

**Belangrijke gegevens:**

**Voorzitter:**

Tineke Boersma  
bestuur@despilsneek.nl  
Tel: 06-10492784

**Secretaris:**

Jozanneke Scholten-Bos  
Tel: 06-15655651  
secretariaat@despilsneek.nl

**Penningmeester:**

VACATURE!  
Tel:  
penningmeester@despilsneek.nl

**Algemeen bestuurslid:**

Algemeen bestuurslid:  
-Coby Volberda Tel: 0515-415426  
-Elly Valk Tel: 06-23368122  
-Mirjam v.d. Kooij  
financien@despilsneek.nl  
-Wim Hoexum Tel: 06-12636341  
Emmy Schoneveld  
ledenadministratie@despilsneek.nl

**Technische dienst:**

IJde v. d. Kooij  
td@despilsneek.nl

**Zaalverhuur:**

zaalhuur@despilsneek.nl

**Bar/Kantine:**

VACATURE!  
kantine@despilsneek.nl

**Redactie wijkblad en website:**

Karin Calf  
redactie@despilsneek.nl

**Inhoudsopgave:**

Commissies	2
Vergaderingen	2
Van de bestuurstafel	3
Fotoclub De Spil	4
Sportnieuws	6
Info voor sport	7
Evergreens	8
Klaverjassen	10
Kerstmarkt	11
ABC	14
MUD	15
Kerststukje maken	15
Spilbrekers	16
Lezing bibliotheek Sneek	17
Schietclub	20
Koffieochtend	21
Sneek Duurzaam	22
Volkstuin IJlst	23
<b>Agenda</b>	26
Sportrooster	27



**Like onze Facebook  
wijkverenigingdespil**



## Commissies

Commissie	Contactpersoon	Telefoon
ABC	Jolanda Abbink	06-22423672
AMATO	Jeanetta Altenburg	423436
Biljarten middag	Jelle Bakker	06-45969211
Biljarten avond	Johan Munsterman	06-57707218
Bridge	Hans van Velthoven	06-29733726
Disco	Jolanda Slob	06-29030797
Film/video	Gerard Schuurmans	06-20663027
Fotoclub	Hendrik Huitema	
Instuif	Roelie de Jong	421536
Kienen	<b>Vacature</b>	
Klaverjassen	Rienk Heemstra	06-48707062
Koor Evergreens	Ronald Postma	
Ouderensoos	Coby Volbeda	415426
Schieten	Eduard Scholten	06-51819922
Schilderen	Hitsje van Ruiten	06-30712466
Schilderen	Pia Wijtsma (vrijdag)	419077
Sjoelen	Cobie Jonkman	417084
Sport	Jan van der Pal	06-51514769
Spilbrekers	Emmy Schoneveld	418355
Trekzakclub	Peter Burger	06 10179992

## Vergaderingen

Wijkpanel Tinga	Eerste dinsdag v/d maand (20.00 uur)
Sportcommissie	Tweede dinsdag v/d maand (20.00 uur)
Koorvergadering	Derde maandag v/d maand (19.30 uur)
Bestuursvergadering	Vierde woensdag v/d maand (20.00 uur)
Barvergadering	Laatste woensdag v/d maand (20.00 uur)

## Van de bestuurstafel

Nu het weer een beetje om lijkt te slaan komt de winter langzaam dichterbij. De dagen beginnen wat korter te worden en maken we ons op om steeds meer het vertier binnen te zoeken dan buiten. Gelukkig hebben we in de Spil een mooi aanbod om samen er een mooie periode van te maken. Zo is er in samenwerking met stichting Sociaal Collectief iedere maandagochtend van 10 tot 12 uur gelegenheid om gezamenlijk een bakje koffie of thee te drinken. Loop gewoon eens gezellig binnen!

Op 7 december staat de Spil weer in het teken van de kerstmarkt. Een tipje van de sluiters? Een gezellige workshop bloemstuk maken, diverse kraampjes vol met kerstspullen en/of (kerst)cadeautje, workshop voor de kinderen en nog veel meer. Nieuwsgierig geworden? Hou onze berichtgeving in de gaten voor het laatste nieuws.

