

Nieuwsbrief ANBO-PCOB Leusden

Deze nieuwsbrief verschijnt 4x per jaar en wordt samen met het maandelijkse ANBO-PCOB magazine 'Ouder en Wijzer' bij u thuis bezorgd.

Heeft u kopij voor de nieuwsbrief dan kunt u die aanleveren via het emailadres leusden@pcob50plus.nl



Voorwoord van de waarnemend voorzitter

Beste leden van de ANBO-PCOB Leusden,

Bent u ooit lid geworden van de PCOB Leusden dan is het misschien een beetje vreemd om nu aangesproken te worden als lid van de ANBO-PCOB Leusden. Reden voor deze nieuwe naamgeving aan de afdeling Protestants Christelijke Ouderen Bond Leusden heeft te maken met het samengaan van de landelijke ouderenbond PCOB met de ANBO Algemene Nederlandse Ouderen Bond. Onze lokale afdeling heeft gevolg gegeven aan het voorstel van de landelijke organisatie om samen te gaan, met als gevolg dat de Leusdense leden nu ook automatisch lid zijn van de landelijke ANBO-PCOB met hoofdkantoor in Woerden.

Dat dit samengaan van deze twee ouderenbonden voor een aantal van onze leden moeilijk was om te accepteren, is best begrijpelijk. Immers de christelijke en neutrale tradities zijn op het eerste gezicht nogal verschillend. Maar je kan het ook anders bekijken. Zijn we in staat om de religieuze en sociale waarden, die beide organisaties meebrengen, te versterken? Dit laatste element spreekt mij als "waarnemend, maar nu aftredend voorzitter" van de geassocieerde organisaties het meeste aan.

Want waar gaat het om voor toekomstgerichte senioren-ledenorganisaties? Is het niet een bijdrage te mogen leveren aan het sociaal en maatschappelijke verkeer van de leden? Voor hen te weten dat ze gekend zijn als mens, dat ze niet eenzaam hoeven te zijn, maar onderdeel zijn van een gemeenschap die waarden en zingeving met zich meebrengt. Als dit de uitgangspunten zijn van het samengaan van de twee ouderenbonden, dan valt het verschil in de levensbeschouwelijke ervaringen al gauw weg en kunnen ze waardevol en stimulerend ook als de grootste Nederlandse Ouderen Bond verder gaan.

Op 22 oktober jl. werd door de twee ouderenbonden gezamenlijk de bijeenkomst "Krachtig Ouder Worden" in het AFAS Atrium in Leusden georganiseerd. Dit was het beste bewijs dat het samengaan van de twee organisaties buitengewoon succesvol was. 100 leden van beide bonden werden onder andere geïnformeerd over hoe ouderen, door een afgewogen levensstijl te volgen, hun gezondheid kunnen behouden. Aansluitend deelden ze in een ronde tafel gesprek hun mening met hun tafelgenoten. (Zie foto en artikel op pagina 3)

Omdat ik mijn "waarnemend voorzitterschap ANBO-PCOB" beëindig op 31 december aanstaande, wens ik de nieuwe "Ouderenbond ANBO-PCOB Leusden" met hun leden veel heil en zegen in het komend jaar 2025.

Met een hartelijke groet,

Jaap Ketel, waarnemend voorzitter ANBO-PCOB Leusden.

ANBO-PCOB afdeling Leusden in 2025?

De Afdeling ANBO-PCOB Leusden heeft uiterlijk tot einde 2024 de status 'slapend'. Vanaf 1 januari 2025 is er formeel geen 'Afdeling ANBO-PCOB Leusden' meer die actief wordt 'bemend' door een (waarnemend) bestuur of door een activiteitencommissie.



Doel was, en is, om vrijwilligers te vinden die bereid zijn om zich op enigerlei wijze in te zetten voor het organiseren of mede mogelijk maken van activiteiten in Leusden. Dit met organisatorische en waar nodig financiële ondersteuning vanuit de landelijke ANBO PCOB organisatie. Binnen de landelijke ANBO-PCOB is er echter wel degelijk behoefte om de lokale afdelingen te ondersteunen en verder uit te bouwen. Lokale initiatieven kunnen dus rekenen op flinke ondersteuning.

