



ORANJEWIJK

ons koninkrijk

IN DIT NUMMER O.A.:

IMPRESSIE **KEUNSTFESTIVAL** 2025

MET SIEM OP REIS

NIEUWE COLUMNISTE INEKE EVERS
OVER VERDUURZAMEN

DE ZWEEDSE KEUKEN VAN KARIN ANDERSSON

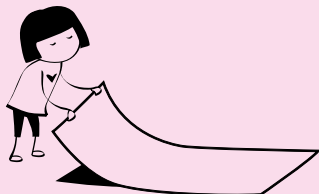
HSS-AZIEREIZEN, INTERVIEW

DE TIJDLOZE CHARME VAN
GARAGE EMMAKADE

nr. 3
2025

**YOGA
SANTOSA**

**STUDIO
145**



noordvliet 145.....
www.yogasamtosa.nl

.....de plek voor jouw lessen
www.studio145.nl

Femke de Boer

**Zangles
Ademcoaching
Pianoles**

www.femkedeboer.com
contact@femkedeboer.com
Verkorteweg 12 • 06 30 56 20 79



EVERT JAN HOEN

BOUW- EN SCHEEPSTIMMERBEDRIJF
EMMAKADE 198
8933 AX LEEUWARDEN
TEL.: 06 - 25096569 / 058 - 2125879
E-MAIL: EVERTJANHOEN@XS4ALL.NL

BIKESHOP
Leeuwarden

Zuiderplein 1A - Tel. 058-2897097
info@bikeshopleeuwarden.nl

ORANJEWIJK
ons koninkrijk

Visitekaartje plaatsen?

Dat kan voor 100 euro per
jaar, vier nummers.

**Benieuwd wat úw huis
waard is?**

**Bel ons:
058 - 216 05 00**

GRATIS EN
VRIJBLIJVENDE
WAARDE
BEPALING



Zuiderplein 31
Leeuwarden

info@bosmadewitte.nl
www.bosmadewitte.nl



Dochter&Zn
verloskundepraktijk

Emmaplein 1
www.dochterenzn.nl

Schoonheids- en kapsalon

Petra Reen

M 06 2147 7982

Jitske Maaïke

M 06 3985 4910

Willem Lodewijkstraat 53, 8933 BJ Leeuwarden

VAN DE REDACTIE

Het is gelukt: een mooie impressie van het succesvolle Keunsthfestival Oranjewijk 2025 vindt u in deze Herfstglossy. Een staaltje van flexibiliteit en samenwerking tussen redactie en vormgeving. En een succes was het zeker! De vele bezoekers konden genieten van creatieve exposities bij onze kunstenaars thuis, van muziekovertredens, van veel gezelligheid en lekker eten en dansen op het aansluitende buurtfeest. De Oranjewijk bruist en bloeit, dat hebben we met z'n allen laten zien. De zomer loopt op zijn eind maar gelukkig hebben we de vakantiefoto's en herinneringen nog. Siem neemt ons mee op zijn reis naar Duitsland, Oostenrijk en Noord-Italië op zijn bekende humoristische wijze. Over reizen gesproken: in dit nummer een interview met het team van reisbureau HSS Aziëreizen, sinds 14 jaar gevestigd in onze wijk. Zij organiseren reizen naar Zuidoost-Azië en zijn met name gespecialiseerd in Indonesië; daarover vertellen zij vol vuur.

In twee groene columns komen heel verschillende kanten van de relatie tussen natuur en dier aan bod. Waar Gerlinda in poëtische zinnen schrijft over de liefdevolle verbinding tussen bloemen, bladeren en bijen, waarschuwt Femke voor de gevaarlijke grasaar. Vooral een gevaar voor honden en katten. Zij verklaart zelfs de oorlog aan deze stekelige grassprietten! Dan moet het echt wel erg zijn....

We verwelkomen een nieuwe maar ook 'oude bekende' columnist: Ineke Evers. Zij beschrijft het enthousiasme én de twijfels bij de isoleeractiviteiten van onze buurtbewoners. Als steuntje in de rug plaatst het Energieloket in elke glossy een advertentie met de laatste tips en aanbiedingen op het gebied van verduurzaming. Doe er uw voordeel mee.

Genoeg te lezen en te genieten. Veel plezier met deze glossy.

Fransje Grisnich

INHOUD

VAN DE REDACTIE	3
AGENDA BUURTHUIS EN ACTIVITEITEN	4
VAN DE WIJKVERENIGING, VAN HET WIJKPANEL	5
NIEUWS VAN NEO	6
RUSSELL	6
FOTO'S BUURTFEEST KIDS	7
COLUMN VAN LUUK	9
OVER DE KOOK MET....KARIN ANDERSSON	10
COLUMN INEKE EVERS, ISOLEREN	13
REISVERSLAG 2025, COLUMN VAN SIEM	14
ILLUSTRATIE KUNSTENAAR: JENNY KLINKERT	17
REPORTAGE KEUNSTFESTIVAL 2025	18
HSS AZIEREIZEN, INTERVIEW	22
COLUMN FEMKE MOLENAAR	25
INTERVIEW MET ANJA DAALMAN, FRIESCHE BALLETSCHOOL	26
VERLIEFD OP JE BEDRIJFSPAND, GARAGE EMMAKADE	28
GROENE VINGERS, COLUMN GERLINDA REHBERG	31
NIEUWE BEWONERS	33
INFO EN CONTACTGEGEVENS, COLOFON	34
ACHTERPAGINA: ORANJEWIJK BLOEIT	36

AGENDA BUURTHUIS EN ACTIVITEITEN

VIERDE KWARTAAL 2025

LESACTIVITEITEN BUURTHUIS
Gysbert Japicxstraat 51

Wist je dat je het buurthuis ook kunt huren voor een privé feestje? Meer informatie bij buurthuisbeheerder AukeDijkstra (06-23735920) Mailades: adijkstra@gmx.com

MAANDAG

Cellolessen, op maandagmiddag en maandagavond en dinsdag eind middag/ begin avond door **Annette Scholten**, lagestrijkers@gmail.com, **06 29518136**.

Mindfulness in de traditie van Thich Nhat Hanh iedere 1e en 3e maandagavond van de maand. Contactpersonen: **Josephine Wernsen** (jwernsen@xs4all.nl) en **Els Bultsma** (elsbultsma64@kpnmail.nl), **0566-620486** en **058-2883664**. Info: www.aandacht.net.

DINSDAG

Cellolessen, eens in de 2 weken op middag en avond, door **Annette Scholten**, lagestrijkers@gmail.com, **06-29518136**
Mindfulness Based Stress Reduction, dinsdagavond 19.30-22.00 uur:
Karen Sikkal, **06-23553071**
Energieloket NEO, 9-17 uur

WOENSDAG

Schilderen en tekenen, op woensdagmiddag en woensdagavond, door **Henk Krist**, henkri@gmail.com, **06-26218914**
Zangkoor op woensdagavond, contactpersoon **Annie Bakker**, **06-23454946**
Energieloket NEO, 9-17 uur

DONDERDAG

Vioollessen van **Janneke Zwezerijnen Boeschoten**, Tel. **0630514597** van 14.30



tot 18.00 uur
Energieloket NEO, 9-17 uur

VRIJDAG

Geen activiteiten.

ACTIVITEITENKALENDER VAN/IN HET BUURTHUIS VIERDE KWARTAAL 2025

Voor alle activiteiten geldt: houd de social media (Facebook en Nextdoor) en de website (oranjewijk.nl) in de gaten voor de actuele informatie.

Kinderen

Disco!

Zaterdag 11 oktober 18.30-19.30 kids van 4 t/m 7 jaar.
Van 19.30 - 21.00 uur kids 8 t/m 12 jaar:

Sint-Maarten optocht

Dinsdag 11 november: 17 uur verzamelen bij het buurthuis.

Kerstknutselen

Zaterdag 13 december:
van 14.30 - 16.00 uur: Buurthuis.

Volwassenen

Filmavonden:

Vrijdag 10 oktober, vrijdag 14 november.

Buurtcafé:

Zondag 2 november met **lezing** van **Ton Groot Haar** over de **Boeroes** (Nederlandse boeren) in Suriname.

Zondag 7 november met **Pubquiz**.

Vrijwilligersborrel:

Vrijdag 16 januari 2026.

OVERIGE ACTIVITEITEN IN DE WIJK

Bijbelcentrum Achter de Hoven 2C:

• **Inloophuis:** elke vrijdag en zaterdag van 11-15 u is Achter de Hoven 2c open voor een bakkie en een praatje

• **Bijbeluurtje:** elke zondag om 12 uur is het Bijbeluurtje, loop vrijblijvend binnen. Vanaf 11.45 u koffie

• **Bak- en kinderclub woensdag 17 september** startmiddag in de Vrijheidswijk, hierna elke twee weken in Achter de Hoven <https://inloophuisachterdehoven.nl>

TWEE HANDIGE APPS



Via de **Nextdoor-app** kunt u een oproep doen als u de kat kwijt bent, of als u een paar liter erwtensoep te veel heeft gemaakt of als u hulp nodig heeft. In de Oranjewijk gebruiken al zo'n 250 mensen deze app.



De **Omrin-app** is ook superhandig: u krijgt via de app een seintje als de bakken naar buiten moeten.

DE ZOMER IS WEER VOORBIJ!

De dagen worden korter, de spinnen doen hun werk en maken prachtige kunstwerken. Op straat zien we de eerste bruine bladeren op de grond. Kortom, de herfst is op komst.

Dat betekent dat we het nieuwe seizoen met activiteiten in het Buurthuis weer gaan opstarten. Iedereen is welkom!!

We starten met een Filmavond op 10 oktober. Robert zal weer een mooie film uitzoeken en het voorwoord verzorgen zoals we van hem gewend zijn. Hou de app in de gaten met de aankondiging van de film. Op vrijdag 14 november is er opnieuw een Filmavond.

Vervolgens start het eerste Buurtcafé op zondagmiddag 2 november; Ton Groot Haar zal daar een lezing verzorgen over de

Boeroes, voormalige Nederlandse boeren, in Suriname. Start om 16 uur. Zondagmiddag 7 december is het volgende Buurtcafé, dan organiseren we een Pubquiz met uiteraard zoals jullie gewend zijn, prachtige prijzen. Pak die uitdaging!

Zet alvast in je agenda de Vrijwilligersborrel op vrijdag 16 januari.

Voor alle activiteiten geldt: houd de sociale media en de website (oranjewijk.nl) in de gaten voor de actuele informatie. We hebben een Whatsapp groep waar alleen de activiteiten op aangekondigd kunnen worden. Wil je ook een bericht via je telefoon ontvangen? Geef je telefoonnummer door op wijkvereniging@oranjewijk.nl

Nog geen lid?
Scan bijgaande QR code

We hopen elkaar weer spoedig te treffen, graag tot ziens!

Namens de Wijk- en Speeltuinvereniging
Oranjewijk
Mirjam Pruiksma



VAN HET WIJKPANEL

Door verhuizing en ziekte raakte het wijkpanel onderbezet. Het volledige bestuur is in 2019 benoemd en de zittingstermijn is maximaal 6 jaar. Hierdoor worden hun functies dus dit jaar vacant.

De vacature van voorzitter is al sinds najaar 2023 beschikbaar. Minke Hoelen, al bijna haar hele leven woonachtig in de Oranjewijk, heeft deze taak nu op zich genomen. Inmiddels heeft een aantal mensen interesse getoond om lid te worden of zitting te nemen in het bestuur van het wijkpanel.

Ze wonen in diverse delen van de wijk en zijn van verschillende leeftijden. Daarmee hoopt het wijkpanel een afspiegeling van de inwoners van de wijk te worden. Mirjam Pruiksma is het enige overgebleven lid dat namens de wijkvereniging binnen het wijkpanel opereert.

De gemeente werkt samen met de wijkpanels, de wijkpanels vertegenwoordigen de inwoners van de wijk.

De bewoners en het wijkpanel moeten uiteraard met elkaar kunnen communiceren en dat is er de laatste tijd bij gebleven. Wel zijn er op diverse plaatsen in de wijk acties ondernomen.

Het grotendeels vernieuwde wijkpanel is van plan een vast aantal vergaderingen per jaar te organiseren in het buurthuis met een openbaar gedeelte waarbij alle bewoners welkom zijn. De agenda en de notulen worden op de site van de Oranjewijk gepubliceerd.

