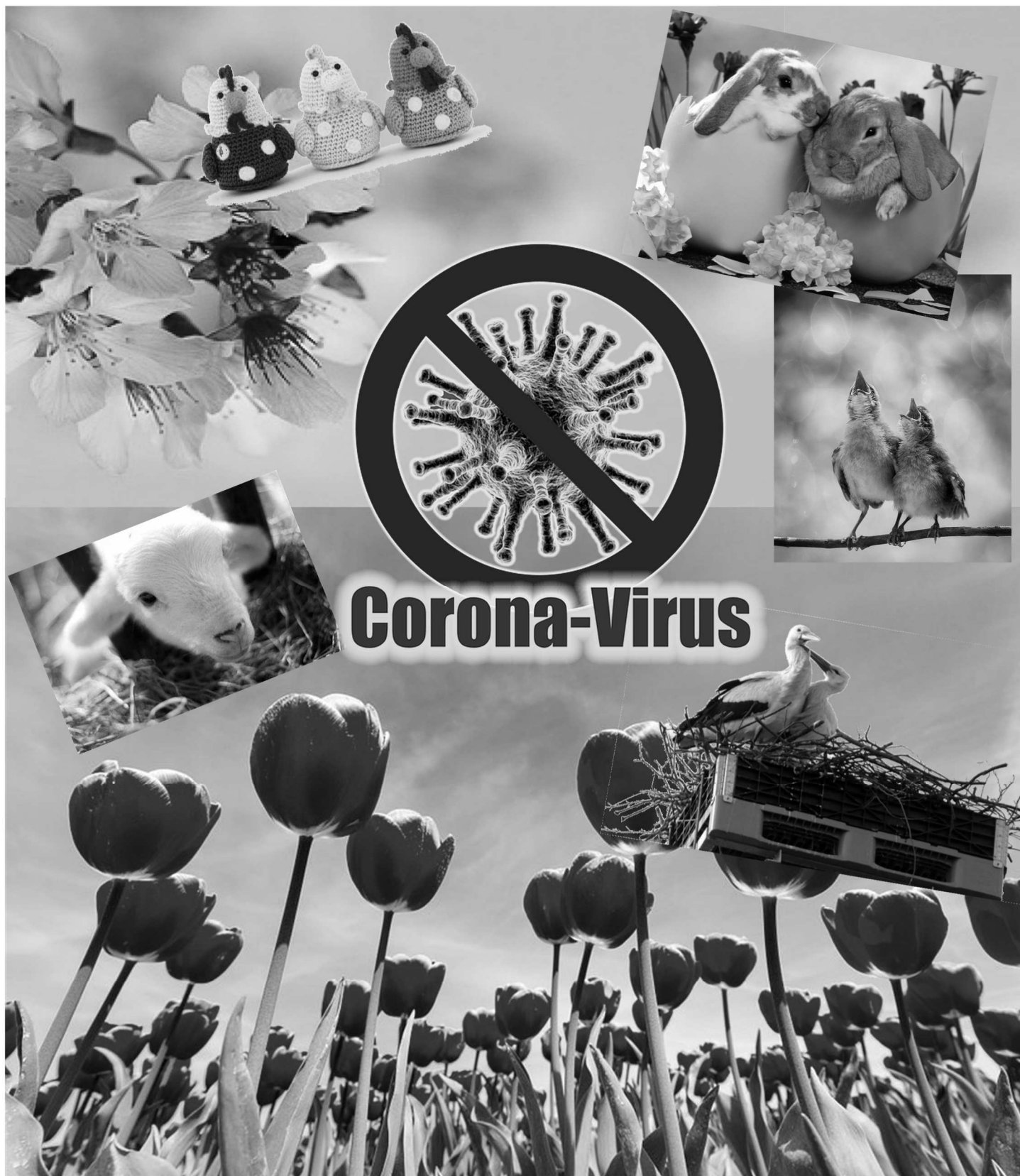


# OP 'E HICHTE



BAKHUIZEN, MIRNS, RIJS EN OMSTREKEN



**Corona-Virus**



## INHOUDSOPGAVE

De Eachteister: Genesis_____	3
Telefooncirkels tegen eenzaamheid_____	4
Afgelaste activiteiten_____	5
'Een crisis dwingt je om te vechten'_____	6
Gezellige middagen in de Gearte_____	7
Tuinkriebels_____	8
Gaasterlandse Heuvelen wandeltocht_____	9
Wiizr, Douwe Boonstra_____	10
IJsclub Phoenix zet Bakhuizen op glad ijs_____	11
Gearte Nijs_____	12
Basisschoolleerlingen werken thuis_____	14
De Gidsen_____	16
Hotel Corona_____	17
The Motown Movement: Arjan Boonstra_____	19
Omzien naar elkaar in coronatijd_____	21
Mei ien yn'e kunde komme_____	22
Het belang van de nieuwe omgevingswet_____	23
Maar de lente wist het niet..._____	24
Berenjacht en dankbetuigingen_____	26
Ferkâlden_____	27
Project zorgwoningen, stichting FEME_____	28
Nije huzen Heer Jacobstrjitte / Gaestwei_____	28
Corona nieuwsplatform_____	30

## TREFPUNT



**Troch it coronavirus krijst minder moaie dingen mar soms ek wol wer moaie dingen.**

De minsken fan Trefpunt moatte har kofjemoarn op woansdei missen en dat is tige spitich. Der komt altyd in fêste groep, mar ek guon dy 't sa no en dan komme foar in bakje. Yn de polder kinne de blommekwekers har blommen net kwyf. Dat is ek skande. Sa kaam der ien by ús mei de fraag: is it ek wat as ik blommen út de polder meinim foar de minsken dy 't no thús bliuwe moatte fan Trefpunt. No, dat foune wy in goed idee.

Sadwaande hawwe alle fêste besikers in blomke krigen, sadat se witte dat wy om hun tinke. Want sawol de besikers as de frijwilligers misse Trefpunt. We hoopje dat we elkoar dan ek gau wer yn goeie sûnens sjen kinne.



## TILLEFOANLIST

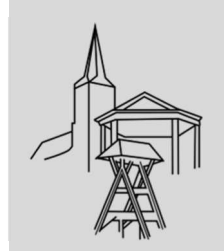
<b>Gemeente De Fryske Marren</b>	<b>140514</b>
<b>Sociaal Wijkteam</b>	<b>140514</b>
<b>Dorpencoördinator</b>	<b>0513-23900</b>
<b>Gezondheidscentrum</b>	<b>0514-581287</b>
<b>Dokterswacht</b>	<b>09001127112</b>
<b>Politie/Ambulance</b>	<b>09008844</b>
<b>Algemeen alarmnummer</b>	<b>112</b>
<b>Dorpshulp BMRH</b>	<b>06-51444556</b>
<b>Buurtzorg</b>	<b>06-53675488</b>
<b>Thuiszorg</b>	<b>0515-461871</b>
<b>Hulprijn Vervoer Regio G.S.</b>	<b>0514-593606</b>
<small>(iedere werkdag bereikbaar tussen 9.30-10.30u.)</small>	
	<b>of 06-18300000</b>
<b>Duofiets B. Mous</b>	<b>0514-581706</b>

## SAMEN ETEN

Samen eten in de Gearte in Bakhuizen en samen ite yn de Begine in Hemelum, gaan voorlopig **niet** door.

## FAN DE REDAKSJE

Ek foar de redaksje wie it oanpasjen dit kear. Om't in part fan ús by de risico-groep heart, dogge we ús fergaderingen net, sa as oars, gesellich mei in bakje oan in grutte tafel, mar mei mail, whatsapp en mobyl. Allegearre al oankondigingen moesten toch wer net yn de krante en fan oare dingen moat der no yn dat it net troch giet. Byg. de ledengearkomste fan BMR en Dorpshulp, de Gezellige Middagen, it âld pepier, de Avondvierdaagse. Troch it corona hawwe we wol in prachtige première fan de ynbring fan skoalle. Sa kinne we mei elkoar sjen wat de bern allegearre thús leare, hoe't se dat dogge en hoe't de heiten en memmen der drok mei binne. We krigen ek troch dat der in wrâldwide berejacht opsetten is. En let mar ris op: se sitte oeral, dy beren! Dizze Op 'e Hichte is corona-vrij. Alles is digitaal oanlevere. Hy is rûnbrocht troch ús soene besoargers, mei wantsjes oan. We binne tige benijd hoe't we der mei de folgjende edysje by sitte. Oan't dy tiid winskje we jimme in protte sûnens, fertrouwen en litte we goed op elkoar pasje.



## DE EACHTEISTER: GENESIS

**In het begin was er chaos. En toen schiep God de hemel en de aarde. De aarde was woest en leeg. De duisternis lag in de diepte. Toen sprak God: "Er moet licht zijn!" En er was licht. Hij scheidde de duisternis van het licht. Het werd avond en het werd ochtend. Dat was de eerste dag. En God zag dat het goed was...**

Zo is ons als kind verteld over het ontstaan van het heelal. Later als je volwassen wordt en meer begrip over de dingen krijgt begrijp je dat de eerste dag wel erg simplistisch wordt voorgesteld in de bijbel. Het ontstaan van ons heelal is een begrip waar we nog lang niet achter zijn. Voorlopig zijn we niet verder dan de oerknal waaruit alles is ontstaan.

En dan vind ik de gelijkenis van Genesis toch mooier dan de oerknal. Vooral nu met het coronavirus dat over ons heen dendert als een verwoestende wals. Toen ik de eerste keer het woord coronavirus hoorde en er één zag, vond ik het best een mooi voorwerp. De vorm van een ronde kroon die trompetvormige uitsteeksels heeft lijkt, op de pollen en pluusjes die ieder jaar weer door de lucht zweven in de zomermaanden. Maar schijn bedriegt want dit virus met z'n koninklijk uiterlijk is een sluipmoordenaar. Zolang er geen antistof is kan hij dodelijk voor de mens zijn.

Als leek vraag ik me dan af: waar komt het virus vandaan? Heeft het zichzelf ontwikkeld, of was het in Genesis al aanwezig? Met andere woorden: heeft God de virussen gemaakt? In de bijbel stuurde God wel enkele plagen over de wereld. De pest was een paar honderd jaar terug nog verwoestend aanwezig.

In onze moderne wereld denken we dat we bijna alles onder controle hebben, maar ineens is er een virus wat ons hele dagelijkse leven ontwricht. Na het ebolavirus zijn we nu bij het coronavirus beland. We leven opeens in een geïsoleerde wereld. Deze aanpassing is voor veel mensen toch een moeilijk begrip. Vooral voor ouderen en alleenstaanden. Het sociale contact buitenshuis is weg.

Ik voel de warmte van de zon door het raam. Als ik naar buiten kijk zie ik bij de buurman twee kraaien op het dak zitten. Ze zitten precies op de afdekplaat van de pijp van de verwarming. Lekker warm naast elkaar. Eén kraai heeft een stukje brood in zijn bek en legt het voorzichtig neer. De ander pikt er even aan, maakt een krassend geluid. Daarna pikken ze elkaar liefkozend.



Ik kom tot de conclusie dat het leven buiten gewoon doorgaat. Geen angst of stress. De natuur trekt zich niks aan van ons probleem. Het gras wordt weer groen en de meidoorn bloeit. De vogels gaan weer een nestje bouwen.

Het verplicht isoleren van de buitenwereld brengt ook bezinning in ons leven. Je kijkt anders tegen de dingen aan waardoor er nieuwe inzichten komen op het dagelijkse leven. Je voelt dat we als mens elkaar nodig hebben. Er is eensgezindheid en bereidwilligheid om samen hierdoor te komen. Want ondanks alles is er licht aan het eind van de tunnel. De lucht zal weer opklaren en het coronavirus zal beheersbaar worden. En dan zullen we net als die twee kraaien weer brood op de plank hebben en elkaar kunnen knuffelen.



