

Weststellingwerf Express

informatie uit uw regio



Originale uitjes in coronatijd

P3

Actueel



G-team krijgt tennisles

P4

Gezondheid



Wichard de Krijger timmert aan de weg

P5

In de regio



Buurtbemiddeling helpt burens

P7

In de regio



Oplage: 11.000 exemplaren

Tjeerd Oenema is 90 jaar en al 81 jaar muzikant

door Hilda Knol

NOORDWOLDE – Vorige maand vierde Tjeerd Oenema zijn negentigste verjaardag. De inwoner van Noordwolde is toen door Die Dorfplatzmuzikanten verrast met een serenade. Een mooi moment om terug te blikken op zijn indrukwekkende muzikale carrière die 81 jaar omvat.

Oenema heeft een uitstekend geheugen. Moeiteloos noemt hij jaartallen, muziekverenigingen en dirigenten op die in zijn muzikale leven belangrijk zijn geweest. Het begint allemaal in zijn geboortedorp Elsloo, waar hij als negenjarig jongetje lid werd van Muziekvereniging Concordia. André Hofma kwam in 1939 bij hem aan de deur en vroeg: 'Wil jij graag muziek maken?' Dat wilde Oenema maar al te graag. 'Mijn vader speelde op de grote trom en ik ben toen begonnen met de bugel', herinnert hij zich. 'Ik kon nog geen muziknoten lezen, maar had een goed gehoor en met de vingerzettingen die mijn muziekleraar op een stukje papier zette, leerde ik al gauw mijn eerste liedje Sarie Marijs spelen'.

Afdeling Uitmuntendheid

Als tiener leert Oenema goed op de bugel spelen. Tijdens zijn studie aan de Kweekschool, gaat hij bovendien trompet spelen in een band. Zijn eerste baan als onderwijzer krijgt Oenema in Kuinre. De burgemeester van dit plaatsje vraagt hem meteen of hij lid wil worden van de plaatselijke muziekvereniging. Oenema vindt het een mooie uitdaging om daar de cornet te gaan bespelen. 'Deze muziekvereniging onder leiding van Jelle Nijdam speelde in de afdeling Uitmuntendheid en hoewel ik eerst werk had om dat niveau te halen, heb ik daar veel geleerd'.



Op zijn negentigste verjaardag luistert Tjeerd Oenema naar een serenade. Eigen foto

Dirigent

In 1957 gaat Oenema in Almelo op een basisschool werken. Daar leert hij bij de harmonie om op de waldhoorn te blazen. Na zeven jaar verkast de onderwijzer naar Vledderveen, waar hij hoofd van de basisschool wordt. Nu is het de muziekvereniging in Frederiksoord, die hem graag in wil lijven. 'Ze hadden een altsaxofonist nodig om zes



Tjeerd Oenema was mede-oprichter van Die Dorfplatzmuzikanten. Hij staat zelf zesde van links. Eigen foto

weken later mee te doen aan een concours. Door veel te studeren lukte het me en haalden we de eerste prijs'. In deze periode wordt Oenema ook lid van de Woudklank in Noordwolde. Als haar dirigent Cor Pape 80 jaar wordt, geeft hij het stokje over aan Oenema. Dat was het begin van Oenema's carrière als dirigent bij muziekverenigingen in Onna, Wapse, Wolvega en Elsloo. In zijn geboortedorp pakt hij dat zo voortvarend aan, dat het ledental in korte tijd stijgt van twaalf naar vijftig. Zijn onderwijs carrière zet Oenema in Noordwolde voort, waar hij directeur wordt van de basisschool. Aan zijn eigen drie kinderen geeft Oenema ook het muziek-DNA door. Zijn oudste dochter speelt trombone, zijn jongste dochter slagwerker en zijn zoon is hoornist.

Oldeberkoop

Twaalf jaar geleden richt Oenema ook nog samen met Harry de Jong in Vledder. Die Dorfplatzmuzikanten op. Drie jaar geleden is deze muziekkapel naar Oldeberkoop verhuisd. Hier speelt Oenema op de baritonhoorn. Daarnaast is hij nog steeds lid van Concordia, waar hij nu op het euphonium speelt. In coronatijd kan dat helaas niet, daarom oefent hij nu veel thuis. Zodra het weer mag, is Oenema weer van de partij op de repetities. 'Musiceren in een goed orkest is een genot. Blijdschap, verdriet, woede, alle gevoelsuitingen kun je daarin leggen', besluit hij.

Uw advertentie in onze krant? Of wilt u maandelijks publiceren over uw vereniging/school of stichting?

Neem vrijblijvend contact op met ons.

Venneland 37 • 7711 VG Nieuwleusen
info@boshuismedia.nl • 038-4579749
www.boshuismedia.nl

- VERKOOP - VERHUUR

Van REES Trailers

- ONDERHOUD - TRANSPORT

KOEMATEN 16 8331 TK STEENWIJK 0521- 361584 INFO@VANREESTRAILERS.NL

WWW.VANREESTRAILERS.NL

Tuin Totaal Center
Blokhuizen Scherp en Sterk in Maatwerk

Maatwerk?

Bij ons verrassend voordelig!

Edisonstraat 5 | 8013 PS Zwolle | Tel. (038) 444 84 01

www.tuintotaalcenter.nl

DRUK HIER UW FOTO'S AF

Hoofdstraat Oost 35 Wolvega

De eerste **PHOTO PRINT me!** In Nederland!

* Tel. 0561 617075
info@vewo.nl * vewo.nl

- 1 SCAN QR
- 2 SELECTEER PRODUCT
- 3 KIES UW FOTO'S
- 4 PAS ZE AAN
- 5 VERZEND UW ORDER
- 6 BETALEN & OPHALEN

Wie prikt er in oma?

door Marjan Flobbe



Met kinderen praten over de dood vind ik leuk. Sommige mensen vinden het moeilijk en weten geen antwoorden op hun vragen. Als ambassadeur van het project "Doodgewoon in de klas" geef ik regelmatig gastlessen op basisscholen en het voortgezet onderwijs. We beogen hiermee op scholen de kleurrijke fantasie van kinderen om te zetten in een meer realistisch beeld van de dood. Want fantasie is er!

Ik mocht de familie begeleiden bij de uitvaart van een zeer geliefde moeder en oma. Ze was al enige tijd ziek en had gekozen voor euthanasie. Iedereen wordt bij het afscheid betrokken, jong en oud. De dood en de uitvaart is met oma zelf besproken. De hele week ben ik er om vragen te beantwoorden en zo goed mogelijk uit te leggen wat er

allemaal gaat gebeuren. Toch gaat de kinderfantasie altijd verder dan ik denk. Alle kleinkinderen krijgen een rol: één leest een gedichtje voor, één legt bloemen neer en eentje mag met mij voor de stoet lopen. Ze delen met mij hun gedachten over waar oma nu is en wat ze nu aan het doen is. 'Ze is nu een sterretje', denkt Robin. 'Welnee, ze zit op het strand van de Bahama's' droomt Julia. De aanwezigheid van kinderen brengt vaak luchtigheid in de emotionele en beladen week..

