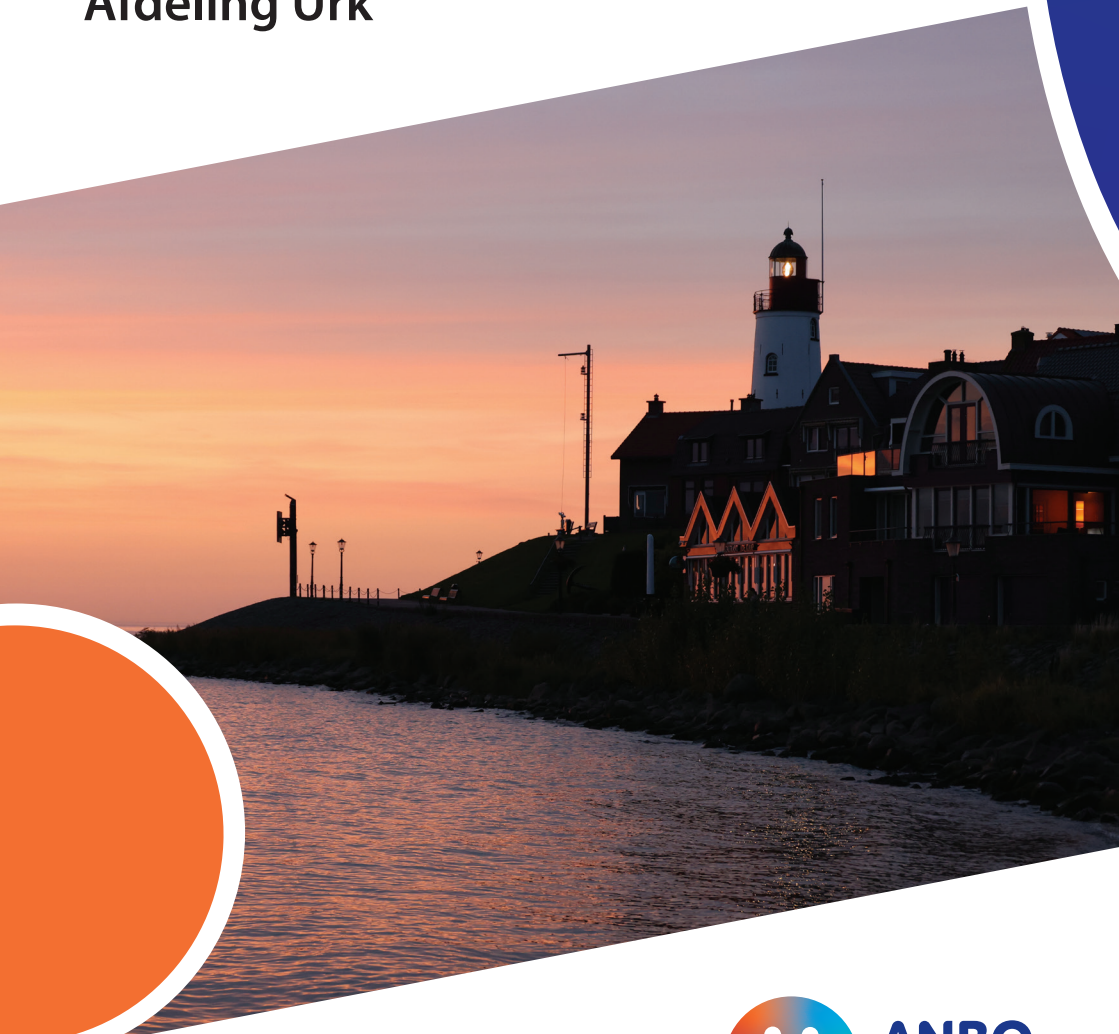


Nieuwsbrief

Protestants Christelijke Ouderen Bond
Afdeling Urk



Maart / April 2026



ANBO
PCOB

Psallum Oendert zes in twintig

De EERE et groote dingen edoon. Een beedevoortslid.

Toe de EERE de gevangenen van Sion nor Jeruzalem teroggebracht,
Liek ut net of we droomden.

