



# De Strandkrant

## Liefs van de redactie

Daar is ie weer! Er ligt weer een nieuwe krant voor je, waar we als redactie hard aan hebben gewerkt. We zitten nu heerlijk te genieten van de zomervakantie, maar al in de koude, stormachtige wintermaanden hebben de redactieleden elkaar weer opgezocht. Het stof werd weer van de strandredactie-app afgeblazen en de eerste zoommeeting werd weer in de agenda's gezet. Er werd verbinding gemaakt tussen Heemskerk, Amsterdam, Utrecht en zelfs Noordwijk aan Zee was van de partij. Je kunt je wel voorstellen dat de stroomversnelling van het online communiceren voor de strandredactie zo z'n voordelen heeft gehad. Ook hebben we besloten om het dit jaar een tikkeltje anders te doen. We maken niet 2 kranten, maar 1 extra dikke krant mét kinderkatern. Want laten we eerlijk zijn: onze kleinste bewoners stonden ook te springen om mee te werken aan Dé Strandkrant. Van muntschatten tot expedities en van een ijsjes-enquete tot interviews. Veel leesplezier!



Zandsuppletje 2022. 'Weer wat zand erbij', aldus de fotograaf Ben Roozendaal op een prachtige zonnige dag. Zo'n 5 jaar geleden werd er al eerder zand op het strand bijgespoten. Dat opsputten gebeurt ongeveer elke 5 jaar. Er wordt dan zand opgezogen uit de zee en het wordt dan vlakbij de kustlijn weer 'uitgespuugd'.

Foto: Ben Roozendaal

## In de Strandexpress

Ze trad op bij Vlonderpop; bracht de Beach clean-up onder aandacht; organiseerde strandparades met Het Historische Strand en heeft deze krant opgericht. Wil je nóg meer lezen over Annemiek de Ruyter? Dat doe je op pagina 4.



Foto: Rianne Schoemaker

## Met vlag en wimpel

Op het Heemskerkse strand is veel aandacht voor duurzaamheid, natuur en milieu: het strand is daarvoor al vijf jaar op rij beloond met de Blauwe Vlag. Nu is er een project om stranden nog groener te maken. Als dat lukt zal ook de Groene Strand Wimpel bij de strandopgang wapperen. Meer hierover op pagina 3.



Foto: De strandkrantredactie

## Kinderen voor kinderen

Ook onze jongste strandbewonders stonden te popelen om aan de slag te gaan. De kinderen van het strand maakten speciaal voor deze editie hun eigen katern. Lees en bekijk alles vanaf pagina 8.



Foto: De strandkrantredactie

## Bootje varen

Je hebt apps om boten te scannen en om vliegtuigen te spotten.. maar wat is er leuker om de kapitein van het vissersbootje in het echt te spreken? Mirjam trok pakte de telefoon en sprak met Erik Rotgans, de visser die wij heel vaak voorbij zien varen. Het interview lees je op pagina 2.



Foto: Erik Rotgans

Verantwoordelijke uitgever: De, Strandkrant, redactie Heemskerk

## AGENDA

Zet alvast in je agenda! Er zijn vast nog meer evenementen, maar wij hebben deze alvast voor je op een rijtje gezet:

7 augustus 2022  
**Duinfestival**

14 augustus  
**Beach clean-up**  
Etappe E14 van Wijk aan Zee richting Castricum. Naar verwachting zijn ze rond 12.30 op Heemskerk

Heb jij leuke agendapunten voor 2023? Laat het ons weten, dan staat jouw evenement misschien wel in de volgende krant.

Houd de Facebook groep van de Strandvereniging en De Vrijheid in de gaten om op de hoogte te blijven van het laatste nieuws.



## BUREN

Column: Els Visser

Als ik over het strand en ons strandleven nadenk en praat, komt er als vanzelf een zomers gevoel in me op. Onze kleine strandcommunity is een afspiegeling van het 'echte' leven maar toch anders. De belevenissen met de strandburen zijn misschien wel drie keer zo intens als die met de burens thuis. Thuis... laten we wel zijn, heb je geen tijd. De boodschappen moeten in de koelkast, het eten op tafel, straks begint sport of de kinderen moeten naar bed.

Op strand 'woon' je pal naast elkaar en het zomerse weer maakt dat je zo ongeveer op elkaars lip zit.... en dat is nog leuk ook. Praatje is snel gemaakt, biertje snel gedeeld, spelletje vaak gespeeld. We hebben elkaar door en door leren kennen op het strand. Knappe strandgast die zijn hoofd in het zand blijft steken en zijn ware aard verborgen houdt. Met medewerking van de zon prikken we er wel doorheen. En het mooie is: het mag Jij, ik, we mogen er allemaal zijn. Door net iets meer van elkaars innerlijk te ervaren, begrijpen wij elkaar beter.

We zien daarom als geen ander elkaars geluk en pijn. Ja ook pijn! Als je strandbuurman je vertelt dat hij een tumor heeft en de chemo's aangaat, besef je maar al te goed het leed dat in zijn huisje leeft. Het wordt ook jouw leed en jouw zorg.

De herinneringen die je samen deelt dienen zich in een sneltreinvaart aan. Wat is er veel gebeurd in al die jaren, wat hebben we schik gehad en wat hebben we ons zorgen gemaakt. Het kwam steeds weer goed. Onze kinderen groeiden op met elkaar. Van zand eten tot het uitgaansleven in. We gingen heuvel op heuvel af en dan ineens een foute afslag. Sta je met een mond vol tanden als buurman het niet heeft gered. Dit mag niet, kan niet en is niet eerlijk. Maar buurman is er niet meer om te zeggen: 'Tja, het gebeurt.'



En vraag het een willekeurige bewoner van het strand en je hoort dat hij zo'n ervaring heeft gehad. We kennen allemaal onze vreugde maar ook de rauwe randjes. We gaan verder met de dierbare herinneringen aan onze verloren burens en benoemen ze. Zo vaak mogelijk. We vernoemen zelfs een gedenkwaardig evenement naar ze. Daar hebben we er al een paar van. Ton Aardenburg toernooi, 't Torentje van Nico. Daar komt nu de 'Ceestelen' dag bij. Bij het kopen van een strandhuis hadden we nooit bedacht dat we ook voor dit soort evenementen zouden komen te staan. Rust in vrede Cees, je had gelijk. Het gebeurt.

# Muntschat op strand Heemskerk



**Strandbezoekers met een metaaldetector, opgelet! Misschien heb je de hoop opgegeven, na de zoveelste zoektocht waarbij je alleen wat verroeste blikjes onder het zand vond. Maar blijf vooral volhouden! Want hier op het strand is ooit een kostbare muntschat gevonden...** *Tekst: Femke Deen*

## 'Black money'

Het was de befaamde metaaldetectorzoeker Herman Zomerdijk (1947-2014) die de muntschat vond. De schat bestond uit 103 Schotse munten uit de late middeleeuwen. De koperen pennies en farthings werden ook wel 'black money' genoemd, vanwege de zwarte kleur die de muntjes hadden. Waarschijnlijk ging het om een vracht munten die naar de Nederlanden werd vervoerd, om ze hier als betaalmiddel te gebruiken. In Schotland werden de munten niet als betaalmiddel geaccepteerd vanwege de slechte kwaliteit.



*Een koperen farthing uit 1460-1488, behorende tot de Schotse muntschat van 'black money' die op ons strand werd gevonden. Foto: collectie Huis van Hilde.*

## Bollenkweker

Het was niet de eerste schat die Zomerdijk onder het zand van ons strand vandaan haalde. Een groot deel van de duizenden munten die hij gedurende zijn leven bij elkaar zocht,

*Herman Zomerdijk met zijn metaaldetector op het Heemskerker strand. Foto: collectie Huis van Hilde.*



vond hij op strand Heemskerk. De Bakkumse bollenkweker was een van de eerste 'detectoristen' van Nederland: begin jaren zeventig kocht hij een afgedankte metaaldetector van het Engelse leger, en vanaf dat moment was hij vrijwel al zijn vrije tijd te vinden op de bollenvelden van Kennemerland en op het strand.

## Goudguldens

Behalve de Schotse muntschat was de vondst van zes goudguldens misschien wel de meest indrukwekkende van Zomerdijks loopbaan. Maar hij vond niet alleen munten op strand van Heemskerk: ook vele uniformknopen uit de Napoleontische Oorlogen haalde hij uit het zand. Deze waren waarschijnlijk achtergelaten tijdens de Slag bij Castricum (1799), die deels op het strand en in de duinen werd uitgevochten. De oudste vondst die Zomerdijk op het strand deed, is een penning uit de tiende eeuw na Christus.

## Museum

De collectie van Zomerdijk was zo indrukwekkend dat de provincie Noord-Holland hem bij hoge uitzondering in 2012 in zijn geheel opkocht en schonk aan museum Huis van Hilde. Daar is een deel van de munten in de vaste opstelling te vinden. Er is ook een aparte vitrine met een aantal vondsten van de amateurarcheoloog te zien in de museumwinkel, die gratis toegankelijk is.



*Goudgulden uit 1557, gevonden op Strand Heemskerk door Herman Zomerdijk. Foto: collectie Huis van Hilde.*

## Verstoven nederzettingen

Hoe komt het dat juist op het strand van Heemskerk zoveel munten zijn gevonden? Archeologen denken dat zich hier mogelijk aan de rand van de duinen een of meer verstoven nederzettingen bevinden. De munten kwamen wellicht tevoorschijn op momenten dat de zee stukken van de duinen weg sloeg. Maar het is ook mogelijk dat hier op het strand druk werd gehandeld, zoals op het strand van Domburg. Dan viel er wel eens een munt in het zand.

## Rollende munten

Dus, amateurdetectoristen, blijf vooral zoeken. Want zoals we helaas weten neemt de zee nog steeds hapjes van de duinen, en er kan altijd weer iets nieuws opduiken. Nog een tip: Herman Zomerdijk ging zodra het stormde met zijn metaaldetector naar het strand – zowel 's nachts als overdag. Volgens hem rolden de munten dan soms gewoon uit de duinen.

De publicatie 'Kennemerland in metaalvondsten. Het levenswerk van detectorzoeker Herman Zomerdijk' van Peter Buis en Mink W. van IJzendoorn is te koop in de museumwinkel van Huis van Hilde.

