

Nieuwsbrief

VAN DE AFDELING ZWOLLE

nr 6a oktober 2024

Let op: u krijgt nu GEEN magazine. Het volgende magazine ontvangt u op 22 oktober.

De bijdrage voor deze maand is gemaakt door Lammie Renting met als titel: **‘Ochtendgloren’**

Als ik ‘s ochtends wakker word,
hoor ik de vogels zingen
en denk aan de nieuwe dag,
volgeladen met veel dingen.

Door de toppen van de bomen
zie ‘k de zon reeds, nog heel klein
en denk aan vervlogen dromen
die in de nacht zo dicht bij zijn.

En vanzelf begin ik te zingen
een lied vol blijdschap, een refrein,
vol van prachtig mooie dingen
die voor iedereen bereikbaar zijn.

Als je het oog wil aanschouwen
en je oren het maar horen
zie je toch met groot vertrouwen
het scheppend werk, het ochtendgloren.

Van de secretaris

In september heeft u het nieuwe ANBO-PCOB magazine ‘OuderenWijzer’ ontvangen. Wat niet veranderd is, is dat we met onze afdeling ANBO-PCOB in Zwolle uiteraard blijven samenwerken met de KBO in Zwolle. Dat is ons en onze leden veel waard.

ANBO-PCOB.nl

In september worden de websites van PCOB en ANBO vervangen door de nieuwe website ANBO-PCOB.nl. Op deze site vindt u straks veel informatie. In de komende tijd zal de site nog meer gevuld raken. De afdelingen krijgen allemaal weer een eigen afdelingspagina waar nieuws, activiteiten en contactpersonen van de afdeling op te vinden zijn.

De bedoeling is dat alle huidige informatie van PCOB Zwolle website zal worden overgezet

naar de ANBO-PCOB/afdelingen/Zwolle website.

De huidige PCOB website van Zwolle heeft een andere link gekregen, nl.:

<https://pcob-backup.dpipreview.nl/>

Deze link is tot eind 2024 actief.

Van de Activiteitencommissie

De openingsavond met de meezing-quiz was gezellig en goed bezocht. Een volle zaal en iedereen ging vrolijk weer huiswaarts. De eerstvolgende activiteiten hebben een informatief karakter. We hopen dat deze voor velen interessant zijn. Vandaar dat het mogelijk is dat deze activiteiten tweemaal aangeboden worden.



Bijeenkomsten: ‘Senioren zelf aan zet’

Sommige senioren denken heel bewust na over hoe zij oud willen worden. Anderen vinden zichzelf nog niet oud of gaan pas over maatregelen denken als hen iets overkomt. Zoveel senioren, zoveel keuzes. Door de samenwerkende ouderenbonden KBO/ANBO-PCOB en Seniorenraad Zwolle worden, op 11 en 25 oktober in Parkzicht bijeenkomsten georganiseerd met als thema ‘Senioren zelf aan zet’. (Parkzicht, Jacob van Neckstraat 146a, 8023 XT Zwolle)

We moeten anders... We moeten erkennen dat we een grote maatschappelijke uitdaging hebben. We zien een dubbele vergrijzing, tekorten aan zorg-professionals en een toenemende druk op mantelzorgers. Niets is meer vanzelfsprekend, zorg niet en ook een verpleeghuisplaats niet. We zijn meer en meer op elkaar aangewezen.

We willen anders... Senioren willen over het algemeen zolang mogelijk thuis blijven wonen en regie op hun leven houden. Maar wat is een goede thuisplek? Hoe voorkom je dat je vereenzaamt en zorg je voor mensen om je heen, die je kunnen helpen als dat nodig is. Het kan ook anders... Senioren kunnen nadenken over wat zij zelf belangrijk vinden en hun wensen en behoefte kenbaar maken over hoe zij oud willen worden, hoe zij willen wonen. Samen in actie komen is belangrijk om voor de belangen van senioren op te komen.

In de bijeenkomsten, verkennen we de oplossingen die de overheid voor ogen heeft, maar willen we vooral horen welke opties ouderen zelf hebben. We horen verhalen van senioren over hoe zij oud willen worden. We gaan met elkaar in gesprek, waardoor we wensen en behoeften kenbaar maken. Steken we de kop in het zand of gaan we voorbereid de toekomst in?

Alle senioren, **dus ook jonge senioren**, zijn van harte welkom. De bijeenkomst is gratis, wel is aanmelding nodig i.v.m. het maximale aantal gasten. Start om **14.00 uur (inloop 13.30) en einde 16.30 uur**. Aanmelden met voorkeur van datum kan per mail bij Henk Tacken: henktacken@hotmail.com U hoort dan op welke dag u welkom bent.

