

**Van de voorzitter**

**Algemeen**

Na een natte lente volgde een mooie zomer met af en toe zeer hoge temperaturen. Wij, senioren, zijn dan meestal wel zo verstandig om de schaduw of de koelte op te zoeken. Toch bleek dat met die hitte niet altijd zo eenvoudig. Onze huizen zijn vaak goed geïsoleerd en met name appartementen hebben balkons op het zuiden en of het westen gericht. Gelukkig kan met goede zonweringen de hitte op afstand worden gehouden.

**Nieuwe regering en nieuwe 2e kamerleden.** De vorming van een nieuw kabinet bleek niet zo eenvoudig. Toch zijn de NSC, de BBB, de VVD en de PVV tot een globaal akkoord gekomen. Het nieuwe kabinet werd gevormd door ministers vanuit die partijen en omdat deze coalitie niet wilde dat Wilders de premier van ons land zou worden, zit Wilders weer in de 2e kamer als fractievoorzitter van de PVV. Dat hebben we geweten. Wie herinnert zich niet de spreekwoordelijke dolkstoot in de rug van premier Schoof tijdens het debat in de 2e Kamer op 4 juli 2024, waar Wilders de woorden “slappe hap” gebruikte, omdat Schoof de PVV ministers onvoldoende zou hebben verdedigd. Gelukkig bleef Schoof stoïcijns onder dat verwijt. Maar het zegt wel iets over de omgang met elkaar in politiek Den Haag. Op dit moment is het kabinet druk bezig de plannen van het kabinet voor de komende 4 jaren uit te werken voor Prinsjesdag. Nu al wordt steeds meer duidelijk dat financiële beloftes van dit nieuwe kabinet wellicht niet kunnen worden waar gemaakt vanwege de erfenis van het vorige kabinet Rutte.

**Verkiezingen in de V.S.** Zoals u weet is Biden niet meer in de race voor het presidentschap. Dat wordt nu gedaan door Kamala Harris. Zij is geen onbekende in de politiek. Zij is al jaren actief op Twitter. Vooral tijdens het presidentschap van Trump. Zij weet ook zeer goed gebruik te maken van sociale media. En net als tegen Obama gaat Trump nu tekeer tegen Kamala Harris als zou zij geen Amerikaans staatsburger zijn. In feite is Trump helemaal niet blij met haar als opponent. We gaan het meemaken op 5 november en daarna. Omdat Trump nog steeds van mening is dat Oekraïne en Europa zelf hun zaakjes moeten oplossen, zal wanneer hij aan de macht komt, ook geen steun meer gaan van de VS naar Oekraïne en mogelijk zelfs niet naar de NAVO. Op dit moment heeft de Oekraïne een flink deel van gebied in Koersk bezet en weet niemand wat hiervan de gevolgen zullen zijn voor Poetin. Zelfs in Wit Rusland is men bang dat Oekraïne daar gaat binnenvallen en heeft men daar troepen langs de grens met Oekraïne geposteerd.

**Oorlog in Israël**. Op oudtestamentische wijze voert Netanyahu oorlog tegen Hamas en is hij zelfs bereid te vechten tegen Iran en Hezbollah. Ondertussen praten de partijen over vrede maar die is er nog lang niet. Ondertussen zitten naar schatting nog 100 gijzelaars vast. De VS en het VK hebben moderne oorlogsschepen in het gebied die een oogje in het zeil houden. Ook daarvan weet niemand nog of die schepen daar blijven als Trump president wordt.

**Overlijden Tiny Vijn**. Op donderdag 30 mei 2024 werd de uitvaartdienst van Tiny Vijn gehouden in Het Octaaf. De dienst werd geleid door ds. Jacob Meinders. Jacob Serier heeft namens de PCOB gesproken. De kinderen en verdere familie hebben allen meegewerkt aan deze dienst en verteld over hun gezin.

**Op 17 april 2024** werd een bingo gepresenteerd door het Rode Kruis in Het Octaaf. Deze ging over de veiligheid in en om het huis van senioren. Tussen de 30 en 40 leden hebben daaraan meegedaan en er wat van opgestoken.