# Daar zit een luchtje aan

Rianne kreeg verjaardagspost van haar beste vriendin, overigens een oud bekende van het strand, die toch voor het camper avontuur heeft gekozen. Het was een parfum met de naam: Zeelucht - wandeling. Enthousiast spoot Rianne de geur op. Wat leuk bedoeld was, bleek een domper te zijn: 'Wat een lucht!'. De kinderen liepen de kamer binnen en riepen meteen: 'Mam, wat is dit voor stank? Het lijkt wel de geur van een dode zee-ster. Of een kwal? Mam, wat is dit? Ik moet bijna kotsen.' Een tijd later nam Rianne het luchtje mee naar strand. Of ik even wilde ruiken. Ik vond het eerlijk gezegd een beetje spannend. Wat moet ik verwachten? Ik zocht wat papier, omdat ik niet wilde dat het meteen op mijn huid zou komen. Ik

drukte drie keer. En wat denk je? Ik vond 'de stank' wel meevallen! Het is een hele aparte geur, die lastig te omschrijven is. Je herkent wel dat het een natuurlijke geur is, met toch een fris karakter. De geur blijft wel lang hangen, dus let op. Zeelucht is niet alleen een parfum, maar ook een kunstproject van Frank Bloem in opdracht van Ambassade van de Noordzee. Hij omschrijft het de geur als volgt: 'Zeelucht is een verfrissende, zilte sensatie met de geur van helmgras, zeealsem, duinroos en den. De geofende neus neemt op de achtergrond een vleugje paardenvijg en een briesje teer waar. Ervaar hoe een waaier aan geuren zich bij elke stap van de strandwandeling verder ontvouwt.' Aldus Frank Bloem.



Ben je benieuwd geworden? Het luchtje heeft een plekje gekregen in Paviljoen De Vrijheid. Laat ons maar weten wat je ervan vindt! *Tekst: Manon Ursem - Foto's Rianne Schoemaker*



*Erik Rotgans op zijn vissersboot ergens op de Noordzee op weg naar een goede vangst garnalen.*



# GARNALENVISSERS OP ZEE

*Tekst: Mirjam Huijgens  
Foto: Erik Rotgans*



**Een vertrouwd beeld vanaf het strand: een vissersboot vlak langs de kust. Ben je ook wel eens nieuwsgierig wat zich daar nu allemaal afspeelt? Je verslaggever van De Strandkrant ging op onderzoek uit en sprak garnalenvisser Erik Rotgans.**

**Wie vaart daar eigenlijk voor onze kust? Na wat speurwerk via internet kwamen we uit bij Erik Rotgans. Het interview vond telefonisch plaats, terwijl Erik met zijn compagnon aan het werk was aan boord. Via de app Marine Traffic was zijn boot, de Cornelis-Nan, duidelijk te volgen in de buurt van Terschelling. Erik vertelt dat hij samen met zijn compagnon op zondagavond uitvaart en dan tot donderdagochtend aan een stuk doorvaart.**

## Vergunning

Er wordt dus op garnalen gevist, maar als er tijdens het vissen andere vis wordt gevangen, wordt die door middel van een speciaal net direct geloosd. Daarop worden de vissers door de Algemene Inspectie Dienst gecontroleerd, want ze hebben een vergunning voor garnalen. Deze vergunning moet gekocht worden en loopt in de tonnen per jaar... ook een boot is niet zomaar wat, nieuw betaal je daar tegenwoordig rond de twee miljoen euro voor!

## Troebel water

Erik geniet van zijn werk op zee - net als zijn vader die voor hem het bedrijf runde. Bij een goede vangst is de opbrengst wel 4500 kilo garnalen. Rond augustus is de beste garnalentijd, dan spreken ze in jargon over troebel of dik water waarin veel garnalen zitten. Hoewel er wel steeds meer beperkingen komen: Erik snapt dat we moeten vergroenen, maar het lijkt hem soms dat je makkelijker een windmolenvergunning krijgt dan een visvergunning. En dan moet hij er ook rekening mee houden dat door de zandsuppletie vaak mooie visplekken verdwijnen. Gelukkig weet hij door jarenlange ervaring inmiddels wel waar de goede plekken zijn. En als hij een collega rondjes ziet varen, dan weet hij dat er daar veel garnalen zitten. Na de vangst worden de garnalen aan boord gesorteerd op grootte, gespoeld met zeewater en gekookt en daarna weer gekoeld met zeewater.

# Lief (strand)dagboek, Uit het strand-dagboek van Ellen de Ruyter

Een klein inkijkje in het dagboek van Ellen de Ruyter. Ellen is getrouwd met Ron Zuyderduin. Zij 'wonen' in huisje 31. Samen hebben ze een dochter Lizz die met haar vriend Ricardo en hun zoontje Manuel in huisje 30 vertoeven.

## Vrijdag 26 juni 2019

Het is niet druk in de bloemenzaak vanwege de warmte en daarom ben ik plotseling een extra dag vrij. Ron is ondertussen met pensioen en werkt niet meer. Rond 11.30 uur komen we aan op strand. Het is een prachtige warme dag, maar er is veel wind. Ik zet de stoelen alvast op het strand met een windscherm, al is dat soms snel te warm. Ricardo en Lizz hebben ook vrij genomen en zijn ondertussen

ook aangekomen. Het is dus al snel gezellig. De zee is strak, rustig ondanks de wind. Ricardo en Lizz gaan proberen te suppen. Het gaat steeds een beetje beetje, maar wel letterlijk met vallen en opstaan. Ron krijgt "de kriebels" want de meeuwen duiken voor de kust het water in en dat betekent vis! Hij ziet ook al andere bootjes de zee op gaan om te vissen. Als Rico terug is van het suppen, gaan ze met hun visspullen naar de boot.

Onze boot ligt op zuid en ze brengen 'm met de trekker zo snel mogelijk de zee in. Na een uurtje zie ik ze al terug komen en ik denk; "was zeker niks", maar niets is minder waar! Ze komen terug met wel 50 makrelen.

Heb jij ook een stranddagboek en wil je wat stukjes met ons delen? Stuur je verhaal (rond de 300 woorden) naar [destrandkrant@gmail.com](mailto:destrandkrant@gmail.com) en wie weet staat jouw avontuur in de volgende krant!

Inmiddels is het allang etenstijd en gaan we gezellig een hapje eten op het paviljoen.

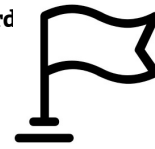
Als we terug zijn bij het huisje maken Ron en Ricardo de makrelen schoon. De lucht ziet grijs en roze...dat ruikt naar onweer!

## Zaterdag 27 juni 2019

Ron rookt zaterdag de makrelen op het strand. Het waait hard en er wordt druk gekit. Wij maken toastjes met makreel en delen ook wat uit aan de strandbuurtjes. Het waait en stuift steeds harder en besluiten weer naar huis te gaan.

Hoe broedt een vogel? Waarom is aangespoeld hout belangrijk? Wat kun je juttten? Een dagje op pad met Annika Langeveld van Landschap Noord-Holland, leert je beter kijken. En als je ziet wat er nodig is, kun je meer ruimte aan de natuur geven. Op het Heemskerkse strand is veel aandacht voor duurzaamheid, natuur en milieu: het strand is daarvoor al vijf jaar op rij beloond met de Blauwe Vlag. Nu is er een project om stranden nog groener te maken. Als dat lukt zal ook de Groene Strand Wimpel bij de strandopgang wapperen. Het Groene Strand heeft tot doel om de natuurbeleving weer terug te brengen op het strand. Het project wordt gesteund door provinciale landschappenorganisaties en natuurorganisaties zoals Stichting Duinbehoud. In Noord-Holland wordt de kar getrokken door Annika Langeveld van Landschap Noord-Holland. Zij helpt strandcommunities op te zetten, die dan zelf weer aan de slag gaan om bezoekers bewust te maken van de natuur op het strand. Tekst: Marjan Huisman Foto's: Bob Limmen en Marjan Huisman

## Met vlag en groene wimpel



Het Groene Strand heeft tot doel om de natuurbeleving weer terug te brengen op het strand. Het project wordt gesteund door provinciale landschappenorganisaties en natuurorganisaties zoals Stichting Duinbehoud. In Noord-Holland wordt de kar getrokken door Annika Langeveld van Landschap Noord-Holland. Zij helpt strandcommunities op te zetten, die dan zelf weer aan de slag gaan om bezoekers bewust te maken van de natuur op het strand.



De redactie ging op expeditie.

## Monitoren

"Kijk, hier een kokertje gemaakt van de schelpkokerworm," wijst Annika. "En zie de zwarte stukken aangespoeld veen - dat veen is gevormd achter de duinen, doordat in natte omstandigheden plantenresten afstierven en veen vormden. De



duinen zijn landinwaarts gestoven en dan komt het oude veen op het strand weer tevoorschijn. Vroeger spoelde er vooral veel teer op de stranden aan. Dit kwam van schepen die olie loosden op zee." Als je met Annika over het strand loopt, zie je nog veel meer. "Wist je dat er vijf verschillende soorten scheermesjes in Nederland bestaan? Misschien is het wel leuk om ze allemaal te gaan zoeken! Dat is ook precies wat de bedoeling is van stichting het Groene Strand: mensen bewust maken van de diversiteit van het leven op strand."



Mirjam, Femke en Annemarie luisteren en kijken aandachtig naar Annika Langeveld op het strand van Heemskerk.

## Juttten?

Het Groene Strand zet zich in voor het natuurgebied waar strandmensen het liefst zijn: het stuk vanaf de eerste zandbank tot de schering tegen het duin. Daar kun je goed juttten. Maar wat blijft liggen en wat neem je mee? Een aangespoelde tak, een stuk hout of een boomstam kunnen zorgen voor nieuwe duinvorming. Daarom is het beter om dat hout laten liggen. Het zand dat blijft liggen is hard nodig om de duinen te verstevigen en wie weet wordt het strand wel zo breed dat er weer broedvogels komen.

Niet alles wat op strand ligt, moet je dus meenemen. Wat kun je allemaal wel juttten? Geverfd hout, geïmpregneerd hout, alles van plastic, glas, touwtjes van ballonnen, spuitbussen, visserstouwen en andere rommel. De strandkrantredactie zou het leuk vinden als het volgend jaar een pagina kan maken met foto's van alles wat gejut is: zo geven we de natuur met z'n allen meer kans. Mail je foto's naar [destrandkrant@gmail.com](mailto:destrandkrant@gmail.com).

## Vogelrust

Wat mensen misschien niet weten is dat het strand van Heemskerk een vogelrustgebied is. Bredere Nederlandse stranden zijn broedgebieden. Broedvogels hebben namelijk duinvorming nodig waarachter ze uit de wind en uit het zicht een nest kunnen bouwen. Of ze maken een nest tussen aangespoelde schelpen. Een strandplevier, bijvoorbeeld, heeft gespikkelde eieren en die legt hij in een holletje op een aangespoelde schelpenbank. Je ziet de eieren bijna niet, ze hebben een perfecte schutkleur. Een hond laat zich niet voor de gek houden, daarom is het beter om die aan de lijn te houden in het broedseizoen.

Vanwege het smalle strand zullen vogels waarschijnlijk geen nesten bouwen bij Heemskerk. Ook bij vogelrustgebieden - en die hebben we wel - is de hond bij je houden een goed idee. Een hond hoeft niet altijd aangeliend, maar iedereen snapt dat een kolonie vogels die op strand rust en foerageert - een gebied gebruiken om te voeden - niet opgejaagd wil worden. En ook al wordt het niet verwacht, toch kijken vogelwachters wat de vogels op het strand van Heemskerk doen: en ook dat is ook een groene strand activiteit.

