



Ik ben al 10 jaar lid van de Spelletjes Commissie Pingjum!



Startende Franchise gastouder in Makkum



Première natuurfilm Henry Spruyt



De kiker op...

Compasity is een nieuw jong en dynamisch bedrijf in Makkum



Vlnr: Paul Kanbier, Lieske Hofland, Monique van Dijk en Marinus van der Wal

Makkum - Sinds maart 2010 is Compasity gevestigd aan de Lieuwkemastraat 11 in Makkum. We horen vaak "wat zijn jullie voor een bedrijf", aldus Paul Kanbier directeur van Compasity. Hoogste tijd dus dat wij ons even voorstellen. Compasity is een jong en dynamisch bedrijf. We zijn gespecialiseerd in managementinformatie oplossingen voor bedrijven. Dat klinkt misschien wat vaag en ingewikkeld, maar het houdt in dat we software ontwikkelen en systemen bouwen voor klanten waarmee de informatievoorziening wordt geoptimaliseerd. We zijn in staat om vanuit verschillende systemen informatie te halen en deze samen te laten komen in één centrale database.

Door de informatie op deze wijze te "verzamen" kunnen we allerlei analyses en (management) rapportages maken op basis waarvan bedrijven gerichte marketing en verkoop activiteiten kunnen

ondernemen. Compasity beschikt over technieken die een toegevoegde waarde bieden bij het ont-dubbelen van (klant)gegevens, en het uniformeren en controleren van een juiste adres-schrijfwijze. Poststukken worden hierdoor eenmalig verzonden naar het juiste adres. Overige software producten die wij reeds hebben gebouwd voor onze klanten zijn o.a. een "gegevens/informatie- "opschoon-straat" in combinatie met een marketing database, een bedrijfsartsenagenda, een contract opzeg-systeem, een procesvolg-systeem, een online service desk en online registratie- en informatiesystemen. Vanuit ons kantoor bedienen wij onze klanten zowel nationaal als internationaal. Compasity werkt onder andere voor de KNVB, Joop van der Ende en SEE Tickets, T-Mobile, ArboNed, ArboAnders, Bookit (weekendjeweg.nl), en overige bedrijven op het gebied van media, entertainment, reizen en vrijetijdsbesteding.

HUISMAN
DAK- & ZINKWERKEN
makkum

0515-231008 06-43441878

voor al uw dakbedekkingen
en zinkwerken

www.dakenzinkwerken.nl

ROEMER
MONTAGE
elektro sanitair afbouw

Donovan Roemer

Lieuwkemastraat 53 - 8754 BL Makkum
Mobiel: 06 54 985 246 - Fax: (0515) 23 25 33

DANSCAFÉ
SKIPPERS
Makkum "Het leukste danscafé van Friesland"
Geopend; Donderdag, Vrijdag en
Zaterdag vanaf 20.00 uur
danscafé skippers waagweg 3 8754 af makkum tel. 06 - 518 262 77

Witmarsum, De Dole 9



Aan (vaar)water en aan rand van dorp gelegen grote, energiezuinige, vrijst. woning met o.a. 4 slaapkamers, inpandige garage en 567 m² eigen grond.

Vraagprijs € 348.000,- k.k.

KINGMA WALINGA
makelaars onroerende zaken

Voorstraat 1 Makkum • tel. 0515 - 233 664

www.kingmawalinga.nl

funda
powered by nvm



Info

Kerkdiensten

zondag 6 februari

K.C. "Het Anker"

9.30 uur ds. J. van Olfen

R.K. kerk

9.30 uur pastor G. Kamsma

Baptisten Gemeente dienst te Workum/Makkum

9.30 br.W.Greven, Stavoren H.A.

Doopsgezinde Gemeente dienst te Hindeloopen

9.30 uur zr. T.Tholen-Haagsma

Huisartsen Wûnseradiel

Heeft u 's avonds, weekends of feestdagen of 's nachts dringend een huisarts nodig, bel dan 0900-112 7 112, u krijgt dan een dokters-assistente aan de lijn. De Dokterswacht is te vinden in het Antonius ziekenhuis, Bolswarderlaan 1, 8601 ZK in Sneek. (via de ingang Spoedeisende Hulp(SEH)).

Aanvraag Kraamzorg

Sneek tel. 0515-460444 www.kraamzorgsneek.nl

Tandarts

Spoedgevallen op zaterdag en zondag 's ochtends om 11.00 uur en 's avonds om 17.00 uur kunt u terecht in de betreffende Tandartspraktijk O.Y. Hoekstra, Ds. L. Touwenlaan 1, Makkum. tel. 0515-232380
- Het is verplicht een identiteitsbewijs mee te brengen

Dierenartsenpraktijk "de Dijken"

Voor spoedgevallen 0517-531274
spreekuren gezelschapsdieren: ma, woe, vrijdag: 14.00-14.30 uur, Botterstraat 45a, Makkum. tel. 0515-231718

Het Anker, Buren 15

Logopedie Geerte Vogel, tel. 06-12264972

It Ankerplak, Bleekstraat 36a

Zuigelingen/Kleuterbureau op afroep

Huisartsenlab./Trombosedienst

donderdag van 9.00 tot 9.15 uur
Praktijk voor stoelmassage en magnetiseren
www.momentvoorjezelf.com

Fysiotherapiepraktijk "In e Fûke" Makkum

ook kinderfysio therapie en fysio fitness
De Voorn 35, tel. 0515-232221
Afspraken maandag t/m vrijdag van 7.30 tot 15.00 uur

Fysiotherapiepraktijk Tjeerdema Makkum

Fysiotherapie – Meridiaantherapie,
Engwierderlaan 7, tel. 0515-232119

Fysiotherapiepraktijk Fysio Witmarsum

Van Aylvaweg 16, tel. 0517-531901
www.fysiowitmarsum.nl
tevens groepstrainingen en (bedrijfs)fitness

Thuiszorg Zuidwest Friesland

Kantoor "Het Anker" tel. 0515-233720 b.g.g. 0515-461100
Thuisverpleging- en verzorging (ook persoonsgebonden budget)
Informatie, advies en bemiddeling

Thuiszorg Zorgkompas

Huishoudelijke hulp, verzorging en verpleging
24 uur per dag bereikbaar via tel. 0517-431231

Ouderenadviseur

Spreekuur iedere dinsdag van 9.00-10.30 uur, tel. 0517-533336,
tevens inloopspreekuur, gemeentehuis Witmarsum

Woonzorgcentrum Avondrust

tel. 0515-231655 voor uw warme maaltijd voorziening
7 dagen per week

Maatschappelijk werk

Spreekuur elke werkdag van 8.30-9.30 uur
tel. 0515-573763. In crisissituaties buiten kantoor tijden
tel. 058-2132000 SOS telefonische hulpdienst

Vragen over welzijn, wonen en zorg?

WMO loket: bibliotheek Makkum tel. 0515-231385
di. vr. 14.00-21.00 uur; woe 14.00-21.00 uur tel. 0515-231385

Begravenis en Crematie verzorging Makkum e.o.

Bode mevrouw B. Kooistra-Hoekstra
tel. 0515-852958 / b.g.g. 06-20441818

Familieberichten

Mijn hart is gerust, o God, ik wil zingen en spelen.

Psalm 108 : 1

Met verdriet, maar dankbaar voor alles wat ze voor ons heeft betekend,
laten wij u weten dat vredig en in vol vertrouwen van ons is heengegaan,
mijn innig geliefde vrouw, ús mem, beppe en oerbeppe

Hieke Mensonides-de Vries

☆ Scharl, 28 juni 1925

† Sneek, 30 januari 2011

☞ 30 april 1946

Sneek:	Siebre Mensonides
Amsterdam:	Jelle en Tineke Nynke Maarten en Leontien Sanna
Siegerswoude:	Sybre en Froukje Sjoerdsje Hieke Sybre Jelle Anna Geartsje
Harlingen:	Jan Lieuwe en Ans Menno en Jorien Radboud Niels en Rianne Jelmer
Cornwerd:	Geertje †
Cornwerd:	Lieuwe Jan en Aukje Sybre Bauke en Michelle, <i>Joshua, Cameron</i> Sjoerd Jelle en Dafne Annigje Hieke
Mabton USA:	Age en Tryntsje Hedy en Scott, <i>Aydan, Jouke Siebre, Thysje</i> Joreen en Auke Amy Kristyn Sabrina
San Jose USA:	Klaas
Cornwerd:	Gerard en Joke Hillie en Folkert Hickie Tryntsje Geerie
Driehuis N.H.:	Wiepko Tomas Daniël

Troelstrakade 22/35
8603 AP Sneek

De afscheidsdienst zal worden gehouden op vrijdag 4 februari om 11.00 uur
in de Oosterkerk, Leeuwarderkade 19 te Sneek.
Aansluitend zal de begrafenis in familiekring plaatsvinden te Cornwerd.

Vanaf 10.15 uur is er gelegenheid tot condoleren in de Oosterkerk.

**Plaats uw familiebericht
in de Makkumer Belboei**

Neem contact op met de redactie

0515-231687 / a.quarre@hetnet.nl



Familieberichten



Een wonder in een wiegje
iets mooiers kan er niet bestaan
Weet dat onze liefde
jouw hele leven met je mee zal gaan

Thomas

Is geboren op 20 januari 2011
om 05:40
Gewicht: 2880 gram en 50 cm lang

Willem, Nynke en Emma Prehn
It Ferset 11
8754 LB Makkum

Leave Pake

De bern binne bliid.
Pake giet yn 'e fut,
no hat er noch mear tiid.
Fiskje, 't lân yn en in protte
mei Beppe derop út.
Noflike tiid tawinske
en fan ús allegearre in dikke tút!!!!

Niels en Esmée, Jesse en Inge,
Lucas, Senna en Gjalt



Verbouwen of nieuw?

Bel ons voor bouwtechnisch advies en vrijblijvende offerte.
Al meer dan 90 jaar zijn wij het adres voor verbouw of nieuwbouw van woningen, boerderijen, bedrijfsgebouwen en diverse restauratiewerkzaamheden.

Bel voor een afspraak!

Hichtumerweg 2 8701 PG Bolsward t.0515-572516 f.0515-3533 E-mail info@huitemabv.nl

melk
Harry & Willem de Boer



telefoon 0515-231488 of 232547
Harry mobiel: 06 22815397

Optimal Yoghurt Aardbei, 1 liter.....	1.59
Rauwe Ham.....per pakje	25 cent korting
Honig Mie, pak 500 gram.....nu	99 cent
Honig Mix voor Bami.....nu	69 cent
Dreft Wasmiddel, 9 doseringen.....nu	2.89
Everyday Macaroni, 500 gram.....	59 cent
Everyday Pastasaus, 500 gram.....	89 cent
Gesneden Snijbonen, 250 gram.....	1.69
Rode Kool, per stuk.....	99 cent

Aanbiedingen geldig van do. 3/2 t.e.m. wo. 9/2

Leve de man van de SRV!

