

*Ahoy! Sinterklaas is
weer in Westeinde!*

*Terugblik wijkconferentie
commissie Leefomgeving*

*Gemeente Leeuwarden
is bovenstebeste berm-
beheerder*

*Nieuwe wijkauto wordt
de Nissan Leaf*

*Najaarswandeling
met Wietze*



● ● ● ● ● ●

*Lieuwe neemt
afscheid van
de commissie
Leefomgeving*

*Ronald Planting
neemt het stokje
over van Lieuwe
Tamminga*



Hovenier Van der Zee

vormgeving en realisatie



Ontwerp | Aanleg | Bestratingen | Renovatie | Onderhoud

HOVENIERVANDERZEE.NL

Colofon

Buitenwesten is het officiële orgaan van Wijkbelang Westeinde

Redactie: Corry van der Meer,
MARIKE van der Molen en Siska Alkema
Ontwerp & vormgeving:
Noorderblik - Siska Alkema

Website:

www.wijkbelangwesteinde.nl
De digitale versie Buitenwesten is te downloaden op de website.

Redactieadres:

redactie@wijkbelangwesteinde.nl
De redactie behoudt zich het recht om inzendingen te weigeren of te redigeren.

Pr&Communicatie: Corry van der Meer

Mail: prcom@wijkbelangwesteinde.nl

Oplage: 2000 exemplaren (huis aan huis)

Versijning: 4x per jaar

Verspreiding door vrijwilligers in:

Westeinde, Gemeente Leeuwarden, dBieb, Historisch Centrum Leeuwarden, Omroep LEO en regionale dag- en weekbladen.

Drukwerk:

FE Druk Leeuwarden

Advertenties: info@fedruk.nl

Wijkbelang Westeinde

zie www.wijkbelangwesteinde.nl

Mail: mfc@wijkbelangwesteinde.nl

Ledenadministratie:

Cilian Iedema: (058) 213 37 20

ledenadministratie@wijkbelangwesteinde.nl

Wijkcentrum Eeltsje's Hiem

Pieter Sipmawei 11

8915 DZ Leeuwarden

Info of zaalhuur - mail naar:

mfc@wijkbelangwesteinde.nl

Overname van een artikel is in beginsel toegestaan mits vooraf toestemming van Wijkbelang Westeinde of van de eindredactie wordt verkregen.

In dit nummer redactionele bijdragen van: Corry van der Meer, Marike van der Molen, Roos Heesterbeek, Niek Donker, Henk Halma en Marleen Visser

Op de cover:

Lieuwe en Doety Tamminga

Foto: Egbert Sepp

Kopij inleveren volgende editie:
15 februari 2025

Beste wijkbewoners,

Nog niet zo lang geleden genoten we nog van het prachtige nazomer weer en als ik nu naar buiten kijk dan is de herfst vol losgebarsten. Wat vliegt de tijd voorbij.

Ook in Eeltsje's Hiem gaan we hard door de weken heen. Wellicht komt dit wel door de vele prachtige activiteiten die de afgelopen tijd zijn georganiseerd. Yard sale, bingo voor de kids, Oktoberfest, Halloween disco, horrortocht, optocht Sint-Maarten, intocht Sinterklaas en dan natuurlijk nog alle vaste wekelijkse activiteiten. Kortom ontzettend veel ;)



Ondertussen naderen we 2025, voor ons allemaal een jubileumjaar. Op 11 maart 1975 is de wijkvereniging officieel opgericht en dit betekent dat de vereniging op 11 maart 2025 maar liefst 50 jaar bestaat. Uiteraard gaan we ruim aandacht schenken aan het jubileumjaar want dit moet zeker gevierd worden! Hoe en wat houden we nu nog even geheim maar we beloven hierover tijdig te communiceren.

Het blijft een terugkerend punt van aandacht in deze column maar ik wil nogmaals de vrijwilligersbezetting van Eeltsje's Hiem onder de aandacht brengen. We hebben dringend hulp nodig van vrijwilligers die willen meehelpen achter de bar en die kleine klusjes in en om het wijkcentrum op willen pakken. Daarnaast is ook binnen het bestuur nog ruimte voor nieuwe bestuursleden.

We zijn ook op zoek naar een penningmeester voor It Hiem; de stichting waarin het beheer en de exploitatie van het wijkgebouw is ondergebracht. Wil je je opgeven of heb je vragen, stuur een mailtje naar: voorzitter@wijkbelangwesteinde.nl

Ook in de komende maanden worden er weer een heleboel activiteiten georganiseerd. Voor elk wat wils, dus kijk snel voor een overzicht van alle activiteiten in dit blad of op in de agenda op onze website. Houd onze socials ook in de gaten. Ideeën voor leuke nieuwe activiteiten zijn uiteraard altijd welkom!

Wij wensen jullie alvast een hele fijne decembermaand toe en we zien elkaar ook in 2025 in Eeltsje's Hiem!

Hartelijke groet namens het bestuur,
Erik van der Knijff



Voorkom lekkage in uw betongoten

Lekken in betongoten kunnen voor veel problemen zorgen, zoals schimmelvorming, schade aan muren en vloeren, en zelfs gezondheidsproblemen. Ik ben een professionele kitter en ik kan u helpen om deze problemen te voorkomen.

Deze 5 stappen worden genomen om tot het beste resultaat te komen:

1. Uw oude brugvoeg wordt verwijderd.
2. Het beton wordt vervolgens geslepen voor een betere hechting.
3. De voeg wordt afgeplakt en voorzien van een primer. Deze primer zorgt ervoor dat de nieuwe brugvoeg beter hecht aan de ondergrond.
4. De voeg wordt voorzien van gaas. Het gaas zorgt ervoor dat de nieuwe brugvoeg niet scheurt.
5. De nieuwe brugvoeg wordt aangebracht met Sikaflex® PRO-3*. Deze kit zorgt ervoor dat de nieuwe brugvoeg waterdicht is en goed aan de ondergrond hecht.

De nieuwe brugvoeg is nu klaar en zal minimaal 15 jaar goed blijven.

*Sikaflex® PRO-3 is een 1-component, vochtuihardende, elastische, zelfnivellerende kit met hoge mechanische en chemische bestendigheid voor vloervoegen en weg- en waterbouw toepassingen.



Bel voor een afspraak

📞 06 20 11 82 00



Sinterklaasintocht Westeinde 2024

Schip ahoy maatjes, daar kwam Sinterklaas aan in Westeinde. Op een heuse boot nog wel! En wie volgde daar in zijn kielzog? Het was Camigo, de mascotte van Cambuur!

Zodra de Sint 16 november aan land was in Leeuwarden, is hij direct naar het nieuw Kooi Stadion van onze Camburen getogen. Hij was op zoek naar Camigo om hem te vragen of hij kon helpen de niet zo fitte pieten weer fit te maken. Camigo liet een brief voor Sinterklaas achter, met daarin drie tips. Toen de kinderen 's middags hun schoentje kwamen ophalen in Eeltsje's Hiem, hebben zij samen met Sinterklaas en de drie tips de pieten weer in topconditie gekregen. Tot volgend jaar Sinterklaas, het was weer geweldig!

Sinterklaasintocht Westeinde werd mede mogelijk gemaakt door:

Beautysalon La Vie, Schoonheidssalon Daniëlle, Schilderwerken Chris Postma, Nico Bakker Podologie, Maatschap Fysiotherapeuten Westeinde, Technisch Buro Zonderland BV, Kapsalon Kingma, Hovenier Van der Zee, Suc6 Kapper, Stinstra Kozijnen, Fabiton, Platform Ondernemend Westeinde (POW-er), Snackbar De Tille, Van Beets Hoveniers & Boomverzorging, Poiesz Leeuwarden Westeinde, Broersma schoonmaak & glasbewassing, Immortalized Tattoo, RVD Multiservice Leeuwarden, KJ traffic service BV, Siderius Hypotheken, Spark Multi Service, Anja's Hair, Lias Cars en R.E.M. Yachting

Tekst: Marike van der Molen

Foto's: Daniëlle Sinnema-Busstra



'Wil je eens een kijkje nemen? Loop gerust even binnen!'

De meeste Westeinders zullen er toch zeker een aantal keer per week langs fietsen. Wanneer je linksaf slaat richting De Magere Weide of De Bontekoe, ligt aan je rechterhand Noorderhof Uitvaartcentrum. Op loopafstand van de wijk dus, en nagenoeg naast de Noorderbegraafplaats. De Noorderhof beschikt over een aula, een tuinkamer met terras, 5 opbaarkamers en een ruimte voor rituele bewassing. Er is dus plek voor iedereen in het grootste uitvaartcentrum van Leeuwarden. En dat op loopafstand van Westeinde.



Compact team

Voor directeur-bestuurder Rinske van der Ende staat persoonlijk contact zéér hoog in het vaandel. Tijdens uitvaarten, maar zeker ook als het om de burens uit Westeinde gaat. „Als je eens een kijkje wilt komen nemen: loop gerust even binnen!” In een wereld waar het gemeengoed lijkt te zijn geworden dat je zelfs tijdens zoiets ingrijpends als een afscheid en de daarop volgende uitvaart een nummer bent, wil het compacte team van de Noorderhof juist daar het verschil maken. Rinske: „Dat begint al als je belt. Wij hebben geen keuzemenu en maken geen gebruik van een callcenter. Je krijgt direct één van de vier teamleden aan de telefoon. Dag en nacht, want we zijn 24/7 bereikbaar.”

Meegaan met de tijd

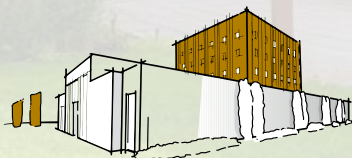
Meegaan met de tijd is voor het team van de Noorderhof de normaalste zaak. „De aula is onlangs uitgerust met een nieuw camerasysteem waarmee vanuit 6 cameraposities opnames van de afscheidsdienst kunnen worden gemaakt. Zo kun je de plechtigheid altijd terugzien.” De Noorderhof doet er zo alles aan om maatwerk te leveren. Rinske, Sjoukje, Anita en Taede staan volledig achter een laagdrempelige en persoonlijke manier van omgaan met elkaar. „En het lijkt ons alle vier fijn om onze burens uit Westeinde beter te leren kennen”, besluit Rinske.

