

### VOORWOORD

#### EENZAAMHEID.

Van 28 september tot 4 oktober is het de week van de eenzaamheid. Een thema dat belangrijk genoeg is om daar gedurende een volle week extra aandacht aan te besteden.

Eenzaamheid is een gevoel dat je iets mist in je verbinding met andere mensen. En het is van alle tijden. De Bijbel neemt al op de eerste pagina's stelling tegen eenzaamheid. De eerste mens Adam zoekt naar iemand die bij hem past.

Eenzaamheid kan leiden tot verhoogde risico's op hart ziekten en depressies. Of tot ongezond gedrag zoals minder bewegen. Of minder meedoen in de samenleving.

Eenzaamheid kan van kortdurende aard zijn, vaak houdt het langdurig aan, bijvoorbeeld na het verlies van een dierbare. Hoewel het een beetje bij het leven hoort heeft het ervaren van eenzaamheid voor ieder van ons wisselende gevolgen.

Er worden gelukkig vanuit de samenleving talrijke initiatieven ontplooid om eenzaamheid bespreekbaar te maken en te bestrijden. Maatschappelijke organisaties zoals zendgemachtigden (KRO-NCRV, Omroep MAX, EO) en gemeentelijke welzijnsorganisaties besteden aandacht aan de week van de eenzaamheid en/of gaan er daadwerkelijk mee aan de slag.

In Terneuzen vragen de gezamenlijke seniorenorganisaties in hun periodieke overleg met welzijnsorganisatie aan-z



aanhoudend aandacht voor eenzaamheid onder senioren. Gelukkig is

aan-z zich bewust van het heersende probleem. Aan-z biedt de helpende hand (signaalpunt eenzaamheid) met bijvoorbeeld activiteiten, netwerkversterking,

laagdrempelige ontmoetingsplekken of samen eten.

#### ZELF MEE AAN DE SLAG GAAN!

Het is belangrijk om er zelf mee aan de slag te gaan. Hulp van de omgeving kan helpen, maar uiteindelijk moet je zelf proberen de eenzaamheid te doorbreken. Onderzoek wat er vanuit de samenleving wordt aangeboden en maak daar gebruik van. Is het niet voor jezelf, dan misschien wel voor iemand uit je omgeving die het fijn vindt om uitgenodigd te worden voor een PCOB activiteit. Ook dat helpt om iemands eenzaamheid te slechten.



Frans Tollenaar, voorzitter a.i.

#### VAN HET BESTUUR

Nu de vakantie voor velen voorbij is kunnen we onze activiteiten weer opstarten. We hopen dat u kunt terugzien op een goede zomer. De ledenwerving is alweer opgepakt en ons najaar etentje is besproken. Met onze partners hebben we een eerste vergadering gehouden en besproken welke voor ons van belang zijnde instanties we willen benaderen en bezoeken. Vanzelfsprekend is het omzien naar elkaar ook in de vakantietijd niet opgehouden. De geplande fietstocht is inmiddels ook voorbij en u krijgt hiervan een impressie in deze nieuwsbrief.

## LEDENVERGADERING

Op **25 oktober** zullen we onze ledenvergadering houden in de Veste. Als bijlage bij deze nieuwsbrief ontvangt u de uitnodiging en de agenda. In onze vorige nieuwsbrief hebben wij u al een voorproefje gegeven over de presentatie van VVN (Veilig Verkeer Nederland.) U kunt dat nog eens nalezen op de agenda.

**Vergeet niet u aan te melden.** Dit kan tot 23 oktober bij Michiel de Pooter of Dick Jeremiasse. Ook de overige informatie vindt u op de uitnodiging. Heeft u nog vragen laat het ons weten.

## OVERIGE GEPLANDE ACTIVITEITEN

De informatie over ons etentje vindt u in deze nieuwsbrief, ook de data voor de Kerstviering in de PKN kerk in Hoek op **20 december** en de Nieuwjaarsbijeenkomst in de Veste op **17 januari 2024** kunt u al noteren zodat u het niet kunt vergeten.

