

Protestants Christelijke Ouderen Bond

Afdeling Groningen

April_mei 2024

VER VAN HUIS - WELKOM THUIS

Lezen we eerst Lukas 15 : 20-24.

De verloren zoon heeft zich niet bepaald netjes gedragen tijdens zijn reis. Zijn haastig opgeëiste deel van de erfenis heeft hij er even haastig doorheen gejaagd.

Hij ging los, stoorde zich aan God noch gebod en komt nu met lege handen thuis. De zoon heeft al bedacht wat hij zal zeggen als hij zijn vader onder ogen komt; de nederige spijtbetuigingen liggen al op het puntje van zijn tong.

Maar als hij bijna thuis is, gebeurt er iets merkwaardigs. Zijn vader staat hem op te wachten. In plaats van zijn zoon woedend de les te lezen, rent hij vol medelijden op hem af. Hij omhelst hem, hij kust hem, er wordt zelfs feest gevierd.

Dit had de zoon nooit verwacht. Ondanks zijn falen wordt hij thuis met open armen ontvangen. Het is bijna niet voor te stellen wat er in zijn hoofd omgaat: wat zal hij na deze ontvangst een ander mens zijn geworden.

Ook ons ziet **God** al van verre aankomen. **Hij** staat klaar om ons te verwelkomen en om onze komst te vieren. **Hij** wil niets liever dan dat **wij** thuiskomen bij **Hem**.

Hoor, een vader had twee zonen.
Hij hield veel van alle twee.
“Ik vertrek”, zo sprak de jongste
en hij nam zijn erfdeel mee.
Zichtbaar anders was de oudste,
die wel bij zijn vader bleef,
trouw hem diende en zich afvroeg
wat zijn jongste broer nu dreef.

Vol verlangen wachtte vader
op de zoon die hem verliet.
Hoopvol bleef hij naar hem uitzien,
aan geduld ontbrak het niet.
Daar! – reikhalzend keek hij nog eens,
niet gelovend wat hij zag:
hij die dood was, werd weer levend.
Wat een vreugdevolle dag!



Programma 1e helft 2024 PCOB

Het programma voor de ledenmiddagen in 2024 zal vooral in het teken van gezond en vitaal ouder worden staan.

Woensdag 8 mei 2024

Spreker : Bernadette Pelgrum van Remedica

Onderwerp: Vitaal in het voorjaar

Deze lezing vindt plaats in de :
**Mennozaal van de Doopsgezinde Gemeente aan de
Boteringstraat 33 te Groningen**

Aanvang: **14:30** uur

Entree € 2,00 (2x koffie en/of thee)

Voor info Sylvia Oosterhuis 050-3643620

Van de ledenadministratie

Overleden:

Dhr. S. Middel

Briljantstraat 8

Mw. P.J. v.d. Veen - de Smidt

Rubensstraat 66

Hetzij wij leven, hetzij wij sterven, wij zijn des Heren



Ledenmiddag 10 april

Onze vaste verslaggever, Bert Tobi was deze keer helaas niet aanwezig, daarom is er nu een heel kort verslag. Nadat de voorzitter in haar inleiding gememoreerd had dat Pasen kort daarvoor was gevierd en ingegaan was op de betekenis van Pasen voor Christenen, ging ze voor in een gebed dat was overgenomen uit de Petrus krant. In dit gebed wordt God verzocht om ons te laten omkeren op de weg van de vernietiging van de aarde, Zijn Schepping, en ons te helpen de weg terug te vinden naar Hem. Daarna begeleidde Berend Dijkmeier ons bij het zingen van psalm 150.

Onze spreker die middag was Ger Brink. Hij is een enthousiaste vogelspotter en hij heeft ons heel veel verteld over de verschillende soorten uilen, maar ook liet hij ons met een filmpje zien waarom je een uil, in tegenstelling tot bijvoorbeeld een duif niet hoort vliegen. Hij legde ons uit dat dit te maken heeft met de opbouw van het verenpak van de vleugels. Daarnaast vertelde hij ons vol verve over de nestkasten die hij samen met de leden van zijn uilengroep overal geplaatst heeft en die steeds worden gemonitord en geobserveerd. Na het broedseizoen moeten de nestkasten schoongemaakt en eventueel gerepareerd worden. De uilskuikens worden geringd en gewogen en zo kan worden vastgesteld waar ze heen gaan als ze uitvliegen: de jonge mannetjes blijven in de buurt waar ze geboren zijn, maar de vrouwtjes vliegen uit naar een gebied dat wel 15 km verder weg kan liggen. Zo voorkomen ze inteelt, en zo zie je maar weer dat onze Schepper ook de dieren een vorm van verstand heeft gegeven. Al met al was het een heel boeiende lezing, en het was dan ook erg jammer dat er maar weinig leden naar de ledenmiddag zijn gekomen.

Nadat de voorzitter de spreker had bedankt en een cadeaubon had overhandigd, zouden we gezang 196 uit ons liedboek zingen. Berend Dijkmeier had al gezegd dat het een vrij onbekend lied was, gevraagd of we dat wel konden zingen. Nou, het bleek dus inderdaad onbekend te zijn en ondanks het krachtige piano-spel lukte het de meesten van ons niet om dit mee te zingen. De volgende keer toch maar bij de meer bekende liederen blijven, voorzitter!

Hierna volgde het slotgebed en wenste de voorzitter iedereen wel thuis waarbij de hoop werd uitgesproken dat er toch meer leden de weg naar de Mennozaal weten te vinden op 8 mei als de laatste ledenmiddag voor het zomerseizoen plaatsvindt.

Verjaardagen mei 2024



| Naam | Datum |
|-------------|--------------|
|-------------|--------------|

| | |
|---------------|-------|
| Mw. J. Winter | 4 mei |
|---------------|-------|

| | |
|---------------------|-------|
| Dhr. A.F. Horenberg | 5 mei |
|---------------------|-------|

| | |
|----------------------|-------|
| Mw. D. van Loo-Teule | 5 mei |
|----------------------|-------|

| | |
|---------------------------|-------|
| Mw. S. Postema - v.d. Wal | 5 mei |
|---------------------------|-------|

| | |
|------------------------|-------|
| Mw. P. Versteeg-Kadijk | 5 mei |
|------------------------|-------|

| | |
|-----------------|-------|
| Mw. J.F. Bosman | 6 mei |
|-----------------|-------|

| | |
|---------------------------|--------|
| Mw. E.E. Arkema-Bethlehem | 11 mei |
|---------------------------|--------|



| | |
|----------------------|--------|
| Dhr. J.R. Scheeringa | 14 mei |
|----------------------|--------|

| | |
|----------------|--------|
| Dhr. B.M. Tobi | 15 mei |
|----------------|--------|

| | |
|---------------------------|--------|
| Mw. H.E. Kukler-Koudstaal | 18 mei |
|---------------------------|--------|

| | |
|----------------------------|--------|
| Mw. M.C. Meiners-Tutuarima | 20 mei |
|----------------------------|--------|

| | |
|----------------------|--------|
| Mw. M. Boerema-Runia | 21 mei |
|----------------------|--------|

| | |
|--------------------|--------|
| Dhr. J.K. de Groot | 21 mei |
|--------------------|--------|

| | |
|------------------------|--------|
| Mw. H. Alta - Heinstra | 26 mei |
|------------------------|--------|

| | |
|-------------------------------|--------|
| Mw. M.S. Fennema - Oostindien | 28 mei |
|-------------------------------|--------|

| | |
|-------------|--------|
| Mw. D. Kuik | 29 mei |
|-------------|--------|

| | |
|---------------------|--------|
| Dhr. A. Schoenmaker | 31 mei |
|---------------------|--------|





Stichting
4 Mei Herdenking
Groningen

PROGRAMMA NATIONALE HERDENKING OP ZATERDAG 4 MEI 2024

Het gemeentebestuur en het provinciebestuur van Groningen nodigen u hierbij uit deel te nemen aan de 4 Mei Herdenkingen 2024.

U bent van harte welkom. Wij stellen uw aanwezigheid bij de herdenkingen bijzonder op prijs.

Tijdens de Nationale Herdenking op zaterdag 4 mei herdenken we allen – burgers en militairen – die in het Koninkrijk der Nederlanden of waar ook ter wereld zijn omgekomen of vermoord sinds het uitbreken van de Tweede Wereldoorlog, in oorlogssituaties en bij vredesmissies.

In verband met sjabbat, de Joodse rustdag, herdenkt de Joodse gemeente Groningen op vrijdag 3 mei 2024. Zie binnenkant Programma.



KRANSLEGGINGEN

Vrijdag 3 mei 2024

In verband met de Joodse rustdag, sjabbat, herdenkt de Joodse gemeente Groningen op vrijdag 3 mei:

| | |
|-----------|---|
| 10.30 uur | Herdenking op de Joodse Begraafplaats, Iepenlaan |
| 11.30 uur | Herdenking bij het monument Sint-Joris en de draak, Martinikerhof |
| 12.30 uur | Herdenking bij het Joods Monument, Hereweg |

Zaterdag 4 mei 2024

Ochtendprogramma

Kransen en bloemen worden gelegd bij gedenksteden en monumenten. Voor belangstellenden die hierbij aanwezig willen zijn vertrekt om 09.00 uur de bus vanaf de Arriva-garage aan de Bornholmstraat 60.

| | |
|-------------|---|
| 09.30 uur | Selwerderhof: N.S.-Monument, Indië Monument en Veteranen Monument |
| 10.00 uur | Noorderbegraafplaats, Moesstraat 98 |
| 10.20 uur | Plaquette Butterworth, Paterswoldseweg 188 |
| 10.40 uur | Zuiderbegraafplaats, Hereweg |
| 10.55 uur | Rooms-Katholieke Begraafplaats, Hereweg |
| 11.10 uur | Voormalig Huis van Bewaring, Helperlinie 2, Gedenksteen politieke gevangenen |
| 11.25 uur | Begraafplaats Esserveld, Esserweg: graven van de gesneuvelde geallieerde militairen, omgekomen verzetsmensen en het oorlogsmonument |
| 12.10 uur | Kranslegging gedenkplaat Scholtenhuis, Naberstraat |
| aansluitend | Kransleggingen plaquette voor de omgekomen Canadese soldaten en de plaquette voor de omgebrachte gemeenteraadsleden. Met medewerking van The Clan MacBeth Pipe Band. Locatie Stadhuis, Grote Markt |

Middagprogramma

| | |
|-----------|---|
| 15.00 uur | Herdenking korporaal Kevin Roggeveld, op 6 juli 2016 omgekomen tijdens de Vredesmissie in Mali. Met medewerking van The Clan MacBeth Pipe Band. Locatie: Begraafplaats Hoogkerk |
| 15.00 uur | Herdenking Vergisbombardeement van 26 september 1941. Locatie: monument Jozef Israëlsplein |
| 16.15 uur | Herdenking Johannes Swint, communistisch verzetsman, op 1 januari 1944 vermoord op het Linnaeusplein. Locatie: Linnaeusplein, kant Zaagmuldersweg |

Herdenkingen elders

| | |
|-----------|--|
| 11.00 uur | Herdenking Begraafplaats Hoogkerk, Kerkstraat |
| 20.00 uur | Herdenking Begraafplaats Nederlands Hervormde Kerk Engelbert |
| 20.00 uur | Herdenking Nieuwe Begraafplaats Noorddijk. Voorafgegaan door een Stille Tocht, verzamelen om 19.00 uur, vertrek om 19.15 uur bij het Dok, Kajuit 4 |
| 19.45 uur | Herdenking Monument aan de Boeiersingel, Hoogkerk |

