadden aanvlogen, buiten gevecht te stellen.

Men ging druk in de weer met de aanleg van gecamoufleerde barakken, het bouwen van gewapend betonnen bunkers, het opstellen van luchtdoelgeschut en radarsystemen. Aangevuld met loopgraven en geschut voor de verdediging van de kusten, de zogenaamde Widerstandsnesten.



De Stützpunktgruppe - zo heette het eiland in de Duitse terminologie - Schiermonnikoog werd verblijd met een compleet dorp, het zogenaamde Schleidorp. Aan het einde van de Prins Bernhardweg verscheen een conglomeratie van gebouwen, bunkers, radarposten, munitieopslagplaatsen en luchtafweergeschut, bediend door ca. 200 soldaten van de Duitse luchtmacht die daar ook verbleven, aten en sliepen.

Men bezat een eigen stroom- en telefoonnet en voor de aanvoer van bouw materiaal werd vanaf de veerdam een smalspoornet aangelegd met een lengte van ca. 6 kilometer. Twee locomotieven met daarachter kiepkarren transporteerden tonnen zand, grind en ijzer om een en ander te realiseren.

In de voormalige aggregaatbunker aan de Prins Bernhardweg, werden in de oorlog de gegevens van de radar- en radio signalen verzameld en doorgegeven aan de Duitse luchtmacht. Deze zogenaamde Seeburg bunker dankt zijn naam aan de 'Seeburgtisch', een glazen plaat waarop door middel van gekleurde lampjes de posities van de geallieerde en de Duitse vliegtuigen werden weergegeven. Dit werk fungeert nu als museum.

Ook aan de Prins Bernhardweg, ter hoogte van het Cornelis Visserpad, had het smalspoorlijntje een aftakking naar een bijzonder bouwwerk, de z.g. Wassermanbunker met als volledige (Duitse) naam Regelbau L 480, Unterstand für Wasserman "S". Deze Wassermanbunker, 27,40 x 12,20 meter met muren en daken van ruim 2 twee meter gewapend beton, zou worden voorzien van de lange afstandsradar Wasserman, een 40 meter hoge M II-FuMG (Funkmeßgeräte) met een bereik van ca. 300 kilometer. Om onduidelijke redenen is een en ander niet gerealiseerd!

De versterking en de (militaire) bouw op de eilanden viel onder de (Duitse) Organisation Todt die een groot deel van de werkzaamheden uitbesteedde aan plaatselijke aannemers. Zo ook op Schiermonnikoog. Dat lag nogal gevoelig. Als bedrijf werken voor de Duitsers was, om het maar eens voorzichtig te zeggen, niet zo voor de hand liggend. Men werd al snel aangezien voor verrader en wanneer er ook nog

geld aan verdiend werd, was men eveneens een profiteur.

De werkzaamheden op Schiermonnikoog werden uitgevoerd door een niet nader te noemen bedrijf uit Hoogkerk in Groningen. Ruim 200 bouwvakkers verbleven hier gedurende de negen maanden durende werkzaamheden in zomerhuisjes en bij particulieren.

Na de oorlog werd het bedrijf ter verantwoording geroepen. Het ging niet alleen over de uitgevoerde werkzaamheden, maar meer over hetgeen zich hier rondom afspeelde. De directie van het bedrijf ging, volgens de rechtbank, veel te amicaal met de Duitsers om. Men kwam bij elkaar op feestjes waar het volgens insiders altijd gezellig toeging. De junior-directeur had, volgens de dagvaarding, ... *tezamen met zijn echtgenote bijeenkomsten met enige leden van de Duitse Wehrmacht bijgewoond en toen aldaar tezamen met die Duitsers borrels heeft gedronken, welke verteringen alle uit de kas van het bedrijf werden betaald.*

Vandaag de dag klinkt dit misschien wat onschuldig maar destijds was men hier heel scherp op. Zo vlak na de oorlog die de meeste mensen niets anders dan ellende had gebracht, waren feestvierende profiteurs tijdens die oorlog de ergste misdadigers. Er werd dan ook gestraft. Helaas niet al te zwaar. Boetes, verbeurdverklaringen en (lichte) gevangenisstraffen. Men ging al snel weer over tot de normale gang van zaken!

Zoals eerder is aangegeven fungeert de aggregaatbunker aan de Prins Bernhardweg als museum. De voormalige munitiebunker aan het Westerhofpad, alsmede de Wassermanbunker aan het Cornelis Visserpad zijn voor het publiek toegankelijk. Over het eiland loopt ook een (wandel)bunkerroute.
www.bunkermuseumschlei.nl

Sjouke Elgersma



~ DAGTOCHT HISTORISCHE DRIEHOEK 26 augustus 2025 ~

Ontdek de Historische Driehoek Hoorn-Medemblik-Enkhuizen. U reist per historische stoomtram en museumschip en als afsluiter naar het Zuiderzeemuseum.

's Morgens rijden wij naar Hoorn waar om 10.40 uur de stoomtram vertrekt naar Medemblik. Hier in deze Noord-Hollandse stad heeft u vrije tijd van ongeveer 12.00 tot 13.20 uur. U stapt vervolgens op de boot voor een tocht over her IJsselmeer naar het Zuiderzeemuseum.

Het Zuiderzeemuseum in Enkhuizen brengt verhalen tot leven van mensen die vroeger rond de Zuiderzee woonden. Zie, hoor, voel, proef en ruik het dagelijkse leven rond de Zuiderzee, voordat de Afsluitdijk in 1932 de Zuiderzee veranderde in het IJsselmeer. Het Zuiderzeemuseum richt zich op de geschiedenis, de actualiteit en de toekomst van het gebied. De thema's water, ambacht en gemeenschappen staan centraal. In het buitenmuseum met historische gebouwen en het binnenmuseum met thematische tentoonstellingen wordt het verhaal zichtbaar gemaakt. Op de terugreis gaan wij naar ons



dineradres voor een 3-gangen diner. **De kosten bedragen € 92,00** per persoon. U kunt dit bedrag overmaken op de bankrekening: NL79RABO 0311 0822 89

Vertrek om 08.45 uur vanaf het Transferium Kalverdijkje. Wij zijn 's avonds om 20.15 uur terug in Leeuwarden.

U kunt zich opgeven vanaf 4 augustus aanstaande bij:

Froukje Bruining 06 82661823 graag tussen 19.00 uur en 21.00 uur.

Of per mail: appie-froukje@hetnet.nl.

Jaap's Hoekje 49

Plaatjesboeken zijn van alle tijden

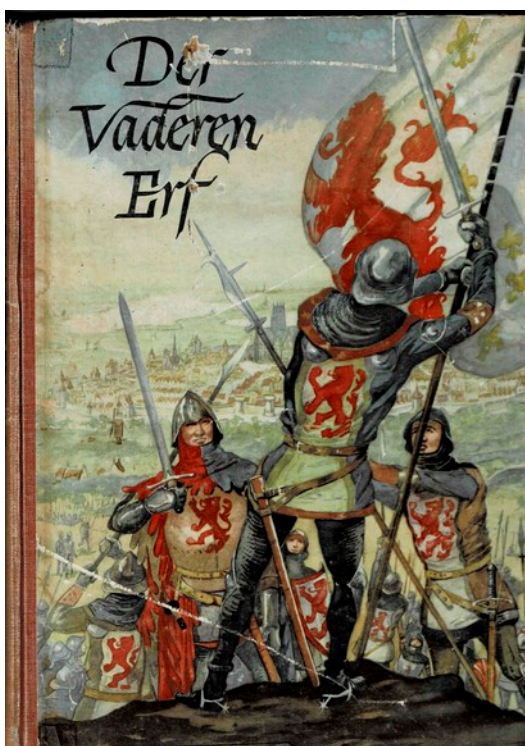


In de vorige LosVast heb ik het al even zijdelings aangehaald: de introductie van het derde (en waarschijnlijk laatste) Jumbo-plaatjes album. Na twee uitgaven met als titels 'Altyd wat in Liwwadden' en 'Kiek, dat was Liwwadden' geeft het derde boek 'De fles is leeg! Leeuwarden bevrijd' de 'plaatjesplakker' een beeld van Leeuwarden in oorlogstijd. Dit ook met het oog op de tachtigste 5 mei na 1945 een jubileumherdenking van de bevrijding in de Tweede Wereldoorlog.

Met de blik gericht op de -ten gevolge van onze verhuizing- gedecimeerde boekencollectie valt mijn oog al vrij snel op een paar 'antieke' plaatjesboeken. En daarbij ook de oude herinneringen eraan. Wat wel duidelijk is aan dit soort acties is dat ze altijd een combinatie hebben met de commercie. Want wees nou eerlijk, voor de Jumbo-plaatjes zijn we toch ook wel eens vaker naar die winkel gegaan in plaats van naar de 'Appie', de Lidl of de 'Puis' (zoals de naam Poiesz wordt uitgesproken).