Focus

Wanneer je kiest voor opbaren in de Noorderhof, krijg je een eigen sleutel van de 24-uurs kamer. „Zo kun je altijd bij jou dierbare zijn, zonder tussenkomst van medewerkers”, vertelt Rinske. „En mocht je ervoor kiezen om de uitvaart in de Noorderhof plaats te laten vinden, dan kun je de muziek en de foto's die je daarvoor nodig hebt gewoon aanleveren; wij zetten alles voor je klaar. Een titel of bestand is voldoende: wij redden ons ermee. De familie mag zich volledig focussen op het afscheid.”

Geen tijdslimiet

Een afscheid in de Noorderhof is niet gebonden aan een tijdslimiet, de aula staat een dagdeel ter beschikking van de familie. In de tuinzaal is voorafgaand of na afloop van de uitvaart gelegenheid elkaar te ontmoeten, binnen óf op het nieuwe terras.



Sem Dresdenstraat 6
8915 BZ Leeuwarden

058-216 20 21

NOORDERHOF
UITVAARTCENTRUM



post@noorderhofuitvaartcentrum.nl
www.noorderhofuitvaartcentrum.nl

Wijkconferentie commissie Leefomgeving (CLO)

Onder grote belangstelling werd donderdag 7 november de wijkconferentie van de commissie Leefomgeving gehouden. Ruim 110 wijkbewoners hadden gehoor gegeven aan de uitnodiging die begin oktober huis aan huis werd verspreid.

Lieuwe Tamminga nam voor de laatste keer de voorzittersrol op zich en heette alle aanwezigen van harte welkom. De avond werd ook bijgewoond door wijkwethouder Hein Kuiken, wijkmanager Rikkie Hagen, gemeentelijke politici en hovenier van de gemeente Jan Tinus van Kammen.

Aan de hand van een PowerPoint presentatie van Peter van der Leij zijn allerlei belangrijke zaken besproken. In dit artikel lees je een beknopte weergave van de agendapunten. Wil je het volledige verslag lezen? Zie wijkbelangwesteinde.nl onder commissie Leefomgeving, hieronder kun je de webverslagen van de CLO-vergaderingen ook vinden.

Toekomst Swettehiem en omgeving

Over de toekomst van Swettehiem en omgeving is onlangs een bijeenkomst geweest met de projectmanager van gemeente, CLO en een afvaardiging van het bestuur van Wijkbelang Westeinde. Wat er besproken is:

- Zowel het sportveld, de pannakooi en het hondenlosploeveld vallen binnen het plangebied voor ontwikkeling. Het is duidelijk dat er veel verandert als de plannen doorgaan zoals de gemeente het voor ogen heeft.

- Er worden maximaal 300 woningen gebouwd (incl. 129 woningen Swettehiem); het is de bedoeling van de gemeente om alleen sociale huurwoningen te realiseren. Wens CLO: behalve huur- ook koopappartementen voor senioren die in de wijk willen blijven wonen.

- De komende maanden start de gemeente met de ontwikkeling van een Masterplan voor Swettehiem en de directe omgeving. Léon Lijzenga, Ontwikkelmanager bij gemeente Leeuwarden, heeft de CLO geïnformeerd over de inhoud van het Masterplan dat de volgende onderwerpen bevat:

Hoeveel woningen zijn er nodig en voor welke doelgroepen/ welke voorzieningen en ontmoetingsplekken komen er/ een eerste indeling van de ruimte: waar groen komt en waar gebouwen en hoe hoog de gebouwen worden/ locaties voor water, parkeren en de verbinding met de rest van de wijk.



Uiterlijk in januari 2025 verspreidt de gemeente een papieren nieuwsbrief met informatie over de ontwikkelingen, welke stappen volgen en hoe men mee kan denken. Ook komt er een link naar een vragenlijst waar men ideeën en wensen kan delen.

Uitbreiding vliegbasis Leeuwarden

De CLO heeft geen bezwaar tegen het vliegveld maar de straaljagerherrie van de F-35 valt ontzettend tegen; er is veel meer geluidsoverlast. De CLO heeft een zienswijze ingediend: als Wijkbelang Westeinde en de daaronder vallende CLO, zijn we niet tegen de vliegbasis en de uitbreiding daarvan; Wijkbelang en de CLO verzoeken met klem de geluidsoverlast niet te laten toenemen na de verlenging van de korte baan.

Cambuur en parkeeroverlast

De CLO is betrokken geweest bij de mobiliteit gebiedsontwikkeling WTC/ Cambuur. Er is geconstateerd dat de parkeerdruk in de wijk per wedstrijd toeneemt; dit is in tegenspraak met de afspraken die gemaakt zijn met SC Cambuur en de gemeente (o.a. de aanwezigheid van verkeersregelaars bij wedstrijden). Het nieuw parkeerterrein PO nabij Weidelco, blijkt onprettig vanwege onvoldoende verlichting.

Hein Kuiken neemt het woord en zegt niet op hoogte te zijn van de genoemde afspraken en de parkeeroverlast. Hij zal het doorgeven aan de betreffende gemeentemedewerker, het wordt opgepakt.

W.A.S



W.A.S DÉ WITGOEDSPECIALIST



Winkel: **06-11231462**
Storing: **06-33877792**
E-mail: **post@wasleeuwarden.nl**
Adres: **Zwettestraat 9**
8912 AH, Leeuwarden

Ma: **Gesloten**
Di: **10.00 - 17.30**
Wo: **10.00 - 17.30**
Do: **10.00 - 17.30**
Vr: **10.00 - 17.30**
Za: **10.00 - 17.00**
Zo: **Gesloten**

JELSUMERHOF

uitvaartzorg



Gewoon goed en dichtbij



Sem Dresdenstraat 6
8915 BZ Leeuwarden
info@jelsumerhof.nl

24/7 bereikbaar op 058 - 212 39 39



NU! gemakkelijk zelf een afspraak inplannen! Kijk op www.prio-fix.nl !



Inbouwapparatuur



Project witgoed



Onderhoud en reparaties

ACTIE!
3 Rookmelders
+ Installatie
Vanaf € 95,- !*

Al onze brandmelders hebben het EN14604 keurmerk en hebben een CE-markering voor extra veiligheid!



Maak nu een afspraak!

Tel. 06 338 777 92

Avondsterweg 1-t8

8938 AK Leeuwarden

www.prio-fix.nl

Grijsbeleid, bestratingsonderhoud in Westeinde

- De CLO benadrukt dat in het geval van losliggende tegels, worteldruk, slechte verlichting etc. een melding kan worden gemaakt via het meldpunt van de gemeente: telefoonnummer 14058. Kleine klussen wordt snel opgepakt.

- In Westeinde geldt de maximumsnelheid van 30 km/uur behalve op de Jan Jelles Hofleane. Het Beleidskader Mobiliteit 2040 is aangenomen: 30 km/uur in de bebouwde kom. In eerste instantie binnen de ringweg die ruim om het oude centrum van Leeuwarden loopt. Westeinde valt buiten deze ring maar de CLO heeft gevraagd om Westeinde hierin met urgentie wel mee te nemen. Onder meer de Jan Jelles Hofleane en de Douwe Kalmaleane zouden dan opnieuw ingericht kunnen worden.

Signaal: De microrotonde bij het winkelcentrum is te krap o.a. door de paaltjes. Veel mensen gaan links om, er moet soms heen en weer worden gestoken. CLO: De paaltjes staan te dicht op de kant waardoor mensen meer naar midden van rotonde rijden.

Groenbeleid en groenonderhoud

- Langs het Lindelaantje (pad vanaf het winkelcentrum naar het hondenlosloopveld) zijn een aantal bomen doodgegaan. Er wordt gekeken naar andere bomen die beter gedijen op die plaats. Het is nog niet duidelijk wat ervoor in de plaats komt. Gemeentehovenier Jan Tinus van Kammen geeft aan dat de grond te nat is voor lindebomen.

- Vorig jaar is er een oproep gedaan om trottoirs toegankelijk te houden voor bewoners die meer ruimte nodig hebben. Het overhangend groen kan tot onveilige situaties leiden door te smalle trottoirs die niet of steeds minder goed begaanbaar zijn. Een goede stelregel is dat particulier groen maximaal één tegel breed over openbare voetpaden mag groeien; bij bomen kun je uitgaan van 2,5 meter vrije doorloophoogte. De CLO doet nogmaals een dringend oproep om de trottoirs begaanbaar te houden.

Waterkwaliteit en vissteiger

- Er is te weinig vis in vijvers, dit zouden we graag anders willen hebben.

- Er zijn watermonsters genomen door Aeres MBO Leeuwarden, de uitslagen worden vóór het eind van het jaar verwacht.



*Bloemen worden overhandigd door Hein Kuiken
Foto: Rikkie Hagen*

- Het water heeft niet de gewenste kwaliteit voor een visvijver. Deze winter worden alle mogelijke oorzaken bekeken en wordt er een plan gemaakt om de waterkwaliteit te verbeteren om een toekomstige visparel met steiger te kunnen realiseren.

Gast spreker Bert van Geel, bekend als Bert Natuur

Na de pauze hoorden de aanwezigen Bert met veel enthousiasme vertellen over de natuur en met name de Natuur rondom Huis. Met een boa constrictor die om zijn arm kronkelde, legde Bert uit dat deze grote slang ontzag inboezemt. Wat als hij was binnengekomen met een paardenbloem en een pissebed? Dit gegeven was de essentie van zijn lezing: kijk niet naar de natuur die ver weg is maar kijk naar je eigen leefomgeving. Naar de kleine natuur om je heen: wat zie je, wat groeit er tussen de tegels, welke beestjes kruipen daar? Wees goed voor de natuur, is de boodschap van Bert.

Rondvraag

Vraag: Hoe staat het met de vleermuizen? Vleermuisgrot is helemaal klaar, inclusief elektra en een camera. Er zijn wel vleermuizen gespot in de wijk maar nog niet in grot.

