

April – mei 2024

NIEUWSBULLETIN VAN DE PCOB AFDELING  
NIJKERK, NIJKERKERVEEN, HOEVELAKEN



### Van het bestuur

#### *Nieuw elan*

De lezer zal begrijpen dat een fusie van twee organisaties vaak gepaard gaat met het vertrek van boventallig personeel. Vooral directie- en managementfuncties hebben hier hinder van. Dat is ook gebeurd bij de samenvoeging van PCOB en ANBO. Gelukkig zijn de (professionele) ondersteuners die de afdelingen met raad en daad terzijde staan gebleven. En: ze zijn bezielde met nieuw elan!

Dat was te merken op de laatstgehouden regiovergadering op 10 april, in Voorthuizen. Onze consulent, Liesbeth Rinkema, blijft niet alleen maar ziet haar team in de komende periode uitgebreid worden. Er wordt ingezet op de versterking van de afdelingen.

Zij en haar collega's ervaren de fusie als een nieuwe kans om van elkaars sterke punten te profiteren.

Zo heeft ANBO een sterke en professionele communicatie-afdeling en daar was bij PCOB grote behoefte aan.

Sterk punt van de PCOB is dat wij afdelingen hebben. ANBO had die vroeger ook maar heeft die opgedoekt en achteraf hebben ze daar toch wel een beetje spijt van.

Afdelingen hebben - omdat ze afdelingen zijn - zicht op de situatie in de dorpen en steden. Voor ons is dat normaal, voor de ANBO-organisatie niet (meer). Voor beide bonden is de fusie dus een uitdaging met perspectief.



#### *Integratie*

Hoe zal dat nu verder gaan? Komen er ook weer ANBO-afdelingen ter plaatse? Dat lijkt niet waarschijnlijk.

Wat wel voor de hand ligt is dat er ANBO-leden zullen zijn die actief willen worden in de PCOB-afdelingen. Dat gaan we niet forceren. PCOB-afdelingen krijgen dan ook geen lijst

met namen en adressen van ANBO-leden in hun werkgebied. Om te beginnen gaat het omgekeerd. En mooi voorbeeld uit Ede. De PCOB-afdeling aldaar organiseert in het najaar een klassiek concert voor leden en belangstellende. ANBO-leden in Ede krijgen via de landelijke administratie een mail dat ze van harte uitgenodigd worden dat concert bij te wonen en zodoende kennis te maken met de PCOB-afdeling.

Ook wij zullen via die route proberen in contact te komen met de 81 ANBO-leden in onze gemeente Nijkerk. In acht genomen zo'n 10% van onze leden op enige manier actief is in onze afdeling zullen in de komende jaren wellicht tussen de vijf en tien ANBO-ers actief worden d.w.z. op een of andere manier meedoen. Ze zijn wat ons betreft hartelijk welkom. Het voorbeeld van Ede verdient navolging. Ook wij bezinnen ons op een tot de verbeelding sprekende activiteit waarbij we de NBO-leden uitnodigen mee te doen.

### *Identiteit?*

En zeker, er waren in Voorthuizen vragen over het behoud van onze identiteit.

De ANBO-sectie van de gefuseerde bond is klip en klaar: PCOB, houd vast aan je identiteit. Die oproep is ons uit het hart gegrepen en geeft ons de vrijmoedigheid onze lamp niet onder de korenmaat te zetten en onze identiteit niet op de achtergrond te zetten. Het is in dit verband goed dat we ons realiseren dat (ten minste) de helft van de ledenraad tot een van de Christelijke kerken behoort.

### *Financiën*

Afdelingen hebben en houden hun eigen budget. Mocht een afdeling in 2024 (veel) kosten maken vanwege het meedoen van ANBO-leden aan lokale activiteiten dan kan zo'n afdeling een beroep doen op nieuw gevormd landelijk fonds (een potje). Het landelijk bestuur ervoor zorgen dan zo'n potje in 2025 niet meer nodig is omdat de contributie afdracht is 'gesynchroniseerd', om het met een moeilijk woord te zeggen.



