

NIJSGJIRRICH NIJS ÚT DE STREEK

AENGWIRDEN AKTIEF

JAARGANG 51
MAART 2024
NR. 7

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

Dyn hier,
MYN WURK

Maak nu online een afspraak!

www.dekapskuorre.nl

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

Jaar 51
Nr. 7

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

Zaterdag 30 maart	**tot uiterlijk 20.00 uur**
Zaterdag 2 mei	tot uiterlijk 20.00 uur
Zaterdag 1 juni	tot uiterlijk 20.00 uur
Zaterdag 6 juli	Let op! dit is 1 week opgeschoven.

In augustus komt er géén uitgave.

Uitkomst:

5 en 6 april
10 en 11 mei
7 en 8 juni
12 en 13 juli

Praatje bij het plaatje:
Na een natte periode van veel regen nu eindelijk wat zonneschijn en zien we op diverse plekken in de streek de voorjaarskrokussen en sneeuwvlokjes de grond uit komen. Wie wordt daar nu niet vrolijk van ?



Hartelijk dank, wil ik via deze weg zeggen aan de mensen die tijdens mijn ziek zijn veel belangstelling en medeleven betoonden.
Dank ook voor de vele kaarten, bloemen en de berg fruit waar ik mij door heen moet eten.

Wietze vd Honing



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

We zijn wereldkampioen!



Cartoon getekend door Marc-Jan Jansen BNN VARA

Ja, u leest het goed. We zijn wereldkampioen.
Maar of we nou trots moeten zijn op die titel?? Waar zijn we namelijk zo goed in?

Kortgeleden stond in de Leeuwarder Courant dat Nederland wereldkampioen is in het zitten. In geen ander land zitten we zo veel als in ons land. We werken steeds meer thuis en dat doen we zittend. Als we ons werkende leven hebben afgesloten, brengen we veel tijd door met ontspannende bezigheden.

En u raadt het al, veel daarvan doen we zittend. Als je een beetje grond bij je huis hebt, vraagt dat onderhoud. En hoe maaien we het gras? Het liefst met een zitmaaier want het grasveld is toch wel erg groot.
's Avonds zitten we voor de tv of met een iPad of telefoon internet en Facebook af te struinen.

Gelukkig hebben we in onze streek nog mogelijkheden om in beweging te komen. De sportverenigingen bieden het nodige vermaak. Er zijn mooie wandelroutes. Na enkele keren uitstel is de Aldjiers Kuiertocht nu toch een groot vermaak waar je volop in beweging kunt komen.

Op de fiets kun je ook mooie tochtjes maken. En zie je dat allemaal niet meer zo zitten, pak dan een luie stoel om deze Aengwirden Aktief eens goed te lezen. Want daarin wordt veel aandacht besteed aan een gezonde levensstijl. Natuurlijk weer het gezonde recept van Yvonne Knijn. En ook in de tuin kunnen we weer meer actief zijn.

Als je hulp nodig hebt om in beweging te komen, hebben we in Henk Bos een prima personal trainer. We mochten bij hem door het sleutelgat kijken. Daarom weet ik zeker dat dit nummer voldoende inspiratie biedt om niet tot het team te behoren dat deze bepaald niet prijzenswaardige wereldtitel heeft behaald.

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

Verenigde Doopsgezinde Gemeente Heerenveen en Tjalleberd

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

				Bijzonderheden
3 maart	10.00 uur	Heerenveen	Da. W. Beuker	
10 maart	10.00 uur	Heerenveen	Da. C. Visser	
17 maart	10.00 uur	Heerenveen	Ds. J. van der Meer	
24 maart	10.00 uur	Heerenveen	Taakgroep Vieren	Palmpasen
28 maart	19.30 uur	Heerenveen	Zr. J. Molenaar	Avondmaal
29 maart	19.30 uur	Heerenveen	Taakgroep	Vesper-Goede Vrijdag
30 maart	21.30 uur	Heerenveen	Taakgroep	Vesper-Stille Zaterdag
31 maart	10.00 uur	Heerenveen	Ds. J. van der Meer	Pasen
7 april	10.00 uur	Heerenveen	Zr. J. Molenaar	
14 april	10.00 uur	Heerenveen	Zr. M. Huisman-Grooters	
21 april	10.00 uur	Heerenveen	Ds. J. van der Meer	
28 april	10.00 uur	Heerenveen	Da. C. Visser	
5 mei	10.00 uur	Heerenveen	Zr. J. Molenaar	
12 mei	10.00 uur	Heerenveen	Ds. C. Nijkamp	



Protestantse Gemeente Tjalleberd - De Knipe

KERKDIENSTEN

Datum	Tijd	Plaats	Voorganger	Bijzonderheden
Woensdag 13 maart	**19.30** uur	Tjalleberd	Ds. F.W. Verbaas Langezwaag	**Bidstond voor gewas en arbeid**
17 maart	09.30 uur	De Knipe	Mevr. J. Lalkens Emmeloord	**5e zondag 40 dagentijd**
24 maart	09.30 uur	Tjalleberd	Ds. Marjan van Hal Nijeveen	**Palmzondag**
Do. 28 maart	**19.30** uur	De Knipe	Ds. Y. Slik, Balk	**Witte donderdag Avondmaal**
Vrijdag 29 maart	**19.30** uur	De Knipe	Mevrouw J. Lalkens Emmeloord	**Goede vrijdag**
Zaterdag 30 maart	**21.30** uur	De Knipe	Ds. H. Le Cointre Leeuwarden	**Stille zaterdag Avondmaal**
Zondag 31 maart	**10.00** uur	De Knipe	Ds. J.H. Hamoen Joure	**Paaszondag**
7 april	09.30 uur	Tjalleberd	Mevr.Stellingwerf Woudsend	**Na de dienst koffiedrinken**

* De diensten zijn ook live te volgen via www.kerkdienstgemist.nl (kies Friesland en dan De Knipe). De uitzendingen zijn ook op een later tijdstip nog te bekijken.
Liturgieën voor de diensten kunt u vinden op onze website www.pkn-tjalleberd-deknipe.nl
Informatie : info@pkn-tjalleberd-deknipe.nl

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





door
Albert
Heikens



Tennissers opgelet !

RACKETCENTRUM
HEERENVEEN



Wij zijn een groep tennissers van 5 mannen en vrouwen, die op de vrijdagavond van 20.00 uur tot 21.00 uur, tennist in het racketcentrum (naast Thialf) in Heerenveen.

Wij zijn op zoek naar nieuwe tennissers
speelsterkte 6-8, die in de wintermaanden binnen willen spelen.
We spelen van september tot en met april.

Wil je meer informatie bel dan met :	Albert	06 22948837
	Hans	06 46206711
	of Marrit	06 15229260

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

YK coaching
Gezond Geluk
Leefstijlcoach en Gewichtsconsulent

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

Senioren Sociëteit

door Grietsje Wuite

ELFSTEDEN WINNARES KLASINA SEINSTRA AAN HET WOORD

We zingen het Frysk Folksliet uit volle borst aan het begin van deze bijzondere soosmiddag, waar Klasina Seinstra haar levensverhaal vertelde.



Al van jongs af aan, besmet door haar zussen, zette haar moeder haar op de sloot en leerde zo het schaatsen.

Het ging zo goed dat er besloten werd om bij schaatsclub HCH de trainingen te volgen. Annie Gemser leerde haar de kneepjes en schema's van het trainen aan om door te stromen naar de Friese selectie. Langebaan schaatsen werd marathon schaatsen, er was veel strijd en de mentaliteit om altijd te willen winnen. Het vele trainen werd beloond, vele bekers en medailles werden binnen gesleept.



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



RemcoVolbeda bloemen

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

PIET BOERSMA
Sinds 1932
Verf & Behang
schildersbedrijf en speciaalzaak

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

Ook de Weissensee was een prooi voor haar, maar het liefst wilde ze de Elfstedentocht rijden. En toen in 1997 *it giet oan* :'s morgensvroeg de kooi in en dan in het donker het ijs op. Rennen, schaatsen onder en dan de start.
We werden meegenomen in het verhaal: Sneek, Sloten, Dokkum, Leeuwarden, stempelen, klunen en het publiek langs de kant, kippenvel. Met mooie beelden van de tocht en een prachtig verhaal zagen we Klasina in het rood/witte pak finishen vóór Greta Smit. Tot nu toe is Klasina de laatste Elfsteden winnares.
Het kruisje was binnen maar er was geen erekrans voor dames.
Vele bekers, medailles en een prachtig wandbord laten zien wat een prachtige sportvrouw ze is geweest. De schaatssport laat haar niet los.
Ze geeft lezingen en is nog geregeld op de ijsbaan te vinden.







Dan was er ook nog het 65- jarig bestaan van de Ouderensoos, opgericht in 1959 en nog steeds een bloeiende vereniging.

We drinken er een drankje op en hopen nog vele jaren door te gaan.
En toen was er het stamppot buffet. Dit was een heerlijke, gezellige afsluiting van deze soosmiddag.

Wat hebben we een prachtige middag gehad!' hoorden we van vele bezoekers van onze soos.

Donderdagmiddag 14 maart a.s. gaan we naar Scherjon klompenmuseum en werkplaats. Om 13.00 uur vertrekken we met de nostalgische bus van Busmuseum Ouwsterhaule. Een reisje om naar uit te kijken.

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.

Nieuws van Plaatselijk Belang

Hieronder de uitnodiging en agenda voor de jaarlijkse Algemene Ledenvergadering. In de vorige Aengwirden Aktief stond helaas een foutieve dag vermeld, de ALV is op **woensdag** 27 maart.
Aan het eind van de vergadering staan we uitbereider stil bij twee onderwerpen. Enerzijds de actuele stand van zaken m.b.t. de woningbouw op de plek van de oude school. Aan de hand van de selectieleidraad wordt toegelicht welke randvoorwaarden er worden meegegeven aan geïnteresseerde ontwikkelaars en hoe het vervolgproces er uitziet. Tevens worden we bijgepraat over de Omgevingswet en wat dat op korte termijn al gaat betekenen voor de Streek. Twee interessante onderwerpen dus voor eenieder die graag op de hoogte wil blijven van ontwikkelingen in en met invloed op onze dorpen!

