

## de tiid hâldt gjin skoft . . .

Na maanden van 'beperkingen' en een zonnige zomer hadden we gehoopt als Vrouwen van Nu weer 'los' te kunnen gaan; vergaderingen, gezellige en informatieve bijeenkomsten, activiteiten, jubileumvieringen, exposities: wie kijkt er niet naar uit? Toch houden de coronamaatregelen ons in de ban en worden veel activiteiten doorgeschoven naar volgend jaar.

Zo zou Anneke Wester deze zomer in Australië haar marathon-cyclus afronden; ze is op dit land na alle continenten afge-reisd, om onder de meest uiteenlopende omstandigheden marathons te volbrengen.

Gedeputeerde Sietske Poepjes laat ons zien, hoe we in deze bijzondere tijden óók kunnen werken en contact houden.

We wensen jullie als afdelingen succes bij het op een creatieve manier onderhouden van onderlinge contacten en het organiseren van activiteiten!



Marathon op de Zuidpool / Antarctica

### Interview met

## Anneke wester

op 22 juli 2020

Op **zorgboerderij Donia State Wester** zijn wij op een morgen in juli hartelijk ontvangen door Anneke en Ben. Deze boerderij staat in een landelijke omgeving in het kleine plaatsje Edens. Op de boerderij wordt zorg verleend aan ca. 35 mensen/maand met een verstandelijke- en of lichamelijke beperking. Zij komen hier tot ontplooiing door variatie en structuur in het dagelijkse leven. Dit alles gebeurt mede onder de dagelijkse leiding van een zorgcoördinator. Er wonen momenteel 6 cliënten intern. Dankzij de vooropleiding van Anneke als verpleegkundige kon zij, na het volgen van diverse cursussen, redelijk vlot starten met deze vorm van opvang.

Naast dit werk heeft Anneke een wel zeer grote passie ontwikkeld voor hardlopen. En als je dan vraagt hoe dit ooit is ontstaan, vertelt Anneke dat zij op 41-jarige leeftijd bedacht dat ze op haar 42e de marathon (42 km) van New York wilde lopen. De echte roker, die Anneke toen nog was, heeft vervolgens haar leven radicaal gewijzigd. Ze kocht een boek over de techniek van het hardlopen met daarin schema's die ze aan de muur hing. Steeds weer opnieuw lezen was het credo en de eerste meters buiten gingen eigenlijk van lantaarnpaal tot lantaarnpaal. Het deed zeer, maar door weer te lezen en te ervaren dat je niet te snel resultaat moet willen zien, kwam wel de energie en de motivatie om door te gaan. Nu is Anneke lid van S.V. Fryslân in Leeuwarden (pittige trainingen, 2x in de week) en Draafvereniging Wommels (langzamer en uitdraven). Soms is ze 's avonds moe en wil ze niet gaan, maar eigenlijk komt ze altijd vol energie weer terug en is de accu weer opgeladen.

Vervolgens kwamen de grote marathons in zicht: **New York 1995**. Een hele grote belevenis om dit voor het eerst mee te maken. Ben vertelt dat Anneke het soms tijdens het lopen wel moeilijk heeft gehad, maar dat ze dan zichzelf toesprak om nog maar sneller te gaan, want dan ben je er des te eerder van af... **Mount Everest 2011**. De landing tussen 2 rotsen was al heel spectaculair (2x uitgesteld vanwege mist). Het was de bedoeling om in 2 weken naar het basiskamp op 5600 m te klimmen (met sherpa's) en dus naar de start. Op deze hoogte moet je erg beducht zijn op de hoogteziekte die toe kan slaan. Ze moesten dan ook elke 10 minuten drinken, ook 's nachts. Anneke heeft hier ook gevoeld dat ze even de controle over haar lichaam kwijt was (te weinig eten/drinken) en een sherpa haar ging bijstaan. Na de start was het de bedoeling om tot 3053 m hardlopend af te dalen. Daar voelde zij zich direct al veel beter, je was daar weer beter geacclimatiseerd.

