

Nieuwsbrief



VAN DE AFDELING ZWOLLE

nr 11 november 2022

In de nieuwsbrief van oktober 2022 hebben we het eerste deel van het verhaal over Roosje kunnen lezen ingestuurd door Rieteke met als titel:

De bus

Tot onze grote verbazing reed de bus ons zo voorbij. Hij keek niet op of om. Hij reed zo door. Arme oma die het nu koud kreeg. Rieteke was razend. Lezen en horen we niet op televisie:

“Neem de bus! Neem de bejaarden mee! Laat ze genieten! Haal ze eruit!”

Maar eerst gingen we ons beklag doen bij de bus-informatie. Hoe dichter we bij de informatie kwamen hoe kwader Rieteke werd. Eenmaal binnen kwam er een aardige man ons tegemoet. Op zijn mouwen zaten strepen. “Meneer! Ik ben niet boos, maar wel erg verdrietig”. De meneer keek ons vragend aan. “Kijk! Ik wachtte met mijn oude moeder op de bus maar die man had zeker buikpijn. Hij reed zo door. Het is veel te koud voor mijn moeder om nog te wachten. We nemen wel een taxi! Ik word er doodziek van”. “Wilt u even wachten?” zei de meneer en ging telefoneren. Na dit gesprek kwam hij terug. “Dames! Ik ga het goed maken. Er komt zo een bus voorrijden voor u alleen en brengt u samen naar het bejaardentehuis terug. Is het zo goed?” Ja hoor! Het was goed. Daar reed een heel hele grote bus voor en Rieteke en oma en Roosje stapten in en reed ons rechtstreeks naar het tehuis. Rieteke was doodstil. Ze had alles verwacht maar een bus voor ons helemaal alleen? Nee! Het was echt fantastisch.

Van de secretaris

Oproep voor een notulist

In de bestuursvergadering van 5 oktober heb ik kenbaar gemaakt, dat ik ontzettend druk ben met mijn vrijwilligerswerk. Gevolg is dat er veel van mijn vrijwilligerswerk is blijven liggen. Ik ervaar dit als zware werklast. Om die reden heeft het bestuur besloten een notulist aan te stellen ter ondersteuning van het secretariaat. Leden die ervaring hebben met notuleren en bereid zijn om dit te doen kunnen per mail contact met mij opnemen. Mijn e-mailadres is: gerrit.bargeman@home.nl

Van de Activiteitencommissie

De middag met de lezing van Thea Kroese op 7 oktober was zoals verwacht gezellig. Het is een aardige prater met veel

verhalen. De opkomst was goed. Er waren ook enkele introducees meegekomen. We hopen door het uitnodigen van niet-leden meer mensen te enthousiasmeren voor de activiteiten van KBO/PCOB Zwolle.

De eerstvolgende activiteit vindt plaats op **vrijdag 28 oktober om 14.00 uur** in Parkzicht. Mevrouw Van Dongen van de GGD regio IJsselland houdt dan een lezing met als titel “Mijn positieve gezondheid”. Het is een belangrijke lezing over gezondheid die iedereen aangaat. Hiervoor gebruikt de GGD de volgende definitie: *Gezondheid als het vermogen om je aan te passen en je eigen regie te voeren in het licht van sociale, fysieke en emotionele uitdagingen van het leven.* Met andere woorden: Gezondheid is meer dan niet-ziek zijn. Ieders gezondheid is een totaalplaatje van hoe je bent, leeft en hoe je je voelt. Een brede blik op de gezondheid, positieve gezondheid. De GGD vindt het belangrijk te helpen op een positieve manier naar gezondheid te kijken. Laten zien hoe je daar zelf invloed op hebt. Niet alleen kijken naar wat niet goed gaat, maar juist naar wat **wel** goed gaat en hoe je dat nog beter kunt maken. De mens staat centraal en niet de ziekte.

Op **18 november 2022 om 14.00 uur** wordt in Parkzicht door GGZ en Hospice Zwolle een voorlichting en gespreksvoering verzorgd met als onderwerp “Ontzorg jezelf”. Margriet Kleefstra, lokaal coördinator van stichting “Vier het Leven” en Lindy Striker, levens(einde)begeleider en sociotherapeut van GGZ Ouderen gaan deze middag begeleiden.

Hierbij wordt u uitgenodigd na te denken over uzelf en over het vormgeven van eigen wensen en verlangens met betrekking tot leven en sterven. Ontzorg Jezelf Zwolle faciliteert het vergroten van de eigen innerlijke ruimte door de dood doodgewoon bespreekbaar te maken. Ontzorgen begint met het regelen van praktische zaken. Maar hoe kan dat zonder te weten wie je bent en wat je wilt? Over het duidelijk communiceren van wensen en zelf de regie houden.

