

# Kom erbij!

## Kom Erbij Kersteditie

December 2022

### 'Kom Erbij' met de kerst

#### Een klein gebaar

Tijdens de feestdagen zoeken mensen elkaar op. Het is een tijd van gezelligheid en wij-gevoel. Maar dit is niet voor iedereen zo. Er zijn ook veel mensen die zich juist tijdens de feestdagen verdrietig of eenzaam voelen. Bijvoorbeeld omdat ze alleen zijn en geen mensen om zich heen hebben om deze dagen mee door te brengen. Of omdat ze iemand missen. Een klein gebaar kan dan voor iemand veel betekenen. Een klein gebaar kan een groot verschil maken.

#### Wat doe jij voor iemand met de feestdagen?

Heb je dit jaar een plek vrij aan tafel voor kerst? Nodig dan eens een alleenstaand familielid uit om aan te schuiven. Of nodig je je nieuwe buurman uit voor de nieuwjaarsborrel. De vrije dagen lenen zich ook goed voor een activiteit: een wandeling maken of samen een kerstmarkt bezoeken. Heb je geen vrije dagen of weinig tijd dan kun je ook een kaartje of een appje sturen. Zo steek je mensen van wie je weet dat ze alleen zijn met de feestdagen een hart onder de riem.

#### Wat kun je zelf doen als je alleen bent?

Natuurlijk kun je net doen of het gewone dagen zijn. Daar is niks mis mee. Maar als je liever samen met anderen bent, dan kun je ook zelf mensen uitnodigen. Iemand moet het doen, het voortouw nemen. De moed tonen. Een plan hebben. Voorstellen om samen te koken. Een film te kijken. Een boswandeling te maken en daarna kerstkoffie te drinken. Of wat dan ook. Wil je niets missen met Kerst, kom dan in actie! Voorzover je dat kunt natuurlijk...

Er is van alles te doen rond de kerst. Er zijn warme buurtkamers die een soort van huiskamer voor je willen zijn. Er zijn activiteiten in de dorpen waar iedereen aan mee kan doen. De kerken hebben hun deuren wijd open staan. Lees in deze bijlage wat er zoal te doen is en kijk eens in de agenda hiernaast.

### Altijd Doen: Kerst is voor iedereen!

Stichting Altijd Doen is een organisatie met enthousiaste Dokkumers die graag iets extra's willen doen voor die mensen die het in het dagelijks leven niet altijd even gemakkelijk hebben. Je kunt alleen zijn en geen sociale contacten hebben, je kunt je baan verloren hebben en daardoor in een nare financiële situatie terecht zijn gekomen. Je kunt je partner verliezen en geen aansluiting meer kunnen of durven maken met mensen. Wij heten iedereen van harte welkom op een gezellige avond in de IJsherberg vol entertainment en met lekker eten!

Een van de deelnemers van het eerste uur is Hillie Boomsma. Nadat ze 13 jaar geleden haar man was verloren kwam ze terecht bij de kerstavond van Altijd Doen. En sindsdien is ze er elk jaar bij. Ze kent inmiddels een hele groep mensen daar en neemt zelf ook vriendinnen mee die alleen zijn. Ze staat zelfs op haar 81e nog op de dansvloer! Haar tip: 'je moet het zelf doen! Ik ben altijd actief en heb veel vrijwilligerswerk gedaan. Ik vind het fijn iets voor ander te doen. En ik heb veel vriendinnen waar ik dingen mee onderneem. Je moet geïnteresseerd blijven. Natuurlijk mis ik mijn man nog wel op bepaalde momenten als ik iets persoonlijks wil delen. Dat blijft. Maar ik maak er wat van!

### Heb je het koud thuis? Kom er dan warm bij zitten in de buurtkamer Bij Bosshardt van het Leger Des Heils.

Voor een grote groep mensen is het vanwege energieprijzen niet mogelijk om de verwarming hoger te zetten. Begin november opende het Leger des Heils daarom de deuren van meer dan honderd buurtkamers, omdat ze niemand in de kou willen laten zitten. Locatiecoördinator Jolanda Heeringa vertelt: 'we hebben de openingstijden verruimd en zijn nu elke dag open van 10 tot 4 uur. Iedereen is welkom. Er is altijd gratis koffie en thee, en een warm gevoel voor iedereen. Je kunt een praatje maken, een spelletje doen, samen naar muziek luisteren en soms doen we een uitstapje.