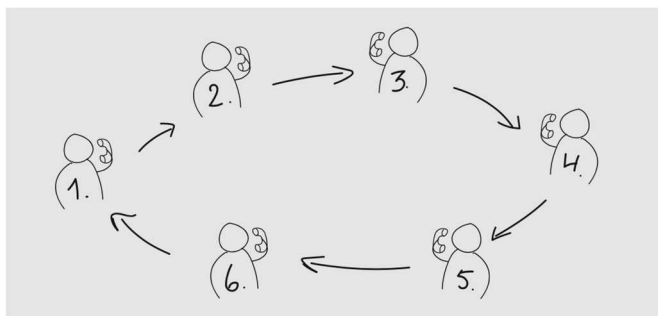
## TELEFOONCIRKELS TEGEN EENZAAMHEID



Het sociale leven ligt stil en dat blijft de komende periode ook zo. Daardoor missen veel mensen de dagelijkse contacten. Ze spreken of zien dan bijna niemand. Terwijl ze zich alleen of soms zelfs angstig voelen. Of gewoon even behoefte hebben om hun verhaal kwijt te kunnen. Esther de Vrij: "Voor al deze mensen start Zorgbelang Fryslân telefooncirkels op. Dat doen we vanuit de gedachte: voor elkaar zorgen doen we samen."

### Deelnemen aan een telefooncirkel

Kent u iemand die mee wil doen of wilt u zelf meedoen? Door mee te doen aan een van de telefooncirkels spreekt u dagelijks in ieder geval twee andere mensen. Iemand belt u en u belt zelf iemand. U belt elkaar om te horen hoe het gaat en om een luisterend oor te bieden.



### Wilt u meedoen aan een telefooncirkel?

Bel dan naar het **Zorgbelang Fryslân** via **085 4 832 433** (lokaal tarief, op werkdagen van 9-13 uur)

of stuur een e-mail naar [info@zorgbelang-fryslan.nl](mailto:info@zorgbelang-fryslan.nl)

Wij geven uw telefoonnummer door aan één andere deelnemer van de telefooncirkel. Die persoon zal u bellen. Daarnaast ontvangt u zelf ook één telefoonnummer van degene die u zelf gaat bellen.

### Dienstverlening Adviespunt

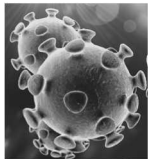
Het Adviespunt van Zorgbelang Fryslân blijft gewoon bereikbaar voor alle vragen over de zorg en ondersteuning in Friesland. Onze onafhankelijke Clientondersteuners geven informatie en advies en denken met u mee. "Heeft u een zorgvraag of behoefte aan een luisterend oor? Bel ons dan," nodigt Tannie Peters uit.

Het adviespunt is bereikbaar op werkdagen van 9.00 – 13.00 uur: **085 4 832 432**.

U kunt ons ook bereiken per e-mail: [adviespunt@zorgbelang-fryslan.nl](mailto:adviespunt@zorgbelang-fryslan.nl)

Ook blijven onze vertrouwenspersonen in diverse (jeugd-)zorginstellingen telefonisch bereikbaar voor cliënten en hun naasten die hier behoefte aan hebben.

<b>Patrick Gofre</b>						<b>Solar</b>	
						<b>consulent</b>	
Nieuwe zonnepanelen te duur?						Warns	
<b>GEBRUIKTE ZONNEPANELEN bieden de oplossing!</b>							
Kwaliteitsproducten voor Zonne-energie							
06-19187357 • <a href="mailto:info@patrickgofre.org">info@patrickgofre.org</a> • <a href="http://www.patrickgofre.org">www.patrickgofre.org</a>							



## AFGELASTE ACTIVITEITEN

In verband met het coronavirus gaan veel activiteiten niet door. Hieronder een overzicht van activiteiten in onze dorpen, die niet door zullen gaan.

### 17 en 18 april 2020: 75 jaar bevrijding (HWG)

Op 17 en 18 april zouden er verschillende activiteiten worden georganiseerd door Stichting HWG (Histoarysk Wurkferbân Gaasterlân) om 75 jaar bevrijding te vieren.

Het ging om:

**17 april:** de opening van een tentoonstelling over WO II in Mar & Klif, een muziek- en dansoptreden op het Haskeplein, een groot bevrijdingsconcert in sporthal De Trime in Balk.

**18 april:** een braderie in Balk, een rondrit door Gaasterland met oude legervoertuigen (*Keep them Rolling*), die in de diverse dorpen feestelijk onthaald zouden worden.

Deze evenementen worden allen afgelast.

### Foto's 75 jaar bevrijding in dorpsvitrine

In de vorige Op 'e Hichte werd gevraagd naar voorwerpen/foto's/verhalen m.b.t. WO2 en in het bijzonder de bevrijding van Bakuizen, Mirns en Rijs. Deze zouden van 17 april t/m 5 mei 2020 tentoongesteld worden in de dorpsvitrine in Bakuizen.

Ook deze tentoonstelling gaat niet door.

### Dodenherdenking 4 mei 2020

Door de regeringsmaatregelen rond de coronacrisis zal helaas de Dodenherdenking dit jaar komen te vervallen en dat juist in het jaar dat we vieren dat we 75 jaar geleden zijn bevrijd.

Natuurlijk staat het ons vrij om individueel of in gezinsverband op 4 mei stil te staan bij hen, die voor onze vrijheid en later tijdens vredesacties elders in de wereld zijn gevallen.

Laten we daarom vanaf 18.00 uur massaal de vlaggen halfstok hangen, om aan te geven dat we hen gezamenlijk weliswaar niet mogen gedenken op dit moment maar dat we hen niet zijn vergeten.

Van 19.45 tot 20.00 uur zal de torenklok luiden zoals we dat gewend zijn, waarna ieder voor zich 2 minuten stil zal zijn.

### Oud papier in april en mei 2020

In verband met de landelijke coronamaatregelen is besloten dat het oud papier in ieder geval op **11 april én 9 mei niet huis aan huis** opgehaald wordt in Bakuizen, Mirns en Rijs.

Uiteraard staat er wel een container op het parkeerterrein bij de voetbalvelden zodat iedereen daar zelf het oud papier naar toe kan brengen. Houd hierbij uiteraard ook rekening met de geldende maatregelen, zoals bijvoorbeeld de 1,5 meter afstand. Zo zorgen we er samen voor dat we snel het coronavirus de baas zijn.

Mocht de container vol zijn, neem het papier dan weer even mee naar huis en bewaar het tot de volgende keer. In mei wordt een besluit genomen over juni en verder.

### Avond4daagse 2020

In goed overleg is besloten dat de avond4daagse in Bakuizen dit jaar niet door kan gaan. De regelgeving m.b.t. het coronavirus maakt dit onmogelijk, maar ons inziens ook niet verantwoord.

Als organisatie waren wij al begonnen met de eerste voorbereidingen van het evenement, te meer daar wij dit jaar een bijzondere mijlpaal te vieren hadden, namelijk de 50e editie van de Avond4Daagse. Wij nodigen jullie daarom nu al uit om in het voorjaar van 2021 mee te lopen en dan alsnog dit jubileum te vieren!

### De Reünie op 12 september 2020

In deze voor ons allen zorgelijke en moeilijke periode waar nog geen uitzicht is wanneer het is afgelopen, is het helaas als commissie niet mogelijk om de reünie te organiseren. De eerstvolgende reünie is **11 september 2021**. Ben je geboren in 1971 of eerder en ben je of was je woonachtig in Bakuizen, Mirns of Rijs, mail je adresgegevens naar de reüniecommissie, [reuniebmr@live.nl](mailto:reuniebmr@live.nl) of per post naar

**Reüniecommissie BMR t.n.v. M.F. de Vreeze  
T. de Boerstrjitte 17, 8574 SB Bakuizen**

en je ontvangt t.z.t. een uitnodiging.

De commissie reünie BMR wenst allen heel veel sterkte in deze zorgelijk en moeilijke tijd.



## ONDERNEMER MANITA POSTMA: 'EEN CRISIS DWINGT JE OM TE VECHTEN'

"Het coronavirus is een bedreiging voor onze gezondheid. Daarnaast treft het virus onze bedrijven heel hard. Onze wereld staat compleet op zijn kop." Aan het woord is Manita Postma, eigenaar van Lemon 'N Salt. Met haar bedrijf helpt ze ondernemers om meer rendement uit hun website en online marketing te halen. Vanaf het moment dat Nederland 'op slot ging' om de spreading van het coronavirus tegen te gaan, staat haar smartphone roodgloeiend. Voor advies, of gewoon een luisterend oor.



"Het virus legt grote delen van onze economie plat. Dat is ongekend. Die klap komt hard aan en brengt veel onzekerheid. Toch komen veel ondernemers met creatieve oplossingen. Daar heb ik veel bewondering voor want het is niet gemakkelijk."

Zelf maakte ze eerder een crisis mee, maar dan in haar privéleven. "In 2016 is mijn vader (57) plotseling overleden. Een hartstilstand. De wereld stond op z'n kop. Hoe moesten we verder zonder deze bijzondere man? Hoe moeilijk het ook was, en dat is het iedere dag nog steeds, we hebben geen keuze. Je moet door, ook in een crisissituatie."

Een crisis dwingt je om te vechten, om er iets van te maken. Manita: "Het zal nooit meer hetzelfde zijn maar het is belangrijk om te kijken wat er nog wél mogelijk is. In crisissituaties vecht ik door totdat ik in rustig vaarwater kom. Mijn leven is totaal veranderd maar ik ben gelukkig en krijg veel energie van mijn enthousiaste en gedreven klanten en lieve mensen om mij heen."

Ook in deze lastige tijd helpt ze ondernemers met hun online marketing. Afgelopen weken heeft ze veel bijzondere videogesprekken gevoerd:

"Gesprekken begonnen vaak wat teneergeslagen, maar altijd sloten we af met een duidelijk plan, waardoor de klant meteen aan de slag kon. Ik geloof dat je met positiviteit en een vechtersmentaliteit heel ver kan komen."

### Voor de ondernemende lezers heeft ze een paar tips:

1. Blijf via social media en via de mail in contact met je klanten, zodat er geen miscommunicatie ontstaat en de binding met je klanten behouden blijft.
2. Probeer de hulp te bieden die je voor de crisis ook bood. Focus je altijd op het resultaat dat je jouw klanten kunt bieden.
3. Bewaar niet alles in je hoofd. Werk met een digitale agenda i.c.m. een 'to do tool', zoals *Things*. Het zorgt bij mij voor veel orde in de chaos 😊.

### Meer weten over (online) marketing, ondernemen en social media?



Volg **Manita** via haar nieuwsbrief, Lemon 'N Salt Instagram en Facebookpagina.

Of lees haar blogs op [lemonsalt.nl](http://lemonsalt.nl).



## GEZELLIGE MIDDAGEN IN DE GEARTE

Beste lezer/lezeres,

Het zijn vreemde tijden momenteel en we hopen deze snel achter ons te kunnen laten om ons zo vertrouwde gewone leven weer op te kunnen pakken.



Dan gaan we ook zeker weer beginnen met de maandelijkse Gezellige Middagen die door Dorpschulp BMRH georganiseerd worden in MFC De Gearte.

Elke **eerste dinsdag van de maand van 14.00 tot 16.30 uur** wordt er, in samenspraak met de deelnemers, een activiteit gedaan waar iedereen aan mee kan doen, wel of geen lid van Dorpschulp. Deelname aan deze activiteit kost slechts €1,50.

Ook kunt u zonder zich daarvoor op te geven, komen om een spelletje te doen, gebruik te maken van het biljart, een kaartje te leggen of gewoon gezellig een praatje te maken.

Er is iemand van het team Dorpschulp aanwezig waar u terecht kunt met vragen.

Zodra het weer mogelijk is hopen we u te mogen begroeten bij de Gezellige Middagen.



Afgelopen keer, op 3 maart 2020, hebben we een aquarel leren maken onder leiding van Mieke Otten. Waarvan bijgaand een aantal foto's.



### Dierenpension Immermoed

Vakantieopvang en dagopvang



Westerein 23  
8571GB Harich  
0514-681073

[info@immermoed.net](mailto:info@immermoed.net)

[www.immermoed.net](http://www.immermoed.net)

Volg ons op Facebook. De leukste foto's van uw huisdier zetten we op deze pagina: <https://www.facebook.com/dierenpensionimmermoed>





## “TUINKRIEBELS”

Tekst: Betty Kelderhuis

**Halverwege maart hadden we prachtig weer. Overal hoorde je grasmaaiers en hadden mensen “tuinkriebels”. Zelf zit ik al weken te popelen om de tuin eens goed te ontdoen van al het dode spul. Mijn groene vingers jeuken als het dan weer even mooi weer is, maar ik houd me in.**

Mijn moeder heeft me namelijk geleerd dat planten die al gesnoeid zijn kwetsbaarder zijn voor de vorst en naar mijn tuindeskundige luister ik uiteraard altijd goed. Behalve dan als een dode plant me heel erg irriteert en alweer begint uit te spruiten, “het kan vast geen kwaad om die wél alvast te snoeien... toch? Met die nachtvorst zal het wel wat meevallen...”