Der Vaderen Erf

Het oudste plaatjesboek uit mijn verzameling heet 'Der Vaderen Erf' en gaat over de geschiedenis (foto 1). Niet alleen over onze vaderlandse, maar tegelijk ook die van de ons omringende landen. Op de



binnenzijde van de omslag heb ik, met mijn handschrift-van-toen, geschreven dat ik het boek als geschenk van Sinterklaas heb gekregen op 5 december 1955. Als 9-jarige was ik al geïnteresseerd in geschiedenis....

De tekst in het boek is van J.J. Moerman en de plaatjes zijn als aquarel (waterverfschildering) gemaakt door J.W. Heijting. Het boek is uitgegeven door de N.V. Koek- en Beschuitfabriek v/h G. Hille & Zoon te Zaandam. Deze firma heeft de plaatjes aan hun kopers verstrekt bij de aankoop van hun lekkere bakkersproducten. Als we in de historie van Hille duiken merken we dat deze fabrikant erg veel van dit soort acties met plaatjesalbums heeft georganiseerd. Na 1960 werd Hille overgenomen door concurrent/collega Hooimeijer. En met Hille verdwenen ook de plaatjes-acties.

Planta



Ook al ruim 70 jaar oud is het album dat het margarinemerk Planta (fabrikant Unilever uit Rotterdam) in 1952 het licht laat zien. Het gaat over de Olympische Spelen die in 1952 in Finland (en deels in

Noorwegen) is gehouden (foto 2). Met een keur aan prachtige teksten en (zwart-wit) foto's dromen we weg bij de beroemde atleten-van-toen die er met de belangrijkste gouden, zilveren en bronzen medailles vandoor zijn gegaan. Voor de Nederlands delegatie is het niet een bijster gelukkig sportfestijn geweest. Ze keerden zelfs zonder één enkele gouden medaille naar het vaderland terug. Beroemde Nederlandse deelnemers in die tijd waren o.a. Fanny Blankers-Koen (atletiek), Wim van der Voort en Kees Broekman (schaatsenrijden), beroemdheden in die jaren....

Leuk om te weten is dat het voor dit evenement gebouwde Olympisch Stadion in Helsinki een opvallende (uitkijk-)toren heeft met een hoogte van precies 72 meter en 71 centimeter. Waarom deze

vreemde afmeting? Dat was namelijk precies de afstand waarmee de Finse speerwerper Matti Järvinen de gouden medaille won bij de Olympische Spelen die in 1932 in Los Angeles (USA) werden gehouden.

Puur natuur

Eveneens in de vijftiger jaren van de vorige eeuw heeft de al eerder genoemde Beschuitfabriek Hille uit Zaandam twee leuke, lezenswaardige boekjes uitgegeven over het Zuid-Afrikaanse natuur- en dierenleven. De boekjes dragen de titel De Kruger Wildtuin (deel 1 en 2) en geven de lezer een



fantastische kijk op wat er daar zoal groeit en bloeit (foto 3). De in te plakken plaatjes zijn een combinatie van schitterende illustraties van tekenaar Rein Stuurman en informatieve teksten van natuurkenner Jan P. Strijbos. Zij geven ons een kijkje in de wereld van de wilde dieren die daar voorkomen, van de *geelsnavelwouw* tot het *aardvarken*, van de *Zuid-Afrikaanse sprinkhaan* tot de *gnoe* en van het *luipaard* tot de *secretarisvogel*.

Paardepijp

Maar van de Afrikaanse wilde dieren tot de (tamme) Leeuwarder Paardepijp is maar een stap. In het nieuwe Jumbo-album staat op foto nummer 109 een jongetje op een 'autoped' op de Paardepijp (foto 4).

Waarschijnlijk was die standplaats vroeger een 'daalders plekje' voor de straatfotograaf, want in ons familiealbum vond ik



een foto van mijn vader op dezelfde plek, al kuierend op dezelfde Paardepijp, komend vanuit de Oude Oosterstraat (foto 5).

Mijn verzameling plaatjesboeken wordt gecompleteerd door een viertal boekjes met vertellingen van Han Hoekstra en tekeningen van Joop Geesink over de Avonturen van Flip en Flap. Deze albums zijn ooit uitgegeven door Douwe Egberts N.V., gevestigd in Joure en Utrecht. Ik ben

me er bewust van dat er veel meer van dit soort commerciële acties zijn geweest, maar daar zult u ongetwijfeld meer van weten.....

Prettige vakantie maanden en tot in september!

Jaap de Groot
jaap.degroot46@gmail.com



Lezenswaardig



Boek van de maand juli

Voor vakantiemaand juli heb ik gekozen voor de meeslepende roman van de bekende schrijfster Santa Fontefiori met het boek *Geheimen van de zee*. Het is uitgegeven bij de Boekerij en kost € 22,99.

Pixie Tate wordt gevraagd om naar het weelderige Hotel Aldershoff op Fifth Avenue te komen, in de Gilded Age een van de mooiste particuliere huizen in New York. De reden dat Pixie's hulp wordt ingeroepen, is dat er vreemde dingen gebeuren in het hotel. Aan Pixie de taak om erachter te komen waarom een Engelse lord uit de vorige eeuw nog altijd in de gangen gezien wordt.

Ondertussen verlangt Pixie naar Cavill Pengower, die ze tijdens een eerdere opdracht heeft leren kennen en op wie ze verliefd is geworden. Dit verlangen trekt hem, door de wet van aantrekkingskracht, naar Pixie. Kan Pixie zich op haar missie blijven focussen of zal de liefde haar op een dwaalspoor brengen?

Boek van de maand augustus

De serie 'Kingsbridge' is toe aan zijn vijfde deel, maar is een volledig op zichzelf staande historische roman. Voor iedereen die van geschiedenis houdt.

Ken Follett met het boek *Wapens van het licht*.

Het is uitgegeven bij de Boekerij en kost € 29,99.



Kingsbridge, 1792. De industriële revolutie is in volle gang en alles moet sneller en goedkoper kunnen, zonder dat er rekening gehouden wordt met het welzijn van de mensen die al deze nieuwe machines moeten bedienen. Ook doemt er, door de groeiende macht van Napoleon, een oorlog op aan de horizon en ondertussen wordt Kingsbridge in de gaten gehouden door alle buurlanden.

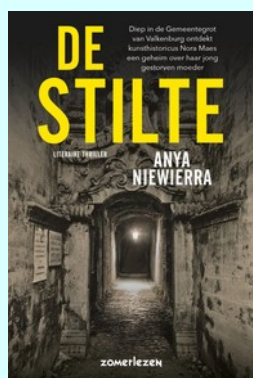
Sal Clitheroe is werkzaam als spinster, maar vreest voor haar baan. Ze probeert in deze woelige tijden het hoofd boven water te houden en haar zoon Kit een zo goed mogelijk bestaan te bieden. Sals vriend en steun en toeverlaat, wever David Shoveller, helpt waar hij kan, maar het industriële tij lijkt zich onafwendbaar tegen de arbeiders te keren. Toch blijven Sal en haar stadsgenoten ook in deze snel veranderende tijd hopen op een lichtere toekomst, zonder onderdrukking en armoede.

Over de serie Kingsbridge

Vijf eeuwen geschiedenis in het stadje Kingsbridge laat zijn sporen na op generaties van inwoners. Intens menselijke verhalen over liefde en haat, trouw en verraad, hoop en wanhoop.

NB

De CPNB wil ook deze zomer het lezen weer promoten. Wie tot en met 20 juli aanstaande voor minstens € 15,- aan boeken koopt, ontvangt gratis het boekje 'De stilte' van Anya Niewierrra. De schrijfster kent bijna iedereen van de bestseller 'De Camino' (best verkochte boek van 2024).



Tussen Kunst en Kitsch

Beste cultuurvrienden,

Na het grandioze succes van de eerste Friese 'Tussen Kunst en Kitsch' gaan we door met een tweede aflevering en wel op zaterdag 23 augustus aanstaande tijdens de kunstmarkt Art Leeuwarden op het Wilhelminaplein (Zaailand) te Leeuwarden. De bespreking van uw 'kunst' vindt plaats in het Fries Museum en Museumrestaurant Thus door deskundige oud-medewerkers van het Fries Museum.

Iedereen kan deelnemen, mits u zich vóór 15 augustus aanstaande opgeeft. Er zijn 2 objecten per deelnemer toegestaan en graag per mail enige informatie verstrekken (tekst + foto) over de objecten. De kosten bedragen € 5 per deelnemer.

Door de wederom te verwachten grote belangstelling is zo snel mogelijk opgeven wenselijk. Het mailadres is: artconnection@chello.nl
U kunt voor meer informatie ook altijd even bellen met Art Connection, Ed van Dijk 06-52473558.

