

Protestants Christelijke Ouderen Bond

Afdeling Groningen

juni 2024

WAT GAAT U (later) IN DE HEMEL DOEN?

Misschien schrikt u van zo'n vraag waar dit verhaal mee begint, of vindt u dit een oneerbiedige vraag? Toch stel ik deze op de voorpagina van ons PCOB-blad. Wat zegt de Bijbel daar over.

Genesis 1 In het begin heeft God de hemelen en de aarde gemaakt.

Matt 19 Vers 21 als u volmaakt wilt zijn, ga dan naar huis, verkoop alles wat u hebt. Geef het aan de armen en u zult rijk zijn in de hemel.

2 Petrus 3 vers 13 Maar waar wij eigenlijk naar uitkijken, dat zijn de nieuwe hemel en de nieuwe aarde.

2 Korinthe 5 vers 1 Wij weten dat als ons lichaam sterft, wij een nieuw huis in de hemel krijgen.

Openbaring 21 vers 1 Ik zag een nieuwe hemel en een nieuwe aarde.

De tegenwoordige hemel en aarde waren er niet meer.

Er wordt gezongen in Lukas 2 vers 14 staat De engelen prezen God in de hoogste hemel. Vrede op aarde.

Openbaring 5 b" Ze hadden een schaal met wierook. Wierook zijn ook de gebeden van de mensen die bij God horen. Ook hadden ze allemaal een harp. En ze zongen een nieuw lied.

Openbaring 15 vers 3 Zij hadden allemaal een harp van God gekregen en zongen het lied van Mozes, de dienaar van God en het lied van het lam.

Openbaring 21

Ik zag een nieuwe hemel en een nieuwe aarde. Moet u maar eens opzoeken en lezen. Wat een geweldige toekomst staat ons te wachten.

In de nieuwe hemel zullen we zingen genieten van een volmaakte natuur, geliefden zullen we herkennen.

Heil hem wien God een plaats bereidt in zijn verheven woning

K.J de Poel

Beknopt verslag van de ledenbijeenkomst van de PCOB afdeling Groningen op woensdag 8 mei 2024 in de Mennozaal van de Doopsgezinde kerk aan de Oude Boteringestraat 33.

OPENING

Een goede voorzitter weet als het nodig is te delegeren. Door het verplicht afleggen van een bezoek is Sylvia niet in de gelegenheid deze vergadering bij te wonen en heeft zij de voorzittershamer in de handen van Henk Steegstra gedrukt.

Henk heet ons allen van harte welkom. Een speciaal welkom is er voor Bernadette Pelgrum die ons vanmiddag door “Vitaal het jaar rond” zal leiden. Ook Berend Dijkmeier wordt welkom geheten. Bere”nd zal ons vanmiddag muzikaal ondersteunen.

Ter opening zingen wij samen Gezang 393 : 1, 3 en 4. Daarna gaat Henk voor in gebed.

Daarna volgt de meditatie “Hoop op betere tijden”.

Hoop is iets anders dan verwachting. Een verwachting is gericht op iets concreets. Ze kan teleurgesteld worden. Hoop is open voor de mogelijkheden die God aan ons biedt. Een verwachting legt vast, de hoop laat open. We zien de realiteit zoals ze is. Maar wel open, opdat God zelf iets in ons en in de wereld bewerkt waardoor ons leven beter wordt. Hoop is steeds hopen voor jou en op jou. Ze is altijd gericht op het met-elkaar. Zo hopen we voor elkaar dat God ons betere tijden moge schenken.

De eerste Christenen straalden een dusdanig sterke hoop uit dat mensen in hun omgeving ze naar die hoop vroegen. De eerste brief van Petrus spoort Christenen aan dat ze iedereen te woord moeten staan die naar hun hoop vraagt. Vandaag de dag wordt de maatschappij niet door hoop gekenmerkt. Des te belangrijker zou het zijn dat Christenen zoals toen in de eerste eeuw hoop voor onze samenleving zouden uitstralen. Maar de vraag is: wat kan hoop ons geven?

De theologie leert ons dat hoop een goddelijke deugd is. Ze wordt ons door God geschonken, maar we moeten ons ook door haar laten omvormen en ze in ons spreken en handelen beoefenen. Volgens de brief aan Titus is de grond van onze hoop het verschijnen van Gods genade in het kind van Bethlehem. Deze genade leert ons dat wij "rechtvaardig en vroom in deze wereld moeten leven, in afwachting van het geluk waarop wij hopen". In Jezus betreedt God zelf onze geschiedenis. Zo mogen wij hopen dat hij deze geschiedenis zal veranderen.

Ook wanneer we vaak niets van die verandering zien, moeten we juist op datgene hopen wat we niet zien, zoals Paulus zegt. In het kind in de kribbe wordt onze hoop zichtbaar dat de liefde van dat kind al het harde in onze maatschappij verzacht, en dat zijn glimlach al het

VITAAL HET JAAR ROND - REMEDICA

Hierna is het woord aan Bernadette. Zij vertelt eerst iets over haar zelf voor zij het onderwerp van vanmiddag gaat behandelen. Het onderwerp is “Vitaal het jaar rond”. Zij zal het met ons hebben over a. geneesmiddelen in eigen regie, b. ontspanning, c. huidverzorging en d. beweging.

GENEESMIDDELEN IN REGIE

De gemiddelde leeftijd van de Nederlander was in 1950 ca. 70 jaar en in 2024 is dat ca. 80 jaar. Deze stijging van de gemiddelde leeftijd is mede te danken aan onze voeding, huidige medicatie, de moderne hygiëne en ons bewegen.

Jaarlijks worden er 50.000 medicatie fouten gemaakt in Nederland. Medicatiefouten zijn menselijke fouten. O.a. het verkeerd innemen van medicijnen, of het teveel innemen, of medicijnen die elkaar niet verdragen. Helaas overlijden 1000 mensen per jaar door medicatie fouten. Het is verstandig om eenmaal per jaar uw medicijn gebruik, samen met andere preparaten, te bespreken met uw apotheker. Deze zgn. APK (alle pillen kloppen) is echt geen overbodige luxe.

ONTSPANNIG.

Wij doen onder begeleiding van Bernadette stoel-yoga. Door je ogen te sluiten, sluit je de buitenwereld uit. Dat volgen er een aantal ontspanningsoefeningen.

HUIDVERZORGING

Bij het ouder worden wordt de huid dunner en dus kwetsbaarder. De vraagt meer verzorging. Sudocrème kan daarbij helpen. Via een balspel worden we geïnformeerd over deze crème. Die helpt bij kleine wondjes, maar o.a. ook bij doorliggen.

BEWEGEN

Bewegen bevordert de bloeddorstrooming en dat is heel belangrijk voor onze aderen en spieren. Het “Ommetje” is een app die ons stimuleert om te bewegen.

Bij ons in de buurt staat een spreuk.

WEES NIET BANG LANGZAAM VOORUIT TE
GAAN, MAAR WEL OM STIL TE BLIJVEN STAAN.

Laat deze spreuk tot u doordringen en blijf of kom in beweging.

TENSLOTTE

Henk Steegstra bedankt Bernadette Pelgrum.

Wij sluiten af met het zingen van Gezang 460 : 1 en 4, waarna Henk ons voorgaat in gebed.

Henk wenst ons wel thuis en een fijne zomer.

De volgende ledenbijeenkomst is op

woensdag, 11 september 2024

om 14:30 uur in de Mennozaal.

Bert M. Tobi



Van de ledenadministratie



Nieuwe leden:

Mw. J.F. de Vries

Kraaienest 143

Wij heten U van harte welkom bij onze afdeling en hopen dat u zich spoedig thuis zult voelen

Overleden:

Alletta van der Stap

Schaaksport 100

Hetzij wij leven, hetzij wij sterven, wij zijn des Heren



Verjaardagen juni 2024

Naam	Datum
Dhr. D.J. Meijer	2 juni
Mw. P. Hovius-van de Tuuk	3 juni
Mw. T.A. Nanninga-Zwerver	4 juni
Mw. G.T. Matthijssse-Klazema	6 juni
Mw. G. van der Boom-Grol	7 juni
Mw. H. Boot	9 juni
Mw. M. Kamphuis-Koning	10 juni
Mw. C.I. Reenders	10 juni
Mw. S.W. Gremmer - Elting	11 juni
Mw. W. Scheeringa	11 juni
Mw. A. Dijkstra-Teuling	14 juni
Dhr. R.J. Mebius	17 juni
Mw. A. Schaafsma-Hamstra	20 juni
Mw. H. Boiten - Loonstra	24 juni
Dhr. J.T. Oldenhuis	27 juni
Mw. C.A. Jaarsma	28 juni



Geachte ledenraad,

Op verzoek van Anneke Sipkens informeren wij u graag over het uitoefenen van het hoorrecht bij ABP.

Wat is het hoorrecht? We gaan naar een nieuw pensioenstelsel waarbij het huidige collectieve pensioenvermogen wordt omgezet in persoonlijke pensioenpotjes. Het is dus een verdeling van enorme bedragen per fonds. Normaal kun je hier bezwaar tegen maken, maar het individuele bezwaarrecht is opgeschort. Om dat te compenseren mogen verenigingen van gepensioneerden zich uitspreken in het hoorrecht over de wijze waarop deze transitie wordt uitgevoerd. Het gaat om het uitspreken van een oordeel, niet om instemmingsrecht. Sociale partners (dus niet het fonds zelf) moeten vervolgens aangeven wat zij met dat oordeel hebben gedaan.

Zoals u weet hebben wij de sinds de invoering van de Wet Toekomst Pensioenen op 1 juli 2023 ons bij diverse pensioenfondsen gemeld als belangenbehartiger van de gepensioneerden. Dat deden wij in de zomer van vorig jaar ook bij ABP.

