

't Pompeblêd

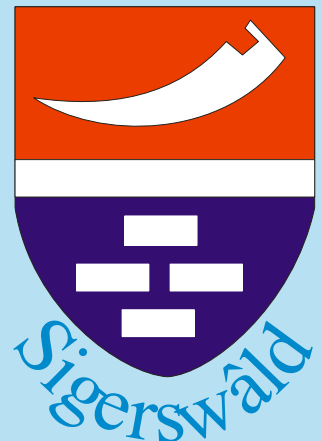
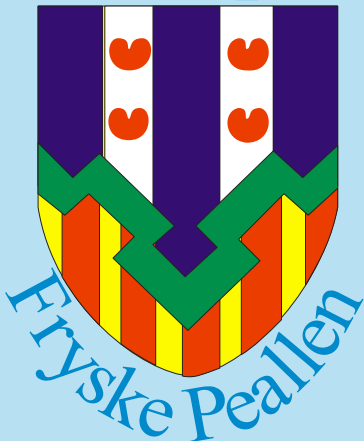
28^e jaargang

Nr.: **285**

December 2020



Doarpskrante mei it nijs fan



Colofon

't POMPEBLËD verschijnt

10 keer per jaar.

Oplage: ±850 exemplaren



Redactie en bezorging:

Pjirkje Idsinga-Vellenga, Merskekamp 1,
Bakkeveen, tel. 0516 42 69 27.

Sieta van der Veen,

tel.: 06 5023 7465, Siegerswoude.

Henk Veenstra, Foarwurk 18

Siegerswoude tel: 06 3066 9408

Atty Verbeek, Lytse Dobbe 3,

tel.: 0512 30 33 32, Frieschepalen.

Sietske Praamstra, de Bodding 40,
Frieschepalen.

Jelle Jeensma, Lytse Leane 5,

tel.: 06 2123 8764, Frieschepalen.

Penningmeester: Leny Jongasma,
Frieschepalen.

Albert Gjaltema: DTP & websites.

Uitgifte volgende nr.: 29 en 30 januari 2021



Kopij:

kopij.pompebled@gmail.com

Kopij voor het volgende nummer **uiterlijk**
inleveren voor:

maandag 18 januari 2021

voor 18:00 uur bij de redactie.

*Op de computer gemaakte teksten (en
foto's als JPG-bijlage) kunt u*

aanleveren per e-mail:



www.pompebled.tk

Advertenties:

Leny Jongasma, Frieschepalen

Tel. 06 1202 2154

advertenties.pompebled@gmail.com



Vrijwillige bijdrage 't Pompeblêd:

Bankrek.nr.: **NL78 RABO 0135 1525 34**

ten name van Stichting 't Pompeblêd

K.v.k. nr.: 01134787

't Pompeblêdpraatsje

Alweer het laatste Pompeblêd van dit
jaar dat u nu in handen hebt.

Een gedenkwaardig jaar, een jaar dat
onuitwisbaar in ons geheugen zal blijven
bestaan.

Sinterklaas is terug naar Spanje en de
donkere dagen voor kerst zijn
aangebroken, maar overal in de huizen
en buiten in de tuin of op straat branden
lichtjes. Nu de verwachting is dat er ook
met de feestdagen beperkingen gelden,
willen we toch een gezellige sfeer in huis
maar ook buiten creëren.

Op de voorzijde is hiervan een voorbeeld
te zien. Kerstfeest is het feest van het
Licht, dat in een duistere wereld
gekomen is. We hopen dat iedereen
ondanks de versobering toch kan
genieten van de komende feestdagen.
De feestcommissie van Frieschepalen
heeft zelfs een beloning uitgelooft voor
de mooiste en gezelligste verlichte straat.
Op kerstavond kunnen bewoners
meewerken aan een vuurkorven- en
fakkeltocht.

Evenals vorige jaren heeft Jelle Jeensma
weer een kerstverhaal geschreven, deze
keer over een gezin dat een beroep moet
doen op de voedselbank. Een actueel
thema, je kunt door onvoorziene
omstandigheden zomaar in zo'n situatie
terecht komen.

Voor sommige inwoners van onze
dorpen heeft de crisis van het afgelopen
jaar ingrijpende gevolgen gehad, zo
hebben Eppie en Jolanda van der Harst
besloten om te stoppen met de
exploitatie van café "Ma Kelly's" en de
snackbar. Er is gelukkig inmiddels een
oplossing gevonden zodat er geen
definitieve sluiting komt.

De redactie wenst alle lezers van 't
Pompeblêd fijne Kerstdagen en een
voorspoedig 2021. Een jaar waarin we
vooral gezond hopen te blijven.



De kerstmaaltijd

Over een paar dagen zou het Eerste Kerstdag zijn. Voor de meeste mensen een sfeervol feest, met kerstverhalen, films, muziek, een terugblik op het jaar dat bijna voorbij was en een overheerlijk kerstgerecht. Voor de familie Bakker was kerst dit jaar allesbehalve feestelijk. Jan en Marie Bakker zaten in een diep financieel moeras en wisten zelfs niet eens of ze een fatsoenlijke kerstmaaltijd op tafel konden zetten. Ze hadden daarvoor geen geld meer en de Voedselbank waarvan ze afhankelijk waren dreigde te worden wegbezuinigd.

