



NIEUWSBRIEF VOOR DE MAAND JULI

(de volgende verschijnt 30/31 juli)



Gastkerk en Dorpskerk Zuidhorn
nr. 16, 2 juli 2020

PASTORALE BRIEF 16

Beste gemeenteleden,

Tijdens de zomermaanden, met name in juli en augustus, zijn veel mensen gewend om vakantie te hebben en op reis te gaan. Vanwege de buitengewone, onberekenbare omstandigheden van dit jaar zullen waarschijnlijk lang niet alle vakantieplannen doorgaan. Toch zullen vast veel mensen straks enige tijd op reis gaan; lukt dit niet in het beoogde verre buitenland, dan vermoedelijk toch wel in eigen land of in een buurland.

Gedurende die vakantieperiode kan het voor de thuisblijvers akelig stil worden. Dat laatste geldt vooral voor degenen die, bijvoorbeeld door gezondheidsproblemen, noodgedwongen niet meer op reis kunnen gaan. Vandaar nu mijn pastorale oproep: Laten we deze zomer letten op de eenzaamheid van oudere alleenstaanden. Voor hen is het al sinds de maand maart jongstleden doodstil; toen begon immers de zogenaamde 'intelligente lockdown' met al zijn beperkingen inzake sociale contacten. Een hoogbejaard gemeentelid zei telefonisch verzuch- tend tegen mij: "Het is net alsof je al dood bent. Je ziet niemand meer." Zo'n uitspraak moet ons te denken geven!

Laten we – zij het op 'veilige afstand' – solidair zijn en blijven met onze gemeenteleden. Laten we de beschikbare middelen benutten om contacten te onderhouden met mensen die door de coronacrisis dreigen te vereenzamen en gedeprimeerd raken. Even een telefoontje of een mailtje, een briefje of een kaartje kan iemand al enorm goed doen! Zo ook de bezorging van een bloemetje. Het is voor de geadresseerde gewoon fijn om een levensteken te ontvangen, en te merken dat er aan hem of haar gedacht wordt.

Zo'n levensteken kan zelfs nog vanaf een vakantieadres gegeven worden. Ook al verdwijnen er helaas steeds meer brievenbussen uit het straatbeeld, toch blijft een ansichtkaart of een kunstkaart via de aloude 'slakkenpost' een mooie optie. De oude slogan 'Een kaartje, kleine moeite, groot plezier' geldt m.i. nog steeds.



Zomerstilte tijdens de coronacrisis → Tijd voor correspondentie!

Mede namens mijn collega's Ds. Annemiek Boonstra en Ds. Hester Wouda groet ik u allen hartelijk,
Ds. Peter van Ool

OVER DE DIENST VAN 5 JULI

"Ga je nog op vakantie?" Deze vraag hebben we allemaal vast veel gehoord en gesteld de afgelopen tijd. Dit jaar is het niet vanzelfsprekend welke keuze je maakt, maar gelukkig hebben we een routekaart gekregen met rood-, oranje- of geelgekleurde landen. Wel zo prettig om de weg te vinden in vakantieland. Maar hoe zit het met de toekomst, de tijd 'na corona'? Wat zou het mooi zijn als we daar duidelijk omschreven routekaart van zouden kunnen krijgen. Tegelijkertijd heeft de afgelopen tijd ons geleerd dat we vooraf niet altijd kunnen bepalen welke weg we nemen. "Niet jij kiest de weg, de weg koos jou" schreef Dag Hammarskjöld. We lezen vanochtend uit Mattheüs 11: 'Kom naar mij, jullie die vermoeid zijn en onder lasten gebukt gaan, dan zal ik jullie rust geven. Neem mijn juk op je en leer van mij, want ik ben zachtmoedig en nederig van hart. Dan zullen jullie werkelijk rust vinden, want mijn juk is zacht en mijn last is licht.'

Specifieke informatie voor de gezamenlijke dienst van 5 juli

Locatie:	Dorpskerk
Start:	9.30 uur
Voorganger:	ds. Hester Wouda
Aanmelding via e-mail :	aanmeldingdorpskerk@gmail.com tot donderdag 2 juli 20.00 uur
Aanmelding via telefoon:	06-14406596 (Don ten Brink)
Video opnamen:	rechtstreekse uitzending via YouTube via streaming (uitzending blijft 1 week lang te zien)
Link YouTube:	Vanaf zaterdag 4 juli op de websites
Opmerking:	U krijgt melding van uw reservering en in welk deel van de kerk u bent geplaatst. Neem plaats op het deel van de bank dat voorzien is van een sticker. Sluit zo ver mogelijk naar achteren aan.