Wat kunnen we leren van deze beide presentaties? Dat zal voor iedereen anders zijn, gericht op de eigen persoon en eigen ervaringen. Maar we kunnen van deze middagen zeker wel wat opsteken. U hoeft zich voor deze middagen niet aan te melden en er zijn geen kosten aan verbonden. Tweemaal koffie of thee wordt u gratis aangeboden. Wel wordt een vrije gift na afloop op prijs gesteld.

In samenwerking met Parkzicht verzorgen Dick en Coleta Hogenkamp een dia-avond over Oud Zwolle. Datum en tijd: vrijdag **11 november 2022, aanvang 19.30 uur**. De kosten voor deze avond bedragen € 2,-, te voldoen bij binnenkomst in de zaal. Tweemaal koffie of thee gratis.

Op vrijdagmiddag **2 december 2022** houden we in Parkzicht onze gezellige sinterklaasviering met Sint en Piet, bingo en zingen. Uiteraard ook met bingoprijzen. De bijdrage voor deze middag is € 5,-. Betaling graag **voor 25 november** overmaken op de rekening van Stichting Actief Oud, rekeningnummer NL 85 RABO 0336 5713 56. S.v.p. erbij vermelden dat het om de Sinterklaasviering gaat.

Bloemschikken voor de kerst vindt plaats op **14 december om 14.00 uur** in Parkzicht. De kosten bedragen € 20,-. Dat is inclusief materiaal en 2 maal een kopje koffie of thee. U kunt zich hiervoor aanmelden **vanaf 30 november tot 7 december** liefst per mail bij Nardy Bleeker, mailadres nardy.bleeker@gmail.com. Eventueel telefonisch 06 - 1603 3360. De kosten graag **voor 7 december** overmaken op de rekening van Stichting Actief Oud, rekeningnummer NL 85 RABO 0336 5713 56, onder vermelding van "Kerstbloemschikken". Mocht u onverhoopt na opgave en betaling verhinderd zijn dan proberen we toch een kerststuk voor u te maken en dat bij u thuis af te leveren. Geld terugstorten is echter niet mogelijk. Adres Parkzicht: Jac.van Neckstraat 146 A

Kerstviering PCOB

De PCOB-kerstdienst wordt gehouden op **16 december 2022** in de Zuiderhof,

Troelstralaan 25, 8014 ZA Zwolle Zuid.

Aanvang 15.30 uur.

De zaal is open vanaf 15.00 uur. Voorganger is Jeroen Knol, kerkelijk werker van de Stinskerk en Sionskerk. Het Interkerkelijk koor Promise verleend hieraan haar medewerking. Dirigent van het koor is de heer Bert Bakker.

Na afloop staat er een stamppotbuffet klaar. Voor het buffet kunt u zich tussen 28 november en uiterlijk 8 december aanmelden bij Marjan Metselaar, tel. nr. 038 – 465 1745 of bij Joke Kwakkel, tel.nr. 038 4600 405. Per mail kan ook marjanmetselaar@ziggo.nl of joekewakkel@kpnmail.nl.

De kosten van het buffet bedragen € 5,- per persoon. Dit bedrag kunt u betalen bij binnenkomst. Als het enigszins kan met gepast geld.

Tot slot nog een huishoudelijk mededeling. U bent een half uur voor aanvang van een activiteit welkom in de zaal van Parkzicht. Liever niet eerder komen. Voor die tijd zijn we nog bezig met de voorbereidingen. We vragen hiervoor uw begrip. Joke Kwakkel-Bronswijk

Van de kunstcommissie

Bezoek beeldentuin Anningahof

Op 22 september verzamelden zich 27 mensen rond half twee bij de Anningahof, een plek waar cultuur en natuur samenkomen. Na ontvangst met een kopje koffie met wat lekkers, hield de heer Hib Anninga een boeiende inleiding over het ontstaan van de beeldentuin en zijn enorme inzet en geduld om dit paradijs te kunnen scheppen.

Daarna kon ieder op eigen gelegenheid de beeldentuin ontdekken. Het was mooi weer om van kunst en groen te genieten.

Om half vijf sloten we het bezoek af met een hapje en een drankje.

Ria Hofstede



Kunstcommissie duikt in de vertelkunst.