Een paar jaar geleden werd de neerwaartse spiraal ingezet bij de familie Bakker, een doorsnee gezin met twee inwonende en studerende kinderen. Jan en Marie werkten beiden voor een transportbedrijf, Jan als chauffeur en Marie had een spilfunctie in de administratie en planning. De concurrentie in die sector was moordend en bij de zoveelste reorganisatieronde kregen ze te horen dat ze werden ontslagen. Dat was een dubbele tegenslag voor de beide vijftigers, die bij sollicitaties merkten dat ze hun leeftijd tegen hadden. De werkgevers namen liever jongere mensen in dienst.

De eerste tijd na hun ontslag bij het transportbedrijf was te overbruggen met een werkloosheidsuitkering, maar daarna was het gezin Bakker afhankelijk van de bijstand. Dat was geen vetpot. De hypotheek en andere lasten waren zo

hoog dat er voor het gezin weinig overbleef om van te leven. In korte tijd waren de financiële reserves van Jan en Marie verdwenen. "Ik weet niet hoe we verder moeten. Het gaat van kwaad tot erger en ik zie geen enkel licht aan de horizon", zei Jan. Ze hadden op veel uitgaven bezuinigd, maar dat was niet voldoende, want ze kwamen elke maand geld tekort. "We willen geen beroep doen op onze familie, want die hebben het zelf niet gemakkelijk", vond Marie. Jan en Marie bleven hopen, maar toen de wasmachine en de televisie het vrijwel tegelijkertijd begaven moesten ze hun laatste reserves aanspreken. De apparaten werden vervangen door goedkope exemplaren uit de kringloopwinkel, maar daardoor liet het huishoudboekje nog grotere dieprode cijfers zien. Geld om inkopen te doen in de supermarkt was er nauwelijks. Ze gingen zelden meer uit, hun sociale activiteiten hadden ze geschrapt. "Hoe is het mogelijk dat we in deze situatie terecht zijn gekomen?", verzuchtte Marie. "Het is zo verdrietig. Een paar jaar geleden waren we een normaal gezin dat gemakkelijk rond kon komen. Nu zijn we gedegradeerd tot tweederangs burgers, zitten de schuldeisers op onze nek en kunnen we zelfs geen eten meer kopen. Er is nog maar één uitweg, we moeten naar de Voedselbank. Eigenlijk schamen we ons daarvoor, maar we kunnen niet



anders. Niemand helpt ons en en aankloppen bij instanties heeft weinig zin.”

De Voedselbank, in een grote loods op het industrieterrein in de gemeente Woerkom, dreef voornamelijk op vrijwilligers. Deze filantropen waren druk bezig pakketten te maken voor mensen die hulp hard nodig hadden. Blikvoedsel, maar ook verse producten werden in de pakketten gestopt, zodat de bezoekers van de Voedselbank weer een week konden overleven. De gratis pakketten werden gevuld met vlees, kip of vis, verse groente en fruit, brood, zuivelproducten en rijst of pasta, koffie of thee, ontbijtproducten en broodbeleg. Jan Bakker zag dat hij niet de enige was die een bezoek bracht aan de Voedselbank. Een lange rij bezoekers schuifelde schoorvoetend door de loods om een voorraad boodschappen te bemachtigen. Hun gelaatsuitdrukkingen en lichaamstaal spraken boekdelen, het leken zombies. Jan herkende mensen van wie hij nooit had verwacht dat ze hier moesten aankloppen. Het was een deprimerend gezicht. Hoe had het zover kunnen komen in een rijk land als Nederland?



Een man keek Jan vorschend aan. “Hallo”, zei hij, “ik ben Frits Dijkstra, de coördinator van de Voedselbank. Ik heb je hier nog niet eerder gezien, klopt dat?” Jan antwoordde bevestigend. “Ik hoop voor jullie dat de Voedselbank voor de kerstdagen nog open is”, zei Frits op bezorgde toon. Jan kreeg hem vragend aan. Frits vertelde verder. “De voedselbanken krijgen tegenwoordig minder producten binnen waardoor de schappen steeds leger worden. De supermarkten verspillen minder voedsel, waardoor er niet veel voor de Voedselbank overblijft. Ook krijgen we

minder aangeleverd door lokale restaurants en leveranciers. Daar komt nog bij dat onze koel- en vriescel vervangen moeten worden. Dat kost natuurlijk ook geld.”

“Krijgen jullie geen financiële steun?”, vroeg Jan. “Het aantal donateurs loopt terug”, somberde Frits, maar het ergste is dat de gemeente Woerkom de subsidie voor de Voedselbank wil stopzetten. Ze vinden in hun ivoren toren de nieuwbouw van het gemeentehuis belangrijker, terwijl er steeds meer klanten voor de Voedselbank komen. Volgende week gaat de gemeenteraad hierover stemmen. Misschien kan de grootste politieke partij in onze gemeente de Voedselbank nog redden. Je zou contact met een raadslid kunnen zoeken.”