### *Mooie jaarvergadering*

We kijken terug op een mooie jaarvergadering. Naast de vaste onderdelen - de jaarstukken zijn vastgesteld en de penningmeester is onder dank decharge verleend - gaf Aart Veldhuizen boeiend overzicht van de geschiedenis van (de kerk van) Hoevelaken. Het dorp is in de 12e eeuw gesticht en de kerk is een van de eerste gebouwen.

Onze kennis van een belangstelling voor Hoevelaken heeft een flinke boost gekregen.

### *Op weg naar Hemelvaart en Pinksteren*

Je zou het aan de temperatuur (als ik dit schrijf aan het eind van de ochtend schrijf is het amper 10 graden) maar over twee weken is het mei. Na Koningsdag en Bevrijdingsdag vieren we op 9 mei Hemelvaartsdag en tien dagen later het Pinksterfeest. Christus heeft dood en graf overwonnen en voer op naar de hemel om voor ons een plaats te bereiden en omdat Hij ons niet als wezen wil achterlaten stuurde Hij zijn Geest. Ik ben altijd weer getroffen door de van de passage over de Heilige Geest in de geloofsbelijdenis van Nicea: "...en (ik geloof) in de Heilige Geest, die Here is en levend maakt, die van de Vader en de Zoon uitgaat, die samen met de Vader en de Zoon aanbeden en verheerlijkt wordt, die gesproken heeft door de profeten".

Ik wens allen een goede tijd met al die feestdagen.

Namens het bestuur,  
Bart Nitrau, voorzitter

## Van de Ledenadministrateur

Een ledenadministratie behoort zo veel mogelijk de juiste gegevens van de leden in haar bestand te hebben. Helaas is dat niet altijd het geval. Onlangs werd onze voorzitter gebeld door een lid met de mededeling dat zij een felicitatiekaart had ontvangen welke gericht was aan haar man die echter vorig jaar al was overleden. Een pijnlijke ervaring waarvoor onze excuses zijn aangeboden. Heel begrijpelijk dat men in een verdrietige periode niet altijd stilstaat aan wat er moet worden doorgegeven. Ondanks dat de dag- en weekbladen zo veel mogelijk worden bijgehouden wat rouwadvertenties betreft doe ik graag een beroep op u allen te zorgen dat mutaties (overlijden, verhuizing, wijziging van telefoonnummer en mailadres) worden doorgegeven zodat ik deze kan verwerken in de ledenadministratie.



Hartelijk dank voor uw medewerking.  
Jaap Roele  
Tel. 033-2537107 of 06-53333449  
e-mail: jroele45@gmail.com

## Zorgmarkt “Vitaal ouder worden” in Hoevelaken

Op woensdagmiddag 3 april jl. is er in Hoevelaken een Zorgmarkt gehouden. Op initiatief van de Hoevelakense zorg- en welzijnsprofessionals (samenwerkend onder de naam ‘Hoevelaken Vitaal’ is deze informatiemiddag georganiseerd. Het doel was om de inwoners van Hoevelaken te informeren en inspireren wat zij zelf kunnen doen om actief, vitaal en gezond ouder te worden, maar ook wie er klaar staan als dat niet lukt. Een brede bezetting van vele organisaties op het gebied hebben voor de informatie gezorgd, zoals huisartsen, fysiotherapeuten, hulporganisaties, Sigma en nog veel meer .... Ook wij als PCOB kregen een uitnodiging om bekendheid te geven hoe wij bijdragen aan Vitaal ouder worden. Daar hebben wij graag aan meegewerkt en zodoende waren Maaïke Tams, Wout van de Kleut en Jaap Roele de ambassadeurs van de PCOB en hebben veel mensen van informatie voorzien. Tijdens de beurs zijn er ook twee goed bezochte lezingen gehouden, respectievelijk over de Wet Langdurige Zorg en over Dementie. Wij mogen terugzien op een mooie middag met een grote opkomst van de Hoevelakens.



Maaïke Tams, Wout van de Kleut en Jaap Roele

## Onze ouderenadviseurs aan het woord

### *Veiligheid ouderen:*

Elke week lezen we wel iets over oplichting, fraude, etc. Vooral ouderen zijn een gewild doelwit. Oplichters worden steeds slimmer en inventiever, in bijna elk blad of krant staan wel tips om oplichting te voorkomen. Toch willen wij als ouderenadviseurs weer enkele nieuwe aandachtspunten benoemen:

- Een levenstestament met alleen een volmacht voor je financiële zaken in de toekomst is voldoende als er geen groot vermogen of koophuis is.