Dus als u een idee hebt voor een lokale activiteit dan kunt u contact opnemen met onze contactpersoon via een email naar leusden@pcob50plus.nl of telefonisch via 033-4946186. Hij kan u dan in contact brengen met de juiste personen binnen de ANBO-PCOB. Samen met u zal uw idee verder worden uitgewerkt en zal de activiteit, al dan niet met lokale vrijwilligers worden georganiseerd. Dit voor korte duur en passend in ieders agenda.

Ook zullen er door de landelijke organisatie activiteiten worden georganiseerd op lokaal niveau.

Voorbeelden van mogelijke activiteiten:

- Busreizen uitzoeken, waarheen en regelen met het busbedrijf.
- Fietspuzzeltochten rondom Leusden.
- Gezamenlijke maaltijden organiseren, bijv. pannenkoeken eten.
- Jeu de boules, Bowlen of een andere voor senioren geschikte sport.
- Wandelen met onderlinge gespreksthemata's.
- Boek bespreken en actuele thema's met of zonder gespreksleider.
- Lezingen over interessante onderwerpen door een terzake kundige spreker.
- Creatief bezig zijn bijv. schilderen, bloemschikken, etc.
- Activiteiten naar eigen ideeën opstarten.

Lidmaatschap ANBO-PCOB

Fusie

Na de fusie tussen de ANBO en de PCOB zijn alle oud PCOB en ANBO leden automatisch lid van de landelijke ANBO-PCOB. Inmiddels zijn er meer dan 100.000 leden. Naast dat de ANBO-PCOB optreedt als belangenbehartiger richting o.a. de overheden, heeft dit lidmaatschap ons veel te bieden zowel collectief als op persoonlijk vlak. Dit varieert van korting op allerlei zaken zoals verzekeringen, lidmaatschappen, energie, hulp thuis (huishouden, tuin, klusjes) tot korting op allerlei artikelen via de 'ANBO-PCOB Winkel'. Teveel om hier op te noemen. Neem vooral een kijkje op de webpagina:

www.anbo-pcob.nl/ledenvoordeel of op de algemene site www.anbo-pcob.nl

Jaarlijkse bijdrage

Uw jaarlijkse lidmaatschapsbijdrage wordt op basis van een incassomachtiging jaarlijks van uw rekening afgeboekt. Mocht u het daarmee oneens zijn dan is terugboeking natuurlijk altijd mogelijk. Zie de voorwaarden bij uw bankrekening.

Opzegging

Voor eventuele opzegging geldt dat dit minimaal 1 maand voor de verlengingsdatum dient te gebeuren. Dit verschilt per lid. Informatie kunt u opvragen bij de ledenadministratie te bereiken via telnr. 0348-466666 of per mail naar contact@anbo-pcob.nl

Ledenmutaties

Opzeggingen en nieuwe leden

Afgelopen maanden hebben 3 leden hun lidmaatschap beëindigd en heeft zich 1 nieuw lid aangemeld.

Overleden:

Mevr. J.M.A. Kuhn (15-8).

Mevr. A.H. Vlaanderen- v d. Leij (27-9).

Wij wensen alle nabestaanden veel sterkte met dit verlies.

Krchtig Ouder Worden - Praat vandaag over morgen

Dinsdag 22 oktober namen honderd Leusdense senioren deel aan de ANBO-PCOB Leusden bijeenkomst "Krchtig Ouder Worden".

Wethouder mevrouw Marleen Treep opende de bijeenkomst in het AFAS Atrium met een krachtige gongslag.

Ze deed dit graag, omdat ook de gemeente wakker moet blijven, nu Leusden een relatief sterk groeiend aantal 60+ senioren kent, met een verwachte groei naar meer dan 30% van het totaal aantal inwoners.

Vorige jaar heeft de gemeenteraad een nieuw beleidskader vastgesteld. Daarbij bleek eenzaamheid één van de problemen. Speerpunt in het beleid is daarom het verder uitbreiden van netwerken. Deze week is de nieuwe sociale kaart gelanceerd waardoor inwoners makkelijker voorzieningen en initiatieven kunnen vinden. Omdat de gemeente maar beperkte mogelijkheden heeft om steun en sturing te geven aan ouderen, is het belangrijk om initiatieven vanuit de inwoners zelf te stimuleren.

