

**Nieuwsbrief afdeling KBO-PCOB Heerenveen mei 2022.**

Beste KBO-PCOB leden,

Het voorjaar is alweer volledig aanwezig en het Coronavirus veel minder gevaarlijk, tenminste als u gevaccineerd bent. We hopen dat u allen goede paasdagen heeft gehad. Het weer was prachtig! Nu hoopt het bestuur dat u ook weer deel gaat nemen aan de activiteiten die we organiseren. Helaas werd de gezamenlijke jaarvergadering op 25 maart j.l. slecht bezocht. Het is ook allemaal weer wennen. Maar op 28-04-2022 om 14.00uur in het Skûtsje is er een "dank je wel" vrijwilligersmiddag. Omdat we u willen verwennen is aanmelden bij voorzitter of secretaris nodig! Het bestuur wil o.a. de Magazine lopers en de ziekenbezoekers bedanken, maar ook alle andere vrijwilligers die hand en span diensten verrichten. Op 13-05-2022 is er in Trinitas de laatste middag van ons seizoen. Wolter Zuid gaat het met ons hebben over voeding en bewegen. Van harte aanbevolen.

**Nieuwe secretaris KBO-PCOB Heerenveen**

Tijdens de jaarvergadering KBO-PCOB is mevr. Tilly Smidt, benoemd als bestuurslid in een vacature bij de KBO en is ze tevens benoemd als secretaris van de KBO-PCOB. Mooi dat we op het laatste moment toch nog in de vacature van secretaris konden voorzien, zodat Henk met een gerust hart het secretariaat kan overdragen.

**Het adres van het nieuwe secretariaat KBO-PCOB is: Mevr. Tilly Smidt, Zijlroede 59, 8446 MS Heerenveen. Tel. 0513 -78 51 22 , e-mail: [kbo.pcob.heerenveen@gmail.com](mailto:kbo.pcob.heerenveen@gmail.com)**

Even het nieuwe bestuurslid voorstellen:

Haar naam is Tilly Smidt en ze vertelt zelf: " Beste leden, met mijn 61 jaren, behoor ik tot de "jonkies" van de ouderenbond. Mijn echtgenoot en ik wonen bijna anderhalf jaar in Heerenveen (geboren in Leeuwarden) en we vinden het hier prima wonen. Ik hoop dat ik mijn vrije tijd en vaardigheden tot ieders tevredenheid kan inzetten bij de KBO-PCOB in Heerenveen". Het bestuur wenst Tilly veel plezier met haar taken.

**Seniorcafé**

Elke woensdagmorgen gezellig samenzijn in de leesruimte van de bibliotheek van 10.00-11.30 u. Voor de liefhebbers is er koffie met een koekje (€ 0.50 per kopje) Ook u bent daar van harte welkom. Elke eerste woensdagmorgen van de maand is er een lezing (o.i.d.) : Vier mei komt Reg Leenes vertellen over Heerenveen in oorlogstijd, onder andere over de fam. Toff. Eén juni komt Jaap Louwes. Hij is schrijver en zanger en vertelt over zijn carrière en hij zingt natuurlijk.

**Overleden**

Er zijn ons leden ontvallen, te weten:

Dhr. P. Zuidema.

Mevr. T. Postma-Hoekstra.

Dhr. W. Meijer.

Mevr. Timmermans-Oostwoud.

**Dat zij moge rusten in vrede.**

## Nieuw lid.

Mevr. J. Haitsma-Haanstra.

Het bestuur wenst u veel plezier bij onze ouderenbond.

## Eenzaam? Dan is er een aantal dingen die u kunt doen:

- Durf hulp te vragen aan familie, buren, huisarts, uw kerkgemeente of parochie en de ouderenbond.
- Misschien kunt u een lijstje maken van mensen die u kunt bellen (misschien wat verwaterde contacten weer telefonisch aanhalen).
- U kunt contact opnemen met uw Meitinker van de gemeente, Tel. 0513 -61 76 17 of contact zoeken met Caleidoscoop (welzijnsorganisatie in Heerenveen), tel. 0513-62 90 90.
- Mocht u er nog fit genoeg voor zijn, zou vrijwilligerswerk ook een optie kunnen zijn.

## Vacatures in het bestuur en bij de vrijwilligerscommissies.

- We zoeken nog naar een opvolger van het bestuurslid PCOB Rommy Wassenaar.

- Onze voorzitter Wil Bosman heeft, tijdens de jaarvergadering, aangekondigd om volgend jaar ermee te stoppen.

- De bezoekerscommissie zoekt drie mensen om de taken beter te kunnen verdelen; nadere informatie is verkrijgbaar bij de coördinator, mevr. Tetsje de Jong, tel. 0513-63 27 88.

- Na **25 jaar** stopt Paul de Vries om gezondheidsredenen na de zomer met de distributie van het KBO-PCOB Magazine.

Daarom zoeken wij een enthousiaste vrijwilliger die deze functie van hem wil overnemen.

Dit houdt in dat u tien keer per jaar (niet in juli en december) op de laatste dinsdag van de maand van de provinciale verspreider van het Magazine een honderdtal exemplaren voor de leden van de KBO Heerenveen ontvangt. Daar voegt u de lokale nieuwsbrief aan toe en af en toe De Skaekel. Hier maakt u tien bundels van voor de bezorgers waar u de eventuele verjaardagskaarten, die u van de ledenadministrateur krijgt, bij doet. Liefst op de woensdag erna brengt u ze naar de verspreid in Heerenveen wonende bezorgers. Uiteraard krijgt u hiervoor een onkostenvergoeding.

## Wat is een podcast?

Een podcast kan informatief, lerend, ontwikkelend of ontspannend zijn. Velen zijn er reeds fan van. Maar wat is een podcast nou eigenlijk? Een podcast is een geluidsbestand dat u zelf kunt uitkiezen en vervolgens (mits u goed internet heeft) overal kunt beluisteren. Niet alleen vanuit huis, maar ook onderweg of tijdens het wandelen. Er bestaan duizenden, misschien wel miljoenen van die geluidsbestanden, en er is er altijd wel een die past bij uw interesses. Er zijn podcasts over onder meer sport, boeken, muziek en technologie. Er zijn luisterverhalen, anekdotes met humor en u kunt er ook het (achtergrond)nieuws mee beluisteren. Ze zijn er in allerlei talen, ook in het Nederlands, en er bestaan zelfs series met meerdere afleveringen. Een beetje zoals Netflix.

U vindt een podcast op verschillende manieren. Heeft u een iPhone? Dan staat er al een app op uw telefoon waarmee u alle podcasts tot uw beschikking hebt. Kunt u de app niet vinden? Dan kunt u deze downloaden in de AppStore onder de naam 'Podcast'. Hoewel toestellen met Android geen vaste app hebben zoals de iPhone, kun u die wel downloaden. Veel gebruikte apps om podcasts te vinden en te beluisteren zijn [Stitcher](#) en [Google Podcasts](#). Luistert u liever via de computer? Er zijn ook websites waarop u de geluidsbestanden kunt vinden, zoals [Podcastluisteren.nl](#).

We blijven omzien naar elkaar.

Het bestuur KBO-PCOB Heerenveen