

Herman en Emmie Jeugdvogel-wachtdag



Afscheid Juf Albertha

NIJSGJIRRICH NIJS ÚT DE STREEK

AENGWIRDEN AKTIEF

JAARGANG 51
JULI 2024
NR. 11

Boordevol verhalen uit:
Terband, Luinjeberd
Tjalleberd, Gersloot
en Gersloot-Polder

administratieve en fiscale dienstverlening voor particulieren, midden- en kleinbedrijf

H.J. van Zwol
administratiekantoor

"ondersteuning door dik en dun"

Leitswei 9
8401 CL Gorredijk
Tel. 0513-571691
Fax 0513-461851
E-mail info@hjvanzwol.nl

* Volledige verwerking van uw administratie.
* Opstellen jaarrapporten.
* Personeels- en salarisadministraties.
* Belastingaangiftes voor ondernemer en particulier.
* Advisering en begeleiding.

de Kapskuorre

Maak nu online een afspraak!

De Finne 35 • 8458 CT Tjalleberd
T. 0513 - 785 033 • E. antje@dekapskuorre.nl
www.dekapskuorre.nl

Jaar 51
Nr. 11

juli/aug
2024

Colofon

Dit blad is een uitgave van de Stichting Aengwirden Aktief.
Zij verschijnt 11 x per jaar in ’n oplage van 735 stuks in:
Terband, Luinjeberd, Tjalleberd, Gersloot en Gersloot-Polder

Redactie:

Douwe Bethlehem	Tel. 06 - 16 692 201
Aly Leijendekker	Tel. 06 - 10 372 730
Rita Oosterloo	Tel. 06 - 51 700 703

Bezorging:
Aly Leijendekker
06 - 10 372 730

Inleveren kopij volgende nummer:

Zaterdag 31 augustus	uiterlijk 20.00 uur
Zaterdag 5 oktober	uiterlijk 20.00 uur
Zaterdag 2 november	uiterlijk 20.00 uur

Datum van uitkomen

7 en 8 september
11 en 12 oktober
8 en 9 november

Per mail: kopij@aengwirden.nl
Per post: Aengwirderweg 379, 8458 CH Tjalleberd



Praatje bij het plaatje:
Op de voorpagina Herman en Emmie de Glee, die hun erf open stelden tijdens de Jeugdvogelwachtdag op zaterdag 8 juni. Ook zien we juf Albertha Hoekstra die na 8 jaar afscheid neemt als directeur van SWS de Nijewier. Wij wensen haar veel succes in Kollum bij haar nieuwe baan.

Plaatsen van foto’s:
Alle foto’s in deze uitgave zijn aangeleverd door de tekstschrijvers en interviewers.
Wij gaan er van uit dat zij met goedkeuring van de personen die er op staan, deze bij ons aanleveren. De redactie is niet aansprakelijk voor evt. privacy schending.

Wilt u adverteren ?
Informeer dan bij bovenstaande redactieleden per telefoon of per mail naar:
kopij@aengwirden.nl voor onze tarieven voor 1 jaargang (11 x).
Ook bieden wij de mogelijkheid tot losse plaatsingen.

Bij adverteren voor 1 hele jaargang is tussentijds opzeggen helaas niet mogelijk omdat wij op basis van het aantal adverteerders financiële afspraken maken met de drukker.

STUDIO BOSTRAINING

✓ **Personal training, small grouptraining**
✓ **Online trainingsbegeleiding**
✓ **Privé studio in Heerenveen**

Wilt u:
- Meer energie en vitaliteit
- Meer spierkracht en spiermassa
- Betere conditie
- Meer mobiliteit en coördinatie
- Afvallen of aankomen

Kom dan bij ons trainen:
- Meer dan 20 jaar ervaring
- Training in privé studio
- Professionele gediplomeerde trainer
- Persoonlijke benadering

STUDIO BOSTRAINING.NL

PERSONAL TRAINING 06 - 52 427 623

Turfschip 19, 8447 DM Heerenveen
www.bostraining.nl

Van de redactie

door
Douwe
Bethlehem



"Stress"

Het kijken naar voetbal kan gevaarlijk zijn en tot veel stress leiden.

Zo staat te lezen in de Leeuwarder Courant van 25 juni jl. Vooral als het om een spannende wedstrijd gaat, laten kijkers zich meeslepen in de stress van dat moment. En laat nou net op die avond het Oranjelegioen dik in de stress geraken door de wedstrijd tegen Oostenrijk op het EK. Ik vraag mij overigens af of dit alleen voor voetbal geldt. Immers, elke sport kent haar eigen spanning en daarnaast is natuurlijk ook relevant hoe je bij een sport- of andere gebeurtenis betrokken bent.

Mijn twee zonen waren in hun jeugd prima zwemmers en waar een ander het kijken naar de baantjestrekkers maar niks vindt, zat ik bij elke wedstrijd weer in spanning.

Zwommen ze een nieuw persoonlijk record?

En zo heeft ieder zijn eigen momenten van spanning. Dat hoeft natuurlijk niet alleen op sportgebied te zijn. Voor ons, als redactie, is het elke keer weer spannend van welke gebeurtenissen in onze dorpen verslag wordt gedaan.

Welke nieuwtjes zijn het vermelden waard?

Gelukkig hebben we niet te maken met stress omdat er niet voldoende kopij wordt aangeleverd. Elke maand brengen we weer een goede gevulde Aengwirden Aktief uit.
En dat geldt ook weer voor de laatste uitgave van deze jaargang.

Als Rita, zij vooral, Aly en ik al kopzorgen hebben gehad, gaan we nu twee maandjes van rust gebruiken om in september met nieuwe energie te beginnen aan de volgende jaargang.

Douwe

Trefpunt voor al uw vergaderingen en bijeenkomsten, thuishaven voor vele sportverenigingen en activiteiten.



Beheerders / verhuur:
Yntze en Rita Oosterloo - Telefoon 06-51 700 703
Email: rita@mfa-aengwirden.nl

Bezoekadres: It Hiem 3 - 8458 CA Tjalleberd
Makkelijk bereikbaar vanaf de A7

MFA
ÆNGWIRDEN



Mariënbosch
zorggroep sint maarten

Mariënbosch
in Heerenveen
ook voor thuiszorg dichtbij

Woonzorgcentrum Mariënbosch is in Heerenveen al sinds jaar en dag een begrip. Het wonen, de zorg, de sfeer, de extra services... u kunt er dichtbij uw leven voortzetten. Hetzelfde geldt voor de thuiszorg van Mariënbosch.
Ook prettig dichtbij. Met dezelfde persoonlijke warme benadering, zoals de wijkzuster die vroeger gaf. Betrokken en professioneel, dat is Mariënbosch.

www.zorggroepsintmaarten.nl

Wilt u meer weten?
Belt u gerust met Mariënbosch of met de thuiszorg van Mariënbosch: 0513 - 62 49 25.

Mariënbosch is onderdeel van Zorggroep Sint Maarten

laat je zien

U kunt de diensten in Heerenveen ook via livestream bekijken.
Gemist? Kijk via YouTube, zoekbalk: dgkerkheerenveen
Meer info op: www.doopsgezindheerenveentjalleberd.nl
e-mail: info@doopsgezindheerenveentjalleberd.nl

Datum	Tijd	Woonplaats	Voorganger	Bijzonderheden
14 juli	10.00 uur	Heerenveen	Da. W, Beuker	
21 juli	10.00 uur	Heerenveen	Zr. A. de Groot	
28 juli	10.00 uur	Heerenveen	Br. R. Spits	
4 augustus	10.00 uur	Tjalleberd	Zr. M. Oostijen	Hagepreek in natuurgebied de Deelen
11 augustus	10.00 uur	Heerenveen	Zr. G. Wierda	
18 augustus	10.00 uur	Heerenveen	Da. C. Winkler Prins	
25 augustus	10.00 uur	Heerenveen	Br. R. Spits	
1 september	10.00 uur	Heerenveen	Ds. C. Nijkamp	

Hagepreek op 4 augustus in natuurgebied de Deelen

Op zondag 4 augustus is er weer de Hagepreek
in het mooie natuurgebied de Deelen.
Voorganger is zr. Marry Oostijen.
De dienst begint om 10.00 uur

Adres: bij het parkeerterrein aan de Hooivaartsweg.

De route is met bordjes aangegeven.

Neemt u zelf een stoel en eventueel laarzen mee.

De Verenigde Doopsgezinde Gemeente Heerenveen en Tjalleberd nodigt u allen van harte uit.



Heb je passie voor techniek? Dan zoeken wij jou!

Kijk voor meer info over een uitdagende werk- stageplek op:

vacatures.kig.nl

beroepsonderwijs bedrijfsleven

K.I.G. Heerenveen b.v.

wij leiden vakmensen op





- Wij zijn een technisch hoogwaardige machinefabriek
- Wij zijn specialist op het gebied van complexe machinebouw
- Wij zijn innovatief
- Wij hebben alle specialismes onder één dak: engineering, staalbouw, verspaning, spuiterij & stralerij, assemblage, hydrauliek en elektrotechniek!
- Wij ontwikkelen, produceren en servicen onze producten wereldwijd





Protestantse Gemeente Tjalleberd - De Knipe

KERKDIENSTEN

Datum	Tijd	Plaats	Voorganger	Bijzonderheden
14 juli	09.30 uur	Tjalleberd	Ds. G. Keizer	IJsselmuiden
21 juli	09.30 uur	De Knipe	Ds. G. van Wieren	Oosternijkerk
28 juli	09.30 uur	Tjalleberd	Ds. Y. Slik - Balk	
4 aug.	09.30 uur	De Knipe	Mevr. R. Hofsteenge De Knipe	**Koffiedrinken**
11 aug.	09.30 uur	Tjalleberd	Ds. Marjan van Hal Nijeveen	
18 aug.	09.30 uur	De Knipe	Ds. F. Welbedacht Sneek	
25 aug.	09.30 uur	Tjalleberd	Ds. G. van Wieren Oosternijkerk	
1 sept.	09.30 uur	De Knipe	Ds. Marjan van Hal Nijeveen	**Koffiedrinken**
8 sept.	09.30 uur	Tjalleberd	Ds. A. de Vries Akkrum	
15 sept.	09.30 uur	De Knipe	Ds. P. Hulshof Jubbega	
22 sept.	09.30 uur	Tjalleberd	Ds. Marjan van Hal Nijeveen	**Startzondag Avondmaal + activiteiten**

Tijdelijke woonruimte nodig? Door allerlei omstandigheden kunnen mensen in tijdelijke nood komen qua woonruimte. De Diaconie van de Protestantse Gemeente Tjalleberd – De Knipe biedt tijdelijke woonruimte aan in De Knipe voor mensen die in een acute woonsituatie zijn beland, bijvoorbeeld in verband met scheiding of financiële problemen. De huurperiode is maximaal 6 maanden tegen een schappelijke huur. De woonruimte is voor iedereen, waarbij in geval van meerdere aanvragen gezinnen voorgaan op éénlingen. Voor meer informatie kunt u contact opnemen via de mail: diaconie@pkn-tjalleberd-deknipe.nl

Yvonne Knijn
voeding & leefstijl

Zet de stap naar een gezonder leven.
Ook jij kunt je doel bereiken en ik kan je daarbij helpen.

