

vrouwen
van nu[®]
menameradiel



jaarboekje
seizoen 2025-2026

Wat houdt de vereniging van Vrouwen van Nu in?

Een groot sociaal netwerk

Elkaar ontmoeten is een kernfunctie van Vrouwen van Nu. Als lid heb je toegang tot de activiteiten van de lokale en provinciale afdelingen en de landelijke vereniging.

Weetje over de V-factor

De V-factor dankt haar naam aan de 10 V's van Vrouwen van Nu, die duiden wat het lidmaatschap van Vrouwen van Nu je oplevert.

Verbinding in de vorm van ontmoetingen op lokaal, regionaal en landelijk niveau.

Vriendschappen tussen gelijkgestemden (nabuurschap en netwerk).

Vrijtijdsbesteding via activiteiten, clubjes, uitjes en reizen.

Verdieping door achtergrondinformatie in lezingen, betekenisvolle bezoeken, nieuwsbrieven en het magazine.

Voorlichting over o.a. verantwoord leven via projecten als Plastic en IK?, het Landelijk Voedsel Platform en PFAS.

Vrijwilligerswerk door activiteiten binnen de verenigingsstructuur (besturen, werkgroepen en commissies) of binnen initiatieven die worden ontwikkeld of ondersteund.

Vorming in de zin van persoonlijke ontwikkeling via trainingen en leiderschapsontwikkeling door bestuurlijke ervaring.

Vertegenwoordiging via lidmaatschap van Nederlandse Vrouwenraad, Agriterra, Women for Water Partnerships, ACWW en Stidoc.

Voorvechten van vrouwenemancipatie door beleidsbeïnvloeding en belangenbehartiging bij de overheid.

Voordeel in de vorm van kortingen en winacties.



Voorwoord

Beste Vrouwen van Nu,

Terwijl ik dit schrijf is het tot nu toe een mooi voorjaar en begin van de zomer geweest. Hoop dat dit ook doorzet.

Op 19 september zien we elkaar weer op de eerste bijeenkomst in het nieuwe Nij Franjum te Marsum.

Dan zijn alle cursussen bekend en kunt u zich weer inschrijven.

De nieuwe afdelingsbijeenkomsten leveren een keur aan onderwerpen op. Voor elk wat wils.

We willen alle nieuwe leden van harte welkom heten en hopen dat u zich bij ons thuis voelt.

Alle leden worden rechtstreeks over de nieuwe contributie geïnformeerd, zodra deze bekend is.

Via het landelijk bureau krijgt u hier een nota van.

Zij willen graag een automatische incasso. Inlichtingen hierover via Froukje onze penningmeester tel. 06 53149488.

Bij de contactvrouwen in Menaam is een nieuwe groep gekomen onder leiding van Wiepie Lootsma.

Verder hebben we een nieuwe webmaster. Dit is Jantsje Kalsbeek geworden.

We willen iedereen die zich heeft ingezet hartelijk danken en hopen op een mooi seizoen.

Coördinatieteam: Sieuwke Hielkema, Jannie Pasveer en Everdien Smale.

Afdelingsbijeenkomsten 2025-2026

Wanneer: **Vrijdagmiddag 19 september 2025**

Onderwerp: **Start van het seizoen**

We kunnen ons weer oriënteren op het nieuwe aanbod van cursussen, tijdens een gezellig Vrouwen van Nu samenzijn.

Hoe laat: 14.30 uur

Waar: Dorpshuis 'Nij Franjum' in Marsum

Wanneer: **Dinsdagavond 21 oktober 2025**

Onderwerp: Ds. Cees Glashouwer, medeoprichter en voorz. van de voedselbank in Harlingen 'De Helpende Hand' zal hierover een lezing houden.

Hoe laat: 20.00 uur

Waar: Dorpshuis 'Nij Franjum' in Marsum

Gastvrouwen: Contactgroep van Marianne Pels

Wanneer: **Woensdagmiddag 19 november 2025**

Onderwerp: Mercy Ships, Aafke Lautenbach vertelt hierover want zij was mee op zo'n Ziekenhuisschip om de armste mensen in Afrika te helpen.