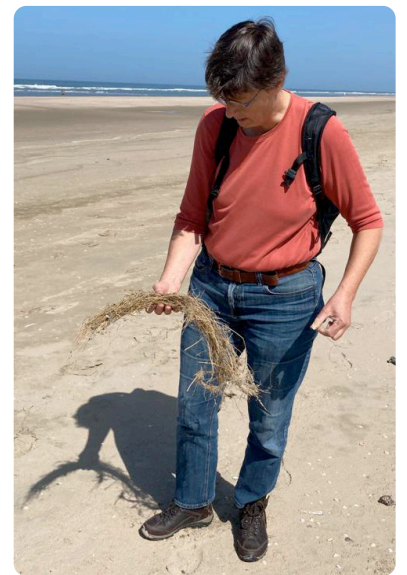
## Kinderen

Bewustzijn kweken begint met kinderen. Daarom heeft de stichting een kinderbingo gemaakt (op te halen in paviljoen De Vrijheid) en een kaart met de meest voorkomende dieren aan de kust. Ook is er een strandkar die het de strand oprijdt, vol strandspellen met een educatief karakter. Als de strandkar bij ons langskomt, wordt dat aangekondigd in paviljoen De Vrijheid en het is te lezen op de site van de vereniging [www.strandverenigingheemskerk.nl](http://www.strandverenigingheemskerk.nl)

## Wat is er nodig om De Groene Strand Wimpel te krijgen?

1. Er is een strandcommunity. Vanuit de strandvereniging is een kerngroep gestart (ook leden van de redactie van de strandkrant zitten hierin), maar iedereen mag zich aansluiten, opgeven via [destrandkrant@gmail.com](mailto:destrandkrant@gmail.com)
2. Het strand wordt schoongehouden door handmatige schoonmaakacties, zodat duinvorming kans krijgt, aanspoelsel blijft liggen en vogels voedsel kunnen vinden. Educatie
3. Er zijn educatieve projecten (de leden van de kerngroep krijgen een opleiding, zodat zij zelf expeditie kunnen geven). De expeditie zijn altijd in de namiddag en bij laagtij. Aankondigingen zijn te vinden in het paviljoen en op [www.strandverenigingheemskerk.nl](http://www.strandverenigingheemskerk.nl). Er zullen dit jaar 2 expeditie gedaan worden; één in juli en één in augustus.
4. Er wordt door meerdere mensen (ook kinderen) onderzoek gedaan naar het strandleven. Geef via de app van het Groene Strand door wat er gevonden is op het strand. Deze (burger)informatie is belangrijk voor onderzoek naar het strandleven op Nederlandse stranden. <https://www.groenestrandapp.nl/geef-door/categoryid/127>

Tip: maak foto's van alles wat je vindt en ga op zoek naar de bijbehorende namen. Dit kan met apps, zoals de database van Stichting Anemoon. Voor meer informatie: [www.hetgroenestrand.nl](http://www.hetgroenestrand.nl)



Annika Langeveld

# Geen sterke vrouw, zonder sterke man

# In de Strandexpress

Tekst: Marjan Huisman - Foto: Rianne Schoemaker

“In de Strandexpress” is een interviewserie waarin bijzondere mensen van het strand worden geportretteerd. In deze editie heb je het genoeg met Annemiek de Ruyter.

Rondom Annemiek de Ruyter is altijd reuring. Ze maakt met haar ideeën het leven mooier: als het aan haar ligt krijgen surfers een eigen huisje, maken we van de strandhuisjes een levende poppenkast, en eten we van de zomer allemaal een keer samen aan de waterlijn.

Als iets niet kan, bedenkt Annemiek de Ruyter hoe het wel kan. En als iets beter kan, zorgt ze dat het beter wordt. Vroeger had ze dat al, kwam ze op een schuurfeest, stonden de statafels onder de speakers. Zei ze: “Jongens, even die tafel verzetten.” Hielden ze - voor de grap - de tafel vast: “Heb je Annemiek weer.” Maar uiteindelijk weet ze toch altijd iedereen enthousiast te maken voor haar plannen.

“Een strandhuisje voor kitters en surfers? Waarom niet?”

En plannen heeft Annemiek genoeg. Ze heeft twintig jaar in het bestuur van de vereniging gezeten. Haar taak was het om strandactiviteiten te organiseren voor Heemskerk en omgeving. Annemiek benadrukt dat ze dat niet alleen deed, altijd samen met mensen van het strand. En veel te danken heeft ze aan haar man Ig. “Geen sterke vrouw, zonder een sterke man.” Bedacht ik weer iets, en zei ik: Ig, kun jij even de trekker rijden, of even met Sjaak dit of dat regelen.”

Annemiek is al jaren een bekend gezicht op het strand. Ze zong in de strandband: trad op bij Vlonderpop; bracht de Beach clean-up onder aandacht; organiseerde twee keer de strandparade met Het Historische Strand - oude Heemskerkers die op het strand vertelden over vroeger. En Caribbean-strandparade, met cocktails bij de strandopgang; de zon is een keer onder getrommeld door een Afrikaanse band. Ze bedacht een levend voetbalspel naast het paviljoen: de spelers hielden stokken vast op een veld met schotten eromheen. Er moest daarvoor hout komen en de volgende dag moest het allemaal weer opgeruimd worden. “Ja”, zegt Annemiek, “ik weet precies wat ik wil, maar dan moet je nog de mensen vinden die je willen helpen.” En dat is haar kracht, iedereen wil haar helpen. Zo is de strandkrant ook ontstaan. Wie de krant precies bedacht heeft weet ze niet meer, maar de eerste vergadering was bij Annemiek thuis!

## De volgende keer in de STRANDEXPRESS



In de volgende editie van de krant maak je kennis met de man op de foto hierboven. Wie herkent deze stoere strandbewoner? Tegenwoordig zonder snor en iets minder haar op z'n koppie, maar met heel veel (foto)talent!

Benieuwd naar deze sea-lebrity? Je leest het in de volgende editie.



Inmiddels is Annemiek geen bestuurslid meer, maar ze heeft nog steeds grappige ideeën. “Waar ik al jaren over praat is poppenkast op het strand met levende poppen. Het publiek zit op een rijdende wagen en rijdt langs de huisjes. De voorstelling begint in huisje twee en achter elk raam is een andere scène te zien van een Jan Klaasen-verhaal. Die raampjes van de huisjes zijn toch prachtig voor een poppenkast?”

Wat ze ook in haar hoofd heeft - voor Heemskerkers zonder huisje - is een club(strand)huisje voor kitters en surfers. Kunnen ze zich omkleden, wat eten, warm worden en met elkaar afspreken. Dat zou dan zo geregeld moeten worden als bij de botenclub - die staat helemaal los van de strandvereniging. Als mensen dit idee bij de gemeente aanvragen, zal het vast en zeker gehonoreerd worden.

Het strand is voor Annemiek: met de blote voeten in het zand ervaringen opdoen die je nooit meer vergeet, zoals de trouwerij van Friso en Susan. We hadden toen met z'n allen een boot gemaakt, onder leiding van Nico Visser. We kwamen allemaal in lange witte jurken - het waren omgeslagen lakens - en strooiden met schelpen. De mannen hadden juttens zakken aan en trokken die boot op katrollen voort met een klezmerband ervoor. Sjaak was de man die ceremonie zou voltrekken. Die komt met zijn natte, zwarte pak met een hoge hoed op uit het water lopen en stapt op het altaartje dat we getimmerd hadden. Zegt Sjaak:

“Nu heb ik een zeemeermin nodig” - dat was ik - “om het te bezegelen, want die heeft de ringen.” Iedereen kijkt naar de zee en daar dobberde ik op een autoband met kunstwimpers, een grote pruik en een zeemeerminstaart. Twee mannen moesten me halen, Ig en Ron, want ik kon niet lopen met die staart. Zeggen die mannen: “Nou, heb jij wel eens zo'n zware vis gehad? Wat moeten we daar nu mee, zullen we d'r maar teruggooien?” Ik dacht waar ben ik aan begonnen! Maar het was geweldig. Friso en Suus trouwden daarna op het strand en toen ging de stoet weer verder naar het paviljoen. We hebben die avond zo gedanst: het personeel moest alles vasthouden.”

“Maar” zegt Annemiek, “het kan ook kleiner. Het lijkt me leuk als we een keer met z'n allen aan de waterlijn gaan eten. Iedereen zijn eigen tafels en stoelen mee. Zelf pasta koken en een grote sauspan die langsgaat.” Het strand is fantastisch, maar je kunt het zelf - met dit soort gezelligheid - nog mooier maken! Wie zet de eerste stap voor het waterlijndiner?

Tip van Annemiek: haar dochter Annabel werkt bij de Broedmachine, een broedplaats voor beginnend kunstenaars. Sinds kort kun je daar ook eten, drinken en luisteren naar livemuziek in Podiumcafé Toos, Parallelweg 7, Beverwijk. Open van woensdag tot en met zaterdag. [www.podiumcafetoos.nl](http://www.podiumcafetoos.nl)

## ♥ AED? Daar red je levens mee!

Wist je dat er in Nederland iedere week zo'n 300 mensen een hartstilstand krijgen? De kans om te overleven wordt met 70% vergroot als je meteen start met reanimeren met behulp van een AED. Maar hoe werkt een AED eigenlijk?

Tekst: Manon Ursem - Foto: Rianne Zomerdijk

Als iemand een hartstilstand krijgt, start je meteen met reanimeren (30 borstcompressies gevolgd door twee keer beademen, en dit steeds herhalen). Roep personen om je heen, laat iemand 112 bellen en zet de telefoon op speaker. Zorg er tegelijkertijd voor dat iemand zo snel mogelijk een AED haalt en druk op de startknop.

### Wat doet een AED?

Tijdens een hartstilstand staat het hart meestal niet helemaal stil, maar dat lijkt alleen maar zo. De hartkamers worden heel snel en chaotisch geprikkeld, waardoor ze hun werk niet meer doen. Met een AED kun je het hart weer resetten. Dit resetten noemen we defibrilleren. Wat? DE-FI-BRI-LEREN.

### Zo werkt het!

Een AED heeft 2 elektroden die je op de borstkas moet plakken. Op de stickers staat precies waar je de stickers moet plaatsen. Daarna analyseert de AED het hartritme en krijg je precies te horen (het apparaat praat tegen je) wat je moet doen: doorgaan met reanimeren of op de knop drukken om een schok toe te dienen. De AED geeft geen schokopdracht als het hart echt stil staat of als iemand bewusteloos is en het hart het gewoon doet. Je hoeft dus niet bang te zijn dat je iemand onbedoeld iets aandoet.



