

Houvast



ANBO
PCOB
Kampen

Nieuws van de PCOB afdeling Kampen
September 2026 / Nummer 369



In dit nummer:

Van de voorzitter

Overdenking

Van de belangenbehartiger

Verslagen dagreizen

Contactmiddagen

Lief en leed

en nog veel meer...

ANBO-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, 06-54988915, gertwillems@solcon.nl

Commissie Lief en Leed:
Jansje Tuin,
Horstingel 38, 8266 HE Kampen,
06-26469855, tuin.jansje@home.nl

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

Houvast:
Herma Korenberg,
Tuinfluiter 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.

Voor betaling van uw deelname aan **reizen en uitjes** geldt het banknummer **NL14 INGB 0008 6222 92** t.n.v. ANBO-PCOB Afd. Kampen Activiteitencommissie

Voor het betalen van **giften** geldt het banknummer **NL27 RABO 0386 9916 42** t.n.v. ANBO-PCOB Afd. Kampen

Commissie Lief & Leed:
Coördinator: Mevr. B. Feijth,
Ooievaarstraat 25, 038-3318969

Webmaster:
Jaap 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

Hand en voet (voor kleine karweitjes):
Wander Hup, 038-3322005 / 06-22489159
Rennie Flier, 06-44551413

Foto voorzijde met dank aan Jos Beerens.

Houvast is een uitgave van de ANBO-PCOB afdeling Kampen

Redactiecommissie: Jennie Tol,
Tuinfluiter 41, 8271 HK IJsselmuiden

Redactieadres: Herma Korenberg,
Tuinfluiter 51, 8271 HK IJsselmuiden,
06-48724155, houvastkampen@hotmail.com

Webmaster: Jaap Kroon,
Winde 99, 06-10496482, jakroon@home.nl

Verspreiding: Henk Sleurink,
Telefoon 06-57674987, ha.sleurink@hetnet.nl
Ook voor behandeling van klachten over de bezorging.

Advertentie acquisitie:
vacature

De volgende *Houvast* verschijnt eind september.
De sluiting voor het inleveren van kopij is **16 september**.



Ook dit jaar mochten mijn vrouw en ik weer een tijdje in Frankrijk verblijven. Gelukkig hebben we geen bosbranden meegemaakt toen wij er waren. Wel waren we op een camping, een beetje westelijk van de stad Narbonne, waar rondom de camping eigenlijk alle vegetatie een jaar eerder was verbrand. Onvoorstelbaar hoe zwartgeblakerd de omgeving dan is. En dan te bedenken dat, naar verluidt, de brand ontstaan was doordat iemand die tot een brandweerkorps behoorde een nog brandend sigarettenpeukje uit zijn auto had gegooid. Het is een wonder dat de bomen en struiken op de camping grotendeels aan die brand zijn ontsnapt.



We hadden het goed naar onze zin. En we hebben verschillende streken bezocht. Het was ons zelfs gegeven om in Barcelona het prachtige bouwwerk van Gaudi te bezichtigen. We werden er stil van.

Voor al door de betekenis die hij als gelovig architect aan de verschillende kenmerken van de Sagrada Família heeft toegekend: bijvoorbeeld de 4 torens, die de 4 evangelienschrijvers symboliseren. Gaudi vond dat de hoogste toren (172,50 m), die de Christustoren wordt genoemd, niet hoger mocht zijn dan de heuvels bij Barcelona (de Montjuïc plusminus 177m hoog. "Niet God naar de kroon steken" was zijn motivatie. Over dit bouwwerk en ook over het bouwproces kan veel worden verteld, maar ik laat het hierbij.

Ik wil u nu meenemen naar iets anders, ook een wederwaardigheid in onze vakantie. Spectaculair is het niet. Uiteraard doen wij ook dan boodschappen. We gingen op een dag naar een supermarkt (de Lidl toevallig). Met de betaalde proviand liepen we langs een schap met (Franstalige) folders. Ik nam er eentje mee. Net als hier bevat de folder daar informatie over producten, die in de reclame zijn.

De laatste pagina bevatte een opvallende immateriële boodschap. U weet vast wel van de Franse revolutie, 1789, de bestorming van de Bastille (een gevangenis). Het moest afgelopen zijn met rangen en standen (vooral met de hogere stand die in toenemende luxe leefde ten koste van de lagere standen). Nee, vanaf die revolutie zou het land gebaseerd moeten zijn op: *liberté, égalité, et fraternité* (vrijheid, gelijkheid en broederschap). Nu voer ik hier geen pleidooi voor die waarden. Denk dan maar liever aan geloof, hoop en liefde, of aan vrijheid, gelijkwaardigheid en solidariteit¹. Maar die drie Franse termen stonden prominent op de achterkant van de folder (voor 5-12 juli). Echter, deze winkelketen heeft er een principe aan toegevoegd, namelijk *generosité/vrijgevigheid* of *guldigheid*.

¹ Ned Dagblad maandag 27 juli 2026 Sjirk Kuiper, in commentaar: onze basiswaarden in een democratische rechtsstaat

Du jeudi 09/07 au 15/07

Liberté, égalité, fraternité et générosité toute l'année.



Baguette
croustille

Le produit de 250 g : 0,95 €
(1 kg = 3,80 €)

Les 4 produits dont 1 OFFERT :
2,85 € (1 kg = 2,85 €)
au lieu de 3,80 € (1 kg = 3,80 €)

3+1
OFFERTE 0,95

Toute
l'année

0.71

Nu zal de supermarktketen daar mee bedoelen dat ze behoorlijk vrijgevig zijn via een lage prijs voor goede producten. Dat laat ik even in het midden. Maar wat zou de samenleving ervan opknappen wanneer iedere burger genereus is en zich genereus gedraagt. Ben je genereus, dan houdt dat in dat je gul, vrijgevig of edelmoedig bent. Je deelt gemakkelijk met

anderen (of het nu gaat om geld, aandacht of spullen) en je bent vaak vergevingsgezind of grootmoedig in het omgaan met fouten van een ander. Een zekere mildheid. Dat zou onze samenleving een stuk aangenamer maken. Het is toch grappig dat een supermarkt op het idee komt om de drie belangrijkste leuzen van de Franse revolutie aan te vullen met een vierde. En dan niet met zomaar een, maar een principe dat niet duidt op het eigen belang, maar op dat van de ander. Het schept een ander kader: respect voor anderen, behulpzaam zijn, en ik denk ook aan vriendelijkheid.