Na afloop van het ceremoniële gedeelte wordt er nagepraat met koffie en cake. De kleinkinderen zijn weer kind: ze rennen achter elkaar aan de zaal door, de druk is er weer vanaf. Maar Julia doet niet mee, ze staart verdrietig naar haar plakje cake maar eet er niet van. Ik schuif bij haar aan en ze vraagt me of oma nu al in de oven zit. 'Ja', bevestig ik.

Dan vertelt ze dat ze met oma leuke dingen deed zoals knutselen en ook wel cup-cakes bakken. 'Die moesten dan wel een uur in de oven, en dan pakte oma een breipen, stak die in de cake en als er geen beslag meer aan bleef plakken was de cake klaar'. Ja, dat ken ik, ik bak zelf ook wel eens een cake. En dn zegt Julia: 'steekt er straks ook iemand een breipen in oma om te zien of ze klaar is?' Te denken dat oma nu als geestje boven de Bahama's zweeft, vond ik een leukere fantasie.

Uitvaartverzorging Madelief



Cranio ondersteunt om fysieke en emotionele veerkracht te herstellen

Rug-, nek- en schouderklachten

Spiere- en gewrichtspijnen

Emotionele klachten

Energieproblemen

Roelie Vijverberg
06-15449378

Informeer vrijblijvend naar de mogelijkheden voor uw klacht(en).

...ontdek de krachtige werking van bindweefseltherapie

CRANIO SACRAAL
THERAPIE STEENWIJK

www.craniosacraaltherapiesteenwijk.nl | info@craniosacraaltherapiesteenwijk.nl

Heeft u problemen met uw kunstgebit?

Is uw kunstgebit gevallen? | Zit uw kunstgebit los?
Kunt u niet goed kauwen? | Durft u niet meer te lachen?

Of bent u gewoon aan een nieuw kunstgebit toe?
Tandtechniek StationSveste kan u altijd helpen!

Bel of kom langs en dan kijken wij wat het beste voor u is.

Tandtechniek StationSveste

Tandtechniek StationSveste

Stationsplein 8
8331 GM Steenwijk
Tel: 0521 - 522651

www.tandtechniekstationsveste.nl

WIJ MAKEN VAN ZWEMMEN EEN ABC-TJE SPELENDWIJS LEREN

OOK GEVESTIGD IN STEENWIJK!

Waarom Zwemschool Nemo?
VEILIG EN VERTROUWD!
Bij ons zal je kind zich snel veilig en vertrouwd voelen door:

- ✓ Kleine groepjes (max. 8 kinderen)
- ✓ Persoonlijk volgsysteem
- ✓ Dezelfde zweminstructeur
- ✓ Speelse werkvormen

MEER INFO? zwemschoolnemo.nl | PERSOONLIJK CONTACT? 038 - 458 19 92 / info@zwemschoolnemo.nl

Het belang van aanraken..

door Roelie Vijverberg

De huidige tijd benadrukt eigenlijk alleen nog maar het belang van aanraking voor lichaam en geest. Aanraking werkt onder andere ondersteunend om jezelf te blijven voelen en te (h) erkennen wat er nodig is. Bijna dagelijks bekennen mensen tijdens een behandeling schoorvoetend hoe fijn het is om weer aangeraakt te worden.

Ella kwam via een collega van haar bij mijn praktijk terecht. Ze had al tijden hartkloppingen en daarnaast veel spieren gewrichtsklachten. Als succesvol makelaar werkte Ella veel, mede daarvoor was het er niet van gekomen een gezin te stichten. Op 47-jarige leeftijd vond ze dit begrijpelijk niet meer aan de orde, bovendien voelde ze zich prima met de invulling van haar leven. Mannen waren er wel geweest, maar momenteel was Ella alweer acht jaar alleen. Ondanks de fysieke klachten was Ella monter en tevreden met haar bestaan, ze maakte ook een opgewekte en fitte indruk tijdens de kennismaking.

Na een kwartiertje vroeg ik Ella tijdens de behandeling hoe het voelde om op deze manier aangeraakt te worden. Ella haalde haar schouders op, maar toen ik doorvroeg zei ze voorzichtig dat het door de zachtheid wel heel prettig was. Ik vroeg Ella vervolgens of ze ook van de aanraking mocht genieten van zichzelf. Ella grapte 'ik lig hier vooral om

van mijn klachten af te komen, maar als ik daarnaast een beetje kan genieten is het mooi meegenomen'. Vanaf jonge leeftijd was Ella (hard) gaan werken en dit had haar veel gebracht, maar ook gekost. Ik vroeg Ella of ze weleens aangeraakt werd en zij antwoordde ontkenkend, maar het maakte haar niet uit ook zei ze. Tijdens de derde behandeling kreeg Ella behoorlijke hartkloppingen toen ik haar middenrif behandelde. Ze vroeg me of ik kon stoppen, waarop ik haar uitnodigde te blijven voelen. Met het moment dat Ella haar aandacht naar haar onrust verplaatste, kwam er verdriet naar boven. Ella vertelde zich ondanks alles eenzaam te voelen en te verlangen naar meer nabijheid, maar dit ook heel eng te vinden. Ella leerde gedurende de maanden die volgden om zich veilig te voelen wanneer ze aangeraakt werd in de behandeling. Haar lijf en geest gingen meer ontspannen en ze ging een aantal dingen verwerken waardoor haar lijf beter en zachter ging voelen. Met vallen en opstaan leerde ze anderen fysiek en emotioneel dichterbij te laten, waardoor ze zich meer met zichzelf en anderen ging verbinden.

Om te ontdekken wat u (en uw lijf) nodig heeft, is Cranio Sacraal Therapie een hele zachte, veilige en effectieve methode van werken. U bent welkom om dit te komen ervaren!

Roelie Vijverberg - 06-15449378
Cranio Sacraal Therapie Steenwijk
www.craniosacraaltherapiesteenwijk.nl
info@craniosacraaltherapiesteenwijk.nl



Originele uitjes in Wolvega in coronatijd

door Hilda Knol

WOLVEGA – Nu het weer lente is, willen mensen er graag op uit. Maar kan dat wel in coronatijd? De mensen van 1001 activiteiten vinden van wel. Op hun site vind je volop suggesties voor coronaproof uitjes in Wolvega en omgeving. Indoor en online, maar ook volop outdoor.

638 uitjes in Wolvega

Een videoclip of podcast maken, workshop graffiti, een toertocht in een Dafje en allerlei escaperooms. Het zijn een paar voorbeelden van de maar liefst 638 uitjes die je vindt op de site van 1001 activiteiten als je in de zoekfunctie Wolvega intypt. Niet al deze uitjes zijn in coronatijd mogelijk, maar als je alleen met je partner of gezin komt kan er heel veel wel. Wie voor save wil gaan, raadpleegt de link Coronaproof uitjes op de site. Voor Wolvega levert dat maar liefst 320 uitjes op. Mooie voorbeelden daarvan zijn de Teambuildingsactiviteit Elfstedentocht, Workshop Cheerleader op anderhalve meter en de Drive-in-bioscoop!

