

# Weststellingwerf Express

informatie uit uw regio



Jeroen zoekt herinnering voetbalkamp

P3

Sport



Kunstwerken Postma in Weststellingwerf

P5

Kunst en Cultuur



Titi Zaadnoordijk gaat op studiereis

P10

In de regio

Doorbraak in waterontharding

H2O Pro  
€675,-

Doorbraak in prijs en techniek

**H2O Pro**

Tel.: 085-1303991



Oplage: 11.000 exemplaren

Jeltje van Nieuwenhoven opende vernieuwde museum in 2001

## Nationaal Vlechtmuseum bestaat twintig jaar

door Hilda Knol

**NOORDWOLDE - Het Nationaal Vlechtmuseum bestaat twintig jaar. Met een Wall of Fame wil het museum de duizend leerlingen eren die de Rijksrietvlechtschool hebben bezocht. 'Zij hebben het vlechtambacht groot gemaakt!'**

De in Noordwolde geboren Jeltje van Nieuwenhoven opende op 28 april 2001 het vernieuwde museum. Zij kwam aanrijden in een met pitriet beklede auto. Een ver familielid van haar, Iwan van Nieuwenhoven, is sinds maart vorig jaar directeur van het museum. Hij vertelt dat Jeltjes vader stoelenmaker was. 'Je hoefde haar dus niet te vertellen wat het Rietvlechtmuseum voor Noordwolde betekende, omdat hier bijna een eeuw lang mensen in rietvlechtindustrie werkten'. Samen met officemanager Bianca Veldhuizen blikt hij terug op de afgelopen twintig jaar en vooruit op de toekomst van het museum.

### Sociaal culturele hart

Bianca vertelt eerst over het Rotacentrum, de voorloper van het Nationaal Rietvlechtmuseum, dat sinds 1989 in 't Olde Vat gevestigd was. 'In 2001 verhuisde het museum naar ons huidige pand, waarin van 1912 tot 1969 de Rijksrietvlechtschool en later een middelbare school waren gehuisvest'. Iwan voegt daaraan toe dat in het Rijksmonument ook de bibliotheek en het buurthuis werden gevestigd en vlak daarnaast de Ven-



Iwan van Nieuwenhoven en Bianca Veldhuizen in de expositie 'Rotan: Van de wieg tot het graf'.

Foto: Hilda Knol

sterschool. 'Deze locatie is uitgegroeid tot het sociaal culturele hart van Noordwolde'. Van plaatsgenoten weten Bianca en Iwan dat in de beginperiode dagelijks vier of vijf bussen met 50-plussers naar het museum kwamen. De laatste jaren bestaan die groepen vooral uit 70-plussers en komen jongere mensen zelf op het museum af.

### Bloomrijk Vlechtwerk

Na de drukke beginperiode heeft het museum haar best gedaan om met jaarlijks drie nieuwe exposities en nieuwe presentatietechnieken mensen te verleiden tot

een herhaalbezoek. Bianca vond de expositie met de Spaanse vlechter Carlos Fontales bijzonder. 'Hij gebruikte espartogras om mee te vlechten'. Aan de Belgische Min Spillemaeckers, die vorig jaar een expositie gaf, heeft Iwan mooie herinneringen. 'Zij vlecht met van alles, van gras tot allerlei stoffen en fietsenbanden aan toe'. Ook noemt hij de expositie die de naam 'Bloomrijk Vlechtwerk' droeg. 'In die tijd was ik fotograaf en heb ik Phil Bloom, die de expo opende, op de foto gezet'. Dit fotomodel verscheen als eerste bloot op de televisie, terwijl zij op een zogenaamde gevlochten knopstoel zat. In 2016 on-



derging het museum een grote renovatie en herinrichting.

### Wall of Fame

Met een Wall of Fame wil het museum eind 2021 de duizend oud-leerlingen van de Rijksrietvlechtschool eren. 'Zij hebben het vlechtambacht groot gemaakt en daarom willen we hen op een voetstuk plaatsen', motiveert Iwan. Museumbezoekers vertellen hem vaak dat hun vader, oom of moeder op de school heeft gezeten. 'Straks kan ik ze naar deze herdenkingswand verwijzen'. Voor de toekomst heeft het museum ook allerlei plannen. 'We willen het museum met kijkkasten aantrekkelijker voor kinderen maken en voor volwassenen een audiotour ontwikkelen', zegt Iwan. Steeds meer gaan samenwerken met musea en toeristenondernemers in de regio is een ander speerpunt komende tijd. Zodra het museum weer opengaat, kunnen bezoekers de nieuwe expositie: 'Rotan: Van de wieg tot het graf' bekijken. Kijk voor meer informatie en openingstijden op [www.vlechtmuseum.nl](http://www.vlechtmuseum.nl).

**Tuin Totaal Center**  
Blokhuizen Scherp en Sterk in Maatwerk

**Maatwerk?**

Bij ons verrassend voordelig!

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

[www.tuintotaalcenter.nl](http://www.tuintotaalcenter.nl)

- VERKOOP  
- VERHUUR

**Van REES Trailers**

- ONDERHOUD  
- TRANSPORT

KOEMATEN 16 8331 TK STEENWIJK 0521- 361584 [INFO@VANREESTRAILERS.NL](mailto:INFO@VANREESTRAILERS.NL)

[WWW.VANREESTRAILERS.NL](http://WWW.VANREESTRAILERS.NL)

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

Neem vrijblijvend contact op met ons.

**Boshuis media**

Venneland 37 • 7711 VG Nieuwleusen  
[info@boshuismedia.nl](mailto:info@boshuismedia.nl) • 038-4579749  
[www.boshuismedia.nl](http://www.boshuismedia.nl)

**DRUK HIER UW FOTO'S AF**

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

\* Tel. 0561 617075  
[info@vewo.nl](mailto:info@vewo.nl) \* [vewo.nl](http://vewo.nl)

- SCAN QR
- SELECTEER PRODUCT
- KIES UW FOTO'S
- PAS ZE AAN
- VERZEND UW ORDER
- BETALEN & OPHALEN



**LOW PRICE DOET HET ZO:  
BIJ ONS GÉÉN  
PRIJSVERHOGINGEN  
EN ALLES VAAK DIRECT  
LEVERBAAR DOOR  
GOED IN TE KOPEN!**

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



Europese topkwaliteit!

**LOW PRICE  
MEUBEL OUTLET**

**U vindt ons aan de A32 bij de  
Mac.Donalds in Steenwijk:  
Hier staat uw nieuwe interieur!**

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



Europese topkwaliteit!