Uw slager weet wat u lekker vindt

Profiteer van 3 t/m 5 februari
van dit smakelijke voordeel



Kerkstraat 24, Makkum, Telefoon 0515 23 15 78

Rundvleesvoordeel

Runderschnitzel

100 gram

1,80

Varkensvleesvoordeel

Makkumer Steak

100 gram

1,45

Vleeswarenvoordeel

100 gram **Mosterd Spekrollade +**
100 gram **Salami**

samen

2,98

Salade van de Week

Tomaat Mozarella Salade

150 gram

2,09

Speciaal voor u gemaakt

Kip Champignon Rol

100 gram

1,45

Yneke zegt:

Ik ben al 10 jaar lid van de Spelletjes Kommissie Pingjum!



* Yneke tien jaar vrijwilliger SKP

Pingjum - Op 22 januari werd Yneke Odinga in het zonnetje gezet. Zij is namelijk al 10 jaar erg actief als vrijwilliger voor de Spelletjes Kommissie Pingjum (SKP). De overige SKP-leden vinden

dit erg bijzonder, vandaar dat zij een verassing-dinertje organiseerden voor het feestvarken. Het was een hele klus om Yneke op locatie te krijgen, want ze mocht echt niets vermoeden. Yneke werd verwelkomd met een boeket van fluitjes, vingerpoppetjes en stuiterballen en ze kreeg een outfit gemaakt van ballen. Natuurlijk moest Yneke steeds herinnerd worden aan het doel van de commissie, dus mocht ze af en toe een greep doen in een grabbelton. En wat bleek... ze moest zelf een aantal spelletjes spelen: een fries woorden-spel, een fotospel en chipskettingen rijen! En natuurlijk was er een cadeautje, een zilveren SKP-bedeltje speciaal voor haar gemaakt bij edelsmederij Elske te Pingjum.

Yneke, bedankt voor jouw inzet! De kinderen in het dorp en de overig SKP-leden willen er nog jaren van genieten!

Pop-/rockband The Badgers in de Djippert

Ferwoude - Zaterdag 5 februari a.s. zal de top-band The Badgers optreden in dorps huis 'de Djippert' te Ferwoude. Uit ervaring weten we dat een optreden van the Badgers staat voor een geweldige feestavond. We nodigen iedereen dan ook van harte uit om dit feest mee te maken.

De 5-mans formatie The Badgers brengen een Rock-, Pop- en Nederpopshow vol nieuwe nummers en bekende classic mega hits. De band wisselt oude klassiekers af met actuele popnummers van bijvoorbeeld Robbie Williams en Gavin Degraw. Het repertoire wordt aangevuld met Nederlandstalige meezingers van bijvoorbeeld Blof, Marco Borsato en Van Dik Hout.

Optredens van The Badgers zijn een feest van herkenning voor een ieder die van Poprock houdt. Ze weten, door het eigentijdse vrijgevochten enthousiasme van de bandleden, steeds iets extra's toe te voegen aan het originele nummer. Met een ongekende gretigheid steken ze soms oude nummers in een nog strakker passend jasje. Die benadering geeft de band een volstrekt eigen herkenbaar geluid. De show werkt naar een duidelijke climax toe, waarbij lang stilzitten vrijwel onmogelijk is, en dat is nu net waar het The Badgers om te doen is. Kom dus allen zaterdag 5 februari vanaf 22.00 uur naar dorps huis 'de Djippert' in Ferwoude, voor gezellige feestavond. De entree bedraagt € 7,-

Dansexpressie / Yoga in Parrega

Parrega – Dansexpressie onderscheidt zich van andere vormen van dans, waaronder bv. volksdans, jazz of blues. Daarbij gaat het om de eigen beweging van de danser, waarbij uitdrukking wordt gegeven aan de eigen beleving. En dit wordt vormgegeven in een danstaal d.m.v. dansexpressie kom je dichtbij je gevoel en is het mogelijk je persoonlijk te ontwikkelen. Daarbij is dansexpressie voor iedereen en elke leeftijd. Specifiek tijdens deze lessen is niet alleen de beweging die d.m.v. dans naar buiten is gericht, maar wordt ook een deel van de lessen besteed aan yoga-/ontspanningsoefeningen. Welke naar binnen zijn gericht. Door o.a. bewuster leren om te gaan

met de ademhaling, kun je leren je te ontspannen. En dat in het dagelijkse leven toepassen. De volgende onderdelen komen aan bod: Lichaamsbewustzijn, gronden, creativiteit en in-/ontspanning. En niet te vergeten plezier, alleen en samen met anderen.

Als je nieuwsgierig bent geworden of wilt deelnemen aan de lessen, dan kunt je je opgeven bij: Marjan Faber in Parrega, tel. 0515-579253. De lessen worden gegeven in de Gearhing in Parrega, de bedoeling is dat er deze maand mee gestart wordt op woensdagavond. Het aantal lessen is 6 à 7 keer, de kosten worden in nader overleg bepaald.

Gouden Hantsjes

Witmarsum – Op zaterdag 12 februari speelt toneelvereniging Surprise uit Witmarsum het stuk "Gouden Hantsjes" in de Gekroonde Roskam aan het Kaatsplein te Witmarsum. De voorstelling begint om 20.00 uur. Gouden Hantsjes is een tragikomedie, geschreven door Haye van het Heiden. Hoofdpersoon is Louis, een welgestelde gepensioneerde zakenman, die goed weet wat vrouwen willen. Door de verkoop van parfums en sportbeha's is Louis schatrijk geworden. Als zijn tweede vrouw Emma, waar hij heel gelukkig mee was, overlijdt is hij de draad kwijt. Hij moet

haar op haar sterfbed beloven dat hij na haar dood toch weer gelukkig wordt. Hij krijgt dan ook volop de aandacht van Alice, de dochter uit zijn eerste huwelijk, zijn schoonzuster Charlotte, de schoonmaakster Suze en de callgrill Claire. Ze doen allemaal hun best Louis te troosten. Een rijke man is tenslotte een aantrekkelijke prooi. Voor wie gaat Louis kiezen? Beleef het mee op deze avond. Op woensdagmiddag 16 februari is er een extra uitvoering voor de ouderen. Deze voorstelling begint om 14.30 uur.

Slagerij Attema Makkum

elke donderdag en vrijdag
ruime keus assortiment vleessoorten

Telefoon: (0515) 23 23 25

1 kg bieflappen	€ 6.00
3 kg bieflappen	€ 15.00
1 kg gehakt	€ 3.50
5 kg gehakt	€ 16.00
1 kg hamlappen	€ 5.00
5 hamburgers	€ 3.00
1 kg fricandeau	€ 6.50
1 kg haas/ribkarbonade	€ 5.25
1 kg schouderkarbonade	€ 4.75
1 kg schnitzel	€ 7.00
2 kg rundvlees	€ 10.00
1 kg verse worst	€ 3.50
1 kg shoarma	€ 4.25
1 kg varkenshaas	€ 10.50
1 kg speklappen	€ 4.25
5 zigeunerschnitzels	€ 3.50
5 slavinken	€ 3.50

2 kg bieflappen
1 kg speklappen
1 kg verse worst € 32.50
1 kg hamlappen
3 kg gehakt

Slagerij Attema Makkum

Harlingerdijk 3
8754 EC Makkum
Tel. (0515) 23 23 25



- IT POSTHÛS -
Restaurant & Grand Café

Valentijns weekend
11, 12 & 13 februari

Valentijns menu
14 verrassende gerechtjes
in een 3-gangenmenu
€ 32,50 p.p.

It Posthûs, Plein 15, 8754 EA Makkum, T: 0515-231153
info@itposthus.nl www.itposthus.nl

Praktijk voor stoelmassage en magnetiseren
www.momentvoorjezelf.com

COMPUTER PROBLEMEN?

F23BEHEER

het juiste adres voor:

- computerondersteuning • systeemonderhoud • installatie
- anti-spyware • anti-virus • data backups • computer apk
- draadloze netwerken • internet webdesign & hosting

WWW.F23BEHEER.NL Mobiel 06-17818803

de Nynke Pleats

Geopend op:
 Za. & Zo. vanaf 11.00 uur
 Voor groepen vanaf 10 personen
 ook door de week geopend op afspraak.

3-gangen keuzemenu
 à € 22,50

Voor foto's en info zie:
www.nynkepleats.nl
 Buren 25, Ploam, 0515-231707

Zilver & GoudSmid
"Gordon"
 Profiteer van 30 jaar
 ervaring

- Zilver - en gouden sieraden
- Reparaties
- Cadeaus
- Speciale orders (ook uw eigen ontwerp)

Plein 7 - 8754 ER Makkum. T.0515-856451

*Adverteer in de
 Makkumer Belboei*

Blanksma
Assurantiën

VERZEKEREN MET PERSOONLIJKE SERVICE

Terug van weggeweest!
 Telefonisch contact zonder keuzemenu!

Bleekstraat 36a Telefoon (0515) 231 586
 Postbus 21 Telefax (0515) 231 398
 8754 ZN Makkum E-mail a.blanksma@uwnet.nl

Startende Franchise gastouder in Makkum



* Akkie Piersma met de gastkinderen bij de feestelijke opening

Witmarsum/Makkum - De gastouder Akkie Piersma gaat voortaan door als franchise gastouder in de gastouderopvang. Een franchise gastouder heeft als zelfstandig ondernemer een contract met het gastouderbureau van de Stichting Kinderopvang Zuidwest Friesland, gevestigd in Witmarsum. Zij verzorgt haar eigen administratie, maar de bemiddeling en begeleiding blijft via het gastouderbureau lopen. Akkie Piersma is al langere tijd

werkzaam als gastouder en heeft ruime ervaring als gastouder. Zij heeft het huis ingericht op de opvang van meerdere kinderen. Akkie vangt kinderen op in de leeftijd van 0 tot 12 jaar. Jonge kinderen blijven de hele dag bij Akkie en de schoolgaande kinderen worden door haar opgehaald van school. Bij Akkie vinden kinderen een veilige en vertrouwde omgeving, net als thuis!

In Makkum e.o. is veel behoefte aan gastouderopvang, omdat deze kleinschalig is en mogelijk op flexibele tijden. Naast gastouderopvang is ook opvang mogelijk bij de kinderen in huis (thuisopvang). De stichting organiseert ook opvang in kinderdagverblijven, voor- en naschoolse opvang, tussenschoolse opvang en peuterspeelzaalwerk. Ouders kunnen alle informatie vinden bij: www.kinderopvangzwf.nl of bij het centraal bureau van de Stichting Kinderopvang Zuidwest Friesland tel. 0517 533100. Ook als u belangstelling heeft om gastouder te worden kunt u contact opnemen!

Open Nederlands Kampioenschap Eiwerpen in Makkum

Makkum - Het Friese Makkum is op 9 juli het strijdtoneel voor het eerste Open Nederlandse Kampioenschap Eiwerpen. Ploegen uit het hele land en [in ieder geval] Engeland, Duitsland en België zullen strijden om de eer in vier disciplines. Op de Markt en het Plein is een wedstrijd baan uitgezet. De organisatie is in handen van de Vereniging Us Stek, die in de afgelopen zes jaar een dergelijk evenement op plaatselijke schaal organiseerde. Met de expansie wordt een bijdrage geleverd aan de toeristische attractiviteit van de regio.