Raadslid Klaas van Eik van de toonaangevende politieke partij in Woerkom bestudeerde thuis de meerjarenbegroting van de gemeente. Zijn partij Woerkom Lokaal was de grootste in de gemeente en maakte deel uit van het college van burgemeester en wethouders. De nieuwbouw van het gemeentehuis stond al jaren op de politieke agenda en voor volgend jaar waren daarvoor middelen vrijgemaakt. Het oude gemeentehuis was gedateerd. Achter de historische Jugendstil voorgevel waren de ambtenaren in sjofele en te kleine werkruimtes ondergebracht, die grondig moesten worden gemoderniseerd. Ook moest hier straks de nieuwe ict-afdeling worden gehuisvest. De kosten van de verbouwing en de digitalisering waren een paar ton. Om geld hiervoor vrij te maken moest er drastisch worden bezuinigd. De bibliotheken en de Voedselbank waren het kind van de rekening. De subsidie zou worden ingetrokken en de Voedselbank zou zelf de broek moeten ophouden, stond in de begroting. Klaas van Eik fronste zijn wenkbrauwen toen hij het beleidsstuk kritisch las. De week daarvoor had hij bezoek gehad van een inwoner van zijn

gemeente en Van Eik had zich het schrijnende verhaal van Jan Bakker erg aangetrokken. Van Eik realiseerde zich dat zich hier een groot maatschappelijk drama voltrok. Woerkom Lokaal, de raadsfractie van Van Eik, was voor de verbouw van het gemeentehuis en stemde dus in met de bezuinigingen. Een paar dagen later zou de gemeentebegroting in de raad worden behandeld. Van Eik sliep die nachten daarvoor slecht. Zou hij als spelbreker tegen de meerjarenbegroting stemmen? Dan zou deze met de kleinst mogelijke minderheid worden verworpen en zou er een nieuwe begroting moeten worden gemaakt.

Burgemeester en wethouders maakten zich voor de kerstdagen op voor een lange dag bij de behandeling van de begroting. Ze verwachtten steun van de gemeenteraad. De linkse partijen zouden tegen stemmen omdat ze tegen de bezuinigingen waren, maar ze maakten weinig kans omdat Woerkom Lokaal, de grootste partij in de gemeente, de lakens uitdeelde. Het zou een gedenkwaardige dag worden in de politieke arena van Woerkom. Klaas van Eik had tegen zijn fractiegenoten gezwegen over zijn voorgenomen acties. Toen na uitputtende debatten eindelijk over de begroting werd gestemd was het moment voor Van Eik aangebroken, dat de hele raad verbijsterde. "Ik heb een minderheidsstandpunt en stem tegen omdat ik het oneens ben met de bezuiniging op de Voedselbank. Dat is maatschappelijk niet verantwoord. Zo meteen zal ik een motie indienen. Daarin staat het voorstel het verbouwen van het gemeentehuis uit te stellen of goedkoper uit te voeren."



Fractievoorzitter Piet Daamen van Woerkom Lokaal was witheet toen hij Van Eik achter de coulissen met zijn



stemgedrag confronteerde. Hij zag zijn fractiegenoot als een verrader. "Hoe kun je dit verklaren? Je levert je eigen fractiegenoten een misselijke streek. Eigenlijk pleeg je een coup", beet hij de dissidente Van Eik toe.

Woedend ging Daamen verder. "We hadden besloten dat de verbouw van het gemeentehuis voorrang zou krijgen, daar heb je zelf mee ingestemd." Van Eik keek zijn fractievoorzitter met een ijzige blik aan. "Als raadslid neem ik mijn eigen verantwoordelijkheid.

Ik begrijp dat de nieuwbouw een belangrijk prestigeproject is voor jou, maar ik maak andere keuzes dan onze andere fractieleden. We kunnen de inwoners van onze gemeente die alleen kunnen overleven door de Voedselbank niet in de steek laten. Jij hebt je nooit in hun situatie verdiept. Als ik hierdoor de politieke spelregels verander, dan neem ik dat op de koop toe.

"De verhitte discussies gingen door, maar de motie van Van Eik werd met een kleine meerderheid aangenomen.

Daarmee was het kortwieken van de Voedselbank van de baan en moest de verbouw van het gemeentehuis opnieuw onder de meetlat.

Buiten werd Van Eik opgewacht door Jan Bakker. Van Eik had hem politiek vuurwerk beloofd en dat was er gekomen. De lokale krant stond er vol van.

Jan en Marie Bakker konden na hun laatste bezoek aan de Voedselbank een voortreffelijk kerstmenu op tafel zetten. Door de teruggedraaide bezuinigingen

wisten dat ze ook volgend jaar hier nog terecht konden. Terwijl Marie de soep opdiende en de kerstkalkoen in de oven lag te sudderen, sprak Jan zijn vrouw en twee kinderen moed in. "We hebben veel te danken aan Klaas van Eik, zonder hem zou de armoede in onze gemeente nog groter worden. Hij heeft in eigen kring veel kritiek gekregen nadat hij ging dwarsliggen, maar hij is een sociaal man met het hart op een goede plaats. Daar kunnen zijn collega's iets van opsteken." Na die woorden viel er even een stilte. "Gezegend kerstfeest", zei Jan vervolgens tegen Marie en de beide kinderen, terwijl hij het glas hief. Hij omhelsde Marie kort. Tranen stonden in haar ogen toen haar man zei: "We maken nu een moeilijke tijd door, maar er komen straks weer betere tijden. Laat ons vertrouwen in de toekomst hebben. Deze kerstdagen zijn een nieuw begin".

Kerstavond in de Mandé

Op donderdag 24 december 2020 wordt kerk De Mandé aan de Tsjerkewal te Bakkeveen opengesteld om het kerstverhaal door middel van onze eigen creaties te beleven.