**LOW PRICE  
MEUBEL OUTLET**

Direct aan de A32 > afrit 6

**Steenwijk**

Woldmeentherand

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

Géén Koopavonden. Tel.: 06 -199 18 411

**INGANG: HALFORDS , BEVER EN RAVEN!**

LET OP: MAANDAG OOK OPEN VAN 13.00 -17.00 UUR

**WEG MET DIE KILO'S!**

Ontspannen afslanken en spieren trainen met succes

*Je bent van harte welkom*



**Kennismakingsaanbieding**

Intake incl. behandeling van  
~~€ 89,-~~ voor slechts € 59,-

Geldig t/m 30 juni 2021

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

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

**EASYSLIM.NU®**

*Simpel, Snel, Slank!*

\* Resultaten ter inzage conform privacywetgeving

**Al 6 jaar de succesformule  
voor afslanken**

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

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

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

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



Jouw Easyslim.nu vestiging

Easyslim.nu Friesland

Lemmer | Heerenveen | Leeuwarden | Sneek | Drachten

Bel of App 0683854719 | mail [friesland@easyslim.nu](mailto:friesland@easyslim.nu) of boek online via [www.easyslim.nu](http://www.easyslim.nu)



‘Communicatie is cruciaal’

## Karin is vrijwillig buurtbemiddelaar

door Hilda Knol

**WOLVEGA - Bewoners in de gemeenten Weststellingwerf, Ooststellingwerf en Opsterland die problemen hebben met hun burenen, waar ze niet zelf uitkomen, kunnen gratis laagdrempelig hulp krijgen van Scala Buurtbemiddeling. Getrainde vrijwillige bemiddelaars gaan daarbij met beide burenen in gesprek. Karin (56) is zo'n bemiddelaar en vertelt wat haar werk inhoudt.**

Karin is sinds 2018 verbonden aan Buurtbemiddeling. ‘Voor die tijd was ik maatschappelijk begeleider bij Vluchtelingenwerk Noord-Nederland (VWNN), maar na mijn verhuizing ging ik op zoek naar ander vrijwilligerswerk’, vertelt ze. Na een sollicitatiegesprek met de coördinator van Buurtbemiddeling besluit ze de uitdaging aan te gaan en de opleiding van vier dagdelen te volgen. Daar leerde ze dat luisteren en observeren en door verhalen van mensen heen prikken, belangrijk zijn voor de functie. Afgelopen drie jaar heeft Karin regelmatig een bemiddelingsgesprek gevoerd met burenen in het hele werkgebied die een conflict hebben. Die gesprekken voert ze trouwens altijd samen met een andere vrijwillige bemiddelaar. In complexe situaties sta je immers samen sterker.

### Kraaiende haai

De conflicten waarvoor de burenen hulp vragen zijn heel divers. ‘Het kan om kleine dingen gaan, zoals overlast van een kraaiende haai, onenigheid over een paaltje van de erfafscheiding of lawaai door traplopen’. Uit ervaring weet Karin dat achter deze problemen vaak meer schuilgaat. Ze vindt het een uitdaging om dat boven tafel te krijgen. Samen met haar collega bemiddelaar gaat Karin altijd eerst afzonderlijk met beide burenen in gesprek. Het doel hiervan is om te komen tot een gezamenlijk bemiddelingsgesprek op een neutrale locatie. Tijdens het bemiddelingsgesprek maken de burenen zelf onderling afspraken, waar ze elkaar later weer op kunnen aanspreken. Soms vindt Karin dat wel eens moeilijk. ‘In mijn vorige vrijwilligerswerk was ik gewend om zelf oplossingen aan te dragen, nu is mijn taak vooral het gesprek te leiden’.

### Communicatie

De oplossingen die burenen aandragen voor hun conflict kunnen heel eenvoudig zijn. ‘Leefoverlast kun je bijvoorbeeld verminderen door viltjes onder stoelpoten te plakken of bekleding op de trap aan te brengen’, geeft Karin

als voorbeelden. In alle gevallen vindt ze goede communicatie cruciaal. ‘Als je niet met elkaar wilt praten, dan vind je geen oplossingen’. Ze adviseert om niet te lang te wachten om dat gesprek met elkaar aan te gaan. ‘Hoe langer je wacht, hoe moeilijker het wordt, vooral ook als er meerdere partijen bij het conflict betrokken raken, zoals woningcorporaties en politie’. Karin vindt het belangrijk om ook aandacht te hebben voor de partners van de ruziënde burenen. ‘Die hebben een andere kijk op de zaak en kunnen de eigen partners veel beter doorgronden’.

Het mooie van haar werk vindt Karin dat ze burenen de helpende hand kan bieden. ‘Hoe mooi is het als mensen weer rustig naast elkaar kunnen leven en elkaar helpen? Dat noemden we vroeger noaberschap, maar ook nu zou ik dat voor iedereen willen wensen’.

Buurtbemiddeling is bereikbaar via telefoonnummer: 06-54350855 of 0516-567220 of e-mail: buurtbemiddeling@scala-welzijn.nl.



Buurtbemiddelaars gaan eerst met beide burenen afzonderlijk in gesprek. Foto: Pixabay

Trainer en eigenaar voetbalschool hoopt op wauw-ervaring

## Jeroen Dekker zoekt de zoete herinnering van voetbalkamp

door George Huisman

**WILLEMSOORD/WOLVEGA – Zijn ogen dwalen even weg bij de zoete herinnering: ‘Vroeger vond ik voetbalkamp het allermooiste wat er bestond. We gingen met Wolvega als D-tjes altijd op voetbalkamp, een heel weekend lang naar Appelscha, een heel weekend lang voetballen en plezier maken. Ook zwemmen, tentje slapen. Dat heb ik nooit vergeten, dat vond ik zo fantastisch, daar keek je naar uit en nu heb je dat bijna niet meer’. En dáár wil Jeroen Dekker, voetbalman pur sang, verandering in aanbrengen. Hij was net twee, drie jaar met zijn voetbalkamp op weg toen hij werd gedwarsboomd door corona. Vorig jaar dus geen voetbalkamp, dit jaar in de herkansing, andermaal op camping Krolsbergen in Paasloo, op vrijdag 25, zaterdag 26 en zondag 27 juni.**

‘Ik bedacht: dat moeten we hier in de regio hebben. Ik kende Remco Krolsbergen van de gelijknamige camping, dus de plek was voordehand liggend. We hebben nu al dertig, 35 aanmeldingen, gaat hartstikke goed. Deelnemers variëren in leeftijd van vijf, zes jaar tot en met zestien. Het kamp is met overnachting, al kunnen kinderen er ook voor kiezen niet te blijven slapen’. ‘We hebben twee grote leger-tenten, jongens en meiden slapen apart. Ook de trainers slapen in aparte tenten. We hebben ervaren en gediplomeerde jongens- en meidentrainers, daarnaast een aantal extra vrouwen mee voor begeleiding, eten, drinken, verzorging en natuurlijk voor een extra oog’.

