

IT IENNIGE ECHTE FRYSCHE TYDSKRIFT FOAR JONGEREIN

# LUUK

*Famylje en freonen*



Wakeboard-  
freondinnen



Hoera  
TWATALICH!

MOBILE CONSOLE  
NYCK DE VRIES SYN HELM  
HOE UNYK IS DYN FOARNAMME?



fielsto dy  
Iensum?

**Luuk yn Boyband High5**  
finale JUNIOR SONGFESTIVAL

**2**

Novimber 2022  
Jiergong 23



- 2 **Ynhâld en LinKke Saken**  
Koarte nijtsjes
- 4 **Yn finale Junior Songfestival**  
Luuk sjongt yn Boyband High5
- 6 **Artytaal**  
Wêr't taal en keunst elkoar moetsje
- 7 **Foarnammen**  
Hoe unyk is dines?
- 8 **Koart ferhaal**  
Listjes sûnder ein
- 10 **Wakeboarde**  
Trije freondinnen, ien passy!
- 12 **LinKke Siden**  
Nijs oer de stjerren
- 14 **Taal fan myn hert**  
Twatalichheid is in foardiel
- 16 **Alle pauzes allinne**  
Fielsto dy iensum?
- 18 **SA2022**  
De nijste gadgets en hypes
- 19 **Poëzy**  
Leafde op it earste gesicht
- 20 **F-terside**  
Oer games, ynternet en tech

## Leuke LinKk-Lêzer!

Mei freonen game, yn in deuk lizze mei in maat of mei in groepke nei de bioskoop. It liket as hat elkenien freonen. Dochs fielt 18 prosint fan de jongerein yn Nederlân him iensum. In soad pubers sjogge der sels tsjinop om nei skoalle ta te gean om't se gjin oansluting mei oare bern hawwe. Wow! Dat grypte my oan doe't ik dat lies. Elk hat dochs rjocht op in freon? It tema fan dizze LinKk is 'Famylje en freonen'. Ik soe net witte wat ik sûnder de leave minsken om my hinne moast. Ik soe dan ek graach de striid oangean tsjin iensumens. Tips dêrfoar lêst op side 16. Ek de bekende rapper en YouTuber Joost Klein fielde him froeger allinne. 'Vroeger op mijn kinderfeestje kwamen er niet twee of een, maar nul vrienden. En nu sta ik op Pinkpop.' Mear nijs oer him lêst op de F-terside.

Geane jim de striid tsjin iensumens oan yn 'e klasse? Praat ris mei ien dy't bûten de groep liket te fallen. Wa wit smyt it noch in leuke freonskip op!

Hoi!  
Marrit de Schiffart



## Rowan nei heale finale Holland's Got Talent



Foto: Piet Douma

Mei in druk op de gouden knop gie de 17-jierrige Rowan Veltman út Garyp yn septimber streekrjocht nei de heale finale fan Holland's Got Talent. Hy die dat mei it nûmer *Myn Dream*, in Fryske fertaling fan it nûmer *Everything I Wanted* fan Billie Eilish. Rowan waard de himel yn priizge troch de sjueryleden. 'Een wonderschoon lied. Fries past je als een handschoen,' sei Marc-Marie Huijbregts. 'Ik wist niet dat Fries zo mooi kan zijn,' sei Edson da Graça. Rowan, dy't yn 2021 it Frysktalige sjongfestival Sjong wûn, woe net allinne de Fryske taal sjen litte, mar ek himsels. 'Ik wol mei myn uterlik en myn persoanlikheid jongeren ynspirearje om harsels sjen te litten. Foar my wie dat in hiele stap, mar it mei yn Nederlân. Dus: wês wa'tsto bist. Trans, biseksueel, pan, it makket net út!'

# TOP5

## Fragen foar freonen

Tiid foar in leuk gesprek mei dyn freonen! Stel dizze grappige fragen en do learst dyn freonen of freondinnen better kennen. Wedzje dat jim in leuke tiid hawwe?

1. Op watfoar *celeb* bisto/wiesto fereale?
2. Ast dyn eigen namme kieze mochtest, wat soe dy dan wêze en wêrom?
3. Oan watfoar telefyzjeprogramma soest meidwaan wolle?
4. Wat ytsto graach, mar is stikem *not done*?
5. Asto in winkel iepenje soest, wat soest dan ferkeapje?



Wês dysels.

Der is  
der mar  
ien fan!

LINKK

LinKk is in tydskrift foar jongeren, dat yn in skoaljier seis kear ferskynt. It kin as selsstannich blêd lêzen wurde, mar it slút ek oan by de tema's fan de digitale metoade Searje 36.



Wy ynvestearje mei Taalplan Frysk yn de kwaliteit fan Frysk ûnderwiis op alle skoallen en alle ûnderwiisnivo's. Taalplan Frysk 2030 is in gearwurking fan Afûk, Cedin, Fers, Keunstwurk, NHL Stenden, Omrop Fryslân, Semko, SFB0 en de provinsje Fryslân. [www.taalplan.frl](http://www.taalplan.frl)

Frysk, foar no en letter



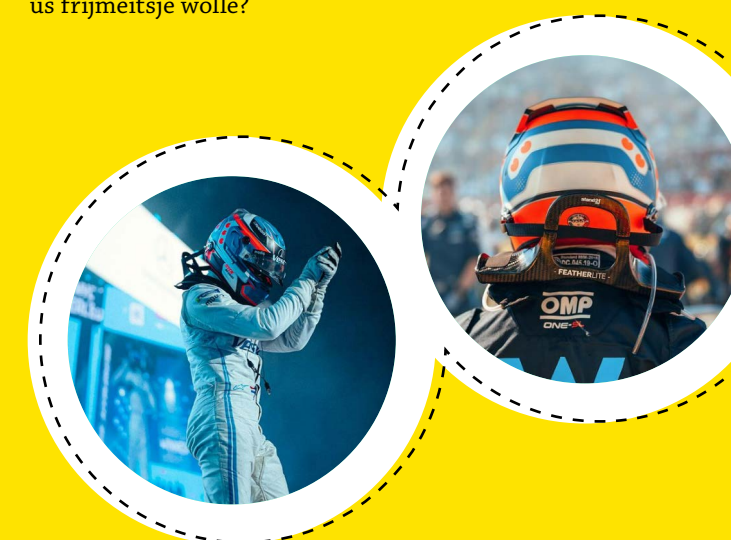
Redaksje : Marrit de Schiffart  
Opmaak : FryslânMedia  
Korreksjes : Tsjomme Dijkstra  
Redaksje-adres : Cedin/Sintrum Frysk en Meartaligens  
Lavendelheide 21 • 9202 PD Drachten  
T 088 0200 300 • E [linkk@cedin.nl](mailto:linkk@cedin.nl)  
[www.linkk.frl](http://www.linkk.frl)