Hoe laat: 14.00 uur

Waar: Dorpshuis 'Nij Franjum' in Marsum

Gastvrouwen: Contactgroep van Marian Küppers

Wanneer: **Donderdagmiddag 18 december 2025**

Onderwerp: Mevr. Coster vertelt over de reis: Noorwegen langs de Noordelijke IJszee van de Russische grens via de Noorkaap naar Hammerfest.

Hoe laat: 14.00 uur

Waar: Dorpshuis 'Nij Franjum' in Marsum

Gastvrouwen: Contactgroep van Ali Castelein

Wanneer: **Dinsdagmiddag 20 januari 2026**

Onderwerp: Uitvaartzorg door Berber Pasveer- Folkertsma
"Ieder mens is uniek, zo ook het afscheid"

Hoe laat: 14.00 uur

Waar: Dorpshuis 'Nij Franjum' in Marsum

Gastvrouwen: Contactgroep van Aukje Bokma

Wanneer: **Dinsdagmiddag 17 februari 2026**

Onderwerp: Mevr. Jannie Mulder uit Goutum gaat ons vertellen over haar werk als OPRUIMCOACH.

Hoe laat: 14.00 uur

Waar: Dorpshuis 'Nij Franjum' in Marsum

Gastvrouwen: Contactgroep van Sjoukje de Jong

Wanneer: **Donderdagavond 19 maart 2026**

Onderwerp: Sippy Tigchelaar geeft een lezing over:
Schipper vrouwen, verhalen boven water.

Hoe laat: 20.00 uur

Waar: Dorpshuis 'Nij Franjum' in Marsum

Gastvrouwen: Contactgroep van Trienke Hiemstra

Wanneer: **Dinsdagavond 22 april 2026**

Onderwerp: Modeshow

Hoe laat: 20.00 uur

Waar: Dorpshuis 'Nij Franjum' in Marsum

Gastvrouwen: Coördinatieteam



Hanne Leijstra
0613 78 38 83

Puoldyk 31, 9035 BX Dronryp

Behandeling op afspraak.

Cursussen

Cursus **Mozaïek**

Door Outdoor Mozaïek Gallery
Waar Ferwert, Ljouwerterdyk 7
Wanneer Donderdagmiddag 9 oktober 2025
Aanvang 13.30 uur
Kosten € 35,-
Opgeven Infomiddag
Commissielid: Aly Bontekoe

Cursus **Het maken van een cooking-bag**

Door Anneke Bonnema en Coby Jongbloed
Waar Dronryp, Reindersbuorren 11
Wanneer Do. 16 oktober 2025 en wo. 11 februari 2026
Aanvang 13.30 - 16.00 uur
Kosten € 10,- zelf materiaal meenemen
incl. koffie/thee. Max. 3 vrouwen per keer!
Opgeven Infomiddag
Commissielid: Anneke Bonnema en
Coby Jongbloed

Cursus **Kerstkaarten maken**

Door Linda Breuker
Waar Dronryp, Puoldyk 2
Wanneer Do/Vr 13 en 14 november 2025
Aanvang 14.00 - 16.30 uur
Kosten € 20,- Techniek prikvilten
Opgeven Infomiddag
Commissielid: Anneke Bonnema

Cursus **Vilten op tas of kussen**
Door Linda Breuker
Waar Dronryp, Puoldyk 2
Wanneer Donderdag 15 of evt. zondag 25 januari 2026
Aanvang 14.00 - 16.30 max. 6 personen
Kosten € 35,-
Opgeven Infomiddag
Commissielid: Anneke Bonnema

Cursus **Neurolinguïstisch schilderen**
Door Atelier Kleur
Waar Menaam, Ljochtmisdyk 2
Wanneer Dinsdag 3 februari 2026
Aanvang 13.30 uur
Kosten € 30,-
Opgeven Infomiddag
Commissielid: Aly Bontekoe