### Klimbos

‘Op camping Krolsbergen hebben we alles. We slapen in het bos, hebben daar onze eigen ruimte. We hebben een doorsteek naar het nabije Klimbos, daar zijn ook de gras-voetbalveldjes. Met diegenen die mogen gaan we mee het Klimbos in -de meeste kinderen durven wel. Er is daar ook een voetgolf door het bos heen, er is een grote pannakooi, voetvolleyveldjes en een zwembad op de camping zelf. De laatste keer dat we het hier hielden, twee jaar geleden, was het iets van 35 graden, alsof je in Frankrijk bent met 40-50 kinderen, dat is gewoon super-supergaaf’.

### Geen maximum

‘Er is in principe geen maximum aan het aantal deelnemers; in de twee leger-tenten kunnen zeker 70-80 kinderen aan. Ik wil ook in die tenten de 1,5 meter aanhouden met de kinderen. Als iemand verkouden of ziek is, brengen we die naar huis, geven we het geld weer terug. Daarin denken we volop mee. Méér kinderen levert ook

geen problemen op met de trainers, want op dit moment heb ik bijna twee trainers per groep. Het kan met één trainer maar ik heb het dubbel bezet omdat ik wil dat alles gewoon goed gaat. Kinderen vinden het fantastisch. We hebben kinderen die al vaker zijn geweest en kinderen die voor de eerste keer komen. Wat mooi is dat ouders op de camping zelf kunnen verblijven, hebben die ook een beetje vakantie. Normaalgesproken komen de kinderen uit een cirkel van Heerenveen en Hoogeveen en alles daartussen, alles in een straal van 50-60 kilometer zeg maar’.

### Wauw-ervaring

‘Het doel? In principe is het gewoon de wauw-ervaring van de kinderen dat die een fantastisch weekend hebben. Natuurlijk doen wij heel veel op techniek en trainen; wij willen ze daarin beter maken, maar het is voor hen gewoon een hele gave ervaring om die weekenden mee te maken. Zoals ik het vroeger heb beleefd, wil ik eigenlijk dat ook aan hen meegeven, zodat ze over tien, twintig jaar nog zeggen: die voetbalkampen waren echt zó gaaf! Plezier staat zeker voorop, maar ze krijgen daarnaast hele goede trainingen. ’s Avonds doen we spellen zoals levend Stratego. We hebben drie, vier trainers die de sportopleiding doen, die le-raar zijn en trainersdiploma's hebben. Wij zouden zo'n kamp ook kunnen houden voor gewone groepen kinderen, dus zonder of met veel minder voetbal. Daar twijfel ik nog een beetje aan om te gaan doen’.

### Vaste tenten

Jeroen Dekker droomt wat richting toekomst: ‘Ik hoop dat we het voetbalkamp over drie, vier jaar meerdere keren kunnen aanbieden in de zomer. Ik wil daar graag vaste tenten neerzetten voor zes of acht weken. Kijken of ik dat ieder weekend kan houden. Elk weekend mooie sportkampen, voor voetbal of hockey, noem maar op. Kom maar op met twee, drie hockeyteams, dat lijkt mij het mooiste’. ‘Zo'n weekend is echt zwaar voor leiders en trainers’, weet hij als geen ander. ‘Je doet bijna geen oog dicht en je geeft heel veel energie in zo'n weekend. Je wilt het de kinderen hartstikke naar de zin maken. Daar doe je alles voor’.



# Brouwer4U

terrasoverkappingen,  
kozijnen, pelletkachels & meer...



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



**Kozijnen**



**Schuifpuien**



**Deuren & meer...**



**Aluminium overkappingen**



**Houten overkappingen**



**Vouwwanden**

**Bezoek onze showroom:**

Korte Baan 20 | 8331 LA Steenwijk | 0521 76 40 40 | [info@brouwer4u.nl](mailto:info@brouwer4u.nl) | [www.brouwer4u.nl](http://www.brouwer4u.nl)

Kunstenaar hoopt op 30 september zijn 100e verjaardag te vieren

## De kunstwerken van Jentsje Popma in Weststellingwerf

door Hilda Knol

**WESTSTELLINGWERF** – Schilder en beeldhouwer Jentsje Popma uit Leeuwarden hoopt op 30 september zijn 100e verjaardag te vieren. De Stifting Nijkleaster, die zijn ateliernalatenschap beheert, heeft een boek over hem laten maken en organiseert twee tentoonstellingen. In de gemeente Weststellingwerf zijn ook meerdere kunstwerken van de bekende kunstenaar te bewonderen. We maken een rondgang langs een glas in loodraam en drie beeldhouwwerken van zijn hand.

Jentsje Popma werd op 30 september 1921 in Zwolle geboren. Hij studeerde aan Academie voor beeldende kunsten in Rotterdam en de Rijksakademie van beeldende kunsten in Amsterdam. Tot 1968 werkte Popma als glazenier. De kunstenaar maakte glas in loodramen voor meerdere gemeentehuizen in Nederland, waaronder dat in Wolvega. Met dit gedenkraam beginnen we onze rondgang. Het gedenkraam bevat een afbeelding van Hajo van Wolvega. Deze kruisvaarder nam deel aan de slag bij Damiate in 1219. Popma maakte het raam in 1953.

### Peter Stuyvesant

Als beeldhouwer was Popma ook vele jaren actief. Zo vervaardigde hij meerdere wandreliëfs en vrijstaand werk. Het beeld Peter Stuyvesant aan de Pieter Stuyvesantweg in Scherpenzeel is daar een voorbeeld van. Dit monument is in 1955 onthuld toen ook de Pieter Stuyvesantweg werd geopend. Het is een hoge betonnen zuil met aan een kant een medaillon met een afbeelding van Peter Stuyvesant en bovenop een 16e eeuwse bronzen zeilschip. Peter Stuyvesant was directeur-generaal van de kolonie Nieuw-Nederland. Hij is in Peperga geboren en woonde in zijn jeugd enkele jaren in Scherpenzeel. Van Stuyvesant maakte Popma in 1955 nog een beeld, dat aan de Tjerk Hiddesstraat in Wolvega staat. Dit bronzen beeld toont zijn gehele lichaam, inclusief zijn houten been. Stuyvesant verloor dat been op Sint Marten tijdens een gevecht tegen de Spanjaarden.

### Veerman van de Linde

Het laatste beeld van Popma van onze rondgang is het bronzen beeld met de titel Veerman van de Linde. Dit maakte de kunstenaar in 1959. Bij Zorgcentrum Wilgenstede aan de Steenwijkerwijk 34 in Wolvega kreeg het een plek. De kunstenaar zei zelf van dit beeld: 'Mensen bevaren de wereldzeeën in werkelijkheid of symbolisch en nu aanschouwen zij een boot op het stille water van de Linde'. In de jaren zeventig van de vorige eeuw geeft Popma les in monumentale technieken als boet-

seren en schilderen aan de Academie Minerva in Groningen. Aan het eind van de jaren tachtig werd de kunstenaar actiever als schilder van met name landschappen. Popma stopte in 2015 met schilderen en doneerde zijn kunstwerken aan de Stifting Nijklester. Die stichting is hem heel erkentelijke voor dat gebaar. Uit waardering wil ze daarom dit jaar uitgebreid aandacht besteden aan Popma's eeuwfeest. Eind mei is het boek Jentsje Popma, kunstenaar met een missie verschenen bij uitgeverij Noordboek. Erik Betten beschrijft hierin het leven van Jentsje Popma als kunstenaar in de maatschappelijke en artistieke context. Het boek is gepresenteerd op 29 mei tijdens de opening van de tentoonstelling over het werk van Jentsje Popma in de Grote of Jacobijnerkerk in Leeuwarden. Deze tentoonstelling is nog tot 2 oktober te bezichtigen. Aansluitend is er nog een verkooptentoonstelling in de Kerk van Jorwert op 9 en 10 oktober 2021.