Overige cultuurtips:

- Eind augustus kunt u het Art Connection Concertprogramma 2025-2026 ontvangen.
- Natuur- en Cultuurpark Vijversburg (voorheen Bos van Ypey). Dagelijks open van 8.00 uur tot 18.00 uur.
- Arcadia 100 dagen theater, muziek en kunst (www.arcadia.nl)
- Expositie Stadsgalerie Leeuwarden (oude stadhuis): Els Posthumus (www.els-art.nl) t/m 25 juli. Alleen op werkdagen van 9.00-16.00 uur.
- Expositie WestCord WTC Hotel: Ruurd van der Lei (www.schilderlei.nl) t/m 18 augustus. Open van 9.00 uur tot 20.00 uur.

MEDIPOINT LEEUWARDEN GAAT SLUITEN!

Op zaterdag 7 maart jongstleden hebben we een succesvolle open dag gehad bij Medipoint. Nu moeten we jullie meedelen dat Medipoint gaat sluiten op 1 juli aanstaande.

U kunt nog wel terecht in de vestiging in Drachten, Jade 32.

Deze is geopend van maandag t/m vrijdag van 09.00 uur tot 17.30 uur.

Op zaterdag van 09.00 uur tot 16.00 uur

Tot 1 juli aanstaande kunt u nog terecht aan de Heliconweg 55a.

Telefoon Medipoint: 088-1020100

Tips voor de thuisblijver

Heeft u al plannen voor de zomer? Gaat u even een dagje weg of wordt het een thuisvakantie? In en rond het huis is ook genoeg te ontdekken.

* In uw eigen stad of omgeving

Er zijn voldoende leuke dingen in de buurt, denk aan één van onze musea waar u al een tijdje niet meer bent geweest of misschien nog steeds heen wilt. Ook van een wandeling in de natuur kun je genieten.

* Dingen waar u nooit tijd voor heeft

Iedereen heeft wel een lijstje met dingen waar hij/zij nooit aan toe komt. Denk nu niet gelijk om het rommelhok eens op te ruimen, dat bewaren we wel voor een regenachtige najaarsdag. Er is vast nog wel een boek, dat op u ligt te wachten tot het eindelijk eens gelezen wordt of het bekijken van oude (vakantie)foto's.

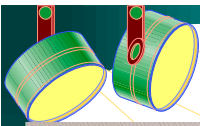
Misschien zijn er ook nog tv-series die u wilt bekijken op bv. een iPad.

TIP: Een maandabonnement op NPO Start Plus kost slechts € 2,95 en u kunt daar naar heel veel documentaires, series en films kijken.

* Kleinkinderen

Heeft u kleinkinderen? Laat ze dan bij mooi weer eens hun tentje opzetten in de tuin of op het balkon (als daar de ruimte voor is).

's Avonds kookt u dan hun favoriete bordje eten en voor het slapen gaan nog gezellig even een spelletje doen.



De schijnwerper op.... Dirk van der Moolen



Zo'n zeventig jaar geleden waren Dirk en ik straatgenoten in de Leeuwarder Dahliastraat. Nu wonen Dirk en zijn echtgenote Sjoerdje al weer vele jaren aan de westkant van de stad, in de Sexbierumerstraat, ook wel eens gekscherend de meest lichtzinnige straat van de stad genoemd.

Ik breng dit LOS-lid een bezoekje omdat me verteld was dat Dirk een rasverzamelaar is. Dat je hem bij wijze van spreken moet uitgraven uit zijn verzamelingen om hem te spreken te krijgen. In de praktijk viel dat wel een beetje mee, maar als hij één keer over zijn verzamelingen begint, dan is hij nauwelijks meer te stuiten. Vooral de bevoegenheid waarop hij het over zijn verzameling reclameballpoints heeft is opmerkelijk.

Virus?

Dirk weet niet meer precies wanneer hij door het balpennenvirus is aangetast, maar dat moet zo ongeveer in de periode zijn geweest dat hij als burger op de Leeuwarder vliegbasis werkte. De ballpoints van de verschillende luchtmachtonderdelen vielen hem op. Hij begon ze te verzamelen. Maar het werden er steeds meer. Toen ontdekte hij ook dat er in het bedrijfsleven veel pennen als kleine relatiegeschenken circuleerden. Bij vergaderingen, bij hotelovernachtingen, bij beurzen en verenigingen, ja, waar eigenlijk niet bij.

Als je een handvol van deze hebbedingetjes bekijkt, dan zie je ook de vele en grote verschillen in uitvoering. En dan begint de verzamelwoede aan een mars die tientallen jaren kan duren en die steeds weer opnieuw wordt gevoed met nieuwe technieken, clips, kleuren en combinatiemogelijkheden.

Herkenning

Maar dan ook ontstaat de noodzaak om de ene pen van de andere te onderscheiden. En moet er een oplossing worden gevonden om de verzameling te archiveren, want hoe vind je dat ene bijzondere exemplaar weer terug.... Daarin heeft Dirk voorzien: in speciale transparante kunststofverpakkingen heeft hij zijn pennen per soort, per kleur(schakering), per

clip (bevestiging) en andere bijzondere kenmerken gesorteerd. Daarnaast heeft hij nagenoeg alle 44.000 verschillende pennen gecodeerd en in een computerbestand verwerkt.

Om in de wereld van de pennen op de hoogte te blijven is er zelfs een heuse landelijke pennenverzamelaarsvereniging, waar liefhebbers hun nieuwtjes kunnen uitwisselen.

Opslag

Eer omvangrijke collectie als die van Dirk vraagt natuurlijk ook de nodige opbergruimte. Ruimte die hij tot nu toe heeft gevonden op een hobbykamer, maar ook in de woonkamer en in het schuurtje achter zijn huis vinden we de nodige dozen en bakken met pennen terug.... Behalve de enorme collectie pennen heeft Dirk ook een boekverzameling waar je U tegen zegt: het volledige oeuvre van Dr. Loe de Jong over 'Het Koninkrijk der Nederlanden in de Tweede Wereldoorlog', een menigte stripalbums, meer dan driehonderd Suske's en Wiske's en een collectie Airplanes, een periodiek voor liefhebbers van vliegtuigen en luchtvaart en ga zo maar door.

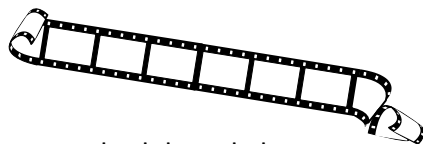
Ruimtegebrek noodzaakt Dirk nu toch om een deel van zijn collectie pennen -met pijn in het hart- weg te doen. Hij wil zich gaan concentreren op een paar series reclamepennen en zoekt daarom langs deze weg naar andere liefhebbers om een deel van zijn collectie over te nemen en zelf verder uit te bouwen. Voor meer informatie is het wellicht handig om eens contact met Dirk op te nemen. Dat kan wellicht eerst het beste via de mail en daarom geef ik hierbij zijn emailadres: dvmoolen@gmail.com Het zal mij benieuwen of ik de nieuwe pennenverzamelaar(s) binnenkort ook eens mag interviewen.

Jaap de Groot



SENIORENFILM: **TEGENDRAADS**

Donderdag 17 juli 2025 14.30 uur 2025 - 127 minuten



Het Slaperige Oldenzaal van 1961 wordt opgeschud door de komst van een grote groep Italiaanse werknemers. De groeiende spanningen tussen de Twentenaren en de nieuwkomers leiden uiteindelijk tot de historische 'Spaghetirellen'.

Regie: Ben Sombogaart. Land van oorsprong: Nederland Genre: drama.
Acteurs: Emma Josten, Barbara Sloesen, Holly Mae Brood, Mehdi Meskar, Joep Paddenburg, Peter Bolhuis.

Deze Italiaanse werknemers zijn opgeroepen om de snel groeiende textielindustrie van extra handen te voorzien. De Italianen werken hard, klagen niet en stelen de harten van de Twentse meisjes. Ondertussen is de jonge arbeidster Johanna op zoek naar vrijheid en probeert ze tegen de maatschappelijke verhoudingen in hogerop te komen. De groeiende spanningen tussen de Twentenaren en de nieuwkomers leiden uiteindelijk tot de historische 'Spaghetirellen'. Samen met haar nieuwe geliefde Francesco bevindt Johanna zich in het oog van de storm.

SENIORENFILM: **CONCLAVE**

Donderdag 21 augustus 2025 14.30 uur 2024 120 minuten

Regie: Edward Berger. Gesprokentaal: Engels Ondertiteling: Nederlands

Land van oorsprong: Verenigd Koninkrijk, VS genre: Thriller.