Voor meer informatie kunt u terecht op de website <http://www.4meigroningen.nl>



Avondprogramma

Vanaf 18.00 uur vindt de Nationale Herdenking plaats

18.00 uur Nationale vlag halfstok op openbare gebouwen - tot zonsondergang (circa 21.00 uur)

Openbare herdenking bij het Joods Monument aan de Hereweg

18.25 uur Opstellen van de deelnemers aan de Stille Tocht bij de Van Mesdagkliniek aan de Hereweg
 18.35 uur Welkom en inleidende woorden. Gevolgd door de kransleggingen bij het Joods Monument door het gemeentebestuur van Groningen en de Stichting 4 Mei Herdenking Groningen
 Aansluitend Vertrek Stille Tocht vanaf de Hereweg. De Stille Tocht wordt voorafgegaan door Gruno's Postharmonie Groningen. Route: Hereweg, Gedempte Zuiderdiep, Oosterstraat, Grote Markt, Kreupelstraat, Martinierkhof

Openbare herdenking Martinierkhof

19.15 uur Martinierkhof: erwacht van leden van de afdeling Groningen van het Nederlandse Rode Kruis, koraalmuziek door Chr. Harmoniegezelschap Patrimonium Groningen bij het provinciaal oorlogsmonument Sint-Joris en de draak
 19.39 uur Klokken van de Martinitoren luiden
 19.45 uur Aankomst van de Stille Tocht en opstelling op het Martinierkhof
 19.47 uur The Clan MacBeth Pipe Band speelt Highland Cathedral
 19.50 uur Welkomstwoord en toelichting op programma
 19.54 uur Commissaris van de Koning René Paas en burgemeester van Groningen Koen Schuiling leggen namens ons allen de eerste krans bij het monument
 19.58 uur Taptoe-siginaal
 20.00 uur Twee slagen van de klok van de Martinitoren als teken van aanvang Twee Minuten Stilte
 20.02 uur Het Wilhelmus, de coupletten 1 en 6
 20.05 uur Toespraak door de Commissaris van de Koning in de provincie Groningen, de heer René Paas
 20.14 uur Officiële kransleggingen. Gevolgd door het defilé voor alle belangstellenden langs het provinciaal oorlogsmonument Sint-Joris en de draak. Mogelijkheid tot het leggen van bloem(en), bloemstukken, kransen. Het Chr. Harmoniegezelschap Patrimonium en Gruno's Postharmonie spelen koraalmuziek.

Martinierkerk Na de Herdenking bent u van harte welkom in de Martinierkerk voor warme koffie of thee. Een strijkkwartet bestaande uit studenten van het Prins Clausconservatorium zal deze informele bijeenkomst op de achtergrond muzikaal omlijsten.

Martinierkerk
 21.00 uur

Theater Na de Dam: U bent van harte welkom. Er zijn geen kosten aan verbonden.
 HOOP – voorstelling door spelers van De Noorderlingen over hoop, troost en perspectief. In het kader van Theater Na De Dam spelen overal in Nederland voorstellingen om de dodenherdenking van extra betekenis te voorzien. De stemmen van toen klinken voor even in het nu.
 Er hangt een schaduw over de tijd heen. Als het om ons heen donkerder wordt, groeit het verlangen naar een vergezicht waar licht schijnt. Een moment van hoop. Een theatrale audiotour waarin gedichten, persoonlijke verhalen en flarden muziek een brug slaan tussen het verleden, het heden en de toekomst. De jonge generatie laat horen hoe zij opstaan voor hun idealen. Een intieme ervaring in de grootse Martinierkerk.

Verwacht vanaf 28 april 2024

Op zoek naar objecten, documenten en verhalen uit de Tweede Wereldoorlog

Hebt u nog een voorwerp uit de Tweede Wereldoorlog waarover u meer wilt weten of een verhaal over wilt vertellen? Van brieven en persoonsbewijzen tot speldjes en fietsplaatjes, alles is welkom! Kom dan tijdens de *Groninger Niet Weggooien Tour* langs bij het Museum aan de A op vrijdag 3 mei van 13:00 tot 16:00 uur (Brugstraat 24-26).

Tijdens de Groninger Niet Weggooien Tour zijn we op zoek naar de verhalen achter de objecten, documenten en foto's uit de oorlog die bezoekers meenemen. Bezoekers kunnen in gesprek gaan met Tweede Wereldoorlog-experts over hun meegebrachte object (en). De experts vertellen over de opvallende kenmerken en de historische context ervan. Alle verhalen die tijdens de tour naar boven komen, worden genoteerd en later uitgeschreven. Zo wordt alles goed geregistreerd. De meegebrachte spullen kunnen ondergebracht worden bij een van de betrokken instellingen, die het opnemen in hun collectie. Maar dat hoeft natuurlijk niet; de objecten kunnen ook weer mee naar huis. De Groninger Niet Weggooien Tour wordt behalve georganiseerd door het Museum aan de A, ook door het Oorlogs- en Verzetscentrum Groningen, de Battlefield Tours, het Victory Museum Grootegast en het Oorlogsmuseum Middelstum met medewerking van de Synagoge Groningen. De tour sluit aan bij de landelijke Actie Niet Weggooien. Dat is een initiatief van musea en instellingen die zich met de Tweede Wereldoorlog bezighouden. Het doel is om voorwerpen en documenten uit de oorlogsjaren die nu nog bij mensen thuis liggen, te bewaren voor de toekomst.

Aanmelding is niet nodig en deelname is gratis. Bovendien krijgt iedereen die een object, document of foto uit de Tweede Wereldoorlog meebrengt gratis toegang tot het desbetreffende museum.

Overige deelnemers:

zondag 28 april 13:00-16:00 uur: Victory Museum Grootegast (Legolaan 1c, Grootegast)

zaterdag 4 mei 13:00-16:00 uur: Oorlogsmuseum Middelstum (Oude Schoolsterweg 24, Middelstum)

Overgenomen uit de maart nieuwsbrief van het Museum aan de A.

Het Genesis Dieet (129) (apr., mei '24) (herh. 33, 34, 35)

Dr. Gordon Tessler heeft veel onderzoek gedaan naar Gods instructies over onze voeding, en beschrijft de resultaten hiervan in zijn boek: “Het Genesis Dieet”. Het is de rode draad van deze artikelenserie, beginnende bij Genesis 1:29.

Dierlijk vet!

Het verbranden van dierlijk **vet** verspreidt een heerlijke geur. Iedereen heeft wel eens de verleidelijke geur geroken van een sissende biefstuk, bacon of spareribs op houtskool, op de barbecue of in de pan. Ook de heerlijke geur van **frituurvet** lokt velen naar een snackbar voor een hamburger, een patatje of een kroket.....

Maar voor de Heer bestaat er voor dierlijk vet slechts één bestemming: het offeren op het altaar, zodat het verbrand wordt als een 'liefelijk reukwerk'.

Leviticus 3:16 en 17 *“De priester doet dit alles op het altaar in rook opgaan, als voedsel, als een geurige gave. Al het vet is bestemd voor de Heer. Vet en bloed mogen jullie **niet** eten!”*

Dierlijk vet is **verzadigd vet** met veel cholesterol, en is één van de grootste boosdoeners in de ontwikkeling van arteriosclerose (= aderverkalking), hartziekten, beroertes, diabetes, vele soorten kanker en zwaarlijvigheid!

In **Leviticus 7:22 en 23** lezen wij: De Heer zei tegen Mozes: 'Zeg tegen de Israëlieten: *“Vet van een rund, een schaap of een geit mogen jullie **niet** eten!”* De Bijbelteksten die het eten van dierlijk vet verbieden, kunnen zowel door gelovigen als door ongelovigen wel begrepen worden in dit moderne tijdperk met informatie over onze voeding.

Dierlijke vetten zijn de **“slechte vetten”**, waarvan de Heer 3.500 jaar geleden gezegd heeft dat we ze **niet** moeten eten!

Wij zijn te zwaar omdat wij teveel eten! Wij hebben niet alleen overgewicht door opeenhoping van vet, maar in die opeenhoping van vetcellen slaan wij ook **giftstoffen** op!

Het **vet** van een dier is de plaats waar de giftstoffen worden **opgeslagen**, die het dier heeft binnengekregen!

Mensen die te zwaar zijn, worden geplaagd door een 'vergiftigde gewichtstoename' door het eten van deze dierlijke producten!

Deze afleveringen zijn, met schriftelijke toestemming van de uitgever, bewerkt en samengesteld door:

Arend Schoenmaker

HET PROCES DER 72 (1942): NEDERLANDSE VERZETSLIEDEN WORDEN NA SCHIJNPROCES GEËXECUTEERD IN SACHSENHAUSEN

Op 3 mei 1942 werden er 72 Nederlandse verzetslieden geëxecuteerd in concentratiekamp Sachsenhausen, na een proces dat de geschiedenisboeken inging als het ‘Proces der 72’. De Duitsers deden het doen lijken alsof er sprake was van een eerlijk proces, alle verzetslieden kregen ook een advocaat toegewezen, maar niets was minder waar. Hoe verliep het proces precies en waarom werden ze ter dood veroordeeld?

Het grootste deel van de leden die ter dood werden veroordeeld maakte deel uit van de Ordedienst, één van de belangrijkste illegale organisaties van Nederland tijdens de Tweede Wereldoorlog. De Ordedienst, ook bekend als OD, werd al in 1940 opgericht, vlak na de Nederlandse capitulatie op 15 mei van dat jaar. Het initiatief voor het oprichten van deze dienst lag bij militair Johan Hendrik Westerveld. De Ordedienst bestond vooral uit beroeps- en dienstplichtige militairen, maar ook gelijkgezinde burgers die nooit in dienst waren geweest.

Men verwachtte toen nog dat de Duitsers snel na de capitulatie weer zouden vertrekken uit Nederland en dat er een ordedienst nodig was om de orde te bewaren en de geallieerden te helpen in het machtsvacuüm, dat zou ontstaan nadat de Duitsers waren vertrokken. Maar de Duitsers vertrokken niet. Hierdoor veranderde de functie van de Ordedienst, de organisatie was niet langer gericht op het bewaren van de orde, maar op het vormen van verzet tegen de Duitse autoriteiten. Dit deden de verzetslieden op verschillende manieren, zoals door middel van het saboteren van Duitse treinverbindingen en telefoonkabels en spionage. De leden van de Ordedienst verzamelden informatie over de Duitsers en stuurde dit naar de Nederlandse regering in Londen. Er wordt geschat dat de Ordedienst zo’n vierduizend leden had, maar waarschijnlijk waren er nog veel meer aanhangers die niet geregistreerd zijn.

De arrestaties

De Duitsers kregen al snel in de gaten dat het ging om een grootschalige organisatie, die in staat was om gecoördineerde acties uit te voeren. Vanaf november 1941 volgde er dan ook een grote arrestatiegolf, waarbij honderd leden van de Ordedienst, de Delftse Mekel-groep, de .

Schoemaker-groep, BOLT, en dertien beroepsofficieren werden opgepakt en vastgezet. De arrestatiegolf was mede mogelijk gemaakt door onvoorzichtigheid van de kant van de verzetslieden en door Duitse infiltranten die als ‘vertrouwensmannen’ de verzetsorganisaties waren binnengedrongen. Daar komt bij dat de Duitse Sicherheitsdienst wat hulp kreeg van corrupte politieagenten in onder andere Den Haag en Amsterdam. Daardoor werden de arrestaties van verzetsleiders als Johan Schimmelpenninck mogelijk gemaakt.

Het Proces der 72

De gevangenen wachtte een zware straf, vooral de beroepsofficieren hadden een groot probleem. Bij de beëindiging van hun krijgsgevangenschap in 1940, hadden zij een erewoordverklaring ondertekend, waarin zij elke vorm verzet tegen de Duitsers hadden afgezworen. Dat die code geschonden was, kon makkelijk uitgelegd worden als een schending van het oorlogsrecht.