En dit is natuurlijk naast ons uitgebreide aanbod aan activiteiten. Dus heeft u nog een vriend(in), kennis, buurman/vrouw die wel even een verzetje kan gebruiken; neem hem/haar meer naar de Spil en geniet samen van de activiteiten in ons wijkgebouw.

Zelf iets organiseren kan natuurlijk ook. Als activiteit binnen de Spil of door een ruimte te huren. Neem vrijblijvend contact op via [bestuur@deSpilSneek.nl](mailto:bestuur@deSpilSneek.nl) en ik denk graag met u mee.

Met vriendelijke groet,  
Tineke  
Voorzitter





### Waar houdt de fotoclub zich mee bezig?

- We beoordelen onze foto's op hun kwaliteiten.
- We werken aan onze artistieke ontwikkeling.
- We organiseren oefenavonden.
- We exposeren ons fotowerk in het wijkgebouw de Spil en op onze eigen website.

Wat doen we zoal bij de fotoclub ? Op onze clubavond word er aandacht besteed aan de techniek achter fotograferen. Dit doen we in de vorm van een cursus. Ook het bewerken van foto's op de computer etc. komt bij ons aan bod. Natuurlijk delen we kennis met elkaar. Daarnaast werken we ook met thema opdrachten.

Deze foto's worden door alle leden besproken en voorzien van opbouwende kritiek. Daarna worden de foto's in het wijkgebouw geëxposeerd. Ze zijn natuurlijk ook op onze website te vinden. De fotoclub wordt ook regelmatig gevraagd om foto's te maken bij b.v. activiteiten van de wijkvereniging.

Bent u geïnteresseerd in fotografie en wilt u deze passie in clubverband delen dan bent u bij ons aan het juiste adres!

**Voor meer inlichtingen bezoek onze website:  
<http://www.fotoclubdespil.nl>  
Hier kunt u ook foto's gemaakt door onze leden  
bekijken.**



Doe-avond "Miniatur fotografie"  
Fotograaf: Helga Kwant

## Sportnieuws

Jan van der Pal	Voorzitter	janvdpal@hetnet.nl	06-51514769
Gea v/d Molen	Secretaresse	geavdmolen@gmail.com	06-25454979
Hilda Boot	Alg. bestuurslid	hildaboot@hotmail.com	06-39214136
Lisa Wierda	Penningmeester	famwierda@telfort.nl	06-57054990

Beste sporters en kader,

Het is alweer oktober en de herfst en kou begint te komen met soms ook stijve spieren en nekklachten (zie artikel).

Voor kader: binnenkort is er weer een kadervergadering, kom a.u.b. allemaal zo veel mogelijk, zodat we van gedachten kunnen wisselen en diverse onderwerpen kunnen behandelen.

Allemaal veel plezier

Het bestuur: Gea, Lisa, Hilda en Jan.

Artikel Wist U dat:

### **Acute nekpijn of stijve nek**



De nek is een erg kwetsbaar deel van ons lichaam.

Ten eerste gebruik je hem steeds doordat je geregeld je hoofd draait en beweegt.

Ten tweede lopen er allerlei zenuwen en andere structuren doorheen die het hoofd met de rest van het lichaam verbinden. Er zijn verschillende aandoeningen die je aan je nek kunt krijgen. Een stijve nek kan je op iedere leeftijd krijgen. Een synoniem voor een stijve nek is een hals die 'op slot' zit. Dan zijn de gewrichtsbanden verrekt of heb je spierkramp, door een onhandige of plotselinge beweging. Het gebeurt veel tijdens de slaap.

## Info voor Sport!

Aanmelden voor een sportactiviteit volwassenen kost 49,00 euro p.p. per seizoen en voor de jeugdsport 35,00 euro p.p. per seizoen.

U betaald 12,50 euro per jaar voor het lidmaatschap van "De Spil". Dit geldt voor het hele gezin op hetzelfde adres.