Cursus **Paasstukje maken**
Door Tsjikke de Vries
Waar Kleaster Anjum 1 Berltsum
Wanneer Ma/di 23 en 24 maart 2026 max. 5 personen
Aanvang 13.30- 16.30 uur
Kosten € 20,-
Opgeven Infomiddag
Commissielid: Anneke Bonnema

Cursus **Glasfusing**
Door Liesbeth Sytsma
Waar Ferwert, Ljouwerterdyk 7
Wanneer Donderdag 9 april 2026
Aanvang 13.30 - 16.00 uur
Kosten ± € 30,- incl. koffie/thee
Opgeven Infomiddag
Commissielid Coby Jongbloed

Cursus	Jeu de Boules
Door	Vereniging Tûk en Rekke
Waar	Menaam, Orxmasingel 128
Wanneer	donderdag 7 mei 2026
Aanvang	14.00 uur
Kosten	€ 6,-
Opgeven	Infomiddag
	Commissielid: Anneke Bonnema

Opgave voor de cursussen

Uiterlijk op vrijdag 19 september 2025 of bij verhindering voor die datum bij het **commissielid**.

U kunt zich **uitsluitend** opgeven via het losse opgaveformulier in dit boekje.

Let op:

- * Na opgave is het hele cursusbedrag verschuldigd.
- * Bij verhindering kunt u een vervangster zoeken.
- * Eventuele afmelding rechtstreeks bij het commissielid.
- * Bij grote belangstelling kan de cursusdatum gewijzigd worden.
- * Bij deelname door een niet-lid is € 10,- extra cursusgeld verschuldigd.





**Heeft u ook even dat zetje
nodig om meer te bewegen?**

**Lekker
in je vel!**

Fitness voor **ouderen** zowel
in berltsum als dronryp kan
onze oefentherapeut een
programma voor u maken!



JELLE EIJZENGA

*fysiotherapie
gezondheidscheck*

Afspraak maken?

0518 46 16 38

www.eijzenga.nl

Locaties:

Prommehôf 3 Berltsum

De Terp 57 Dronryp



J.H.van Aismawei 82 9045 PM Bitgummole
tel: 058 2531665 www.lingeriehuis-tetje.nl

IEDER SEIZOEN BINNEN- EN BUITEN GROEN



*Zie voor het
Boeket van de week
onze site!!!*

ROB'S TUINCENTRUM

Bitgumerdyk, Menaam Tel. (0518) 451662



*Volg ons
op facebook*

WWW.ROBS-TUINCENTRUM.NL

Interessegroepen

Culturele groep

We gaan met elkaar naar voorstellingen in theater
De Koornbeurs in Franeker.

Inlichtingen:

IJmie Kingma tel: 06 393 36 831 Dronryp

e-mail: ijmiekingma@gmail.com

Anneke Hiemstra tel: 0517-231213 Dronryp

e-mail: minne.devries@kpnmail.nl

Fietsclub

De fietsclub is weer opgestart!

We fietsen vanaf mei in de zomermaanden op de 1e donderdag
van de maand in eigen omgeving.

Contactdames regelen om de beurt het startpunt, de route en de
pleisterplaats. We starten om half twee voor een tocht van onge-
veer 35 km. Bij slecht weer wordt het 1 week verplaatst.

Contact: Kety Groothoff tel. 058-2531524

Jetske Herrema tel. 058-2541940



Ynformaasje Fryske Akademy-lêzingen 2025-2026

De lêzingen binne op tiisdei 18 novimber, freed 23 jannewaris en
tiisdei 10 maart. De kosten binne € 30,- foar de hiele rige.

Oer it opjaan en beteljen sjuch op de webside.

www.fryske-akademy.nl

Foar ynformaasje:

Jetty Wondaal till: 0517-231645 e-mail: pietenjetty@hotmail.com

Kookclub



5 bijeenkomsten in 'Nij Franjum' in Marsum.