Het proces ging op 27 maart 1942 van start in hotel de Witte op de Amersfoortse Berg, vlak bij doorgangskamp Kamp Amersfoort. In totaal stonden er tijdens het proces 86 verzetslieden terecht. Voordat het proces begon, moesten zij hun eigen kleren aantrekken en werden hun haren geknipt en geschoren. Zij werden met een vrachtwagen naar het hotel vervoerd en kregen daar te horen dat ze moesten voorkomen voor het *Kriegsgericht Luftgau Holland*, de krijgsraad van de Duitse luchtmacht.

Met z’n allen werden de verzetslieden een grote zaal ingeleid, die volhing met hakenkruisvlaggen. Aan een lange tafel zaten vijf mannen: twee officieren, een onderofficier, een tolk en de voorzitter van de krijgsraad, een majoor van de luchtdoelartillerie. Ook aanwezig waren tien advocaten, die de verzetslieden zouden vertegenwoordigen. Echter, de rol van de advocaten zou beperkt zijn: bij voorbaat was hoger beroep al uitgesloten.

De verhoren

De verzetslieden werden in groepjes voorgeleid voor de krijgsraad om te worden verhoord, de anderen moesten in de wachtkamer blijven wachten. Dit duurde dagenlang. Volgens getuigenissen van enkele verzetslieden die terecht moesten staan, was er nooit sprake van een eerlijk proces. Ordedienst-lid Pierre Versteegh beschreef het als volgt: ‘

Het verhoor was onmogelijk, schandelijk, je werd afgeblaft,

kreeg geen kans, je uit te spreken, werd steeds in de rede gevallen, enz. Toen men mij toeschreeuwde, dat ik stond te liegen, heb ik gezegd, dat een Nederlandsch officier niet liegt en zich niet liet beleedigen en dat men uit mij geen woord meer kreeg'.

Op 3 april vond het laatste verhoor plaats en pas vijf dagen later zou het vonnis uitgesproken worden. Bij de verzetslieden waren er gemengde gevoelens over het verloop van het proces. De meeste waren somber, maar enkelen zagen de uitspraak hoopvol tegemoet. Zij waren ervan overtuigd dat er niet genoeg bewijs tegen hen was geleverd en dat de Duitsers hen nooit ter dood konden veroordelen. Alle agressie en de slechte behandeling werden slechts als een intimidatiemiddel gezien. Maar van deze hoop bleef niets over toen op 8 april het vonnis werd uitgesproken: 72 van de 86 verzetslieden werden ter dood veroordeeld, waarvan het overgrote deel lid was van de Ordedienst.

Uiteindelijk werden negen van de 72 vonnissen omgezet in een levenslange tuchthuisstraf, het doel hiervan was dat de veroordeelden door arbeid uit te voeren later weer in de maatschappij konden terugkeren. De andere 63 ter dood veroordeelden gingen op transport naar concentratiekamp Sachsenhausen, nadat de vonnissen in Utrecht waren bekrachtigd. Op 3 mei 1942 werden de 63 verzetslieden, samen met negen andere gevangenen, in Sachsenhausen geëxecuteerd. Ruim een week later, op 11 mei, volgden er nog 24 executies.

Het tweede proces

Hiermee was de kous nog niet af voor de Duitsers, er volgde in 1943 namelijk nog een tweede proces. De Duitse autoriteiten zagen in de Ordedienst nog steeds een groot gevaar. Dit proces ging op 15 maart 1943 van start in Haaren en wederom waren de beschuldigingen spionage, sabotage en het helpen van de vijand. Honderd mannen stonden tijdens dit proces terecht en tegen 28 van hen werd op 15 april de doodstraf geëist. Het definitieve vonnis werd op 27 april uitgesproken: 21 leden van de Ordedienst werden ter dood veroordeeld.

Aan vier van hem werd uiteindelijk gratie verleend, waarschijnlijk speelden hun leeftijd of hun geringe rol bij de Ordedienst hierbij een rol. Zij werd niet geëxecuteerd, maar doorgestuurd naar concentratiekampen. Op 29 juli 1943 werden zestien leden van de Ordedienst geëxecuteerd op de Leusderheide. Drie weken later werd de 17e veroordeelde geëxecuteerd, deze executie was uitgesteld in verband met ziekte. Alle ter dood veroordeelden maakten deel uit van de groep rond

verzetsleider Johan Schimmelpenninck.

De 83 mannen die niet ter dood werden veroordeeld, werden vrijgelaten of naar krijgsgevangenkampen gestuurd. Van vele van hen was het destijds onduidelijk naar welk kamp zij gestuurd werden, daardoor waren ze voor hun familie en vrienden als het ware ‘verdwenen’. Van de 83 mannen hebben uiteindelijk 43 de oorlog niet overleefd.

De Ordedienst

De vele executies betekenden niet het einde van de Ordedienst. Onder leiding van verzetsstrijder Pieter Jacob Six werd de Ordedienst na de twee processen gereorganiseerd, hij besloot onder andere dat er niet langer gespioneerd ging worden om nog meer executies te voorkomen. Toen het einde van de oorlog naderde, wilde de Nederlandse regering dat er een nauwe samenwerking kwam tussen de Ordedienst, de Raad van Verzet en de Landelijke Knokploegen. Deze eenheid was volgens de regering nodig om ervoor te zorgen dat het Nederlandse volk na de oorlog achter de regering en de monarchie bleef staan. Dit betekende uiteindelijk het einde van de Ordedienst. Eind 1944 werden de Ordedienst, de Raad van Verzet en de Landelijke Knokploegen opgeheven en samengevoegd onder de naam Binnenlandse Strijdkrachten, met als bevelhebber Prins Bernhard.

Bron: <https://isgeschiedenis.nl/nieuws/het-proces-der-72-1942>

CHRISTELIJKE BEGRAFENISONDERNEMING DE MEERWAARDE
Alleen begrafenissen / geen crematies



Het verzorgingsgebied is Groningen, Drenthe en op verzoek elders.
Belangrijk: Wij verzorgen de begrafenis ongeacht waar u verzekerd bent!

Maak vrijblijvend een afspraak voor o.a. het laatste wensenformulier

Nu regelen geeft rust!

www.de-meerwaarde.nl
uitvaart@de-meerwaarde.nl

Melden bij overlijden 06-54248024 | 24h

Uw uitvaartbegeleider vanaf het overlijden van uw dierbare!
Douwe Jan Moesker

Seniorenkortingen: dit kun je goedkoper of gratis krijgen als je 65 jaar bent

Ouder worden heeft ook zo z'n voordelen. Zo krijg je bij veel instellingen en bedrijven seniorenkorting als je 65 jaar wordt. Waarom eigenlijk? En wat zijn de meest interessante kortingen voor 65-plussers? We zetten 8 kortingen op een rij.

Na een arbeidzaam leven lekker achter de geraniums? Geen goed idee. Het is voor senioren cruciaal om te blijven deelnemen aan het sociale leven. Niet alleen voor de gezondheid, maar ook om betekenis te geven aan je leven, zegt Anja Machielse, bijzonder hoogleraar Sociale Weerbaarheid van Ouderen. „Uit onderzoek is bekend dat een grote groep senioren financieel echt krap zit. Maar kortingen kunnen hen stimuleren om er op uit te gaan. Daardoor kunnen ze toch lid worden van een vereniging of sportclub, of per trein of bus naar familie of vrienden reizen.”

Voor culturele instellingen, attractieparken en andere aanbieders van kortingen is er naast een nobel motief ook een achterliggend belang: omzet. Door senioren korting te geven voor een matineevoorstelling zit een theater bijvoorbeeld overdag vol, terwijl het anders misschien leeg zou blijven. Dat is meteen ook de reden waarom de Nationale Spoorwegen 60-plussers voordelige 'keuzedagen' biedt in de daluren.

Bovendien is de groep senioren groeiende en daarmee interessant voor commerciële aanbieders als pretparken en reisorganisaties. „Alle consumenten zijn gevoelig voor kortingen, dus ook ouderen”, verklaart consumentenpsycholoog Patrick Wessels. Hoewel ouderen volgens hem ernaar neigen om het bij het vertrouwde te houden en snel kiezen voor kortingen op bekende bedrijven, merken en producten, werkt het wel. „Uiteindelijk gaat iedere consument meer consumeren door kortingen.”

Welke kortingen zijn zinvol?

Maar hoe weet je, in een overvloed aan kortingsmogelijkheden, welke kortingen zinnig voor je zijn en welke aanbiedingen er alleen maar voor zorgen dat je juist méér uitgeeft? „Kijk naar je leven, schrijf op hoe jij je dag wilt indelen. Maak dan een lijstje met tien zaken die voor jou belangrijk zijn”, adviseert financieel psycholoog Anne Abbenes.

„Voor de één is dat natuurwandelingen maken, de ander houdt van culturele uitstapjes. Weer een ander vindt sporten leuk. Kijk eerst wat je nodig hebt en zoek dan uit wat de mogelijkheden zijn qua kortingen.

Uitgaan van jouw eigen situatie en jouw behoeften is een leuk en positief proces. Het stelt je brein gerust en geeft overzicht.”

Een struikelblok kan zijn dat we in een digitaal tijdperk leven, waarin veel kortingen via internet geregeld moeten worden. Abbenes: „Jonge 65-plussers kunnen dat nog wel, maar niet alle senioren weten hun weg op de digitale snelweg te vinden, weten niet hoe een QR-code of app werkt. Dat kan een belemmering zijn voor het aanvragen van kortingen.”

Toch hoeft dat volgens haar de zoektocht niet te bemoeilijken: „Ga bijvoorbeeld naar de bibliotheek. Die biedt doorgaans gratis internetcursussen voor senioren aan, maar vindt het ook geen probleem je te helpen met het zoeken en aanvragen van kortingen.”

Abbenes ziet nog een andere belemmering om gebruik te maken van de ouderenkortingen: „Als je ouder wordt, verandert er opeens zoveel. Je stopt met werken, je krijgt AOW of pensioen. En hebt opeens recht op allerlei kortingen. Door te veel aan keuzes kan er een zogenaamde ‘keuzeverlamming’ ontstaan. Bovendien ontstaat er bij veel ouderen onzekerheid omdat zij er qua inkomen op achteruit gaan. Je brein moet wennen aan deze nieuwe situatie en veel stappen tegelijk zetten is voor ons brein lastig te verwerken.”

Liever aan bijstandsmoeder

Ouderenbond ANBO-PCOB staat overigens niet onverdeeld positief tegenover het geven van kortingen aan alle senioren. Er zijn veel ouderen die genoeg te besteden hebben, zegt woordvoerder Eline Maarse. „Geef die korting dan liever aan een bijstandsmoeder, die kan het misschien wel beter gebruiken.” Daarom richt de bond zich voor zijn leden vooral op het behoud van koopkracht en het informeren over mogelijkheden om geld te besparen, zoals op verzekeringen of energie. In diezelfde lijn riepen economen Barbara Baarsma en Henriëtte Prast in 2013 al op seniorenkorting inkomensafhankelijk te maken. Uit verschillende onderzoeken blijkt namelijk dat 65-plussers met hogere inkomens vaker gebruik maken van kortingen dan ouderen met een laag inkomen.

Interessante kortingen voor senioren

Een officiële seniorenpas bestaat niet meer en is ook niet meer nodig: iedereen kan met zijn of haar ID bewijs laten zien dat de 65-jarige leeftijd is bereikt. Er bestaat geen totaaloverzicht van alle kortingen maar dit zijn er een paar interessante.