Cedin

## Linkke Saken

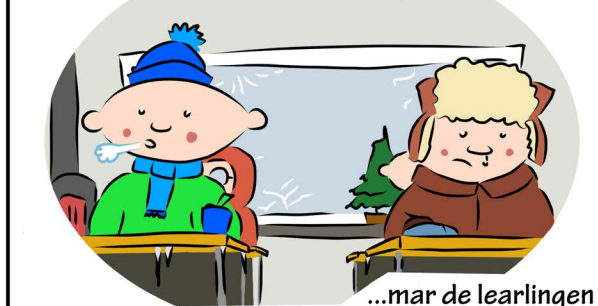
### Helm Nyck de Vries

Der kloppe in Fries op 'e doar fan de Formule 1. Of klopje? Eins wie it bonke. It wurke, want takom jier riidt Nyck de Vries yn de Formule 1! Stikem binne wy allegearre in bytsje grutsk op him. Wisto dat Nyck út Twellingea komt? Dat leit flakby Snits. As Nyck racet, kinst oan syn helm sjen dat der in Fries yn aksje is. Want op dy helm steane allegearre pompeblêden! Wy fan LinKk binne drok dwaande mei in ynterview mei Nyck, soe er noch tiid foar ús frijmeitsje wolle?



## PIERKE

De skoalle fan Pierke wol enerzjy besparje...



...mar de learlingen rinne der noch net bot waarm foar!



@linkkmagazine /www.linkk.frl



# YN DE FINALE FAN IT JUNIOR SONGFESTIVAL

## LUUK SJONGT YN BOYBAND HIGH5

*“Because I know. With you I will never be alone. En zie ik je niet dan kom ik je vast weer tegen.” Klinkt dit dy bekend yn de earen? It is it ferske Because I Know fan HIGH5. De boyband stie ein septimber yn de finale fan it Junior Songfestival. Ien fan de boys is de ambisjeuze Luuk van Dalfsen (12) út Nijlân.*

Luuk is gek fan sjongen en spilet ek nochris gitaar. ‘Ik seach altyd nei it Junior Songfestival. Doe’t ik my oanmelde koe, tocht ik: dit is myn kâns! Dy moat ik gripe!’ Hy die audysje. ‘En ik gie troch!’ Der wie in ekstra ferrassing: ‘Ik waard yn in groepke pleatst, mei Thomas, Thijs, Kaey en Danny.’ Mei-inoar foarmen se boyband HIGH5. ‘Ik koe de jonges al fan de audysjes. It klikte fuortendaliks. Ik fûn it hiel fet om yn in boyband te kommen.’

### freonen foar IT LIBBEN

En sa begûn it Junior Songfestival-aventoer, sa’t Luuk it sels neamt. ‘In producer betocht en skreau it nûmer *Because I Know*. ‘It giet deroer datst dyn freonen nea yn ‘e steek litst, wat der ek bart.’ En dat past perfekt by de jonges. ‘Thomas, Thijs, Kaey, Danny en ik binne freonen foar it libben wurden. Wy hawwe in hiele sterke bân opboud.’

Elk die ek syn stjonkende bêst om alles derút te heljen. Luuk hold stimrêst. ‘As ik net hoegde te sjongen of te praten, wie ik stil. Om myn stim te sparjen.’ En in echte boyband sjongt net allinnich, se dûnsje ek noch. ‘Ik wie thús in soad oan it toutsjespringen en sjongen tagelyk. Ik wurke oan myn kondysje, sadat ik op it poadium net achter de pûst (buiten adem) wêze soe.’

### finale

Op sneon 24 septimber wie it dan sa fier. HIGH5 mocht yn de lanlike finale, yn Ahoy yn Rotterdam, sjen litte wat se yn hûs hiene. ‘Ik wie wol in bytsje senueftich. Mar ast dêr ien kear stiest, is it fuort,’ fertelt Luuk. ‘Op it poadium stean jout in kick! It moaiste oan optreden, is dat ik minsken bliid meitsje kin, mei dat wat ik leuk fyn.’

HIGH5 wûn net. De earste priis gie nei de 12-jierrige Luna. ‘Ik baalde wol. Hopes fansels datst fierder meist, want dan meist nei Armenië ta, foar de grutte finale. Mar ik gun it Luna ek!’



### allinnich yn rotterdam

Luuk sit op it havo/vwo foar Muzyk en Dûns yn Rotterdam. ‘Ik socht mei ús heit en mem nei in skoalle spesjaal foar muzyk, omdat dat myn passy is.’ Om’t elke moarn op en del reizgje net helber is, wennet Luuk by in gastgesin yn Vlaardingen, tichtby Rotterdam. Dat is wolris pittich. ‘Ik bin net sa faak thús as oare bern.’ Mar Luuk hat it derfoar oer. ‘Ik hâld fan útdagingen.’

Luuk syn ambysjes binne grut. ‘Ik wol hiel graach trochbrekke mei HIGH5. It leafst wurd ik krekt sa ferneamd (beroemd) as myn idoalen Bruno Mars of One Direction. Eigen ferskes skriuwe, optrede, te gekke rûnreizen meitsje en in soad fans. It soe tof wêze as wy fier komme mei de boys.’

### Dreamen

Mei syn 12 jier hat Luuk al aardich wat ûnderfining (ervaring) opdien yn de muzykwrâld. ‘Ik ha in soad leard fan alle tips en optredens by it Junior Songfestival.’ Oft Luuk ek tips hat foar bern dy’t dit aventoer ek oangean wolle? ‘Net bang wêze en dwaan! As it in kear net slagget, gewoan opnij besykje. En net ophâlde mei dreamen!’



Tekst: Gaidau Sijma, byld: AVROTROS



# FREON SOCHT

## ARTYTAAL

Boeken kinne echte freonen wurde. Se kinne helpe om dysels better te begripen. Foaral ast dysels yn de haadpersoan werkenst. Want hoe lost dyjinge problemen op? Hoe giet hy/sy mei syn famylje om?