Agenda ALV Plaatselijke Belang Oud Aengwirden
woensdag 27 maart 19.30 uur - Café O.D.L. Aengwirderweg 149, Luinjeberd

1. Opening / Welkom
2. Mededelingen en ingekomen stukken
    a. Vergaderschema en -locaties 2024
3. Jaarverslag 2023
4. Financieel jaarverslag 2023
    a. Toelichting penningmeester
    b. Kascommissie
    c. Benoeming lid kascommissie
    d. Decharge
5. Contributie 2024
6. Bestuurswijzigingen* →
7. Update
    a. KNO
    b. Hoogspanningstracé
    c. Kabels en leidingen
    d. Boomaanplant
8. Streekstate
9. Omgevingswet
10. W.v.t.t.k.
11. Sluiting



* Aftredend zijn:
Saskia Geertsma en Bouke van der Veen.
Het bestuur stelt voor om Lisette Kramer en Herman de Glee te benoemen tot bestuurslid.

Tegenkandidaten kunnen tot uiterlijk op de dag voorafgaand aan de Algemene Vergadering schriftelijk bij het bestuur worden ingediend, vergezeld van een handtekeningenlijst met daarop minimaal de namen + handtekeningen van 10 leden.

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

Jaarverslag 2023

Het jaarverslag over het verenigingsjaar 2023 heeft als doel een kort overzicht te geven van wat er gedurende het jaar zoal heeft plaatsgevonden binnen de scope van Plaatselijk Belang Oud Aengwirden.

KNO

Er kwam een nieuwe projectleider waarmee constructieve gesprekken zijn gevoerd en een goede verstandhouding is opgebouwd. Het uitgifteplan komt helaas niet echt van de grond. Met de gemeente blijft de verhouding moeizaam en het wachten is op de uitspraak van de Raad van State.

Streekstate

Er is een gezamenlijk voorstel van de werkgroep en de projectleider met de betrokken ambtenaren naar het college gegaan en daar is een akkoord op verkregen. De gemeenteraad heeft ingestemd met het vrijmaken van geld voor de voorbereiding en in overleg met de werkgroep is de leidraad opgesteld voor de inschrijving op het project door ontwikkelaars/bouwers. Zodra de definitieve selectieleidraad er is wordt die in de Streek gepresenteerd en wordt de inschrijving gestart.

Recreatie

De ontwikkeling van de wandelpaden kent maar weinig voortgang. We hopen in 2024 de impasse te kunnen doorbreken en mogelijkheden te vinden om toch aan realisatie te kunnen gaan werken.

De vervanging van het bruggetje bleek aanzienlijker duurder uit te gaan vallen dan gedacht. Daarom worden nu andere alternatieven bekeken voor een goedkopere oplossing met inzet van Streekbewoners.

Hoogspanningtrace

Op de gepresenteerde plannen voor een nieuw hoogspanningstracé hebben we een zienswijze ingediend. Een van de alternatieven loopt namelijk langs de A7 en KNO en dat hebben wij om verschillende redenen als onwenselijk gedefinieerd. Overigens heeft ook de gemeente Heerenveen zich tegen deze variant uitgesproken. De volgende stap is het maken van de MilieuEffectRapportage en dan is het afwachten welke keuze er uiteindelijk rolt. Voor het zover is is er overigens nog een inspraakmoment.

Allerlei

Lopende zaken zoals de traditionele kerstboom en het onderhoud van de plantenbakken vonden uiteraard ook plaats in 2023. Het centrale vuurwerk wordt voortaan door de vuurwerkgroep zelfstandig gedaan, maar Plaatselijk Belang ondersteunt vanaf komend jaar wel de intocht van Sinterklaas.

Bestuurszaken

In maart 2023 stond de ALV vooral in het teken van de ontwikkelingen rondom KNO. Er was een grote opkomst van raadsleden die zich graag wilden laten informeren over de stand van zaken. Ook werd er afscheid genomen van bestuurslid Maaike Leistra. Er is actie ondernomen om nieuwe leden te werven en gedurende het jaar zijn we ook druk op zoek geweest naar nieuwe bestuursleden.


Coby Kruis
sportmassage voor uw paard
✔ Verbetert spieropbouw
✔ Verbetert bewegingsvrijheid
✔ Vermindert spierkramp
✔ Stimuleert de circulatie van het lymfestelsel
✔ Voorkomt verklevingen in het bindweefsel
✔ Leert ontspannen en loslaten
P.G. Otterweg 6 - 8458 ES Tjalleberd
06-46234423
www.cobykruis.nl
info@cobykruis.nl


Tolsma Tanks
We tender your energy.
www.tolsmatankbouw.nl | +31 (0) 513 633 733 | Heerenveen


RECLAME
MET EEN
UNIEKE
IDENTITEIT!
LOGO'S - HUISSTIJLEN - FLYERS - BROCHURES - WEBSITES
YOUR IDENTITY
reclame die opvalt!
GORREDIJK
TEL. 0513 - 853 000
YOURIDENTITYRECLAME.NL


E.KRUIS
ENTRAINEMENT & VEEHANDEL
sinds 1961
Telefoon 0513-624767
Mobiel 06-22468718

Aengwirden Aardgas vrij dochst mei?

STREEK-UP

Streek UitvoeringsPlan Aengwirden Aardgasvrij

Dinsdag 27 februari jl. is 's avonds in het MFA het Streek Uitvoeringsplan Aengwirden Aardgasvrij of kort: Streek-UP, gepresenteerd aan de bewoners van de Streek. Het plan is geschreven voor en door de Streek, om zoveel mogelijk huishoudens mee te krijgen om zich voor te bereiden op een aardgasvrije toekomst. Het was een zinvolle avond waarin tekst en uitleg werd gegeven over het plan.
Nog tot en **met 9 maart** staat een concept van het Streek-UP op de website van de Energie coöperatie Aengwirden (www.usaengwirden.nl) en van het Plaatselijk Belang (www.aengwirden.nl).

Het VOORWOORD uit het Streek-UP hebben we hier voor u afgedrukt:

"Hé Johannes! Wist it noch wol?
It wie 2024, ja dat is in hiel skoft ferline alwer. Wy moasten it ljocht fan it libben noch sjen. Wy binne beide fan it bertejier 2030. Der wie doe yn 2024 it plan om ús Streek ierdgasfrij te meitsjen. De enerzjy transysje namen se soks. Fan earst it ferbrânen fan fean út ús oerpakes tiid en doe wie it de stienkoal en letter it gas wat de huzen waarm stookte. Mar de grutte gasbel ûnder Grins joech safolle gedonder. It moast oars. En we wisten ek dat al die ferbrânde koalstof de simmers drûger en winters witer makken. It klimaat rekke út it spoar. It moast oars. Safolle wie wol dúdlik. Se makken doe in kar Johannes om't se in skjinne wrâld woene foar ús generaasje! Foar harren dy't 20 jier âld wêze soene yn 2050. Sa praten se der doe oer. Dat wiene wy dus!

No is it slagge de loft boppe de Aengwirden skjin te krijen. Us Streek hat gjin skealike útstjit mear! En wist wat doe it dreechste kealle? De Lúnberter autocross sûnder benzine te krijen. Haha! Der moasten hiel wat bierkes foar dronken wurde foar it safier wie! Mar ek dat is slagge.

Mar hoe kamen se oan die skjinne waarmte en enerzjy at je ferslaafde binne oan al die fossile brânstof? It gie fansels net sûnder wriuwing. Mar mei de kop derfoar en inoar wat helpe kamen we toch in hiel ein. It wie nochal in statement fansels. De Aengwirden mei sa 'n 700 húshâldens ierdgasfrij te krijen!



friese**blaarkop.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
Tel.: 0513 - 52 93 44

Meer info: www.frieseblaarkop.nl
Voor bestelling: info@frieseblaarkop.nl



Loonbedrijf voor agrarisch- en grondverzetwerk

L. VELDMAN

LUINJEBERD - HEERENVEEN

06 22 41 89 13

www.loonbedrijfveldmanluinjeberd.nl

hoe groen wil je het hebben?

tuinontwerp
aanleg
onderhoud
bestrating
boomverzorging
advies

bervoets groen

t 06 23 88 29 59

In pracht ambysje of dochs in te grut plan? De tosken deryn. Want De Streek is net fan tefolle wurden mar fan dwaan!

Derom hawwe se doe de kâns grepen om dy fraach mei-inoar fan in antwurd te foarsjen. Hoe soe dat ierdgasfrij hjir kinne? De nasjonale ambysje wie doe om yn 2050 gjin ierdgas mear te brûken yn de beboude omjouwing.
Yn it ferlingde fan die ambysje hat de gemeente Hearrenfean derfoar keazen fia de saneamde LEEF (Lokaal Energie Experimenten Fonds) projekten de boel fan ûnderop oan te trúnen. Sa dogge we dat ommers yn Fryslân.

5 projekten binnen de gemeente Hearrenfean krigen yn 2021 budzjet om oan de slach te gean. Ek de Streek krige de kâns as ien fan de viif.

Wurkgroep Aengwirden Aardgasvrij sette yn 2021 útein as inisjatyf fan de ûndernimmers, pleatslik belang en de lokale enerzjy koöperaasje.
Begjin 2024 lei der in earste plan.

Siet dyn omke doe ek net by die wurkgroep Johannes?
De suster fan myn mem wie ek ien fan de inisjatyfnimmers. Witst dat noch?
Se bouden doe ûnder oare ek al sinneparken rûnom 't Fean. Der hawwe we de lêste 10 jier toch ek behoarlik rendemint fan krigen foar it bouwen oan dizze ierdgasfrij ambysje foar ús Streek.