De AED bij de Vrijheid is van Hoek tot Helder en hangt links van de bar (als je met je gezicht naar de bar staat). De AED van de reddingsbrigade hangt in de EHBO-kamer.

### Mag ik altijd een AED pakken?

Ja, iedereen mag een AED gebruiken. Wie al een keer geoefend heeft, is waarschijnlijk wel iets sneller. Hoe sneller, hoe beter. Elke minuut telt. Moet ik doorgaan met reanimeren als een AED geen schok adviseert? Reanimeren blijft bij een hartstilstand altijd nodig, ook al geeft de AED geen schok. Dit houdt de bloedsomloop in stand, totdat er professionele hulpverleners zijn. Zij kunnen soms met medicijnen het hart weer vatbaar maken voor een schok.

Benieuwd geworden? Op [www.hartstichting.nl](http://www.hartstichting.nl) staat meer informatie over hoe je precies moet reanimeren. En je kunt altijd een reanimatiecursus volgen bij de Hartstichting.

# Gluren bij de buren

De oorspronkelijke Brabanders kochten in 2009 het huisje via Marktplaats. Daarbij speelde het feit dat dit strand niet met de auto bereikbaar is, een grote rol. Ze vinden het fantastisch om hier 's morgens vroeg op een leeg strand te mogen zijn. Een paar jaar geleden besloten ze een nieuw huisje te bouwen. Zodat ze er de komende 20 jaar goed bij zitten. *Tekst: Annemarie Windmuller*  
*Foto's: Ben Roozendaal*

Op een mooie zondag in juli 2021 spreek ik de eigenaren van het eennalaatste huisje op Noord (N054), Carla van Rijckevorsel en Cor van den Thillart.



## Het nieuwe huisje

Het onderstel is in opdracht gemaakt en Cor heeft zelf, met gouden handjes, op het terrein van Nagel, het huisje erop gebouwd. Zoals dit huisje is er geen ander op strand Heemskerk. Het is onderhoudsvrij en gemaakt van aluminium en lexan. Door de ramen bovenin, is het een huisje met prachtige lichtinval. Sinds dit jaar is ook het vlonderdak dicht gemaakt en zijn er schuiframen geplaatst die allemaal open kunnen. Het huisje zelf is helemaal wit en aangekleed met veel zelf gejutte strandvondsten. Alle gebruikte houten balken, touwen en droge takken komen van strand. Alle meubeltjes zijn oud en opgeknapt. Niets is nieuw. Een oude boei dient als slot van het toilet.

## Blijde kinderen

Cor en Carla, beiden uit 1957 en sinds kort gepensioneerd, hebben 4 kinderen, Heleen, Bram, Babs en Pien. Ook zij komen graag met hun partners en kinderen. Een trotse Carla: "Wij hebben bijna 7 kleinkinderen in de leeftijd 1 tot 7,5 jaar en het zijn allemaal blije kinderen!"

## In 't Zeepeert

Ze wonen al decennia in Hoorn in een eigenhandig verbouwde herberg uit 1644. Cor: "De jongens van het VOC hebben er nog gelogerd." Deze herberg heette In 't Zeepeert. De naam staat nog op een gevelsteen in de woning.

Op de vlag, die wappert op het strandhuisje, staat heel toepasselijk dan ook een Zeepaard en een eenhoorn.

Cor en Carla zijn echte levensgenieters. Zomers zijn ze zoveel mogelijk op strand te vinden. In de winter trekken Cor en Carla er graag op uit met de camper en maken ze graag verre reizen.

## Naschrift

Tot groot verdriet en gemis is Carla kort na dit interview overleden. Zij heeft tot het laatste moment van strand genoten.



Garnalencocktail



## STRANDRECEPT

Tekst en foto's: Mirjam Huijgens

Twee keer koken is de tip van Erik (pagina 2.) voor een heerlijke garnalencocktail: "Was de garnalen in zeewater zet ze vervolgens op het vuur in een beetje zeewater, zodra de garnalen koken meteen afblussen met een kommetje koud zeewater en dan weer aan de kook brengen. Als ze voor de tweede keer koken het vuur uitdoen en de garnalen afspoelen in koud (zee)water. Maak een dressing van mayonaise en ketchup en eventueel voor de liefhebber een scheutje whisky erbij. Voeg een friszuur, fijngesneden appeltje toe. Opdienen op een blaadje sla. Leuk maken met een plakje hardgekookt ei, schijfje citroen en een takje dille of peterselie. Eet smakelijk."



# Korren met Gjalt

Tekst: Mirjam Huijgens Foto's: Marjan Huisman en Mirjam Huijgens

Het net dat de groep bij het 'korren' door de zee sleept is een zogenaamd boomkornet - een trechtervormig sleepnet. Gjalt geeft excursies om bewustzijn te creëren over het zee- en strandleven en doet dit met overgave. Hij heeft een gepassioneerd karakter en kan bevlogen vertellen over zijn vele strandvondsten en bijzondere vangsten. 'Mijn mooiste vangst ooit was een pijlstaartrog', aldus Gjalt. 'Twee jaar geleden zat er een zalm in het net. Ik dacht eerst dat het een zeeforel was, maar na overleg met vriend en lopende encyclopedie Sjors bleek het echt een zalm te zijn!'

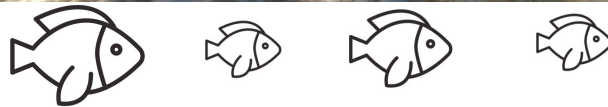


## Jutten met zijn campertje

Gjalt woont de hele zomer op camping Geversduin waar hij een mooi plekje heeft voor z'n tent en waar ook zijn strandvondstenmuseum huist. Het staat er vol met allerlei gejutte spullen zoals bakens, touwen, skeletten van verschillende vissen en potten met zeedieren op sterk water. Gjalt: 'Dan haal ik methylnalcohol bij de Action voor in die potten.' Als het campingseizoen ten einde komt, vertrekt Gjalt met z'n oude campertje. Hij trekt dan langs de vele Europese kusten om te jutten voor zijn museum.



Wil je ook aan een excursie deelnemen, kijk dan op de website [www.denatuurnatuurlijk.nl](http://www.denatuurnatuurlijk.nl) voor extra informatie.



Gjalt kort op verschillende stranden. Meestal hoor je hem bij ons op woensdag en zaterdag in de namiddag. Gjalt vangt onder andere: krab, kreeft, rog, schol, garnaal, schar, pieterman, tarbot, griet, bot, zandspiering, zeebaars, zeeforel, wulk, rogge-eieren, haaieneieren, zeenaald.

Wie kent hem niet, de enthousiaste excursieleider die met luide stem z'n groep aanroept om het visnet goed door de zee te slepen? Het is Gjalt Sparrius: een robuuste kruising tussen Robin Hood en Kapitein Iglo, een markante verschijning met lange manen.



## 140 excursies per jaar

Zijn roots liggen in Egmond waar zijn familie een strandhuisje had en waar hij met zijn vader op makreel viste. In eerste instantie werkte Gjalt in de zorg en combineerde dat met het verzorgen van sleepnetvissen als schoolreisjes voor IVN. Maar de natuur trok en in 1999 kocht hij in Katwijk een sleepnet en begon voor zichzelf. Inmiddels verzorgt hij 140 excursies per jaar en het bedrijf groeit nog steeds.

Gjalt poseert met een in Wijk aan Zee aangespoelde walviswervel waarop hij heel trots is, een hele bijzondere vondst!

## Hondshaai

Gjalt heeft een uitgesproken visie op natuurbeheer en draagt deze graag uit. 'Ik wil graag een kleine kaasboer zijn, geen supermarkt,' lacht hij. Deze uitspraak typeert Gjalt. De clinics of excursies zijn uit idealisme ontstaan en er wordt door de deelnemers van klein tot groot een groep gevormd die echt iets meemaakt. 'Mijn wens is om ooit een hondshaai of zeepaardje te vangen', zegt Gjalt. 'Zeepaardjes spolen soms wel dood aan maar ik heb er nog nooit levend eentje in m'n net gehad.'



Lani, Mik en Bob in het water.

Het gezin van Bob en Kim is altijd in en op het water te vinden. Bob begon als twaalfjarig jongetje met windsurfen, stapte vervolgens over op golfsurfen en sinds zes jaar is hij een fanatieke kitesurfer. Kim doet sinds bijna twintig jaar aan golfsurfen en Lani en Mik konden misschien wel eerder surfen dan fietsen. Sinds een paar jaar is Bobs liefde voor het kiten ook op de rest van het gezin overgeslagen.



## Wat is jullie eerste kite-herinnering?

Lani: 'Dat weet ik niet meer precies, ik denk dat het vliegeren was op het strand, en later bodydraggen (als je je door de vlieger laat meevoeren in de zee, zonder plank).'

Kim: 'Ik ben samen met Lani begonnen met vliegeren. Het eerste jaar is het echt nog leren om de vlieger onder controle te houden en te bodydraggen.'

Mik: 'Eerst gingen we vliegeren op het zand, dat vond ik een beetje saai, maar ik dacht: ik ga het straks in het water vast wel leuk vinden. En daar had ik gelijk in.'

Bob: 'Ongeveer zes jaar geleden ben ik een keer hier op het strand begonnen. We hadden toen een hele oude kite zonder safety's en zo, en daardoor vond ik het de eerste keer maar niks, haha!'

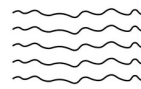
## Wanneer wist je dat kiten het helemaal was voor jou?

Lani: 'Ik vond het bodydraggen al heel leuk, maar toen ik voor het eerst kon staan wist ik het zeker.'



# EEN MET HET WATER

Tekst: Femke Deen - Foto's: Bob & Kim



Kitesurfers - het zijn er steeds meer op het Heemskerker strand. Hele gezinnen beoefenen deze spectaculaire sport. In het derde deel van een miniserie over kitende Heemies spreken we met misschien wel de meest fanatieke watersportfamilie van het strand: Kim Niesten (44) Bob Beentjes (45) en hun kinderen Lani (12) en Mik (8).

Kim: 'Voor mij was het 't moment waarop ik heen en weer kon varen. Je weet ook pas hoe het voelt als je het doet, voor die tijd kun je je er geen voorstelling bij maken.'

Bob: 'Toen Martin en ik een lesje gingen nemen in Castricum. Toen dacht ik: Dit is wel erg tof.'

Mik: 'De eerste keer bodydraggen, dat vond ik superleuk, alsof je in een bootje zit.'

## Wat vind je leuk aan het kiten?

Bob: 'We hebben altijd veel gesurft, maar hier op het strand zijn de condities vooral goed voor beginnende surfers. Als je het al wat langer doet, dan heb je het op een gegeven moment wel een beetje gezien. Bij kiten raak je nooit uitgeleerd, er zit geen stop op. De condities hier aan het strand veranderen soms op één dag wel een paar keer, waardoor het steeds anders is.'