Soesto freonen wurde wolle mei dyn favorite boekepersoanaazje? Meitsje dan in freonshipsfersyk!

### Wurkwize:

1. Tink nei oer wa't dyn favorite boekepersoanaazje is. Wa is it? Watfoar freon hat hy/sy nedich? Wêrom? Skriuw op watst betinkst.
2. Meitsje in list fan eigenskippen dy'tstto belangryk fynst yn freonship.
3. Meitsje ek in list fan wêrom'tstto in bêste freon wêze kinst foar dyn favo boekepersoanaazje.
4. Skriuw mei de wurden fan de listen in 'Freon socht'-advertinsje. Ferjit net it meast bysûndere fan dysels te neamen!
5. Triuw de advertinsje yn it boek dêr't dyn boekepersoanaazje yn foarkomt. Wachtsje op it wûnder wylstto lêst...

Sukses!

Tekst en illustraasje: Kate Schlingemann



Lês ûnderwilens gewoan fierder! Sykje nije freonen yn ien fan dizze moaie boeken!



# HOE UNYK IS DYN FOARNAMME?

Hee, hoe hjitst? In fraach dy'tst faak krijst. Dyn heit en mem hawwe fêst lang neitocht oer dyn namme. Miskien bisto wol ferneamd nei pake of beppe of just hielendal net. Hoe unyk dyn namme is, kinst online hiel maklik opsykje. Lês mar fierder.

Yn Nederlân wurdt byhâlden hokker foarnammen bern krije. Sykje it mar ris op yn de Nederlandse Voornamendatabank fan it Meertens Instituut (<https://www.meertens.knaw.nl/nvb/>). Myn namme, Froukje, kaam bygelyks hast 4500 kear foar as earste namme tusken 1880 en 2016. Hy is yn Fryslân it alderpopulêrst, ek dat is te sjen yn de Voornamendatabank.

## MOADEGEFOELICH

It grappige is dat nammen moadegefoelich binne. Guon nammen dy't earder in soad foarkamen lykas Piet, Klaas of Henk, hearst no hast nooit mear. En ek typyske Fryske foarnammen as Aaltsje, Gepke of Wiepkje komme net in soad mear foar. Sjoch mar ris nei de Top 10 fan foarnammen. Wat falt dy op ast sjochst nei de nammen yn Fryslân en dy yn hiel Nederlân?

## JESSE KLAVER (17) ÚT LJOUWERT

Tinke dyn heit en mem unyk te wêzen, blykt der letter in ferneamde Nederlânske politikus fan GrienLinks mei deselde namme te wêzen... De heit en mem fan Jesse Klaver út Ljouwert koene fansels net yn de takomst sjen. 'Mijn ouders vonden Jesse gewoon een mooie naam.'

Op skoalle, yn 5 ateneum op Come-nius Mariënborg, sjogge klasgenoaten him wolris oan. 'Als het over de groene en duurzame plannen van de politicus gaat, denken ze soms dat ik die plannen heb bedacht.' Mar sa grien en links as syn nammegeuoat is Jesse net. 'Ik heb een brommer en dat is natuurlijk vervuilend voor het milieu.' Ambysjes om politikus te wurden, hat er ek net. 'Ik wil graag officier techniek worden bij de Luchtmacht.'



TOP 10 FOARNAMMEN			
Famkesnammen (top 10 Fryslân)	Famkesnammen (top 10 Nederlân)	Jongesnammen (top 10 Fryslân)	Jongesnammen (top 10 Nederlân)
Lieke	Julia	Jurre	Noah
Silke	Mila	Hidde	Lucas
Fenna	Emma	Daan	Sem
Lotte	Nora	Jesse	Daan
Yara	Olivia	Jelte	Levi
Mare	Sophie	Noah	Liam
Maud	Tess	Sem	James
Elin	Milou	Melle	Finn
Eva	Zoë	Jens	Luca
Fardau	Yara	Fedde	Milan

Tekst: Froukje Sijtsma



# LISTJES SÛNDER EIN

'Leist de telefoan fuort, Isa? Dy wol ik der net by ha oan tafel.'  
'Wêrom rinst yn dyn himd? It is winter!'  
'In opfleaner.' Mem leit it bestek op tafel en feit mei in stik keukenrol har hals en foarholle drûch.  
'Wêr is heit?'  
'Hy docht boadskippen foar beppe en komt wat letter.' Mem stoot nei de wenkeamer. 'Emiel, hâld no toch op mei dat gegame. It iten kuollet ôf.'  
'Hast in nij rekôr!' Masjinegewearn en Amerikaansk gerop raze troch.  
Mem ploft op har stoel. In switdrip falt op har board. 'Yt mar fêst, hear.'  
Pasta mei salm en rjemme, net sún. En in salade. De trúk is no om in hiel lyts bytsje pasta en sa folle mooglik salade op it board te skeppen, sûnder dat mem begjint te eameljen.  
'Emieieieil, we sitte al lang!'  
Heit komt binnen en skept fuortendaliks syn board fol. Mei de mûle fol en lippen glânzjend fan it fet seit hy: 'It is in leaf mins, ús mem, mar man, se wurdt mei de dei ferjitliker. Se hat wol fiif kear frege wêr't ik no wenje.'  
'Och, wat begrutlik', seit mem. 'We moatte trouwens wol hast de doar út, oars binne we te let foar dy film.'  
Isa smart dy goare fette pasta sa folle mooglik út oer it board, sadat it liket dat se 'goed' iten hat. 'Mei ik fan tafel? Ik moat noch húswurk meitsje.'  
'It is freedtejûn, hiest net in feestje by Fleur?'  
'Toets moandei. Skiekunde.'  
'Emiel, kom no toch!' ropt mem.

Isa har hert bonket dwers troch har hûd hinne as se boppe-oan 'e trep stiet, it wurdt swart foar har eagen. Gau troch de knibbels. Se lit har falle op bêd.

Sechstich miste appkes fan *Stranger things*, har 'besties' fan skoalle.

Isa scrollt troch foto's fan pizzadoazen, pûden sjips, de hûn mei in pet op, idioate selfies, laitsjende freonen.