Afscheid Lieuwe Tamminga en voorstellen Ronald Planting

Lieuwe Tamminga neemt afscheid van het voorzitterschap en de CLO. Durk Visser sprak mooie woorden over hun lange samenwerking en de realisatie van de vele projecten. Wijkwethouder Hein Kuiken bedankte Lieuwe en gaf aan dat hij hem zou missen als voorzitter. Erik van der Knijff, voorzitter van Wijkbelang benoemde Lieuwe tot erelid vanwege zijn grote verdiensten voor de wijk. De nieuwe voorzitter Ronald Planting stelde zich voor en daarmee was de wijkconferentie afgelopen. De aanwezigen werden uitgenodigd voor een afsluitend drankje.

tel.: 0518-451888
mob.: 06 - 10 36 55 96



KLUSBEDRIJF FRIESLAND

- kunststof kozijnen
- verbouwingen
- badkamers
- dakramen
- dakkapellen
- kunststof gevels



www.klusbedrijf-friesland.nl

Sterk in aandacht!

Naast goede diergeneeskunde, voor een vriendelijke prijs, bieden wij u extra zorg met bijvoorbeeld GRATIS gezondheidschecks. Bovendien kunt u gebruik maken van ons uitgebreide spaarsysteem, waarmee u, zowel bij ons als bij Jumper de Diersuper, kunt sparen voor directe kortingen op alle zorg van Elke dierenarts.

Heeft u vragen? Kom dan gerust eens bij ons langs!



 Volg ons op
facebook

www.elkedierenarts.nl

e l k e d i e r e n a r t s

Elke dierenarts Drachten

Oudeweg 34, 9203 AH Drachten
0512-545140
drachten@elkedierenarts.nl

Elke dierenarts Terpelân

Hoofdstraat 25, 9171 LA Blije
0519-561322
terpelan@elkedierenarts.nl

Elke dierenarts Leeuwarden



Elke dierenarts Leeuwarden

Snekertrekweg 25, 8912 AA Leeuwarden
058-2139779
leeuwarden@elkedierenarts.nl

Elke dierenarts Goutum

Goutumerdyk 77, 9084 AD Goutum
058-2542495
goutum@elkedierenarts.nl

Dierenartsenpraktijk Tolhuis

Groningerstraatweg 377, 8923 EJ Leeuwarden
058-2673077
tolhuis@elkedierenarts.nl



Om u optimaal van dienst te kunnen zijn, werken wij op afspraak.

**Sleutel kwijt
of slot stuk?
Bel dan:**

DE SLEUTELSPECIALIST

058 - 212 88 24

info@sleutelspecialist.frl
www.sleutelspecialist.frl
Harlingerstraatweg 34



Ruim 100
vrijwilligers!

Wie zijn ze &
wat doen ze?

Ontmoet Mariska Vaartjes (38): ze is een vrijwilliger met een warm hart voor de wijk en actief bij de wijkfeest- sinterklaas- en sint-maartencommissie. Saamhorigheid en verbinding met de wijk zijn haar drijfveren.

Mariska woont samen met haar vriend, zoon Luke (16), dochtertje Linsey (6) en hond Biggy (2) inmiddels dertien jaar met veel plezier in Westeinde. De afgelopen twee jaar volgde ze een opleiding tot verpleegkundige. 'Dat was een drukke tijd met een gezin en alle activiteiten.' Ze werkt op de intramurale zorgafdeling in Woonzorgcentrum Sint Jozef. 'De cliënten wonen hier zelfstandig met 24-uurs ondersteuning', vertelt Mariska. 'Het is een heel mooi vak, wel pittig maar het geeft veel voldoening. Als een cliënt een waardevolle dag heeft, heb ik het ook.'

Op de vraag hoe lang Mariska al vrijwilliger bij Wijkbelang is, antwoordt ze lachend: 'Die vraag had ik wel verwacht, ik weet het zelf eigenlijk niet!' Terugdenkend peinst ze: 'Ik denk dat ik zo'n jaar of twaalf geleden vrijwilliger ben geworden. Het was in de tijd dat Jappie van der Meulen beheerder was in Eeltsje's Hiem.' Destijds werkte Mariska als zorgmedewerker in Swettehiem en een aantal bewoners kreeg hun middageten in Eeltsje's Hiem. 'Jappie's vrouw Ilse was daar dan ook en zij heeft me gevraagd of ik bij de sinterklaascommissie wilde.'

Later sloot ze aan bij de wijkfeest- en de sint-maarten commissie. 'Bij het wijkfeest doe ik de coördinatie van de barvrijwilligers, ik maak een rooster, plan ze in etc. Het is soms lastig om voldoende hulp te krijgen maar tijdens het laatste wijkfeest was dat geen probleem.' Jarenlang organiseerde ze samen met Keimp Pijpstra het sint-maartenfeest.

'Dat was altijd heel leuk. Keimp belde me dan en vroeg: 'Zullen we Sint-Maarten weer organiseren?' Hij reserveerde het draaiorgel en hij legde de route vast.' Tegenwoordig heeft ze hulp van bestuurslid Djoke Visbeek; daarnaast zijn er vrijwilligers die in de route meelopen en/ of in Eeltsje's Hiem de kinderen voorzien van iets lekkers.

'Het leukst aan vrijwilligerswerk is het omgaan met wijkbewoners en verbinding houden met de wijk. Het geeft me heel veel voldoening als ik bijvoorbeeld bij het sinterklaasfeest zie hoeveel plezier de kinderen hebben. Ik ben er een heel weekend mee in de weer maar als ik die blijde kinderen zie dan denk ik oké, oké', zegt ze lachend. 'De commissieleden hebben onderling een sterke band, samenwerken is belangrijk en met wat we doen bevorderen we de saamhorigheid in de wijk.' Volgend jaar bestaat de wijkvereniging vijftig jaar en de sinterklaas- en wijkfeestcommissie willen groots uitpakken. 'Het sinterklaasfeest wordt een groot spektakel en het wijkfeest ook', glundert ze.

'Of ik dromen heb? Nee, eigenlijk niet. Ik ben gelukkig en gezond en blij met wat ik heb en hoe het gaat; ik ben een tevreden mens.' Dan is het tijd om op te stappen want hond Biggy, een Amerikaanse Staffordshire terriër, moet worden uitgelaten. 'We hebben hem gered uit een slecht huis; hij is nu één jaar bij ons en hij heel sociaal en superlief', zegt Mariska blij.

Tekst: Corry van der Meer
Foto: Siska Alkema

ZERE VOETEN OF HOUDINGSKLACHTEN ?

Nico Bakker

PRAKTIJK VOOR PODOLOGIE

Registerpodoloog / Podoposturaaltherapeut



STEUN- EN THERAPIEZOLEN VOOR VOET- EN HOUDINGSKLACHTEN

Eeltsje Folkertsmawei 1 Leeuwarden

www.bakkerpodologie.nl

06-109 14 147



Registerpodoloog en Podoposturaaltherapeut
Aangesloten bij stichting LOOP



MSc Esther Veldkamp
Fysiotherapeut/
Manueel therapeut

Even voorstellen

Mijn naam is Esther Veldkamp. Ik ben 36 jaar, getrouwd en we hebben 3 kinderen. Sinds juni 2024 ben ik werkzaam bij Fysiotherapie Westeinde.

In 2009 ben ik afgestudeerd als fysiotherapeut aan de Hanzehogeschool te Groningen. Enkele jaren later heb ik de master manuele therapie aan de SOMT in Amersfoort gedaan. Nadien vooral middels cursussen mij verder ontwikkeld in dit mooie vak.

De cursus dry needling is daar een voorbeeld van. Dit sluit mooi aan, gezien manuele therapie vooral gaat over het weer in beweging zetten van gewrichten en dry needling zich richt op het weer ontspannen van spieren.

Ik kijk ernaar uit om de wijk Westeinde en jullie als bewoners te leren kennen en van dienst te mogen zijn.

Fysiotherapie Westeinde

Eeltsje Folkertsmawei 1
8915 DW Leeuwarden

E: info@fysiotherapiewesteinde.nl
T: 058 212 9031
I: www.fysiotherapiewesteinde.nl

Openingstijden

maandag	07.30 - 19.30 uur
dinsdag	07.30 - 19.30 uur
woensdag	07.30 - 17.30 uur
donderdag	07.30 - 17.00 uur
vrijdag	07.30 - 16.30 uur



WIJKFEESTCOMMISSIE ZOEKT TEAMLEDEN

Wat een memorabel wijkfeest was het dit jaar! Ondanks de stortbuien en het drassige veld was ook Wijkfeest Westeinde 2024 weer een groot succes mede dankzij de inzet van heel veel wijkbewoners. De wijkfeestcommissie kijkt terug op een succesvol en vooral gezellig wijkfeest.

Volgend jaar bestaat onze wijkvereniging 50 jaar, een prachtig gouden jubileum! Dat bijzondere moment gaan we tijdens het volgende wijkfeest groots vieren. Het belooft voor alle leeftijden een onvergetelijk feest te worden! **Zet de datum alvast in je agenda: dinsdag 17 t/m zaterdag 21 juni 2025.**

Oproep: nieuwe leden voor de wijkfeestcommissie

Om het wijkfeest nóg beter te maken, zijn we op zoek naar extra teamleden! Ben jij die enthousiaste persoon met leidinggevende kwaliteiten en taal- en digitaal vaardig? Kom dan ons team versterken en draag bij aan de organisatie van nóg mooiere feesten voor de wijk! Heb je interesse? Stuur een mailtje naar: wijkfeest@wijkbelangwesteinde.nl

Dank aan onze sponsors

Dankzij de steun van onze vele sponsors is het gelukt om opnieuw een prachtig feest neer te zetten voor de hele wijk. Heel erg bedankt daarvoor! We hopen dat we volgend jaar weer op onze sponsors kunnen rekenen!



Heb je interesse om ook sponsor te worden?
Neem dan gerust contact met ons op via:
wijkfeest@wijkbelangwesteinde.nl



foto: Corry van der Meer



foto: Ronald Planting



Tweede keer Gouden Gripper!

De Toppers van Middelséhiem hebben voor de tweede keer de Gouden Gripper gewonnen! Woensdagmiddag 13 november was de feestelijke uitreiking waarbij wethouder Gijs Jacobse de Gouden Gripper overhandigde en de jongens en meiden bedankte voor hun vele schoonmaakacties. We zijn supertrots op 'onze' Toppers en zij zijn minstens zo trots want een Gouden Gripper krijgen, is natuurlijk een groot compliment!