Afbeelding met tekst, munt

Automatisch gegenereerde beschrijving**Op 15 mei 2024** werd een presentatie verzorgd door de heer Schrix, een

medewerker/archeoloog van de Archeologische Dienst van Hoorn. Mooie foto’s werden vertoond van opgravingen en archeologische vondsten in Hoorn. Zelfs werd een oude munt gevonden met de afbeelding van een boot uit Stavoren. Vooral de opgravingen in en bij het West-Fries museum hebben veel mooie stukken opgeleverd. Na de opgravingen kon worden begonnen met de restauratie van het West-Fries Museum. Toen bleek dat het herstel van de fundering in de miljoenen gaat lopen. Wat uiteindelijk zal worden besloten door o.a de gemeente is niet duidelijk. Nieuwbouw schijnt zelfs goedkoper te zijn dan een nieuwe fundering. Na de presentatie werden hapjes enz. geserveerd in verband met de afsluiting van het voorseizoen.

**De volgende ledenmiddag is op 18 september 2024**. De kerk is open vanaf 13:30 uur en kort na de opening van de middag vindt een optreden plaats van de zanger Carlo Arends en pianist Jean Luc. (Duo a Men’s Passion). Zij staan bekend om hun muzikaliteit en het grote repertoire dat zij ten gehore kunnen brengen. Deze middag duurt tot ca 16:00 uur en wordt onderbroken voor een pauze. (45 minuten voor de pauze en 35 minuten na de pauze). Wij kunnen een aantal verzoeknummers bij hen opgeven voordat het optreden plaatsvindt.

In verband met de hoge kosten van het optreden vragen wij u voor 18 september 2024

**3 euro** per persoon over te maken naar de bankrekening van onze penningmeester. **Het nummer is NL08 RABO 0162557167 t.n.v. J. Kuijper, penningmeester PCOB afdeling Hoorn.** Het concert vindt plaats in de kerkzaal.

**Iets heel anders is gepland op donderdag 3 oktober 2024 in Het Octaaf.** Onder het motto ‘Waarom alleen als het samen kan?’ organiseren de Hoornse ouderenbonden KBO en ANBO/PCOB samen met Vereniging Oud Hoorn op donderdag 3 oktober een dag over Moderne Devotie, een middeleeuwse vernieuwingsbeweging. Het gaat tijdens die dag zowel over de geschiedenis als de actualiteit. De thema’s van de Moderne Devotie: het bevorderen van gemeenschapszin en zorg voor elkaar zijn nog steeds zeer actueel. Als spreker zal optreden de heer Mink de Vries en de gespreksleider is Rudolf Kooiman. Aanvang is om 10:00 uur en de sluiting is omstreeks 15:00 uur. De locatie is wederom : Het Octaaf, J.D. Pollstraat 1, Hoorn. De toegangsprijs is : € 10,00 p.p., inclusief de lunch.

Dit bedrag dient bij deelneming te worden overgemaakt naar bankrekening; NL86INGB 0002144888 t.n.v. Vereniging Oud Hoorn. U dient zich aan te melden voor deze dag via het emailadres: Lezingen@OudHoorn.nl.

Het dagprogramma omvat een informatieve lezing over Moderne Devotie waarna we met elkaar in gesprek gaan over de betekenis van de Moderne Devotie in deze tijd. Na de lunch nodigen gidsen van Oud Hoorn u uit voor een wandeling langs de historische plekken in Hoorn, waar de Moderne Devotie een rol heeft gespeeld.

Toelichting programma:

In de late Middeleeuwen ontstond een beweging van geestelijken en burgers die genoeg hadden van de wantoestanden in kerk en samenleving en voor een andere manier van leven kozen. Zij wilden terug naar de bron van het vroege christendom, naar een leven in eenvoud, in vroomheid en met elkaar. De Moderne Devotie wilde een vernieuwing van het geestelijk leven en groeide in korte tijd uit tot een brede hervormingsbeweging. Ook in Hoorn kreeg de Moderne Devotie veel aanhang. In een tijd van verzakelijking en individualisering en een afnemende belangstelling voor de kerk zijn kernwaarden van de Moderne Devotie nog altijd actueel. Problemen als eenzaamheid en schaarser wordende zorg kunnen alleen worden aangepakt als we streven naar nieuwe vormen van samenleven. Meer samen, meer voor elkaar. De vraag is hoe we heel praktisch er in kunnen slagen om mensen in de wijken bij elkaar te brengen om elkaar, waar nodig, te helpen.

Afbeelding met buitenshuis, hemel, boom, wolk

Automatisch gegenereerde beschrijving**Zomeractiviteiten:** op woensdag 17 juli 2024 werd weer de Jeu de Boules middag gehouden bij de Bouledozers aan het Keern te Hoorn. Inmiddels is dit een jaarlijks terugkerende traditie geworden. Ongeveer 40 leden gaven acte de presence. Het weer was prachtig. Rikkie Kostelijk verzorgde de bitterballen en de koffie en of thee. De penningmeester rekende af. De drankjes waren voor eigen rekening. Kees Kostelijk en nog een paar leden van de Jeu de Boules vereniging verleenden belangeloos hun medewerking aan deze mooie middag. De prijswinnaars kregen een lintje.