Eigenlijk duurt het me dan vervolgens veel te lang voordat alles weer begint te groeien. Vooral dit jaar omdat we onze voortuin afgelopen herfst pas hebben veranderd van gras naar plantentuin. De kwetsbare stekjes staan zelfs nog achter huis of in de garage (bij nachtvorst) en moeten dus nog geplant worden.

De meeste stekjes die we hebben geplant (mijn tuindeskundige en ik) waren stekjes bij mijn moeder uit de tuin en stekjes die ik zelf had geplant. Erg leuk altijd om te zien dat een klein stekje weer uitgroeit tot iets groots, zonder dat je daar een vermogen voor hoeft neer te tellen, wat in de tuinentra vaak het geval is (alhoewel ik daar ook graag zo nu en dan mag “rondsneupen”, meestal vergezeld door mijn moeder uiteraard).

Als we dan op een gegeven moment de plantjes uit elkaars tuin wel zo'n beetje kennen, is het wel eens leuk om iets bij een ander uit de tuin te planten.

Wandelend in Bakhuizen zie ik regelmatig de mooiste planten en struiken voorbij komen. Ik ben alleen bang dat het niet echt wordt gewaardeerd als ik mijn schepje en schaarje meeneem, die vreemde tuin instap en even een stekje voor mezelf confisqueer. En om nou overal aan te bellen om te vragen, gaat me ook weer net wat te ver.

Gelukkig is hier een hele mooie oplossing voor: de **stekjesruilbeurs** van **Mar en Klif**. Elk jaar, op een zaterdag begin mei, kun je hier stekjes brengen (plantjes die je helemaal zat bent of planten die groot genoeg zijn om te kunnen delen met anderen) en halen.



Uiteraard zijn mijn tuindeskundige en ik de laatste jaren ook van de partij. Aangekomen in de *Heemtuin* achter het informatiecentrum, zetten we de meegebrachte stekjes langs het paadje, daar waar een vrij plekje is. En dan is het zoeken tussen de reeds aanwezige stekjes of er iets tussen zit wat ons roept om geplant te worden. Die gaan uiteraard weer mee terug.

Alles met gesloten beurs dus en je hoeft niet als een marktkoopman bij je stekjes te staan zodat je precies met hetzelfde aantal thuiskomt als waarmee je kwam.

Helaas gaat de stekjesruilbeurs komende mei niet door i.v.m. corona. Dus voor de lezers die hierbij geïnteresseerd zijn geraakt: graag tot ziens op de ruilbeurs in 2021!





# GAASTERLANDSE HEUVELN WANDELTOCHT

**Zaterdag 27 juni 2020** organiseert de wandelcommissie van de V.V. Bakhuizen alweer de 8<sup>e</sup> Gaasterlandse Heuveln Wandeltocht.

De wandelafstanden waaruit u kunt kiezen zijn:

- 7,5 kilometer (start 10.00 - 11.00 uur)
- 15 kilometer (start 9.00 - 10.30 uur)
- 25 kilometer (start 8.30 - 9.30 uur)

Voor een ieder die de tocht volbrengt, is er een leuke herinnering in de vorm van een medaille.

De routes starten bij de kantine van het sportcomplex van de V.V. Bakhuizen aan de **Johannes Nagelhoutlaan 24** en zijn geschikt voor het hele gezin.

Opgave bij de start of via de website:  
[www.wandeleningaasterland.nl](http://www.wandeleningaasterland.nl)

Noteer deze datum alvast in uw agenda.


**Half april zal besloten worden of de wandeltocht doorgaat i.v.m. de eventueel geldende maatregelen rondom corona.**

**Bewegen is gezond! U loopt toch ook mee...**

Lid van:




**flapper.spar.nl**  
ONLINE bestelgemak bij de Spar in Bakhuizen  
Zondag geopend van 09.00 tot 17.00 uur (het gehele jaar geopend)



**OPENINGSTIJDEN**

Maandag	08.00 tot 19.00 u.
Dinsdag	08.00 tot 19.00 u.
Woensdag	08.00 tot 19.00 u.
Donderdag	08.00 tot 19.00 u.
Vrijdag	08.00 tot 20.00 u.
Zaterdag	08.00 tot 18.00 u.
Zondag	09.00 tot 17.00 u.

Voor uw dagelijkse verse boodschappen gaat u naar **De Spar in Bakhuizen**.  
Laat u verrassen door de keus en het verse aanbod. Ook kunt u, uw boodschappen telefonisch of via de e-mail bij ons bestellen.  
Graag tot ziens in Bakhuizen.



Spar Flapper  
St-odulphusstraat 18  
8574 SV Bakhuizen  
Tel. 0514-581202  
E-mail: [flapper@despar.info](mailto:flapper@despar.info)  
Website: [www.sparflapper.nl](http://www.sparflapper.nl)

**Wij staan 24 uur per dag, 7 dagen in de week voor u klaar!**



**thuiszorg**  
zuidwest friesland

**Maaïke Appelhof is de wijkverpleegkundige bij u in de buurt. Samen met haar zorgteam Oudemirdum - Bakhuizen biedt zij alle soorten zorg aan huis. Zij zorgen er voor dat u langer op een prettige manier thuis kunt blijven wonen.**

Zij komen bij u thuis voor verzorging en verpleging, hulp in de huishouding, thuisbegeleiding, (intensieve) nachtzorg, thuiszorgtechnologie en Thuishotel (diensten aan huis).

Maaïke komt graag voor een gratis preventiegesprek bij u thuis.

**Wijkverpleegkundige Maaïke Appelhof**  
Tel.nr.: 0515 - 46 18 71  
TeamOudemirdum@thuiszorgzwf.nl  
[www.mijnantonius.nl/thuiszorg](http://www.mijnantonius.nl/thuiszorg)

Thuiszorg Zuidwest Friesland vormt samen met het Antonius ziekenhuis de antonius zorggroep



## WIIZR, DOUWE BOONSTRA

**Sinds februari is onze dorpsgenoot Douwe Boonstra een nieuw bedrijf gestart: Wiizr, Coaching en Consulting. De redactie ging langs met een aantal vragen over het nieuwe bedrijf.**



### **Wat is de reden dat je dit bedrijf bent gestart?**

Nadat vorig jaar mijn werk bij de IJB Groep in Lemmer stopte, moest ik nadenken over nieuw werk. Rondkijkend op de arbeidsmarkt zie je dat er bij vacatures iemand wordt gezocht voor een specifieke taak. Een vacature waarin ik mijn verschillende talenten kan combineren, is lastig te vinden. Zo ontstond het idee om voor mezelf te beginnen.

Ik had een baan waarin ik technisch advieswerk, management en ontwikkeling van mensen en organisaties kon combineren. Dit was op natuurlijke manier zo gegroeid. Mijn belangstelling voor 'de mens' groeide en ik volgde cursussen om me hier verder in te verdiepen. Waarom doen we zoals we doen? Hoe kunnen we dit bijsturen?

Ik ontdekte hoe je soms met korte trajecten mensen enorm kunt helpen een hindernis te nemen of een probleem op te lossen.

Met Wiizr stel ik mijn technische en bedrijfskundige kennis en ervaring als ingenieur, manager en bestuurder beschikbaar voor projecten binnen bedrijven en organisaties. Daarnaast help ik als coach mensen stappen te zetten om hun problemen op te lossen, persoonlijk te groeien en gelukkiger te worden.

### **Wat voor opleiding is hieraan voorafgegaan?**

Mijn opleiding tot consultant bestaat uit een HTS opleiding civiele techniek en bedrijfskunde, een 2-jarige MBA opleiding en 30 jaar werkervaring in de bouwsector.

Voor het coaching gedeelte heb ik 3 jaar courses gevolgd bij House of Coherence in Zeist en heb ik in 2019 de Amerikaanse Life Coach opleiding Core 100 gedaan.

### **Voor welke doelgroep is het bestemd? Is het zakelijk of ook voor particulieren?**

Het werk als adviseur / consultant is voor de zakelijke markt.

Ondersteuning bijvoorbeeld op het gebied van strategievorming, teamontwikkeling, terugdringen van verspillingen en bouwen aan een lerende organisatie. Zakelijk is het coachen van de baas op zakelijk en/of persoonlijk vlak.

Lifecoaching is echt iets voor particulieren. In Nederland staat dit nog in de kinderschoenen, maar in andere delen van de wereld wordt hier al veel gebruik van gemaakt.

Die behoefte is er zeker. Kijk alleen maar eens naar het grote aantal mensen in Nederland die burn-out klachten hebben. Onze cultuur is nu nog dat we net zolang doorgaan tot we niet meer kunnen en dan in het medische en therapie circuit terecht komen (re-actief).

Met een Life Coach ga je pro-actief werken aan de zaken die in je leven even niet zo lekker lopen. Hierbij kun je bijvoorbeeld denken aan relaties, werk, gezondheid, zaken die je stress geven en het zoeken naar voldoening in je leven. Zijn er aspecten in jouw leven die je anders zou willen?

Vaak zitten we als mensen vast in onze denkpatronen waardoor we oplossingen niet kunnen zien. Je hebt dan iemand anders nodig die je de juiste vragen stelt. Als coach help ik anders te kijken en daardoor ook andere mogelijkheden te ontdekken.

### **Is het een programma dat je samen volgt?**

Life Coaching kan zowel individueel als in een groep. Voor mensen die voor zichzelf een specifiek onderwerp hebben waar ze aan willen werken is een individuele coaching geschikt. De coach richt zich dan helemaal op wat jij wilt bereiken.

Coaching van groepen heeft meer het karakter van een cursus of training, waarbij je ook veel van elkaar leert.



## Wat wil je hier samen met de klant mee bereiken?

Mijn doel is dat de coaching-klant een stap zet in zijn of haar leven en gelukkiger wordt.

Met de advisering van bedrijven wil ik de bedrijven helpen zich aan te passen aan de veranderende wereld, succesvoller te worden en hun maatschappelijke verantwoordelijkheid te nemen.



## Hoe ben je op de naam Wiizr gekomen?

Ik wilde graag een Friese naam die iets te maken moest hebben met het 'wijzer worden' van mensen en met advisering: richting geven. We zijn als gezin gaan brainstormen en zo ontstond Wiizr.

Voor meer informatie kun je ook kijken op [www.wiizr.nl](http://www.wiizr.nl) of neem contact op met:

**Douwe Boonstra, tel.nr. 06-39573517**

**it fûgelnêst**

**Kinderopvang Koudum**  
Binnendijk 13  
8723 CV Koudum  
Telefoon: 0514-588888

**\*(hele of halve) Dagopvang**  
inclusief peuterprogramma VVE

**\*Peuterochtend (VVE)**  
8.45 - 11.45

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

## IJSCUB PHOENIX ZET BAKHUIZEN OP GLAD IJS

Tekst: Bestuur IJscub Phoenix

**Als ijscub verwachten we dat we deze winter niet meer los konden op natuurijs. Om toch onze persoonlijke ijsconditie wat op peil te houden, organiseerden we voor al onze leden een trip naar het kunstijs.**

Op 7 maart was het dan zo ver... met bijna 100 schaatsliefhebbers ging de reis naar de Elfstedenhal in Leeuwarden.



Voor deze gelegenheid had Phoenix twee klassieke bussen ingezet. Vooral de jonge Bakhústers stonden te trappelen om het gladde ijs te betreden. Maar ook 65-plussers waren van de partij.

Er kon heerlijk geschaatst worden op zowel de 400 meter baan als op de ijshockeybaan. Daarnaast kon de "kunst" worden afgekeken bij het NK shorttrack voor junioren.

Bij terugkomst in Bakhuizen stond in dorps huis De Gearte voor alle schaatsers nog een lekkere snack klaar en kregen de kinderen limonade. Er werd nog gezellig nagepraat over deze geslaagde schaatsmiddag.

