MEI INOAR

SUWÂLD

DE DOOD, DEEL 2
In november vieren we Allerzielen. We gedenken ...
Lees het op pagina 6 - 7

NIJE YNWENNER
Ik ben Inge de Groot en sinds 4 maanden woon ...
Lees het op pagina 8 - 9

DORPSBELANGEN
Vanuit Dorpsbelangen het volgende: ...
Lees het op pagina 10 - 11

JONGERENTONEEL
Wat zou jij doen als je terug kon in de tijd, of de ...
Lees het op pagina 14 - 15



Foto genomen door: Celia Spijkstra

De doarpskrante fan Suwâld

NOVIMBER 2026
JIERGONG 50 NÛMER 9

Hjir wurd ik bliid fan

Afgelopen zomer heb ik met allemaal âld-Suwâldsters de fiets4daagse in Appelscha gefietst. We hadden veel bekijks in onze fleurige, dezelfde blouses! Hier worden wij heel blij van.

Tsjikke van der Meulen.



Colofon

REDACTIE

Wilma Bouma
Harry van der Meulen
Annemieke Everaarts
Sanne van der Meulen

KOPIJ

Kopij kunt u mailen naar dorpskrantsuwald@live.nl graag aanleveren in Word bestand. Gestuurde foto's scherp aanleveren.
Voor het volgende nummer de kopij graag inleveren voor: **4 december**

Als u niet wilt dat uw kopij op de dorpswebsite wordt geplaatst, dan kunt u dit aangeven.

VERANTWOORDING

De redactie is niet aansprakelijk voor de inhoud van de toegezonden en gepubliceerde kopij. Zij houdt zich bovendien het recht voor om deze aan te passen of plaatsing te weigeren. Hierover wordt niet gecorrespondeerd.

Anonieme stukken worden niet geaccepteerd.

De Mei Inoar wordt gestuurd naar de Leeuwarder Courant, het Friesch Dagblad en gedrukt naar de gemeente Tytsjerksteradiel en de wijkagente.

De Mei Inoar wordt ook online geplaatst op: **https://doarpsuwald.nl**

ADVERTENTIEBELEID

In de Mei Inoar kunnen advertenties geplaatst worden. De vergoeding van advertenties is vastgesteld op € 25,- per halve pagina voor 1 keer per jaar.

- Vaste sponsors, die buiten 1x per 3 jaar door ons gevraagd worden hun bedrijf te promoten, maar toch een extra advertentie willen plaatsen, vragen we een vergoeding per halve of hele pagina in de dorpskrant.
- Hobbymatige advertenties worden geplaatst, mits wordt voldaan aan de vooraf vastgestelde vergoeding.
- Maatschappelijk kritische onderwerpen worden niet geplaatst en daarom heeft insturen niet veel zin.

Er worden geen kosten berekend als het om een gratis dienst, product of goed doel gaat.

De redactie van de Mei Inoar mag advertenties weigeren en daarnaast zijn wij vrij om het advertentiebeleid aan te passen.

Contactpersonen

Dorpsbelangen Suwâld Albert Visser (voorz., 06-29041959) en Nynke Talsma (secr., 06-10876855) - dorpsbelangsuwald@gmail.com

Mei Inoar Wilma Bouma (06-10611622) - dorpskrantsuwald@live.nl

Oranjevereniging oranjeverenigingsuwald@gmail.com

Website doarpsuwald.nl Sanne van der Meulen - sanne525@msn.com

Suderfinne (activiteiten) Saskia Tuinstra (06-51900609) saskiatuinstra@chello.nl

Suderfinne (feesten) Roelfineke Schievink (06-37327921) schievinkjes@kpnmail.nl

Suderfinne (begrafenissen) Henny Schievink (06-48574837)

It Pypke Lisanne van der Haag (06-57785031) - itpypke@gmail.com instagram@itpypke - facebook/ItPypke

Speelt Wel Sander Wind - secretariaat@speeltwel.nl

Kom Mar Op Jan Visser - kommaroptoaniel@gmail.com

Pypkesjongers Jan Spaans (06-80041667) - buel@casema.nl

Voetbalvereniging Niels Lenes (06-27100385) - nielslenes@gmail.com

Schaak- en damclub Rintje Schievink (06-18805974)

Bridgeclub Hans van Woerden - hrvanwoerden@gmail.com

Biljartclub Auke Cnossen - auke.wikje@knid.nl

Winterwille Harm Hooiveld (06-41475524)