Pas een maand terug zijn wij daadwerkelijk toegelaten – schoorvoetend overigens.

Daarbij kwam ook een merkwaardige procedure. Weliswaar kregen wij het zogeheten transitieplan, waarin de voorstellen voor het invaren staan, toegestuurd, maar vervolgens zou er een ‘hoorsessie’ komen, waar wij onze te voren in te leveren schriftelijke reactie zouden mogen toelichten. En dat allemaal in een heel kort tijdbestek.

Wij hebben als ANBO-PCOB bezwaar gemaakt. Wij hebben een vaste manier van werken: wij bestuderen het transitieplan (meestal tussen de 70 en 100 pagina's), inventariseren vragen en krijgen vervolgens een technische sessie waarin zowel technische vragen als vragen over afwegingen worden beantwoord door zowel sociale partners als het fonds of adviseurs. Meestal kent zo'n gesprek nog open eindjes, die dan nader schriftelijk worden toegelicht.

Als wij denken het hebben begrepen, maken wij de formele inbreng op het transitieplan, waarop sociale partners (wettelijk) schriftelijk moeten reageren.

Bij ABP was geen technische briefing. Toen die alsnog werd geregeld bleek die digitaal te zijn en ook nog eens met vier verenigingen van

gepensioneerden tegelijk. Een uur presentatie en uur met een wirwar van vragen, waarbij de ABP-ondersteuner helaas niets kon zeggen over de afwegingen ('die zijn aan sociale partners').

Willem Reijn en John Kerstens, voorzitter van de Koepel Gepensioneerden hebben daarover contact gehad en waren het eens: dit kan zo niet, hier moeten we stevig tegen in gaan. Het gaat om het grootste fonds van Nederland met 500 miljard vermogen en 3 miljoen deelnemers, waarvan 1 miljoen gepensioneerden.

De gezamenlijke brief van ANBO-PCOB loog er niet om, en ondertussen hebben Kerstens en Reijn hun contacten aangeboord om de druk nog wat op te voeren. Helaas kwam de brief in het weekend op LinkedIn. Een verwerpelijke actie van een lek (niet bij ons) en heel pijnlijk als je een ander de maat neemt.

De brief had in elk geval effect. Er hoefde geen reactie op het transitieplan te worden ingeleverd en het gesprek van woensdag 27 maart was een dialoog over afwegingen, gelardeerd met nadere vragen. Er was een goede sfeer, waar de houding van de Pensioenkamer van ABP eerder nog was van 'zeurende ouderen'.

We moeten nog een aantal vragen beantwoord krijgen. Daarna stellen we onze officiële inbreng op het transitieplan op.

Procedureel hebben ANBO-PCOB en de Koepel Gepensioneerden goed samengewerkt.

Dat zal niet gelden voor de reactie op het transitieplan. De insteek van de drie Koepel-verenigingen is fundamenteel anders dan die van ons. Wij hebben bij alle fondsen gezocht naar een evenwicht tussen alle generaties. Dat is onze traditie – en we konden bij andere fondsen (PFZW, Bouw) ook op dit gebied prima op één lijn komen met de Koepel-verenigingen. Bij het ABP nemen de Koepel-clubs echter een harde houding aan, waarbij de belangen tussen generaties volstrekt uit het lood worden gebracht. Wij denken dat deze gestrekt-beenbenadering contraproductief werkt: die gepensioneerden denken alleen maar aan de eigen portemonnee, dus naar hen hoeven we niet te luisteren.

Hoe gaat het verder? Wij hebben Bij de Pensioenkamer nog een aantal vragen open staan. Als die zijn beantwoord schrijven wij ons oordeel, waarop sociale partners dus moeten reageren. Wel hebben wij nog moeite met de korte tijdsperiode waarbinnen onze reactie binnen moet

zijn. Wij willen meer tijd maar hebben hierop nog geen reactie.

Ten slotte: als alles is afgerond zullen wij via de ANBO-PCOB media-kanalen de leden laten weten wat wij hebben ingebracht en wat daarmee is gedaan.

Mocht u nadere vragen hebben, dan beantwoorden wij die natuurlijk met alle plezier.

Willem Reijn
Eric Brendel

Eten als een leeuw: zo (on)gezond is het carnivoor dieet

Een in roomboter gebakken biefstuk als ontbijt, bottenbouillon als tussendoortje en een ribeye als diner. Het carnivoor dieet bestaat uit vlees: heel veel vlees. Maar hoe gezond is dit dierlijke eetpatroon eigenlijk?



Dat plantaardig eten populair is, weet iedereen. Havercappu's en vegan gerechten zijn vandaag de dag niet meer weg te denken uit je favoriete (randstedelijke) lunchtentje. Toch zijn er ook mensen die niets met groenvoer hebben. Sterker nog, ze kiezen ervoor om alleen nog maar vlees te eten. Het carnivoor dieet trekt vooral op sociale media veel aandacht. Volgens sommige influencers zou het eetpatroon ontstekingen remmen en de darmen herstellen.

Maar is het wel zo gezond? *Quest* belt met voedingswetenschappers Renger Witkamp en Pol Grootswagers van de Wageningen Universiteit.

Het menu van een carnivoor

Het carnivoor dieet is een extreme variant op het ketogeen dieet en kent verschillende vormen. De meest heftige vorm is het leeuwendiët. Op het menu? Rundvlees, zout en water. *That's it*. Veel mensen kiezen voor een mildere vorm. Zij eten ook andere vlees- en vissoorten. En voegen soms nog zuivel en eieren toe aan hun maaltijden. Maar fruit, groenten, zaden, noten en ander plantaardig spul worden gemedend. Op sociale media wordt het vleesregime aangeprezen als prehistorisch dieet: eten als een holbewoner. Toch klopt het idee van de vleesetende

oermens niet helemaal, zegt hoogleraar Voeding en Farmacologie, Renger Witkamp. ‘Uit studies blijkt dat de vroege mens vaak plantaardig at. Het ligt er natuurlijk een beetje aan waar je kijkt op de wereld, maar de meeste mensen moesten het grootste deel van de tijd leven op knollen en vruchten.’ Enkel vlees eten? Daar is ons darmkanaal ook helemaal niet op gebouwd, vertelt Witkamp. ‘De mens is een omnivoor met een overwegend plantaardig dieet.’

Wat zijn de voordelen van het carnivoor dieet?

Waarom zou je er in vredesnaam voor kiezen om alle groenten uit je eetpatroon te schrappen? Volgens voorstanders van het carnivoor dieet zou het kappen met groenvoer ontstekingsremmend werken.

Dat zit zo: in groente en fruit zitten stoffen waarvan sommige mensen ze bestempelen als anti-nutriënten. Planten maken deze stoffen aan om zich te beschermen tegen ziektes en insecten. Maar in de mensendarm zouden de anti-nutriënten ontstekingen kunnen veroorzaken. Haal ze weg en mensen met een auto-immuunziekte hebben minder klachten, is het idee.

Witkamp: ‘Dat klopt niet. Ons lichaam is heel goed gebouwd om met deze plantenstofjes om te gaan. Er is geen bewijs dat anti-nutriënten zoals fytinezuur en oxalaten nadelige effecten hebben voor ons lichaam. Daarbij weten we uit studies dat juist een veelzijdig plantaardig dieet ontstekingsremmend werkt.’

Gevaren van het carnivoor dieet

Naar eventuele gezondheidsvoordelen van het carnivoor eten is geen wetenschappelijk onderzoek gedaan. Wel zijn er een hoop risico’s verbonden aan het vleesdieet. Uit een onderzoek dat in 2021 werd gepubliceerd in het wetenschappelijke blad *Current Developments in Nutrition* blijkt dat 85 procent van de ondervraagde mensen die een carnivoor dieet volgen, dagelijks rund- of varkensvlees eten.

En dat is niet best, weet voedingsonderzoeker Pol Grootswagers: ‘Veel rood vlees eten wordt in verband gebracht met een hoger risico op darmkanker. Dat geldt trouwens ook voor bewerkt vlees.’ Uit een grote overzichtsstudie in de *British Journal of Nutrition* blijkt daarnaast dat het eten van rood en bewerkt vlees de kans op hart- en vaatziekten vergroot.

Saai eetpatroon: saai darmbewoners

Het schrappen van groenvoer en granen uit je menu geeft ook een ander vervelend kwaaltje: buikpijn. ‘Bij dit dieet krijg je geen vezels binnen.

En dat is hartstikke slecht voor de darmfunctie. Je krijgt gigantische verstoppingen', vertelt Witkamp.

Het eten van enkel en alleen vlees is saai. En dat vinden de bacteriën in je darmen ook. 'Op het moment dat je alleen vlees eet, en zeker alleen rundvlees, krijg je een monocultuur in de darmen, teveel dezelfde bacteriën dus. En daar weten we van dat het niet gezond is.' Een gevarieerd dieet is volgens Witkamp een beter idee. Daarvan krijg je een rijkere darmflora. En dat zou zo maar eens kunnen helpen bij het voorkomen van hart- en vaatziekten.

Slank door een carnivoor dieet?

In een dieet waarin je veel planten en granen eet, krijg je meer koolhydraten binnen dan wanneer je alleen vlees eet. Koolhydraten worden door carnivoor-influencers dan ook vaak weggezet als dikmakers. Toch klopt dat niet helemaal, zegt voedingsonderzoeker Grootswagers. 'Voor de meeste mensen is het eten van koolhydraten, zoals volkoren granen en peulvruchten, nog steeds de beste manier om gezonder te eten. Er zitten veel vezels in, je krijgt er energie van en je blijft er makkelijk mee op gewicht.'

Gezond oud worden? Eet groenten

Eten als een leeuw blijkt dus niet zo gezond als sommigen beweren. Maar wat is dan wel het juiste dieet? Daarvoor moeten we kijken naar plekken op de wereld waar mensen succesvol oud worden, vertelt Grootswagers. Hij doet onderzoek naar de relatie tussen voeding en ouder worden. 'In deze *blue zones* zie je dat mensen overwegend flexitarisch of vegetarisch eten. Veel groenten, peulvruchten en heel weinig rood vlees.'