Je zou zeggen dat generositeit wel onder de waarde broederschap valt. Dat is vandaag helaas niet vanzelfsprekend meer. Ook niet in Nederland. Al jaren zien en horen we taalverruwing in de omgang. Veel Tweede Kamerleden doen het zelfs voor tijdens debatten. Het is jammer, want met woorden kun je ook schieten. 'Schieten' met woorden op een ander? Dat maakt de maatschappij niet veiliger. En, nota bene, dacht ik: een supermarkt in Frankrijk signaleert het, en legt de vinger erbij. Met royaal zijn in onze omgang vertegenwoordigen we meer wat de Bijbel ons leert: 'uw vriendelijkheid zij alle mensen bekend' (Fil 4:5 en 6). Het is een vrucht van de Geest, zegt Paulus in de brief aan de Galaten. Wie vriendelijk is heeft respect voor de ander, beschimpt niet, bouwt de ander op, en ziet de ander staan. Een mooie opdracht voor ons allemaal. Wees uit principe genereus!

Jacob Schaap

V.O.F.

HUISMAN

KANTOOR MACHINE SERVICE

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.



Vrijwel iedereen kent het spreekwoord 'Spreeken is zilver, zwijgen is goud'. Een waar woord. Hoewel, niet altijd. Soms is zwijgen zilver en spreken goud. Bijvoorbeeld als je onrecht wordt aangedaan. Dan spreek je opdat je recht gedaan wordt en onrecht een einde neemt. Of als je niet gehoord wordt. Dan spreek je opdat ook jij wordt gehoord. Of als 'God waarom?'-vragen knagen aan je ziel, je geloof onderuithalen. Je herkent het vast wel. Dan nog langer zwijgen blokkeert je geloof, ontnemt je alle zelfvertrouwen en maakt je somber en neerslachtig. Ook spreken kan dus goud zijn: opkomen voor je recht, roepen om gehoor, je waarom-vragen uitschreeuwen voor God.

1 Aangrijpend gebed

We lezen hierover in een van de liederen van David, psalm 39.



Een heel aangrijpend en herkenbaar lied. Je moet dit indringende gebed maar eens in alle rust stil voor jezelf doorlezen. Het is een lied waarin David barst van de vragen. Maar omdat ook hij blijkbaar meent dat zwijgen goud is en vindt dat hij zich moet beheersen, zwijgt hij. Met alle gevolgen van dien. Hij schrijft: 'Ik zweeg en vond geen verlichting, ik voelde steeds heviger pijn. Het brandde in mijn binnenste, bij mijn zuchten laaide een vuur op.' (vers 3 en 4) Totdat hij niet langer meer kon zwijgen en zo zijn tong begon te spreken. Hij kon het niet meer binnen houden. Z'n tong begon gewoon. Hij barstte uit in een aangrijpend gebed.

2 Binnenstebuiten

Wat bad David? Wat kon hij niet langer binnen houden? Geen mooi geformuleerd keurig gebed uit een boekje. Nee, zijn ziel barst open. Hij keert zichzelf binnenstebuiten voor God. Alles wat hem bezighoudt - of het nu theologisch klopt of niet - spreekt hij uit voor God. Zo bidden, zo spreken is meer dan zilver. Wat hij allemaal zegt? 'Geef mij weet van mijn einde, Heer, laat mij weten hoe vergankelijk ik ben.' (vers 5) Hij beseft dat hij een heel kwetsbaar en slechts tijdelijk mensenkind is. Onze dagen zijn niet meer dan een handbreedte. Juist daarom is elke dag zo kostbaar en waardevol. Hij vindt geen gehoor, noch bij mensen die niets van zijn geloof begrijpen, noch bij God. 'Wees niet doof voor mijn verdriet' (vers 13), zo bidt hij.

3 Roep om gehoor

Door niemand begrepen worden en bij God geen gehoor vinden. Herken je het? Hoe afschuwelijk alleen kan dat voelen. David beseft dat het kwaad dat hem nu treft - waarschijnlijk een ernstige ziekte - alles te maken heeft met de verkeerde keuzes die hij gemaakt heeft en met de straf van God hiervoor. Of dit nu zo is of niet - voor ons niet



gemakkelijk om dit verband zo direct te zien -, David beleeft het zo. Aan het einde van de psalm bidt hij: 'Wend uw straffende blik van mij af.' (vers 14)

Davids gebed is een grote roep om gehoor en inzicht. 'Hoor mijn gebed, Heer, luister naar mijn hulpgeroep.' (vers 13)

Bidden is geen spreken over God, maar spreken tot God. Van je hart geen moordkuil maken maar een appel doen op de Allerhoogste, ons enige houvast.

4 Stem geven

Midden in de psalm, te midden van vragen, pijn en verdriet, klinkt: 'Wat heb ik dan te verwachten, Heer? Mijn hoop is alleen op U gevestigd.' (vers 8) Om deze hoop draait de hele psalm.

Waar spreken stem geven is aan wat er woelt in je ziel, en draait om de hoop op God, daar promoveert het van zilver naar goud.

Deze tekst komt uit de uitzending van Nederland Zingt van 21 mei 2023.