De site 1001 activiteiten is opgezet door Arno Lakerveld uit Vianen. 'De website heb ik elf jaar geleden als hobby opgezet. Na twee jaar groeide het uit tot een bedrijf in Vianen', vertelt hij aan de telefoon. Daarmee is hij heel succesvol getuige de 2,5 miljoen mensen die de site jaarlijks bezoeken. 'We genereren aanvragen voor onze partners. Dat zijn bedrijven die indoor en outdoor activiteiten, workshops en escaperooms aanbieden in Nederland en België', legt hij uit.

Online uitjes

Het jaar 2020 was een raar jaar voor 1001 activiteiten. 'We lagen een paar maanden stil, maar kregen het daarna weer druk omdat onze partners heel veel online uitjes gingen aanbieden', vertelt Arno. De meest populaire coronaproof indoor uitjes zijn volgens hem: online pubquizen, escaperooms, creatieve workshops en wijn- en bierproeverij thuis. Vooral groepen collega's of families maken daar gebruik van. Wie met zijn partner of gezin of partner outdoor iets wil ondernemen, kiest vaak voor een autopuzzeltocht in bijvoorbeeld een eend of kever of bezoekt een atelier om daar een kunstwerk te maken.

Hoge waardering

Van alle boekingen die 1001 activiteiten momenteel binnenkrijgt, is 95%



Een bierproeverij thuis is een populair uitje in coronatijd. Foto: Andres Amayuelas

online. Arno benadrukt dat die uitjes bijna altijd hoog gewaardeerd worden. 'Mensen vinden het vaak verrassend leuk. Als je een online quiz doet met je collega's, dan zit je wel in je eigen huis, maar dat vergeet je binnen een kwartier en zo kom je helemaal los uit je werkbubble. Een online uitje is heel iets anders dan online werken'. Zelf doet Arno ook regelmatig een online pubquiz. 'Het is echt een tweeweeks ritueel geworden op de zaterdagavond en is een prima middel om onderling verbinding te behouden'.

Arno verwacht dat zodra de coronamaatregelen verder versoepeld worden, er een markt blijft voor online uitjes. Aan hem zal het in ieder geval niet liggen. Ambitieuze besluit hij: 'Onze doelstelling is dat iedereen die een uitje zoekt, bij ons terecht komt'.

Meer informatie: www.1001activiteiten.nl



**INKOOP VAN
OUD GOUD EN ZILVER**

OLDEHOLTPADE
TEL: 0561 - 689290
WWW.PRAKKENEDELMETAAL.NL



**OBBINK
HANDWERKWINKEL & FURNITUREN
CLEAN INN
NAAIMACHINEHANDEL
REPARATIE VAN ALLE BEKENDE MERKEN
NAAI,- LOCK,-EN BORDUURMACHINES**

MODEVAKSCHOOL ANNEMIEK
MARKT 2, 8331 HH STEENWIJK 0521-516526



Deze moderne en comfortabele relaxfauteuil past in elk interieur

Rolocate 27
7711 GG
Nieuwleusen

Tasveld 2
8271 RW
IJsselmuiden




Gebroeders Seinen Meubelen **Knudsen 5876**



Klok kapot?

Geen zorgen!

Wij halen kosteloos uw klok op en brengen hem na reparatie netjes terug.

Juwelier de Jong

Hoofdstraat Oost 33 – Tel: 0561-612598
www.juweliederdejong.nl – [fook op Facebook!](#)



- Leverancier van **GRAFMONUMENTEN** en **URNGEDENKSTENEN**
- Ruwe grafstenen
- Ook voor onderhoud, reparatie, restauratie, graveren, tweede inscriptie.
- **AANDACHT** voor uw persoonlijke wensen.

Openingstijden ma. t/m za. 10.00-19.30 u. (het liefst op afspraak)
Neem voor **PERSOONLIJK** advies gerust contact met ons op.

De Boterberg 4 • 8375 HJ • Oldemarkt • T 0561 45 11 74 • M 06 55 86 79 26
E info@mement.nl • www.mement.nl



Showtuin en modellentuin

Nieuw in uw regio WOLVEGA!

TommieSmarket

Voor betaalbare **NIEUWE** dames-, heren- en kinderkleding

Openingstijden:
Maandag: gesloten
Dinsdag t/m vrijdag: 9.30 - 17.30
Zaterdag: 9.30 - 16.00

Bij aankoop van 2 vesten van €15,-pst. nu samen €25,- in 5 kleuren en in 5 maten 1 GRATIS T-shirts in Rood of Groen t.w.v. €10,-

Grindweg 122d
8471 EM Wolvega

Bekijk de website voor meer leuke aanbiedingen!! www.tommiesmarket.com

G-team krijgt tennisesles

door Hilda Knol

WOLVEGA - De landelijke Federatie Belangenbehartiging (LFB) is vorig jaar in samenwerking met het Bewegingsteam Weststellingwerf en tennisvereniging ATW een tennisteam begonnen voor mensen met een beperking. Dit G-team slaat elke woensdagmiddag onder leiding van Jan Lolkema een balletje op de velden van ATW in Wolvega.

Bikkels zijn het, de leden van het G-team. Op een woensdagmiddag begin april staat er een gure wind en hagelt het zelfs af en toe. Het G-team laat zich daar niet door weerhouden. Geconcentreerd volgen een jonge man en vrouw de aanwijzingen van tennistrainer Jan Lolkema. 'Je racket moet het werk doen, niet je lichaam', instrueert hij. De tennissers pikken dat goed op. 'Dat zijn mooie vuurpijlen', complimenteert hun tennistrainer hen even later. Na een high five met rackets, oefenen ze nog een poosje door op hun forehand en backhand.

Twee andere tennissers van het G-team doen ondertussen een partijtje op het naastgelegen tennisveld. De bal mag daarbij gerust twee keer stuiteren. Ze hebben een hoop lol met elkaar. Regelmatig weerklinken er lachsalvo's over de gravelbanen.

Samenspelen

Marnick (24) doet vanaf het begin mee met de tennislessen. 'Vandaag hebben we geleerd om de bal in een vak bij de achterlijn te mikken', vertelt hij na afloop. Het samenspelen spreekt hem het meest aan van het tennisuur. 'Het zijn leuke lessen en het is altijd gezellig', zegt hij met brede lach op zijn gezicht. Zijn moeder, Alie Boes, komt hem ophalen. Ze vindt het positief dat haar zoon, die het syndroom van Down heeft, hier contacten kan leggen met lotgenoten. 'We wonen dichtbij, hij kan hier zelf heenlopen, wat zijn zelfstandigheid vergroot'.

Inclusie

Harro (47) vertelt dat hij meedoet met tennis omdat hij sport mooi vindt om te doen. 'Maar ook voor de inclusie', voegt hij daaraan toe. Daarmee bedoelt hij 'meedoen in de maatschappij'. Niet alleen mensen met een beperking moeten daarin volgens hem stappen zetten. 'Ook mensen zonder een beperking moeten veranderen, zodat ze ons leren zien als mens tot mens'. Hij legt verder uit dat LFB Wolvega de belangen behartigt van mensen met een (licht) verstandelijke beperking. LFB biedt hen de mogelijkheid om erachter te komen welke

sporten zoal mogelijk zijn. Het opdoen van sociale contacten is ook belangrijk.