Villa Vrolijk



Lekker dichtbij huis, kleinschalig, met het gevoel van 'thuis'. Dat is Villa Vrolijk in de wijk Westeinde. Een fijne plek waar leeftijdsgenootjes elkaar ontmoeten op het moment dat de ouders/verzorgers aan het werk zijn of een studie volgen. Zij vertrouwen hun kinderen graag aan Villa Vrolijk toe omdat ze zich helemaal kunnen vinden in onze aanpak. Lekker spelen, genieten in een veilige en vertrouwde omgeving... Ja, daar wordt iedereen vrolijk van!

LEUK EN LEERZAAM

Op het kinderdagverblijf en in de peuterspeelzaal worden kinderen van 0 tot 4 jaar opgevangen door gediplomeerde leidsters. Wij werken met een vast dagritme, eten gezellig met elkaar en doen allerlei activiteiten. Dat is niet alleen leuk, maar ook leerzaam. En natuurlijk wordt er met vriendjes en vriendinnetjes gespeeld. Binnen of lekker buiten in de afgeschermdede tuin.

MEER INFO

Ben je ouder/verzorger? Ben je op zoek naar kinderopvang? Neem contact op met de locatie of vraag vrijblijvend een rondleiding aan via de website.

Villa Vrolijk
Eeltsje Folkertsmawei p
Leeuwarden

T: 06 23 12 60 08
E: kingma@kinderopvangfriesland.nl
W: www.kinderopvangfriesland.nl





Halloween in Westeinde: een spookachtig succes!

Het Halloween-weekend in Westeinde was dit jaar een groot succes, dankzij de inzet en creativiteit van het jeugdbestuur en de vele enthousiaste vrijwilligers.

Vrijdagavond 1 november was er een griezeldisco voor de basisschoolkinderen, waar de sfeer en opkomst fantastisch was. De kinderen kwamen in de meest spectaculaire en angstaanjagende outfits en gingen helemaal op in het feest.

Mede dankzij hun inzet en enthousiasme konden we voor iedereen een onvergetelijk Halloween-feest neerzetten. Het jeugdbestuur kijkt nu al uit naar volgend jaar en belooft opnieuw iets griezeligs en leuks te organiseren!

Zaterdagavond 2 november stond de spooktocht op het programma, speciaal voor de oudere jeugd. Met een opkomst van maar liefst 100 deelnemers werd het een avond om nooit te vergeten! Ondanks de vele 'ik ben niet bang'-kreten, was het een avond vol spanning en gegil. Met hun enge en verrassende acts wisten de spoken precies de juiste spanning op te roepen, waardoor de angst en schrikeffecten volop aanwezig waren.

Marleen Visser, jeugdcoördinator

Een bijzonder woord van dank gaat uit naar het jeugdbestuur en alle vrijwilligers die keihard hebben gewerkt om van Halloween een succes te maken.



POW-er ondersteunt initiatieven voor sociale projecten door wijkbewoners. Een activiteit waarbij je iets leuks doet voor een andere wijkbewoner.

Dit kan een geweldige manier zijn om een positieve impact te maken op mensen in onze wijk. Je kunt bijvoorbeeld kiezen voor een specifieke iemand of een specifieke groep mensen zoals: ouderen in de wijk, mensen met een beperking, nieuwkomers of welke groep ook maar die je wilt betrekken.

Bedenk wat voor leuks je kunt doen; een paar ideeën ter inspiratie:

Een uitje: organiseer een uitje naar een museum, park of concert voor mensen of kinderen die anders niet de kans krijgen.

Een workshop: zet een creatieve workshop op voor ouderen of kinderen waarbij ze kunnen schilderen, knutselen of muziek maken. Of organiseer een sportdag voor kinderen of jongeren waarbij ze kunnen deelnemen aan verschillende sporten of nieuwe dingen leren in de beweegtuin!

Een maaltijd: bereid een gezellige maaltijd voor een kwetsbare groep, of misschien een wekelijkse eetclub opzetten met een groepje wijkbewoners?

Omschrijf je idee + maak een overzicht van de kosten van je project, zoals bijv. locatiehuur, materialen (bijv. knutselspullen, sportartikelen, zaden, planten) vervoer, of eten en drinken. Mail deze info naar: info@pow-er.nl Deadline inzenden: 12 januari 2025

Bijdrage POW-er voor het project max. 350 euro. Na de deadline worden de inzendingen beoordeeld en wordt het winnende idee gekozen. De inzender van het gekozen project krijgt hier persoonlijk bericht over. Bij inzending vermelden: je naam, achternaam en telefoonnummer.

Deel je moestuin! Misschien heb je zelf een (grote) moestuin en wil je deze met anderen onderhouden en samen de oogst binnenhalen? Of zou je graag dichtbij huis op een tuin willen helpen?

Of bouw een insectenhotel: met een insectenhotel help je niet alleen de insecten in de wijk, maar draag je ook bij aan een gezonder ecosysteem, of misschien heb jij een geschikte plek in de tuin?

**Yes,
ik ga op
dwarsfluitles!**



**Dwarsfluit
spelen óók op
oudere leeftijd**

Info:
Wietske Zoethout
06 40172722

www.zoethoutenzo.nl

Zoethout
Cultureel Educatief
EnZo!

Dwarsfluit leren spelen is een geweldige ervaring. Ook op latere leeftijd kan je hier mee beginnen! Het plezier van muziek maken is zo fijn.

Voor al het samen muziek maken is het leukste dat er is en de fluit is hiervoor een geschikt instrument.

Meer info: zie website!

Nieuwe vervoerder, nieuwe wijkauto

Per 15 december 2024 is Qbuzz de nieuwe vervoerder in Fryslân. Met een dienstregeling met snellere routes via hoofdwegen, kortere overstaptijden en een hogere frequentie van bussen, verbetert Qbuzz de bereikbaarheid. Ook met het vroeger laten vertrekken en tot later laten rijden van bussen maakt Qbuzz het openbaar vervoer aantrekkelijk voor reizigers in Fryslân.

Ruim 16 jaar geleden is Qbuzz opgericht en was de gunning van Zuidoost Fryslân één van de eerste concessies. Dat Qbuzz per 15 december 2024 de nieuwe vervoerder in de hele provincie Fryslân én op de Waddeneilanden is, voelt als thuiskomen. In aanloop naar de concessieovergang wordt er bij Qbuzz hard gewerkt aan alle voorbereidingen.

Nieuwe bussen, nieuwe vestigingen én een nieuwe wijkauto.

Per 15 december staat er een fonkelnieuwe Nissan Leaf klaar voor Westeinde. In een geel jasje. Dat is gebaseerd op het design van de bussen. Daarnaast verhoogt geel de zichtbaarheid en is de kleur een knipoog naar het verleden. Immers, ook het Friese openbaarvervoersbedrijf FRAM (1971 - 1996) reed met gele bussen.

Een nieuw maandrecord

De Nissan Leaf is een goede keus want de kofferbak is aanzienlijk ruimer; een normale ingeklapte rollator past er met gemak in. Het interieur en de instap zijn ongeveer gelijk als de Zoë.

De vrijwilligers van de wijkauto hebben er zin in en gebrek aan klanten hebben ze niet. In de week van 7 tot en met 11 oktober maakten maar liefst 73 klanten gebruik van de wijkauto. Het totaal aantal ritten in oktober bedroeg 281 en dat zorgde weer voor een nieuw maandrecord! Het is duidelijk dat de wijkauto in een grote behoefte voorziet.

Tekst en afbeeldingen:
Henk Halma in samenwerking met Qbuzz



Wijkauto in Westeinde

Een wijkauto met chauffeur voor alle bewoners van Westeinde!

De plaats én tijd voor méér mobiliteit

Meer informatie op www.wijkbelangwesteinde.nl

Provincie Fryslân Qbuzz

Wijkauto voor binnen de stadsgrenzen

De Wijkauto is bestemd voor mensen uit Westeinde, die zelf geen passend vervoer hebben. Je kunt op werkdagen van 8.30 - 17.30 uur gebruik maken van de wijkauto om binnen de stadsgrenzen van Leeuwarden van en naar Westeinde gebracht en gehaald te worden.

Wil je een rit reserveren? Bel tijdens werkdagen tussen 10.00-12.00 uur naar: 06 1940 4920. Meer informatie zie: www.wijkbelangwesteinde.nl





'LAAT DE OUDEREN HET WERK DOEN EN DE JONGEREN MET DE IDEEËN KOMEN'

Het huis van Lieuwe en Doety Tamminga naast de boerderij aan het Schapendijkje, staat op misschien wel het mooiste plekje van Westeinde. Met vanaf de keukentafel het schitterende uitzicht over de fraai aangelegde tuin en het aangrenzende weiland richting de 'grote speeltuin'. Aan die keukentafel zitten Lieuwe en Doety en Ronald Planting. Lieuwe is scheidend voorzitter van de commissie Leefomgeving (CLO). Ronald Planting is zijn opvolger en ook hij is aangeschoven.

De mannen praten wat over 'het dorp vlakbij de stad', wat Westeinde toch wel een beetje is. Door het gevoel dat je in een dorp woont, zie je ook dat veel kinderen van vroeger terugkeren zodra ze volwassen zijn. Zij wonen nu met hun eigen gezin in de wijk waar ze zijn opgegroeid. 'Westeinde is ook de wijk met verreweg het hoogste aantal leden', zegt Lieuwe. 'Meer dan vijftig procent van de wijkbewoners is lid van Wijkbelang. En dat is erg veel.'

Bijzonder fenomeen

Ze zitten bij elkaar voor de overdracht. Lieuwe is vanaf het begin - CLO werd acht jaar geleden opgericht - voorzitter en weet dus van de hoed en de rand. Ronald heeft zich al uitgebreid ingelezen in de statuten, maar mist uiteraard nog wat achtergrond hier en daar. 'Het blijft een bijzonder fenomeen, die commissie Leefomgeving', zegt hij tegen Lieuwe.

Voor Lieuwe is dat het teken om iets te vertellen over de start van CLO. 'Tien jaar geleden kwam ik in het Wijkpanel, dat was een stichting. Die stond tamelijk ver van de mensen af. Er was niet zo'n zicht op wat daar nu precies gebeurde en dat hoefde ook niet, want het was immers een stichting. Toch hadden wij nieuwelingen de wens het allemaal wat democratischer te maken.'