Mogelijke creaties zijn kerststallen, herders, engelen, kerststerren, foto's van verlichting en versieringen, de wijzen uit het Oosten, verwijzingen naar Elisabeth, Zacharias en Johannes de Doper, Simeon en Anna. (Zelfs van Herodes of van keizer Augustus in Rome).

Of wat u en de kinderen creatief kunnen verzinnen rond het kerstfeest tot en met nieuwjaar.

Hebt u een creatie?

Woensdag 23 december van 14.00 tot 17.00 uur kunt deze creatie naar de kerk brengen.

Kerk de Mandé gaat open voor bezichtiging op:

Donderdag 24 december van 14.00 tot 16.00 uur en van 19.00 tot 21.00 uur. Wilt u komen, reserveer een bezoekmoment op

www.itkeningsfjild.nl

**Gezegende kerstdagen,
ds. Jak Verwaal**



Yslub Fryske Peallen

Vanwege de maatregelen van het RIVM omtrent het coronavirus, hebben wij als bestuur van Yslub Fryske Peallen besloten om dit jaar geen ledenvergadering te houden.

We komen daarom ook niet langs de deuren om de contributie op te halen bij degenen die geen automatische incasso hebben. Wie contant betaalt krijgt een envelop in de brievenbus met het verzoek om het geld daarin te doen en af te leveren bij het desbetreffende bestuurslid.

Voor vragen en opmerkingen kunt u contact opnemen via de e-mail of bellen met een van onze bestuursleden.

**Namens het bestuur,
Binne Bijker**

Uit de politiek

2020 is voor velen een bijzonder jaar geweest.

Door de coronamaatregelen hebben veel ouderen het nog moeilijker doordat ze nog minder mensen kunnen zien.

Ook jongeren in de bloei van hun jonge leven moeten zich op sociaal gebied inhouden. Gelukkig biedt het nieuwe jaar kans op een goed werkend vaccin.

Voor mij persoonlijk was 2020 ook een bijzonder jaar omdat we opnieuw een kind mochten verwachten. Doordat we op m'n werk (overdag) in de politiek ('s avonds) nu op afstand vergaderen, is 't qua tijd efficiënter werken.

Ook in de lokale politiek bereidden we

ons voor op 2021. Dus hebben we als gemeenteraad de begroting 2021 vastgesteld. Totaal geven we in Opsterland volgend jaar iets meer dan 80 miljoen euro uit (6387 euro per huishouden, veel belastinggeld waarvan veruit het grootste deel uit Den Haag komt). Bijna de helft (€ 2874,00 per huishouden) gaat volgend jaar naar 't sociaal domein voor WMO, jeugdzorg, inkomensondersteuning en het vinden van werk voor mensen die zonder werk zitten.

De afgelopen jaren waren er grote zorgen over de explosieve groei van de kosten in 't sociaal domein. Het vermoeden is dat door de marktwerking de kosten zo sterk groeiden. Wethouder De Vries (PvdA) en Jonkman (ChristenUnie) hebben gelukkig een oplossing gevonden waarbij de kosten niet verder stijgen en iedereen toch passende zorg ontvangt.

De gemeenteraad heeft de begroting dan ook in meerderheid aangenomen. Traditioneel worden een maand na de begroting de leges en andere belastingtarieven vastgesteld. Dit zou mijn partij (Opsterlands Belang) graag willen veranderen. We willen al bij de begroting weten hoe de leges veranderen, zodat we een maand later niet voor verrassingen komen te staan.

We gaan dus een oproep doen aan de wethouders, om voortaan bij de begroting ook de veranderingen in leges te delen met de gemeenteraad. Deze oproep zetten we op papier en dat noemen we een motie. De wethouder vertelt vervolgens of de motie uitvoerbaar is. Daarna wordt de motie in stemming gebracht door de burgemeester en wanneer meer dan de helft van de gemeenteraad voor stemt, is de motie aangenomen en voeren de wethouders samen met de ambtenaren de wens van de gemeenteraad uit.

Ik wens u fijne kerstdagen en een gezond 2021!

Marcel van Opzeeland
Fractievoorzitter
Opsterlands Belang



Trendkappers verhuizen

Deze maand bestaat Trendkappers precies twintig jaar. En dan ná 20 jaar groot nieuws: de kapsalon verhuist naar Frieschepalen. Bij mij thuis aan de Hearsterwei 23 is een volledig nieuwe salon ingericht.

Samen met Irma zijn wij vanaf het nieuwe jaar hier werkzaam. Een nieuwe plek in een rustgevende ambiance, maar met dezelfde jaren aan ervaring en de hoge kwaliteit als je van ons gewend bent!

Al onze trouwe klanten van de afgelopen twintig jaar hoop ik daar te mogen ontmoeten. Ook via dit artikel wil ik uitleggen waarom ik deze keuze heb gemaakt.

Na mijn ziekteproces merkte ik dat ik meer rust nodig heb op momenten tijdens het werk. Twee jaar geleden ben ik ernstig ziek geweest, maar ik ben gelukkig genezen. Ik wilde niet graag afscheid nemen van mijn werk, daarom hebben we gekeken of ik een omgeving kon creëren welke positief voor mij werkt. Dit kan ik voor elkaar krijgen door de zaak fysiek dichterbij huis te halen. Vanaf januari heb ik deze volledig nieuwe studio klaar, waar onze klanten net zo professioneel geholpen kunnen worden. Daarbij hoop ik ook van harte dat onze klanten dezelfde rust gaan ervaren!