Meer informatie:  
[www.nijkleaster.frl](http://www.nijkleaster.frl)



Het beeld Veerman van de Linde maakte Jentsje Popma in 1959. Foto: Ytzen

# Bos Bedden

Droom bedden

Goed advies,  
Prima service!



Volg ons ook op  
Social Media!



-40%

-35%

-25%

verbouwings  
**OPRUIMING!**

**UW DROOMBED  
VOOR EEN DROOMPRIJS**

-50%

-20%

In verband met de verbouwing en de nieuwe collectie: Showroom modellen boxsprings, ledikanten, matrassen, bodems, kasten en textiel met hoge kortingen! Weg = Pech!

Deze actie loopt t/m 5 juni 2021

Den Hulst 33  
7711 GK Nieuwleusen  
Tel. 0529 - 48 12 23

[info@bosbedden.nl](mailto:info@bosbedden.nl)

#### Openingstijden

Ma t/m wo: 10.00 - 18.00 uur

Do en vrij: 10.00 - 21.00 uur

Zaterdag: 10.00 - 17.00 uur

*Donderdag en vrijdag koopavond!*

Nieuwleusen

[bosbedden.nl](http://bosbedden.nl)

3.000 M<sup>2</sup>  
SLAAP  
PLEZIER

# Avond4daagse Home Edition vanuit Wolvega en Noordwolde

door Hilda Knol

**WOLVEGA/NOORDWOLDE** – De maanden mei en juni zijn bij uitstek de maanden dat er overal in het land avondvierdaagsen worden georganiseerd. Voor het tweede jaar op rij lukt dat vanwege de coronacrisis niet. Toch kan het wandelfeest voor kinderen en volwassenen wel gewoon doorgaan, maar dan als Avond4daagse Home Edition. In de gemeente Weststellingwerf organiseren wandelverenigingen in Wolvega en Noordwolde deze coronaproof activiteit samen met de Koninklijke Wandel Bond Nederland (KWBN) en eRoutes.



Voor het tweede jaar op rij zijn er geen reguliere Avondvierdaagsen. Foto: Pixabay

## Vier wandeldagen

Deelnemers aan de Avond4daagse Home Edition starten gewoon vanaf hun eigen huis of een ander startpunt. Wandelen doen ze niet in grote

groepen, maar wel met een vriendje, sportmaatje of hun gezin. Zo wandelen ze volledig coronaproof naar keuze 2,5, 5 of 10 kilometer. Je kunt de vier wandeldagen nog lopen tot 30 juni 2021. Het is niet verplicht om de vier dagen achter elkaar te lopen. De enige voorwaarde is dat er tussen de eerste en vierde wandeldag maximaal twee weken zitten. Hoewel de naam anders doet vermoeden, mag overdag of in het weekend wandelen natuurlijk ook. Deelname aan de Avond4daagse Home Edition kost €6,50.

## Virtuele stempelposten

Inschrijven voor de Avond4daagse Home Edition kan op de site [www.avond4daagse.nl](http://www.avond4daagse.nl). Na de inschrijving kunnen de deelnemers gebruik maken van de Avond4daagse-module in de app eRoutes. Het unieke aan deze app is dat het routes aanmaakt vanaf een zelf te bepalen beginpunt en afstand. Het zijn zogenaamde 'ronde routes'. Het eindpunt is daarom natuurlijk hetzelfde als het beginpunt. Dat kan natuurlijk je eigen huis zijn, maar ook een ander startpunt.

Onderweg houdt de app voor je bij hoeveel kilometer je al gelopen hebt en waar je je bevindt. Om de moed erin te houden, verrast de app de deelnemers met leuke berichten. De app zorgt zelfs voor virtuele stempelposten. Ook is het mogelijk om een afdruk van de route te maken, zodat je hem later nog eens kunt lopen. Na afloop staat er natuurlijk geen drumband klaar om je te verwelkomen, maar ontvang je per post wel de Avond4daagse medaille van de organisatie.

## Wolvega en Noordwolde

In de gemeente Weststellingwerf zijn er twee wandelverenigingen die de Avond4daagse Home Edition samen met de KWBN en eRoutes organiseren. In Wolvega is dat Avond4daagse Wolvega en in Noordwolde WSV De Blaren. Voor de wandelvereniging in Wolvega is het de tweede keer dat ze hieraan meedoet. Vorig jaar verwelkomde de vereniging 99 deelnemers. Ook in de omringende gemeentes doen wandelverenigingen mee aan het evenement. Zo zijn er Avond4daagse Home Editions vanuit Appelscha, Gorredijk en Oosterwolde.

Reuma Nederland is de partner van Avond4daagse. Dit goede doel daagt de deelnemers uit om van hun Avond4daagse een sponsorloop te maken. De opbrengst bestemt Reuma Nederland aan onderzoek naar medicijnen voor jeugdreuma. Meer informatie en inschrijven: [www.avond4daagse.nl](http://www.avond4daagse.nl).



**SPECIAL EDITION**

## EXCLUSIEVE KORTING OP DE BRUT SPECIAL EDITION

UIT VOORRAAD LEVERBAAR IN DIVERSE MATEN

**180 x 200**  
€ 7.349,-

**€ 4.999,-**

180 x 210 VAN: € 7.749,-  
VOOR: € 5.199,-



Maak nu een afspraak!  
038 453 4514  
dat voorkomt lange wachttijden

## WIJ ZIJN OPEN!

**WILT U DIRECT GEHOLPEN WORDEN?**

✓ Een passend advies ✓ Snel uit voorraad geleverd!

avek Eastborn kayori Mline PULLMAN Serta

**RIKELS**  
SLAAP EXPERTS

Grote Voort 72-74, Zwolle  
T 038 - 453 45 14

E [info@rikels-slaapexperts.nl](mailto:info@rikels-slaapexperts.nl)  
I [rikels-slaapexperts.nl](http://rikels-slaapexperts.nl)



# Gapenburg/Oldemarkt; een vechtpartij met dodelijke afloop

door Colin Hoek

**GAPENBURG** - Vorige keer waren wij in de Wetering, bij de plek waar het huisje van kluzenaar Jan Lombok stond. We reizen nu verder naar een plek waar een hele buurtschap gelegen heeft! De precieze locatie? De inham vanuit de Linde naar het Mallegat, even ten noorden van Oldemarkt.

