

### **Afdeling zwemmen.**

De corona heeft er best ingehakt bij de leden, zo ook bij het zwemmen.

Zo naar de vakantie toe begint het toch weer te lopen. Vaak ook met nieuwe gezichten. Veel leden zijn niet teruggekomen, deels door de aard van de handicap, of operaties die ze moesten ondergaan. Fijn dat je dan even een berichtje krijgt als ze een langere periode afwezig zijn. De watertemperatuur in het diepe bad is rond de 28.5 tot 29 graden. Het doelgroepen bad is rond de 32 graden.

Deze periode zit er bijna weer op, de zomervakantie is in zicht na een goed seizoen zonder ongelukken in en om het bad. Je denkt er vaak niet over na maar iedere donderdagavond staat er een groepje vrijwilligers om dit in goede banen te leiden en daar waar nodig even een steuntje of transfer van lift naar stoel of badrand te geven.



Zowaar een “applaus” voor deze vrijwilligers is meer dan op zijn plaats. Ik wil namens mijzelf en het

bestuur van DOV jullie allemaal heel hartelijk bedanken voor je inzet en wensen je een fijne vakantie.

In de maand juli en augustus wordt er niet gezwommen in het zwembad Kalverdijkje. De nieuwe start is op 7 september 2023. En hoop ik iedereen weer te zien in goede gezondheid en uitgerust.

Zwemleider Jan Douma.

### **Afdeling tafeltennis.**

Op deze snikhete dag in juni zit ik voor de computer de administratie te doen voor het nieuwe competitie seizoen van de NTTB.

Afgelopen seizoenen was het bij de afdeling tafeltennis kommer en kwel om 1 team in de competitie te houden. Maar gelukkig betere tijden lijken eraan te komen. Voor het nieuwe seizoen heb ik 2 teams in de competitie.

Het 1<sup>e</sup> team [3<sup>e</sup> klas] bestaat nu uit: Melle de Boer, Dennis Tiam Fook en ondergetekende.

Het 2<sup>e</sup> team [5<sup>e</sup> klas] bestaat uit;  
Tini Douma, Sandra Kljajic, Brandon  
Tiam Fook en Charly Chen.

Er zitten in het 2<sup>e</sup> team 2 nieuwe  
spelers, die nog geen competitie  
ervaring hebben. Ik train hen in de  
vakantieperiode de fijne kneepjes  
van de competitie.

Onze afdeling gaat tijdens de  
vakantieperiode wel door met  
trainen. Dit zal net als voorgaande  
jaren samen met de badmintonners  
gebeuren. Dan wordt er mop  
maandag en tafeltennis en  
badminton gespeeld. Dan is er een  
volle zaal en is het er altijd  
beregezellig.

Voor iedereen die in de  
vakantieperiode op vakantie gaat  
wens ik een hele fijne vakantie toe  
en dan maar tot in september.

Jan Kootstra.



Heeft u of iemand in uw omgeving hulp nodig bij het  
betalen van alle rekeningen en verplichtingen

Wij helpen u daar graag bij!

- ✓ Inkomensbeheer
- ✓ Budgetbeheer
- ✓ Bewindvoering
- ✓ Administratieve diensten
- ✓ PGB

Alles wat te maken heeft met inkomen,  
betalingen, toeslagen, belasting, kwijtschelding

**Bel voor meer informatie**

**Tel: 058-216 95 95**

(ma-di-do-vr tussen 10.00-12.00 uur)

Mail: [info@bewindplusfriesland.nl](mailto:info@bewindplusfriesland.nl)

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

## Stokroos bij DOV.

Elk jaar bloeien op drie a vier plekken de stokrozen bij DOV. Elke keer in de zomer.

Dit jaar was het een moeilijke periode voor de stokroos. Zo hadden we er eentje vlak buiten het hek. En wat heeft de gemeente maaier gedaan. Ja u begrijpt het al, erover heen gemaaid en weg was de stokroos. Gelukkig zijn er nog twee stokroos stengels die ondanks de warmte toch weer rozen laten zien.



Ze staan nog niet in volle bloei maar het komt eraan. Zo kunnen we toch nog blijven genieten van de stokrozen bij D.O.V.

Jan Kootstra

De grote club actie.

In september start de grote clubactie. U kunt vanaf half september weer loten kopen voor leuke prijzen en u helpt direct uw vereniging. Want van de €3,00 dat een lot kost gaat €2,70 naar D.O.V.

Als alle leden 2 loten kopen levert dat D.O.V. €675,00 op. En als u de link doorstuurt naar vrienden en familie kan dat bedrag alleen maar groter worden.

Houdt dus de nieuwsbrief van augustus in de gaten want daar komt de link in te staan.

Jan Kootstra

Colofon:

Nieuwsbrief 42

Redactie:

Jan Kootstra

Sluitingsdatum voor nieuwsbrief 43 is 27-08-2023

Wilt u ook de nieuwsbrief ontvangen? Mail dan uw e-mailadres naar [jkootstra1959@gmail.com](mailto:jkootstra1959@gmail.com)

**In de nieuwsbrief interviewen we elke maand een lid of vrijwilliger van DOV Leeuwarden.**

**Deze week 10 vragen aan Heleen Douma, 48 jaar en woont in Leeuwarden. Ze is momenteel actief als vrijwilliger op de zwemafdeling.**

**1. Hoe ben je in aanraking gekomen met DOV?**

Door een stage vanuit school, via mijn vader Jan Douma en Ankie ben ik bij de zwemafdeling blijven hangen.

**2. Waarom heb je voor deze sport / afdeling gekozen?**

Zwemmen is mijn lust en mijn leven. Wat ik interessant vind is dat mensen met een handicap anders reageren op water dan valide mensen.

**3. Wat is je favoriete kijksport?**

Als ik al sport kijk dan is dat zwemmen en dan met name het WK en de Olympische Spelen.

**4. Wat doe je verder nog in je vrije tijd?**

Knutselen en dan met name het maken van miniaturen. Ik ga graag de natuur in om foto's te maken van vogels en de natuur.

**5. Waar kunnen we je 's nachts voor wakker maken?**

Maak mij maar niet wakker

**6. Wat is je favoriete keuken en waarom?**

Vooral de Hollandse pot heeft mijn voorkeur en pizza.

**7. Wat is je favoriete soort muziek en welke artiest waardeer je 't meest?**

Geen favoriet, ik heb een hele brede smaak. Ik luister graag naar Radio 10.

**8. Wat is je favoriete (huis)dier en waarom?**

Mijn favoriete (huis)dieren zijn vogels. Ik heb zelf 2 dwergpapegaaien (Agapornis).

**9. Wat is de mooiste plek waar je ooit geweest bent?**

Op een cruise naar Noorwegen en IJsland heb ik prachtige plekken gezien.

Bij de Fjorden en aan de rand van een meer heb ik prachtige zonsondergangen gezien.

**10. Staat er nog wat op je bucketlist?**

Ik zou nog wel eens naar Hawaï willen.

Linedancing in een Amerikaanse saloon of op een groot Countryfestival in Amerika lijkt me geweldig.