Plezier

'Het belangrijkste is plezier, want plezier kent geen drempels' is het motto van trainer Jan Lolkema. Hij legt uit dat zijn lessen bestaan uit een kort spelmoment om de spieren op te warmen. Daarna licht hij er elke les een ander tennisonderdeel uit; zoals korte en lange ballen slaan, services en lobjes. Uit ervaring weet de rolstoeltennisser dat nog veel sportclubs moeite hebben om mensen met een beperking echt mee te laten doen. Hij draagt het initiatief van LFB Wolvega daarom een warm hart toe.

Bij het afscheid wil Evert (41) nog kwijt dat hij iedereen met een beperking, lichamelijk of verstandelijk, welkom is om mee te doen. 'Kom erbij, geef aan een ander door dat we bestaan of doneer!', roept hij op.

Meer informatie: www.lfb.nu/lfb-wolvega



Elke woensdagmiddag krijgt het G-team tennisesles van Jan Lolkema. Foto: Hilda Knol

Abel Darwinkel nieuwe directeur Schrieversronte

door Hilda Knol

OLDEBERKOOP - De Stichting Stellingwarver Schrieversronte krijgt per 1 januari 2021 een nieuwe directeur. Abel Darwinkel (52) uit Appelscha volgt de huidige directeur Sietske Bloemhoff uit Nijeberkoop op. In dit bericht stellen wij hem alvast voor.

Wie de Curriculum Vitae van Darwinkel bekijkt, ziet meteen dat hij een passie voor taal in het algemeen en streektaal in het bijzonder heeft. Aan de telefoon vertelt hij dat hij in het Asser ziekenhuis is geboren en de eerste jaren van zijn leven doorbracht in een boerderij in de buurt van Norg. Hoewel de geboren Drent later ook nog in de Achterhoek en Noord-Groningen woonde, spreekt hij nog dagelijks Noord-Drents, de streektaal die hij als kind van huis uit meekreeg. Darwinkel, die tegenwoordig in Appelscha woont, leerde de Franse taal tijdens het jaar dat hij na het vwo als au pair in de stad Lyon in Frankrijk werkte. Aan de RUG in Groningen studeerde Darwinkel Algemene Literatuurwetenschappen. Van 2003 tot 2018 was hij bij het Huus van de Taol in Beilen werkzaam als streektaalfunctionaris. Hij presenteerde in deze periode samen met collega Jan Germs het dagelijks programma 'Jasbus vol Dreents' op TV Drenthe. In 2019 startte Darwinkel met zijn eigen uitgeverij Bij Abel. Hier verschenen zijn verhalenbundel 'Waoertrappeln' (2019) en enkele boeken van andere schrijvers. Bij Uitgeverij Koninklijke Van Gorcum in Assen kwam vorige maand Darwinkels boek 'Midwintertradities in Drenthe' uit, dat hij samen met Henk Nijkeuter en Rik Klaucke samenstelde.

Geen onbekende

De vacature van directeur voor de Stellingwarver Schrieversronte las Darwinkel in de Nieuwe Ooststellingwerf. 'Ik heb er een weekje over naodocht en heb toen mien sollicitatie opstuurd', vertelt hij. 'Na een sollicitatieprocedure van een maand of drieje het et bestuur in Abel Darwinkel een geschikte opvolger vunnen', schrijft Sietske Bloemhoff op de site. Voor de Stellingwarver Schrieversronte is Darwinkel geen onbekende. Als medewerker van de het Huus van de Taol had hij al regelmatig contact met de medewerkers van de streektaalorganisatie in Oldeberkoop. 'En ik heb een jaor of wat as vri'jwilliger mitdaon an de sutelaksje, bi'j de deuren langes om Stellingwarfse boeken en kelenders te verkopen', voegt Darwinkel toe.

Bloemhoff gaat met pensioen

Momenteel bereidt Darwinkel zich voor op het werk dat hij vanaf januari zal gaan doen. Als directeur zal hij leiding gaan geven aan vier deeltijdmedewerkers en tientallen vrijwilligers. Over toekomstplannen laat hij zich nog niet uit. 'Ik heb al wel ideeën, maar die noem ik nu nog niet omdat ik de huidige directeur niet voor de voeten wil



Abel Darwinkel volgt Sietske Bloemhoff op. Eigen foto

lopen', zegt hij wijs. Daarmee bedoelt hij Sietske Bloemhoff die in 2007 Pieter Jonker opvolgde. Bloemhoff stopt omdat ze de pensioengerechtigde leeftijd heeft bereikt. Zij heeft veel betekend voor het instituut waarvoor zij onder andere Stellingwerfs lesmateriaal heeft ontwikkeld en vaktaalonderzoek heeft gedaan bij de totstandkoming van het Stellingwarfs Woordeboek.

Darwinkel heeft een eigen website, waarop alle publicaties van zijn hand te vinden zijn: www.abeldarwinkel.nl. Meer informatie over de Stichting Stellingwarver Schrieversronte vind je op: www.stellingwarfs.nl.



Geboren Wolvegaaster brengt tweede dichtbundel uit en tekent voor de derde Veelschrijver Wichard de Krijger timmert aan de weg

door Hilda Knol

JOURE/WOLVEGA - Wichard de Krijger kun je gerust een veelschrijver noemen. In december 2020 is de eerste dichtbundel 'Zwerfkracht voor beginners' van de geboren Wolvegaaster verschenen. Kort daarop volgde eind februari 2021 'Zwerfkracht'. De derde bundel is ook al in de maak.

Na het verschijnen van zijn eerste bundel, heeft Wichard de Krijger veel positieve reacties ontvangen. Die komen onder andere uit Wolvega, waar hij tot zijn twaalfde jaar woonde. 'Mijn vader woont nog steeds in Wolvega en hij heeft al heel wat bundels in het dorp bezorgd', vertelt de inwoner van Joure. Nadat de dichter contact opnam met het radioprogramma Paperback van Radio Amsterdam, leverde hem dat een inter-



Wichard de Krijger. Eigen foto



Dichtbundel 'Zwerfkracht'

view van een uur op met de presentator Frans van der Beek. 'Hij is een bekende radioman en besteedt veel aandacht aan romans. Een beetje brutaal heb ik hem gevraagd of hij ook aandacht wil besteden aan mijn poëzie'. Van der Beek, zelf ook een geboren Fries, uit zich daar lovend over tijdens de uitzending. Zo zegt hij: 'Wichard de Krijger kruipt als dichter dicht op je huid'. De presentator vraagt De Krijger of hij verslaafd is aan dichten, gezien zijn grote productie. Lachend antwoordt hij: 'Het is niet dat ik moet schrijven, maar ik doe het wel elke dag, het is een natuurlijke uitlaatklep'.

Noordelijke nuchterheid

De tweede bundel met honderd gedichten die De Krijger in februari heeft uitgebracht, heet 'Zwerfkracht'. 'De inhoud is vergelijkbaar met die van mijn eerste bundel, maar hierin komen meer gedichten voor die zich verder van huis afspelen, zoals gedichten over de reizen die ik voor mijn werk in het Verre Oosten maakte. Ook bevat de bundel meer recent werk en enkele wat complexere gedichten. Het is een bredere verkenning'. De Krijger heeft zijn eerste bundels in eigen beheer uitgebracht. Voor zijn derde bundel, die in september verschijnt, heeft hij onlangs getekend bij Uitgeverij Palmslag in Groningen. 'Een mooi compliment dat Palmslag mijn manuscript wil uitgeven. Deze uitgever kenmerkt zich door noordelijke nuchterheid en dat past wel bij wat ik doe'. De Krijger voelt zich ook thuis tussen de andere dichters van wie bundels zijn verschenen bij Palmslag. Als voorbeeld noemt hij Merel Morre, die net als De Krijger actief is op Instagram.