Ook op 2<sup>e</sup> kerstdag zijn wij open van 14.30 tot 16.30 uur en op 30 december vieren we alvast een beetje Oudjaar met oliebollen! Iedereen is welkom!

Bibliotheek Noord Fryslân is aangesloten bij het initiatief Warme Kamers van het Leger des Heils. Tijdens openingstijden bieden ze in alle vestigingen een warm welkom met een koffie, thee, een krantje, tijdschrift en ontmoeting met andere bezoekers. Kijk voor een overzicht van alle warme kamers op:

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



### De Buurtkamer is dé plek om mensen te ontmoeten.

De Buurtkamer is dé plek om andere mensen te ontmoeten. Meer samen, minder alleen. Je kunt er een bakje koffie drinken, samen eten, wandelen en er worden vaak activiteiten georganiseerd. Er zijn buurtkamers in De Westereen, Feanwâlden, Wâlterswâld, Kollum, Dokkum en Holwerd. Zowel de week voor kerst als de week tussen Kerst en Oud & Nieuw zijn de Buurtkamers open! Er zijn allerlei leuke activiteiten, zie de kalender hiernaast. Iedereen is van harte welkom.

Kijk voor meer informatie over locaties, openingstijden en activiteiten op [www.debuurtkamer.com](http://www.debuurtkamer.com). Of bel 06 - 397 38 222 (Yolanda) of mail [info@debuurtkamer.com](mailto:info@debuurtkamer.com). De Buurtkamer is een initiatief van Stjoer en Het Bolwerk in samenwerking met inwoners. De buurtkamers zijn ook aangesloten bij het project warme kamers.



## Activiteitenkalender

December 2022

**Wo 14-12 Kerstmiddag Ferwert**  
De Liudgertsjerke, Hegebeintumerdyk 5 Ferwert | Tijd: 15.00 uur  
Opgeven bij dhr. K. Winkel tel: (06) 216 380 60.

**Do 15-12 Adventsviering en vervolgens broodmaaltijd De Westereen**  
Doopsgezinde gemeente, Foarstrjitte 44 De Westereen  
Tijd: 15.00 uur adventsviering - 18.00 broodmaaltijd | Kosten € 5,-  
Opgave: [ahrekker@hotmail.com](mailto:ahrekker@hotmail.com).

**Ouderenmiddag Pinkstergemeente Filadelfia De Westereen**  
In de Jafethzaal (achteringang van de Kapel), De Westereen | Tijd: 15.00.

**Kerstmaaltijd voor ouderen Damwâld**  
Snert met roggebrood/bruine bonen met spek of evt. broodmaaltijd  
De Ontmoeting, Foarwei 48 Damwâld | Tijd: 15.30 uur | Opgave Klaas v/d Meer tel.: (06) 104 452 48 (geen vervoer? wij helpen graag!).

**Vr 16-12 Lichtjesoptocht door en om dorp Ee**  
Voor jong en oud, van kruiwagen tot vrachtauto | Tijd: 18.00 uur opstellen  
op bedrijventerrein bij M.J. Borger en Mechannoord. 18.30 uur start kleine  
ronde voor de kinderen met aansluitend een grote ronde voor de zelf-  
rijdende voertuigen. Rond 20.30 uur prijsuitreiking met koek en zopie.

**Zo 18-12 'Volkerstzang' Dokkum**  
Thema: Dat kindje in de kribbe, wie is hij en wat deed hij. Samen  
zingen met begeleiding van Christelijke Muziekvereniging Oranje.  
Optreden Pro Rege | Tijd: 19.30 uur (18.30 open) | Gratis | Doelstien Dokkum.

**Di 20-12 Optreden van het Leeuwarder Accordeon Ensemble Ferwert**  
Grand Café Ut en Thûs Ferwert (bij verzorgingshuis Foswert) | Tijd: 14.30  
Opgave niet nodig. Gratis entree.