Deze informatie geldt ook voor de dienst van 19 juli. Aanmelding tot donderdag 16 juli 20.00 uur en van 2 augustus, aanmelding tot donderdag 30 juli!

SPECIFIEKE INFORMATIE VOOR DE GEZAMENLIJKE DIENST VAN 12 JULI

Locatie: Gastkerk
Aanvang: 9.30 uur Voorganger: ds. Henk Pol
Aanmelding voor donderdag 9 juli 20.00 uur
Per e-mail: aanmeldinggastkerk@gastkerkpkn.nl of
per telefoon via: (0594) 500997 (Jaap Vlijm) of
via de link op de website van de Gastkerk <aanmelden-kerkdienst>
Rechtstreekse geluiduitzending via de kerkomroep of de link op de website van de Gastkerk en Dorpskerk.
Uitzending met beeld vanaf 12.00 uur.
Ga daarvoor naar onze websites gastkerkpkn.nl of dorpskerkzuidhorn.nl en klik op de link "video kerkdienst"

Deze informatie geldt ook voor de dienst van 26 juli! Aanmelding voor donderdag 23 juli.

OVERZICHT DIENSTEN IN JULI

datum plaats	voorganger	aanmelden mail	aanmelden telefoon
5 juli Dorpskerk	ds. Hester Wouda	aanmeldingdorpskerk@gmail.com	06-14406596 Don ten Brink
12 juli Gastkerk	ds. Henk Pol	aanmeldinggastkerk@gastkerkpkn.nl	500997 Jaap Vlijm
19 juli Dorpskerk	Ds. H.J. Meijer	aanmeldingdorpskerk@gmail.com	06-14406596 Don ten Brink
26 juli Gastkerk	Ds. Arie Spaans	aanmeldinggastkerk@gastkerkpkn.nl	500997 Jaap Vlijm


INSTRUCTIES en INFORMATIE ROND DE DIENSTEN, DIE VAN 5 JULI IN HET BIJZONDER

In de nieuwsbrief van vorige week maakten we al attent op het feit dat we vanaf 5 juli weer starten met de wekelijkse kerkdiensten. In deze nieuwsbrief is onze instructie (verkort protocol voor de kerkganger) opgenomen. Deze instructie is gericht op de zondagsdienst en is gebaseerd op het landelijk protocol van de PKN voor kerkdiensten en andere kerkelijke bijeenkomsten (eind mei).

Met het volgen van deze instructie hopen we het kerkbezoek voor iedereen zo veilig mogelijk te maken. In de instructie leest u hoe u zich moet aanmelden (bij voorkeur per e-mail) maar het kan ook telefonisch. Aanmelden kan tot donderdag 20.00 uur voorafgaand aan de dienst. Leest u de instructie van te voren a.u.b. goed door !!

Graag attenderen we u ook op het feit dat we de uitgebreide protocollen van beide kerken op beide websites hebben geplaatst.


De komende weken experimenteren we met het maken van videopnamen van de diensten. De wijze waarop we dit doen verschilt (het is immers een proefperiode!). In de nieuwsbrief informeren wij we u geregeld hoe u de dienst live kunt volgen dan wel kunt terugkijken.




Rijksoverheid

Check:


Had je een of meerdere van deze klachten in de afgelopen 24 uur?




Hoesten



Neusverkoudheid




Koorts vanaf 38 graden




Benauwdheidsklachten

Heb je op dit moment een huisgenoot met koorts en/of benauwdheidsklachten?




Heb je het nieuwe coronavirus gehad en is dit afgelopen 7 dagen vastgesteld (in een lab)?




Heb je een huisgenoot/gezinslid met het nieuwe coronavirus en heb je in de afgelopen 14 dagen contact met hem/haar gehad terwijl hij/zij nog klachten had?


14 dagen



Ben je in quarantaine omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld?