1. Veel **bibliotheken** hanteren een gereduceerd tarief voor senioren. De voorwaarden voor 65-pluskorting verschillen per bibliotheek, maar het voordeel kan oplopen tot zo'n 15 euro voor een jaarabonnement.
2. Iedere 65-plusser met een persoonlijke ov-chipkaart krijgt altijd 34 procent **korting op de bus, tram en metro**. Let op! Niet op de trein. Daarvoor geldt een andere regeling: de zogenaamde 'keuzedagen'. Die zijn beschikbaar voor 60-plussers en bieden de mogelijkheid om zeven dagen per jaar extra voordelig te reizen. Daarvoor moet je al wel in het bezit zijn van een Dal Voordeel abonnement.
3. **Sommige musea** geven korting aan 65-plussers. Dit geldt lang niet in elk museum. Ga je wel graag naar het museum? Dan is de algemene Museumkaart een optie: hiervoor betalen volwassenen 75 euro per jaar, helaas dus zonder gereduceerd tarief voor senioren.
4. 65-plussers krijgen vaak **korting op een bioscoopkaartje**. Bioscoopketen Pathé heeft zelfs een speciale 50-plus bios, een middagfilm waarbij koffie, koek en pauze is inbegrepen, tegen een voordelig tarief. En voor de liefhebber die jonger is? Alle leeftijden zijn welkom.
5. Huisje boeken? **Vakantieparken bieden vaak speciale kortingen voor ouderen**. Center Parcs heeft bijvoorbeeld een seniorenkorting voor 55-plussers van 20 procent. Let wel: niet geldig tijdens schoolvakanties en met feestdagen. Maar ook sommige reisorganisaties hanteren speciale kortingen. Dat kan ook gelden voor de bestemming waar u naar toe gaat. Elk land heeft zo zijn eigen regels. Vraag dat na bij het reisbureau.
6. **Attractieparks** als de Efteling, Walibi en Movie Park Germany geven senioren korting op een toegangskaartje. De meeste dierentuinen hebben korting aan 65-plussers afgeschaft.
7. **Korting op een hotelovernachting?** 62-plussers krijgen 15 procent korting bij Marriott-hotels. De Golden Tulip keten geeft 10 procent korting voor mensen boven de 62. Bij andere hotels is het afhankelijk van de boekingsdatum en beschikbaarheid of je als senior voordeel ontvangt.
8. **Word lid wordt van een ouderenbond**, zoals de ANBO-PCOB of sector senioren van het FNV. Zij geven leden kortingen op allerlei zaken, van verschillende uitstapjes tot benzine, van warmtekussens tot rijbewijskeuringen of korting bij sportverenigingen.

Bron: <https://www.ad.nl/geld/seniorenkortingen>

Enorme groei commerciële verpleeghuizen leidt tot bezorgdheid **8 mrt 2024 Landelijk**

In de afgelopen tien jaar is het aantal commerciële verpleeghuizen voor ouderen toegenomen van 96 naar 500. Dat is een stijging van 500 procent. Dit bericht kwam vandaag naar buiten via het ANP. Het persbureau heeft onderzoek gedaan naar deze cijfers en heeft ze voorgelegd aan deskundigen. Die vinden deze stijging zorgwekkend.

ANBO-PCOB noemt het verdienmodel van commerciële huizen een risico. “Ze richten zich op mensen die een beetje zorg nodig hebben en niet op mensen met complexe problematiek. Ze gaan ervan uit dat mensen in zo’n woonvorm zich bij een huisarts kunnen inschrijven, maar die zit er niet op te wachten. Het verdienmodel houdt niet altijd rekening met de specialistische zorg die soms nodig is. De inspectie moet er echt scherp op zijn.”

Niet altijd goed geregeld

Alleen al in de afgelopen twee jaar zijn er meer dan honderd commerciële verpleeghuizen bijgekomen. Dat is een zorgelijke ontwikkeling, meldt De Landelijke Huisartsenvereniging (LHV) in De Telegraaf.

Volgens een woordvoerder zijn ze niet per se tegen de groei van commerciële verpleeghuizen. “Voor sommige patiënten die niet meer thuis kunnen wonen kan dit een goede oplossing zijn. Maar ze merken vooral dat de medische zorg in deze woonvormen niet altijd goed geregeld is.”

In deze commerciële woonvormen hebben ouderen vaak een indicatie voor verblijf zonder zorg. Zodra de zorg zwaarder wordt, komt de extra zorg bij huisartsen terecht. Of ze komen in het ziekenhuis terecht omdat het verzorgingstehuis niet de juiste middelen voor een behandeling heeft.

Goede zorg

Patrick Jeurissen, hoogleraar Betaalbaarheid van Zorg aan de Radboud Universiteit in Nijmegen geeft in De Telegraaf als extra toelichting dat een kamer in een commercieel tehuis veel meer kost dan een gewoon verpleeghuis. “Je kunt best een extra service leveren aan mensen met vermogen.” Maar hij is ook kritisch. “Ik betwijfel of alle commerciële verpleeghuizen alle ouderen van goede zorg kunnen voorzien tegen acceptabele kosten.”

Bron: <https://www.pcob.nl/nieuws/enorme-groei-commerciele-verpleeghuizen-leidt-tot-bezorgdheid>

Pioniersgeest

Groningen, voor een groot deel zelfgemaakt

Veen. Zand. Klei. Dat zijn de drie basis-ingrediënten van Groningen. Daarmee moesten onze voorouders het doen. Maak er maar wat van. Succes ermee.

Nou, ze hebben hun best gedaan en niet zonder resultaat. De zompige kwelders van de Waddenzee en het grootste moeras van West-Europa hebben ze bedwongen en naar hun hand gezet. Het land dat toen ontstond hebben ze volop benut. Wuivende graanvelden zo ver als je kunt kijken. Schuren zo groot als kathedralen. Een kanalennetwerk, zo wijd vertakt als nog nergens in de wereld was aangelegd. Geen wonder dat juist daar de allereerste landbouwindustriële imperium begon met maar liefst 24 fabrieken.

Klei

Je kunt veel van ons Groningers zeggen, maar niet dat we lui zijn. We zijn gehecht aan ons land en doen er alles voor om de omstandigheden naar onze hand te zetten. Dat doen we al vrij lang. Rond de jaartelling was er een Romeinse schrijver die een kijkje kwam nemen in onze streken. Triviant-vraagje: hoe heette die? Plinius de Oude. Hij had medelijden met de mensen die hier woonden en die moesten leven op de grens van water en land. Altijd koud. Altijd nat. Ach, eigenlijk niet zo verwonderlijk, als je zelf uit het land van de wijn en de olijfgaarden komt. Maar goed, die kustbewoners speelden het wel klaar om die kwelders in de loop van de tijd om te toveren in de vruchtbaarste landbouwgrond die er bestaat.

Hoe zoiets in zijn werk gaat? Wat denk je? Stapje voor stapje. Steeds werd de kustlijn weer iets vooruit geschoven. De beloning? Vette klei, als bron van welvaart.

Van turf tot karton

Nog een staaltje van nijver pionieren; in het oosten van Groningen lag het grootste veengebied van West-Europa. Dat Bourtanger Moeras werd eerst helemaal afgegraven voor de turf. Turf was eeuwenlang de warmtebron van Nederland. Zeg maar, wat olie en gas nu zijn. Het onderliggende land werd vervolgens bewerkt en leverde duizenden hectares aan vruchtbare akkerbouwgrond op. Eén hectare is stuk grond van honderd bij honderd meter. Kun je nagaan wat een enorme lap dat was. Al die landbouwkundige ontwikkelingen leverden ook allerlei uitvindingen op. Inenting tegen veepest bijvoorbeeld. Maar ook de Eigenheimer, de wereldberoemde aardappel. 100% Gronings fabricaat.

Dat mag best eens gezegd worden.

Door die landbouw kreeg je natuurlijk ook aanverwante industrie. Het aardappelzetmeelconcern van W.A. Scholten (dat was die allereerste landbouwindustriële) met fabrieken van Foxhol tot diep in Rusland. En die graanvelden leverde natuurlijk een hoop stro op en daar kon je weer mooi karton van maken. Leuk weetje: alle treinkaartjes tot in de verste uithoeken van het Britse koninkrijk zouden gemaakt zijn van karton uit Pekela.

Toekomst

Trouwens, die pioniersgeest vind je tot op de dag van vandaag. Nu, terwijl je dit leest, is Groningen de ideale proeftuin voor de energietransitie, voor groene chemie en voor digitalisering. Dat kan hier allemaal vanwege de Groningse mentaliteit en onze manier van samenwerken. Kansrijke innovaties, ze komen hier vandaan. Ze bepalen niet alleen de toekomst van Groningen, maar ook die van Nederland en de rest van de wereld.

Bron: <https://www.deverhalenvan groningen.nl/thema/pioniersgeest>

Rij je regelmatig over het Julianaplein of Ring Zuid? Dan moet je even goed opletten, want daar is vijf maanden lang ernstige verkeershinder.

Het nieuwe Julianaplein en de verdiepte ligging moeten aangesloten worden op de bestaande wegen. Maar dat is een behoorlijke operatie. Van vrijdagavond 22 maart tot maandagochtend 2 september zijn daarom verschillende rijrichtingen dicht. Dit levert 5 maanden lang ernstige verkeershinder op.

‘Files die uren kunnen duren’

“Als automobilisten met de auto blijven reizen, loopt het verkeer in de stad vast en verwachten we files die uren kunnen duren”, aldus Groningen Bereikbaar. “Onze dringende oproep aan jou en alle andere automobilisten: pas tussen eind maart en begin september je reisgedrag aan. Werk thuis, als dat kan. Pak de fiets of het openbaar vervoer. Als je echt met de auto moet, reis dan via een P+R of buiten de spits.”

Afsluiting

Voordat Operatie Ring Zuid van start gaat, moeten Ring West en het Vrijheidsplein klaargemaakt worden. Daarom is de westelijke ringweg vanaf vrijdag 1 maart drie weken dicht. Dit zou je kunnen zien als fase 0 van Operatie Ring Zuid.

Vanaf 22 maart gaan de rest van de werkzaamheden van start. Welk gedeelte dan afgesloten is, kun je in de gaten houden op de website van Groningen Bereikbaar. Vanaf september kunnen auto's over de nieuwe zuidelijke ringweg rijden.

Woordzoeker april – mei 2024

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|----|---|---|----|---|---|---|---|---|---|---|---|----|---|
| H | Z | IJ | N | W | G | O | O | R | D | O | R | K | A | S | S |
| C | B | E | L | A | K | A | F | A | R | A | O | A | U | U | E |
| A | D | A | N | N | A | H | J | H | O | E | J | E | R | C | X |
| O | T | H | O | M | A | S | L | U | U | A | T | A | D | R | R |
| N | O | S | M | I | S | Y | A | E | S | T | Z | S | T | A | E |
| G | O | L | I | A | T | P | S | E | A | A | I | T | E | M | X |
| A | N | Q | D | I | R | S | J | M | L | R | N | S | E | E | U |
| W | Z | U | I | O | C | I | G | H | S | A | S | U | A | S | E |
| W | I | A | D | E | P | L | B | N | A | V | I | I | Z | A | A |
| L | O | K | C | E | Z | O | E | B | P | M | R | L | E | C | K |
| K | E | E | T | H | C | N | A | M | O | R | G | E | E | U | D |
| H | E | R | S | P | A | R | E | A | E | N | I | N | D | L | I |
| O | U | S | O | T | A | R | N | N | L | N | C | R | H | E | V |
| S | B | B | R | K | IJ | E | I | E | K | D | S | O | W | B | A |
| E | N | IJ | K | S | E | N | N | A | H | O | J | C | E | IJ | D |
| A | F | I | L | I | P | P | U | S | S | N | M | A | R | B | A |

| | | | |
|-----------|----------|---------|-----------|
| ABRAM | FILIPPUS | KLEOPAS | PETRUS |
| ANBOPCOB | FARAO | KALEB | QUAKER |
| BIJBEL | GAJUS | LUCAS | SIMSON |
| BARAK | GOLIAT | LAZARUS | THOMAS |
| CORNELIUS | HANNA | MARCUS | VREDE |
| CLEMENS | HOSEA | MATTEUS | WOESTIJN |
| DORKAS | ISAAK | NAOMI | XERXES |
| DAVID | ISRAEL | NOACH | YPSILON |
| ESTER | JOHANNES | ORPA | ZACHARIAS |
| ELIA | JESAJA | | |

De Bijbelse namen volgens de "Nieuwe Bijbelvertaling" van mei 2005.
Deze puzzel is gemaakt i.s.m. woordzoekerfabriek.nl

Beste puzzelaars v/m,

Een kleine uitleg bij deze Woordzoeker, lijkt mij wel op zijn plaats. De woorden, in de vier kolommen, staan verstoep in de puzzel, zowel horizontaal, verticaal, maar ook diagonaal.