We konnen wier lachen in juichen, zoo bleede wassen we.

Toe zenen de eidenen: De EERE et groote dingen vor ze 'e doon!

De EERE et groote dingen bij oens é doon, daaromme binnen we bleede.

EERE lot de ouwe glorie teroggekoemen. Zoas regen in een droge beek.

Wie mit tronen zaaien, Zullen mit gejuich maaien.

Al got ij kreetend vort, dragende de zaaimaande an z'n zeede;

*Eut Psalmem in de Urreker taal
Vertaald duur Garret Pasterkamp*

Van het bestuur

Het is al eind februari als u dit onder ogen krijgt. Maar het is goed om u in onze eerste nieuwsbrief van het nieuwe jaar toch nog "veel heil en zegen" te wensen. Het is namelijk wens en bede om een heilrijk, gezond en gelukkig leven van God te mogen ontvangen, en om daaruit als heel gemaakte mensen tot zegen te kunnen zijn. Zo mogen we onze weg gaan. Ook als ANBO-PCOB in 2026!

Het nog even achteromkijken heeft geleerd dat overleg, en ook uitleg van knelpunten over en weer, goed heeft gewerkt. Er is sinds de fusie steeds aangestuurd op een harmonisatie van de verschillen. Er is nu al veel geregeld, maar er zijn ook zaken die nog geduld vragen! De samenvoeging van de administratie kost veel tijd. Ook een nieuwe structuur en de verkiezing van de ledenraad komt nog.

Als plaatselijke afdeling hebben we ons moeten schikken in de veranderingen. Zo is de contributiebetaling nu landelijk geregeld. U heeft er al persoonlijk bericht over gekregen. Omdat het landelijke blad nu per post bezorgd wordt, kunnen wij onze nieuwsbrief er niet meer invoegen. Wij hebben bedacht dat het daarom beter is om het uitkomen van de nieuwsbrief op onze eigen activiteiten af te stemmen, en aan huis te blijven bezorgen. Daarvoor blijven onze bezorgers voor de loopwijken nodig! Aan de familie Baak en de vele vrijwilligers, waarvan de meesten dit werk al jaren doen, spreken wij onze dank uit.

Spreuk van de maand

Geluk verschijnt, als je loslaat wat had moeten zijn en waardeert wat er nu is.

Daarbij hebben we er ook voor gekozen om de tussendoor nodige informatie via het Urkerland met u te delen. Hiermee hopen we ook anderen te bereiken en nieuwe leden te werven. Onze webmaster, Marina Visser, is per 1 januari gestopt. Wij bedanken haar vanaf deze plaats, en we willen, tijdens de ledenvergadering in mei, passend afscheid nemen. Onze redacteur Trudy Visser heeft aangegeven binnenkort te gaan stoppen. Als bestuur roepen wij u op om nieuwe kandidaten door te geven. Ziet u een taak voor uzelf? Laat het ons weten.

H.H.

Woordzoeker Winter



December

Jaarwisseling

Muts

Sneeuw

Februari

Januari

Schaatsen

Trui

Hagelen

Kerstmis

Sinterklaas

Vriezen

Handschoenen

Koud

Sjaal

Winter

IJs

Lichtjes

Slee

Als ik er niet meer ben

Als ik er niet meer ben... zal niemand weten hoe vaak ik 's nachts wakker lag, luisterend naar de regen op het raam, denkend aan alles wat ik nog had willen zeggen.

Als ik er niet meer ben, blijft mijn jas misschien nog even aan de kapstok hangen. Misschien ruik je nog mijn geur even, vluchtig, maar net genoeg om je hart te laten breken. Er zal post komen op mijn naam, een telefoontje van iemand die het nog niet weet. En jij zult moeten zeggen: "Hij is er niet meer."

Die woorden zullen blijven hangen, alsof de tijd even stil blijft staan. De wereld zal gewoon doorgaan. De klok zal tikken, de zon zal opkomen. Maar in jouw wereld zal iets ontbreken, iets wat nooit meer terugkomt. Misschien hoor je mijn stem nog, als je alleen door het huis loopt. Of als een lied begint dat ik altijd zong.