Ds. René de Reuver,
Voormalig scriba
generale synode



Tandprothetische Praktijk

Erkend specialist van uw kunstgebit

- * GRATIS CONTROLE VAN UW KUNSTGEBIT
- * DIRECT REPARATIE
- * ZONDER VERWIJZING VAN DE TANDARTS



www.tppbos.nl

[038-3033076](tel:038-3033076)

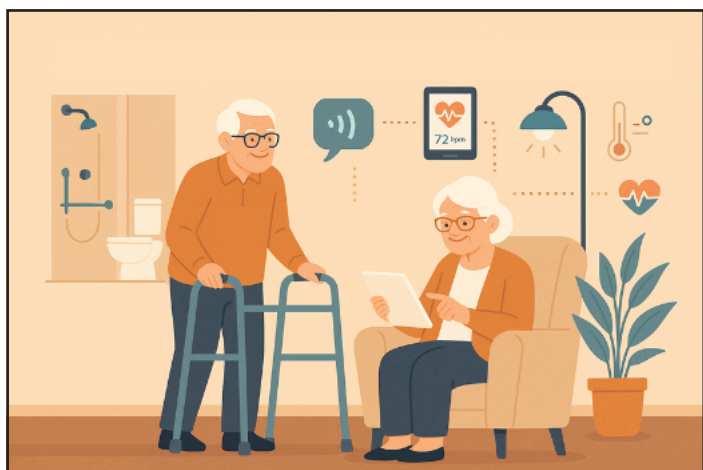


Winkelcentrum Flevowijk
Lelystraat 46, Kampen

Verslag contactmiddag op 15 april

Na de ledenvergadering, waar circa 28 leden aanwezig waren vult de zaalruimte zich met leden die komen voor de contactmiddag met als onderwerp "Langer Thuis Wonen".

De voorzitter (her)opent de vergadering en contactmiddag, we zingen Liedboek 634; 1 en 2 en brengen zo zingend de Here de glorie. Daarna lezen we uit 1 Kor. 15 over het Paasfeest waarin Paulus de boodschap van ons fundament brengt. Dat is gebouwd op Christus sterven aan het kruis en de opstanding daarna. In die geest van genade "mercy en grace" mogen wij hem eren met onze stem en ons leven.



Over het onderwerp langer thuis wonen worden we vanmiddag op weg geholpen door Rian Huijsmans en Dian Paasman, beiden werkzaam bij IJsselheem.

Zij hebben een presentatie gemaakt van alle ontwikkelingen en activiteiten rond het onderwerp waar zij in hun dagelijkse werk mee bezig zijn.

Er is een trend gaande naar; wat je zelf thuis kunt, moet je ook zelf thuis doen. De menskracht is beperkt en door de verwachte stijging van het aantal ouderen zal de behoefte aan mensen in de ouderen-sector toenemen, maar het geld daarvoor is niet oneindig voorradig. We moeten met elkaar proberen om die ontwikkeling open tegemoet te zien en daarop

anticiperen, bijvoorbeeld door meer zelfredzaamheid en onderlinge "voorzorg" te organiseren.

Het onderwerp wordt uitvoerig gedocumenteerd met filmpjes en tekst en tussentijds wordt een adempauze ingelast met koffie en thee en een slank koekje.

Een belangrijke uitspraak is: hulp vragen is moeilijker dan hulp geven! Na deze interessante informatie ontvangen de IJsselheem-dames ieder een fors bloemstukje en een dankwoord van Leentje van Dijk namens ons allen.

De voorzitter sluit om 16.30 uur de vergadering, wenst iedereen een goede zomertijd toe en tot ziens op de nog komende uitjes en/of de volgende contactmiddag op 16 september 2026!

Thuiszorg nodig?

ieliezorggroep.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

GEZOCHT

100 vrijwilligers voor Bibliotheek Kampen

Op zoek naar leuk en zinvol vrijwilligerswerk? Ben jij iemand die anderen graag verder helpt? Weet jij de weg te vinden op het internet, en dan specifiek op de websites van de overheid? Of wil je hier graag in verdiepen? Dan zoeken we jou!

Wat is het IDO?

Het Informatiepunt Digitale Overheid (IDO) is dé plek in de bibliotheek waar mensen terecht kunnen met vragen over de digitale overheid. Denk aan hulp bij DigiD, het verlengen van een rijbewijs, het aanvragen van toeslagen of het vinden van de juiste gemeentelijke regelingen.

Wat ga je doen?

Als vrijwilliger wijs je bezoekers de weg naar de juiste informatie op verschillende websites. Je bent een luisterend oor en kijkt of iemand misschien extra hulp nodig heeft. Indien nodig zorg je voor een warme overdracht naar de juiste gespecialiseerde instantie in Kampen.

Beschikbaarheid:

We zoeken versterking voor onze spreekuren op de:

- **Dinsdagochtend:** 10.00 - 12.00 uur
- **Woensdag- of donderdagmiddag:** 13.00 - 15.00 uur



Dit ben jij

- Je bent gastvrij en maakt makkelijk contact met bezoekers.
- Je kunt goed doorvragen om de 'vraag achter de vraag' te ontdekken.
- Je laat de regie bij de bezoeker; je helpt ze om het zélf te doen.
- Respect en vertrouwelijkheid zijn voor jou vanzelfsprekend.

Scholing

Om je goed voor te bereiden, bieden we een training aan.

Deze bestaat uit een deel e-learning over overheidsorganisaties en een praktijkdeel waarin klantcontact centraal staat.

Zo ga je goed voorbereid aan de slag!

Belangstelling?

Stuur een email naar Floor Wessels (Coördinator IDO) via floor.wessels@bibliotheekkampen.nl of bel 06 24575217

de Bibliotheek
Kampen



Verslag 5-daagse reis naar Valkenburg



Maandagochtend 22 juni 2026 was de bus mooi op tijd bij het gemeentehuis, met een ons bekende chauffeur Sjacco, die eerder mee was naar Stadkyll. De bus was Royal Class, dus veel beenruimte en met airco.

Het was erg warm en de chauffeur had geen droge draad meer aan na het stouwen van alle koffers en rollators, maar we vertrokken in een vrolijke stemming naar de Veluwe, waar we koffie dronken met een lekkere appelpunt met slagroom bij Sophia's restaurant.



Weer verder naar Stevensweert voor de lunch in restaurant Int Brookx aan de Maas. Binnen was het redelijk koel en we kregen een heerlijke kroket.

Even was er een probleem om met de bus van de parkeerplaats te komen door een fout geparkeerde auto, maar dit was snel opgelost en konden we weer verder naar onze bestemming: hotel Op de Boud in Valkenburg.

We werden allerhartelijkst ontvangen door Roos (Rosie) en haar broer, die ons alle dagen van eten en drinken voorzagen en al onze vragen beantwoordden.