Meer informatie bij:

Geertje Sikkema tel: 058-2541881 Marsum

e-mail: ghoogterp8@gmail.com

Leesclubs

Jetty Wondaal tel: 0517-231645 Dronryp

e-mail: pietenjetty@hotmail.com

Freerkje v/d Meer tel: 0517-231249 Dronryp

e-mail: freerkjevandermeer@hotmail.com

Janny Douma tel: 0518-451727 Menaam

e-mail: psbmdouma@telfort.nl



Breicafé

Het breicafé gaat opnieuw open vanaf oktober 2025 tot en met maart 2026.

Iedere **tweede** donderdag van de maand komen we samen. Er is plaats voor zeven personen. Neem je eigen breiwerk of haakwerk mee. We starten om 14.00 uur en stoppen rond 16.00 uur.

Voor thee/koffie/koek wordt gezorgd.

Kosten: Geen

Data: Elke 2^e donderdag van de maand
9 oktober, 13 november, 11 december, 8 januari,
12 februari en 12 maart.

Plaats: Rypsterdyk 26, Menaam (bij Corrie Klat)

Voor informatie bellen met 0518-452253/06-18726301 of mailen naar c.klat@kpnplanet.nl

Schilderclub

Van oktober t/m maart m.u.v. de decembermaand en schoolvakanties zijn wij om de 14 dagen op maandag van 9.00-11.00 uur bezig met aquarelleren.

Locatie: Consistorie van de Kerk in Marsum

Cursusleiding: Klaske Atema

Voor meer informatie:

Sjoukje de Jong, tel: 058-2541346 in Marsum

e-mail: k.dejong9@upcmail.nl

Tuinclub

'Tún en strúnklup It Beantsje'

Tineke Vos Leeuwarden

tel: 058-2161078 e-mail: f.vos136@chello.nl

Adriana Breuker Marsum

tel: 058-2541898 e-mail: albreuker@hotmail.com

Wandelclub

Onze wandelclub loopt elke

1e woensdag van de maand

We wandelen circa 8-10 kilometer.

We starten 's middags om half twee. We zoeken per toerbeurt een route uit. Nieuwe wandelaars zijn welkom!

Dus meldt u aan bij:

Adriana Breuker Marsum

tel: 058-2541898 e-mail: albreuker@hotmail.com

Trekzakgroep 'Op Trektocht'

De trekzakgroep speelt nog steeds eenmaal per 14 dagen.

Optreden doen we alleen nog voor de eigen vereniging.

Ook dan gaat het honorarium naar KWF.

Voor informatie Anke Hoekstra

tel: 0518-452282 te Menaam

e-mail: anfohoekstra@hetnet.nl



Reizen

'De Zilveruitjes'

Er staat een gevarieerd programma voor ons klaar:

1. Vrijdagmiddag 10 oktober 2025

We gaan naar het gloednieuwe WEC (Werelderfgoedcentrum Waddenzee) in Lauwersoog. Daar krijgen we een rondleiding van ca. 45 minuten (o.a. langs het zeehondenziekenhuis) en er is de mogelijkheid om zelf het centrum te verkennen en te genieten van het panoramisch uitzicht over de Wadden. Rond 16.00 uur sluiten we af met koffie en lekkers.

2. Donderdagmiddag 12 maart 2026

Bezoek aan het Kooi stadion, de thuishaven van SC Cambuur. We worden ontvangen met koffie/thee in het presentatiegebouw en worden meegenomen in de historie van SC Cambuur en de totstandkoming van het stadion. Vervolgens start een rondleiding zodat we een kijkje kunnen nemen voor- en achter de schermen.

3. Dinsdagmiddag 26 mei 2026

Deze keer gaan we op naar Alde Leije, naar Agro Nammensma. Daar is een jonge boer/ondernemer actief. Hij zet zich in voor de regeneratieve landbouw. We gaan met hem 'efkes buorkje'. Al wandelend langs de akkers vertelt hij ons over zijn visie en over zijn bedrijf.

Met na afloop een bakje koffie in het nabijgelegen restaurant 'De Molen'.

Gaan jullie mee om onze eigen regio nader te verkennen?
Verdere informatie volgt in de nieuwsbrieven en op de website.