Havenmeester Leendert van der Heide (06-57624840)

Pont Jan van der Wal (06-12238522) info@zonnepont.nl

Jan Jochums Visser Stichting Henny Schievink (06-48574837)

Wijkagent Fenneke Terwindt (0900-8844)

Memento Mori Uilkje Schevel (secr., 06-18633885) / bode Tjitske Hoekstra (06-40606612)

Invullen voor een ander

Tsja, wie doet het niet. Iets invullen voor een ander, toch een oordeel hebben over iemand. Het is zeer menselijk, maar waarom doen we dat eigenlijk. Dat vraag ik mij zo nu en dan best wel af. Het kan verschillende redenen hebben. En het gebeurt zo vaak dat het toch niet was zoals je dacht dat iets zou zijn. Dus ja, hoeveel zin heeft het om dat te doen...

In deze krant vullen we wel van alles in. Maar dat is ingestuurd!. Of omdat we een tip kregen over een dorpsbewoner. Leuk voorbeeld: dat ik een tip kreeg over Renske Kempenaar, die mooie poppen maakt. En hoe vrolijk wordt je van de foto die Tsjikke v.d. Meulen instuurde. Daar word ik dan weer blij van! En de input van toneel, een nieuwe sponsor! Weer veel leesplezier.

Wilma

De dood, deel 2

In november vieren we Allerzielen. We gedenken dan alle doden uit de familie. Een mooie gelegenheid om in het dorpskrantje te schrijven over de dood.
Toen mijn moeder overleed, 25 jaar later, wisten we hoe we het moesten doen. Mijn moeder had een medicijnvergiftiging en lag in een revalidatiecentrum, omdat ze weer naar huis zou gaan. Maar ze kreeg een longontsteking erover heen en toen ging het snel. Nu zijn ze in revalidatiecentra niet gewend dat mensen overlijden, maar we kregen alle ruimte. We sliepen 's nachts bij haar op de kamer, ze legden wat matrassen op de grond en we stonden weer allemaal om haar heen toen ze zachtjes weggleed. Ook mijn moeder was helemaal niet bang. "Ik ben klaar voor het grote avontuur. Ik hoef alleen nog maar even de drempel over", zei ze. Na de kerkdienst en begrafenis troffen we de hele familie bij ons in de tuin. Het leek wel een tuinfeest. De buren vroegen later welk kind er was getrouwd, maar nee, wij herdachten een leven.
Mijn moeder heeft haar hele leven vrijwilligerswerk gedaan. Ik had een lintje voor haar aangevraagd en dat zou ze een paar maanden later krijgen op Koningsdag. Ik belde burgemeester Buma dat ze dat niet zou redden en toen maakten we een afspraak voor over 3 weken. Een dag later belde ik weer om het nog meer naar voren te halen en toen zou hij de week erop komen. Maar mijn moeder had ineens haast en voor de derde keer belde ik Buma dat hij echt nu moest komen want volgende week was ze er niet meer. Buma liet alles vallen en kwam per direct. Het lintje was nog niet eens binnen. Hij liet mijn moeder een kopietje zien van het lintje en van het certificaat. We stonden allemaal om mijn moeder heen toen burgemeester Buma binnenkwam. Mijn moeder vond het geweldig. Ze was al zo moe dat ze Buma toesprak: "Nu is het mooi geweest, nu wegwezen". Daar moesten we erg om lachen. Ze ontving nog alle kinderen, schoonkinderen en kleinkinderen en sprak ze om de beurt even toe. Na het laatste kleinkind deed ze haar ogen dicht en is niet meer wakker geweest. De volgende dag kwam de bode het lintje brengen. We hebben het haar opgespeld, het was erg mooi zo. We hebben wel hardop gelachen toen we lazen dat je een lintje in bruikleen hebt en bij overlijden weer terug moet sturen.
Dus ja, met zulke voorbeelden kun je niet bang zijn voor de dood. Ook nu nog komen we regelmatig op het kerkhof. Als er eentje jarig zou zijn, gaan we picknicken bij mijn ouders' graf en proosten we op hun leven.
De Katholieke begraafplaats in Leeuwarden raakt wel aardig vol. En omdat werkelijk al mijn familie daar ligt, zou ik daar ook wel begraven willen worden. Mark en ik hebben dan ook stiekem een plekje gereserveerd, toevallig naast het

graf van onze pake en beppe was plek vrij. Bij de laatste picknick op het kerkhof vertelde ik het mijn broers en zusje, ik was benieuwd naar hun reactie. Maar ze vonden het zo een mooi idee dat ze gelijk nog 3 plekjes hebben gereserveerd naast die van ons. Dus liggen we straks mooi met zijn viertjes naast elkaar. “Ja”, zei mijn oudste broer, “ons hele leven trekken we al samen op, nu liggen we straks ook in de dood naast elkaar”. Ik vind het een pracht idee.