Eveneens staan er woorden die u van achteren naar voren moet lezen. Heeft u ze allemaal gevonden, en doorgestreept, dan houdt u een aantal letters over die, vanaf **links boven** achter elkaar gezet, in leesrichting, de oplossing vormen.

Deze woorden vult u hieronder in als „**De Oplossingsregel**“.

| | | | | |
|----------|----------|-------|-------|----|
| □□□ | □□□□□ | □□□□□ | □□□□□ | □□ |
| □□□□□□□□ | □□ | □□□ | □□□□□ | |
| □□□□ | □□□□□□□□ | □□□□□ | | |

De oplossingsregel kunt u tot **25 mei 2024** insturen naar:
Arend Schoenmaker, Kremersheerd 204, 9737 PH Groningen.
Mag ook per E-mail: **33.trein@gmail.com**

Er zijn weer een drietal leuke prijsjes beschikbaar!

Vermeld wel uw **naam**, met **mevrouw** of **meneer**, **adres** met **postcode** en **plaatsnaam**, en graag ook uw telefoonnummer.

Veel puzzelplezier gewenst!

De oplossing van jan./ febr. was:

“Bedenk altijd: Deo Volente”

Iedereen hartelijk dank voor de vele goede oplossingen.

Prijsjes zijn er deze keer voor:

Mw. T. Westerkamp

Mw. Cobi Bolwijn

Mw. Annie Gritter-Kuiper

Hebben vrouwen een hogere pijngrens dan mannen?

Au! Je stoot je kleine teen tegen een tafelpoot. Dat doet pijn, of je nu man bent of vrouw. Maar hebben mannen en vrouwen dezelfde pijngrens? Of is het ene geslacht kleinzeriger dan het andere?

Door Debby van Steenderen Gepubliceerd op: 21/03/2024

Stel je voor: tijdens het eten bijt je per ongeluk hard op je tong. Of je stoot je elleboog tegen de rand van een tafel. Dat zijn twee van de vele pijnlijke situaties die onderzoekers Monique Steegers en Esmeralda Blaney Davidson voorschotelden aan de deelnemers aan hun pijnonderzoek. Zij zochten onder andere antwoord op de vraag: wie heeft een hogere pijngrens, mannen of vrouwen?

Steegers is anesthesioloog en pijnspecialist in het Radboudumc in Nijmegen, Blaney Davidson is onderzoeker in hetzelfde ziekenhuis. Via een vragenlijst gaven 10.000 Nederlanders elke nare situatie een pijnscore van een tot tien. Zo maten Steegers en Blaney Davidson de pijngevoeligheid.

Vrouwen zijn gevoeliger voor pijn

Toen ze de dames met de heren vergeleken, was duidelijk dat vrouwen hogere pijnscores gaven dan mannen. ‘Dat zegt niks over een individuele persoon. Er zijn ook mannen die heel pijngevoelig zijn, en vrouwen die juist een lage pijngevoeligheid hebben’, licht Blaney Davidson toe. Maar gemiddeld gezien geven vrouwen aan dat ze gevoeliger zijn voor pijn dan mannen.

Niet alleen op papier, maar ook in het echt laten vrouwen een lagere pijngrens zien.

Dat blijkt uit studies met pijnlijke metingen. Zo pijnigden wetenschappers van de University of Florida (VS) hun proefpersonen in 2007 met een voorwerp dat langzaam steeds heeter werd. Dat hielden ze tegen de onderarmen van mannen en vrouwen. Die moesten ‘pijn’ zeggen wanneer de hitte voor het eerst pijn begon te doen, en ‘stop’ wanneer ze de pijn echt niet meer konden verdragen. In beide gevallen waren het de vrouwen die het snelst riepen.



Vrouwen hebben op sommige plekken meer pijnzenuwen

Waar komt dat verschil tussen mannen en vrouwen vandaan? Daar hebben we nog geen definitief antwoord op. Waarschijnlijk spelen meerdere factoren een rol. Mannen zitten anders in elkaar dan vrouwen. Zo hebben vrouwen op bepaalde plekken meer pijnzenuwen dan mannen, vertelt Steegers.

Ook maakt een vrouwenlichaam andere hormonen aan dan dat van een man. Die hormonen beïnvloeden pijn.

Hoe? Dat is nog een raadsel. ‘Sommige studies laten zien dat een toename van oestrogeen zorgt voor meer pijn, maar er zijn ook studies die beweren dat een afname van oestrogeen pijngevoeliger maakt’, zegt Blaney Davidson.

Lachen werkt tegen pijn

Vrouwen zijn gevoeliger voor pijn, maar er is hoop. Zowel mannen als vrouwen hebben een systeem in hun lichaam dat pijn kan remmen.

Stegers: ‘Dat systeem remt pijnsignalen in je ruggenmerg. Dan komen er minder pijnsignalen in je hersenen terecht, en ervaar je minder pijn.’

Het remsysteem komt in actie wanneer je bijvoorbeeld sport of lacht met anderen. Steegers en Blaney Davidson denken dat dit systeem bij vrouwen anders werkt dan bij mannen. Ze lieten sommige deelnemers een filmpje met lachende mensen zien voordat ze de pijnvragen invulden. Dat leidde alleen bij vrouwen tot lagere pijnscores. Bij mannen deed het lachfilmpje niets.

Vrouwen zetten hun eigen pijn opzij

Ook bekeken deelnemers een filmpje waarin mensen te zien waren die duidelijk pijn hadden, bijvoorbeeld omdat ze hun been braken.

‘Wanneer vrouwen dit filmpje zagen, werden ze minder gevoelig voor pijn, terwijl dat bij mannen niks uitmaakte’, vertelt Steegers. ‘Wij hadden juist verwacht dat mensen gevoeliger werden voor pijn na het pijnlijke filmpje. We hebben er lang over gefilosofeerd. Het zou goed kunnen dat je als vrouw je eigen pijn even opzij zet als je iemand anders pijn ziet hebben.’

Echte jagers lopen gewoon door

Waarom zouden mannen beter tegen een stootje kunnen dan vrouwen?

‘Het was in de oertijd misschien handig dat mannen die aan het jagen waren wat minder pijn voelden’, speculeert Steegers.

‘Als ze struikelden en een schaafwond opliepen, moesten ze toch gewoon die prooi neerhalen en het eten naar huis brengen. Vrouwen hadden juist meer de taak om te zorgen dat zij zelf en hun kinderen heelhuids bleven.’

Als vrouw heb je pech als het gaat om pijn. Maar

vrouwen, bekijk het positief: als jullie je teen stoten, mogen jullie ook best wat harder vloeken dan de mannen. Dat helpt tenslotte tegen de pijn.



Bron: <https://www.quest.nl/mens/gezondheid/a25547722/pijngrens-man-vrouw>

Zo zit het met rare AOW-regels

Gepubliceerd 4 april 2024 Bijgewerkt 6 april 2024

Twee gehuwde AOW'ers met inwonend meerderjarig kind krijgen ieder een 'halve' AOW. Hun ongehuwde burens in dezelfde situatie krijgen honderden euro's meer.

En zo kent de AOW andere rare regels. Wanneer moet je extra opletten?

De AOW is – afhankelijk van de woon-situatie – 50 of 70 procent van het netto minimumloon. Een gehuwde krijgt 50 procent, voor een alleenstaande is dat 70 procent. Voor negen van de tien AOW'ers voldoet dit systeem. Ze zijn getrouwd of alleenstaand. Maar zo'n 10 procent van de AOW'ers (ruim 200.000 mensen) woont in een ander soort huishouden. Dat kan heel rare gevolgen hebben voor de hoogte van de AOW.



Woon je samen?

Neem twee ongehuwd samenwonenden. Voeren ze een gezamenlijke huishouding, dan ontvangen ze beide 50 procent, net zoals gehuwden. Is er geen gezamenlijke huishouding, is er bijvoorbeeld een commerciële relatie zoals bij het verhuren van een kamer? Dan ontvangen ze twee keer 70 procent.

Twee ongehuwden die beiden de beschikking over een eigen woning hebben krijgen ook ieder 70 procent. Twee gehuwden in dezelfde situatie, die dus niet (meer) onder één dak wonen, ieder hun eigen woning hebben en elkaar geregeld zien, ontvangen twee keer 50 procent. Pas als de gehuwden duurzaam gescheiden leven ontvangen ze twee keer 70 procent.

Jongere partner zonder inkomen

De AOW is geïndividualiseerd. Dit kan vervelende gevolgen hebben voor een echtpaar met een kostwinner en een partner zonder inkomen. Als de oudere kostwinner met pensioen gaat, komt er één AOW-uitkering van 50 procent. De partner zonder inkomen ontvangt pas AOW bij het bereiken van de AOW-leeftijd. Tot die tijd niets. Vroeger was er een AOW-partnertoeslag, maar deze is een kleine tien jaar geleden afgeschaft.

Daalt het gezinsinkomen onder het sociaal minimum, dan is er meestal recht op een aanvullende inkomensverzekering ouderen (AIO), die de AOW aanvult tot bijstandsniveau.

Met volwassen kind

Ook is er verschil in de behandeling bij een inwonend meerderjarig

eigen kind. Twee ongehuwde AOW'ers plus eigen kind krijgen twee keer 70 procent, twee gehuwde AOW'ers met eigen kind krijgen in die situatie twee keer 50 procent.

Met kleinkind

Woont een AOW'er met een eigen kind én kleinkind samen, dan bepaalt de leeftijd van het kleinkind de hoogte van de AOW. Zolang het kleinkind minderjarig is, ontvangt de AOW'er een uitkering van 70 procent voor een alleenstaande. Zodra het kleinkind meerderjarig wordt, daalt de AOW naar 50 procent. Om het nog ingewikkelder te maken: als een AOW'er gaat samenwonen met een eigen kind en zijn of haar partner, dan bedraagt de AOW 70 procent. Simpel gezegd: AOW'er, kind en meerderjarige partner is 70 procent. AOW'er, kind en meerderjarig kleinkind is 50 procent.

Extra AOW'er in huis

Drie AOW'ers die in één huis wonen kunnen drie keer 70 of één keer 70 plus twee keer 50 procent ontvangen, afhankelijk van de vraag hoe ze het huishouden hebben vormgegeven. Zijn twee van de drie met elkaar getrouwd, dan ontvangen zij ieder 50 procent en nummer drie ontvangt 70 procent. Zijn ze alle drie ongehuwd en doen ze de huishouding gezamenlijk dan is de AOW drie keer 70 procent. Komt een van de drie te overlijden dan ontstaat er een gezamenlijk huishouden van twee personen, waarbij de AOW twee keer 50 procent is.