- Durf te vertrouwen maar als een derde via een en/of rekening bij het hele vermogen kan, wordt de verleiding wellicht groot.
- Door bij de bank “Meekijkrechten” aan te vragen, kun je op tijd ingrijpen als er iets niet in de haak is.

*Hoe herken je een “phishing mail” bron: tv-programma Kassa:*

- \* de onpersoonlijke aanhef
- \* opvallende boodschap zoals “je rekening wordt geblokkeerd” of “nieuwe bankpas”
- \* makers van nepmails maken nog weleens taalfouten
- \* check het mailadres van de afzender (soms 1 letter verschil bv. abnambro.nl)
- \* gratis mailbox door de afzender (bedrijven gebruiken deze zoals hotmail.com, outlook.com of gmail.com niet)
- \* vreemde links in de mail – niet klikken
- \* bedrijven vragen nooit om een wachtwoord of pincode
- \* wordt er verwezen naar een bijlage, niet openen
- \* betalen met bitcoins, krijg je een dergelijke rekening, dan zijn dit phishingmails
- \* kom je geen van bovenstaande kenmerken tegen, maar twijfel je. Reageer niet, maar doe eerst navraag bij de afzender.

Sites waarop je dit nog eens kunt nalezen: veiliginternetten.nl; seniorweb.nl, Consumentenbond en de Rijksoverheid.

### *Nijkerkse Ouderenweek*

De Nijkerkse Ouderenweek start op de Nationale Ouderendag op vrijdag 4 oktober 2024. Een werkgroep is alweer aan de slag gegaan met allerlei activiteiten in die week en het belooft weer heel afwisselend te worden. Zelf houden we ook die week vrij om de gelegenheid te hebben om aan de activiteiten mee te doen.

Het is fijn om te horen dat naar aanleiding van de workshop Slimme Apparaten gebruik wordt gemaakt van de service die Henk van Assenberg

(Seniorweb) biedt om samen met u te kijken naar de mogelijkheden. Wij willen u alvast wijzen op de nieuwe workshop, die ook voor mantelzorgers heel interessant is. Deze zal in het najaar plaatsvinden.

De ouderenadviseurs van de PCOB willen u een luisterend oor bieden.  
Dus bel gerust: Geke van de Groep tel. 06 45380607,  
Elza van de Weerdhof tel. 06 82480136.  
Wij komen graag!

### *Vertelvoorstelling Rouw en Trouw*

De Nijkerkse Tanja Viveen-Molenaar is theoloog en ruim 20 jaar werkzaam als geestelijk verzorger in de ouderenzorg. Geïnspireerd door haar werk heeft zij de vertelvoorstelling Rouw en Trouw: verhalen uit het verpleeghuis, gemaakt waarmee ze bij ons zal optreden. Twee verpleeghuisbewoners staan in deze voorstelling centraal. Eén van hen heeft een beroerte doorgemaakt, de ander heeft dementie. Hun verhalen worden vanuit verschillende perspectieven verteld; de verteller, de ouderen én hun kinderen vertellen hun verhaal. Het zijn verhalen van ouder worden, van verdriet en vervreemding, maar ook van verbinding, kracht, nabijheid en humor. De voorstelling vormt uiteindelijk één geheel waarin gesproken woord en muziek elkaar afwisselen.

Iedereen die zich in bovenstaande herkent, mantelzorger, oudere of andere geïnteresseerde is van harte welkom!



Locatie: 't Veense Hart

Van Noortstraat 36 te Nijkerkerveen  
Datum / tijd: Dinsdagavond 28 mei 2024  
Inloop vanaf 19.00 uur.  
Aanvang programma om 19.30 uur

Hartelijke groet van Geke en Elza

### Energietoeslag 2023

Denkt u eraan om de energietoeslag 2023 aan te vragen bij de gemeente Nijkerk? Dit kan tot 1 juli 2024. Het bedrag is maximaal € 1.300 netto per huishouden.