Moai toch? Der meie we best grutsk op wêze!

Ut namme fan Krijn is dit skreaun troch Klaas Sietse Spoelstra earste en âld foarsitter fan de enerzjy koöperaasjes fan de Aengwirden.
Hy wennet no earne yn de Greidhoeke en is krekt 80 jier wurden." (geschreven door Klaas Sietse Spoelstra)

Wilt u verder lezen in het Streek-UP dan kunt u met behulp van deze QR-codes eveneens het Streek-UP downloaden. We kijken uit naar uw reactie!



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

Toneelvereniging Rjucht & Sljucht

BERTUS & BROCHJE

24 & 25 Febrewaris 2024

Mear as 230 persoanen hawwe de hilaryske foarstelling sjoen oer de frijgeselle Bertus. Syn wenkeamer lei besiedde mei kranten en net-iepene brieven. En yn de keuken bliek it ek in al opstappeling te wêzen fan smoarge kopkes en pantsjes. Doe 't der in telefoantsje kaam en Bertus sei dat der ophongen wie, krige it publyk al argewaasje. It wie tiid foar in buorrel sei Bertus, hy woe der net oer prate blykber. Wol ferklapte hy by fersin oan Rein dat hy in dochter hie dy't op jonge leeftiid troch har mem meinaam wie. Arme Bertus, hy hie har nea wer sjoen! Bertus en syn goede freon Rein wiene it der al gau oer iens dat de ûnferwachte besite fan syn suster, krekt wat mear yn petto hie as allinnich in besite omdat se inoar al 20 jier net sjoen hiene.

Omdat it sa 'n binde yn syn hûs wie, kaam buorfrou sa no en dan efkes te sjen en skeakele de gemeente yn foar help. Hjir wie er net fan dient, mar wol naam er de tiid foar in petearke mei de moaie jonge dame, dy't in weesbern wie mei deselde berte datum as syn dochter. Hiel bysonder....
Nei in misferstân mei de twadde buorfrou dy 't "fan deselde kant" blykte te wêzen, en in ûnfoarsjoene sêne op it útfanhuzersbêd lei de seal dûbeld fan it laitsjen.
Sân toppers stiene yn de seal fan Café O.D.L. op it toaniel. In hiel soad respekt foar de spilers dy 't ôfgryslik goed yn harren rol bleaune. Grutte eare giet fansels ek nei de regiseur en it publyk dy't allegear bydroegen oan twa geweldige foarstellingen.

Wolle jo no ek witte wat dêr op it bêd barde?
Lit jo takom jier ferrasse foar it folgjende toanielstik





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

Gezond geluk

door Yvonne Knijn

Samen Koken in het MFA

Op vrijdag 23 februari was het zover; de eerste editie van Samen Koken in het MFA. Nadat we kennis met elkaar hadden gemaakt vertelde ik kort over de begeleiding, projecten en activiteiten vanuit Yk-Coaching.
Na mededelingen van enkele belangrijke hygiëneregels waren de deelnemers vooral erg benieuwd wat we vandaag gingen koken en eten.

Op het menu stond vandaag een (hart)verwarmende wortelsoep met daarbij drie verschillende salades voor op een toastje. Deze koopt men vaak kant en klaar in de supermarkt, maar zelf maken is natuurlijk veel gezonder en lekkerder.
Het waren een eiersalade, een ham-prei salade en een gezonde variant op brie; hüttenkäse met honing en walnoot.

Deze recepten en het leefstijladvies zijn vandaag gericht op gezonder eten op oudere leeftijd. Rijk aan eiwitten en vitamines/mineralen, zonder kunstmatige toevoegingen, en lager in vetgehalte.

We gingen aan de slag in vier teams waarbij de recepten en ingrediënten klaar stonden in de prachtig ruime keuken in het MFA. Speciaal voor deze gelegenheid, en activiteiten in het vervolg, was er een uitbreiding van de keukeninventaris aangeschaft door het bestuur van het MFA. Dank hiervoor!





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

Tijdens het koken heerste er een ontspannen sfeer, werd er volop gekletst en adviezen gedeeld over koken en voeding. Af en toe kwamen er vragen over gezonde keuzes en kooktechnieken.

Toen we na ruim een uur aan tafel gingen was de keuken al weer bijna netjes; vele handen maken licht werk.
Aan tafel werd alles geproefd, gecomplimenteerd en er werden vragen gesteld over de ingrediënten en recepten. Na het eten was de vaat ook zo gepiept, en gingen de restjes soep en salade in bakjes mee naar huis. Ook kregen de deelnemers de recepten en het leefstijladvies mee.

Mooie reactie van een deelnemer: “Dat was gezellig! Ik ben benieuwd wat we de volgende keer gaan maken!”.

Lijkt het je leuk om ook een keer mee te koken? Meld je dan aan;
Yvonne mobiel: 06-53583724 of mail: info@yk-coaching.nl.

We koken iedere laatste vrijdag van de maand, van 11 tot 14 uur.
De volgende editie is op 29 maart.

Groetjes, Yvonne Knijn
Leefstijlcoach YK-Coaching.







Brouwer

Ongediertebestrijding



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

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

PROFILE

DE FIETSSPECIALIST

...daar mag je méér van verwachten!

Chris Jacobs
Geerts Willigenplein 3
8441 GV Heerenveen
0513-622039
profilejacobs@hetnet.nl
www.profiledefietsspecialist.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



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

- Directe toegang tot 45+ financiers zoals de grootbanken, vastgoedfinanciers en private partijen
- Onafhankelijk financieringsadvies
- Financieel en commercieel advies aan ondernemers
- Strategie en bedrijfsovername

Klaar om de meerwaarde van Siljan te ontdekken?
Lees hier alles over op www.siljan-mkb.nl.

Quote van ondernemer: "Bedankt voor jullie vertrouwen, professionaliteit en de ge-wel-di-ge samenwerking"



Siljan
Passie voor MKB

www.siljan-mkb.nl
Aengwirderweg 138
8459 BR Luinjeberd
Telefoon 06 11 97 38 36
Email info@siljan-mkb.nl



Kom je ook gezellig winkelen op de leukste markt van Tjalleberd?
Met meer dan 25 standhouders scoor je vast een nieuwe outfit.
Er zijn paskamers aanwezig.
Er kan alleen contant betaald worden!

Kom na je aankoop gezellig koffie drinken in de lounge van het MFA of neem een drankje aan de bar. De bar is geopend tot 18.00 uur.
Consumpties kunnen zowel contant als met pinbetaling.

bso de grietenij



BSO de Grietenij
It Hiem 1
Tjalleberd

06 20597194
grietenij@live.nl

FryskeAngus.nl

TOPVLEES VAN 100% ANGUSKOEIEN

Onze koeien grazen in het natuurgebied van Staatsbosbeheer nabij de Menninge en in het kruidenrijk grasland aan de Otterweg en worden niet bijgevoerd met krachtvoer of mais waardoor ze zo natuurlijk mogelijk groeien en dat proef je.

Voor meer informatie: www.fryskeangus.nl

We zijn ook telefonisch bereikbaar:
Herman de Glee 06-23940400 of Jeroen de Glee 06-15272492.
Hooilanden 3 Luinjeberd.

door
Ymkje
Veldman



Oud Aengwirden

Instagram.com/aengwirden
oudaengwirden@gmail.com

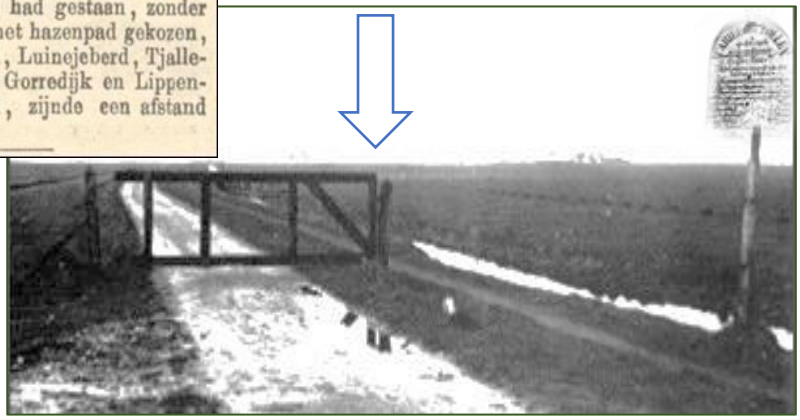


In 1926 is de motorrijtuigenbelasting (ook wel bekend als wegenbelasting) ingevoerd via de gelijknamige wet. In eerste instantie financierde deze motorrijtuigenbelasting alleen de rijkswegen. In 1936 is de wet uitgebreid waarbij ook diverse wegen van provincies werd gefinancierd. Om het onderhoud van wegen ca. 100 jaar een eerder te kunnen bekostigen, was het heffen van tol een manier om geld te verkrijgen.

Tolheffing vond op tal van plekken in heel Nederland plaats en langs sommige wegen zijn deze tolheffingslocaties nog te herkennen aan de zogenoemde tolhuisjes. Zo staat het tolhuisje "Vianen" nog langs de Van Harinxmaweg tussen Beetsterzwaag en Drachten en staat er een voormalig tolhuisje naast het kruispunt Koningin Wilhelminaweg en (hoe kan het ook anders) de Tolhuisweg in Heerenveen. Een tolhek (in Hemrik) zorgde destijds ook voor controle zoals het beschreven avontuur van een paard en wagen welke is beschreven in de Provinciale Noordbrabantsche en 's Hertogenbossche Courant van 21 oktober 1882:

Eergisteren-nacht omstreeks 12 uur reed door het dorp Gorredijk een rijtuig bespannen met één paard. Het koos den weg naar Lippenhuizen en Hemrik, waar het voor 't tolhek moest stil houden. De tolgaarder was spoedig bij de hand en het bleek hem, dat het rijtuig zonder passagiers en voerman was. Hij spande het dier uit en bracht het in eene nabijzijnde weide. Den volgenden dag kwam de eigenaar opdagen en nu bleek het, dat het paard voor den tram Heerenveen—Joure was geschrikt, terwijl het voor eene herberg bij de krib had gestaan, zonder opzicht. Het dier had daarop het hazenpad gekozen, en was door de dorpen Terband, Luinejeberd, Tjalleberd, Gersloot, Langezwaag, Gorredijk en Lippenhuizen naar Hemrik geloopen, zijnde een afstand van p. m. 4 uur.