Leden die zich willen afmelden voor een activiteit als algemeen lid, sport, sport voor jeugd, stepaerobic, dans of For Every Body kunnen dat doen voor 1 oktober van ieder jaar via onderstaande mailadressen.

Alleen op deze manier kunnen wij de automatische machtiging van de bank stopzetten !!!

VOOR AAN- OF AFMELDEN SPORTACTIVITEITEN:

**famwierda@telfort.nl**

VOOR AAN- OF AFMELDEN ALS LID VAN WIJKVERENIGING DE SPIL:

**ledenadministratie@despilsneek.nl**

De sportcommissie.

Als je nekspieren verkrampen, kun je een stijve nek krijgen. De hals voelt stijf aan en er ontstaat een scherpe pijn bij iedere beweging. Een stijve nek is op zich niet ernstig. Rust en warmte zijn de beste natuurlijke behandelingen om een stijve nek te behandelen. Dit ongemak wordt trouwens meestal veroorzaakt door de koude of kan een bijverschijnsel zijn van griep. Bij oefening: De nek langzaam bewegen met warme hete doek in de nek.

Vragen tel. 0651514769

## Van de Evergreens

Inmiddels is de herfst ingetreden en gaan we op weg naar de Kerst. Vanaf 24 oktober werken we weer hard aan het bijwerken en nieuw instuderen van de Kerstnummers.

Nieuw dit jaar in het repertoire zijn: Jingle Bell Rock, Mary did you know en Sing Noël Noël.

We gaan ervan uit dat het gaat lukken deze nummers onder de knie te krijgen en de nummers op **zaterdag 14 december op het Korenfestival in Sneek** en op **zondag 22 december op ons Kerstconcert in de Spil van 15.00 tot 17.00u**, te presenteren.

Maar.....

Waarom is zingen in een koor goed voor een mens?

Zingen is goed voor je omdat het zowel lichamelijk als geestelijk bijdraagt aan goed functioneren.

Bij het zingen leer je goed en diep ademen. Je oefent buikademhaling en het gebruik van je middenrif. Vervolgens adem je gedoceerd uit om het eind van een regel te halen. Een goede ademhaling is goed van hart en bloedvaten. Belangrijk is daarbij dat je rechtop staat.

Zingen is dus goed voor je houding en je ademhaling.

Daarnaast luister je goed naar je omgeving om daarop af te stemmen: bijvoorbeeld bij hard en zacht zingen, de juiste toon te vinden en te houden. Dit vraagt concentratie.

Zingen is goed voor je geheugen: alhoewel we (nog) wel zingen vanuit een boek, onthoud je wel de melodie en de aanwijzingen daarbij van de dirigent. Ook is het belangrijk dat je je concentreert op waar je mee bezig bent. Dit leidt af van de dagelijkse sleur.

En dan het sociale aspect. In een koor kom je gezamenlijk tot een prestatie waar jij, je medekoorleden en publiek van kunnen genieten. Dat geeft positieve energie. Bovendien ontmoet je andere mensen en maak je deel uit van een groepsgebeuren. Over het algemeen wordt dit als fijn en gezellig ervaren.

Kortom: zingen geeft ontspanning, draagt bij aan je gezondheid en van zingen word je een gelukkig mens!

De laatste maanden hebben we een aantal nieuwe leden mogen begroeten waardoor de bezetting in het koor is verbeterd. Echter bij de tenoren en de bassen kunnen we nog steeds wel wat extra menskracht gebruiken.

Als u langs wilt komen verzoeken wij u contact op te nemen via de website of telefoon: 06-15451174.

Wilt u meer weten over ons koor en ons repertoire, dan kunt u onze website raadplegen: [www.evergreenssneek.nl](http://www.evergreenssneek.nl). Ook kunt u ons volgen op Facebook: [facebook.com/evergreenssneek/](https://facebook.com/evergreenssneek/).

