

## Van de voorzitter Gerrit Krol

### **Dames en Heren, leden en vrienden van de ANBO-PCOB Leeuwarden,**

Aan het einde van de zomer wordt het hoog tijd om elkaar weer te ontmoeten. Deze zomer was soms droog, soms nat, maar ook zo nu en dan behoorlijk warm. Temperaturen boven de 35 graden waren niet ongewoon. Gelukkig hebben we, op dit moment, weer 'normaal' Nederlands weer. En dus is het ook normaal dat we eind september elkaar weer ontmoeten in de o zo vertrouwde Kurioskerk.

Een nieuw vergaderseizoen betekent nieuwe energie, nieuwe ontmoetingen en vooral elkaar weer zien. Wat dat is waar het in onze bijeenkomsten om draait, naast de belangenbehartiging op landelijk niveau, het samenzijn, samen delen en samen genieten van een fijne middag. We hebben een topverteller uitgenodigd voor de september bijeenkomst (zie verderop in deze nieuwsbrief). Een middag die u niet mag missen. Voor de rest van het seizoen hebben we een afwisselend programma met o.a. interessante sprekers, die ons ongetwijfeld aan het denken zullen zetten, ons zullen informeren en ook wel zullen verrassen. En ondertussen even bijpraten, samen een kop koffie drinken. Juist die momenten maken onze bijeenkomsten zo waardevol.

Ik hoop dan ook dat u de komende maanden met plezier naar onze bijeenkomsten komt en dat u misschien ook eens iemand meeneemt die nog geen lid is. De ANBO-PCOB Leeuwarden blijft immers levendig wanneer we qua leden aantal stabiel blijven, of zelfs een beetje groeien.

Laten we er samen een prachtig seizoen van maken. **Van harte welkom en veel plezier!**

En slot veel gezondheid en Gods zegen toegewenst!

### Herfst

*Donkere wolken pakken zich samen,  
een regenbui klettert tegen de ramen.  
De zomer is **weer** verdwenen,  
een nieuw seizoen verschenen.*

*Ook in de herfst van ons eigen leven,  
wil Hij ons kracht en sterkte geven.  
Laten wij daarom steeds maar weer,  
ons vertrouwen stellen op De Heer!*

Fedde Nicolai

### Lief en Leed...Karin Brouwer

#### **Nieuw leden:**

Piet (P.J.) van der Leij, Leeuwarden  
Pieter (P.). Zuidema, Leeuwarden  
Ben (B.G.) Engelen, Leeuwarden  
Hannah (M.J.) van der Feen, Leeuwarden  
Grytje (G.H.A.) Pol, Leeuwarden  
Folkert (F.) Jongma, Stiens



We heten u allen van harte welkom bij onze afdeling en hopen dat u zich snel thuis zult voelen.

## **Verhalenverteller Frank Belt**

Friesland zit vol verhalen. Volksverhalen, *sagen en nijsgjirrige*, waargebeurde verhalen.

Verhalenverteller Frank Belt woont alweer zo'n 20 jaar in Fryslân en houdt van die verhalen.

Op 29 september neemt hij u mee op reis door Fryslân. Onderweg hoort u over schavuiten en schelmen, sterke vrouwen en humoristische avonturen. Wie weet wat voor verhalen dat weer bij u oproept.

Frank leerde het vertellen lang geleden kennen toen hij nog leerkracht was in het basisonderwijs. Hij werd direct gegrepen door de verbeeldingskracht ervan. Intussen neemt hij velen mee in die verbeelding, volwassenen en kinderen, op scholen, bij verenigingen en in theaters, in Nederland en daarbuiten. Het bestuur hoopt dan ook weer op een **volle zaal op 29 september!!**

Frank Belt even voorstellen: [opverhaal.nl/even-voorstellen](https://opverhaal.nl/even-voorstellen)

## **Van de Penningmeester Henk Halma**

### **ANBO-PCOB Leeuwarden doet mee aan Rabo ClubSupport!**

Van 7 september tot en met 29 september 2026 kun je op ons stemmen.