Workshop Hulp bij Bankzaken

Vindt u het lastig dat steeds meer bankzaken digitaal gaan? Of dat er steeds minder bankkantoren zijn? Wilt u weten wat de mogelijkheden voor hulp tegenwoordig zijn? En hoe u bankzaken kunt doen? Kom dan naar deze workshop over dagelijkse bankzaken. Tijdens deze workshop leert u meer over de keuze die u hebt om uw bankzaken te regelen. U krijgt uitleg en hebt de mogelijkheid om vragen te stellen. We hopen u te inspireren om uw bankzaken zelfstandig te blijven doen, passend bij wat u prettig vindt en met de mogelijkheden van nu. En als u het niet (meer) zelfstandig kunt, hoort u hoe u dit veilig uit handen kunt geven. Ook vertellen we u waar u meer hulp, informatie en oefenmateriaal kunt vinden.

De workshop is geschikt voor klanten van alle banken. Het maakt niet uit bij welke bank u klant bent. Herman Hollak verzorgt deze workshop.

Locatie: **Parkzicht, Jacob van Neckstraat 146A in Zwolle**
Datum: **maandag 18 november**
Tijd: **van 10.00-12.00 uur en van 14.00 tot 16.00 uur**

Per tijdsblok kunnen 15 leden deze workshop bijwonen. U kunt zich **vanaf 1 oktober** aanmelden bij Herman Zwakenberg bij voorkeur via email: hzwakenberg@home.nl of anders 06-25317260.

Wandelen

Donderdag, 10 oktober, reserve 15 oktober, gaan we naar Heino en starten onze wandeling bij het station. Verzamelen bij Loetje aan de Wipstrikkerallee.

Dinsdag, 5 november, reserve 7 november, gaan we weer eens naar de Veluwe. Verzamelen bij de Gamma, kruising Rieteweg/Blaloweg.

Woensdag 27 november, reserve 3 december, gaan we voor onze laatste wandeling van dit jaar naar Hoonhorst, verzamelen bij Loetje. Als je een keer mee wilt lopen geef je dan een paar dagen van tevoren op bij Dini Verweij, tel. 421 4975. We verzamelen om 13.30 uur. We lopen ongeveer 2 uur, maar soms loopt het wel wat uit. Het is gemakkelijk als je je consumptie met gepast geld kunt betalen.

Dit is een voorlopig programma, bij aanmelding hoor je of het doorgaat of niet.

Op **15 november om 14.00 uur** vertelt Wim Eikelboom verhalen over de IJssel.

Bloemschikken voor de kerst is gepland op **18 december, 14.00 uur**.

Noteert u deze data vast in uw agenda. Meer informatie in de volgende nieuwsbrieven.

Van de Kunstcommissie

Op 24 augustus reden we met een bus vol naar het Openluchttheater in Diever om te genieten van een Wintersprookje geschreven door Shakespeare. De jaloezie voerde de boventoon, maar uiteindelijk liep het goed af zoals in de meeste sprookje. Aansluitend konden we genieten van een diner in Giethoorn.



**Van de Reiscommissie
Dagtrip Nationale Taptoe Rotterdam op
zaterdagmiddag 28 september 2024.**

Het maximum aantal deelnemers is bereikt. We hopen met 50 deelnemers dit evenement te bezoeken. Als er afvallers zijn zal eerst de reservelijst worden aangesproken. Vertrek vanaf de carpoolplaats Beukenallee om 10.15 uur en vanaf de Hanzelaan om circa 10.30 uur. Graag uiterlijk 15 minuten van tevoren aanwezig zijn.

Voor informatie: Bert Holthof
(b.holthof@ziggo.nl of 06-10114579).

**Dagtrip Pantropica, Luttelgeest op
donderdag 12 december 2024.**

Eerder heette Pantropica 'De orchideeënhoeve'. Hier kunt u heerlijk rondwalen tussen bijzondere bloemen, planten en dieren en eventueel de kerstmarkt bezoeken. Om 16.00 uur wordt u een kopje koffie met kerstgebak aangeboden en als hoogtepunt van de middag worden er om 16.30 uur duizenden lichtjes aangestoken, waardoor er een sprookjesachtige sfeer ontstaat.

Ook deze trip is inmiddels volgeboekt. U kunt zich eventueel nog aanmelden voor de reservelijst bij Bert Holthof (b.holthof@ziggo.nl of 06-10114579).

Meerdaagse reizen in 2025.

We zijn de meireis (5-daagse) en

septemberreis (8-daagse) aan het voorbereiden. De bestemmingen zijn nog niet vastgesteld.

Belangrijke telefoonnummers

Ouderenhulplijn 030-3400600 geopend van 9.00-17.00 uur

Rode Kruis Hulplijn 070-4455888 van ma t/m do van 8.30-21.00 uur en vrijdag tot 18.00 uur; zaterdag tussen 10.00-16.00 uur

Luisterlijn 0900-0767 speciaal voor ouderen

Rijbewijskeuring de keuring is in het wijkcentrum Holtenbroek, laatste donderdag van de maand, telefoon 038-4224933, Prijs € 60,-

Automobilisten kunnen zich via Regelzorg Rijbewijskeuringen aanmelden maar op dit moment in Zwolle nog niet mogelijk, wel in Hattem en Dalfsen.

Automobilisten van 75 jaar en ouder betalen € 55,00.