Indien een van de vragen met ja beantwoord wordt, geeft u zich dan niet op voor het bijwonen van de kerkdienst.



coronavirus

Instructie voor de Kerkgangers van de Dorpskerk en de Gastkerk

Houd afstand, geef elkaar de ruimte

VERPLICHTE AANMELDING:

U kunt zich aanmelden voor de diensten in de Dorpskerk per e-mail (voorkeur) via aanmeldingdorpskerk@gmail.com of per telefoon.

Voor de Gastkerk kunt u zich aanmelden per e-mail via aanmeldinggastkerk@gastkerkpkn.nl (voorkeur) of per telefoon.

Het telefoonnummer kan in de loop der tijd rouleren. Dit wordt in de Nieuwbrief vermeld.

Houd de berichtgeving in de Nieuwsbrief en op beide websites in de gaten!

Aanmelding moet per huishouden en moet voor elke dienst plaatsvinden.

U kunt zich alleen aanmelden als u alle vier gezondheidsvragen van het RIVM met “nee” kunt beantwoorden (zie bijlage van dit protocol). Indien één van de vragen met “ja” beantwoord wordt, geeft u zich dan niet op.

Bij aanmelding wordt u verzocht het volgende te vermelden:

- uw naam;
- aantal personen dat vanuit het huishouden meekomt;
- uw bevestiging dat u en uw huisgenoten voldoen aan de gezondheidsrichtlijnen van het RIVM;
- uw telefoonnummer (alleen als u uw aanmelding per telefoon hebt gedaan, zodat u kunt worden teruggebeld.

Na aanmelding hoort u zo spoedig mogelijk of u geplaatst bent en zo ja in welk deel van de Kerk uw plaats is.

U kunt zich aanmelden voor de eerstkomende zondagsdienst tot donderdagavond 20.00 uur.

INVULLING VAN DE DIENST

Tijdens de Kerkdienst is er geen samenzang. De voorganger zorgt voor een alternatieve invulling.

COLLECTE

Er is één open schaal collecte bij de uitgangen van de Kerk.

KOFFIEDRINKEN:

Er is geen gelegenheid voor koffiedrinken na de dienst

U kunt de volledige protocollen en deze instructie van de Dorpskerk en Gastkerk vinden op beide websites. Mocht u vragen hebben dan kunt u contact opnemen via de genoemde e-mail adressen of de telefoonnummers. **Bewaar deze instructie.**

Dorpskerk

AANKOMST EN FIETS STALLEN

Kerkgangers die aan de orgelkant zijn ingedeeld:

Kerkgangers stallen eventueel hun fiets bij de fietsenstalling aan de noordzijde van de Kerk en gaan door de deur aan de noordzijde (tuinkant) naar binnen en langs het liturgische centrum richting de orgelkant.

Kerkgangers die aan de consistorie, de Herenbanken en de Kraak zijde zijn ingedeeld:

Kerkgangers stallen eventueel hun fiets bij de fietsenstalling bij de consistorie en gaan naar binnen door de hoofdingang aan de zuidzijde (Jellemaweg).

ONTVANGST/BINNENKOMST

Volg de aanwijzingen van de coördinatoren op om uw plek te vinden.

Bij het entree staan handpompjes met ontsmettingsmiddel (gel) waarmee u de handen moet wassen.

Gebruik de garderobe niet, maar de banken om uw kleding op neer te leggen.

Maak minimaal gebruik van het toilet. Het toilet is beschikbaar en uitgerust met zeep en papieren doekjes.

Neem direct plaats.

VERTREK UIT DE KERK

Volg de instructies van de kerkrentmeester/coördinator op.

De predikant stelt zich op bij het liturgisch centrum om vandaar afscheid van iedereen te nemen door vriendelijk te knikken.

Ouderlingen, diakenen en kerkrentmeesters verlaten als eerste hun plaats, nemen hun plaats in als coördinator, gaan richting consistorie of verlaten de Kerk.

Hierna verlaten de kerkgangers in de Herenbanken als eersten de Kerk via de zuid uitgang. Daarna volgen de kerkgangers aan de orgelzijde via de noord uitgang en de consistorie zijde via de zuid uitgang.

Men start vanaf de voorste banken: zuid, noord, zuid, noord etc.

Gastkerk

AANKOMST, PARKEREN, FIETSEN.

Kerkgangers die aan de **noordzijde** van de kerkzaal zijn ingedeeld:

Kerkgangers parkeren hun auto aan de zijde van de Gast (voorste gedeelte) en gaan via de hoofdingang naar binnen.