Daarom is de gemeente Leusden blij met bestaande en mogelijk nieuwe buurtverenigingen die zorgen voor onderlinge sociale contacten. Leusden zou graag zien dat er in nog meer wijken een dergelijk initiatief komt. Wel is Leusden bereid om zo mogelijk beperkte financiële steun te verlenen. Druk op personeel en tekorten op financiën maken dit niet makkelijk.

Marleen Treep greep de gelegenheid aan om de aanwezigen te vragen: Wie kent het initiatief "Blue Zones"? Enkelen staken hun handen op. De "Blue Zones" zijn gebieden in de wereld waar mensen langer en gezonder leven. Er is een tv serie van gemaakt die de bijzondere gemeenschappen in Japan, Sardinië, Griekenland, Costa Rica en in Californië laat zien. Wat bleek, de inwoners hebben zichzelf levensdoelen gesteld waarbij lichaamsbeweging en voedselkeuzes een belangrijke rol spelen. Vaak zijn er factoren die te maken hebben met plaatselijke culturele gewoontes en tradities. Maar doorslaggevend zijn de onderlinge intensieve sociale contacten.

Datzelfde geldt voor de film over het omgaan met dementie in verschillende landen. De aanpak om mensen zo lang mogelijk zelfredzaamheid te laten zijn maakt dat mensen met dementie meer betrokken blijven. Daarnaast blijkt ook hier een gezonde leefstijl van belang in het voorkomen van dementie

Ook de sprekers van de landelijke ANBO-PCOB en de lokale afdeling Leusden noemden deze sociale structuren die leiden tot meer verbondenheid, waarvoor ook de wethouder veel aandacht had gevraagd. Tijdens de 'ronde tafelsessies' waarbij de deelnemers gedachten en ervaringen konden uitwisselen kreeg dit thema ook de nodige aandacht.

De galm van een krachtige gongslag, waarmee mevrouw Treep de bijeenkomst opende, klonk de bijna 100 aanwezige senioren nog lang in de oren.

We kijken terug op een zeer geslaagde bijeenkomst.

Zie ook de informatie en de presentatiesheets op de site van ANBO-PCOB; afdeling Leusden:

<https://anbo-pcob.nl/afdelingen/leusden/nieuws/bijeenkomst-krchtig-ouder-woorden> en op de site van de seniorencoalitie: <https://deseniorencoalitie.nl/terugblikken-overzicht/terugblik-krchtig-ouder-woorden-leusden>



Tijdens de 'ronde tafelsessies' waarbij de deelnemers gedachten en ervaringen konden uitwisselen kreeg dit thema ook de nodige aandacht.



KERSTLUNCH ANBO-PCOB LEUSDEN op maandag 16 december vanaf 11:00 uur

Gast sprekers - Kathleen Ferrier en Tjeerd de Boer –

“Kerst vieren in verschillende culturen, Suriname, Hongkong, Chili, Brazilië”.

Zie de uitnodiging aan het eind van deze nieuwsbrief.

Wees er snel bij. Restaurant Buitenhuis heeft flink wat zitplaatsen maar we verwachten dat er veel leden aan deze heerlijk lunch met interessante lezing deel willen nemen.



Verslag busreis 18 september

Graag doen wij verslag van ons allerlaatste reisje van de “slapende” ANBO-PCOB afdeling Leusden.

Op woensdag 18 september 2024 was dat moment aangebroken.

45 wakkere leden stonden bij de Jozefkerk te wachten op de bus van Midland tours, met als chauffeur Gijs, om zich te laten vervoeren naar Noord-Holland met als eerste bestemming het oorlogsmuseum/c.q. informatiecentrum in Medemblik waar uitleg werd gegeven hoe dit centrum was opgericht en naar aanleiding van de aangeboden/verzamelde objecten tot stand kwam. Ook een café, huiskamer en een schoolklas waren ingericht zoals ten tijde van WO2. We kregen een heerlijk kopje koffie met een gebakje zoals dat ook in die tijd werd geserveerd.