Het kampioenschap wordt gehouden in vier disciplines. Centraal staat het traditionele afstandwerpen voor paren. Daarnaast is er een Eistafette voor teams van zes personen, die zo snel mogelijk zes eieren dienen over te gooien, daarbij gehinderd door een scherm. Het Russisch Ei Roulette vraagt van de deelnemers om beurten een ei te kiezen uit een doosje van zes. Wie het ene rauwe ei tegen het hoofd kapot slaat, verliest. En Ei Trebuchet doet een beroep op de technische vaardigheden. Een ei dient via een katapultmechanisme zo ver mogelijk te worden geschoten en opgevangen. Alle eieren, waarmee wordt gespeeld, zijn voor consumptie afgekeurd. Er is een jeugdcategorie [tot 16 jaar] er een seniorenklasse voor dames en heren. De winnaars krijgen het recht Nederland te vertegenwoordigen op het wereldkampioenschap, dat in 2012 in het Engelse Swaton wordt gehouden. Inschrijving kan geschieden via www.eiwerpen.nl. Het Open NK Eiwerpen

wordt verspeeld onder auspiciën en volgens de regels van de World Egg Throwing Federation. Voorzitter Andrew Dunlop zal in Makkum aanwezig zijn als honorair voorzitter van de jury.

Internationaal

De World Egg Throwing Federation is de overkoepelende organisatie voor alle evenementen, die met eiwerpen te maken hebben. Sinds de oprichting coördineert de Federatie de belangen van nationale organisaties in de hele wereld. Eiwerpen wordt beoefend in meer dan 35 landen, waardoor het in aanmerking zou kunnen komen om te worden opgenomen in het programma van de Olympische Spelen. Onder meer in Australië, Amerika, China en Argentinië kennen jaarlijkse kampioenschappen. Het officiële wereldkampioenschap, de Rowntree's Randoms Egg Throwing Championships, wordt sinds 2006 jaarlijks gehouden in het Engelse Swaton in Lincolnshire. In het eerste jaar was er nog slechts een bescheiden programma met twee onderdelen: het afstandwerpen voor koppels en de Ei-stafette. Op basis van het succes worden tegenwoordig ook kampioenen gekroond in het doelgooien, het Russisch Ei Roulette en Ei Trebuchet. De regels zijn vastgesteld door de International Board of Egg Throwing Rules.

Voor nadere informatie kunt u zich wenden tot de Stichting Open NK Eiwerpen www.eiwerpen.nl Frans van Egmond, voorzitter, tel. 06 22508613 Jacques Hoogenboom, secretaris, tel. 06 51525528

Federatiekaatsen in sporthal te Makkum

Makkum - De federatie Wûnseradiel-Bolsward-Workum organiseert op zaterdag 12 februari a.s. een zaalkaatswedstrijd voor alle categorieën in de sporthal te Makkum. Deze wedstrijd wordt langzaam bekender getuige de deelname van vorig jaar die redelijk was te noemen, maar er kunnen natuurlijk altijd meer bij. De welpen,

pupillen en schooljeugd starten om 10.00 uur. De jongens, meisjes, dames en heren beginnen om 13.00 uur. Opgave voor deze wedstrijd kan bij de secretaris van de eigen vereniging of tot uiterlijk woensdag 9 februari a.s. 20.00 uur bij de secretaris van de federatie Jan Steigenga uitsluitend per mail: jsteigenga@home.nl.

Agenda

vrijdag 4 februari

Makkum – Zorgcentrum Avondrust 15.00 uur
Sjoelen in het restaurant

Makkum – Hotel De Prins 19.30 uur
filmavond Vogelwacht Makkum, dubbel- dvd
topfilm over de vogelwereld seizoen 2009-2010
in Makkum, presentatie Henry Spruyt

Skuzum – Dorpshuis “De Treffer” 20.00 uur
Klaverjassen

dinsdag 8 februari

Makkum – Zorgcentrum Avondrust Klaverjassen
14.00 uur in het restaurant

woensdag 9 februari

Makkum – Demonstratie rolstoel – rollator en
zitdansen, 15.00 uur in het restaurant

Uit eigen regio

Makkum – Workshop tegeltjes schilderen tijdens
winkelopeningstijden. Bij H.K.Z. Makkum “de
Keramiekschop”. Voor opgave/info tel. 0515-233780

Bolsward – ‘Bloemkamp’ expositie van Auke
Dijkstra uit Makkum van pentekeningen en
schilderijen.

Jousterpermolen – Tussen Parrega en Tjerkwerd
geopend elke woensdag van 13.00-15.00 uur. Bij
wind malend te zien

Tjerkwerd – Thuisexpositie van Gerrit Wijngaarden,
landschappen en stillevens in olieverf, van Gerrit
Wijngaarden, Waltaweg 25, tel. 0515-579323
www.gerritwijngaarden.nl

Oud papier

Makkum – Zaterdag 5 februari wordt weer het
oud papier opgehaald door de leden van Muziek-
vereniging Hallelujah en Mannenkoor De Flevo-
sangers. Hiermee wordt 's morgens 9.00 uur
gestart. Het verzoek is om het papier goed
gebundeld in dozen aan de weg te zetten. Wilt u
alvast het papier brengen, de ophaalcontainers
staan vanaf vrijdag in de Klipperstraat ter hoogte
van de tennisbaan en kaatsveld.

Zing mee avond

Makkum – Op zondagavond 6 februari is er
weer een “Zing-mee-avond” in de grote zaal van
“Avondrust”. Er worden bekende geestelijke
liederen gezongen o.a. uit Joh. de Heer. De
orgelbegeleiding wordt verzorgd door de heer A.
Couperus. De toegang is vrij, de aanvang om
19.30 uur. Een ieder is van harte welkom.
Voor meer info: A. Otter, tel. 0515-542126 of D.
Tamminga, tel. 0515-231618.

Badhûs De Flevo
Sopkafee

DE TIJD VAN WIP— WAPPEN
HEBBEN WE GEHAD?!
Ik wil wel in de bediening

MEDEWERKERS

IK WIL DIT OOK WEL, MAAR IK
HEB NOG NOOIT IN DE
HORECA GEWERKT???

GEVRAAGD
VOOR IN DE

BEDIENING EN
KEUKEN

PART TIME -
FULL TIME

BIJ HET BADHÛS WORDEN
ER NOG MEDEWERKERS
VOOR IN DE BEDIENING EN
KEUKEN
GEVRAAGD!

Ben je geïnteresseerd, dan graag schriftelijk reageren naar:
Sopkafee Badhûs De Flevo, De Skilbank 5 – 6, 8754 HP Makkum,
E-mail: adema.horeca@worldonline.nl www.sopkafee-makkum.nl

DE LAATSTE RONDE.....
HELE WINTERCOLLECTIE
de HELFT van de HELFT

Snel nú naar.....

Mode & Cadeauboutique
t Parelkje
Kerkstraat 29
8754 CR Makkum
0515-232779
www.makkum.nl/pareltje



In februari zijn wij op maandag middag gesloten!

TE KOOP of TE HUUR,

Mooi ruime loods bedrijfsruimte in

Exmorra Te Koop of Te Huur .

Afmeting is 15 x 23 meter =

ongeveer 350 m2 groot

met grote toegangs deur .

Met ook nog in overleg een

stuk buiten terrein van

200 tot 800 m2

Koopprijs ; € 139500.- k.k. /**Huur ; € 950.- per maand .**

voor meer info bel overdag 0515 - 233939

*"samen in de naam van Jezus**heffen wij een loflied aan"***Zing mee...**

Samenzang van bekende geestelijke

liederen **zondagavond 6 februari a.s.**

in de grote zaal van "Avondrust"

Kerkeburen 66, Makkum

Aanvang 19.30 uur

Info: tel. 0515 - 542 126 / 231 618



CAT WORKS
Grafisch vormgevingsbureau

De totaaloplossing voor al uw vormgeving!

- Nieuwe website
- Onderhoud website
- Advertentie ontwerp
- Huisstijl ontwikkeling en beheersing
- Drukwerk ontwerp en verzorging
- Onderzoek en advies, Brand-design



Weersterweg 15 | 8747NR | Wons
t: (+31) 0517-403479 | m: (+31) 06-40237423
e: peter@cat-works.nl | w: www.cat-works.nl

Nieuw boek: Gezonken als een baksteen

Hoorn - Het Hoornse Hop is in de Gouden Eeuw en de eeuwen hierna een van de drukst bevaren stukken van de Zuiderzee. Handelsschepen, oorlogsbodems, vrachtaarders en vissers voeren duizenden malen per jaar naar of van Hoorn. Vele schepen vergingen in het ondiepe Hoornse Hop.

In 2002 verrichtte een schip van Rijkswaterstaat een controlemeting. Op enige afstand van de oude haven van Hoorn werd het complete silhouet van een middelgroot schip zichtbaar op de meet-apparaat. Het bleek 18 m lang en redelijk gaaf in de zachte zeebodem vast te zitten. Duikende amateurarcheologen uit West-Friesland werd gevraagd het wrak nader te inspecteren. Het wrak bleek vol te liggen met gele baksteentjes, dakpannen, plavuizen en een groot aantal fraaie witte borden met de tekst 'Makkum 1752'. Na een aantal succesvolle duiken en aanvullende studie, liep het onderzoek vast. Het schip bleef op de bodem van het Hoornse Hop liggen. In 2010 werd een belangrijk historisch document ontdekt dat alle puzzelstukken op zijn plaats liet vallen. Het vrachtschip was de tjalk van de Friese schipper Karsten Hoytes komend van Makkum. Het verging onder mysterieuze omstandigheden in de

nacht van 2 op 3 november 1752 in het zicht van de Hoornse haven. Het verhaal 'Gezonken als een baksteen' is veelzijdig omdat het zowel de Fries-Westfriese maritieme handelsbetrekkingen als de productie en het gebruik van Fries aardewerk en bouw materiaal illustreert. Tevens belicht het de functie van de tjalk als werkpaard van de Zuiderzee. Tenslotte wijst het op het nut van archeologisch onderzoek in de voormalige Zuiderzee en de risico's waaraan het kwetsbare erfgoed op de zeebodem telkens blootstaat.

Auteurs: Michiel Bartels, stadsarcheoloog Hoorn; Henk Dessens, Directeur Collecties Het Scheepvaartmuseum Amsterdam; Christiaan Schrickx, archeoloog en historicus; Dieuwertje Duijn, keramiek specialist; Martin Sluis duikend amateur-archeoloog, Timo Perger, RAAP-Friesland. Verschijningsdatum: 29 januari 2011. Winkelprijs € 17,50 (ex. verzendkosten). 96 pagina's, hard back, fraai gebonden, zeer veel kleurrijke illustraties uit diverse museale collecties. ISBN: 978-90-816452-1-8 Te koop bij de lokale boekhandel of www.spa-uitgevers.nl of www.stumpel.nl www.stiawf.nl Met samenvattingen in het Fries, Engels en Duits

Open Dag "It Buro" Bolsward*Centrum voor gezondheid en vitaliteit*

Bolsward - Het oude Bolswarder politiebureau heeft de laatste maanden een grote metamorfose ondergaan. Twaalf gezondheidsdisciplines hebben gezamenlijk de handen ineengeslagen en It Buro opgestart. Een compleet centrum voor gezondheid en vitaliteit, waar de deelnemers elkaar versterken en waar de benadering van de totale mens van groot belang is. Per 1 januari zijn zij gestart aan een nieuw avontuur aan de Franekerstraat 3 in Bolsward.

