

## Er gaat een lichtje branden

Onlangs was ik 's avonds met mijn auto naar Alphen aan den Rijn gereden. Na afloop van het bezoek wilde ik om tien uur naar huis rijden. Ik startte en kreeg een harde piep te horen en er ging op het dashboard een lichtje branden. Dan weet je dat er ergens iets fout is. Maar het lichtje was geel en je wilt om tien uur wel naar huis. Dus dat heb ik gedaan. Het geluid was weg, maar het gele symbool bleef de hele rit branden. De volgende morgen de garage gebeld en het probleem genoemd. Die dag kon ik niet terecht, maar de volgende dag wel. En toen ik de auto startte kwam er geen piep en geen geel symbool. Ik ben toch maar naar de garage gegaan, maar er is niets gevonden wat verdere aandacht vroeg. Dan maar weer naar huis. Ook op de volgende rit leek er niets aan de hand totdat net toen we thuis waren de piep weer klonk en het symbool weer verscheen op het dashboard. Dus het dikke boek wat bij de auto hoort mee naar binnen genomen en eens goed doorgebladerd op zoek naar de betekenis van het symbool. En daar stond in dat de remvoering om aandacht vroeg. Dus werd weer een afspraak gemaakt bij de garage. Ik kreeg te horen dat er niets ernstigs was. Ik kan rustig door half Europa rijden zonder gevaar dat ik in verband met dat lichtje ergens stil kom te staan. Maar wel moet ik binnenkort een afspraak maken zodat deze kleinigheid kan worden opgelost. Het bleek goed om te spreken met degene die er verstand van had, je gaat rustiger op weg.



Gaat het in een mensenleven eigenlijk ook zo? Er gaat een figuurlijk lichtje branden. Dat kan zijn door wat je overkomt in je leven. Of je ziet dat er met iemand uit je kennissenkring iets gebeurt wat je aan het denken zet. Of iemand maakt een opmerking die blijft haken. Dan kun je natuurlijk gewoon doorgaan met je leven. Maar is het niet beter om je 'gebruiksaanwijzing' te raadplegen? Ik heb het dan over de Bijbel. Het is goed om alle 'lichtjes' die zomaar gaan branden daar te controleren. En het is nog beter om over al die 'lichtjes' en 'piepjes' in je leven te spreken met God. Wellicht zul je niet alles zelf kunnen oplossen, maar het geeft rust om het met Hem te bespreken. Hij beloofde die rust zo duidelijk in Mattheüs 6.

*Laat dan mijn hart U toebehoren  
En laat mij door de wereld gaan  
met open ogen, open oren  
om al uw tekens te verstaan.  
Dan is het aardse leven goed,  
omdat de hemel mij begroet.  
Jan Wit*

Henk van 't Spijker, voorzitter

## COLOFON

### Voorzitter / secretaris

Henk van 't Spijker  
Tuinbouwweg 47  
2742 KN Waddinxveen  
tel. 0182-61 55 79  
mail: hvts.pcob2@gmail.com

### Penningmeester

Ad van den Assem  
Zesde Tochtweg 2  
2742 KR Waddinxveen  
tel. 06 53271925  
mail: [assem@hetnet.nl](mailto:assem@hetnet.nl)

### PCOB betalingen naar:

PCOB afd. Waddinxveen  
**IBAN nr** NL12 RABO 0157 5822 56

### Redacteur / webmaster

Joop Neven  
Heemraadweg 22  
2741 NA Waddinxveen  
Tel. 0182-618204  
mail: [neven.j55@gmail.com](mailto:neven.j55@gmail.com)

### Ledenadministrateur

Ton Meijerink  
Parklaan 45  
2771 GB Boskoop  
tel. 0172-57 76 61  
mail: [ton.meijerink@planet.nl](mailto:ton.meijerink@planet.nl)

### Bestuurslid / Notuliste

Ger Lugthart-Oudijk  
[kees.ger.lugthart@gmail.com](mailto:kees.ger.lugthart@gmail.com)