Als ik er niet meer ben, wil ik dat je weet dat ik dankbaar was, voor elk gesprek, elke glimlach, elke keer dat je gewoon er was. Ik heb mijn best gedaan. Niet alles goed, maar met mijn hart. Daar waar ik straks ben, is geen pijn meer, geen strijd, alleen vrede. Ik zal bij Jezus zijn. En ik zal wachten, totdat jij daar ook zult zijn... als ik er straks... niet meer ben.

Leen Koster

Leen Koster is voorganger en uitvaartondernemer uit Nieuwerkerk a/d IJssel

Met zijn toestemming plaatsen wij dit stukje

De leste rustplekke

Een plaatsgenoot, al op leeftijd, loopt over begraafplaats 'De Vormt'. Wat is dit een mooi ruim kerkhof, denkt hij. Wat een verschil met het oude kerkhof, waar je bij begrafenissen nauwelijks ruimte hebt, en je moeite moet doen om niet op de omliggende graven te stappen. Het valt hem op dat hier heel veel mensen liggen, die hij persoonlijk heeft gekend. Hij beseft dat hij op een leeftijd is gekomen, dat je meer mensen kent die zijn overleden, dan mensen die nu nog leven. Als je door het dorp loopt, ken je geen mens meer. Ze zijn allemaal één of twee generaties jonger dan je zelf bent.

Dan ziet hij Jacob aankomen. Jacob kent hij goed, want ze zijn van dezelfde leeftijd. Ze maken een praatje en zijn het erover eens dat het een prachtig aangelegde begraafplaats is.

Als ze weer verder lopen zegt hij, terwijl hij zijn blik nog even peinzend over het kerkhof laat glijden: 'Ja, Jacob, gekeid is niet noodig, mar je leggen ier vor je plezier!'

Waargebeurde verhalen

verzameld door Jan Visser (1939 – 2019)

Gezocht: betrokken bestuurslid (algemeen)

Wilt u zich inzetten voor de belangen en het welzijn van ouderen op Urk?

ANBO/PCOB afdeling Urk zoekt een algemeen bestuurslid dat wil meedenken, meebeslissen en meebouwen aan een actieve en betrokken afdeling.

Samen met de andere bestuursleden werkt u aan ontmoeting, belangenbehartiging en activiteiten voor onze leden. Bestuurlijke ervaring is welkom, maar zeker geen vereiste – betrokkenheid en een warm hart voor ouderen zijn het belangrijkste.

Wilt u van betekenis zijn en samen verantwoordelijkheid dragen? Neem dan vrijblijvend contact met ons op. U bent van harte welkom!

Leen van Loosen

Secretaris ANBO/PCOB afdeling Urk

06 20430803

Kijken maar niet zien

Er zijn zo veel wonderen om ons heen,

die wachten om ontdekt te worden,

die wachten op onze aandacht.

En we zien niets.

Omdat we niet met ons hart aanwezig zijn,

bij wat onze ogen ontmoeten.

Omdat we niet geïnteresseerd zijn.

Omdat we niet houden van wat we dagelijks zien.

Als je kijkt naar iemand van wie je houdt,

als je kijkt naar bloemen en vlinders en vogels,

omdat je ze mooi vindt.

Zie je altijd veel meer dan wat alleen je ogen zien.

Dan ontdek je dagelijks nieuwe wonderen.

Phil Bosmans
Uit: Neem je tijd

De eerstvolgende nieuwsbrief komt D.V. uit op 30 april 2026.

Acties ANBO-PCOB met de winkeliers op vertoon van uw ledenpas!

Albert Heijn Urk

Nagel 42, 8321 RG Urk, tel.: 0527 681634
Bezorgkosten bij aankopen boven € 25,- gratis + koffie staat klaar. Deze actie geldt de hele woensdag.