Uw totale netto (gezins)inkomen mag in 2023 niet hoger zijn dan 120% van de toepasselijke bijstandsnorm (exclusief vakantietoeslag). De gemeente kijkt altijd naar het inkomen in de laatste maand(en) van 2023. Als uw inkomen iets hoger is dan 120%, dan komt u misschien in aanmerking voor een deel van de energietoeslag. Is er op uw inkomen beslag gelegd of zit u in een schuld- hulpverleningstraject (WSNP of MSNP)? Wij houden dan rekening met het inkomen waarover u kunt beschikken.



Inwoners met een bijstandsuitkering en een zelfstandig huishouden kregen de toeslag automatisch op hun rekening gestort. Zij hoeven de energietoeslag dus niet meer aan te vragen.

De energietoeslag kan via de website van de gemeente worden aangevraagd: meer informatie en aanvragen: [www.nijkerk.eu/energietoeslag](http://www.nijkerk.eu/energietoeslag) of bel 033 - 247 22 22.

### UVV Nijkerk: veelzijdig in haar activiteiten voor senioren

#### *Ontmoet. Beweeg. Ontspan*

Drie kernbegrippen in het werk van UVV in de gemeente Nijkerk voor senioren. Met ca. 75 enthousiaste vrijwilligers is UVV in het gebouw &/Entree aan de Frieswijkstraat in Nijkerk een ontmoetingsplek voor senioren die er even uit willen, met leeftijdsgenoten iets willen doen of gewoon gezellig en actief bezig willen zijn. UVV biedt een scala aan activiteiten. Een greep hieruit: van vervoer naar bijvoorbeeld huisarts, tandarts, apotheek, familie, bibliotheek en supermarkt voor wie dat niet meer zelfstandig kunnen tot een klussendienst, van gymnastiek voor senioren tot stijldansen, van fietsen tot rijden met de scootmobielclub, van moespluktuin en leesclub tot creatief bezig zijn, van soos tot met de Kunstbus naar het theater, concert of museum, van koersbal tot zo maar een praatje. Elke dag maakt UVV voor senioren het verschil.



#### *Neem eens een kijkje bij UVV!*

Wilt u verdere informatie over activiteiten en diensten van UVV dan staan wij u graag te woord. UVV is te bereiken via:

Bezoekadres: UVV Nijkerk, Frieswijkstraat 97, 3861 BK Nijkerk

Telefoon: 033 - 246 01 15 (maandag t/ vrijdag 's ochtends van 08.30 - 11.00)

E-mail: [info@uvv-nijkerk.nl](mailto:info@uvv-nijkerk.nl)

Website: [www.uvv-nijkerk.nl](http://www.uvv-nijkerk.nl)

## PCOB ledenbijeenkomsten en reisjes in voorjaar 2024

Onze voorjaarsreis “Met de stoomtram door West-Friesland” is helemaal vol geboekt!

Ledenbijeenkomsten in Nijkerk: inloop vanaf 13.45 uur en begin om 14.15 uur. In ‘De Entree’  
Ledenbijeenkomsten in Hoevelaken: inloop vanaf 14:00 uur en begin 14:30 uur. In ‘De Stoutenborgh’

<i>Datum</i>	<i>Locatie</i>	<i>Onderwerp</i>
<b>3 mei</b>	Voorjaarsreis	Met de stoomtram door West-Friesland
<b>12 sept</b>	Hoevelaken	
<b>18 sept</b>	Nijkerk	Jan Huttinga: Kroonjuwelen van Het Loo
<b>27 sept</b>	Najaarsreis	Tweede Maasvlakte bij Rotterdam
<b>10 okt</b>	Hoevelaken	
<b>16 okt</b>	Nijkerk	Hospice Nijkerk en palliatieve zorg
<b>14 nov</b>	Hoevelaken	
<b>20 nov</b>	Nijkerk	
<b>25 nov</b>	Boskoop	Weer een Lady,s day
<b>12 dec</b>	Hoevelaken	Advents bijeenkomst voor alle leden PCOB

Inzenddatum kopij Nieuwsbulletin van juni 2024: vóór 18 mei bij de redactie:  
Siep van den Bosch [nijkerk@pcob-50plus.nl](mailto:nijkerk@pcob-50plus.nl)



De 2<sup>e</sup> Maasvlakte bij Rotterdam