Hiermee is het wijkpanel nog niet operatief. Na de schoolvakantie komt er een eerste bijeenkomst om de structuur op te zetten, een inventarisatie te maken van de onderwerpen die aandacht behoeven en de taken over eenieder te verdelen. Als dat klaar is, zullen de wijkbewoners over een eerste vergadering worden ingelicht.

Minke Hoelen



NIEUW BESTUURSLID GEVRAAGD

Energiecoöperatie
NEO
Nieuwe Energie Oranjewijk

Energiecoöperatie NEO laat sinds vorig jaar een belangrijk deel van haar werk over aan het Energieloket Oranjewijk Isoleert. Dankzij het verkrijgen van de proeftuinstatus en het daarbij behorende subsidiebedrag, kan het Energieloket acht jaar lang de bewoners van de Oranjewijk ondersteunen bij het verduurzamen van hun woning. De communicatie met de wijk over energiezaken en verduurzaming neemt het Energieloket de komende tijd grotendeels voor zijn rekening.

NEO RICHT ZICH SINDS 2024 OP DE VOLGENDE ZAKEN

- Deelname aan het bestuur van de stichting die verantwoordelijk is voor het Energieloket.
- Contact onderhouden met de medewerkers van het Energieloket.
- Opkomen voor de verduurzaming van de Oranjewijk bij de gemeente Leeuwarden en andere partijen.
- Realisatie van projecten voor energieopwekking in/voor de wijk, zoals zonnepanelen op parkeergarage De Klanderij.

ACTIEPUNTEN VOOR HET BESTUUR VAN NEO DE REST VAN DIT JAAR 2025

- We willen eind dit jaar weer op volle sterkte zijn met vijf bestuursleden. We zoeken een nieuw bestuurslid met gevoel voor commu-

nicatie (via website en nieuwsbrief) en interesse in energietransitie en verduurzaming. Ongeveer 8 vergaderingen per jaar. Jaarlijks een gezellige activiteit. Meld je aan!

- We willen in gesprek met de gemeente over de mogelijkheid elektrische auto's via de eigen meterkast op te laden. (Een kabel over de stoep leggen vindt de gemeente geen goede oplossing).
- We willen meer actie ondernemen om bewoners te interesseren voor energielevering door Energie van Ons (energievanons.nl).

Contact: info@nieuweenergieoranjewijk.nl.

Henk Douma



RUSSELL



Foto's Fransje Grisnich



Een duurzaam verantwoorde
boxspring voor een vergelijkbare
prijs van een reguliere boxspring.



Stel je eens voor...

Uitgerust wakker worden in een handgemaakt
bed van organisch katoen, biologische bamboe,
agave en Zweedse grenenhout. Zweedse ambacht
en design. Gemaakt met respect voor onze planeet
en voor een prijs die je niet verwacht.



Ecolife[®]
SWEDISH MADE BEDS

SLAPEN
MET EEN
GOED GEVOEL



wielinga&tabbers

Zuiderplein 7 - 8911 AM Leeuwarden - 058 2126398

Voor meer informatie of het aanvragen van een brochure: ecolifebeds.nl

WWW.BWHONTWERPERS.NL

EMMAKADE 74A



Tekst: Luuk van der Veen Beelden: HCL

ALWEER DIE BRUG...



De noodbrug (1965 – 1970) collectie HCL

Dit jaar kwam hij voor de vijfde keer in de ruim 130-jarige geschiedenis van het Nieuwe Kanaal weer bovendien: de te bouwen brug van het Emmaplein over het Nieuwe Kanaal naar de Alma Tademestraat. Waarom zou het nu wel lukken?

Dit jaar schreven deskundigen en ambtenaren van de gemeente in het lijvige 'Ontwikkelprogramma Leeuwarden-Oost' dat het Nieuwe Kanaal en – veel verderop – de Dokkumer Ee 'barrières' zouden zijn die belemmeren dat mensen uit al die wijken tussen Bilgaard en het Molenpad voorzieningen in andere wijken bezoeken. Meer bruggen zouden, samen met allerlei andere verbeteringen, 'het leefmilieu en de bereikbaarheid' kunnen versterken.

Dat roept meteen een paar vragen op. Hebben wij eigenlijk voorzieningen in onze wijk die het leefmilieu van onze overburen kunnen versterken? De speeltuin? Een supermarkt? En waarom zouden wij Oranjewijkers minuutje tijdwinst willen boeken als we naar de Bleeklaan of het Vliet willen? (Als we

dat al willen...) Nog een vraag: hebben de plannenmakers zich gerealiseerd dat honderd meter vanaf het Nieuwe Kanaal nog een tweede stevige barrière ligt op die noord-zuidroute in de vorm van een onoverbrugbare spoorlijn? Zouden we, dat alles overwegende, een miljoen of meer overheids-geld willen investeren in een brug?

EERDERE INITIATIEVEN

Het idee is trouwens niet eens nieuw: al vier keer eerder waren er plannen voor een brug op deze plek. De eerste keer was rond 1910. De aanleg van onze wijk was nog in volle gang toen hier een brug werd bedacht waarover een trambaan zou komen die, vanaf het station via Achter de Hoven en de Bleeklaan naar de Groningerstraatweg zou voeren. Niet gerealiseerd.

Over naar 1965. Toen werd hier wél een brug geplaatst: de Doksbrug. Een noodbrug, noodzakelijk omdat de Tweede Kanaalsbrug en de Franklinstraat werden vernieuwd. Vijf jaar lang reden auto's erover, in één richting vanaf het Emmaplein naar de Alma Tademestraat.

De gemeente wilde die brug ook na de heropening van de rondweg laten liggen maar dat lukte niet: hij was versleten en rijp voor de sloop.

In 1973 kwam de brug voor de derde keer aan bod. Doel was nu: ontlasten van de Tweede Kanaalsbrug. Onze wijk kwam, samen met 'de overkant' in opstand met leuzen als 'Een brug te veel, Laat de Emmakade heel'. Het idee verdween van tafel. Na nog

Vandaag is de noodbrug over het Nieuwe Kanaal in gebruik gesteld en daarom plaatsen we op verzoek nogmaals het kaartje, dat de nieuwe verkeerssituatie op en rond de brug weergeeft. De belangrijkste maatregel is het eenrichtingverkeer over de noodbrug en de Eerste Kanaalbrug, respectievelijk voor het zuid-noord en het noord-zuidverkeer. De pijlen duiden de verplichte rijrichting aan, op de gearceerde delen van bepaalde straten rust een wachtverbod.



eens een vierde oprisping – in 2003 lanceerde een werkgroep een idee voor een brug die er ook niet kwam – bleef het stil.

Tot nu toe. 'Er is nog geen planning', schrijft de Leeuwarder Courant over het jongste idee. 'Dit moet worden meegenomen in de normale vernieuwingsprojecten...'. We wachten af. Misschien iets om ooit te combineren met de aanleg van de in september 2018 al aangekondigde 'Emmakade Fietsstraat'?



ZWEEDSE WARMTE IN DE ORANJEWIJK

Het is een nazomerse vrijdagochtend in de Johan Willem Frisostraat. De zon schijnt uitbundig, Karin Andersson opent de voordeur en het eerste wat ik ruik is een goddelijke baklucht. Hoe ideaal wil je het hebben?



We schuiven aan bij de grote eettafel, waar de zon gul overheen valt. Karin zet een schaal versgebakken havermoutkoekjes neer: "Dit recept krijg je niet hoor," lacht ze ondeugend. "Familiegeheim." Het lijkt alsof ze het al dertig jaar lang met dezelfde glimlach zegt. Naast mijn theekop ligt een dik kookboek, Vår kokbok. In bijna elk Zweeds huishouden vind je dit standaardwerk, vertelt Karin. "Bijna alle kinderen die uit huis gaan, krijgen er wel eentje mee. Daar staat van alles in: van hoe je aardappels kookt tot feestelijke en traditionele gerechten. Het is een soort bijbel van de

Zweedse keuken." Tussen de pagina's steken vergeelde, omgekrulde, handgeschreven recepten. Het boek ademt traditie.

FIKA: MEER DAN KOFFIE

Een van de essenties van de Zweedse eetcultuur waar Karin mij over vertelt is de fika-cultuur: "Als iemand op bezoek komt, organiseer je daar vaak een fika voor. Daar hoort koffie bij. En koekjes. Vél koekjes. Het is gezelligheid, maar ook tijd nemen voor elkaar. In Nederland gaat het vaak zoef-zoef, snel een bakkie en weer door. In Zweden is het een moment om stil te staan. Sowieso nemen mensen in Zweden meer tijd voor alles." Op een Zweedse verjaardag staat er altijd van alles op tafel: zelfgebakken taart, koekjes en nog iets kleins. "Juist die uitgestalde tafel maakt het feestelijk. Je hebt altijd keuze, altijd wel iets te snoepen. Het proeft gewoon beter als iemand er tijd en liefde in heeft gestopt."

EEN ZWEEDSE IN FRIESLAND

Karin woont inmiddels zeventien jaar in Leeuwarden, samen met haar man Siart. Haar weg hierheen liep via Engeland, Amsterdam en Haarlem. "We waren op zoek naar een plek met water, want we houden van zeilen. Siart kreeg werk bij Tryater en toen lag Friesland voor de hand." Het huis in de Oranjewijk voelde meteen goed. "We kwamen hier binnen en ik dacht: dit is ons huis. Dat voel je gewoon. En ja, Siart wilde eerst nog een grotere tuin en een schuur, maar uiteindelijk werd het tóch dit huis."

VAN WESTKUSTGARNALEN TOT DROPIJS

Karin groeide op aan de Zweedse westkust, waar de zee altijd dichtbij is en dat proef je in de keuken. "We eten veel schelpdieren zoals garnalen, kreeft en krab. Heerlijk! En ja, gek eigenlijk dat ik dat zeg, want ik ben vegetariër, maar als ik op vakantie in Zweden ben, dan smokkel ik soms. Dan eet ik toch een handje gekookte garnalen. Smullen is dat. Het pellen aan tafel, eventueel met wat brood en mayo, dat is echt genieten." Het eten in Zweden verschilt per regio. In het binnenland staat meer vlees en wild op tafel, en aan de oostkust draait alles weer meer om vis. "We hebben dus eigenlijk wel streekgebonden keukens in Zweden", legt Karin uit. En hebben we het nog niet eens over drop gehad. "Zweden is een echt drop-land", zegt ze lachend. "Lakrits noemen wij het. Je hebt zoete en zoute drop, drop met chocolade eromheen, en zelfs dropijs! In Göteborg zijn er dropwinkels waar álles van drop te krijgen is. Nederlanders denken vaak dat alleen zij van drop houden, maar wij Zweden zijn minstens zo erg."



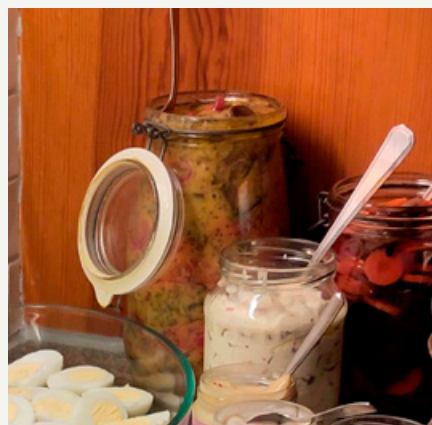
SMÖRGÅSBORD: EEN FEEST IN GANGEN

Een Zweeds feest is niet compleet zonder een smörgåsbord: een buffet dat in een vaste volgorde wordt gegeten. Eerst koude gerechten, zoals ingelegde haring, zalm, koude vleeswaren en daarna warme. "Weet je wat zo grappig is? Iedereen eet met



feesten hetzelfde", legt Karin uit. "Bij kerst of pasen staat in elk huis precies hetzelfde op tafel. Van de haring in mosterdsaus tot de gehaktballetjes. Dat zijn tradities en dat hoort erbij." Zelf maakt ze tegenwoordig vegetarische varianten. "In plaats van haring gebruik ik paddenstoelen of aubergine en dezelfde sausjes. Het is feestelijk én niemand mist de vis." De recepten deelt ze graag met haar wijkbewoners.