Bike Shop

Industrierondweg 20, 8321 EB Urk, tel.: 0527 684857
25% korting op spiegels

Koster Intertoys

Handelskade 8, 8321 KB Urk, tel.: 0527 686239
10% korting op alle wenskaarten

Slagerij Brouwer

Ransuil 55a, 8322 CP Urk, tel.: 0527 688222
De Hofstee 4, 8321 HG Urk, tel.: 0527 681760
Dinsdags 10% korting op uw aankopen

Bastiaan Schoenen

Pyramideweg 3, 8321 CG Urk, tel.: 0527 686868
Elke dag vóór 11.00 uur 10% korting op het aankoopbedrag van een paar schoenen uit de nieuwe collectie (niet op afgeprijsde artikelen)

Sportcentrum Keep Fit V.O.F.

Vlaak 8, 8321 RV Urk, tel.: 0527 685400
U mag 6x per maand 's middags tussen 14.00-17.00 uur sporten voor € 23,50

't Boekendal

Nagel 48, 8321 RG Urk, tel.: 0527 682110
10% korting op alle wenskaarten

Bakkerij De Kof

Hofstee 3, 8321 HG Urk, tel.: 0527 681218
Op dinsdag 10% korting op uw aankopen

Drogisterij/Parfumerie Chéri Urk

Ransuil 59, 8322 CP Urk, tel.: 0527 690105
Woensdagmorgen 10% korting op uw aankopen (niet op reclames/acties)

Esther's Hairfashion

Ransuil 62a, 8322 CP Urk, tel.: 0527 688383
Maandag t/m donderdag: 10% korting op wassen/knippen/drogen

't Vershuys Urk

Pyramideweg 11, 8321 CG Urk, tel.: 0527 690011
Elke werkdag van 8.00 uur tot 10.00 uur 10% korting op vlees/vleeswaren/groenten/fruitproducten

Schoenmakerij Visser

Rotholm 87, 8321 DJ Urk, tel.: 0527 685155
Bent u een sleutel kwijt, of is er één afgebroken? Wij maken weer een nieuwe voor u, en u ontvangt de tweede sleutel voor de helft van de prijs.

Kaptijn juweliers

Wijk 2-64, 8321 ES Urk, tel.: 0527 682210
10% korting op onze collectie sieraden en horloges bij ons filiaal op Urk (niet in combinatie met andere kortingen, acties, waardecheques, reparaties en goudinruil)

Kapsalon Hairline

't Klif 1, 8321 KG Urk, tel.: 0527 683618
Van maandag t/m donderdag ontvangt u bij ons 10% korting op knippen en permanent!

Piccobello schoenen

De Hofstee 5, 8321 HG Urk, tel.: 0527 262999
Iedere dag 10% korting, uitgezonderd aanbiedingen

Rijwielshop Rein Bakker

Lijkant 11a, 8321 LK Urk, tel.: 06 30445959
Geeft 5% korting op een reparatie!

Urker poelier

Bonairestraat 1, 8321 HA Urk, tel.: 0527 745081
Actie 4x boomstam, 5e gratis

Hair & Beautysalon De Kapper

Nagel 52, 8321 RG Urk, tel.: 0527 650675
Ma-do: 10% korting op wassen/knippen/drogen

Cigo Fides Tabakspecialzaak

Ransuil 67, 8322 CP Urk, tel.: 06 51 55 64 56
10% korting op wenskaarten

Spoonders

In het journal ging het over een initiatief om samen te koken. Jongeren kookten en aten samen met ouderen, en ze genoten beiden van de sociale kant van het samendoen en samenzijn.

“Komt zelf koken even niet uit? Kies niet voor een ongezonde diepvriespizza of een dure vette hap, maar ga voor de maaltijden van... Zo eet je tóch vers en gezond, zonder zelf in de keuken te hoeven staan.” Dat was de reclame die erna kwam.

Ik moest even nadenken hoe het bij ons gaat. Wij koken zelf. Eerlijk gezegd doet Alie het leeuwendeel. Plukken en schillen is dan weer meer mijn ding. Kookt u ook nog zelf? Of eet u van Talma via Tafeltje Dekje?