Kim: 'Ik dacht altijd dat kiten niets voor mij was, ik had niet zoveel met de wind en als surfer vond ik dat die kites altijd maar een beetje in de weg zaten, haha. Maar ik zag hoe leuk Bob het vond en toen ben ik het ook gaan proberen. Ik vind het ook leuk dat het een uitdaging is, weer iets nieuws om te leren.'

Lani: 'Dat glijden over het water, zo lang als je wilt, is een heel fijn gevoel. En dat je zo door de golven heen gaat en een klein sprongetje maakt.'

Mik: 'Mijn mooiste herinnering was mijn eerste sprong van 1 meter. Ik had er heel lang op geoefend, wel een jaar ofzo.'

## Wie is het fanatiekst?

Lani: 'Papa!'

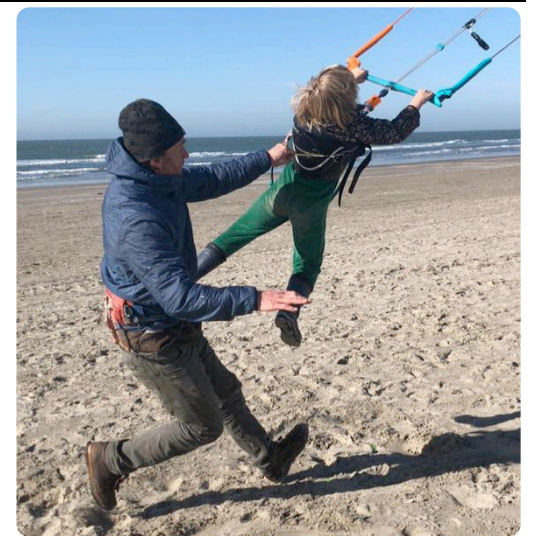
Kim: 'Die is altijd al drie stappen vooruit. Maar ik moet zeggen dat ik nu ook wel denk, als er wind staat: "oh, wacht even, misschien is het wel lekker kite-weer."''

Mik: 'Ik ben het fanatiekst, daarna komt denk ik papa.'

“Je bent nooit uitgeleerd”



Bob, Lani, Mik en Kim een paar jaar geleden op surfvakantie.



Bob leert Mik vliegeren met de kite.

## Jullie zijn dus echt een watersportfamilie!?

Kim: 'Ja, dat kun je wel zeggen. Onze vakanties draaien ook altijd om het water en om surfen. In het water zijn is gewoon heerlijk, één zijn met de natuur, dat is echt een bevrijdend gevoel. Je denkt nergens aan, je bent heel erg in het nu. Het is ook geen twee keer hetzelfde, er is altijd iets nieuws te leren. Niet alleen met kiten, maar ook met golfsurfen.'

Bob: 'Ik vind alles leuk dat met water en sporten te maken heeft en dat wil ik graag overbrengen op de kids. Ik vind het superleuk om te zien dat zij het zo oppakken, maar ik probeer het niet te veel te pushen. Ze zijn nog jong, ze hebben alleen af en toe een opstapje nodig. Dus we houden het een beetje speels. Dan gaat het van nature, ze voelen zelf wel aan wat ze kunnen. En nu is het ook een goede motivatie om naar het strand te gaan.'

Lani: 'Ik weet nog niet wat ik leuker vind, golfsurfen of kiten. Duiken en snorkelen vind ik ook heel erg leuk, en ik wil ook wel leren foilboarden! [een foilboard heeft een extra lange vin, waardoor de plank uit het water wordt getild - red.]'

Mik: 'We gaan ook vaak vissen, en we hebben op vakantie met dolfijnen en schildpadden gezwommen. Er was ook een haai, dat was echt heel erg cool.'

# Spelletjes TIPS!

**Kaarten is altijd goed, wat kan er op tegen liegen, hartenjagen, 31'en of een potje klaverjassen? Maar als je eens wat anders wilt: er is genoeg! Eerst een lijst van leuke strandspellen en dan aftellen: 5,4,3,2... wat staat er op 1?**

**Koehandel (vanaf 10 jaar)**

Handelsspel zeer geschikt voor de jonge bluffer.



**De grote Dalmuti (vanaf 10 jaar)**

Een spel waarin spelers beurteilungen al hun kaarten moeten afleggen.

**Ticket to ride Europe (vanaf 12 jaar)**

Studentenspel waarin de spelers de Europese spoorwegen proberen te veroveren. Een alcoholpercentage in je lijf houdt het spelverloop niet tegen.

**Perudo (vanaf 8 jaar)**

Dobbel- en bluffspel, waarin je probeert te raden hoeveel er van een bepaald nummer is gegooid door alle spelers bij elkaar.

**Vlotte geesten (vanaf 7 jaar)**

Een spel waarin oog-handcoördinatie tot het uiterste getest worden.

**Weerwolven (vanaf 8 jaar)**

In dit rollenspel is jouw gladde tong het enige dat je weg van de strop houdt.

**Ligretto (vanaf 10 jaar)**

Kaartspel waarin je sneller dan je tegenstander moet zijn!



**Dobble (vanaf 6 jaar)**

Een spel waarin je dubbele symbolen moet vinden.

**(Kolonisten van) Catan (vanaf 12 jaar)**

Waar handel en toekomstvisie je dorpen tot steden laten groeien.

**Halli Galli (extreme) (vanaf 6 jaar)**

Het (kaart)spel met de bel! Druk erop als er vijf vruchten te zien zijn.

**Set (vanaf 12 jaar)**

Patronenspel waar een goed stel hersens voor nodig is.



**Clever (vanaf 8 jaar)**

Een leuk alternatief voor Yahtzee, komt ietsjes meer tactiek bij.



**DE TOP 5!**

1. Ticket to ride Europe
2. (Kolonisten van) Catan
3. Weerwolven
4. De Grote Dalmuti
5. Dobble

# In de zonneschijn, in de zonneschijn ☀

Tekst & foto: Manon Ursem

**De zon, wie houdt er niet van? Het is lekker warm, je krijgt er een zomerse teint van én iedereen lijkt altijd een stuk vrolijker. Maar wist je ook dat (genoeg) zonlicht superbelangrijk is om goed te slapen? Hoe meer zonlicht, hoe sneller je in slaap valt.**



**Hoe werkt slaap eigenlijk?**

Iedereen heeft een biologische klok. Je wordt 's ochtends wakker en je gaat 's avonds weer naar bed. Maar hoe werkt dat eigenlijk? Als je overdag veel licht binnenkrijgt, weet je lichaam dat het wakker en alert moet blijven. En als de avond valt en het langzaam donker wordt, maakt je lichaam melatonine aan en dat zorgt ervoor dat je moe wordt en wilt slapen.

**En wat doet de zon?**

We zitten steeds vaker binnen en we komen in de winter soms zelfs helemaal niet langer dan een kwartiertje buiten. Als je te weinig zonlicht binnenkrijgt, kan het er zelfs overdag al voor zorgen

dat je moe wordt.

Als je wakker wordt, is het eigenlijk heel belangrijk dat je zo veel mogelijk zonlicht ziet. De hormonen cortisol en adrenaline kunnen dan goed hun werk doen en zorgen ervoor dat je alert en actief blijft en dat je bijvoorbeeld niet zomaar in slaap valt overdag. Hoe meer daglicht je overdag binnenkrijgt en hoe eerder dit op de dag is, hoe meer melatonine je 's avonds aanmaakt. Uit een Amerikaanse studie is gebleken dat mensen die 's ochtends naar buiten gaan, eerder in slaap vallen dan personen die later op de dag naar buiten gaan. De personen die waren blootgesteld aan (meer) daglicht tussen 8 uur 's ochtends en 12 uur 's middags, vielen sneller in slaap dan degenen die weinig licht zagen tijdens deze uren. Het verschil was ongeveer 45 minuten. Het ochtendlicht helpt je lichaam te activeren zodra je wakker wordt, waardoor je weer eerder klaar bent om te slapen. En op dezelfde manier herinnert elke zonnestraal ons lichaam eraan waar je bent in je dagcyclus en dat je overdag wakker blijft.

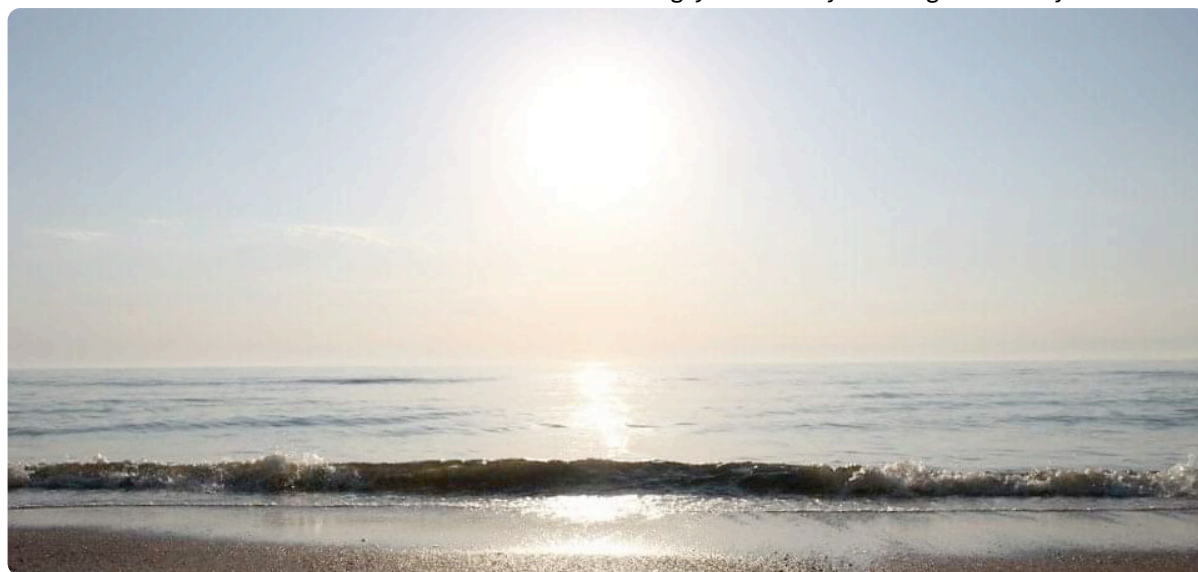
**Blauw licht**

Als je dan eindelijk lekker in je bed ligt, is de verleiding groot dat je nog even je telefoon pakt. Maar is dat eigenlijk wel handig voor het slapen gaan? Het antwoord daarop is nee. Je ogen denken door het blauwe licht dat het nog geen tijd is om te slapen en daardoor maak je weer minder melatonine aan. En je maakt door het blauwe licht juist weer adrenaline en cortisol aan. En die stofjes willen je juist wakker houden.