Voor het groen

Doety benadrukt dat in die tijd de wijkvereniging geen contact had met de gemeente. Dat contact liep alle-

maal via het wijkpanel. 'Eigenlijk was de wijkvereniging voor de feestjes en partijen met veel vrijwilligers en de wijkpanels waren er voor het groen en de omgeving.' En dat is precies waar Lieuwe naar zocht. Een commissie of vereniging zonder juridische status. Er werd een compromis gevonden door onderdeel van de vereniging Wijkbelang Westeinde te worden. Er kwam een nieuwe naam - commissie Leefomgeving Westeinde- en budgettair werden de vereniging en CLO uit elkaar gehaald.

'Wij werken met een eigen budget', vertelt Lieuwe. 'En ieder jaar schenken wij een bedrag aan wat nu het Wijkbelang is. Het ongebruikte budget ging vroeger terug naar de gemeente. Nu is dat niet meer nodig omdat de budgetten goed worden besteed in de wijk. En de penningmeester van Wijkbelang doet zowel de boekhouding voor Wijkbelang als die van de CLO. Dus Wijkbelang is voortdurend op de hoogte van de zaken die er spelen. Die samenwerking is uitstekend.'

'En dat', zegt Ronald, 'is een heel belangrijke toevoeging. De CLO heeft geen juridische status en geen leden. Maar door transparant te zijn, heeft ze het voor elkaar gekregen om een volwaardige sparingpartner van de gemeente te zijn en te blijven.' Dankzij Lieuwe en Doety, vindt Ronald. Want Doety was van 2000 tot 2007 voorzitter van de wijkvereniging. Eén van de belangrijkste wapenfeiten uit die tijd was de bouw van Eeltsje's Hiem. Een gigantische klus. 'Maar wel een heel leuke', lacht Doety.

'Daar werkten Lieuwe en ik samen, want Lieuwe zat in de bouwcommissie.'

Tussenwand

Er mocht alleen nieuw gebouwd worden op de plaats van het oude wijkgebouw als het een Multi Functioneel Centrum (MFC) werd. 'We hebben met meerdere partijen om tafel gezeten', gaat Doety verder. 'Voor die grote tussenwand zijn wij bijvoorbeeld naar Dokkum geweest.' 'Naar een kerk', weet Lieuwe nog. 'De dominee stond te schreeuwen aan de ene kant en wij te luisteren aan de andere kant. Wij konden hem niet horen, dus dit was de juiste wand.'

Voorzittershamer

Lieuwe is per 7 november 2024 teruggetreden, en dus heeft Ronald de voorzittershamer al vast. Er staat ook best wat op stapel voor de CLO. Allereerst het contact met de gemeente over het Kooi Stadion en de verkeersoverlast. 'Er wordt veel meer in Westeinde geparkeerd dan verwacht', zegt Ronald, 'dus we kunnen om tafel.'

Daarnaast zijn er natuurlijk de recente ontwikkelingen rond Swettehiem. En ook daar speelt de gemeente een belangrijke rol in, met name omdat zij WoonFriesland een groter gebied dan alleen het huidige Swettehiem heeft aangereikt 'om te overwegen in de plannen'. En daar mag de wijk in de komende periode waarin aan het 'masterplan' wordt gewerkt - met de CLO als woordvoerder - iets van vinden.

Het is in deze fase moeilijk te zeggen hoe CLO in de 'Swettehiemwedstrijd' zit. Ronald: 'De gesprekken beginnen nu pas. We moeten vooral eerst helder krijgen wat de wijk wel en niet wil.' Lieuwe vult hem aan: 'Je moet eerst praten. Niet gelijk de kont tegen de krib gooien. Het is belangrijk een goede gesprekspartner te zijn en te blijven.' De mannen zijn het erover eens dat het een beetje gek voelt dat het specifiek om sociale woningbouw gaat in Westeinde. 'Sociale woningbouw is logisch als WoonFriesland de opdrachtgever is', zegt Lieuwe. 'Maar waarom in het Westeinde?' Volgens hem is hier vooral vraag naar appartementen voor 70-plussers.

Kracht

Er valt nog zoveel te bespreken tussen de voormalig en de nieuwe voorzitter. Ronald: 'De kracht van de familie Tamminga zijn de contacten. Iets moois neerzetten met relatief weinig geld. Daar kan ik nog veel van leren. En wat Lieuwe ook gerealiseerd heeft, is behoorlijk wat jongelui strikken, aangevuld met wat oudere mensen; waar ik zelf onder val. Je moet volgens Lieuwe de ouderen het werk laten doen en de jongeren met de ideeën laten komen. Die visie deel ik van harte.' Doety rondt het gesprek af. 'Wij zeiden tien jaar geleden al: in tien jaar voorzitterschap kom je een heel eind. Dan moet je ophouden. Laat nu maar eens een andere CLO-wind waaien.'

Tekst: Marike van der Molen

Foto's: Egbert Sepp



Voor de
nieuwste
trends op
gebied
van kapsels,
visagie en
modefotografie

Leeuwarden **Kapsalon Kingma**

(winkelcentrum westeinde) Pieter Sipmawei 7
8915 DZ Leeuwarden tel. 058-2155479



Permanente Make-up Wenkbrauwen en Eyeliner
Epilieren en Verven
Nagelverzorging



Bekijk onze acties

Beautysalon La Vie
Nynke van Hichtumwei 52
8915 JJ Leeuwarden

T 06 - 41 730 789
www.beautysalon-lavie.nl



(advertentie)

Sterker, fitter, slanker
IN 8 WEKEN

met

Food Sisters X **fit4lady**
Leuker sporten • Lekker leven

WIJ DAGEN JE UIT MET ONZE FIT & FOOD CHALLENGE:

- 8 Weken **onbeperkt sporten** incl. persoonlijke aandacht
- Fit4lady **Gezondheidsmetingen** (o.a. BMI, spiermassa)
- **Gratis** Fit4lady App met extra oefeningen, tips en meer
- Nr. 1 koolhydraatarm **kookboek 'In 8 weken Slank'** van de **Food Sisters** met **makkelijke** en **snelle** weekmenu's en toegang tot **exclusief** live **webinar**
- **Investeer in je gezondheid & doe mee** voor 15,- per week

**BEPAAAL ZELF WANNEER JE START
& MELD JE VANDAAG NOG AAN:**

FIT4LADY **LEEWARDEN**
Zuidvliet 292 • 8921 ET Leeuwarden
☎ 06 - 364 10 369
✉ leeuwarden@fit4lady.nl



📄 www.fit4lady.nl/acties/fitfoodchallenge of scan de QR code

IETS GOEDS DOEN VOOR EEN ANDER



We boffen toch maar dat er in deze wijk zoveel georganiseerd wordt. Elk jaar komen er twee bevriende gezinnen bij ons om Sint-Maarten te vieren. Omdat het in onze wijk zo gezellig is. De oudsten blijven thuis om uit te delen, de middelste kids gaan met nog meer vriendjes van school op pad en de jongsten gaan met ons. We rouleren in wie er thuisblijft en zorgt voor warme snacks en chocolademelk. Dat was dit jaar weer hard nodig vanwege de koude regen.

De hele dag zijn de kinderen al onrustig en op school worden tactieken besproken en liedjes uitgewisseld. En dan is het zover. Kinderen en ouders komen de straat al door om te verzamelen bij de Rixtflat. De pret begint echt als het draaiorgel er is. Zeker voor de allerkleinsten is de optocht misschien wel het hoogtepunt. Je lampion is nog heel, je hebt het nog warm, je vriendjes zijn er en er zijn snoepjes in het verschiet.

Ik ben niet opgegroeid met Sint-Maarten omdat ik uit Zuid-Holland kom. Daar gebeurt dat niet. Wel een lampionnenoptocht met school maar dat was het. Toen we hier voor het eerst gingen lopen met de oudste was hij drie. Bij elke deur die openging stapte hij enthousiast naar binnen en hij werd het vrolijkst van de mandarijntjes. Dat is door de jaren heen wel veranderd maar het uitdelen bij de deur blijft hij toch het leukste vinden. Gelukkig heeft hij een broertje en zusje die altijd wel wat van hun vangst met hem delen.

Maar waarom eigenlijk Sint-Maarten? Voor de meeste kinderen is het alleen snoepjes scoren.

Het idee van delen en met Sint-Maarten iets goeds doen voor een ander gebeurt niet meer. Zouden we dat niet wat meer terug kunnen brengen? Als iedereen ook een goede daad doet met Sint-Maarten zou dat toch een geweldige positieve golf kunnen zijn.

Misschien kunnen we starten met de optocht door Swettehiem te laten gaan. Er was dit jaar een oproep of er wat kinderen ook even langs konden komen. Dat zou toch vast in het programma moeten kunnen?

En kijk eens om je heen of er een buur is die wat hulp kan gebruiken of iets om van op te vrolijken? Als het ergens kan, is het wel in deze wijk!

Roos



Afbeelding knipwerk:
Sint Maarten optocht: Ingrid's Handen

Schoonheidssalon voor rust,
ontspanning & huidverzorging

Gratis
cadeautje

Beauty of the Sea
90 minuten

Beauty of the Sea - €70,-

Luxe gezichtsbehandeling met de
mooiste ingrediënten uit de zee

- Oppervlaktereiniging met schuim
- Dieptereiniging met parelpeeling
- Onzuiverheden verwijderen
- Massage met glinsterende massagehoning
- Collageen of zeewier masker
- Zuurstof serum, fluid en cadeautje, "my little treasure, beauty of the sea"



Pieter Sipmawei 3A
(Angelique mode&meer)
8915 DZ Leeuwarden
☎ 0682517310

✉ salonbeautypearl@outlook.com

🌐 www.salonbeautypearl.nl



Bij **TheBoxx058** is er plaats voor iedereen, jong en oud, die op zoek is naar een plek om te trainen en zich goed te voelen. Met groepen van maximaal 10 mensen heerst er altijd een gezellige en ontspannen sfeer. Hier heb je alle ruimte die je nodig hebt, zonder de drukte van grote sportscholen.