**RABO  
CLUBSUPPORT  
STEM OP ANBO-  
PCOB LEEUWARDEN**

Met jouw stem steun je onze activiteiten voor senioren in de gemeente Leeuwarden. Wij organiseren gezellige ledenmiddagen met interessante sprekers en volop gelegenheid voor ontmoeting. Ook zetten wij ons in voor Omzien naar Elkaar, met onder andere aandacht voor onze leden van 80 jaar en ouder.

👉 **Iedere stem telt!**

*Stemmen kan als je lid bent van Rabobank Leeuwarden-Noordwest Friesland. Ben je wel klant van Rabobank, maar nog geen lid? Lid worden is gratis en eenvoudig te regelen via de Rabo App.*

STEM VANAF 7 SEPTEMBER  
IN DE RABO APP

de Nederlandse  
Rabobank

Hoe meer stemmen een club krijgt, des te hoger het geldbedrag dat de Rabobank uitkeert voor het lokale doel. In 2025 werd er in totaal € 19,8 miljoen verdeeld over meer dan 35.000 clubs.

Ken je familie, vrienden of bekenden die lid zijn van Rabobank Leeuwarden-Noordwest Friesland?

Vraag hen dan ook om op ANBO-PCOB Leeuwarden te stemmen!

Naast ons mag je nog stemmen op 2 andere verenigingen naar keuze.

Samen maken we ontmoeting en aandacht voor senioren mogelijk. ❤️

## **Laat ons weten waar uw interesse ligt. Samen maken we er iets moois van.**

Naast belangenbehartiging zijn **verbinding en ontmoeting** belangrijke speerpunten van ANBO-PCOB Leeuwarden. Daarom wilden we graag weten aan welke activiteiten u behoefte heeft.

In maart hebben we hierover een vragenlijst uitgezet. Twee derde van de leden van onze afdeling is bereikbaar via e-mail. Tien leden hebben de vragenlijst ingevuld en teruggestuurd, oftewel 7%.

Uit de reacties blijkt dat er vooral belangstelling is voor activiteiten waaraan u kunt deelnemen.

Zelf activiteiten organiseren spreekt minder aan. Er is onder andere interesse in een **middag- of dagreis, museumbezoek, Pantropica, Intratuin, een high tea, citytour, praamvaren en samen eten.**

Ook is er waardering voor onze themamiddagen, zoals de bijeenkomst met Age Veldboom, en voor de paasviering. De vroegere **bus-middagreis** wordt gemist.

Verder is er belangstelling voor **activiteiten in het weekend**, maandelijkse activiteiten en hulp bij het gebruik van **computer en smartphone**.

Niet iedere activiteit past bij iedereen. Gelukkig zijn de interesses verschillend en is er ruimte voor een gevarieerd aanbod. **Samen kunnen we ervoor zorgen dat er voor iedereen iets leuks en passends te doen is.**

### Wie helpt ons?

De conclusie is duidelijk: **u wilt graag meedoen aan activiteiten, maar het organiseren daarvan vraagt om extra hulp.**

Daarom zijn wij op zoek naar leden die het leuk vinden om mee te denken en te helpen bij het organiseren van activiteiten. Wie wordt onze verbinder?

U hoeft niet alles alleen te doen. Samen met andere vrijwilligers en het bestuur kunnen we activiteiten voorbereiden en organiseren.

Heeft u interesse of een goed idee? Neem dan contact met ons op via [anbo.pcob.leeuwarden@gmail.com](mailto:anbo.pcob.leeuwarden@gmail.com) of spreek een van de bestuursleden van ANBO-PCOB Leeuwarden aan.

### Samen maken we er iets moois van!

#### Samen ouder worden in uw eigen buurt met de Leefcirkel

Een Leefcirkel, ook wel verzorgingscirkel genoemd, is een klein netwerk van buurtgenoten die naar elkaar omkijken en elkaar helpen met kleine, praktische zaken.

Soms heeft u zelf hulp nodig, en soms kunt u juist iets voor een ander betekenen. Zo blijft u langer zelfstandig, vergroot u uw sociale contacten en staat u er niet alleen voor.