Er zijn ook allerlei nieuwigheden die ik hier kortweg maar samenvat als: “het nieuwe eten”. Even naar de snackbar, en een magnetron en een airfryer staan ook in onze keuken. Maar ook de andere kant op lijkt een trend te zijn. Bewust en gezond, en ook vegetarisch en vegan. Zo veel mensen, zo veel wensen! En het komt allemaal samen aan onze eettafel.

Ik was pas geleden op een zaterdagochtend bij een echtpaar dat belangstelling voor het lidmaatschap toonde. De achterdeur stond open, en ik riep “volluk”.

“Kom maar verder!”

“Gedag, ik heb de informatie waar we het over hadden. Dan kun je zelf bekijken of jullie het wat vinden.”

Ik was er net voor de kost. De geur van eten vulde mijn neus. Ik keek naar de grote pan en kreeg zelfs zin in de kost. De vrouw had het in de gaten. “Wij eten echte winterkost vandaag; mijn man heeft het liefst stevige kost.”

Ik vertelde dat wij vroeger, als vaste prik op zaterdag, al was het dertig graden, de gerechten snert en bonensoep met een visje afwisselden.

“De zweetdruppels vielen weleens in mijn bord.”

“En... smaakte dat?” vroeg de man.

“Kostelijk,” was mijn antwoord.

“Nou, zie je wel, dat ik niet de enige ben,” zei hij daarop tegen de vrouw des huizes. “Kost die vult, daar heb je wat aan.”

Laat het nu zo zijn dat zij de bewuste en gezonde kant op wilde, en hij dus niet. Het nieuwe en het oude eten kwamen hier bij elkaar. Maar ze aten gelukkig samen, en ze genoten beiden van de sociale kant van het samendoen en het samenzijn. En dan is het toch altijd kostelijk?

H.H.

Jarigen van maart

Wij feliciteren van harte al onze leden van 75 en ouder die in de komende maand hun verjaardag vieren.

- | | |
|-------------------------------------|------------------------------------|
| 1 G. van Urk-Brouwer (77) | 19 H.J. Smit (80) |
| 3 J. de Munnik-de Vries (92) | 20 A.M. Kramer (78) |
| 4 N. de Vries-Brouwer (79) | 20 K. Fidder-ten Napel (81) |
| 5 L. Meun (78) | 20 A. Bette-Bakker (90) |
| 6 R. Kieft (78) | 21 W. Romkes-Post (79) |
| 7 B. Visser-Bakker (78) | 21 C. Kramer-Bos (82) |
| 8 M.C. de Vries-Romkes (84) | 21 J. van den Berg (75) |
| 9 M. Kaptijn-de Vries (83) | 21 E. de Boer-van Urk (89) |
| 11 H. Westra (74) | 22 T. Visser-Hakvoort (80) |
| 12 H. Bos-Post (76) | 23 L. Bakker (74) |
| 12 A. Loosman-Post (80) | 23 A. Ras-Bos (79) |
| 12 R. Post-Schraal (81) | 25 J.H. Huyer-Post (93) |
| 18 R.L. Brouwer (74) | 27 C. Janson-Weerstand (80) |
| 18 G. de Vries-Romkes (92) | 29 T. Jenema (79) |
| 19 K. de Boer (80) | |