Met een zanggroet namens Evergreens,  
Ria Visser



## Klaverjassen

Wij zijn inmiddels na de zomervakantie alweer een paar maandagen verder. De laatste keer hadden we een opkomst van 29 personen, dus 7 tafels + 1 stilzitter. Het was wel weer een hele gezellige middag

Denkt u nu bij uzelf, dat lijkt mij ook wel wat ?, dan bent u vanzelfsprekend van harte welkom op de maandagmiddag.

U kunt zich laten inschrijven vanaf 13:00 uur, de inleg is €4,- (incl. Koffie of thee met een koek) en we starten daarna om 13:30 uur. Wij spelen dan 4 bomen, en zijn na de prijsuitreiking rond 17:00 uur klaar. We spelen om waardebonnen, te besteden bij Poiesz supermarkten. Het lidmaatschap voor de wijkvereniging bedraagt €12,50 per kalender jaar.

De Kerst Marathon is dit jaar op maandag 16 december, noteer dit alvast maar in uw agenda.

Mogen wij u de volgende keer ook begroeten ?

Groetjes van de klaverjas commissie,  
Epke, Roelie, en Coby

## Kerstmarkt



### Kerstmarkt 2024

De vrijwilligers van de Spil zijn weer druk bezig met de voorbereidingen van de Kerstmarkt!

Dit jaar vindt het feestelijke evenement plaats op zaterdag 7 december in de Spil dus zet het alvast in de agenda. Voor de standhouders hebben we echte kraampjes die je de hele dag kunt gebruiken voor een bedrag van 15 euro. Heb je interesse geef je dan zo snel mogelijk op want: wie het eerst komt, wie het eerst maalt. Voor de reservering van een kraam kun je je aanmelden bij bestuurslid en hoofd organisator Elly Valk 06-23368122 Ook wordt er dit jaar extra aan de kinderen gedacht en krijgen ook zij de mogelijkheid om op kleedjes leuke spullen te verkopen in de kerstgedachte. Dit gebeurt i.s.m. met de basisscholen. Naast de kerstmarkt zijn er nog meer activiteiten zoals, lootjes verkoop, schminken, kleurwedstrijd en natuurlijk zal de Kerstman niet ontbreken!

Om deze dag tot een groot succes te maken zijn extra handen en hulp heel erg welkom! Denk je nu: leuk, ik wil wel iets doen? Geef je dan op, of stuur een appje naar Elly (06-23368122)





ADVERTENTIE:

0515-411552

06-11733327

www.ahfysiosneek.nl

info@ahfysiosneek.nl

ahfysiosneek

ahfysiosneek



Fysiotherapie  
Amarins Herrema  
Van Giffenstraat 6  
8601 EX Sneek

ADVERTENTIE:



ADVERTENTIE:



Kom je bij ons spelen?

Zoek je opvang voor je baby, dreumes, peuter of schoolkind? Kinderwoud biedt opvang voor kinderen van 0 tot 13 jaar. We maken van 'Elke dag een mooie dag!'. Ieder kind verdient het om zich in een warme, geborgen sfeer te kunnen ontwikkelen en ontplooiën. Meer weten? Bezoek onze website of bel ons op 0513 - 61 08 25.



kinderwoud.nl

ADVERTENTIE:



24 uur per dag, 7 dagen per week

Wij staan voor u klaar!

Thuis als het kan, in het ziekenhuis als het moet. Welke zorg u ook nodig heeft, wij zijn er voor u. Antonius, voorheen Thuiszorg Zuidwest Friesland, biedt alle soorten zorg aan huis, zoals verpleging, persoonlijke verzorging, nachtzorg én gespecialiseerde zorg.

Henny Engelman is wijkverpleegkundige in uw buurt

Dankzij de korte lijnen met ons ziekenhuis kan er thuis heel veel. En als zorg thuis niet kan? Dan helpen we u in ons ziekenhuis in Sneek. Wij zijn er voor u, zodat u langer thuis kunt blijven wonen óf eerder uit het ziekenhuis weer naar huis kunt.

