

Van de voorzitter Gerrit Krol

Ontmoeting en belangenbehartiging:

Het was 'muisstil' in de zaal van de Kurioskerk zo schrijft Karin Brouwer in deze nieuwsbrief over de bijeenkomst met Frank Belt, de meesterverteller. Dat onderschrijf ik volmondig, een fijne en gezellige bijeenkomst met een uitstekende opkomst. Meer dan 50 leden en aan het eind een goed gevulde (vrijwillige) collecteopbrengst. Ook de penningmeester was tevreden. Dank daarvoor!

En daarom nodig ik u opnieuw uit een bijeenkomst van de ANBO/PCOB bij te wonen en wel op **27 oktober a.s.** We gaan dan kennismaken met de Stichting Alde Fryske Tsjerken, actief in bijna heel Fryslân, met name in het beheer en exploitatie van leegstaande kerkgebouwen. Directeur van voornoemde stichting is de heer Atze Jan de Vries en hij gaat ons doormiddel van een boeiende presentatie vertellen over alle ins en outs van de stichting. Dat is zeer de moeite waard en dat mag u niet missen. Ik hoop weer op een goede opkomst.

Dan geheel wat anders: De ANBO-PCOB (landelijk) is van groot belang voor senioren vanaf 60+ en ouder. In het algemeen voor zij die nu en in de toekomst gaan genieten van een welverdiend pensioen. Die belangenbehartiging ten behoeve van voornoemde senioren is bij de ANBO-PCOB in goede handen. Voorbeelden zijn: Het zich keren tegen het vervallen van de ouderenkorting in het Openbaar Vervoer, de korting op de Huishoudelijke Hulp per 1 januari 2029 en de voortdurende discussie omtrent de AOW. En het is daarom dat die belangenbehartiging een belangrijke reden is om lid te zijn. Kort samengevat: Ontmoeting en belangenbehartiging zijn de kernwaarden van onze ANBO-PCOB.

Tot slot wens ik u een mooie kleurige herfst en Gods zegen toe! Maar vooral blijf gezond en tot ziens in de Kurioskerk.

Herfstbespiegeling in kleur Jelly Verwaal

*De zomer heeft haar kleuren afgestaan.
De herfst is daarmee aan de slag gegaan
en toverde wat groen was om tot geel,
tot rood en bruin – een kleurrijk tafereel.
Toen kwam de storm, en blies het blad omhoog,
tot al het kleurige zich in de lucht bewoog.
Het dwarrelde maar door, het leek een luchtgevecht.
totdat ook deze strijd tenslotte werd beslecht.
De bladerstroom werd zachtjes neergeveild
in straten, tuinen, parken uitgespreid.
De kleuren van de herfst – het gaat voorbij.
Nog even wachten op het wintertij
met kou en ijzel en wat sneeuw misschien.
Als we het leven van de mens bezien,*



*waarin getijden komen en weer gaan,
waarin de kleuren wisselen in ons bestaan,
dan zien w' een tijd, waarin het rode glorieert:
De liefde, door de mensen felbegeerd.
Het groen, tijd van verwachting en van hoop.
Het zwart en grijs, dat zomaar binnensloopt:
een tijd van rouwen, tijd van groot verdriet.
Wat donk 're wolken in een ver verschiet.
Tóch, kijk omhoog! Een wolk met goud omrand.
Misschien op dát moment Gods afgezant!
Een donk 're wolk, maar tóch een gouden rand.
Er is weer hoop! Gods trouw houdt eeuwig stand.*

Uit: gedichtensite.nl

Van de secretaris Karin Brouwer

Ledenbijeenkomst september 2026

Het was muisstil in de zaal... Frank Belt, verhalenverteller uit Harlingen, nam ons mee op rondreis door Fryslân aan de hand van verhalen. Uiteraard begon de reis in Harlingen, met een verhaal over de tobbedansers en Luie Peter. We staken over naar Terschelling met een verhaal over Sil en de vergeten ramp van 1666. De *Sinteklazepleats* in Wommels aan de vaart was de volgende stop. Via de



Muisstil in de zaal van de Kurioskerk.

langesleattenman uit Eernewoude (de smid van Earnewâld) kwamen we uiteindelijk aan in Leeuwarden bij stadhouder Johan Willem Friso.