### Bestuurslid

Tiny van Triet-de Joode  
Kuipers-Rietbergplantsoen 45

### Website

<https://www.pcob.nl/afdelingen/waddinxveen/>



### Van Ton Meijerink, Ledenadministrateur

### Verjaardagen PCOB leden januari/februari 2024.

2 februari	Dhr.	F. Vink
6 februari	Mevr.	J.M. van Dalen - Teunissen
11 februari	Mevr.	C.N. van Nielen - van Leeuwen
13 februari	Mevr.	D. Zoutendijk - Knibbe
19 februari	Mevr.	W. Gorissen - Struik
23 februari	Dhr.	A. van Dijk
23 februari	Mevr.	W. van Wilgen - van de Leede
26 februari	Mevr.	E.M. van Leeuwen - van Dijk

## Hartelijk welkom

Altijd fijn als we nieuwe leden mogen verwelkomen. Deze keer heten we dhr. J Hoogendoorn en mevr. H.A. Hoogendoorn-Verkade, Pr. Bernhardlaan 88, 2741 DZ, Waddinxveen van harte welkom.

Hartelijk  
Welkom!

We mochten al kennis maken op de contactmiddag van 10 januari.

*We hopen dat u zich snel thuis voelt bij onze vereniging.*

## Overleden

Op 20 januari is Mevr. H Konijn - Molenaar, Jan van Bijnenpad 165, 2742 VL, Waddinxveen overleden. Boven de rouwkaart staat: *O Naam aller namen, aan U alle eer.*

*Niets kan mij ooit scheiden van Jezus mijn Heer:  
geen dood en geen leven, geen moeite of pijn.  
Ik zal eeuwig zingen, dichtbij U zijn.*

Wij wensen de nabestaande de komende tijd veel sterkte toe.

## Van het bestuur



De ledenraden van ANBO en PCOB hebben op donderdag 21 december unaniem ingestemd met een fusie. Dat betekent dat wij vanaf 1 januari 2024 samen verdergaan onder de naam **ANBO-PCOB**. Hiermee zijn we de grootste landelijke belangenbehartiger voor senioren.

### Nieuwe directeur

In aanloop naar het fusiebesluit trokken ANBO en PCOB al steeds vaker samen op. 'In het licht van huidige maatschappelijke uitdagingen vinden we het van groot belang met vereende kracht op te komen voor de belangen van senioren', aldus Anneke Sipkens, directeur-bestuurder van de nieuwe vereniging



### Wat gebeurt er met de lokale afdelingen

We koesteren onze levendige lokale afdelingen. De PCOB-afdelingen kunnen hun identiteit en manier van werken behouden en worden hierbij ondersteund. Daarnaast wil de nieuwe vereniging extra lokale activiteiten gaan ontplooiën en het lokale netwerk verder versterken. Als u nu al prettig samenwerkt met een KBO-afdeling of ANBO-leden, dan kunt u daar gewoon mee doorgaan.

**Komt er ook een gezamenlijk magazine van ANBO en PCOB?** In het eerste gedeelte van 2024 ontvangen de leden van ANBO nog het ANBO Magazine en de leden van PCOB het PCOB Magazine. We hopen na de zomer van 2024 een gezamenlijk blad van ANBO-PCOB uit te kunnen brengen.

**Hoe zorgen we dat de identiteit van beide verenigingen behouden blijft na de fusie?**

Binnen ANBO en PCOB is er een grote verscheidenheid aan identiteiten. We zoeken naar een nieuwe eenheid in deze verscheidenheid. Ieder individueel lid brengt immers een eigen unieke identiteit met zich mee en brengt deze ook in. Onderling ruimte en respect voor ieders identiteit en kernwaarden staan voorop. We betrachten zorgvuldigheid en houden het gesprek met de leden hierover gaande. Voor meer informatie lees verder op [www.pcob.nl](http://www.pcob.nl)

### Dienstverlening uitgebouwd

De krachtenbundeling betekent ook dat de dienstverlening aan leden naar een hoger niveau wordt getild. Met diensten zoals de Belastinghulp, vrijwilligers die komen helpen aan huis, een mooi magazine en actuele website weet ANBO-PCOB nu al in te spelen op vragen en behoeften die er bij senioren spelen in verschillende levensfasen. Deze dienstverlening aan leden wordt de komende periode uitgebouwd. Anneke Sipkens: 'We willen uitgroeien tot het aanspreekpunt voor senioren over alle onderwerpen die voor hen van belang zijn.'