Samen zorgen deelnemers voor meer verbinding, vertrouwen en ondersteuning in de buurt.

**Ontdekt hoe uw samen met uw mensen meer verbinding en betrokkenheid in uw omgeving kunt creëren.**



ANBO-PCOB organiseert workshops over Leefcirkels door het hele land. Ook in Leeuwarden vond een dergelijke bijeenkomst plaats. Op maandag 31 augustus kwamen ongeveer 25 belangstellenden bijeen in Wijkcentrum Aldlân.

Tijdens deze interactieve workshop van 2,5 uur maakten de deelnemers kennis met de uitgangspunten van een Leefcirkel. Er werd onder andere besproken hoe buurtgenoten elkaar kunnen ondersteunen en hoe een Leefcirkel kan bijdragen aan meer onderlinge betrokkenheid en verbondenheid in de buurt.

Meer informatie over Leefcirkels vindt u hier: [anbo-pcob.nl/thema/thema-leefcirkels](https://anbo-pcob.nl/thema/thema-leefcirkels)

### **Nieuwe Ledenraad ANBO-PCOB gekozen**

“Tot mijn genoegen kan ik u melden dat bij de verkiezing voor de leden van de Ledenraad op uw persoon voldoende stemmen zijn uitgebracht om verkozen te worden tot lid van de Ledenraad”, bericht de Kiescommissie aan Henk Halma.

In totaal zijn 2038 stemmen uitgebracht. Het zijn er ca. 1,8% van stemgerechtigden leden van ANBO-PCOB. Van de 2038 zijn er 93% stemmen online uitgebracht en 7% geldige stemmen telefonisch. Er zijn 104 stemmen uitgebracht op de kandidaat Henk Halma. De kiesdeler bedroeg 68 stemmen.



De nieuwe Ledenraad kent een mooie landelijke spreiding. Uit vrijwel alle provincies zijn leden gekozen. Twee leden wonen in Noord-Nederland. De nieuwe Ledenraad bestaat uit leden met verschillende achtergronden binnen de vereniging: voormalige ANBO- en PCOB-leden én leden die rechtstreeks lid zijn geworden van ANBO-PCOB. Alle negen vrouwelijke kandidaten zijn verkozen! Van de 30 verkozen kandidaten zijn er 17 oorspronkelijk ANBO, 10 oorspronkelijk PCOB en 3 rechtstreeks lid ANBO-PCOB.

Een nadeel was dat de stemming plaatsvond gedurende een periode van slechts twaalf dagen, midden in de zomerperiode. De relatief korte stemperiode maakte het niet gemakkelijk om leden op de juiste momenten te bereiken. Daarnaast werkte het terugvinden van het nieuwe lidmaatschapsnummer van ANBO-PCOB niet in het voordeel. ANBO-PCOB is blij met de betrokkenheid bij de verkiezingen en in het bijzonder met alle leden die zich kandidaat hebben gesteld. In totaal waren er 36 kandidaten voor 30 plaatsen. Dat laat zien dat leden bereid zijn om zich actief in te zetten voor de vereniging.

De Ledenraad heeft een belangrijke stem bij relevante besluiten binnen de vereniging, zoals de begroting en de contributie.

Voor meer zie: [anbo-pcob.nl/nieuws/nieuwsberichten/nieuwe-ledenraad-anbo-pcob-gekozen](http://anbo-pcob.nl/nieuws/nieuwsberichten/nieuwe-ledenraad-anbo-pcob-gekozen)

“We kijken uit naar een nieuwe periode van betrokkenheid en samenwerking!”, aldus de Kiescommissie.