Witkamp vult aan: 'Het is niet heel ingewikkeld. Gooi alle studies op een hoop en je ziet de overeenkomsten: eet niet te veel, vooral plantaardig, een beetje vis en af en toe een schelp.' Precies zoals het mediterrane dieet dus.

Bron: <https://www.quest.nl/mens/voeding/>

Wist je dat?

In 1830 werd ketchup - net als Coca Cola later - verkocht als medicijn. Ketchup is op dit ogenblik één van de meest gebruikte sauzen ter wereld.



Het Genesis Dieet (130) (juni '24) (herh. 35, 36)

Dr. Gordon Tessler heeft veel onderzoek gedaan naar Gods instructies over onze voeding, en beschrijft de resultaten hiervan in zijn boek: “Het Genesis Dieet”. Het is de rode draad van deze artikelenserie, beginnende bij Genesis 1:29.

Gewicht verliezen op Gods manier!

Door de gevaarlijke dierlijke vetten in onze voeding te beperken, zoals God ons aanbeveelt, kunnen we de hoeveelheid vet en giftige stoffen, die we binnenkrijgen, verminderen.

De beslissende factor voor gewichtstoename is **niet** de hoeveelheid **calorieën** die men per dag binnenkrijgt, maar de totale hoeveelheid **vet** die men consumeert! En het vet in uw dieet, is dierlijk vet! Wanneer u de gezondheidsverwoestende dierlijke vetten vermindert, terwijl u niet meer dan 20% '**goede vetten**' (= *onverzadigde vetten*) per dag eet, verbetert u zowel uw spijsvertering als uw gewichtsverlies!

Goede vetten.

'Goede vetten' zijn vetten die uit het **plantenrijk** komen. Alleen *palm-pitolie* en *kokosolie* hebben verzadigde vetten! Deze oliën moet u dus niet gebruiken! De meeste plantaardige oliën zijn **enkelvoudig onverzadigd** of **meervoudig onverzadigd**! De belangrijkste eigenschappen zijn wel dat **alle vetten** uit het plantenrijk geen cholesterol bevatten. Maar ook de **reine vissen** bevatten onverzadigde oliën.

Het zijn de **verzadigde** vetten die het “slechte” cholesterol in het bloed verhogen. Daarbij laten de enkelvoudig onverzadigde vetten, zoals in **olijfolie**, de hoeveelheid slechte cholesterol juist dalen, door de goede cholesterol te vermeerderen. Deze goede oliën en vetten nemen de slechte cholesterol uit de aderen mee om in de lever te worden verwerkt!

De *goede* vetten worden gehaald uit de voeding die men eet, en de **plantaardige vetten** zijn de allerbeste bron hiervoor! Visolie is hiervoor minder geschikt want die bevat ook nog cholesterol!

Wij hebben de goede vetten nodig voor een efficiënte stofwisseling.

De volgende keer hopen wij in het overzicht van oliën en vetten de superioriteit zien van plantaardige vetten ten opzichte van dierlijke vetten.

Deze afleveringen zijn, met schriftelijke toestemming van de uitgever, bewerkt en samengesteld door: Arend Schoenmaker

Waarom is de staat Israël gesticht?

Wie het over Israël heeft, stuit meteen op een aantal vragen. Over hoe het land tot stand kwam en wat precies de grenzen zijn. Of het nou eigenlijk Israël, Israël en de Palestijnse Gebieden of Palestina heet. Waarom de Arabische wereld de stichting van de staat Israël in 1948 afwijst. De ontstaansgeschiedenis lees je hier.

Hoe komt Israël tot stand?

In 1948 wordt Israël gesticht. Dat is kort na de Tweede Wereldoorlog, waarin miljoenen Joden tijdens de Holocaust worden vermoord door het naziregime van Adolf Hitler. Een deel van de overlevenden zoekt een veilig thuisland en vindt dat in het gebied dat op dat moment Palestina heet. Toch is niet alleen de Tweede, maar ook de Eerste Wereldoorlog belangrijk in de ontstaansgeschiedenis van Israël. Tijdens die oorlog komen Arabische stammen in het Midden-Oosten in opstand tegen de overheersing door het Ottomaanse Rijk. Zij worden gesteund door de Britten en de Fransen. Alleen zijn die twee landen niet van plan zich na de val van het Ottomaanse Rijk terug te trekken. Ze verdelen in het Sykes-Picotverdrag van 1916 in het geheim het gebied in Franse en Britse invloedssferen. De Britten krijgen een mandaat over Palestina en Mesopotamië (het Irak van nu) en de Fransen over Libanon en Syrië.

In 1917 komt de Britse overheid met de Balfour-verklaring. Balfour, de Britse minister van Buitenlandse Zaken, spreekt daarin de intentie uit om in Palestina een “nationaal thuis voor het Joodse volk” te maken. Dit leidt tot grote onvrede bij de Arabische bevolking, die zich bedrogen voelt.

Wat zijn zionisten?

Het idee voor een eigen staat komt niet uit de lucht vallen. In de loop van de negentiende eeuw krijgen Joden in Centraal- en Oost-Europa steeds meer te maken met antisemitisme. Dat komt mede door de opkomst van nationalistische bewegingen. Binnen de Joodse gemeenschap is er intussen discussie over wat het betekent om Jood te zijn: is het alleen een religie of hoort daar ook een land bij? De Joden die verlangen naar een eigen land noemen zich Zionisten, naar de berg Zion vlak bij Jeruzalem.

In de laat negentiende eeuw beginnen steeds meer Joden, op de vlucht voor antisemitisme, zich weer te vestigen in het gebied rond Zion. In 1890 vormen Joden een meerderheid in Jeruzalem, terwijl in de rest van het gebied Arabieren in de meerderheid zijn.

Komen de Joden uit het Midden-Oosten?

In de geschiedenis, beginnend bij de tiende eeuw voor Christus, is het Jodendom in het gebied dat we nu Israël noemen eeuwenlang de grootste godsdienst. Rond die tijd komt het koninkrijk Israël op, samen met het koninkrijk Judea. Joden krijgen het vooral in de Romeinse tijd (en in het bijzonder de eerste twee eeuwen van onze jaartelling) moeilijk omdat ze niet de Romeinse keizer als een soort god willen aanbidden. De Joden komen meerdere keren in opstand, maar de Romeinen slaan dat protest met veel geweld neer. Na de laatste opstand, rond 132-135 na Christus, blijven er weinig Joden over in het gebied Palestina. En wie niet is gedood, vlucht. Een volk, in dit geval de Joden, dat zich verspreidt over verschillende plekken op de wereld, noemen we de diaspora.

Wat gebeurt er na de Tweede Wereldoorlog?

Tussen de Balfour-verklaring van 1917 en het einde van de Tweede Wereldoorlog verhuizen nog meer Joden naar wat dan Brits mandaat Palestina is. Dit leidt tot spanningen met de Arabische bevolking. Na de Tweede Wereldoorlog vinden de Britten dat de net opgerichte Verenigde Naties zich maar moeten buigen over het probleem. De Verenigde Naties stellen voor het gebied in een Arabisch en een Joods deel op te splitsen. En Jeruzalem moet onder internationaal gezag komen. De Arabische leiders verwerpen het plan. De Joodse leiders accepteren het wel. Op 14 mei 1948, op de dag dat de laatste Britse troepen vertrekken, roepen zij de staat Israël uit. De eerste premier van het kersverse land Israël is Ben Gurion.

Wat zijn de directe gevolgen van de stichting van Israël?

Het uitroepen van de staat Israël leidt onmiddellijk tot oorlog. Op 15 mei 1948, de dag na het startschot van de nieuwe staat, klinken er schoten. Een coalitie van Egypte, Jordanië, Syrië en troepen uit Irak trekt Israël binnen. Hun doel is de stichting van de nieuwe staat te voorkomen. Ze raken, over een periode van tien maanden, volop slaags met Israëlische troepen. Jordanië (tot 1949 nog Transjordanië geheten) neemt de westelijke Jordaanoever in, Egypte de Gazastrook. Israëlische troepen behouden het gebied dat door de Verenigde Staten was voorgesteld voor de Joodse Staat, maar bezetten daarnaast ook zo'n zestig procent van het gebied dat, volgens het verdelingsplan van de Verenigde Naties, Arabisch zou moeten zijn. Dit zorgt voor een grote stroom Palestijnse vluchtelingen, zo'n 700.000, die onder meer in buurlanden terechtkomen.

De Palestijnen noemen dit ‘Al Nakba’, de catastrofe. Een gebeurtenis die tot de dag van vandaag een rol van betekenis speelt. Intussen arriveren steeds meer Joden uit het Midden-Oosten en andere delen van de wereld in hun nieuwe land Israël. In maart 1949 is Israëls onafhankelijkheidsoorlog voorbij. Voorlopig, want de spanningen tussen Joden en Arabieren leiden al snel tot nieuwe oorlogen. Inzet is vaak het hele bestaansrecht van Israël of de exacte - internationaal afgesproken - grenzen van het jonge land. Na de onafhankelijkheidsoorlog van 1948 ontstaan al gauw nieuwe spanningen. Als Egypte in 1956 het Suezkanaal afsluit tijdens een conflict hierover met Groot-Brittannië en Frankrijk, grijpt Israël in. Het bezet de Egyptische Sinaïwoestijn en de Gazastrook. Israël wil vrije doorgang door het kanaal houden. Het conflict wordt opgelost met een VN-macht, maar er ontstaan ernstige conflicten met Syrië en Jordanië over water uit de rivier de Jordaan. Ook gaat Syrië samenwerken met de in 1964 opgerichte Palestijnse Bevrijdingsorganisatie PLO. De Palestijnen willen met geweld hun verloren gebied terug krijgen. Al verandert die doelstelling in de loop van de jaren naar alleen de wens van een eigen staat.