Voor de dagelijkse lunch houden Zweden het liefst bij warm eten. "Zelfs scholen



serveren een warme lunch en op de werkvloer neemt men vaak iets mee om op te warmen. Overal zijn magnetrons. Mijn broer lacht me altijd uit als ik een broodje als lunch neem. Dat is geen lunch, zegt hij dan."

LIEDJES EN SPELLETJES

Waar Italianen discussiëren over voetbal en politiek, zingen Zweden tijdens het eten. "Bij een diner wordt er tussen de gangen gezongen. Je heft dan een lied aan en proost daarbij met een glaasje wodka of een ander drankje erbij. Het klinkt misschien gek, maar het geeft zo'n vrolijke sfeer." Feestjes beginnen vaak al om vier uur 's middags. "En er is altijd een spelelement. Een quiz, een dansje

rond de meiboom, een speurtocht of Kubb. Je zit nooit alleen maar stil. Zelfs een verjaardagsfeest krijgt daardoor iets levendigs. Dat mis ik hier soms een beetje."

HUSMANSKOST EN PRINSESSENTAART

Wat haar ultieme comfortfood is? "Husmanskost. Dat is traditioneel eten zoals gehaktballetjes met aardappeltjes en lingonsylt, veenbessenjam noemen we dat in Nederland. Natuurlijk eet ik dan een vegetarische variant. Hele eenvoudige gerechten, maar het smaakt naar thuis." Voor feestelijke gelegenheden denkt ze aan prinsesstårta: een groene taart gevuld met room, jam en marsepein. "In Zweden maak of koop je die voor een verjaardag. Alleen al de aanblik is al feestelijk."

EEN STUKJE ZWEDEN IN DE ORANJEWIJK

Na bijna drie kwartier praten, thee drinken en koekjes proeven, valt op hoe vanzelfsprekend Karin haar Zweedse gewoontes in Leeuwarden laat doorleven. Soms zichtbaar, als ze foto's laat zien van finka's en feestmaaltijden bij haar thuis. Soms subtieler, zoals in de zelfgebakken overheerlijke havermoutkoekjes bij de thee.

"Het zijn kleine rituelen, maar ze brengen een vleugje Göteborg naar de Oranjewijk. Tussen de beelden van zingende Zweden aan een smörgåsbord en de geur van versgebakken koekjes, lijkt er in de Johan Willem Frisostraat even een klein stukje Zweden te zijn. Precies die warme, knusse sfeer waar ze daar een woord voor hebben: mysigt."

VEGETARISCHE MOSTERD-HARING (AUBERGINE)

Ingrediënten

2 grote aubergines	Mosterdsaus
2 rode uien	4 dl koolzaadolie
5 dl water	12 eetlepels grove mosterd (zoet)
2 dl azijn	8 eetlepels suiker
3 dl suiker	8 eetlepels rode wijnazijn
12 pimentkorrels (in de mortel)	4 dl dille
4 laurierblaadjes	Witte peper
12 kruidnagels	Zout

1. Snijd de aubergine in 0,5 cm dikke schijven. Doe zout erop en laat de bittere smaak eruit trekken.
2. Spoel daarna de aubergine af en snijd ze in in stukjes (niet te klein 3,5 x 1,5 cm).
3. Kook de aubergine in een paar minuten zodat de stukjes net zacht worden. Leg ze even apart.
4. Kook water, azijn en suiker. Als de suiker opgelost is, haal de pan van het vuur en laat het afkoelen.
5. Snijd de ui fijn in ringen en meng deze met de aubergine in een glazen pot en giet het suikermengsel in de pot en laat dit een nacht in de koelkast staan. (Minimaal 8 uur)

De mosterdsaus

1. Meng alle ingrediënten behalve de dille en de koolzaadolie in een kom.
2. Voeg de olie langzaam toe tijdens heel hard kloppen tot de saus dik en fijn wordt.
3. Voeg de dille toe en zout en peper naar smaak.
4. Haal de aubergine uit de koelkast en giet het suikermengsel af van de ui en aubergine.
5. Meng de mosterdsaus met de groenten en laat minimaal een uur in de koelkast staan voor het serveren.

VEGETARISCHE HARING (PADDENSTOELEN)

Ingrediënten vega-haring:

2 dl water
1 dl suiker
1/2 dl azijn
1 theelepel zout
200 gram portobello of champignon

Ingrediënten

gember-chilisaus:

1 dl crème fraîche
1/2 dl mayonaise
1 theelepel geraspte gember
1 fijn gesneden rode chili
Zout
Peper

Vega-haring

1. Kook het water, suiker, azijn en zout in een pan.
2. Snijd de paddenstoelen in kleine stukjes en leg deze ook in de pan. Laat alles een nacht in een afgesloten pot in de koelkast staan.
3. Giet af
4. De saus: meng alle ingrediënten voor de saus met de paddenstoelen en laat in een afgesloten pot een nacht in de koelkast staan.



Warmtebeeldactie

Van november tot februari

Tijdstip in overleg
Bij jou thuis

Waar verliest jouw woning warmte? Bekijk het met een warmtebeeldcamera. Je ontvangt een rapport met de opnamen, waarop het warmteverlies zichtbaar is. Dit bespreken we tijdens een keukentafelgesprek. Zo weet je precies waar je winst kunt behalen.



Meer info en aanmelden?
Scan de QR-code of ga naar
[oranjewijkisoleert.nl/events](https://www.oranjewijkisoleert.nl/events)

Buurtbakkie doen?

Woensdag 29 oktober

14:00 – 20:00 uur
Albert Heijn Emmakade



De mobiele showroom staat klaar! Nieuwsgierig naar welke energiezuinige maatregelen er voor jouw woning zijn? Kom kijken en stel al je vragen. Onder het genot van een gratis kopje koffie ontdek je welke stappen jij kunt zetten.

Duurzame Burenroute

Zaterdag 8 november

13:00 – 17:00 uur
Start bij Energieloket Oranjewijk

Stap binnen bij negen buurtgenoten die hun woning openstellen. Ontdek hoe een warmtepomp werkt, bekijk triple glas van dichtbij en ervaar wat vloerverwarming op een houten vloer doet. Meld je op tijd aan via de website.

Energiecafé met workshop

Donderdag 30 oktober

16:00 – 18:00
Energieloket Oranjewijk

Welke subsidies zijn er nu? Hoe kun je verduurzaming slim financieren? Kom naar de workshop om 16:00 uur en krijg praktische tips. Aansluitend is de bar open voor een drankje en een goed gesprek.



Wil je meedoen of meer weten?
Ga naar [oranjewijkisoleert.nl/events](https://www.oranjewijkisoleert.nl/events)

ISOLEREN IS EEN GOED IDEE, MAAR VEEL MENSEN TWIJFELEN

Het is een plezier om in de Oranjewijk te wonen, in een oud en sfeervol huis. Het nadeel is dat oud en sfeervol vaak ook betekent: niet geïsoleerd, of zelfs zo lek als een mandje. Dat merk je aan de energierekening. Toch gaat lang niet iedereen meteen aan de slag, want waar begin je aan?

EEN HUIS UIT 1910

Het klinkt zo makkelijk in al die spotjes van de overheid: ga toch isoleren! Het kost geld, maar het bespaart ook geld. De vraag

veel duurder. Natuurlijk, de balken rotten gewoon verder als ze daar eenmaal mee zijn begonnen, dus je kunt het maar beter weten. Maar in de praktijk is nog even uitstellen



is alleen of de overheid wel weet wat het betekent om een huis te hebben uit 1910. Geen spouwmuur, glas-in-loodramen, en niet zelden verborgen gebreken. Of er iets mee mis is, zie je pas als er lagen behang zijn afgestoomd, houten betimmeringen weggebroken en eindeloos veel verflagen weggebrand.

SCHUIMBETON

Is het een goed idee om de vloer te isoleren? In theorie wel, maar een 115 jaar oude vloer openbreken is ook spannend. Wat tref je aan? Wat als er veel meer moet gebeuren dan schuimbeton laten storten? Je dak laten isoleren is een heel goede investering, maar als de balken verrot blijken, wordt het wel

verleidelijk, zeker als je niets merkt van mogelijk onheil. En dus plaatst menig huiseigenaar eerst maar eens tochtstrippen, en plakt hij folie achter de radiatoren.

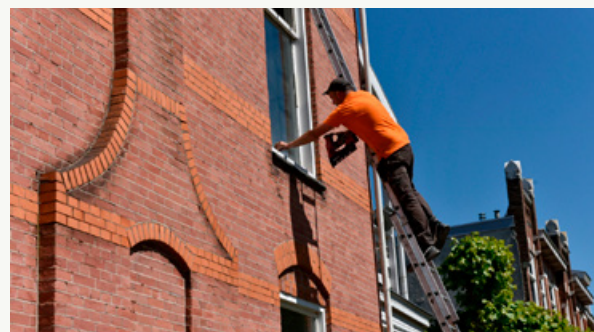
Er zijn nog veel meer hobbels, blijkt uit interviews uit de NEO-magazines van de afgelopen jaren. Misschien is verhuizen een optie, maar zijn de plannen nog niet helder. Of je bent bang het karakter van het huis aan te tasten, je ziet op tegen dagenlang je huis uit moeten. En renteloze leningen kunnen vast heel goed uit, maar je hebt wel een schuld uitstaan en dat voelt niet fijn. En dan is daar ook nog het leven, waarin van alles gebeurt dat je aandacht afleidt van de staat van je huis. Je hebt wel eens wat anders aan je hoofd.



KANTELPUNT

Zo doen mensen er soms jaren over om de eerste grote stap te zetten. Niet zelden is er een kantelpunt. De burens hebben de zaak voortvarend aangepakt en zijn lovend over het resultaat. Of er is na een paar lekkages zoveel schade ontstaan dat de keus om het dak goed aan te pakken makkelijker wordt. En dan kun je net zo goed meteen laten isoleren. Een warme zomer of koude winter kan de doorslag geven. Het besluit om toch maar niet te verhuizen, is ook zo'n moment. Verhuizen is duur, maar die mentale of financiële drempel is al genomen.

Het kost tijd om je goed te oriënteren, en om betrouwbare informatie van onzinverhalen te onderscheiden. En zelfs al weet je waar je aan toe bent, dan nog moet je aan het idee wennen. Veranderen is lastig, aan een grote klus beginnen ook. Neem daarom de tijd en laat je goed informeren.





RONDREIS DOOR DUITSLAND, OOSTENRIJK EN NOORD-ITALIË

Een gekke traditie. Op de terugweg van vakantie naar huis, brainstormen we al over de vakantie van volgend jaar. Dus vorig jaar, rondom Parijs, werd unaniem besloten om een rondreis te maken door Duitsland, Oostenrijk en Noord-Italië. Leuk, nu nog maar een jaartje wachten!

DUITSLAND

Blaubeuren, een hotel, 1 nacht

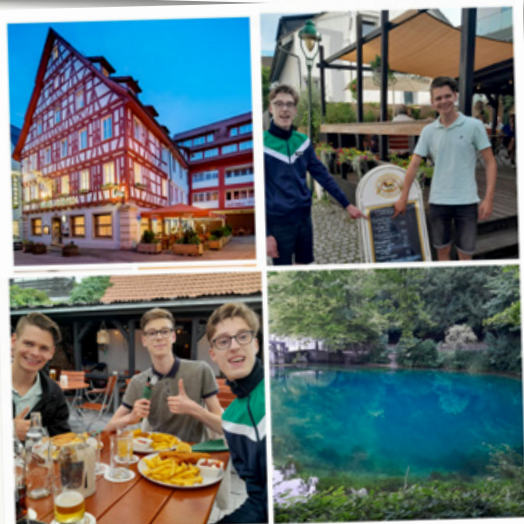
Om 6 uur 's ochtends zaten we in de auto en hadden we onze eerste stop in Oberhausen. Daar kwamen we aan in een bruine wegrestaurant en kregen we een lauwwarme soepkom met waterige cappuccino. Blergh! Onze eerste kennismaking met Duitsland

Porche museum Stuttgart



was een feit! We besloten een kleine omweg te maken naar het Porsche museum in Stuttgart. Voor het museum is een rotonde met drie enorme mikado-achtige palen met op elke paal een Porsche in de top. Indrukwekkend! Dirk had hier zijn 'grote blij' en schoot zowat in 1x z'n geheugenkaart vol. Na het Porsche Museum gingen we naar ons hotel. Heit wilde heel graag zo'n traditioneel oud-Duits

hotel. We deelden daar een familiestudio wat betekent dat we met z'n zessen in een ietwat zuur ruikend hok sliepen. Gezellig! Na aankomst hadden we trek gekregen. We gingen naar een heel klein restaurantje in dat dorpje, waar we schnitzel bestelden. Helaas was de schnitzel uitverkocht. We kregen volgens de kok



Blaubeuren

een upgrade; een cordon bleu. En wat bleek; deze was overheerlijk. Een perfectestart van de vakantie!