Onze secretaris, Eisse Bakker, heeft de Museum Plusbus weer vastgelegd voor 5 december a.s.. De reis gaat ditmaal naar het Fries Museum te Leeuwarden. De leden kunnen zich hiervoor opgeven bij Eisse op het emailadres [pcob-hoorn@live.nl](mailto:pcob-hoorn@live.nl) .

De kosten van de lunch zijn voor eigen rekening .De bus is gratis. Ook nu geldt weer: Vol is vol.

**Fietstocht:** vorig jaar is de fietstocht in september goed bevallen. Ook dit jaar wordt deze weer door Paul Meijer georganiseerd. De datum is 19 september. Een warme hap in de ‘De Kreek’ vormt de afsluiting van de middag. U kunt zich bij hem opgeven per mail: [paulmeijerhoorn@gmail.com](mailto:paulmeijerhoorn@gmail.com).

**Post:** OV-pay. Onze secretaris heeft een brief ontvangen van OV-pay. Daarin staat dat het sinds juni 2023 mogelijk is om met een betaalpas of creditcard in- en uit te checken in het openbaar vervoer. Om in- en uit te checken met je contactloze betaalpas, creditcard of mobiel, hoef je niets te activeren. Je kan meteen op deze manier reizen. Haal de pas waarmee je wilt reizen bij het in- en uitchecken uit je portemonnee. Of gebruik de betaalpas op je mobiel.

1.Hou je pas of je mobiel bij het inchecken tegen de kaartlezer.

2. Gebruik in de bus en de tram een kaartlezer waarbij aangegeven staat dat deze geschikt is voor OV-pay.

3. Check uit met dezelfde pas (en in bus en tram bij een OV-pay  geschikte kaartlezer).

**Dagje uit naar de koepelkathedraal in Haarlem**. Misschien wat voor U?

Afbeelding met tekst, poster, boek

Automatisch gegenereerde beschrijving

**Ledenmiddag 16 oktober 2024**. Deze middag wordt verzorgd door 2 dames van de “Wilde Ganzen”. Het onderwerp is nog niet bekend. Wilde Ganzen ondersteunt projecten in het buitenland, o.a. in Afrika. De plaats is Het Octaaf. De kerk is open om 13:30 uur. De aanvang is om 14:00 uur. komt allen want u krijgt mooie beelden te zien die uw hart verwarmen.

Ik sluit af met een gedicht van Petra Groeneveld. Zie www. Christelijke gedichten.com.

**Zoveel mensen in het duister  
tastend zoekend naar Uw licht  
U ze zachtjes toefluistert  
kom toch voor Mijn aangezicht  
  
Zoveel mensen niet begrijpen  
U hen ziet in hun verdriet  
Kom tot Mij leg af je lasten  
bij Mij ligt toekomst in 't verschiet  
  
Zoveel mensen die niet zoeken  
waar hun heil te vinden is  
Ik wil ze liefdevol verzoeken  
kom bij Mij met je gemis  
  
Zoveel blijdschap wil Ik geven  
leg al je zorgen maar bij Mij  
Ik wil met jou medeleven  
bij Mij ben je veilig en vrij**

**Ledenmiddag woensdag 16 mei 2024**

De archeoloog dhr. Schrikx heeft een presentatie met foto’s over de recente opgravingen in Hoorn gegeven.

De ledenmiddag was goed bezocht en werd besloten met een hapje en drankje.

Afbeelding met vaas, aardewerk, kunst, museum

Automatisch gegenereerde beschrijvingDoor omstandigheden is er geen verslag van de middag gemaakt.