Waarom bouwt Israël nederzettingen?

Een manier van Israël om meer controle te krijgen op de nieuw ingenomen gebieden is het bouwen van nederzettingen: dorpen of plaatsjes waar mensen gaan wonen. Dat doet Israël vanaf 1967 in alle bezette gebieden. Ook in de Sinaï, maar als in 1979 Egypte en Israël vrede sluiten, verdwijnen die weer. Ook besluit Israël in 2005 om de nederzettingen in Gaza te ontmantelen. Ze zijn voor Israël een te grote last geworden, waarvoor te veel militaire inzet nodig is om ze te beschermen. Maar ook zonder nederzettingen in Gaza oefent Israël grote controle uit op de grenzen van die strook. De ongeveer twee miljoen Palestijnen in Gaza kunnen niet vrij in en uit reizen naar bijvoorbeeld de Westelijke Jordaanoever. Ook houden de Egyptische autoriteiten in het zuiden het grootste deel van het jaar de grenspost met Gaza dicht. Dat komt door spanningen tussen Egypte en Hamas, de islamitische groepering die in 2007 aan de macht is gekomen in Gaza. En dus wordt Gaza ook wel 'de grootste openluchtgevangenis ter wereld' genoemd.

Op 19 juli 2018 neemt het Israëlische parlement ondanks grote binnenlandse protesten de omstreden Joodse natiestaat-wet van het kabinet van premier Netanyahu aan. Hierin staat Jeruzalem als ongedeelde hoofdstad, en het Arabisch van de Arabisch-Israëliërs is niet meer de officiële taal. Hiermee wordt de Arabische minderheid in Israël

officieel achtergesteld. Ook uitbreiding van de joodse nederzetting is ook opgenomen in de wet, als nationaal belang.

De staat Israël wordt nog steeds groter qua inwonertal. Elke jood in de wereld mag zich vestigen in het beloofde land en kan Israëliisch staatsburger worden. In 1950 neemt Israël daartoe de Wet op Terugkeer aan. De illegale nederzettingen op de westelijke Jordaanoever worden nog steeds groter en in 2017 is voor het eerst in 25 jaar begonnen met de bouw van een nieuwe nederzetting op de Westoever. Dit ondanks internationale oproepen en VN-resoluties om hier een einde aan te maken.

Is er nog kans op vrede?

Er zijn in het verleden tientallen jaren pogingen gedaan om tot een vreedzame oplossing te komen tussen de betrokken partijen en landen. Die pogingen worden bemoeilijkt door verschillende factoren. De Palestijnen zijn verdeeld tussen het extremistische Hamas, dat de macht heeft in de Gazastrook, en het meer gematigde Fateh, dat de macht heeft op de Westelijke Jordaanoever. Deze Palestijnse fracties hebben in het verleden ook onderling gevochten. Bovendien zijn er nog meer Palestijnse groeperingen.

Met sommige buurlanden zijn wel stappen gezet naar vrede. In 1978 sluit de Egyptische president Sadat vrede met de Israëliische premier Begin. Egypte krijgt daarmee de Sinaiwoestijn terug die het in 1967 was kwijtgeraakt. Andere Arabische landen reageren boos op dit akkoord. Ook intern in Egypte is woede: Sadat wordt in 1981 zelfs vermoord door militairen die lid zijn van de fundamentalistische Islamitische Jihad.

Later zijn er vredesonderhandelingen tussen Israël en de Palestijnen die uitmonden in de Oslo-akkoorden van 1993. Palestijnen krijgen recht op zelfbestuur onder een eigen Palestijnse Autoriteit. Maar latere pogingen tot duurzame vrede leveren weinig op.

Ook in Israël denkt niet iedereen hetzelfde over de toekomst. Radicale, streng orthodoxe joden willen van geen enkele concessie weten aan de Palestijnen. Premier Rabin, die ooit handen schudde met de Palestijnse president Arafat, wordt door de orthodoxe jood Yigal Amir gedood als straf voor zijn toenadering tot de Palestijnen.

Internationaal valt vaak de term tweestatenoplossing: Joden en Palestijnen zouden vreedzaam naast elkaar in twee verschillende staten moeten leven. Maar de uitwerking daarvan strandt tot nu toe in onwil en verdeeldheid aan beide kanten, over het hele idee of details daaruit. Ook laait steeds weer het geweld op tussen de twee partijen.

In de afgelopen jaren heeft Israël steeds meer muren en hekken gebouwd, rond Gaza en op de Westbank. Die moeten de Israëlische bevolking grotendeels beschermen tegen grote aanslagen van Palestijnse groeperingen. Maar die muren en hekken zorgen er tevens voor dat de Palestijnse bevolking geen kant meer op kan.

Een vreedzame status quo is niet erg waarschijnlijk. Aan Palestijnse kant zullen de grote werkloosheid en woede over het gebrek aan bewegingsvrijheid bijdragen aan radicalisering. Aan Israëlische kant is er intern te weinig politieke druk om tot een vreedzame oplossing te komen. Bovendien voelt Israël zich door oa het Westen en de Verenigde Staten voldoende gesteund om op de huidige weg te blijven doorgaan.

Bron: <https://npokennis.nl/longread/7579>

WAT.....IS.....JE....EINDDOEL??

Wij zijn altijd op weg naar morgen
Er komt steeds weer een nieuwe dag!
En elke dag brengt ook zijn zorgen
Maar, 't is fijn als je "leven" mag!!



Het "leven" blijft niet altijd duren
Aan ieders "leven" komt een eind!
Geniet daarom van alle uren
En wees dankbaar, dat de zon nog schijnt!!!

Wij streven vaak naar "idealen"
Maar die zijn meestal "aards" gericht!
Je blik moet zijn een "verticale":
Want dan heb je de "Hemel" in het zicht!

Als een christin hoef je niet te sterven
Het is "ontslapen" wat je doet!
Je mag het "eeuwig" Heil beërven
En gaat je Heiland tegemoet!!



Ingezonden door: mw. Sietske Witterholt-Wierstra

Verjaardagen juli 2024

Naam	Datum
Mw. D. Boot	7 juli
Mw. H. van Dijken	7 juli
Mw. W. Brouwer-Tinholt	8 juli
Mw. J. Hulleman-Driest	9 juli
Mw. B. Spijk - Allersma	12 juli
Dhr. P. Fennema	20 juli
Dhr. H. Hartsema	22 juli
Mw. G. van der Til - Bosma	22 juli
Dhr. E. Meulman	25 juli
Dhr. J. Bierling	27 juli
Mw. T. Westerkamp	28 juli



De Founding Fathers wilden aanvankelijk helemaal geen Amerikaanse president

De Amerikaanse president – Frans Verhagen

De Amerikaanse presidentsverkiezingen oefenen elke vier jaar weer onweerstaanbare aantrekkingskracht uit, niet alleen op Amerikanen maar ook op de rest van de wereld. De winnaar wordt tenslotte de machtigste persoon op aarde. De geschiedenis van deze presidenten is de geschiedenis van Amerika. Hoe ze met die geschiedenis omgingen en hoe ze haar mede bepaalden, is het verhaal van hun presidentschap.



Amerikakenner Frans Verhagen verbindt in zijn boek De Amerikaanse president het verhaal van het ambt van president met alle regeringsleiders die Amerika heeft gehad én met alle verkiezingen uit haar verleden, van 1789 tot nu. Op Historiek plaatsen we twee fragment uit het boek waarin onder meer gekeken wordt naar de praktische kant van het ambt. Waarom is er eigenlijk een president en wat moet iemand doen om er één te worden?

Wat voor uitvoerende macht?

We zijn zo gewend geraakt aan een eenhoofdig Amerikaans presidentschap dat het bijna vanzelf spreekt, maar voor de opstellers van de grondwet was dat bepaald niet het geval. Ze speelden met allerlei vormen van uitvoerende macht. Ze dachten over een commissie, over een driemanschap, over twee man. Voor een eenhoofdige leiding schrokken ze terug: dat zou wel heel erg lijken op die koning die ze net waren kwijtgeraakt. Gegeven die geschiedenis is het niet zo vreemd dat de beschuldiging van monarchistische neigingen door deze of gene in de Amerikaanse politiek nog lange tijd een rol zou spelen.

Dat ze toch uitkwamen bij een uitvoerende macht van één persoon had alles te maken met George Washington, zowat de enige aan wie ze een dergelijke positie durfden toevertrouwen. Washington had het Amerikaanse leger geleid tijdens de Onafhankelijkheidsoorlog en was daarna in 1783 vrijwillig teruggetreden, ook al lag een autoritair leiderschap voor het oprapen. In plaats daarvan was hij teruggekeerd naar het burgerleven, naar zijn geliefde plantage.

Toen hij vier jaar later werd gevraagd om als voorzitter van de Grond

wettelijke Conventie in Philadelphia op te treden, probeerde hij daar onderuit te komen. Hij wilde liever geen hoofdrol spelen, maar er was geen ontkomen aan. Washingtons aanwezigheid bleek doorslaggevend om tegenstribbelende gedelegeerden over te halen het presidentschap als een onemanshow te steunen: hij leek de ideale persoon om dit maar nauwelijks gedefinieerde ambt te vervullen. Niemand was bang dat Washington zijn macht zou misbruiken of zelfs maar onverstandig zou uitoefenen.

De Founding Fathers kwamen met de term ‘president’ op de proppen omdat ze terugschrokken voor het woord ‘gouverneur’. Die term associeerden de meeste Amerikanen met de vertegenwoordiger van de Engelsen in de koloniale tijd. ‘President’ was veel neutraler en de term was eerder gebruikt bij de historische onafhankelijkheidscongressen en zelfs op dat moment bij de Grondwettelijke Conventie. In essentie betekende het niet meer dan ‘voorzitter’: George Washington was de president van de conventie.