Ook in de Streek werd tol geheven. Een van de locaties was in de Oudewegsterpolder zoals op onderstaande afbeelding is te zien.



Afbeelding 1: locatie tolhek in de Oudewegsterpolder incl. een tarievenlijst. Jaartal onbekend.

In de Oudewegsterpolder van Gersloot vond de tolheffing in ieder geval al plaats vanaf 1800 waarbij dit tot 1835 een privéaangelegenheid was van dhr. Claas Clazes de Jong. In 1836 werd de weg eigendom van de Oudewegsterpolder.
De belangrijkste vervoerswijze in de tijd van tolheffing was het paard en wagen. Een retourtje hiervan kostte twintig cent tol. Voor een los paard werd tien cent betaald, een koe 5 cent en voor een paard en sjees moest zestien cent worden betaald.



Op afbeelding 2 is de uitvergroting van het tarievenbord van afbeelding 1 te zien

In de Streek werden op de volgende voormalige locaties tol geheven:



1. Oudewegsterpolder, Gersloot-Polder:
    a. De eerste locatie van het tolhek vanaf begin 1800 tot ca. 1925.
    b. De aangepaste locatie vanaf 1925 tot 1937: nadat een verzoek om rechtmatig tol te heffen bij de Koningin was ingediend, is gelijk ook verzocht de locatie meer naar het zuiden, richting Gersloot, te verplaatsen.

2. Pastoriesingel, Tjalleberd: in 1894 werd tol geheven aan de Pastoriesingel waarbij Oene Wijtzes Politiek, arbeider te Tjalleberd, jaarlijks een bedrag van vijf gulden betaald voor het recht van de inning van de tolgelden. Het is aannemelijk dat het tolhek destijds in de buurt van de pastorie heeft gestaan.
3. Pastorielaan, Terband: Ook is in 1894 een akte opgesteld waarbij postbode Andries de Vries een gulden betaalde voor het recht van pad naar de Pastorielaan. Uit de overlevering blijkt dat in 1934 een tolhek stond ter hoogte van het kostershuis. In 1937 was deze tol nog aanwezig want uit de notulen van Plaatselijk Belang blijkt dat in een ledenvergadering is gevraagd of de tol niet kon worden opgeheven.
4. Spitsendyk, Luinjeberd: Op de hoek van de tegenwoordige Bornego/H.B. Jonkerweg werd tot 1904 tol geheven door de burgermeesterfamilie Idema. Vervolgens was Minze Stuiver tussen 1904 en 1908 eigenaar van deze weg die toen in erg slechte toestand verkeerde. Waarschijnlijk heeft de polder van het 4e en 5e veendistrict de weg in eigendom overgenomen en is de tol komen te vervallen.



Ingezonden.

DE OUDEWEGSTER REED.

De tijd van het vervoeren van hooi naar de boerderij is weer daar. Zoo ook dient het hooi van een groote oppervlakte land in De Deelen naar de betreffende boerderijen te worden vervoerd, waarbij vele veehouders gebruik moeten maken van bovengenoemde reed, die via Poolsbrug toegang tot dit complex geeft vanaf het Zuiden.

Het is met dien weg echter treurig gesteld. 's Winters is hij volkomen onbruikbaar en ook thans is hij voor hooivervoer volkomen ongeschikt. Gaten en kuilen in het nog onverharde achterste gedeelte maken zelfs, dat de omweg over Tijnje of Haskerdijken wordt verkozen boven deze gevaarlijke reed, die, geheel bestaande uit veen, en niet in de geringste mate onderhouden, nóch weg, nóch reed kan heeten.

Verschillende belanghebbenden zijn al jarenlang bezig dezen misstand uit de weg te ruimen. Er is geadresseerd naar het polderbestuur van den Oudewegsterpolder, van den polder van het 4e en 5e Veendistrict, van De Deelen. Er is geschreven aan Ged. Staten, maar het is bij een beleefd antwoord gebleven, behoudens dan, dat een bestaande tol werd afgeschaft, blijkbaar omdat men toch wel inzag, dat het dwaasheid was om voor het gebruik van deze moddergoot ook nog vergoeding te vragen. Daarmee is de reed echter niet geholpen.

Waar de ellende thans wel het toppunt heeft bereikt, wenden verschillende gebruikers van dezen weg zich ten einde raad tot de publieke opinie om te bereiken, dat de betrokken instanties zullen zwichten voor ren op haar uitgeoefenden drang tot verbetering. Voor een gemeente, waarin zooveel werkloozen zijn en waar men anders de werkverschaffing heel goed weet te hanteeren ter uitvoering van nuttige werkzaamheden, die anders zouden blijven rusten, mag een dergelijke toestand niet bestendigd blijven.

We hopen dan ook, dat verschillende belanghebbenden, veehouders, doktoren, veeartsen, schoolbesturen, ouders van schoolgaande kinderen, middenstanders, enz., die van de reed gebruik moeten maken elk op hún plaats zullen meewerken, dat het straks een ieder duidelijk zal zijn, dat verbetering directe noodzakelijkheid is. Zoo noodig zullen we hun steun verzoeken door onderteekening van een nieuw adres.

Namens eenige weggebruikers.

In 1927 heeft het Departement van Waterstaat toestemming verleend tot het heffen van tol voor de drie jaren daaropvolgend. Het was de voorwaarde dat de opbrengst van de tol moest worden gebruikt voor het deugdelijk onderhoud van de wegen van het waterschap. Destijds was het namelijk zo dat waterschappen veel wegen in beheer hadden. Deze constructies bestaan vandaag de dag nog steeds zoals in Noord-Holland.

Helaas zorgde de tolheffing er niet altijd voor dat de tol goed werd geïnvesteerd in het onderhoud van de reed of weg in Aengwirden. Uit een ingezonden stuk uit de Hepkema's Courant van 21 juni 1937 geeft een (groep) weggebruiker(s) gefrustreerd aan dat het noodzakelijk is dat de weg weer in goede staat moet gaan verkeren.

In 1937 wordt het beheer van de wegen overgenomen door de gemeente Heerenveen. Dit betekent het einde van 132 jaar tolheffing in Aengwirden.

Bronnen: Het boek "Vier dorpen, één Streek" en Delpher.nl

Wonen in een **droominterieur?**



Wij maken van je huis jouw heerlijke thuis.

Toe aan een nieuw interieur? Wij geven graag 2D of 3D interieuradvies! Voor zowel particulieren als bedrijven gaan wij op zoek naar het persoonlijke interieur of de perfecte werkomgeving.

Daarnaast kan je bij ons ook terecht voor zowel advies, levering of turn-key oplevering van meubels, keukens, verlichting, raamdecoratie, vloeren, accessoires, etc. Kortom alles om van je huis jouw thuis te maken!

Dynthus interieurprojecten



Dynthus Interieurprojecten
Apollo 9
8448 CL Heerenveen

085 - 08 05 476
info@dynthus.nl

www.dynthus.nl



Gezond geluk

door Yvonne Knijn

Deze maand laat ik jullie graag kennismaken met een hartverwarmende soep. Super gezond, voedzaam en past binnen ieders budget. Geschikt om een dag van tevoren te maken en ook prima om in te vriezen. Klinkt perfect toch?

Let er wel op dat de winterpeen die je gebruikt wat zoet smaakt. Wees niet te royaal met de gember, dit is een sterke smaakmaker die niet bij iedereen populair is.



(hart)verwarmende wortelsoep

Dit heb je nodig *(voor 4 personen)*

1 ui
1 cm verse gember/tl gedroogde gember
2 el (zonnebloem)olie
1 kg winterpeen
1 teen knoflook
1 groentebouillontablet
700 ml kraanwater
200 ml (light) kokosmelk
1 medium handsinaasappel
Scheutje jus d'orange
(chili) peper/zout

Zo maak je het

1. Snipper de ui en schil en rasp de gember. Verhit de olie in een grote soeppan. Fruit de ui en gember 5 min. Roer af en toe.
2. Schil ondertussen de winterpeen en snijd in plakjes. Snijd de knoflook fijn. Voeg de winterpeen en knoflook toe en bak 2 min. mee. Voeg het bouillontablet, water en de kokosmelk toe.
   Breng de soep aan de kook en laat 15 min. zachtjes doorkoken tot de winterpeen gaar is.
3. Pureer de soep met de staafmixer of in de keukenmachine.
   Pers de sinaasappel uit.
   Roer het sinaasappelsap door de soep en breng op smaak met (chili)peper en zout.

Gepasteuriseerde melk
& Chocolademelk

Melkveebedrijf Hemminga
Bornego 41a, Terband

ZUIVEL LOKAAL



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

YK coaching
Leefstijlcoach en Gewichtsconsulent
Gezond Gelukt

STICHTING
De Friesland
STEUNT INNOVATIES IN DE ZORG

Samen Koken

Wat gaan we doen?

Met elkaar onder leiding van leefstijlcoach Yvonne Knijn een maaltijd koken en gezellig eten. Binnen de menu's is er aandacht voor gezondere keuzes en gevarieerd koken met een beperkt budget.