Heleen Andringa

Samar in momint

Ergens in oktober werd ik getipt. Dat Renske Kempenaar mooie poppen haakt. Deze poppen zijn oa voor World Servants op de kerstmarkt verkocht. Maar ook voor Unicef zijn er poppen gemaakt. Ik ging even bij Renske langs om een paar poppen op de foto te zetten. Prachtig Renske.







Nije ynwenner fan Suwâld

Kun je je in het kort voorstellen?
Ik ben Inge de Groot en sinds 4 maanden woon ik in Suwâld. Op de Ds. Pelstraat 7. Daarvoor heb ik drie jaar in Weidum gewoond. Ik ben 43 jaar geleden geboren in Leeuwarden. Tot mijn 15e. Toen zijn we verhuisd naar Wytgaard. Mijn ouders wonen nog in Wytgaard. Mijn zus woont in Stiens, met twee neefjes en mijn broer woont op zichzelf in Leeuwarden.
Ik heb verschillende banen gehad, ben wel altijd in contact met mensen.
Ik heb in supermarkten gewerkt. En heb ook voor zorgverzekeraars gewerkt; bij de Coöperatie VGZ, om zo te zeggen, tot callcenterwerk. Zowel bij mensen aan huis, als in een instelling.

Wat heeft je in Suwâld gebracht?
Hester, mijn vriendin, waar ik sinds 3 jaar een relatie mee heb. Op een gegeven moment kwamen we erachter dat de buurvrouw van Hester ging verhuizen. Dus dat deze woning vrij zou komen. Lang verhaal kort; op de woning gereageerd en gekregen. Is dit nu een LAT-relatie? Wat het ook is, Hester en Inge zijn er blij mee. Zo wonen ze samen en toch ook weer niet.

Wat hoop je in Suwâld te vinden?
Dat heb ik al gevonden. Hester! En doordat ik Hester ken, ken ik inmiddels al veel mensen in Suwâld. Al vrij snel nadat Hester en ik een relatie hadden, werd Henny (schoonmoeder) 60. Tijdens het feest dus toen ook meteen de hele familie ontmoet. En samen passen ze ook vaak op de neefjes van Hester. Bij hun hoort ze er ook helemaal bij. Als Hester alleen oppast, wordt er meteen gevraagd, waar is Inge?

Wat mis je in Suwâld?
Helemaal niks. Door Hester ken ik hier al heel wat mensen. En mocht ik wat uit een winkel willen; Burgum is op 10 minuten afstand. En wanneer ik uit mijn werk kom, kan ik ook bij een winkel langs rijden...

Heb je ook hobby's?
Ik houd van lezen. Heb een abonnement op thrillers en op Wattpad. En dan Fanfiction stories. Dit zijn boeken geschreven door fans van bekende series, zoals bv. Flikken Maastricht. De hoofdpersonen komen in andere situaties, relaties terecht dan in de serie. Dit is erg leuk om te lezen. Verder vind ik wandelen ook heerlijk.
Inmiddels ga ik elk jaar naar Duiven. Daar is een grote kerstmarkt. En omdat ik

het leuk vind om kersthuisjes uit te stallen, doe ik daar weer inspiratie op. Dit doet ze samen met goede vrienden en inmiddels gaat Hester ook mee. Hester en Inge doen veel dingen samen, maar hebben ook zeker hun eigen dingen, vrienden.
Verder ben ik een groot fan the Backstreet Boys. Dit is echt een guilty pleasure. Daar ben ik meerdere keren geweest.
Ik heb heel lang fittdance gedaan. Dit is een combinatie van fitness en dance. Maar daar ben ik mee gestopt. Inmiddels sport ik nu thuis. Via een app op de telefoon doe ik oefeningen thuis.
Ook houd ik van weekendjes weg met vrienden. Ik ben graag onder de mensen en met vrienden.

Zijn er leuke weetjes?