Mei har finger skoot se oer de Snappmap. Lise, Rick, Fleur, Erik, Mascha, Wendel en Anoeke op ien plak. Shit, sil se toch mar hinne?

WhatsApp ljochtet op.

**Fleur** 🌟: Hee, bist online!

**Fleur** 🌟: Komst hast? Of moatte wy it wer ris sûnder dy dwaan?

**Isa**: Skiekunde ;(

**Rick07**: 🤔

**Rick07**: Tis freed! W Y K E I N, wilst wol?  
**Isa**: Dy frou tinkt dat ik dat mei massa en folume en sa samar begryp. Is sy ferjitten dat wy troch dy kutlockdown fan alles en noch wat mist ha?  
**Erik**: Falt wol ta tink, stiest in 8 of heger foar elk fak. Noch efkes en we binne dy kwyt oan it vwo.

Presys myn plan, tinkt Isa.

**Rick07**: N E R D

**Fleur** 🌟: Oant aanst!

**Isa**: Nee, ik kom echt net. Te let. De lêste bus is al fuort, myn âlders binne nei de film. Ik moat op Emiel passe, al soe dy it net iens troch ha as ik fuort bin, #game. En ik mei net allinnich troch it tsjuster weromfytse.

**Fleur** 🌟: Kinst by my sliepe!

**Isa**: Dy swarte croptop sit yn 'e wask en ik moat myn hier noch waskje en myn neils noch lakke. Ik sjoch der net út.

**Erik**: *Come as you are.*

In gifje fan Nirvana dûnset troch it byldskerm.

Massapersintaazje. Kolaflessen.

Folumepersintaazje. Popcorn.

As se op TikTok nei it feest sjocht, tinkt se oan har skiekundeboek.

As se har skiekundeboek iepenet, tinkt se oan it feest.

As se wer nei TikTok giet, fleane de reels har om de eagen. Prachtige liven. Maskara foar lange krulwimpers. In filmke om de ultieme eachbrauwen te meitsjen. Workouts foar in grutte kont.

Yntusken grommet har maach.



Se sjocht nei har listje. Mei in pin skriuwt se der by 'en sneon'.

In mislearre jûn. Sy is sels mislearre...

Nee! Se ferrekt it om mislearre te wêzen. Se leit de telefoan fuort en slacht har boek wer iepen.

Volume = lengte × breedte × hoogte.

$$M = \rho \times V \text{ en } V = m : \rho$$

Mar har harsens lykje watten dêr't neat mear trochhinne komt. De  $\rho$  rint út as in trien op har skrift falt. Se smyt it boek yn 'e hoeke del.

De doar, heit en mem binne wer thús. Slop fan de honger en blyn fan de triennen stifelt se de trep ôf.

Fjouwer grutte eagen. 'Hee skat, kinst net yn sliep komme?'

Isa skodhollet. 'Ik moat noch sa'n soad, mar it slagget my net mear. Ik sliep al tiden hast net mear. Leare slagget net mear. Ik fyn niks mear leuk. Myn holle is noait mear stil.'

De fjouwer grutte eagen sjogge elkoar oan.

Heit lûkt har op de bank neist him.

'Kom hjir ris.'

Isa krûpt tsjin him oan, syn waarme earm om har hinne.

'Ik wol net mear...'

'Wat net?' freget mem.

'Ik wol niks mear. Ik wol allinnich mar sliepe, in jier lang.'

## KOART FERHAAL

### Freed en sneon

- Quizlet
- Maatskippijlear útprintsje
- Skiekunde toets
- Trompet oefenje
- Chille mei Netflix en maskerke op
- Neils fylje en lakke
- Grientesmoothy meitsje
- Hoody keapje
- 30 minuten workout
- Kadootsje sykje op ynternet foar #bestie

De earm wat strakker om har hinne.

'Do makkest dy te drok famke, do wolst sa folle. Dat hoecht net allegearre.'

'Jawol! Oars is myn takomst no al mislearre. Oaren kinne ek alles tagelyk, dy sjogge der goed út en helje goede sifers en binne sosjaal.'

'Falen bestiet net', seit heit.

'Ik doch net oars!'

'Nee, dyn ferwachtings binne te heech. Do kinst it mar op ien manier dwaan, Isa. Dyn eigen manier.'

Alle gedachten streamen tagelyk troch Isa har holle. 'Ik wol net mear nei skoalle. Ik wol nei in psycholooch. Ik wurd hielendal gek.'

'Dat is in goed idee,' seit mem. 'Do nimst efkes frij fan skoalle. En moandei sykje wy de bêste psycholooch fan de wrâld foar dy, al moatte wy derfoar nei Japan.'

Isa glimket tusken de snikken troch.



# Wakeboard

## Trije freondinnen, ien Passy!

*Bregtje Glas, Ilse Hoekstra en Maartje van der Werf binen trije sportive freondinnen dy't elkoar kennen leard hawwe by de Kids Riders Club fan de Waterskibaan yn Snits. Dêr dogge se oan wakeboarden!*

Wakeboarden is in kombinaasje fan trije ekstreme sporten: wetterskye, skateboarde en snowboarde. By alle trije giet it foaral om styl, technyk en maximum airtime (maksimale sweeftiid). De 13-jierrige freondinnen traine minimaal twa kear wyks om better te wurden en foaral fette airtricks te learen. 'Maar het allerbelangrijkste vinden wij om samen te genieten van onze sport!'

Bregtje docht al fiif jier oan wakeboarden en sit ûndertusken op de TTS (Topsport Talentschool) yn Grins. 'In Sneek train ik samen met Ilse en Maartje. Het is leuk om samen nieuwe trucjes uit te proberen op de obstakels van deze baan en om samen beter te worden. We vallen regelmatig tegelijkertijd in het water en we chillen veel met elkaar, soms mogen we zelfs bij elkaar logeren.' Ek Ilse fynt it leuk om mei-elkoar te trainen. 'Het is altijd gezellig en we helpen elkaar ook vaak met het leren van nieuwe dingen. Als iemand iets niet durft, stimuleren we elkaar en liggen we erbij in het water.'