Wie: *Voor iedereen die gezonder, gevarieerd en goedkoper wil koken.*
Locatie: *In het MFA Aengwirden, It Hiem 3 in Tjalleberd*
Wanneer: *Laatste vrijdag van de maand. Volgende editie is op 29 maart!*
Tijdstip: *11:00 uur – 14:00 uur.*
Kosten: *€ 5,00 per keer.*
Opgave: *minimaal 1 week van tevoren onder vermelding van naam, telefoonnummer en eventuele allergieën/dieetwensen.*
Via Yvonne Knijn; 06-53583724/info@yk-coaching.nl
Via Grietsje Hoekstra van de Soos; 0513-415808/grietjewuite@gmail.com

(minimaal 4, maximaal 10 deelnemers)

Neem gerust contact op voor meer informatie.
We maken er een gezellige middag van!

Adres Deelenweg 3
8457 EH Gersloot
Telefoon 06-53583724
Email info@yk-coaching.nl
Website www.yk-coaching.nl
IBAN NL10ABNA0513615768
KVK 80392857

HEERENVEEN VITAAL
voor een gezonde gemeente

Gewichtsconsulenten



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



De 6435 brandt los !

Chauffeurs
Brandweer Tjalleberd

Voor veel kinderen (en grote kinderen) is het een droom om op zo'n mooie rode brandweerwagen te rijden. Met toeters en bellen over de weg sjezen op weg naar een grote brand. Natuurlijk ben je niet zomaar brandweer chauffeur.
In brandweertaal zeggen we chauffeur- pompbediende, je moet namelijk ook de pomp bedienen. Als je chauffeur-pompbediende wilt worden, moet je altijd eerst je manschap diploma hebben gehaald. Als je eenmaal manschap bent en er is behoefte binnen de ploeg om een nieuwe chauffeur-pompbediende op te leiden mag je beginnen. Je start met het behalen van het C-rijbewijs.



Onze brandweerauto is natuurlijk ook gewoon een vrachtauto. Als je die binnen hebt ga je door naar de opleiding pompbediende. Daar leer je onder andere hoe de pomp van de auto werkt en hoe je een veilige werkomgeving voor de manschappen creëert. Het bedienen van de pomp is een belangrijk onderdeel, omdat jij als pompbediende ervoor zorgt dat de manschappen tijdig en voldoende water hebben om de brand veilig te kunnen blussen. Aan het eind van de opleiding word je afgetoetst met een

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

theorie en praktijkexamen. Als laatste mag je gaan prio rijden. Natuurlijk het leukste van alles! Je begint met de theorie over wat je wel en niet mag in het verkeer. Daarna ga je onder leiding van een instructeur zowel prio1 (met zwaailichten en sirene) en prio2 rijden. Zo leer je hoe het verkeer op jou reageert en hoe je daar het beste mee om kan gaan. Ook ga je een dag naar de slipschool om te testen wat de grenzen van de brandweerauto zijn.
Uiteindelijk word je hier ook op afgetoetst met een praktijkexamen. Als je dit allemaal hebt gehaald ben je officieel chauffeur-pompbediende.



Binnen post Tjalleberd hebben we 7 chauffeur-pompbediendes, Gerard, Gerard, Erwin, Peter Jelmer, Remco, Silke en Frank. Tijdens oefeningen wisselen we geregeld, zodat iedereen geoefend blijft met de brandweerauto.
Tijdens oefeningen word je ook getraind zodat je weet waar alle spullen in de auto liggen. Als een manschap namelijk wat nodig heeft, is de taak van de chauffeur-pompbediende dit zo snel mogelijk mee te geven.

Daarnaast hebben we ook jaarlijks een rijtraining om onze rijvaardigheid te verbeteren. Als chauffeur-pompbediendes hebben we ook de taak dat de brandweerauto altijd weer uitruk gereed is. Dit betekent dat je na een inzet hoofdverantwoordelijk bent, dat alle materialen weer netjes op hun plaats liggen en alles af getankt is. Maandelijks worden alle materialen op de auto getest zodat we zeker zijn dat alles werkt.
Bij gebreken wordt dit zo snel mogelijk verholpen.
Ikzelf ben februari 2018 bij de brandweer Tjalleberd gekomen. Vrijwel direct na mijn manschap opleiding werd mij gevraagd of ik ook door wilde met de opleiding

NIEUWBOUW
VERBOUW
ONDERHOUD
REPARATIE

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

BB
BOUWHUIS
BOUWSERVICE

De redactie wenst u een **FANTASTISCH 2024**

TEGELZETBEDRIJF
P.J.F. Kalbet

De Mieden 16
8458 CD Tjaleberd

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

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

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

chauffeur-pompbediende. De reden hiervoor was dat ik overdag veel beschikbaar ben en er toen krapte was aan chauffeurs voor overdag. Ik heb toen direct JA gezegd en heb de opleiding met veel plezier gedaan. Sindsdien heb ik al vele ritten mogen rijden en vele uren achter de pomp gemaakt!

Silke Dijkstra





DRINGENDE OPROEP AAN ALLE STREEKBEWONERS !!

MFA ÆNGWIRDEN

HULP IN DE SCHOONMAAK GEZOCHT

voor de maandag ochtend zijn wij op zoek naar 2 personen die ons willen helpen met de schoonmaak van het MFA.



Wij zijn dan met een klein ploegje dat na een drukbezocht weekend de toiletten, de keuken en de kantine schoonmaken voor de nieuwe gasten. Maar we komen vaak niet toe aan de tribune, de bestuurskamer en wat andere klein klusjes. We beginnen om 09.00 uur en werken zelfstandig. Om 10.00 uur is het tijd voor een bakje koffie en even bijkletsen. Om 12.00 uur gaan we naar huis. **Interesse? Bel 06 51 700 703**

Duitse herder kennel fan 't Âldershûs

Volg ons ook op Facebook





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

Bestellen of meer informatie: rcvoer@kpnmail.nl



Troch it Kaaisgat sjen by ús adverteerder.

In deze rubriek besteden wij aandacht aan onze trouwe adverteerders. Omdat zij ons blad 'stypje' willen we graag wat terug doen.

door Aly en Douwe

Een gezonde geest in een gezond lichaam

We worden er steeds weer op gewezen dat overgewicht en een gebrek aan beweging grote gevolgen heeft voor je gezondheid. Daar kun je zelf vaak wel iets aan doen. Om u op weg te helpen, zijn Aly en ik over de drempel gestapt bij Studio Bostraining.

We worden verwelkomd met een heerlijke kop koffie. Henk Bos was zelf een verdienstelijk shorttracker. Nadat hij hiermee gestopt was, wilde hij wel actief blijven in de schaatssport en besloot hij trainingen te verzorgen.

Hij is enige jaren trainer geweest van Itzhak de Laat, Sjinkie Knegt en Rianne de Vries. Naast de schaatsers kwamen meer sporters bij Henk trainen en daarom is hij in 2009 gestart met zijn bedrijf.
In eerste instantie was hij gehuisvest op Thialf, het moge duidelijk zijn dat de trainingen specifiek gericht waren op de schaatssport. Als gevolg van een verbouwing van ijsstadion Thialf moest Henk verhuizen en koos hij voor de huidige locatie aan het Turfschip in Heerenveen.

In de loop van de tijd was zijn interesse ook veranderd. Zijn aandachtsgebied was niet meer gericht op het trainen van topsporters maar verlegde zich steeds meer naar het fit maken en blijven van "de gewone man".
We krijgen een korte uitleg wat aandachtspunten zijn om in goede conditie te blijven. Om lichamelijk gezond te blijven is het opbouwen van spiermassa belangrijk en daarbij is het in beweging blijven essentieel.
Want als je fysiek gezond bent, ben je ook mentaal in goede conditie. Zoals Henk in zijn advertentie aangeeft, gaat het om personal training. Dat wil zeggen dat er 1 op 1 begeleiding plaats vindt. Met andere woorden: als een klant zich meldt, vindt een gesprek plaats om aan te geven met welke doelstelling aan de training wordt begonnen. Dit wordt uitgewerkt in een schema waarin voor een zorgvuldige opbouw wordt gekozen. Uiteraard vindt ook regelmatig een evaluatie plaats om te kijken of een gesteld doel wordt gehaald of en zo nodig moet worden bijgesteld.



De meeste trainingen vinden in de studioplaats, maar ook online begeleiding behoort tot de mogelijkheden. Ook in het laatste geval is er wel persoonlijk contact met de klant. Aanvankelijk kwamen de klanten uit het hele land als uitvloeisel van zijn schaatscarrière. Dit veranderde langzaam aan en nu zijn er steeds meer deelnemers uit de eigen regio en onze dorpen. Op kleine schaal vinden ook groepstrainingen plaats. Zo is onze plaatselijke brandweer een vaste klant.