Ook al ben ik erg blij met deze keuze, makkelijk was het niet. Deze verandering brengt ook consequenties met zich mee. Gelukkig heb ik het goed kunnen bespreken met mijn medewerkers. Zo heeft collega Gea

besloten om haar eigen droom te volgen en voor zichzelf te gaan starten met een haar- en nagelsalon. Zij gaat werken vanaf ons oude adres in Ureterp, maar dit staat volledig los van Trendkappers. Ik ben blij voor haar dat ze een nieuwe uitdaging heeft gevonden en wens haar heel veel succes.

Samen met Irma hoop ik onze klanten ook op onze nieuwe locatie te mogen ontmoeten. Ons telefoonnummer blijft 30 08 04 en ook online zijn wij op dezelfde manier te vinden en maak je rechtstreeks je afspraak. Via deze weg wil ik iedereen goede kerstdagen wensen, een fijne jaarwisseling en tot ziens in 2021 in Frieschepalen.

Anja Jongsma
eigenaar Trendkappers

Inloopwinkel Frieschepalen

Per 1 september 2020 heeft het oude dorpshuis 'De Dobber' een nieuwe trotse, enthousiaste eigenaar. De JP van den Bent stichting Ureterp opent hier per 4 januari haar deuren voor een

inloopwinkel, waar u van harte welkom bent voor het aankopen van tweedehands of zelfgemaakte spullen. De JP van den Bent stichting heeft in goed overleg met naastgelegen Sportvereniging R.W.F. een overeenstemming bereikt. De locatie, nu voorzien van eigen ingang, is flink onder handen genomen.

Er zullen gebruikte en zelfgemaakte spullen verkocht worden, onder andere huishoudelijke apparaten, servies en decoratiespullen.

De zelfgemaakte spullen worden gemaakt bij de JP van den Bent stichting / De Werkbank in Ureterp. Hier worden meubels op maat gemaakt en overige creatieve accessoires.

We zijn blij met de komst van de inloopwinkel, dit creëert uitbreiding van ons dagbestedingsaanbod.

Om de sociale verbinding tussen dorp en cliënten te vergroten is het ook mogelijk om gezellig langs te komen voor een lekker bakje koffie of thee.

Het is ook mogelijk om spullen bij u thuis op te halen, neem gerust contact met ons op.



Er zal wel kritisch gekeken worden naar de staat van de spullen.

Het is in eerste instantie niet mogelijk om zelf spullen in te leveren.

Winst maken heeft geen prioriteit, daarom kunnen de spullen verkocht worden tegen lage prijzen. De omzet zal geïnvesteerd worden in de aanschaf van nieuwe materialen.

Heb je een Wlz-indicatie en lijkt het je leuk om bij de inloopwinkel te komen werken, kom gerust eens langs of neem contact met ons op.

Helaas zit een feestelijke opening er wegens corona niet in, wel ligt er in de week van 4 januari een leuk presentje voor u klaar.

Openingstijden: Maandag tot en met vrijdag van 13.00 tot 15.00 uur.

Adres Inloopwinkel: Boskdobbe 2, 9249 NR Frieschepalen.

Telefoonnummer: 06-12656273

JP van den Bent - Team Werkbank

Nieuwe Dorcas winkel in Drachten

Opbrengst winkel is voor de allerarmsten.

Even lekker snuffelen tussen de boeken, kleding, meubels en andere prettig geprijsde artikelen? Dat kan in de nieuwe Dorcas-winkel aan De Hemmen 10. De ingang is aan de kant van de Noorderhogeweg. Vanaf daar wordt de looproute aangegeven in verband met de coronamaatregelen. Wie een aankoop doet in een Dorcas-winkel, helpt de allerarmsten in de wereld. De winkel in Drachten is de 41ste vestiging. Meer informatie over de organisatie is te vinden op www.dorcas.nl.

Vrijwilligers

Dorcas Winkel Drachten is nog op zoek naar nieuwe vrijwilligers, voor onder meer het sorteren en prijzen van goederen en kassawerkzaamheden. Wie interesse heeft, kan voor meer informatie terecht bij Mathilde Krijgsheld,

tel.06-3000 8106,

e-mail: bestuur-drachten@dorcas.nl

Informatie

De winkel gaat open op dinsdag, donderdag, vrijdag en zaterdag van 10.00 tot 16.00 uur. Goederen inbrengen kan tijdens openingstijden.

De inbreng is aan de achterzijde van het pand, met het adres De Hemmen 10b.

Muziekcafe Ma Kelly's *Eppie en Jolanda bedankt*

Langs deze weg willen we jullie en natuurlijk Melissa en Danielle hartstikke bedanken voor de vele jaren dat jullie het café en aanverwante bezigheden, voor het dorp, cafébezoeker, de vele eters en natuurlijk de muzikiefhebber hebben verzorgd. We stonden er altijd versteld van, met wat voor tomeloze inzet en passie jullie altijd bezig waren.