Op 5 februari wordt het centrum geopend met een grootse open dag. Om 14:00 uur zal de sleutel officieel worden overgedragen door de oude 'bewoners' van het pand; de politie. Na deze officiële overhandiging zal de open dag van start gaan. Van 14:00 uur tot 18:00 uur kan het gerestylede pand worden bekeken, presenteren alle deelnemers hun vak en worden alle vragen

betreffende de diverse disciplines beantwoord. Tijdens de open dag kunnen bezoekers meedoen aan diverse gratis activiteiten. Zo kan men onder andere terecht bij de acupuncturist voor een ooracupunctuur behandeling, bij de shiatsu therapeuten voor een stoel shiatsu, meedoen aan een proefles Yoga/Pilates, diverse spraakspelletjes doen bij de logopediste, bekijken hoe een mesoloog haar meting uitoefent en de bijzonderheid ervaren van een aardingssessie bij de praktijk voor natuurgeneeskunde. Daarnaast wordt er doorlopend een interessant voorlichtingsfilmpje afgespeeld waarin alle deelnemers meer vertellen over zijn/haar beroep. Ook kunnen de bezoekers met al hun vragen terecht bij de fysiotherapeuten, osteopaten, de loopbaancoach en kinderoefentherapeut. Meer informatie over "It Buro", de disciplines en de open dag: www.itburo-bolsward.nl.

Praat mar Frysk op zoek naar 'de Skoalle fan Súdwest

Leeuwarden - In navolging van 'The Voice of Holland' zal Praat mar Frysk op zoek naar 'de Skoalle fan Súdwest'. Vijf enthousiaste Pabo-studenten van Stenden Hogeschool zullen eerst een muziekvoorstelling geven op basisscholen in Súdwest Fryslân. Deze voorstelling gaat over Joanne, een meisje die zich niet vertrouwd voelt om te praten en is gebaseerd op het succesvolle boek 'De Stille van Joachim' van Mindert Wijnstra. In het verhaal ontdekt zij de kracht van muziek en schrijft ze een melodie. Daarna is het aan de kinderen om met de klas een tekst bij het nummer te schrijven. Het nummer kan ingestuurd worden,

waarna de klas kans maakt op een workshop van een bekende artiest. Samen zullen zij het nummer afmaken en opnemen, waarna het nummer verspreid wordt. Ook krijgt de school de titel 'de Skoalle fan Súdwest'.

Dit allemaal in het kader van de 'Praat mar Frysk' campagne, die in 2011 van start zal gaan in de nieuwe gemeente Súdwest Fryslân. Door deelname aan de 'Praat mar Frysk' campagne wil de gemeente inwoners bewust maken van de eigen taal en identiteit en de meerwaarde van meertaligheid. Scholen spelen hierbij een belangrijke rol.

Kinderen helpen kinderen: Brei een mutsje red een leven

Makkum - De ontwikkelingsorganisatie Save the Children is een actie begonnen om zo veel mogelijk babymutsjes naar India te kunnen sturen. 'Knit a cap', zoals de actie heet, is onderdeel van een bredere campagne tegen kindersterfte. Soms is het helpen van een medemens zo simpel. Het probleem; in India sterven veel pasgeboren baby's door onderkoeling. En dit is de oplossing: brei een babymutsje en red het leven van zo'n pasgeboren kind. Concreter kan hulp niet zijn. Hierdoor is een leidster van stichting kinderopvang zuidwest friesland op het volgende idee gekomen; Zou het niet bijzonder zijn als kinderen voor kinderen zo'n mutsje zouden breien? Leren breien, meewerken aan een goed doel, dat was de gedachte. Zo is het gekomen dat de bso de vrijbuiters, op de Voorn 30 te Makkum, zijn deuren heeft geopend voor alle kinderen van 7 t.e.m 11 jaar om het mogelijk te maken zo'n mutsje te breien voor pasgeboren baby's in India. Vol enthousiasme zijn we flink aan de slag. We hebben inmiddels ook een aantal mutsjes verzameld gebreid door vrienden, oma's en leidsters van de bso.

Deze actie loopt tot eind februari en we zijn vol goede moed dat we dan een flink aantal mutsjes naar de organisatie 'Save the Children' op kunnen sturen. Missie geslaagd, doel bereikt!

De vliegbasis in zware tijden

Leeuwarden - De militaire luchtmachtbasis in Leeuwarden bestaat ruim zestig jaar, maar veel valt er voor het personeel niet te vieren. De vliegbasis en zijn 1200 personeelsleden staan onder grote druk, nu het kabinet één miljard euro wil bezuinigen op defensie. In de documentaire 'De fleanbasis yn swier waar' geeft Fryslân DOK een schets van de laatste ontwikkelingen rondom de vliegbasis. De mogelijke aanschaf van de Joint Strike Fighter zorgt opnieuw voor onrust onder omwoners. Het nieuwe gevechtsvliegtuig zou zoveel lawaai maken, dat zowel bestuurders als de bevolking er rekening mee moeten houden dat voor de tweede keer in de geschiedenis woningen gesloopt moeten worden. Daarnaast spelen nog de bezuinigingen op defensie, die binnenkort door minister Hans Hillen bekend gemaakt worden. Twee autoriteiten op het gebied van defensie, Kees Homan en Rob van Wijk, zijn het er wel over eens: als een vliegbasis in het bezuinigingsgeweld moet sneuvelen, dan wordt dat zeker Leeuwarden. Naast de toekomst duikt Fryslân DOK ook de geschiedenis in over het ontstaan van de vliegbasis en de strijd van de omwoners na de komst van de F16 in de jaren zeventig en tachtig. Zondag 6 februari om 15.30 uur op Nederland 2. Zondag 6 februari om 17.00 uur op Omrop Fryslân. Nogmaals te zien op zaterdag 12 februari om 10.30 uur op Ned 2

Het Anker

Buren 15 - Makkum

voor al uw vergaderingen

tel. 231200 b.g.g. 232214



WD-SAT
VOOR EEN PERFECTE ONTVANGST

Saad 7 • 8731 DC Wommels • 0515 33 15 77 / 06 50 82 71 03 • info@wdsat.nl

WD-SAT IS DE TOTALE DIGITALE TELEVISIE SPECIALIST VAN ZUID-WEST FRYSLAN

WIJ LEVEREN EN INSTALLEREN ALLES OP HET GEBIED VAN
SATELLIETONTVANGST • KABELTELEVISIE • EN DIGITENNE

WD-SAT **Ziggo** **kpn**

KLIK EENS OP ONZE INTERNETSITE: WWW.WDSAT.NL

WD-SAT | Saad 7 | 8731 DC Wommels | 0515-331572 of 06-50827103



Holland International
Reisbureau Harlingen
Reizen is mensenwerk!!!

Simon Stijlstraat 5
8861 CH Harlingen
Tel. 0562-443396
e-mail: harlingen@hireisbureau.nl • www.hireisbureauharlingen.nl

info@reisagentmobiel.nl
www.reisagentmobiel.nl
Tel. 0517-852338 / 06-18727330

Corn. Douwesstraat 1
8881 CL Terschelling West
Tel. 0562-443396



Stucadoorsspecialzaak GAASBEEK
uw verf en afbouwspecialist van het noorden!!

- restauratie & renovatie
- utiliteitsbouw
- magic design
- lijstwerk & ornamentiek
- traditioneel stucwerk
- epoxyvloeren
- spuitwerk
- sierpleister buitengevels
- webshop

www.stucadoorsbedrijfgaasbeek.nl

Tevens Stucadoorsspecialzaak gevestigd aan de Zuiderhaven 55
Showroom Gruthof 5 H/I Makkum

Tel: 0517-434733 • Mob. 0614666779 • Zuiderhaven 55 • 8861 CK Harlingen



Vw golf 2.3 V5
climatronix, elektrische ramen, centrale deurvergrendeling, armsteun, abs, nationale autopas, Onderhouds historie aanwezig, 1998, 143.419 km, kleur blauw

- In- en verkoop van auto's
- Reparatie en onderhoud
- Apk (klaar)
- Ruitreparatie en vervanging
- Banden en velgen
- Grote- kleine beurt
- Verkoop van nieuwe en gebruikte onderdelen

info@autobedrijfkamstra.nl • www.autobedrijfkamstra.nl

autobedrijf KAMSTRA

Kalkovens 13 | 8754 GP Makkum
0515 23 16 91 | 06 134 165 92

Bloemenmagazijn v.d. Woude vof
Kerkstraat 47 - Buren 1, Makkum
Tel: 0515-231390 fax: 0515-233221
www.bloemen.nl



**GOR
DIJNEN**

Freddie & Geertje
DeBoer
Mode & Wonen

Kerkstraat 35, 8754 CR Makkum, T(0515) 23 14 74

**Maak nu
je afspraak
online bij
kapsalon Nynke**

www.1kapper.nl

Kapsalon Nynke
dames en heren

Kerkstraat 19a
8754 ET Makkum
Tel. (0515) 232989

Première natuurfilm Henry Spruyt

Filmavond vrijdagavond 4 februari te Makkum



foto Henry Spruyt

Makkum - Aanstaaende vrijdagavond vanaf 19.30 uur wordt de première gehouden van de natuurfilm Makkumerwaard 2009-2010 van Henry Spruyt in Hotel de Prins te Makkum. Vogelwacht Makkum zorgt voor de organisatie en voor een verloting met prachtige prijzen in de pauze. Na afloop is er ruim de tijd voor vragen of om gezellig na te praten onder het genot van een drankje. Vorige week kon u in deze krant het interview deel 1 met de maker van de film lezen. Vandaag het vervolg. Het vraaggesprek met Henry Spruyt gaat hieronder in op de geschiedenis van zijn hobby. Aangezien er al meerdere films van zijn hand zijn verschenen vroegen wij de maker: hoe lang film al op de waarden? "Vorig jaar bij het maken van de nieuwe film was het veertig jaar, wat tevens de aanleiding gaf tot het maken van deze nieuwe film. Ik filmde indertijd ook veel op de Workumerwaard waar ik vroeg in de morgen naar toe ging daarna ging ik naar een hut in de Piamergeul tegenover de grote observatiehut "De Ral" en in de namiddag ging ik naar een hut op de schelpenbank van de Noordwaard. Al met al heeft dit 20.00 uur natuurbelevens opgeleverd welk ik voor geen goud had willen missen. Dagelijks geniet ik nog van de veelzijdigheid van dit unieke natuurgebied".