Acteurs: Ralph Fiennes, John Lithgow, Stanley Tucci, Isabella Rossellini
Kardinaal Lawrence krijgt de taak om de verkiezing voor de nieuwe paus te leiden. Al snel bevindt hij zich in het midden van een samenzwering die de kerk tot in zijn fundamenten kan schudden. Na de dood van de paus brengen kardinalen van over de hele wereld hun stem uit in de meest geheimzinnige verkiezing ter wereld: die van de nieuwe spirituele wereldleider. Kardinaal Lawrence (Ralph Fiennes) moet ervoor zorgen dat alles goed verloopt, ondanks zijn eigen geloofscrisis. Wanneer torenhoge ambities uitmonden in schandalen, ontdekt hij dat de overleden paus verre van heilig was.

De inloop voor beide middagen is vanaf 14.00 uur met koffie/thee. De films beginnen 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.



Verzamelingen



Wat hebben wij in de loop der jaren veel spullen verzameld. Velen van ons komen nu op een punt waarop zij het wijs vinden om van veel dingen afstand te doen.

Soms is er bij het verzamelen niet enige samenhang te ontdekken, maar vaak ook wel.

Hiernaast vindt u een interessant artikel over de verzameling ballpoints van Dirk van der Moolen.

Hebt u ook een verzameling die de moeite waard is? LosVast biedt u de gelegenheid hierover iets te vertellen. U kunt hierover naar onze redactie schrijven en wellicht kunt u dit ook nog met foto's illustreren.

Wij zijn erg benieuwd naar uw reacties.

Redactie LosVast

Tips voor de reiziger

Voor u op vakantie gaat, willen we u hierbij wat nuttige tips meegeven.

- * Controleer uw reisverzekering. Gaat u buiten Europa op vakantie, zorg dan dat de werelddekking aanstaat en kijk ook goed naar de voorwaarden waarvoor u verzekerd bent. Denk daarbij ook aan medische kosten (zie ook in dit magazine het artikel 'Forse ziekenhuisnota's').
- * Als u een auto huurt in het buitenland, lees dan goed de voorwaarden!. Een huurauto brengt (financiële) risico's met zich mee. Maak vooraf foto's van alle kanten van de auto, zodat u deze eventueel bij problemen kunt laten zien.
- * Zorg dat u altijd wat contant geld achter de hand heeft. Dit voor het geval u kosten moet voorschieten. Dan is het wel fijn als u die ook kunt betalen.
- * Mocht u meegaan op een verkoopreisje, zorg dan dat u op uw hoede bent. Vaak krijgt u een prachtige aanbieding, maar het is de vraag of u die ook wellicht via een andere weg voordeliger kunt krijgen.



Hotel boeken in Nederland

Booking.com heeft onder druk van de Europese autoriteiten een omstreden prijsafspraken met hotels geschrapt. Voortaan mogen hotels op hun eigen site lagere prijzen vragen dan de tarieven die op de boekingsite zijn te zien. Consumenten kunnen daarom al tientjes per overnachting verdienen. Contractueel waren de aangesloten hotels tot 1 juli verbonden aan Booking.com en was het verboden om onder de prijs van de site te zitten. Hotels kunnen nu de 18% commissie in hun zak houden!

Veel hotels beschikken over een geautomatiseerd incheckstelsel. Na het boeken ontvang je als gast een bevestigingsmail met daarin een QR-code die je bij de ingang van het hotel kunt scannen en waarmee je een digitale sleutel krijgt. Zo krijg je toegang tot je hotelkamer zonder dat daar een receptie aan te pas is gekomen. Makkelijk voor de gast en efficiënt voor het hotel.

Bij bijna 60% van de Nederlandse hotels regelt de gast het inchecken zelf. Maar niet alle ouderen zitten op de digitale snelweg of zijn niet gewend aan de digitale systemen die de hotels gebruiken. Zij kunnen nog altijd met het betreffende hotel bellen voor een boeking.

Circulaire bedrijven in Leeuwarden om in 't zonnetje te zetten

Omrin

Omrin, met het hoofdkantoor in Leeuwarden, verwerkt het afval van 1,6 miljoen mensen in opdracht van de lokale overheden. die ook de aandeelhouders zijn.

Omrin heeft één van de hoogste scheidingspercentages ter wereld! Bijna 80% van het afval krijgt er een tweede leven en jaar na jaar verdwijnt er minder afval in de verbrandingsoven.

De afvalverwerker werkt ook nauw samen met het Nationaal Testcentrum Circulaire Plastics dat in Oudehaske zoekt naar manieren om plastic nog beter te sorteren en te hergebruiken.



CycleUp Hub

Op de Zwette in Leeuwarden zijn sinds vorig jaar verschillende startups die in de circulaire economie actief zijn bij elkaar gaan zitten in de CircleUp Hub. Ze delen ruimtes, personeel, kennis en expeditie met elkaar om samen sneller vooruit te komen.

In de hub zit onder meer Pottle, dat gebruikte flessen en potten een tweede leven geeft en Frylân Fungies dat pakketten verkoopt om thuis of op kantoor zelf oesterzwammen te kunnen kweken in koffiedik.



Evaluatie LOS-tochten

Wij hebben al een aantal dag- en middagtochten gehad.

Op dinsdag 13 mei jongstleden stond de Broekerveiling op het programma. Met een minimale deelname van 30 personen kon het reisje toch doorgaan. We hebben een prachtige dag gehad voor wat betreft het weer, maar ook op de veiling en vooral op de boottocht met een zeer spraakzame kapitein.

Dinsdag 27 mei jongstleden hadden we een middagtocht naar de boerderij van Agnes uit het programma 'Boer zoekt vrouw'. Zij was zeer gastvrij, kon prachtig vertellen en gaf nog een rondleiding over de boerderij. Daarna kwam de advocaat op tafel. Die middag hadden we druilerig weer, maar zeer geschikt voor zo'n activiteit. Aan het einde hebben we nog een heerlijke maaltijd genoten bij de Pleats in Burgum.

Op **woensdag 18 juni** jongstleden hadden we een dagtocht naar de Utrechtse Vecht met maar liefst twee bussen. Het liep zo snel vol dat wij om een tweede bus hebben gevraagd. Gelukkig is dat gelukt. We zijn met 94 personen in Maarssen aan boord gegaan waar de koffie en appeltaart voor ons klaar stond. Na een vaartocht van 2,5 uur over de Vecht met zijn mooie landhuizen en theekoepeltjes gingen we in de bus naar Spakenburg. Hier hadden vrije tijd om een visje te eten of een terrasje te pakken. We hadden prachtig mooi weer en op de terugweg hebben we genoten van een heerlijk diner in Tollebeek.

WMO VERVOER

De afgelopen 2 reisjes hebben wij wat vervelende ervaringen gehad met het WMO taxivervoer. Bij het laatste reisje was er 's morgens geen taxi beschikbaar vóór 08.30 uur. Ook toen wij terugkwamen was het problematisch. We hebben daar nog een uur gewacht voordat na veel bellen iedereen in een taxi zat.

De volgende ochtend heb ik direct gebeld met de taxicentrale en een heel redelijk gesprek gehad. Ik ga nog wel een klacht indienen. Dit is mij ook aangeraden bij klachten@taxiwitteveen.nl namens LOS maar de personen die het betreft kunnen dat

ook nog gaan doen. Vervolgens heb ik afgesproken dat wij 14 dagen van te voren Witteveen in gaan lichten op welke datum wij een reisje hebben, zodat zij met het inplannen van personeel rekening kunnen houden. De volgende keer is dat misschien makkelijker omdat het in de schoolvakantie valt. Ook is mij aangeraden om op tijd de taxi te bestellen en niet op de laatste avond. Ik hoop dat dit allemaal gaat helpen en we houden de moed erin.
Adres Kalverdijkje: Tijsmaweg 2, 8924 JP.

Froukje Bruining

Het was een gezellige dag met LOS op stap, naar de Utrechtse Vecht en Spakenburg.

Met uit de buik van de bus van Paulusma een hele rij loophulpmiddelen: rollators.

En dan zoeken of je je eigen exemplaar terug kunt vinden...