Ook zo genoten? In de kerk van Huizum zijn meer verhalen te horen, maar ook te vertellen. Elke tweede donderdag van de maand, te beginnen op 14 januari. Aanvang altijd 19.30 uur (tot 20.30 uur). Entree vrij. We vragen een vrijwillige bijdrage en consumpties zijn voor eigen rekening. Alle data en thema's komen nog op de website ferhalefjoer.nl.

WMO vervoer

U hebt waarschijnlijk al gemerkt dat sommige leden opgehaald worden terwijl de bijeenkomst nog niet afgelopen is. Bij reservering is het beter als ophaaltijd 16:30 uur aan te houden i.p.v. 16:15 uur.

Ouderen in het nieuws

ANBO-PCOB is actief in het nieuws en de media, met een focus op de belangen van senioren. De organisatie ondersteunt verschillende evenementen en weken, zoals de Week van de Palliatieve Zorg, waar aandacht wordt gevraagd voor zorg en ondersteuning voor mensen die ongeneeslijk ziek zijn en hun naasten. ANBO-PCOB roept ouderen op om te praten en te communiceren, wat een belangrijk aspect is in het welzijn van regenboogsenioren. De organisatie is ook betrokken bij het opstellen van jaaroverzichten en nieuwsbrieven, waar betrouwbare informatie over belangrijke onderwerpen zoals pensioen, veranderingen in de regelgeving, nieuwe woonvormen en het levenstestament wordt gedeeld.

Toekomstige Ledenbijeenkomsten 2026/2027

24 november **Op reis door Scandinavië** met Nieske Coster uit Menaam

15 december **Advent-/ Kerstviering** met dhr. Sebastiaan Schippers (orgel/piano) en zijn koren

26 januari **Proeverij Apetito (LET OP aanvangstijd!)** - 12:00 uur, inloop vanaf 11:30 uur

Over de vereniging ANBO-PCOB

De ANBO-PCOB, de invloedrijkste ouderenvereniging van Nederland. Ouder wordt doet u niet alleen. Als ANBO-PCOB zetten we ons in zodat ouderen gezien en betrokken blijven. We geven ouderen een stem in Den Haag en bieden informatie, voordeel, advies en hulp.

ANBO-PCOB is een vereniging van, voor en door leden. We behartigen de belangen van ouderen op het gebied van inkomen, pensioen, digitalisering, wonen, veiligheid en gezondheid.

Leden van ANBO-PCOB ontvangen acht keer per jaar het magazine OuderenWijzer en vinden

uitgebreide informatie op anbo-pcob.nl. Zij kunnen telefonisch of per e-mail met uiteenlopende vragen terecht bij het Adviesteam. En indien nodig, komen goed opgeleide vrijwilligers thuis voor bijvoorbeeld een keukentafelgesprek of het op orde brengen van de administratie. Leden worden geholpen met de belastingaangifte. Leden ontmoeten elkaar in de lokale afdelingen en online op ons Trefpunt. Daarnaast profiteren leden van diverse ledenvoordelen. Zo ontvangen zij bijvoorbeeld tot 10% korting op de adviesprijs van het hele Apple-assortiment in de AMAC-webwinkel, voordeel op de Wolk Heupairbag en bij (digitale) hulpmiddelen bij Medipoint.



Bent u nog geen lid?

Wilt u ook gebruik maken van alle diensten en voordelen van ANBO-PCOB? Voor slechts €4 per maand (tarief 2026) bent u al lid. En u krijgt de eerste 6 maanden van ons cadeau! Ga naar anbo-pcob.nl/lid-worden of bel 0348 - 46 66 66 26



Leefcirkels: Samen hulp geven én krijgen in de buurt



Soms heeft u hulp nodig. En soms kunt u juist iets voor een ander betekenen. Met een Leefcirkel helpt u elkaar in de buurt met kleine, praktische dingen. Zo blijft u langer zelfstandig, heeft u meer contact met mensen om u heen en staat u er niet alleen voor.