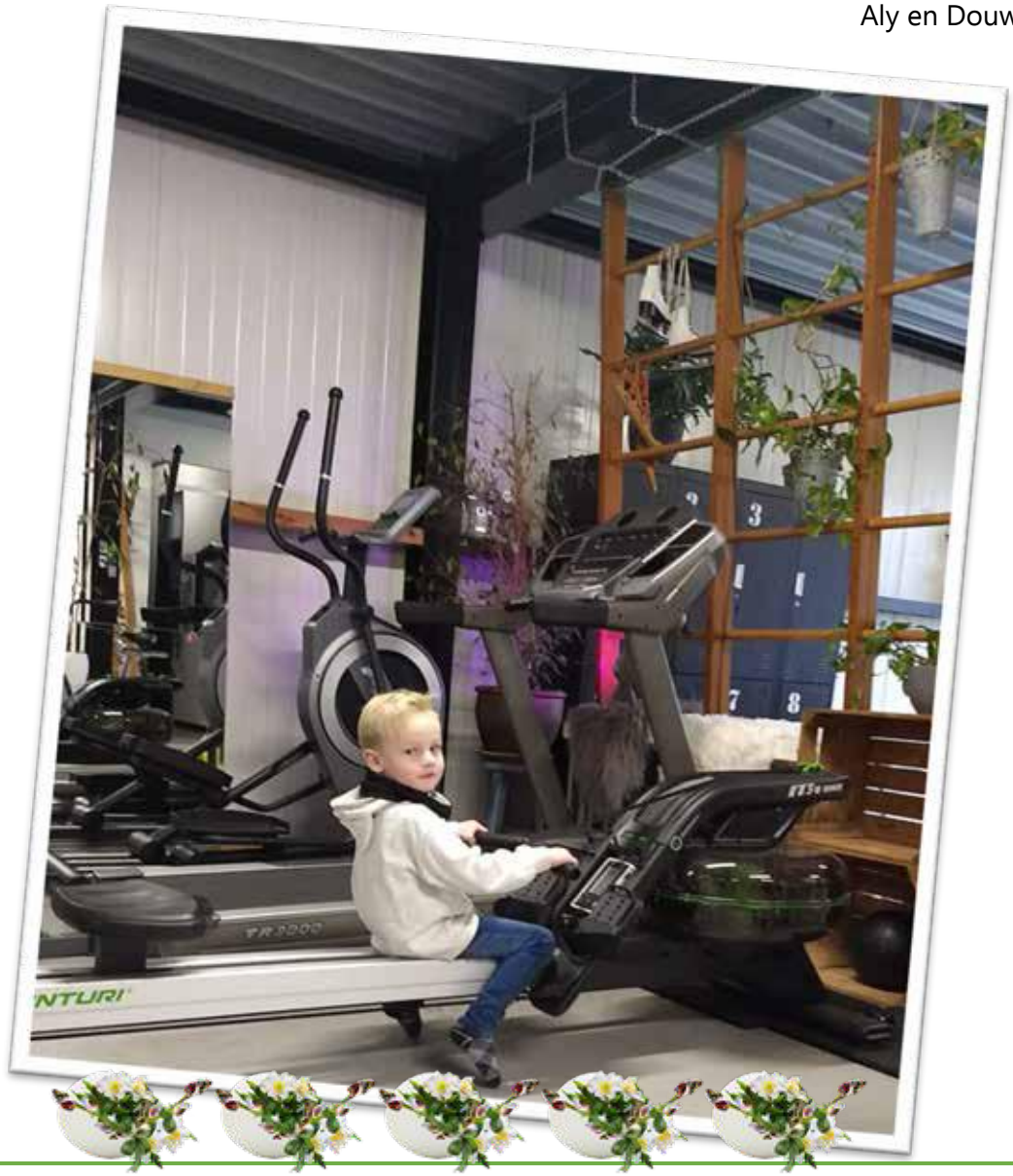
Henk heeft geen binding met de medische wereld, bijvoorbeeld omdat een klant door een arts wordt doorverwezen. Henk benadrukt, dat er een wezenlijk verschil is met een sportschool waar je zo naar binnen kunt lopen. De training gebeurt altijd op afspraak, de klant moet zelf het initiatief nemen. Dan weet je zeker dat je met een gemotiveerde deelnemer hebt te maken die ook gericht aan zijn gestelde doelen wil werken.



We zijn natuurlijk ook nieuwsgierig hoe lang de werkdagen zijn. Dat is dus aanzienlijk langer dan de 9 tot 5 voor een kantoorbaan. Hij staat ‘s morgens al om 6 uur in de studio omdat veel klanten een uurtje willen trainen voor ze naar het werk gaan.
En dit gaat door tot ongeveer 1 uur ‘s middags. En daarna of daarnaast is er thuis natuurlijk het nodige administratieve werk en het uitwerken van schema’s.

We maken zelf ook nog even een rondje door de studio en zijn onder de indruk van de toestellen waarmee gewerkt wordt. Dan denk je dat de deelnemers vooral jongeren zijn met enorme spierballen maar dat is dus ook een groot misverstand. De klanten vind je in alle leeftijdsgroepen. En vooral voor ouderen is het zaak ok goed in beweging te blijven en je spieren goed te trainen. Daarmee kun je bij voorbeeld voorkomen dat je na een val blijvende klachten overhoudt.
Zoon Jens geeft een korte demonstratie van een roeibank en laat zien dat je ook nooit jong genoeg kunt beginnen.
We bedanken Henk voor zijn gastvrijheid en (hoe paradoxaal met dit verhaal) stappen met een voldaan gevoel in de auto om naar huis te gaan.

Aly en Douwe



Unieke Paas Eier Speurtocht met Paasdiner Pier's Hiem

Paasmenu verkrijgbaar op beide Paasdagen

Kippensoep
Zalmfilet met Hollandaisesaus
Of
Kalfssukade-rode wijn jus-paprika
Chocolade fondant-advocaat-ijs- slagroom

Kinderen kunnen kiezen uit de uitgebreide kinderkaart

Paaszondag 31 maart vanaf 16.00 uur

16.00 uur	Verzamelen parkeerterrein Pier's Hiem
16.15 uur	Start Paastocht onder leiding van gids Sytze
16.30 uur	Paaseieren zoeken rond het petgat door de kinderen onder begeleiding van een ouder
16.30 uur	Opwarmen Paasvuur met warme chocomelk
17.00 uur	Overzet met bootje door t' Alddjip. Kinderen zwemdiploma verplicht
17.15 uur	Vervolg Paastocht langs de oever van t Alddjip
17.30 uur	Aanvang Paasdiner. Uit de kaart kiezen is tevens mogelijk

Paasarrangement volwassenen inclusief Paastocht, Warme chocomelk en 3- gangen diner, exclusief dranken € **43,25**

Paasarrangement kinderen tot 12 jaar inclusief Paastocht, Eieren zoeken petgat, Warme chocomelk en Kindermenu, exclusief dranken €**24,50**

Reserveren is gewenst.
Online via www.piershiem.nl of bel 0512 461900

Nieuwe openingstijden vanaf april

- Beide Paasdagen vanaf 16.00 uur geopend
- Maandag en dinsdag gesloten
- Woensdag tot en met vrijdag vanaf 17.00 uur tot 21.30 uur
- Zaterdag en Zondag vanaf 16.00 uur tot 21.30 uur
- Warme keuken tot 20.00 uur geopend



RESTAURANT
ZAAL
Pier's Hiem

Restaurant Pier's Hiem | Domela Nieuwenhuisweg 114 | 9245 VD Nij-Beets | T: 0512 461900 | info@piershiem.nl | www.piershiem.nl

Terbandster Tsjerkje

door Minke Hemminga

2de helft winterprogramma



Mooie optredens in februari.

In een uitverkochte kerk hebben we op 4 februari kunnen genieten van een prachtig concert van Adri de Boer met zijn programma "De Boer sjongt Bos". Samen met Sido bracht Adri prachtige nummers van Stef Bos in het Fries ten gehore. Adri vertelde mooie anekdotes over zijn samenwerking met Stef Bos en over de nummers zelf. Zo kreeg hij van Stef Bos de vrije hand om de nummers naar eigen idee om te zetten in het Fries. Prachtige vertolkingen in het Fries waren o.a. "Iepenje dyn earms", "Skaat yn e nacht", "Sunder striid", "De Rivier" en natuurlijk de grootste hit van Stef Bos "Papa" werd "Heit" . Adri maakte een uitstapje met het nummer "Door de wind" van Miss Montreal in het Fries te zingen "Troch de wyn"!

"Sander en Sander" hebben 11 februari voor hun eerste optreden samen, het Terbandster Tsjerkje uitgekozen. De akoestiek leent zich goed voor de luisterliedjes die ze vertolken. Ze begeleiden zichzelf met verschillende gitaren en zingen eigen werk en liedjes van o.a. Bløf, met "Dansen aan zee", "Ameland" van Boudewijn de Groot, "Space Oddity" van David Bowie en vele andere prachtige nummers. Het was weer een sfeervolle en gezellige middag.

Het a-capella koor Melomania o.l.v. dirigent Frank van Dijk trad op 25 februari op en brachten prachtige nummers ten gehore, zoals "She's always a woman to me" van Billy Joël, "Be my number two" van Joe Jackson "Good Vibrations" van the Beach Boys maar ook een vrolijk traditioneel Afrikaans slaapliedje "Lullaby". Vaak wordt een koor ondersteund door instrumentale begeleiding maar door hun veelzijdigheid in hun klankkleur en stemmen werd hier zeker niet gemist. Dit was weer een geslaagde middag.



Zondag 17 maart hebben we alweer het laatste concert van dit winterseizoen. Dan komen Peter & Engbert, ofwel "De Friese Simon & Garfunkel" optreden.



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**

Valentijn

Hoe leuk is het, dat je op maandagochtend in het MFA aan het poetsen bent en er dan iemand met een grote glimlach de kantine binnenloopt met de vraag of ze nog een bijdrage mag leveren aan onze oproep om, jullie Valentijns-belevenissen met ons te delen.
Heeft U echt niets gekregen of was het te romantisch en super privé, of ben je er misschien niet achter wie jou Valentijn is?
Nou daar heeft onze inzender wel een antwoord op, Wees gewoon lief voor jezelf !

Een cadeau aan jezelf op 14 februari!



Na het lezen van de oproep in de Aengwirden Aktief,
Zag ik, wat wij gemaakt hebben is een (onbewuste) liefdesbrief!

Een (beweeg) sessie gevuld met liefde als onderwerp,
Zette lichaam en geest op scherp.

Tussen in en ontspannen door,
Kwam dit via tekenen/woord en beeld naar voor.



Een ‘liefdesbrief’ van en aan jezelf gegeven,
En nu klaar om te delen.

Haal er gerust inspiratie uit,
Wij kunnen er al even mee vooruit😉

Leafs Gerbrich Wassenaar-Romkema





Bûten is better door Paulien

De lente is nu toch echt in aantocht of misschien kun je beter zeggen dat ie er inmiddels gewoon is?

Er bloeit steeds meer en allerlei knoppen komen inmiddels uit.
Na alle regen was het gisteren en vandaag droog en zonnig, en er lijkt het nu een droge periode aan te komen. Dat is mooi want dan kan het 'zwembad' in de tuin eindelijk opdrogen. Al maken de vogels trouwens dankbaar gebruik van dit bad.
Ondanks het slechte weer van de afgelopen maand zijn we flink in de tuin aan de slag geweest!