Afbeelding met tekst, schermopname

Automatisch gegenereerde beschrijving

Afbeelding met buitenshuis, hemel, boom, huis

Automatisch gegenereerde beschrijving

**Topmiddag PCOB bij de Bouledozers op 17 Juli 2024**

(Goud voor Eisse, zilver voor Ada, brons voor Nico)

Afbeelding met buitenshuis, hemel, wolk, grond

Automatisch gegenereerde beschrijvingAfbeelding met buitenshuis, kleding, persoon, grond

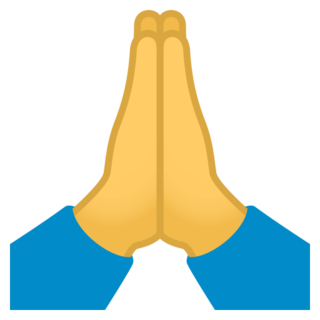
Automatisch gegenereerde beschrijvingHet spel “Jeu de Boules” wordt al heel wat jaartjes op een middag door de PCOB-leden van Hoorn gespeeld. Het vindt plaats op het terrein van de Bouledozers, helemaal achterin op “het Keern”. Een prachtig ingericht complex, speciaal voor deze sport. Op het internet is er heel wat over te lezen. Onze leden Rikkie en Kees Kostelijk maken deel uit van het bestuur van de Bouledozers.   
Op 17 juli 2024 was het dan weer zover, ongeveer 35 leden hadden zich op de banen verzameld. Prachtig weer. Na eerst een welkom door onze voorzitter Jacob Serier, werd enige uitleg van het spel gegeven door een deskundige van de Bouledozers. Voor de meesten een kleine opfrisser. We werden ingedeeld over zes speelbanen, daarna ging het geheel van start. Je zag aan de spelresultaten dat het steeds beter ging. Zie hiervoor de fotootjes die werden gemaakt door de hoofdredacteur van onze nieuwsbrief, mv. Jeanne Kuijper. Er zijn twee ronden gespeeld. Tussen de rondes een korte pauze voor een drankje met een traktatie in de vorm van een warme snack. Het bijhouden van de punten werd nauwkeurig gedaan. Ter afsluiting werd de totale score meegedeeld. Vastgesteld werd dat Eisse Bakker de hoogste punten had gehaald, dus goud, Ada Drieënhuizen zilver en Nico Slob brons. De respectievelijke plakken werden zorgvuldig uitgereikt. Echt een professionele organisatie. Er was zelfs een poedelprijs, deze viel ten beurt aan mv. Thea Tichelaar. Het werd een gezellige middag, nogmaals een warm snackje en ook deze vermaakmiddag was teneinde. Dank voor alle bijdragen. (Sane de Boer)

**Uitnodiging ledenmiddag woensdag 18 september 2024**

Afbeelding met kleding, persoon, meubels, person

Automatisch gegenereerde beschrijvingU bent welkom in de kerk vanaf 13:30 uur en om 14.00uur begint de middag. Er zal een optreden plaatsvinden van de zanger Carlo Arends en pianist Jean Luc. (Duo a Men’s Passion). Zij staan bekend om hun muzikaliteit en het grote repertoire dat zij ten gehore kunnen brengen. Er mogen door ons verzoeknummers worden ingediend voordat het optreden plaatsvindt. In verband met de hoge kosten van het optreden verzoeken wij u om een kleine bijdrage van 3 euro per persoon voor deze middag over te maken naar de bankrekening van onze penningmeester. **Het nummer is NL08 RABO 0162557167 t.n.v. J. Kuijper, penningmeester PCOB afdeling Hoorn.** Het concert vindt plaats in de kerkzaal.

**Uitnodiging gezamenlijke bijeenkomst op donderdag 3 oktober 2024**



Het thema van deze dag is: Moderne Devotie. Als spreker zal zal zijn de heer Mink de Vries en de gespreksleider is Rudolf Kooiman. Het begint om 10:00 uur en de sluiting is omstreeks 15:00 uur. De locatie is : Het Octaaf, J.D. Pollstraat 1, Hoorn.

De toegangsprijs is: € 10,00 p.p., dit is inclusief de lunch. Dit bedrag dient bij deelneming te worden overgemaakt naar bankrekening NL86INGB 0002144888 t.n.v. Vereniging Oud Hoorn. U dient zich aan te melden voor deze dag via het emailadres: [Lezingen@OudHoorn.nl](mailto:Lezingen@OudHoorn.nl). De dag is gezamenlijk met leden van de KBO en Oud Hoorn (Zie voor verdere uitleg van deze dag het verslag van de voorzitter.)

**Uitnodiging ledenmiddag woensdag 16 oktober 2024**

Zoals het vermeld stond in het verslag van de voorzitter wordt deze middag verzorgd door 2 dames van de “Wilde Ganzen”. Mw. Vida van Dalfsen en Mw. Emmy Jansen. “Wilde Ganzen” ondersteunt veel projecten in het buitenland. Hierover zal het deze middag gaan. Het vindt weer plaats in Het Octaaf.