Helaas heeft corona het welbekende roet in het eten gegooid, en niet om financiële redenen, maar omdat het vlammetje doofde, de energie was op. Na alle inspanningen om zo goed mogelijk aan de coronamaatregelen te voldoen. Alle inspanningen ten spijt, weer moesten de cafés dicht. Het is jammer dat we op deze wijze afscheid van jullie moeten nemen. Maar desondanks wensen we jullie heel veel succes met jullie werkzaamheden, wat dat dan ook moge zijn. Maar dit zullen we later nog wel eens horen.

Hoe nu verder

Beste inwoners van Frieschepalen / Siegerswoude en omstreken. Hoe gaat het nu verder met muziekcafé Ma Kelly's. We hebben in eerste instantie geprobeerd om er weer een geschikte huurder voor te vinden, die het op ongeveer dezelfde wijze voort wilde zetten. Dit is tot op heden niet gelukt. En is ook begrijpelijk, want niemand wil in deze onzekere tijd van corona zich

branden aan een horecagelegenheid. Maar we willen wel dat het weer open gaat, en dan ga je je afvragen hoe we dit op zullen lossen. De oplossing is eigenlijk best wel simpel. Ik ga het zelf weer oppikken, en proberen om de loop er weer in te krijgen. Dit zal in eerste instantie het voortzetten van het cafetaria zijn. En als de vervelende corona shit voorbij is, zullen we het café weer met alle plezier weer voortzetten, waar het mee geëindigd is. We hopen dat, als het zover is dat jullie weer met plezier van het café / terras, het cafetaria en natuurlijk van de muziek willen genieten. Gelukkig hoef ik het niet alleen op te lossen, Danielle, Inge en Fardou zullen me helpen om het weer tot een succes te maken.

We hopen met het cafetaria weer open te gaan op **donderdag 7 januari**.

Openingstijden (wintertijd)

Donderdag 16.00 tot 20.00 uur

Vrijdag 11.00 tot 20.00 uur

Zaterdag 11.00 tot 20.00 uur

Zondag 16.00 tot 20.00 uur

**We wensen iedereen een hele prettige kerst en een gelukkig en coronavrij 2021
Hepke & Joke**

[Zie ook de advertentie in dit blad, met de speciale aanbieding bij bestellingen.](#)

Sport- en ontspanningslessen **Dyn Dao**

Wil jij dit jaar gezonder leven? Meer bewegen, meer ontspanning en beter eten?

Je voornemens hebben meer kans van slagen met de juiste begeleiding. Bij Dyn Dao stemt Rieky Takken de lessen af op wat jij nodig hebt. Dat kan in een privéles, duolessen of in een kleine groep.

Tot en met 19 januari zijn de lessen online via Skype.

Privélessen kan ook buiten.

Juist nu!

Momenteel zijn er minder mogelijkheden voor sport en ontspanning. Daardoor belanden mensen steeds vaker thuis op de bank. Het wordt lastiger om op gewicht te blijven, het lichaam wordt minder soepel en het valt niet altijd mee om positief te blijven. Dat is schadelijk voor je gezondheid. En juist nu kun je dat niet gebruiken.

Begeleiding op maat

Kies je voor privélessen, dan stemt Rieky de les helemaal af op wat jij nodig hebt én ze kijkt wat bij jou past. Rieky is docente yin yoga, tai chi, Wudang fitness en meditatie: ze kan dus putten uit een heel scala aan oefeningen. Wil je bijvoorbeeld kilo's kwijt? Dan leer je hoe je met Wudang fitness effectief en rustig kunt sporten op vetverbranding. Heb je last van stress of negatieve gedachten? Dan krijg je speciale oefeningen om meer rust en kalmte te vinden. Wil je graag soepeler worden? Dan kijkt Rieky waar de meeste stijfheid zit en krijg je oefeningen speciaal voor dat gebied.

Ideaal bij lichte klachten

"Privélessen zitten eigenlijk tussen groepslessen en fysiotherapie in", zegt Rieky. "Ik behandel geen klachten die bij een fysiotherapeut of manueel therapeut



thuishoren. Maar je moet je realiseren dat lichte ongemakken in een vroeg stadium vaak met eenvoudige oefeningen zijn op te lossen. Doe je er niets aan, dan kan zo'n ongemak een serieuze klacht worden en dan kan fysiotherapie noodzakelijk zijn. Zover hoef je het niet te laten komen en daar kan ik bij helpen."

Eenmalig of wekelijkse 'personal training'
Je kunt zo'n privéles eenmalig volgen en daarna de oefeningen thuis blijven doen. Maar je kunt ook vaker komen om steeds nieuwe dingen te leren. Vaak kiezen mensen voor wekelijkse 'personal training' als ze van zichzelf weten dat het oefenen er anders niet van komt.

Zinvolle activiteit.

Om gemotiveerd te blijven, kan het leuk zijn om samen met een maatje of vriendengroep te trainen. Dan wordt de les afgestemd op de wensen van de deelnemers. Ook dat kan eenmalig of op herhaling. Nu je nauwelijks ergens naartoe kunt, is het een leuke, zinvolle activiteit.

Binnenkort ook voedingsadvies

Momenteel is Rieky bezig met de afronding van een opleiding tot voedingscoach. Dat betekent dat ze het beweeg- en ontspanningsadvies kan aanvullen met bijpassende voedingstips. "Mensen weten vaak niet hoe beweging, ontspanning en voeding met elkaar samenhangen. Als je het één wel doet, maar het ander niet, dan heb je vaak weinig resultaat. Een totaalaanpak heeft veel meer effect."