**Train gericht, eet slim, leef beter.
Wij helpen je!**

Bij ons is persoonlijke begeleiding gegarandeerd, omdat we in kleine groepen trainen. We staan klaar om je te helpen bij het bereiken van jouw doelen! Daarnaast bieden we ondersteuning op het gebied van voeding en lifestyle.

Nieuwsgierig?

Plan een gratis intake, en/of
proefles! Je vindt ons aan de:

MR. P.J. troelstraweg 149B in Leeuwarden!
info@theboxx058.nl - 0651148305

WWW.THEBOXX058.NL

**ZATERDAG 14 DECEMBER
2024 10:00 - 16:00**

**FEEST!
1 JAAR
WESTEINDE!**

**20% KORTING
CADEAUTJE BIJ JE AANKOOP
GRATIS TOILETTAS BIJ AANKOOP VAN LOVELI
PRODUCTEN (ZOLANG DE VOORRAAD STREKT)**

volg ons!



**ANGELIQUE
MODE & MEER**

Pieter Sipmawei 3A



Herfstwandeling door de wijk met bioloog Wietze Groenhof

Hoeveel soorten insecten leven er op één boom? Hoe komt het dat bladeren verkleuren in de herfst en waarom heeft een braam zoveel bolletjes?

Zaterdag 9 november werd de najaarswandeling gehouden onder leiding van bioloog Wietze Groenhof. Het was een kille grijze dag maar acht belangstellenden lieten zich daardoor niet weerhouden om mee te wandelen.

Rood-met-witte-stippen

'We gaan niet veel paddenstoelen zien', vertelt Wietze. 'Het heeft weinig geregend en als de temperatuur richting nul graden gaat, verdwijnen ze. We gaan wel een heleboel andere leuke dingen zien.' Toch was er al snel een perfecte rood-met-witte-stippen paddenstoel in beeld, niet in de berm maar voor het raam van de kinderopvang. Hoe zit het die witte stippen? 'De paddenstoel zit eerst verstopt in een wit omhulsel onder de grond en groeit dan uit tot rode paddenstoel. De witte stippen zijn restanten van dat witte omhulsel. Mooier dan deze paddenstoel gaan we niet zien', lacht Wietze.

Essentaksterfte

De groep staat stil bij een van de essen langs de vijver. 'De essen gaan dood aan essentaksterfte. Zien jullie verschijnselen van deze ziekte?', vraagt de bioloog. De vorm is niet mooi, sommige takken zien er dood uit en er zitten rare bobbeltjes op de stam, merken de wandelaars op. 'De essen lijden aan een agressieve schimmelziekte die helaas niet is te bestrijden en uiteindelijk zal 99% van de essen hieraan sterven.' Wietze wijst op de takken die recht omhoog groeien. 'De boom merkt dat hij stervende is en doet alles om te overleven.' Gelukkig gaat het wel goed met de naar schatting 50-jarige moerascipressen.

Deze bladverliezende conifeer kan volgens de Bomenstichting heel oud worden, soms wel 1600 jaar. In de botanische tuin Trompenberg in Rotterdam staat een moerascipres uit 1870!

Schimmeldraden

In de vijver is ook iets bijzonders te zien: een grote groep krakeenden. Deze eenden overwinteren in West-Europa, vandaar dat je ze in het najaar en de winter vaker ziet dan in de zomer. Het mannetje roept zijn eigen naam 'krak', vandaar de naam krakeend. Aan de Rixtwei wijst Wietze op een knotwilg met op de stam een rechte lijn van groepjes grijze buisjeszwammen. Zo'n lijn ontstaat door een netwerk van schimmeldraden (mycelium) die vaak onder de grond groeit maar ook op dood hout. Wietze laat een paar kleine stukjes schors zien waarop de schimmeldraden duidelijk zichtbaar zijn. 'Het kan best dat deze knotwilg op een gegeven moment doormidden splijt.'



Houtrook

Gemeente **Leeuwarden**

Heeft u in uw huis een open haard of houtkachel? Dan is het in de koude maanden aantrekkelijk om te gaan stoken. Toch moedigt de gemeente het gebruik van een open haard en houtkachel niet aan. Het stoken van hout is ongezond voor u en uw omgeving. Dit komt omdat de rook van hout schadelijke stoffen bevat. Dat zorgt voor ongezonde lucht.



Schade aan uw omgeving

De rook en geur die bij het stoken vrijkomt, zorgen vooral bij kwetsbare groepen voor gezondheidsklachten. Zoals mensen met een longziekte of astma, ouderen en kinderen. Zij kunnen benauwd worden, moeten veel hoesten of krijgen een slechtere longfunctie. Maar ook bij andere mensen kunnen door houtrook gezondheidsklachten ontstaan. Je ziet de schadelijke stoffen niet, maar ze zijn er wel.

Veroorzaakt u rook?

Als gemeente adviseren wij daarom om geen hout te stoken. Het is slecht voor het milieu en de gezondheid. Toch zijn er ook mensen die geen alternatief hebben. Deze mensen raden wij aan om op een verstandige manier te stoken. Op www.leeuwarden.nl/houtrook vindt u een aantal handige tips die u kunt gebruiken om tijdens het stoken zo min mogelijk schade aan het milieu te brengen en overlast voor uw omgeving te beperken.

Stookwijzer

Soms is stoken nog schadelijker dan normaal. Dit heeft te maken met de luchtkwaliteit en de windkracht. Op www.stookwijzer.nu kunt u zien wat het huidige stookadvies is bij u in de buurt. Zo weet u wanneer het vuur het best kan uitblijven.

**“Heeft u geen alternatief voor het stoken van hout?
Bekijk dan altijd www.stookwijzer.nu”**

DUTCH ID



Infinity 40

- Bosch Active Line middenmotor, 40 Nm
- 7 versnellingen
- Schijfremmen
- Actieradius van 120 tot 175 km

Inclusief 400 Wh accu

~~3099,-~~ **2699,-**

400.-
KORTING

XLC

PU-S06 digitale vloerpomp

~~59,-~~ **49.95**



SP  **CONNECT**

Universele telefoonhoes SPC+

~~29,-~~ **27.95**



AXA  **BIKE SECURITY**

Dwn 100 verlichtingsset

~~99,-~~ **69.95**



 **BIKE Totaal**

MIENT DE VRIES

Pier Panderstraat 1
8913 CH Leeuwarden

Westeinde 1a
9079 LH St. Jacobiparochie

088 654 33 22
biketotaalmientdevries.nl

Actie geldig t/m 31 december 2024

Bladeren verkleuren

De bermen liggen bezaaid met kleurig herfstblad. 'Loofbomen verliezen hun blad in het najaar om zichzelf tegen uitdroging te beschermen. Door de lagere temperaturen lukt het bomen minder goed om water op te nemen. Ze gaan in een winterslaap.' Waarom worden bladeren geel of rood? 'Bladeren danken hun groene kleur aan chlorofyl maar in het najaar verliezen ze steeds meer chlorofyl. De gele en rode kleurstoffen blijven over en kleuren de bladeren rood, geel en oranje.' Wietze vraagt of iemand een idee heeft van de hoeveelheid verschillende soorten insecten die er leven op één boom. Tot ieders verbazing blijken dat gemiddeld twee- tot driehonderd soorten te zijn.



Besjes kardinaalsmuts

Meidoorn

Ook over de meidoorn valt veel moois te vertellen. 'Deze inheemse boom bloeit in mei, vandaar de naam. Na de bloei maken de witte bloemen plaats voor rode besjes. Die besjes noemen we in de biologie embryo's; in elke besje zit een zaadje waar weer nieuw leven uit voort kan komen.' De meidoorn werd al door de Romeinen gebruikt om als haag de akkers af te schermen. Ook in de huidige tijd wordt de meidoorn voor hagen gebruikt. De meidoorn werd vroeger gezien als een plant met beschermende gaven. In Athene droegen bruiloftsgasten een meidoorntak als teken van geluk en voorspoed voor het bruidspaar. Vogels nestelen graag tussen de stekelige takken en eten de voedzame besjes.

Blad niet opruimen

De bramen aan de struiken langs het schelpenpad zijn geplukt of door vogels opgegeten maar toch vindt Wietze nog een braam.

'Zien jullie al die bolletjes? De bloem van een braam bestaat uit heel veel kleine bloemetjes en elk bolletje is ontstaan uit zo'n bloempje.' De wandeling gaat verder langs de Poptawei waar de bermen mooi begroeid zijn en hier en daar bloeien nog bloemen als: klaver, madeliefjes, kamille en margrietten.

Dan zijn we terug bij Eeltsje's Hiem waar koffie met Friese koek klaarstaat. Ieder krijgt een paddenstoelen-zoekkaart mee naar huis. 'Paddenstoelen zie je nog wel in het bos maar wacht niet te lang. Heb je een tuin, laat het afgevallen blad dan liggen tot het voorjaar want allerlei diertjes maken er gebruik van en vinden er bescherming', geeft Wietze de natuurliefhebbers mee.

Tekst: Corry van der Meer
Foto's: Siska Alkema



De bloem van een braam bestaat uit heel veel kleine bloemetjes en elk bolletje is ontstaan uit zo'n bloempje

Berber Pasveer
uitvaartzorg



Professioneel, oprecht betrokken
en liefdevol; dat is wie ik ben.

Dag en nacht bereikbaar 06 - 15 96 60 90

berberpasveeruitvaartzorg.nl

SCHOENMAKERIJ EN MEER...



Schoen en Sleutelservice
Bilgaard



Depothouder



UW SCHOENMAKER EN MEER...