EVENEMENTEN JULI 2025

1 juli	dinsdag	Dag van de Komkommer Keti Koti
2 juli	woensdag	Wereld Ufo Dag EK voetbal vrouwen (t/m 27 juli)
3 juli	donderdag	Plastic Tassen-vrije Dag Blijf uit de Zon Dag
5 juli	zaterdag	Bikinigedag
6 juli	zondag	Fried Chicken Dag Kusdag
7 juli	maandag	Dag van het Sprookje Dag van de Chocolate Dag van Vergeving
8 juli	dinsdag	Cow Appreciation Day
10 juli	donderdag	Dag van de Pina Colada
11 juli	vrijdag	Wereld Bevolkingsdag North Sea Jazz Festival (t/m 13 juli)
13 juli	zondag	Dag van de Franse Frietjes Puzzeldag
14 juli	maandag	Chimpanseedag
15 juli	dinsdag	Nijmeegse Vierdaagse (t/m 18 juli)
16 juli	woensdag	Dag van de Slang Hotdogdag
17 juli	donderdag	Wereld Emoji Dag Herdenking MH17 Zwarte Cross (t/m 20 juli)
18 juli	vrijdag	Nelson Mandela Dag Tilburgse Kermis (t/m 27 juli)
20 juli	zondag	Dag van het Schaken
21 juli	maandag	Junkfooddag Hoveniersmaandag Roze Maandag Bouwvak Regio Zuid (t/m 8 augustus)
22 juli	dinsdag	Hangmatdag Wereld Hersendag
24 juli	donderdag	Tequiladag Neven en Nichtendag Dag van de Zelfzorg Earth Overshoot Day
25 juli	vrijdag	Systeembeheerdersdag
26 juli	zaterdag	Oom- en Tantedag Queer & Pride Amsterdam (t/m 3 augustus) Parade Zomercarnaval Rotterdam
27 juli	zondag	Wereld Hoofd- en Halskankerdag
28 juli	maandag	Wereld Hepatitis Dag Bouwvak Regio Noord (t/m 15 augustus)
29 juli	dinsdag	Lasagnedag Dag van de Tijger
30 juli	woensdag	Dag van de Vriendschap Cheesecakedag Schoonvaderdag Dag tegen Mensenhandel
31 juli	donderdag	Dag van de Boswachter

EVENEMENTEN

JULI

AUGUSTUS

2025

EVENEMENTEN AUGUSTUS 2025

1 augustus	vrijdag	World Wide Web Dag Dag van het Bier Sneekweek (t/m 7 augustus)
2 augustus	zaterdag	Mosterddag Canal Parade Amsterdam
3 augustus	zondag	Watermeloendag Wereld Vriendschapsdag
5 augustus	dinsdag	Oesterdag
7 augustus	donderdag	Transgenderrechtendag
8 augustus	vrijdag	Kattendag
10 augustus	zondag	Dag van de Biodiesel Dag van de Leeuw
11 augustus	maandag	Zoon- en Dochterdag
12 augustus	dinsdag	Dag van de Jeugd Dag van de Olifant Dag van het Middelste Kind (Sandwichkind-dag)
13 augustus	woensdag	Linkshandigendag Dag van de Wolf
14 augustus	donderdag	Dag van de Hagedis 15 augustusvrijdag Nationale herdenking 15 augustus 1945 Decibel Outdoor (t/m 17 augustus) Lowlands Festival (t/m 17 augustus)
16 augustus	zaterdag	Achtbanendag Geocachingdag Dakloze Dieren Dag
17 augustus	zondag	Sint-Juttemis
18 augustus	maandag	Hartjesdag
19 augustus	dinsdag	Dag van de Humanitaire Hulp Dag van de Orang-oetan Dag van de Fotografie
20 augustus	woensdag	Wereld Muggendag
22 augustus	vrijdag	Dag van de Tandefee Nachtvlindernacht (t/m 23 augustus) Mysteryland (t/m 24 augustus)
23 augustus	zaterdag	Europese herdenkingsdag voor de slachtoffers van het stalinisme en het nazisme
26 augustus	dinsdag	Hondendag
28 augustus	donderdag	Gronings Ontzet
29 augustus	vrijdag	Dag tegen Kernproeven Roodharigendagen (t/m 31 augustus) Nacht van de Vleermuis (t/m 31 augustus)
30 augustus	zaterdag	Dag van de Walvishaai Dag van de Vermiste Personen

Helemaal de weg kwijt....

Verwarring, vergeetachtigheid en onvoorspelbaar gedrag; iemand met een delier kan van het ene op het andere moment een heel ander persoon te lijken.

Een delier; wat is het en hoe ontstaat het

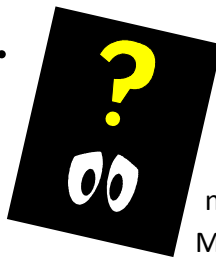
Het wordt ook wel delirium genoemd en dit is een acute verwardheid als reactie op een lichamelijke probleem. Er is iets aan de hand in het lichaam dat deze aan doening triggert. Wanneer je lichaam ziek is, reageert je geest daarop. Helder nadenken is moeilijk, je voelt je beroerd en je wilt zo min mogelijk doen. Dit gedrag is een beschermingsmechanisme om er voor te zorgen dat rust wordt genomen voor herstel. Bij een delier wordt dit gedrag zo uitvergroot dat het niet meer gezond is. Het lijkt een extreme mentale reactie op een verslechterde lichamelijke gezondheid. Een delier kan vrij plotseling ontstaan; je kunt de ene dag nog met iemand praten en de andere dag hevig in de war zijn.

Kenmerken van een delier

Eén van de kenmerken is extreme gedragsverandering; patiënten kunnen hyperactief worden en agressief reageren. Een ander kenmerk is dat iemand erg slaperig is en nauwelijks wil eten of drinken. Twee symptomen die vaak voorkomen bij een delier zijn verwardheid en vergeetachtigheid. Deze symptomen zijn ook de kenmerken bij dementie, met het verschil dat het bij dementie geleidelijk ontstaat. Als een delier over is, zijn vergeetachtigheid en verwardheid dat ook. Een ernstige delier heeft overeenkomsten met een psychose. Mensen zijn zichzelf niet meer en hebben geen controle over hun handelen.

Wie krijgen een delier?

Delieren komen vooral bij oudere patiënten voor. Als iemand al hersenschade heeft, dan is de kans op een delier groter. Naar schatting krijgt 20% van de ouderen die fysiek ziek zijn een delier. Het percentage is hoger geweest, maar de laatste jaren is er meer aandacht voor het delier. Ook jonge mensen kunnen een delier krijgen, vaak als het ernstig zieke patiënten zijn die bijvoorbeeld op de intensive care liggen.



Een delier behandelen?

Een delier is niet te behandelen en het is afwachten tot het over gaat. Symptomen kunnen wel verzacht worden. Bij hallucinaties kan antipsychotica soms helpen. Maar medici zijn daar terughoudend in vanwege mogelijke bijwerkingen.

Patiënten hebben behoefte aan een rustige vertrouwde omgeving waar ze zich veilig kunnen voelen. Een ziekenhuisomgeving is onbekend en geeft dat vertrouwen vaak niet. In de meeste gevallen heeft het de voorkeur de patiënt thuis te laten herstellen.

Een delier kan enkele uren of een paar dagen duren, maar het komt ook voor dat het wekenlang voortduurt. De symptomen zwakken meestal wel af als de onderliggende lichamelijke oorzaak is gevonden en wordt behandeld. Na een paar dagen wordt het gedrag meestal minder heftig.

Hoe help je als naaste iemand met een delier?

Anders dan bij dementie, hebben patiënten met een delier vaak wel het besef dat het niet goed met hen gaat. Vaak hebben ze wel het besef, maar zijn ze niet in staat er iets aan te doen.

Voor een naaste is het moeilijk om er mee om te gaan, omdat het gedrag vaak niet te herkennen is. Onderschat dan niet dat het belangrijk is om er voor iemand te zijn. Simpele dingen als zorgen dat degene eet en drinkt, zich wast en af en toe naar buiten gaat voor een wandeling kunnen al een groot verschil maken!

Geveldecoratie aan de Eewal. Foto Johan Eisma



Keukenweetjes

Het regelmatig vervangen van keuken-items en waarom.

U staat er waarschijnlijk niet bij stil, maar sommige keukenspullen gaan minder lang mee dan u denkt. Regelmatig vervangen is belangrijk voor bijvoorbeeld de hygiëne en het behoud van kwaliteit. In dit artikel leest u om welke spullen het gaat.

Rasp



Een rasp verliest na verloop van tijd zijn scherpste, zeker bij intensief gebruik. Dit kan ervoor zorgen dat het raspen moeilijker gaat. Vervang uw rasp daarom jaarlijks, of zodra u merkt dat hij minder goed werkt.

Aardappelschilmesje

Wanneer u iets moet snijden en u merkt dat het mesje bot is, kan dat erg vervelend zijn. Regelmatig uw messen slijpen is aan te raden.

Maar voor goedkopere mesjes werkt dit meestal niet, dan is vervangen de enige optie. Doe dit regelmatig, want met een bot mes kunt u ook lelijk in uw vingers snijden.

Theedoek

Ook al wast u ze regelmatig, theedoeken slijten door intensief gebruik en door de wasbeurten. Hierdoor zullen ze minder vocht opnemen en dus minder goed hun werk doen. Controleer jaarlijks of de theedoeken nog goed zijn. Zo niet, dan zijn ze aan vervanging toe.

Snijplank

Plastic snijplanken zijn handig, maar ook erg gevoelig voor beschadigingen. In de groeven die de messen achterlaten, kunnen bacteriën zich ophopen. Daarnaast wordt de kans op plastic in uw eten ook vergroot. Ziet u diepe sneden of verkleuring, dan is het tijd voor een nieuwe.