Kerkgangers stallen eventueel hun fiets bij de fietsenstalling aan de noordzijde van de kerk en gaan via de hoofdingang naar binnen.

Kerkgangers die aan de **zuidzijde** van de kerkzaal zijn ingedeeld:

Kerkgangers parkeren hun auto aan de zijde van de Bongerd (achterste gedeelte) en lopen tussen de Vrijthof en de fietsenstalling door naar de zuid zij-ingang en gaan daar naar binnen.

Kerkgangers stallen eventueel hun fiets bij de fietsenstalling aan de zuidzijde van de kerk en gaan via de doorgang tussen de Vrijthof en de fietsenstalling via de zuid zij-ingang naar binnen.

ONTVANGST/BINNENKOMST

Volg de aanwijzingen van de coördinatoren op om uw plek te vinden.

Gebruik de handpompjes met ontsmettingsmiddel (gel) waarmee u de handen moet wassen.

De kerkgangers die aan de **noordzijde** zitten gebruiken in de kerkzaal het middenpad of het noordelijk pad.

Kerkgangers die aan de **zuidzijde** zitten gebruiken in de kerkzaal het zuidelijk pad.

Maak minimaal gebruik van het toilet. Toiletten zijn wel beschikbaar. Het invalidentoilet (gang naar de Gasthorn) voor degene die aan de zuidzijde zitten en het toilet naast de hoofdingang voor degene die aan de noordzijde zitten.

Gebruik de garderobe niet, maar de lege stoelen om uw kleding op neer te leggen.

Neem direct plaats.

VERTREK UIT DE KERK

Volg de instructies van de kerkrentmeester/coördinator op.

De predikant stelt zich op bij het liturgisch centrum om vandaar afscheid van iedereen te nemen door vriendelijk te knikken.

Ouderlingen, diakenen en kerkrentmeesters verlaten als eerste hun plaats, nemen hun plaats in als coördinator, gaan richting consistorie of verlaten de Kerk.

De kerkgangers verlaten de Kerk via het pad en de deur waarlangs zij binnen zijn gekomen .

De kerkgangers aan de **zuidzijde** beginnen bij de voorste rij.

De kerkgangers aan de **noordzijde** beginnen bij de achterste rij.

BLOEMEN

In de afgelopen week zijn bloemen gebracht met een hartelijke groet van de gemeenten. Weet u iemand die er blij van wordt, geef het dan door aan de scriba's!

De bloemen van de Gastkerk zijn met een hartelijke groet gegaan naar dhr. Jan Kamphuis, Wilhelminalaan 2-7 Zuidhorn en dhr. Piet Jonkman, Tjotter 1, Zuidhorn.



BEDANKT

Lieve mensen.

De gevleugelde uitspraak van mijn moeder was: Niet klagen maar dragen.

Na een ongelukkige val drie weken geleden waarbij mijn enkel op drie plaatsen gebroken is ben ik inmiddels geopereerd. Nu heb ik een lange, lange weg naar een voorspoedig herstel te gaan.

Enne...wat het klagen betreft doe ik m'n stinkende best maar het dragen krijg ik van boven en voel me gedragen door jullie in welke lieve vorm dan ook! Dank jullie wel.

Lenie van den Hoek

COLLECTEDOELEN VOOR DE MAAND JULI (zondagen 5, 12, 19 en 26 juli 2020)

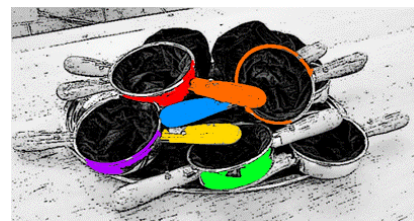
In deze nieuwsbrief voor de maand juli brengt de gezamenlijke diaconie van de Dorpskerk en de Gastkerk de volgende vier collectedoelen bij u onder de aandacht:

Zondag 5 juli - KIA Binnenlands Diaconaat (armoede)

Zondag 12 juli - Kerkrentmeesters/Kerk

Zondag 19 juli - Diaconie

Zondag 26 juli - ZWO/SAVE



1. Collecte KIA Binnenlands Diaconaat (armoede)

Armoede onder kinderen is een groot probleem in Nederland. Eén op de negen kinderen in Nederland groeit op in armoede; dat zijn er twee per klas! Dat moet anders. Daarom ondersteunt Kerk in Actie diaconieën in hun werk voor kinderen in armoede, met advies en informatie. Ook brengt Kerk in Actie diaconieën met elkaar in contact, zodat zij van elkaar kunnen leren. Verder ondersteunt Kerk in Actie diaconieën via de Actie Vakantietas (zie foto) met rugzakjes die zij kunnen vullen met leuke zomerspulletjes, zodat kinderen de lange zomervakantie door kunnen komen.