Rieky Takken geeft privé- en groepslessen yin yoga, tai chi en Wudang fitness in Siegerswoude, Ureterp en Drachten.

Meer informatie:

www.dyndao.nl

06-2932 3108

riekytakken@dyndao.nl



Voedselbank Opsterland

Heb je door omstandigheden hulp nodig bij het regelmatig op tafel zetten van een maaltijd?

Voedselbank Opsterland kan je mogelijk helpen.

Alle informatie staat op de website:

www.voedselbankopsterland.nl

Je kunt ook bellen: 06 1059 6926

Preekroosters Frieschepalen / Siegerswoude

Gereformeerde kerk Vrijgemaakt Frieschepalen/Siegerswoude

Elke zondag 09.30 uur Ochtendgebed

Elke zondag 19.00 uur Avondgebed

03-01 09.30 uur ds. S. de Vries

19.00 uur Avondgebed

10-01 09.30 uur ds. A. van der Sloot

19.00 uur Avondgebed

17-01 09.30 uur ds. A. van der Sloot

19.00 uur Avondgebed

24-01 09.30 uur Kand. P. Zuidema

19.00 uur Avondgebed

31-01 09.30 uur ds. D. de Jong

19.00 uur Avondgebed

Uitzendingen te volgen via internet.

Internetadres:

www.gkvfrieschepalen.nl

let op via menu:

Live meekijken:

Beginpagina -> kerkdiensten->

Luister en Kijk live mee

www.gkvfrieschepalen.nl/live

Terugkijken:

Beginpagina -> kerkdiensten ->

gemiste kerkdiensten

www.gkvfrieschepalen.nl/gemist

VGKN Frieschepalen-Siegerswoude

24-12 21.00 uur ds. B. Bloemendal

Uitzending vanuit de Paedwizer

25-12 09.30 uur dhr. M. Claus

Kinderkerstfeest

26-12 10.00 uur Online dienst

27-12 09.30 uur pastor I. Baron

31-12 19.30 uur ds. K. Snijder,

Oudejaarsdienst

01-01 10.00 uur Nieuwjaarsbijeenkomst

03-01 09.30 uur pastor I. Baron
 10-01 09.30 uur ds. Engelsma, H.A.
 17-01 09.30 uur zr. J. Seinstra,
 Week van gebed
 24-01 09.30 uur ds. J. J. Douma -
 van der Molen
 31-01 09.30 uur ds. J. Arensman
 Kijk op onze website voor meer info:
www.vgk-frieschepalen.nl
 U kunt onze diensten beluisteren via
www.kerdiestgemist.nl
 Daarnaast is de dienst online te bekijken
 via Facebook

Protestantse Gemeente De Wilp- Siegswoude

24-12 09.00 uur kerstappél
 25-12 09.30 uur ds. J.J. van der Sleen,
 familiedienst
 26-12 09.30 uur familiedienst
 27-12 09.30 uur Bijzondere dienst
 met medewerking van Rivival
 31-12 09.30 uur Oudejaarsdienst
 03-01 09.30 uur ds. J.J. van der Sleen
 Nieuwjaarsdienst
 10-01 09.30 uur Dhr. G. Poelman
 Evangelisatiedienst
 17-01 09.30 uur ds. J. Hoornenborg
 24-01 09.30 uur ds. A.de Vries
 31-01 09.30 uur ds. J.J. van der Sleen,
 H.A.

Christelijk Gereformeerde kerk Siegswoude

25-12 09.30 uur ds. D. v.d. Zwaag
 14.30 uur Kinderkerstfeest
 26-12 09.30 uur ds. D. v.d. Zwaag
 27-12 09.30 uur ds. M.J. van Keulen
 14.30 uur ds. A.A.L. Alderink
 31-12 19.30 uur ds. D. v.d. Zwaag
 01-01 10.00 uur ds. D. v.d. Zwaag
 03-01 09.30 uur kand. J. van Limbeek
 14.30 uur kand. J. van Limbeek
 10-01 09.30 uur ds. D. v.d. Zwaag
 14.30 uur ds. D. v.d. Zwaag
 17-01 09.30 uur ds. D. v.d. Zwaag
 14.30 uur ds. D. v.d. Zwaag
 24-01 09.30 uur ds. D. v.d. Zwaag
 14.30 uur ds. D. v.d. Zwaag

Agenda Dorpshuis Uthof Siegswoude 2021

In verband met het Coronavirus zijn er
 geen activiteiten
 in het dorpshuis. Tel. 0516-426001
 Hinke Mekkes Agendabeheer
dorpshuisuthof@gmail.com
 Tel. 0516-541900

**Het bestuur en exploitatie van
 dorpshuis Uthof
 wenst iedereen prettige kerstdagen
 en een gelukkig en gezond 2021!**

Hulpnetwerk Frieschepalen 06-50 60 01 48

Telefonisch spreekuur iedere maandag
 van 13.00 tot 15.00 uur (anders
 voicemail en SMS)

Puzzel 4

Beste puzzelaars,

Oplossing puzzel 3 zat het woord
 Zweeds 4x, Sudoku 3x, Kruiswoord 2x
 en Filippine 3x verstopt.