Daarna vertrokken we naar Oterleek om in Bianca's Hoeve een lunch mochten nuttigen. Een mooie tocht door de Beemster polder waarin goed de hoogteverschillen te zien waren in het Noord Hollands landschap, ontstaan door de oude inpolderingen.

Na dit aanschouwd te hebben vertrokken we richting Amsterdam-Noord om via het IJ over te steken en dat natuurlijk in een rondvaartboot. Het blijft natuurlijk altijd een spektakel om door de grachten van Amsterdam te varen.



Foto: Jarrett Scholsberg

Helaas, na jaren van het organiseren van dergelijke dagtochten, was deze tocht de allerlaatste die wij, Rijk en ondergetekende, hebben/hadden georganiseerd.

Veel van deze dagtochten zijn georganiseerd met Midland tours uit Nijkerk. Deze bus maatschappij organiseert dagtochten en diegenen die daarvoor toestemming hebben gegeven ontvangen in de toekomst regelmatig informatie over de tochten die zij organiseren. En wellicht in 2025(!) een dagtocht, geheel onder verantwoordelijkheid van Midland, voor de eigen oud-leden.

Dank nogmaals voor het jarenlange vertrouwen dat u ons gaf.

Rijk en Arie.



Diversen

De App 'LeusdenLeeft' voor Leusdenaren

LeusdenLeeft is een initiatief van de gemeente Leusden en Lariks welzijn en zorg. Het is een App voor alle Leusdenaren. U kunt deze App op uw telefoon installeren vanuit de 'Google Play Store' of de Apple 'AppStore'.

Bekijk eenvoudig wat er te doen is de buurt en hoe je mee kunt doen. Elkaar ontmoeten, sporten, koffiedrinken, naar een voorstelling of cursus volgen... het kan allemaal via deze App. Zoek vanuit je locatie of bekijk per dag wat er te doen is. Let op: als gevolg van bijvoorbeeld de weeromstandigheden kunnen activiteiten worden geannuleerd. Check bij twijfel even bij de locatie van de activiteit en/of website van de organisatie.

Gratis OV voor 66+ met een laag inkomen

In 2024 gratis met tram en bus binnen de provincie Utrecht.

Zie voor de voorwaarden en voor aanmelding: <https://www.gratisreizenouderen.nl/>

OVpay - Toevoeging Leeftijdskorting

Het betalen in het Openbaar Vervoer (OV) is aan het veranderen. Onder de naam OVpay is het sinds juni 2023 mogelijk om met een (fysieke of digitale) betaalpas of creditcard in en uit te checken. Telkens worden nieuwe mogelijkheden toegevoegd om betalen in het OV steeds slimmer en makkelijker te maken. Zo volgt later dit jaar de introductie van de opvolger van de OV-chipkaart, de OV-pas. Vanaf 11 juli is het mogelijk om met leeftijdskorting te reizen op je betaalpas of creditcard. Dat betekent dat ook kinderen van 4 tot en met 11 jaar en personen van 65 jaar of ouder makkelijker kunnen reizen mét 34% korting! Zie voor meer informatie de uitgebreide informatie in de vorige nieuwsbrief of kijk voor de uitlegvideo's op www.ovpay.nl/leeftijdskorting. U kunt ook terecht bij het loket van de OV-bedrijven. Kijk op de website van het OV-bedrijf waar u zo'n loket kan vinden.

Museum plus bus

Voor sommige mensen is een zelfstandig bezoek aan musea niet meer mogelijk. Gelukkig is er de Museum Plus Bus, die groepen ouderen mee neemt naar musea, zodat ook zij kunnen genieten van kunst en cultuur.

De Museum Plus Bus rijdt voor 70-plussers die anders door hun leeftijd of conditie geen museumbezoek meer kunnen afdleggen. Deelname is kosteloos dankzij de Vriendenloterij. Aanmelden kan via museumplusbus.nl



Centrum voor levensvragen Midden-Nederland

Nooit te oud om te groeien Leusden 2024. Ontmoetingen rond ouder worden en zingeving voor senioren.