**Altijd Doen! Een gezellige kerstavond Dokkum**  
Een geweldige hap eten verzorgt door de IJsherberg en een avond vol  
entertainment. Even de mogelijke zorgen vergeten! IJsherberg Dokkum  
Tijd: 16.00 uur | Opgave via: [e-mailinfo@altijdveen.nl](mailto:e-mailinfo@altijdveen.nl) tel.: Tine Schregardus  
(06) 145 141 95.

**Kerstviering met broodmaaltijd voor 75 plussers Dokkum**  
De Grote of Sint Martinuskerk Dokkum | Tijd: 16.00 uur | Opgave vóór 17 dec.  
Baukje Dijkstra tel. (06)229 612 92/pastor Hilde Karssies tel. (0511) 401 536.

**Kerstzangdienst De Westereen**  
Pinkstergemeente Filadelfia Brugchelencamp 1 De Westereen  
Tijd: 19.30 - 21.00.

**Wo 21-12 Kerstviering met broodmaaltijd voor 75 plussers Dokkum**  
De Grote of Sint Martinuskerk Dokkum | Tijd: 16.00 uur | Opgave vóór 17 dec.  
Baukje Dijkstra tel. (06) 229 612 92/pastor Hilde Karssies tel. (0511) 401 536

**Wandelen en warme chocolademelk Kollum**  
Buurtkamer Kollum | Tijd: 10.00 - 12.00 uur.

**Vrolijke kerstbijeekoms Hallum**  
Doarpskeamer fan Hallum. Nog niet eerder gehoord spannend kerstver-  
haal met chocolademelk | Tijd: 15.00 uur | 17.00 uur Doarpsmiel | Opgave  
doarpsmiel uiterlijk ma 19 dec. bij Joke (06)138 202 91 of via email:  
[joketalsma@hetnet.nl](mailto:joketalsma@hetnet.nl) | Kosten € 5,-.

**Do 22-12 Kerstmuziek en Quiz Walterswâld**  
Buurtkamer Wâlterswâld | 9.30 - 12.00 uur.

**Kerstbrunch Dokkum**  
Buurtkamer Dokkum | 9.30 tot 12.00 | Graag vooraf opgeven via  
[info@debuurtkamer.com](mailto:info@debuurtkamer.com) of tel: of (06) 397 382 22 | Kosten € 3,00.

**Kerst, neem zelf iets lekkers mee Holwerd**  
Buurtkamer Holwerd | 14.00 tot 16.30 uur.

### TIPS BIJ EENZAAMHEID

- **Word je bewust van je verwachtingen.** Door je bewust te worden van je verwachtingen rondom de feestdagen, wordt het makkelijker ze los te laten. Het perfecte plaatje van een gelukkige familie rond de prachtig gedekte tafel is vaker niet waar dan waar. Geniet vooral van dat wat er wél is.
- **Laat je gevoels toe.** Je verzetten tegen emoties lukt misschien heel even, maar ze komen al gauw dubbel zo hard weer terug. Bovendien: het zou heel onnatuurlijk zijn om altijd maar gelukkig en blij te zijn. Sta jezelf toe om je verdrietig of eenzaam te voelen, daarmee maak je het jezelf op den duur alleen maar makkelijker.
- **Deel je gevoelens met anderen.** Het lukt enorm op om met iemand te kunnen praten over jouw gevoel van eenzaamheid. Misschien voelt je zus, broer of je vriendin wel hetzelfde als jij en vinden jullie herkenning in elkaars verhaal. Ieder huisje heeft immers zijn kruisje.
- **Zorg goed voor jezelf.** De feestdagen hangen samen met veel en lekker eten, drinken en meestal weinig beweging. Het is niet erg om te genieten, maar wees je wel bewust van de impact van jouw lichamelijke welzijn op je mentale staat. Probeer voldoende te bewegen, wandelen of fietsen. Dat doet niet alleen je lichaam, maar ook je geest goed. Als je dieper gelegen problematiek hebt, dan kun je dat melden bij je huisarts of het Gebiedsteam van de gemeente.