### Protte oefenje

Sporte en aktyf dwaande wêze jouwe ek Maartje in posityf gevoel. 'Ik heb ASS, wat betekent dat het (cognitief) leren soms

lastig voor me is. Daarom zit ik op een school voor speciaal onderwijs in Rutten. Daar heb ik het enorm naar mijn zin, net als bij de Riders Club!' By de club binne alle gearre fammen en jonges (oant en mei 15 jier) dy't de sport serieuus nimme. Maartje: 'We kennen elkaar goed en moedigen elkaar allemaal aan. Taco Hofman, eigenaar van de Waterskibaan, heeft ervoor gezorgd dat deze jeugdgroep er is.' De fammen binne in protte op it wetter te finen, fertelt Ilse. 'We trainen op woensdagmiddag en zaterdagochtend, maar eigenlijk zijn we veel vaker op het water, meestal wel vijf keer per week. Dat moet ook wel, wakeboarden is echt een sport waarvoor je veel moet oefenen.'

### 360-Gradendraai

Ilse sit yn de earste klasse fan de havo fan Bogerman yn Snits en is gek op sporten. 'Op school ga ik ook in de Sportklas.' Krekt as har freondinnen doart Ilse alles. Se is ek in echte trochsetter. Wakeboarden is in ekstreme sport en is net ûngefaarlik, dêrom draacht elkenien in helm en in ympaktfest as beskerming. 'Je kunt wakeboarden achter een boot of op een kabelbaan die je voorttrekt, zoals in Sneek,' wit Bregtje. 'Zo'n kabelbaan gaat ongeveer 30 kilometer per uur. Op de baan in Sneek zijn allerlei obstakels waar je overheen kunt varen, zoals een schans, A-frame, buis, bump of rail. Het is nog gaver om trucs op die obstakels te doen. Een 360-gradendraai of een 180-gradendraai met vastpakken van je eigen board.' Maartje: 'Die 360-gradendraai op de kleine schans is op dit moment mijn favoriet!'

Wakeboarde wurdt wrâldwiid hieltyd populêrder, mar yn Nederlân is it noch net hiel grut. De measte wakeboarders kenne elkoar. Alle gearre wolle se by wedstriden de bêste run sjen litte, mar de measte riders gunne elkoar ek wol de winst. 'Er zijn in ons land 24 banen, naast Sneek train ik op de 2.0 baan bij Wakepark Groningen,' fertelt Bregtje. 'Ik ben ook met een van mijn voorbeelden, Sam de Haan, op trainingskamp naar Turkije geweest. Daarnaast heb ik meer dan een jaar op nummer één van de wereldranglijst bij de meisjes tot 14 jaar gestaan.'

Daarop sta ik nu tiende.' Krekt as Bregtje hoopje ek Ilse en Maartje oait nei it bûtenlân te gean foar harren sport. 'Dat lijkt ons echt wel gaaf!'

### nederlânsk kampioenskip

Yn septimber hawwe se alle trije meidien oan it NK Cable Wakeboarden yn Snits. Ilse: 'Het was mijn eerste wedstrijd en dan meteen een NK! De eerste dag was wel spannend, maar ik vond het fijn dat het bij mijn thuishaven was. Het ging echt heel goed.' Ek Maartje en Bregtje fûnen it fantastysk om yn Snits oan in NK mei te dwaan. 'Mooi om te laten zien wat we allemaal kunnen. Hopelijk leren daardoor nog veel meer mensen de sport kennen.'

Bregtje einige as tredde op it NK Cable Wakeboard en se wûn it NK Cable Wakeskaten. Ilse en Maartje stiene neist har op it wakeskate-podium, want neist wakeboarden dogge de freondinnen ek oan wakeskaten. 'Wakeskaten is ongeveer hetzelfde als wakeboarden, alleen zit je niet vast aan je board en heb je dus minder grip,' fertelt Ilse. It is dúdlik: dizze fammen hâlde wol fan in útdaging. Neat is te gek, salang't se mar op in board op it wetter stean meie. Se hawwe noch ien lêste boadskip foar elkenien dy't dit artikel lêst: 'Kom een keer kijken of gewoon een keertje meedoen!'



ILSE



BREGTJE



maartje

! Sjoch foar mear ynformaasje op: [www.waterskibaan-sneek.nl](http://www.waterskibaan-sneek.nl)



Tekst: Bianca Beemer, byld: Martin de Jong



## emily in Paris 3

It sil net as in ferrassing komme: der komt in tredde seizoen fan *Emily in Paris*. De earste twa seizoenen oer de aventoeren fan de Amerikaanske Emily Cooper dy't nei Parys ferhûzet, wiene lekker *feel good*. Bliuwt Emily yn Parys of giet se werom nei Chicago? En kiest se foar Gabriel of dochts foar Alfie? Op 21 desimber fan dit jier komt it nije seizoen út. Moai krystkadootsje!



## YOUTUBE-BRULLOFT

Se foarmje miskien wol ien fan de bekendste YouTube-steltsjes: Kalvijn en Nina Warink. Se binne al tsien jier tegearre en dat makke it neffens Kalvijn de heechste tiid om foar jeugdleafde Nina op ien knibbel te gean. It stel pleatste der in foto fan op Instagram mei de tekst: 'YES!' en in ring-emoji. Dat kin mar ien ding betsjutte: der komt ynkoarten in YouTube-trouwerij!



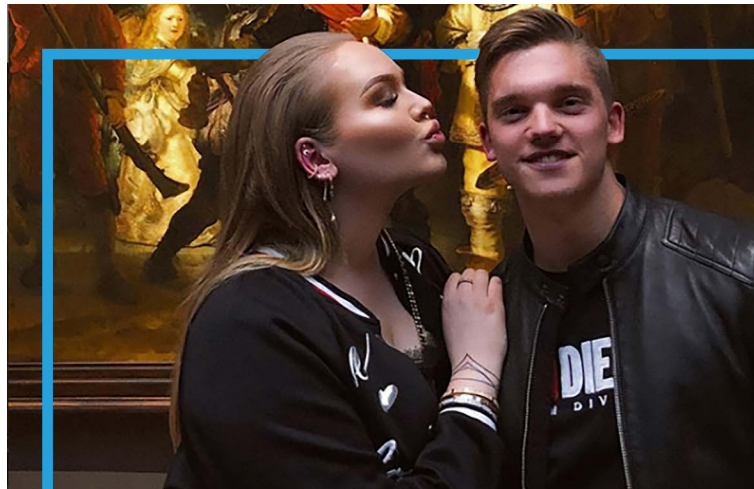
## SUPER BOWL

It is alwer in flink skoft lyn dat wy Rihanna op it poadium seagen. Mar yn febrewaris takom jier jout se wol in hiel bysûnder optreden: de Super Bowl halftime show. De Super Bowl is de grutste *american football*-wedstriid fan de Feriene Steaten. Healwei dy wedstriid jout in ferneamde artyst altyd in spetterjende show. Allinnich de bêste muzikanten wurde dêrfoar selektarre. In ekstra bysûndere comeback foar Riri dus!