Al ruim 40 jaar aanwezig, in al die jaren is er vast ontzettend veel veranderd op de waarden? "Vogelsoorten komen en gaan. Dit ritme zal hier altijd wel blijven bestaan. Vroeger liep ik in de voetsporen van de ringers om niet op de eieren of jongen van de vele broedvogels op de schelpenbank van de Noordwaard te staan. Dat is helaas verledentijd maar andere soorten zijn daarvoor in de plaats gekomen al is hun aantal geringer. Het doet me goed daar jaarlijks tientallen lepeelaars te zien. De schelpenbank is in die veertig jaar ruim 800 meter richting Afsluitdijk verplaatst en de eilandjes daar zijn inmiddels verdwenen. Dit is duidelijk te zien op de luchtfoto's die ik in het begin van de jaren zeventig genomen heb. Ook het verdwijnen van het grasland in 1998-2001 op de Zuidwaard deed onze dichtbezette weidevogel-

populatie verdwijnen. Maar daar zijn enorme grote aantallen watervogels voor in de plaats gekomen. Maar ook Reuzensternen maken nu gebruik van dit natuurgebied".

Dat klinkt niet als 'vroeger was alles mooier! Over dat verschil gesproken, is de verdwenen natuur niet belangrijker dan de huidige natuur? "Dit is eigenlijk geen moeilijke vraag want als je er oog voor heb is de Waard door de jaren heen even mooi gebleven. Ik hoop dat met de verandering van klimaat het gebied letterlijk boven water zal blijven om zo zijn natuurlijke rijkdommen te kunnen blijven tonen". Als regelmatig bezoeker van dit natuurgebied en ook van de Middenwaard richting de Holle Poarte wil Henry Spruyt graag een opmerking plaatsen: "De Middenwaard is voor het grootste gedeelte van het jaar geheel toegankelijk voor de natuurliefhebbers. Honden moeten daarbij wel aan de lijn gehouden worden willen we de reeën die in dit gebied zitten behouden. Het zien van deze prachtige dieren is dan vooreen ieder weggelegd."

Tenslotte vroegen wij of de DVD voor iedereen te bekijken of te koop is. De DVD is voor iedereen via de vogelwacht te bekijken en op een later tijdstip in de plaatselijke bibliotheek te lenen. Daarnaast krijg It Fryke Gea voor hun gebruik het materiaal en de personen die een rol vervullen in dit natuurgebied. Zo heeft de vorige film over het 75 jarig bestaan van de Afsluitdijk en de waard een rol bij Ed Nijpels gespeeld bij zijn besluitvisie over de Afsluitdijk en de omliggende natuur zoals de Waard. De films zijn niet te koop en worden gratis ter beschikking gesteld aan bovengenoemde partijen.

Bent u als lezer net zo geïnteresseerd geraakt als wij? Kom dan vrijdagavond vanaf 19.30 uur in de Prins te Makkum om de film te bekijken of om vragen te stellen aan de maker. Entree gratis met in de pauze een verloting met luxe prijzen! Ouderwets gezellig net als vroeger!

Vogelwacht Makkum e.o.

Meldactie NPCF over overdracht medicijngegevens tot 7 februari

Hoe is het gesteld met het overzicht van uw medicijnen?

Leeuwarden - Door verkeerd gebruik van medicijnen belanden er jaarlijks 19.000 mensen in het ziekenhuis. Elk jaar komen er 1.250 mensen om het leven door onder andere verkeerde medicijnen of foute dosering. Veel fouten zijn het gevolg van slechte overdracht van de medicijngegevens tussen zorgverleners. Wat vinden patiënten van de manier waarop informatie over hun medicijnen wordt opgeslagen en overgedragen? Dat willen de NPCF en Zorgbelang Fryslân te weten komen met de meldactie Overdracht van Medicijngegevens.

Zijn de huisarts, apotheker of medisch specialist goed op de hoogte van de medicijnen die een patiënt gebruikt? Dragen ze wijzigingen goed over aan elkaar? Wat is de bijdrage van patiënten aan een actueel medicatieoverzicht? Deze en andere vragen komen aan de orde in de meldactie die loopt van 18 januari tot 7 februari en is bedoeld voor iedereen die regelmatig en voor langere tijd medicijnen gebruikt.

Sinds 1 januari 2011 moet er elke keer als een patiënt medicijnen voorgeschreven krijgt een actueel medicijnoverzicht beschikbaar zijn. Dit is afgesproken met ruim twintig organisaties uit de zorg. Deze afspraak is vastgelegd in een richtlijn voor een veilige overdracht van medicatiegegevens. De verantwoordelijkheid voor veilige zorg ligt bij de zorgverleners. "Maar ook als patiënt kun je bijdragen aan een goed en volledig overzicht van je medicatiegebruik", zegt NPCF-

directeur Wilna Wind. De NPCF wil van patiënten weten of ze inderdaad ook zelf bijdragen aan de overdracht van medicijngegevens. Bijvoorbeeld of ze zelf wijzigingen in hun medicijngebruik doorgeven of vragen naar een medicijnoverzicht.

Zorgbelang Fryslân, ook aangesloten bij de NPCF, krijgt ook regelmatig signalen dat er iets mis gaat met medicijnen. Margreet de Graaf: "Bij onze afdeling informatie en klachtenopvang deed een patiënte een melding laatst bijvoorbeeld. In het ziekenhuis had de specialist haar medicijnen voor diabetes aangepast. Eenmaal thuis bleek dat zowel huisarts als thuiszorg niet wisten hoeveel en welke." Om dit te verbeteren roept Zorgbelang u op om mee te doen met de meldactie van de NPCF. De in te vullen vragenlijst is vrij lang, 34 vragen en duurt ongeveer 15 minuten, maar met deze informatie kan de zorg ook echt verbeterd worden. De vragenlijst van de meldactie is te vinden op www.zorgbelang-fryslan.nl/meldactie en op www.npcf.nl.

Melden van zaken die verbeterd kunnen worden in de zorg kan natuurlijk ook altijd via www.meldpuntzorgfriesland.nl of bij de afdeling Informatie en Klachtenopvang van Zorgbelang Fryslân op 058-2 137 138. De Nederlandse Patiënten Consumenten Federatie (NPCF) is een samenwerkingsverband van patiëntenkoepels en organisaties. De federatie fungeert als platform voor gemeenschappelijke beleidsontwikkeling en belangenbehartiging op inhoudelijke thema's.

Verzin een ding! Philips Jongeren Designprijs 2010

Melissa de Vrij wint designprijs voor jong talent

Op 28 januari maakte Onno Hoitinga, afdelingshoofd innovatie en ontwikkeling bij Philips Drachten, de winnaar bekend van de Philips Jongeren Designprijs 2010. Deze prijs werd toegekend aan Melissa de Vrij (1992) uit Sneek voor haar ontwerp ZIP ON. Zip On is een dekbedhoes met een rits waardoor het opmaken van je bed gemakkelijker wordt en er tegelijk voor zorgt dat het dekbed er in de nacht niet uitschuift.

De Philips Jongeren Designprijs werd dit jaar voor de vierde keer uitgereikt. Deze designprijs biedt een podium voor jong vormgevingstalent

in Friesland in de leeftijd van 16 tot 26 jaar. Door het toekennen van deze prijs wil Keunstwurk een bijdrage leveren om de belangstelling en de praktijkvorming voor vormgeving bij jongeren te vergroten. De winnares ontving een Philips flatscreen TV. De uitreiking vond plaats in het Huis voor Amateurkunst / Keunstwurk in Leeuwarden.

De 17 ontwerpen van alle 35 deelnemers zijn nog te bezichtigen tot en met 4 februari 2011 van 9.00 – 17.00 uur in het Huis voor Amateurkunst, Wissesdwinger 1 te Leeuwarden.



*De Makkumer Belboei
verschijnt ook hier....*


www.leliehof.nl

Openingstijden:

Maandag	10.00 tot 17.00
Dinsdag	10.00 tot 17.00
Woensdag	10.00 tot 17.00
Donderdag	10.00 tot 17.00
Vrijdag	10.00 tot 22.00
Zaterdag	10.00 tot 22.00
Zondag	10.00 tot 17.00

Iedere tweede en laatste dinsdag van de maand badkleding dag.
Reserveren verplicht.
www.leliehof.nl

Houtnolen 8 - Makkum - (0515) 233 020 - info@leliehof.nl


we goed en verschillend

Voor al uw sieraden-en horloge reparaties.

Botterstraat 49 8754 AB Makkum
www.atelierreijns.nl
info@atelierreijns.nl
06-23129497

Geopend van dinsdag t/m vrijdag van 9:00 uur tot 12:00 uur en tevens op afspraak.
Ingang aan de zijkant van het huis (lijster).

Lisette Hartevelde-Reijns


- IT POSTHÛS -
Restaurant & Grand Café

Kookworkshop
16 februari, 2 & 9 maart.
(18.30 - 22.30 uur)

3-gangen diner
incl. drankjes
€ 49,50 p.p.

It Posthûs, Plein 15, 8754 EH Makkum, T: 0515-231153
info@itposthus.nl www.itposthus.nl

Behoeftte aan specifieke afstemming

Natuurlijk in balans ...

Het leven zit vol ups en downs. Soms gaat je leven op rolletjes. Soms ben je het gevoel van balans kwijt, lopen relaties of je werk niet zoals je wilt, heb je last van een ongemak of ziekte en voel je je slecht op je gemak met een bepaald aspect van jezelf. Het vinden van de oplossing is bij uitstek een persoonlijk proces, maar je hoeft het niet alleen te doen. Als paramedisch natuurgeneeskundig therapeut werkt Monique Steijger volgens de vijf natuurgerichte principes, die zorgen voor een holistische benaderingswijze, waarbij lichaam en geest een vervlochten geheel vormen.

Verschillende behandelmethoden

Sinds 1 januari kun je bij Monique Steijger terecht voor verschillende begeleidingsvormen (coachen, Bach Bloesemtherapie, massage, Reiki) gericht op een natuurlijk herstel van de balans in jezelf. Door op lichamelijk, emotioneel, mentaal en spiritueel niveau te werken, kunnen deze verschillende lagen weer met elkaar in verbinding komen. Afhankelijk van de wens en situatie kan gebruik gemaakt worden van één van deze vormen of voor een op de persoon toegespitste

combinatie van deze methodieken. In 90% van de gevallen wordt het natuurgeneeskundig consult vergoed door uw zorgverzekering, uiteraard is dit gebonden aan uw aanvullende verzekeringspakket.

Elk mens is zelfhelend

Veranderen vraagt om nieuwsgierigheid en moed. De moed om het anders te willen doen dan gisteren. Da's best eng. De moed om een nieuwe horizon tegemoet te treden waar nieuwe inzichten lokken. Nieuwsgierigheid naar anders dan vandaag, een uitdaging die verder gaat, je continue prikkelt en nieuwe energie geeft.

De vorm van begeleiding is oplossingsgericht en praktisch. Ook is het gericht op de toekomst, waarbij het verleden aan bod kan komen in dienst van de toekomst. Als je wilt dat het lichaam echt vrij wordt van ongemakken, is het van belang te begrijpen waarom je last hebt van het ongemak of ziek bent. Enkele voorbeelden van oorzaken zijn: negatief denken, onderdrukte emoties, verslaving of andere gedragsproblemen. Elk mens heeft een zelfhelend vermogen in zich, is in staat zichzelf te genezen en gezond te blijven,

door bewustwording van gedachten en gemoeds-toestanden. Als je naar je lichaam luistert en de taal ervan leert begrijpen, word je je er steeds meer bewust van wat voor jou goed voelt en gaat ernaar handelen. Je eigen actieve betrokkenheid bij dit leerproces en dat je zelf verantwoording neemt om tot verbetering van je situatie te komen, zijn voorwaarden voor verandering.