Wat ons betreft zeker voor herhaling vatbaar, want we moeten onze schaatstechniek toch een beetje onderhouden voor hopelijk weer winters met natuurijs. Iedereen bedankt voor de gezellige dag!!



# Gearte *nijs*

## Seizoen ten einde...

**Wat stonden er veel leuke activiteiten gepland in de Gearte tot de zomerstop, zowel voor jong en oud. En dan nog los van de vaste momenten voor sporters, muzikmakers, biljarters, kaarters, crea-middagen... en meer. Echter, het corona-virus gooit roet in het eten; onze maatschappij is op slot gezet wat van mensen flexibiliteit, geduld én discipline vergt om zich te houden aan de getroffen maatregelen.**

Dat laatste geldt uiteraard ook voor de Gearte. De deuren zijn in ieder geval in de maanden april en mei gesloten; alles is afgelast. En voor de maand juni is het maar de vraag wat wel of niet kan. Eerlijk gezegd gaan we ervan dat we ook in juni weinig tot niets kunnen. Jammer, maar het belangrijkste is dat we met elkaar gezond blijven én we samen snel grip krijgen op het coronavirus zodat we na de zomer met nieuwe energie weer aan de slag kunnen en de Gearte weer de centrale plek kan zijn waar jong en oud samenkomen.

## Weer flink geklust!

Een tijdje terug is er door vele vrijwilligers hard gewerkt rondom en in de Gearte. De tuin is flink onderhanden genomen en er is meer ruimte gemaakt voor het stallen van fietsen. Ook zijn in het gebouw veel kleine klussen opgepakt.

Via deze weg willen wij iedereen nogmaals hartelijk danken voor de inzet!

## Gearte ûnder 1 dak mei skoalle?

Uiteraard hebben wij als bestuur onze blik ook gericht op de toekomst. Zo zijn we steeds betrokken geweest bij Better Bakhuzen. Gezien de ideeën uit de dorpsbijeenkomsten van Better Bakhuzen en toekomstplannen van basisschool De Toekomst wilden wij daarnaast ook meer inzichten ophalen van onze gebruikers (verenigingen/clubs).

Daarom hebben wij afgelopen maanden een enquête naar de gebruikers gestuurd (een deel moet nog terugkomen) en gesprekken met hen gevoerd.

Zo hebben wij als bestuur een goed beeld gekregen van knelpunten in de huidige situatie, wensen en eisen van gebruikers en hoe flexibel zij (kunnen) zijn in planning en gebruik van ruimten.

Met die kennis kan De Gearte een visie op de toekomst maken en mogelijkheden verkennen voor eventuele herbouw in combinatie met basisschool De Toekomst. Uiteraard is dit een verkenning en is dat slechts één scenario. Wel vinden wij dat dit scenario serieus verkend moet worden. Juist omdat basisschool De Toekomst nu met haar toekomstplannen bezig is.

Gelukkig hebben wij een heel positieve reeks gesprekken gehad met de meeste gebruikers. Iedereen wil meedenken en begrijpt dat wij de mogelijkheden willen verkennen. Een van de belangrijkste uitgangspunten van zowel gebruikers als De Gearte is dat we alles betaalbaar houden voor gebruikers. Dit is voor allen essentieel. Immers, zonder gebruikers geen toekomst voor De Gearte!

Natuurlijk hebben gebruikers ook wensen wat hun gebruik in het gebouw betreft, maar dit zijn praktische oplossingen die we heel goed in een nieuw complex zouden kunnen invoegen. Met die kennis gaan we nu verder aan de slag. Er is inmiddels een 'plan van eisen' opgesteld waarin we hebben vastgelegd welke ruimten en voorzieningen De Gearte in ieder geval nodig heeft.

Alle eisen, wensen en praktische invulling van ruimten zouden zo kunnen worden ingevuld dat er veel ruimte voor school overblijft.



Op dat punt staan we nu: zouden we ons 'plan van eisen' kunnen combineren met dat van basisschool De Toekomst en een gezamenlijke invulling kunnen geven aan een eventuele nieuwbouw? Daar komt natuurlijk nog het nodige uitzoekwerk bij kijken; we hebben nu een eerste stap gezet.

Een gezamenlijk gebouw voor De Gearte en basisschool inclusief peuter lijkt dus in deze prille fase vanuit onze kant een serieuze mogelijkheid. Wij zullen dit dan ook verder onderzoeken, samen met school en betrokkenen vanuit Better Bakhuzen. Dit zal de komende maanden moeten gebeuren. Via de dorpskrant houden we u uiteraard op de hoogte en mocht u vragen hebben of juist willen meedenken of helpen, dan horen we dat natuurlijk graag als bestuur.

### **Jaarvergadering Gearte uitgesteld**

De jaarvergadering zal dit jaar, vanwege de corona maatregelen, op een ander moment dan gebruikelijk plaatsvinden. Alle gebruikers worden daarover later geïnformeerd.

### **Vacatures**

Zonder dorpsgenoten die af en toe de handen uit de mouwen willen steken... geen Gearte en geen plek om samen te komen. Wilt u ook meehelpen om ons dorpshuis in stand te houden? En wilt u hier meer over weten? Neem dan even contact op met een van de bestuursleden of met de beheerder **Sietske Terpstra**, [beheerder@degearte.nl](mailto:beheerder@degearte.nl).

En lijkt het u leuk of twijfelt u nog? Kom dan een keer proefdraaien om kennis te maken!

### **Bestuursleden m/v**

Het bestuur zoekt nog versterking. Mocht u nieuwsgierig zijn naar de inhoud van een functie in het bestuur... leg uw oor eens te luisteren bij de huidige bestuursleden! De Gearte is een levendig dorpshuis en huisvest enorm veel verenigingen. Dat moet natuurlijk blijven, maar het is ook een plek met nog meer potentie. Een superleuke uitdaging om hieraan mee te werken, toch!?



### **Barvrijwilligers m/v**

Taken: alle werkzaamheden die horen bij het exploiteren van een bar. Door de week zijn de werkzaamheden tot ongeveer 23.00 uur 's avonds of in overleg te bepalen.

### **Eisen:**

- minimaal 18 jaar en
- certificaat verantwoord alcohol schenken; te behalen in overleg met de Gearte.

Vergoeding: er is een vrijwilligersvergoeding van maximaal € 4,50 per uur beschikbaar.

### **Schoonmakers m/v**

Er worden nog een paar schoonmakers gezocht die zo nu en dan een uurtje willen schoonmaken.

### **Agenda**

Alle activiteiten in de Gearte zijn voor de komende periode afgelast in verband met de genomen maatregelen ter bestrijding van het corona-virus. Houd Facebook en de vitrinekast aan de muur van de Gearte in de gaten voor meer informatie!

#### **Bestuur**

Jan Boonstra (voorzitter)  
Harmen Bijlsma  
René Glashouwer  
Liesbeth Wijnia  
Johan van der Werf.

#### **Beheerder**

Sietske Terpstra  
Tel.nr.: **06-13060479**  
Email: [beheerder@degearte.nl](mailto:beheerder@degearte.nl)

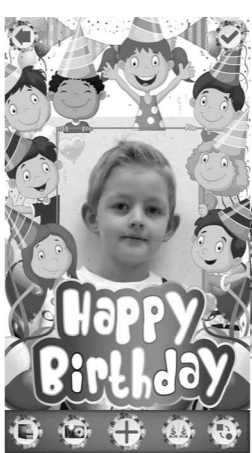


## BASISSCHOLLEERLINGEN WERKEN THUIS

Tekst: Betty Kelderhuis

Maandag 16 maart gingen de scholen dicht, zo ook De Toekomst in Bakhuizen. Om het onderwijs toch enigszins door te laten gaan, kregen kinderen huiswerk. Eén ouder per kind mocht dit ophalen op school: voor kinderen met een achternaam van A t/m H, tussen 8 en half 9. Voor kinderen met een achternaam van I t/m Z, tussen half 9 en 9 uur. Een vreemde gewaarwording voor ouders om in een volledig lege school huiswerkpapieren op te halen.

Vanuit school kwam het verzoek om foto's te sturen van wat de kinderen thuis zoal deden. Hier werd veelvuldig gehoor aan gegeven, wat erg leuke plaatjes opleverde. Hierbij een kleine selectie.



Wiebe Boonstra (groep 2) werd 22 maart 6 jaar. Juf Wietske, juf Wiesje en enkele leerlingen feliciteerden Wiebe door middel van feestelijke foto's.



Elina Mous (groep 4) zit met zusje Frieda te lezen.

Binke Mous (groep 1) doet een dobbelspel waarbij hij gegooid cijfers moet bedekken.



Ook Hugo Postma (groep 1) doet een dobbelspel waarbij hij een vakje boven het gegooid cijfer moet inkleuren.



In groep 7 moesten de kinderen het woord **voeding** met hun lichaam uitbeelden. Links Linn Visser. Rechts broer en zus Sinne (groep 7) en Thewis Mous (groep 5).



Thewis Mous (groep 5) helpt met koken.





Hidde van Dam (groep 3) is blokken aan het tellen in een bouwwerk.

Lieke van Dam (groep 1) legt verschillende groeifases van een bloembol op volgorde.



Amber Sikkes (groep 7) is een rekenopdracht aan het doen.

Féline Sikkes (groep 2) is met een telraam bezig.



Broertjes Arjen (groep 3) en Hille Konst (groep 1) hebben allemaal vierkante dingen in huis opgezocht.



Jurrit van der Wal (groep 3) is met rekenen bezig.



Jesper van der Wal (groep 7) is druk op de tablet met spellingsoefeningen. Juf kan meekijken wat de leerlingen thuis online doen.

Roan Bosma (groep 4) is met rekenen bezig. Hij werd op 1 april 8 jaar en kon, net als Wiebe, niet trakteren op school.

Leona Bosma (groep 2) is met haar vader woordenschat aan het oefenen en op de

tablet zit ze op *Squla* (online oefenmateriaal voor basisschoolkinderen).

Mark Bosma (groep 6) zit achter de computer.



Lucas de Koning (groep 1) is een verkeerstekening aan het inkleuren.



Annemarie de Jong (groep 4) moest een kunstwerk van haar eten maken. Ze heeft van fruit een leuk poppetje gemaakt.



## DE GIDSEN

De meiden hebben veel plezier, vol creativiteit en met eigen ideeën zijn ze aan het werk gegaan.



De jongste groep maakte hun eigen bloempotjes voor in de vensterbank. Met knippen, vouwen, plakken en meer hebben ze er allemaal een kleurrijk en vrolijk geheel van gemaakt.



De oudste groep mocht in de afgelopen weken aan de slag met het maken van hun eigen macramé plantenhanger, hoe leuk was dat! En nog een gelukje, het bleek makkelijker dan gedacht.

Waarschijnlijk zijn dit de laatste knutselavonden van het seizoen geweest. We gaan ervanuit dat we na de zomer weer verder mogen gaan.

Tot na de zomer!  
De gidsenmeiden.

# DE FIT GARAGE

PERSONAL TRAINING & GROEPSLESSEN

€25,- p.mnd

GRATIS PROEFLES

Ma.	9:00-10:00	19:00-20:00
Wo.	9:00-10:00	19:00-20:00
Vr.	9:00-10:00	19:00-20:00

Marijke: 06-52311010    Wâlikkers 4 HEMELUM



@defitgarage



/defitgarage

www.defitgarage.nl





# HOTEL CORONA

Tekst: Tryntsje Stienstra

**Doe't ik yn febrewaris 2020 foar it earst 'Corona' googelde, stie 'Boutique Hotel Corona, Den Haag, website [www.corona.nl](http://www.corona.nl)' boppenoan. No net mear. Ik googelde ek 'Influenza'. Der is net in hotel dat Influenza hyt.**



Ik lies wol dat der yn de winter 2017/2018 yn Nederlân mear as 9000 minsken oan gewoane griep ferstoarn binne. Dat binne 75 minsken deis, 4 moannen lang en we hearden der neat fan!