- Ik ben geboren met een kromme pink en dat is nog zo. Ik ben er 3 maal aan geopereerd, zonder resultaat. Het is wel goed zo.
- Sinds twee jaar doet Inge weer aan Sinterklaas. Samen met de schoonfamilie. En dit is altijd supergezellig.
- Tijdens de eerste date was het meteen zo gezellig, dat ze de tijd vergaten en daardoor kwam Inge bijna te laat voor haar werk. Dat het klikte was wel meteen duidelijk!
- Inge heeft twee katten. Rakker en Milow.
- Mijn lievelingsdieren zijn zeehonden. Dat zie je in dit huis niet heel erg terug, maar ik heb veel beeldjes van zeehonden.
- Hester en Inge liggen best wel met veel dingen op één lijn. Maar qua eten liggen ze wel wat meer uit elkaar. Hester houdt b.v. echt niet van vis, en ik daarentegen weer wel. We eten veel samen. En dan soms beide wat anders en dat is oke.
- Inge heeft een Nederlandse en een Friese naam. Inge Renske.



Dat Inge het hier naar haar zin heeft, is tijdens het interview heel erg te merken. Nog heel veel en lang woonplezier hier!!

Wilma Bouma

Nieuws van Dorpsbelangen

Beste dorpsgenoten,

Vanuit Dorpsbelangen het volgende:

AED
Voor de AED-training, welke op 5 november jl. heeft plaatsgevonden, hadden zich 13 personen uit ons dorp opgegeven.

Vuurwerkactiviteit jaarwisseling
De gemeente heeft ons dorp een ontheffing verleend van het vuurwerkverbod voor het organiseren van een vuurwerkshow in het weiland aan de Monnikenweg op 31 december 2026 om 18.00 uur. Voor het verlenen van de ontheffing is een door Dorpsbelangen een Veiligheidsplan geschreven en ingediend.

Verkeersavond
De voor de maand oktober geplande verkeersavond wordt uitgesteld naar januari 2027. Het is de bedoeling om dan over de verkeerssituatie in en rondom ons dorp van gedachten te wisselen. Samen met de gemeente kunnen we knelpunten en verbetervoorstellen inventariseren.

Waterkwaliteit PM-kanaal en zandwinputten
Een aantal jaren geleden heeft zich een handhavingskwestie voorgedaan rondom het storten van met PFAS-vervuilde grond en baggerspecie in de zandwinputten bij Suwâld. Vanuit Dorpsbelangen is daarom bij het Wetterskip Fryslân navraag gedaan naar de huidige waterkwaliteit van deze zandwinputten. Uit de van het Wetterskip ontvangen informatie blijkt dat de achtergrondconcentraties PFAS in het PM-kanaal vergelijkbaar zijn met andere locaties. Voor het Wetterskip is dit geen aanleiding voor een nader onderzoek.

Verenigingenavond
Op 20 november aanstaande wordt er voor de tweede keer een gezamenlijke avond georganiseerd voor de verenigingen en stichtingen in ons dorp. De verenigingen hebben daar een uitnodiging voor ontvangen. Onderwerpen die in ieder geval aan bod komen zijn: subsidies; evaluatie openingsweek De Suderfinne / bloeiweek; voorstel samenvoegen jaarvergaderingen.

Dorpsapp

Het is mooi om te zien dat er al veel gebruik wordt gemaakt van onze dorpsapp. Nieuwtjes en activiteiten zijn op deze manier voor iedereen snel beschikbaar. De mensen die de app nog niet hebben kunnen deze downloaden door gebruik te maken van onderstaande QR-code.

https://suwald.nl/

Vergaderingen bestuur van Dorpsbelangen
Op de derde woensdag van de maand vergadert het bestuur van dorpsbelangen. Inwoners die in gesprek willen met het bestuur kunnen dat kenbaar door een mailtje te sturen naar: dorpsbelangsuwald@gmail.com.

Namens Dorpsbelangen Suwâld,
Albert

Activiteiten Suderfinne

In 2027 hebben we ook weer een aantal leuke activiteiten voor jong en oud.

15 januari 2027:
Playbackshow voor iedereen in Suwâld tot en met 12 jaar. Wereldberoemd worden in Suwâld. Het is nu je kans.

12 februari 2027:
De Pubquiz. Test je kennis. Wie wordt dit keer de slimste groep van Suwâld. Maximaal 6 personen per groep.