- **Persoonlijk en professioneel:** *krijg de aandacht en coaching die je verdient.*
- **Voedingsadviezen:** *gebaseerd op je huidige voeding.*
- **Praktisch advies:** *op het gebied van voeding, beweging, slaap en ontspanning.*
- **Training en advies:** *in doorzettingsvermogen, zelfbeheersing en wilskracht.*

www.yk-coaching.nl



Altijd oog voor actie!

Verkoop van:
- Ontwerp
- Druk- en printwerk
- Buitenreclame
- Belettering
- Kleding
- Presentatie
- Promotiemiddelen

RiMaCo druk en print
Grafisch manager van A tot Z

Tel. 06 - 51 700 703 | info@rimacodrukenprint.nl | www.rimacodrukenprint.nl



Koersbal D.L.B. Seizoen 2023 - 2024

Woensdag

Dhr. A. de Ruiter	654 punten
Dhr. A. Brandinga	631 punten
Mevr. A. Drenth	629 punten
Dhr. W. vd Honing	571 punten
Mevr. G. Hoekstra	554 punten
Mevr. Y. de Ruiter	546 punten
Mevr. W. Veenstra	534 punten
Dhr. B. Woudstra	453 punten
Dhr. S. vd Veen	329 punten
Mevr. A. d Veen	263 punten

Donderdag

Mevr. F. Boonstra	644 punten
Mevr. S. Andree	623 punten
Dhr. W. vd Honing	595 punten
Mevr. T. de Ruiter	593 punten
Dhr. K. de Ruiter	566 punten
Dhr. G. Bergsma	482 punten
Dhr. T. Cloo	379 punten
Mevr. A. de Boer	356 punten
Dhr. R. Betten	303 punten
Mevr. I. Hielkema	182 punten

Voor de woensdag moet worden opgemerkt dat A. v.d. Veen en S. v.d. Veen maar een half seizoen speelden. Voor de donderdag moet worden opgemerkt dat dhr. C. Stolte enkele keren is gekomen maar door ziekte is uitgevallen. Nieuwelingen waren dhr. T. Cloo en dhr. B. Woudstra maar die begonnen later (20 wedstrijden).



Wij beginnen met frisse moed aan het nieuwe seizoen op 4 en 5 september.
Heeft u belangstelling? Kom geheel vrijblijvend kijken.
Wij spelen woensdag en donderdag van 09.30 uur tot 11.30 uur in het MFA.

Tot ziens, W. v.d. Honing

De begrafenisvereniging "De Laatste Eer Tjalleberd e.o." staat in de meest moeilijke omstandigheden voor u klaar.

Zij verzorgt een begrafenis of crematie voor haar leden op een zeer correcte wijze. Daarnaast streeft onze begrafenisvereniging er naar de kosten voor de leden welke verbonden zijn aan het verzorgen van een begrafenis of crematie zo laag mogelijk te houden. Onder andere door gezamenlijk met andere begrafenisverenigingen met de desbetreffende aanbieders van diensten goede afspraken te maken. Lid zijn heeft zo dus zijn voordelen. Als lid hebt u daarnaast recht op een van toepassing zijnde ledenkorting mits de begrafenis of crematie wordt verzorgd door één van onze bodes.
Ingeval van overlijden van een lid dienen de nabestaanden kontakt op te nemen met één van onze onderstaande bodes (dag en nacht bereikbaar).
De voor onze begrafenisvereniging werkzame boden zijn:
mevr. W. Dijkmeijer 06 - 50 81 97 86
mevr. H van der Meulen-Heidinga 0512 - 35 69 01 of 06 - 30 40 57 66

Voor nadere inlichtingen:
D. van Dijk 0513 – 52 94 39 of mobiel 06 – 112 435 61

uitvaartverenigingtjalleberd.nl





Flowerfarm met veel ervaring en kunde zowel zakelijk als privé bloemen, boeketten, gelegenheidsbloemwerk en diverse soorten kamer- en tuinplanten en woonaccessoires.

Tuincentrum Volbeda Flowerfarm
Het meer 75 - 8448GB Heerenveen
0513-640674



Kon. Julianaweg 17 | 8443 DP Heerenveen | T 0513 - 63 61 54
www.pietboersmaschilders.nl

Gezond geluk

door Yvonne Knijn

Yvonne Knijn voeding & leefstijl

In dit seizoen eten we graag wat lichtere maaltijden en met warm weer is een salade een goede optie. Ook praktisch, want deze is vaak van tevoren te maken en trek je na een lange werkdag zo uit de koelkast. Onderstaand recept kwam ik tegen bij de slager en is sindsdien regelmatig bij ons op tafel te vinden. Laag qua voedingswaarde maar voldoende voedzaam. Rijk aan eiwitten, vezels en vitamines en mineralen. Zorg er wel voor dat je een rijpe mango gebruikt, dat zoetje kan de salade wel gebruiken.

Couscoussalade met gerookte kip



Dit heb je nodig *(voor 2 personen)*
100 gram (volkoren) couscous
200 gram komkommer
200 gram paprika
150 gram mangoblokjes
100 gram gerookte kip
80 gram feta
Evt peper/zout/olijfolie

Zo maak je het

1. Bereid de couscous volgens de verpakking en laat afkoelen in een ruime kom. Schep regelmatig om met een vork.
2. Snijd alle overige ingrediënten in blokjes en doe in een schaal.
3. Roer de afgekoelde couscous erdoor en breng op smaak met peper/zout en olijfolie.

Bereidingstips:

- De hoeveelheden van ingrediënten komt niet heel precies.
- Voor de variatie; voeg noten/tomaatjes toe of vervang de mango door perzik.
- Wanneer je tijdens het bereiden van de couscous een beetje olijfolie toevoegt voorkom je dat deze aan elkaar kleeft. In plaats van met water kun je de couscous ook bereiden met bouillon.
- Restje over? Neem het de volgende dag in een bakje mee naar je werk voor een gezonde lunch.

Voor de leukste tweedehands spullen ga je naar GoedGuod!

in- en verkoop van nieuwe en gebruikte goederen

GoedGuod

www.goedguod.nl - info@goedguod.nl

Pastoriesingel 42a, Tjalleberd

Wilt u iets kopen of verkopen? Zolder of garage opruimen? Woning ontruimen?
Laat het ons weten!

info@goedguod.nl, Sjoerd de jong (06-22800226) of Johan Post (06-10720701)

We zijn open op donderdag van 19.00 tot 21.00 uur en op zaterdag van 10.00 tot 12.00 uur.

SIETSKE

KAPSALON



Albert Mol's Menninge 1
8458CN Tjalleberd
0634141173

Klussenbedrijf L. de Jong

Meyerweg 1
8456 GA De Knipe

Tel.: 0513 - 688819
Fax: 0513 - 688819

* **Behangen**
* **Schilderen**
* **Bestraten**
* **Etc.**





Voor al uw kleine reparatie en onderhoudswerkzaamheden.

Goed nieuws: Beheerders gevonden per 1 september!

Zoals bekend hebben Rita en Yntze Oosterloo al ruim van te voren aangegeven hun taken te gaan stoppen per 1 september 2024. Na zoveel jaren ons MFA op de kaart te hebben gezet en daarmee een goed draaiend ‘bedrijf’ achterlatend een mooi moment om over te dragen en nieuwe dingen in het leven te gaan opzoeken.

Het stelde het bestuur echter voor een lastige taak.
Hoe vullen we dit weer opnieuw in?

Als streekbewoner zal het u niet ontgaan zijn dat het een lastige zoektocht was en we uiteindelijk de denkkracht van de streek benut hebben. Tijdens de bijeenkomst die we organiseerden op 13 mei j.l. kwamen diverse ideeën naar voren. Veel van die ideeën vergen wat meer tijd om uit te werken en pakken we later op.

Meest belangrijke was wel dat diverse mensen zich aanmeldden om taken te gaan doen, zoals schoonmaak of optreden als gastvrouw/heer tijdens bijeenkomsten. Maar ook resulteerde dit in gesprekken met een aantal mensen om de beheertaken op zich te nemen.

We zijn verheugd te kunnen melden dat per 1 september drie streekbewoners actief zullen zijn:

- Liesbeth de Leeuw als 1e beheerder
- Marcel Sanders als 2e beheerder
- Jared Rijken voor de administratieve verwerking van reserveringen

De komende periode gebruiken we om de taken verder goed af te spreken en in te werken. En natuurlijk nemen we nog gepast afscheid van Rita en Yntze.
Tot 1 september zijn zij nog het eerste aanspreekpunt.

Met vriendelijke groet,
Johan Krul, voorzitter Stichting S.B.V. / MFA Aengwirden

MONTAGE
Vakkundig gemonteerd!

Betonwerken
Betonvloeren
Monolitisch afwerken
Funderingen
Kelders

Jaap Jan Wassenaar
wa-montage@hotmail.com
06-29558338
Gersloot

KEURSLAGER

Keurslagerij Zijlstra
Pleinweg 14-16
8442 CS HEERENVEEN
Tel. 0513-627444
www.keurslagerzijlstra.nl

Scharnestraat 6
8601 BB SNEEK
Tel. 0515-414154

KEURSLAGER ZIJLSTRA
GEVESTIGD IN HEERENVEEN & SNEEK
SINDS 1955

Kijk voor meer informatie op mijn website www.feetenwellness.nl

Feet & Wellness
ESTHER DOZY

Pedicuresalon

Aengwirderweg 246
8458 Bj Tjalleberd

Tel: 06 5026 4150
essie9779@gmail.com

KWF aan de deur

Niet alleen de school, de Sutelaksje Fryske boeken en de kinderspelen van de Aengwirder Merke weten de weg naar uw voordeur te vinden, maar ook veel goede-doelen-acties kloppen straks weer bij u aan.

Overzicht collectes 2024
1 sept KWF
8 sept Kon.Beatrix Spierfonds
15 sept Nierstichting
22 sept handicap.nl
29 sept Dierenbescherming
06 okt Brandwonden
13 okt Diabetes
3 nov Alzheimer
17 nov Kerk in Aktie

KWF bijt het spits af.
Na een aantal jaren meegedraaid te hebben met de KWF-collecte, kan ik eerlijk zeggen dat alle collectanten van KWF in onze dorpen blij zijn dat zoveel mensen beseffen hoe belangrijk de ondersteuning van KWF is: *er wordt gul gegeven!*

Zélf weet ik ook maar al te goed, hoe belangrijk het werk van KWF is. Ik zou niet weten hoe het mij vergaan was, als er geen collecte, zou zijn gelopen voor de doelen van KWF. Of eigenlijk... ik zou het wel weten... Als KWF er niet was geweest, dan... Nu zijn mijn vrouw en ik zijn elke dag dankbaar voor het feit, dat dankzij een traject van door KWF gesteund wetenschappelijk onderzoek, ik m'n dagelijkse dingen kan doen, weer wat les geef, m'n rondjes rond het dorp ren, dat we bij onze kinderen langs kunnen gaan en samen de kleinkinderen zien opgroeien...