Gapenburg is niet meer; alleen het fietspad langs de Linde doet nog denken aan het gehucht. Het pad heeft namelijk dezelfde naam gekregen: Gapenburg. Maar wij zijn hier op het terrein van Weststellingwerf in Friesland, en niet op IJsselhams-gebied te Overijssel. Vanwaar dat uitstapje?

Gapenburg speelde in de 18de eeuw een bescheiden rol als douanepost. Goederen die via de Linde naar Oldemarkt werden vervoerd, werden te Gapenburg gecontroleerd. Ook werd er tol over geheven. Ten tijde van dit verhaal waren er drie douanebeambten actief in Gapenburg: Claas Heeroma, Auke Faber en de heer Dekema. Zij woonden in het 'Komiezenhuis' (een 'komies' is een soort douaneambtenaar) en afgezien van dat huis stonden er nog een paar huizen in Gapenburg. Hoe serieus de mannen hun taak oppikten blijkt wel uit het volgende verhaal.

Het is 23 maart 1781. De 18-jarige Hendrik Adolphus reist van Zwartsluis af naar Noordwolde, waar zijn broer woont. Te Gapenburg houden de 'komies' hem aan en vragen hem of hij ook iets aan te geven heeft. Hendrik ontkent dit, waarna hij zijn knapzak moet openen. En kijk daar eens! Bovenop een verstukt hemd, enkele lappen, een paar kousen en een slaapmuts ligt... een stuk koek! En dát had hij moeten aangeven, vinden de 'komies'! Zijn broer is ondertussen hem tegemoet gereisd en ziet de heisa die ontstaan is bij de douanepost. Hij vindt dat Adolphus de koek best mag houden na zo'n verre reis, grijpt de lekkernij en probeert ermee weg te vluchten. De 'komies' laten hem echter niet ontsnappen en een knokpartij volgt. De jongens weten zich vrij te worstelen en met de ambtenaren op hun hielen weten zij hun ouderlijk huis in Oldemarkt te bereiken. Ze gooien de deur op slot, maar de 'komies' trekken hun sabel en hakken net zo lang op de deur in tot deze bezwijkt. Ze stormen naar binnen en nu wordt er niet meer op de deur gehakt, maar op de jongens! Een meute verzamelt zich buiten en de 'komies' vinden het verstandiger om zich terug te trekken. Een zwakke kreun klinkt in het

huis; één van de broers is bijna dodelijk gewond. In allerijl wordt chirurgijn Wijbe van der Werp uit Noordwolde gehaald, maar die ziet dat hij weinig kan doen en roept de hulp in van de beroemde dokter Grasso uit Steenwijk. De jongen overleeft het en de vermoedelijke dader, Claas Heeroma, wordt gevangengenomen en later berecht.

**Bronnen:** - Middendorp, Fokke (jaartal onbekend). Oldemarkt, stadje aan de grens. Oprechte Steenwijker Courant, lopende serie over meerdere edities - van der Lende, Piet (jaartal onbekend). Gapenburgh. Geraadpleegd op 13-5-2021, van <http://www.stellingwerven.dds.nl/dorpen/gapenburg/gapenburg.htm>

**Opmerking;** door de Coronacrisis is het Historisch Centrum IJsselham gesloten tot nader order. Ook alle exposities en lezingen komen voor nu te vervallen. Toch zijn wij beschikbaar voor al uw vragen en opmerkingen. U kunt een e-mail sturen naar [redactie@historischevereniging-ijsselham.nl](mailto:redactie@historischevereniging-ijsselham.nl). Kijk ook eens op onze website (<https://www.historischeverenigingijsselham.nl/>) of bezoek onze Facebookpagina (<https://www.facebook.com/historischeverenigingijsselham>) voor meer verhalen over onze boeiende oude gemeente IJsselham!



Tekening: Alfons Kruse, Wolvega?

## Langdurige pijn in spieren en gewrichten

door Roelie Vijverberg

**Veel mensen melden zich in mijn praktijk omdat ze al jaren pijn in spieren en gewrichten hebben, zo iemand was Paula ook. Bij de kennismaking ontmoette ik een vlotte, spontane vrouw van bijna zestig die als een heerlijke wervelwind binnenkwam. Ze nam mijn praktijk nieuwsgierig in zich op en ging daarna voor het oog ontspannen in een stoel zitten.**

Ze vertelde al vijftien jaar pijnklachten te hebben en deze waren vanuit een burn-out ontstaan. Verschillende delen van haar lijf (onder andere bovenbenen en bovenarmen) waren zo pijnlijk en gevoelig dat ze amper aangeraakt konden worden. Ze ging regelmatig naar een manueel therapeut, maar verging tijdens behandelingen en de eerste dagen daarna van de pijn.

Paula had een turbulente geschiedenis, maar leek desondanks een manier van leven ontwikkeld te hebben, waarbinnen ze zich goed staande wist te houden. Het bleek wel al gauw dat Paula iemand was die veel in 'haar hoofd' zat. Als er gedurende het leven meer plaatsvindt dan we handen en voeten kunnen geven, is het hoofd vaak een veilige plek om te gaan verblijven. Dit omdat we daar niet voelen. Ondanks het feit dat Paula ook tijdens de behandelingen veel in haar hoofd bleef (ze was bezig de planning van de rest van

de dag, boodschappen lijstjes maken etc) ontspande haar lijf zich wel. Er was sprake van veel bindweefselspanning, met onder andere als gevolg slecht slapen en weinig energie. Al na de eerste behandeling gaf Paula aan minder pijn in haar bovenbenen te ervaren. Vol trots liet ze zien dat ze bepaalde plekken nu aan kon raken zonder dat het vreselijk pijn deed.

Door het leven heen zorgen allerlei emotionele en lichamelijke gebeurtenissen voor 'knopen' in ons bindweefsel. Hierdoor ontstaan allerlei klachten, waarvan vaak in het reguliere circuit geen aanwijsbare oorzaak gevonden kan worden, ook wel benoemd als SOLK (Somatisch Onverklaarbare Lichamelijke Klachten). Het overgrote deel van deze klachten vindt zijn oorsprong in bindweefselspanning en is vaak vrij eenvoudig om binnen afzienbare tijd te verbeteren of zelfs op te lossen.