2. Collecte Kerkrentmeesters/Kerk

Het college van kerkrentmeesters van zowel de Dorpskerk als de Gastkerk beheert de financiën, goederen en gebouwen van de gemeente. Het doel waarvoor het college van kerkrentmeesters staat, is in materieel opzicht voorwaarden te scheppen op basis waarvan het kerkelijk leven zich optimaal kan ontplooiën. Daarnaast heeft het college een taak ten aanzien van het in goede staat bewaren van het in en om het kerkgebouw aanwezige cultuuroord.



Wat houdt dat nu concreet in? Er wordt gezorgd dat de energielasten en de verzekeringspremies voor de gebouwen worden betaald. Maar ook het onderhoud is een aardige kostenpost. Bij de Gastkerk is bijvoorbeeld het dak van de Gasthoren gerepareerd; bij de Dorpskerk zijn de wanden aan beide zijden van het orgel gestukt. De afgelopen maanden is vanwege de coronacrisis (COVID-19) een groot deel van de inkomsten vervallen, doordat er geen zaalruimte aan derden kon worden verhuurd. Mede daarom doet het college van kerkrentmeesters een beroep op de gemeenteleden voor financiële steun om de taken te kunnen blijven vervullen.

3. Collecte Diaconie

De centrale taak van de diaconie is in en buiten de gemeente op te komen voor mensen die in de knel zitten, waarbij geen grenzen gelden. Zowel mensen dichtbij worden gesteund - denk aan de Voedselbank - maar ook mensen verder weg. Denk bij dit laatste aan een organisatie zoals War Child.



Ook draagt de diaconie jaarlijks een bedrag per gemeentelid af aan het Platform Kerken Westerkwartier, waardoor de stichtingen die onder het PKW vallen bepaalde activiteiten kunnen bekostigen. Bijv. 30 gezinnen die in financiële problemen zijn gekomen worden vanuit het PKW geholpen via het SchuldHulpMaatjes-project. Een maatje neemt de tijd om te luisteren naar de persoonlijke problematiek, maakt een overzichtelijk budgetplan en stelt samen met de hulpvrager een plan van aanpak op. Hij/zij blijft de hulpvrager begeleiden, totdat deze weer voldoende vertrouwen heeft om de eigen financiën te beheren.

4. Collecte ZWO/SAVE

Het ZWO-project SAVE is een project van Kerk in Actie, dat valt onder het thema: 'Kinderen in de knel'. Waar gaat het om? De textielstad Tirupur in het zuiden van India telt meer dan 10.000 kinderen in de knel. Ze lopen het risico slachtoffer te worden van geweld, mensenhandel of andere vormen van uitbuiting. Veel kinderen moeten werken in de textielindustrie en gaan vaak niet naar school. De organisatie SAVE doet er alles aan om deze kinderen te vinden. Ze zoeken de kinderen op in de fabrieken en op straat. Samen met de gezinnen werken de gepassioneerde medewerkers van SAVE aan onderwijs voor alle kinderen. SAVE heeft bovendien belangrijke toegang tot overheidsinstanties, de textielindustrie en de kledingmerken, waardoor de organisatie op verschillende niveaus kan strijden tegen kinderarbeid.



SAVE heeft bovendien belangrijke toegang tot overheidsinstanties, de textielindustrie en de kledingmerken, waardoor de organisatie op verschillende niveaus kan strijden tegen kinderarbeid.

Met uw steun draagt u bij aan de hiervoor genoemde activiteiten. De diaconie beveelt de vier collectiedoelen van harte bij u aan!

U kunt uw gift overmaken onder vermelding van het collectiedoel op:

NL 89 RABO 0375 8665 66 t.n.v. Diaconie Dorpskerk Zuidhorn of

NL 22 RABO 0375 8245 10 t.n.v. Diaconie Geref. Kerk Zuidhorn

OPEN KERK IN DE DORPSKERK WOENSDAGMIDDAG VAN 15.00 TOT 16.00 UUR

De Dorpskerk is wekelijks een uurtje geopend om een kaarsje aan te steken, stil te worden of rustig rond te kijken. Voor wie een praatje wil maken of iets meer over de kerk wil weten is de predikant of een vrijwilliger aanwezig.