AMAI

De Krijger is lid van het dichterscollectief Alle Monden. Dit collectief heeft een dichtwedstrijd uitgeschreven, waarbij instagrandichters de Alle Monden Award Instagram (AMAI) kunnen winnen. De deelnemers stuurden maar liefst 2.500 gedichten in. Lezers stemden vervolgens massaal op hun favoriet: 25.000 keer. Vorige week zijn de winnaars bekend gemaakt op www.amaiaward.nl. Graag zou De Krijger ook voor live publiek met dichtkunst bezig willen zijn. 'Zodra het weer kan, kom ik graag naar mijn geboorteplaats Wolvega om daar bij boekhandelaren en in verzorgingstehuizen voor te dragen uit mijn werk', belooft hij alvast.

Meer informatie: www.krijgerij.nl.

Dinsdag 18 mei: Gemeentelijke Rollator Wandeldag

Weststellingwerf - Het Bewegteam Weststellingwerf probeert zoveel mogelijk inwoners gezond te houden door fysieke activiteiten. Dit keer door rollator wandelaars op te roepen dit gezamenlijk te gaan doen.

Op dinsdag 18 mei wordt er op verschillende plekken in de gemeente gestart met rollator wandelen. Met als doel samen elke week een keer te wandelen. Met z'n tweeën of in een klein groepje, dat maakt niet uit, als het maar coronaproef gaat. Het Bewegteam zal daarbij aanwezig zijn.

Er wordt gestart vanaf de voordeur van diverse zorginstellingen en met name de inwoners van omliggende (aanleun-) woningen worden van harte uitgenodigd. In samenwerking met deze zorginstellingen zijn we gekomen tot de volgende startplaatsen en tijden.

Starttijden

- 09.15 uur Krommestede Noordwolde
- 11.00 uur Sickengoord
- 13.00 uur Lycklamastins Deken Mulderstraat
- 14.30 uur Berkestede Hortensiastraat
- 16.00 uur Wilgestede Steenwijkerweg

Uiteraard houden we ons tijdens het wandelen aan de coronamaatregelen waaronder de anderhalve meter.

Een kans

Het Bewegteam is gekomen bij deze activiteit vanwege coronamaatregelen. Zij zijn van mening dat iedereen met het mooie voorjaarsweer, lekker buiten kan bewegen, ook wanneer je afhankelijk bent van een rollator. Velen hebben misschien ook behoefte aan contact met iemand in de buurt. Een praatje van mens op mens. Dit project biedt een kans om elkaar in de buitenlucht, op anderhalve meter te ontmoeten.

U hoeft zich van te voren niet op te geven maar mocht de dag of tijd u niet helemaal uitkomen, meld dit dan bij het Bewegteam. Ook voor andere vragen en/opmerkingen kunt u terecht bij: Rosé Buskermolen 06 1292 0184, rose@sportfryslan.nl



WESTSTELLINGWERF
**BEWEEG
TEAM**

Nieuwe IJzeren Brug gemaakt van stalen balken zeesluizen IJmuiden

WITTE PAARDEN/BAARS – Hoe een vrij simpele brug toch bijzonder kan zijn: het brugdek van de nieuwe IJzeren Brug tussen de buurtschappen Witte Paarden en Baars wordt momenteel opgebouwd van hergebruikte stalen balken van de zeesluizen bij IJmuiden.

De noodzaak van vervanging was bij alle partijen wel duidelijk; op het laatst gold voor de brug (die uit 1865 stamt) een gewichts- en een doorrijhoogtebeperking. Daardoor moest zwaar- en landbouwverkeer deze brug geruime tijd mijden. Dat is straks verleden tijd. Het is de bedoeling dat de nieuwe IJzeren Brug in de maand juli weer open kan, aldus gemeente Steenwijkerland en ProRail. Tot die tijd wordt het verkeer omgeleid via Willemsoord.

De nieuwe brug wordt opgebouwd uit een grondconstructie met betonnen wanden. De stalen balken voor het brugdek deden dienst als hulpbalken tijdens de bouw

van de IJmuider sluisen. Het rijdek is composiet (kunststof). In de huidige situatie is de bovenleiding van de spoorbaan aan het brugdek bevestigd. Door nieuwe regelgeving moet de bovenleiding straks vrij onder het brugdek doorgaan. Hierdoor komt het nieuwe brugdek hoger te liggen en daarmee de kruisingen ook.

De bouw van de nieuwe spoorbrug heeft geen gevolgen voor het treinverkeer. Voor de omwonenden treedt wel hinder op, omdat niet alleen overdag maar ook gedurende een aantal nachten wordt gewerkt om de nieuwe brug zo snel mogelijk te realiseren. Overigens een leuk weetje: voor de IJzeren Brug tussen Witte Paarden en Baars over het spoor werd bij de bouw anderhalve eeuw geleden een sterkteberekening toegepast die inhield dat de brug een colonne soldaten met volle bepakking aan moest kunnen. De brug was niet alleen geliefd decor voor huwelijksfoto's, ook droeg een voetbalclub haar naam: A.D.IJ: Achter De IJzeren Brug, of beter: Achter De IJzeren Brogge.



Eind van een tijdperk van zo'n anderhalve eeuw: de 'Ijzeren Brogge' is niet meer.

De fotograaf stond eind jaren zestig midden tussen de rails om deze foto van de brug te maken. Foto: Adri van Sleen.



Voorbereidingen om de brug te demonteren. Foto's: Gerrie van der Hogen



Het treinverkeer ondervond geen hinder van de werkzaamheden.



De nieuwe IJzeren Brug steunt op betonnen wanden.

Vleeswarenkoopje

Snijworst

100 gram maar €1,50

Vleeskoopje

Kip-krokant schnitzels
in een heerlijk krokant jasje

4 stuks maar €5,99

Duo-koopje

4 Friese schijven
+ 500 gram gehakt
samen voor maar €8,99



Hoeksma, de lekkerste slager
Van Harenstraat 21
8471 JB Wolvega

www.delekkersteslager.nl
info@delekkersteslager.nl
0561 - 612 593

Maaltijdkoopje

Spinaziestamppot
met ei, ui en

nootmuskaat

500 gram maar €5,50

Chef's special

Rucola-veldsla
stamppot

500 gram maar €6,50



‘Een goed gesprek leidt vaak al tot meer wederzijds begrip’ Buurtbemiddeling helpt buren conflicten op te lossen

door Hilda Knol

WESTSTELLINGWERF - Een blaffende hond, overhangende takken of harde muziek zijn vaak de oorzaak van burenconflicten. Kom je er onderling niet uit? Schakel dan de onpartijdige bemiddelaars van Buurtbemiddeling in. ‘Een goed gesprek leidt vaak al tot meer wederzijds begrip’.