Aanvankelijk neigde de conventie in Philadelphia ernaar de president te laten kiezen door de wetgevers. Dat stuitte echter op verzet omdat daarmee het principe van scheiding der machten werd doorbroken. Het zou de wetgevende en de uitvoerende macht te nauw verbinden en zo leiden tot ‘intrige en corruptie’. Was die weg ingeslagen, dan had de Verenigde Staten een parlementair systeem gekregen waarin de volksvertegenwoordiging de regeringsleider kiest. Op de conventie gaf de meerderheid uiteindelijk de voorkeur aan een onafhankelijke uitvoerende macht, dat wil zeggen iemand met een eigen mandaat.

De voor de hand liggende optie van directe verkiezing door ‘we the people’ kreeg nooit voldoende steun van de afgevaardigden op de conventie. De reden is eenvoudig en banaal. Ondanks de mooie woorden en uitgesproken sentimenten hadden de Founding Fathers weinig vertrouwen in de wijsheid van de burgers. Door het te spelen via de staten en de door hen aangewezen kiesmannen, hoopten ze ‘onbetamelijke sentimenten’ te temperen, lees: te voorkomen dat ongekwalificeerde populistten aan de macht kwamen.

Wie mag president worden?

Interessant genoeg stelt de grondwet geen bijzondere eisen aan een president. Hij of zij moet Amerikaans staatsburger zijn en ook als zodanig geboren zijn (geen immigrant dus), en 35 jaar of ouder zijn. De kandidaat moet minstens veertien jaar in Amerika gewoond hebben, maar het is een open vraag of dit aaneengesloten moet zijn.

In het recente verleden waren John McCain en Ted Cruz kandidaten die niet in de VS zelf waren geboren. McCain was kind van een Amerikaanse admiraal die was gestationeerd in Panama, Cruz de zoon van een genaturaliseerde Amerikaanse immigrant uit Cuba die in Canada woonde toen kleine Ted werd geboren.

Onder het Amerikaanse *jus soli* (neergelegd in het 14e Amendement, daterend van na de Burgeroorlog) is iedereen die op Amerikaans grondgebied wordt geboren automatisch staatsburger, een 'natural born citizen'. Dat geldt ook voor kinderen van illegaal aanwezige immigranten, volgens sommigen een reden dat buitenlandse vrouwen proberen in Amerika te bevallen. Verder kan elk kind van een Amerikaan burgerschap claimen, ook als hij of zij nooit voor langere tijd in de VS heeft gewoond. Hij heeft dan stemrecht maar kan niet gekozen worden.

Theodore Roosevelt was de jongste president ooit: hij was 41 toen hij in 1901 als vicepresident de vermoorde William McKinley opvolgde. John F. Kennedy was in 1960 de jongste die ooit tot president werd gekozen, hij was 43. Helaas werd hij ook de jongste president aan het einde van een presidentschap: hij was pas 46 toen hij werd doodgeschoten. Er is geen leeftijdslimiet. De oudste president ooit is Joe Biden, die in november 2023 81 werd. Tot aan Biden was Ronald Reagan de oudste: aan het einde van zijn termijn in 1989 was hij 77. De jongste oud-president was Theodore Roosevelt, die pas 49 was toen hij in 1909 terugtrad.

Voor het ambt van president is ervaring geen voorwaarde. Het kan enorm verschillen wat presidenten voor hun ambtsperiode hebben gedaan en wat voor vaardigheden ze meebrengen naar het Witte Huis. Niemand kan zeggen wat succes garandeert. Zo diende Abraham Lincoln slechts één termijn als afgevaardigde in Washington. Als politicus was hij echter gepokt en gemazeld in zijn thuisstaat Illinois. Generaal Dwight Eisenhower had in juni 1944 de invasie in Normandië geleid en had ruime ervaring als legerleider, wat de kiezers het vertrouwen gaf dat hij ook de Amerikaanse overheid wel kon runnen.

Een van de meest ervaren presidenten ooit was Herbert Hoover, self-made ondernemer en veelvoudig minister. Hij werd als president geen succes. Lyndon Johnson was 24 jaar lid van het Congres, waarvan zes jaar als Meerderheidsleider in de Senaat. Zijn politieke intuïtie was superbe tot die dat niet meer was en Johnson zich verslikte in de oorlog in Vietnam. Barack Obama was pas vier jaar senator, waarvan hij twee jaar campagne voerde. Veel Amerikanen hadden wel enige aarzeling over die relatief korte ervaring op landelijk niveau.

Donald Trump, een zakenman en televisiepersoonlijkheid, had geen enkele bestuurlijke of gekozen ervaring. In zijn geval was het voor veel kiezers juist een aanbeveling dat hij geen banden had met de politiek.

Een loopbaan als senator is niet de beste springplank naar het Witte Huis. Het is ook niet de beste ervaring om een land te besturen. Senatoren hebben een staf maar ze ‘managen niets anders dan hun eigen mond’, wordt wel gezegd. De kiezers waarderen vaak de ervaring van gouverneurs: van de vijftien presidenten sinds 1900 waren er negen eerst gouverneur. Vijf presidenten waren wel ooit senator, maar slechts drie van hen werden gekozen als zittend senator: Warren Harding, John F. Kennedy en Barack Obama. Het slagveld ligt bezaaid met senatoren die sneuvelden in de strijd om de nominatie, en als ze de nominatie wel kregen deden ze het niet erg goed. Het weerhoudt senatoren er niet van zichzelf als mogelijk president te zien. Een veelgehoord cliché in Washington is dat menig senator ’s ochtends in de spiegel kijkt en denkt: als die man in het Witte Huis president kan worden, waarom ik dan niet?

Ook intelligentie en opleiding zijn geen vereisten. Domheid toont zichzelf en levert zelden succesnummers op. Opleiding zegt niet veel. Abraham Lincoln had nauwelijks een klaslokaal vanbinnen gezien, maar had breed en diep gelezen. Geen president schreef beter. Zijn empathisch vermogen en zijn inzicht in de mens waren buitengewoon. Harry Truman had enkel middelbare school, maar hij verslond geschiedenisboeken en durfde te besluiten. Over Franklin Roosevelt werd gezegd dat hij ‘een tweederangs intellect [had] maar een eesterangs temperament’. Je zou kunnen concluderen dat het temperament belangrijker was.

Warren Harding werd omschreven als ‘een bescheiden man met veel om bescheiden over te zijn’. Het ontbrak Harding niet aan zelfkennis en hij kwam er snel achter dat hij niet geschikt was. Ronald Reagan was geen intellectueel, maar hij kon zijn diepe overtuigingen goed verwoorden, en in het televisietijdperk kon het geen kwaad als je kon acteren. Meer recent was Donald Trump zo onzeker dat hij het regelmatig nodig vond te verkondigen dat hij buitengewoon intelligent was, ‘een uiterst stabiel genie’ in zijn eigen woorden.

Bron: <https://historiek.net/>



Computer Vragende Wijs (224) juni 2024

Zoeken & Vinden.

Onlangs kreeg ik een berichtje van een mevrouw met de vraag: 'Hoe kan ik iets zoeken, en vinden, op het internet?' Ze was namelijk als gast geweest op een visite, waar nogal heftig gediscussieerd werd over een bijbels onderwerp, waar zij niet het fijne van wist.

Van alles had ze al geprobeerd, maar vond alleen zaken, die wel interessant waren, maar waar ze niet naar op zoek was.

Ze vroeg of ik haar wilde helpen, er van uitgaande dat ik ook niet alles weet. Ik vertelde haar dat wij samen vast wel een stuk verder kwamen.

*** Het zoeken begint met een zoekmachine, waarvan er meerdere zijn o.a. Google, die zo'n 92 % van de zoekopdrachten, wereldwijd, voor zijn rekening neemt, verreweg de grootste dus. Verder zijn er o.a. nog Bing (2,6 %), Yahoo (1,8 %) en nog een aantal minder bekende.

U begint eerst maar eens te bedenken wat het belangrijkste deel van uw vraag is, waar dus alles om draait.

Niet te omslachtige teksten invullen, want een enkel woord is vaak al ruim voldoende. Natuurlijk weet de zoekmachine met uw tekst wel raad, gezien de enorme hoeveelheid informatie die u dan te zien krijgt. Ik heb eens *alleen* een **G** ingevuld en kreeg **25 270 000 000** resultaten!

Tijdens het typen van de **vraag**, achter het vergrootglasje (bij Google), verschijnen er al vaak **tien** *zoeksuggesties* om u te helpen.

Als de goede suggestie er bij is, klikt u daarop, anders tikt u gewoon verder. Is uw vraag compleet dan drukt u de Enter toets.

Nu komen er op uw scherm een aantal *zoekresultaten*.

Zoek de meest passende, en klik op de blauwe tekstregel.

U bent nu het dichtstbij de bron van het gezochte onderwerp.

In een tekstgedeelte vindt u ook vaak blauwe onderstreepte woorden die over dat gedeelte meer duidelijkheid geven.

Klik hierop en direct krijgt u antwoord, maar soms ook even later geeft zo'n woord toegang tot een andere website, of een andere bron. Deze onderstreepte woorden heten 'links'.

Over het bijbels onderwerp, van de mevrouw die mij vroeg om haar wat informatie te geven over zoekmachines, hoop ik de volgende keer uitgebreid informatie te geven.

Graag tot een volgende keer!

Arend Schoenmaker

Namen

Het meervoud van mens is mensen

Maar hoe noem je nu een aantal mensen bij elkaar GROEP

Een greep uit diverse diernaamen en dan in groepsverband.