Oan griep en ferkâlden binne we wend. It heart by de winter, fine we. De grutste besmettingskâns is as we by inoar binne: gesellich om 'e tafel, elkoar de kopkes, de koekjes, de sûker en molke oanjaan en dan ris hoastje of proeste, of fia doarkrukken, of winkelweintsjes, of sa'n winterse bus moarns: besleine ruten en smotsfol wietreinde skoalbern: in Walhalla foar griepvirussen!

It jiennige ferskil: corona is nij. Net allinnich nij foar google, mar ek nij foar ús ôfwesysteem. Dêrom giet it sa mâl.

80% fan de minsken fernimt it trouwens hast net of hoastet wat. 20% wurdt wol echt siik. Foaral de minsken dy't in hart- of longprobleem hawwe. Dat is akelich en angstich.

Mar sjoch no ris hoe't eltsenien syn bêst docht om dit virus ôf te remjen! Meastal net foar harrensels, mar om it by oaren te foarkommen. We binne dwaande corona sa goed mooglik dwers te sitten: 1,5 meter ôfstân hâlde, net samar yn 'e rûnte proeste en soargje dat we net oeral corona op smarre mei ús hannen.

As eltsenien him dêr oan hâld, kinne we yn ús romme Gaasterlân gewoan nei bûten.

In blokje om, wat piele yn 'e tûn, de wyn troch it hier, de sinne yn 'e snút, in praatsje (op feilige ôfstân!) mei de buorlju, dan fiele je je better en je meitsje vitamine D oan. Dat is beide goed foar je immuunsysteem.

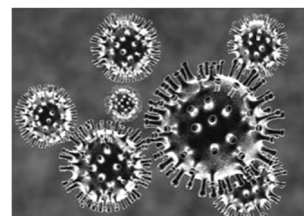
Litte we yntusken troch gean mei om elkoar te tinken en elkoar te helpen dêr't it kin.

Aanst krije we allegearre ek noch lêst fan de neisleep fan dizze ynternasjonale sykte: soe it dan ek om 80% lichte en 20% swiere (finansjele) gefolgen gean? Ik wit it net. Mar as we ek dan goed op elkoar pasje skuorre we elkoar der wol troch.

Ik bin yntusken wol benijd: Hoe soe it oer in jier mei 'Boutique Hotel Corona' wêze? Dan mar wer ris googelje....

## Samenvatting

Pas sinds kort kennen google en wij het coronavirus persoonlijk. Naar buiten gaan is goed, als we maar 1,5 meter afstand houden.



Maar: niet de winkel in als je van jezelf weet dat je meer kans hebt om erg ziek te worden van corona (70+ of last van een chronische ziekte).

We hoeven alleen maar deurklinken te ontsmetten als er mensen van buiten aan hebben gezeten.

Vaak je handen wassen om daarmee niet het virus van buiten op jezelf of van jezelf op iets anders te smeren.

Gelukkig doen veel mensen dat. Niet voor zichzelf, maar voor de 20% van de bevolking die er heel ziek van zou kunnen worden.

Als het ziektegevaar voorbij is, zal het voor weer anderen (financieel) zwaar zijn. Laten we ook dan elkaar helpen. Dan moet het goed komen.



## THE MOTOWN MOVEMENT: ARJAN BOONSTRA

Tekst: Lisanne Homma

**Yn 2019 is Arjan Boonstra foar in heal jier nei Detroit west foar in projekt fan de non-profit organisaasje *The Motown Movement*. Hjir hat hy wurke om duorsum libjen foar elkenien beskikber te meitsjen.**

### Hoe bist by dit projekt kommen?

Lit ik earst fertelle oer it projekt sels, sadat it dúdlik is foar elkenien. It hjit 'The Motown Movement' en it doel fan The Motown Movement is om duorsumens foar elkenien beskikber te meitsjen. Dat betsjut dan ek foaral foar elts budzjet. Want wat wy no sjogge as boukunderstudinten is dat alles wat no op 'e merk is en wat wy oanleart krije yn de kolleezjebanken faak hiel hightech, djoer en net begryplik foar minsken is.

It doel fan The Motown Movement is om just in lowtech en lowbudzjet metoade te skriuwen foar je eigen hûs. De krêft sit him der yn dat it èn goed is foar it klimaat èn dat minsken jild besparje op in relatyf simpele manier, want sy kinne it sels dwaan.

Om te bewizen dat dit allegearre kin, ha se in hûs yn Detroit kocht as earste proefkonsept.

### Wêrom Detroit?

Omdat Detroit eins in tredde wrâldstêd is, yn ien fan de rykste lannen op 'e wrâld,



nammentlik de Feriene Steaten. De minsken dêr ha neat te besteden en it klimaat is folle ekstremer as hjir. Yn 'e simmer is it folle

waarmer en yn 'e winter folle kâlder. Dat betsjut datst yn 'e simmer mear kuolje wolst en yn 'e winter mear opwaarmje. Dus as it projekt dêr slagget, dan sil it op oare plakken ek wurkje.

It projekt is oprjochte troch trije boukunderstudinten út Delft, mar it bestiet út in wikseljend studintebestjoer.

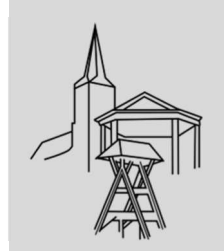
It is in non-profit organisaasje dy't allinnich mar rund wurdt troch studinten. Elts jier wurdt it stokje wer oerjûn. Dat moat ek wol, want de studinten fertsjinje neat by de organisaasje. Tagelyk is dat ek de krêft fan it projekt, want sa kriget it projekt elk jier wer nije enerzjy en nije ideeën.



"Wykeins kamen der faak minsken helpen fanút it tsjerke, de buert of oare organisaazjes, dit wiene altyd heile leuke dagen."

Sa wienen se yn 2018 ek op syk nei in nij bestjoer. Doe siet ik op in punt yn myn stúdzje dat ik noch wol graach nei it bûtenlân ta woe. In oar perspektyf, ûnderfining opdwaan yn 'e praktyk, hoes't in organisaasje runst en hoe't dit allegearre giet. Ik leau tige yn 'een steentje bijdragen', oare minsken helpe en sjen hoe't dat is. Sa foel eins alles hiel moai te plak en seach ik dit as in hiele moaie kâns.

It projekt is trouwens net allinnich foar studinten út Delft of foar studinten boukunde. Ast it hiel plat seist: by dit projekt ferbouwe wy in hûs en skriuwe wy de metoade deromhinne. Mar der moat noch folle mear barre, want wy sitte ek mei ús finânsjes, wetjouwing en legaliteit. Giest fansels oan it wurk yn in oar wetsysteem mei oare regels en gebrûken, mar ek yn in hiel oare mienskip, mei hiel oare minsken. Dêrom hast allegearre ferskillende soarten studinten nedich.



Sa hiene wy yn it bestjoer studinten boukunde, yndustrieel ûntwerpen, technyske natuerkunde en business administration. Dus best hiel breed mei elkoar.

### Hoe seach dyn jier by it projekt der út?

Ik siet yn it tredde bestjoer, dus it tredde jier dat oan it projekt wurke is. It hûs yn Detroit wie al kocht en ek in hiele protte gearwurkingsferbannen wiene al lein. Yn septimber 2018 hiene wy in pear wiken om elkoar kinnen te learen, om ús sels as bestjoer te ûntwikkeljen en ôfspraken te meitsjen. Doe giene wy foar 3 wiken nei Detroit ta om kennis te meitsjen mei de stêd, de buert en it projekt.

Nei dizze earste kennismakking binne wy werom gien nei Nederlân om te wurkjen oan ús plan en om jild yn te sammeljen. Dat is nammentlik ek in belangryk aspekt fan ús projekt, want oars kinne wy neat as organisaasje. Yn febrewaris 2019 binne we doe foar in heal jier nei Detroit gien om oan it hûs te wurkjen.

### Wat ha jimme oan it hûs dien doe't jimme yn Detroit wiene?

Doe 't it earste bestjoer it hûs fan harren stúdzjefinansiering kocht, hie it 40 jier leech stien. Dus it wie in grut wrak. De earste minsken ha it hiele dak en alle kesynen ferfongen en doe kamen wy dus al. It hûs hie in feranda dy't fol siet mei skuorren en alles stie skeef.

De binnenmuorren wiene allegearre stikkene gipsplaten.

Dy moasten der allegearre út. De flier ûnder hie brânskea, dus die ha wy ferfongen en herstelt. Alle gipswandse hawwe wy út it hûs sloopt.



“Oan it wurk op de twadde ferdjipping om alles yn oarder te meitsjen foar in nije badkeamer.”

Wy ha in grut part fan it leadjitterswurk dien en wy ha wurke om wetterskea te foarkommen yn 'e kelder.

Wy hawwe in elektrisien ynhiert om alle betriding te lizzen. Ek ha wy in protte kontakten lein foar letter, sa as mei minsken dy't sinnepanielen sponsorje woene en mei in arsjitekt om te oerlizzen hoe't wy de romte sa goed mooglik brûke koene. Wy ha ek tariedings dien foar in griiswettersysteem.

It idee fan dit systeem is dat wetter datsto noch prima brûke kinst, net fuort spielst yn it rioel mar noch in kear brûkst. Wetter út wasbakken of út de douche kinst prima noch ris brûke om it húske mei troch te spielen yn pleats fan wetter datsto ek as drinkwetter brûke kinst.

In oar ûnderdiel fan it systeem is om reinwetter op te fangen om yn 'e tún te brûken of om it húske mei troch te spielen. It doel is dus eins om safolle mooglik wetter opnij te brûken en net lyk troch it rioel te spielen. Dus ja, dat ha wy allegear yn dit heal jier dien.

### En hoe ha jim it hûs ferduorsomme?

In hiel soad komt del op goed isolearjen. Bygelyks folie achter de radiatoren pleatse sadat de waarmte net de muorren yn straalt. Oeral tochtstrips. Moatst dy foarstelle, by hast alle huzen yn dizze earne buurten dêr kinst tusken de muorre en it kezyn nei bûten ta sjen. Kinst gewoan dyn finger der tusken stekke, safolle romte sit der tusken. Dus it giet ek in hiele soad oer it opfullen fan gatten en kieren. Mar ek simpele dingen sa as in spesjaal dopke op 'e kraan of in bakstien yn it wetterreservoir fan it húske om wetter te besparjen.

Wat wy ek dien ha, is it ûntwerpen fan in gerdyn dat goed isolearret. Ien fan de swakste punten dêr is de minne isolaasje fan de ruten. Foar dizze gerdinen ha wy dus in gebrúksaanwizing makke, sadat de minsken se sels meitsje kinne yn 'e *community room* fan it hûs.

### Wat wie de reaksje fan de minsken út de wyk fan it hûs?

De wyk yn Detroit dêr't it hûs stiet, bestiet út in lytse mienskip.



Dus doe't der samar bûtenlânske studinten in hûs yn hun wyk kochten, stiene de bewenners der earst wat wantrouwich tsjinoer. Wat moesten dy jonge jongens yn hun wyk? Dêrom wie ús ek leart om ús lyk foar te stellen en in praatsje te meitsjen mei de minsken. Op dy manier gean minsken ek gau mei dy mei ast fertelst datsto foar hun oan it wurk giest en in buerthûs foar de hiele buert makkest. Dus yn prinsipe wiene de minsken ôfwachtsjend - sa fan: komt dit wol goed? - mar sa gau ast hun fertrouwen en respekt winst troch it meitsjen fan in praatsje dan nimme se dy al gau op yn hun mienskip.

Wy wiene eltse dei by it hûs en lieten ek sjen dat wy sels al it wurk diene, dat help ek. Sa wisten se dat wy dêr net wienen om ryk fan hun te wurden of dat wy dêr mei oare bedoelingen wiene.

### Ha de bewenners fan de buert ek meiholpen dan?

Doe't wy dêr wiene, ha wy it klussen sels dien, omdat wy it neffens de Amerikaanske wetjouwing net ha koene a't in frijwilliger wat oer komme soe. Mar de buert hat wol holpen mei de tún. Dy moast ûnderhâlden wurde en dêr groeit ek griente foar de minsken.



"Yn dizze auto fan Amerikaansk formaat koene net allinich wy alle gearre reizigje, mar ek boumaterialen ha we hjirmei ferplakt. Fan dizze pallets ha wy bêden foar ús sels makke."