OOSTENRIJK

Scharnitz, een appartementencomplex, 3 nachten

Vandaag was het zover: De reis van Duitsland naar Oostenrijk. Hoe dichterbij Oostenrijk kwamen, hoe slechter het weer werd, maar het uitzicht op de bergen maakte veel goed. Toen we aankwamen

Leutaschklamm



om aan de thuisblijvers te laten zien wat een geluk we hadden. De volgende dag ston-

bij het appartement, deden we wat we altijd doen bij een nieuw verblijf: het hele huis verkennen, op zoek gaan naar de WIFI-code en de kamerverdeling bespreken. Het was een fantastisch luxe appartement. Inez liep al vloggend door het appartement



Karikaturen Innsbruck

den we vroeg op om de Leutaschkamm (een kloof) te lopen, want het zou een paar uurtjes droog blijven. In de klamm loop je boven een kolkende rivier over overhangende roosters die zijn vastgemaakt aan de bergwand. Tijdens de route gingen we steeds een klein stukje over de grens van Duitsland en dan weer naar Oostenrijk. Komisch, want de meldingen stroomden steeds binnen op onze telefoons. Welkom in Oostenrijk, ping, welkom in Duitsland, ping, welkom in Oostenrijk, ping, ping, ping. De Leutaschkamm was supermooi om te lopen. Op een gegeven moment kon je een extra stuk lopen naar de waterval. Daar is een mooi houten vlondertje gemaakt om foto's te kunnen maken. Het is vrij smal, dus eventjes wachten op elkaar. Echter, twee dames waren onbeschaamd de ene duckface na de andere duckface foto aan het maken en namen alle tijd, terwijl wij toekeken en zachtjes afkeurende geluiden maakten. Daar trokken ze zich niks van aan, dus werd het tijd voor een sterke maatregel. Heit ging bij de twee dames staan duckfacen. Ha, dat had meteen het gewenste effect!

De laatste dag bij dit verblijf gingen we naar Innsbrück. Daar hebben we rondgelopen door het centrum, waar we een karikatuur van ons hebben laten maken! We hebben wat afgelachen. Verder zijn we naar het beroemde gouden dak geweest, wat eigenlijk niet zo bijzonder was. Het is een klein gouden dakje boven een balkonnetje. Verder begroette de stromende regen ons, waardoor we als verzopen katten door de straten sjokten en geen enkel mooi stadsgezicht met bergen konden zien, maar de karikatuur maakte dit toch een zeer geslaagde dag.

NOORD-ITALIË

Van Oostenrijk gingen we door Noord-Italië rijden. We hadden ChatGPT gevraagd om een leuke route te bedenken met tussenstops. Eenmaal over de Alpen heen, scheen daar opeens de zon! Onze eerste Italiaanse stop was in een klein stadje Vipiteno waar we een echte Italiaanse cappuccino dronken. Wauw! Zo intens lekker! Daar kunnen de Duitsers nog een puntje aan zuigen. Hierna reden we anderhalf uur door Italië naar onze volgende stop: Lago di Braies, een meer met helder blauw water tussen de grote



reuzen van de Dolomieten. Heel erg mooi, maar heel erg toeristisch en veel "selfievolk", waar we ons toch ook even schuldig aan hebben gemaakt, maar dan zonder duckface. Onze derde en laatste stop in Italië was in San Candido, waar we een echte houtgestookte Italiaanse pizza aten. Delizioso! Een fantastische zonnige Italiaanse dag. Vanaf hier was het nog anderhalf uur rijden naar ons verblijf in Großkirchheim, te Oostenrijk. Hier aangekomen werden wij verwelkomd door Peter van het "wereldberoemde" duo Peter & Peter. De gouden plaat voor 25.000 verkochte albums in 1982 hing trots aan de muur van ons huisje. (Voor de liefhebbers check deze link: https://youtu.be/qYoZQOP3SW8?si=STML0m_Tvl0HKoly) We waren van te voren gewaarschuwd door mijn ouders dat het een ienienie-rothuisje kon zijn, net zoals we ooit in Scandinavië hadden. Echter, het huis was best groot, luxe, net als de gouden plaat een beetje gedateerd maar wel met een grote veranda inclusief schommelstoel met een magnifiek uitzicht op machtige bergen. Wat een meevaller!

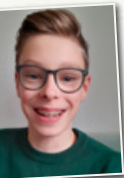
Raften



OOSTENRIJK

Großkirchheim, een alpenblokhut, 4 nachten

De volgende dag gingen we naar een rodelbaan van 2,7 kilometer! In de rij met alle waarschuwingsbordjes voelde ik lichte spanning opkomen voor mijn eerste rodelbaanervaring. Toen het bakje ging glijden over de rails ging mijn brein spontaan in de 'veiligheidsmodus', wat betekende dat ik extreem traag van de rodelbaan afging, waardoor ik de ervaring voor iedereen achter mij ruïneerde. Na een kort overleg, hebben we besloten dat Mem, Thijs en ik nog een tweede keer gingen rodelen om onze eerste ervaring goed te maken. Voor de zekerheid besloten Mem en Thijs dat ik als laatste moest (nou ja, zeg!), zodat zij gegarandeerd op volle snelheid naar beneden konden zoeven. Daarbij hadden ze geen rekening gehouden met de angstige Russische dame in de veiligheidsmodus, waardoor Mem, Thijs en zelfs ik steeds moesten remmen. Nou het stoom kwam uit de oren van mijn moeder en Thijs. Ik speelde deze frustratie lekker mee, maar was stiekem blij dat ik niet de enige was! De volgende dag was eindelijk de dag voor Mem aangebroken; de Großglockner Hochalpenstraße rijden met zo'n 1000 haarspeldboch-



ten en op naar de grootste berg van Oostenrijk, de Großglockner. We namen veel foto's van de ontelbare mooie uitzichten, liepen rond op het uitzichtsplatu en naar beneden, een stukje richting de gletsjer. Om de dorst te lessen deden we een drankje in een restaurantje met het mooiste uitzicht. In plaats van aan tafeltjes zitten, hingen we op een rij in de vensterbank.

De laatste dag gingen we raften! Thijne en ik waren eerst wat gespannen, omdat we eerst "les" kregen in wat er allemaal verkeerd kon gaan. Eenmaal in het water was het hartstikke leuk! De rivier was super wild, omdat het dagenlang veel had geregend. Los van het geweldige avontuur, werd ons de 'Big fish!' geleerd. Toen we Heit en Dirk terug in de boot moesten trekken, sloeg onze gids twee keer met zijn peddel op de naar binnen getrokken persoon zijn billen. We lagen met z'n allen in een deuk en roepen nog dagelijks 'Big Fish' naar elkaar:



OOSTENRIJK

Annaberg im Lammertal, een loft boven een skiwinkel, 3 nachten

Uiteraard hebben we tijdens onze reisdag weer een omweg gemaakt. Dit zou onze "stranddag" worden aan het Millstätter See. Onze aankomst was regenachtig, maar we waren vol vertrouwen en werden na een uurtje beloond met een prachtige zomerse dag waarop we volop hebben gezwommen en gesnorkeld. Na deze heerlijke zomerse dag reden we weer terug naar het noorden van Oostenrijk. Toen we aankwamen waren we verrast hoe luxe en groot dit verblijf was.

De volgende dag gingen we naar Hallstatt! Hier was het ontzettend toeristisch en moesten we vanaf de parkeerplaats drie kwartier lopen. We liepen rond door de stad, maakten veel foto's, maar plotseling kreeg ik last van mijn heup. We zouden hierna eigenlijk nog naar een ijsgrot, maar Heit en ik besloten voor de zekerheid in het bergrestaurant te blijven, terwijl de rest een stevige klim naar de ijsgrot maakte en daar nog 700 treden moesten klimmen. Terwijl zij zaten te bibberen in de grot, zaten Heit en ik aan de bratwurst en schnitzel. Het duurde lang voordat ze weer terug waren, maar ze hadden een geweldige ervaring opgedaan. Heit en ik ook! De volgende dag zou het de hele dag regenen. We besloten om een chilldag te houden. Superdagje!

DUITSLAND

Simmern, een hotel, 1 nacht

Na een rit van 10 uren met veel file komen we aan in ons hotel. Even een dobbelspelletje spelen in de lounge en dan op bed. Om acht uur 's ochtends ging de wekker. Opstaan, ontbijten en naar de hangbrug! Dit was een smalle hangbrug van 360 meter lang over een ravijn. Dat was hartstikke leuk. Het was een geweldig wiebelig uitzicht. Na een foto en een broodje, liepen we onze laatste hike weer terug naar de auto om naar huis te gaan. Tijd om bij te komen van onze geweldige vakantie.



Hangbrug



KUNSTENAAR IN DE WIJK

WANNEER EEN VERBINDING VAN DRADEN EN
DAUWDRUPPELS EEN PARELKETTING VORMT

Jenny Klinkert, fotografie

Tekst: Japke Hoekstra Foto's: Albert Hans Bangma, Japke Hoekstra en wijkbewoners

EEN BONTE MIX VAN BEELDENDEN KUNST, MULTIMEDIA EN MUZIEK

Voor u ligt een impressie van het Keunstfestival 2025. Tijdens het maken begon dit verslag de vorm aan te nemen van een liveblog en zo moet het ook maar gelezen worden. Niet tot het gaatje geredigeerd en geen uitgebreide fotosessies. Daar was ook geen tijd voor. Gewoon kijken, voelen, luisteren en registreren. Lees mee met een terugblik op een sprankelend festival!

Dinsdag 9 september, 15.00

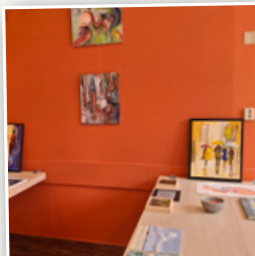
Xandra Manuputty is al klaar met de aankleding. Ze heeft zelfs een deel van de muur een ander kleurtje gegeven. Exposities inrichten is haar werk en dat zie je. Als eerste valt op dat de festivalposter voor het raam ook met een rasterwerk



is bedekt. Gelaagdheid is namelijk een kenmerk van het werk van Xandra. Haar papieren kunstwerken zijn ook in lagen opgebouwd. Eentje kun je zelfs mee schudden, zodat er andere kleuren naar voren komen. Met de puzzel van plexiglas kun je zelf een compositie maken.

Vrijdag 13 september 14.30

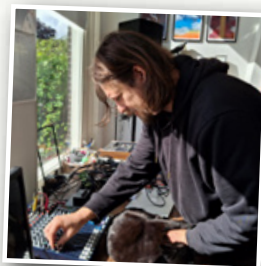
De vrouw van **Henk Krist** haalt met een mesje het onkruid tussen de tegels voor het buurthuis vandaan. Henk: 'Het inrichten doe ik alleen, samen met mijn vrouw. Anders wordt het veel te gezellig. Het is hier eigenlijk een inlooptelier: Plezier staat voorop. Maar kijk, deze leerling gaat straks zelf exposeren. Mooi werk hè?



15.00

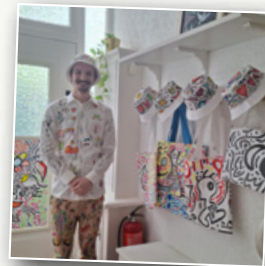
Kay de Vries

'Dit is mijn eerste expositie. Ik werk eigenlijk op 3 niveaus: ik ben webdesigner, maak media-art en in november open ik een winkel in de Blokhuispoort, samen met mijn moeder Saskia Heeringa. Misschien gaat het "Vlinders en motten" heten. Vrolijke wezentjes en donkere nachtdieren'.