Helaas was er op de kamers geen airco, wat enkele gasten wel heel erg vonden, het waren dan ook extreme temperaturen deze week in heel Europa. Gelukkig hadden we wel allemaal een heerlijke douche!



Dinsdagochtend had de chauffeur een treintje geregeld, waarmee we een rondrit door Valkenburg maakten en stopte in het centrum, zodat we niet zo ver hoefden te lopen. De bus haalde ons weer op.

Na de lunch in het hotel gingen we naar kasteel Hoensbroek. We dachten dat het daar wel lekker koel zou zijn binnen de muren, maar het tegendeel was waar. Gelukkig was er wel gelegenheid om op de binnenplaats iets te drinken en de ijsjes waren bijna uitverkocht.

Heel jammer vonden we de mededeling dat het bezoek aan het klooster Wittem niet door kon gaan vanwege de hitte. De broeders vonden het niet verantwoord om met zo'n grote groep een rondleiding te doen. De vorige dag waren er al mensen onwel geworden en zij wilden de verantwoording niet nemen, wat begrijpelijk is.

's Avonds muziek: Diana kwam zingen in de tuin van het hotel, samen met haar 2 kinderen en met gitaarbegeleiding van Bert Tuin, het was heel gezellig.

Woensdagochtend een prachtige tour gemaakt door het Mergelland met zijn vergezichten, onderweg een plek gezocht voor koffie vlakbij het restaurant Buitenlust, waar André Rieu met zijn gezelschap zo af en toe vertoeft. De lunch was in restaurant Bergzicht in Vijlen.

Na de middag weer naar Valkenburg voor een ritje per trein door de grotten, heerlijk koel was het daar, aansluitend nog even een terrasje gepakt en terug naar het hotel voor het diner. 's Avonds hebben we een pubquiz gedaan in de tuin en werd chauffeur Sjakko afgewisseld door Kevin.

Donderdag naar de Amerikaanse begraafplaats Margraten, hier hebben we weer herdacht hoeveel jonge (en oudere) mensen voor onze vrijheid zijn gestorven. Héél indrukwekkend.

Aansluitend de lunch in het hotel en daarna naar de Vaalserberg, waar we bij restaurant De Bokkerijder koffie met een punt Limburgse vlaai kregen en daarna een wandeling naar het 3-landenpunt konden maken of even heerlijk op het terras zitten met een mooi uitzicht.

Na het diner in het hotel de bonte avond met diverse sketches, een grappige bingo, een pubquiz en we zongen onder deskundige begeleiding van Eimert op de piano: Waar in 't bronsgroen eikenhout en het Kamper Stedelied ter afsluiting. Ondanks de warmte tóch heel gezellig.

Vrijdagochtend moesten de koffers al om 8.15 uur in de hal staan (vroeg vanwege de warmte) en na het ontbijt verlieten we Vaals, uitgezwaaid door Rosie en haar broer.

Onderweg bij Overasselt nog een lunch in een boerderijmuseum met rondleiding, waarna hier ook afgesloten werd vanwege de warmte. Als laatste een (vroeg) diner bij restaurant Sofia's in Hoenderloo, waar het verschrikkelijk warm was. Maar gelukkig hadden we een heel begripvolle groep.

Corrie las nog een prachtig, zelfgemaakt gedicht voor en bedankte de chauffeur, waarna we plm. 18.00 uur allemaal weer veilig en dankbaar in Kampen aankwamen.

Misschien tot volgend jaar, Corrie en Nelie.



Terugblik op de dagtocht **Keukenhof** HOLLAND

Op 8 april stond de bus mooi op tijd klaar bij het Hanzeplein. Het was een prachtige dag om er op uit te gaan. Iedereen had er zin in en stond al te wachten bij de opstapplaatsen.

We reden om 09.00 uur Kampen uit op weg naar Hillegom. Onderweg in de Flevopolder genoten we al van de bollenvelden.

Het werd nog mooier toen we echt in de bollenstreek bij Hillegom kwamen.

De chauffeur loodste ons vakkundig over een smal dijkje met links en rechts van ons een kleurenpracht.



In Hillegom hebben we genoten van koffie met appeltaart.

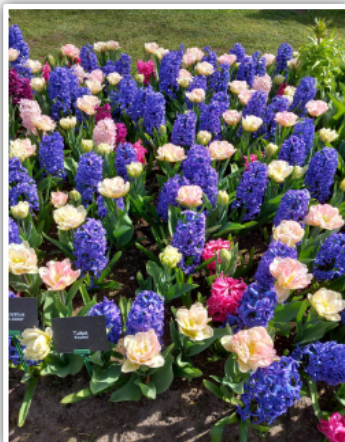


Toen naar onze hoofdbestemming, Keukenhof, het grootste bloemenpark ter wereld. Het was in elk geval zo groot dat we niet eens alles hebben gezien.

Maar wat we zagen was inderdaad heel mooi. Zoveel bloemen en kleuren!

En het prachtige weer was een cadeau!

De lange rit terug werd onderbroken met drinken en een saucijzenbroodje.



Het was een lange dag, maar zeker de moeite waard.

Verslag: Leentje van Dijk

Verslag van de dagtocht naar

MUSEUM
Joure

Op 20 mei stond onze tweede dagtocht gepland. De bestemming was Joure. De reis was niet rechtstreeks, maar via een toeristische route. Vanzelfsprekend maakten we een tussenstop, want zo tegen 10 uur kregen we trek in koffie of thee. Er werd heerlijk gebak bij geserveerd.

Onze chauffeur was een Fries die graag vertelde over zijn provincie. Hij probeerde onze kennis van de Friese taal te testen. Gelukkig kon Corrie de goede antwoorden geven en wist zelfs wat een earrebarre (spreek uit jerrebarre) is. Voor de niet friezen: een ooievaar.



In restaurant 't Haske stond een goed verzorgde lunch met soep klaar. Daarna gingen we naar het museum.



We werden in groepjes verdeeld en gingen met een gids door het museum. Zoals meestal was er te weinig tijd om alles te zien, maar we kregen een indruk van allerlei ambachten. Het was ook leuk om over de geschiedenis van Douwe Egberts te horen.