20 maart 2027:
Stadswandeling historisch Leeuwarden en eventueel de Joodse wijk.
We kennen allemaal de winkelstraten in Leeuwarden. Maar Leeuwarden is veel meer dan alleen winkels. Frits Rijpma neemt ons deze middag mee en vertelt tijdens een ongeveer 1,5 uur durende wandeling over Leeuwarden.
Wie gaat er mee?

Voor meer info, of wil je je alvast opgeven voor een activiteit, dat kan bij Henk of Wikje

Groetnis,
Henk (06-48048137) en Wikje (06-37335466)

Dank voor alle lieve reacties!

Medio september heb ik tijdens mijn schippersdienst op de pont aan het Schalkediep een lelijke val gemaakt, waarbij ik mijn dijbeen heb gebroken. Mijn laatste dienst van het seizoen eindigde zo in het ziekenhuis.

Wat er na thuiskomst op ons afkwam, heeft ons echt geraakt. De bezoekjes, kaartjes, bloemen, het fruit uit eigen tuin, maar ook alle lieve woorden en berichtjes waren hartverwarmend. Het heeft ons zo goedgedaan te merken hoeveel mensen uit ons dorp en daarbuiten met ons meeleefden.

We zouden iedereen graag persoonlijk willen bedanken, maar dat lukt helaas nog niet. Daarom doen we dat op deze manier. Heel veel dank! Ook willen wij de mensen bedanken die ter plaatse waren en mij hebben bijgestaan in de periode voordat de hulpdiensten arriveerden.

Inmiddels zijn we zes weken verder en gaat het gelukkig stapje voor stapje de goede kant op. Met hulp van de fysiotherapeut werk ik aan mijn herstel en hoop ik komend seizoen weer te mogen schipperen.

Lieve groet,

Yvette en Jan
Kerkbuurt 40

Koop je kerstboom in eigen dorp!

Na het succes van vorig jaar verkopen we ook dit jaar weer Nordmann kerstbomen. De kerstbomen hebben een hoogte van ongeveer 1,80 tot 2,00 meter en zijn allemaal voorzien van een kluit en pot.



De voorraad is beperkt, dus wil je zeker zijn van een kerstboom?
Loop even langs, reserveer alvast eentje en haal ‘m eventueel later op!

Algemene verkoop start eind november/ begin december.

Familie Kooi, kerkbuurt 52

Kerstworkshop / DIY-pakket

Dit jaar gaan we een kerststuk maken in een koffertje.
Heb je zin om te komen of wil je een DIY-pakket bestellen om lekker thuis alleen of met een groepje te knutselen. Meldt je dan aan voor 4 december, tel. 0618633885

Workshop data zijn; maandag 7, dinsdag 8 en evt woensdag 9 december

We starten om 19.45 uur.

Het pakket kan worden opgehaald op 7 december v.a. 15.00 uur.

Kosten € 25,-

Groeten, Klasien en Uilkje
Louwsmarwei 5 Suwâld

Taiso

Introductiecursus Taiso in de Suderfinne

Naar aanleiding van de workshop tijdens de openingsweeg Suderfinne/ bloeiweek lijkt het ons leuk om een vervolg hierop te organiseren.

Taiso is een gezellige, anders-dan-anders beweegactiviteit voor 60 plussers (50 plussers zijn bij ons ook van harte welkom).

Een taiso-les duurt een uur en bevat oefeningen voor het evenwicht, kracht en coördinatie.

Natuurlijk is er voor en of na de les ook tijd voor koffie/thee en een praatje.

De introductiecursus bestaat uit 5 lessen en het voorstel is om dat te organiseren in de maand februari en de eerste week van maart op de woensdagochtend. En dit wordt wederom gegeven door Michiel Commandeur.

Lijkt het je wat, of wil je meer informatie dan kun je contact opnemen met Henny Schievink (06-48574837).

Groet, Henny Schievink en de activiteitencommissie van de Suderfinne

Jongerentoneel speelt voorstelling 'Tante Riek'

Wat zou jij doen als je terug kon in de tijd, of de toekomst kon veranderen? Kijk je weg als iemand onrecht wordt aangedaan, of kom je op voor een ander? De spelers van het jongerentoneel van Kom mar Op! zijn met deze vragen aan de slag gegaan. Het resultaat is de voorstelling 'Tante Riek', een verhaal over een ietwat vreemde enge, oude vrouw.