Dat is ook wat ik- nee, *iedereen*- mensen getroffen door kanker én alle naasten van kankerpatiënten, zo van harte gun: kans op genezing en herstel na kanker, op hoop en op een optimale kwaliteit van leven wanneer genezing of herstel niet mogelijk zijn.

Als op vanaf 1 september de KWF-collectanten langs de deur gaan, hopen we dat u via de QR-code op de collectekaart, wilt doneren voor ondersteuning van doelen van KWF zoals wetenschappelijk onderzoek en steun aan patiënten en naasten (zie ook kanker.nl).



***Geef*, en lukt het niet met de QR-code, vraag de collectant dan naar andere mogelijkheden!**

Antje van der Veer- de Roo
Derk de Groot







E.KRUIS
ENTRAINEMENT & VEEHANDEL
sinds 1961

Telefoon 0513-624767 Mobiel 06-22468718

Aengwirden Aardgasvrij Dochst mei?

Eén van de best geïsoleerde woningen van De Streek
Ellen Jellema: "Dat dit uit onze woningscan bleek, had ik nooit verwacht"

Al negentien jaar woont Ellen Jellema met haar man en twee kinderen in hun huis aan De Mieden in Tjalleberd. En ja, ze was zéker geïnteresseerd in de woningscan toen die haar in het najaar van 2023 werd aangeboden. "Ik was ervan overtuigd dat aan de duurzaamheid van ons huis heel wat te verbeteren viel", vertelt Ellen, "maar het tegendeel bleek verrassend genoeg waar. Het heeft ons wel veel inzicht gegeven. Veel was al goed, maar er konden ook nog dingen beter."

Dacht Ellen in eerste instantie dat ze voor een verhaal over de verduurzaming van hun huis niet zo veel kon vertellen: nu ze er zo bij stil staat, blijkt dat ze best veel hebben gedaan. Ook al vóór de woningscan. Zo legden ze in de afgelopen zes jaar isolatiechips in de kruipruimte, vervingen ze enkele lekke ramen in de woonkamer en een compleet kozijn in de bijkeuken door HR++ glas mét ventilatieroosters, maakten de gloeilampen plaats voor ledlampen, kwamen er zonnepanelen op het dak en lieten ze de houten latten op de buitengevels vervangen door kunststof stroken.

Meevaller
"Toch had ik niet gedacht dat ons huis uit 1991 zo goed geïsoleerd zou zijn. De meneer die ons de resultaten van de woningscan uitlegde, vertelde dat we zelfs één van de best geïsoleerde woningen van De Streek hebben. Het dak is prima. De wanden ook. Er waren geen tochtkieren of deuren die niet goed sloten. Dat viel allemaal enorm mee", legt Ellen uit.

Heteluchtverwarming
Wat qua verwarming helpt, is dat ze in het vroege voorjaar al profiteren van de zon die in de woonkamer schijnt. Die warmt dan gauw op, waardoor de verwarming uit kan. "Van onze verwarming moeten we het sowieso niet echt hebben. We hebben heteluchtverwarming die door een installatie boven in het huis met ventilatoren naar beneden wordt gestuwd. Maar warme lucht heeft natuurlijk van nature de neiging om juist naar boven te gaan en in de kamers



frieseblaarkop.nl

Heerlijk vlees uit eigen streek

Duurzaam vlees op ambachtelijke wijze klaargemaakt.
Vleespakketten van 10 kg diepgevroren.

Fam. van Zwieten
Aengwirderweg 245
8459 BN Luinjeberd

Meer info: www.frieseblaarkop.nl
Voor bestelling: info@frieseblaarkop.nl
Tel. 06 - 290 78 982



Loonbedrijf voor agrarisch- en grondverzetwerk

L. VELDMAN

LUINJEBERD - HEERENVEEN

06 22 41 89 13

www.loonbedrijfveldmanluinjeberd.nl

Meer dan groen alleen!

tuinontwerp
aanleg
onderhoud
bestrating
boomverzorging
advies

bervoets groen

telefoon 06 23 88 29 59

boven zitten de luchtroosters ook nog eens bóvenin de wand. Daar hebben we dus weinig profijt van."

Warmtepomp of CV-ketel

Het is eigenlijk het enige dat op dit moment nog op hun 'to do' lijstje staat. De heteluchtverwarmingsinstallatie dateert net als de woning uit 1991 en is aan vervanging toe. Maar door wat? "Een warmtepomp zou duurzaamheidstechnisch ideaal zijn, maar we kunnen zo'n tank van 180 liter nergens kwijt. Eenzelfde soort systeem als dat we nu hebben is een optie, maar heeft niet onze voorkeur. Een traditionele CV-ketel met radiatoren moet je echter ook niet willen. Hier moeten we ons nog eens goed over laten voorlichten."

Niet in één keer energie neutraal

Wat verder nog aan tips uit de woningscan kwam, was om ook de andere ramen door HR++ glas te vervangen, de isolatie van de buitengevels iets dikker te maken en om in de toekomst eventueel extra zonnepanelen op het dak te leggen. Zeker als ze op termijn meer elektriciteit gaan verbruiken. "Maar die maatregelen kosten geld en met opgroeiende kinderen thuis, moet je keuzes maken." Het is ook niet het doel van Ellen en haar man om hun huis in één keer energie neutraal te maken. Al vindt ze het wel heel mooi dat men in De Streek zo vooruitstrevend en ambitieus bezig is. "Bewust bezig zijn met duurzaamheid is belangrijk in deze tijd. Al hebben we daarnaast ook geïnvesteerd om kosten te besparen en ons huis toekomstbestendig te maken."



bedrijven centrum
De Helling

BOUWBEDRIJF
BUSSTRA

Tel. 0513 - 529 444 E-mail: info@busstra.nl

Atelier Kleyn
miniatuurbouw

Tel: 06 51296049
E-mail: info@atelierkleyn.nl

facefacts
ACADEMY
BEAUTYSCHOOL

E-mail: info@facefactsacademy.nl
www.facefactsacademy.nl

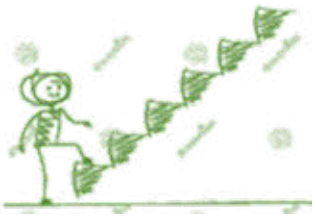
Kliko
ombouw shop

Tel. 0513 - 24 50 16 E-mail: info@kliko-ombouw-shop.nl

Aengwirderweg 129 A | 8459 BK Luinjeberd | Tel. 06 - 53 203 949
www.bedrijvencentrumdehelling.nl

Woningscan ideaal
Dat laatste is volgens Ellen iets om rekening mee te houden, als iemand overweegt zijn huis te verduurzamen. Hoelang ben je van plan er nog te wonen? Want je wil geen grote investeringen doen voor volgende bewoners. Ellen: “Bij die overweging is de woningscan ideaal. Het geeft inzicht in je situatie, in de maatregelen die je kunt treffen, in de kosten van die investeringen en waar het ‘laaghangend fruit’ hangt. Stel dát je plannen hebt om te verhuizen, dan weet je in ieder geval waar je snel en relatief goedkoop winst kunt behalen. Bijvoorbeeld door kieren te dichten of deuren beter af te stellen.”

Toekomstbestendig en comfortabel
Wat de investeringen Ellen en haar man precies in euro’s hebben opgeleverd, vindt ze lastig in te schatten. Ze hebben geïnvesteerd en natuurlijk levert dat op de lange termijn een kostenbesparing op, maar de energieprijzen zijn gestegen en dus het is gokken hoeveel geld het scheelt. “Wat ik wel weet, is dat als je nog een tijdje in je huis wil blijven wonen en je wat geld over hebt, het altijd een goed idee is”, stelt Ellen vast. “Want de investeringen maken je huis ook toekomstbestendig en comfortabel. En dat is altijd prettig.”



Weg geven of weg gooien?

Ouderdom komt met gebreken, maar die komen meestal het eerst. Daarom heb ik mij voorgenomen om mijn grote bloementuin (ongeveer 800m2) in de loop der komende jaren in te korten. Maar om nu alle bloemplanten te composteren zou zonde zijn. Ik heb veel vaste planten met verschillende hoogten (tot 3,5m hoog) die ik wel weg zou willen geven. De meeste planten zijn goede bijentrekkers maar met die beestjes gaat het ook niet goed.

Belangstellenden kunnen langs komen en uitzoeken wat ze eventueel willen hebben. In het najaar kunnen ze er dan uitgehaald worden.
Ook heb ik nog tegels (50x50) voor de paden (1e klas). Die zijn te krijgen voor het uithalen.



Heeft u belangstelling, kom langs of bel als u wilt langs komen.
W. vd Honing Aengwirderweg 384, Gersloot.



Simone's
KAPSALON

Tel: 06 226 537 42

Openingstijden:

Maandag	gesloten.	Donderdag	gesloten.
Dinsdag	open op afspraak	Vrijdag	9:00 - 17:30 uur.
Woensdag	10:00 - 21:00 uur.	Zaterdag	9:00 - 14:00 uur

Adres:
Kampen 1 - Tjalleberd
Locatie: Hartmans Hus

Fysiotherapie de loefbiter

Fysiotherapie
De Loefbiter

Joris van Hooijdonck
06 22198726
Fysiotherapie en Geriatrie fysiotherapie

Parkinson; behandeling aan huis; reactivering; valpreventie; hulpmiddelen advies en meer . .

www.loefbiter.nl **info@loefbiter.nl**

Aanwezig in Tjalleberd op dins- en vrijdagochtend (Hartmanshûs)
Behandeling alleen op afspraak



DE INTERIEURSPECIALIST
VLOEREN | GORDIJNEN | BEHANG
RAAMDECORATIE | SHUTTERS

COLORS @ HOME
LEO VAN DER VEEN
interieurspecialist

Schans 3 | 8441 AB Heerenveen | Telefoon (0513) 62 06 08
E-mail leovanderveen@colorsathome.nl | www.colorsathome-heerenveen.nl



O.P.A. GAAT ON TOUR

8 september a.s. gaat O.P.A. weer on tour.
Maar wat is nou toch die O.P.A?

O.P.A. staat voor **O**ldtimer **P**leziertocht **A**engwirden en bestaat uit een aantal enthousiaste streekbewoners die met hun oldtimer tractoren 1 keer per jaar een toertocht organiseren.

Ieder jaar rijden we een andere route van zo'n 70 km door it Fryske Lânskip. De kakelbonte stoet van de verschillende oude trekkers trekt elk jaar veel bekijks. De oudste tractoren komen uit de jaren 30 en de jongste tractoren uit begin jaren 80.

Als je mee wilt rijden kan dat! Wel zijn een paar kleine regeltjes:

- Je moet een verbinding met de streek hebben. (er wonen, werken, er geboren zijn of iets dergelijks).
- De tractor moet 40 jaar of ouder zijn.
- Deze moet voorzien zijn van kenteken en verzekerd zijn.
- De bestuurder moet een (trekker)rijbewijs hebben.
- Deelname is op eigen risico.