De kerk is open om 13:30 uur. De aanvang is om 14:00 uur.

**Afbeelding met Fietsframe, fiets, transport, Fietswiel

Automatisch gegenereerde beschrijvingFietsen**

Op 19 september a.s. gaan wij weer fietsen en eten. Wij zijn wel mooi- weer fietsers. Als het regent of stormt dan gaat het fietsen niet door maar het eten wel.

Wij starten bij wijkcentrum De Kreek, Meetketting 1-3, 1689XD Zwaag in de Bangert Oosterpolder om **15.00** uur. Via allerlei omwegen gaan wij naar Grandcafé de Post in Midwoud om uit te rusten met koffie of thee en mogelijk wat erbij. Daarna gaan wij weer terug richting De Kreek om te eten.

**Afbeelding met schets, Keukengerei, ontwerp

Automatisch gegenereerde beschrijvingEten**

Ook voor de leden die niet mee fietsen in combinatie met de fietsers hebben, wij in De Kreek een etentje georganiseerd.

Eerst een drankje vooraf en daarna samen eten.

Het wordt geen driegangendiner, maar een platemenu, met drie keuzes: 1. kipsaté , 2. hamburger of 3. een vegetarische variant. Alle drie gecombineerd met friet en salade.

De eters zijn welkom vanaf 17.00 uur en de fietsers sluiten zich bij hen aan. Wij gaan officieel aan tafel rond18.00 uur.

U kunt zich voor het fietsen en eten opgeven via de mail:

[paulmeijerhoorn@gmail.com](mailto:paulmeijerhoorn@gmail.com) en in uiterste geval per telefoon 0649928158.

Voor de kok en het Grandcafé is het prettig te weten hoeveel deelnemers er komen. Graag aanmelden vóór 12 september a.s.

Bij slecht fietsweer wordt u niet gebeld of het fietsen wel of niet doorgaat. Buienradar geeft voor u wel voldoende informatie.

Vriendelijke groet

Paul Meijer

**Weetjes**

Op de website: ,[www.pcob.nl](http://www.pcob.nl),*’ homepage, naar uw afdeling, Hoorn*’ kunt u alle foto’s in kleur zien. Onze webmaster is Johan Agema.



In de hal van de kerk staat een boekenkast. Hieruit kunt u boeken lenen, maar ook boeken, die u niet meer wilt, achterlaten.

Mw. Ouwens kan uw oude zelfgemaakte kaarten goed gebruiken. U kunt ze meenemen naar de PCOB middag of haar bellen tel.: 0229 216901 (Geen kerstkaarten!)

We hebben 2 gastvrouwen n.l.: Mw. Alie Agema en Mw. Henny Overbeek.

Als u ondersteuning nodig hebt in de huishouding, kunt u dit aanvragen op de website

1. Hoornof telnr.: 0229 252200. Van maandag tot vrijdag tussen 9.00 en 17.00.uur**.**

Ook kunt u hier de regio taxi aanvragen, die gaat van deur tot deur.

Hebt u vragen of zorg nodig dan kunt u bellen naar het nummer 088 2068910 vande Omring.

Bij Buurtzorg kunt u ook terecht voor vragen en zorg. Dit is tel.nr.: 06 22331830.

Er bestaat ook een autodienst in Hoorn.

Die brengt u van deur tot deur waar u ook heen wilt.

U hoeft niet lang te wachten zoals soms bij de regio taxi.

Is iets duurder. Voor meer informatie telnr.:088 0075136.

Het e-mailadres van de redactie van de nieuwsbrief is: [losperrosbufos@ziggo.nl](mailto:losperrosbufos@ziggo.nl).

De doorstroommakelaar is een deskundig iemand die advies kan geven als men kleiner wil gaan wonen.

Bij Intermaris is Nathalie Bank de doorstroommakelaar.

Bij de KBO Hoorn is Henk Beukema voor de bonden beschikbaar als ouderenadviseur.

Op de website van Alleszelf.nl vindt u o.a.de volgende onderwerpen:

[](https://www.alleszelf.nl/)

Afbeelding met tekst, apparaat

Automatisch gegenereerde beschrijvingZelf tegels in een badkamer leggen

Ontdek het plezier van familie uitje in de natuur

Tips om de woning lichter en ruimtelijker te maken

Afbeelding met diagram

Automatisch gegenereerde beschrijving**Spellenmiddag**.

Waar: In Het Octaaf.

Wanneer: De eerste maandagmiddag van de maand.