Vogels in de tuin

Over vogels in de tuin gesproken, leuk is dat we de laatste weken een vrouwtjesspecht bij de pindakaaspot zien eten. En ook de spreeuwen weten soms de pot te vinden. Weer eens wat anders dan de usual suspects op het terras: de koolmezen, pimpelmezen, mussen, duifjes en merels. Ik doe trouwens met behulp van de app Birdnet pogingen te ontdekken welke vogels ik nog meer hoor in de tuin de laatste tijd. Je neemt dan een fragmentje op, de app analyseert dat en vertelt je welke vogels te horen zijn. Maar hoe betrouwbaar het dan is weet ik eigenlijk niet zo goed. De app meende een matkop te hebben gehoord, ik ga het binnenkort aan een buurvrouw-vogelaar vragen of zij dat er ook in hoort!

Gratis een nieuwe moestuinbak?

Inmiddels is mijn moestuincursus afgelopen. Het was leuk om meer te weten te komen maar na 4 lessen wilde ik vooral ook zelf aan de slag gaan… Dankzij een ph-test die de docent van de cursus deed op basis van mijn grondmonsters, weet ik dat de grond die in onze betonbak zit, inderdaad heel goede grond is! Daar kunnen we dus zo mee aan de slag. De bak is bijna klaar nu om te beplanten, dat wil zeggen de muurtjes zitten erin.
Ook hebben we een soort korven gemaakt waar we tuin- en keukenafval in kunnen doen. Dat kan dan weer composteren zodat de grond steeds weer zichzelf verbetert als het goed is.
Wij realiseerden ons dat het hele herinrichten van de bak ons nog geen geld gekost heeft. De grond zat er al in en de stenen komen uit een ander deel van de tuin.
En het was ook nog eens leuk om te maken.

Planning



In het andere deel van de moestuin kan ik ook aan de slag. Zeker nu het zo zacht is! De zaden en aardappels zijn inmiddels binnen dus ik kan nu bedenken wat ik waar definitief wil zaaien. Het begint zo langzamerhand een flinke verzameling te worden, al die zaden van mij. Ik heb ze allemaal in een zaaikalender gezet. Aan het zaaien zelf of voorzaaien ben ik nog niet toe gekomen omdat ik vooral nu eerst met de bomen bezig ben geweest. Die hadden we grotendeels besteld bij Arborealis. Dat is een kwekerij in Wilhelminaoord, waar ze telen zonder gif. Ze hebben heel veel, waaronder veel voedselbosplanten dus veel keus in eetbare soorten. Ze organiseren ook activiteiten in het zomerseizoen dus leuk om een heen te gaan!

Zwoegen om te planten

In één strook in de tuin hebben we inmiddels een appelboom, linde, een paar pruimenbomen en een kruisbes geplant. Dat was nog een hele toer want de bodem zit vol met stenen. Dat wisten we dus het was geen verrassing maar leuk is anders. Gelukkig gaan ze er met wat hak en breekwerk wel uit en we hebben het idee dat we diep genoeg gegraven hebben om te bomen goed te laten wortelen. Aan de andere kant van de tuin heb ik met een vriendin een stuk schoongemaakt en ook al het een en ander geplant. Daar is heel veel kweekgras gegroeid dus ook dat is een flinke klus. Iedereen die tuiniert weet wat kweekgras is en iedereen die het niet weet: kweek maakt enorm veel wortels die opzij en naar beneden groeien van waaruit weer nieuwe loten groeien. Je kun het niet zomaar eruit trekken of scheppen omdat het dan kapot gaat.
En dan schijnt het zich te vermeerderen… Zoveel mogelijk eruit halen (met de riek, dan breek je het niet) lijkt me toch het beste. En dan hopen dat het met afdekken van de grond redelijk onkruid vrij blijft en ik er andere bodembedekkers in kan zetten.

De komende weken gaan er nog meer planten geplant worden. Heel leuk om te zien dat het aangezicht van de tuin begint te veranderen, ook al zijn de meeste bomen nog wel klein.



In griene groetnis, Paulien

Friese Kampioenen bij sv Hercules



Afgelopen zaterdag 2 maart waren de Friese kampioenschappen Acro in Buitenpost. Maar liefst 12 teams deden de hele die dag mee en lieten allemaal mooie stabiele oefeningen zien. En het harde werk van de afgelopen weken werd beloond. Want maar liefst 5 teams werden Fries kampioen!



Jesse & Danny D jeugd



Jelmar & Marije D senioren



Anna & Jinte
D+ senioren



Jildou, Sinne & Mare
D+ senioren



Iris Nynke & Deytse
E junioren

Maar daar hield de medaille regen niet op. Nog 2x zilver en 2x brons gingen mee naar huis.



6 & 7 april zijn de District Finales waar ook Groningen en Drenthe het tegen ons op gaan nemen. Dat weekend komen maar liefst 11 teams in actie.

Aankomende weken 9 & 10 maart zijn de eerste wedstrijden voor de ABC niveau's.

Houd de sociale media van Hercules in de gaten om op de hoogte te blijven van hoe het ging!




CLUB CROSS
& SELECTIEWEDSTRIJD
NK AUTOCROSS 2024
NIEUWE LOCATIE!
AUTOCROSS AENGWIRDEN
ZONDAG 21 APRIL 2024
START: 11.00 UUR
LOCATIE: TJALLEBERD
KNAF
DAC
WWW.GEITEFOK.NL
GFTO AENGWIRDEN

Uitgelicht ••• geselecteerd door de redactie



Rjucht en Sljucht De Tynje spilet 'B&B mei trammelant'

Toanielferiening Rjucht en Sljucht fan De Tynje spilet op **freed 15 en sneon 16 maart de jûns om 20.00** oere yn kafee Overwijk de komeedzje

'B&B mei trammelant'

De komeedzje is skreaun troch Aris Bremer. De Fryske oersetting is fan Betty Schilstra. It stik wurdt opfierd mei spesjale tastimming fan IBVA Holland út Alkmaar.

It stik spilet him ôf yn de wenning fan Herman en Fyn de Graaf dy't in Bêd & Brochje ha. Sy krije besite fan Barry en Claudia dy't mei harren partner Fred in djoer skilderij stellen ha. It skilderij is poater en Barry en Claudia tinke dit te finen yn de wenning fan Herman en Fyn. It kriminele stel wol koste wat kostet witte wêr't it skilderij is. Dat liedt ta in nacht fol yntriges, misferstannen, flirtspultsjes, gewelddiedichheden, alkohol én ferrassende en hilaryske situaasjes. Dêrby spilet de nijsgjirrige bourfrou Tryn de Wit in wichtige rol.

'B&B mei trammelant' wurdt regisearre troch:	Björn Sinnema.
Ynstekster is:	Lien Vaartjes.
De spilers binne:	Joeke Meijer, Jannie Huver-Idzerda (Lúnbert) Andries Idzerda, Iris Overwijk en Reina Gerlofsma.

Kaarten foar de foarstellingen binne freed en sneon te krijen oan de kassa.
Tagong foar stipers fergees.
Tagongspriis foar net stipers: € 10,-. Der kin mei in QR code betelle wurde.

De generale is op woansdei 13 maart om 19.30 oere.
Frije tagong foar stipers en jongerein oant 16 jier.
Tagongspriis foar net stipers en jongerein fan 16 jier en âlder: € 5,-.

IN DOARP RIIST UT'E PUOLLEN

It Tynster Manljuskoar

== It Tynster Manljuskoar == It Tynster Manljuskoar = =

ontstond in 2002 nadat een aantal enthousiaste mannen een optreden had verzorgd. Al gauw had het koor ruim 30 leden, afkomstig uit Tijnje en omgeving.

Nu in 2024 is het koor nog springlevend en telt zo'n 20 leden!
Mannen uit o.a. uit "Onze Streek"!

Er is ruimte voor NIEUWE leden bij elke stemmen / partijen !

We zingen zo veel mogelijk 4-stemmig à capella, zo nu en dan treden we op, zo ook op Koningsdag in Tijnje. Het repertoire bestaat uit Friestalige liederen, - licht - klassieke werken, Ierse en Schotse ballades en nog veel meer. Dit onder leiding van dirigent Arjen Veenhuizen uit Drachten.

We repeteren op maandag avonden van 20.00 tot 22.00 in het authentieke café " ROLBRÊGE ", Rolbrêgedyk 58 Tijnje.
Na de repetities is er vaak nog een gezellige nazit !
Voor info: Frans Postma 06 29115286 of f.j.postma@hotmail.com
Je kunt ook vrijblijvend langskomen op de repetitie avond.

= Sjongen makket blier ! =

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

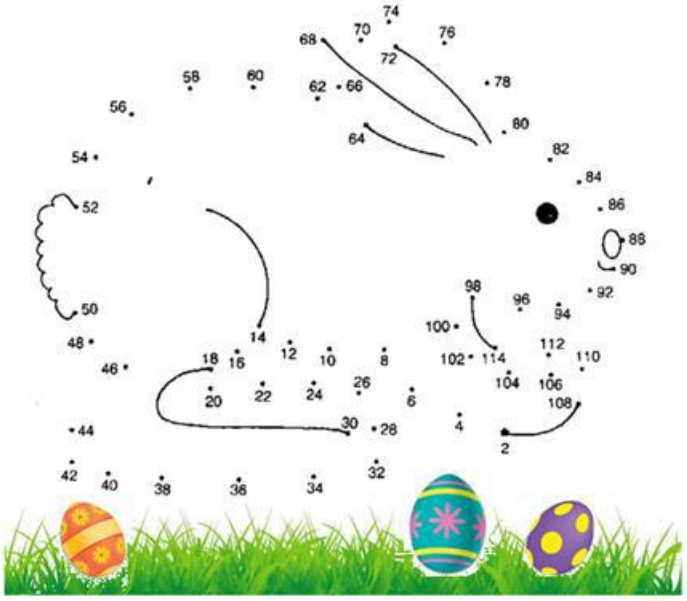
Paas Puzzels

door
Aly
Leijendekker

Z	G	O	E	D	Z	O	E	K	V	E
N	O	N	E	S	T	S	B	O	I	L
J	D	N	E	K	E	S	O	K	E	E
R	E	K	N	I	U	R	A	N	I	A
R	J	T	Z	E	J	I	T	R	P	N
E	T	O	U	A	S	E	K	R	G	R
D	E	D	A	L	O	C	I	E	R	U
N	M	R	P	L	P	L	H	E	N	U
I	M	N	A	R	C	I	S	I	I	T
L	A	M	E	S	E	O	L	B	J	A
V	L	N	W	A	N	D	E	L	E	N

APRIL
BLOESEM
GRAS
KUIKEN
LAMMETJE
LENTE
NARCIS
NATUUR
NEST
SEIZOEN
TULP
VLINDER
VOORJAAR
WANDELEN
ZONNESCHIJN

Oplossing



Bloei!