Onder begeleiding van Marleen bedachten de ongeveer tien spelers uit de oudste bovenbouwgroep zelf de basis voor dit verhaal. Ze gingen op zoek naar een echte held uit de geschiedenis en kwamen uit bij Tante Riek, Helena Rietberg, een verzetsheldin uit de Tweede Wereldoorlog. Met een sprong terug in de tijd ontdekken we wie zij was en wat haar verhaal ons vandaag nog kan vertellen. Want je hebt helemaal geen superkrachten nodig om verschil te maken!

De voorstelling zet ook aan het denken. Want. Is die vrouw wel zo eng? Hoe snel geloven we een verhaal over iemand? Doen we mee met roddels of durven we zelf na te denken? En zouden we opstaan tegen onrecht als het erop aankomt?

Het is ontzettend leuk om te zien hoe de kinderen in korte tijd groeien.

Voor sommigen is het de eerste keer dat ze een script in handen krijgen. Dan moet je niet alleen je tekst leren, maar ook ontdekken hoe je bijhoudt waar je bent gebleven op de pagina, terwijl je samen met de anderen op de vloer staat met wiebelende benen. In slechts een handvol repetities werken ze toe naar een complete voorstelling. En dat met zichtbaar veel plezier!

Ook de jongste groep van het jongerentoneel doet mee tijdens de inloop van de voorstelling.

Kom kijken!
Op **maandag 30 november om 17.30 uur** is 'Tante Riek' te zien in De Suderfinne. Natuurlijk is er ook weer een loterij & dit keer kun je achteraf ook lekker patat eten, want de bar is open.

Dus ouders, pakes, beppes, familie, vrienden en dorpsgenoten: kom kijken en moedig deze jonge spelers aan! Kaarten reserveren kan via kommarop.frl

(Kaarten voor kinderen gratis, volwassenen 5 euro)

Wist je dat...?

De kinderen zélf, met een beetje hulp van ons, het decor bouwen voor hun voorstelling?

Op 8 november hadden we een heuse 'maakdag'. Samen met een paar handige Harries (ouders!) gingen de kinderen aan de slag met het maken van decorstukken. Zo ontdekken ze dat er bij toneelspelen veel meer komt kijken dan alleen op het podium staan. Ook achter de schermen kun je je creativiteit kwijt. En dat is natuurlijk superleuk!

Ook tijdens de Worst en Snert actie zijn de kinderen weer van de partij. **Op 11 en 12 december verkopen we traditiegetrouw worst en snert van Rijpma.** De opbrengst gebruiken we voor nieuwe ideetjes, decorstukken en andere benodigdheden voor onze toneelvoorstellingen, zowel bij het jongerentoneel als bij het volwassenentoneel. En natuurlijk lopen de kinderen zelf ook weer gezellig mee. Zo dragen ze op hun eigen manier een steentje bij aan het toneel in het dorp!





Stamppot Buffet

Gezelligheid in de Suderfinne.









Omdenkverhaal deel 2

Wat een avontuur. De Dam tot damloop lopen. Dat het voor mij een hele uitdaging was, bleek uit het feit dat ik het HEEL groot maakte in mijn hoofd. Verschillende apen en beren kwamen op mijn pad in de aanloop naar de Dam tot damloop. Wie de details nog eens wil horen is welkom.

Wat het mij gebracht heeft;

- Vele mooie gesprekken over the Blooming Bakery,
- Naamsbekendheid voor the Blooming Bakery,
- Een klant die aanbood op zijn werk een mooie cheque te maken.
- Een goed gevoel om wat voor een ander te doen.
- En het fantastische bedrag natuurlijk!! € 1.982,46.

Voor iedereen die een donatie heeft gedaan. Superbedankt.
Voor wie van plan was een donatie te geven, maar dit is vergeten of niet aan toe gekomen...
Ik verzin vast wel weer een actie. ;)

Dit was mijn (omdenk) verhaal! Staat jouw verhaal hier volgende keer. Mag een heel ander verhaal zijn. Waar wil je eens iets over kwijt. Wat wil met ons delen. Het lijkt ons heel leuk jouw verhaal in de dorpskrant te zien!