## NIEUWE LEDEN

*Welkom*

Afgelopen maand konden we weer twee nieuwe leden inschrijven.

Mevr. M.J.S. (Tilly) Pusch en Mevr. A. (Ada) v.d.Velde-Kolijn beiden in Terneuzen. We hebben onze nieuwe leden hartelijk welkom geheten en hopen elkaar spoedig te ontmoeten bij onze activiteiten.

## IN MEMORIAM

Op 7 september 2023 is overleden Mw. Catharina Dekker-Haak in de leeftijd van 91 jaar. Mw. Dekker was een trouw lid en heeft zolang ze kon activiteiten van onze PCOB bezocht. We hebben haar familie gecondoleerd en sterkte gewenst bij de verwerking van dit verlies.

Michiel de Pooter, secretaris

## Impressie fietstocht jl. 14 september

Afgelopen donderdag 14 september hebben wij als KBO-PCOB afd. Terneuzen onze eerste fietstocht gehouden. We hadden stralend weer, een zonnetje en praktisch geen wind, ideaal fietsweer dus. We waren met 29 personen, waarvan 27 fietsers en 2 personen in de bezemwagen. Er was een prachtige tocht van 32 km uitgezet door Roger van de Meirsch, die ook voorop ging en de colonne aanvoerde. De route liep grofweg via Schapenbout naar Axel en van Axel naar Magrette.



In Magrette legden we aan bij "Ons Paradiesje" waar wij onthaald werden met koffie/thee en lekker gebak.



Na ook nog een consumptie genoten te hebben stapten we weer op de fiets om de uitgestippelde route te vervolgen. Deze liep via Spui en verder langs de kreek en jachthaventje naar de zeedijk waar het eindpunt was en we afscheid van elkaar namen.

Gelukkig deden er zich geen ongevallen of pech gevallen voor. Kortom we denken te kunnen stellen dat het een zeer aangename tocht was en iedereen genoot van het fietsen maar ook van de onderlinge contacten.

Al met al kunnen we zeggen zeer geslaagd en zeker voor herhaling vatbaar!

Dick Jeremiasse

**ALLE JARIGEN IN OKTOBER  
VAN HARTE GEFELICITEERD!**



Dhr. J.A. Bramer  
Mw. M. Siagian  
Mw. C. van Knotsenburg-Ruisaard  
Dhr. J.A. de Putter  
Dhr. J. Meertens  
Dhr. P. Sol  
Mw. G.J. Huisman-Hartlief  
Mw. M.M. de Bruijne-Verhelst  
Dhr. P.J. Oostdijk  
Dhr. R. Hartman  
Mw. J. de Kraker-Quaak  
Mw. A.J. de Bruijne-de Putter  
Dhr. P.P.G.J. de Koning  
Mw. A. Goudszwaard  
Mw. J. Zegers  
Dhr. J. de Putter  
Mw. J.C. Cok-de Vin

**ETENTJE**

Donderdag 9 november kunnen we weer samen gaan eten bij Hotel-Café- Restaurant-Dallinga te Sluiskil, Nieuwe Kerkstraat 5, tel. 0115 471590

Inloop vanaf 17.30 uur. Het diner start om 18.00 uur.

U kunt kiezen uit menu A (vlees) of menu B (vis)



Tomatencrèmesoep of groentesoep

\*\*\*\*\*

Combinatie van gegrilde varkenshaas en ossenhaas met peperroomsaus- en stroganoffsous (menu A)

of

Gebakken zeebaarsfilet met zongedroogde tomaatjes en oregano-looksous( menu B)

\*\*\*\*\*

Trio van desserts

Alle hoofdgerechten worden geserveerd met warme groenten, salades, verse frites en aardappelgarnituur.