### **Ledenbijeenkomsten 2026/2027**

|                 |                                                                                        |
|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| 27 oktober      | <b>Âlde Fryske Tsjerken</b> door Atze Jan de Vries                                     |
| 24 november     | <b>Op reis door Scandinavië</b> met Nieske Coster uit Menaam                           |
| 15 december     | <b>Advent-/ Kerstviering</b> met Sebastiaan Schippers (orgel/ piano) en zijn koren     |
| 26 januari 2027 | <b>Proeverij Apetito (Let op de aanvangstijd!)</b> - 12:00 uur, inloop vanaf 11:30 uur |

### **Jubelt God Ter Eer**

*Met Anne Sjoerd Bakker, Sjoukje en Liewe van der Zwaag, Piet Brouwer.*



U kent vast wel het geestelijk programma Jubelt God Ter Eer op Omroep Leeuwarden op de woensdagavond van 21:00- 22:00 uur. Maar wist u al dat er op zondagavond van 21.00 tot 22.00 uur nu ook een uur geestelijke muziek Jubelt God Ter Eer **Non Stop** te beluisteren is op uw lokale omroep.

Dan bij deze een mooie luistertip wellicht!

### Onze contactgegevens ANBO-PCOB Leeuwarden

Heb je vragen, tips of tops voor wat betreft de afdeling ANBO-PCOB Leeuwarden? Neem dan contact op met **Karin Brouwer**. E-mailadres [anbo.pcob.leeuwarden@gmail.com](mailto:anbo.pcob.leeuwarden@gmail.com)

#### **Bestuur:**

**Gerrit Krol** voorzitter; **Karin Brouwer** Secretaris/ Ledenadministratie; **Henk Halma** penningmeester; **Anne-Sjoerd Bakker**, nieuwsbrief; **Koos Nieuwenhuis**, Lief & Leed;

Ondersteuner:

**Anne Bosma** bezorging Nieuwsbrief.

### Slieker Senioren Filmmiddag



Op donderdag 17 en donderdag 24 september wordt 'I'm Still Here' vertoond tijdens de Seniorenmiddag, een middag die staat voor ontspanning, gezelligheid en film. De ticketprijs is inclusief een consumptie en een half uur voor aanvang van de film gaat de koffiehoeck open. O ja, en je hoeft geen senior te zijn (of je zodanig te voelen) om de film te kunnen bijwonen. **Let op: de Seniorenmiddag op de derde donderdag van de maand begint om 14:00 uur!**

Gebaseerd op de memoires van Marcelo Rubens Paiva, vertelt 'I'm Still Here' het waargebeurde verhaal van de verdwijning van zijn vader, voormalig congreslid Rubens Paiva, tijdens de Braziliaanse militaire dictatuur in de jaren zeventig.

De levens van Rubens Paiva's echtgenote Eunice (Fernanda Torres) en hun vijf kinderen veranderen na de verdwijning abrupt en voorgoed. Eunice wordt gevangengenomen en onder druk gezet door het regime om haar vrienden en familie te verraden. Als ze 12 dagen later wordt vrijgelaten, zet ze alles op alles om zich af te zetten tegen het corrupte regime en te strijden voor de rechten van duizenden verdwenen, onschuldige burgers en hun families.

Regisseur Walter Salles ('Central Station', 'The Motorcycle Diaries', 'On the Road') is na lange tijd terug als fictieregisseur en maakt met dit krachtige portret voor het eerst in 16 jaar weer een film in zijn thuisland Brazilië, waar de film een regelrechte box office hit werd. De film ging in première tijdens het filmfestival van Venetië en actrice Fernanda Torres won voor haar rol de Golden Globe voor *Beste Actrice* in de categorie *Motion Picture – Drama*. **I'm Still Here** 2025 – 139 min.

★★★★★ "Een van de meest emotioneel geladen en rake films die in lange tijd zijn uitgebracht" – Friesch Dagblad 15-03-2025

### September

September, toegift van de zomer.  
De appels laten hun stamverband los  
en liggen te vondeling in het gras.  
Wij rapen de gedachten bij elkaar,  
verzamelen wat de zomer bracht,  
een oogst herinneringen.



Daar teren we op.  
Maar de dichter, hij gaat zijn pen  
diep in de woorden dopen  
en legt zijn stem te vondeling  
op het papier.

*Uit: Voor de gelukkige vinder – Jaap Zijlstra*