

Houvast



ANBO
PCOB
Kampen

Nieuws van de PCOB afdeling Kampen
Maart 2026 / Nummer 367

In dit nummer:
Van de voorzitter
Overdenking
Van de belangenbehartiger
Gedicht
Met de PCOB op reis
De schoenendoos
en nog veel meer...

PCOB AFDELING KAMPEN

Bestuur:

Voorzitter: Jacob Schaap,
06-53165411, jacobschaap06@gmail.com

Secretaris: Henk van Eunen,
Koggesingel 55, 8262 GV Kampen,
06-48631660, secretarispcobkampen@gmail.com

Penningmeester: Gert Willems,
Hoefblad 30, 8265 GM Kampen,
038-3322111, 0654988915, gertwillems@solcon.nl

Commissie Lief en Leed:

Jansje Tuin,
Horstsingel 38, 8266 HE Kampen,
06-26469855, tuin.jansje@home.nl

Activiteitencommissie:

Mariette Heikoop,
038-3326842, marietteheikoop@gmail.com

Houvast:

Herma Korenberg,
Tuinfluiters 51, 8271 HK IJsselmuiden,
06-48724155, houvastkampen@hotmail.com

Belangenbehartiger:

Theo Kansen,
06-30625118, t.kansen@telfort.nl

Ledenadministratie:

Arie Heikoop,
Madrigaal 24, 8265 RR Kampen,
06-38437025, aheikoop57@gmail.com

Ledenadministratie ANBO-PCOB Afd. Kampen:

Als u gaat verhuizen, uw lidmaatschap wilt wijzigen of wilt opzeggen kun u contact opnemen met de heer **Arie Heikoop**, zijn adresgegevens vindt u links onder in dit tekstblok.

Informatie over werven van een nieuw lid, met als beloning een VVV-bon, het aanmelden van een lid en betaling van contributie vindt u op de voorlaatste pagina van deze Houvast!

De contributie in 2026 bedraagt:

€ 48,00 per jaar voor alleenstaanden en

€ 72,00 per jaar voor echtparen.

Rekeningnummer: NL27 RABO 0386 9916 42 t.n.v. penningmeester ANBO-PCOB Afdeling Kampen.

Commissie Lief & Leed:

Coördinator: Mevr. B. Feijth,
Ooievaarstraat 25, 038-3318969

Webmaster:

Dhr. J. A. Kroon, Winde 99,
06-10496482, jakroon@home.nl

Hulp bij administratieve werkzaamheden:

Denk hierbij bijvoorbeeld aan het invullen van formulieren overheidsinstanties en aangifte belastingen. U kunt telefonisch een afspraak maken met: Dhr. J. van den Berg, Beijerinckstraat 4-M, 038-3327208
of Mevr. D. Otten, Groenendael 89, IJsselmuiden, 038-3332870

Hand en voet (voor kleine karweitjes):

Wander Hup, 038-3322005 / 06-22489159

Rennie Flier, 06-44551413

Houvast is een uitgave van de ANBO-PCOB afdeling Kampen

Redactiecommissie: Jennie Tol,
Tuinfluiters 41, 8271 HK IJsselmuiden

Redactieadres: Herma Korenberg,
Tuinfluiters 51, 8271 HK IJsselmuiden,
0648724155, houvastkampen@hotmail.com

Webmaster: Dhr. J. A. Kroon,
Winde 99, 0610496482, jakroon@home.nl

Verspreiding: Dhr. Henk Sleurink,
Telefoon 0657674987, ha.sleurink@hetnet.nl
Ook voor behandeling van klachten over de bezorging.

Advertentie acquisitie:
vacature

De volgende *Houvast* verschijnt in **april**.

De sluiting voor het inleveren van kopij is **11 maart**.

van de voorzitter



In het december/januari nummer schreef ik dat tijden veranderen.

Daarbij heb ik me op de vlakke gehouden over

wat ik daarvan vind. Veranderingen horen bij het leven. U zult dat zelf kunnen vaststellen. Of we het nu leuk vinden of niet. Misschien bent u iemand die liever had gehad dat alles bij het oude was gebleven. Dat is wel begrijpelijk, want je went aan bepaalde zaken die lang hetzelfde blijven. Dat kan bv. gelden voor een psalmberijming. Het is toch fijn dat je bepaalde berijmingen je leven lang thuis, in de kerk of bij andere bijeenkomsten kunt zingen. Maar ja, taal is altijd in ontwikkeling, en dan komen er nieuwe formuleringen. De huidige generatie jongeren leren en spreken een Nederlandse taal die heel anders is dan de taal van de periode toen de Statenvertaling tot stand is gekomen (november 1618). Ook als het om geld gaat is er in uw leven veel veranderd. Geen guldens en acceptgiro's meer. Naast munt- en papiergeld hebben we betaalpassen, je kunt met je telefoon en je horloge betalen, inloggen, elektronisch betalen.



Misschien heeft u de afgelopen jaren wel met iDEAL betaald. In Europa gaat dat dit jaar Wero¹ worden. Het schijnt ongeveer hetzelfde te zijn, maar dit systeem maakt het mogelijk ook in het buitenland, in Europa iets online te kopen. Moet/mag je er blij mee zijn?

¹ De naam Wero is een samentrekking van het Engelse persoonlijke voornaamwoord *we* ("wij") en de naam van de gemeenschappelijke munteenheid *euro*.