En wat mooi dat zoveel is bewaard gebleven. Natuurlijk snuffelden we nog in het winkeltje en genoten we van koffie met oranjeboek. En toen was het weer tijd om terug te gaan. Weer een dag met leuke herinneringen.



Verslag vaartocht met de Veerman op 29 juli

Het beloofde een warme dag te worden. Wat is er dan fijner om een dagje op het water te vertoeven. Dat deden ruim 80 PCOB-leden. Door de droogte was menig rivier niet meer bevaarbaar, maar gelukkig kon onze tocht doorgaan.

Ruim op tijd stonden de eersten al te wachten om aan boord te mogen. Het inschepen was mogelijk vanaf 09.30 uur waarna om 10.00 uur de trossen werden losgegooid. De Veerman liet ons mooie Kampen achter zich en koos het ruime sop richting de Eilandbrug.

We bevonden ons al gauw in de IJsseldelta en werden verrast door de kolonie zwanen.



Helaas liet de zeearend zich niet zien. Op de eilandjes leven bevers en otters. Onze schipper vertelde er enthousiast over.

Ondertussen werden we voorzien van een kopje thee/koffie met gebak en kwam via het Ramsdiep Schokkerhaven in zicht. Onder de Ramspolbrug door zagen we rechts weer het Kampereiland en konden we de balgstuw van dichtbij bewonderen.



Lunchtijd!

We werden voorzien van een heerlijk kopje tomatensoep. De rest van de lunch konden we benedendeks uitkiezen. Erg lekker allemaal.



De Veerman vervolgde de route en via Genemuiden, Zwartsluis en Hasselt bereikten we Zwolle.

Ook nu wees de schipper ons weer op bepaalde details.

Op de Twistvlietbrug werd enthousiast gezwaaid door familie van een van de opvarenden. Natuurlijk zwaaide iedereen terug.

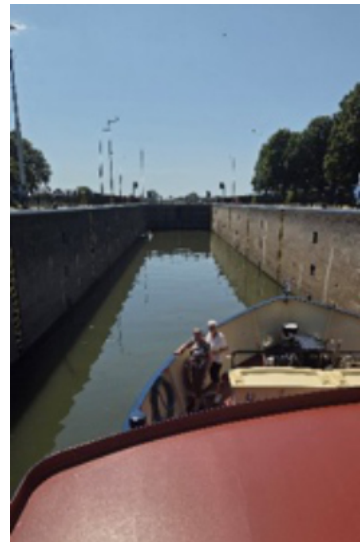
De Spooldersluis bracht ons het mooiste gedeelte van de IJssel op.

De zon bleef lekker schijnen. We werden goed verzorgd. De bediening bracht ijverig de bestelde drankjes rond en als dat onze dorst niet kon lessen mochten we gratis gekoeld water tappen.

De dorpen Zalk, 's-Heerenbroek, Wilsum, De Zande... wat zijn ze mooi vanaf het water. Vele dorpelingen zochten verkoeling op de strandjes langs de IJssel.

Al gauw kwam de "Goudenbrug" in zicht en kon de Veerman weer aangemeerd worden op zijn vertrouwde plek langs de IJsselkade.

Het was een warme, maar prachtige tocht.



van de activiteitencommissie

Contactmiddag 16 september 2026

De eerste contactmiddag van het nieuwe seizoen!

Ik hoop dat u een goede zomer gehad heeft. Velen zijn met de Veerman mee geweest of met de meerdaagse reis.

Maar nu staan de contactmiddagen weer op het programma.

Vanmiddag starten we in de natuur. Karla Leeftink komt bij ons. Zij is natuurfotograaf. Ongetwijfeld heeft zij prachtige natuuropnames voor ons.

Het onderwerp voor deze middag is: **Beleef de natuur**. Met als subtitel **Overijssel en meer**.

We gaan beelden zien van Staphorst, het Reestdal, Lemelerberg... en vast nog veel meer.

U komt toch ook kijken naar al die mooie natuur uit onze provincie.

Neem gerust een bekende mee.

De middag begint om 14.30 uur in gebouw De Regenboog, Broederweg 32.

Namens het bestuur en de activiteitencommissie
Mariette Heikoop



Contactmiddagen	2026	
16 september	Karla Leeftink	Overijssel en meer... Natuurfotograaf
21 oktober	Kees van Staveren	VVN E-bike
18 november	Jolanda Brummelhuis	armoederegisseur
16 december	Ds. Jaap Oosterhuis Met medewerking van het Participatie koor o.l.v. Joalien v.d. Houten	kerstmiddag

Heel Kampen Fietst: veilig en met plezier op de fiets

Van **29 september tot en met 4 oktober** staat Kampen in het teken van de fiets tijdens **Heel Kampen Fietst**. Een week vol activiteiten rondom fietsplezier en fietsveiligheid, met ook speciale aandacht voor senioren. Zo lang mogelijk veilig kunnen blijven fietsen helpt om zelfstandig, actief en in beweging te blijven. Met aandacht voor balans, fietsvaardigheid en passende hulpmiddelen kunnen valpartijen en onveilige situaties worden voorkomen. En natuurlijk: fietsen moet vooral leuk blijven!

Naarmate we ouder worden, kan fietsen soms lastiger worden. Balans houden kan moeilijker zijn of een gewone fiets voelt minder stabiel. Met de juiste ondersteuning en hulpmiddelen kun je vaak langer en met meer vertrouwen blijven fietsen.

FietsFitplein en gratis fiets-zijspiegel – 28 september

Op **maandag 28 september** is er een **FietsFitplein** met activiteiten en informatie over veilig fietsen. Senioren kunnen vooraf een **gratis fiets-zijspiegel** aanvragen. Deze wordt op **28 september** gratis op de fiets gemonteerd op het FietsFitplein.

Op het FietsFitplein is meer te doen! En zijn onder andere aanwezig:

- **Brandweer Kampen** – informatie over brandveiligheid en fietsaccu's.
- **Sportservice Kampen** – beweegadvies en fietsfit-oefeningen.
- **Heel Kampen Staat Sterk** – informatie over vallen voorkomen en aanbod valtrainingen
- **'t Fietscluppie van WIJZ Welzijn** – informatie over de fietsgroep
- **Twee fietsenmakers** – advies over veilig fietsen en fietshelmen passen.