Aanmelden is noodzakelijk.

Locatie: Zaal De Deel, Zaaier 60a, Leusden

Vast dagdeel: Donderdagmiddag, inloop 13.45 uur, gesprek 14.00-16.00 uur

Opgeven via: ideelleusden@gmail.com of bel naar 0648483440

Gespreksleiding: Geestelijk verzorger Carola van den Heuvel

Kosten: Geen, vrijwillige bijdrage voor medewerkers van De Deel.

Wanneer:	Datum	Thema	Voor wie
	12 december	Zelfregie en Onmacht	Jongere senioren
	19 december	Zelfregie en Onmacht	Oudere senioren

Zincafé

Zincafé Leusden is een caféachtige avond waar mensen elkaar ontmoeten en van gedachten kunnen wisselen, met een speciale gast uit de wereld van politiek, wetenschap, religie, kunst en cultuur. De gast wordt geïnterviewd en/of houdt een korte voordracht en gaat met de zaal in discussie. Zie voor de agenda en de nieuwsbrieven <https://www.zincafe.nl/>.

Alzheimer Café Amersfoort / Leusden; Bijeenkomsten voor iedereen die met dementie te maken heeft of er meer over wil weten. **Elke 4e woensdag van de maand, van 19.30 uur - 21.00 uur.** De zaal is open vanaf 19.00 uur. De toegang en de koffie zijn gratis. Adres: Nieuwe Kerk, Leusderweg 110, Amersfoort. Voor meer informatie: <https://www.alzheimer-nederland.nl/regios/amersfoort-en-omstreken/alzheimer-cafe-amersfoortleusden>

Kerstconcert Leusdens Mannenkoor

Vrijdag 20 december, aanvang 20:00. Locatie Marcuskerk. Prijs €15,00 (incl. 2 consumpties). Kaartverkoop via de koorleden, Primera Hamershof, Readshop Biezenkamp of (tegen contante betaling) aan de zaal.

ANWB Automaatje; vervoerservice door vrijwilligers. Reserveringen via Lariks 033 3034444 (Ma-Vr 09:00 en 12:30). Kosten: 0,35 per kilometer vanaf huis vrijwilliger. Of mail naar info@automaatjeleusden.nl. Afrekenen met de vrijwilliger.

LAS

Koffiemorgen bij restaurant Bon Dia, de Biezenkamp 169

Iedere vierde woensdagmorgen van de maand koffiemorgen bij Restaurant Bon Dia, De Biezenkamp 160. Ook leden van de KBO en PCOB zijn van harte welkom.

Voor 2025 staan gepland: 27 januari, 27 februari, 26 maart, 23 april, 28 mei, 25 juni

Tijd : vanaf 10.15 uur. Prijs : € 6,00, 1 kopje koffie met een taartje, keus uit twee soorten gebak.

U kunt gewoon binnenlopen en genieten van een lekker kopje koffie en taartje.

Nieuwjaarsbrunch LAS 14 januari vanaf 12:00

Het bestuur nodigt al haar leden uit voor de Nieuwjaarsbrunch. Ook leden van de KBO en PCOB zijn van harte welkom.

Programma:

12:00 uur: Ontvangst van de leden van de LAS, KBO en PCOB met een glaasje prosecco, u aangeboden door de LAS.

12.30 uur: Welkomstwoord door Roel Madiol, voorzitter van de LAS.

13:00 uur: Aanvang van de brunch met: Soep, Diverse gerechten, Dessert.

Prijs: € 37,00 p.p.

Wat betreft het afrekenen van de overige drankjes wordt gewerkt met individuele bonnen waarop de drankjes genoteerd worden. U kunt deze aan het einde van de brunch inleveren en afrekenen, ook de lege bonnen inleveren.

Het geheel wordt muzikaal omlijst door het optreden van "Duo Pleasure". De muziek is afgestemd voor en door senioren.

Aanmelden: Bij Krijna Selles, tel: 06 – 30 08 35 84 (van **19.00-20.00** uur) of per e-mail: pierselles@planet.nl

Wilt u in uw mail dan het volgende doorgeven: uw naam, telefoonnummer, welke bond u lid bent.