Op de contactmiddag in januari dit jaar maakten medewerkers van het Nederlandse Rode Kruis duidelijk dat er ook veranderingen van andere ordes zijn. En dat we

ons daarop moeten voorbereiden. Er zijn dreigingen. Dat zou oorlog kunnen zijn, maar ook uitval van elektriciteit (door welke oorzaak ook) of hoog water door hevige regenval of overstroming. En met de IJssel in de buurt is dat in Kampen niet ondenkbaar. Het kan dan zo maar zijn dat er geen elektriciteit, water of gas beschikbaar is. Ze hadden informatiefolders mee over wat er minimaal in een noodpakket moet zitten. Kijk voor de zekerheid, desnoods samen met een vertrouweling, maar eens op de website: www.rodekruis.nl/goed-voorbereid

Vragen?

Bel Informatie
Rijksoverheid:

1400

Ook deelden ze een kaart uit waarop ingevuld kan worden wie er op uw adres wonen, met wie in geval van nood

contact opgenomen moet worden, wat belangrijke andere telefoon-nummers zijn van diverse diensten. Hier wil ik slechts benadrukken: neem deze adviezen serieus. En denk niet: het zal mijn tijd wel duren. En, die oproep doe ik ook maar, kijk ook of je burens, vrienden of familie hulp nodig hebben. Ook senioren kunnen helpen. Ik hoop dat u mij nu niet te belerend vindt. En regel ook dat, wanneer u zelf niet zo handig meer bent in de digitale wereld, dat een bekende die uw vertrouwen heeft, beschikt over wachtwoorden ed..

Aan het begin van de bijeenkomst in januari zongen we uit de bundel van Johannes de Heer lied nr. 7, vers 1: Als g' in nood gezeten geen uitkomst ziet, wil dan nooit vergeten: God verlaat u niet. En het tweede couplet van nr. 8 (Vrees niet o mijn ziele), Groter dan de Helper is de nood toch niet. Moge dat uw zekerheid zijn, in uw leven nu, en ook als zich een noodsituatie voordoet.

Jacob Schaap



Dit was er zo eentje. Een bekende. Als deze psalm vroeger bij ons op het bordje stond om te zingen in de kerk, liet mijn oma haar psalmboekje pontificaal dicht. Vol trots zong ze, uit haar hoofd, uit volle borst mee. Je kon aan haar volume horen dat het een fijne was. Eentje die haar dicht aan het hart stond. Toen ik hem een poosje geleden ergens voorbij zag komen, begreep ik eigenlijk pas waarom ze dit zo ervaarde.

Veel psalmen vóór Psalm 84 gaan over strijd, moeilijkheden en benauwdheid. Psalm 84 is echt een schreeuw van de dichter naar God om in Zijn nabijheid te komen. En wat ik nog het mooiste vind: de diepe vreugde door een relatie met God wordt echt zichtbaar in deze psalm. En dat is iets wat we, in moeilijke tijden, echt wel kunnen gebruiken.

1 Een christelijke omgeving

Hoe lieflijk is uw woning, HEER van de hemelse machten. Van verlangen smacht mijn ziel naar de voorhoven van de HEER. Mijn hart en mijn lijf roepen om de levende God.

(Ps 84:2-3 (NBV21))

De dichter verlangt naar het leven in de tempel. Hij roemt God om het heerlijke leven daar. Alleen maar met God bezig zijn. Leven in Zijn heerlijkheid. Vandaag de dag wordt dat best lastig, om volledig in de kerk te gaan wonen. Helaas moeten de meesten van ons gewoon werken. Maar ik denk dat je hierin wel een koppeling kunt maken. Het is echt belangrijk om een christelijke omgeving voor jezelf te

creëren. Lieve, gelovige mensen om je heen, die je kunnen opbouwen. Met wie je samen God kunt grootmaken. Een kerk waar je wekelijks naartoe kunt gaan en waar je je prettig voelt, meeluisteren via kerktelefoon of online een dienst volgen.

2 Pelgrimstocht

De psalm gaat verder met het beschrijven van een pelgrimstocht. Een moeilijke, lange reis, die uiteindelijk tot een heilige bestemming leidt. Zo kun je het leven ook zien. Geen makkelijke weg. Soms lijkt het uitzichtloos, dor en droog. Maar we mogen ons vasthouden, juist in de lastige tijden, aan onze heerlijke bestemming: voor altijd leven met God.

Gelukkig wie bij U hun toevlucht zoeken, met in hun hart de wegen naar U. Trekken zij door een dal van dorheid, door hen verandert het in een oase; rijke zegen daalt als regen neer.

(Psalm 84:6-7 (NBV21))

3 Het hevige verlangen

Deze prachtige psalm spreekt zoveel verlangen en verheerlijking uit. Het maakt gewoon enthousiast. 'De levende God', 'HEER van de hemelse machten', 'mijn Koning', 'ons schild' en 'zon en schild'. Allemaal krachtige benamingen - laat ze maar even op je inwerken. Bij deze God wil je toch horen? Ik wens je toe dat je Hem zo mag gaan zien. Dat dit jouw verlangen is of wordt. En dat je mag leven in de vreugde en het verlangen van Psalm 84.

Want God, de HEER, is een zon en een schild. Genade en glorie schenkt de HEER, zijn weldaden weigert Hij niet aan wie oprecht hun weg gaan. HEER van de hemelse machten, gelukkig de mens die op U vertrouwt.