16.00

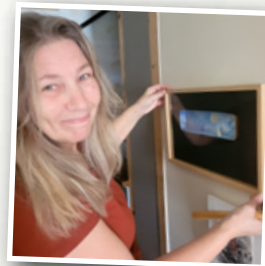
Chase Kelly doet de deur open in een van zijn customized outfits. "Endless creativity" is zijn motto. "I like people to believe that the impossible is possible". Hij verkoopt zijn doeken, t-shirts en hoedjes via zijn website en soms op markten zoals koningsdag. Vooral kinderen vinden zijn kunst geweldig.



20.00

Jenny Piso

laat een schattig klein fotolijstje met een tekeningetje zien "every treasure is guarded by dragons" is de titel. Haar werk is heel divers. Ze gebruikt verpakkingsmateriaal als ondergrond, maar werkt ook met lampjes, waardoor de schaduwwerking van een cirkel een maansverduistering suggereert. Haar werk voelt mystiek aan en lijkt zich in de schemering af te spelen.



De organisatie aan het woord:

Jenny: "Erika, Fransje en ik zijn een geolied machientje. We verdelen de taken goed. Douwe Idema heeft zich later bij ons aangesloten, daar zijn we heel blij mee. Gilbert houdt niet van vergaderen, maar achter de schermen regelt hij van alles en we sparren veel. Zo hebben hij en ik samen de pop-art poster ontworpen."

Fransje: "We waren al vroeg begonnen met het uitwerken van het plan voor een tweede Keunstfestival. Daardoor kregen we steeds meer ideeën, het werd uitgebreider en uitgebreider. Bijna verslikten we ons in ons enthousiasme, maar het is allemaal goed gekomen. We hebben een concept gevonden dat werkt én we zijn heel goed op elkaar ingespeeld. Jammer dat we als deelnemers niet bij anderen kunnen kijken, daar moeten we nog iets op verzinnen. Zondagochtend zijn we met een groepje nog bij een paar deelnemers en elkaar op bezoek gegaan."



Zaterdag 13 september 11.00

Anna Sieben hangt buiten de vlaggetjes op. Binnen hangen schilderijen die ze in het natuurmuseum maakte, haar nieuwste werk. Op de tafel liggen kaarten met een botanisch thema, magnetische miniatuurtjes en kerstballen. Ze zijn te koop!

11.30

Sina Keuning

heeft 4 jonge muzikliefhebbers om zich heen verzameld in het buurthuis.

Ze spelen met de klaargelegde muziekinstrumenten en doen alvast even dansje voor ons. Optreden op het podium vinden ze nog wat eng.



11.45

Tino

Renkema heeft net een partytent geregeld. Hij kijkt naar de lucht, het is nog droog. Er zijn gelukkig genoeg helpers op komen draven om het festival op te bouwen. Ze zijn er klaar voor!



12.30

Dorothee Kamperman

werkt nu vier jaar met keramiek. Ze doet dat bij atelier Lies Keramiek in de Blokhuispoort. Ze is van plan een opleiding tot keramist te volgen. Vandaag is haar eerste expositie. Deze haai is haar favoriete kunstwerk.



12.45

Djoke Reitsma laat porselein, steengoed en aardewerk zien. 'Porselein heeft een bijzondere eigenschap' vertelt ze. 'Het heeft

namelijk een geheugen en zakt soms terug in de vorige vorm'.

We lopen achter haar aan naar boven. Daar is een verrassend ruim atelier met een mooi daklicht. Al haar werk kan worden gebruikt en het mag in de oven of vaatwasser.



13.00

Erica van Driel

opent het festival onder een vooralsnog droge hemel.



13.10

Het kwintet

Blaasvaak

neemt echter geen risico en stelt zich op onder de partytent. Ze spelen onder anderen Ole Guappa van Malando, in een arrangement dat voor het eerst werd opgevoerd in Cafe Spoorzicht in Leeuwarden in de dertiger jaren.



Ondertussen komt **Trash Parade** aanlopen met hun uitmonstering van gerecycled afval. Een aanklacht tegen verspillings! En de Urban Sketchers van Melda Wibawa verzamelen zich om de omgeving vast te gaan leggen en zo hun verhaal te vertellen.



13.15

Jet Mous

verkoopt haar sieraden vandaag tegen een schappelijke prijs. Daar is veel animo voor. De eerste ketting die ik wil proberen, blijkt op de stapel te liggen die al gereserveerd is. Dan valt mijn oog op een spiraalketting die van kleur verandert als je erlangs loopt. Ik ben verkocht! En ik hou hem de hele dag om.



13.30

Jochum Admiraal heeft momenteel les van Irma Kamp en daar deed hij een verrassende ontdekking.

Hij schildert zijn onderwerp ondersteboven. Dan schilder je namelijk vlakken en niet de schema's die je in je hoofd hebt. Bij het portret dat hij ons laat zien, is dat in ieder geval goed gelukt.



13.45

Femke Molenaar

zag meteen de benen van een danseres in de tak die ze had gevonden. Ze verzamelt stukken hout en maakt het af met gebruikte materialen. Kralen, stukjes stof, de onderdelen van een pop... In haar kleurrijke woonkamer toont ze haar Recycle Art. Zoals deze schildpad die ze maakte van een stok die ze vond op Zakynthos.



14.00

Bij de speeltuin vormen de kinderen op het springkussen ook een



FEEST IN DE WIJK

IMPRESSIE KEUNSTFESTIVAL



kleurrijk geheel.

En bij de

Reizende

Kookvrouw,

haar Citroën

HY-bus een

kunstwerk op zich,

kun je een heerlijke pizzapunt halen.



14.05

Jenny Klinkert exposeert vandaag voor

het eerst. Zelf woont ze boven de Albert

Hein, maar ze exposeert in haar ouderlijk

huis. Achter haar

in de boeken-

kast staat een

foto van haar

opa Jan Hallema,

tekenleraar op

Mariëburg.

Trots toont ze

dat ze een prijs heeft gewonnen

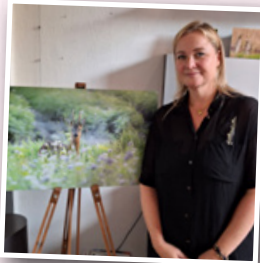
van de Roots Natuuragenda. Ze begon haar

foto-avontuur toen ze niet zo goed in haar

vel zat. Het fotograferen heeft haar erbo-

venop geholpen, wat ze vertaalde in een

foto met dansende paarden.



14.20

Op de tafel bij

Minne Velstra

liggen stapeltjes

boeken: Jan

Giro, Herman

Brood....

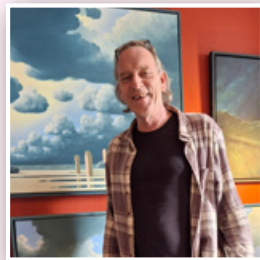
Hij schildert met

olieverf landschappen die surrealistisch aan-

doen. 'Om de lucht goed te kunnen schilde-

ren, moet je de dynamiek ervan doorgron-

den. Kijk maar naar de Hollandse meesters'.



14.45

In de **Fotofabryk** stuit ik op **Martin Gro-**

ters. Hij woont tot zijn plezier opnieuw in

onze wijk, namelijk in het Pakhuys. Het ver-

bouwde pand in de Posthoornsteeg dat met

zijn voeten in de Potmarge staat. Zijn thema

is "Kracht van de natuur". Hiervoor liep

hij de Leeuwarder bomenroute die langs

monumentale

bomen leidt en

fotografeert hij

de maan in al

zijn standen. Zijn

werk is in grijs-

tonen gemaakt

met op elke foto een zweempje groen.



15.10

Aan de tafel

voor het pand

van **Kunstkade**

zitten ongeveer

20 deelnemers,

jong en oud, en-

thousiast houten

mensfiguurtjes

te beschilderen. Als we hij hen aan tafel wil-

len gaan zitten, begint de steeds dreigende

regen toch in grote hoeveelheid uit de lucht

te komen.



15.15

We schuilen

bij **Fransje**

Grisnich. Ze

probeert haar

composities in

een keer goed

op de foto te

krijgen, want bijsnijden geeft kwaliteitsverlies.

En dat zou je zien op haar op groot formaat

afgedrukte beelden. In de coronatijd deed

ze een opleiding abstracte fotografie. Haar

foto's zijn vaak landschappelijk van aard.

'Zand is verpulverde rots' vertelt ze. 'Het

is hetzelfde materiaal, maar het verandert

in de tijd. Daarom is het zo mooi om het

vuchtige vast te leggen'. Ze fotografeert

vaak in de natuur, maar ook een roestige

container kan een mooi beeld opleveren



15.40

Voor dit festival

heeft **Het Bij-**

belcentrum

kunstzinnige

prenten met



Bijbelse voorstellingen verzameld. Rem-

brandt, Bruegel, Michelangelo... 'Er is veel

animo vandaag' vertelt de voorganger. Hij

laat ons ook even de kerkzaal zien.

15.50

Wim Sprik be-

schouwt de portret-

ten van zijn manlijke

onderwerpen als

een ode. Ze heb-

ben een neutrale

uitdrukking. Maar

als je goed kijkt, hebben ze allemaal heel

subtiel een opgetrokken mondhoek. De

portretten zijn realistisch en verdoezen de

vlekjes en plooitjes in de gezichten niet.



16.05

Libertango van

Astor Piazzolla

klinkt ons tege-

moet bij Hes-

sel, Tetsje and

Friends. Twaalf

toeschouwers

zitten buiten voor het souterrain in de

motregen onder een parasol. Door het

raam met het smeedijzeren hekwerk, met

spinnenwebben, zien we vijf musici in de

verlichte ruimte spelen tussen hun publiek.

Alsof je als een kind door de ruitjes gluuft

van een feestje, waar je graag naar binnen

zou willen.



16.15

De regen is

gestopt en **Jan**

Beerda neemt

ons mee naar

een hoekje in

zijn tuin. Hij

laat schaakstuk-

ken zien die hij maakte van leermiddelen

uit een rekenkundige doos. Ook tekent hij

tegenwoordig sierlijke gebruiksvoorwerpen

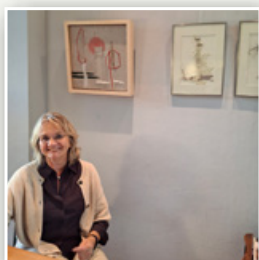
met potlood. Dat kan ook heel goed als je

onderweg bent met de camper.

Tineke gebruikt merinowol en zijde voor



haar textielwerk. Ze heeft nu wel zin om weer wat groter gaan werken.



16.30

Femke neemt de honours waar voor **Douwe** en **Sjoeke Idema** die even eerder vertrokken zijn. Ze heeft zelf ook een werk van Douwe aan de muur hangen. Maar misschien is het werk van Sjoeke nog wel het meest bijzonder: Zij maakt etui's en sieraden van oude doeken van Douwe.



16.45

Bij **Cylki** zijn zowel de kamer als de keuken vol met gasten. Moeder en dochter hebben sinds 1 maart samen een bedrijfje waar ze lampen en wandpanelen maken van natuurlijke materialen. Schapenwol, maar ook katten- en hondenhaar. Ze gebruiken ook planten, zoals de brandnetel. Vanmiddag hebben ze al twee opdrachten binnengehaald en op tafel ligt een lijst met inschrijvingen voor hun workshop.



17.15

Milk & Alcohol is al helemaal op stoom en ik zie zelfs al mensen dansen. Een mooie afsluiting van een werve-lende middag.



Fransje en Erika van de organisatie



De wolkbreuk afwachten



Een deel van de deelnemers

Bezoekers aan het woord:

Bezoeker Sido: "Ik ben bij Jenny Piso geweest, magisch werk met licht en donker en veel tegenstellingen. Een organische invulling van transformatie. Dat was voor mij een heel nieuw gezichtspunt. Wim Sprik had een schilderij van een foto van Chris gemaakt, die is overleden, ik kende hem goed. Mooi om een portret van hem te zien."

Bezoeker Andries: "Het meest bijzonder? Dat was wel het concert in het souterrain. Ik zat binnen, dus heel dicht op de music".

Bezoeker Jesper komt net uit het buurthuis lopen: "Druk is het binnen. Leuk hoor, zo-veel verschillende stijlen!"

Bezoeker Maarten, en met hem vele anderen, ook deelnemers: 'Superleuk! Volgende keer graag een heel weekend, want je hebt geen tijd om alles te bekijken. En niet tegelijk met de Open monumentendag en het grachtenconcert'.