Welke zorg u ook nodig heeft, zorgteam Sneek Brekken is er voor u en uw naasten. Henny komt graag bij u langs voor een vrijblijvend gesprek. Want ook u verdient optimale zorg, precies op maat.

0515 - 46 13 38 | TeamSneekDeBrekken@thuiszorgzwf.nl  
mijnantonius.nl/thuiszorg



## ABC

Dit seizoen beginnen we weer met ons donderdagmiddag handwerkclubje namelijk op :

**28 November en 30 Januari 2025.**



Er wordt dan gebreid, gehaakt, geknipt, quilten, geborduurd, enz.

Het is er altijd erg gezellig maar ook leerzaam, je doet andere ideeën op, en je kan aan alle kanten hulp krijgen.

Er zitten hele artistieke dames bij, die maken de mooiste dingen.



Kom eens langs in de Spil, en kijk of het iets voor je is.

De tijd is van **13:30 uur tot 15:30 uur**, de kosten bedragen €3,00 per keer koffie/thee met wat lekkers is in begrepen, dat is dus te doen.



We hopen je op een van onze leuke middagen te ontmoeten.

## Menstratieproducten Uitgifte Punt

### Menstratieproducten Uitgifte Punt (MUP!)

De Spil heeft een samenwerkingsverband met het Armoede Fond om de menstruatie armoede in onze wijk tegen te gaan. Voor iedereen die financieel niet in staat is om menstruatieproducten aan te schaffen, hangt er een kastje in de gang van de sporthal van de Spil met verschillende producten; zowel maandverband als tampons. Dus zegt het voort! Deze producten zijn beschikbaar voor iedereen die het nodig heeft.

Deze middelen kunnen zonder tekst of uitleg meegenomen worden. Het enige verzoek dat wij hebben: neem alleen mee wat je nodig hebt! Denk aan diegene die na jou komt. Ook zij heeft het nodig!



## Kerststukje maken

Op 7 december gezellig onderleiding van Hans v Wieren een leuk kerststukje maken?

Nou dat kan ,op onze gezellige kerstmarkt om 11.00 uur in de Spil. opgeven is noodzakelijk.

En dat kan via emailadres: [ellyvalk42@gmail.com](mailto:ellyvalk42@gmail.com)

Kosten zijn €25,00 dit is incl. En een kopje koffie/thee en een kerstraktatie....

Geef u snel op, want vol is vol..

Tot ziens in de Spil op 7december.

Groetjes Elly.





## Spilbrekers



Nieuws van de Spilbrekers.

De zomer ligt al ver achter ons. De herfst laat zich al aardig van haar kant zien.

En het speelseizoen van ons muziek-ensemble is weer gestart.

Op 5 oktober traden we 's middags op in verzorgingshuis Avondrood in Makkum. En omdat het de dag van de oudere was waren ook inwoners van Makkum welkom. Volle bak dus.

Dat betekent geregeld meezingen van in ieder geval het refrein van meerdere liederen. Op een charmante manier uitgenodigd door onze zanger-gitarist Appie. Nederlands, Fries, Engels; voor elk wat wils.

In november hebben we een optreden in de Parkflat in Sneek.

Samen met de Hofkesjongers, een gemengd koor van senioren, die daar domicilie houden.

En in december gaan we zelfs helemaal naar Franeker. Waar wij voor de regionale afdeling van het Nut haar maandelijkse zondagmiddag muzikaal gaan opluisteren. Die middag met een Kerst-tintje.

Na de jaarwisseling in januari musiceren tijdens een jaarlijks diner-dansant, ook weer in de Parkflat. We eten daar natuurlijk zelf ook mee.

Voor de inspiratie hebben we ons een nieuw tenue aangemeten. De 3 dames een wit overhemd met een speels rood sjaaltje. De 5 mannen een donkerblauw overhemd met een geraffineerd dessin van talloze, kleine, witte zeilbootjes en een paar rode waterpoortjes. Komt dat zien!

We hebben hiermee afscheid genomen van de destijds door de Devo gesponsorde overhemden en giletjes.