Dierennaam	Groepsaan- duiding
Kamelen	Kudde
Katten	Kluster
Wilde zwijnen	Rotte
Eenden	Toom
Patrijzen	Koppel
Bijen	Volk
Herten	Roedel
Konijnen	Sprong
Sprinkhanen	Leger
Biggen	Worp
Mieren	Kolonie
Oesters	Bed
Mosselen	Bank
Uilen	Parlement



Er zijn ongetwijfeld namen bij die u niet kent

K.J. de Poel

(Z)Wijntje doen?



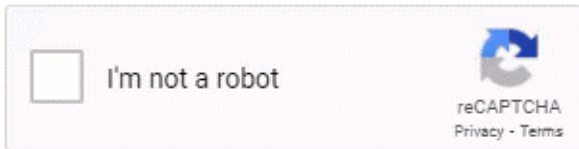
Waarom kunnen robots een captcha niet omzeilen?

Een simpele zoekpuzzel maken of slechts een vinkje aanklikken.

Waarom is dat zo lastig voor robots?

Door Soraya Schachtschabel Gepubliceerd op: 26/04/2024

Van een zoekplaatje waarin je vakjes met auto's moet aankruisen tot



een bijna onleesbare code die je moet overtikken. Met een captcha weren websites robots, soms zelfs met een enkel

vakje dat je aan moet vinken. Hoe houden die simpele tests robots buiten spel? Een beetje slimme bot moet die uitdagingen toch prima kunnen oplossen?

Knap lastig voor een computer

Zo'n puzzel is wel degelijk moeilijk voor een computer, vertelt digitale veiligheidsonderzoeker Gunes Acar van de Radboud Universiteit. 'De visuele puzzels vereisen dat je de opdracht snapt.' Zo'n opdracht is bijvoorbeeld: klik op de stoplichten in het plaatje. Maar een volgende keer krijg je weer een andere opdracht, bijvoorbeeld dat je op alle fietsers moet klikken. Veel computers kunnen zo'n opdracht niet aan omdat het te abstract voor ze is.

Toch lukte het wetenschappers om met een automatisch programma captcha's op te lossen, vertelt Acar. Dat programma loste de puzzels gemiddeld in twintig seconden op. Er zijn ook bedrijven die aanbieden om de captcha's te omzeilen, legt de onderzoeker uit. 'Niet robots, maar mensen lossen dan de puzzels op.'

Iemand die per se zo'n captcha voor de gek wilt houden kan dat dus doen door robots of mensen in te zetten. Maar daar moet je dan wel relatief veel tijd of geld insteken. Voor simpele huis-, tuin- en keuken-internetschorriemorrie zal dat te veel moeite zijn.

Ik ben geen robot

En hoe zit het met dat vinkje met de tekst 'Ik ben geen robot'? In die test gaat het er niet alleen om of je dat vinkje aan kunt klikken, maar ook om *hoe* je dat doet. Mensen zijn nou eenmaal een stuk minder efficiënt in hun bewegingen dan bots, vertelt Acar.

Het slordige pad dat je muis maakt zodra je naar dat vakje beweegt, is duidelijk anders dan het kaarsrechte pad dat een robot volgt. 'Veel websites verzamelen muisbewegingen en toetsenbordacties.' Waarschijnlijk doen vinkjes-captcha's dat dus ook. Bij deze uitdaging score je daarom juist beter als je het slordig voltooit.

Captcha ziet alles

Ook op andere manieren checkt het programma of jouw gedrag menselijk is of verdacht veel op dat van een robot lijkt. Zo bekijkt het, zodra je in het vakje klikt, je IP-adres, of je al eens in Google hebt ingelogd en je browser-vingerafdruk. Dat laatste is een data-collectie die het programma over de instellingen van je browser verzamelt. Daaronder vallen bijvoorbeeld je Cookie-voorkeuren, beeldscherminstellingen, de tijdzone van het apparaat en taalinstellingen.

Met al die factoren schat captcha de kans dat je een robot bent in. Lijkt jouw gedrag te weinig op dat van een echt mens? Helaas, dan kom je, zelfs als het gewoon lukte om in het vakje te klikken, niet bij de webpagina.

Nieuwe captcha's

Tot nu toe hielden de captcha's robots over het algemeen prima tegen, maar daar komt door AI (kunstmatige intelligentie) verandering in. 'Al een aantal projecten claimen dat ze met AI-taalmodellen captcha's kunnen oplossen', vertelt Acar.

Binnenkort zal Google, de maker van captcha's, ze dus weer een stukje moeilijker moeten maken. Acar: 'Of ze zelfs fundamenteel herontwerpen.' Wie weet, misschien zingen we in de toekomst wel zelf verzonden liedjes waarmee captcha ons op basis van creativiteit van robots onderscheidt.

Bron: <https://www.quest.nl/tech/technologie/>

CHRISTELIJKE BEGRAFENISONDERNEMING DE MEERWAARDE Alleen begrafenissen / geen crematies



Uw uitvaartbegeleider vanaf
het overlijden van uw dierbare!

Douwe Jan Moesker

Het verzorgingsgebied is Groningen, Drenthe en op verzoek elders.

Belangrijk: Wij verzorgen de begrafenis ongeacht waar u verzekerd bent!

Maak vrijblijvend een afspraak voor o.a. het laatste wensenformulier

Nu regelen geeft rust!

www.de-meerwaarde.nl
uitvaart@de-meerwaarde.nl

Melden bij overlijden 06-54248024 | 24h

Waarom vinden mannen vrouwen over het algemeen niet zo grappig?

Grove, schuine grappen? Die worden doorgaans door mannen gemaakt. Vrouwen houden meer van zelfspot. Waarom maken mannen en vrouwen andere grappen?

Uit meerdere onderzoeken blijkt dat vrouwen minder grappig worden gevonden dan mannen. Een groot deel van de mannen heeft niet zo'n hoge pet op van het grappend vermogen van vrouwen. Hoe komt dat nou?

Vrouwen moesten bescheiden zijn, niet grappig

Veel onderzoekers denken dat vrouwen van oudsher simpelweg minder kans hebben gekregen om zich in gezelschap met humor te uiten. Niemand zat te wachten op vrouwen die de aandacht op zich vestigden. Onder beide seksen werd het lange tijd als een belangrijke deugd gezien dat vrouwen zich bescheiden opstelden in de schaduw van hun man. En door het vertellen van een grap, plaats je jezelf nadrukkelijk op de voorgrond.

Vrouwen houden in het algemeen ook niet van 'luidruchtige' humor: grove en seksistische grappen en gevatte opmerkingen ten koste van anderen, iets waar veel mannen juist van smullen. Humor gebruiken om je eigen status te verhogen is ook niks voor vrouwen, bleek onder meer uit onderzoek van de Northwestern University (VS) uit 2000. De onderzoekers analyseerden gesprekken in achttien vriendengroepen in Nieuw-Zeeland. Veel meer dan mannen bleken vrouwen humor te gebruiken om onderlinge banden te verstevigen.

Woordgrappen vinden vrouwen leuk

Ook leuke woordgrappen kunnen vrouwen wel waarderen, werd in 2001 duidelijk uit onderzoek aan de University of Hertfordshire (Engeland). Duizenden moppen werden bij die gelegenheid beoordeeld door mensen uit de hele wereld. Er kwamen grote verschillen in de waardering van humor aan het licht, zowel tussen nationaliteiten als tussen de seksen. Op choquerende grappen zaten vrouwen simpelweg niet te wachten, bleek ook hier.

Die zaten dan ook niet in het repertoire van de eerste vrouwelijke komieken die zich op het podium waagden, vertelt humoronderzoeker Giseline Kuipers van de Universiteit van Amsterdam. 'Die zochten het vooral in zelfspot. Dan maak je jezelf niet zo groot en haal je de scherpe randjes eraf. Dat is niet zo bedreigend voor mannen.'

En dan is er nog de vorm van de grap: vrouwen hebben niet zoveel met een grap die eindigt in een climax, een *punchline*. Ze vertellen liever een grappige anekdote die niet per se een hilarische slotzin heeft. Een volwassen vrouw die met smaak (en met succes) een schuine mop vertelt? Wie dat meemaakt, is getuige van een relatief zeldzame gebeurtenis.

Mannen en vrouwen denken anders over humor

Het lijkt er dus op dat de humorbeleving van mannen en vrouwen nogal langs elkaar heen beweegt. Dat heeft in elk geval te maken met macht. Wie hoger in de boom zit, veroorlooft zich meer. En van oudsher zitten mannen nu eenmaal op gezaghebbender posities. Daar nemen ze de vrijheden die ze zich hebben toegeëigend. Grove grappen, die niet zelden ten koste gaan van ondergeschikten, horen daarbij. Vrouwelijke leidinggevend en die zich daaraan zouden wagen, begeven zich in een sociaal mijnenveld.

Kuipers: 'Een grap vertellen is een risicovolle manier van communiceren. Je maakt jezelf heel groot: kijk mij eens leuk zijn. De winst- en verliesrekening ligt vervolgens anders voor mannen en vrouwen. Mannen die grof zijn, zijn een beetje stoer. Als een vrouw grof is, dan zeggen we: 'Nou nou, moest dat nou?' Voor vrouwen is grappen maken een riskantere strategie. De kans is groter dat de grap niet slaagt en dat ze dus niet leuker of aardiger worden gevonden.' Of erger. Vrouwen kunnen hun reputatie op het spel zetten met grappen waar mannen wel mee weggkomen.

Vrouwelijke Hans Teeuwen

Er is wel verandering op komst. Of beter gezegd: die is al volop bezig. 'De genderverhoudingen zijn in korte tijd enorm veranderd', zegt Kuipers. Op vele fronten worden mannen en vrouwen gelijk aan elkaar behandeld dan een generatie geleden. Machtverhoudingen verschuiven, en humor verschuift mee. Kuipers: 'Nu al blijkt uit analyses van gesprekken dat vrouwen vaker een lach oogsten in landen waar mannen en vrouwen gelijk zijn. En bij cabaretwedstrijden staan er tegenwoordig evenveel vrouwen als mannen op het podium. Twintig jaar geleden kon je je nog geen vrouwelijke Hans Teeuwen voorstellen, nu wel.'