- ✓ SCHOEN REPARATIE
- ✓ SLEUTELSERVICE
- ✓ STOMERIJSERVICE
- ✓ GRAVEERSERVICE
- ✓ FOOT REPAIR
- ✓ ONDERHOUDSMIDDELEN
- ✓ 24/7 SLEUTELDIENST
- ✓ AUTOSLEUTEL SPECIALIST

WWW.SCHOENMAKERIJBILGAARD.NL
WWW.AUTOSLEUTELSPECIALIST.NL

Maandag t/m Vrijdag van 9.00 uur tot 17.00 uur
Zaterdags en Zondags gesloten
Whatsapp  06 11 43 40 26

Bilgaardpassage 85, 8918 HT Leeuwarden
Telefoon 0611434026 | info@schoenmakerijbilgaard.nl



VAN DER KOOI
TANDPROTHETISCHE PRAKTIJK



VAN DER KOOI
TANDHEELKUNDE

Ook het adres voor reguliere tandartsbehandelingen



**Uw erkende
specialist in
kunst- en
klikgebit**

Bel voor informatie
of een afspraak
0519 - 297585



Leeuwarden
Havingastate 11 F
8925 AZ Leeuwarden
058-2895549

Dokkum
Op de Keppels 26
9101 DH Dokkum
0519-297585

www.tandheelkundevanderkooi.nl



Organisatie van
Nederlandse
Tandprothetici

2024, HET JAAR VAN DE NAAMSVERANDERING

Zonnepark Westeinde kijkt terug op een bijzonder jaar. In dit artikel blikken we terug en kijken met plezier en vertrouwen vooruit.

Een wandeling langs Zonnepark Westeinde leert dat het park er weer winterklaar bij ligt. Er is druk gewerkt de afgelopen weken: er is gehekkeld zodat de sloten weer vrij zijn van riet en groenpartner en werkleerbedrijf Van Beets heeft het gras en de planten gemaaid. De afgelopen jaren lieten we die plantengroei meer z'n gang gaan. We hebben geleerd dat dat niet altijd even goed werkt voor de aansluitingen onder de panelen. Om te voorkomen dat weelderige plantengroei zich rond kabels en stekkers slingert, hebben we besloten vaker te maaien. Al is het maar om te voorkomen dat kabels beschadigd worden bij het machinaal verwijderen van onstuimige plantengroei.

Zon en groen

Met het winterklaar maken, sluiten we ook het meest zonnige deel van het jaar af. Daarbij past dat we stilstaan bij een bijzonder jaar. We hebben de naam van de stichting, eigenaar van het zonnepark, aangepast. De vertrouwde naam Westeinde Energieneutraal dekte niet langer de lading. Nu we het eerste geld in de vorm van subsidie kunnen gaan uitkeren, besloten we dat dat niet alleen gericht moest zijn op energietransitie. Het geld van de stichting willen we besteden aan initiatieven in Westeinde, bedoelt voor leefbaarheid, verduurzaming, circulariteit of energietransitie.

Het doel van de stichting is breder geworden en daarbij past een andere naam: Duurzaam Westeinde. Met een nieuw logo, ontworpen door Siska Alkema. Met de zon, het groen en vorm van Westeinde in één beeld gevangen.



Op 25 april hielden we in Eeltsje's Hiem een informatieavond over de totstandkoming van het park, de stichting en de stap naar het verlenen van subsidies aan de wijk. Een mooie avond met gezonde belangstelling. En een goed moment om vaker te vertellen wat we doen op en met ons zonnepark.

Duurzaam vooruitgaan

Het afgelopen half jaar heeft onderhoudspartner Equans veel werkzaamheden verricht op het zonnepark en met name aan reparatie en technisch onderhoud. De gecompliceerde techniek heeft ons het afgelopen jaren een aantal keren in de steek gelaten. Vaker dan ons lief was, moest er reparatie of vervanging van onderdelen plaatsvinden. En helaas gaat dat dan direct ten koste van het opwekken van energie.

Maar niet getreurd. Technische mankementen op een zonnepark staan immers in geen enkele verhouding tot wat er op de wereld en in tal van landen plaatsvindt. Niet door natuurgeweld maar door menselijk handelen. Het is ons geluk dat wij kunnen blijven werken aan vooruitgang, aan verduurzaming en een leefbare wijk Westeinde.

Wil je meer weten over subsidies voor je initiatieven? Zie onze advertentie elders in dit nummer of surf naar: [sweleewuwarden.nl](https://www.sweleewuwarden.nl)

We wensen iedereen een genoeglijke winter!

DUURZAAM WESTEINDE: ENERGIE VOOR EEN LEEFBARE WIJK!



HEB JIJ EEN GOED IDEE?

Help mee om jouw wijk Westeinde nóg mooier, beter en groener te maken!

Draagt jouw plan of project bij aan het algemeen belang? En aan leefbaarheid, energietransitie, duurzaamheid en/of circulariteit in en van Westeinde?

Doe je zelf ook een duit in het zakje?
Dan betalen wij mee! Lees hoe het werkt!

Meer weten?

Kijk op pagina 23 van deze BuitenWesten.
Of ga naar: www.duurzaamwesteinde.nl



Woensdagmiddag: technisch lego middag!

De afgelopen 9 weken hebben we in Eeltsje's Hiem middagen georganiseerd waar kinderen vanaf 8 jaar met technisch Lego konden experimenteren. Veel werd (na)gebouwd van voorbeelden. Daarna werd gekeken of ontwerpen verbeterd of veranderd konden worden. De groep was klein en zeer enthousiast waardoor het voor ons een feest was om met de kinderen te werken.

Veel kinderen komen vandaag de dag minder in aanraking met techniek; ondanks alle mobieltjes en computers om ons heen. Techniek wordt een steeds belangrijker onderdeel van onze samenleving; het is dus goed dat kinderen al vroeg kennis nemen van technische en natuurkundige wetten.

Op de laatste dag van de serie bijeenkomsten hebben de kinderen aan hun ouders laten zien wat ze zoal gemaakt hebben en waar de bouwwerken voor dienen.

De opzet van deze eerste serie technisch legomiddagen was zeer bescheiden, maar zeker niet minder geslaagd. Het is de bedoeling dat er medio oktober weer een serie bijeenkomsten gepland staan met enkele verrassende uitbreidingen.

Wij hopen dat de belangstelling in het nieuwe seizoen weer zo groot is en zo mogelijk nog groter!

Fred Vermeulen en Henk de Wit



Dit jaar organiseerden de Vlinderstichting en Stichting Groenkeur voor de derde keer de verkiezing van de BovensteBeste Bermbeheerder. Het publiek nomineerde de kandidaten waarna de jury een selectie maakte van de vijf meest aansprekende kandidaten, waaronder het maaiteam van de gemeente Leeuwarden. De Vlinderstichting wil bermbeheerders die zich inzetten voor ecologisch bermbeheer graag in het zonnetje zetten.

Maaiteam gemeente Leeuwarden

Leeuwarden werkt al jaren aan het verhogen van de biodiversiteit in het gemeentelijk groen met als doel om door maaien de diversiteit van de flora en fauna te stimuleren. Minne Zwanenburg, toezichthouder klein maaibestek, legt uit dat bij het maaibeheer van de gemeente twee doelen worden nagestreefd: het bevorderen van biodiversiteit en zorgen voor verkeersveiligheid. 'We zorgen dat er genoeg planten en bloemen zijn voor insecten en andere dieren, maar we letten ook goed op de veiligheid.'

Het ecologisch maaibeleid krijgt steeds meer waardering van burgers. Zo ook in Westeinde? De redactie vroeg het Marinus Tijsma, toezichthouder groot maaibestek. 'Mensen moeten eraan wennen dat bermen een meer verwilderde indruk maken. Je moet bedenken dat we werken aan verbetering van de biodiversiteit en bloeiende bermen zijn daarbij van groot belang. Westeinde is een mooi voorbeeld van burgers die het verschil zien. Als ze de begroeiing te hoog vinden dan bellen ze.'

Of de berm dan gemaaid wordt, hangt af van diverse factoren zoals: de verkeersveiligheid, de hoogte van de begroeiing en of bloemen nog moeten uitbloeien voor extra zaad. De gemeente heeft een eigen zadenbank. Om de biodiversiteit te versterken, wordt gekozen voor inheemse zaden en planten die in het gebied thuishoren.

Foto: Geert Draaisma
Tekst: Corry van der Meer
Bron: Vlinderstichting



Meer soorten teruggekomen

'We maaien gefaseerd, dat betekent dat we nooit alles in één keer maaien. Bij elke maaibeurt slaan we een stuk over dat bij de volgende maaibeurt aan de beurt komt. Zo blijft er altijd iets staan. We maaien tot vier keer per jaar. Door deze methode zijn er in de afgelopen jaren weer meer soorten planten en dieren teruggekomen. Zo helpen we de wilde bijen, vlinders en vogels die in aantal afnemen.' Zwanenburg is het meest trots op de orchideeënberm bij De Groene Ster. 'Maar ook de fietspaden buiten de stad zijn prachtig met veel bloeiende kruiden en grassen.'

Verbeteren biodiversiteit

Ook in Westeinde zijn de bloeiende bermen in het voorjaar en de zomer een lust voor het oog.

Door maaien meer bloemen

'Het iedereen naar de zin maken lukt niet', zegt Marinus. 'Mensen zijn gauw geneigd negatieve klachten door te geven. Dat 5 % verkeerd gaat en 95 % goed wordt weleens vergeten.' Marinus en zijn team streven ernaar bermen mooier en bloeiend te krijgen maar dat kost tijd.

'Mensen vinden het jammer als een bloeiende berm wordt gemaaid en dat is een goed teken maar als je niks doet, bloeit er op een gegeven moment ook niks meer.'

Als de bermen volop bloeien en als de vlinders, bijen en andere insecten tussen de bloemen fladderen en zoemen, dan horen de hoveniers weleens iemand roepen: 'Goh, wat bloeien de bermen mooi!'



obs de Pölle is onderdeel van
elan
onderwijsgroep

Stap eens binnen bij obs De Pölle

Waar jouw groei centraal staat

Op zoek naar een persoonlijke kleinschalige dorpsschool waar je mag zijn wie je bent? Maak dan kennis met obs De Pölle in Marssum.

Bij obs De Pölle leer je alles wat je nodig hebt voor de toekomst. Je ontdekt hoe je van betekenis kunt zijn voor anderen. Samen helpen we elkaar groeien. Hier word je gezien en aangemoedigd om te worden wie je wil. Leren doe je zelf, maar niet alleen.

Wij geloven in meertalig onderwijs waarin jij wordt uitgedaagd om tot concrete resultaten te komen.

We houden ervan om samen te werken. De lijnen met onder anderen peuteropvang Pikepölle, buitenschoolse opvang: De Pölle (onderdeel van Kinderopvang Friesland), lokale logopedisten, fysiotherapeuten en het gebiedsteam zijn kort.