Driewiel uitprobeer-ochtend – 29 september

Op **dinsdag 29 september** kunnen senioren gratis een **driewiel fiets uitproberen** tijdens de Driewiel uitprobeer-ochtend, georganiseerd in samenwerking met de **Fietsersbond**.

Wordt fietsen op een gewone fiets lichamelijk steeds lastiger? Bijvoorbeeld omdat je balans minder wordt, je onzeker bent geworden of niet meer goed durft te fietsen? Dan is dit een mooie kans om rustig te ervaren of een driewiel fiets bij je past.

Meer informatie en aanmelden

Houd www.sportservicekampen.nl en weekkrant **De Brug** in de gaten voor meer informatie, het volledige programma en de mogelijkheid om je aan te melden.





We gaan de wekker zetten, want om **half 9** vertrekken we vanaf de eerste opstapplaats, ongeveer **9 uur** vanaf de laatste opstapplaats.

Om **10 uur** komen we aan in Hoenderloo bij **Restaurant de Ruggestee**. Daar gaan we genieten van **koffie met gebak**.

Om **kwart voor elf** start de **rondrit met gids**. De rondrit duurt ongeveer anderhalf uur en we hebben gekozen voor het thema "**Wilhelminatocht**".

Na het afzetten van de gids bij Restaurant de Ruggestee vervolgen we onze reis naar Putten.

Daar komen we ongeveer om **1 uur** aan bij **Restaurant de Aker**.

Daar maken we gebruik van het **Stamppottenbuffet met boerenkool, hutspot en zuurkool, daarbij spek, rookworst, huisgemaakte gehaktbal en stooferen, met als slot het dessert van de chef**.

Om **half 3** is er gelegenheid even uit te buiken en staat er **een verrassing** op het menu.

Om **4 uur** stappen we weer in de bus en gaan we huiswaarts.

De kosten voor deze reis bedragen **€ 65,00**

Tot uiterlijk 7 oktober 2025 kunt zich opgeven bij Leentje van Dijk, telefoon 06 - 27 83 46 00 of e-mail: leentje207@gmail.com

Na opgave kunt u € 65,00 overmaken op bankrekening: **NL14 INGB 0008 6222 92** ten name van

PCOB Kampen Activiteitencommissie onder vermelding van: **Stamppottenbuffet 2026**

Vertrektijd:

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

Aankomst:

17.45 uur bij de laatste uitstapplaats.

Opstapschema:

- 1 Winkelcentrum Hanzewijk, Dr. Damstraat
- 2 De Vijverhof, bushalte Kalmoessingel
- 3 De Amandelboom, bushalte Wederiklaan
- 4 Lelystraat, hoek Vermuydenstraat
- 5 Hendrik van Viandenstraat, hoek Fernhoutstraat

Gesterkt en gedragen

Het verhaal van een weduwe over liefde, rouw en Gods onveranderlijke trouw

Auteur(s): [Christine Farenhorst](#). Pagina's: 240

Deze ontroerende en hoopvolle overdenkingen bieden herkenning, troost en bemoediging voor iedereen die door de diepte van rouw en verlies heen moet. Met warmte, humor en ontroering neemt Christine Farenhorst je mee in het liefdesverhaal dat zij deelde met haar overleden echtgenoot. In deze openhartige herinneringen raken geloof en verlies elkaar op indringende wijze. Momenten uit een gelukkig huwelijk en gezinsleven worden afgewisseld met Bijbelse overdenkingen over Gods trouw - zelfs midden in verdriet. Christine blikt terug op de bijna drieënvijftig jaar die ze met Anco deelde, van hun eerste ontmoeting tot hun afscheid hier op aarde. Haar verdriet is onmiskenbaar, maar even sterk klinkt haar hoop in Christus erin door. Steeds opnieuw wijst ze erop dat het ware leven alleen in Hem te vinden is.

GESTERKT & GEDRAGEN

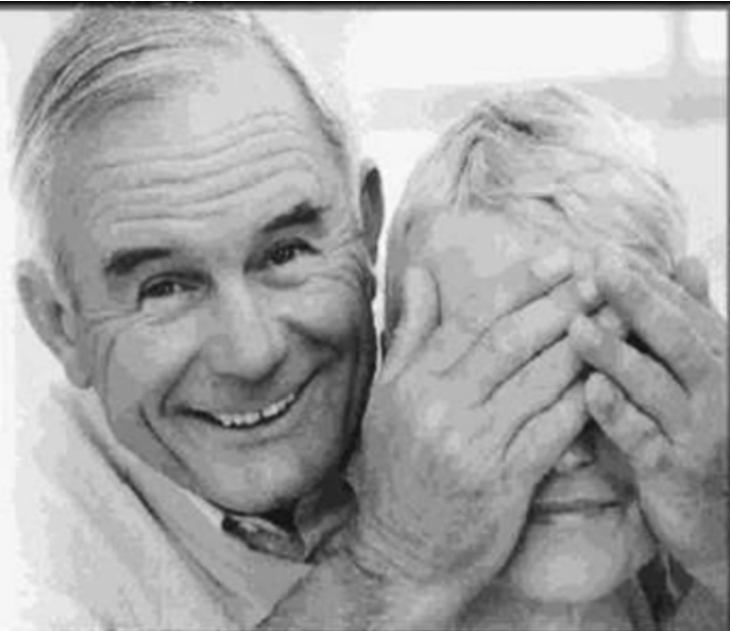
HET VERHAAL VAN EEN WEDUWE OVER LIEFDE,
ROUW EN GODS ONVERANDERLIJKE TROUW



CHRISTINE FARENHORST

**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



van de belangen

Na een periode van windstilte in de berichtgeving hierbij weer een update over de belangen die ik na de informatie in de laatste Houvast behartigde.



Samen met Icare, Wijz, Kampen Zorgt samen, Gemeente Kampen en IJsselheem heeft de ANBO-PCOB Kampen

het initiatief genomen om te komen tot een informatiemiddag Voor Elkaar Cirkels. Omzien naar elkaar begint in je eigen straat. Een Voor Elkaar Cirkel is een groep burens die elkaar helpt met kleine, dagelijkse dingen. Zo blijf je langer zelfstandig en sta je er niet alleen voor. Op de bijeenkomst op dinsdag 8 september van 15.00 - 17.00 uur krijg je hier informatie over.