(Psalm 84:12-13 (NBV21))

Lees Psalm 84 eens voor jezelf. Leef je in dit verlangen? Helpt het je om door de donkerte in je leven heen te kijken? Als je dit nog niet ervaart, bid dan of Hij je dit wil laten voelen.

*Eline Verhaar,
veldwerker Leger des Heils Rotterdam*



STEENHOUWERIJ VAN OMMEN

Sinds 1932 specialist in graf- en urnmonumenten



Gildestraat 22 Kampen

Telefoon: 038-3312830

info@steenhouwerijvanommen.nl

www.steenhouwerijvanommen.nl

Heel Kampen
staat sterk



www.heelkampenstaatsterk.nl

Hoe sterk staat u?

Verklein uw risico om te vallen



Iedereen wil zo lang mogelijk gezond en zelfstandig blijven. Zo kunt u blijven genieten van de dingen die voor u belangrijk zijn, ook als u ouder wordt. Een val kan dit in één klap veranderen, zelfs als u nog gezond en sterk bent. Gelukkig kunt u zelf veel doen om vallen te voorkomen. Bekijk tips op www.heelkampenstaatsterk.nl

Vragen? info@sportservicekampen.nl of 038 205 31 80

'Heel Kampen staat sterk' is een initiatief vanuit de coalitie Valpreventie.

Sportservice Kampen Kampen®

Thuiszorg nodig?

leliezorggroep.nl/kampen

038 30 60 005

Team Kampen is er graag voor u!

- Liefdevol, dichtbij en deskundig
- Aandacht voor u en uw identiteit
- Expert in palliatieve zorg, dementie- en wondzorg



Zorg van
mens tot mens



Curadomi
thuiszorg



De redder in nood

Als de dagen van je leven,
anders verlopen dan je denkt,
en je niets hebt om naar te streven,
dan is er iemand die aan je denkt.

Hij geeft je een schouder
om te huilen,
de kracht om door te gaan.
Bij Hem kan je altijd schuilen,
Hij zal je in alle talen verstaan.

Wie zoekt zal Hem vinden.
Hij is altijd onderweg,
om mensen zoals jij te verblinden,
in hemelse kleuren,
helende woorden,
een rustig gesprek.

Hij zal je helpen,
je hoort Hem nooit klagen.
Ze noemen Hem de redder in nood.
Door de eeuwen heen verrezen.
Voor jou zocht hij de dood.

Godelieve Brusselaers



Wij verbinden en ontzorgen personen en ondernemingen door onder anderen te participeren met als uiteindelijk doel een gezamenlijk positief resultaat.

Centraal staat hierbij de klant en niet het rendement.

Contactgegevens
Henry van Halm
Manager Operations

Henk Steenbeekhof 29
8264 BZ Kampen

Mobiel: 06 10 87 65 63
E-mail: henry@conburtions.nl



verbinden
ontzorgen
participeren
realiseren



E-BIKES

ACCESSOIRES

REPARATIE

**GRATIS HAAL-
EN BRENGSERVICE**



GRAAFSCHAP 30 - 8261 LC KAMPEN - 038-3317126
INFO@TWEEWIELERHOEK-REINIER.NL
WWW.TWEEWIELERHOEK-REINIER.NL



SIEBRAND
UITVAARTBEGELEIDING



Professioneel,
betrokken
en eigentijds



www.siebrand-uitvaartbegeleiding.nl

Overlijden melden: 038 - 333 22 80
24 uur per dag bereikbaar

Helder, betrokken en betrouwbaar

Bij Elan Notarissen staan uw belangen centraal. Of het nu gaat om een woning, een testament of zakelijke contracten, wij bieden alles onder één dak.

Graag tot ziens bij

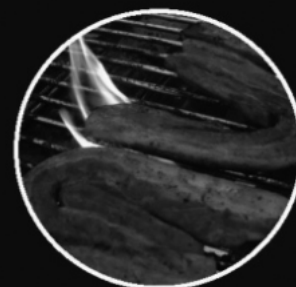
Helder in onze communicatie,
betrokken bij uw situatie en
betrouwbaar in ons werk;
dát is waar wij voor staan.



IJsselmuiden | E: ijsselmuiden@elannotarissen.nl | I: elannotarissen.nl



Slagerij van Guilik.nl
NR. 1 in BBQ & CATERING



BBQ - BUFFETTEN - HAPJES - DRINKEN
PARTY-PANNEN - SALADES - MAALTIJDEN
VLEESPAKKETTEN - TOTALE CATERING
Duurzaamheidstraat 19c - Hattemerbroek
info@slagerijvanguilik.nl - 038-3765976



Wonderlijke genezingsverhalen zijn niet alleen voorbehouden aan de Bijbel. De hele kerkgeschiedenis door komen ze voor. Vaak bevat zo'n verhaal een mooie les. Hier volgt een voorbeeld door de eeuwen heen.