De minsken kokje net sels, dus dat is ek hiel nij foar harren. Mar se wiene wol hiel belutsen by it projekt. Wy hiene ek goed kontakt mei de buertorganisaasje en de sleutelfiguren fan de wyk. It is letter, a't it projekt sa fier is, wol de bedoeling dat minsken helpe mei fervjen of soksoarte klusjes.

### Bist yntusken alwer in skoffke werom yn Nederlân. Hoe stiet it no mei it hûs?

Wat der op it momint noch oan it hûs gebeure moat, is it lêste diel fan it leadjitterswurk. Dêrnei moat earst de ynspeksje wer komme. Yn Detroit wolle se nammentlik dat der nei eltse stap in ynspeksje dien wurdt. Dus nei de elektrisien: ynspeksje, nei de leadjitter: ynspeksje.



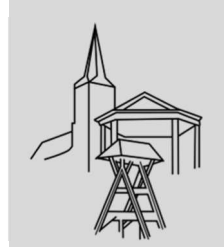
"It hûs sa at wy it oantroffen doe't wy oankamen op de twadde ferdjipping. Dit wurdt it appartement."

Sa is der ek de 'structural inspection'. Dat is de lêste ynspeksje foardatst de muorren ticht meitsje meist. Dus nei't dy ynspeksje west is meie de gipsplaten op 'e muorren en dan moat der noch ferve wurde.

Dêrnei komme de dingen as it installearjen fan de húskes, de *finishing touch*, sis mar. Eins sit it dus al frij ticht by it iepenjen fan it hûs. Hooplik. Want bliuwst fansels ôfhinklik fan de giften, ekstra hannen en de goodwill fan minsken.

### En wat wurdt it úteinlike doel fan it hûs?

Hoe a't it hûs der út sjocht: it hat 4 ferdjippingen, dus it is in kast fan in hûs. Under komt in *community home*, dus romte foar de mienskip. Yn 'e kelder is romte foar de skoalbêrn om gebrûk te meitsjen fan boeken, laptops en wifi, want dat ha de measten thús net. It is in hiel earme wyk: de measte minsken ha skoalle net ôfmakke en sommigen kinne sels net lêze of skriuwe. Dy kansen wolle wy de bêrn wol jaan! Under wolle wy wurkshops jaan oan de minsken om se ús metoades oan te learen - dêr kinst dan it hûs sels as foarbyld by brûke - mar tagelyk ek as romte foar oare inisjatyven en kursussen út 'e buert.



Sa wurkje wy tegearre mei de organisaasje 'Focus Hope' – in organisaasje dy't al mear as 50 jier yn 'e wyk sit – dy't dêr buurtmeetings, AA-meetings of oare praatgroepen hâlde wol.

Oer stellerij ha wy fansels wol neitocht, mar dêr bin ik sels net sa bang foar. Wy befeiligje de boel wol dêr't wy kinne, mar úteinlik is it projekt foar de minsken út de buert. Al it spul dat yn it hûs stiet wurdt fergees beskikber stelt. It hûs is fan en foar de buert sels. Wannear't de minsken út'e buert dan in laptop of wat oars jatte soene, dan stelle sy – sprekwaardlik sein – dus fan hun eigen bêrn.

Op de boppeste twa ferdjippings komt in lokale húshâlding te wenjen, as in soarte fan ambassadeurs fan it hûs. Mar tagelyk hâlde sy ek tasicht op it hûs en fertelle sy de minsken út de buert hoe't it allegear wurket. It is net de bedoeling dat wy de kommende 50 jier nei Detroit op - en del fleanen bliuwe: a't it klear is dan oerhandigje wy it oan de buert en moat it op himsels stean. Mar ik wol der seker noch in kear hinne om it te sjen a't it klear is en fansels om te sjen hoe it mei de minsken dêr giet!

### **En hoe sjocht de takomst fan it projekt en de organisaasje der út?**

Dit hûs wie in proefkonsept, dus soest it noch yn folle mear lannen útrolje kinne as't dat wolst. Ik sit sels net mear yn it bestjoer, dus ik meitsje it belied net mear. Mar de organisaasje is yn gesprek mei Nederlânske partijen om hjir wat mei te dwaan. Dat wurdt dan net in showcase, sa as dit, want dat duorret fiersten te lang en dat is hiel djoer. Mar miskyn wurdt it in gearwurking mei in wenningstichting of in wenningkoöperaasje om minsken te fertellen hoe't se harren hûs ferduorsumje kinne. Dat is, en bliuwt, it doel fan The Motown Movement: om klimaatferoaring tsjin te gean en minsken te helpen yn 'e beurs!

Sjoch foar mear ynformaasje op:  
[www.themotownmovement.com](http://www.themotownmovement.com)

## **OMZIEN NAAR ELKAAR IN CORONATIJD: HULP VRAGEN EN HULP BIEDEN**

**In deze tijd zijn we allemaal extra voorzichtig met elkaar. Kwetsbare mensen van alle leeftijden onthouden zich zoveel mogelijk van sociale contacten. Daarom wil Dorpshulp graag helpen waar dit mogelijk is.**



Als je hulp nodig hebt of als je graag met iemand wilt praten, willen wij juist nu laten weten dat we klaar staan om de helpende hand te bieden.

Bijvoorbeeld omdat je boodschappen nodig hebt, of hulp wilt bij het contact leggen met familie. Door de beperkingen zal het niet altijd gemakkelijk zijn, maar je kunt altijd bellen. **Ook als je nog geen lid bent!**

Het team van Dorpshulp gaat niet alleen afwachten, we zijn daarom de afgelopen weken al doende geweest om mensen op te bellen, om te zien af alles wel goed gaat. De reacties zijn vaak hartverwarmend.

Helaas: ook de duofiets staat op non-actief, omdat afstand houden op de fiets niet kan. Ook de Algemene Leden Vergadering, die op 9 april zou plaatsvinden is uitgesteld. Zodra het kan laten we weten wanneer dat gaat gebeuren.

Heb je een vraag of misschien een idee: behalve bellen, kun je ook mailen naar [dorpshulpbmrh@gmail.com](mailto:dorpshulpbmrh@gmail.com).



## MEI IEN YN'E KUNDE KOMME

Ik ben Diewertje van der Zee en sinds de opening werkzaam in Gezondheids centrum Bakhuizen. Daarnaast houd ik ook zitting in de HAP Balk-Woudsend. Ik heb mijn jeugd doorgebracht in het mooie Gaasterlân en altijd een verlangen gehad terug te keren.

Nu 'myn soan fân 18 it nêst utfljocht' hoop ik spoedig mijn plekje terug te vinden. Vroeger ben ik lid geweest van de Freuleruiters en nog altijd dol op paarden. In 1996 ben ik afgestudeerd aan de Rijksuniversiteit Groningen. Ik ben GZ psycholoog en heb jaren gewerkt als NIP psycholoog binnen de jeugdhulpverlening, forensische psychiatrie en Justitie.

Vanaf 2010 heb ik mijn eigen praktijk **Equilibre**. Ik geef als vrijgevestigd GZ- psycholoog therapie voor uiteenlopende klachten. Mijn speciale aandacht gaat uit naar de behandeling van traumatische ervaringen (PTSS). Ik ben ingeschreven in het kwaliteitsregister van de Nederlandse Vereniging voor EMDR.



**Fijn thuis blijven wonen, ook als u zorg nodig heeft?**  
**Hof en Hiem Thuiszorg team Balk staat voor u klaar!**

**Hof en Hiem Thuiszorg team Balk**  
Talma Park 1  
8561 DD Balk  
www.hofenhiem.nl  
06 - 461 03 752 (wijkverpleegkundige)  
thuiszorgbalk@hofenhiem.nl



Binnen de behandeling is het van belang dat je je als cliënt gehoord en vertrouwd voelt. Inspraak, transparantie en authenticiteit zijn achterliggende waarden van waaruit ik graag wil werken.

In mijn werkwijze blik ik gezamenlijk terug op de ontwikkelingsgeschiedenis van iemand. Ervaren problemen staan n.l. nooit los van deze wordingsgeschiedenis'. Het gezin van herkomst speelt een belangrijke rol.

Afhankelijk van het klachtenpatroon en daar waar mogelijk persoonlijke voorkeur wordt in gezamenlijkheid gekozen voor een bepaalde therapie. Naast een klachten gerichte aanpak is de insteek veelal procesmatig en gericht op het veranderen van onderliggende patronen.

Er kan vanuit verschillende invalshoeken en methodieken gewerkt worden. Effectief bewezen methoden komen vanuit de (cognitieve) gedragstherapie, de EMDR en de schematherapie.

Mindfulness en lichaamsgericht werken kunnen echter ook goede resultaten geven bij depressie, stress en angst gerelateerde klachten. Ik geef behandeling vanuit de BGGZ en wordt door alle zorgverzekeraars, m.u.v. Caresq, vergoed.



Voor alle informatie zie mijn website  
[www.pp-equilibre.nl](http://www.pp-equilibre.nl)

*Oant sjen yn 't  
Noflike Gaasterlân*



## HET BELANG VAN DE NIEUWE OMGEVINGSWET VOOR ALLE INWONERS VAN BMR

**Omgevingswet? Waarom is dat belangrijk? Dat kunnen we uitleggen: de omgevingswet wordt vanaf 2021 de basis voor alle besluiten die gemeente, provincie of Rijk moeten nemen over onze leefomgeving.**

Dus als wij iets willen als inwoners van BMR zal de goedkeuring van deze wet afhangen. Om dat te kunnen doen moet de gemeente eerst een omgevingsplan maken, en die wordt weer voorafgegaan door een omgevingsvisie.

Er staat al een concept-visie op de site van De Fryske Marren, dus ga eens kijken als je interesse hebt. De definitieve omgevingsvisie van de gemeente is in de maak en wordt deze zomer verwacht. Wij willen ons dan laten horen!

De wet schrijft voor hoe het moet gaan:

- Er moet gestuurd worden op kwaliteiten en resultaten, in plaats van op normen en criteria;
- Participatie van inwoners is een hoeksteen;
- Sociaal-maatschappelijke factoren moeten worden meegenomen;
- De samenhang met milieu, klimaat en gezondheid moet worden meegenomen;
- Zichtbare trends worden verwerkt, bijvoorbeeld energietransitie en biodiversiteit.

Populair gezegd betekent het nieuwe omgevingsplan:

- ◆ Wat past bij BMR beter dan bij andere kernen;
- ◆ Meer ruimte voor ontwikkeling;
- ◆ Maatwerk voor BMR: beter inspelen op maatschappelijke ontwikkelingen, b.v. leegstand, vernieuwing, verduurzaming, leefbaarheid;
- ◆ Snellere procedures.

Iedereen wil een gezonde, veilige en prettige werk- en leefomgeving. Daarom heeft BMR het idee om zelf een aantal zaken op een rijtje te zetten als basis voor het omgevingsplan.

Dat kan over hele basale dingen gaan, bijvoorbeeld:

- meer woningen voor starters;
- meer groenonderhoud en verkeersmaatregelen.

Maar ook over bredere zaken als:

- schoon milieu;
- bevordering van gezondheid;
- lokale democratie;
- Werkgelegenheid;
- enz.

Aan veel nuttige ideeën is al gewerkt in de projecten van Better Bakhuzen, maar de opzet wordt nu meeromvattend en gaat gelden voor Bakhuzen, Mirns en Rijs. En het belangrijkste: het moeten **jullie** ideeën zijn!!

Dorpsinbreng betekent dus jij, je buurvrouw, je vrienden en kennissen. Kortom, iedereen van onze dorpen. Wees betrokken, en doe mee, jouw inbreng is belangrijk.

In de Algemene Leden Vergadering van Dorpsbelang op 6 april hadden we hier over willen praten onder leiding van Theo Andreae, Directeur Doarpswurk. Die is helaas niet doorgedaan. We hopen dat op een later moment alsnog te doen. Zodra het kan laten we weten wanneer die vergadering er komt.

Meepraten over je eigen toekomstige omgeving?

Heb je al ideeën?

Wil je meedoen in projecten?