Persoonlijke missie

Vanuit het commerciële bedrijfsleven raakte Monique Steijger gefascineerd door wat mensen raakt en wat mensen in beweging brengt. Nu biedt zij begeleiding bij verander- en groei-processen van binnenuit. Passie en intuïtie zijn haar leidraad, het overbrengen daarvan een persoonlijke missie. Met behulp van NLP-technieken en een open dialoog zul je tot inzicht komen wat je drijfveren en motivatie zijn. Hierdoor wordt verandering mogelijk, die ook daadwerkelijk een verbetering betekent. Ook kunnen de Bach Bloesems bijdragen om tot inzicht te komen. De bloesemremedies helpen je om te gaan met de gevoelens die je in het dagelijks leven uit balans kunnen brengen. Ook werken ze ondersteunend om emoties beter in evenwicht te houden en je één te voelen met je leven.

Naast individuele begeleiding is het ook mogelijk om inspirerende workshops te volgen. Ieder mens is uniek en heeft behoefte aan specifieke afstemming. Wil je meer informatie of heb je behoefte aan coaching? Kijk op www.moniquesteijger.nl en neem gerust contact op voor een kennismaking.



Cat-Works: De totaaloplossing voor al uw vormgeving

Cat-Works is een all-round grafisch vormgevingsbureau uit Wons. Vanuit onze oude boerderij of juist op locatie kan voor ieder bedrijf een compleet grafisch pakket of website ontwikkeld worden. Voor bedrijven is het natuurlijk erg interessant om je alle grafische uitingen bij één bedrijf onder te brengen. Op die manier leert Cat-Works een bedrijf kennen, en kan beter en directer ingespeeld worden op de wensen van de klant.

Oprichter van Cat-Works, Peter Melchers legt uit: "Als je een opdracht doet voor een bedrijf is het onmogelijk binnen een paar dagen te bevatten wat een bedrijf doet, waar het voor staat en wat het bedrijf uit wil stralen. Als er om kwaliteit gevraagd wordt is een langdurige samenwerking van essentieel belang. Mijn bedrijf leert jou bedrijf kennen!"

Zo kan makkelijker ingespeeld worden op de wensen en ik beschik natuurlijk over alle middelen die voor handen zijn; bedrijfslogo, kleurcodes, fotomateriaal, maar ook de manier van schrijven binnen het bedrijf. Het heeft in mijn ogen grote voordelen om alles onder te brengen bij één bedrijf en dat is nou precies waar Cat-Works voor wil zorgen!"

Wat kan Cat-Works voor de klant betekenen? "Eigenlijk verzorgt Cat-Works alles op grafisch gebied. Dit kan in de breedste zin van het woord opgevat worden, maar ik zal het toch even segmenteren".

Website

websites, welke indien gewenst kunnen worden voorzien van een zogenaamd content management systeem. Cat-Works verzorgt ook onderhoud aan (bestaande) websites.

Vaak wordt niet gerealiseerd hoe belangrijk onderhoud aan een website is. Dit is het behoud van een terugkerende bezoeker en van essentieel belang voor zoekmachines.

Drukwerk

Cat-Works kan voor uw bedrijf al het drukwerk verzorgen. Denk hierbij aan het ontwerpen van advertenties, folders, magazines, (roll-up) banners, vlaggen, kaarten etc. Ik werk samen met zowel lokale als nationale (online) drukkers. Op deze manier kan het drukwerk van uiterst professioneel tot zeer goedkoop.

Huisstijl

Nieuwe huisstijl nodig? Cat-Works is ook gespecialiseerd in het ontwerpen van nieuwe of het aanpassen van uw huidige huisstijl.

Cat-Works is dus hét adres voor al uw grafische uitingen. Ook heeft Cat-Works de nodige expertise op het gebied van film, fotografie, online animatie en brand-design management (onderzoek en advies van uw merk). Voor meer informatie kan gekeken worden op de website: www.cat-works.nl

Cursus Leren masseren

Sneek - Op donderdagavond 3 maart a.s. start Thuisshotel de cursus Leren masseren. Masseren is zo oud als de mensheid zelf en iedereen kan het leren. Een massage kan een positieve invloed hebben op de gezondheid. Huid en spieren worden soepel en ontspannen en de doorbloeding wordt gestimuleerd. De cursus is voor mensen die op verantwoorde wijze een ontspanningsmassage willen leren geven. Tijdens de bijeenkomst ondergaat iedere cursist een half uur massage en geeft iedere cursist een half uur massage. Zoervaart u zelf hoe de nieuw aangeleerde technieken voelen en kunt u de grepen oefenen op uw medecursist. Tijdens de massage wordt aandacht besteed aan de houding, met name voor degene die de massage geeft.

De cursus bestaat uit 10 bijeenkomsten van 1,5 uur en start 's avonds om 20.00 uur. Iedere bijeenkomst bestaat uit een half uur theorie en een uur praktijk. Opgave kan zowel individueel als samen met een partner. De massage die aangeleerd wordt is niet bedoeld om klachten te behandelen.

Voor informatie en aanmelding kunt u bellen met Thuisshotel: 0515 4612 34, of mailen: info@thuishotel.nl of neem een kijkje op onze website www.thuishotel.nl Thuisshotel is onderdeel van Thuiszorg Zuidwest Friesland

PSV de Halsbânriters Pingjum

Molkwerum 16 januari

Sharona Vallinga kwam hier uit met Vie-Power in de klasse M2. Zij won de 3e prijs met 185 punten goed voor 1 winstpunt.

Koudum 22 januari

Anna Goinga won de 3e prijs in de klasse M2 met Whisper met 183 punten goed voor 1 winstpunt.

Oudega (sm) 29 januari

Krista Koomen kwam hier uit met Nuzelma in de klasse Z2. Zij reed twee hele beste proeven wat haar twee maal een 1e prijs opleverde met twee maal 210 punten goed voor 2 winstpunten.

Andijk 30 januari

Bobbie IJdema ging de afsluitdijk over om in Andijk met Parlein uit te komen in de klasse ZZ licht dressuur. In de 1e proef reed zij 227 punten is 64.86% bijelkaar. Dit leverde haar de 1e prijs en een vette winstpunt op. In de 2e proef was de score 209 punten is 61.47% wat haar wel een winstpunt opleverde.

Eerste prijs voor Anna Siemensma

Pingjum - Anna Siemensma uit Pingjum ging zaterdag 29 januari j.l. naar een dressuurwedstrijd in Franeker met haar pony Irma. En won daar in de klasse B de 1e prijs met maar liefst 194 punten goed voor 1 winstpunt.

Succes turnsters DES voor plaatsing Fries kampioenschap in Lemmer

Lemmer - Op 22 januari jl hebben turnsters van gymnastiekvereniging DES, tijdens de plaatsingswedstrijden voor het Fries Kampioenschap, uitstekend gepresteerd. Onder leiding van trainster Sjoerdje de Jong werd er een 1e en een 3e prijs in de wacht gesleept. Er werd geturnd in een veld van 30 meisjes, in de categorie meisjes 9 jaar niveau 11.

Nynke de Witte won de eerste prijs, en Anna van der Geest de derde prijs. Na vier verschillende onderdelen eindigde Nynke de Witte met een puntentotaal van 53,20 als eerste voor Rixt Wijnia van de Tuimelaar uit Wommels (nummer 2 van het Fries Kampioenschap 2010). Anna van der Geest won de derde prijs met een puntentotaal van 52,40. Als derde turnster van DES, kwam Berber van der Zee uit Exmorra aan de start. Zij haalde een puntentotaal van 47,55 na vier onderdelen. In dit sterke deelnemersveld een prima prestatie.

Op 5 maart a.s. vindt de 2e voorronde plaats in Lemmer. Dan kan er opnieuw worden gestreden om plaatsing voor het Fries Kampioenschap.

Herkenbaar-?



TIMPAAN | Welzijn

Timpaan Welzijn is er voor iedereen die om wat voor reden dan ook steun kan gebruiken omdat het even nodig is. Dan kan bijvoorbeeld een gesprek met een maatschappelijk werker u helpen.

" na mijn scheiding heb ik weer een nieuwe vriend ontmoet. We zijn heel blij met elkaar en ook de kinderen fleuren wat op. Alleen vinden we het beide heel moeilijk om op de juiste manier met de kinderen om te gaan in de nieuwe situatie. Hoe kunnen we hen helpen om te accepteren dat hun vader op een andere plek woont en dat mijn vriend nu bij ons in huis komt."

" Vorige week gebeurde het me weer. Ik had me voorgenomen een dagje voor mezelf vrij te houden. Maar als mijn collega me dan vraagt om voor haar in te vallen, dan heb ik moeite met nee zeggen. Ze praat dan zo op me in dat ik toch overstag ga. Dit gebeurt veel vaker en ik zou wel eens wat beter voor mezelf op willen komen."

" Mijn ouders hebben vaak ruzie. Ze zijn zo met zichzelf bezig dat ze volgens mij geen idee hebben dat ik het daar moeilijk mee heb. Ze luisteren op hun manier wel, maar horen mij niet echt. Maar ach, door zo nu en dan te blowen kan ik mijn sores even vergeten."

Herkent u iets van uzelf of uit uw omgeving in de beschreven situaties?

Bij **Timpaan Welzijn** werken maatschappelijk werkers die over allerlei zaken met u kunnen praten en meedenken om een oplossing te zoeken waardoor u er weer beter tegen kunt. Of u met een goed advies een eind op weg helpen. Denkt u dat u baat kunt hebben bij één of meer gesprekken? Bel dan met een maatschappelijk werker om uw zorgen of problemen eens te bespreken. Wellicht lukt het u op en kan er een oplossing worden gevonden.

Open spreekuur voor inwoners van de gemeenten Littenseradiel, Wûnseradiel, Bolsward en Nijefurd is op maandag t/m vrijdag van 8.30 tot 9.30 Telefoonnummer: 0515-573763

Bezoekadres: Snekerweg 3 Bolsward (in gebouw Elkien)

U kunt zonder verwijfsbriefje terecht en de hulp is gratis.

Dansexpressie / Yoga
Voor alle leeftijden,
in "de Gearhing" TE PARREGA
op woensdagavond,
start februari, kosten in nader overleg.
Ook interesse bel dan met:
Marian Faber, tel. 0515 -57 92 53

de Sinnestriel
Kinderbegeleiding en Creativiteit
Kindertherapie en hulp voor ouders
O.a. kinder-teken-therapie
Wanneer een kind tijdelijk
ondersteuning nodig heeft.
WWW.DESINNESTRIEL.NL

Pop-/Rockband The Badgers
In Dorpshuis de Djippert
TE FERWOUDE
zaterdag 5 februari 22.00 uur
entree € 7,00
www.thebadgers.nl

NIEUW IN MAKKUM! BINNENZONWERING!