Buurtbemiddeling bestaat sinds maart 2018 en is een onderdeel van Scala Welzijn. Als bewoners in de gemeenten Weststellingwerf, Ooststellingwerf of Opsterland problemen hebben met hun buren, waar ze niet zelf uitkomen, dan kunnen ze gratis en laagdrempelig hulp krijgen van Buurtbemiddeling. Twee getrainde vrijwillige bemiddelaars gaan dan eerst afzonderlijk met beide buren in gesprek. Ze luisteren goed, vragen door, zijn vriendelijk en oordelen niet. Daarna volgt een gezamenlijk bemiddelingsgesprek op een neutrale locatie.

Afspraken

Tijdens het bemiddelingsgesprek maken de buren zelf onderling afspraken, waar ze elkaar later weer op kunnen aanspreken. De bemiddelaars dragen geen oplossingen aan, hun taak is vooral om te zorgen dat het gesprek zo goed mogelijk verloopt. Na een paar weken nemen de bemiddelaars opnieuw contact op om te horen of de situatie verbeterd is. Mocht dat nog niet geval zijn, dan kan de coördinator de buren doorverwijzen naar andere hulpverleners. ‘We laten niemand zwemmen, maar proberen altijd verder te helpen’, zegt coördinator Mereille Smit.

Blaffende honden

Buurtbemiddeling werkt nauw samen met politie, gemeente en woningcorporaties. De medewerkers van deze organisaties kunnen net als huisartsen, sociaal werkers of andere hulpverleners een melding doen bij Buurtbemiddeling. Mereille vertelt dat Buurtbemiddeling in het jaar 2019 veertien meldingen heeft behandeld. Vorig jaar waren dat er achttien. ‘De meldingen gaan vaak over tuinproblemen, zoals overhangende takken of geluidsoverlast door harde muziek, gestamp op de trap of gillende kinderen. Verstoorde relaties, veroorzaakt door pesten en treiteren en huisdieren, zoals blaffende honden, zijn ook weleens de oorzaken van problemen’.

Wederzijds begrip

Veel problemen tussen buren kunnen met hulp van Buurtbemiddeling worden op-



gelost. Volgens Mereille was het slagingspercentage in 2020 vrij hoog. Een gedeelte van de bemiddelingspogingen loopt nog en een deel mislukte omdat een van de buren weigerde het gesprek aan te gaan. De oplossingen die de buren voor hun conflict bedenken, kunnen soms heel eenvoudig zijn. ‘Buren besluiten bijvoorbeeld tapijt op de trap te leggen om het geluid van gestamp te dempen, zetten samen een schutting of verleggen de oprit’. Volgens Mereille gaat het er vaak niet eens om een oplossing te vinden, maar om het contact te herstellen. ‘Een goed gesprek leidt vaak al tot meer wederzijds begrip. Buren hoeven geen beste vrienden te worden, het is vaak als voldoende als het voor beiden weer okay is om naast elkaar te wonen’.

Mereille benadrukt nog dat Buurtbemiddeling ook in deze coronatijd mogelijk is. ‘Vorig jaar organiseerden we gesprekken in de buitenlucht en voerden we veel telefoongesprekken. Huisbezoeken mogen nog steeds niet, maar we kunnen nu al wel weer in verschillende locaties terecht, zoals buurthuizen’.

Ook kunnen mensen voor vragen en advies contact opnemen met Buurtbemiddeling via telefoonnummer: 06-54350855 of 0516-567220 of e-mail: buurtbemiddelin@scala-welzijn.nl.

Voor tips kun je ook kijken op www.problemenmetjeburen.nl.

Borstprothesen

Borstprothesen, protheselingerie en badmode die uw zelfvertrouwen herstellen.

Steunkousen

Geeft verlichting; eerste hulp bij opgezette of vermoeide benen of armen.

Medisch Pedicure

Medische pedicure; voor voeten die extra aandacht verdienen.



Huisbezoek mogelijk

 **Praktijk De Linde**

Noordwolderweg 43 • 8393 RD Vinkega
0561-431442 • www.praktijk-delinde.nl

Als het moment daar is

Een overlijden gaat gepaard met verdriet en tranen, dat spreekt voor zich. Daarnaast spelen er veel praktische zaken. Ook daar nemen wij u graag eens in mee. Deze keer vertellen wij u over wat er afspeelt rond het moment van overlijden.

Hartelijke groet,
team De Laatste Eer

Hoe zit het?

Vaststellen van een overlijden

Mensen zijn verhalen, zeggen wij als uitvaartverzorgers wel eens tegen elkaar. Waar wij ook komen, om wie het ook gaat, we horen verhalen. Over bijzondere momenten en persoonlijke herinneringen. We vragen er ook naar, want wij willen degene van wie afscheid wordt genomen, leren kennen.

Een spiegelkje voor de mond houden of een belletje om de teen wanneer iemand wordt opgebaard. Vroeger waren er bijzondere methodes om te bevestigen dat een persoon was overleden. Wellicht zijn er destijds op die manier vreselijke drama's voorkomen, maar gelukkig zijn er tegenwoordig kundigere procedures om de dood met zekerheid vast te stellen.

Protocol na overlijden

Juridisch gezien kan iedereen de dood vaststellen, maar de wet schrijft voor dat een arts dit moet doen. Een geruststellende gedachte, het is immers iemand met gedegen kennis van het menselijk lichaam. Om de dood vast te stellen, luistert de arts of er nog een hartslag of ademhaling is. Ook test hij of zij de pupilreflexen. Dit samen is voldoende om de dood te kunnen bevestigen.

Is de dood vastgesteld, dan geldt de Wet op de Lijkbezorging. Zie het als een protocol na overlijden. Hierin is een aantal zaken bij wet bepaald. Zo moet de identiteit van de overledene bekend zijn voordat hij of zij mag worden begraven of gecremeerd. Ook bekijkt

een arts of het om een natuurlijke dood (ouderdom, ziekte) of een niet-natuurlijke dood (ongeluk, geweld) gaat.

De arts beoordeelt aansluitend of iemands toestand 'onomkeerbaar' is, ook wel: biologisch dood. Is dit het geval dan geeft hij of zij een 'verklaring van overlijden' af. Deze kunt u als nabestaande afgeven bij uw gemeente, zij stellen de akte van overlijden op en geven vervolgens schriftelijk toestemming tot begraven of cremieren.

Menselijk en persoonlijk

Het afgeven van de verklaring van overlijden doen wij uiteraard graag voor u. Het is vaak het eerste dat wij als uitvaartbegeleiders voor u en uw familie kunnen doen na het overlijden van uw dierbare. Daarna begint ons 'echte werk': er voor u zijn. Want na al het wettelijke en ambtelijke dat hierboven staat beschreven, draait een afscheid bovenal om het menselijke en persoonlijke. Heeft u vragen naar aanleiding van wat u heeft gelezen? Of wilt u gewoon eens met ons in gesprek? Neem gerust contact met ons op. Zoals gezegd: wij zijn er voor u.

Wist u dat?

Ik weet niet hoe het u vergaat, maar ik ben gek op weetjes. Met name die weetjes, waarvan je het sterke vermoeden hebt dat veel mensen die niet weten. En aangezien ons vakgebied lange tijd in nevelen was gehuld, is de geschiedenis ervan voor mij een bron van weetjes. Niet dat ik er veel mee kan hoor. Vaak hebben weetjes totaal geen functie, behalve dat het leuk is om ze te delen. Hierdoor kan er een bijzonder gesprek ontstaan; sociale connectie in tijd van afstand.