Een Leefcirkel is een klein netwerk van buurtgenoten die vrijwillig afspreken om elkaar te helpen en naar elkaar om te kijken wanneer dat nodig is. Wilt u meer contact in uw buurt en tegelijk iets voor anderen betekenen? Geen ingewikkelde zorg. Geen verplichtingen die te zwaar worden. Wél: naar elkaar omkijken, elkaar praktisch helpen en contact houden.

Meer weten over Leefcirkels? Kijk op anbo-pcob.nl/thema/thema-leefcirkels



Efkes iets voor elkaar doen!

Boodschappen nodig, maar lukt het even niet zelf?

Soms kun je wel wat hulp gebruiken bij het doen van boodschappen. Bijvoorbeeld omdat je minder mobiel bent, geen vervoer hebt, ziek bent of het gewoon prettig vindt als iemand even met je meedenkt. Met Efkes plaats je eenvoudig jouw vraag. Makkelijk, vrijblijvend en gratis.

Efkes brengt inwoners van de gemeente Leeuwarden bij elkaar.

Zo wordt hulp vragen een stuk laagdrempeliger én leren we elkaar beter kennen.

- Plaats je hulpvraag in een paar minuten
- Kom in contact met inwoners die graag een handje helpen

Samen helpen we elkaar. Neem een kijkje op www.efkesdoen.nl

Efkes is een onderdeel van www.samenleeuwarden.nl, een initiatief van Amaryllis.

Hoe werkt Efkes?



Via Efkes kunnen inwoners van de gemeente Leeuwarden:

- Een hulpvraag plaatsen;
- Hulp aanbieden;
- Eenvoudig contact leggen met elkaar;
- Meldingen ontvangen van nieuwe hulpvragen die bij hun interesses passen.

Het platform is rechtstreeks te bereiken via efkesdoen.nl

Digitaal puzzelen



Trefpunt

Op Trefpunt verschijnen elke maandag 4 nieuwe puzzels! Behalve dat puzzelen erg leuk is om te doen, is het ook goed voor het brein. De verschillende soorten puzzels die u kunt maken zijn:

- Woordkraker; ● Woordzoeker; ● Sudoku; ● kruiswoord

[Ga naar Trefpunt](#)

[Ga naar puzzels](#)



Jubelt God Ter Eer

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



**OMROEP
LEEWARDEN**
VOOR STAD EN DORP

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

Bestuur:

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

Ondersteuner:

Anne Bosma bezorging Nieuwsbrief.

Symposium: Samenleven, hoe doe je dat?

Graag nodigen wij u/jou uit voor het symposium Samenleven, hoe doe je dat? op woensdag 4 november bij NHL Stenden in Leeuwarden!

De Samenwerkende Friese Ouderen Organisaties (SFOO) organiseert dit symposium in samenwerking met NHL Stenden en Healthy Ageing Netwerk Noord-Nederland (HANNN), met ondersteuning van Stichting De Friesland. De SFOO vindt dat het tijd is om generaties met elkaar te verbinden. Daarom is het thema van het symposium: Samenleven, hoe doe je dat? Daarover gaan we graag met jong en oud in gesprek. Meer informatie vind je in de bijgevoegde uitnodiging. Voel je vrij om deze uitnodiging ook te delen met mensen voor wie dit interessant kan zijn.



Wanneer: woensdag 4 november van 13:30 tot 16:00 uur (inloop vanaf 13:00 uur).

Locatie: NHL Stenden, zitkuil, Rengerslaan 8-10 Leeuwarden. Neem eventueel een kussentje mee voor de houten stoelen

Ben je erbij? Je kunt je aanmelden door een mail te sturen naar info@hannn.eu.

We zien je graag op 4 november! Zie voor programma:

[Uitnodiging symposium 'Samenleven, hoe doe je dat?'](#)

De Samenwerkende Friese Ouderenorganisaties, kortweg de SFOO, is het samenwerkingsverband van vijf ouderenorganisaties in Fryslân:

- de [Senioren KBO Fryslân](#) (Senioren KBO Fryslân is de overkoepelende bond van 10 zelfstandige afdelingen in Fryslân.);
- de OSiF (onafhankelijk seniorenverenigingen in Fryslân);
- de [ANBO-PCOB](#) (ANBO-PCOB Samen sterk);
- [CNV Senioren](#) en [FNV Senioren](#).

5 / 2