Mannen, zegt Kuipers, weten inmiddels ook heel goed dat ze bepaalde grappen beter niet kunnen maken als er een vrouw in het gezelschap is. Kuipers: 'Heb je een date met een vrouw, dan moet je natuurlijk niet

met grove grappen komen aanzetten. Je gebruikt humor om af te tasten hoe de ander in elkaar zit. Lacht ze nog? Dan gaat het de goede kant op. Dat vergt vooral sociale intelligentie in plaats van een hoog IQ.’ Tegelijkertijd is het ook weer niet de bedoeling dat een vrouw tijdens een date voortdurend grapjes gaat zitten maken, zegt Kuipers, want daar weten mannen niet goed raad mee. De oude patronen zitten diep ingesleten. Maar ooit komt er een dag dat de grootste grapjas die je je kunt bedenken een grapjurk is.

Dit stuk is een artikel dat in 2018 in Quest verscheen. Giseline Kuipers is inmiddels hoogleraar aan de KULeuven.

Bron: <https://www.quest.nl/mens/psychologie/>

Pas op, anders groeit je handje boven het graf!

Sprookjes zijn nog altijd populair, maar ze lijken nog maar weinig op de sprookjes van eeuwen geleden. In vergelijking met de oude sprookjes zijn de vertellingen van nu vaak nogal zoetsappig. *Happy endings* waren vroeger helemaal niet noodzakelijk.

Talitha Verheij beschreef in 2014 in het boek *Sterke verhalen – Vijf eeuwen vertelcultuur* hoe in de negentiende eeuw een proces van ‘*Verharmlosung*’ optrad, waarbij sprookjes onschuldiger werden gemaakt. Gruwelijke en gewelddadige elementen werden verwijderd en in plaats daarvan kregen de sprookjes pedagogische en moralistische elementen. Roodkapje wordt tegenwoordig nog altijd opgegeten door de wolf maar in de ons bekende versie van de gebroeders Grimm wordt het lieve meisje door een jager levend uit de buik van de vraatzuchtige wolf gehaald. In een oudere, wredere versie van Charles Perrault wordt Roodkapje voorgoed opgevreten. Over de slachtpartij schreef deze beroemde Franse sprookjesschrijver



*“Hij (de wolf, red.) sleepte ‘t kind de bedstee uit
En scheurde met zijn tanden
Het vleesch van den gewonnen buit,
Van rug en been en handen.
Weg was Roodkapje ‘t arme kind,
Met vleesch en been verslonden,
Dat snoodheid steeds zijn offer vindt
Dat heeft zij ondervonden.”*

Het eigenzinnige kind

Naar aanleiding van de verschijning van *Sterke Verhalen* startten we op Historiek een actie waarbij bezoekers een afbeeldingen van sprookjes konden inzenden. Van Martine Grothues ontvingen we een bizarre afbeelding van een vrouw die met een stok op een kindergraf slaat . Uit het graf steekt een kinderarm. Het bijbehorende verhaal, dat goed duidelijk maakt dat sprookjes en vertellingen vroeger ook gebruikt werden om kinderen eens goed de schrik aan te jagen, gaat als volgt:

“Er was eens een eigenzinnig kind, dat maar niet naar zijn moeder wilde luisteren. Nooit deed het wat zijn moeder zei. De Lieve Heer had daarom geen plezier aan het kind en liet het ziek worden. Er werden artsen bijgehaald maar die konden de jongen niet te genezen. Al snel lag de knaap op zijn doodsbed. Kort hierna werd de jongen begraven, maar toen er aarde over zijn levenloze lichaam werd gegooid kwam opeens zijn armpje tevoorschijn. Het stak recht omhoog. Toen de omstanders het armpje van het kind weer terug legden en er verse aarde overheen gooiden, kwam het armpje opnieuw omhoog. Niets hielp. Steeds kwam het armpje van het eigenzinnige kind weer te voorschijn. Uiteindelijk moest de moeder zelf naar het graf komen en met een tak op het armpje slaan. Pas toen zij dat had gedaan trok het armpje zich terug en had het kindje eindelijk rust.”

Volgens de Volksverhalen Almanak is het verhaal afkomstig uit Hessen en gebaseerd op het volksgeloof dat bij dieven en moordenaars van hun eigen vader, de hand boven het graf uitgroeide. In het zuiden van Nederland zegt men nog wel eens tegen kinderen die hun moeder slaan: ‘*Pas op, anders groeit je handje boven het graf!*’.

Grimm

Het verhaal vond zijn plek in een van de boeken van de Gebroeders Grimm. In hedendaagse sprookjesboeken voor kinderen, zal het verhaal vermoedelijk echter niet meer gepubliceerd worden. Daarvoor is het te gruwelijk. De inzender van dit verhaal die meedeed aan de actie op Historiek (en er een boek mee won) liet weten dat ze na het voorlezen van een paar regels maar stopte. Waarschijnlijk een prima besluit...

Bron: <https://historiek.net/>

Naar het verpleeghuis? Pas op voor de AOW-valkuil

Als een van de partners van een echtpaar naar het verpleeghuis gaat, kan dat echtpaar tweemaal alleenstaanden-AOW aanvragen. Dat is aanzienlijk meer dan gehuwden-AOW, maar die keuze pakt niet altijd financieel gunstig uit. Gelukkig is het sinds vorig jaar mogelijk om een verkeerde beslissing terug te draaien. Een jarenlang huwelijk kan op een wrede manier in de knel komen als een van de partners zulke ernstige gezondheidsproblemen krijgt dat opname in een verpleeghuis noodzakelijk is. Denk aan het bekendste voorbeeld: dementie. Thuis wonen is geen optie meer. Die gedwongen scheiding is niet alleen een emotionele klap, het leidt ook tot ingrijpende financiële vragen.

Nadat een van de partners is verhuisd naar het verpleeghuis, stuurt de Sociale Verzekeringsbank een brief. Een echtpaar kan kiezen om de AOW voor gehuwden om te zetten in tweemaal -alleenstaanden-AOW. Op het eerste gezicht lijkt dat gunstig. Gehuwden ontvangen ieder 50 procent van het minimumloon, -samen zo'n €20.000 netto per jaar.

Twee ongehuwden ontvangen samen tweemaal 70 procent van het minimumloon. Dat is tweemaal €15.000, samen €30.000. Dat is aanzienlijk meer dan wat een echtpaar krijgt. Het afgelopen jaar kozen zo'n 1400 echtparen ervoor om de gehuwden-AOW om te zetten in tweemaal alleenstaanden-AOW. Enkele jaren geleden gebeurde dat vaker, waarschijnlijk omdat in die jaren meer senioren naar het verpleeghuis konden verhuizen.

Woonsituatie

Bij de keuze voor een hogere AOW zit een flinke adder onder het gras. De woonsituatie heeft ingrijpende gevolgen voor de eigen bijdrage voor het verpleeghuis. Gehuwden en alleenstaanden betalen namelijk een andere eigen bijdrage. Een gehuwde betaalt altijd de lage eigen bijdrage. Deze bijdrage is gebaseerd op het gezamenlijke inkomen en het gezamenlijke spaargeld. Uitgangspunt is dat de thuiswonende partner voldoende geld overhoudt om van te leven.

Een alleenstaande gaat na vier maanden de hoge eigen bijdrage betalen, die gebaseerd is op het -eigen inkomen en spaargeld. -Simpel gezegd komt het erop neer dat een alleenstaande zak- en kleedgeld overhoudt. De rest van het inkomen gaat grotendeels op aan de eigen bijdrage.

In euro's kan het verschil tussen- de lage en de hoge eigen bijdrage- erg groot zijn. De lage eigen -bijdrage is maximaal ruim €900, de hoge eigen bijdrage kan oplopen- tot €2500 per maand. Een echtpaar dat de AOW laat veranderen in tweemaal alleenstaanden-

AOW, kan onder aan de streep erg duur uit zijn. Als de partner met weinig tot geen pensioen naar het verpleeghuis gaat, wordt de eigen bijdrage -berekend over een laag inkomen. De eigen bijdrage zal dan

relatief laag zijn. Als daarentegen de partner met het hoogste inkomen naar het verpleeghuis moet, zal de eigen bijdrage aanzienlijk hoger zijn. Het pensioen verdwijnt dan groten-deels naar het verpleeghuis. Netto kan het echtpaar er fors op achteruitgaan, ondanks de hogere AOW.

Terugdraaien

De laatste jaren zijn veel echt-paren er tot hun grote schrik achtergekomen dat ze er financieel flink op achteruitgingen door de alleenstaanden-AOW. In het verleden was het niet mogelijk deze fout te herstellen. De partners stonden te boek als gescheiden en ze woonden op twee verschillende adressen. Alleen als beide partners weer zouden gaan samenwonen, kon de SVB ze weer als gehuwd beschouwen. Bij opname in een verpleeghuis vanwege dementie is dat natuurlijk lastig. Vorig jaar mei zijn de regels veranderd. Als de keuze voor alleenstaanden-AOW financieel verkeerd uitpakt, kan het worden teruggedraaid. De SVB heeft alle ongeveer zesduizend AOW'ers in die situatie benaderd en zes-honderd personen hebben de -mogelijkheid aangegrepen hun fout te herstellen.

De nieuwe regel geldt ook voor de toekomst. Ieder echtpaar dat in deze AOW-valkuil terechtkomt, kan de alleenstaanden-AOW weer terugdraaien naar een AOW voor gehuwden. Dit kan één keer worden gedaan. De SVB mag de te veel betaalde AOW niet terug-vragen. Na het herstel van de gehuwden-AOW stelt het CAK de eigen bijdrage opnieuw vast.