Leden van 'De Zilveruitjes'

Jenny Boomsma Menaam
jennyboomsma@gmail.com
0518-451544

Jenny Bakker Dronryp
j.bakker56@gmail.com
06 48857477

Corrie Klat Menaam
c.klat@kpnplanet.nl
0518-452253 of 06 18726301

Coördinatieteam

- Coördinator: Sieuwke Hielkema
K. v.d. Meijstrjitte 3
9045 PZ Bitgummole
tel: 058-2531293
vvnhielkema@gmail.com
- Coördinator: Everdien Smale
Prinsessenpark 42
8931 EL Leeuwarden
mob: 06 537 99 109
hanseneverdien@outlook.com
- Coördinator: Jannie Pasveer
De Terp 52
9035 AX Dronryp
mob: 06 337 10 765
j.pasveerhoekstra@upcmail.nl

Penningmeester

- Penningmeester: Froukje Dijkstra
Smidshoeke 1
9026 BG Jellum
mob: 06 531 49 488
dykstrajellum@hetnet.nl



Contactvrouwen

De contactvrouwen vormen de belangrijke verbinding tussen de leden en de coördinatoren. Contactvrouwen zijn voor minimaal 1 seizoen het aanspreekpunt voor hun groepsleden en voor de coördinatoren. Zij organiseren bij toerbeurt een afdelingsavond.

Bitgummole en omkriteren	Joukje Lanting 058-2531862 s.lanting66@chello.nl
Dronryp	Marian Küppers 0517-232063 mariankoppers@gmail.com
Dronryp	Hermien Hofstra 0517-231819 dhhofstra@hotmail.com
Dronryp	Marianne Pels 0517-232154 pietenmariannepels@kpnmail.nl
Dronryp	Aukje Bokma 0517-233428 j.bokma24@upcmail.nl
Marsum	Ali Castelein 058-2541499 hedzerali@gmail.com
Marsum/Deinum e.o.	Sjoukje de Jong 058-2541346 k.dejong9@upcmail.nl

Contactvrouwen (vervolg)

Menaam Trienke Hiemstra
0518-452008 mob: 06 30759380
trienkehiemstra@planet.nl

Menaam Baukje de Boer
0518-452560
baukjedeboer@planet.nl

Menaam Wiepie Lootsma
06 30154139
wlootsma@gmail.com



De IJstuin Dronryp is een combinatie tussen een ijssalon en een theetuin. Op een fantastische plek met terras aan het water is volop ruimte om te genieten van ambachtelijk bereid kakelvers ijs, rechtstreeks uit de ijsmachine.

Naast het ijs hebben we ook zelfgemaakte slagroomtruffels en diverse andere lekkernijen die bij ons of thuis genuttigd kunnen worden met een kopje thee of koffie.

Voor (klein-)kinderen is er speelgelegenheid, onder andere een reuze zandbak waarin de meeste kinderen zich lange tijd kunnen vermaken!

We zijn het hele jaar geopend:

April en mei: donderdag t/m zondag 10:00 – 18:00 uur
Juni t/m september: donderdag t/m zondag 10:00 – 18:00 uur en vrijdag tot 20:00 uur
Oktober t/m maart: donderdag en vrijdag 12:00 – 17:00 uur en zaterdag 10:00 – 16:00 uur

Adres: Ljouwertertrekwei 38 Dronryp

www.deijstuin.nl - info@deijstuin.nl - 0627150225

Commissies

Cursuscommissie

Coby Jongbloed	058-2531673	Bitgummole
ceesendie@hotmail.com		

Anneke Bonnema	06 514 70 648	Dronryp
annekebonnema@gmail.com		

Aly Bontekoe	0517-235239	Dronryp
willemvreeling@hotmail.com		

Reiscommissie 'De Zilveruitjes'

Jenny Boomsma	0518-451544	Menaam
jennyboomsma@gmail.com		

Jenny Bakker	06-488 57 477	Dronryp
J.bakker56@gmail.com		

Corrie Klat	0518 452253 of 06 18726301	Menaam
c.klat@kpnplanet.nl		



Contributie en lidmaatschap

De contributie voor het jaar **2026** is nog niet definitief vastgesteld op € 65,-

Zodra dit bekend is worden alle leden over de nieuwe contributie rechtstreeks geïnformeerd!