### Het landelijke PCOB kantoor is verhuisd

Het landelijke verenigingsbureau van PCOB is verhuisd naar het bureau van ANBO in Woerden. Het nieuwe adres is: **Vijzelmolenlaan 20-22, 3447 GX, Woerden**  
Tel: 030-3400 680, Website: [www.pcob.nl](http://www.pcob.nl), E-mail: [info@pcob.nl](mailto:info@pcob.nl)

**Mijn taak zit erop.** ANBO-directeur **Anneke Sipkens** zal de nieuwe gezamenlijke vereniging onder haar hoede nemen.

Met vriendelijke groet,

Ingrid Rep, Directeur



## Een terugblik van de Kerstmiddag PCOB afdeling Waddinxveen op 21 december 2023



Op donderdag 21 december 2023 kwamen we samen in de hal van de Ontmoetingskerk om met elkaar Kerstfeest te vieren. De hal was voor deze gelegenheid prachtig versiert en de tafels mooi versiert.

Voor elke zitplaats lag een programmaboekje klaar met daarin de teksten van de te zingen kerstliederen.

Bij binnenkomst gaf dat meteen een warm kerstgevoel.



*De kerstmiddag in de Ontmoetingskerk*



De voorzitter Henk van 't Spijker heette ons welkom en presenteerde daarna "Kerst in Middeleeuwen". Henk nam ons mee op reis door de geschiedenis, waarbij interessante feiten en verhalen werden verteld, met speciale aandacht voor de middeleeuwse tradities en gebruiken. De combinatie van de presentatie en het zingen van de traditioneel kerstliederen gaven een goede kerstsfeer.

*Voorzitter Henk van 't Spijker*

In de pauze werd onder het genot van een hapje en een drankje de onderlinge band verstevigd.



*Heerlijke hapjes in de pauze*



*Hennie en Riek zorgden weer goed voor ons*



*De kerststukjes werden gemaakt door Hennie van den Assem*

Na de boeiende presentatie en een voorgedragen kerstgedicht werd de middag afgesloten met een uitgebreide broodmaaltijd. Men genoot van een heerlijk kop soep en diverse broodjes en als nagerecht een heerlijke fruitcocktail. De maaltijd gaf iedereen de gelegenheid om gesprekken te voeren en te genieten van elkaars gezelschap.



De middag werd afgesloten met het zingen van het "Ere zij God", waarna een ieder voldaan huiswaarts keerde.

Het bestuur wil iedereen bedanken die deze middag tot een succes heeft weten te maken. Zonder een iemand te kort te doen willen we enkelen namen noemen, Ger Lugthart-Oudijk die alles prima georganiseerd had, en Hennie Kooistra en Riek van Leeuwen, die op de achtergrond weer veel werk verzette en verder zijn we dankbaar voor alle medewerking die we van verschillende mensen gehad hebben. We kijken dankbaar terug op een mooie middag.

## Algemene Ledenvergadering met bingo

Jaarvergadering: met een verslag van het afgelopen jaar in woord en beeld plus het financieel jaaroverzicht 2023.

De vergadering zal plaatsvinden in de hal van de

Ontmoetingskerk,  
Groensvoorde 3,  
2742 DJ, Waddinxveen.

Aanvang: 14.00 uur.

Na de pauze is er weer een gezellige bingo en een verloting met veel leuke prijsjes!

De prijs voor 2 bingo plankjes en een set lootjes is € 6.50 en een set losse lootjes kosten € 2.00



!!!!HARTELIJK WELKOM!!!!

## Agenda Algemene Ledenvergadering 14 februari 2024

- |                                    |                                                                  |
|------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| . Opening.                         | Voorzitter Henk van 't Spijker.                                  |
| . Het jaar 2023 in woord en beeld. | Notuliste Ger Lugthart-Oudijk en Voorzitter Henk van 't Spijker. |
| . Het financieel jaarverslag 2023. | Penningmeester Ad van den Assem                                  |

Pauze

-----

BINGO

Het bestuur hoort graag uw suggesties en/of opmerkingen. U kunt dit melden bij uw secretaris: Henk van 't Spijker Tuinbouwweg 47, 2742 KN, Waddinxveen, tel: 0182-615579 of mail naar [hvts.pcob2@gmail.com](mailto:hvts.pcob2@gmail.com)