Houten lepel

Hout trekt vocht, olie en geur aan. Dit kan na verloop van tijd leiden tot bacterievorming. Ziet u verkleuring of barsten in de lepel, dan kunt u deze beter vervangen. Ditzelfde geldt voor houten snijplanken.

Plastic bakje

Kliekjes invriezen, nog een restje eten voor morgen in de koelkast, koekjes in de la; we bewaren van alles in plastic bakjes. Maar na verloop van tijd blijven geurtjes hangen en kunnen de bakjes verkleuren of vervormen. Voor de hygiëne is het verstandig om deze elk jaar te vervangen.

Keukenspons

Keukensponzen staan bekend om de vele bacteriën die erin kunnen zitten. Het is daarom belangrijk om deze regelmatig te vervangen. Het liefst om de 2 weken maar wanneer u ze intensief gebruikt kunt u ze beter vaker vervangen. Zo vermindert u gezondheidsrisico's.

Afwasborstel

Vervang ook op tijd de afwasborstel, vooral de borstel die je gebruikt voor het voorwassen van de vuilste vaat. Wanneer de borstelharen gaan slijten en hun vorm verliezen, is het tijd voor een nieuwe.

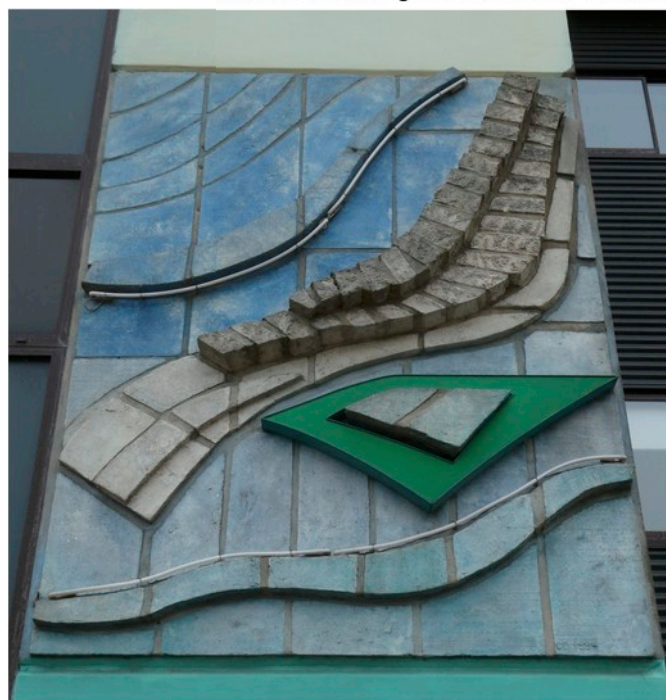


Blikopener

Blikopeners worden vaak vergeten bij het schoonmaken. Toch blijven er ongemerkt voedselresten aan zitten, die kunnen gaan schimmelen of roesten. Merkt u dat hij niet meer soepel werkt of ziet u roest? Dan is het tijd voor een nieuwe.



Muurkunstwerk aan de Zuidersingel. Foto Johan Eisma.



Ziekenhuisnota's in het buitenland

Velen verheugen zich op de vakantie en wie er onbezorgd tussenuit wil gaan, regelt niet alleen een heerlijke vakantiestek, maar ook een goede reisverzekering. Wie ziek wordt in het buitenland kan met ziekenhuisnota's van tienduizenden euro's worden geconfronteerd.

Veel vakantiegangers gaan er ten onrechte vanuit dat hun zorgverzekering ook over de grens alle zorgkosten vergoedt.

Ga je buiten Europa op vakantie, dan vergoeden zorgverzekeraars vaak maar 80% van de tarieven die in ons land gelden voor een behandeling, omdat ze geen contracten hebben met de zorgaanbieders daar.

Heel vaak is de prijs van een behandeling veel hoger dan in Nederland.

In de Verenigde Staten zijn de kosten van een behandeling vaak het veelvoudige van wat ze in Nederland bedragen.

Wat te denken van Mexico waar eens een Nederlandse vrouw in een ziekenhuis belandde met geperforeerde longen. Omdat zij geen reisverzekering met werelddekking had afgesloten, kwam het grootste deel van de ziekenhuisnota voor haar eigen rekening.

Intensive care in Mexico kostte alleen al € 20.000,- per dag! Een crowdfunding bracht uitkomst... Sluit dus bij reizen buiten Europa een reisverzekering met werelddekking af.

Nederland heeft qua zorgkosten trouwens wel goede afspraken met andere EU-landen. Dat betekent dat de tarieven die daar gelden voor noodzakelijke zorgbehandelingen die je daar moet ondergaan voor 100% vergoed worden.

Dat geldt ook voor de landen Noorwegen en Zwitserland.

Wel moet je dan je European Health Insurance Card kunnen laten zien.

Deze kaart krijgt iedereen die in Nederland verzekerd is. Als je die niet hebt, vraag deze dan aan bij je zorgverzekeraar en neem deze mee op reis.

Je kunt je ook aanvullend verzekeren voor zorgkosten in het buitenland via de zorgverzekeraar. Lees

goed de voorwaarden waarvoor je verzekerd bent, soms staat er dat je tot 200% van het Nederlandse tarief uitgekeerd krijgt.

Ook repatriëring naar huis is iets waarvoor je je apart moet verzekeren. Speciaal ziekenvervoer loopt al snel in de tienduizenden euro's. Advies is altijd direct de alarmcentrale van de reisverzekeraar te bellen in geval van nood. Ze geven alle informatie hoe te handelen bij een ziekenhuisbezoek.

Het afsluiten van een annuleringsverzekering kan ook handig zijn om het financiële risico af te dekken dat een vakantie geheel of gedeeltelijk niet kan doorgaan door bijvoorbeeld ziekte. De annuleringsverzekering moet meestal binnen zeven tot veertien dagen na het boeken van de reis zijn afgesloten.

Detail Bouwurk aan het Oldehoofsterkerkhof t.b.v. Arcadia manifestatie. Foto Johan Eisma



Weerspreuk voor juli

**‘Juli broeierige dagen,
gevolgd door onweervlagen’**

De hoogzomer wordt vaak gekenmerkt door vochtige lucht. Immers, al het inmiddels opgewarmde water staat te dampen. Bij een onstabiele luchtopbouw kan het vocht zich tonen in hoog uitgroeiende stapelwolken. Dit kan uiteindelijk tot een felle regen- of onweersbui uitgroeien.

Weerwoord: Spaanse pluim

Als we hierover spreken dan wordt hele warme en droge lucht vanuit Spanje en Portugal noordwaarts gevoerd. Vaak ligt er als aanjager een stevige depressie ergens boven de Golf van Biskaje of Engeland en aan de voorzijde daarvan wordt de warme lucht in pluimvorm richting onze contreien geblazen.

Weer om nooit te vergeten: 25 juli 2019

Lange tijd had Warnsveld het record, uit 1944 met 38,6 graden. Maar toen kwam de hete 25 juli 2019. In de zeer zonnige en droge lucht Haalde Gilze-Rijen 40,7 graden.

Nog zeven andere KMNI-stations overschreden voor het eerst in onze geschiedenis de magische 40-graden grens.



Wat te doen bij onweer?

Hoe ontstaat bliksem eigenlijk?

Bliksem is een elektrische schok. Door wrijving tussen snel stijgende en snel dalende lucht die soms wel 100 km. per uur langs elkaar vliegen, wordt een wolk geladen door de elektrische deeltjes die in de luchtstroom zitten

Als een wolk zich ontlad, gebeurt dat op een andere wolk of op de aarde, met een elektrische schok die wij zien als bliksemflits.

De donder die daarop volgt is een ontploffing van de lucht, die door de hitte van de bliksem uitzet.

Geraakt door de bliksem....

In Nederland vallen volgens het KNMI ieder jaar één of twee doden door een blikseminslag, terwijl er jaarlijks vijf tot tien mensen worden geraakt.

Je kunt het dus overleven, maar link is het wel: er gaat een paar honderdduizend volt door je lichaam, wat voor diepe brandwonden kan zorgen.

De stroom kan via je zenuwbanen ervoor zorgen dat je een hartstilstand krijgt en als de stroom bij je longen komt, stopt je ademhaling.

Of je een blikseminslag overleeft, hangt onder andere af van je fysieke gesteldheid: jonge gezonde mensen maken meer kans dan oudere mensen met bijvoorbeeld hart- en vaatproblemen.

In de auto

In een auto zit je waarschijnlijk veilig: het metaal om je heen werkt zo ongeveer als de kooi van Faraday, die de stroom via het dak en de zijanten naar de grond leidt.