Kom voor kwaliteit naar
Zonwering Industrie Makkum

In onze Shop-in-Shop de nieuwste
modellen, dessins en kleuren van HANSA



NIEUW bij Zonwering Industrie Makkum: Binnenzonwering van HANSA. HANSA biedt een A-kwaliteits product tegen een zeer betaalbare prijs. Kom eens kijken in onze showroom in Makkum voor alle nieuwe dessins, kleuren en mogelijkheden. Desgewenst inclusief montage op locatie.



Zonwering Industrie Makkum bv

Houtmolen 6 • Makkum (aan rondweg richting strand)
T (0515) 23 21 15 • www.zonweringmakkum.nl

Openingstijden: Ma. t/m vrij. 8.00-12.00 uur en 13.00-17.00 uur
Za. Iseizoen 1 mrt. tot 1 aug.) 10.00-14.00 uur



* Fryslân * Team Isemarkust

Buurtagent J. van de Wouw

Tel. 0900 - 8844

Geen spoed <> Wel Politie

E-mail: jeroen.van.de.wouw@friesland.politie.nl

Elke woensdag inlooppreekuur
tussen 11.00 en 12.00 uur
in het Gemeentehuis te Witmarsum.

Makkum wint derby van Bolswardia

Bolsward - Op een ijskoud sportcomplex 'Het Bolwerk' heeft Makkum ook zijn tweede wedstrijd na de winterstop winnend afgesloten. Dankzij twee doelpunten van Jesse Adema versloeg de ploeg van trainer Hylke Schrale het tot zaterdag één plaats lager geklasseerde Bolswardia met 0-2. Net als Makkum beschikt ook Bolswardia over een prachtig kunstgrasveld en dus kon de wedstrijd ondanks de ijzige temperaturen - het kwik kwam zaterdagmiddag niet boven het nulpunt uit - gewoon doorgaan.

Onder het toezien van trainer Wieger Sinnema van QVC, komende zaterdag de tegenstander van Makkum, begon de wedstrijd spectaculair. Dat er na 10 minuten nog een brilstand op het scorebord stond was een klein mirakel. Eerst was het Makkum dat via Jesse Adema twee goede kansen kreeg de score te openen. Daarna miste Bolswardia via Thomas van Zuiden een opgelegde kans om op voorsprong te komen. Na een goede aanname schoot de Bolswarder spits hoog over. In de loop van de wedstrijd zouden, zonder dat van goed voetbal sprake was, nog vele kansen volgen. Uiteindelijk was het echter alleen Adema die deze middag daadwerkelijk doeltreffend zou zijn. Na een matige fase in de wedstrijd opende Adema na 35 minuten de score. Na een goede actie in de zestienmeter joeg de grillige spits de bal snoeihard in de kruising achter de kansloze keeper Nieuwenhuis. Was het eerste doelpunt van Adema een plaatje, de tweede was zo mogelijk nog mooier. De ditmaal naar de rechterkant uitgeweken spits kreeg de bal net buiten het strafschopgebied aangespeeld en met een simpele voetbeweging schoot hij de bal met binnenkant rechts in de verste kruising over de verbouwde Nieuwenhuis. Lucky of niet, een fantastische goal was het hoe dan ook. Nog geen 5 minuten later had Adema zijn hat-trick kunnen en misschien wel moeten voltooien. Na een slimme steekbal had hij de hoek voor het uitkiezen maar ditmaal behoeft Nieuwenhuis zijn ploeg voor verder onheil. Vlak voor rust was het weer de beurt aan Bolswardia. Bijna kwam de thuisploeg terug in de wedstrijd maar met een katchtige reflex voorkwam doelman Theo Nota de aansluitreffer op een inzet van dichtbij.

Waar Makkum tijdens de thee ongetwijfeld de gedachte zal hebben gehad na rust via snelle counters de onzeker spelende Bolswarder defensie verder in het nauw te brengen kreeg het al na een minuut spelen een forse tegenvaller te verwerken. Bij de eerste de beste aanval over de linkervleugel constateerde de tot dat moment foutloos fluitende scheidsrechter Van der Leur (korte mouwtjes!) een slaande beweging van spits Daniël Kleiterp die met rood van het veld werd gestuurd. Logisch gevolg van het wegzenden van Kleiterp was dat Bolswardia wat meer balbezit had dan voor rust. Daarvan wist het echter niet te profiteren. Zeker, het kreeg, net als voor rust, ook in de tweede 45 minuten nog enkele kansen maar die waren nauwelijks het gevolg van het numerieke overwicht. De thuisclub bleef volharden in de lange bal en speelde Makkum daarmee aardig in de kaart. De afvallende bal was in de meeste gevallen voor de bezoekers en in de omschakeling bleef ook Makkum op die manier continu dreigend. Daarbij was een niet onbelangrijke rol weggelegd voor de prima ingevallen Bouke de Vries die in de relatief korte tijd die hij speelde vele meters aflegde en zowel in verdedigend als aanvallend opzicht zijn steentje bijdroeg aan de uiteindelijke overwinning. Ondanks dat beide teams nog enkele kansen kregen slaagde geen van beide ploegen er in na rust nog te scoren.

Toch was er, wederom aan de kant van Makkum, nog één hoogtepuntje te noteren. Terwijl de meeste toeschouwers zich al richting warme kantine begaven was het linksback Rick van As die, geheel in contrast met het technische niveau van de wedstrijd, aan een rush begon die zijn weerga niet kende. Op inzet en techniek slalomde de toch niet als ballerina bekend staande Van As zich door en langs 5 Bolswardianen waarbij hij, als ware hij Messi zelf, ook nog een keer om zijn eigen as draaide. Helaas voor de spijkerharde verdediger gelukte het hem net niet om ook de laatste horde op weg naar eeuwige roem, keeper Nieuwenhuis, te slechten.

Na 2 uitoverwinningen op rij speelt Makkum aanstaande zaterdag thuis tegen QVC. Op sportpark 'De Braak' wordt afgetrapt om 15.00 uur.

Familie Van der Werf winnaar 14e familievolleybaltoernooi



Makkum - Zondag 23 januari jl. was het weer zover het 14e familievolleybaltoernooi. Ondanks een mindere opkomst dan voorheen, was het een geslaagde dag. Er waren 9 teams verdeeld over 2 poules. Er waren spannende wedstrijden met lange rally's te zien. Hieruit bleek wel dat de familieband sterk is bij de teams om zich er zo doorheen te slaan. De nummers 1 van de poules stonden in de finale. De finale werd gespeeld

tussen Familie v/d Werf 2 en Familie de Boer. Een leuke finale waarin Familie de Boer het niet kon redden en met een eindstand van 39-33 is de Familie v/d Werf 2 de winnaar geworden.

Poule A

1 V/d Werf 2	8 pnt
2 V/d Werf 1	6 pnt
3 Fam. Lenters	4 pnt
4 Dijksposse	2 pnt
5 De 2 B's	0 pnt

Poule B

1 De Boer	6 pnt
2 Miedema 2	4 pnt
3 Huismusjes	2 pnt
4 Miedema 1	0 pnt

Kijk voor foto's op www.volleybal-makkum.nl.

Zwangerschapscursus van Thuishotel, dé cursus voor zwangeren!

Thuishotel organiseert al jaren als enige aanbieder de zwangerschapscursussen op diverse plaatsen in de Zuidwesthoek. De cursus bestaat uit twee delen, een deel voor de bevalling en een deel na de bevalling. Deze delen zijn afzonderlijk van elkaar te volgen of als één geheel. De cursus wordt geleid door een zeer ervaren fysio- of oefentherapeute. Het doel van de cursus voor de bevalling is een goede voorbereiding op de komst van de baby. Deelnemers krijgen informatie over zwangerschap en bevalling, in combinatie met veel praktische oefeningen. Zo leren zwangeren de houding van hun veranderende lichaam te corrigeren. Ook leren deelnemers ontspannings- en ademhalingsoefeningen om de weeën op te vangen. Er is gelegenheid om ervaringen uit te wisselen en de moeders kunnen elkaar steun bieden. Maar de nadruk ligt op de lichamelijke voorbereiding op de bevalling. Ook tijdens het huidige internettijdperk waarin

veel informatie voorhanden is, heeft de cursus meerwaarde omdat er tijdens de avonden ruimte is om individueel advies te krijgen naar aanleiding van vragen. Er is directe feedback en ook gerichte tips om hiermee om te gaan. Enkele weken na de bevalling start de postnatale cursus. Hier staat de conditie centraal en leren de pas bevallen moeders hoe ze hun spieren kunnen versterken. Ook is er gelegenheid voor het uitwisselen van ervaringen en in de praktijk blijkt dat de groep elkaar met regelmaat treft, ook na de cursus.

Meedoen aan de zwangerschapscursus?

Aanmelden kan via de website www.thuishotel.nl of vraag een aanmeldfolder aan bij Thuishotel op 0515-461234. Om de groepen zo goed mogelijk in te kunnen delen, verdient aanmelding vroeg in de zwangerschap de voorkeur. Thuishotelleden ontvangen korting bij het volgen van de gehele cursus.

Informatieavond Uitvaart & Afscheid

Sneek - Op dinsdag 15 februari organiseert Thuishotel een informatieavond over uitvaart en afscheid in Joure. Dezelfde avond wordt op 9 maart georganiseerd. Hoe kunt op uw eigen manier een uitvaart vormgeven? Met deze vraag als uitgangspunt verzorgen Anne de Jong en Gonneke Haaksma, beide onafhankelijk uitvaartondernemer, deze informatieavond. Er is een toenemende behoefte om op een unieke, eigen wijze afscheid te nemen en vorm te geven aan de uitvaart. Wat kan en mag er allemaal? Wat kost een uitvaart? Hoe kun je op een goede en bij jou passende manier afscheid nemen? Het zijn allemaal vragen die aan de orde komen. Met deze informatie is het

gemakkelijker om in die verwarrende tijd rond een overlijden, de juiste keuzes te maken.

De informatieavonden vinden plaats op:

Dinsdag 15 februari 2011 in Joure

(opgeven voor 1 februari)

Woensdag 9 maart 2011 in Sneek

(opgeven voor 23 februari)

Kosten: Thuishotel leden gratis, niet-leden €5,-.

Heeft u interesse: neem contact op met Thuishotel, tel. 0515-461234. Mail: info@thuishotel.nl. Web: www.thuishotel.nl. Thuishotel is onderdeel van Thuiszorg Zuidwest Friesland

Workshop "Je Blaas de Baas"

Sneek - Op maandagavond 28 februari 2011 organiseert Thuishotel de Workshop "Je Blaas de Baas" voor vrouwen met incontinentieproblemen. Voor inlichtingen en/of opgave kunt u bellen met Thuishotel, telefoonnummer 0515 461234. Opgave kan t/m 21 februari as.

Onvrijwillig urineverlies kan voor een vrouw betekenen dat zij haar bewegingsvrijheid beperkt. De mening van vrouwen over incontinentie varieert van: "het hoort bij het vrouw-zijn", "schaamte" tot grote wanhoop. Tijdens deze Workshop word

informatie gegeven over:

- De spanningsincontinentie, urineverlies bij hoesten, niezen, tillen enz.
- Urge incontinentie, plotseling opkomende, niet tegen te houden aandrang.
- De oorzaken
- Wat kan ik er aan doen
- Tips om er makkelijker mee om te gaan
- Tijd voor het stellen van vragen.