Locatie: 't Ukien, Korteweg 4.

Een praktijkvoorbeeld uit Kampen en een presentatie door Willemijn Krol laat zien hoe je hier zelf mee aan de slag kunt.

Zie ook de verzonden mail van onze secretaris en Weekblad de Brug voor aanmelding.

Op 22 april had ik een gesprek met de locatie-regisseur van de Vijverhof en uitte mijn zorg over (vermeende) minder grotere activiteiten.

Op 1 juni had ik een gesprek met een verkeerskundige van de Gemeente Kampen naar aanleiding van ons bezwaar tegen een vermindering van het aantal parkeerplaatsen voor mensen met een beperking vlakbij de ingang van de begraafplaats Bovenbroek.

In september wil ik met een lid van de ANBO-PCOB naar de bezwaarschriftencommissie gaan om dit nader toe te lichten.

Op 3 juni was ik namens de ANBO-PCOB Kampen naar het symposium PROO (Participatie Raad Ouderen Overijssel).

Het ging over digitale en niet-digitale hulpmiddelen. Dit om senioren langer te laten thuis

wonen wegens een verschuiving van formele naar informele zorg.

Slimme middelen en zorgtechnologie kunnen al meer ingezet worden. Denk aan een doosje dat aangeeft wanneer je medicijnen moet innemen. Of slimme melders in huis die een seintje geven als er iets niet goed gaat.



Alarmhorloge met GPS

Op 7 juni waren we aanwezig bij een ochtend over digitale criminaliteit met tips en tricks van een digicoach van het team Cybercrime van de Politie legde ons aan de hand van praktijkvoorbeelden haarfijn uit hoe dit in zijn werk gaat. De organisatie was in handen van Netwerk Positief (voorheen Arbo positief), Politie en de Bibliotheek. Als coalitiepartner van Netwerk Positief gingen we als ANBO-PCOB ook naar deze instructieve bijeenkomst.

Tiny en ik fietsten laatst richting Urk en tot onze verrassing zagen we bij Schokkerhaven de Veerman van Kampen varen met het dagreisje van de ANBO-PCOB. Hierbij een foto met de senioren.





Boekentips:

- * Matthieu Vandenbulcke: Het beste kan nog komen. Over goed ouder leren worden.
- * Eline de Boo: Omega, in gesprek over het leven, ouder worden, geloof en eeuwigheid.

Met hartelijke groet,
Theo Kansen

Terugkoppeling bijeenkomst passende ondersteuning 7 april 2026

**Ook hier was de ANBO-PCOB
vertegenwoordigd.**

Tijdens de bijeenkomst op 7 april hebben we in drie deelsessies (kracht van de omgeving, positieve gezondheid en innovatie) gesproken hoe we de opgave passende ondersteuning verder kunnen versterken. De opbrengst laat zien dat er veel gebeurt, maar ook dat er duidelijke kansen liggen om samen stappen te zetten én belemmeringen die we moeten doorbreken.

1. Belangrijkste inzichten per thema

De kracht van de omgeving

Er is een brede sociale basis aanwezig, met initiatieven zoals buurtkamers, maatjesprojecten, steunouders en activiteiten rondom dementie. Deze basis biedt veel potentie om inwoners beter te ondersteunen.

Belangrijke ontwikkelpunten

- Vergroten van langdurige ondersteuning, zoals maatjes en respijtzorg
- Verbeteren van verbinding tussen organisaties en inwoners

- Beter zichtbaar en toegankelijk maken van bestaand aanbod, niet alleen voor inwoners maar ook voor aanbieders.

Kansen

- De kracht en betrokkenheid in de wijk is groot en kan nog beter benut worden
- Informele netwerken (verenigingen, kerken, vrijwilligers) spelen een sleutelrol
- Meer gebruikmaken van wat er al is, toeleiding creëren in plaats van nieuw aanbod creëren
- Inwoners betrekken op basis van hun behoeften in plaats van indicaties

Belemmeringen

- Schotten tussen wetten (Wmo, Wlz, jeugd) en financiëring
- Versnippering binnen het sociaal domein
- Onvoldoende zicht op elkaars aanbod
- Drempels bij inwoners om gebruik te maken van voorzieningen (bijvoorbeeld stigma of psychische problematiek)

Concrete acties die worden opgepakt

- In kaart brengen van behoeften van inwoners (ook buiten indicaties)
- Organiseren van een kennismarkt voor informele organisaties
- Verkennen van uitbreiding van respijtzorg en maatjesinitiatieven
- Versterken van samenwerking rondom complexe casuïstiek (over organisatiegrenzen heen)

Positieve gezondheid

De sessie over positieve gezondheid draaide om de verschuiving naar een meer mensgerichte benadering, waarbij het leven van de inwoner centraal staat.

Belangrijke ontwikkelpunten

- Inwoner centraal stellen in plaats van het systeem
- Stimuleren van eigen regie én samenredzaamheid
- Meer aandacht voor zingeving, motivatie en het netwerk rondom de inwoner

Kansen

- Meer aansluiten bij wat inwoners zelf belangrijk vinden
- Versterken van de rol van het netwerk rondom de inwoner
- Meer ruimte voor kleine stappen en maatwerk
- Inzet van ervaringsdeskundigheid

Belemmeringen

- Sterk systeemdenken en focus op diagnose en indicaties
- Veel verschillende methodes en werkwijzen, waardoor het onoverzichtelijk wordt
- Onvoldoende vertrouwen en ruimte voor professionals
- Moeite om de beweging van beleid naar praktijk te maken

Concrete acties die worden opgepakt

- Verder verspreiden en toepassen van positieve gezondheid in gesprekken
- Actiever werken met het netwerk rondom de inwoner
- Meer inzet van ervaringsdeskundigheid
- Doorontwikkeling van gespreksvoering (vraag achter de vraag)

Innovatie

(omgeving, technologie en mensen)