Roelie Vijverberg - 06-15449378  
Cranio Sacraal Therapie Steenwijk  
[www.craniosacraaltherapiesteenwijk.nl](http://www.craniosacraaltherapiesteenwijk.nl)  
[info@craniosacraaltherapiesteenwijk.nl](mailto:info@craniosacraaltherapiesteenwijk.nl)

**Cranio ondersteunt om fysieke en emotionele veerkracht te herstellen**

Rug-, nek- en schouderklachten	Spieren en gewrichtspijnen	Emotionele klachten
Energieproblemen	<p><b>Roelie Vijverberg</b> 06-15449378</p>	

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

**CRANIO SACRAAL THERAPIE STEENWIJK**

...ontdek de krachtige werking van bindweefseltherapie

[www.craniosacraaltherapiesteenwijk.nl](http://www.craniosacraaltherapiesteenwijk.nl) | [info@craniosacraaltherapiesteenwijk.nl](mailto:info@craniosacraaltherapiesteenwijk.nl)

'Als het  
einde komt...'

*'Als het einde komt, mag ik dan bij jou?', een veelzeggende zin in een bekend, mooi liedje. Het zegt alles over de geborgenheid die we als mens verlangen, zeker ook wanneer het echte einde nadert. 'Bij jou' kan thuis zijn, maar ook op een andere plek. Zoals in een hospice, een ander thuis. Hierover leest u deze maand meer, hier op onze pagina voor u.*

Hartelijke groet,  
team De Laatste Eer

## Thuis in de laatste fase

**Een bijna-thuis-huis. Heeft u er wel eens van gehoord? Het klinkt als een veilige tussenhaven, een laatste stop voordat je op je uiteindelijke bestemming aankomt. Dat is precies wat het is: een hospice, een thuis waar men afscheid neemt van het leven.**

Waar ben ik wanneer ik sterf?  
Waar wil ik zijn op mijn laatste dagen of momenten? Grote vragen, zijn het. En wellicht denkt u er niet dagelijks over na – gelukkig maar, want we leven immers om te leven. Wanneer je mensen ernaar vraagt, zo blijkt uit onderzoek, geeft zo'n driekwart aan thuis hun laatste dagen door te willen brengen en te sterven, omringd door hun geliefden. Maar wat als thuis sterven geen optie is?

### Een andere plek

Ongeveer vijfenveertig procent van de Nederlanders sterft thuis. De andere vijfenvijftig procent sterft op een andere plek: in een ziekenhuis, verpleeghuis of hospice. Het laatste is ook een zorginstelling, maar speciaal opgericht voor mensen die stervende zijn. Er zijn zo'n 250 hospices in Nederland. Een hospice is er voor mensen die de laatste weken of maanden, om welke reden dan ook, niet thuis kunnen of willen verblijven.

### Zoals het leven thuis

Vaak wordt gedacht dat de sfeer in een hospice zwaar en triest is.

In werkelijkheid is het vooral een warme, liefdevolle plek. Een huis waar de gast (bewoner) die er zijn of haar laatste fase doorbrengt samen met de partner, familie of andere naasten thuis is. Er wordt gekookt, tv-gekeken, gepraat, gehuild en vaak ook gelachen. Het kan er zelfs gezellig zijn.

Eigenlijk is het leven in een hospice ongeveer zoals het leven thuis. Uiteraard is hier zorg en ondersteuning – fysiek, psychisch, religieus etc. – die thuis niet direct voor handen is. Juist dat speelt vaak mee in de keuze om in een hospice de laatste fase van het leven te leven.

### Nadenken en meedenken

Tijdens een verblijf in een hospice wordt veel nagedacht over het naderende sterven, en daarmee over de invulling van het afscheid. Onze uitvaartverzorgers zijn er ook dan om mee te denken, te ondersteunen en te begeleiden.

Wilt u meer weten over het hospice, over afscheid nemen en over onze rol en ondersteuning daarin? Neemt u gerust contact met ons op.

## Een plek om heen te gaan

Als ik niet aan het werk ben, vind ik het heerlijk om thuis te zijn. Krantje lezen, beetje poetsen, gewoon wat aanrrommelen. Thuis heb ik alles om mezelf prettig te voelen. Velen zullen het met mij eens zijn, het klokje tikt nergens beter dan thuis.

Geen wonder dus dat veel mensen aan het eind van hun leven in hun vertrouwde omgeving willen sterven. Voor menig een gaat deze wens in vervulling; met hulp van de huisarts, thuiszorg en mantelzorg is er veel mogelijk. Als wij, van De Laatste Eer, na zo'n overlijden aan huis komen is vaak het eerste wat we horen: "Mijn man/vrouw wilde zo graag thuis sterven en dat is gebeurd." Daar achteraan volgt regelmatig de verzuchting: "Het is goed zo."

Heel belangrijk is het dus wáár iemand sterft. Niet alleen voor de stervende zelf, maar juist ook voor de nabestaanden; dit kan het rouwproces verzachten. Wanneer je geliefde op het laatste moment toch naar het ziekenhuis moet en daar sterft, is er soms teleurstelling dat het sterven niet thuis heeft plaatsgevonden.

Nu heeft niet iedereen de mogelijkheid en zelfs niet de behoefte om thuis te sterven. Als er uitgebreide medische zorg nodig is, lijkt het ziekenhuis de beste plek om te sterven. Maar ben je klein behuisd of is er geen sociaal netwerk om op terug te vallen, dan is thuis niet altijd een veilige plek. Gelukkig is er dan een legertje van vrijwilligers die de hospices draaiende houden.

Wij komen daar regelmatig en het is elke keer weer bijzonder om te horen hoe geweldig families de zorg in een hospice hebben ervaren. De medewerkers creëren een thuissituatie voor de stervende, waarbij familie te allen tijde welkom is en zelfs kan blijven slapen. Hoe er soms een hechte band wordt opgebouwd met een cliënt; hoe elke overledene met respect wordt uitgeleid en hoe zij zelfs bloemen bij het graf leggen als er geen familie bij de begrafenis aanwezig is.

Als mijn einde komt en ik, als doorwinterde huismus, niet thuis kan sterven, dan zou ik graag een plekje in het hospice willen om in huiselijke sfeer deze wereld te verlaten.

Janet Bloks,  
Uitvaartbegeleidster



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

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

0561 74 50 51

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

Kijk op [dle-uitvaart.nl](http://dle-uitvaart.nl) voor actuele Coronamaatregelen in de uitvaart.

Meer informatie? [www.dle-uitvaart.nl/nieuws](http://www.dle-uitvaart.nl/nieuws)



# Lukkes Outdoor Tuinmeubelen en Barbecues

**Loungeset Vita  
vanaf € 1.149,-**



**Jachtwerfstraat 1a  
8471XW Wolvega  
06 311 77 486  
info@lukkesoutdoor.nl**

**LUK****KES**  
OUTDOOR

**Bezoek onze showroom in Wolvega  
[www.lukkesoutdoor.nl](http://www.lukkesoutdoor.nl)**

## Scherpenzeelse kunstenaar presenteert nieuw boek en expositie Titi Zaadnoordijk gaat op studiereis naar IJsland

door Hilda Knol

**SCHERPENZEEL** - Titi Zaadnoordijk is na een periode waarin veel van haar plannen niet konden doorgaan, weer volop in de running. Zo publiceerde ze vorige maand haar nieuwste boek met de titel 'Vreugde is ook een soort liefde'. Haar expositiekalender is bovendien weer goed gevuld en na een jaar uitstel hoopt ze komende zomer een studiereis naar IJsland te maken.