Betaling: U kunt het bedrag van € 37,00 p.p. overmaken op: NL02 RABO 0310 8701 78 t.n.v. Leusdense Algemene Seniorenvereniging. Onder vermelding van Nieuwjaarsbrunch, uw naam en voor wie u betaalt.

SOL

Seniorenborrel SOL woensdag 11 december vanaf 16:00,

Locatie: Fondue Restaurant HELLO AGAIN, Zwarteweg 5

Voor wie wil blijven eten is er het volgende menu:

- Kaasfondue met diverse bijgerechten OF
- Vleesfondue in olie met diverse bijgerechten en sauzen..

Prijs: € 25,00 p.p. Dit is exclusief consumpties.

Aanmelden:

Als u wilt blijven eten kunt u zich aanmelden bij Hello Again en uw keuze doorgeven aan Timon via tel: 033 - 494 76 96.

De seniorenborrel is een initiatief van de drie ouderenbonden: De KBO, de PCOB en de LAS, verenigd in de SOL (Samenwerkende Ouderenbonden Leusden).

Seniorenborrel SOL woensdag 8 januari 2025 vanaf 16.00 uur

Locatie: Restaurant De Munt, Kooikersgracht 11.

Als u wilt blijven eten dan kunt u zich hiervoor aanmelden bij Restaurant De Munt, tel: 033 – 202 21 41.

Prijs: € 25,00 p.p. Dit is exclusief consumpties. Twee gangen menu: keuze vlees of vis en een dessert.

Welzin: Hof van Leusden

is een laagdrempelige algemene voorziening voor inwoners van Leusden van 65 jaar of ouder. Bij ons kan u terecht wanneer sprake is van eenzaamheid, beginnende geheugenproblematiek, een 'niet pluis gevoel' of een combinatie van deze factoren, waarbij een WMO- of WLZ-beschikking (nog) niet aan de orde is.

Door een zinvolle dagbesteding, structuur, beweging en activiteiten die het geheugen trainen, kunt u langer en prettiger thuis blijven wonen. Hof van Leusden is geopend van maandag t/m vrijdag van 10.00 tot 15.00 uur. U komt met eigen vervoer en betaalt per dag een bijdrage voor de maaltijden.

Contact: Hof van Leusden, Hoefijzer 18, 3833 XB Leusden, tel: 06 – 10224760 of hofvanleusden@welzin.nl

Wensboom Leusden

voor een vraag of een simpele klus. Aanwezig in de bibliotheek van dinsdag tot en met vrijdag van 10:00-12:00.

Bereikbaar per telefoon 06 12688639 en per email info@wensboomleusden.nl.

Repair café Leusden

reparatie van allerlei spullen. Elke 2^e vrijdag van de maand tussen 13:30 en 16:00 kunt u langskomen. Adres: Fort 33, Bavoortseweg 25, Leusden

Stimulans / Duwgroep

elke tweede donderdag van de maand; van 10:00-12:00; de Deel, Zaaier 60a, Leusden. Telefonisch Annelie: 033 4947692 of Joke: 06 40598917, email annelie345@gmail.com.

Bibliotheek Leusden

Cursus beter leren schrijven

In de cursus Beter leren schrijven ga je oefenen met het schrijven van een kaartje, een brief, het invullen van een formulier, het schrijven van een mail of een WhatsApp-bericht. De cursus start woensdag 5 februari en bestaat uit 10 lessen. Meedoen is gratis! Voor meer informatie zie <https://www.bibliotheekeemland.nl/Actueel/agenda/cursus-beter-leren-schrijven-Leusden.html>