**Zon, zon zon**

Geniet dus elke dag (ook in de winter) lekker van het zonnetje en ga het liefst voor half 12 's middags al lekker naar buiten. Nu kunnen we weer lekker úúúuren op het strand liggen, rennen en zonnebaden. Laat die zon maar komen en slaap lekker (alvast)!

Weet jij alles over een bepaald natuurverschijnsel? Of heb jij nog meer gezondheidsweetjes? Of wil je graag dat wij iets voor je uitzoeken? Stuur ons dan snel een mailtje via [destrandkrant@gmail.com](mailto:destrandkrant@gmail.com)



**TONGBREKER**

Probeer dit maar eens een paar keer achter elkaar te zeggen!

Heb je de zon wel eens in de Zuiderzee zien zakken, zei m'n zuster Sientje, toen ze zaterdagavond zonder zakcenten zat, en op een sinaasappelschilletje zat te kauwen

<p><b>NRDTSJEHISAU</b></p> <div style="border: 1px solid black; width: 100%; height: 15px; margin-bottom: 5px;"></div> <p style="text-align: center;">2</p> <p><b>DZEEOHN</b></p> <div style="border: 1px solid black; width: 100%; height: 15px; margin-bottom: 5px;"></div> <p style="text-align: center;">10 11 6</p> <p><b>NWEMODNIL</b></p> <div style="border: 1px solid black; width: 100%; height: 15px; margin-bottom: 5px;"></div> <p style="text-align: center;">12</p> <p><b>TTRUJSNEARTD</b></p> <div style="border: 1px solid black; width: 100%; height: 15px; margin-bottom: 5px;"></div> <p style="text-align: center;">8 3</p> <p><b>OBMTJORTEOO</b></p> <div style="border: 1px solid black; width: 100%; height: 15px; margin-bottom: 5px;"></div>	<p><b>EADRBINOLO</b></p> <div style="border: 1px solid black; width: 100%; height: 15px; margin-bottom: 5px;"></div> <p><b>VOITLDRPENNJASA</b></p> <div style="border: 1px solid black; width: 100%; height: 15px; margin-bottom: 5px;"></div> <p style="text-align: center;">5</p> <p><b>AEZTSELKAND</b></p> <div style="border: 1px solid black; width: 100%; height: 15px; margin-bottom: 5px;"></div> <p style="text-align: center;">6</p> <p><b>ASPAOLR</b></p> <div style="border: 1px solid black; width: 100%; height: 15px; margin-bottom: 5px;"></div> <p style="text-align: center;">7 4</p> <p><b>LSRMEAGH</b></p> <div style="border: 1px solid black; width: 100%; height: 15px; margin-bottom: 5px;"></div> <p style="text-align: center;">1</p>
<div style="border: 1px solid black; width: 100%; height: 15px; margin-bottom: 5px;"></div> <p style="text-align: center;">1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12</p>	

Oplissing  
woordpuzzel  
Strandhuisje  
Zeehond  
Windmolen  
Strandjuffer  
Motorbootje  
Helmgaras  
Parasol  
Strandpaviljoen  
Zandkasteele  
Boorvriend  
Eindwoord  
Strandpuzzel

**Een klein hersenkrakertje om scherp te blijven in de zon**



## COLOFON

**Redactie**  
Annemarie Windmuller  
Bob LimmenFemke Deen  
Manon Ursem  
Marjan Huisman  
Mirjam Huijgens  
Rianne Schoemaker

**Eindredactie**  
Marjan Huisman  
Femke Deen

**Fotografie**  
Rianne Schoemaker  
Ben Roozendaal  
Mirjam Huijgens

**Vormgeving**  
Manon Ursem

**In memoriam**

Mwaaaaaaah!!

Rust zacht.



# Wij presenteren

De eerste Kindereditie van de Strandkrant!  
Gemaakt voor en door de kinderen van strand Heemskerk.

Op een warme en winderige dag in augustus 2021 kwam de kinderredactie bij elkaar voor de eerste echte redactievergadering. Na een brainstormsessie was er al snel een lijst met fantastische ideeën. Voor jullie ligt het resultaat van het harde werk van onze redacteuren. Interviews, strips, een quiz, beschilderde schelpen, tekeningen, leuke lijstjes en zelfs een eigen logo. Geniet ervan!



Strandkind Kiki in actie tijdens het maken van haar tekening (zie hiernaast).



De eerste redactievergadering in volle gang. Iedereen had er zin in! Op ons strand lopen veel redacteuren in de dop rond. Dit belooft veel goeds voor de toekomst (van de strandkrant).



Even voorstellen... De kinderredactie



Dieuwke



Ella



Femmetje



Ewus



Er werd hard gewerkt en de vorige krant werd als inspiratiebron gebruikt.



Kieke



Kiki



Kriin



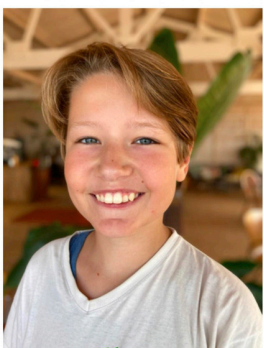
Lani



Liz



Mik



Oscar



Robin



Roos



Rosa



Saar



Viënn



# Enquête voor de menukaart

fem	•	VEGA eten	/// 3
Guus	•	GLUTEN vrij eten	/ 4
Krijn	•	Pizza	/// 3
Lani	•	shen ijs	////// 1
Rosa	•	pannekoeken (dik)	/ 4
dieuwke	•	wafels	/// 2
Kiki	•	pasta	/// 3
ELLA	•	meer ijs	
VIENE	•	tushie	

De kaart van De Vrijheid is natuurlijk al om te smullen, maar als het aan de kinderen ligt, kan er altijd meer bij (vooral zoetigheid). Oscar vroeg een aantal leden van de kinderredactie wat zij nog graag op de kaart willen zien, en hield vervolgens een enquête - welk idee krijgt de meeste stemmen? Het is duidelijk: de onbetwiste winnaar is de tip van Lani: graag schepijs op het strand!

## DE TOP 4!

1. Schepijs
2. Wafels met topping
3. Pizza / pasta / vega
4. Pannenkoeken / glutenvrij



Multitalent Vienn maakt gedichten, maar ook de mooiste tekeningen.

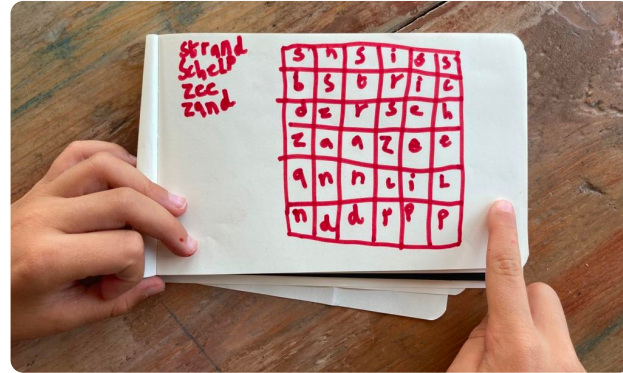
# Verstoppertje tips!

De meest doorgewinterde verstoppertje-specialist van het hele strand moet wel Guus zijn. Hij deelt een paar van zijn tips, zodat ook jullie straks onvindbaar zijn

1. Verstop jezelf in de duinpannetjes (voor het hek)
2. Bereid je goed voor: graaf van tevoren een gat, ga er tijdens het spel inliggen en pak objecten die je over jezelf heen plaatst

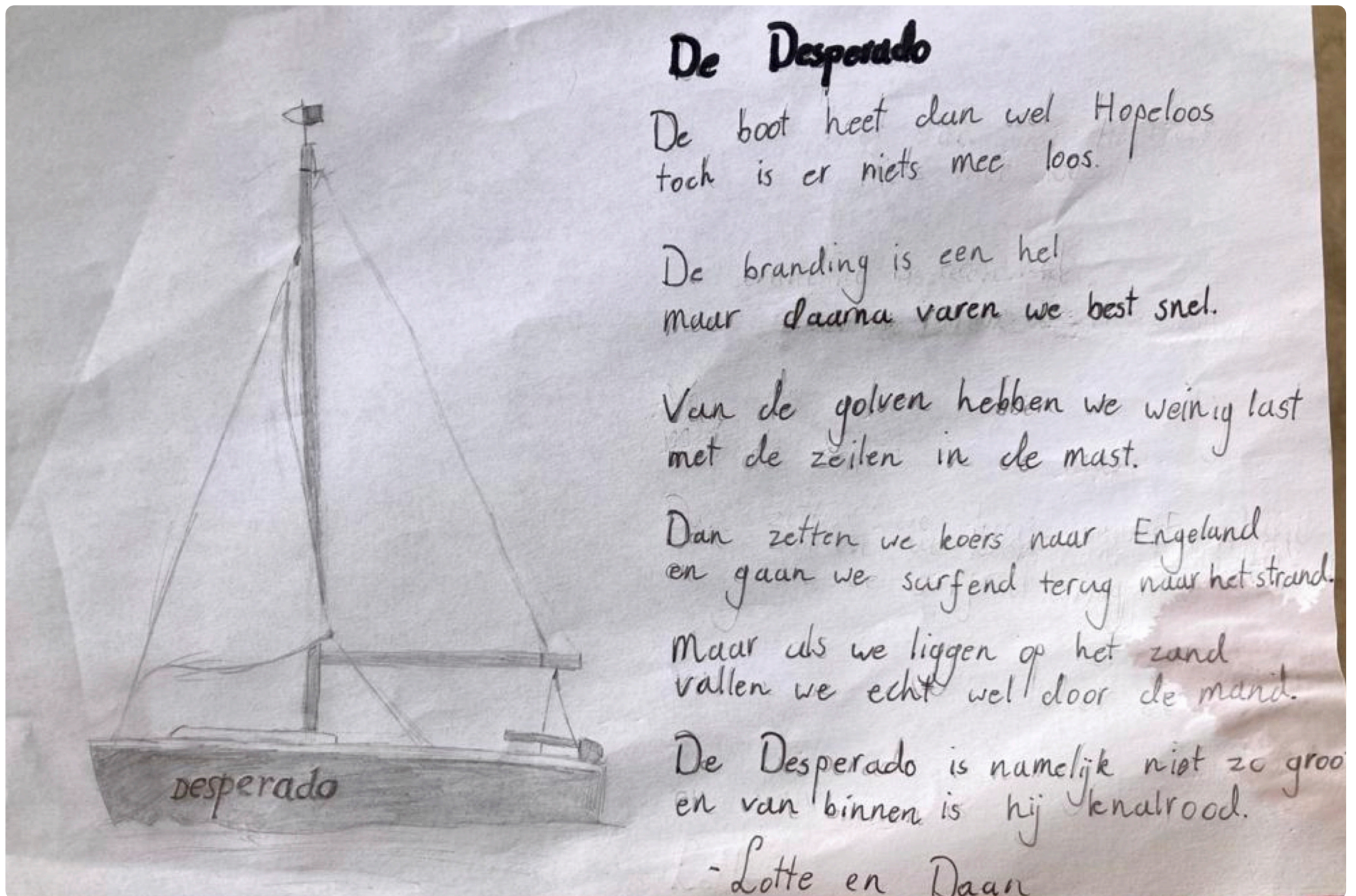
3. Nog een goede plek om je te verstoppen: onder een zitzak
4. Als je wil kijken waar de zoeker blijft, ga dan niet recht omhoog met je hoofd, maar hou je hoofd schuin, zodat hij/zij je haren niet ziet
5. Zoek een plek uit waar je door objecten heen kunt kijken waar de zoeker blijft, zodat je je hoofd niet hoeft uit te steken.
6. Nog beter: helemaal niet bewegen en knetterlang wachten

# De Desperado



## Woordzoeker

Wie kan alle woorden vinden in deze strandwoordzoeker van Vienn?