Maar het belangrijkste is natuurlijk dat je een goed humeur meeneemt. De kosten zijn 15 euro per persoon. Om ongeveer 9.00 staat bij de Firma Knypstra de koffie klaar. Daar vertrekken we om 9.30 en zijn rond 17.00 uur terug. Daarna kunnen we met een hapje en drankje nog even van de dag nabespreken.
Rond de lunch gaan we ergens eten.
Deze kosten zijn voor eigen rekening.



Wil je een mee rijden of heb je vragen,
stuur dan een appje naar nr. 0628393449.



accolade

Prettig wonen op een plek waar je je thuis voelt. Daar maken we ons sterk voor. Daarom doen we meer dan het aanbieden van betaalbare, comfortabele woningen. We werken samen met organisaties op het gebied van wonen, zorg, welzijn en leefbaarheid. Ons doel is: voor iedereen een passende woonplek in een aangename buurt.

We hebben woningen in en om Drachten, Franeker, Heerenveen, Joure en Sneek.

helemaal
je eigen plek

Jama
ZONWERING
RAAMDECORATIE

Tige tank foar it stipjen en keapjen fan de **Fryske Boeken !**

Op freedtejûn 28 juny binne wy mei ferskate groepen de streek yn gien om Fryske boeken direkt fanút de kroade, hûs oan hûs, te ferkeapjen. It wie ien moaie droege jûn om te ferkerpjen. Wy hienen de nijbou op ús list stean en netssjinsteande it feit dat der by in oantal huushaldens gjinien wie, hawwe wy de hoop net opjûn.

Wy begûnen mei twa kisten mei in soad berneboeken, romans, natuerboeken en nog folle mear. De kroade wie swier, mar nei in oere seagen wy dat de kisten leger wurde en de kruuskes op de list fansels mear wurden. Wy merkten dat in protte âlderen gjin Frysk lêze koene en dat it just de jongere generaasje wie dy't wol boeken kocht foar de bern. Nei twa oeren hiene wy sa'n 30 boeken ferkocht en wiene wy tige grutsk op üsselfs en op de keapers. Mar we wiene der nog net en moesten nog in heal stik.

Nei trije oeren, it wie jûns al acht oere en de aksje wie ôfrôn, gongen wy werom nei it MFA. Wy fûnen dêr ek de oare rinners en Ferdinand, de man fan it projekt mei syn witte bus. Elkenien wie tige tefreden en hie oare moaie ferhalen.
Wy koenen net ütfine for hoefolle jild der ferkocht wie, mar Ferdinand hat tasein dat er ús dêroer werombelle soe. Spitigernôch witte wy it op dit stuit noch net.

Mar foar alle keapers: Tige Tank !! Ek wolle wy de minsken dy't okkerdeis by us west binne om boeken te keapjen tige tank sizze, gelokkich hiene wy nog twa kisten by ús thus stean. Elste ferkeaper wie'n ek bliid mei de donaasjes dy't sy krigen fan minsken dy't gjin boeken ha woen, mar allinnich jild stipje. Dat hat ien lytse 80 euro oplevere.



Oer twa jier binne wy der wer.
Sjogge wy jimme dan ek were an us kroade?
De sutelaksje is ien fan de projekten fan Boeken fan Fryslân.

Toanielferiening Rjucht & Sljucht



Brouwer

Ongediertebestrijding



De specialist in het voorkomen en bestrijden van:
Boktor • Houtworm • Muizen • Ratten • Steenmarter • Wespen

Tel: 0513-682 222 • www.brouwerongediertebestrijding.nl

BIKE Totaal | CHRIS JACOBS

Geerts Willigenplein 3
8441 GV Heerenveen

0513 622 039
info@biketotaalchrisjacobs.nl

www.biketotaal.nl

H.vd Wal
Installatie service

*GAS
*WATER
*SANITAIR
*RIOLERING
*C.V.-GASKACHELS
*DAK EN ZINKWERK
*ONDERHOUD SERVICE

Schoterlandseweg 18
8451 CP Oudeschoot
Tel.: 0513 - 57 11 61
Fax: 0513 - 57 25 44
Mob.: 06 - 512 954 57

SP:Van der Hoek

- Verkoop huishoudelijke apparatuur - witgoed - ktv - video
- Reparatie door eigen technische dienst
- Groot assortiment in onze onderdelen-shop

Service voor u.
ServicePartner

Burg. Falkenaweg 17-19 8442 KX Heerenveen Tel. 0513-651520

HONDENOPVANG
- Dagopvang
- Vakantieopvang

Go Lightly

GEZONDHEID & WELZIJN
- Hondenmassage
- Lymfedrainage
- Orthomoleculaire
- hondenvoedingadvies
- Hirudo therapie
- Laser therapie
- Natuurgeneeskunde
- Medical taping

Alde leane 1
8458CR Tjalleberd
- Opvang Elina - 0625334513
- Gezondheid & welzijn Femmie - 0629169676



Stichting FRYSK Kampioenskip Ielrikjen

zaterdag 24 augustus 2024
aan de Kluft in Tjalleberd.

Mocht u de inschrijving in het vorige nummer gemist hebben, hieronder plaatsen wij nogmaals alle info voor de inschrijving.

Voor de 29ste keer organiseert "Stichting Frysk Kampioenskip Ielrikjen" het officiële Friese Kampioenschap Palingroken op
zaterdag 24 augustus 2024 aan **de Kluft in Tjalleberd.**

"Stichting Frysk Kampioenskip Ielrikjen" nodigt palingrokers uit zich aan te melden voor dit kampioenschap. Er liggen naast de fraaie wisselbokaal "De skiere iel", ook aantrekkelijke geldprijzen voor de beste rokers klaar.

U bent deelnemer als u **vóór 1 augustus** € 15,- over maakt op:
- IBAN rekeningnr. NL48RABO.032.64.35.425 Rabobank Heerenveen
- t.n.v. "Stichting Frysk Kampioenskip Ielrikjen"
- onder vermelding van naam en adres

Restitutie vindt niet plaats en met inschrijving onderschrijft u de reglementen.

Er is muziek in de tent
en ook kunnen de kinderen weer geschminkt worden.

Dankzij onze sponsors is het kampioenschap voor iedereen gratis toegankelijk. Ook dit jaar hebben we niet tevergeefs een beroep op vrijwilligers gedaan. Hier zijn wij ontzettend blij mee, evenals de medewerking van de grondeigenaren. Zij maken het samen met de palingrokers mede mogelijk om dit unieke evenement weer in Tjalleberd te organiseren.

Wij als bestuursleden hopen u op **24 augustus vanaf 11.00 uur** weer te mogen begroeten bij het Frysk Kampioenskip Ielrikjen in Tjalleberd.

Het bestuur

Voor meer informatie en eventuele opgave kunt u onze website raadplegen:

www.fkpalingroken.nl

STICHTING
FRYSK KAMPIOENSKIP IELRIKJEN
TJALLEBERD

bso de grietenij



BSO de Grietenij
It Hiem 1
Tjalleberd

06 20597194
grietenij@live.nl

TOP VLEES
ANNO 2019
LÛNBERTER ANGUS
GRAS GEVOERD VLEES

ANDERE NAAM, DEZELFDE KWALITEIT !



Hooilanden 3
Luinjeberd

Herman de Glee
06 - 23 94 04 00

Jeroen de Glee
06 - 15 27 24 92



LÛNBERTER ANGUS.NL

Peuteropvang Pinokkio

Nu de zomervakantie alweer nadert is het weer tijd voor een stukje over onze peuteropvang Pinokkio. Er zijn de afgelopen periode weer leuke thema's voorbijgekomen waaronder thema knuffels en thema verkeer waar we momenteel mee bezig zijn. Bij ieder thema bedenken we leuke activiteiten op het gebied van:

1 Sociaal-emotionele ontwikkeling
2 Taalontwikkeling
3 Rekenprikkels
4 Lichamelijke ontwikkeling.







Vrijdag 28 juni was het Nationale Modderdag, hier zijn we de hele week mee bezig geweest. Heerlijk spelen met modder en er zijn prachtige modder tekeningen gemaakt.



Donderdag 27 juni hadden we ons jaarlijkse schoolreisje. We zijn naar Sparjebird in de Hemrik geweest. Wat was het mooi weer! De kinderen hebben naar hartenlust met water en zand gespeeld, wat een feest!

We hadden ook een piratenspeurtocht uitgezet en er was een echte schat begraven. Na enige tijd zoeken werd hij gevonden en er zat ook nog een verrassing in de schat. Voor iedereen een schatkistje met snoepjes! Als afsluiting hebben we nog een broodje knakworst gegeten en dat viel goed in de smaak.
In de laatste week voor de zomervakantie hebben we onze zomerweek waarin we allemaal zomerse activiteiten gaan doen. Een week van feest met spelletjes, schminken, bellenblazen en ijsjes eten.

Wilt u eens een kijkje komen nemen bij ons op de peuteropvang, kom gerust eens langs! Openingstijden: maandag-, dinsdag-, donderdag-, en vrijdagochtend van 8:15 tot 12:15 uur. Telefoonnummer: 06-83660174



Buiten deze openingstijden en tijdens de schoolvakanties kunt u ook bellen met het hoofdkantoor op 088-0350400.
Voor meer informatie kunt u kijken op de website:
https://www.kidsfirst.nl/locaties/pinokkio-peuteropvang-2-tjalleberd/
Wij wensen iedereen een fijne zomer toe!Peuteropvang Pinokkio, Tjalleberd - Kiki, Trynsje en Sjoukje

Bedoel je uitgeput ?

Ellis is een vrouw van tegen de dertig, ze maakt deel uit van één van de teams van een organisatie die ik begeleid. Ze komt de Bloeikas binnen, gaat zitten, neemt een slok thee en antwoord keurig op mijn vragen. Ze antwoord beleefd, laat niet het achterste van haar tong zien, en reageert sociaal wenselijk (voor haarzelf) en dus binnen de veilige zone.

E: Ja, dus het gaat eigenlijk best goed met me.
A: Dat is fijn, geen probleem dus.
Misschien zeg ik iets geks Ellis, maar ik vind je een beetje vlak of dof.
E: [grote ogen] Bedoel je.....[tranen in ogen] uitgeput?
A: Uitgeput?

E: [begint te huilen] Soms kan ik niet meer. Dan ben ik zo ongelooflijk moe.
Na het werk lukt het me nog net om thuis te komen.
A: [vrolijk] Wel mooi dat je dan vind dat het best goed met je gaat!
Ik ben benieuwd hoe je dan bent als het niet zo goed gaat.

E: [glimlach door tranen] Welnee, ik hou mezelf natuurlijk voor de gek.
Al sinds vier maanden lukt het gewoon niet zo goed meer.
Ik weet het ook wel maar... [dikke tranen] ... ik... wil ... [snik, geknepen stem]
Mijn ... collega's ... gewoon ... niet ... [snik] in...de ...steek ...laten.
[er volgen heel veel tranen].