Franciscus van Assisi en de zieke met de zwarte ziel

Hij moet wel door de duivel bezeten zijn, mopperen de broeders van het ziekenhuis vlak buiten Assisi. Ze verplegen er leprapatiënten: besmettelijke zieken, die door niemand worden aangeraakt. Eén van die zieken slaat de mensen die hem verzorgen en vloekt als een ketter. Als Franciscus van Assisi (1182-1226) het ziekenhuis bezoekt, wenst hij de man vrede. "Wat voor vrede? Ik rot hier weg en stink!" antwoordt de man, en hij begint te schelden. Franciscus trekt zich terug en bidt voor de zieke. Dan gaat hij weer naar diens bed: "Mijn zoon, laat mij je verplegen. Over de anderen ben je niet tevreden." De man schokschoudert: "Mij best. Maar wat kun jij doen wat de anderen niet kunnen?" Franciscus: "Ik zal doen wat jij wilt." De man denkt even na. Dan zegt hij: "Ik wil dat

jij me wast, van top tot teen, want ik stink zo hard, dat ik mezelf amper verdraag."

**Wat voor vrede?
Ik rot hier weg en stink!**

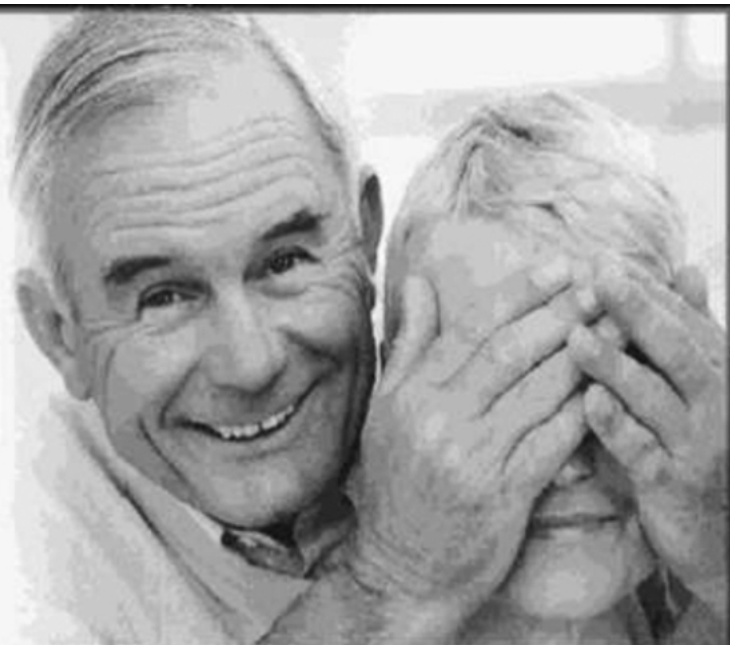
Voorzichtig kleedt Franciscus de man uit en wast hem met warm, geurig water. En overal waar Franciscus hem aanraakt, geneest zijn vlees. Maar meer nog: de zachte aanraking geneest de ziel van de zieke, en hij verandert in een vriendelijk mens.

Naar 'De Fioretti', een bundel verhalen over Franciscus uit de veertiende eeuw.

Met dank aan EO Visie, Pieter Jan Rodenburg

**Optimaal genieten
en geen moment
willen missen?**

**Ontdek onze visie
op beter zien**



Markeresplein 9 IJsselmuiden

Volop gratis parkeerruimte!

Dinsdagmiddag en zaterdagmiddag gesloten

www.schrijveroptiek.nl
(038) 3328000

optiek
Schrijver

zondag - maandag: gesloten
dinsdag t/m donderdag: 09.00 – 18.00
vrijdag: 09.00 – 18.45
zaterdag: 09.00 – 17.30



Palingboot Het Bottertje - IJsselkade 51a - 8261 GA Kampen
Telefoon: 038 457 9087 - info@palingboothetbottertje.nl



VAKGARAGE

VAN WINSUM B.V.

Loriestraat 4
8265 WX Kampen
T 038-3316161
F 038-3324239
E info@vakgaragevanwinsum.nl
www.vakgaragevanwinsum.nl



**Het is belangrijk dat iedereen mee kan doen
aan activiteiten in de Gemeente Kampen.
Dit is goed voor uzelf en voor de samenleving.**

Heeft u een laag inkomen?

Dan kunt U de Meedoen-bonnen **aanvragen** bij de Gemeente Kampen. Vanaf de pensioenleeftijd ontvangt U per persoon 6 Meedoen-bonnen met elk een waarde van maximaal € 52,50.

De ingevulde bon kunt u **inleveren** bij onze penningmeester als het om contributie gaat en bij de activiteiten commissie als het om reizen gaat! Wij leveren uw bonnen in bij de Gemeente en na verloop van tijd krijgt u via ons het geld van de Meedoen-bon gestort op uw bankrekening!

Heeft u vragen over de Meedoen-bonnen? Of kunt u de Meedoen-bonnen niet online aanvragen? Neem dan contact op met de Gemeente Kampen in het stadhuis, per mail via meedoen@kampen.nl of via telefoonnummer 14 038 (keuze 1).



Kampen [®] **MEEDOEN-bon?**
AANVRAGEN!



Belangenbehartiging Gemeente Kampen

Samenredzame gemeenschappen, ofwel: buurt- of voorzorgcirkels

In het decembernummer schreef ik er al iets over. Nu een vervolg.

Op donderdagmiddag zaten "onze" secretaris Henk en ik namens de ANBO-PCOB Kampen in Myosotis. Daar hadden we een gesprek met twee dames van IJsselheem over buurtcirkels in het kader van een project *Wijkverbinders Samenleving en zorg*. Daarvoor had ik al een gesprek gehad met één van hen en heb daarna contact gezocht met iemand van de Gemeente Kampen, die hiervan niet op de hoogte was. Die overlegt met andere collega's, of ze hierbij kunnen aanhaken. WIJZ Welzijn is hier ook bij betrokken. Medio maart komt er een vervolg met hen en de ANBO-PCOB.