## De Desperado

De boot heet dan wel Hopeloos  
toch is er niets mee loos.

De branding is een hel  
maar daarna varen we best snel.

Van de golven hebben we weinig last  
met de zeilen in de mast.

Dan zetten we koers naar Engeland  
en gaan we surfend terug naar het strand.

Maar als we liggen op het zand  
vallen we echt wel door de mand.

De Desperado is namelijk niet zo groot  
en van binnen is hij knalrood.

- Lotte en Daan

Lotte en Daan hebben sinds vorig jaar een zeilbootje, waar ze door weer en wind mee de zee op gaan. Ze maakten dit prachtige gedicht over hun Desperado. Ook dit jaar zal je ze vast geregeld langs zien komen zeilen.



# SCHELLEN SCHILDEREN

Met Posca-verfstiften is het beschilderen van schelpen en stenen superleuk, een laagje glansverniss erover en je hebt kunst.

## Wat is dat, een Posca-verfstift?

In Posca-verfstiften zit een dekkende, sneldrogende verf die lijkt op acryl-verf. Er zijn zeven verschillende diktes, die van 3mm en 5 mm kun je goed gebruiken voor schelpen, stenen of houtjes. Dikkere doen het weer beter op surf- en kiteboards. Op een poreuze ondergrond is de verf blijvend. Voeg een druppel water toe, voor een aquarel-effect.

## Ijsjes enquête

De ijsjes bij de Vrijheid zijn populair bij jong en oud (en vooral bij jong). Maar wat is nou precies het populairste ijsje? Krijn en Mik zochten het uit en hielden een enquête.

**We hebben de top 4 voor je op een rijtje gezet!**

1. Ben en Jerry's Cookie Dough
2. Ben en Jerry's Strawberry Cheesecake
3. Ben en Jerry's Chocolate/Cornetto/Magnum Classic/Magnum Almond
4. Raketje, Hertog Roomijs, Calippo



Wat kunnen onze kleine talenten niet? Hiernaast lees je een spannende strip over niet opgeven.



Rianne Zomerdijk op de foto in de StrandExpress.

## Interview met Rianne Zomerdijk

Tekst: Liz, Ella, Kiki, Viënn, Dieuwke

Vrijdag 20 augustus 2021 interviewen wij Rianne van De Vrijheid over het strand en sommige persoonlijke dingen.

### Wanneer ben je jarig?

In ben altijd in de zomer jarig op 16 augustus.

### Wat is je leukste ding wat je ooit hebt gedaan op het strand?

Ontbijten heel vroeg toen het strand nog helemaal stil was. En kinderen die ijsjes komen halen. Grote feesten in het paviljoen vind ik ook leuk.

### Wat is je favoriete ijsje?

Een raketje.

### Wat vind je het leukste spel?

Qwixx

### Welk ijsje vind je het viest?

Een Magnum, omdat ik niet van chocola houd.

### Wat is je lievelingskleur?

Rood

### Wat is je favoriete gerecht op het menu?

Broodje gezond.

### Wat is het stomste klusje?

Ik vind niet echt een klusje stom, ik vind het niet zo erg om klusjes te doen. De afwas vind ik leuk, omdat ik een hele grote afwasmachine heb.

### Wat vind je het leukste klusje?

Mensen en kinderen blij maken, omdat ik houd van vrolijke gezichten. En ik mag alles wat op het menu staat van tevoren proeven.

### Wat is je lievelingsdier?

Een hond.

### Wat is je favoriete koffie?

Een cappuccino.

### Wat wordt het meeste besteld?

Het kindermenu met de schatkist.

### Wat is je favoriete hoekje?

Het bankje met het schapenvel.

### Wat vind je het leukste jaar?

2020 omdat het paviljoen toen is verbouwd en iedereen het heel mooi en leuk vond geworden.

### Wat is je favoriete bestek?

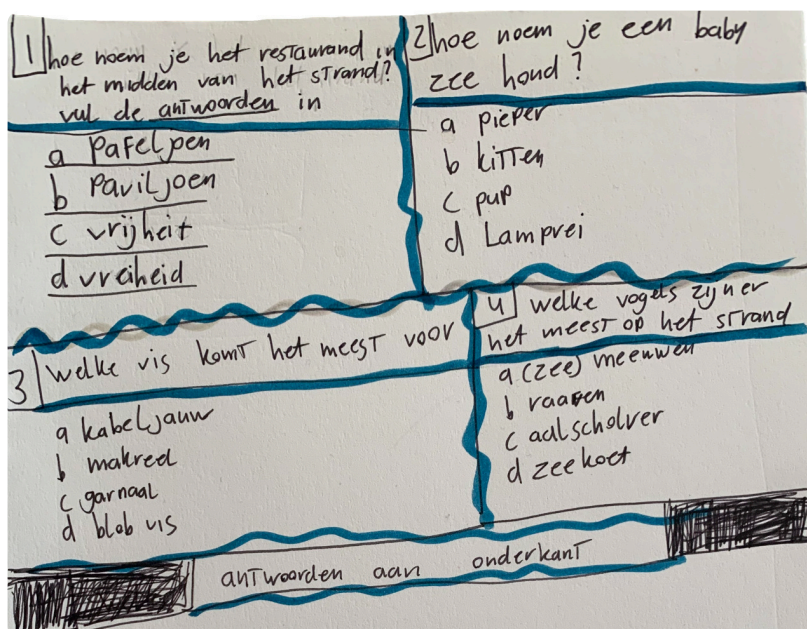
Een vork.

### Hoe vaak zwem je per dag?

Ik heb nog nooit in de twintig jaar hier in de zee gezwommen!

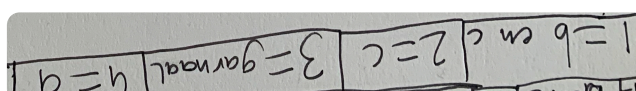


Redacteur Roos werkt ijverig aan haar striptekening.



## DE STRAND QUIZ

Hoe noem je een baby-zeehond, en welke vogels komen het meest voor op het strand? Maak de quiz van Kieke en test je kennis! De antwoorden vind je hieronder ondersteboven.



# Wat doen jullie als er iemand in nood is?

Interview: Lani, Rosa, Dieuwke en Mik - Foto's: Lani

Voor een interview met de reddingsbrigade gingen - tijdens de brainstorm voor deze strandkrant - de handen massaal in de lucht. De bedenkers van het plan, Rosa, Dieuwke en Lani, kregen de eer. En Mik mocht mee!

## Hoe is het om reddingsbrigadier te zijn?

Het is heel leuk. Er zijn altijd veel mensen op het strand, ook toeristen die weten niet hoe het op het strand allemaal werkt. Zij denken dat ze in een klein meertje aan het zwemmen zijn, dan vind ik het leuk om te vertellen: dit zijn de gevaren van de zee en hier moet je opletten.

## Wat zijn de allerleukste dingen?

Op zo'n boot varen, met zo'n terreinauto rijden en je leert heel goed zwemmen.

## En hoe lang denk jij dat de reddingsbrigade van Heemskerk al bestaat?

Dat weet ik toevallig. Deze vereniging is opgericht in 1957, dus de reddingsbrigade bestaat al bijna 70 jaar.

## Hoe lang werk je al bij de reddingsbrigade?

Acht jaar.



## Wat betekenen alle vlaggen?

Eentje hangt er in de zomer elke dag in de mast. Dat is de rood-gele vlag dat betekent dat wij als reddingsbrigade op het strand zijn. Onder die vlag hangen we soms extra vlaggen om mensen te waarschuwen. Soms hanger er gele vlaggen om te laten weten dat de zee gevaarlijk is door stroming. Soms hangen we de rode vlag op, dan mag je niet eens de zee in, bijvoorbeeld bij onweer of bij een extreem sterke stroming. En zoals vandaag hangt er een windzak die hangen we op als er oostenwind is, dat betekent dat de wind de zee ingaat en dan mag je niet met drijfvoorwerpen in de zee.



De reddingsbrigadepost van het Heemskerke strand op een bewolkte dag.



## Wat doen jullie als er iemand in nood is?

Meestal sturen we er eerst mensen naar toe om te kijken wat er aan de hand is. Als we mensen druk zien zwaaien, dan denken we: wat is daar aan de hand. Maar heel vaak zwaaien zwemmers ook naar hun vrienden op het strand. En dan hebben wij het mis. Dan kunnen wij wel een grote reddingsoperatie starten, maar soms is er niets aan de hand.

Als er echt iets aan de hand is maken we een keuze. We gaan zwemmend het water in, of we doen de boot het water in, of de surfplank. Dan gaan we mensen eruit halen en daarna gaan we kijken hoe het met diegene gaat. Soms hebben mensen water binnengekregen, of ze zijn heel erg moe of koud. Soms moeten we de ambulance bellen.



## Hoeveel oefeningen doen jullie per maand?

In principe oefenen we elke woensdagavond op het strand van Heemskerk. Dan zijn we ook met meer mensen dan we overdag zijn. Soms oefenen we ook met de reddingsbrigade van Wijk aan Zee, Castricum of de KNRM (Koninklijke Nederlandse Redding Maatschappij). Dan plannen we een grote oefening en gaan we die samen met hen oefenen.

## Vervelen jullie je soms als er niemand in nood is of als er geen oefeningen zijn?

Natuurlijk. Soms zitten er alleen twee zeemeeuwen

op het strand. Het gevaar is dan dat je minder goed oplet, terwijl er dan ook iemand kan komen die de zee in kan gaan. We vervelen ons ook wel eens, dan doen we een spelletje omdat er niemand op het strand is of in de zee is

## Wanneer zijn jullie open?

Aan het begin van de zomer alleen in het weekend. En in de zomervakantie zijn we er acht weken. Tien uur gaan we alles klaarmaken, zetten we de boot aan de waterlijn, doen we de vlaggen in de mast en om zes uur gaan we weer naar huis. Maar als het strand helemaal vol ligt met mensen of er gebeurt iets dan zeggen we niet we sluiten de rolluiken, dan zijn we er langer. We eten ook vaak op de post met z'n allen, dan zijn we er ook langer. **Hebben jullie ook vaak als je net naar huis wilt gaan, dat er dan iemand in nood is?**

Ja en daar maken daar maken we wel eens een grapje over: we zeggen dan dat we vijf-voor-zesje krijgen. Dat is letterlijk wat er gebeurt, dan zijn we al aan het afsluiten en dan horen we dat er iets is in Wijk aan Zee of hier bij ons.