De "Open kerk" is (in ieder geval tot 1 september) niet op vrijdag, maar op **woensdagmiddag van 15.00 tot 16.00 uur**. Als we voldoen aan 72 uur tussen twee bijeenkomsten is geen extra schoonmaak noodzakelijk. Wel moeten deurklinken, lichtknoppen e.d. na afloop schoon gemaakt worden.

Je kunt binnen lopen via de zuidzijde van de kerk (de kant van de Jellmaweg). Er staat ontsmettingsmiddel voor de handen en we houden de 1,5 meter afstand. Als je gezondheidsklachten hebt blijf je thuis.

We hopen dat wie daar prijs op stelt zo op een veilige manier in onze kerk kan komen voor een gesprek of om even rustig in deze ruimte te zijn.



TOCH KOFFIE NA DE DIENST?

Kerkdiensten mogen weer. Voor ieders veiligheid zijn voor deze diensten in onze kerken protocollen opgesteld. We mogen niet zelf zingen en we gaan niet in een grote groep binnen koffie drinken.

Koffie drinken na de kerk kan gelukkig wel thuis, en iemand op de koffie vragen na de dienst geeft een stukje verbinding met elkaar.

Niet iedereen zal het aandurven naar de diensten te komen.

De diensten worden opgenomen en zijn later te zien via de websites van beide gemeenten. Misschien is het een idee om eens iemand te vragen samen naar een dienst via internet te kijken en dan samen koffie te drinken. Voor mensen die zelf geen internettoegang hebben kan dit een mooie manier zijn om toch contact met de eigen gemeente te houden.

Zo kunnen we het gemis aan "koffie na de dienst" wellicht beetje verzachten door als gemeentelieden bewust contact met elkaar te houden.



VOOR ALLE PUZZELAARS, KLEIN EN GROOT

K	B	L	I	E	D	B	O	E	K	O	S	T	E	R	E	E
E	I	S	T	E	R	K	K	E	R	K	G	E	B	O	U	W
R	J	N	N	K	L	I	E	D	E	R	K	E	R	K	S	Z
K	B	F	D	K	E	R	S	T	S	T	A	L	I	J	T	W
G	E	N	V	E	R	H	A	A	L	N	W	I	J	N	I	E
I	L	E	L	E	R	K	E	R	K	K	L	O	K	V	L	M
F	S	R	E	A	K	N	E	M	O	R	D	V	I	S	T	M
T	N	E	I	D	P	G	E	L	O	O	F	L	O	L	E	E
S	O	I	Z	O	M	E	R	V	A	K	A	N	T	I	E	N
R	E	D	O	M	A	M	S	T	E	R	K	S	A	M	E	N
A	P	H	N	I	N	E	N	T	I	N	E	G	A	D	A	M
A	J	E	D	N	W	E	E	G	E	L	D	L	D	W	I	J
K	E	N	A	E	L	N	L	E	U	K	Z	I	N	G	E	N
S	S	T	G	E	I	T	H	A	R	T	B	E	E	E	R	A
A	D	O	P	E	N	E	D	E	D	U	I	F	R	N	U	R
A	E	S	C	O	L	L	E	C	T	E	E	D	N	I	S	K
P	E	P	E	R	M	U	N	T	J	E	S	E	V	A	T	T

ADAM	DUIF	KERKGEBOUW	PAASKAARS	VERHAAL
ARK	EVA	KERKKLOK	PEPERMUNTJES	VIS
BIDDEN	GELD	KERSTSTAL	RUST	WIJ
BIJBEL	GELOOF	KINDERNEVENDIENST	SAMEN	WIJN
COLLECTE	GEMEENTE	KLIEDERKERK	SNOEPJE	ZIEL
DIEREN	GIFT	LEUK	SPELEN	ZINGEN
DOMINEE	HART	LIEDBOEK	STERK	ZOMERVAKANTIE
DOPEN	HOOP	LIEFDE	STERK	ZONDAG
DROMEN	KERK	LOL	STILTE	ZWEMMEN