**Sahara 2012**. De ploeg verbleef hier bij vluchtelingen, die verbannen waren uit Marokko. Eén keer per jaar mochten zij mensen ontvangen voor de marathon. Hun kleine kinderen waren daarom ook erg bang, die hadden nog nooit buitenlanders gezien. Oma was in deze gezinnen 'de baas'. De lopers werden door mannen met geweren beschermd tegen Al Qaida, een moslimse terroristische organisatie. Anneke zat hier met nog twee Nederlanders en na de marathon wilden zij wel graag weer weg (ze konden alleen maar bij het huisje zitten en verder niks), maar ze moesten een week blijven. Niet douchen wegens waterschaarste. Er werd door Egyptenaren iedere 2 weken een tank met water gebracht.

**Ankie Jonker** (68) woont sinds april dit jaar met haar man in Burgum. In deze coronatijd zijn ze vanuit Leeuwarden verhuisd, waar ze samen 15 jaar hebben gewoond. Met Ankie heb ik een stuk gelopen rondom Burgum. We hebben onderweg even 'aangestoken' voor een bakje en dan heb je zomaar een leuk gesprek. Ankie is een jaar voor haar pensioen bij Vrouwen van Nu komen wandelen; haar eerste tocht, zo vertelde ze, was vanuit Nij Beets: de 7e etappe van Groot Frieslandpad naar Olterterp en terug. 'Het wandelvirus heb ik vast van mijn moeder gekregen en ik mag ook graag joggen; dat mocht mijn moeder ook zo graag doen. Als mijn moeder in deze tijd had geleefd was ze vast hardloopster geworden, maar dat was in die tijd not-done als vrouw zijnde, dus bleef het bij wandelen. Mijn broer, zus en ik gingen geregeld mee.

## wandelvrouw van nu



Ankie Jonker

**Noordpool 2014**. Dit was verreweg de koudste marathon, -30/-35 graden! Je moest altijd je kleren aanhouden en zelfs niks op je gezicht smeren. Vaseline zou bevriezen. Er was totaal geen bewegingsvrijheid vanwege het gevaar voor ijsberen. Iedereen had daar een geweer. Het gevaar van deze marathon was dan ook zeker een ijsbeer onderweg of scheuren in het ijs. En natuurlijk lopen op schoenen met spikes. Een erg bijzondere loop, vindt Anneke. **Antarctica 2017**. Met een vrachtliegtuig (zonder ramen dus) werd de marathonploeg er gebracht. In totaal zo'n 45 mensen. Hier was het zo 'n 20 graden onder nul, dus lang zo koud niet als op de Noordpool.

**Peru 2019**. Volgens Anneke de zwaarste tocht. Het ging alleen omhoog en er kwam geen eind aan. De lopers hadden koffers met kleren voor de bevolking bij zich. Anneke had een mooi rood jasje meegenomen, maar jammer genoeg is dat nooit tot de uitdeling aan de bevolking toegekomen. Dit was ergens onderweg al 'gearresteerd'.

En in 2020 was dan het laatste continent aan de beurt geweest, t.w. **Australië**. Ze zou er nu geweest zijn, als corona niet roet in het eten had gegooid. Maar de relativerende gedachten hebben gelijk al gewonnen bij Anneke als je het afzet tegen het corona-leed, vindt ze. Australië blijft dus de nieuwe uitdaging voor Anneke en Ben!

*Jantsje Kalsbeek-Nauta en Anneke Algera-Burgy*

Ik wandel ook bij wandelsportvereniging Wik Drachten en met andere lange afstandtochten van bv de FLAL. In deze coronatijd mis ik dat wel een beetje. Ik loop nu wel, maar dat is toch anders. Lopen is mooi, want je bent dicht bij de natuur, ruikt, ziet en hoort meer; ik krijg daar nieuwe energie van. Bovendien is het goed voor je geest, lijf en leden. Ik zou dit jaar met mijn zus het Zuiderzee-pad lopen, maar door de corona is het er nog niet van gekomen. Ook andere lange afstandtochten wil ik nog wel eens lopen, want er zijn er genoeg in Nederland.'