IJsselheem is sinds '23/24 betrokken bij het versterken van samenredzame gemeenschappen/buurtten, onder de noemer **Samen Zelfredzaam**. Drijfveer van IJsselheem ligt in de ontwikkeling dat ouderen steeds langer thuis wonen en steeds ouder worden. Dit leidt tot een groeiende vraag naar zorg en ondersteuning. In een samenredzame gemeenschap waarin burens elkaar helpen en sociale verbindingen worden gestimuleerd, voelen ouderen en andere wijkbewoners zich veilig en gewaardeerd. Onderzoek toont aan dat mensen vaak aarzelen om hulp te vragen, terwijl anderen juist graag willen helpen. Door deze bereidheid te benutten en buurtbewoners te verbinden, kunnen initiatieven ontstaan die de saamhorigheid versterken en eenzaamheid verminderen. Hierdoor blijven mensen langer zelfstandig, kunnen voor elkaar de betekenisvolle ander zijn en waarde toevoegen

aan elkaars leven. En blijft de zorg beschikbaar voor mensen die zorg-expertise nodig hebben.

Wilt u meer weten wat een buurtcirkel is? Zie de hieronder vermelde link voor een instructief filmpje.

<https://eenvandaag.avrotros.nl/videos/hoe-voorzorgcirkels-mantelzorgers-ontlasten-door-ouderen-elkaar-te-laten-helpen-154667>

Ik hoop u in de toekomst verder te informeren.

Er zijn er al meer dan 150 in Nederland. Een paar voordelen:

- Meer sociale cohesie in de buurt.
- Het komt uit mensen zelf.
- Het is weer ouderwets nabuurschap.
- Het is mogelijk met jong en oud.
- Training is mogelijk door "Nederland zorgt voor elkaar", zie website.
- De zorg wordt minder belast met dingen die de buurt zelf kan doen.

De ANBO-PCOB in gesprek over valpreventie op Kampereiland met het afdelingshoofd Gemeentewerken en 2 beheerders wegen.

In het kader van valpreventie voor senioren m.b.t. de gaten in de bermen op Kampereiland had ik namens de ANBO-PCOB een overleg en we hoorden dat het beste is om vooral meldingen per mail te doen. Want per app gaat het lang zo goed of helemaal niet! Men probeert vaker de gaten te vullen.



Brievenbus weg bij AH

De ANBO-PCOB Kampen heeft n.a.v. een signalering van een lid een brief geschreven naar Post.nl.

Voor leden woonachtig in b.v. de Ebbingestraat met een rollator is een wandeling naar de Readshop in de Oudestraat of naar de Bovenkerk wel wat bezwaarlijk. Helaas gaf Post.nl geen krimp.

Cluster Ouderen

Op 26 januari kwamen we met 9 senioren bijeen in Wijkcentrum Reyersdam. Gast was Steven Broers, voorzitter van de Adviesraad Sociaal Domein (ASD). Enkele zaken. Hij attendeerde op de 4 prioriteiten van de ASD:

1. Toegankelijkheid gebouwen
2. Huisvesting
3. Hoe kan iedereen meedoen, o.a. door de digitalisering
4. Vrijwilligersbeleid

Verder bespraken we:

- De openbare toiletten in Gemeente Kampen staan vermeld in de app "Hoge Nood".
- Er zijn veel activiteiten voor ouderen, te vinden op de websites: Heel Kampen beweegt – het Informatiepunt – WIJZ Kampen en in de Brug
- Projectontwikkelaars moeten minder macht krijgen
- Zalk heeft betaalbare starterswoningen
- Er is een evenwichtige opbouw woningen Stationskwartier
- De aanrijtijd van de ambulance op Kampereiland is te lang, ook bij gladheid wegens niet strooien
- Voor armoedebestrijding zou 1 loket en 1 contactpersoon ideaal zijn.

Hier bleek dat er bij een "opeenhoping van senioren" vaak niet gestrooid werd. Via de Adviesraad werd dit woensdag 10 februari aan de orde gesteld en wordt voorgesteld om het beleid te verbeteren. Ook dient voortaan gestrooid te worden op Kampereiland. Door de gladheid kon 100.000 liter niet worden afgehaald!



info@huismankantoorsevice.nl

Ook na ruim 30 jaar nog steeds actief aan de Neringstraat 7 waar u terecht kunt voor al uw kopieer- en printwerk, zoals het vervaardigen van boekjes, flyers, scripties enz.

Ook voor grootformaat t/m maximaal 91 cm breed op gewoon papier en op canvas.



van de belangen



Maandelijks inloopsprekkuur voor vragen over het OV

Het openbaar vervoer biedt een ontspannen en zelfstandige manier om op pad te gaan. Voor wie onzeker is over reizen met trein of bus of met vragen zit, is er maandelijks het gratis OV-inloopsprekkuur. OV-ambassadeurs beantwoorden graag uw vragen, zoals: hoe werkt de OV-chipkaart? Welk abonnement past bij mij? En hoe plan ik mijn reis?

Data: 9 maart, 13 april, 11 mei
en 8 juni 2026

Tijd: 13.30 – 15.00 uur

Locatie: Stadskazerne, Ontwikkelplein
1^e etage, Oudestraat 216, Kampen

Telefonisch spreekuur

Liever telefonisch advies? Bel dagelijks met een OV-ambassadeur tijdens het telefonisch spreekuur.