Naar het verzorgingshuis

Het is ook optellen met de AOW als een van beide partners naar een zorginstelling verhuist. Het is dan mogelijk de gehuwden-AOW om te laten zetten in twee keer AOW voor een alleenstaande. Dat hoeft niet, de gehuwden-AOW kan ook gehandhaafd blijven. Op het eerste gezicht lijkt een verandering financieel aantrekkelijk: de AOW gaat van twee keer 50 procent naar twee keer 70 procent. Bij nader inzien kan dit verkeerd uitpakken. De woonsituatie heeft namelijk ingrijpende gevolgen voor de eigen bijdrage voor de zorginstelling. Een gehuwde betaalt altijd de lage eigen bijdrage, die is gebaseerd op het gezamenlijke inkomen en vermogen. Uitgangspunt is dat de thuiswonende partner voldoende geld overhoudt om te leven. Een alleenstaande betaalt na vier maanden de hoge eigen bijdrage, gebaseerd op het eigen inkomen en vermogen. In grote lijnen houdt een alleenstaande zak- en kleedgeld over. De rest van het inkomen gaat grotendeels op aan de eigen bijdrage, die kan oplopen tot dik €2500 per maand.



Het is dus heel goed mogelijk dat de hogere AOW bij lange na niet opweegt tegen de hogere eigen bijdrage. Ook voor de belasting en eventuele toeslagen kan het nadelig uitpakken. Het is zaak dit vooraf goed na te rekenen.

Gehuwde AOW'ers die hun AOW hebben laten omzetten naar twee keer alleenstaand en daar financieel nadeel van ondervinden, kunnen dit sinds enige tijd terugdraaien. Let wel op: dat kan alleen vanaf een datum in de toekomst en het is niet mogelijk dit met terugwerkende kracht te doen.

Surinaamse AOW-jaren

De AOW wordt opgebouwd in vijftig jaar. Voor ieder jaar dat iemand in Nederland heeft gewoond of gewerkt is dat twee procent. Toch is hier een uitzondering op: Surinaamse Nederlanders die voor de onafhankelijkheid van Suriname in 1975 naar Nederland zijn gekomen. Zij hebben hun hele leven in het Koninkrijk der Nederlanden gewoond, maar hun Surinaamse jaren tellen niet mee voor de AOW-opbouw. Zij ontvangen dus een gekorte AOW.

Eind 2023 heeft het kabinet besloten om Nederlanders die hierdoor getroffen zijn in de zomer van 2024 een eenmalig bedrag te geven van €5000 als erkenning voor het ervaren leed en onrecht.

Trouwen voor de erfbelasting

AOW'ers die op latere leeftijd een relatie aangaan, houden vaak hun eigen woning aan en beginnen een latrelatie. Een deel van de tijd brengen ze samen door, een deel alleen. In dat geval hebben ze beiden recht op een AOW van 70 procent. Na een huwelijk is samenwonen niet verplicht en beide partners kunnen ervoor kiezen om te trouwen en tegelijkertijd de eigen woning aan te houden. In de dagelijkse praktijk verandert er niets, alleen op papier is de relatie anders. Toch wordt de AOW

PENSIOEN!!!



automatisch veranderd in de lagere AOW voor gehuwden. Gehuwden ontvangen altijd een AOW voor gehuwden, tenzij ze duurzaam gescheiden leven.

Daar staat tegenover dat een huwelijk voor het erfrecht gunstiger is. Gehuwden erven automatisch van elkaar en betalen aanzienlijk minder erfbelasting dan twee mensen met een ongeregisteerde relatie.

Weer aan de slag

Bij het bereiken van de AOW-leeftijd eindigt de arbeidsovereenkomst meestal automatisch.

Het is meestal wel mogelijk een nieuw arbeidscontract af te sluiten of

bij een andere werkgever aan de slag te gaan. Dit heeft geen gevolgen voor de AOW.

Werkende AOW'ers zijn goedkoper voor de werkgever dan gewone werknemers. Bij eenzelfde nettoloon kost een AOW'er minder dan een gewone werknemer. Anders gezegd: bij hetzelfde bruto uurloon houdt een AOW'er meer over. De werkgever hoeft namelijk geen premies in te houden en te betalen voor de AOW, WIA, WAO, Ziektewet en Werkloosheidswet. Werkende AOW'ers zijn daardoor niet verzekerd tegen werkloosheid of arbeidsongeschiktheid. Bij ziekte moet de werkgever het loon maximaal zes weken doorbetalen. Dat is korter dan bij normale werknemers.

Kan dat niet anders?

De Sociale Verzekeringsbank, die de AOW uitvoert, heeft op een rij gezet hoe de huidige situatie uitpakt voor verschillende levensvormen. Ook suggereert de SVB oplossingen. De eerste oplossing is (verdere) individualisering van de AOW. Iedereen die de AOW-leeftijd bereikt, krijgt hetzelfde bedrag, ongeacht de leefvorm. Een tweede mogelijke oplossing is uitgaan van het adres: wie alleen woont krijgt 70 procent, wonen er meer mensen op hetzelfde adres dan is de AOW 50 procent ongeacht de onderlinge relatie. Voor verzorgingshuizen komt een uitzondering. Derde oplossing is dezelfde regels hanteren als de Belastingdienst. Fiscale partners ontvangen dan 50 procent, een AOW'er zonder fiscale partner krijgt 70 procent. Een vierde mogelijkheid is om de raarste gevolgen van het huidige stelsel te veranderen. Een AOW'er in een meerpersoonshuishouden krijgt dan altijd 50 procent. Het ligt aan de politiek of en wanneer dit wordt veranderd.

Bron: <https://www.plusonline.nl/pensioen-aow/>

Het boek dat bij de mensen hoort

Als je één of ander apparaat koopt - een auto, een schrijfmachine of een naaimachine - dan krijg je er ook altijd een handleiding bij. Als er dan iets niet goed is met het apparaat, dan denk je meteen: waar is de handleiding?

We vinden mensen maar dom die niets over het mechanisme weten en toch zonder de handleiding te raadplegen proberen er wat aan te knutselen.

De Bijbel is de handleiding die bij de mens hoort!

Daarin staat informatie: waar hij vandaan komt, waar-
toe hij geschapen werd, waar hij heen gaat, hoe hij kan blijven functioneren, kortom, eigenlijk alles over hem.

De tragiek van het leven is dat er zoveel mensen zijn die proberen om hun leven te leiden zonder het boek te raadplegen dat bij hen hoort.

Ingezonden door: mw. S. Witterholt-Wierstra



De opkomst van het populisme

Na de enorme verkiezingsoverwinning van de PVV besteedden kranten en tijdschriften heel wat pagina's aan deze zege. Blijkbaar was het ook tijd voor een nieuwe editie van *Waarom is de burger boos?*, het veelgelezen boek van historicus Maarten van Rossem over het populisme. Die nieuwe editie heet simpelweg **Over populisme en onze democratie. Eerlijk gezegd vind ik de oorspronkelijke titel verkieselijker, al is het alleen al uit commercieel oogpunt. Maar het gaat natuurlijk vooral om de inhoud van het boek.**

Waarom is de burger boos? verscheen in 2010, niet heel erg lang na de Fortuynrevolte, waaraan dan ook behoorlijk wat aandacht werd besteed. Dat is in de nieuwe versie nauwelijks anders, hoewel Pim Fortuyn en alles wat hij wist los te maken alweer meer dan twintig jaar achter ons liggen.

Uitgebreide passage

De nieuwe editie van het boek bevat, net als zijn voorganger, een vrij uitgebreide passage over de geschiedenis van het populisme. Dat wordt door de auteur gekarakteriseerd als een politieke richting die het ondeelbaar geachte volk ziet als het slachtoffer van de uitbuiting door de 'elite'. De persoon van de charismatische en als onfeilbaar beschouwde partijleider speelt een hoofdrol in de strijd tegen dit onrecht.

Het fenomeen ontstond in de jaren vijftig van de vorige eeuw. De Fransman Pierre Poujade richtte toen een partij op waarmee hij het opnam voor de kleine middenstander, die vermalen zou worden door een betuttelende bovenlaag. Een van zijn medestanders was Jean-Marie Le Pen, die later roem zou verwerven als oprichter en lijsttrekker van het Front National.

Een nieuwe variant van het populisme kwam begin jaren zeventig op, toen de Deen Mogens Glistrup succes boekte met zijn Vooruitgangspartij. Hij verklaarde vol trots voor tv dat hij dankzij handige trucs nooit belasting betaalde. Van Rossem maakt duidelijk dat zijn partij radicale neoliberale ideeën koesterde.

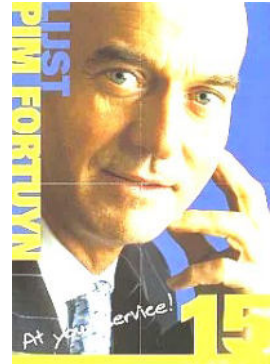
Heel anders was dat met haar opvolgster, de Deense Volkspartij van Pia Kjaersgaard, die vooral agerde tegen de massale immigratie van moslims. Zij zette de toon voor het populisme van de toekomst. De Volkspartij verzette zich ook tegen de EU, waarvan Denemarken – net als Nederland – lid is. Het neoliberalisme was plotsklaps geheel uit het zicht verdwenen. Populistische partijen in andere landen, waaronder de PVV van Geert Wilders, zien de club van Kjaersgaard als hun inspiratiebron en grote voorbeeld.

Nederland

In Nederland kreeg het rechtse populisme pas laat gestalte. In de jaren zestig haalde de Boerenpartij relatief veel zetels, maar zij verdween weer vrij snel. Ook de Centruumpartij en de Centrumdemocraten van Hans Janmaat wisten in de jaren tachtig en negentig maar in heel bescheiden mate kiezers achter zich te krijgen.

Wie dat wel lukte was Pim Fortuyn. Uitvoerig beschrijft Van Rossem het leven en vooral de loopbaan van deze politicus. Aandacht wordt geschonken aan zijn wetenschappelijke bezigheden en aan het feit dat hij voor heel wat partijen actief is geweest voor hij in 2001 bij Leefbaar Nederland onderdak vond. Ook zijn snelle breuk met deze groepering wordt gedetailleerd belicht.

Nadat Fortuyn was vermoord, won de even daarvoor door hem opgerichte LPF 26 Kamerzetels. Ze werd daarmee de tweede partij van het land en belandde in het eerste kabinet-Balkenende. Veel bakte de nieuwkomer er niet van. Balkenende I was – overgangskabinetjes buiten beschouwing gelaten – het kortst zittende kabinet van na de Tweede Wereldoorlog. Het zetelaantal van de LPF verschrompelde snel en enkele jaren nadien werd de partij alweer opgeheven.



Maar Fortuyn kreeg diverse opvolgers. Eerst de PVV van Wilders, later Trots op Nederland van Rita Verdonk en nog weer later Forum voor Democratie van Thierry Baudet. Ook de BoerBurgerBeweging van Caroline van der Plas en Nieuw Sociaal Contract van Pieter Omtzigt worden door Van Rossem in dit rijtje genoemd, al maakt hij wel het verschil met de al eerder genoemde partijen duidelijk. Allemaal hadden ze kortstondig succes, maar de PVV, de oudste en meest radicale, wist als enige nummer 1 in de Tweede Kamer te worden. De burgers worden kennelijk steeds bozer.

De onverwachte doorbraak van de PVV zorgt ervoor dat Van Rossem veel ruimte reserveert voor ‘de meest succesvolle apostel van de dreigende “islamisering”’. In *Waarom is de burger boos?* werd Geert Wilders nog als ‘pseudo-Fortuyn’ neergezet, maar in de nieuwe uitgave van dit boekje staat hij in het brandpunt van de belangstelling. Niet zo gek ook: de PVV heeft veel meer zetels behaald dan de LPF op haar hoogtepunt.