Wilma Bouma





Sponsoren

Aya! - aya.reclexintegratie / praktijk.aya@gmail.com
Bosma verreiker verhuur - bosmaverreikerverhuur.nl (06-52006743)
Tjalma auto's - (0511-482264)
Tij Uitvaart - tijuitvaart.nl (0511-474730)
Wessel Makelaardij - info@wesselmakelaardij.nl (06-28256681)
Kooycoaching - durkje@kooycoaching.nl (06-52377314)
Postma tankstations B.V. Tytsjerk - tankpostma.frl (0511-431256)
Hoekstra Flowers - (06-55564189)
FocuSVerzekeringen - froukje@focusverzekeringen.nu (06-81907531)
Rekladruk - rekladruk.nl (058-2562877)
C. van den Adel - cvandenadel.nl (0511-469980)
Loon- en aannemersbedrijf van der Meulen - vandermeulensuwald.nl (06-12990365)
Rodenburg Projectleiding - www.rodenburg-projectleiding.nl (06-46156653)
Kaashandel van der Wal - vdwalarjen@gmail.com (06-12553195)
Zonnepont Schalkediep - zonnepont.nl
JK Interieuradvies - jenny@jkinterieuradvies.nl
Zuidema Metselwerken B.V. - zuidemametselwerken.nl (06-15961991)
Suderfinne en 't Pypke
't Fiskhûs - Fuormanderij 55 Hardegarijp (0511-472576)
Uw Slager Wijbenga - wijbenga_m@hotmail.com (0511-431258)
Onderhoudsbedrijf Braaksma - (06-33706472)
Mitra Slijterij 't Span - mitra.nl (0511-464020)
Moai mei Geke - www.moaimeigeke.nl (06-44105432)
JA Asbestsanering en milieutechniek - jabv.nl (06-11410472)
Pedicure Wilma Bouma - pedicurewilmabouma.nl (06-10611622)
Bouwbedrijf Reitsma - info@bouwbedrijfreitsma.nl
Drankenspeciaalzaak Jelle - drankenspeciaalzaakjelle.nl (058-2138469)
Schoonmaak- en schildersbedrijf H. Zijlstra - sshz.nl (06-54995890)
Boekhandel Burgum - boekhandelburgum.nl (0511-463737)
Jeeninga Bouw - jeeninga-bouw.nl (06-20985221)
Maatwurk W.D. van Vaals - maatwurk.nl (06-50222073)
Fortibox - info@fortibox.nl (0511-748888)

Sponsor aan het woord

Wat als er iets anders achter zit?



Sinds kort ben ik gestart met mijn eigen praktijk **Aya!** in Sneek, gericht op reflexintegratie, visuele screening en training. Daarnaast werk ik als jeugd- en gezinsprofessional bij Kinderpsychologenpraktijk ZO!-Zorgoplossingen in Leeuwarden.
In mijn werk ontmoet ik regelmatig kinderen waarbij het thuis of op school niet helemaal loopt zoals verwacht. Ze zijn bijvoorbeeld snel afgeleid, vinden stilzitten lastig, lopen vast met lezen en schrijven, hebben hoofdpijnklachten of komen oververmoeid uit school. Vaak wordt gedacht dat een kind zich beter moet concentreren, meer moet oefenen of simpelweg harder zijn best moet doen. Wat als er iets anders achter zit?

Kijken naar de oorzaak

Vaak ligt het niet aan de wil van een kind. Soms spelen actieve reflexen nog een rol of werken de ogen niet optimaal samen. Dat kan invloed hebben op gedrag, concentratie, motoriek en het leren op school.
Een voorbeeld hiervan is de **Spinale Galant-reflex**. Deze reflex op de rug speelt een belangrijke rol tijdens de geboorte. Wanneer deze reflex actief blijft, kan iedere aanraking van kleding of een stoelleuning zorgen voor een **automatische reactie** van het lichaam. Dat kan invloed hebben op concentratie, motoriek en soms zelfs op zindelijkheid, wat zich vaak ook kan uiten in vermoeidheidsklachten.
Naast reflexen kijk ik ook naar de samenwerking van de ogen en hoe het brein visuele informatie verwerkt. Een kind kan bijvoorbeeld prima zien, maar toch moeite hebben met lezen of schrijven doordat de ogen niet goed samenwerken of omdat het verwerken van visuele informatie veel energie kost.

Begrijpen wat er speelt

Met reflexintegratie en visuele screening onderzoek ik of er nog primaire reflexen actief zijn die een kind beperken in zijn ontwikkeling. Daarnaast kunnen we kijken naar de prikkelverwerking: waar krijg je energie van en welke prikkels kosten juist energie?

Meer weten?

Wil je meer weten over reflexintegratie, visuele screening of visuele training? Neem gerust contact op of spreek me eens aan.