Dat je tegen een vangrail zou moeten rijden, is dus een fabel....!

Zonnepanelen

Zonnepanelen vergroten de kans op blikseminslag niet. De zonnepanelen moeten wel zijn geaard.

Wat te doen bij onweer en wat vooral niet

Tenzij je je huis hebt beveiligd tegen blikseminslag, kan het handig zijn de stekkers van je apparaten uit het stopcontact te trekken als het buiten tekeer gaat. Maar overspanningsbeveiliging is voor elk huis verstandig.

Als je buiten bent en geen schuilplaats kunt vinden, blijf dan in ieder geval uit de buurt van bomen.

Als een boom wordt geraakt, koken de sappen in die boom binnen één seconde en zijn ineens stoom. De boom kan daardoor uit elkaar knallen.

Takken en hout slingeren soms wel tot vierhonderd meter ver weg.

Zorg dat je voeten elkaar raken, of probeer op je hurken op je tenen te balanceren. Nog beter is het als je iets hebt dat je tussen jezelf en de grond kunt plaatsen (als het maar geen metaal is). Dan heeft de klap minder impact, mocht je worden geraakt.

Slaat bliksem altijd in op het hoogste punt?

Bliksem zoekt uitstekels en scherpe randen en zoekt pas op twintig meter afstand van een voorwerp of de aarde een goede geleider is.

Douchen tijdens onweer, kan dat?

Badkamers moeten aan strenge regels voldoen. Als het goed is zijn je kraan, leidingen en verwarming geaard, waardoor je geen gevaar loopt tijdens het onweer.

Zwemmen is overigens niet aan te raden tijdens onweer want water is een goede geleider. Buiten zwemmen is dan dus ook zeker niet verstandig, want zelfs als de bliksem honderd meter van je af inslaat, kan dit fataal zijn.

Weerspreuk voor augustus

'Ooievaars cirkelen hoog,
voorlopig blijft het droog'



Er zijn meerdere vogels die thermiek benutten om zich te verplaatsen. Bijvoorbeeld buizerds, sperwers, visarenden en ooievaars.

Brede vleugels pakken de stijgende luchtstromingen op. Vaak is goed 'thermiekweer' ook fraai weer met een afwisseling van stapelwolken en zon. Te veel wind verwaait de thermiek en met regen is er juist een dalende luchtstroom.

Weerwoord: Hittemanager

In het Griekse Athene is sinds een paar jaar een hittemanager actief. Deze manager moet de heetste hoofdstad van Europa warmtebestendiger en veerkrachtiger maken als het gaat om klimaatverandering.

Denk aan meer groen en meer beschikbaar water in de openbaarheid.

Athene heeft inmiddels ook een waarschuwingssysteem, waarbij van tevoren wordt aangegeven hoeveel extra sterfte wordt verwacht door de hoge temperatuur.

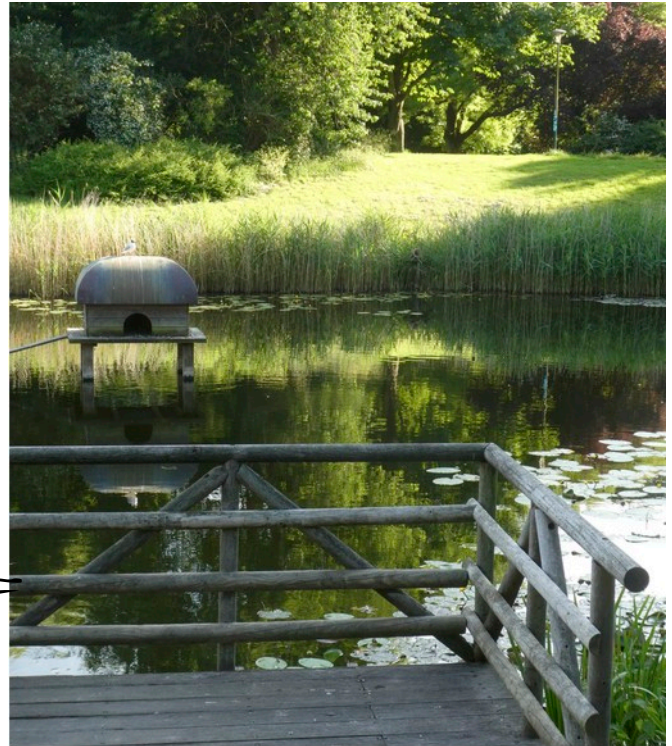
Weer om nooit te vergeten: zomer 2003.

Landelijk beleefden we een hittegolf van 31 juli tot en met 13 augustus.

Maastricht haalde als hoogste waarde in die hittegolf 36,2 graden.

Na deze zomer zijn er geleidelijk steeds meer maatregelen genomen om kwetsbare groepen beter te beschermen tegen hevige warmte.

Vossepark in zomerse sfeer. Joham Eisma



Nederland in cijfers



Werklust

Omstreeks **1900** werkten Nederlanders ongeveer **60** uur per week. Alleen op de zondag werd niet gewerkt, want die was toen heilig. Dit is een gemiddelde van **10** uur per dag.

In **1920** ging dit al omlaag naar **49** uur en kregen steeds meer mensen de zaterdagmiddag vrij. Pas in **1957** ging het aantal uren geleidelijk aan meer terug, mede dankzij een sterke PvdA. Door de grote welvaartsstijging in de laatste **50** jaar en het enorme aantal zzp'ers van de laatste tijd, raakt het zicht op de gemiddelde werkweek steeds meer vertroebeld.

Volgens de Kamer van Koophandel telt ons land **1,7 miljoen** zzp'ers. Slechts een derde hiervan werkt **35** uur of langer. Bijna de helft van de bevolking verricht arbeid in deeltijd. Van de mannen werkt **28%** parttime en van de vrouwen **70%**.

Van de jongeren (**15 tot 25 jaar**) werkt **75%** in deeltijd. Velen studeren dan nog.

Volgens hoogleraar arbeidsmarkt Ton Wilthagen kan het personeelstekort in tal van sectoren opgelost worden als mensen gemiddeld **5** uur per week meer gaan werken.

Ons land telt de meeste deeltijdwerkers van Europa en deze 'koppositie' bezitten we al jaren.

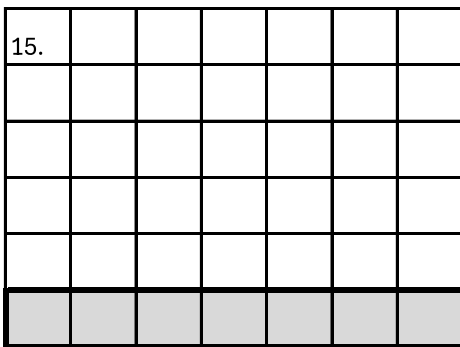
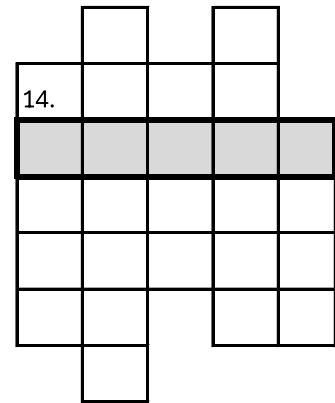
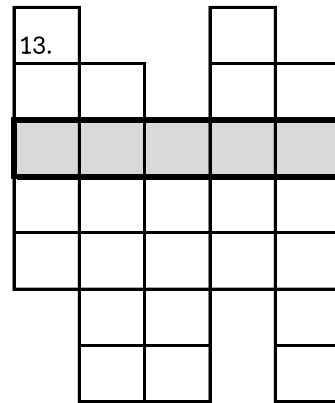
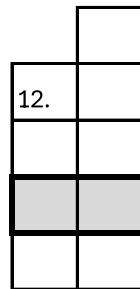
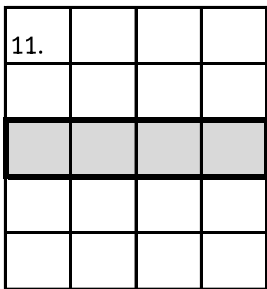
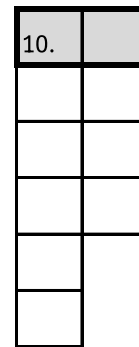
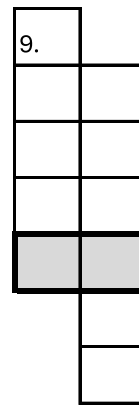
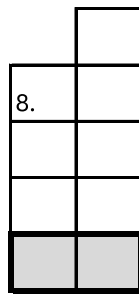
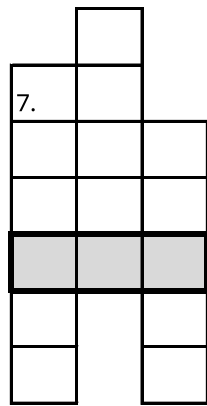
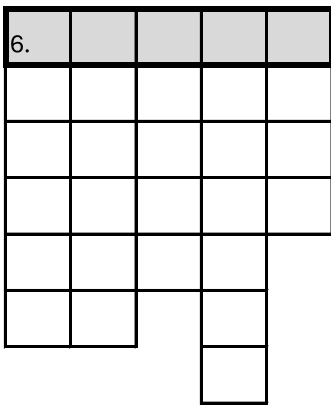
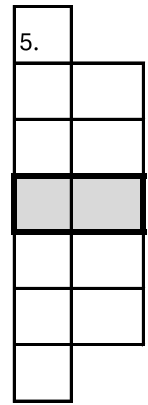
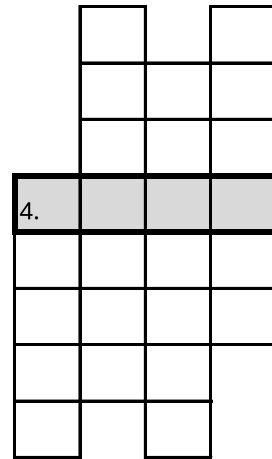
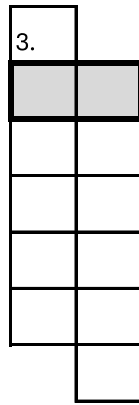
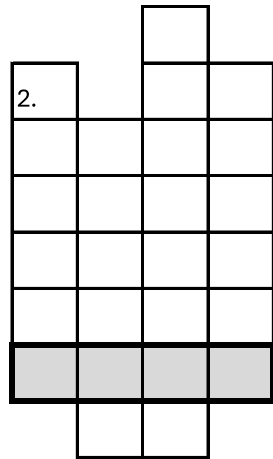
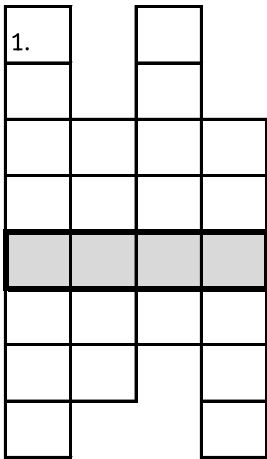
In deze puzzel schrijft u alle antwoorden verticaal op. In de grijze vakken leest u dan horizontaal de woorden die samen op volgorde van de puzzel, de oplossing is.