Plezier en muzikale artisticeit blijven ons inspireren. Ook al zijn 7 van de 8 muzikanten de AOW-leeftijd (soms ruim) gepasseerd. Eigenlijk sorteren we met optredens in verzorgingshuizen een beetje voor. Of houdt het samen muziek maken ons jong?

In het nieuwe jaar een vervolg op dit artikel.

Gegroet,  
Bert Voet, toetsenist.

## Lezing Bibliotheek Sneek

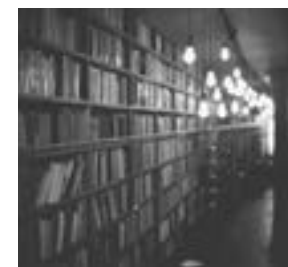
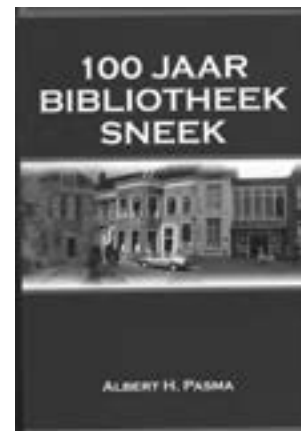
### Lezing Albert Pasma over 100 jaar Bibliotheek Sneek



Sneek - Op woensdag 30 oktober 2024 om 10.15 uur zal Albert Pasma, oud-directeur van de Bibliotheek in Sneek, een boeiende lezing geven in het Bieb Café.

Tijdens deze ochtend neemt Pasma je mee op een reis door de rijke geschiedenis van de Bibliotheek Sneek, die inmiddels al meer dan 100 jaar bestaat.

Pasma, die jarenlang verbonden was aan de bibliotheek, zal vertellen over de oprichting, de ontwikkelingen en de groei van deze culturele instelling die een onmisbare rol speelt in de Sneker samenleving. Van de eerste boekenkasten tot de moderne bibliotheek van vandaag, deze lezing biedt een uniek inblikje in een eeuw bibliotheekgeschiedenis.



Leer Vraag Ontmoet Lees Doe

“lets online regelen is soms best lastig”

In elke bibliotheek kun je gratis terecht met vragen over de digitale overheid. We helpen je op weg, delen informatie en kunnen je doorverwijzen.

Ook als je geen lid bent. Kom langs bij de Bibliotheek bij jou in de buurt!

[bmf.nl/ido](http://bmf.nl/ido)

informatie punt  
BIG TALK OVERHEID

de Bibliotheek  
Bibliotheek Mar en Fean

#FrieslandVitaal FrieslandVitaal

Hoera! We bestaan 5 jaar!

De beste merken FrieslandVitaal.nl

Wij leveren rollators die voldoen aan de hoogste kwaliteit en veiligheidsnormen. Voorzitter rollator is van het merk: Tappi, Benetton, Supa, Roll, Alvo en meer.

Bezoek onze winkel Alexanderstraat 8, 8304VP Sneek

• Veiligheid • Aan huis service • Eigen werkzets • Duurzaam

Helemaal je eigen plek

Wetig, samen op een idee aan je te bouwen. Dat is de kern van de accolade. We helpen je op weg, delen informatie en kunnen je doorverwijzen.

We werken samen met organisaties op het gebied van onderwijs, zorg, welzijn en veiligheid. Om dat te doen hebben we een netwerk van professionals in een organisatie.

De lokale vereniging is er om: (Stadion, Feesten, Jenever) (Korfbal) (Sneek) (Sneek)

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

accolade  
Lokaal & Regionaal

## Schietclub "De Spil"

De schietclub schiet in de roos! "de SPIL"

Door alle extra aandacht voor onze mooie club en de geslaagde open middag heeft het ledenaantal van de schietclub een vlucht genomen. Dit is mooi voor het voortbestaan van de club, maar komt de competitie ook zeker ten goede. Deze is veel spannender geworden aangezien steeds meer leden weten de roos te vinden.