Door de tijden heen heeft men zich afgevraagd of we een ziel bezitten en zo ja, hoe werkt dat dan als we sterven. In 1901 heeft een chirurg het 'bewijs' gevonden dat we een ziel hebben, maar ook dat de ziel uit het lichaam verdwijnt. Hij woog een man tijdens het hele stervensproces. Het bleek dat de man op het moment van sterven 21 gram minder woog dan toen hij nog leefde. Daarmee stelde hij vast dat de ziel dus 21 gram moest wegen en wel degelijk onderdeel van de mens was.

Maar stel nou dat die ziel nog niet helemaal verdwenen is, dan lijkt je dood, maar toch leef je nog. Iedereen is soms toch 'als de dood' dat we levend begraven of gecremeerd zullen worden? Voor de uitvinding van de stethoscoop was het erg lastig om vast te stellen of iemand echt dood was. Door middel van een veertje of spiegelkje controleerde men of er nog ademhaling waar te nemen was. Voor de zekerheid werden twijfelgevallen een paar dagen opgebaard in een zogenoemd schijn-dodenhuis met een belletje aan hun teen. De doodgraver, die in datzelfde huis woonde, zou gealarmeerd worden als de teen bewoog. Het was dan natuurlijk wel prettig als de 'Waker des doods' ook regeerde op het belletje.

Gelukkig hebben we tegenwoordig goede middelen om vast te stellen dat iemand echt overleden is, daarom is het onderzoek door een arts ook zo belangrijk. Dus altijd eerst de arts bellen en daarna De Laatste Eer, want als u de eerste controle door ons laat doen, hebt u kans dat ook de teen van uw geliefde zo'n belletje krijgt.

Janet Bloks,
Uitvaartbegeleidster



De Laatste Eer respecteert het leven en waarborgt de herinnering. Door het afscheid te verzorgen dat past bij uw nabestaanden en vooral bij u en uw leven. Want uw leven is immers de mooiste herinnering.

Bel in het geval van een overlijden met één van onze uitvaartbegeleiders:

0561 74 50 51

Wij staan 7 dagen per week, 24 uur per dag voor u klaar.

Kijk op dle-uitvaart.nl voor actuele Coronamaatregelen in de uitvaart.

Meer informatie? www.dle-uitvaart.nl/nieuws

COACH

NUTRITION



SLIM AFSLANKEN

GRATIS COACHING

MINDER TOT GEEN TOEGEVOEGDE SUIKERS

BESTE MAALTIJDVERVANGERS

COLLAGEEN TOEGEVOEGD

UITGEBREID ASSORTIMENT

GLUTENVRIJ

GRATIS VOEDINGSAPP

SLIMMER IN SHAPE

SCHOOLSTRAAT 19

WOLVEGA

INDUSTRIEWEG 5

MEPPEL

INFO@SLIMMERINSHAPE.NL

06-50859915

Lovehandles, buikje of schurende dijen?

Heb je plaatselijke vetophoping die niet weggaan met diëten en/of sporten? Met cryolipolyse bevriezen de vetcellen en breekt het lichaam ze af.

Op deze wijze is het eenvoudig om zonder liposuctie plaatselijk vet te verliezen.

Goedkoopste in Friesland en Drenthe!

**Kuur
CRYOLIPOLYSE**

Drie behandelingen één zone

**€299,-
TWEDE ZONE
SLECHTS
€100,-**



**Slimmer in
Shape**

Slimmer in Shape
Schoolstraat 19
8471 CC Wolvega
06-50859915
info@slimmerinshape.nl

Slimmer in Shape
Industrieweg 5
7944HT Meppel
06-50859915
info@slimmerinshape.nl



WEG MET DIE KILO'S!

Ontspannen afslanken en spieren trainen met succes

Je bent van harte welkom

Maak
direct een
afspraak

Zij gingen je voor... met veel succes!



Hoe het werkt

1 keer per week kom je bij ons voor een behandeling van ongeveer **40 minuten**. We sluiten je aan op ons apparaat en jij ligt rustig onder een dekentje, terwijl ons apparaat middels **ultrasound vet weghaalt**. Tegelijkertijd worden door **elektrostimulatie je spieren getraind**. De behandeling is 100% veilig en de meeste mensen ervaren het als zeer aangenaam.

SIMPEL, SNEL, SLANK!



Al 6 jaar de succesformule voor afslanken

Door heel Nederland zijn er Easyslim.nu studio's die behandelingen bieden op het gebied van afslanken. In elk van deze vestigingen werken gepassioneerde studiohouders.

'Veel mensen zijn jaren met hun gewicht bezig. Dan weer zoveel kilo eraf die er vervolgens zo weer bij kwamen. Er was geen dieet of shake of ze hebben het geprobeerd, maar structureel succes brengt het vaak niet. Dan biedt het apparaat de uitkomst. Vaak na 1 behandeling ben je al zichtbaar slanker en gedurende de reeks behandelingen vliegen de kilo's eraf. Naast de behandelingen met ons apparaat, geven we ook voedingsadviezen. Het concept slaat enorm aan. Het bedrijf is een franchise-formule met inmiddels meer dan 45 vestigingen door het land.'

Inmiddels heeft Easyslim.nu duizenden klanten geholpen aan een slanker en strakker lijf. De klanten zijn zowel mannen als vrouwen die vaak al van alles gedaan hebben om af te vallen, maar zonder langdurig resultaat.

Bij Easyslim.nu is er geen sprake van het zogenaamde 'jojo-effect'. 'Dit komt doordat ons apparaat de spieren traint, waardoor de vetverbranding, ook in rust, stijgt. Ook wordt middels ultrasound vet uit de cel gehaald, dat op natuurlijke wijze het lichaam verlaat. Dit, in combinatie met een gezond voedingspatroon, geeft zeer snelle en blijvende resultaten. Het is heel mooi om te zien hoe blij we de mensen maken. Zij krijgen meer zelfvertrouwen, wat op alle fronten in hun leven doorwerkt. Mijn bedrijf verandert vele levens op een positieve manier. En juist dat is het succes, al 6 jaar lang.'



Kennismakingsaanbieding

Intake incl. behandeling
van ~~€ 89,-~~ voor slechts € 49,-

Geldig t/m 31 mei 2021

6 redenen om voor Easyslim.nu te kiezen...

- 1) Verlies direct ca. 15 cm*
- 2) Vet definitief weg
- 3) Verstrakking van je huid
- 4) Spieropbouw
- 5) Gratis recepten & voedingschema
- 6) ...en bovenal lekker & ontspannend



EASYSLIM.NU®

Simpel, Snel, Slank!

Jouw Easyslim.nu vestiging

Easyslim.nu Friesland

Bel of App 0683854719 | mail friesland@easyslim.nu of boek online via www.easyslim.nu

MEUBELS KIJKEN ZONDER AFSPRAAK EN OOK NOG EENS SCHERPE PRIJZEN? HET KAN WEER!