Hey Google...



Bastiaan komt de Bloeikas binnen. Het is een man van tegen de veertig die door zijn werkgever is doorgestuurd. Hij werkt als marketingman voor een grote dienstverlener. Hij komt voor zijn tweede sessie en kampt met overspannings-klachten. Zijn vader is al heel lang ziek, al tijdens Bastiaan zijn pubertijd werd er rekening met hem gehouden. Pa Henk was bepalend in het systeem, zijn humeur domineerde. Momenteel is zijn vader bedlegerig, Bastiaan staat zijn ouders veel bij. Daarnaast heeft Bastiaan net een tweede zoontje gekregen én heeft een drukke baan.

A: Vertel eens ff Bastiaan, hoe gaat het eigenlijk als je bij jouw ouders bent? **B:** [vermoeid] Nou, als ik er ben loop ik op eieren. **A:** [kijkt naar Bastiaan zijn schoenen] Zien er schoon uit, vandaag niet geweest dus? **B:** [glimlacht] Bij wijze van spreken dan....[guitig] lul! **A:** En verder? **B:** Zoals ik zei, ik doe voorzichtig, wil mijn vader niet nog lastiger maken. **A:** Is hij zo lastig? Hij is toch ziek of zo? Die arme man wil gewoon een liefhebbende zoon! **B:** Je moest eens weten. Hij commandeert me gewoon! **A:** [geschrokken] Zoals Kim Jung Un of Hitler toch niet? **B:** [lacht hard] Nou, ik ken ze niet, maar het is echt heel duidelijk! **A:** Hij is ziek Bastiaan, heb een beetje respect en mededogen zeg! **B:** [geïrriteerd] Het is dat het mijn vader is.....maar anders... **A:** Anders wat Bastiaan...zou je het dan niet doen? Doe je het dus voor de erfenis? Wat slecht man. Anders zou je een zieke man dus gewoon in de steek laten! **B:** [nog bozer] Ik doe het al mijn hele leven! Ik word schijtziek van hem. Hij commandeert me al zolang ik me kan heugen. Alles staat in het teken van zijn ziekte. En meneer doet maar net of het allemaal normaal is. Mijn moeder is kapot, ik ben kapot....en hij ligt maar in zijn bedje. En als er dan hulp komt....dan doet hij alsof het allemaal prima gaat....zodra die weer weg zijn....dan zijn wij de pisang.

A: [met nadruk] Je hebt het er zelf naar gemaakt chef! Natuurlijk commandeert hij jou, jij bent een mak lammetje, durft niet op te staan tegen hem, als jij geen tegengas geeft vindt hij het natuurlijk heel normaal dat je *ja-en-amen* zegt. Dat is jouw eigen keuze Bastiaan! Je komt hier een beetje zielig doen, loopt hier jouw bloedeigen vader af te zeiken, om vervolgens weer als een dienaar zijn eten te brengen, hem naar de mond te praten zodat hij zich goed voelt in zijn koningsbedje. Hij heet Henk toch? Koning Hendrik de eerste of de tweede? Hoeveel slaven heeft hij eigenlijk?
B: [geïrriteerd en beduusd] Ja, wat moet ik dan! Het is mijn vader! **A:** Je hebt gelijk... je bent een soort prins, jouw vader de koning. De erfenis is natuurlijk aanstaande. Dus...
B: [onderbreekt, boos] Het gaat niet om de erfenis Arno!

A: [vrolijk] Volgens mij moet jij jouw naam veranderen ... naar Google. Hey Google... breng mij thee. Hey Google... doe mijn boodschappen. Hey Google... wil je even je mond houden? Hey Google... wat is de weersverwachting? Hey Google... **B:** [glimlachend] Nou.... dat zou inderdaad geen gek idee zijn. Koning Hendrik en prins Google ... [lacht]

B: Ik baal eigenlijk voornamelijk van mijzelf Arno. Mijn vader is echt ziek, depressief, al tientallen jaren, maar nu heel erg. En nu jij beschrijft hoe het systeem is, schrik ik eigenlijk. Het is echt zo, ik ben heel voorzichtig met hem behandel hem als een koning en uiteraard rekent hij hierdoor op mijn hulp. Maar ik ben zo ongelooflijk gesloopt, ik kan niet meer.

A: [vrolijk] Misschien wordt hij wel negentig!
Koningen kunnen heel oud worden, kijk maar naar Elizabeth!
B: Oh man....daar moet ik niet aan denken! **A:** [boos] Jij gunt jouw vader dus geen lang leven! **B:** Jawel....maar ik wil niet meer zo dienend zijn, dat moet echt veranderen! **A:** Wat zeg je? Hey Google... doe eens...
B: [onderbreekt, duidelijk] Ik heet Bastiaan! Ik ga met hem in gesprek Dit moet Veranderen.

Twee weken later wandelt Bastiaan weer de Bloeikas binnen.
A: [opgewekt] Hey Google! Hoe is het? **B:** [breeduit lachend] Veel beter man. **A:** Hey Google...wat is er gebeurd?

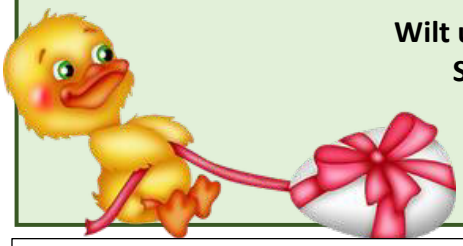
Bastiaan vertelt dat het inzicht in het gezinssysteem hem liet realiseren dat hijzelf iets moet veranderen en hij niet zijn vader de schuld moest geven. Dat was verwarrend én verhelderend. Hij ging het gesprek aan met zijn ouders. gaf aan meer eigen ruimte nodig te hebben en dus niet meer iedere dag naar ze toe te gaan. Hij sprak een andere frequentie af en liet zijn ouders meegenieten van Hey Google.... Dat is nu een soort kreet in het paleis van Koning Hendrik geworden.

B: Ik vond het oprecht moeilijk het gesprek te voeren, ik bemerkte dat ik mijn moeder niet wilde opzadelen met nog meer. Tegelijkertijd gaf de weerstand tegen mijn vader hem ook een soort van.... zelfstandigheid ofzo.... Hij moest echt lachen om Hey Google en Koning Hendrik. Het gesprek werd zelfs een beetje gezellig.... Ik denk dat mijn vader echt inziet dat ik ruimte nodig heb, dat hij me claimt en dat onbewust doet. Het belangrijkste is dat ik me heb uitgesproken, ik vond het eng, maar uiteindelijk viel het mee....en ervaar ik meer ruimte. 😊



Streek activiteiten 2024

DATUM:	EVENEMENT:	INFO OP:
10 maart	Foarjiers Kuiertocht, 5, 10 en 20 kilometer,	Start Café O.D.L.
11 maart	Vrouwen van Nu, ledenavond in de Doarpskeamer	19.30 uur
14 maart	Seniorensocieteit, reisje naar Scherjons klompenmakerij	info volgt
15 + 16 maart	Toneelvoorstelling Rjucht & Sljucht Tynje, Cafe Overwijk	
17 maart	Terbandster Tsjerke, Peter & Engbert "de friese Simon en Garfunkel"	
Midden maart	Vrouwen van Nu, Paasworkshop in de Doarpskeamer	info volgt
23 maart	vv Aengwirden afhalen potgrond bij Oerlemans aan de Haudmare	
23 maart	2e Hands Kledingbeurs in het MFA , bar = open	14.00 uur
27 maart	Plaatselijk Belang Algemene Ledenvergadering Café O.D.L.	19.30 uur
29 maart	Samen koken met Yvonne Knijin, in het MFA	11.00 tot 14.00 uur
5 april	Seniorensocieteit, Slotavond door GFTO bij Café O.D.L	20.00 uur
16 april	Vrouwen van Nu, afsluiting seizoen in de Doarpskeamer	19.30 uur
21 april	GFTO Autocross + NK selectiewedstrijd op 'n nieuwe locatie in Tjalleberd	



Wilt u uw activiteit ook melden in de Streek-agenda?
Stuur dan een mailtje naar kopij@aengwirden.nl
Plaatsing in deze agenda gratis.
Kijk voor datum van verspreiding in de colofon.

Wijziging in de kosten voor plaatsing van fullcolour posters.

Ondanks dat we nog steeds te maken hebben met hoge drukkosten, door het hoge aantal pagina's dat we elke maand kunnen vullen, heeft de redactie besloten om vanaf 1 januari 2024 géén extra bijdrage meer voor posters te vragen, wanneer de actie of het evenement 'streek – gerelateerd' is. Wel behouden wij ons het recht voor, om meerdere posters van hetzelfde evenement samen te voegen, te verkleinen of in sommige gevallen niet te plaatsen. Dit zullen we altijd van te voren eerst met de betrokkenen communiceren.
Voor evenementen buiten de streek blijft de bijdrage € 19,00 per plaatsing.

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.

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