Zij zijn bereikbaar op: 038-303 70 10.

Maandag- t/m vrijdagochtend
van 10.00 tot 12.00 uur

Maandag- en woensdagavond
van 18.30 tot 20.00 uur

Dinsdag- en donderdagmiddag
van 13.30 tot 15.00 uur

Meer informatie is te vinden op www.ervaarhetov.nl/ov-ambassadeur

MEE in de gemeente Kampen

MEE Samen biedt de inwoners van de gemeente Kampen:



Onafhankelijke cliëntondersteuning

Heb je een vraag of hulp nodig op het gebied van onderwijs, jeugdzorg, werk, inkomen, zorg, wonen en welzijn? De consultants van MEE Samen helpen je verder.

Onafhankelijk

De consultants werken onafhankelijk. Ze werken dus niet voor de gemeente, het zorgkantoor of zorgaanbieders. Ze kijken vanuit jouw belang welke mogelijkheden er voor jou zijn. Gratis en zonder verwijzing. Dit heet onafhankelijke cliëntondersteuning.

Hulp en advies

De consultants geven informatie en advies.

Ze kunnen samen met jou:

- alles op een rijtje zetten;
- meegaan naar een gesprek met de gemeente, UWV of andere instantie. Of het gesprek samen voorbereiden zodat jij het gesprek zelf kan voeren;
- bekijken welke zorg of ondersteuning nodig is;
- zoeken naar de juiste hulp of zorgorganisatie;
- helpen bij het aanvragen van zorg of hulp
- verschillende soorten hulp op elkaar afstemmen;
- kijken of de hulp goed heeft gewerkt.

Neem contact met ons op

Bel ons op [088 - 633 0633](tel:088-6330633) of stuur een e-mail naar info@meesamen.nl. Onze consultants in Kampen staan klaar om jouw vragen te beantwoorden en je te ondersteunen waar nodig. De consultants van MEE weten veel over leven met beperkingen. (Licht) verstandelijke, zintuiglijke of lichamelijke beperkingen. Maar ook chronische ziekten, niet-aangeboren hersenletsel of bijvoorbeeld autisme. Ook ouderen of bijvoorbeeld mensen met psychische klachten kunnen bij hen terecht.



Over het Participatiekoor in de Amandelboom, IJsselheem



In februari 2024 zijn IJsselheem en Quintus gestart met een Participatiekoor. In dit koor is iedereen welkom, ook mensen met een haperend brein of een andere beperking. 'Mantelzangers' zijn aanwezig om anderen te helpen met zingen. Het koor staat onder leiding van Joalien van den Houten. We werken met vier projecten per jaar: twee korte (najaar en voorjaar) en twee langere (Kerst en Pasen). Per project wordt het repertoire vastgesteld. In het Voorjaarsproject – en dus ook op 1 juni - zingen we vrolijke liedjes, die met het seizoen en de naderende zomer te maken hebben. Het Participatiekoor Kampen is een

initiatief van Het Beste van Kampen, Quintus Kampen, IJsselheem en Stichting Participatie met Dementie. Het Participatiefonds wordt mede mogelijk gemaakt door Provincie Overijssel, gemeente Kampen, Lang Leve Kunst Fonds en VSBfonds. Er zijn deelnamekosten.

Aanmelden

kan uitsluitend via www.quintuskampen.nl (in opmerkingenveld graag aangeven of de aanmelding een zanger(es) met dementie of mantelzanger(es) betreft).

Voor vragen: bij de balie van Quintus, of tel. 038-3371200 of info@quintuskampen.nl.



**Maandag
2 maart 2026**

Gastspreeker:

Locatie:

Aanvang:

INFORMATIEAVOND

o.a.: *Wijz vervoer, Dementie Vriendelijk, Op Adem, Informatiepunt, Mee, Cliëntondersteuner, Mantelzorg*

Verschillende professionals zijn aanwezig voor informatie

Restaurant Magreet, Burgwal 45, Kampen

Inloop 19.00 uur

Wilt u meer informatie over het Alzheimer Trefpunt?

Desiree Knol (d.knol@wijz.nu) of Joke Slaager (j.slaager@wijz.nu)



Resilienza
uitvaartbegeleiding

Jacolien van Dijk
24 uur bereikbaar – 06 1989 2909
info@resilienza-uitvaartbegeleiding.nl
www.resilienza-uitvaartbegeleiding.nl

ondersteuning vanuit veerkracht



Voor al uw:
Schilder- en sauswerk
Houtrotreparaties
Wand- en
plafondafwerking

Ijseldijk 72
8261 LM Kampen
T 038 332 8998
T 06 430 21 261
info@vos-kampen.nl

BRINKBIKES

**“WIJ STAAN VOOR
BETROUWBARE FIETSEN
WAARMEE JE VEILIG
OP WEG KUNT!”**

NIEUWE EN
TWEEDERHANDE
FIETSEN

FIETS
LEASEN

REPARATIE EN
ONDERHOUD

SLEUTEL-
SERVICE

Burg van Engelenweg 159, 8271 AP IJsselmuiden T 038-3332425 E info@brinkbikes.nl
WWW.BRINKBIKES.NL



Gratis
Controle en advies!



Tandprothetische praktijk Bos
Locatie **Kampen** Lelystraat 48, Kampen ☎ 038 30 33 076

www.tppbos.nl

ZORG OF BEGELEIDING NODIG?