*Froukje Hijlkema-Schaap*

# sietske poepjes



Sietske Poepjes

## Het leven in tijden van Corona

In Nederland hebben we met zijn allen er bijzondere tijden op zitten. In maart 2020 ging Nederland 'op slot'. Hoewel we wisten, via het nieuws, dat China en later ook Italië onder Corona-gevolgen leed, dachten veel mensen 'voor Nederland valt het wel mee'.

Ik dacht dit ook. Laten we eerlijk zijn: zelden raakt een wereldgebeurtenis de leefomgeving van Nederlanders. Toegegeven, de 11 september aanslagen zorgden dat we iets langer in de rij moesten op Schiphol. De MH-17 aanslag leerde ons dat levend terug komen van vakantie niet vanzelfsprekend is.

Echter, zo diep als Corona raakte iets ons nooit. Nu konden we niet eens naar Schiphol. Laat staan in een vliegtuig afreizen naar een verre bestemming.

Nederland werd klein. Kinderen bleven thuis van school. Thuisonderwijs werd van de 1 op de andere dag ingevoerd. Supermarkten kregen éénrichtingsverkeer en kopjes koffie in de horeca waren enkel een herinnering. Veel bedrijven en zz-p'ers kregen het heel moeilijk. Geen klandizie, geen roering, geen omzet. Het leven kan dan bitter worden. Zeker als je ook nog thuis zit.

Op het provinciehuis hadden we een soort plan klaar liggen voor dit soort situaties. Heel veel werk deed ik als gedeputeerde al digitaal. Op mijn iPad kwamen de mails binnen, kon ik vergaderstukken lezen en er werd ook veel gebeld. Voor dit soort toepassingen hoefden we dus niet een heel nieuw systeem op te zetten.

Wat wel moest wennen was dat we geen échte vergaderingen in levende lijve hadden. Afspraken met mensen die vragen hadden of problemen voorlegden vonden altijd plaats óf op het provinciehuis óf ter plekke. Als iemand bijvoorbeeld

een klacht over een provinciale weg had, ging ik vaak naar de mensen thuis. Onze vergaderingen van het college van gedeputeerde staten (de commissaris van de koning zit dit voor) waren altijd dinsdagochtend. Dit bleef ook in Coronatijd zo. Alleen nu digitaal.

Hoe gaat dat dan? Heel simpel: met de iPad. Wonder boven wonder werkt dat best goed. Het gebeurde dan ook dat ik thuis, aan de keukentafel, een hele formele vergadering had. Gewoon in de camera kijken en meepraten. Wel zorgen dat de 'geluidsknop' aan staat.

Na het zomerreces hebben we wel een paar dingen anders aangepakt. Eerst was alles digitaal. Maar nu wisselen we het af. Soms ontvang ik gasten op het provinciehuis, alleen niet grote groepen. Zo kan je goed de 1,5 meter respecteren. Hier voel ik mij wel vertrouwd mee. Het is ook fijn, als mens, om sommige collega's weer te zien. Mijn secretaresse spreek ik vaak. In Coronatijd ook dus digitaal. Hoewel dat werkt, was het ook goed om elkaar voor de zomer weer 'in het echt' te zien. Wel op 1,5 meter.



thuiswerk

Een paar dingen heb ik geleerd:

- zorg voor afwisseling als je thuis bent. Ik heb een oude tafel (nog uit mijn studentenkamer) van zolder gehaald en daar mijn werkplek mee gemaakt. Ik heb nu een mooi uitzicht op de tuin; veel beter dan een lege wand.
- zorg dat het werk ook stopt. Dat wil zeggen, soms even de tuin in of een blokje om.
- Gelukkig kan zo iets in Fryslân heel goed met zoveel ruimte.
- niet teveel koffie drinken.
- niet de informele kleren aan terwijl je thuis werkt. Als je er professioneel uitziet, gedraag je je ook nauwgezetter.