Bezoeker en kookvrouw Jolanda : "Kay had een mooie installatie. Je kon met je handen de videobeelden beïnvloeden. Dat was fantastisch, een beetje spacy. Een echte kunstenaar, die jongen! De Gondola van Vet Cool Entertainment was ook een groot succes. De schippers gingen pas weer door met hun rollende schip als de kinderen een Italiaans woord noemden. Het maakte niet uit welk. Heel grappig!"

Bezoeker en hulpfotograaf Albert Hans: "Het bijzondere is de verscheidenheid. Prachtig om de mensen zo enthousiast te horen vertellen over hun werk. Ik was ver-rast dat ik dingen leuk vond, waar ik in eer-ste instantie niet naar toe zou gaan"

Het echtpaar **Kelly** in kleding van hun zoon Chase: "This is amazing!" Wat een leuke wijk!

Tekst: Fransje Grisnich Foto team: Sita Koning

“REIZEN VERRIJKT JE, MAAKT JE EMPATHISCHER MET MEER BEGRIP VOOR JE MEDEMENS”

Sinds 2011 gevestigd aan de Zuidergrachtswal nr 5, het ideale reisbureau HSS Aziëreizen. HSS staat voor Het Schone Streven. De hoogste tijd voor een interview met het team: Ingrid, Freddie en Francien. Theresia ontbreekt vandaag, zij is met vakantie. Het wordt een gesprek waarbij de kennis en betrokkenheid, zeg maar gerust hun bevlogenheid bij Azië en met name Indonesië, er vanaf spat.



VLIEGENDE START MET BEVLOGEN VRIJWILLIGERS

Het reisbureau bestaat op de kop af 35 jaar, is opgericht op 27 juli 1990 door een van oorsprong Indonesiër in Leeuwarden. Het doel was om reizen naar Indonesië te organiseren en de opbrengst daarvan te besteden aan ontwikkelingsprojecten in dat land. Er werden vrijwilligers aangetrokken, Stichting Het Schone Streven opgericht, sponsors geworven en groepsreizen georganiseerd. Het 'kantoor' was bij iemand thuis vlak bij de Bonifatiuskerk. Het bleek een schot in de roos. In Indonesië werd een reispartner gevonden die als lokale agent optrad. Reclame maakten ze op de vakantiebeurs en via de bevlogen vrijwilligers in het hele land (er was nog geen internet dus ook geen website). Het liep storm en in 2000 was het Schone Streven de grootste tour-operator van Nederland op Indonesië. In 10 jaar tijd! Helaas heeft de oprichter dit succes niet meer mee mogen maken, hij overleed in 1995.

Ingrid begon in 1992 als vrijwilliger bij Het Schone Streven. Zij had er een hele klus aan om de administratie en de organisatie op orde te brengen. In 1994 kwam zij in dienst. Francien volgde in 1996, Freddie kwam er in 2011 bij. Zijn voornaamste taak was en is de



v.l.n.r. achter: Freddie en Theresia, vooraan: Francien en Ingrid (met hondje Loki).

ICT en online marketing, met een prachtige website als resultaat. Sinds oktober 2011 zitten ze aan de Zuidergrachtswal 5. De naam is gemoderniseerd en het reisbureau heet nu HSS Aziëreizen. Het aantal landen

waarheen reizen wordt aangeboden, zowel groepsreizen als individuele en familiereizen, is fors uitgebreid. Behalve naar Indonesië kun je met HSS Aziëreizen ook naar Thailand, Vietnam, Maleisië, Sri Lanka en China.

De doelgroep is de 50-plusser; in de praktijk de 60-plusser. Die doelgroep is reislustig, kan langer op reis, heeft meer tijd en vaak ook het geld. Maar ook de gezinsreizen op maat groeien in de belangstelling.

WAT IS DE KRACHT ACHTER JULLIE SUCCES?

Het drietal is heel duidelijk: "ons maatwerk en de tijd die we daarin steken! Wij kennen de landen waar we reizen organiseren goed, we hebben de reizen ook zelf gemaakt. We hebben de contacten en kunnen mensen goed helpen hun speciale wensen uit te laten komen. Die persoonlijke aandacht is waarmee wij ons onderscheiden." Francien heeft Indonesische roots en samen met Ingrid en Theresia zorgt zij voor de persoonlijke touch. "We helpen de mensen de reis persoonlijk te maken." Mensen willen soms iets speciaals bezoeken omdat ze daar herinneringen of familiebanden hebben en dat probeert HSS Aziëreizen zo goed mogelijk voor elkaar te krijgen. Als er iets niet helemaal naar wens gaat tijdens de reis wordt het meteen opgepikt en opgelost. Daarom wil het team ook het liefst meteen horen als er iets is en niet pas na de reis in de evaluatie.

Op de website zie ik verbazend hoge reviewcijfers staan, en die zijn niet gemanipuleerd. Het regent achten, negens en zelfs tieners. Er zijn veel vaste klanten die soms vele jaren met dit reisbureau op pad gaan. Dat zegt genoeg.

PROJECTEN

Natuurlijk speelt de ideële doelstelling van het reisbureau een belangrijke rol. Zo heeft de stichting een groot project in Kalibaru op Oost-Java, hier is in 1995 een school gebouwd die nog steeds floreert en wordt ondersteund. De meeste projecten zijn in Indonesië. Van weeshuis tot individuele hulp aan kinderen, maar ook in Vietnam is er een mooi project. Het is gekoppeld aan een klooster waar kinderen verblijven en er is een tandarts- en dokterspost is ingericht.

De reisgroepen kopen ter plaatse vitaminen, nemen medicijnenpakketten mee en doneren een bijdrage. Er is bij de reizigers grote betrokkenheid bij de projecten van de stichting.

FAVORIETE REISBESTEMMING

Op mijn vraag wat hun eigen favoriete reisbestemming is zijn ze ook al eensgezind. Dat is – niet verrassend – Indonesië. Ingrid heeft een zwak voor Bali. De hindoeïstische cultuur spreekt haar erg aan, het mooie groen, de vriendelijke mensen en de prachtige natuur. Freddie sluit zich bij haar aan. De favoriet van Francien is Java. Daar komt haar vader vandaan. Bali vindt zij heerlijk om te relaxen, maar voor het vertier, het dagelijks leven van de mensen en mooie dingen zien moet je volgens Francien op Java zijn.

WAT HEEFT, MET AL JULLIE REISERVARING, DE MEESTE INDRUK GEMAAKT?

Ingrid: "we maakten per boot een tocht vanaf Bali naar de Komodo eilanden. Die sfeer op het water, de sterrenhemel 's avonds, de dolfijnen naast de boot en in zee de zwarte vlekken van de mantaroggen: om nooit te vergeten." Freddie vervolgt: "een ervaring op Borneo. Ik was samen met een collega op inspectiereis, we voeren met een longboat op een rivier richting Mulu. Op weg naar een mooi resort, midden in de jungle. Het gaat enorm regenen, het is moessontijd. Het weerlicht in de verte. Ik zit voorin op de punt van de boot, in mijn regenponcho, armen wijd. Ik ben 42 jaar en voel een enorm gevoel van vrijheid." Freddie is op dreef: "en in de jungle in Saba, Borneo, zag ik een oerang-oetang moeder met kind op 3 à 4 meter afstand. Adembenemend en onvergetelijk!"

Op Francien heeft de dodencultuur op Sulawesi de meeste indruk gemaakt. Zij wandelde in haar eentje en kwam bij een dorp waar mensen bezig waren een ruimte in de rotsen te houthouwen om hun doden in te be-



graven. De manier waarop hier met de dood en de doden wordt omgegaan maakte diepe indruk op haar.

REIZEN IS VERRIJKEN. INDONESIA EEN STILLE KRACHT.

We kunnen uren doorpraten, in de ogen zie ik een schittering als we het over de reiservaringen hebben. Ook bij mijzelf roept het gesprek weer veel reisherinneringen op. Dat brengt mij op de laatste vraag: hoe kijken jullie naar jullie reiservaringen. Leveren die je een levenswijsheid op? Daar wil Freddie graag antwoord op geven. "Je krijgt meer begrip voor andere culturen en dat maakt je empathischer. Het heeft me geleerd me meer in de ander te verplaatsen in een gesprek. De beweging naar de ander met de handen open" (en hij toont het gebaar). Ingrid vult aan: "reizen verrijkt. Je ziet de armoede, daar ben ik erg van geschrokken. Je leert veel over verschillen in de wereld." Francien vindt het een moeilijke vraag. Zij wijst op de tekst op een paneel (zie foto) en zegt: "dat!" En ze vervolgt: "je gaat met een andere bril naar de wereld om je heen kijken. Het heeft me sociaal gevoeliger gemaakt en ook geduldiger."

Samen verzuchten ze: Indonesië doet iets met je. Iets mystieks; het is een gevoel dat moeilijk onder woorden te brengen is. Een stille kracht.

www.hssaziëreizen.nl



haar^udee

“1001 ideeën
VOOR
hem & haar”

Bezoekadres:

Oranje Nassaustraat 19
8933 BR Leeuwarden

Contact:

(058) 213 52 56
haaridee@gmail.com
www.haaridee.eu

Maak nu je *afspraak*

www.haaridee.eu

of koop je *producten* online

www.haarideeshop.nl

Volg jij ons al?

   @haaridee  @haarideeforcurls  @haarideeshop.nl

**BENIEUWD WAT IK
VOOR JOUW HUID
KAN BETEKENEN?**

Bij Salon Patricia ben je aan
het juiste adres voor zowel
huidverbetering als ontspanning.

Gezichtsbehandelingen

Fruitzuurpeeling

Bindweefselmassage

Microneedling

MAAK NU JE AFSPRAAK

www.salon-patricia.nl



SALON
Patricia
huidverzorging & make-up

Bezoekadres:

Oranje Nassaustraat 19
8933 BR Leeuwarden
(bovenverdieping van
Kapsalon Haaridee)

Contact:

0616802230
info@salon-patricia.nl
www.salon-patricia.nl
 @salon_patricia

Tekst en foto's: Femke Molenaar

DE WERELD EEN BEETJE BETER MAKEN: WAARSCHUWEN VOOR HET GEVAAR VAN DE GRASAAR!

Soms staat je wereld even stil.... Zoals afgelopen weekend toen ik het telefoontje kreeg dat mijn schoonzus mijn ultragezonde zwager heeft moeten reanimeren. Gelukkig kon zij -als ervaren verpleegkundige- meteen handelen en ligt mijn zwager nu veilig in het MCL, waar hij de onderzoeken ondergaat die moeten gaan uitwijzen wat zijn hartstilstand heeft veroorzaakt. Hoe anders had het kunnen aflopen...

Als ik dit schrijf schijnt het zonnetje en gedijen overal in de wijk plukken grasaren. Deze grassoort tiert welig tussen juni en augustus. In onze wijk zie je het -zeker als je erop let- op vele stukjes trottoir en in perkjes. Jarenlang vond ik dit overal oppoppende op graanaren lijkende gewasje leuk. Ik ben dol op groen en natuur, dus genoot ik ook van deze sprieten.

Maar sinds ik weet hoe funest het voor honden en katten kan zijn, is mijn plezier in de spontaan opkomende sprieten omgeslagen in angst en ergernis. Vriendin N. vertelde hoe haar kat naar de dierenarts moest met een groot abces. Het bleek te zijn veroorzaakt door een grasaar:

Grasaren zijn de zaden van bepaalde grassoorten en hebben scherpe punten en weerhaakjes. Deze eigenschappen maken ze gevaarlijk voor huisdieren, omdat ze gemakkelijk in de vacht blijven steken en vervolgens in de huid kunnen kruipen. Grasaren, ook wel bekend onder de naam kruipers, zijn een gevaar voor katten en honden. Deze scherpe zaden van grassen kunnen zich niet alleen vasthechten aan de vacht van een kat en door de huid heen dringen, met ontstekingen en abscessen tot gevolg, maar ook in de ogen, oren en neus van de kat kunnen grasaren terechtkomen. Dit kan tot nog ernstiger problemen leiden. Zo ook bij de kat van Vriendin N. die me in geuren en kleuren vertelde

hoe de dierenarts waarschuwde voor dit zo onschuldig lijkende grasje. Hij krijgt iedere zomer wel een paar huisdieren die soms ternauwernood gered kunnen worden. Vriendin N. was net zo verbaasd als ik toen ze het hoorde.