Ons team staat voor u klaar!



PGVZ helpt mensen met ondersteuning in de **huishouding**, met **thuiszorg**, **casemanagement dementie** en specialistische **ambulante begeleiding**. Verder zijn we actief op het gebied van **dagbesteding** en bieden zorg en begeleiding binnen **wooninitiatieven** voor mensen met een beperking.

info@pgvz.nl | pgvz.nl | 038 3331794 | Buffel 18 Kampen | werkenbijpgvz.nl

PGVZ

Zorg met tijd en aandacht.



©Kampen kiek'n

contactmiddag 18 maart 2026



Vanmiddag komt er weer een bekende Kampenaar bij ons. Ook hij is een veelzijdige man. Maar heel geïnteresseerd in onze stad. Wie o wie komt er dan? Nu komt Harry van Dijk. Hij gaat met ons 'Kamp'n Kiek'n'. Wat dat precies inhoud weet ik ook niet. We gaan ons laten verrassen.

Harry van Dijk is een geboren en getogen Kampenaar. Harry is vrijwilliger bij Cruiseport Kampen en is trots op zijn Hanzestad. Hij vertelt graag waarom en deelt een aantal leuke tips. Benieuwd geworden?

Wanneer Harry aan Kampen denkt, noemt hij de volgende woorden: 'Vrijheid, natuur, water; IJssel, historie en de toekomst. Er liggen hier ontzettend veel mogelijkheden.' Een prachtige omschrijving van Kampen!

Harry weet veel over Kampen en kan uren over zijn stad praten. Vraag je hem naar tips in Kampen voor in de zomer en in de winter. Hij deelt ze graag met ons. 'Hoeveel tips wil je er hebben? Kampen heeft er ontzettend veel. We hebben meer dan 530 middeleeuwse monumenten. Kampen heeft veel mooie hofjes en straatjes en natuurlijk de IJssel.

Op de brug kan je het hele stadsfront zien, dat is ook erg mooi. Niet alleen in de zomer, maar in de winter natuurlijk ook.'



Het wordt vast weer bijzonder.
Leerzaam, en vast 'op zien Kampers'.
Komt u ook? Neem gerust iemand mee.
Het wordt vast weer een gezellige middag.

Zoals gebruikelijk beginnen we om 14.30 uur in gebouw De Regenboog, Broederweg 32.

Namens het bestuur
Mariette Heikoop

Contactmiddagen

Mariette Heikoop
Madrigaal 24, 8265 RR Kampen
Telefoon 038-3326842
marietteheikoop@gmail.com

Commissielid dagtochten

Leentje van Dijk
Burg. Van Tuinenplein 90, 8265 TJ Kampen
Telefoon 06-27834600
leentje207@gmail.com

Commissielid Meerdaagse Reizen

Corrie van der Weerd
dr. Damstraat 122, 6262 GB Kampen
Telefoon 06-10281934
hvdweerd@home.nl

Commissielid Meerdaagse Reizen

Nelie Hammer
H. Steenbeekhof 6, 8264 BV Kampen
Telefoon 06-30561760
helmichhammer@gmail.com

Vacature Penningmeester Financiën

Financiën

Bankrekening ING bank:
NL14 INGB 0008 6222 92
T.n.v. PCOB Kampen Activiteitencommissie.
(Voor de meerdaagse reizen en dagtochten)

N.B. Op de overschrijving steeds vermelden voor welke reis of welk ander doel het bedrag bestemd is.

**woensdag 8 april
met de PCOB
op reis naar...**



We hebben weer zin om op reis te gaan. En zeker nu het weer lente is. Vorig jaar hebben we genoten van de bloesem. Dit keer willen we graag voorjaarsbloemen zien. En waar kan je dan beter zijn dan in de Keukenhof.



Wist u dat...

- ... de Keukenhof het grootste bloemenpark ter wereld is?
- ... er elk jaar meer dan 7 miljoen bloembollen worden geplant?
- ... het ieder voorjaar weer een prachtig palet is met de mooiste tulpen, hyacinten, narcissen, irissen, lelies en nog veel meer kleurrijke bloemen?
- ... dat we ook nu natuurlijk afhankelijk zijn van de temperatuur hoeveel er in bloei staat?

We vertrekken op tijd vanuit Kampen en rijden naar Hillegom. Dan is het tijd voor koffie met wat lekkers erbij. Hierna rijden we nog een klein stukje naar de Keukenhof.

Omdat onze bestemming deze keer wat verder weg is en we genoeg tijd willen hebben in het park krijgen we **geen** gezamenlijke lunch. In het park is ook **geen** locatie voor een grote groep. Wel zijn er diverse restaurantjes. En u kan natuurlijk ook zelf een broodje meenemen. Een voordeel is dat u zelf de tijd kan indelen.

Aan het einde van de middag vertrekken we weer huiswaarts. We maken een tussenstop voor een kopje koffie of thee met een sausijzenbroodje.

De prijs bedraagt € 70,00 per persoon

Het maximale aantal personen is 60. Opgeven kan bij Leentje van Dijk, per telefoon of e-mail 06-27834600 of leentje207@gmail.com

Wilt u tegelijk met uw opgave het verschuldigde bedrag overmaken?