Zo zijn we ook bezig met het vormen van een damesteam. De schietsport is echt niet alleen iets voor de "stoere" mannen. De dames schieten er ook verdienstelijk op los.

Zo wordt er niet alleen op de papieren targets ook geschoten, maar ook op sterretjes en handjes. Bovendien hebben we last van een kleine metalen rattenplaag, die wekelijks met veel enthousiasme bestreden wordt.

Wij 'jagen' iedere woensdagavond, dus wellicht kruizen onze paden dan wel in de Spil.

Tot dan!

Manon de Jong  
Secretaris Schietclub de Spil

WELKOM!



### Koffieochtend voor iedereen!

Gezellig en vrijblijvend

Wanneer dit ochtend opkomt, De Spil is het maandelijkse samenkomst voor iedereen waar koffie wordt getrokken en er wordt gesproken. We organiseren dit om te laten zien dat het mogelijk is om samen te komen en te genieten van een kop koffie en een goed gesprek.

De Spil, Hoofdstraat 109, 8004 MD Zoetermeer  
(U bent van harte welkom)  
Voor vragen kun je terecht bij onze voorzitter, Annermarie Riet  
06-42406200

 De Spil

STREVEN  
**SOCIAAL  
COLLECTIEF**  
DE VERBINDENDE FACTOR IN SOCIAAL WERK

## Sneek Duurzaam

HET VERBAND TUSSEN DE MOUNT EVEREST, DE  
SNEEKER BRUGGEN EN DUURZAME BOUW.  
26 november 2024, 1930u – 2130u, DE SPIL  
SNEEK



Hans Achterbosch, ondernemer, architect en duurzaamheidspionier mocht met Ronald Naar mee op expeditie naar de MOUNT EVEREST. Een droom ging in vervulling maar vlak onder de top volgde een ervaring die hem zijn ogen deed openen.

“Het gaat niet om de top” zo weet hij nu. Tijdens diverse expedities ook naar gesmolten gletsjerkappen zag hij hoeveel afval er was. Hans ontwikkelde een visie die nog altijd zijn houvast is bij alles wat Hans doet als architect.



Hans Achterbosch neemt op 26 november 2024 ons mee in zijn ervaringen, motivatie, kennis en projecten over het waarom van BIOBASED BOUWEN ... en wat het mooie is aan de Sneeker bruggen. Meer informatie: <https://www.youtube.com/watch?v=5QWTMYzrEw4&t=19s>

Wijkcentrum DE SPIL  
MOLENKRITE 169  
Dinsdag 26 november 2024, 19:30u – 21:00u  
Plaats reservering via [info@sneekduurzaam.nl](mailto:info@sneekduurzaam.nl)  
Meer informatie op [www.sneekduurzaam.nl](http://www.sneekduurzaam.nl)

## Volkstuin IJlst

We hebben op dit moment een aantal tuinen vrij, dus er is ruimte voor nieuwe tuinders die op hun eigen manier (biologische) groente, bloemen en vruchten willen verbouwen.



De Volkstuinvereniging IJlst biedt jou de mogelijkheid je eigen (biologische) groenten, bloemen en vruchten te verbouwen. Tuinieren is nooit hetzelfde: het ene seizoen heb je juist veel courgettes en in het andere seizoen minder. Het hoort er allemaal bij, maar moestuinieren is vooral heel erg leuk!

### **Kom het zelf ervaren, je bent van harte welkom!**

Of je nu bloemen of groenten wilt verbouwen of beide, het kan allemaal. We hebben aandacht voor de aarde, de bodem, vlinders, bijen en andere insecten.

Zie ook: <https://volkstuijlst.nl/>

### **Tuinder worden?**

Dat kan al voor € 10,- per jaar. De inschrijfkosten zijn éénmalig € 15,- en je betaalt jaarlijks 30 cent per vierkante meter tuin.

Vragen en Informatie:

Súdergotún: Roel de Jong  
06-25482482, [roelenlies@home.nl](mailto:roelenlies@home.nl)

Himdykstún: Hannie Haven  
06-29290584, [hanniehaven@hotmail.com](mailto:hanniehaven@hotmail.com)





# XII *design*

maakt voor jou van ieder product een uniek persoonlijk item met je eigen ontwerp.