Ellis vertelt hoe lang ze al worstelt, vindt dat ze zich niet moet aanstellen, dat het na de vakantie beter zal gaan en cetera. Ik hoor een vrouw die allerlei argumenten gebruikt om zichzelf te overtuigen. Tegelijkertijd zie ik een vrouw die met moeite functioneert, zich ongemakkelijk voelt omdat het niet lukt en niet wil opgeven.
Het is een situatie die ik herken bij vele anderen en binnen organisaties. Mensen die eigenlijk al lange tijd niet meer goed functioneren, die ongelooflijk snel leeglopen en het gevoel hebben dat ze geen keuze hebben. Daardoor doorgaan op een weg die niet goed voor de mens én de organisatie is. Uiteindelijk loopt de mens langzaam vast, levert niet voldoende voor de organisatie en doordat er schaamte of ongemak is wordt het niet op tijd benoemd richting die organisatie waardoor het ongemak en de irritatie doorgaan. Dit heeft vervolgens weer een effect op het team waarbinnen deze persoon werkzaam is.

A: [vrolijk] Ik ben wel trots op jou.
Jij bent de ideale werknemer, wil je niet bij mij komen werken?
Je gaat door **TOT . DAT . JE . ERBIJ . NEERVALT!**

Super. En zo tof dat je jouw collega's niet in de steek laat. Ik vind eigenlijk dat je nog wel iets meer kunt doen, we zitten nu al bijna een kwartier in gesprek, laten we afronden zodat je weer keihard aan de slag kunt!

E: [lacht] Dat is precies wat ik denk! Hoe lang duurt dit nog. Ik moet nog zoveel doen!
A: En terecht! Jouw collega's dan? Die kunnen niet zonder je. Snel.
Volgens mij zit je hier jouw tijd te verdoen. Hup. Aan de slag!



E: [beduusd] ... Ik denk ...nou ja ... dit kan zo niet langer...
A: Precies! Aan de slag!

E: Nee! Ik bedoel precies het tegenovergestelde?
A: [verbaasd] Huh, dat begrijp ik niet.

E: [duidelijk] Ik wil zo niet verder! Ik moet echt iets veranderen! Toen je net zei 'Tot je erbij neervalt'... dat is echt wat ik doe ... en dat wil ik niet meer.
A: Zeg dat nog eens?
E: [opgelucht] Dat wil ik niet meer!

Ellis kreeg een haakje aangereikt om het eerlijke verhaal te vertellen.
Toen ik benoemde dat ik haar 'vlak of dof' vond, toen was er de opening: ....bedoel je uitgeput...toen volgde de rest.

Het oprecht benoemen wat je ziet maakt ruimte. Hoe waardevol zou het zijn als we dit wat vaker zouden durven en doen. Het zou mensen een eerste zetje geven om de ruimte te ervaren die nodig is om het echte verhaal te vertellen. Ik ben ervan overtuigd dat zowel de mens als de organisatie hiermee enorm geholpen is.

Enige dagen na de coaching ging Ellis in gesprek met haar manager en ze heeft ruimte gecreerd Haar manager belde me om te bedanken, hij vertelde dat hij eerder al het zijdelings tegen Ellis had benoemd en dat ze het had weggewuifd.



'Jouw radicale eerlijkheid deed het hem' aldus de manager.

Dynthus
interieurprojecten

interieurontwerp | 3D ontwerp | (turn-key) realisatie | verkoop | styling & advies

Dynthus Interieurprojecten
Sandra de Oude

06-10816173 | info@dynthus.nl | www.dynthus.nl





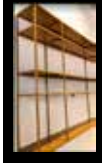
Wij maken van je huis "Dyn thús" !

STAAL DE ZAAK

STAAL VOOR INTERIEURS

















TAATSDEUREN **SCHUIFDEUREN** **ENSUITE DEUREN** **BALUSTRADES**

www.destaalzaak.nl - info@destaalzaak.nl - Gorredijksterweg 67 - Jubbega - 0621880024

CORRY V/D VOORT
VOEDINGSDESKUNDIGE
RTHO-MOLECULAIR
SLEUTEL TOT GEZONDHEID
Complementaire Zorg

Verpleegkundige Compl. Zorg
Orthomoleculair geneeskunde
Leefstijl en voeding
Gene coach — eten naar je genen

Complementaire Zorg Praktijk Corry van der Voort
Rijksstraatweg 34
8468 BH Haskerdijken
Big reg. Nr. 4901.58.18.330
Lid MBOG 293
ABG Code Zorg Praktijk: 90003475
zorgverlener: 90024617

Yin yoga gedurende de vakantie periode.

In de maanden juli en augustus zijn er op maandagavond yin yoga lessen van 20.00 uur tot 21.00 uur.
Iedereen is van harte welkom. Het is wel aan te raden van de voren even te melden als je wilt komen. Er kunnen maximaal 8 mensen mee doen in verband met de ruimte.

Yin yoga is en vorm van yoga waarin ontspanning en ademhaling en belangrijke rol spelen. Door langer in een bepaalde houding te zijn, rekt het bindweefsel langzaam op, zodat afvalstoffen los kunnen komen en opgeruimd kunnen worden. Hierdoor ontstaat meer soepelheid van het lichaam, een betere doorstroming van energie, en ook een betere conditie.

Deze lessen, gedurende vakantie periode, kosten € 12,50 per les, graag contact afrekenen.

Na de vakantie, vanaf 1 september zijn de lessen weer op maandag– en donderdagavond van 19.30 uur tot 20.30 uur. Een abonnement is € 12,50 per les, losse lessen kosten dan € 15,- Mocht je en keer niet kunnen, kan de les worden ingehaald.
Een gratis proefles is altijd mogelijk

Individueel advies m.b.t. leefstijl, voeding en gezondheid kan op afspraak. Dan kan getest worden waar de klachten vandaan kunnen komen, wat je er zelf aan kunt doen, eventueel aangevuld met een supplement

Waar: Complementaire Zorg praktijk, Rijksstraatweg 34 in Haskerdijken.



Wijk- en zorgcentrum **Hartmanshûs**

Ruime en gratis parkeergelegenheid

Hulpmiddelen uitleen o.a.: krukken, rollator en rolstoel op aanvraag en voorraad, gratis uitleen, aanmelden bij contactpersoon zie onderstaand.

Fysiotherapie de Loefbiter
Joris van Hooijdonck **06-22198726**
op afspraak aanwezig op dinsdag- en vrijdagochtend

Simone's Kapsalon 06-22653742
openingstijden zie de advertentie

Tai chi docent en klankmasseur
Ellen Zwanenburg **06-20360328**
op afspraak donderdagochtend Yuchitao-Klank-ZENtrum

Hypno-en Energetische Therapie
Geke Hornstra -Suik **06-15378960**
dinsdag en woensdag op afspraak

Mascha Ringers **06-51080914**
donderdag en vrijdag op afspraak

Kirsten Schakelaar-Stiksma **06-24289921**
zaterdag en maandag op afspraak

Pastoriesingel 5 - Tjalleberd (ingang de Kampen)
Contactpersoon Jildert Huver 06-29423777 -Bestuur Stichting Gezusters Hartmans

Gepasteuriseerde melk
& Chocolademelk

ZUIVEL LOKAAL

Melkveebedrijf Hemminga
Bornego 41a, Terband



Willy Dijkmeijer Uitvaartzorg
Jister 40
8404 GZ Langezwaag
Telefoon: 06-50819786

info@willydijkmeijer-uitvaartzorg.nl
www.willydijkmeijer-uitvaartzorg.nl



PROFESSIONALS
IN POETSEN

Het Meer 58f
8448 GK Heerenveen
T 0513-627200
M 06-25044650
E info@ppkpoetsbedrijf.nl

PPK
POETSBEDRIJF

www.ppkpoetsbedrijf.nl



Jonge natuurliefhebbers verkennen het vogelleven in Luinjeberd

Tweehonderd kinderen streken zaterdag neer op het vogelrijke grasland van de familie De Glee in Luinjeberd voor de grote Jeugdfûgelwachtdei van de BFVW.

Over zachte zwaluwen en een nat pak bij het slootjespringen. ,,Lekker mei de noas yn de wyn.'' Gerrit van Norel uit Tjalleberd is elf jaar oud en kan heel goed een roerdomp nadoen. Komt-ie: ,,Hoooeeeei.'' Gerrit woont een boerderij verderop in Tjalleberd. Toen hij laatst met heit Marijn voor het maaien op nestinspectie ging in hun land, zag hij van dichtbij hoe gruttokuikens de schalen braken en uit hun ei kropen. Verrukt: ,,Dat wie prachtich.''

De leden van de Vogelwacht Tjalleberd/De Streek, experts in tellingen in het veld, zien zaterdagmorgen meer kinderen dan weidevogels in het rijke boerenland van de familie De Glee in Luinjeberd. Maar de leeuweriken blijven in de verte zingen als de jeugd het erf voor één dag overgenomen heeft.

Een mix van educatie en actie

Samen met de BFVW (Bond Friese Vogelwachten) hebben de plaatselijke vogelbeschermers de Jeugdfûgelwachtdei op touw gezet, een traditie die elk jaar in een ander weidevogelgebied georganiseerd wordt.
Uit alle hoeken van de provincie zijn tweehonderd basisschoolkinderen hier neergestreken voor een buitendagje met een vol programma dat een mix is van natuureducatie en actie.

Polsstokspringen (nat pak geen bezwaar), roetsjen aan een kabelbaan, vliegen met een weidevogeldrone, vogel spotten, spreekbeurten over jagen en uilen, boerenzwaluwen ringen: op laarzen banjeren de groepen kinderen uitgelaten van activiteit naar activiteit. BFVW-voorzitter Keimpe Strikwerda ziet het tevreden aan. ,,It is hielendal folboekt. Lekker mei de noas yn de wyn.''

In een tanend boerenlandschap is het niet altijd gemakkelijk voor de 3500 BFVW-nazorgers om geïnspireerd te blijven.

Naaiatelier by Trijntje



- **Kledingreparatie**
- **Gordijnen/ wiegbekleding**
- **Naam borduren bad- en babytextiel**

Aengwirderweg 288
8458 CK Tjalleberd
06-11243561
info@naaiatelierbytrijntje.nl
www.naaiatelierbytrijntje.nl

BEENEN
brillen &
contactlenzen



- tekenlessen
- kunst op maat
- illustraties



kirsten krijthe tekenkunst



www.kirstenkrijthe.nl
06 51 10 57 87
Aengwirderweg 425 Gersloot

Tegelijkertijd ziet Strikwerda onverminderd veel liefde en belangstelling voor de weidevogels, óók nu deze lente lijkt uit te draaien op een tamelijk rampzalig broedseizoen.