Afspraak maken

Een afspraak voor het spreekuur kunt u uitsluitend maken via RegelZorg: Gemakkelijk en snel via onze website: www.regelzorg.nl of tijdens kantooruren via de afsprakenlijn: 088 2323 300.

Voor het laten invullen van een *rapport oogarts* gaat u naar www.regelzorg.nl/oogarts of belt u ons.

OV-inloopsprekuur

Heeft u vragen over het reizen met trein, bus of buurtbus? Of over de OV-chipkaart, een kaartje kopen of OVpay (betalen met uw bankpas)? Stel ze dan aan een OV-ambassadeur tijdens één van onze inloopsprekuren. OV-ambassadeurs zijn vrijwilligers die het reizen met het openbaar vervoer gewend zijn. Zij helpen u graag het gemak van het openbaar vervoer ervaren. Tijdens het inloopsprekuren op **2 oktober 2024** van 10.00 – 11.30 uur in Wijkcentrum de Pol, Gelijkheid 1, Zwolle, geven OV-ambassadeurs uitleg en helpen zij u op weg in het openbaar vervoer. U kunt gratis en vrijblijvend binnenlopen.

Overleden

Dhr. L. Dam (89 jaar)

Dhr. H. Baarda (84 jaar)

Dhr. M. Klein (82 jaar)

Mw. W. Mulder-Wallenburg (92 jaar)
Mw. W.R. ter Bruggen-Huizinga (85 jaar)
Dhr. E. Brasjen (101 jaar)

De heer E. Brasjen uit Berkum is op 10 september 2024 op de leeftijd van 101 jaar overleden. Een paar weken daarvoor bracht hij de magazines en nieuwsbrieven nog rond. Het bestuur van ANBO-PCOB is hem zeer erkentelijk voor zijn inzet.

Opwekking 640

Ik hef mijn ogen op naar de bergen,
waar komt mijn hulp vandaan?
Ik hef mijn ogen op naar U, Heer,
die mij bij zal staan.

Mijn hulp is van U, Heer,
die alles heeft gemaakt.
U zult voorkomen dat ik wankel of val.
U bent mijn beschermer
die over mij waakt,
die niet sluimeren of slapen zal.
Wat kan mij gebeuren
door zon of door maan?
U bent mijn schaduw,
U bent er altijd.
Bewaart heel mijn leven;
mijn komen en gaan,
U beschermt mij tot in eeuwigheid.
Mijn hulp is van U, Heer!

Mijn hulp is van U, Heer.
O, van U!

Ledenadministratie

Het aanmelden van nieuwe leden, verhuisberichten, overlijden en andere wijzigingen kunt u schriftelijk doorgeven aan:

Joke Kwakkel, Belvédèrelaan 133, 8043 LW Zwolle,
E-mail: jokekwaakel@kpnmail.nl
Eventueel kunt u de wijzigingen ook doorgeven aan het landelijk secretariaat:
PCOB, Vijzelmolenlaan 20-22, 3447GX Woerden,
Telefoon: 030-3 400 680
E-mail: secretariaat@pcob.nl

Adressen:

Bestuur van de PCOB afdeling Zwolle:

Voorzitter: Martin Visch, tel. 4654855,
vischta@gmail.com
Vicevoorzitter: Fokje Duursema fduursema@ziggo.nl
Secretaris: Gerrit Bargeman, Zwaardvegerstraat 294
8043DZ Zwolle, tel. 06-53912266,
gerrit.bargeman@home.nl
2^e secretaris: Joke Kwakkel, tel. 038 - 4600 405, email:
jokekwaakel@kpnmail.nl

Penningmeester: Dik de Velde Harsenhorst, Bultkroos
145 8043 NS Zwolle, tel. 038-4225095,
dik.develdeharsenhorst.pcob@gmail.com
Rekeningnummer Rabobank: NL92RABO 01459.68.073
t.n.v. PCOB Zwolle

2^o Penningmeester en activiteitencommissie: Jannie
Barkema-Warris, tel. 06-36271798, email:

barkemawarrisj@gmail.com

Lid: Femmeke Weijenberg, reiscommissie,
tel. 06-50475045, e-mail femmekeweijenberg@gmail.com

Lid: Dik Kremer, portefeuille Seniorenraad
dikkremer@hotmail.com

Lid: Jan Vastenavond, portefeuille Stichting Actief Oud
jan.vastenavond@ziggo.nl

PCOB magazine en Nieuwsbrief:

Dhr. Hoeksema, tel. 038- 4533575,
henk_w_hoeksema@hotmail.com coördinator.

Website PCOB afd. Zwolle:

Jan Johannes, tel. 06-49806528. e-mail:
jjohannes@home.nl

Ledenadministratie: Joke Kwakkel, Belvédèrelaan 133,
8043 LW Zwolle, E-mail: jokekwaakel@kpnmail.nl
tel. 038 - 4600 405.

Stichting Actief Oud: Rekeningnummer
NL 85 RABO 0336 5713 56

De volgende Nieuwsbrief – nr. 7 verschijnt op 22 oktober 2024. Kopij inleveren vóór 12 oktober 2024 bij voorkeur per e-mail bij gerrit.bargeman@home.nl