## Blijf alert op fraude, dat was het thema van de contactmiddag op 10 januari jl.



Op woensdag 10 januari was er de eerste contactmiddag in 2024. Nadat uw voorzitter Henk van 't Spijker ons welkom had geheten en ons nieuwjaar wenste, gaf hij het woord aan mevr. Van Grieken van de Rabobank. Zij verzorgde een presentatie over fraude en andere bankzaken, waaronder veilig bankieren, financieel misbruik bij ouderen en verschillende vormen van internetfraude. Zij gaf handige tips en adviezen om phishing-aanvallen te herkennen en te vermijden. Daarnaast werd er ingegaan op veilige online transacties en het belang van het regelmatig controleren van bankafschriften. Na en tijdens de presentatie was er ruimte voor vragen en opmerkingen wat resulteerde in een informatieve discussie. Een nuttige middag waar we belangrijke informatie kregen en bewustwording kregen over onze financiële veiligheid. Na afloop werd er onder het genot van een hapje en een drankje geproost op het nieuwe jaar. In de volgende nieuwsbrief zal er een artikel verschijnen met een aantal praktische tips ten aanzien van fraude en andere bankzaken.

## Nuttige informatie

### Onze gecertificeerde PCOB belastinginvulhulp kunnen u weer helpen vanaf 1 maart 2024

Heeft u behoefte aan hulp bij uw belastingaangifte over 2023? Onze gecertificeerde belastinginvullers kunnen u helpen. De heren Ad Hazenberg en Aat Hilgers zijn ook dit jaar weer beschikbaar als belasting invulhulp voor onze leden. Voor afspraken kunt u hen rechtstreeks bellen of e-mailen:

Ad Hazenberg: telefoon 06-19 79 3345 E-mail: [abt.hazenberg@versatel.nl](mailto:abt.hazenberg@versatel.nl)

Aat Hilgers: telefoon 0182-61 59 76 E-mail: [aathilgers@gmail.com](mailto:aathilgers@gmail.com)

### Wat moet u weten over de belastingaangifte 2023?

De onkostenvergoeding voor de invuller wordt door de invuller bepaald.

Wilt u dus (weer) gebruik maken van de diensten van de heer Hazenberg of de heer Hilgers, neem dan contact met een van hen op. De invullers zullen gebruik maken van het digitale aangifteprogramma van de belastingdienst. De invuller maakt gebruik van een machtigingscode die u zelf al hebt of door de invuller wordt aangevraagd. Met deze machtigingscode kan ook bekeken worden hoe hoog uw zorgtoeslag en/of huurtoeslag zal zijn.

**Het aangifteprogramma is beschikbaar vanaf 1 maart 2024. Uw aangifte inkomstenbelasting over 2023 moet vóór 1 mei 2024 bij de Belastingdienst binnen zijn.**

### Goed gevoed ouder worden. Voorkom ondervoeding

Ondervoeding ontstaat als iemand een tijdje minder eet en drinkt dan nodig is om gezond te blijven en daardoor onbedoeld gewicht en/of spiermassa verliest. Wat zijn de eerste signalen dat er iets aan het veranderen is in uw lichaam. Herken de signalen.

Hieronder vindt u er een aantal van.

*Sneller moe*

*Minder energie voor de dagelijkse dingen*

*Minder spierkracht*

*Grotere kans op vallen*

*Sneller botbreuken en sneller ziek*

Er zijn nog veel meer redenen op te noemen waaraan te merken is dat er iets moet veranderen; daar heeft u misschien advies bij nodig.

Bespreek het met uw kinderen en als dat niet mogelijk is ga een keer naar de huisarts en vertel hem wat u bij uzelf opmerkt. Hij/zij is een vertrouwenspersoon die uw klachten serieus zal nemen en het op prijs stelt dat u niet wacht tot het te laat is en de klachten alleen toenemen.





## Contributie voor 2024!!!



Februari is de maand waarin de PCOB afdeling Waddinxveen e.o. u elk jaar vraagt om de contributie over te maken. Bij deze nieuwsbrief is er een brief bijgevoegd met daarin het verzoek om de contributie voor 2024 tijdig te betalen. Zoals in de voorgaande nieuwsbrief te lezen viel heeft het bestuur besloten om voor wie op een adres

alleen lid is de contributie vast te stellen op € 43.00 en voor een echtpaar op € 75.00. U kunt het bedrag overmaken op bankrekening nummer NL12 RABO 0157582256 t.n.v. PCOB afdeling Waddinxveen met als vermelding "contributie 2024".