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

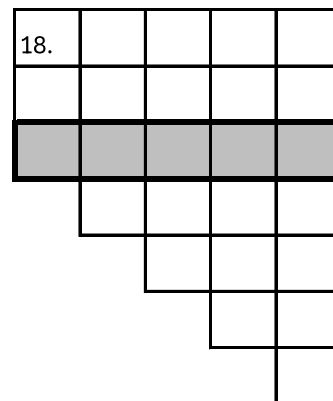
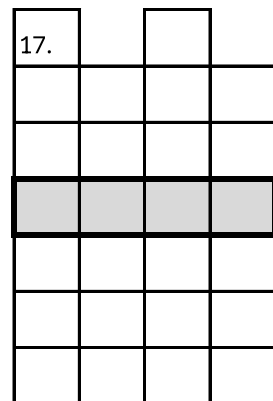
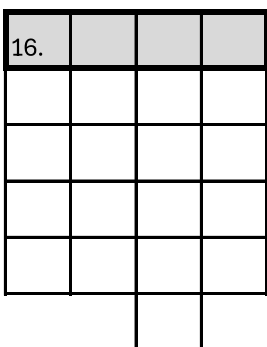


- | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>1. Laatste maand van het jaar
.... Con carne
Raamwerk
Blaffende bijten niet</p> <p>2. Eindstreep
Filmspeler
Jongste van het gezin, de
Het <u>assortiment</u> uit b.v de winkel [synoniem]</p> <p>3. 2- delig badpak
Houden je voeten warm</p> <p>4. Limburgs gebak
Het gras is bij de buren
Hoofd van de keuken
Bakmengsel</p> <p>5. Middelpunt
Tweewieler</p> <p>6. Wollig dier
Gestreept katachtig roofdier
Na komt zonneshijn
Zomerkoning
De tijd kan je lezen op een</p> <p>7. Tamma vorm van de lama
Eiland te bereiken vanaf Den Helder
Sledehond</p> <p>8. Groene vrucht, vogel
Deze heeft 2 pijpen</p> <p>9. Twijfel, ik sta in
Verkleinwoord van drup</p> <p>10. Zo gaan er geen 12 in een
Honderd jaar</p> | <p>11. Eet je meestal met je verjaardag
Vlak, effen
Warme maaltijd
Nar, speelkaart</p> <p>12. Reisleader
Hiermee veeg je je straatje schoon</p> <p>13. Sprookje, veelal met dieren
Koopman
Zonder kleding
Winterse 'soep'
Kleur tussen blauw en violet</p> <p>14. Dierenopvang
Afrekenen
Drietal
Inhalig
Baby van de koe</p> <p>15. Hier hangt de was te drogen
Waterweg
Nachtpak
Ingedikt sap
Uitgelekte yoghurt
Hoofdstad van Griekenland
Overgeven, spugen</p> <p>16. Vrouwelijke pappa
Bijenhouders
Liggen
Gaatje in je buik</p> <p>17. Tegenwoordig noemt men dit een step
Een wesp steekt je met zijn
Een boot vastleggen
Australische wilde hond</p> <p>18. Hier slapen we in
.... , Kwek en Kwak
Dag en
Opbergplaats voor tuingereedschap
Gele vrucht</p> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

PuZZeL



De oplossing van de vorige puzzel is:
Niets doen is nooit zonde van je tijd.
De winnaar is Dhr. Dalstra.



Adressen en telefoonnummers

Secretaris bestuur:

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

Ledenadministratie:

Rimmer Koopmans,
Tel: 058 7854672 of 06 33021707
E-mail: leden@losleeuwarden.nl

Voorzitter activiteitencommissie:

Willem de Boer
Tel: 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
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

oor 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 JULI 2025 -

di	1	14.00 u.	Start Mc Donald's Goutum	wandelen
ma	7	14.00 u.	Julianapark 1	jeu de boules
di	8	14.00 u.	Start Mc Donald's Goutum	wandelen
di	15	14.00 u.	Start Mc Donald's Goutum	wandelen
wo	16	7.30 u.	Start Transferium Kalverdijkje	reisje Rotterdam rondvaart
do	17	14.00 u.	Inloop Slieker film Wilhelminaplein	Tegendraads
za	19	14.00 u.	Start rotonde Noordvliet	fietsen
di	22	14.00 u.	Start Mc Donald's Goutum	wandelen
di	29	14.00 u.	Start Mc Donald's Goutum	wandelen
wo	30	14.00 u.	Start Mc Donald's Goutum	fietsen

- DATA ACTIVITEITEN AUGUSTUS 2025 -

ma	4	14.00 u.	Julianapark 1	jeu de boules
di	5	14.00 u.	Start Camminghaburen wijkcentrum	wandelen
wo	6	10.30 u.	De Dulf 246	bestuursvergadering
do	7	10.00 u.	Het Vooronder de Gealanden	vergadering activiteitcommissie
za	9	11.00 u.	Start Mc Donald's Goutum	fietsen
di	12	14.00 u.	Start Camminghaburen wijkcentrum	wandelen
vr	15	14.00 u.	redactielosvast@gmail.com	Inleveren kopij
di	19	14.00 u.	Start Camminghaburen wijkcentrum	wandelen
do	21	14.00 u.	Inloop Sliekerfilm Wilhelminaplein	Conclave
za	23	14.00 u.	Start rotonde Rengerspark	fietsen
ma	25	9.30 u.	Westenkwartier Verdistraat 1	verdelen/bezorgen LosVast
di	26	14.00 u.	Start Camminghaburen wijkcentrum	wandelen
di	26	8.45 u.	Start Transferium Kalverdijkje	reisje Hoorn-Enkhuizen

Dit alles voor zover bekend en onder voorbehoud.

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

LOS

Leeuwarder
Onafhankelijke
Seniorenvereniging

Naam en voorletters:

Naam en vrl. partner:

Adres:

Postcode en woonplaats:

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

**Stuur deze bon op naar LOS, R. Koopmans,
De Dulf 246, 8918 EK Leeuwarden.
E-mailen kan ook naar: leden@losleeuwarden.nl.**



TaxiXtra, de zeer gewaardeerde taxi
in Leeuwarden en omgeving.

06 41 96 08 03



LOS-leden krijgen 15% korting op taxivervoer!



Detail Bouwwerk aan het Oldehoofsterkerkhof t.b.v.
Arcadia manifestatie. Foto Johan Eisma



UITVAARTVERZORGING

Joke Boonstra

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

Integer, respectvol
en betrokken



T 06-15124118 • www.jokeboonstra.nl