Volgens opiniepeilingen dreigt ze zelfs een derde van de kiezers achter zich te krijgen, maar daaraan maakt Van Rossem geen woorden vuil.

Moslims

Zowel in de eerste als in de herziene versie van zijn boek geeft Van Rossem te kennen niets in het populisme te zien. Deze politieke beweging schetst de aanwezigheid van moslims als een groot probleem, terwijl slechts een dikke vijf procent van de bevolking als aanhanger van de islam geldt, betoogt hij spottend. Bovendien is lang niet iedere moslim fanatiek.

Volgens Van Rossem is het...

...duidelijk dat het populisme sterk polariserend werkt. (...) Als populisten aan de macht komen heeft dat vrijwel overal zeer negatieve effecten. Omdat populisten niets geven om grondwet en rechtsstaat, neigen zij al snel naar een soort semidictatuur, of pseudodemocratie, waarin zo nu en dan een referendum wordt gehouden, maar waar het parlement machteloos is.

Dat belooft nog wat voor het nieuwe kabinet, waarin volgens recente berichten de PVV een hoofdrol zal vervullen. Al zal Wilders dan niet zijn intrek in het Torentje nemen.

Boek: Over populisme en onze democratie

Bron: <https://historiek.net/de-opkomst-van-het-populisme>



5 tips voor meer geduld

Een pakketje dat je vandaag bestelt, wordt morgen thuisbezorgd. Instagram laat binnen twee seconden de nieuwste foto's zien. Wachten is niet meer van deze tijd. Hoe sneller de dingen gaan, hoe minder geduld we hebben als iets een keer niet zo snel gaat. Terwijl geduldig zijn ons zoveel op kan leveren. Het zorgt ervoor dat we doordachte beslissingen nemen en minder snel gefrustreerd raken. Maar goed nieuws: ongeduld is een gewoonte, geen eigenschap. Je kunt er aan werken! Wij geven je vijf tips voor meer geduld.

Tip #1 Oefen met dingen langzaam doen

We zijn gewend (of verwend) aan het idee dat dingen snel en efficiënt gebeuren. Als dat niet lukt, raken we gefrustreerd of geïrriteerd. Maar niet alles gaat altijd snel of effectief. Of op jouw manier. Oefen daarom met dingen langzaam doen. Maak een wandeling met je kleine neefje en houd zijn tempo aan. Of zet je wekker tien minuten eerder en blijf, zonder iets te doen, in bed liggen tot het tijd is om op te staan.

Tip #2 Omdenken

Heb je een afspraak met een collega, maar laat ze tien minuten van tevoren weten dat ze een kwartiertje later is? Dan kun je denken: ‘Pfff, lekker dan. Ze verdoet mijn tijd!’. Wat je ook kunt doen, is nog een klein klusje afmaken. Of een kop koffie pakken. Lekker, even een – onverwacht – momentje voor jezelf!

Tip #3 Doe één ding tegelijk en met aandacht

Als je ongeduldig bent, heb je vaak de neiging dingen voor je uit te schuiven, omdat je niet het geduld hebt om ze af te maken. En dan komt er ook nog zoveel op ons af – soms zelfs tegelijk. Maar helaas, multitasken kunnen we niet. Over twee dingen tegelijk nadenken lukt gewoon niet. Doe dus liever één ding tegelijk. Doe dat ene ding goed en maak het af. Met al het geduld dat daarvoor nodig is. En start daarna pas met het volgende.

Tip #4 Leef meer in het nu

Geniet van het hier en nu. Houd je niet alleen maar bezig met de toekomst en de dingen die nog gaan komen. Leef meer in het moment, in plaats van er doorheen te haasten. Want ook wat je nu doet, kan invloed hebben op wat er later gebeurt. Dus daar kun je maar beter – zie ook de vorige tip – je volle aandacht bij gebruiken.

Tip #5 Leer tot tien tellen

Tot tien tellen kun je wel, dat weten we best. Maar kun je het ook langzaam? Concentreer je op je ademhaling, zodat je de neiging om te gaan snauwen – of wat je uit frustratie ook wilde doen – onderdrukt. Is dat waar je ongeduldig over bent daarna echt nog je irritatie waard?

Geduld wordt beloond

Het Marshmallow-experiment

Volgens onderzoekers aan de Rijksuniversiteit van Groningen ben je geduldig als je kunt uitstellen waar je nú behoefte aan hebt, en een keuze maakt waar je pas in de toekomst voor wordt beloond. Bijvoorbeeld een zak chips niet meteen leegeten (want: zin in chips), maar een deel bewaren voor de volgende keer (want: dan heb je er vaker plezier van).

Of – iets minder gezond, maar wel een leuke test om het geduld op de proef te stellen – het Marshmallow-experiment. Bij dit experiment geeft een vrouw een paar kinderen een spekje. De kinderen mogen het spekje opeten, of laten liggen totdat de vrouw terug is. Laten ze het spekje met rust? Dan krijgen ze er nog eentje. Kunnen ze hun geduld bewaren voor een grotere beloning? Ga naar https://www.youtube.com/watch?v=QX_oy9614HQ

Bron: <https://goedbezig.pfzw.nl/wat-jij-kunt-doen/5-tips-voor-meer-geduld.html>

Senioren rekenen blindelings op zorg en overheid

Veel senioren rekenen er blindelings op dat de overheid, hun partner en de zorg alles regelt als er iets met hen gebeurt. Dat ze de zorg krijgen waar ook hun ouders op konden rekenen. Maar dat is helaas nu al vaak niet meer het geval. De overheid zet steeds meer in op de eigen regie van ouderen. Ze moeten zelf zorgen dat hun huis geschikt is en ze moeten vooral elkaar helpen.

Daarom deed het Nationaal seniorenpanel in opdracht van ANBO-PCOB een onderzoek met de hoofdvraag: Bent u voorbereid op die toekomst? Bijna 8.000 mensen deden mee en kwamen met verrassende antwoorden.

Niemand wil naar een verpleeghuis

Als het gaat om de woonwens van senioren is één ding overduidelijk: ze willen in ieder geval niet terechtkomen in een verpleeghuis. Als ze zorg nodig hebben, geeft meer dan de helft van de ondervraagden aan dat ze het liefst zo lang mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen, met thuiszorg. Maar hebben de senioren die zelfstandig willen blijven wonen dan ook een huis dat geschikt is voor het geval ze hulpbehoevend worden? Maar liefst 61% van de 65-plussers zegt in zo'n situatie in de huidige woning te kunnen blijven wonen. Hoewel dit op het eerste gezicht positief lijkt, betekent dit tegelijkertijd dat de woning bij 39% niet geschikt is om er te blijven wonen. Ook een groot deel van de oudere senioren heeft een woning die ongeschikt is als ze zorgbehoevend worden.

Zorg halen uit eigen netwerk

Als het gaat om zorg moeten veel ouderen steeds vaker zelf oplossingen vinden binnen hun netwerk van familie en vrienden. Maar stel dat er iets gebeurt en iemand heeft opeens 24 uur hulp per dag zorg nodig, hoe los je dat dan op? Eén op de vijf senioren geeft aan geen idee te hebben hoe ze deze complexe situatie zouden moeten aanpakken. 42% van de senioren verwacht dat hun partner samen met de thuiszorg deze zorgsituatie zal opvangen. Eén op de vijf vertrouwt erop dat professionele zorgverleners dit zullen regelen. Anderen rekenen op een netwerk van kinderen, kleinkinderen, familie en vrienden om de meest urgente hulp te bieden, samen met de thuiszorg.

Uitgaan van mantelzorg is oneerlijk

Mantelzorg wordt hoe dan ook een van de belangrijkste pijlers in de zorg. 48% van de senioren die zelfstandig wonen verlenen op dit moment zorg of ondersteuning aan iemand in de omgeving.

Met een groeiend aantal ouderen in de samenleving en een stijgend tekort aan professionele zorgverleners, wordt de behoefte aan zorg alleen maar groter. Dat op mantelzorgers wordt gerekend in de overheidspunten vindt 47% van de zelfstandig wonende senioren een oneerlijke verwachting

Over het onderzoek

Het onderzoek Krachtig Ouder Worden is in opdracht van ANBO-PCOB uitgevoerd door het Nationaal Seniorenpanel. In de periode van 30 januari tot 17 februari 2024 deden 7.718 senioren (65+-jaar) die volledig zelfstandig wonen mee aan het onderzoek en 94 senioren waarbij wonen en zorg gecombineerd zijn. De gemiddelde leeftijd van de deelnemers is 76 jaar.

In zowel PCOB als ANBO Magazine, die allebei verschijnen op 23 april, wordt uitgebreid stilgestaan bij het onderzoek.

Bron: <https://www.pcob.nl/nieuws/senioren-rekenen-blindelings-op-zorg-en-overheid/>

De goede en de slechte misdadiger naast de gekruisigde Jezus

Op afbeeldingen van de kruisiging van Jezus, die jaarlijks op Goede Vrijdag wordt herdacht, zijn vaak drie kruisen te zien. Jezus hangt dan altijd aan het middelste kruis. Maar wie zijn de twee mannen die aan weerszijden van hem hangen?

Deze twee figuren worden vaak omschreven als misdadigers en staan soms ook wel bekend als de goede en de slechte moordenaar. Dit gaat terug op de evangeliën over het leven van Jezus. In alle vier daarvan worden de mannen die gelijktijdig met Jezus worden gekruisigd vermeld, maar dat gebeurt niet steeds op dezelfde manier. In Matteüs en Marcus worden de mannen links en rechts van Jezus omschreven als rovers, Lucas heeft het over misdadigers en de evangelist Johannes spreekt kortweg over 'twee anderen'. Over moordenaars gaat het in ieder geval nergens. Het verhaal over de goede en de slechte misdadiger vindt zijn herkomst in het evangelie van Lucas. Daarin is te lezen hoe Jezus, terwijl hij aan kruis hangt, bespot wordt door de Joodse leiders en enkele soldaten.

Ook een van de misdadigers naast hem besluit dan een duit in het zakje te doen en richt spottend het woord tot Jezus:

Jij bent toch de messias? Red jezelf dan en ons erbij!

De andere misdadiger wijst de spotter dan echter terecht en zegt:

Heb jij dan zelfs geen ontzag voor God nu je dezelfde straf ondergaat? Wij worden terecht gestraft: het is ons verdiende loon. Maar die man heeft niets verkeerd gedaan.

De man vraagt Jezus vervolgens of hij aan hem wil denken als hij in zijn koninkrijk komt, waarna Jezus verklaart dat de misdadiger nog diezelfde dag met hem in het paradijs zal zijn. Deze passage is vaak gebruikt om Jezus' rol als Verlosser te benadrukken. Zelfs aan het kruis vergaf hij nog een berouwvolle zondaar.

Titus en Dumachus

Volgens het apocriefe zesde-eeuwse Arabisch (of Syrisch) kindsheids-evangelie ging het niet om twee volslagen anonieme misdadigers, maar luisterden de mannen naar de namen Titus en Dumachus. De twee misdadigers waren volgens deze traditie rond de geboorte van Jezus al bevriend, maar ze hadden kennelijk wel verschillende karakters. Titus (de latere goede misdadiger) zou zijn vriend Dumachus er namelijk van hebben weerhouden om Jozef en Maria te beroven toen die met de pasgeboren Jezus naar Egypte probeerden te vluchten. Hij zou zijn maat hiervoor veertig drachmen hebben betaald. Jezus voorspelde vervolgens dat beide mannen ooit naast hem aan een kruis zouden hangen en beloofde dat Titus hem naar het paradijs zou vergezellen.

In de Middeleeuwen gingen er allerlei verhalen rond die voortborduurden op het kindsheidsevangelie. Zo zou de goede misdadiger tot inkeer zijn gekomen nadat hij het onschuldige gezicht van de jonge Jezus zag en genas zijn eigen zoontje van melaatsheid nadat hij in aanraking was gekomen met Jezus' badwater.