*Een vriendelijk verzoek om zo spoedig mogelijk de contributie over te maken.*

## Koffie met advies



Op donderdag 22 februari komen medewerkers van het Sociaal Team langs om te spreken over hun rol als het gaat om ondersteuning en langer thuis wonen. Wat wordt van u, als inwoners, verwacht dat u zelf regelt. Wat is belangrijk om vroegtijdig te regelen als het gaat om veilige en verantwoord langer thuis wonen. Waarvoor kunt u wel aankloppen bij de gemeente en welke weg moet u daarvoor bewandelen.

**Koffie met Advies** bijeenkomsten worden elke 4e donderdag van de maand georganiseerd. Hiervoor bent u gratis welkom in het Anne Frank Centrum (Jan van Bijnenpad 1, Waddinxveen) van 10.00 tot 11.30 uur. Wilt u meer informatie? Bel naar ouderenadviseur Anneke Boersma. Tel: 06 520 64 334



Fijn dat er weer kopij ingestuurd is voor de rubriek "door en voor pcob-ers". Dit van 't Spijker heeft een leuke puzzel gestuurd. Of je nu een fervent puzzelliefhebber bent of gewoon op zoek bent naar een leuke uitdaging, deze puzzel zal zeker veel plezier opleveren. Dit, hartelijk dank voor je bijdrage.

Zoekt de bloemen bij de zinnen, bijvoorbeeld: "Een edelman had ze vroeger aan zijn laarzen". Welke bloem hoort daarbij? Antwoord: "Ridderspoor". We hopen dat jullie veel plezier zullen beleven aan het oplossen van deze puzzel. Op pagina 8 vindt je de oplossing.

1. Een klein snaarinstrument.
2. Deze bloem slaat.
3. Plant die niets kan horen.
4. Lid van het koninklijk huis.
5. Drie koningen zagen hem.
6. Een bloem van een zuivelproduct.



7. Deze bloem heeft de kleur van edelmetaal.
8. Een ander woord voor nobel - kleur in Duits.
9. Deze bloem wordt afgeschoten op oudejaarsavond.
10. Inwoner van een bepaald werelddeel.
11. In de kledingkast zorgt het voor een lekker geurtje.

## Vooraankondiging voorjaarsreisje D.V woensdag 17 april 2024

We delen nu al enige informatie over het voorjaarsreisje. Hennie, Dit en Ad zijn druk in de weer om een mooie reis samen te stellen. We gaan nog niet alles verklappen, maar zet vast in uw agenda: Op D.V woensdag 17 april nemen we jullie mee naar Schoorl, waar we een mooi programma hebben samengesteld. 's Ochtends gaan we een rondrit maken door de duinen van Schoorl met een elektrische trein, en 's middags een prachtige rondrit door de bloembollenvelden.

Datum: woensdag 17 april

Bestemming: Schoorl

Vertrek en terugkomst: Nadere informatie volgt.

Hartelijke groet, *Hennie, Dit en Ad.*



## Uitslag puzzel



1. Violtje



2. Klaproos



3. Dovenetel



4. Margriet



5. Ster van Bethlehem



6. Boterbloem



7. Goudsbloem



8. Edelweis



9. Vuurpijl



10. Afrikaan



11. Lavendel

## Gedicht - Woorden van Gods liefde

Wat de toekomst brengen moge  
Er is niemand die het ziet  
We leven tussen hoop en vrees  
Gaat het beter of toch niet

Soms zijn er hoopvolle berichten  
Dan klinkt er weer een waarschuwing  
We leven als op golven  
Verlangend naar verandering



Er is iets dat nooit veranderd  
Van eeuwigheid al zo geweest  
Onze Vader in de hemel  
U weet wat mij zo bevreesd

Neem mijn hand in Uwe handen  
Hef mijn hoofd tot U omhoog  
Zodat ik niet weg kan zinken  
Maar geef mij een vast geloof

Op de golven van het leven  
Wordt ik door Uw zorg omgeven.

Marry de Haan

De volgende nieuwsbrief verschijnt 14 maart 2024

Kopij inleveren voor 1 maart 2024. Dit alles bij leven en welzijn.

Hartelijke groet namens het bestuur,  
Joop Neven *webmaster/redacteur*