Tijd: 14.00 uur tot 16.00 uur.

Kosten: Geen.

Als u graag een spelletje speelt bent u van harte welkom. Gerrie, Thea en Rikkie

**In Memoriam**

Afbeelding met plant, bloemblaadje, Pedicellus, schets

Automatisch gegenereerde beschrijvingMw.A. Pauzenga-Hoekstra

04-02-1938 22-05-2024

Dhr. D. Nooitgedagt

24-02-1933 22-05-2024

Mw. T. Vijn

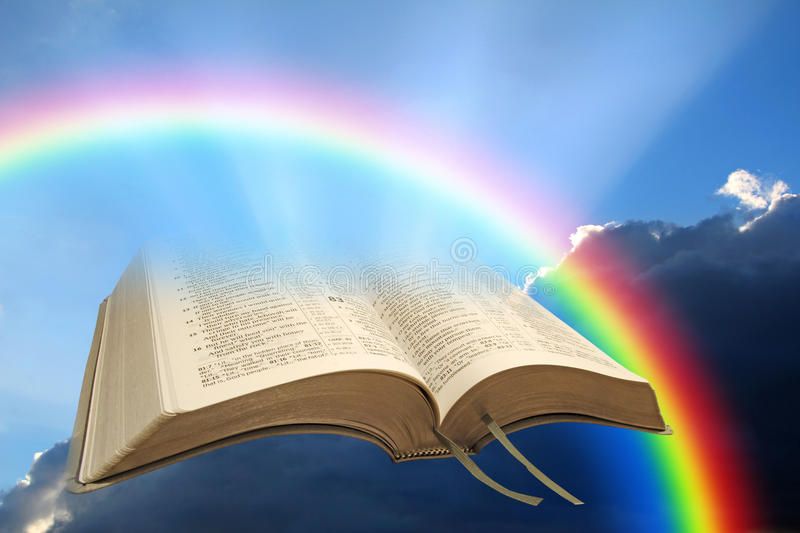
28-03-1935 24-05-2024

Dhr. J.H. Wigard

29-04-1934 18-06-2024

Wij wensen alle nabestaanden heel veel sterkte toe om het verlies te verwerken

**Woord ter bemoediging**

Ps. 62: 8,9

In God is mijn heil en mijn eer;

mijn sterke rots, mijn toevlucht is in God.

Vertrouw op Hem te allen tijde, volk;

stort uw hart uit voor Zijn aangezicht.

God is voor ons een toevlucht. *Sela*

**Contributie**

Uw contributie voor 2024 bedraagt:

Voor een enkel leefverband € 35,-

Voor een dubbel leefverband € 55,-

Gaarne overmaken op rekeningnr.:

NL08 RABO 0162557167 t.n.v. J. Kuijper, penningmeester PCOB afdeling Hoorn.

E.v. opzeggingen vóór 1 november 2024

**Even (glim)lachen**

Afbeelding met Hondenras, tekening, verven, hond

Automatisch gegenereerde beschrijvingAfbeelding met smiley, emoticon, geel, glimlach

Automatisch gegenereerde beschrijvingEen man gaat met zijn pas gekochte hond naar de dierenarts. Eindelijk is hij aan de beurt en komt met zijn hond de behandelkamer binnen. “En?”, vraagt de dierenarts, “wat is het probleem?”. “Nou”, zegt de eigenaar van het dier, “ik heb hem gekocht om te waken, maar elke keer als de bel gaat, dan gaat mijn hond in de hoek zitten”. De dierenarts wrijft eens vakkundig over zijn kin en zegt tenslotte: “ja…dat doen Boxers”.  
   
**Agenda**

Afbeelding met rekenmachine, Rechthoek, ontwerp

Automatisch gegenereerde beschrijving14/15-09-24 Open monumentendag

18-09-2024 Optreden zanger Arends en pianist Jean Luc

19-09-2024 Fietstocht en eten

03-10-2024 Moderne Devotie

16-10-2024 Presentatie over Wilde Ganzen

20-11-2024 Conferencier Jos Thomasse met zoete koek

05-12-2024 Fries Museum met museum plusbus

18-12-2024 Kerstviering

**Beste PCOB vrienden**

De penningmeester van de PCOB - afdeling Hoorn, doet hierbij een

**noodoproep** voor de betalingen van de jaarlijkse contributie.

Er is een grote achterstand ontstaan in de inning daarvan.

De achterstand bedraagt ca. 45%.