We hebben op vrijdag 13 januari 2023 een middag met vertelkunst. Wat is vertelkunst, spannende en mooie verhalen vertellen i.p.v. voorlezen. Het is levendig met beweging en mimiek, soms spannend, dan weer meelevend, laat u verrassen. Het onderwerp is voor de pauze: "Een reis door het leven" afgewisseld met muziek. Na de pauze zijn er 3 korte verhalen die komisch, grappig, of serieus zijn, dit ook weer afgewisseld met muziek. De vertellers zijn Janneke Meijer en Cat Rook. Het geheel wordt begeleid door een trekzakclubje. Bent u hier enthousiast over dan kunt u € 5,- overmaken naar "Stichting Actief Oud ,NL85 Rabo 0336571356 ovv "Vertelkunst" ,dit is gelijk opgave. Locatie Parkzicht
Tijd: vrijdagmiddag 13 januari 2023 14.30-16.00 uur. Zaal open vanaf 14.00 uur .
Adres: Jac.van Neckstraat 146 A

Van de reiscommissie

Bezoek aan museum De Proefkolonie, Frederiksoord, op 2 mei 2023.

Bij deze nieuwsbrief treft u de uitnodiging aan voor de middagtrip naar De Proefkolonie. U kunt zich opgeven bij ons commissielid Bert Holthof (b.holthof@ziggo.nl of 06-10114579). De gevraagde gegevens staan op deze aanmeldingsbrief. Mailen heeft de voorkeur of het opzenden van het aanmeldingsbriefje.

5-daagse vakantie reis naar de Harz (Duitsland) van 22 mei t/m 26 mei 2023.

De voorbereidingen voor deze reis zijn nagenoeg afgerond. Het kan weer een mooie reis worden met dagelijks een excursie. Details van de reis staan vermeld in bijgaande aanmeldingsbrief. Het is weer een all-inclusive reis, zoals we deze vaak hebben kunnen aanbieden. U kunt zich voor de voorlopige deelnemerslijst aanmelden bij ons commissielid Hans Dekker (dekkerhj@ziggo.nl of 06-51823309 en de gegevens doorgeven zoals deze staan vermeld op het aanmeldingsstrookje. Opzenden van het strookje is natuurlijk ook prima).

5-daagse fietsreis Rijn en Moezel van 11 t/m 15 september 2023.

Omdat fietsvakanties helemaal in zijn, gaan wij voor onze leden een niet te lange fietsreis organiseren in een mooi gebied in Duitsland. Naast de begeleiding van de leden van de reiscommissie zal er ook technische ondersteuning zijn voor het geval iemand pech krijgt met de eigen fiets of de huurfiets. Er is vervoer in een comfort class bus met aanhanger voor de eigen fietsen. We verblijven in één hotel en worden met de bus vervoerd naar de fietsroutes. Meer informatie over prijs en andere zaken komen in de aanmeldingsbrief van een volgende maand. U kunt zich alvast wel laten opnemen op de voorlopige deelnemerslijst bij ons commissielid Femmeke Weijenberg (femmekeweijenberg@gmail.com of 06-50475045).

Dagtocht naar Taptoe Rotterdam op zaterdagmiddag 30 september 2023.

We hebben een optie genomen op kaarten voor deze traditionele, prachtige taptoe in de overdekte Ahoy hallen. Meer informatie volgt volgend jaar.

Van de Penningmeester

Afschaffing acceptgirokaart 1 juni 2023:

Het Bondsbureau KBO-PCOB bericht ons dat het gebruik van de acceptgirokaart per 1 juni 2023 niet meer mogelijk is. Doordat het betalingsverkeer voor het overgrote deel digitaal wordt gedaan, heeft de verwerker Currence **besloten de acceptgirokaart af te schaffen.**

De KBO-PCOB adviseert ons als PCOB om de jaarlijkse contributie van de leden te innen via **automatische incasso**. Nu zijn er al vele leden die gebruik maken van automatische incasso, maar er zijn nog ongeveer 325 leden die een acceptgirokaart ontvangen in het begin van het jaar.

Ik doe dan bij deze een oproep aan de leden om een automatische incasso af te geven aan mij als penningmeester van de PCOB, als u dat nog niet gedaan hebt, neem dan contact met mij op. Vervolgens stuur ik u dan een ingevuld incassoformulier die u na ondertekening retour stuurt.

Voor de leden die geen incasso afgegeven hebben aan mij als penningmeester van de PCOB, ontvangen begin 2023 voor de laatste keer een acceptgirokaart.

Hopende u hiermee als PCOB volledig te hebben geïnformeerd.
Penningmeester Dik de Velde Harsenhorst
Telf.038-4225095, Email:
dik.develdeharsenhorst.pcob@gmail.com
Adres: Bultkroos 145, 8043 NS Zwolle.