De volgende artikelen zijn bij ons te bestellen:

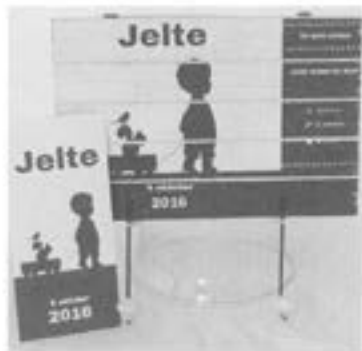
## Origineel KROOST kado

- \* geboorte kapstok
- \* geboorte tegels
- \* geboorte kaarsen
- \* geboorte klokken
- \* rompertje (opdruk -  
geluk zit in een klein rompertje)

0515 - 46 06 15

f.vellinga@philadelphia.nl

www.dc-smidsstraat.nl





## Agenda

Iedere maandag:

Biljartoefenmiddag	13.00-16.30
ABC Yoga	13.30-15.00
Instuif	13.30-17.00
Sjoelen	19.15-22.15

Iedere dinsdag:

Schilderen	13.30-15.30
AMATO	19.30-21.30
Fotoclub (oneven weken)	19.30-22.00
Videoclub (even weken)	19.30-22.30

Iedere woensdag:

ABC gym + activiteiten	09.00-11.00
Biljarten middag	13.00-16.30
Ouderensoos	14.00-16.30
(Iedere laatste woensdag v/d maand is er kienen)	
Bridge (1x in de 14 dagen)	13.30-17.00
Biljarten	19.30-23.00
Schieten	19.30-22.30
AMATO	20.00-21.30

Iedere donderdag:

ABC ouderengymnastiek	9.15-10.15
Koor	19.45-22.00

Iedere vrijdag:

Schilderen	13.30-15.30
Stijldansen	18.30-20.30

Op de derde vrijdag van de maand (okt t/m april): Klaverjassen 20.00

ADVERTENTIE:



**Verhuur Veldman**  
 Telefoon: 0515-712080  
 info@veldman-verhuur.nl  
 Zwolsmanweg 18, Sneek

## Sportrooster

DAG	TRAINER/STER	ADRES	TELEFOON	SPORT
<b>SPORTZAAL</b>				
<b>DINSDAG</b>				
19.00-20.00	Nico de Leeuw	Sânhorst 10 IJlst	533339	Badminton S
20.00-21.00	Nico Altenburg	De Wieken 122	423436	Badminton S
<b>WOENSDAG</b>				
20.30-21.30	Robert de Jong	Pinksterbloem 40	420388	Volleybal D
<b>DONDERDAG</b>				
19.30-20.30	Hilda Boot	Lisdodde 19	06-39214136	Badminton S
<b>VRIJDAG</b>				
18.30-19.30	Kees Bruin	Molenkrite 92	423554	Volleybal G
19.30-20.30	Elma Westerhof		06 44604984	Badminton S
20.30-21.30	Elske Dotinga	Zilverschoon 48	425834	Badminton S
21.30-22.30	Evert v.d. Zee	Weegbree 26	425591	Badminton S
<b>ZONDAG</b>				
12.00-13.00	Hilda Boot		06-39214136	Zaalvoetbal
<b>GROTE ZAAL</b>				
<b>MAANDAG</b>				
20.00-21.00	Jaqueline van Dijk		06-50816233	Just Dance
<b>WOENSDAG</b>				
10.15-11.15	Monica Poiesz		06-24406159	For Every Body
20.00-21.00	Ekelyn Feenstra		06-30966378	Step-Aerobic
<b>DONDERDAG</b>				
10.30-11.30	Monica Poiesz		06-24406159	For Every Body

# JUMBO

## Kooistra

*Altijd de laagste prijs*



Sneek Tinga  
Molenkrite 171  
8608 WD Sneek  
Tel: 0515 445130