Predatorenpiek en muizentekort

Predatoren beleven een piek, maar de veldmuizen zijn op. Om aan vreten te komen hebben vossen, ratten en marters de aandacht verlegd naar legsels en kuikens. Maar niet te sip, alles is tijdelijk, zegt Strikwerda. ,,Der kinne ek wer goeie jierren komme. It is sa moai dat de jeugd hjir is, want wy wolle se ek ynspirearje en meinimme yn dat ferhaal.'' Gerrits groepje zit op balen stro en vouwt geconcentreerd vogeltjes van een stukje draad in een blokje hout.
Met de vogelquiz komen ze een heel eind: aan de contouren van de snavels kunnen ze heel aardig grutto's van reigers onderscheiden. ,,Ik lear hjir in hiel soad.''

Dat nazorger Andries de Boer (76) vroeger al avontuurlijk was, komt nu goed van pas. In een met zorg getimmerd kastje met glazen vakken heeft hij zijn eierverzameling uitgestald voor de kinderen. Thuis staat zijn collectie uitgestald in de woonkamer. ,,Ik ha safolle prachtige aaien. Ik bin as jonkje al begûn mei it sammeljen, mar it mei fansels net mear. Guon fynst tsjintwurdich echt net mear.''



Pedicuresalon
Geertje van Norel

- pedicure
- diabetische- en reumatische voet
- verpleegkundige-A
- verkoop van voetverzorgingsproducten
- lid van ProVoet

Aengwirderweg 325
8458 CG Tjalleberd
0513 529921
06 13043149



Terras
Restaurant
Zaal
Feesten
Diners
Buffet
Boottochten
Evenementen
& Workshops

Domela Nieuwenhuisweg 114
9245 VD Nij Beets
T 0512 461900

info@piershiem.nl
www.piershiem.nl

RESTAURANT
ZAAL
100 jaar
Pier's Hiem

Kom langs voor
hout en bouwmaterialen

Saturnus 3, 8448 CC Heerenveen | **T** 513 521 391

BOUWCENTER Concordia











Puntige eitjes

Quiztijd! Zet de vogelplaatjes bij de goede eieren. Is dit van een kievit? Een torenvalk? Die kan gladronde eitjes in twee kleuren leggen, vertelt De Boer. ,,Greidefûgels lizze puntiger aaikes.'' En die joekel daar, dat is het ei van een wulp. Dat kom je ook niet zomaar tegen. De Boer heeft er aardigheid aan, dit gedeelde enthousiasme. ,,Ik fyn it moai om de bern wat út te lizzen oer de fûgels. Oars hâldt it op mei ús. Ik nim se ek wol mei it lân yn om se wat op te lieden mar noait mear as twa tagelyk, dan wurdt it donderjeien.''

Durk van der Gaast van de Fûgelwacht Jutryp-Hommerts heeft twee auto's vol dorpskinderen afgeleverd op deze jeugdfûgelwachtdei. ,,Der is altyd in soad belangstelling foar.'' Met koptelefoons op danst zijn jeugd door een tent. Er zijn vogelplaten op de wanden geplakt. Tussen de hosnummers door horen ze zanggeluiden en gaan ze bij de poster met de bijbehorende vogel staan. ,,Tjiftjaf, zeker weten.'' Zonder te knijpen houdt Jilmar Merkus (9 jaar, is net in de sloot gevallen maar dat maakt 'm niet uit) uit Boazum de boerenzwaluw in zijn hand stevig vast. Tussen zijn vingers glanst het blauwe kopje. Nieuwsgierig: ,,It fielt hiel sêft.''

NIEUWBOUW
VERBOUW
ONDERHOUD
REPARATIE

TIJNJEWEG 16
8457 EK GERSLOOT
TEL. 06 - 19 79 04 60

BB
BOUWHUIS
BOUWSERVICE

TEGELZETBEDRIJF
P.J.F. Kaybel

De Mieden 16
8458 CD Tjaleberd

Tel. privé:(0513) 52 91 38
Mobiel: 06 - 12 41 92 88

Als MKB-ondernemer op zoek naar financiering en bedrijfskundig advies?

- Directe toegang tot 45+ financiers zoals grootbanken, vastgoedfinanciers en private partijen
- Onafhankelijk financieringsadvies
- Gecertificeerd Register Adviseur Bedrijfsopvolging - Fiscaal Juridisch
- Strategie en bedrijfsovername



Siljan
Passie voor MKB
www.siljan-mkb.nl

Aengwirderweg 138
8459 BR Luinjeberd
T 06 11 97 38 36
E info@siljan-mkb.nl

Wouda Machines
onderhoud, reparatie en in/verkoop
NEN 3140 keuringen

Abe Wouda 06-11497304 Tjalleberd
www.woudamachines.nl

Lekkerzzz
eten & drinken

Wij verzorgen ook graag uw:
Catering , buffetten, recepties, vergaderingen,
Besloten feesten:
ook buiten openingstijden te reserveren
Dracht 27, 8442 BK Heerenveen
tel: 0513-640078
jd@lekkerzzz.nl of www.lekkerzzz.nl



schildersbedrijf
S de Jager

Tsjerkeleane 11 Langezwaag T. 06-51177056

Boerderij en zwaluw

Er zitten veel boerenzwaluwen in de stallen van de familie De Glee. Vogelman en LC-schrijver Jan de Jong (73) uit Joure komt hier geregeld om te ringen. Hij spant ‘s morgens een net tussen de staldeuren, trekt de deur dan open en als de vogels wegschieten, plukt hij ze uit het net . Bevlogen: ,,Sûnder buorkerijen binne der ek gjin swellen, want dy helje hjir it fretten. Ik besykje bern út te lizzen dat der in relaasje is tusken boer en fûgel, dat moatte se begripe.’’





Boven: Een boeren zwaluw in het net tussen de staldeuren en rechts laat Jaap zien hoe ze met een camera in een nestkast kijken op grote hoogte.





kinderen krijgen les in Drone-vliegen;



Ook voor de inwendige mens werd goed gezorgd met een bbq na afloop

Aan alle (voormalige)ouders van de Nijewier en bewoners van de Streek,

Per 1 augustus ga ik SWS De Nijewier verlaten om dat te starten als directeur van de OBS Prof. Casimirschool in Kollum.
Deze laatste weken staan echt in het teken van ‘de laatste keer’. En hoewel ik volledig achter mijn keuze sta om de Nijewier te verlaten, vind ik het ook moeilijk.

Een afscheid wat gepaard gaat met de spreekwoordelijke lach en traan. Want wat heb ik het enorm naar mijn zin gehad op deze school, met dit team, deze leerlingen, ouders en de overige contacten op de Streek.
Indertijd ben ik gestart met de fusie. Ik kwam blanco binnen en ging verder waar mijn voorgangers mee gestart waren. Ouders, teamleden en leerlingen zaten destijds volop in dit proces en samen hebben we het afgemaakt. De schoolcultuur veranderde, bestaande tradities en gebruiken werden overboord gegooid en een nieuwe weg werd ingeslagen. Dit is best wennen geweest voor iedereen. Maar het lukte en ‘zij en wij’ werd echt heel snel ‘ons’. Daar ben ik nog trots op en het zegt veel over onze ouders en het team.

Daarna begon het visie traject in aanloop naar de nieuw te bouwen school. Het traject voor de benodigde vergunningen verliep traag en moest zorgvuldig gelopen worden door enige weerstand van enkelen. Deze vertraging was jammer en helaas hebben we hierdoor langer dan wenselijk gebruik moeten maken van een gebouw wat echt niet meer voldeed. Maar ook dit is goed gekomen en ook in dit proces stonden ouders en dorp achter de school. Hoewel corona wat roet in het eten gooide tijdens de bouw en de opening, mag het eindresultaat er wezen! Wat krijgen onze leerlingen les in een mooi, ruimtelijk en licht gebouw. Dat ik dit heb mogen realiseren met het team, mijn werkgever en overige betrokkenen, maakt me ook trots en dankbaar. De uiteindelijke opening was fantastisch en de latere open dag voor onze dorpsgenoten is enorm druk bezocht. Ook daaruit bleek weer hoe betrokken de bewoners van ‘De Streek’ met de school zijn.
Inmiddels zitten we in rustiger vaarwater. Natuurlijk blijven er onderwijskundige ontwikkelingen, want we willen elke dag het beste onderwijs voor onze leerlingen. En uiteraard hebben wij ook de nodige formatieve uitdagingen. De tekorten in het onderwijs raken ons ook. Maar wat hebben we een fijne school en degene die het stokje van mij overneemt is te benijden. Diegene zal vast met een frisse, vernieuwende kijk naar de school gaan kijken en verder gaan werken aan hetgeen wij voor staan: ‘Goed onderwijs op De Streek!’

Ik wil jullie allemaal bedanken voor de afgelopen 8 jaar! Wat was het fijn samenwerken met alle partijen uit het dorp. De middenstand, de sportverenigingen, de BSO, het MFA, de senioren, de brandweer, de kerk en de G.F.T.O. Het was een voorrecht om acht jaar met jullie op te trekken en hier de schooldirecteur te mogen zijn.

Hartelijke groet,
Albertha Hoekstra, Directeurs SWS De Nijewier

Duitse herder kennel fan 't Âldershûs

Volg ons ook op Facebook



ROYAL CANIN



Dealer van zowel honden als kattenvoer van Royal Canin. Vraag naar de streekprijzen!!

Bestellen of meer informatie: rcvoer@kpnmail.nl



Donateur 2024 / 2025

Dit is alweer nummer 11 van jaargang 51 van de Aengwirden Aktief en tevens de laatste van dit seizoen.

Vorige maand schreven wij over de mogelijkheden om te doneren aan ons streekblad, zodat wij het komende jaar niet tegen hogere kosten aanlopen vanwege het vertrek van een aantal adverteerders.

Voor ons is het elke maand weer puzzelen om het blad zo te maken dat er niet alleen maar adverteerders in staan, maar dat het zijn leesbaarheid behoudt door veel kopij, mooie foto's en leuke illustraties, want dat maakt het immers zo'n mooi gevarieerd en gekleurd blad.

We hoorden dat men schrok van de prijs die we hadden genoemd maar in de drukkerswereld is dat echt wel een koopje voor deze zeer mooie kwaliteit. Voor minder kan de drukker (uit de regio) het echt niet doen. En wij zijn zeer content met zijn supersnelle levertijden en zijn meedenken.

Wij vragen onze lezers dan ook nogmaals om van de mogelijkheid gebruik te maken om een vrijwillige donatie te doen. Bij andere streekbladen in de omgeving wordt dit al enkele jaren gedaan, helaas is die tijd voor ons nu ook aangebroken. Wanneer u geen donateur wilt worden, blijft u de Aengwirden Aktief uiteraard wel ontvangen.

Wij gaan niet langs de deur en wij hebben géén QR code.
U kunt uw donatie zelf via de bank overmaken aan de **Stichting Aengwirden Aktief.** We vragen het minimale bedrag van € 10,00 per jaargang, dit is een symbolisch bedrag van nog géén euro per nummer.

U kunt uw bijdrage over maken naar:
Stichting Aengwirden Aktief
(penningmeester A. Leijendekker)
Rekening nr.: NL74 RABO 0300 4016 12
Met de vermelding: **donateur 2024/2025**



Wij danken u enorm voor uw steun aan ons mooie maandblad.

door
Ymkje
Veldman



Oud Aengwirden

Instagram.com/aengwirden
oudaengwirden@gmail.com



In deze editie van “Oud Aengwirden” wordt de kennis van de lezer getest middels een quiz, bestaande uit zes vragen. Wilt u uw antwoorden nakijken?
De antwoorden staan onderaan de laatste bladzijde van deze rubriek.
Veel plezier en een fijne vakantie!