Wandelen

Gelukkig was het weer ons goed gezind op de reservedag. In Rouveen hadden we wat moeite bij de start om de route-paaltjes te vinden. Rouveen en Staphorst bestaan niet alleen uit de Oude Rijksweg, maar als je een zijweg inslaat merk je al gauw dat er veel nieuwbouw is en er is een park. Je ziet de kerk ook eens van een andere kant.



Donderdag, 20 oktober reserve 25 oktober wandelen we in de omgeving van Dalfsen. We verzamelen om 13.30 uur bij "Loetje" (voorheen "Urbana") aan het eind van de Wipstrikkerallee. We lopen ong. 2uur met een kleine pauze, en gaan na afloop nog wat drinken. Wil je mee geef je dan op bij Dini Verweij, tel.4214975, het liefst een paar dagen van tevoren.
Ons verdere programma :
Woensdag, 16 november, reserve 22 november gaan we naar Heino.
Donderdag, 8 december reserve 14 december. Onze laatste wandeling van dit jaar, is naar Hoonhorst.
Dinsdag 10 januari reserve 12 Januari gaan we naar Hattem en woensdag, 1 februari, reserve 7 februari gaan we naar Balkbrug

Belangrijke telefoonnummers

Ouderenhulplijn 030-3400600 geopend van 9.00-17,00 uur
Rode Kruis Hulplijn 070-4455888 van ma t/m do van 8.30-21.00 uur en vrijdag tot 18.00 uur;
zaterdag tussen 10.00-16.00 uur
Luisterlijn 0900-0767 speciaal voor ouderen

Overleden leden

Mevrouw D.H. Frijling-Dalhuisen
De heer B. ter Wal
De heer J.J. Jonkman
De heer E.R. Veen
De heer K. Smit
De heer G. Kamphof

De heer A. Smallenbroek
De heer W.G. Smeenk
Mevrouw C.M. Rijers-Hoogestijn

Uit het Petrusboekje van de PKN
"Voor wie los moet laten":
Als de adem stopt en het lichaam stopt,
draagt God onze ziel in eeuwigheid

Ledenadministratie

Het aanmelden van nieuwe leden, verhuisberichten, overlijden en andere wijzigingen kunt u schriftelijk doorgeven aan: Jitty Kanis-Tadema, Tijnje 25, 8032 LN Zwolle, E-mail: j.kanis@home.nl
Eventueel kunt u de wijzigingen ook doorgeven aan het landelijk secretariaat: PCOB, Ringwade 67, 3439 LM Nieuwegein, Telefoon: 030-3 400 600
E-mail: secretariaat@kbo-pcob.nl

Adressen:

Bestuur van de PCOB afdeling Zwolle:

Voorzitter: Jitro. Ubro, tel. 038-4655287
ubro.j@home.nl
Secretaris Gerrit Bargeman, Zwaardvegerstraat 294 8043DZ Zwolle, tel. 06-53912266,
gerrit.bargeman@home.nl
Penningmeester: Dik de Velde Harsenhorst, Bultkroos 145 8043 NS Zwolle, tel. 038-4225095,
dik.develdeharsenhorst.pcob@gmail.com
Rekeningnummer Rabobank: NL92RABO 01459.68.073 t.n.v. PCOB Zwolle
Vicevoorzitter: Martin Visch, tel. 4654855,
vischta@gmail.com
Lid: Marjan Metselaar-de Boer, activiteitencommissie, tel. 038-4651745,
marjanmetselaar@ziggo.nl
Lid: Femmeke Weijenberg, reiscommissie, tel. 06-50475045, e-mail
femmekeweijenberg@gmail.com
Lid: Jannie Barkema-Warris,
barkemawarrisj@gmail.com

KBO PCOB magazine en Nieuwsbrief:

Jannie de Boer-van der Sluis, tel. 038-4210025,
boersluis@home.nl coördinator.

Website PCOB afd. Zwolle:

Jan Johannes, tel. 06-49806528. e-mail:
jijohannes@home.nl

Ledenadministratie: Jitty Kanis-Tadema, Tijnje 25, 8032 LN, e-mail j.kanis@home.nl, tel. 038-4542082.

Stichting Actief Oud: Rekeningnummer NL 85 RABO 0336 5713 56

De volgende Nieuwsbrief – nr. 12/1 verschijnt op 29 november 2022. Kopij inleveren vóór 19 november 2022 bij voorkeur per e-mail bij gerrit.bargeman@home.nl