Meld je bij Dorpsbelang:

**[dorpsbelangbmr@gmail.com](mailto:dorpsbelangbmr@gmail.com)**



## MAAR DE LENTE WIST HET NIET....

Tekst: Susan Blanco  
(De Taalrecycler)  
"Geïnspireerd door mensen"



### Het was begin 2020...

De mensen hadden een lange donkere winter achter de rug, februari was een hele onrustige maand geweest met veel stormen en veel regen. De natuur was onrustig, alsof ze de mensen iets wilde vertellen, alsof ze de mensen ergens voor wilde waarschuwen... En toen werd het maart...

### Het was maart 2020...

De straten waren leeg, de meeste winkels waren gesloten, de meeste auto's stonden langs de kant van de weg, de mensen kwamen bijna niet meer buiten en dat over de hele wereld, landen gingen op slot, de mensen konden niet geloven dat dit gebeurde, het was zo surrealistisch...

Iedereen wist wat er aan de hand was maar de lente wist het niet. En de bloemen bleven bloeien. En de zon scheen... De eerste mooie lentedag sinds lange tijd brak aan. En de zwaluwen kwamen terug. En de lucht werd roze en blauw. Het werd later donker en 's ochtends kwam het licht vroeg door de ramen.

### Het was maart 2020...

De jongeren studeerden online, vanuit huis. Kinderen speelden onvermijdelijk vooral in huis. Pubers verveelden zich, ouders wisten niet wat te doen. Mensen kwamen alleen even buiten om boodschappen te doen of om de hond uit te laten. Bijna alles was gesloten...

Zelfs de kantoren, hotels, restaurants en bars. Het leger begon uitgangen en grenzen te bewaken. Mensen moesten vanuit huis gaan werken. Ondernemers kwamen in de problemen. De meeste kinderen konden niet meer naar school. Er was ineens niet genoeg ruimte voor iedereen in ziekenhuizen, operaties en onderzoeken werden uitgesteld...

Iedereen wist het maar de lente wist het niet. En het ontsproot. Ze draaide onverstoord haar jaarlijkse programma af. Ze schonk ons haar mooiste bloemen en haar heerlijkste geuren.

### Het was maart 2020...

Iedereen zat thuis in quarantaine om gezondheidsredenen of preventief. Sommige mensen mochten niet meer naar hun werk, anderen móesten.

Elkaar omhelzen, kussen of een hand geven was ineens een bedreiging. Iedereen moest flinke afstand tot elkaar bewaren, dat was afschuwelijk. In de supermarkt waren allerlei schappen leeg. Allerlei leuke dingen gingen niet meer door, daar werd een streep door gezet en niemand wist wanneer dat weer kon. Mensen werden beperkt in hun vrijheid terwijl er vrede was.

Over de hele wereld werden veel mensen ziek en het was besmettelijk... Er was isolatie, ziekte en paniek... Toen werd de angst pas echt!!

En de dagen zagen er allemaal hetzelfde uit. En de weken duurden ineens veel langer. En iedereen hoopte dat er niet nóg meer strenge maatregelen zouden volgen. De mensen zaten vast in een film en hoopten dagelijks op dé held. De wereld was vertraagd terwijl het geen vakantie was, niemand had dit verwacht...

Iedereen wist wat er gebeurde maar de lente wist het niet en de rozen bleven bloeien. De Magnolia stond in de knop. De vogeltjes begonnen aan hun nestjes.







### **En toen...**

Het plezier van koken en samen eten werd herontdekt. Iedereen gaf elkaar tips over leuke dingen die je met je kinderen kon doen. Er was weer tijd om te schrijven en te lezen, mensen lieten hun fantasie de vrije loop en verveling ontsproot in creativiteit. Sommigen leerden een nieuwe taal. Sommigen ontdekten kunst. Sommigen ontdekten dat ze niet écht leefden en vonden de weg naar zichzelf terug.

Anderen stopten met onwetend onderhandelen. Iedereen had van de één op de andere dag veel meer tijd voor het gezin. Eentje sloot het kantoor en opende een herberg met slechts vier mensen. Anderen verlieten hun vastgeroeste relatie om de liefde van hun leven te vinden. Anderen boden aan om voor kwetsbare mensen boodschappen te doen of te koken.

Iedereen wist ineens wat een 'vitaal beroep' was, deze mensen werden helden, ze werden meer gewaardeerd dan ooit. Anderen gingen op afstand muziek met elkaar maken of zingen om op deze manier samen te zijn.

Mensen kregen oog voor eenzaamheid en verzonnen dingen om er iets aan te doen. Mensen herstelden van hun stressvolle leven. Mensen die elkaar niet kenden begonnen spontaan een praatje met elkaar. Sommigen maakten vliegers van papier met hun telefoonnummer erop zodat eenzame mensen ze konden bellen.

De overheid ging bedrijven en zelfstandigen helpen zodat ze niet failliet zouden gaan of mensen zouden moeten ontslaan. Gepensioneerd zorgpersoneel bood zichzelf aan om te helpen in de Zorg. Uit alle hoeken kwamen vrijwilligers, iedereen wilde iets doen.

Om 20:00 uur s 'avonds gingen mensen uit allerlei landen klappen voor alle artsen, verpleegkundigen en zorgpersoneel die keihard aan het werk waren om in de zorg alles draaiende te houden.

Het was het jaar waarin men het belang erkende van gezondheid en verbinding, van saamhorigheid, van sociale contacten en misschien ook van zijn roeping. Dit deed iets met het collectieve bewustzijn, dit deed iets met alle mensen...



En de economie ging bijna kopje onder, maar stopte niet, het vond zichzelf opnieuw uit. Het was het jaar waarin de wereld leek te stoppen, het jaar waarin we met elkaar in de geschiedenis-boeken zouden komen...

Dat wisten we allemaal. En de lente wist het niet. En de bloemen bleven bloeien, en de bomen liepen uit. En het werd steeds warmer. En er waren veel meer vogels.

### **En toen kwam de dag van bevrijding...**

De mensen keken tv en de premier vertelde iedereen dat de noodsituatie voorbij was. En dat het virus had verloren! Dat iedereen SAMEN had gewonnen!!! En toen ging iedereen de straat op. Met tranen in de ogen. Zonder maskers en handschoenen. De buurman werd geknuffeld, alsof hij een broer was. En de wereld was mooier en liefdevoller geworden. En de mensen waren humaner geworden. En ze hadden weer waarden en normen. De harten van mensen waren weer open, en dat had positieve gevolgen. Doordat alles stil had gestaan kon de aarde weer ademen, ook zij was genezen van wat de mensen háár veel eerder hadden aangedaan.

### **En toen kwam de zomer....**

Omdat de lente het niet wist. En hij was er nog steeds. Ondanks alles. Ondanks het virus. Ondanks de angst. Ondanks de dood. Omdat de lente het niet wist, leerde iedereen de kracht van het leven...



## BERENJACHT EN DANKBETUIGINGEN

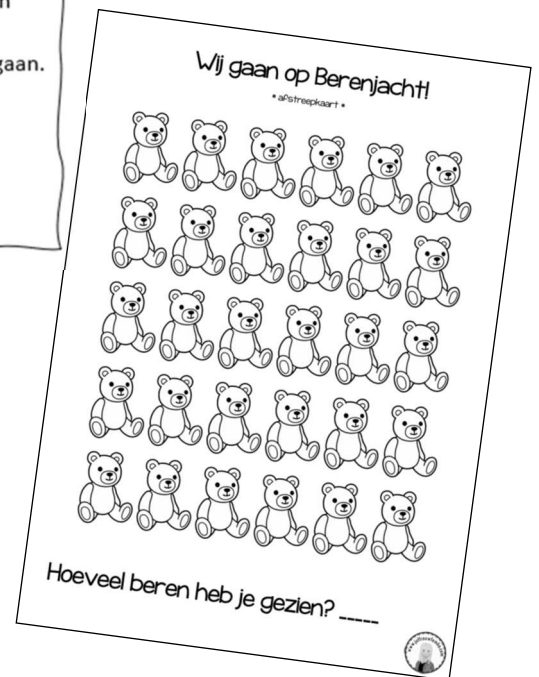
Naast alle afgelaste activiteiten en coronamaatregelen waardoor we niet veel meer mogen, zijn er ook nog leuke dingen te melden. Zo is er over de hele wereld bijvoorbeeld een *berenjacht* gaande. Geïnspireerd door het prentenboek *wij gaan op berenjacht*, uit 1995, worden mensen op internet massaal opgeroepen om beren achter het raam te plaatsen. Kinderen kunnen met hun ouders dan op berenjacht. Middels een wandeling, elke gesignaleerde beer afstrepen op een papiertje. Ook in onze omgeving zijn er heel wat beren te vinden ondertussen.



**3 Beerke's achter it rúť...**

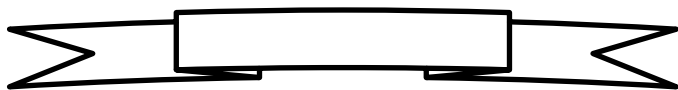
We gaan op Berenjacht,  
Als het kon gingen we samen  
want hier, daar en overal  
zit een beer achter de ramen.  
Grote mensen hebben dat gedaan  
want het is een soort spel  
voor de kinderen die buiten mogen gaan.

Dus als je een beer ziet,  
zwaai hem dan gedag  
en vraag heel vriendelijk  
of je morgen weer komen mag.



Langs deze weg wil ik iedereen bedanken die aan mij heeft  
gedacht tijdens mijn verblijf in het ziekenhuis en ook daarna.  
Zoveel kaarten met lieve wensen gekregen.  
Ook namens Bart, bedankt daarvoor.  
**Hanneke Nieuwenhuis**

Bij deze wil ik iedereen bedanken voor de  
belangstelling, de kaarten en vele fruitmanden tijdens  
mijn verblijf in het ziekenhuis en bij mijn thuiskomst.  
Het was in één woord geweldig, ook namens Dora.  
**Andries de Vries**



## FERKÂLDEN

Tekst: Dichter fan Fryslan, Nyk de Vries  
Ut de Ljouwerter krante.

*Troch syn gekuch mei er net nei bûten.  
Foar âldere minsken kin dat gefaarlik wêze,  
sei syn mem. Hast al syn strips hat er al twa  
kear lezen. Trije wiken sûnder skoalle  
duorret toch wol lang.*

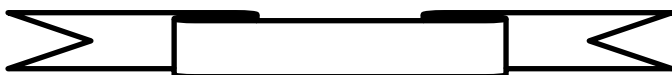
*Syn heit sei: trije wiken is noch neat jong.  
Pake hat yn 'e oarloch trije jier net  
nei skoalle west. Sa lang, lake er, sil dit  
toch hooplik net duorje. Dan sitte we hjir  
yn 2023 noch.*

*Mar heit makket net hieltyd grapkes, soms  
seach er lang op 'e tillefoan. Saniis prate er  
mei mem oer jildsaken en ZZP.*

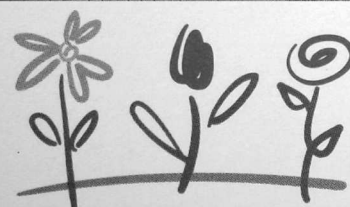
*Hoe lang sil dit allegear noch duorje?  
Wannear wurdt it wer gewoan?  
Juster hearde er op it nijs: foarútsjen kinne we  
net sa fier.*

*Op bêd tocht er oan pake en oan himself oer  
tachtig jier. Hoe sil er mei syn pakesizzers  
weromsjen op dizze nuvere coronatid?*

*Wier, hy wist it net, al like ien ding toch wol  
wis: Syn gekuch waard al krekt wat minder.  
De kiel die wat minder sear.*



**Bloembinderij Rienetta**  
Elke vrijdag van 9.00-18.00



**Bloembinderij**  
Rienetta

Nijbuorren 16 - 8584 WT - Hemelum - tel: 0641124501  
(voor rouwbloemwerk kunt u ons altijd bellen)

medisch  
**pedicure**  
**praktijk**



*"Kijk eens naar beneden....de wereld ligt aan je voeten"*

Mijn naam is Ester van der Wal-de Boer, sinds 2016 ben ik erkend en gediplomeerd medisch pedicure. In mijn praktijk te Hemelum is jong en oud van harte welkom voor het laten verzorgen en behandelen van veel voorkomende voet- en teennagelproblemen.