Als gevolg daarvan kan de vereniging niet meer aan alle verplichtingen

voldoen als dit niet snel wordt opgelost. Voor de komende periode staan er verschillende activiteiten gepland.

**Heeft u nog niet betaald doe het dan snel.**

**Op rekening nummer NL08 RABO 0162557167**

**t.n.v.**  **penningmeester PCOB Hoorn**

**Bij voorbaat onze dank !**

**KBO Blokker bestaat 60 jaar**

Op 25 mei was het jubileumfeest. Meer dan honderd leden hadden zich opgegeven voor de feestmiddag ter gelegenheid van ons 60-jarig jubileum. Met wat afzeggingen en no-shows erbij waren er die zaterdag 25 mei toch nog altijd meer dan 90. Het werd een vrolijke middag daar in Het Gouden Hoofd, gegangmaakt door Paul Vlaar achter zijn elektronisch orgel. Genoten werd van koffie met gebak en van een drankje en een hapje en al snel had de muzikant de beentjes van de vloer en een polonaise aan de gang. Als intermezzo kregen de aanwezigen ook een inspirerende en humorvolle preek van ‘pastoor Jacobus’ Kluft te horen, inclusief een drijfnatte slinger met de wijwaterkwast. Als slot van het feest kregen de gasten een heerlijk buffet voorgeschoteld, dat men zich goed liet smaken. Net zoals al zoveel voorzitters bij eerdere jubilea voor haar kon Joss Halsema ter afsluiting terugzien op een geslaagde viering van de ook zelf al bejaard wordende vereniging.

Info: juli-augustus 2024 KBO Blokker

**Leeftijdskorting bij reizen met OVpay**

Iedereen vanaf 65 jaar heeft recht op leeftijdskorting in de bus, tram of metro. Tot nu toe moest dit gekoppeld worden aan de OV-chipkaart. Vanaf nu kan dit ook via de betaalpas of creditcard. Een geldige en opgeladen OV-chipkaart is dus niet meer nodig om met 34 procent korting te reizen. Het werkt als volgt: download de OVpay-app in de Google Play store of App store. Log in op de app. Dat doet u door uw naam en e-mailadres in te vullen. Vervolgens krijgt u een e-mail met een code die u in de app invult. Voeg uw betaalpas of creditcard toe. Dat doet u door in de app naar ‘Passen’ te gaan en vervolgens op ‘+ pas toevoegen’ te klikken. Selecteer de optie ‘Leeftijdskorting toevoegen’. Maak vervolgens een profiel aan, daarvoor vult u in uw naam en geboortedatum in. Ook maakt u in de app een duidelijke foto van uzelf. U heeft nu leeftijdskorting toegevoegd en u kunt reizen in bus, tram en metro met korting. Wilt u meer uitleg? Bekijk het filmpje op de website www.OVpay.nl/leeftijdskorting. (bron: Koepel Gepensioneerden)

**Spitskoolstamppotje met slavink**

Het bereiden van de stamppot is simpel. Kook de **aardappelen** in een pan gaar en bak de **spitskool** aan in een koekenpan of hapjespan. Fruit ondertussen de **ui** met **knoflook** aan in een andere pan. Doe, als de ui glazig ziet, de **champignons** erbij en bak deze even mee. Doe **slavinken** erbij en bak deze rondom aan in de pan. Voeg hierna de **ketjap** en **water** toe en laat dit op zacht vuur mee pruttelen tot de slavinken gaar zijn. Stamp de aardappelen fijn en roer de spitskool er door. Samen met de gebakken ui en champignons. Serveer het spitskoolstamppotje met de slavinken. Info: nieuwsbrief Omring

**Van de redactie**



Heef u thuis nog een lekker (ouderwets) recept liggen, laat het de redactie weten.

Ook een leuk verhaal, mop of andere suggesties voor de nieuwsbrief zijn welkom.

**Aankondiging bijeenkomst Alzheimer Café Hoorn**

Afbeelding met bloem, email, accessoire, kunst

Automatisch gegenereerde beschrijvingOp woensdag 18 september a.s. wordt er een bijeenkomst gehouden van het Alzheimer Café Hoorn. Het onderwerp van deze avond luidt: ‘Dementie en leefstijl’. Vragen worden besproken zoals: draagt gezonde voeding bij aan het vertragen van dementie? Welke risicofactoren zijn van invloed op dementie? En wat is een verrijkte omgeving wanneer je een dementie hebt? Als deskundige is Sietske Sikkes PhD, senior onderzoeker bij het Alzheimer Center A’dam. De gespreksleider van deze avond is Hanneke Vlug.