## Luna nei armenië

De 12-jierrige Luna sil Nederlân fertsjintwurdige op it Junior Songfestival yn Armenië. Se wûn op 24 septimber yn Rotterdam de nasjonale foarronde mei it ferske *La Festa*. De folwoeksen sjuery wie sa ûnder de yndruk fan Luna, dat se har optreden de measte punten joegen. Ek de bernesjuery en it publyk fûnen Luna it bêste. Op 11 desimber is de grutte finale yn Jerevan yn Armenië. Silsto sjen?



## mr & mrs TUTORIALS

Kalvijn en Nina binne net de iennichste ferneamde YouTubers dy't trouwe. Make-up-goeroe Nikkie-Tutorials, dy't yn it echt Nikkie de Jager hjit, is yn it houliksboatsje stapt mei grutte leafde Dylan Drossaers. Se pleatste in foto op Instagram dêr't se tûtsjend mei Dylan op stiet. It stel soe al langer trouwe, mar koroana smiet roet yn it iten. Mar no wie it dan echt sa fier. Lokwinske Mr & Mrs Tutorials!



## ferLerne DIAMANT

Paris Hilton wurdt ferskuord troch ferriet. Se is har chihuahua Diamond Baby kwyt. It bistke is al in pear wiken spoarleas, nei't er ûntsnapte út har hûs. 'Myn hert is brutsen', seit Hilton op Instagram. Se hat der alles foar oer om it hûntsje te finen. Der stiet sels in beleaning tsjinoer. De persoan dy't Diamond Baby wer thúsbringt, krijt 10.000 euro. In flink bedrach!



! Lês ek it ynterview mei Luuk út Nijlân op side 4 en 5 fan dizze LinKk. Hy en syn boyband-maten waarden tredde by it Junior Songfestival.



# WY PRATE IT ALLERLEAFST FRYSK

'DAT WY TWATALICH BINNE, IS ECHT WOL IN FOARDIEL'

## Taal fan myn hert

Nynke Dijk (15) en Duco Plantinga (15) binne

beide sljocht op de Fryske taal. Thús, mei

freonen of famylje: oeral prate se Frysk.

Se wiene der dan ek rap út doe't se

yn it tredde jier de kâns krigen

om Frysk as eksamenfak

te kiezen.

Nynke en Duco sitte beide yn it eksamenjier fan de mavo fan OSG Singelland yn Burgum.

Njonken de ferplichte eksamenfakken lykas Nederlânsk, Ingelsk en Maatskippijlear ha se ek Frysk as eksamenfak.

'Thús prate wy alle dagen Frysk, dus myn mûnlinge eksamen wurdt in makky,'

laket Nynke. 'Al is it skriuwen en lêzen wol wat dreger as dat ik tocht hie. Mar dat jout neat, dan lear ik der ek noch wat fan!'

### Dreamme yn it Frysk

Ek Duco praat thús Frysk, lykas mei syn freonen en famylje. 'Ek yn de winkel begjin ik meastentiids yn it Frysk. Dat doch ik eins sûnder der by nei te tinken. It is gewoan de taal wêryn't ik tink. Ik dream sels yn it Frysk. As minsken my echt net ferstean kinne, dan skeakelje ik oer. Mar it leafst praat ik de hiele dei Frysk mei elkenien.'

### OP NEI DE JUMBO

Foar it Fryske eksamen steane der trije opdrachten op it programma. 'Wy moatte in Fryske sollicitaasjebrief skriuwe, in Fryske klachtbrief en in frije skriuwo opdracht. Ik bin al drok dwaande mei in sollicitaasjebrief foar de Jumbo hjir yn Burgum,' fertelt Nynke. 'Wa wit doch ik dy aanst wol echt op 'e bus as er klear is. Yn de winkels yn Burgum prate in protte minsken Frysk, dus dan fine se in Fryske sollicitaasjebrief fêst ek wol moai.'

### NET SAN SKRIUWER

Beide stinne se noch oer de yn-folling fan de frije skriuwo opdracht. In gedicht, in ferhaal of in Fryske sjongtekst



miskien? 'Ik bin eins net sa'n skriuwer,' laket Duco. 'Ik typ allinnich Fryske appkes nei myn freonen. Dan typ ik de wurden sa't ik se ek útsprek. Yn de Fryske les ûntdek ik datst in hiel soad Fryske wurden oars skriuwst as datst se útsprekst. Ik let dêr no

wol wat mear op. Oft ik myn freonen op WhatsApp ek ferbetterje? Echt net, ik bin gjin learaar!'

### BYTSJE DOM TYPE

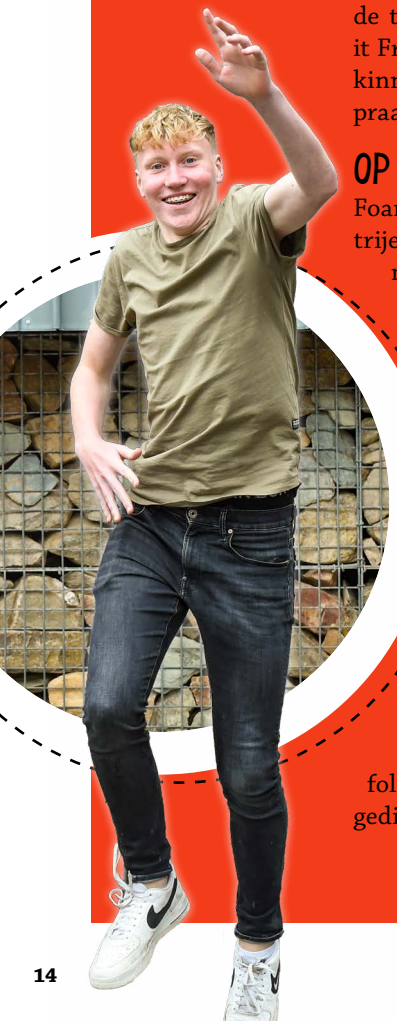
Ek Nynke appt meast yn it Frysk. 'Dat is mar in bytsje dom type, hear,' knypeaget se. 'Ek myn freondinnen type fonetysk. Mar ik begryp altyd wol wat se bedoele. Dêr giet it om. Ik wol letter yn de soarch oan de slach. It leafst mei âldere minsken of minsken mei in handicap. Seker yn de soarch is taal hiel wichtich. Dat ik twatalich bin, is dan echt wol in foardiel.'