Wekelijkse activiteiten; zie ook <https://bit.ly/leusden-agenda>

- **Energiespreekuur;** elke zaterdag (niet tijdens feestdagen of vakanties).
- **Digitaal hulpplein GILDE;** ; elke maandag van 10:00 tot 12:00 uur. Zie ook www.gildeleusden.nl
- **Spreekuur DigiTaalhuis;** elke dinsdag van 12:00 tot 13:00 uur.
- **Taalcafé;** elke dinsdag van 9:30 tot 12:00 uur.
- **Leesclub;** elke maandag van 10:00 tot 11:30 uur.
- **Computer- en internetcursus voor beginners;** elke woensdag van 10:00 tot 12:00 uur. Aanmelden aan de balie, telefonisch 033-4631914 of via www.bibliotheekeemland.nl.
- **Informatiepunt Digitale Overheid (IDO);** elke woensdag van 13:30 - 15:00 uur en elke vrijdag van 12:00 - 13:30.
- **Zadenbibliotheek;** Kosteloos zaden lenen en ruilen voor in de tuin of moestuin. Graag vooraf aanmelden via online registratieformulier <https://www.bibliotheekeemland.nl/formulieren/zadenbieb-aanmelden.html>
- **Huiskamer van Leusden;** is uw wegwijzer naar de vrijwilligersorganisaties in Leusden. Coördinatoren zijn op vier ochtenden in de week, de dinsdagochtend t/m vrijdagochtend van 10.00 tot 12.00 uur aanwezig in de bibliotheek op de Hamershof. Ok telefonisch bereikbaar op 06-50060890 of via e-mail: huiskamervanleusden@gmail.com . Kijk ook eens op onze website, www.huiskamervanleusden.nl , voor meer informatie

Lariks

Er is in gemeente Leusden elke dag van alles te doen. Anderen ontmoeten, ervaringen delen, u zelf ontwikkelen en leren, ontspannen. Er is voor elk wat wils. Van samen eten tot creatief bezig zijn. Van een inspirerende opvoed workshop tot een wandelclub. **Ontdek in onze overzichtelijke activiteitenkalender** het aanbod en doe mee!

Voor informatie of vragen bereikbaar via www.lariks-leusden.nl telefonisch via 033 303 44 44 (op werkdagen tussen 9.00 – 12.30 uur) of mail ons via info@lariks-leusden.nl

Ook kunt u zich abonneren op de digitale nieuws van Lariks: <https://www.lariks-leusden.nl/aanmelden-nieuwsbrief>

Mantelzorgcafé De Deelgenoten

In het Mantelzorgcafé ontmoet je elke maand deelgenoten. Oftewel mensen die ook zorgen voor partner, ouder, kind of buur. In het café kun je ervaringen en tips met elkaar delen.

Eerstvolgende bijeenkomst: 13 december 10:00-12:00 in De Deel, Zaaier 60A, Leusden.

Deelname is gratis. Er is koffie/thee. Contact: deelgenotenleusden@gmail.com, bel / whatsapp: 06 21 50 13 44.

SMS Inlooppreekuren. SMS (Sociaal Maatschappelijk Steunpunt) voor korte hulpvragen, bijvoorbeeld voor het invullen van formulieren, allerlei vragen over geld etc. Zie de website <http://www.lariks-leusden.nl/>

Leef3.nu

Leef3.nu is er voor alle inwoners in de regio Eemland om lang en prettig thuis te kunnen wonen. Hiervoor bieden zij diensten en activiteiten aan die kwalitatief, veilig en betrouwbaar zijn.

Zie voor meer informatie, de nieuwsbrieven en de agenda: <https://www.leef3.nu/>

Rouwgroep Leusden

Gespreksgroep voor nabestaanden van een overleden partner. Tijdens de gesprekken luisteren we naar elkaar en leren we over rouw en verlies. In de komende periode staan er nog 4 gesprekken gepland: 3 december, 7 januari, 4 februari en 4 maart. Locatie: de Deel, Zaaier 60A, Leusden. Tijdstip 14:00-16:00. Er zijn geen kosten aan verbonden.