(LOW PRICE MEUBEL: DAT ZIT 3X BETER!)
TOPKWALITEIT. SCHERPE PRIJZEN. SNELLE LEVERING.

BEL: 06-199 18 411

Europese topkwaliteit!

**LOW PRICE
MEUBEL® OUTLET**

**Nú extra scherpe prijzen én
grote keuze vanwege onze
ontiegelijk grote voorraad!**

**NIEUWE AANVOER RELAX FAUTEUILS!!!
EN....DIRECT LEVERBAAR= DIRECT GENIETEN!**

Europese topkwaliteit!

**LOW PRICE
MEUBEL® OUTLET**

Direct aan de A32 > afrit 6

Steenwijk

Woldmeentherand

OPEN: Di. t/m Vr. 10.00- 17.30 uur. Za.: van 10.00-17.00 uur

Géén Koopavonden. Tel.: 06 -199 18 411

INGANG: HALFORDS , BEVER EN RAVEN!

LET OP: MAANDAG OOK OPEN VAN 13.00 -17.00 UUR

World Servants actiegroep Wolvega bouwen aan verandering



Na de succesvolle snert & potgrondactie in februari waren de maanden maart en april rustig. Dit kwam mede doordat het sponsordiner dit jaar niet door kon gaan. Wel werden er ondanks het veranderlijke weer toch een aantal buitenklussen gedaan. Ramen wassen, mensen met de tuin helpen en de paden van twee bospercelen schoon harken in Nijeholt-pade.

In maart heeft World Servants het moeilijke besluit moeten nemen dat er ook deze zomer niet gereisd gaat worden. Dit betekent dat de geplande projecten van dit jaar worden doorgeschoven naar de zomer van 2022 waardoor de jongeren van de actiegroep Wolvega nog een jaar geduld moeten hebben. Voor de deelnemers van 2020, die al een jaar gewacht hebben, is dit besluit extra pittig. Het project waar zij zich voor ingezet hebben en het benodigde geld bijeenbrachten, zal nu door de lokale aannemer en de inwoners van het betreffende dorp of wijk worden afgebouwd. Zo worden de klaslokalen of de kliniek die zo hard nodig is toch gerealiseerd. Maar er is meer goed nieuws: voor deze deelnemers zijn er alternatieve projecten in Nederland georganiseerd, onder andere in samenwerking met Stichting Present, 's Heeren Loo en de Gebarenboerderij. Op deze manier kan er toch invulling gegeven worden aan de missie van World Servants, want bouwen aan verandering kan ver weg maar ook in Nederland.

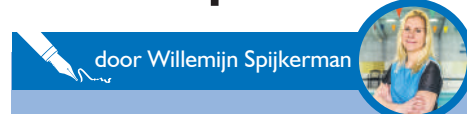
Test uw kennis van World Servants
Op vrijdagavond 28 mei organiseren we iets

nieuws, een zogenaamde 'pub-quiz'. Tijdens het sponsordiner was er altijd een quiz en die gaan we nu digitaal doen. Vanaf 19:30 uur is de online inloop en we beginnen om 20:00 uur. Er zijn zeven categorieën met onder andere vragen over World Servants. Af en toe is er een pauze om drinken en hapjes te regelen of naar het toilet te gaan. De krachten mogen gebundeld worden door een team te vormen van maximaal vier personen. Er kunnen 25 teams meedoen. De kosten bedragen €10,- per team. Voor de top drie hebben we een mooie prijs. Na het aanmelden ontvangt u van ons de link via de e-mail of een app. Aanmelden kan tot 22 mei op het actieplatform van World Servants via de link <https://geef.ws/pubwolvega>. Of scan de bijgevoegde QR-code met je telefoon of tablet. Aanmelden door een mailtje te sturen naar wswolvega@outlook.com mag ook. Natuurlijk hopen we dat er veel mensen zullen deelnemen aan deze coronaproof activiteit.



Autowasactie
Op zaterdagmorgen 5 juni kunt u tussen 09:00 - 12:00 uur uw auto weer laten wassen op de parkeerplaats achter AREA51 - Kerkstraat 51 te Wolvega. Als de maatregelen het toelaten, kunnen de jongeren uw auto ook van binnen schoonmaken (stofzuigen). De kosten van het wassen bedragen € 10,00. Wassen en van binnen schoonmaken kost € 15,00. Tijdens het wachten bieden we u gratis een kopje koffie of thee met een koekje aan.

Zwemdiploma ABC



door Willemijn Spijkerman

Mijn kind heeft het complete ZwemABC op zak. Kan hij of zij zich nu in alle wateren redden? Waar moeten ouders rekening mee houden?

Heeft je kind het volledige ZwemABC gehaald, dan mag je ervan uitgaan dat je kind een goede conditie heeft en de vaardigheden beheerst om op een veilige manier te bewegen en te recreëren in een zwembad met attracties en in open water zonder stroming of grote golfslag, zoals recreatieplassen en bredere sloten/vaarten (behalve in de zee) (Bron: NRZ).

Toch plaatsen we hierbij een kanttekening. Het zwemmen in open water is heel anders dan zwemmen in een zwembad. Het water is vaak veel kouder, er kan een onvoorspelbare stroming staan (ook in rivieren!), muivorming is een vreemd verschijnsel en de wind kan zorgen voor onverwachte situaties. Kennis van de risico's speelt dan ook een belangrijke rol. Overweeg je om met je kind te zwemmen in open water? Dan kun je de volgende simpele strategie gebruiken om als ouder ter plekke een risicoanalyse te maken van mogelijke gevaren, zodat je kunt anticiperen op de situatie.

- Wat betekenen de strandvlaggen aan de kust?
- Wat is de temperatuur van het water?
- Hoe ver mag en kan mijn kind gaan?
- Welke risico's brengen vaartuigen met zich mee?
- Welke risico's kunnen weersomstandigheden met zich meebrengen?
- Vraag je of af of je zelf eigenlijk wel vaardig en fit genoeg bent om te zwemmen in open water.

Het zwemmen in open water is een mooie vorm van recreatie. Maar houd kinderen altijd in de gaten, zowel in het water als op het strand. Blijf in het water op armlengte afstand bij kinderen, dan kun je snel ingrijpen als het nodig is. Beland je onverhoopt toch in een muivorming of stroming, laat je dan meevoeren en als de stroming minder krachtig wordt, zwem je schuin weg en met een boog weer terug naar het strand. Zo kun je op een veilige manier plezier beleven in de wateren die ons mooie land te bieden heeft!

Zwemschool Nemo, 038-4581992
Locaties in: Zwartsluis, Meppel, Steenwijk en Waneperveen.



- Hoe kom je in en uit het water?
- Hoe diep is het?
- Is er stroming?
- Is er golfslag?

Brouwer4U

terrasoverkappingen,
kozijnen, pelletkachels & meer...



**Kozijnen, schuifpuien, deuren,
vouwwanden, terrasoverkappingen,
carports, blokhutten, priëlen & meer...**



Kozijnen



Schuifpuien



Deuren & meer...



Aluminium overkappingen



Houten overkappingen



Vouwwanden

Bezoek onze showroom:

Korte Baan 20 | 8331 LA Steenwijk | 0521 76 40 40 | info@brouwer4u.nl | www.brouwer4u.nl