Ik moet u wel bekennen: 1 maal heb ik een vergadering gedaan terwijl ik geen rok aan had. Enkel een panty. Ik was gewoon te laat in het vinden van de rok. Het kostte wel wat denkwerk om tijdens de vergadering niet per ongeluk te gaan staan. Immers, dan ziet de camera het 'hele plaatje'.

Sietske Poepjes,

Gedeputeerde provincie Fryslân

## Viering

# VROUWENDAG IN GEVAAR!!!

In Sneek hebben we op 11 maart 2020 een prachtige vrouwendag gevierd; er waren zo'n 227 vrouwen aanwezig. Leuke activiteiten en een geslaagd optreden ter afsluiting van Inez Timmer.

Allen gingen tevreden naar huis en wat later bleek was dit ook de laatste activiteit die gedaan kon worden i.v.m. de corona uitbraak, dus maakt het nog meer bijzonder.

Maar nu....., als er gehoopt wordt op weer een gezellige, interessante Vrouwendag dan zal er wat moeten gebeuren.

De werkgroep bestaat op dit moment nog maar uit 2 leden en die kunnen niet samen zo'n dag organiseren; daar zijn meer vrouwen voor nodig.

De vraag is dan ook, wie o wie komt de werkgroep helpen, om de Vrouwendag in stand te houden!!!!

Stap over de drempel en geef je op; dit kan via mail

[vvnf.cultuur@gmail.com](mailto:vvnf.cultuur@gmail.com)

## Provinciale

# Activiteiten- kalender 2021

- 9 & 10 april: Handwerkepositie
- 12 mei: Buitenschilderdag
- 27 mei: Fietsdag
- augustus: Tennistoernooi
- 13 oktober: Bridgedrive

Ook de wandelgroepen:

**Rûntsje om 'e tsjerke, Kuier rûn it doarp** en **Nordic Walking** hopen in het nieuwe jaar weer los te kunnen gaan.



## Provinciaal zijn we op zoek naar een

# penning- meester:

 (buiten bestuur)

Na 6 actieve jaren als penningmeester, waarvan 3 jaren buiten het provinciaal bestuur, heeft Aaltje Pen aangegeven, deze taak te willen overdragen. We zijn nu op zoek naar een vrouw (of man!), die goed is in cijfers, dit als een uitdaging ziet en deze taak voor onze vereniging wil invullen.

De provinciaal penningmeester is primair verantwoordelijk voor het financieel beleid en regelt alle financiële zaken van de provinciale afdeling.

Gewenste kwaliteiten:

- \* kennis van en ervaring met financieel beheer
- \* accuraat
- \* integer
- \* samenwerker die besluiten durft te nemen
- \* positief kritische instelling
- \* open houding tegenover (organisatie) verandering en vernieuwing

Geïnteresseerd? Stuur dan een mail met je sollicitatiebrief en CV vóór 1 november 2020 naar de secretaris, Lieske van den Bos: [bureau.vrouwenvannufryslan@gmail.com](mailto:bureau.vrouwenvannufryslan@gmail.com)

Voor meer informatie kun je contact opnemen met Aaltje Pen, penningmeester buiten bestuur, tel. 0514 54 12 72

oan't sjen!  
by

vrouwen van nu<sup>®</sup>  
fryslân

# redactie & kopij

Het decembermagazine verschijnt in week 50.

Aanleveren kopij vóór 14 november op het redactieadres:

[vrouwenvannu.redactiefryslan@gmail.com](mailto:vrouwenvannu.redactiefryslan@gmail.com)

Alle informatie is ook te vinden op de provinciale website:

[www.vrouwenvannu.nl/fryslan](http://www.vrouwenvannu.nl/fryslan)