Dismas en Gestas

In de christelijke traditie staan de goede en de slechte crimineel (of dief) ook bekend als Dismas en Gestas. Eerstgenoemde werd vroeger geassocieerd met berouw en bekering en gold als de schutspatroun van politieke en criminele gevangenen. In de iconografie hangt Dismas meestal rechts van Jezus. Soms is op zijn kruis een spreukband te zien met de tekst:

Hodie mecum eris in paradiso. (Vandaag zult gij met mij in het paradijs zijn)

Volgens de overlevering belandde het kruis van de vergeven zondaar in de vierde eeuw op Cyprus, waar Dismas lange tijd werd vereerd. Een fragment ervan belandde later met enkele andere relieken van de heilige in Bologna.

De goede en de slechte misdadiger staan in de apocriefe geschriften ook bekend onder de namen Zoatham en Cammatha of Joathas en Maggattras. Volgens het Evangelie van Nikodemus vergezelde de berouwvolle misdadiger Jezus tijdens zijn afdaling naar de hel.

Bron: <https://historiek.net/de-goede-en-de-slechte-misdadiger-naast-de-gekruisigde-jezus>

Computer Vragende Wijs (223) (apr. mei 2024)

Het beste is de opgegeven code **tevooren** in uw *tekstverwerker* te typen om van daaruit de video te starten. *De code zéér nauwkeurig overnemen!!!*

Daarna starten van de video:

Druk de **Ctrl-toets** in, en houdt deze vast; ga met het muispijltje **op** de code staan, (pijltje wordt **handje**) en druk de linker toets van de muis in. Laat de Ctrl-toets los. Even wachten! Klik op ► voor het afspelen van de (reclame) video's.

*(Na een aantal seconden verplichte reclame, klikt u rechts op: **Advertenties overslaan!**)*

Het muziekstuk, met de code, ziet u hieronder; **veel muziekplezier gewenst!**

Sela en Samenzang “Pinksteren”

www.youtube.com/watch?v=sVKOsA-btDM

- 0:00 Laat ons samen één zijn
- 4:18 Openingspresentatie door Henk en Mirjam
- 4:52 Glorie heeft een naam
- 9:53 Heer, wij kijken omhoog
- 13:15 Kom, Heilige Geest
- 17:02 De wind steekt op
- 20:52 Alles wordt nieuw (Onderweg)
- 24:00 Presentatie en podcastfragment Hans Maat over 'Toekomst vol van hoop'
- 25:14 Toekomst vol van hoop
Samenzang:
- 30:13 Heer, uw licht en uw liefde schijnen
- 33:25 Heilige Geest van God
- 35:59 Wij leven van de wind
- 38:09 Give me oil in my lamp
- 39:57 Stromen van zegen

Evangelie prachtig uitgelegd met predikant, kansel en kind,
naar aanleiding over een preek van Maarten Luther.

www.youtube.com/watch?v=bzPvcPFev6c

Graag tot een volgende keer!

Arend Schoenmaker

Wijzigingsformulier

Naam:

Adres:

Postcode:

Woonplaats:

Lidnummer:

Bij verhuizing

Nieuw adres:

Postcode:

Woonplaats:

(bij verhuizing naar een andere woonplaats wordt u automatisch overgeschreven naar die afdeling)

Opzeggen lidmaatschap

Reden van opzegging:

.....

Opzeggen i.v.m. overlijden is per direct.

Datum overlijden:

De opzegging dient **vóór 1 december 2024** bij de ledenadministratie binnen te zijn.

Sturen naar:

PCOB, Berkenlaan 162, 9741 JT Groningen

E-mailen kan ook: [groningen@pcob50plus.nl](mailto: groningen@pcob50plus.nl)

Belastingsservice en Rijbewijskeuring

- belastingsservice invullen
- aanvragen en bezwaarschriften.,
- Kwijtschelding, aanvragen en wijzigen Toeslagen

Kosten hiervan max. € 15,00.

Aanvraag rijbewijskeuring.:

A.F.Jager, bedrijfsarts
Westerse Drift 95, 9752 LD Haren
Telefoonnummer: 050-5343867
E-mail: afjager@m-c-w.nl

Kosten keuring € 45,00
Voor elk extra dossier € 5,00 extra

Rijbewijskeuring 75⁺

GOEDKOPE RIJBEWIJSKEURING SENIOREN.

Senioren, chauffeurs met rijbewijs C/D/E en overige automobilisten die voor verlenging van hun rijbewijs moeten worden gekeurd, kunnen hiervoor terecht bij de RijbewijskeuringsArts.

Voor informatie en een afspraak belt u naar het landelijke afsprakenbureau: 036-7200911. Zelf een datum reserveren kan via de website:

www.rijbewijskeuringsarts.nl

Tarieven (incl. BTW): 75+ B/E € 45,00 voor u als PCOB lid.

Voordat u naar de keuring gaat dient er eerst een Gezondheidsverklaring gekocht te worden. Deze is verkrijgbaar bij de gemeente of via internet op mijnabr.nl (inloggen met uw DigiD).

U beantwoordt de vragen en stuurt de Gezondheidsverklaring (al of niet digitaal) naar het CBR. Het kan een aantal weken duren voordat u de papieren die de arts moet invullen thuisgestuurd krijgt van het CBR (per post of via de mail).

De verwerking en beoordeling door het CBR kan enkele maanden in beslag nemen. Geadviseerd wordt om ruim van tevoren een afspraak te maken voor de keuring.

Adressen WIJ-teams (steun- en informatiepunt voor wonen, zorg en welzijn)

WIJ Beijum

(Beijum, Noorderhoogebrug en De Hunze / Van Starkenborgh en Witte Lam)

Melsemaheerd 2 9736 EN Groningen

T: 050 549 71 31 maandag t/m vrijdag van 9 tot 17 uur.

E: wijbeijum@wij.groningen.nl

Open: Maandag 10:00 –13:00 uur

Dinsdag 13:30 - 16:30 uur

Woensdag 09:00 - 12:00 uur

Donderdag 13:30 - 16:30 uur

Vrijdag 10:00 - 12:00 uur financieel spreekuur

WIJ Corpus den Hoorn

(Corpus den Hoorn, Hoornsewijken en Piccardthof.)

Paterswoldseweg 267 9728 AC Groningen

De ingang om de hoek aan de Laan van de Vrijheid bij Mennos Kookerij

T: 050 367 9120 maandag t/m vrijdag van 9 tot 17 uur.

E: wijcorpusdenhoorn@wij.groningen.nl

Open: Maandag /Woensdag/Vrijdag 09:00 - 13:00 uur

Dinsdag/Donderdag 09:00 - 17:00 uur

WIJ Hoogkerk

(Hoogkerk, Leegkerk, Gravenburg en De Buitenhof.)

De Verbetering 3 9744 DZ Groningen

T: 050 367 45 66

E: wijhoogkerk@wij.groningen.nl

Open: ma t/m vrij 09:00 – 17:00 uur

WIJ Rivierenbuurt

(Rivierenbuurt, Zeeheldenbuurt, Badstratenbuurt, Laanhuizen, Grunobuurt, Herewegbuurt, Oosterpoortbuurt en de Meeuwen)

Paterswoldseweg 267 9728 AC Groningen

De ingang om de hoek aan de Laan van de Vrijheid bij Mennos Kookerij

T: 050 367 9120 maandag t/m vrijdag van 9 tot 17 uur.

E: wijrivierenbuurt@wij.groningen.nl

Open: Maandag /Woensdag/Vrijdag 09:00 - 13:00 uur

Dinsdag/Donderdag 09:00 - 17:00 uur

WIJ Lewenborg

(Lewenborg, Drielanden, Noorddijk, Oosterhoogebrug, Harkstede , Klein Harkstede, Lageland , Meerstad, Ulgersmaborg, Ruischerbrug, Ruischerwaard, Euvelgunne, Roodehaan, Middelbert en Engelbert.)

Kajuit 4 9733 CA Groningen

T: 050 367 4002 maandag t/m vrijdag van 9 tot 17 uur.

E: wijlewenborg@wij.groningen.nl

Open: maandag en dinsdag 10:00—13:00 uur

WIJ Oosterparkwijk

(Oosterparkwijk en de Woonschepenhaven)

Heesterpoort 1 9713 KX Groningen

T 050 367 89 60 maandag t/m vrijdag van 9 tot 17 uur.

E wijooosterparkwijk@wij.groningen.nl

Open: maandag t/m vrijdag 09:00-13:00 uur

Wij Schilderswijk/Centrum.

Contactgegevens

(Schildersbuurt, Noorderplantsoenbuurt, Oranjebuurt, Kostverloren, Hortusbuurt, A-Kwartier, Ebbingekwartier, Binnenstad en Binnenstad-Oost.)

Heesterpoort 1 9713 KX Groningen

T 050 367 72 02 maandag t/m vrijdag van 9 tot 17 uur.

E: wijchilderswijkcentrum@wij.groningen.nl

Open: maandag t/m vrijdag 09:00-13:00 uur

WIJ Selwerd

(Paddepoel, Tuinwijk en Selwerd)

Vensterschool, Eikenlaan 288-6 (begane grond) 9741 EW Groningen

T: 050 367 42 20 maandag t/m vrijdag van 9 tot 17 uur

E: wijselwerd@wij.groningen.nl

Open: maandagmorgen 09:00 - 13:00 uur

donderdagmiddag 13:00 - 17:00 uur

WIJ Vinkhuizen

(Vinkhuizen, De Held, Reitdiepwijk en Dorkwerd.)

Boraxstraat 2 (achterzijde MFC 't Vinkhuys) 9743 VP Groningen

T: 050 367 6303 maandag t/m vrijdag van 9 tot 17 uur.

E: wijvinkhuizen@wij.groningen.nl

Open: maandag t/m vrijdag 09:00-17:00 uur

WIJ Korrewegwijk

(De Korrewegwijk, Tuindorp de Hoogte, Professorenbuurt, Cortingborg, Selwerderwijken, Indische buurten en De Hoogte)

Floresplein 19 9715 HH Groningen

T 050 367 40 06

E wijkorrewegwijk@wij.groningen.nl

Open: maandag t/m vrijdag 09:00-13:00 uur

Vrijdagmorgen 09:30 - 11:30 uur financieel spreekuur op af
spraak

WIJ De Wijert

(Helpman, Coendersborg, Villabuurt, De Linie / Europapark en De Wijert.)

Paterswoldseweg 267 9728 AC Groningen

De ingang om de hoek aan de Laan van de Vrijheid bij Mennos Kookerij

T: 050 367 91 20 maandag t/m vrijdag van 9 tot 17 uur


E: wijdewijert@wij.groningen.nl

Open: Maandag /Woensdag/Vrijdag 09:00 - 13:00 uur

Dinsdag/Donderdag 09:00 - 17:00 uur

**Bestuur afdeling Groningen van de
Protestants Christelijke Ouderen Bond**


Voorzitter Sylvia Oosterhuis


 **050 364 36 20**

 **sylvia.oosterhuis@gmail.com**


Secretaris André Horenberg

Berkenlaan 162 9741 JT Groningen

 **050 571 78 00**


 **groningen@pcob50plus.nl**

Penningmeester Henk Steegstra

 **050 311 19 61**

 **henk.steegstra@wxs.nl**

Leden Andries Verdam

 **050 527 14 93**

 **mattyandries.verdam@gmail.com**

Contributie:

Voor alleenstaanden: € 37,50 per jaar

Voor echtparen: € 65,00 per jaar

Girorekening:

NL14 INGB 000531 0421

t.n.v. PCOB afd. Groningen