In de werkruimte van Titi is het behaaglijk warm. Op een kille voorjaarsdag heeft ze de kachel opgestookt en serveert ze koffie aan haar bezoekers. De plak chocoladecake legt ze, als alternatief voor een schoteltje, op een stuk behangpapier, dat ze normaal gebruikt om op te schetsen. Op de houten tafel heeft ze een exemplaar van haar nieuwste boek 'Vreugde is ook een soort liefde' gelegd. Het boek bevat poëtische teksten over een zeeman en een zeevrouw. Bijzonder aan dit kunstboek is dat Titi het van a tot z in eigen beheer heeft gemaakt. Teksten schrijven, illustraties tekenen, drukken, alles doet de veelzijdige kunstenaar zelf. Het boek is in een kleine oplage verschenen en elk exemplaar is uniek. Titi heeft in elke cover, waarop een waterwezen prijkt, een ander stuk van een oude waterkaart uit 1921 verwerkt.

### 'Je raakt me'

In haar atelier heeft Titi een nieuwe expositie ingericht. Hiervoor selecteerde ze een aantal tekeningen, lino's, boeken en objecten rondom het thema 'Je raakt me'. Terwijl ze een rondleiding geeft, vertelt ze: 'Op deze serie tekeningen zie je handen, die lijfelijke aanraking symboliseren. En deze kartonnen figuren heb ik aangekleed met oude kleding uit de kringloopwinkel. Ze roepen herinneringen op aan vroeger en verbinden jou met je verleden'. Iedereen doet ertoe in het werk van Titi. Met haar kunst wil ze troosten en moed geven aan haar bezoekers. 'Visvrouwen en Kabeljauw' is het thema van de expositie die Titi eind september opent in het Nationaal Vlechtmuseum Noordwolde. Verder kun je een doorlopende expositie van haar bekijken in de etalages van de winkeliers aan de Harenstraat 52 en 53 in Wolvega. Titi stelt hier nieuw werk tentoon, zoals kleurige lino's en grote tekeningen.

### IJsland

Voor een studiereis van twee maanden naar IJsland is Titi zich momenteel aan het voorbereiden. Eigenlijk wilde ze deze reis al in 2020 maken, maar vanwege de



coronacrisis moest ze die een jaar uitstellen. De kunstenaar gaat werken in het Textielcentrum in het vissersstadje Blönduós. Hier wil ze onderzoek gaan doen naar IJslandse motieven in de klederdracht. Daarnaast gaat Titi samen met haar twee dochters nog een rondreis door IJsland maken. 'Wie wil, kan ik vanuit IJsland een persoonlijk bericht sturen, zoals een stempelafdruk gesneden uit een IJslandse aardappel of een ansichtkaart met een kleine tekening', nodigt Titi uit. Aanmelden voor post uit IJsland of een afspraak maken voor een bezoek aan de expositie in het atelier aan het Voetpad 69 in Scherpenzeel, kan via [www.titi.nl](http://www.titi.nl).

## Heeft u problemen met uw kunstgebit?

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

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

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



**Tandtechniek StationSveste**

Stationsplein 8  
8331 GM Steenwijk  
Tel: 0521 - 522651  
[www.tandtechniekstationsveste.nl](http://www.tandtechniekstationsveste.nl)

**Tandtechniek StationSveste**

### Borstprothesen

Borstprothesen, protheselingerie en badmode die uw zelfvertrouwen herstellen.

### Steunkousen

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

### Medisch Pedicure

Medische pedicure; voor voeten die extra aandacht verdienen.



Huisbezoek mogelijk

**Praktijk De Linde** Noordwolderweg 43 • 8393 RD Vinkega  
0561-431442 • [www.praktijk-delinde.nl](http://www.praktijk-delinde.nl)

## MÉMENT GEDENKSTENEN

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

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



Showtuin  
en modellentuin

De Boterberg 4 • 8375 HJ • Oldemarkt • T 0561 45 11 74 • M 06 55 86 79 26  
E [info@mement.nl](mailto:info@mement.nl) • [www.mement.nl](http://www.mement.nl)

## WIJ MAKEN VAN ZWEMMEN EEN ABC-TJE SPELENDIJS LEREN

OOK GEVESTIGD IN  
STEENWIJK!

Waarom Zwemschool Nemo?

### VEILIG EN VERTROUWD!

Bij ons zal je kind zich snel veilig en vertrouwd voelen door:

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



MEER INFO? [zwemschoolnemo.nl](http://zwemschoolnemo.nl) PERSOONLIJK CONTACT? 038 - 458 19 92 / [info@zwemschoolnemo.nl](mailto:info@zwemschoolnemo.nl)



## Rouw

Ik kom zomaar binnen in een huis, in een leven, van een familie of een ander gezelschap. Soms inmiddels op bekend terrein, maar vaker kom ik er voor het eerst. En ook op de meest rare tijdstippen. Bij de ene familie zit ik aan tafel, soms op een hoekje van de bank, soms op een kratje bier als krukje. Bij het ene gezin gaat de dagelijkse routine door: 'we gaan ondanks alles wel eten, dus we zetten een bordje voor je bij'. Of: 'we zijn zó op, we hebben een borrel ingeschonken, wat wil jij, rood of wit?' De dagen naar de uitvaart toe leer ik de familie en haar verhoudingen iets kennen. Snauwen, schreeuwen en huilen, maar gelukkig vaker armen die om elkaar worden geslagen, grappen onderling en liefde naar elkaar.

Ik besprak de uitvaart van een mevrouw met volwassen kinderen, 2 dochters en een zoon. Zus 1 fluisterde dat ik niet op haar zusje moest letten hoor, 'die is niet helemaal toerekeningsvatbaar nu. Eigenlijk nooit, maar ja'. Zus 2 liet mij uit en zei: 'sorry hoor, van mijn zus, die weet altijd alles beter, let er maar niet op'. Broer mailde me: 'die twee vliegen elkaar altijd in de haren, weet je: ik maak de uiteindelijke beslissingen wel.' Zus 1 wilde dat mama andere kleren aan moest: deze die nu waren uitgekozen waren niet de juiste. Zus 2 wilde moeder make up doen, dat had ze immers altijd op. Broer zag dat allemaal niet zitten. Bloemen, muziek, volgor-

des, een week lang werd over elk detail gesnauwd en geruzied.

Toen ik in de begrafenisstoet voorliep, haakte zus 1 bij me in: 'hoewel we anders hebben afgesproken wil ik als laatste het graf verlaten.' De kist daalde, gasten brachten laatste groet en beide zussen blijven staan: 'Ik wil als laatste weg'. 'Nee ik!', 'Nietes, ik!' Ik zag twee volwassen vrouwen als twee kleine meisjes kibbelen. Plotseling werden ze beiden stil en deed oudste zus de arm om haar zusje. Zachtjes snikten ze, het ging over in heel hard huilen en een innige omhelzing volgde. Ze hielden elkaar stevig vast en bleven samen uiteindelijk staren naar het graf.