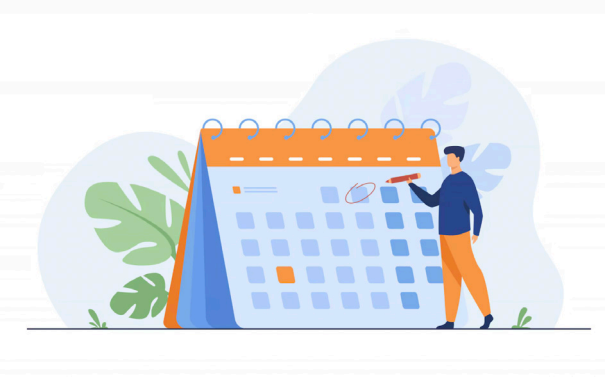
Groetjes, Jeltje
Aya! Praktijk voor reflexintegratie
& visuele screening en training

Website: www.aya.frl
Instagram: @aya.reflexintegratie
E-mail: praktijk.aya@gmail.com

Doarpsaginda

Datum	Oanf.tiid:	Novimber:	Lokaasje:
10	20.00	Gearkomste Suderfinnebestjoer	Suderfinne
	20.00	Skaken en damjen, biljerten	“
11	14.00	Shantykoar	“
12	19.45	Speelt Wel	“
14	20.00	Darten	It Pypke
16	16.45	Les Jongereintoaniel	Suderfinne
	19.45	Repetysje toanielferiening	“
17	20.00	Skaken en damjen, biljerten	“
18	14.00	Shantykoar	“
	20.00	Gearkomste Doarpsbelangen	It Pypke
19	19.45	Speelt Wel	Suderfinne
20	20.00	Gearkomste Doarpsbelang foar ferienings	“
21	14.30	Sinteklaas yntocht	Doarp
23	16.45	Generale repetysje Jongereintoaniel	Suderfinne
	19.45	Les toanielferiening	“
24	20.00	Skaken en damjen, biljerten	“
25	10.00	In noflike kofjemoarn	“
	14.00	Shantykoar	“
	20.00	Gemeentejûn Tsjerke	“
26	19.45	Speelt Wel	“
27	19.30	Klup	It Pypke
28	20.00	Darten	“
30	16.00	Foarstelling Jongereintoaniel	Suderfinne
	19.30	Repetysje toanielferiening	“

n



Doarpsaginda

Datum	Oanf.tiid:	Desimber:	Lokaasje:
1	20.00	Skaken en damjen, biljerten	Suderfinne
2	14.00	Shantykoar	"
3	19.45	Speelt Wel	"
7	19.30	Repetysje toanielferiening	"
8	20.00	Skaken en damjen, biljerten	"
9	14.00	Shantykoar	"
10	19.45	Speelt Wel	"
11	19.30	Klup	It Pypke
12	20.00	Darten	"
14	19.30	Repetysje toanielferiening	Suderfinne
15	20.00	Skaken en damjen, biljerten	"
16	14.00	Shantykoar	"
	20.00	Gearkomste Doarpsbelangen	It Pypke
17	19.45	Speelt Wel	Suderfinne
23	14.00	Shantykoar	"
24	12.30	Speelt Wel, verkeap taarten	"
30	10.00	In noflike kofjemoarn	"
	14.00	Shantykoar	"
31	19.45	Speelt Wel	"

Intocht Sinterklaas

Hallo allemaal,

Nog even wachten en dan het weer zover!
Wij, mijn Pieten en ik , komen weer
naar jullie toe met de boot.
21 november is het zover wij komen
aan wal in Suwâld om 13.30 u.
De bedoeling is dat ik met mijn Pieten
door het dorp wandel om dan om 14.30 u.
aanwezig te zijn bij de Suderfinne.
De groepen 1 t/m 4 zijn daar welkom bij de
Sint en zijn pieten, 5 t/m 8 gaan naar het
Pypke voor een film.
Heb er weer veel zin in om jullie allemaal op
21 november te ontmoeten.

Gr., Sinterklaas en zijn Pieten.

Spokenjacht

24 oktober een geslaagde Spokenjacht met in de middag de onderbouw en in de avond de bovenbouw. Bij ieder ‘spook’ mochten de deelnemers een opdracht uitvoeren en kregen daarvoor een letter. Met het bij elkaar gepuzzelde woord kon de schatkist geopend worden in de Suderfinne!













Foto genomen door: Celia Spijkstra