De kosten bedragen €37,50 p.p. exclusief drankjes. Dit alles na afloop zelf af te rekenen aan de balie.

Hebt u dieetwensen, laat het weten dan proberen we dat voor u op te lossen. Introducés van harte welkom.

Parkeren kunt u op het parkeerterrein bij de Spar naast het restaurant of op het parkeerterrein achter het restaurant waarna u ook aan de achterzijde naar binnen kunt gaan.

Opgave met uw menukeuze tot en met **vrijdag 3 november** bij Tannie Verpoorte tel. 0115 431361 of per e-mail [tanko@zeelandnet.nl](mailto:tanko@zeelandnet.nl)

We hopen op een gezellig samenzijn.

Tannie Verpoorte.

## Bestuur en ondersteuning

**Voorzitter ad interim:**

Dhr. F.G. Tollenaar  
Sluispolderdijk 3  
4541 PA Sluiskil  
Tel. 0115-612914  
E-mail: [ftollena@kpnmail.nl](mailto:ftollena@kpnmail.nl)

**Secretaris:**

Dhr. M. de Pooter  
Nassastraat 30  
4532 AH Terneuzen  
Tel. 0115-613457  
E-mail: [pootermde@zeelandnet.nl](mailto:pootermde@zeelandnet.nl)

**Penningmeester:**

Dhr. D.A. Jeremiasse  
Arnelaan 13  
4535 CM Terneuzen  
Tel. 06-57400113  
E-mail: [dajeremiasse@gmail.com](mailto:dajeremiasse@gmail.com)

**Bestuurslid/Coördinator activiteiten:**

Mevr. T.E.J. Verpoorte-Meijwaard  
Voorburcht 3  
4543 AZ Zaamslag  
Tel. 0115-431361  
E-mail: [tanko@zeelandnet.nl](mailto:tanko@zeelandnet.nl)

**Bestuurslid/ledenadministratie en  
Coördinator bezoekwerk:**

Mevr. J.T. Smallegange-Kaijser  
Stuvesande 536  
4532 ML Terneuzen  
Tel. 0115-621040  
E-Mail: [jsmalle@zeelandnet.nl](mailto:jsmalle@zeelandnet.nl)

**Bestuurslid:**

Mevr. J.M. van Dixhoorn-Wijdeveld  
Bellevue 9  
4531 DD Terneuzen  
Tel. 0115-561644  
E-mail: [fvdixhoorn@zeelandnet.nl](mailto:fvdixhoorn@zeelandnet.nl)

**Webmaster en Notuliste:**

Mevr. C.M. Tollenaar-de Bruijne  
Sluispolderdijk 3  
4541 PA Sluiskil  
Tel. 06-28637353  
E-mail: [ftollena@kpnmail.nl](mailto:ftollena@kpnmail.nl)

**Lief & Leed:**

Mevr. N.E.C. de Jonge-Verpoorte  
Madame Curiestraat 83  
4532 JX Terneuzen  
Tel. 0115-619259  
E-mail: [jonge0001@zeelandnet.nl](mailto:jonge0001@zeelandnet.nl)

**Bezorging/Organisatie KBO-PCOB  
Magazine:**

Dhr. H.D. de Jonge  
Madame Curiestraat 83  
4532 JX Terneuzen  
Tel. 0115-619259  
E-mail: [jonge0001@zeelandnet.nl](mailto:jonge0001@zeelandnet.nl)

**Nieuwsbrief:**

Mevr. J.M. Verlinde-Rijkse  
Amstelstraat 13  
4535 CE Terneuzen  
Tel.: 06-36216095  
E-mail: [linderijk@zeelandnet.nl](mailto:linderijk@zeelandnet.nl)

Website:

[www.pcob.nl/afdelingen/terneuzen](http://www.pcob.nl/afdelingen/terneuzen)



**kbo-pcob**  
*voor senioren van  
vandaag en morgen*