Kansen Omgeving

- Verbinden van doelgroepen (bijvoorbeeld jong en oud)
- Versterken van ontmoetingsplekken en communities
- Betrekken van (basis)scholen bij maatschappelijke opgaven

Kansen Technologie

- Verminderen van administratieve lasten (bijvoorbeeld door inzet van AI)
- Hybride vormen van ondersteuning (digitaal en fysiek)
- Verbeteren van informatievoorziening

Kansen Mensen en samenwerking

- Minder regels en meer ruimte voor professionals
- Betere samenwerking tussen gemeente, aanbieders en sociale basis
- Meer groepsgerichte ondersteuning

Belemmeringen

- Hoge investeringen (tijd/geld) voor sommige innovaties
- Onduidelijkheid over hoe technologie goed in te zetten
- Beperkingen door regelgeving en indicaties
- Onvoldoende verbinding tussen partijen

Concrete acties die worden opgepakt

- Verkennen van inzet van AI voor administratieve verlichting
- Ontwikkelen van een beter informatieplatform
- Stimuleren van hybride begeleiding
- Versterken van samenwerking tussen partijen

2. Gezamenlijke lijnen

Over alle sessies heen zien we duidelijke rode draden:

Inwoner centraal

De ondersteuning moet beter aansluiten bij de leefwereld van inwoners. Dit vraagt om kijken naar mogelijkheden, wensen en het dagelijks leven.

Sterkere sociale basis en verbinding

Er ligt grote kracht in de samenleving zelf:

- meer ontmoeting
- meer netwerken
- betere samenwerking tussen formeel en informeel

Doorbreken van schotten

Systemen en regels werken vaak belemmerend:

- financiering en wetgeving sluiten niet altijd goed aan
- samenwerking over grenzen heen is nog onvoldoende vanzelfsprekend

Cultuuromslag

De beweging die nodig is:

- van zorgen voor → versterken van eigen kracht
- van systeemgericht → mensgericht
- van overnemen → ondersteunen

Betere communicatie

Het bestaande aanbod is niet altijd goed zichtbaar of toegankelijk, terwijl dit juist veel kan opleveren.

3. Wat partners en aanbieders zelf al kunnen doen

Naast gezamenlijke acties zijn er verschillende stappen die organisaties direct zelf kunnen zetten:

1. Actiever samenwerking organiseren (in plaats van afstemmen achteraf)

- Structureel multidisciplinaire overleggen op casusniveau, waarbij ook informele partijen (bijv. welzijn, vrijwilligersorganisaties) aansluiten
- Zoek gericht samenwerking met partijen waar je nog weinig contact mee hebt (bijv. GGZ - welzijn - onderwijs)
- Organiseer meeloopdagen of uitwisseling tussen organisaties om elkaars werk beter te begrijpen

2. Verbinding met scholen en opleiden van professionals

- Leg actief verbinding met lokale scholen en opleidingen:
 - betrek studenten bij maatschappelijke vraagstukken in de wijk / organisatie
 - ontwikkel leer/werkplekken gericht op 'nieuwe manieren van werken' (meer ondersteunen, minder overnemen)
- Investeer in gezamenlijke scholing:
 - trainingen in gespreksvoering (vraag achter de vraag, positieve gezondheid)
 - training in samenwerken over domeinen heen
 - benut ervaringsdeskundigen ook als leerbron

3. Experimenteren met andere vormen van ondersteuning

- Start kleinschalige pilots zoals:
 - groepsgerichte ondersteuning in plaats van individuele begeleiding
 - combinaties van formele zorg en informele initiatieven
- hybride vormen (digitaal + fysiek), bijvoorbeeld bij begeleiding of overleg
- Gebruik casuïstiek om samen nieuwe werkwijzen te testen en daarvan te leren

4. Slimmer gebruik maken van wat er al is

- Maak binnen de eigen organisatie een overzicht van bestaande netwerken en initiatieven en deel dit met collega's
- Bouw actief aan een lokaal netwerk van contactpersonen (korte lijnen in plaats van formele routes)

- Verwijs niet alleen door, maar leg ook actief de verbinding (bijvoorbeeld samen optrekken in het eerste contact)

5. Ruimte creëren in de praktijk

- Kijk binnen bestaande kaders waar ruimte zit om:
 - meer maatwerk toe te passen
 - samenwerking op cliëntniveau te organiseren
- Ga het gesprek aan met opdrachtgevers/gemeente wanneer regels knellen, met concrete voorbeelden uit de praktijk

6. Werken als lerend netwerk

- Bespreek regelmatig casussen die vastlopen, organisatieoverstijgend
- Deel actief wat wel en niet werkt (ook kleine successen)
- Spreek elkaar aan op werkwijze en samenwerking, vanuit gezamenlijk doel

4. Conclusie

De bijeenkomst laat zien dat er een sterke basis ligt in Kampen, met veel betrokkenheid en initiatieven. Tegelijkertijd is de kernopgave helder:

- het beter benutten van wat er al is
- het versterken van samenwerking
- en het doorbreken van belemmeringen in systemen en werkwijzen

De komende periode staat in het teken van het verder brengen van deze beweging, waarbij gezamenlijke inzet van gemeente, partners en inwoners essentieel is.

Samen werken we toe naar ondersteuning die beter aansluit bij het leven van inwoners en die duurzaam georganiseerd is.



VAKGARAGE

VAN WINSUM B.V.

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



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 het daarop volgende kalenderjaar 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 voor 1 persoon en € 72,-- voor echtparen.

Welkom met korting

Maak gebruik van de bon hieronder en profiteer van een flinke korting! Als welkom in onze vereniging krijgt u zes maanden gratis lidmaatschap.

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 krijg de eerste zes maanden kado.

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.

Datum: _____ Plaats: _____

Handtekening: _____

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

**Ledenadministratie ANBO-PCOB afdeling Kampen,
Arie Heikoop, Madrigaal 24, 8265 RR Kampen
telefoon 06-38437025**

Voorwaarden:

Deze actie geldt t/m 31 december 2027.
Eén VVV Cadeau-kaart per geworven lid.
Dit formulier kunt u inleveren bij:
Arie Heikoop, Madrigaal 24



STOTER

Bouwgrondstoffen

Transport

Truckservice