Benieuwd geworden? Kom dan gerust vrijblijvend een kijkje nemen.
Je bent welkom!

Adres: Skoallestrjitte 28, 9034 GL Marsum

Even bellen mag natuurlijk ook, wij zijn bereikbaar op: 058 254 16 81.

waar talenten bloeien
door samen te groeien

elanonderwijsgroep.nl



Fidesta
Vliethuus

Zelfstandig, beschut wonen voor ouderen met lichte tot matige zorg die eigen regie behouden. Dat kan bij Fidesta Vliethuus in Leeuwarden.

Samen, veilig en vertrouwd
Een vertrouwd thuis, dat is wonen bij Fidesta Vliethuus. U woont bij ons zelfstandig in een eigen appartement, met vrijheid en regie over uw eigen leven.

Bij ons wonen is je thuis voelen met de gezelligheid van samen mogen zijn, veel aandacht voor welzijn en je veilig voelen. U bent bij ons nooit alleen, er is altijd iemand nabij. Dat geeft een vertrouwd gevoel.

Zorg, welzijn en gezelligheid
Wij verlenen lichte tot matige zorg met veel aandacht voor persoonlijk welzijn, wekelijkse activiteiten, warmte en huiselijke gezelligheid.

In onze centrale ruimte schuiven bewoners aan voor een kopje koffie of thee, voor een spelletje of voor een praatje. Iedere dag wordt er gekookt met verse groenten, vlees of vis en vegetarisch.

Heeft u een zorgindicatie en heeft u interesse om bij ons te komen wonen?

Neem dan contact met ons op voor een rondleiding.

U bent van harte welkom!

Meer informatie:
06 48560584
info@fidesta-vliethuus.nl

Noordvliet 443
8921 HH Leeuwarden

Fidesta
Vliethuus
een vertrouwd thuis

"Warm en huiselijk"



Recept van de redactie: Risotto con funghi e noci

Oftewel risotto met paddenstoelen en noten, een heerlijk recept voor een van de kerstdagen. Je kunt er een mooi kerstmenu van maken door te beginnen met een tomatensoepje van verse tomaten en als nagerecht serveer je bijvoorbeeld affagato.

Supermakkelijk want affagato is niets meer dan een bol vanille-ijs waar je een scheut sterke koffie overheen giet. 'Affagato' betekent verdronken ijs en naar verluidt bracht Marco Polo het recept vanuit China mee naar Italië. Een kerstmenu zonder stress want je kunt het meeste van te voren bereiden en/ of klaarzetten.

Hoe bereid je de risotto:

Rooster de walnoten een paar minuten in een hete droge koekenpan. Bak de paddenstoelen een beetje bruin in een droge koekenpan. Roerbak de ui en salie een paar minuten in een scheut olie. Voeg de knoflook en de risottorijst toe. Bak mee tot de korrels een beetje glazig zijn. Blus de rijst af met de witte wijn. Draai het vuur omhoog en breng de wijn al roerend aan de kook. Zorg intussen dat de bouillon in een steelpan, tegen de kook aan, klaarstaat.

Je kunt de risotto bereiden op de traditionele manier maar 'luie risotto' is net zo lekker. Nadat de wijn is verdampt voeg je het grootste deel van de bouillon toe en laat je rijst op een laag vuurtje in zo'n 20 minuten beetgaar koken. Wel zo nu en dan roeren en als het te droog wordt bouillon toevoegen.

Voeg royaal zwarte peper uit de molen toe, hussel de paddenstoelen, de kaas en de noten door de rijst en laat dit nog even mee warmen. Voeg het grootste deel van de peterselie toe, de rest strooi je over de risotto voor je het opdient. Dien de risotto op in diepe borden.

Veel succes en eet smakelijk!
Hartelijke groet van de redactie



Jouw recept in de maart-editie? Stuur vóór 1 februari een mailtje naar redactie@wijkbelangwesteinde.nl.

Wat heb je nodig voor de risotto? (4 pers.)

800 ml groentebouillon
350 g risottorijst
400 g kastanjechampignons, schoongeveegd en in parten gesneden
200 ml droge witte wijn (of vervangen door groentebouillon)
100 g Parmezaanse kaas, geraspt
100 g walnoten, grof gehakt
Een scheut olijfolie
Veel gehakte peterselie
1 rode ui, fijngesneden
1 flinke teen knoflook, gehakt
2 tl gedroogde salie
Zwarte peper, naar smaak zout



Wie isoleert...



**NIEUWE
SUBSIDIES**
beschikbaar!

...zit er warmpjes bij!



energieloketleeuwarden.nl/isoleren

**HET
ENERGIE**  **LOKET**
Gemeente Leeuwarden

Gemeente Leeuwarden

**Windmolens of
zonneparken?**



Denk mee over wat Leeuwarden energie geeft



Scan de QR-code of vul de vragenlijst
in op www.leeuwardenenergie.nl





De redactie van
BuitenWesten
wenst al haar lezers
en adverteerders
mooie kerstdagen toe

en

een fantastisch &
vooral gezond 2025!

Er moeten mensen zijn
die zomervliegers oplaten
als het ijzig winterd,
en die confetti strooien
tussen de sneeuwvlokken.

Die mensen moeten er zijn.

Er moeten mensen zijn
die op het grijze asfalt
in grote witte letters
LIEFDE verven

Die mensen moeten er zijn.

Weet je,
er moeten mensen zijn,
die bellen blazen
en weten van geen tijd
die zich kinderlijk verbazen
over iets wat barst
van mooiigheid
Ze roepen van de daken
dat er liefde is
en wonder
als al die anderen schreeuwen:
alles heeft geen zin
dan blijven zij roepen:
nee, de wereld gaat niet onder
en zij zien in ieder einde
weer een nieuw begin.

Toon Hermans

Nog geen lid van Wijkbelang Westeinde?

Voor maar één tientje per jaar ben je al lid en krijg je korting bij veel activiteiten zoals: muziekmiddagen, kinderactiviteiten en het wijkfeest. En, ook heel belangrijk, je draagt bij aan het mooi en leefbaar houden van onze wijk. Bovendien krijg je de NieuwsFlits in je mail.

Meld je aan via: wijkbelangwesteinde.nl / lid worden

Bent je lid van Wijkbelang Westeinde en ontvang je de Nieuwsflits nog niet? Stuur een mailtje naar prcom@wijkbelangwesteinde.nl en het wordt geregeld.

**Benieuwd naar uw aan- of
verkoopmogelijkheden? Wij
komen graag vrijblijvend
kennis met u maken.**

DAAROM MAKELAARDIJ FRIESLAND

**AFGELOPEN JAAR
500+
WONINGEN VERKOCHT**

**GEMIDDELD CIJFER
9.1
OP FUNDA.NL**

**MET ONZE 4 KANTOREN
ZIJN WE IN HEEL
FRIESLAND ACTIEF**



WEKELIJKSE ACTIVITEITEN SEIZOEN 2024 - 2025

MAANDAG

13:00 - 16:00 uur

Digitaal inloopsprek- uur en buurtkamer

Heb je vragen over het gebruik van je telefoon, computer etc.?
Loop tot 14.00 uur binnen bij het digitaal inloopsprek-
uur. Heb je vragen over schulden, mantelzorg, opvoeding of een andere
ondersteuningsvraag? Kom dan ook langs, de medewerkers van
Amaryllis helpen je graag. Wil je liever een afspraak maken?
Bel dan naar: 058 303 04 01

DINSDAG

9:30 - 11:30 uur

Wandelen

Met de fiets verzamelen bij de hoofdingang van de Noorderbegraaf-
plaats. De wandelgroep fietst naar het Leeuwarder bos om daar een
mooie wandeling van zo'n 7 tot 8 kilometer te maken. Nog vragen?
Neem contact op met Hillie Tjallings via 06 288 433 63

13:30 - 17:30 uur

Bridgeclub Dames Troef

Van oorsprong waren het alleen dames die bij deze club bridgeden
maar tegenwoordig zijn heren ook meer dan welkom. Vragen?
Stuur een mailtje naar Annie Kemps: a.kemps@compaqnet.nl

WOENSDAG

9:30 - 11:00 uur

Gymnastiek Nocht en Wille voor 60+

Aan de conditie werken en fit blijven, kan bij deze gymnastiek-
vereniging. Na de gym is het tijd voor een kopje koffie.
Kom gerust langs om een les mee te doen en te ervaren
of de gymles iets voor u is.

19:30 - 22:30 uur

Bridgeclub Westeinde

Iedereen is welkom bij de bridgeclub, ook bridgers die niet in West-
einde wonen en/of met minder ervaring. Inlichtingen bij Rob van Dijk
058 213 77 45 of 06 153 228 08 of Bert van der Werff 058 215 38 32

20:00 - 22:00 uur

Naailes

Onder leiding van Hillian Rijpstra beter leren naaien.
Wil je je aanmelden en/of informatie, stuur een mailtje naar:
hillianrijpstra@gmail.com

DONDERDAG

10:00 - 11:00 uur

Bakkie in de Buurt

Een gezellige bijeenkomst voor senioren met wisselende activiteiten
zoals een spreker, een quiz of een spelletje, maar vooral met aan-
dacht voor elkaar. Kom gerust langs

10:00 - 12:00 uur

Aquarelleren

Schilderen met waterverf. Je bent van harte welkom om mee te doen

13:30 - 16:30 uur

Klaverjassen

Elke donderdagmiddag worden de kaarten geschud. Kom ook om
dit populaire kaartspel mee te spelen!

13:30 - 16:00 uur

Schildersclub Passe-Partout

Schilderen met acrylverf en olieverf. Je bent van harte welkom
om mee te doen



**Twijfel je of
je recht hebt
op bijstand?
Check het op
onze website!**

Slaapadvies van A tot Zzzz...



Pullman Leeds



Cinderella boxspring



**Gestoffeerd ledikant
Desire**



**Nieuwe collectie
Eastborn matrassen**



Ledikant Lennard

Eastborn®

Cinderella
SINCE 1952

BODYPRINT®

PULLMAN

**Kreeft
bedden**



sinds
1976

Groningerstraatweg 183
Leeuwarden
058 - 215 18 66
www.kreeftbedden.nl