Begeleiding: Erica Hoebe en Carola van den Heuvel. Aanmelden: info@bureauzin.nl of ericahoebe@PGleusden.nl

Colofon

Deze Nieuwsbrief ANBO-PCOB Leusden verschijnt voorsnog 4 maal per jaar. De sluitingsdatum voor de aanlevering van kopij voor de Nieuwsbrief van eind februari is **14 Februari**. Het emailadres is leusden@pcob50plus.nl

De 'slapende' afdeling ANBO-PCOB Leusden wordt vertegenwoordigd door:

- Waarnemend voorzitter tot en met 31 december 2024:
Jaap Ketel, Sluithek 6, 3831 PB Leusden. Tel. 033-4343500, jaap.ketel@nedland.nl
- Contactpersoon landelijke ANBO-PCOB en contactadres kopij:
Jarrett Scholsberg, Zuylenburg 31, 3834 BH Leusden. Tel. 033-4946186, leusden@pcob50plus.nl
- Coördinatie bezorging ANBO PCOB Magazine en Nieuwsbief ANBO PCOB Leusden:
Jacob van Mourik, Prelatenhove 10, 3834 XP Leusden. Tel: 06 49649665, vanmourikjacob8@gmail.com
- Ledenadministratie:
Diana Scholsberg, Zuylenburg 31, 3834 BH Leusden. Tel. 033-4946186, seniorenboost@gmail.com
- Redactie Nieuwsbrief en Webpagina:
Joop Bruggink, Reggewijk 28, 3831 MJ Leusden. Tel. 06 36364785, joop.bruggink@kpnmail.nl
- Activiteiten begeleider (zie pagina 2)
Vacature



UITNODIGING KERSTLUNCH ANBO-PCOB LEUSDEN; MAANDAG 16 DECEMBER 11:00 UUR

GASTSPREKERS - Kathleen Ferrier en Tjeerd de Boer

“Kerst vieren in verschillende culturen, Suriname, Hongkong, Chili, Brazilië”



Uitnodiging aan de leden van ANBO-PCOB Leusden en gasten om op maandag 16 december de jaarlijkse kerstlunch te vieren in Restaurant BuitenHuis, Hamersveldseweg 55, Leusden. Tel. 033 3030077.

Ontvangst 11.00 uur. Kerstmuziek

U wordt ontvangen met een glas prosecco (alcohol/alcoholvrij) Opening en Welkom: waarnemend voorzitter ANBO-PCOB Leusden, Jaap Ketel

Gastspreekers: Kathleen Ferrier en Tjeerd de Boer - Kerst vieren in verschillende culturen

Voorgerecht:

Pastinaaksoep met truffelroom en groene asperge.

Kerst Bijbellezing: door Iemeke Ketel; aansluitend kerstmuziek

Hoofdgerecht; keuze uit 3 gerechten:

Kalfslende met stampot van zoete aardappel en rucola, gele biet, bimi en saus zwarte knoflook **Of Gebakken schelvis met saffraan risotto, bimi, choggiabiet, en saus venkel **Of** Gebakken en gerookte knolselderij met hete bliksem, bimi, schorseneren, vegetarische jus.**

Dessert:

Speculaas cheesecake met honingroomijs, honingkletsop en crumble pure chocolade

Afsluiting en dankwoord

Wel Thuis! – wij wensen u gezegende kerstdagen en een voorspoedig 2025.

Opgave voor deelname: zie ommezijde



Prijs deelname leden ANBO-PCOB en niet leden ANBO-PCOB:

Leden - 3 gangen menu incl. welkomstdrankje, tafelwater € 35,- per persoon. **Niet-leden** - 3 gangen menu incl. welkomstdrankje, tafelwater € 45,- per persoon. Extra drankjes – koffie, thee, bier, wijn, voor eigen rekening.

HOE U AAN TE MELDEN?

- Onder vermelding van: naam, telefoonnummer en lidmaatschap ANBO-PCOB J/N.
- Bij Restaurant BuitenHuis: Tel no: 033 3030077.
- Of Email: info@restaurantbuitenhuis.nl
- Tevens daarbij keuze hoofdgerecht en dieetwensen vermelden.
- Na aanmelden uw betaling van € 35,- of € 45,- p.p. overmaken. Rekening no. **NL09 ABNA 0891 3190 42 t.n.v. Restaurant BuitenHuis.**
- Overige drankjes aan het eind van de uitgebreide lunch individueel afrekenen.

Sluitingsdatum - maandag 9 december.



Zuid-Amerikaanse kerststal - Peru