Jarigen van april

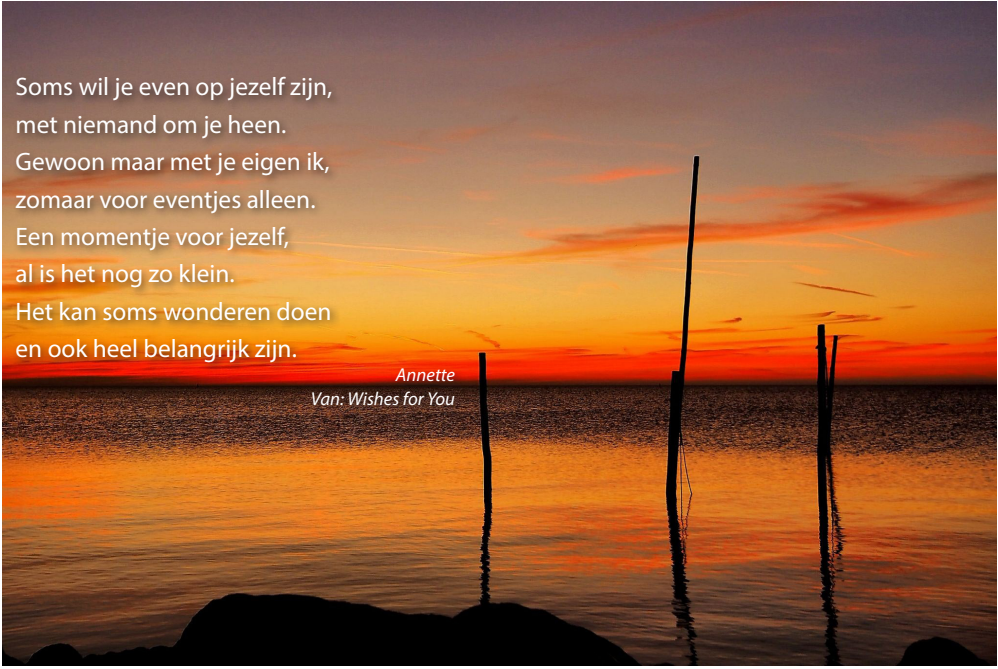
Wij feliciteren van harte al onze leden van 75 en ouder die in de komende maand hun verjaardag vieren.

1 G. Laseur-Bakker (81)	15 L. van Kuijk (75)
1 L. de Vries (81)	17 J. Meun-Ynema (78)
2 J. van den Berg (83)	18 G. Kapitein (81)
4 J. Romkes-Post (94)	18 M. Hakvoort (81)
5 L. Bos (80)	19 M.J. de Boer (80)
5 J. Oost (86)	20 K. Schaak (88)
6 T.M. Bakker-van Slooten (75)	20 A. van Veen-Bakker (81)
8 J. Jansen (75)	22 J. Schenk (82)
9 J. Visser (86)	23 H. Bontkes-Hakvoort (76)
11 W. Ras-Kramer (89)	25 J. ter Beek-Wakker (76)
14 N. van der Heyden-Korf (77)	26 T.J. Smit-Bos (80)

Overleden

In de afgelopen maanden zijn drie van onze leden overleden. Onze gedachten gaan uit naar de nabestaanden.

2 december S. Kramer-Brands (92)	12 januari J. van den Berg- van Slooten (92)
23 december P. Oost (74)	



Soms wil je even op jezelf zijn,
met niemand om je heen.
Gewoon maar met je eigen ik,
zomaar voor eventjes alleen.
Een momentje voor jezelf,
al is het nog zo klein.
Het kan soms wonderen doen
en ook heel belangrijk zijn.

Annette
Van: *Wishes for You*

PCOB afdeling Urk

Voorzitter

Hessel Hakvoort
Tel.: 06-14 90 52 03
hhakvoortpb16@gmail.com

Penningmeester en leden- administratie

Klaas Baarssen
Tel.: 06-83 21 53 46
klaasbaarssen@solcon.nl

Algemeen adjunct

Adrie Melaard
Tel.: 06-10 14 81 75
a.melaard@kpnmail.nl

Secretariaat

Leen van Loosen
Tel.: 06-20 43 08 03
leen@solcon.nl

Redactie nieuwsbrief

Trudy Visser-Ras
Tel.: 06-12 06 03 34
tvisserras@home.nl

Beheerder website

Marina Visser-Meijer
Tel.: 06-23 89 60 80
marinavisser58@gmail.com

Voorzitter activiteitencommissie

Anja Ruiten
Tel.: 06-45 33 43 59
anjaruiten@gmail.com

Verspreiding Ouder EN Wijzer

Familie Baak
Tel.: 68 27 13
bettiebaak@solcon.nl

Bankrekeningnummer

NL63 RABO 0117 0202 06
Rabobank Urk.
(Giften zijn hartelijk welkom)