Bankrekening NL14 INGB 0008 6222 92
t.n.v. **PCOB Kampen Activiteitencommissie**
Onder vermelding van **Keukenhof**



Vertrek

08.30 uur vanaf de eerste opstapplaats,
09.00 uur vanaf de laatste opstapplaats.

Aankomst

om plm. **19.00 uur** bij de laatste opstapplaats.

Opstapschema:

- 1 Winkelcentrum Hanzewijk, Dr Damstraat
- 2 Vijverhof, bushalte Kalmoesingel
- 3 Amandelboom, bushalte Wederiklaan
- 4 Lelystraat, hoek Vermuijdenstraat

de schoenendoos

Een man en een vrouw waren 60 jaar getrouwd. Ze hadden al die jaren alles gedeeld, alles samen besproken. Ze hadden geen geheimen voor elkaar, behalve dat de kleine oude vrouw een schoenendoos bovenin haar linnenkast bewaarde, waar haar man nooit naar gevraagd en nooit in gekeken had. Al die jaren had hij niet aan die doos gedacht, totdat zijn vrouw op een dag ernstig ziek werd en de dokter zei dat ze niet zou herstellen. Omdat hij van alles wilde regelen, pakte hij de schoenendoos en bracht hem bij zijn vrouw op bed.

Ze was het met hem eens dat het tijd werd dat hij wist wat erin zat. Toen hij hem openmaakte, vond hij wat haakwerk, en twee bundels bankbiljetten, samen goed voor een bedrag van € 25.000. Hij vroeg haar waar dat vandaan kwam. Ze zei: 'Toen wij gingen trouwen, vertelde mijn grootmoeder me dat het geheim van een gelukkig huwelijk was, nooit ruzie te maken. Ze raadde me aan om elke keer als ik boos op jou zou worden, rustig te blijven en een kleedje te haken.'

De oude man schoot zo vol, dat hij moest vechten tegen zijn tranen.

In de doos lagen slechts twee kleedjes. Ze was in al die jaren maar twee keer boos op hem geweest. Gevoelens van geluk overspoelden hem. 'Schat,' zei hij, 'dat verklaart de twee kleedjes in de doos, maar hoe zit het met al dat geld?'

'O,' zei ze, 'dat heb ik verdiend met het verkopen van de kleedjes.'



Willem de Vos



U bent van harte welkom bij



Onze spelregels als u zich aanmeldt als lid van de ANBO-PCOB afdeling Kampen

- Het lidmaatschap en ons welkom geldt vanaf de datum van uw aanmelding.
- Voor de contributie voor het eerste kalenderjaar 2026 ontvangt u van onze penningmeester een nota naar rato van de maand na aanmelding tot 2027.
- Voor het daarop volgende kalenderjaar 2027 geldt de machtiging tot automatische incasso, naar uw keuze per maand of per jaar te betalen.
- Opzegging voor het jaar 2028 is mogelijk per uiterlijk 1 december 2027.

Contributie per jaar 2026

De contributie in het jaar 2026 bedraagt € 48,-- per jaar.

Welkom met korting

- **Alleen bij aanmelding bij onze ledenadministrateur Arie Heikoop** (gegevens hieronder) ontvangt u als lid van de ANBO-PCOB afdeling Kampen een **KORTING** van **50%** op de contributie die u de rest van het jaar 2026 (naar rato) zou betalen.
- Bij aanmelding na 1 september 2026 ontvangt u een korting van **100%**.

Vragen?

- Bij vragen over uw lidmaatschap, aanmelding of opzegging kunt u terecht bij de ledenadministrateur **Arie Heikoop**, telefoon 06-38437025
- Bij vragen over contributie en financiën kunt u contact opnemen met de penningmeester **Gert Willems**, telefoon 06-54988915



JA, ik ben al lid van ANBO-PCOB afdeling Kampen en meld een nieuw lid aan en ik ontvang een VVV Cadeaukaart van € 15,-

Naam:

Adres:

Plaats:

Telefoonnummer:

JA, ik word lid van de ANBO-PCOB afdeling Kampen en betaal tot 31 december 2026 slechts 50 % van de contributie gebaseerd op € 48,-- per jaar.

Dhr. / Mevr. *(omcirkelen)*

Voorletter(s): _____ Achternaam: _____

Straatnaam: _____ Huisnummer: _____

Postcode: _____ Woonplaats: _____

Geboortedatum: _____ Telefoon: _____

E-mailadres: _____

Mijn IBAN-rekeningnummer: _____

(De contributie 2027 wordt in de maand januari 2027 geïncasseerd.)

Ik verleen tot wederopzegging aan ANBO-PCOB afdeling Kampen de machtiging om de jaarlijkse contributie af te schrijven.

Adres: Hoefblad 30, 8265 GM Kampen

IBAN-nummer: NL27 RABO 0386 9916 42

Kvk: 40478111 Incassant ID: NL65 ZZZ 404 781 110 000

Datum: _____ Plaats: _____

Handtekening: _____

Dit formulier kunt u ingevuld en ondertekend versturen naar / of inleveren bij:

**Ledenadministratie ANBO-PCOB afdeling Kampen,
de heer A.J. Heikoop, Madrigaal 24, 8265 RR Kampen
telefoon 06-38437025**

Voorwaarden:

Deze actie geldt t/m 31 december 2026.
Eén VVV Cadeau-kaart per geworven lid.
Dit formulier kunt u inleveren bij:
A.J.Heikoop, Madrigaal 24



STOTER

Bouwgrondstoffen

Transport

Truckservice