### Taal fan de sifers

En Duco? 'Us heit is accountant en dat liket my ek wol wat. Dêr giet it mear om de taal fan de sifers, dus ik tink dat ik it Frysk yn myn wurk letter net sa'n soad mear brûke sil. Mar yn it deistich libben wol fansels. Ik wol myn bern letter ek de Fryske taal leare. Wêrom? Omdat ik dat moai fyn. En ik fyn it wichtich om de taal troch te jaan oan de folgjende generaasje.'

### fryske famylje

In foarnimmen dêr't Nynke har folslein by oanslút. 'Krekt as ús heit en mem wol ik letter ek Frysk prate mei myn bern. Elkenien by ús yn 'e famylje praat Frysk. Dan soe it dochs nuver wêze as myn bern dêr neat fan ferstean. En ik fyn it in moaie taal. Dy leafde foar it Frysk wol ik graach trochjaan oan myn eigen bern.'





# ALLE PAUZES ALLINNE

## FIELSTO DY IENSUM?

*'Sykje eefkes twa oaren om mei te wurkjen. Dan meitsje jim mei-inoar opdracht 2.' It klinkt sa simpel as in dosint dat seit. Mar 'twa oaren sykje' is net foar elkenien maklik. Ien op de fiif jongeren yn Nederlân is iensum. In soad pubers sjogge der sels tsjin op om nei skoalle ta te gean om't se gjin oansluting mei oare bern hawwe.*

*Wat is iensumens en wat kinst der tsjin dwaan?*



### Wat is iensumens?

Iensumens is dy net ferbûn fiele. Dan mist in hechte, emosjonele bân mei oaren. Of hast minder kontakt mei minsken ast wolst. Ek gefoelens fan leechte, fertriet en eangst hearre der by. Soms sels lichaamlike klachten, lykas net sliepe kinne en depresje. Psychologen hawwe ûndersocht dat ien op de fiif jongeren iensum is. Guon iensume bern

sitte alle pauzes en tuskenoeren allinne. Mar ek learlingen dy't altyd in groep om har hinne hawwe, kinne har iensum fiele.

### Wat binne de oarsaken?

Kinst dy iensum fiele omdatst dy net goed fielst yn dyn omjouwing. Wurdst bygelyks pesten of bûtensletten. It kin ek wêze datst muoite hast mei sosjale feardichheden. Datst net witst watst sizze moastst of datst net oanfielst wat de sosjale koades en noarmen yn in groep binne.

Mar dyn gedachten kinne dy ek iensum meitsje. Jongeren mei in negatyf selsbyld hawwe in gruttere kâns om te feriensumjen. Yn dat gefal sit it gefoel fan iensumens dus yn dysels. It komt troch dyn gedachten. 'Ik bin net aardich genôch. Ik moat mear freonen ha. Ik moat mear prate. Ik moat der better útsjen...' Asto dysels besikest te feroarjen, wurdt it gefoel fan iensumers slimmer. Want úteinlik bist it gelokkichst ast bist sa'tst bist.

### Wa wiene iensum? Madonna, Lady Gaga, Justin Bieber

Miskien hast der nea by stilstien, mar grutte stjerren as Madonna, Lady Gaga en Justin Bieber hawwe it as puber net maklik hân. Se waarden bûtensletten en narre. Madonna waard pesten om't se der oars útseach as de oaren. Se wie faak allinne en hie gjin freondinnen. Dêrtroch is se just in sterke persoanlikheid wurden. Se is altiten harsels bleaun en folge har passy. Sa is se in wrâldstjer wurden.'



### TIPS TSJIN IENSUMENS

- Sykje ien dy'tst fertrouwd en fertel hoe'tst dy fielst. Dat kin in dosint, mentor, buorfrou, broer of in húsarts wêze. Ast it mei ien diele kinst, fielst dy al stikken better. Miskien kinne jim tegearre in oplossing betinke.
- Bliuw dysels! Feroarje dysels net troch 'populêr' te dwaan. Doch de dingen dy't by dy passe. Sykje bygelyks in club dêr't se dyn favorite sport of hobby útoefenje en slút dy dêrby oan. Sa hasto kontakten, mar kinst dochs dysels bliuwe.
- Net tinke mar dwaan! Fynst it spannend om op ien ôf te stappen en in praatsje te meitsjen? Doch it wol! Wat is it slimste dat barre kin? Witst net goed watst sizze moast? Harkje dan goed nei oaren as se yn petear (gesprek) binne. Bygelyks by de bushalte, de kassa of op strjitte. It giet meastal oer hiel gewoane dingen as it waar. Doch itselde. Minsken krije der in gelokkich gefoel fan as se eefkes mei ien prate. Misgun dat dysels net. Besykje it gewoan ris!
- Bliuw leuke dingen dwaan. Fokusje net allinnich op dyn húswurk en dyn sifers. Untspanning is hiel belangryk en helpt om dy goed en selsfersekere te fielen.
- Sykje kontakt. Face-to-face-kontakt kin, mar by onlinegroepen is kontakt meitsje krekt wat makliker. Oftst no in kreative hobby hast, in leafde foar bisten, in bysûndere sport, graach iten siedst, of spesjale Netflix-searjes sjochst... kinst it sa gek net betinke of der is in groep fan op ynternet.



## Laachje foar laachje

It is hjerst en dat betsjut dat de waarme klean wer út 'e kast meie. Kinste noch gjin ôfskie nimme fan dyn fleurige jurkjes of dyn simmerske T-shirts? Gjinn probleem. Ferskillende lagen klean oer inoar hinne drage is hip fan 't hjerst. Dus hast in dikke trui oan dêr't noch in patroantsje fan dyn favo blûze ûnderút komt? Dwaan!