 Locatie: Hoge Hop, Roerdomp 2 te  Hoorn. Inloop is mogelijk vanaf 19.00 uur. Het programma begint om 19.30 uur.

De toegang is gratis. Bezoekers hoeven zich niet van tevoren aan te melden.

Info: bij Ellen Bos-Ruijer via [e.ruijer@alzheimervrijwilligers.nl](mailto:e.ruijer@alzheimervrijwilligers.nl) of te bereiken via 0229-741741 (Geriant).

*Alzheimer Café Hoorn is onderdeel van Alzheimer Nederland en wordt georganiseerd in samenwerking met Omring, WilgaerdenLeekerweidegroep, Jonkerszorg, Martha Flora Hoorn en Geriant Westfriesland.*

**Kun je te hard lachen?**

‘Komt een olifant bij de dokter…..’Soms hoor je zo’n goede mop dat je bijna niet meer bijkomt van het lachen. Maar wat als je echt niet meer zou kunnen stoppen met schateren? Kun je zo hard of lang lachen dat het schadelijk voor je is? In sommige gevallen is dat inderdaad mogelijk, maar vooral als er sprake is van een achterliggende kwaal. Als je last hebt van astma kan een flinke lachbui ervoor zorgen dat je moeilijkheden met ademhalen krijgt. Mensen met hartritmestoornissen lopen mogelijk gevaar als ze plotseling moeten gieren van het lachen. Ook zou je te weinig zuurstof kunnen binnen krijgen of flauwvallen, zodat je jezelf kunt verwonden. Maar voor al deze voorbeelden geldt dat ze in heel zeldzame gevallen door een lachbui worden getriggerd. Je hoeft dus niet bang te zijn voor een goede grap. Integendeel: lachen zorgt ervoor dat er gelukshormonen vrijkomen die je een goed gevoel geven, pijnstillend werken en stress verminderen. Komt dus een olifant bij de dokter….

**Gedicht**: Geef vrede

Wees erbij in donkere nacht,  
als de eenzaamheid mij wacht,  
wees erbij, want niemand weet  
hoe ik mijn bestaan vergeet.   
  
Geef een hand als ik moet dwalen  
om verdriet in woorden te vertalen,  
geef een hand, verlicht mijn angst, o God,  
bewerk een ommekeer in mijn geketend lot.  
  
Geef een hand om het gebroken hart te strelen,  
om mijn geschokte wereldbeeld te helen,  
geef mij vleugels om tirannen te vertreden  
en de kracht om zwaard tot ploegschaar om te smeden.  
  
Geef vrede, Heer, geef vrede,  
herschep de mens zoals bedoeld,  
met sprankelend licht dat duister overspoelt,  
geef vrede, Heer, geef vrede!

[De onbekende dichter](https://www.leesgedichten.nl/profiel/unknown/)

**Colofon**

**Bestuur en info. PCOB afd. Hoorn**

1e Voorzitter: Dhr. J. Serier, tel.:0229 233098

2e Voorzitter: Mw. M. Terpstra, tel.:0229 263759

Secretaris Dhr. E. Bakker, tel.: 0229 231592, e-mail: pcob-hoorn@live.nl

Ledenadministratie: Dhr. Hans de Bruijn, tel.:0229 230942, e-mail: h.de.bruijn.1@kpnmail.nl

Penningmeester: Dhr. J. Kuijper, tel.: 0229 756980,

bankrekening: NL08RABO 0162557167 t.n.v. PCOB afd. Hoorn

Bestuurslid: Mw. T. M. J. Kuipers

Bestuurslid: Dhr. N. Slob

Webmaster: Dhr. J. Agema, e-mail: webmaster@pcob-hoorn.nl

Meldpunt zieken of wilt u zomaar een bezoekje:

Mw. G. Roos, tel.: 0229 245445.

Redactie Nieuwsbrief PCOB Hoorn:

Mw. J. Kuijper, tel.:06 49952381. e-mail: [losperrosbufos@ziggo.nl](mailto:losperrosbufos@ziggo.nl)

Mw. A. Lammers, tel.:06 27246124. e- mail: c.lammers@quicknet.nl

Verspreiding PCOB magazine en nieuwsbrief:

Dhr. en mw. van Engelenhoven, tel.:0229 215573

Opzeggen lidmaatschap: alleen vóór 1 november voor het volgende kalenderjaar.

Aanleverdatum kopij volgende nieuwsbrief: Voor -17-10-2024