**Vr 23-12 Kerstpuzzeltocht door het prachtig verlichte Ee**  
Dorpshuis | 19.00 Puzzeltocht door Ee met onderweg toneelstukjes,  
prachtige versierde tuinen en optreden van de fanfare. Als afsluiter  
het slotstuk van de plaatselijke toneelvereniging om 21.15 uur in  
dorpshuis de Jister | Puzzelboekjes bij hervormde kerk | Gratis toegang.

**Kerstbingo Feanwâlden**  
De Ferbing, Feanwâlden | 19.00 uur | € 12,50 entree (voor de prijzen,  
bingokaarten en een gratis drankje) | Opgave via [info@deferbinging.fr](mailto:info@deferbinging.fr)  
Tel: (06) 514 627 27.

**Za 24-12 Bernekrystfeest: Lichtjesroute op kerstavond 'Op zoek naar het licht'**  
Hallum | 17.00 - 18.15 uur Prachtige verlichte route met verhalen, puzzels en  
warme drankjes. Start is in de Sint Maartenkerk. Je mag zelf een starttijd  
kiezen die jou het beste past. De lengte van de route is ca 1,5 km.

**Kerstnachtzangdienst gezamenlijke kerken De Westereen**  
Zang en muziek, gedichten, filmpje, bijbellezingen en meditatie  
Tijd: 21.15/21.30 uur | de Ferbingstsjerke in de Westereen, Torenstraat 1.

**Zo 25-12 'Beleef Kerst in de Kapel' Dokkum**  
O.a. levende kerststal, speurtocht, kerstkoor/band, een 'kinderkerstshow',  
Christelijke boekentafel, een kinderknutselhoek, een vertelhoek met  
herders, koffie/koek/snert/worst Bonifatiuskapel Dokkum | Tijd: 14.00 t/m 17.00

**Kerstfeest voor jong en oud De Westereen**  
In het kerkgebouw, de Gemeenschap van Christus aan de Fogelsang 10  
ingang aan de Ljurkstrjitte in de Westereen | Tijd: 15.30 uur koffie/thee met  
(kerst)lekkers 16.00 uur de dienst.

**Ma 26-12 Kom Erbij met met koffie en thee**  
Buurtkamer Bij Bosshardt, Oostersingel 15 Dokkum | Tijd: 14.30 - 16.30.

**Kerstdienst gezamenlijke kerken Damwâld**  
Onder leiding van ds. Roelof Akse en muzikale medewerking door:  
• Brassband "Ere zij God", o.l.v. Jochem Hoekstra  
• Chr. Mannenkoor Westerlauwers uit Buitenpost o.l.v. Jan Hibma  
• Er is oppas voor de kinderen | Tijd: 9.30 | Sporthal Badhúswei 31 Damwâld.

**Di 27-12 Koffiemoment en wandelen De Westereen**  
Buurtkamer De Westereen | 9.30 - 12.00 uur.

**Highlights van 2022**  
Buurtkamer Dokkum | Tijd: 14.00 - 16.30 uur.

**Wo 28-12 Oliebollen en spelletjes Kollum**  
Buurtkamer Kollum | Tijd: 10.00 - 12.00 uur.

**Do 29-12 Wandelen en oliebollen**  
Buurtkamer Dokkum | Tijd: 9.30 - 12.00 uur.

**Oliebollen en kletsplot Wâlterswâld**  
Buurtkamer Wâlterswâld | Tijd: 9.30 - 12.00 uur.

**Highlights 2022 en oliebollen Holwerd**  
Buurtkamer Holwerd | Tijd: 14.00 - 16.30 uur.

**Vr 30-12 Oliebollen in de buurtkamer 'Bij Bosschardt' Dokkum**  
Bij Bosshardt Oostersingel 15 Dokkum | Inloop: 10.00 - 12.00 uur.

**Bingo Kollum**  
Kringloop Raderwerk Kollum | Tijd: 13.30 tot 16.00 uur |  
Opgave tel. 0511-700204 of in de winkel.

N.B. In de plaatselijke kerken zijn op 1e en 2e kerstdag  
nog talrijke vieringen, waar iedereen welkom is.  
Wij hebben ons moeten beperken tot het plaatsen  
van enkele grotere vieringen of vieringen die  
speciaal voor bijvoorbeeld ouderen zijn  
georganiseerd.

# Kom erbij!