Rouwen is iets unieks, ieder doet het op zijn eigen manier, geen twee mensen rouwen hetzelfde. Er is geen goed en fout. Maar wat was ik blij dat deze twee elkaar in hun verdriet toch een beetje vonden.



## De eerste les

door Willemijn Spijkerman



'Kijk juf!' Het 4-jarige jongetje gaat op de rand van het bad staan, spant zich in, maakt een salto, gaat onder water en komt lachend weer boven. Een dapper ventje, maar niet uitzonderlijk. Dat klopt, maar als je weet dat dit z'n eerste les is.... Mama kijkt lachend toe, de lesgever houdt z'n hart vast. Hoe gaan we dit manneke vertellen dat je geen salto's mag maken in het kleine bad.

Aan de andere kant van het bad zit een 6-jarig meisje op de trap. Papa houdt haar hand vast. Ze aanschouwen hetgeen zich voor hen afspeelt. 'Kom op jongen! Niet bang zijn.' Een reus van een kerel probeert z'n zoon van de kant te laten springen. De jongen denkt na, knijpt z'n ogen dicht, neemt een diepe hap lucht en stort zich in de armen van z'n vader. 'Goed zo jongen! Nu gaan we onder water, 1,2...3!'

Het is de eerste les van een nieuwe groep. De ouder begeleidt het kind en ervaart hoe de eerste les gaat. Er is een enorme diversiteit in ouders en kinderen. De lesgever aanschouwt de interactie, voert gesprekjes en observeert het geheel. De lessen daarna is het de taak van de lesgever om er een dynamisch geheel van te maken en met ieder kind een vertrouwensband op te bouwen. Vertrouwen blijft de rode

draad van begin tot eind. Het aanbod wordt zoveel mogelijk afgestemd op wat ieder kind nodig heeft. De ouders zijn trotse deelgenoten en moedigen hun kind zoveel mogelijk aan, tot het moment daar is...

Geruime tijd later maakt de jongen nog steeds salto's, maar nu van de hoge duikplank. Hij heeft een wat langer traject achter de rug. Het aanleren van de schoolslag heeft een tijdje geduurd. De onder water wereld had namelijk meer zijn interesse. Het meisje is, na het behalen van alle mogelijke diploma's, bij de zwemvereniging gegaan waar ze regelmatig een PR zwemt. De laatste heeft is in z'n eigen tempo het lestraject doorlopen. Hij heeft iedere les geprobeerd z'n grens te verleggen, vaak met succes en soms met een stapje terug. Vol zelfvertrouwen heeft hij met vlag en wimpel z'n diploma's behaald!



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

**PRAKKEN**  
EDELMETAAL

INKOOP VAN  
OUD GOUD EN ZILVER

OLDEHOLTPADE  
TEL: 0561 - 689290

WWW.PRAKKENEDELMETAAL.NL



OBBINK  
HANDWERKWINKEL & FURNITUREN  
CLEAN INN  
NAAIMACHINEHANDEL  
REPARATIE VAN ALLE BEKENDE MERKEN  
NAAI,- LOCK,-EN BORDUURMACHINES  
**MODEVAKSCHOOL ANNEMIEK**  
MARKT 2, 8331 HH STEENWIJK 0521-516526



Deze moderne en comfortabele relaxfauteuil past in elk interieur

Rolocate 27  
7711 GG  
Nieuwleusen

Tasveld 2  
8271 RW  
IJsselmuiden



Knudsen 5876

Gebroeders Seinen Meubelen



Klok kapot?

Geen zorgen!

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

Juwelier de Jong

Hoofdstraat Oost 33 - Tel: 0561-612598  
www.juwelierdejong.nl - ook op Facebook!

## MASSAGE BIJ ZENSYA

Wilt u meer informatie over de aangeboden massages?

Neem vrijblijvend contact op: [info@zensya.nl](mailto:info@zensya.nl)



U BENT VAN  
HARTE WELKOM!

Sylvy Kerklaan • Nieuweweg 32 8391 KM Noordwolde Zuid • 06 17405517

Bel bij een overlijden,  
voor een vrijblijvend  
informatiegesprek of kennismaking

06 - 33 99 59 50  
(24 / 7 bereikbaar)

uitvaartverzorging

**Madelief**  
zoals jij het wilt

[www.uitvaartverzorging-madelief.nl](http://www.uitvaartverzorging-madelief.nl)

# Lohues Installatie Techniek

www.lohuesinstallatietechniek.nl

Wij zijn bereikbaar via +316 34 27 90 12  
info@lohuesinstallatietechniek.nl

## ZONNEBOILERS

Een zonneboiler zorgt voor warm water met energie van de zon.  
Hierdoor bespaar je de helft of meer op je energieverbruik.



### Tapwater en CV ondersteuning

Zonneboiler 300 liter € 4483,- incl. montage en btw.

Zonneboiler 500 liter € 5935,- incl. montage en btw.



### ZOMER-ACTIE

3,5 KW GREE airco € 1250,-

5,0 KW GREE airco € 1600,-

Prijzen incl. montage en btw.

### Solar Edge omvormer

Al onze panelen zijn van het merk Suntech 355 wp mono full black

	Prijzen	Meerprijs platdak
8 mono full black 355 wp Suntech se3000H	€ 2910,00	€ 197,00
12 mono full black 355 wp Suntech se4000h	€ 3974,00	€ 229,00
16 mono full black 355 wp Suntech se4000H	€ 4692,00	€ 314,00



### Goodwe omvormer

Al onze panelen zijn van het merk Suntech 355 wp mono full black

	Prijzen	Meerprijs platdak
8 mono full black 355 wp Suntech 3000 1 fase	€ 2468,00	€ 197,00
12 mono full black 355 wp Suntech 4000 1 fase	€ 3381,00	€ 229,00
16 mono full black 355 wp Suntech 5000 1 fase	€ 4172,00	€ 314,00



### Zonnepanelen

### Garanties

- Product garantie zonnepalen 15 jaar door de fabrikant
- Lineaire opbrengst garantie 25 jaar door de fabrikant
- Omvormer Solar Edge 12 jaar productgarantie door de fabrikant
- Omvormer Goodwe 10 jaar productgarantie door fabrikant
- Onderbouw systeem 20 jaar garantie door de fabrikant
- 10 jaar installatie garantie door Lohues installatie techniek

Lohues installatietechniek Herenstraat 60-a | 7776 AK | Slagharen

Prijzen excl. BTW | wij vragen voor de klanten de btw terug als service, conform wettelijke regelgeving

Druk- en zetfouten voorbehouden, www.hldrukwerk.nl