1. Wat is de naam van dit type woning?
   a. Plaggenhut
   b. Vervenershuisje
   c. Vervenerswoning
   d. Spitkeet



Afbeelding vraag 1

2. Welke functie heeft de voormalige Zuivelfabriek in Luinjeberd na de sluiting in 1963 meer gehad?
   a. Chipsfabriek
   b. Mozarellafabricage
   c. Koekfariek

Afbeelding vraag 2.



3. Op welke locatie stonden deze zogenoemde en voormalige Woningwetwoningen in De Streek?
    a. Pastoriesingel, Tjalleberd
    b. Aengwirderweg, Gersloot
    c. Aengwirderweg, Terband

Afbeelding vraag 3: Woningwetwoningen in De Streek



4. Wat was de naam van de voormalige school op onderstaande afbeelding?
    a. CBS de Anjewier (Tjalleberd)
    b. OBS De Streek (Tjalleberd)
    c. Spitsendijk (Luinjeberd)
    d. D'Aldewei (Gersloot)

Afbeelding vraag 4: Voormalige school in De Streek.



5. Welke naam/namen heeft de Aengwirderweg eerder gehad?
    a. Gravinneweg
    b. Scheltingadam
    c. Heerenrydweg
    d. Nyenwendyck
    e. Hegedyk

Afbeelding vraag 5: Aengwirderweg



6. Welke functies horen bij welke panden? Combineer de functies met de letters uit onderstaande afbeeldingen:

Functie	Afbeelding (letter)
1. Café	
2. Bakkerij	
3. Groentewinkel	
4. Tankstation	
5. Kerk	
6. Bank	
7. Rijwielenwinkel	















Antwoorden: 1B (Aengwirderweg 413), 2A, 3C, 4C, 5BCD, 6: 1=G, 2=C, 3=B, 4=D, 5=A, 6=F, 7=E



De 6435 brandt los !

"Brandweerman raakt oververhit"

Dit is alweer de laatste bijdrage van Brandweer Tjalleberd voor de Aengwirden Aktief. Met veel plezier, en soms wat frisse tegenzin (want wat moeten we nu toch weer schrijven, de mensen zullen ons wel beu zijn 😉) hebben wij het afgelopen jaar voor jullie een bijdrage verzorgt. Uiteraard zat hier stiekem een reden achter. Wij wilden jullie als lezer een inkijkje geven in ons brandweer vak dat wij allemaal met veel plezier uitoefenen. Natuurlijk met als doel om nieuwe vrijwilligers te werven. Want zonder vrijwilligers geen brandweer.
Aan het woord dit keer een van onze opstappers. Een opstapper is een brandweer collega van een andere post die werkt in ons verzorgingsgebied en tijdens werktijd mee kan op uitruk. Wij zijn heel blij dat onze opstappers, Geert, Wouter en Roel ons uit de brand helpen.

Aan het woord: Roel Vos
Naast brandweer vrijwilliger voor Sint Annaparochie ben ik ook beschikbaar als opstapper bij brandweer Tjalleberd tijdens kantooruren.
Als servicemanager ben ik werkzaam bij APH Group in Heerenveen. APH Group is een exportbedrijf van nieuwe landbouwmachines voornamelijk voor de aardappelteelt. Vanuit Heerenveen help ik onze buitenlandse dochterbedrijven en klanten zoveel mogelijk vanaf kantoor, maar wanneer nodig reis ik naar de landen toe. Tijdens mijn opleiding tot manschap kreeg ik begeleiding van de ploegleider Tjalleberd: Heine Veenhouwer, hierdoor was een link met Post Tjalleberd snel gelegd. Nadat ik de manschap opleiding volledig had afgerond kon ik al snel mee als opstapper.

Zelf woon ik samen met mijn vrouw en 2 dochters in St. Annaparochie. Waar ik als vrijwilliger actief ben bij de blusploeg. Mijn vader, of zo als ze dat in Brabant zeggen "ons pap", zat vroeger ook bij de vrijwillige brandweer in Heesch, waar ik ben opgegroeid. Toen ik ging wonen in het dorp waar mijn vrouw is opgegroeid, heb ik mij aangemeld bij de brandweer van St. Annaparochie om zo meer binding met het dorp te krijgen. Dat het gezellig is bij een brandweerploeg wist ik al vanuit mijn jeugd in Brabant. Dat is niet anders bij de ploegen in Friesland.



REMCO B.

APH Group

ROEL

accolade
helemaal je eigen plek

GERARD N.
ERWIN

CLAFIS
INGENIEUS

BERNARDUS

BOUWBEDRIJF OTTER

PETER JELMER & PAMELA

Ausnutria

WOUTER

acquaint
BETTER INSIGHTS, SAFER PIPELINES

ADRIAAN

K.I.G. Heerenveen b.v.

GEERT

MTS. DIJKSTRA-VAN DER VEEN

SILKE

MAATSCHAP BOOIJINK

FRANK

Het geeft mij een voldaan gevoel om je samen als brandweerploeg, in te zetten voor de gemeenschap. Post Tjalleberd en St. Annaparochie zijn beide hechte en gezellige ploegen met goede vaardigheden. Het is erg prettig om mee te mogen draaien bij Post Tjalleberd en ik hoop dit nog lang te mogen doen.



Op de foto Geert: één van de opstappers op zijn werkplek, K.I.G. Heerenveen

Redactie:
Op de pagina hiernaast hebben we de logo's van de bedrijven samengevoegd en hopen ze op deze manier in het zonnetje te hebben gezet.

Tot slot willen wij van deze laatste bijdrage gebruik maken voor wat bedankjes. **De werkgevers** van de opstappers en vaste vrijwilligers die (door de locatie van het bedrijf of omdat ze thuiswerken) hun werk mogen laten vallen om mee te gaan als er een incident is waar de hulp van Brandweer Tjalleberd nodig is.

Alle partners en kinderen thuis, want brandweerman of -vrouw ben je niet alleen.

Onze brandweervrijwilligers: Heine Veenhouwer, Gerard Hoen, Peter Jelmer Otter, Remco Kraan, Tjalco van den Broek, Wouter Titsing, Pamela Cuiper, Gerard de Vries, Gerard Nijmeijer, Erwin Feijer, Geert Jongedijk, Silke Dijkstra, Frank Booijink, Siebe Sietsma, Roel Vos, Bernardus Holtrop, Adriaan Otte, Remco Bakker en Henk Bos.

En jullie als **lezers,** hopelijk hebben jullie het afgelopen jaar onze bijdragen met plezier gelezen. En wil je nou ook in het rijtje hierboven staan? Meld je aan via Heine Veenhouwer 06-12127913, of kom gewoon eens naar een oefenavond op dinsdag om sfeer te proeven en meer informatie te krijgen. Wil je reageren op onze bijdragen? We zijn te vinden via onze vrijwilligers, social media of kom langs op de kazerne.



BOOTCAMP
‘Een tandje lager’

- Plezier staat voorop!
- Leuke, afwisselende workouts
- Aandacht voor been-, arm en buikspieren
- Werken aan meer uithoudingsvermogen
- Trainen op eigen niveau
- Lekker samen sporten in de buitenlucht
- Betaalbaar

Bootcamp ‘een tandje lager’ is één van de nieuwe bootcamp groepen die dit jaar van start is gegaan! Deze groep traint op vrijdagochtend van 9.30-10.30 in Tjalleberd. Tijdens de trainingen is er de ruimte om op je eigen tempo en niveau mee te doen. De oefeningen worden op verschillende niveaus aangeboden en het tempo ligt lager dan bij de reguliere bootcampgroepen. Het doel van deze groep is om de bootcamp voor zo veel mogelijk mensen toegankelijk te maken.



“Na lang aarzelen ben ik vorig jaar toch begonnen met de Bootcamp lessen van Catharina. Ik heb het lang niet gedurfd omdat het woord ‘bootcamp’ voor mij wat heftig klonk. Ik dacht met mijn lichamelijke beperkingen kan ik dat niet. Wel had ik gehoord dat je echt wel op je eigen niveau mee kon doen. Uiteindelijk heb ik toch de stap gezet om het te gaan proberen. Vooral omdat ik weet dat bewegen goed voor je is. En de lessen zijn altijd buiten. Lekker sporten en actief buiten bezig zijn maakt dat ik altijd met een voldaan gevoel naar huis ga. Ik dacht op een gegeven moment er zijn vast meer mensen die een lichamelijke beperking hebben en eigenlijk ook wel weer wat willen sporten. Ik heb toen bij Catharina gepolst of zij niet een aparte groep kan starten met mensen zoals ik. Die het belangrijk vinden om toch ondanks lichamelijke beperkingen lekker actief te sporten om op deze manier je lijf zo goed mogelijk op kracht en in conditie te houden. Dus ik ben dan ook erg blij met deze nieuwe groep en ik hoop ook van harte dat meer mensen hier gebruik van gaan maken!”

Sportieve groet, Pauline

De promotie van BOOTCAMP ‘EEN TANDJE LAGER’ wordt mede mogelijk gemaakt door het Sport Inclusie Fonds van Provinsje Fryslân en Sport Fryslân.

CK Training Bootcamp & Paardensport
Catharina Kruis-Kuipers
info@cktrainingen.nl
+31 6 83 20 94 52

CK TRAINING
Sporten met plezier

Kijk voor meer informatie op: **www.cktrainingen.nl**



Bûten is better door Paulien

Is het herfst of is het zomer?

Gelukkig hebben we eind juni mooi weer gehad anders zou je het niet geloven, dat we midden in de zomer zitten. Nu ik dit schrijf vliegen de takken in het rond en hebben we de eerste zomerstorm. Laten we hopen op betere tijden de rest van de zomer!

21 juni begin of middelpunt van de zomer?

Rond 21 juni valt de dag dat de zon het vroegst opkomt en het laatst ondergaat. Hier in het westen noemen we dit het begin van de zomer. Als je vanuit de natuur redeneert is dit eigenlijk niet helemaal logisch! Immers rond 21 juni is er de meeste energie van de zon, dus is de zomer dan eigenlijk op zijn hoogtepunt. Sommige stromingen in het oosten beschouwen dit ook zo, en dit gaat wel duizenden jaren terug! De zomer duurt dan eigenlijk van circa 6 mei tot 6 augustus, waarna de herfst begint. In de natuur zie je dit terug omdat na 21 juni de groeikracht van planten alweer wat minder wordt. Denk maar aan het gras bijvoorbeeld. Vanaf augustus breekt dan meer de tijd aan van het rijpen van allerlei vruchten en dat kun je associëren met de herfst. Grappig toch, weer eens een andere manier om naar de wereld om je heen te kijken.

Soms zit het mee en soms zit het tegen!