Als ik google op grasaar lees ik inderdaad veel waarschuwingen en wat handige weetjes zoals de symptomen:

- **Ogen:** Tranende ogen, knijpen met het oog, wrijven in het oog.
- **Oren:** Schudden met de kop, kop scheefhouden, janken bij krabben.
- **Huid:** Mank lopen, likken aan een plek, zwelling, roodheid.
- **Algemeen:** Veel niezen, hoesten.

Ook staat er wat je moet doen als je huisdier met een grasaar thuiskomt:

- **Controle:** Controleer je kat bij thuiskomst op grasaren.
- **Verwijderen:** Probeer grasaren voorzichtig te verwijderen met een pincet, ga niet te diep.
- **Dierenarts:** Raadpleeg een dierenarts als je een grasaar niet goed kunt verwijderen, als de kat pijn heeft of als je symptomen van een ontsteking ziet.

En natuurlijk hoe je de ellende kan voorkomen of beperken:

- **Vermijd hoog gras:** in de periode van juni tot augustus.



- **Controleer je kat:** als hij binnenkomt.
- **Overweeg kattengras:** dit helpt om grasaren die per ongeluk zijn binnengekomen uit te braken.

Tot mijn verbazing staat er niet bij dat het meest doeltreffend is om grasaren te verwijderen!! Dus bij deze **een oproep om de resterende aren die nu nog in de Oranjewijk staan snel weg te trekken en in de groencontainer te deponeren**. Als we allemaal volgend jaar opkomende grasaren wegtrekken, kunnen we hopelijk elkaar, onze dieren en onszelf het nodige dierenleed en de bijbehorende gepeperde dierenartsrekeningen besparen!

Tekst: Japke Hoekstra Foto's: Anja Daalman en Japke Hoekstra

HET BESTE UIT MENSEN HALEN, DAT VIND IK LEUK

Anja komt me al met haar hondje tegemoet lopen in de gang van De Fabriek, het bedrijvenscentrum waar haar dansschool is gevestigd. En ze begint meteen te vertellen:



'Toen ik hier kwam was het kaal. Er zat voorheen een fietsenmaker in dit pand. Het was hier ruig, een werkplaats met veel beton. Evengoed leek het een geschikte ruimte vanwege het grote oppervlak. Maar op een avond kwam ik tot de ontdekking dat de sportschool tegenover mijn lesruimte een enorm lawaai veroorzaakte. Groepslessen, harde muziek... Er viel niet te werken, want ik heb de klassieke muziek niet hard staan. Ik corrigeer niet met een microfoon, maar op een normaal spreekvolume. Ik heb de ruimte helemaal moeten laten isoleren. Met een nieuwe geluiddichte deur'

Anja vertelt dat ze met hulp van vrienden de verbouwing bijna helemaal zelf heeft gedaan. Zo heeft ze de vloer helemaal op moeten bouwen tot een verende balletvloer. De Friesche

Balletschool werkt zonder subsidies omdat ze gezien wordt als een ondernemer, terwijl ze eigenlijk in de kunsteducatie zit. Stichtingen en verenigingen hebben daar makkelijker toegang toe. Anja is namelijk na haar loondienst in Parnas gedwongen zzp'er geworden. Het wordt mij duidelijk dat een balletlerares niet alleen creatieve en pedagogische kwaliteiten nodig heeft, maar dat ze zich ook staande moet houden in het wespennest van subsidiegevers, verhuurders en concurrenten. Inmiddels heeft ze een stichting "Vrienden van de Friesche Balletschool" opgericht. Zij proberen voor haar geldbronnen aan te boren om voorstellingen mogelijk te maken.

'Ik ben met ballet in aanraking gekomen doordat mijn zus scoliose had en ze door de huisarts naar ballet werd gestuurd. Ik mocht wel eens mee en de balletjuffrouw zag meteen dat ik een danser was. En laten er nou net in mijn woonplaats Oosterwolde in de muziekschool een heel goede balletdocente zitten! Ze verwees me naar het conservatorium in Den Haag, maar ik wilde destijds het ouderlijk huis nog niet uit. Mijn docente nam me daarom in het weekend mee naar Amsterdam, voor lessen aan de vooropleiding van de Nel Roos-academie. Die werkte toen samen met Scapino. Daarna zijn ze samengevoegd tot de Nationale Balletacademie. Daar heb ik mijn hbo-opleiding tot balletdocente gedaan.

Kun je zeggen dat je geluk hebt gehad dat je de juiste mensen tegenkwam?

'Jawel, maar het was niet alleen maar geweldig. Het was ook heel zwaar, want de men-

sen verwachtten veel van mij. Mijn docenten zagen de danseres in me, maar eigenlijk ben ik meer gericht op het proces, dat vind ik veel interessanter. Ik hoef niet op het podium. Daar ben je vlees! Sommige docenten denken dat je hard moet zijn om het beste uit iemand te krijgen. Maar mensen die dansen zijn sowieso sensitief. En als het dansen op angst is gebaseerd, zie je dat op het podium. Dan is het ingestudeerd en komt het niet uit het hart. Ik kon me niet aan die strenge regimes conformeren en ik kon het ook niet aanzien bij anderen. Ik wil mensen juist in het licht zetten. Ik was uit mezelf al heel gedreven en hoefde geen regime. Als ik een sprong deed, wilde ik zelf nog hoger. Maar op een gegeven moment was ik te hard voor mezelf. Ik kon opeens het ene been niet meer voor het andere zetten. Mijn lijf zei: stop!'

Kom je dit bij je leerlingen ook tegen? En hoe ga je daar mee om?

'Niet zo vaak, het gaat bij ons heel vloeierend. Je bent hier voor jezelf. Het hoeft niet perfect. Soms merken leerlingen dat het niks voor ze is en stoppen ze. Maar dat zijn uitzonderingen! Ik heb ook leerlingen die doorgaan als professional. Of jaren blijven dansen omdat ze het fijn vinden. Er is hier een sfeer van acceptatie en tegelijkertijd ook van lekker werken. Daardoor wordt er ook niet gepest. De nadruk ligt op harmonie en samen iets moois neerzetten met de juiste ballettechniek. Sommige leerlingen denken mee in het scheppingsproces en daar geef ik graag ruimte voor'.



Hoe ontstaan jouw stukken eigenlijk? Bijvoorbeeld "Waar is Giselle?", dat je dit jaar hebt opgevoerd?

'Dat was gebaseerd op het klassieke ballet uit 1841. Ik gebruik de originele choreografie, maar ik maak er een twist in. Met de leerlingen samen soms. Een van mijn leerlingen kijkt zelf naar de originele beelden en studeert haar eigen solo in. Ik train haar de danstechnieken, zodat ze zelf verder kan. Dat is de bedoeling! Soms werk ik met improvisatie, vooral met de kinderen. Ouderen

willen toch wel graag een vaste choreografie. Improvisatie is voor heel veel mensen best moeilijk. Het vraagt ervaring en zelfvertrouwen. Maar ik geef ze wel ruimte om te spelen met de dingen die ik ze aanreik.'

Naast reguliere lessen voor kinderen en volwassenen staan er nog andere lessen op het rooster. Spitzenlessen zijn voor de gevorderde dansers die met gemak op hun voorvoet kunnen staan. Dat vergt veel spierkracht, coördinatie en balans. Om blessures en erger te voorkomen, mogen de leerlingen dat alleen doen op uitnodiging van Anja. Ze trainen hiervoor de onderliggende spieren die de grote spieren, het skelet en het bindweefsel moeten ondersteunen. In Rusland doen ze dat al heel jong, maar Anja begint hier (evenals Nel Roos destijds) pas mee nadat meisjes hun eerste menstruatie hebben gehad en voor de laatste groeispurt. Dan zijn de groeischijven er klaar voor. Bij Triple Shape (een combinatie van Pilates, yoga en ballet) geeft ze ondersteunende dynamische oefeningen op muziek. Ze zijn plezierig om te doen en de deelnemers

zijn van alle leeftijden. Ze heeft zichzelf met deze oefeningen fit gehouden in de tijd dat ze thuis was bij haar kinderen.

Wat is je programma op korte termijn?

'In november staan wij in de foyer van de Harmonie! We zijn ook uitgenodigd voor het Keunstfestival in onze wijk maar dat is voor mij een ongelukkig tijdstip. Ik weet nog niet precies welke leerlingen doorgaan na de zomerstop en ik heb geen tijd om iets in te studeren. Daarom ga ik maar gewoon met een groepje door de wijk dansen op de muziek van "Waar is Giselle?". Giselle doolde ook rond... Liefst zou ik het festival wat eerder in het jaar zien'.

Wat zijn je toekomstplannen?

'Ik heb nu ongeveer 150 leerlingen en ik wil nog graag groeien. Ik zou graag een paar goede collega-docenten willen aannemen. Ook om te sparren en de taken te verdelen. Zodat, ook als ik wat minder ga werken, de fijne sfeer en de kwaliteit van de Friesche Balletschool gewaarborgd blijft'.



Tekst: Rita Hogerhuis Foto's: Sita Koning

OLIE- EN BANDENGEUR HOREN ERBIJ

Het daglicht stroomt door de talloze ruitjes in de hoge gietijzeren ramen. Het oude pand uit 1916, ooit een lijstenmakerij boven, werd later het kloppende hart van het garagebedrijf van vader Hoeksma. Hier is Erik Hoeksma, eigenaar van Garage Emmakade, geboren en opgegroeid. De loods ademt historie, maar voelt tegelijk nog levendig.



"Als kind liep ik overal rond, in de tuin, in de garage, overal eigenlijk. Ik was nieuwsgierig, maar altijd voorzichtig zodat ik niemand in de weg liep."

Vriendjes vonden het allemaal best interessant. "Spelen in de garage? Ja, ze vonden het

leuk, maar spannend? Nee, dat niet echt."

De werkplaats ademt vakmanschap en familiegeschiedenis. Vader Hoeksma begon als eenmansbedrijfje, nu telt het bedrijf met Erik aan het stuur acht medewerkers.

"Als jong ventje help je wat mee in de garage, je

ruimt op, je poetst wat en voor je het weet dan ga je ervoor en rol je het familiebedrijf in."

Tien jaar geleden is de loods opgeknapt. Alle ruitjes werden vervangen. Een klus die makkelijker had gekund met enkele grote ramen, maar die ruitjes horen nou eenmaal bij het karakter van het pand. "Het was veel werk",

zegt Erik, "vooral door die ijzeren stijlen, maar het resultaat mag er zijn."

Binnen dansen zonnestralen over de stalen balken en de oude wanden met garage-attributen, terwijl hier en daar een oud eendje en een jeepje stil staan te wachten op wat liefdevolle aandacht van de kinderen. "Ja, mijn jongens zijn wel eens een beetje bezig hier", glimlacht Erik.

Vroeger stonden er 20 tot 25 auto's tegelijk. "Het was een prima locatie. Tot de ruimte te krap werd, toen moest ik op zoek naar een ruimere maar bovenal passende locatie. Niet





te ver uit de buurt." Er kwam maar één pand in aanmerking: de garage is inmiddels verhuisd naar de Drachtsterweg tegenover de AH XL.

Nog steeds hangt er in de oude loods de geur van olie. Het sfeervolle spel van licht en schaduw, de oude garageonderdelen aan de muur of aan het plafond, ze vormen samen een uitnodiging om even bij stil te staan. "Dit pand heeft nog steeds een bestemming als garage. Een andere bestemming is niet mogelijk. Er zal dus geen ander bedrijf in komen. Als ik wil, zou ik er zo weer een garage kunnen beginnen", zegt Erik.

Voor Erik Hoeksma is dit ook niet zomaar een loods. "Dit is de plek waar mijn liefde voor het vak is opgebloeid. Mijn moeder woont hier nog steeds en wil hier eigenlijk nooit meer weg."

De loods van de familie Hoeksma straalt nog steeds haar tijdloze charme uit, een plek waar verleden en heden elkaar ontmoeten, en waar elke ruit, balk en auto een verhaal fluistert.