Ingewikkeld

Het is niet vreemd dat sommige AOW'ers een verkeerde keuze maken. De regels zijn ingewikkeld en het is lastig een goed overzicht te krijgen van alle -financiële -gevolgen. De keuze voor tweemaal alleenstaanden-AOW heeft niet alleen gevolgen voor de eigen bijdrage. Er kunnen ook consequenties zijn voor toeslagen, ouderdomspensioen, inkomstenbelasting en gemeentelijke belastingen. Sinds kort waarschuwt de SVB AOW'ers hier voor. De gevolgen voor de eigen bijdrage zijn uit te rekenen met een rekenhulp op de site van het CAK. Dit geeft een goede indicatie over de gevolgen van het omzetten van de AOW.

AOW'ers die met deze vragen te maken krijgen, kunnen een gratis Wlz-cliëntondersteuner (van de Wet langdurige zorg) inschakelen. Zodra er een Wlz-indicatie is, kun je een cliëntondersteuner inschakelen via het zorgkantoor.

Adressen zijn te vinden op www.regelhulp.nl

Bron: <http://www.plusonline.nl/pensioen-aow/>

Wijzigingsformulier

Naam:

Adres:

Postcode:

Woonplaats:

Lidnummer:

Bij verhuizing

Nieuw adres:

Postcode:

Woonplaats:

(bij verhuizing naar een andere woonplaats wordt u automatisch overgeschreven naar die afdeling)

Opzeggen lidmaatschap

Reden van opzegging:

.....

Opzeggen i.v.m. overlijden is per direct.

Datum overlijden:

De opzegging dient **vóór 1 december 2024** bij de ledenadministratie binnen te zijn.

Sturen naar:

PCOB, Berkenlaan 162, 9741 JT Groningen

E-mailen kan ook: [groningen@pcob50plus.nl](mailto: groningen@pcob50plus.nl)

Belastingservice en Rijbewijskeuring

- belastingservice invullen
- aanvragen en bezwaarschriften.,
- Kwijtschelding, aanvragen en wijzigen Toeslagen

Kosten hiervan max. € 15,00.

Begin 2024 – vooraf de invulperiode – wordt u gebeld door uw vaste invuller.

**Het kantoor aan de Siersteenlaan is vanaf
01 januari.2024 GESLOTEN.**

Rijbewijskeuring 75⁺

GOEDKOPE RIJBEWIJSKEURING SENIOREN.

Senioren, chauffeurs met rijbewijs C/D/E en overige automobilisten die voor verlenging van hun rijbewijs moeten worden gekeurd, kunnen hiervoor terecht bij de RijbewijskeuringsArts.

Voor informatie en een afspraak belt u naar het landelijke afsprakenbureau: 036-7200911. Zelf een datum reserveren kan via de website:

www.rijbewijskeuringsarts.nl

Tarieven (incl. BTW): 75+ B/E € 45,00 voor u als PCOB lid.

Voordat u naar de keuring gaat dient er eerst een Gezondheidsverklaring gekocht te worden. Deze is verkrijgbaar bij de gemeente of via internet op *mijn-cbr.nl* (inloggen met uw DigiD).

U beantwoordt de vragen en stuurt de Gezondheidsverklaring (al of niet digitaal) naar het CBR. Het kan een aantal weken duren voordat u de papieren die de arts moet invullen thuisgestuurd krijgt van het CBR (per post of via de mail).

De verwerking en beoordeling door het CBR kan enkele maanden in beslag nemen. Geadviseerd wordt om ruim van tevoren een afspraak te maken voor de keuring.

Adressen WIJ-teams (steun- en informatiepunt voor wonen, zorg en welzijn)

WIJ Beijum

(Beijum, Noorderhoogebrug en De Hunze / Van Starkenborgh en Witte Lam)

Melsemaheerd 2 9736 EN Groningen

T: 050 549 71 31 maandag t/m vrijdag van 9 tot 17 uur.

E: wijbeijum@wij.groningen.nl

Open: Maandag 10:00 –13:00 uur

Dinsdag 13:30 - 16:30 uur

Woensdag 09:00 - 12:00 uur

Donderdag 13:30 - 16:30 uur

Vrijdag 10:00 - 12:00 uur financieel spreekuur

WIJ Corpus den Hoorn

(Corpus den Hoorn, Hoornsewijken en Piccardthof.)

Paterswoldseweg 267 9728 AC Groningen

De ingang om de hoek aan de Laan van de Vrijheid bij Mennos Kookerij

T: 050 367 9120 maandag t/m vrijdag van 9 tot 17 uur.

E: wijcorpusdenhoorn@wij.groningen.nl

Open: Maandag /Woensdag/Vrijdag 09:00 - 13:00 uur

Dinsdag/Donderdag 09:00 - 17:00 uur

WIJ Hoogkerk

(Hoogkerk, Leegkerk, Gravenburg en De Buitenhof.)

De Verbetering 3 9744 DZ Groningen

T: 050 367 45 66

E: wijhoogkerk@wij.groningen.nl

Open: ma t/m vrij 09:00 – 17:00 uur

WIJ Rivierenbuurt

(Rivierenbuurt, Zeeheldenbuurt, Badstratenbuurt, Laanhuizen, Grunobuurt, Herewegbuurt, Oosterpoortbuurt en de Meeuwen)

Paterswoldseweg 267 9728 AC Groningen

De ingang om de hoek aan de Laan van de Vrijheid bij Mennos Kookerij

T: 050 367 9120 maandag t/m vrijdag van 9 tot 17 uur.

E: wijrivierenbuurt@wij.groningen.nl

Open: Maandag /Woensdag/Vrijdag 09:00 - 13:00 uur

Dinsdag/Donderdag 09:00 - 17:00 uur

WIJ Lewenborg

(Lewenborg, Drielanden, Noorddijk, Oosterhoogebrug, Harkstede, Klein Harkstede, Lageland, Meerstad, Ulgersmaborg, Ruischerbrug, Ruischerwaard, Euvelgunne, Roodehaan, Middelbert en Engelbert.)

Kajuit 4 9733 CA Groningen

T: 050 367 4002 maandag t/m vrijdag van 9 tot 17 uur.

E: wijlewenborg@wij.groningen.nl

Open: maandag en dinsdag 10:00—13:00 uur

WIJ Oosterparkwijk

(Oosterparkwijk en de Woonschepenhaven)

Heesterpoort 1 9713 KX Groningen

T 050 367 89 60 maandag t/m vrijdag van 9 tot 17 uur.

E wijooosterparkwijk@wij.groningen.nl

Open: maandag t/m vrijdag 09:00-13:00 uur

Wij Schilderswijk/Centrum.

Contactgegevens

(Schildersbuurt, Noorderplantsoenbuurt, Oranjebuurt, Kostverloren, Hortusbuurt, A-Kwartier, Ebbingekwartier, Binnenstad en Binnenstad-Oost.)

Heesterpoort 1 9713 KX Groningen

T 050 367 72 02 maandag t/m vrijdag van 9 tot 17 uur.

E: wijchilderswijkcentrum@wij.groningen.nl

Open: maandag t/m vrijdag 09:00-13:00 uur

WIJ Selwerd

(Paddepoel, Tuinwijk en Selwerd)

Vensterschool, Eikenlaan 288-6 (begane grond) 9741 EW Groningen

T: 050 367 42 20 maandag t/m vrijdag van 9 tot 17 uur

E: wijselwerd@wij.groningen.nl

Open: maandagmorgen 09:00 - 13:00 uur

donderdagmiddag 13:00 - 17:00 uur

WIJ Vinkhuizen

(Vinkhuizen, De Held, Reitdiepwijk en Dorkwerd.)

Boraxstraat 2 (achterzijde MFC 't Vinkhuys) 9743 VP Groningen

T: 050 367 6303 maandag t/m vrijdag van 9 tot 17 uur.

E: wijvinkhuizen@wij.groningen.nl

Open: maandag t/m vrijdag 09:00-17:00 uur

WIJ Korrewegwijk

(De Korrewegwijk, Tuindorp de Hoogte, Professorenbuurt, Cortingborg, Selwerderwijken, Indische buurten en De Hoogte)

Floresplein 19 9715 HH Groningen

T 050 367 40 06

E wijkorrewegwijk@wij.groningen.nl

Open: maandag t/m vrijdag 09:00-13:00 uur

Vrijdagmorgen 09:30 - 11:30 uur financieel spreekuur op af
spraak

WIJ De Wijert

(Helpman, Coendersborg, Villabuurt, De Linie / Europapark en De Wijert.)

Paterswoldseweg 267 9728 AC Groningen

De ingang om de hoek aan de Laan van de Vrijheid bij Mennos Kookerij

T: 050 367 91 20 maandag t/m vrijdag van 9 tot 17 uur


E: wijdewijert@wij.groningen.nl

Open: Maandag /Woensdag/Vrijdag 09:00 - 13:00 uur

Dinsdag/Donderdag 09:00 - 17:00 uur

**Bestuur afdeling Groningen van de
Protestants Christelijke Ouderen Bond**


Voorzitter Sylvia Oosterhuis


 **050 364 36 20**

 **sylvia.oosterhuis@gmail.com**


Secretaris André Horenberg

Berkenlaan 162 9741 JT Groningen

 **050 571 78 00**


 **groningen@pcob50plus.nl**

Penningmeester Henk Steegstra

 **050 311 19 61**

 **henk.steegstra@wxs.nl**

Leden Andries Verdam

 **050 527 14 93**

 **mattyandries.verdam@gmail.com**

Contributie:

Voor alleenstaanden: € 37,50 per jaar

Voor echtparen: € 65,00 per jaar

Girorekening:

NL14 INGB 000531 0421

t.n.v. PCOB afd. Groningen