## Sa2022

### MOBILE CONSOLE

Game as op in spulkompjûter, mar dan op dyn telefoan. Dizze lytse consoles kinste om dyn telefoan of tablet hinne dwaan, sadat it fielt as sitst achter de de Xbox. Sa hoechst net op it skerm fan dyn telefoan te tikjen en kinste ûnderweis ek game. Lekker kompakt!



### rêd it DODO-aai

De tiid fan gesellige kearskes en mei in kopke tee of poeiermolke binnen sitte is oanbrutsen. En dus heech tiid om mei dyn famylje of freonen spultsjes te dwaan. By dit spultsje hat in dodo in aai lein op in berch. It glidet stadichoan nei ûnderen ta, mar jim kinne dat foarkomme troch brêgen te bouwen en it aai feilich nei ûnderen ta te bringen. In grappich spultsje, mar learst ek goed gearwurkjen!



### DIGITALE TEKENING

Meisto graach tekenje mar wolst dat ek wolris op in oare manier besykje? In tekentablet is dan wat foar dy. Dêrmei makkest firtuele tekenings mei in digitale pen. Kinste tekenje, sketse of ûntwerpe watst wolst! Al it materiaal datst nedich hast, sit yn dyn skerm. Neat mis mei in klassike pen en papier fansels. Mar miskien kinste hjirmei noch kreativer wurde!



### TO DO

Elkenien hat in agenda, mar de iene is wol moaier as de oare. Dizze washitape is perfekt om dyn agenda mei op te pimpen. Der stean teksten op as *To Do*, *This Week* en *This Month*. Plak se yn dyn agenda, planner of op dyn muorre en do witst presys wêr'tst oan ta bist. Net yn it Frysk, mar wa wit wurde dy noch makke. En oars makkest se sels!



# Leafde op it earste gesicht

Ik seach him op it strân  
it wie ôfrûne jier, simmer.  
Hy hie in fuotbal yn 'e hân  
ik sjoch him dêr noch rinnen.

In prachtich liif, brune krollen  
suver in sixpack, ja wier.  
Ik soe him as myn freon wol wolle  
mar foar my is hy in stap te fier.

Hy falt net op in famke lykas my  
mei skeinspruten en in bril.  
Ynienen stiet er foar my  
ik hâld my skruten stil

'Ik leau net yn leafde op it earste gesicht'  
is wat er seit en sjocht my leaflik oan  
'Mar fan dyn glimk wurdt myn holle licht  
toe, pak my by de hân.'

ILJA DIJK



Tekst: Galdau Sijtsma

Yllustraasje: Lemon 'n Salt



# f-Terside

## ED SHEERAN IS POKÉMON-KARAKTER

Ed Sheeran hat in nûmer makke yn gearwurking (samenwerking) mei Pokémon. It nije nûmer is te hearren yn ferskillende games. Yn de fideoclip is sels in Pokémon-karakter te sjen fan de sjonger. Ed Sheeran is al hiel lang megafan fan Pokémon. Hy hat ek in tattoo fan it personaazje Squirtle op syn earm stean. It nûmer hyt *Celestial*, dat betsjut himel. It ferske sil ferburgen sitte yn de nije games *Pokémon Scarlet* en *Pokémon Violet*. Dy komme 18 novimber út.



## NIJ ALBUM JOOST KLEIN

Joost Klein, de bekende sjonger en YouTuber dy't grut waard yn Stiens, hat in nij album: *Fryslân*. Hy keas net foar dy titel om't er ús provinsje sa geweldich fynt. Hy hat hjir just gjin leuke jeugd hân en dit album is in soarte fan ferwurkingsproses. Joost ferlear syn heit en mem op jonge leeftiid, waard pesten en hat in soad psychyske problemen hân. De teksten op dit hyperpersoanlike album geane dêr allegear oer. Fan 't simmer seagen wy Joost al op alle bekende festivals. Dizze moannen toert hy troch de teäters. Syn 't *Gaat Beter-toer* is hielendal útferkocht. Joost Klein wurdt grut!



## IGOR MAKKET DRONE DY'T LÂNMINEN OPSPOART

Igor Klymenko wie noch mar 9 jier doe't hy begûn te wurkjen oan in drone dy't lânminen (landmijnen) opspoare kin. No is hy 17 en hat syn Quadcopter Mines Detector in grutte priis wûn. Doe't yn 2014 de oarloch yn Oekraïne útbruts, besleat Igor om syn technyktalint yn te setten om syn lân feiliger te meitsjen. Mei sukses: nei acht jier hurd wurkjen slagge it om syn drone te meitsjen. De Quadcopter Mines Detector wit oant op 2 sintimeter presys wêr't in bom leit. Dat helpt Oekraïners om feiliger de strjitte op te gean. Spesjalisearre troepen kinne de minen flugger opromje as de drone oanwiist wêr't se lizze.



## GRUTTE PIER-FILM YN BIOS

Pier Gerlofs Donia, oftewol Grutte Pier. Wa ken him net? Fan namme yn elk gefal wol, mar witte wy echt wa't hy wie? Wy kinne no in film oer him yn de bios sjen: *Grutte Pier*. Pier libbe fan 1480 oant 1520. Hy wie in strider dy't focht tsjin de graven fan Hollân doe't sy Fryslân oernimme woene. Nei't in leger syn frou deade hie, rjochte Pier syn eigen leger op dat Hollânske skippen begûn te plunderjen. De boer wie in supergrutte man mei in supergrut swurd, teminsten sa giet it ferhaal. Grutte fraach dy't altyd boppe him hinget is lykwols oft hy no in frijheidsheld wie of in barbaar. Miskien komme wy derachter yn de film. In film mei grutte akteurs út it hiele lân.



## ROBLOX FERWIDERET GAMES OER OARLOCH OEKRAÏNE

De makkers fan Roblox hawwe twa spullen ferwidere. It giet om oarlochsgames wêryn'tst mei Ruslân en Oekraïne fjochtsje kinst. De games waarden faak spile, sa koest troch Charkov of Marioepol rinne, twa Oekraynske stêden dy't troch de oarloch ferneatige binne. Roblox is in gameplatoarm. Kinst ek sels games meitsje dy't oare Roblox-spilers wer spylje kinne. Oft de games oer de oarloch yn Oekraïne makke binne troch Roblox of troch gamers, witte wy net. De spullen binne ferwidere om't se neffens Roblox tsjin de regels wiene.