BLOESEM EN BLADEREN VOOR BLIJE BEESTJES

DEEL I

Tekst en foto's: Gerlinda Rehberg

Deze zomer was ik erg gefocust op de insectenwereld in onze achtertuin. Deel twee van mijn thee-verhaal moet vervolgens nog maar even iets wachten. Net als insecten en mensen zijn ook kruidenplanten reizigers, door de eeuwen en over de hele wereld heen. Als ze van een mooi plekje houden, schieten ze er wortel.



Interessant genoeg zijn veel van mijn favoriete kruidenplanten oorspronkelijk afkomstig uit gebieden

die ik altijd fascinerend heb gevonden: het Middellandse Zeegebied en Azië. Ik vond het spannend te ontdekken dat plaatselijke bestuivers een heleboel van deze favorieten ook heel lekker vinden! Dus kunnen die kruiden - hoewel zij niet inheems zijn - toch op een mooie manier bijdragen aan de bescherming van deze wonderbaarlijke en levensnoodzakelijke wezens.

De elegante lavendel, toonbeeld van elegante schoonheid, is bijvoorbeeld een klassieke bijenplant. De vaak fantastische structuur van de roze, blauwe of witte bloemen doet mij meteen denken aan mooie kleine insecten. Ze ogen en geuren heerlijk en leveren kostbare nectar voor verschillende soorten bijen en ook vlinders.

De prachtige Erysium Bowles Mauve is een muurbloem met een cottage-tuin-uitstraling

en een lange bloeitijd vanaf het vroege voorjaar tot het midden of late zomer. Blijkbaar eindeloos klimmen paarsroze bloemen als vuurwerk in de hoogte, waar ze dan boven de kleine struikjes torenen. Ze trekken vlin-ders, honingbijen, hommels, andere bijen en zweefvliegen aan.



Een andere grote aantrekker voor verschillende bijensoorten is *Foeniculum Vulgare*, de naar anijs geurende zoete venkel. De felgele bloesems vormen een rijke bron van zowel nectar als stuifmeel, beide essentieel voor de voeding en gezondheid van bijen. Ze zijn



daarom erg populair bij verschillende bijensoorten en hommels. Onze bijen-bezoekers lijken altijd heel vrolijk te stuiteren op

de schermen van de bloesems, die hun met veel succes weten te lokken.

Behoorlijk verliefd ben ik op een lid van de muntfamilie met een heel bijzonder uitstraling: de prachtige Ezelsoor; een echte kameleon tussen de planten. Zijn bladeren schommelen het hele jaar door tussen de lichtste appelgroene en zachte grijs tinten. Ze geven een mooi kleurcontrast in de tuin. Het appelgroen doet me vaak denken aan een lichtgevende gletsjer van de noordelijke landen - verfrissende gedachten op smoorhete zomerdagen! Zacht behaard en wollig, roepen de bladeren tederheid op en nodigen regelmatig uit tot aaien. Geen wonder dat de Grote wolbij verliefd is op hun vloeiende haren die hij gebruikt om zijn gezellige nesten te bouwen. Wij hadden vorige zomer behoorlijk veel kleine wilde bijen op bezoek, zichtbaar dol op de opgaande toortsen met paarse bloemen, die als juwelen prachtig stonden te stralen hoog boven de bladeren.

Maar de absolute topper voor bestuivende insecten was dit jaar zonder twijfel een nieuwkomer in onze tuin: de bescheiden maar toch heel mooie Wilde Marjolein (*Ocimum vulgare*). Zijn schermen met kleine, roze-witte bloemetjes stonden trots te zijn gedurende de zomermaanden. Op zonnige dagen kwamen er voortdurend zoemende bezoekers langs om de bloemen van hun favoriete gastheer of -vrouw te strelen: een genot om te zien. Volgend jaar wil ik zeker een groter aantal wilde marjolein plantjes zaaien of kopen!



wij zijn
www.jouw
tandarts.frl

jouw
tandarts

Bas Petit
Hans Scholtanus

Sixmastraat 66
8932 PA
Leeuwarden

058 2552888
info@jouwtandarts.frl
www.jouwtandarts.frl



FYSIOFRISO

Sinds juli 2012 zijn wij als praktijk werkzaam binnen het medisch centrum Buitenhove. Deze stap bracht ons meer ruimte, een grote en goed uitgeruste oefenzaal en meerdere zorgdisciplines onder een dak.

Het **Fysiofrisoteam** bestaat uit acht fysiotherapeuten en één oefentherapeute, ieder met een eigen specialisme. Hiermee proberen wij de voor U optimale zorg te verlenen. Onze benaderingswijze is individueel gericht, met persoonlijke aandacht en professionele begeleiding. Binnen onze praktijk bestaan er ook mogelijkheden om te oefenen in klein groepsverband.



Onze therapeuten:

Ynse de Boer
*Fysiotherapeut
Manueel therapeut*

Peter Stam
*Handtherapie
Medical taping
Echografie*

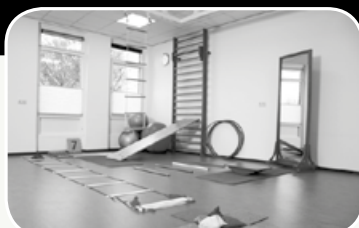
Dick de Roest
Fysiotherapeut

Wybe van der Veen
*Fysiotherapeut
Dry Needling*

Sina Keuning
*Fysiotherapeut, Haptonomie,
Psychosomatische
Fysiotherapie*

Mart Haan
Geriatric fysiotherapeut

Wietske Siemensma-v.d. Ploeg
Kinderfysiotherapeut



Tekst Rita Hogerhuis, Foto's: Sita Koning

BENTE

WIE:

Bente, het drie maanden jonge dochtertje van Martine en Gerrit Jan, zusje van Floris én

kersvers mede-baasje van fluffy hondje Kaya. Het gezin streek begin 2024 neer in de wijk, trouwde hier én breidt nu het gezin uit met dit vrolijke dametje.

DE NAAM:

Bente is vernoemd naar de helaas te vroeg overleden opa Ben, de vader van Gerrit Jan. Vernoemen stond al vanaf het begin van de zwangerschap vast. Was het een jongen ge-



worden, dan had hij Benjamin geheten, maar het werd dus een Bente.

LEUKSTE DEZE WEEK:

Slapen? Zonde van haar tijd, vindt Bente. Tot 's avonds tien uur kijkt ze liever om zich heen. Al vanaf acht weken rolt ze om en sindsdien laat ze dagelijks nieuwe geluidjes horen. Haar laatste ontdekking: 'hé, ik heb handjes!'

ORIGINEELSTE KRAAMCADEAU:

Een geboortestoel van Martine's collega's. Het enthousiasme bij Martine en Gerrit Jan was zo groot dat er meteen ook eentje voor grote broer Floris is besteld.

WIE GAAT ER 'S NACHTS UIT:

Martine, want zij geeft borstvoeding. Maar geen zorgen: verschonen hoeft bijna nooit. Deze jongedame poept alleen overdag, ideaal toch?

ROMY EN HINDRIK

WIE:

Romy van Zutphen en Hindrik Raap. Na jarenlang huren aan de Verkorteweg, verruilden ze hun tijdelijke stekje voor een zonnige koopwoning in de Maria Louisastraat.



WERK:

Romy is projectmanager bij mediabedrijf Diepzeekonijn in Groningen, waar ze mensen en bedrijven helpt hun verhaal op een sprankelende manier te vertellen. Hindrik werkt drie dagen per week als algemeen manager bij Alphatrots in Sneek, een nationale leverancier van huishoudelijke hulp. Daarnaast is hij actief als techneut in de evenementensector.

HOBBY'S EN PASSIES:

Samen zijn ze onafscheidelijk van hun oude Volvo XC70 met permanente daktent. Als het even kan vertrekken ze op kampeeravontuur, vaak heerlijk primitief op een terrein van Staatsbosbeheer. Ook delen ze hun festival- en muziekverslaving. Net als hun liefde voor lekker eten, het liefst buiten de deur, maar ze zijn ook dol op koken.

WAKKER MAKEN VOOR:

Romy? Zonder nadenken: droge worst! Onze fotografe Sita en Romy zijn het erover eens dat de worst van slagerij Spijkerman uit Akkrum favoriet is. Hindrik? Daar ligt het iets gecompliceerder: de boerenkool van zijn moeder. Het geheim? Een scheutje azijn, hele bladeren in plaats van gehakte, en vooral de liefde die erin zit. Serieus, daar komt hij echt midden in de nacht zijn bed voor uit.

INLOOPHUIS ACHTER DE HOVEN

ACHTER DE HOVEN 2C

Inloop is open op vrijdag en zaterdag
van **11.00 tot 15.00 uur.**

Elke zondag Bijbeluurtje om **12.00 uur.**

Maaltijd: elke donderdag om **17.30 uur.**

(opgeven bij Sam de Visser: 0640242607 / kosten: €4,-)

Welkom!



**GRATIS
BIJBEL**

WWW.INLOOPHUISACHTERDEHOVEN.NL

COLOFON

REDACTIE

Fransje Grisnich
Japke Hoekstra
Rita Hogerhuis
Sita Koning

KOPIJ

Kopij Winterglossy 2025 aanleveren
vóór 22 november 2025
Mail naar: redactie@oranjewijk.nl

CONTACTPERSOON

Fransje Grisnich
Tel 06 5198 5445

VASTE COLUMNS/SCHRIJVERS

Gerco van Beek
Luuk van der Veen
Siem van Duinen
Femke Molenaar
Mirjam Pruiksmā
Gerlinda Rehberg
Minke Hoelen

GASTSCHRIJVERS

Ineke Evink, Henk Douma

GRAFISCHE VORMGEVING en OPMAAK

Gilbert Terpstra, Verkorteweg CCM

FOTOGRAFIE

Fransje Grisnich
Sita Koning
Japke Hoekstra
en anderen

OPLAGE

1000 stuks

BEZORGING

Sake en Jisk

PRINT

Copy Service Leeuwarden

JAARGANG 25

Herfst 2025

WWW.ORANJEWIJK.NL

INFORMATIE EN CONTACTGEGEVENS

WWW.ORANJEWIJK.NL

FACEBOOK: [Oranjewijk Leeuwarden](#)

BESTUUR WIJKVERENIGING

(info@oranjewijk.nl):

Mirjam Pruiksmā, voorzitter,
voorzitter@oranjewijk.nl

Gerben Dijkstra, penningmeester,
penningmeester@oranjewijk.nl

Tino Renkema, lid

Janna Kaspers, lid

WIJKPANEL

(wijkpanel@oranjewijk.nl):

Vacature, voorzitter

Vacature, secretaris

Minke Hoelen, waarnemend
voorzitter

Christine Pietersen, penningmeester

Mirjam Pruiksmā, lid

NIEUWE ENERGIE ORANJEWIJK

Wordt lid van **NEO** voor € 2,50 per
jaar (ruim 100 wijkbewoners gingen
u al voor) en profiteer van alle info,

inkoopvoordelen en nuttige adviezen
die NEO haar leden biedt. Ga naar
[https://nieuweenergieoranjewijk.nl/
doe-mee-en-word-lid/](https://nieuweenergieoranjewijk.nl/doe-mee-en-word-lid/) of mail naar
info@nieuweenergieoranjewijk.nl.
Het virtuele loket, voor vragen en tips:
energieloket@nieuweenergieoranjewijk.nl

BUURTHUIS

(adijkstra@gmx.com)

Beheerder: Auke Dijkstra
06-23735920.

EN VERDER

Moestuin: oranjehof@oranjewijk.nl

Kinderactiviteiten:

kindercommissie.oranjewijk@gmail.com

Boomspiegelcommissie:

Ines.jonker@gmail.com

Redactie wijkblad:

redactie@oranjewijk.nl

Oud papier, coördinator

Pjotr Blom pjotrblom@live.nl





Wij staan voor u klaar!

- Onderhoud personenauto's
- Onderhoud bedrijfsauto's
- Onderhoud campers
- Onderhoud leaseauto's*
- APK
- Aircoservice
- Accu's
- Banden
- Storingsdiagnose
- Verkoop nieuwe en gebruikte auto's (gemiddeld 50 auto's op voorraad!)
- Private Lease
- Zakelijke Lease
- Financiering
- Uitlijnen
- Zoekopdracht naar de door u gewenste auto!

**Afhankelijk van welke leasemaatschappij*



DE ORANJEWIJK BLOEIT