Als ik naar onze eigen tuin kijk dan zie ik ook weer van alles gebeuren. En inderdaad, sommige dingen zitten mee en andere tegen. Ik had een mooie oogst van de knoflook, die ik nu voordat het in bloei kwam allemaal geoogst heb.
Met de aardappels gaat het volgens mij ook goed, als hebben ze bovengronds aardig te lijden van de harde wind. Ik ben heel benieuwd hoe het er onder de grond toegaat maar ik zal nog even geduld moeten hebben.
Ik oogstte doperwten, peulen en nog steeds is er veel rucola-achtige sla.



De eerste courgette kan ook binnenkort geoogst worden. En dan kom ik onvermijdelijk op wat er tegen zat... inmiddels hebben we ook hier een flinke slakkenexplosie gekregen. Jammer genoeg vooral in onze mooie nieuwgebouwde moestuinbak. Courgette, pompoen, dahlia, artisjok, het wordt allemaal vakkundig opgegeten. We zijn dan ook maar begonnen met slakken rapen in de schemering dus hopelijk kunnen we het daarmee een beetje indammen. De tomaten, komkommers en augurken beginnen een beetje op dreef te komen. De eerste vruchten zitten eraan dus ik hoop echt dat het nu wat warmer en droger mag gaan worden!



Wat was er verder te doen?
Beter gezegd, wat is er niet te doen! De nieuwe aanplant in de gaten houden en een beetje onkruidvrij houden, snoeien en maaien... het is nog steeds wel een leermoment dat de tuin nu zoveel tijd vraagt.



Wat ik daarbij ook weleens vergeet is dat waar in de moestuin lege plekken komen doordat ik geoogst heb, ik er weer wat nieuws in kan zetten. Zaaien kan natuurlijk altijd nog, maar als ik nu wat planten had voor gezaaid was het wat weerbaarder geweest tegen de slakken.
Iets nieuws wat ik heb gedaan is dat ik voor het eerst wat zaad van brandnetels geoogst heb. Het oogsten van het brandnetelzaad doe je voordat de plant in bloei

staat. Uiteraard met handschoenen aan knip je de trossen eruit. Nu ligt het te drogen en straks heb ik dan een gezonde toevoeging aan bijvoorbeeld yoghurt of soep.

Inspiratie

Behalve in onze eigen tuin bezig zijn vind ik het erg leuk om inspiratie op te doen in andere tuinen. Zo was ik vorige week bij Natuurtuin Nuchter in Tzum, waar verschillende soorten kruidenworkshops worden gegeven. Behalve rondkijken in de (moes)tuin hebben we met haar op basis van bijenwas een zalf gemaakt van Sint Jansolie, goed voor allerlei huidproblemen. Leuk om te doen en bijzonder om me te realiseren dat er zoveel kennis is waar we eigenlijk nauwelijks meer weet van hebben sinds we voor alle kwalen naar de drogist of naar de huisarts gaan.

En dan breekt nu de zomervakantie (bijna) aan... een mooie periode om je eens te verwonderen over wat er in je tuin of in de natuur (op vakantie of hier in Fryslân) te zien is!

In griene groetnis, Paulien





Bijbaantje aangeboden !



Ik kan regelmatig hulp gebruiken bij verschillende modelbouw-werkzaamheden. Goed betaald, vooraf overeen te komen per klus. Nauwkeurig en secuur werken is een vereiste. De werkzaamheden kunnen gewoon bij je thuis. Minimale leeftijd 16 jaar.

Naam vd adverteerder is bij de redactie bekend. Bel of app naar 06-51296049



Vrijdag 20 september 2024 is er weer de **Aengwirder merke pubquiz**.
Wil je mee doen met deze knotsgekke quiz? Geef je dan snel op, want **vol = vol!**

Opgeven kan t/m vrijdag 13 september 2024 op het volgende mail adres:
lunbertermerke@gmail.com
Bij je aanmelding graag je teamnaam en de namen van teamleden opgeven. Het maximaal aantal personen per team is 6. (Let op: je krijgt bevestiging van je opgave). Deelname kost € 10,00 per team.

Graag tot op de merke bij deze gezellige avond.

19e EDITIE DREKRACE 22 september 2024

Klaar voor de 19e editie van de drekrace?

Zondag 22 september is het dan eindelijk zover, alweer de 19e editie van de drekrace! Met dit jaar een vernieuwde route en een ander startpunt. Ga jij dit jaar voor de beker? Of doe je mee met een groep? Of ben jij één van die allerjongste bikkels, die samen met een ouder het parcour trotseert?

'Net foar suurtsjes!'

Inschrijven

Jullie kunnen je net als de vorige editie vooraf inschrijven via de site https://echt-outdoor.nl/drekrace.

Dit kan vanaf	12 augustus a.s.
Inschrijven kan tot zaterdag	14 september 18.00 uur.

Wanneer jij je online aanmeldt voor de drekrace ga je automatisch akkoord met de Algemene Voorwaarden die van toepassing zijn op dit evenement. Dit betekent o.a. dat je op de hoogte bent van alle risico's, dat deelnemers op eigen risico meedoen en dat de organisatie nooit aansprakelijk kan worden gesteld bij eventuele blessures en/of ongelukken. Ook kun je gelijk het inschrijfgeld betalen bij het aanmelden. De kosten zijn €5 per persoon of €5 per ouder-kind run.

Deelnemers worden zondag 22 september verwacht op het **nieuwe startpunt** in het weiland bij de Bornego 41A. Een paar dagen voor de Drekrace krijg je je starttijd, dan weet je hoelaat je op het veld moet zijn.

Categorieën

Voor de beste per klasse zijn er weer mooie bekers te winnen. Om de competitie er in te houden hebben we de categorieën iets aangepast. Als je voor de beker gaat kun jij je dit jaar voor de volgende categorieën inschrijven:

- Groep 5 t/m 8 jongens en meiden
- Junioren (12 t/m 16 jaar) jongens en meiden
- Senioren (16+) dames en heren

Daarnaast kun je dit jaar ook weer voor de ‘fun’ mee doen met de de **ouder-kind** run of de groepsrun. Ouder-kind run is bedoeld voor een volwassene met één kind vanaf groep 1, die in het bezit is van een zwemdiploma.

Jullie kunnen je opgeven voor de **groepsrun** met een groepje vanaf 2 personen, mits jullie 8 jaar of ouder zijn. Spreek als groep een dresscode af, zodat jullie goed zichtbaar zijn als groep, en maak kans op de originaliteitsprijs!
Let op: ook dit jaar kunnen jullie maar met één categorie meedoen! Wij hopen weer op een grote opkomst, dus geef je vanaf 12 augustus op!



SCHOOLVAKANTIEPUZZEL

(De ij staat in 1 hokje.)

juf
taal
team
groep
lezen
bankje
engels
laatje
muziek
natuur
opstel
ouders
school
zingen
kleuren
meester
rekenen
tekenen
verkeer
zwemmen
afscheid
huiswerk
kieskast
kinderen
opruimen
schrijven
sportdag
tafeltje
vakantie
computeren
godsdienst
groepsfoto
gymnastiek
hoekenwerk
schooljaar
spelletjes

geschiedenis
schoolreisje
toneelstukje

aardrijkskunde
speelkwartier
handvaardigheid

afscheidsmusical
afscheidswoordje



Streek activiteiten 2024

DATUM:	EVENEMENT:		INFO
13 juli	sv Hercules: jaarlijkse uitvoering bij het MFA		
20 juli	**Start zomervakantie**		
26 juli	Samen koken in het MFA met Yvonne Knijn		11.00 uur
24 augustus	Frysk Kampioenskip Ielrikjen aan de Kluft in Tjalleberd		11.00 uur
30 augustus	Samen koken in het MFA met Yvonne Knijn		11.00 uur
31 augustus	vv Aengwirden, startdag seizoen 2024/2025		info volgt
8 september	O.P.A. on tour, start vanaf Knypstra		info pag. 23
12 september	Seniorensocieteit: muzikale middag met Feanwiven in het MFA		14.00 uur
19 september	Aengwirder Merke:	start fietstocht MFA	17.00 uur
		opening bij O.D.L.	18.00 uur
		bingo-avond bij O.D.L.	20.00 uur
20 september	Aeng wirder Merke:	touwtrekken bij MFA	12.30 uur
		pubquiz	20.00 uur
21 september	Aengwirder Merke:	kinderspelen ‘op de hoek ‘	09.45 uur
		de Streek maakt het en Aengwirder Markt	10.00 uur
		de Alles Kunner bij O.D.L.	13.30 uur
22 september	Aengwirder Merke:	drekrace start zie elders in dit blad	12.00 uur
		Live Muziek bij O.D.L.	18.00 uur
27 september	Samen koken in het MFA met Yvonne Knijn		11.00 uur
02 t/m 13 okt	Kinderboekenweek landelijke		
10 oktober	Seniorensocieteit: Lezing met Hylke Speerstra		14.00 uur
25 oktober	Samen koken in het MFA met Yvonne Knijn		11.00 uur
25 oktober	Stichting O.v.A. : bijeenkomst voor ondernemers in het MFA		info volgt
26 okt. / 3 nov.	**Herfstvakantie**		
1-2-3- nov.	Streekein festival		info volgt
05 november	Ondernemerskring Heerenveen:		
	bijeenkomst met Ben van der Burg voor alle ondernemers		info volgt
21 november	Seniorensocieteit: gezellige sinterklaasmiddag in het MFA		14.00 uur
22 november	vv Aengwirden, schutjassen in het MFA		19.00 uur
23 november	Sinterklaas Intocht in Aengwirden, slotfeest bij Café O.D.L.		info volgt
29 november	Samen koken in het MFA met Yvonne Knijn		11.00 uur
13 december	Seniorensocieteit: wintermarkt in het MFA		info volgt
19 december	Seniorensocieteit: kerstmiddag in het MFA		info volgt
21 december	**Start Kerstvakantie**		
29 december	GFTO Aldjierskuiertocht		info volgt

Wilt u uw activiteit ook melden in de Streek-agenda? Stuur dan een mailtje naar:
Plaatsing in deze agenda gratis.
Kijk voor datum van verspreiding in de colofon.
Voor actuele informatie kijk ook op: WWW.AENGWIRDEN.NL

CAFÉ & CAFETARIA

O.D.L

- Café / Cafetaria
- Buffetten /bbq's pakketten, arrangementen
- Zalenverhuur
- Workshops
- Biljarten
- Evenementen

Kijk ook eens op onze facebook site of op www.cafetaria-eetcafe-odl.nl

Aengwirderweg 149 8459BK Luinjeberd tel:0653922005



DEZADEN is onderdeel van Pieterpikzonen/Tuinplus

BOUWBEDRIJF OTTER









- Nieuwbouw
- Aan- en Verbouw
- Renovatie en Onderhoud
- Boerderijdaken
- Utiliteitsbouw / industrie
- Vastgoed partner

Pluto 9
8448 CM Heerenveen
Tel.: 0513-646 027
E-mail: info@bouwbedrijfotter.nl

www.bouwbedrijfotter.nl

Kwalitatief en duurzaam bouwen