## En wat doen jullie dan?

Dan zetten we het gasfornuis uit - want dan staan we vaak te koken - en gaan we erheen. We kunnen dan natuurlijk niet zeggen: we gaan lekker naar huis.



De reddingsboot wordt elke keer na het varen weer terug op het strand gehaald.

## Maar dan komen er toch ook altijd kwallen?

Ja, die komen dan meestal een dag daarna. Ze moeten eerst nog helemaal hierheen, ze komen niet ineens uit de grond.

## Mogen jullie wel mensen uit het water halen als er een rode vlag is?

Ja, dat doen we ook heel vaak, want soms zien mensen niet dat er een rode vlag is, of ze weten niet wat het betekent. Dus als er een rode vlag is dan spreken we iedereen die nog in de zee is aan. Want als de rode vlag hangt, gaan wij zelf niet eens de zee in, voor onszelf is het dan al te gevaarlijk. En als wij de zee niet in kunnen, wie moet ze dan redden als het misgaat?



Rosa, Lani en Dieuwke werken samen het interview uit achter de laptop.



De kids zagen tijdens de rondleiding de speciale pakken van de reddingsbrigadiers hangen.



De redactie mocht ook een kijkje nemen op de post van de reddingsbrigade.

Voor de getijden is er ook de gratis app My Tide Times. Heb jij op het strand liever je telefoon uit? Geen zorgen: wij blijven de getijden ook gewoon publiceren in deze krant.

# Getijden zomer 2022

**IJmuiden**  
Hoog- en laagwaterstanden en -tijdstippen

Juli 2022											
datum	uu:mm	HW cm NAP	LW cm NAP	datum	uu:mm	HW cm NAP	LW cm NAP	datum	uu:mm	HW cm NAP	LW cm NAP
1 vr	1:45 6:00 14:03 18:26	98	-80	11 ma	1:58 8:44 14:31 22:34	84	-69	21 do	6:11 10:36 18:57 22:58	94	-90
2 za	2:16 6:35 14:35 18:59	-85	-60	12 di	2:55 11:01 15:27 23:32	94	-67	22 vr	7:03 11:40 19:45	85	-82
3 zo	2:51 7:09 15:12 19:32	-88	-61	13 wo	3:47 12:11 16:18 20:37	103	-65	23 za	0:02 7:54 12:55 20:39	66	-73
4 ma	3:29 7:44 15:50 20:08	-89	-61	14 do	0:17 4:35 12:59 17:06	-71	-63	24 zo	1:13 8:49 14:04 21:46	66	-63
5 di	4:09 8:22 16:30 20:50	-88	-60	15 vr	1:02 5:22 15:26 17:54	-77	-66	25 ma	2:19 10:10 15:01 22:56	71	-56
6 wo	4:52 9:08 17:14 21:40	-86	-59	16 za	1:48 6:08 16:15 18:41	-84	-70	26 di	3:16 11:33 15:50 23:49	79	-56
7 do	5:41 10:06 18:04 22:42	-81	-57	17 zo	2:36 6:57 16:59 19:29	-90	-69	27 wo	4:03 12:25 16:32	86	-55
8 vr	6:38 11:16 19:05 23:49	-77	-55	18 ma	3:26 7:47 17:37 20:18	-95	-64	28 do	0:31 4:40 13:07 17:07	91	-70
9 za	7:43 12:23 20:13	-74	-56	19 di	4:18 8:40 18:04 21:09	-96	-59	29 vr	1:01 5:13 13:33 17:38	97	-71
10 zo	0:56 8:44 13:29 21:20	75	-72	20 wo	5:14 9:37 18:15 22:01	-95	-57	30 za	1:26 5:45 15:16 18:09	103	-74
								31 zo	1:57 6:18 14:18 18:40	106	-78

Referentievlak: NAP  
LAT = NAP-103 cm  
\* = Voorspeld tijdstip valt aan het einde van de laagwaterperiode

Nederlandse tijd  
Cursief gedrukte tijdstippen zijn in ZOMERTIJD

**IJmuiden**  
Hoog- en laagwaterstanden en -tijdstippen

Augustus 2022											
datum	uu:mm	HW cm NAP	LW cm NAP	datum	uu:mm	HW cm NAP	LW cm NAP	datum	uu:mm	HW cm NAP	LW cm NAP
1 ma	2:32 6:51 14:52 19:13	107	-82	11 do	3:37 12:03 16:08	103	-88	21 zo	7:07 11:56 19:41	64	-56
2 di	3:10 7:24 15:27 19:47	-83	-84	12 vr	0:01 4:26 14:25 16:55	-68	-63	22 ma	0:24 8:00 13:37 20:47	65	-46
3 wo	3:48 8:00 16:02 20:25	-82	-83	13 za	0:45 5:11 15:17 17:39	-74	-70	23 di	1:56 9:18 14:41 22:21	68	-40
4 do	4:26 8:41 16:39 21:08	-80	-82	14 zo	1:31 5:55 16:01 18:23	-80	-71	24 wo	3:00 11:09 15:31 23:26	79	-46
5 vr	5:06 9:30 17:23 22:00	-76	-81	15 ma	2:20 6:39 16:40 19:05	-86	-66	25 do	3:47 12:04 16:12	90	-51
6 za	5:53 10:32 18:16 23:07	-70	-80	16 di	3:13 7:23 17:12 19:48	-89	-58	26 vr	0:11 4:23 12:56 16:45	88	-64
7 zo	6:55 11:44 19:20	-66	-81	17 wo	4:10 8:09 17:22 20:32	-90	-52	27 za	0:43 4:54 13:59 17:15	92	-65
8 ma	0:20 8:05 12:59 20:33	81	-60	18 do	5:01 8:56 17:34 21:16	103	-50	28 zo	1:06 5:24 14:49 17:44	111	-66
9 di	1:33 9:24 14:13 22:00	84	-57	19 vr	5:44 9:46 18:10 22:05	-78	-47	29 ma	1:36 5:55 15:32 18:15	116	-69
10 wo	2:40 11:03 15:16 23:12	93	-57	20 za	6:25 10:42 19:52 23:03	-67	-44	30 di	2:11 6:27 16:59 18:48	118	-72
								31 wo	2:47 7:00 14:59 19:22	118	-73

Referentievlak: NAP  
LAT = NAP-103 cm  
\* = Voorspeld tijdstip valt aan het einde van de laagwaterperiode

Nederlandse tijd  
Cursief gedrukte tijdstippen zijn in ZOMERTIJD

**IJmuiden**  
Hoog- en laagwaterstanden en -tijdstippen

September 2022											
datum	uu:mm	HW cm NAP	LW cm NAP	datum	uu:mm	HW cm NAP	LW cm NAP	datum	uu:mm	HW cm NAP	LW cm NAP
1 do	3:20 7:36 15:30 19:58	-73	-117	11 zo	0:28 4:56 14:58 17:20	-70	-69	21 wo	1:30 8:23 14:15 21:02	67	-30
2 vr	3:52 8:16 16:06 20:39	-72	-115	12 ma	1:12 5:36 15:39 18:00	-74	-64	22 do	2:35 10:26 15:04 22:39	81	-37
3 za	4:26 9:03 16:49 21:27	-69	-108	13 di	2:02 6:17 16:13 18:39	-77	-55	23 vr	3:19 11:39 15:43 23:33	95	-48
4 zo	5:10 10:00 17:42 22:30	-64	-95	14 wo	3:00 7:38 16:31 19:17	-80	-48	24 za	3:55 12:29 16:15	105	-52
5 ma	6:11 11:16 18:46 23:56	-55	-79	15 do	3:56 8:19 17:16 19:56	-79	-48	25 vr	0:09 4:26 13:35 16:44	113	-60
6 di	7:40 12:41 20:07	-47	-67	16 zo	4:38 8:19 16:50 20:34	-72	-46	26 za	0:39 4:56 14:27 17:14	120	-61
7 wo	1:21 9:41 14:04 21:48	84	-46	17 ma	5:09 9:01 17:16 21:16	-61	-43	27 do	1:11 5:27 15:10 17:46	124	-50
8 do	2:34 11:10 15:06 22:59	95	-53	18 di	5:57 10:44 17:38 22:10	-58	-42	28 vr	1:45 6:00 15:48 18:20	126	-46
9 vr	3:30 13:10 15:56 23:46	108	-59	19 za	6:36 10:44 18:20 23:28	-42	-40	29 zo	2:17 6:36 14:29 18:56	125	-44
10 za	4:15 14:11 16:39	117	-68	20 ma	7:00 13:05 19:24	-35	-37	30 di	2:47 7:14 15:02 19:34	122	-47

Referentievlak: NAP  
LAT = NAP-103 cm  
\* = Voorspeld tijdstip valt aan het einde van de laagwaterperiode

Nederlandse tijd  
Cursief gedrukte tijdstippen zijn in ZOMERTIJD

## De Strandkrant is mede mogelijk gemaakt door

Levendig, actief en verbindend: **Communities, participatiewebsites en intranetten** van Mett

**mett**

www.mett.nl

**JOUW ADVERTENTIE HIER?**  
Wil jij dat jouw advertentie hier volgend jaar ook tussen staat? Dan kan hoor!  
Mail ons via [destrandkrant@gmail.com](mailto:destrandkrant@gmail.com) en wie weet. We horen van je!

**DE RUYTER**  
bloemisten

Onze bloemen zijn beroemd in Heemskerk e.o. Ook op het Heemskerkse strand

U kunt uw bloemen vanaf het terras bestellen! Check onze website of kom langs in de winkel

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

**Dak Meesters**

info@dak-meesters.nl | www.dak-meesters.nl | 06 - 579 420 52



**DE VRIJHEIT**  
Team  
wenst iedereen een mooi seizoen

Wij zijn dagelijks geopend  
Strandpaviljoen de Vrijheit +31 251 232932

**SPORT café**  
**de WALVIS**

**MEEDOEN? DAT KAN!**  
Lijkt het jou leuk om te schrijven, adverteren of tekenen voor de Strandkrant? Stuur dan een berichtje naar [destrandkrant@gmail.com](mailto:destrandkrant@gmail.com)

**Strandhuisbouwer**  
**PASCAL MOOIJ**  
bouwbedrijf

Timmerwerf 67 Heemskerk  
Tel.(0251) 208206 Mobiel 06 51284372  
[www.bouwbedrijfpascalmoij.nl](http://www.bouwbedrijfpascalmoij.nl)