Puzzel 4:

Nu eens iets heel anders. Deze puzzel
 bestaat uit 10 spreekwoorden /
 gezegden. Deze spreekwoorden en
 gezegden zijn in stukjes geknipt. Deze
 losse stukjes moeten aan elkaar gepast
 worden en zo ontstaat het juiste
 spreekwoord of gezegde.
 Met deze laatste puzzel laten we 2020
 achter ons en kijken uit naar een gezond
 2021.

Ik wens iedereen Fijne feestdagen en
 veel puzzelplezier
 De gehele oplossing kunt u inleveren tot
 en met vrijdag 15 januari bij Metje van
 der Harst,
 Lytse Dobbe 7 te Frieschepalen.
 Ook kunt u de puzzel per e-mail
 inleveren. E-mail adres:

metjevanderharst@hotmail.com

Collecte Jantje Beton

Doe mee en maak je club iets rijker. Vanaf 1 december kunnen clubs en verenigingen zich weer aanmelden voor de Jantje Beton Collecte. Van maandag 8 tot en met zaterdag 13 maart 2021 gaan ruim 40.000 vrijwilligers langs de deuren om geld op te halen voor de eigen clubkas en voor projecten van Jantje Beton. 50% van de opbrengst is voor de eigen club en 50% is voor Jantje Beton.

Help je club; doe mee met de Jantje Beton Collecte

Eén keer per jaar organiseert Jantje Beton een grote collecte. Samen met tienduizenden vrijwilligers halen deelnemende clubs en verenigingen geld op. De helft van de opbrengsten besteedt Jantje Beton aan speelprojecten in heel Nederland. Met speciale aandacht voor kinderen in kwetsbare speelposities. De andere helft is voor de eigen clubkas van deelnemende verenigingen en clubs. Niet alleen scoutinggroepen, sport- en jeugdclubs kunnen deelnemen aan de collecte; ook speeltuinen en maatschappelijke organisaties zoals buurtcentra, jongerenwerk en kinderboerderijen kunnen meedoen.

Kijk voor meer informatie en tips op www.jantiebeton.nl/collecte

Veilig collecteren

Collecteren gebeurt altijd op een veilige en vertrouwde manier en dat is juist nu extra belangrijk. Huis-aan-huis op 1,5 meter afstand met de bekende collectebus en de iDEAL QR-code. Of gewoon thuis vanaf de bank met een persoonlijke online collectebus.

Rijbewijs keuring

Verloopt uw rijbewijs omdat u 75 jaar of ouder bent, jonger dan 75 jaar bent, of omdat u om medische redenen moet worden gekeurd voor het verlengen van uw rijbewijs A? B/E? C/E, D/E? Code 95 en taxipas. Maak dan nu alvast een afspraak voor deze keuringen in Ureterp. Locatie: Wekelijks - Multifunctioneel Centrum De Wier, De Telle 21, 9247 AA Ureterp

Wilt u meer informatie over deze rijbewijskeuring, of wilt u een afspraak maken? Neem dan contact op met het afsprakenbureau (09.00 tot 18.00 uur): 0516-51 45 74 of 06-1471 6543
Online afspraak maken:

www.goedkoperrijbewijskeuringen.com

Puzzel 4

aanle	alfsla	gelt	ar	nbo	haal	ssn
ee	jema	al	sded	ter	enja	pdesc
aima	tmaa	esc	enac	er	hrtg	wijnen
enh	stek	smou	el	tdanzij	emd	twa
it	win	vand	keda	dra	rééno	aktn
bestn	oo	ieuwj	ee	berto	lie	aar
eeuwv	edbet	zek	nwint	rtisd	eme	ecem
sensu	eengo	ard	b	er	wtapij	geen
aand	ie	agd	ietkwijt	nwede	bolin	adjeise
e pann	onverd	nwede	ernogn	ageng	wine	ogg
jessc	ftjan	en	hold	ete	gee	htenst
al	ensneeu	uarie	rdez	deen	antieno	ngeng
chten	unkus	reng	ntekra	huddenh		

Puzzelcompetitie stand 2020 / 2021

				P3	Totaal
1	Feikje / Trienke		Benedictus	30	70
2	Baukje		Dijkstra	30	70
3	Rolf en Ancis		Feenstra	30	70
4	Lies		Haisma	30	70
5	Jeen		Haisma	30	70
6	Sjikke		Havinga	30	70
7	Wietske		Jeensma	30	70
8	Anneke	de	Koning	30	70
9	Gryt		Kooistra	30	70
10	Johan		Praamstra	30	70
11	Kryn/ Meta		Schotanus/Valk	30	70
12	Bert	v.d.	Veen	30	70
13	Christina		Venekamp-Hoekstra	30	70
14	Yvonne	de	Vries	30	70
15	D.		Gorter-Oosterhof	15	55
16	Akkelien		Jeeninga	15	55
17	H.J.		Kloosterman-Luchtenburg	15	55
18	Joyce		Mulder-Thissen	15	55
19	Ietje	v.d.	Veen	15	55
20	Andrea		Jongstra	10	50
21	Mieke		Kooijker	10	50
22	Hinke		Mekkes	10	50
23	Tjitze		Bouma	0	40
24	Atty		Ekema	0	40
25	K.		Postma	10	40
26	Nienke	de	Vries	0	40