Daarna krijgt u hier in november van het **landelijk bureau** een digitale factuur van. Er kan alleen via de bank worden betaald. Het liefst automatische betaling via incasso.

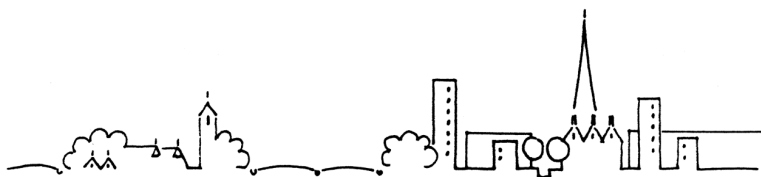
Voor vragen hierover bel de penningmeester Froukje Dijkstra
mob: 06 531 49 488

Lidmaatschap

- * Opzeggen van het lidmaatschap kan alleen **schriftelijk** en wel **vóór 1 oktober 2025** bij de coördinator Jannie Pasveer.

Adres: De Terp 52, 9035 AX Dronryp

- * Bij verhuizing of wijziging van het emailadres ook graag een berichtje aan haar.



Internet

Onze afdeling heeft een eigen website binnen de landelijke site.

www.vrouwenvannu.nl/afdelingen/menameradiel

Om op het 'Voor Leden' deel te komen, **inloggen** en daarna uw lidnummer en postcode invullen.



Webmaster is Jantsje Kalsbeek mob: 06 220 04 073

Voor informatie, verslagen en foto's mailen naar:

vvwebsite@gmail.com

Iets voor de nieuwsbrief?

Dan de kopij **uiterlijk 4 weken** voor de eerstvolgende bijeenkomst inleveren bij IJmie Kingma.

Het e-mail adres is:

vrouwenvannumenameradiel@gmail.com

Portal

U kunt uw e-mailadres in de portal (= ledenadministratie) laten zetten, zodat u voortaan de informatie (Nieuwsbrief) van het provinciaal bestuur ontvangt.

Ander e-mailadres gekregen? Geef het door aan de ledenadministratie. Jannie Pasveer mob: 06 337 10 7 65

e-mail: j.pasveerhoekstra@upcmail.nl

Lay-out Jaarboekje: Siepie van der Leij

mob: 06 272 428 42 e-mail: siepievanderleij2@gmail.com

Verspreiding: Anneke Hiemstra en Maaïke Tjoelker

Geheugensteuntje

Cursussen

- ☐ Mozaïek
- ☐ Cooking-bag
- ☐ Kerstkaarten
- ☐ Viltten op tas of kussen
- ☐ Neurolinguïstisch schilderen
- ☐ Paasstukjes
- ☐ Glasfusing
- ☐ Jeu de Boules



Interessegroepen

- | | |
|---------------------------------------|------------------------------------|
| ☐ Culturele groep | ☐ Leesclubs |
| ☐ Fietsclub | ☐ Schilderclub |
| ☐ Fryske Akademy | ☐ Tuinclub |
| ☐ Kookclub | ☐ Wandelclub |
| ☐ Breicafé | |

Aanmelden voor een interessegroep op de infomiddag of d.m.v. een telefoontje of email bij de betreffende groep uit het Jaarboekje.

Inhoudsopgave

	Blz.
Voorwoord	3
Afdelingsbijeenkomsten	4 t/m 6
Cursussen	7 t/m 9
Opgave voor de cursussen	9
Interessegroepen	12 t/m 14
Reizen	15
Coördinatieteam en penningmeester	16
Contactvrouwen	17 t/m 18
Commissies	19
Contributie en lidmaatschap	20
Internet	21
Portal (ledenadministratie)	21
Geheugensteuntje	22
Inhoudsopgave	23

wij kijken uit
naar een
prettig seizoen
vrouwen **nu**
van



www.vrouwenvannu.nl/afdelingen/menameradiel
infovrouwenvannumenameradiel@gmail.com