De Workshop wordt gegeven door een gespecialiseerde fysiotherapeut. Thuishotel is onderdeel van Thuiszorg Zuidwest Friesland

Ontspannen leven en bewegen

Sneek - Op maandag 28 februari as. vanaf 19.30 uur start Thuishotel de cursus Ontspannen leven en bewegen. Uitgangspunt in de cursus is dat een goede lichaamshouding, een juiste manier van bewegen en ademen veel positieve invloed op uw gezondheid heeft. Deze cursus is uitermate geschikt voor mensen die willen leren zich te ontspannen. Ook mensen met bijvoorbeeld lage rugpijn of andere lichamelijke ongemakken, bijvoorbeeld ten gevolge van stress, zijn van harte welkom. Tijdens deze cursus doet u diver-

se oefeningen gericht op houding, beweging en ademhaling. Door u bewust te worden van uw spierspanning, leert u gericht ontspannen. De cursus bestaat uit 5 bijeenkomsten met eventueel een vervolg van 3 keer.

Voor meer informatie en aanmelding kunt u bellen met Thuishotel: 0515-461234, of mailen naar info@thuishotel.nl. Thuishotel is onderdeel van Thuiszorg Zuidwest Friesland

**RAMEN - DEUREN - SCHUIFPUIEN
KUNSTSTOF - ALUMINIUM**

Uw regionale kozijnpartner.
**Kom langs in de showroom voor
een vrijblijvend advies en offerte!**

*Maak nu nog
gebruik van de tijdelijk verlengde
6% BTW-actie!*

Bezoek onze showroom en
laat u uitgebreid informeren
oriëntert de vele mogelijkheden
op het gebied van ramen,
deuren en schuifpuien.

KROON KOZIJN
ZW-FRIESLAND
Openingstijden
showroom:
ma: 13:30-17:30
wo: 13:30-17:30
do: 19:00-21:00
vr: 10:00-17:30
tevens op afspraak
Van Oslingsweg 72
8744 EX Schettens
Tel.: 0517-531596

www.kroonkozijn.nl

K vanKalsbeek
GARAGE • MECHANISATIE • INSTALLATIE
Gaast

**NIEUW
exclusieve buitenverlichting**

Sielansreed 18 - T 0515-541253

CM AUTOBEDRIJF
Nico Morien v.o.f.
annex plaatwerk en sputterij
De Munniksploot 3 8754 14G Makkum
Telefoon 0515-232223 Fax 0515-232770
Internet: www.nicomorien.nl

VOOR HET TOTALE ONDERHOUD

- * SPUITWERK VAN BOOT TOT AUTO
- * VERKOOP NIEUW EN GEBRUIKT
- * APK VOOR ALLE TYPEN AUTO'S
- * TOTALE SCHADE HERSTEL
- * BANDEN ACCU'S UITLATEN
- * TOTALE RUIT REPARATIE
- * UITLEZEN ELECTRONICA
- * AUTO WASSTRAAT
- * AIRCO SERVICE

UW TOTALE SERVICE

AD Autobedrijf Nico Morien is gespecialiseerd
in het repareren van alle autoschades.
Rechtstreekse afhandeling met ALLE verzekeraars.

ad Alstap che **GEEN RIJ MOEIE**



KraamZus
Sneek

FRYSKE
**de Zorg van
één Kraamzus**

  t 0515 460 444 • www.kraamzus.nl

Voetbalprogramma

V.V. Makkum

zaterdag 5 februari

15.00 uur Makkum 1 - QVC 1

Oefenwedstrijd

12.30 uur Makkum 2 - Minnertsga 2

10.30 uur Makkum C1 - Nyland C1

MFC Maggenheim

NeVoBo

vrijdag 4 februari

20.15 uur Makkum MA 1 - Wisky MA 1

20.15 uur Makkum B 1 - Heecherop MB 2

20.30 uur Makkum DS 1 - Kwiek DS 1

21.30 uur Makkum DS 3 - Molkwar DS 1

21.30 uur Makkum DS 2 - Vc Sneek DS 7

Wist u dat...

* IJssvereniging Makkum graag in contact wil komen met de persoon waarvan rekening nummer 3406 53 493 is.

Deze persoon contact op kan nemen met Remko de Jong, tel. 0515-231423

Colofon

Uitgave:

Ondernemers Vereniging Makkum

Werkgroep Makkumer Belboei

www.makkumerbelboei.nl

De Makkumer Belboei verschijnt wekelijks op woensdag en wordt gratis verspreid, in een oplage van 4500 stuks. Het verspreidingsgebied is in de dorpen in de omgeving van Makkum.

Redactie;

Kopij, nieuws, agenda, ingezonden mededelingen, familie- c.q. verenigings berichten, tips en redactionele artikelen, ontvangen wij graag uiterlijk voor vrijdagavond 20.00 uur of u kunt contact opnemen met de redacteur.

Andries Quarré, Blazerweg 2, 8754 AK Makkum,
Tel. 0515-231687, E-mail: a.quarre@hetnet.nl

Redactie Fotograaf;

Jan Werkhoven, Markt 18, 8754 ES Makkum,

Tel. 0515-231350, E-mail: janwerkhoven@hetnet.nl

Advertenties - Acquisitie;

Voor het aanleveren van bedrijfs- en verenigings- advertenties wij ontvangen dit graag uiterlijk voor vrijdagavond 20.00 uur. Wilt u meer info over uw media reclame campagne en onze tarieven, dan kunt u contact opnemen met de acquisiteur.

Theo Adema, De Voorn 16, 8754 AD Makkum,
Tel. 0515-231401, Fax: 0515-233390 Gsm. 06-53542243
E-Mail: adema.horeca@worldonline.nl

Klachten bezorging & Verspreiding folder/flyers

A.v.d.Woude tel. 06 - 5378 4057

E-mail: bezorging@makkumerbelboei.nl

Drukkerij

Printwurk-Iris, Makkum

Geen materiaal rechtstreeks bij de drukker brengen

[Met vertrouwen
kom je het verst]

bENT

accountants & adviseurs

Bolsward (0515) 57 80 80 • Franeker (0517) 39 77 75 • Makkum (0515) 23 12 46

Sneek (0515) 43 04 65 • info@bentaccountants.nl • www.bentaccountants.nl

Zoekertje

gratis geplaatst tot € 250.-
opgeven voor vrijdag 12.00 uur
tel/fax 0515-231648
of tel. 0515-231687
email: rienstra@ziggo.nl

TE KOOP

Boxspring 2 pers. weinig gebruikt voor slapen,
vr.pr. € 250.-. Inl. Kleiweg 9 Makkum of tel.
0515-232055

Een g.o.h. grenen commode b x h x d: 127 x 90
x 57 cm. Aan weerszijden twee deurtjes met kast-
ruimtes b x h: 33 x 70 cm incl. één legplank. In
het midden zitten 4 laden b x h x d: 30 x 12 x 47
cm. Het geheel is voorzien van witte porseleinen
sierknoppen. De vraagprijs is € 100,- tel. 0517-
531288

± 124 verschillende kwartet-spellen, tel. 0517-
641239 na 18.00 uur

2-zits bankje, blauwe stof, is als nieuw en zit/
lig/hangt heerlijk! tel. 0515-232272

AANGEBODEN

Voor piano- orgel of keyboardles bel 0515-
427865 Makkum

Privés met of zonder eigen paard meer info?
tel. 06-14967484

GRATIS AF TE HALEN

Meer dan 30 Disney/kinder Video's, tel. 0515-
232962 of 06-15192290

GEVONDEN

Op de Turfmarkt een etui met sleutelbos. Af te
halen Turfmarkt 39

DIER CHIPPEN

Maak van je kat/hond geen asielzoeker. De laatste
tijd worden er veel katten vermist of zijn aange-
lopen. Laat je dier chippen bij de dierenarts, een-
malige kosten om een hoop ellende te voorkomen!!

Plaats uw zoekertje in de Makkumer Belboei

bel 0515 - 23 16 48
of 0515 - 23 16 87



Beach lifestyle
!!! NIEUW op Beach Resort Makkum !!!
Fysiotherapie en Fitness
Langezand 2C - 8754 HR Makkum
0515-231551

Jaarlijkse zaalkaatsen Kaatsvereniging Jan Reitsma



* v.l.n.r. Rene Sybesma, Willemke Snijders en Johan Kwast

Pingjum/Makkum - Om het nieuwe jaar sportief
te beginnen kaatsen de leden van Kaatsvereniging
Jan Reitsma zaterdag 22 januari hun jaarlijkse
zaalwedstrijd in m.f.c. Nieuw Maggenheim te
Makkum. Met een lijst van 6 parturen werd de
strijd aangegaan om de kransen en de taarten. In
2 poules van 3 parturen werd er door het spelen
van 2 partijen toegewerkt naar de finale en troost-
finale. Het was af en toe nog knap spannend met
2 keer 'alles aan de hang' in de eerste partijen en
rekenwerk voor de scheidsrechters wie de finales
konden spelen. De sterksten deze avond en daar-

mee winnaars van de kransen en overheerlijke
taarten waren Johan Kwast, Willemke Snijders
en René Sybesma die er tegen Michel Nesse,
Justin van Dijk en Johan Visser er een mooie
finale van maakten, uitslag: 5-5, 6-4. De troost-
finale was daarentegen erg eenzijdig: Dylan Drenth,
Sjoerd Atze de Jong en Marieke de Jong wonnen
vrij eenvoudig de 3e prijs door met 5-0, 6-4 van
Hendrik Brandsma, Jouke Visser en Tim Bartels
te winnen.

Bestuur en leden kunnen terugkijken op een
sportieve en gezellige avond in Makkum!

Koudum Tours

Comfortabel op reis!

**WIJ HEBBEN DE VOLGENDE ARRANGEMENTEN
VOOR U IN DE AANBIEDING!!!**

Huishoudbeurs

Er zijn nog enkele plaatsen
vrij wees er snel bij!!

Datum:
Dinsdag 15 februari

Entree + vervoer naar de
huishoudbeurs in de
Rai Amsterdam

Voor:
€ 31,00 per persoon !!!

Inlichtingen en reservering bij:
Taxi & Touringcar Van der Bles/Koudum Tours - Tel. 0515 - 232

www.taxivanderbles.nl info@taxivanderbles.nl
www.koudumtours.nl info@koudumtours.nl

Een unieke bustrip komt er op zaterdag 15 oktober 2011
naar het Geïredome in Arnhem naar
SYMPHONICA IN ROSSO DE ARNHEM.

Alleen vervoer voor € 30,00 p.p.

Voor een ieder welke deze unieke SYMPHONICA IN ROSSO DE ARNHEM
ontvangt van Sopkafée Bachús de Fiebo een waardebon
t.w.v. € 7,50. (De waardebon bij het Sopkafée, geldig van 21-12-2011)

Datum:
Zaterdag 15 oktober 2011 - (alleen vervoer),
Opstap mogelijk in:
Boisward, Workum, Koudum, Balk en Lemmer.
Voor: € 30,00 per persoon !!!