### Wanneer breng je een bezoek aan de pedicure

*Voor ontspanning en verzorging*

- Ter voorkoming van voetproblemen
- Het behandelen van voetproblemen zoals: verdikte nagels, traumanagels, nagelreparatie, Ingroeiende nagels, eelt, likdoorns, wratten, etc..
- Op doorverwijzing van de huisarts

### Pedicurepraktijk Ester

Hegewei 22, 8584 VJ Hemelum

Voor informatie en het maken van een afspraak, belt u: **06-21686551**





## PROJECT ZORGWONINGEN, STICHTING FEME (FOAR ELKOAR MEI ELKOAR)

Vorige keer hebben we de oprichting van een Stichting aangekondigd, en dat is inmiddels een feit. Stichting FEME is opgericht en gaat de uitvoering van het Project Zorgwoningen op zich nemen.

Hoewel het openbare leven door Corona aardig platgelegd is, gaan we intussen toch gewoon verder. Op het moment van schrijven van dit stukje komen er twee belangrijke mijlpalen aan. Hopelijk zijn die een feit als je dit leest!

- De haalbaarheidsstudie wordt opgeleverd door Partoer. Op basis daarvan moeten we kunnen beslissen of het project haalbaar is en hoe het er in grote lijnen, ook financieel, uit komt te zien.
- De grond van het perceel aan de St. Odulphusstraat 42 wordt aangekocht.

Dan een opmerking over de informatie over dit project: er zijn veel stappen te nemen, voordat er daadwerkelijk Zorgwoningen staan. Wij houden jullie stap voor stap goed op de hoogte. Mocht je in de krant iets lezen, of in de wandelgangen iets horen, waaraan je twijfelt, stel dan een vraag aan mensen die bij het project zijn betrokken.



Het ondertussen lege terrein

Heb je een vraag? Stel die dan aan **Bram Boehlé** of **Wink Blomsma**, of stuur een email aan [dorpshulpbmrh@gmail.com](mailto:dorpshulpbmrh@gmail.com).

## NIJE HUZEN HEER JACOB- STRJITTE / GAESTWEI BAKHUZEN

De huizen op 'e hoeke Heer Jacobstrjitte / Gaestwei binne fuort. It terrein is klear foar de bouw.



Ter herinnering, hjir it plan:



- \* slopen 8 woningen
- \* nieuwbouw 2 halfvrijstaande koopwoningen
- \* nieuwbouw 2 halfvrijstaande huurwoningen
- \* opwaarderen 4 woningen
- \* diepere achtertuinen Gaestwei



**Voor zolang ons afhaaloket nog open mag, is dit de lijst met eten die u bij ons kunt bestellen op zondagen van 17.00 uur tot 19.30 uur**

**Afhaallijst Jack's Snacks 2020**

Patat	€ 2.00
Vlaamse friet	€ 2.50
Aardappelschijfjes	€ 2.50
Frikandel	€ 1.90
Kipkorn	€ 2.00
Hamburger	€ 1.90
kroket	€ 1.90
Goulashkroket	€ 2.00
Kalfsvleeskroket	€ 2.00
Bamischijf	€ 2.10
Kaassouffle	€ 2.00
Tomaat/mozarella soufflé	€ 2.00
Mexicano	€ 2.20
Pikanto	€ 2.20
Loempia	€ 3.25
Viëtnameese Loempia	€ 2.00
Berehap	€ 2.75
Shoarmarol	€ 2.75
Gehaktbal	€ 3.25
Kipnuggets (7 stuks)	€ 3.25
Hinnewappers (5 stuks)	€ 3.25
Vlammetjes (5 stuks)	€ 3.25
Bitterballen (8 stuks)	€ 3.25
Bittergarnituur (8 soorten)	€ 3.50

**Sauzen:**

Speciaal	€ 0.75
Joppiesaus	€ 0.75
Satésaus	€ 0.75
Fritessaus	€ 0.50
Curry	€ 0.50
Ketchup	€ 0.50
Mosterd	€ 0.50
Chillisaus	€ 0.50
Sambasaus	€ 0.50
Knoflooksaus	€ 0.50

**Plates:**

Plate Loempia	€ 8.95
Plate Gehaktbal	€ 8.95
Plate Kipdöner	€ 9.95
Plate Shoarma	€ 9.95
Plate Schnitzel	€ 11.95
Plate Stoofvlees (huisgemaakt)	€ 13.95

(bij deze gerechten zitten patat en sla)

**Broodjes:**

Br. Hamburger speciaal	€ 3.50
Br. Kipschnitzel	€ 4.00
Br. Kipdöner	€ 5.95
Br. Kroket mayo	€ 3.00
Big Jack (sla, hamburger, joppiesaus, komkommer en	€ 4.00
Jack's Chilliburger (sla, pittige kipburger, chillisaus, komkommer en augurk)	€ 4.50

*uitsluitend telefonisch bestellen.*

*Tel:581718*

*mocht er al iemand in*

*de afhaal staan,*

*graag buiten wachten. BVD*

Wanneer u besteld, vragen wij uw telefoonnummer, zodat wij u terug kunnen bellen met de afhaaltijd om te voorkomen dat er meerdere mensen tegelijk zijn



## CORONA NIEUWSPLATFORM NOORDELIJKE ZIEKENHUIZEN

De noordelijke ziekenhuizen hebben het Sneeker Nieuwsblad verzocht om te dienen als officieel platform voor de berichtgeving over de coronacrisis.

Op de website van het Sneeker Nieuwsblad is een nieuwsbalk *Zorg voor elkaar* te vinden, waaronder men alle berichten van de noordelijke ziekenhuizen en nieuws van Gezondheid & Co, terug kan vinden.



Ook andere dagbladen verwijzen op hun website naar dit dossier. Artikelen die in dit dossier geplaatst worden krijgen het label *zorg voor elkaar*.

Website: <https://sneekernieuwsblad.nl>



Wij bezorgen u op  
paaszondag graag  
een paasontbijtje!

Reserveer op tijd. Wij nemen de  
regels van het rivm zeer serieus!  
uw bestelling bezorgen wij indien  
gewenst tot op de stoep.  
(max. 7km van uit Bakhuizen)

1 per. €12,50  
2 pers. €20,00



Bestel uiterlijk vrijdag 10 april een  
paasontbijt bij Bruin Café Licorne...

Bestel op: 0651104942 ook via watsapp

# Kookt u, of koken wij vandaag?

- ✓ Dieetmaaltijden
- ✓ Gemalen en vloeibare maaltijden
- ✓ Bezorging aan huis
- ✓ Geen abonnement
- ✓ Altijd een vertrouwd gezicht
- ✓ Uw eigen maaltijd samenstellen



*Van Smaak*  
Eet smakelijk!

WARME MAALTIJDEN - KOELVERSE MAALTIJDEN - DIEPVRIESMAALTIJDEN  
info@vansmaak.nl | www.vansmaak.nl | t 088 511 5400

---

## WORD LID VAN DORPSBELANG BMR

### Waarom lid worden van BMR?

Dorpsbelang BMR vertegenwoordigt alle inwoners van BMR richting overheden en met name de gemeente De Fryske Marren. Wij vragen subsidies aan voor projecten in onze dorpen en maken afspraken over onderhoud van de openbare ruimte. Eigenlijk zou iedere inwoner dus lid moeten zijn. Leden krijgen bovendien 5 of 6 keer per jaar onze nuttige dorpskrant in de bus.

### Hoe word je lid van BMR?

Knip onderstaande machtiging uit en lever in op onderstaand adres. Vul uw e-mailadres in, dan krijgt u de bevestiging van uw aanmelding, uw lidnummer en aanvullende informatie. Als u al lid bent, maak dan uw burenlid.

Ik word lid van Dorpsbelang BMR en ontvang graag 5 of 6 keer per jaar de dorpskrant Op 'e Hichte.

### Machtiging tot automatische overschrijving:

Hierbij machtig ik de vereniging Dorpsbelangen Bakhuizen, Mirns, Rijs de contributie van momenteel € 8,- (zegge acht euro) eenmaal per jaar van mijn bank- of girorekening af te schrijven. Het incassant ID van BMR is NL87ZZZ400012150000. Deze machtiging geldt tot wederopzegging.

**Naam:** .....

**Adres:** .....

**Postcode en Woonplaats:** .....

**Bank of Giro IBAN nummer:** .....

**E-mailadres:** .....

**Vast/mobiel telefoonnr.:** .....

**Handtekening:** .....

Graag dit formulier inleveren op onderstaand adres of scannen en mailen.  
Het adres van de ledenadministratie van Dorpsbelangen BMR is: Feartswâl 9, 8574 SG Bakhuizen. E-mail: dorpsbelangbmr@gmail.com

## ADVERTEREN

### In Op 'e Hichte

5 of 6 keer per jaar verschijnt de Dorpskrant Op 'e Hichte. Een mooie gelegenheid om uw bedrijf/product(en) en/of diensten onder de aandacht te brengen.

Tevens is er de mogelijkheid om uw advertentie in kleur te plaatsen. Voor info:

[ruodb2@gmail.com](mailto:ruodb2@gmail.com) of  
[op.e.hichte@bakhuizen.nl](mailto:op.e.hichte@bakhuizen.nl)

Lever uw advertenties tijdig aan op bovenstaande adressen en hij verschijnt dan in de eerstvolgende Op 'e Hichte.

¼ A4 € 15,- per keer                      € 75,- per jaar

½ A4 € 25,- per keer                      € 125,- per jaar

### Op [www.bakhuizen.nl](http://www.bakhuizen.nl)

Dorpsbelang Bakhuizen, Mirns en Rijs biedt adverteerders de mogelijkheid om een kleine banner te plaatsen op hun website. Grootte van de banners is 260x140 pixels. Voorbeelden zijn op de website te zien.

Uw banner wordt gelinkt aan uw website zodat bezoekers direct worden doorgeleid. De inhoud van uw banner wordt in overleg met u gemaakt en na uw goedkeuring gefactureerd.

Adverteren op de homepage is mogelijk tegen een aanlooptarief van € 50,- voor 1 jaar, te rekenen vanaf factuurdatum. De websitecommissie behoudt zich het recht voor om ongepaste banners te weigeren.

Wilt u een banner op onze homepage? Neem dan contact op met:

[dorpsbelangbmr@gmail.com](mailto:dorpsbelangbmr@gmail.com) of  
[b.boehle@ziggo.nl](mailto:b.boehle@ziggo.nl)

			8	7			
	9			2		5	
						7	
		6					2 5
			1		3		
5	4					3	
		8					
		5		6			4
			9		2		

## OUD PAPIER

Het oud papier wordt altijd de **tweede zaterdag** van de maand door vrijwilligers opgehaald. De opbrengst is voor de school in Bakhuizen en de kerk in Hemelum.

In de maand augustus wordt er geen oud papier opgehaald. Er staat dan een container op het parkeerterrein van de voetbalclub.

Het papier graag goed bundelen of verpakken in een doos.

Hieronder staan de data voor 2020:

**Op 11 april en 09 mei wordt het oud papier niet aan huis afgehaald.** Er staat een container op het parkeerterrein bij het voetbalveld.

**13 juni, 11 juli, 08 augustus container, 12 september, 10 oktober, 14 november, 12 december.**

## OPBRENGST OUD PAPIER

Januari                      6.310 ton                      € 233,73

## REDACTIE OP 'E HICHTE

### Oplage 440 stuks

#### Redactie

Betty Kelderhuis

Rien Jansen

Lisanne Homma

### Distributie

Piet

Bosma

### Printwerk

Dieuwke

Melchers

### Bezorging

Margriet van der Weij

Ruud van den Berg

Gerlof Thibaudier

Rieme Witteveen

Wink Blomsma

Jan de Jong

Joop Melchers

Tiede Melchers

Vroni Postma

### Vormgeving

Betty

Kelderhuis

### Advertenties

Ruud van den Berg

[ruodb2@gmail.com](mailto:ruodb2@gmail.com)

### VOLGENDE UITGAVE OP 'E HICHTE:

10 juni 2020

Copij inleveren voor:

29 mei 2020

Op het emailadres:

[op.e.hichte@bakhuizen.nl](mailto:op.e.hichte@bakhuizen.nl)

Teksten die anoniem worden aangeleverd worden niet geplaatst. De redactie behoudt zich het recht voor om ingezonden copij te weigeren dan wel te redigeren of in te korten.