

# Nieuwsflits

23 oktober 2024



**Samen sterk**

Informatie van het bestuur van de ANBO-PCOB Leeuwarden aan de leden van ANBO-PCOB in de gemeente Leeuwarden

## Ledenbijeenkomst dinsdag 26 november 2024 14:30 uur | Palliatieve zorg

Het bestuur van ANBO-PCOB Leeuwarden nodigt u graag uit voor de ledenbijeenkomst. Kurioskerk, Julianalaan 38 te Leeuwarden. Iedereen is welkom.

### **Palliatieve zorg**

“De laatste levensfase heeft haar eigen bijzonderheden en dilemma’s. Gevoel van kwetsbaarheid; wat staat mij te wachten? Wat kan ik zelf doen? Wij vinden het daarom erg belangrijk om hieraan bij te dragen”. ANBO-PCOB Leeuwarden organiseert daarom in samenwerking met netwerken palliatieve zorg Noordwest Friesland een themamiddag over Palliatieve zorg.

### **Palliatieve zorg: Wat wilt u?**

In gesprek met de burger | Weet u wat u wilt? | Palliatieve zorg en de laatste levensfase.

Dat we op een gegeven moment overlijden weten we allemaal en het is onvermijdelijk. Op sommige dingen, zoals de zorg in de laatste levensfase, kunt u wél invloed hebben door er op tijd over na te denken en te praten met mensen in uw omgeving, zoals uw naasten en uw huisarts.

Het voeren van het gesprek, over de wensen en behoeften in de palliatieve fase, draagt bij aan de rust en voorkomt ongewenste zorg. Zo ontstaat ruimte voor kwaliteit van leven voor zowel de patiënt als de naasten. Toch wordt het goede gesprek nog lang niet altijd gevoerd.

Om goed in gesprek te kunnen gaan, hebt u informatie nodig. Tijdens de ledenbijeenkomst op 26 november geven medewerkers van Netwerken Palliatieve Zorg Noordwest Friesland een toelichting op het thema.

### **Adventsviering met Patrimonium bij ANBO-PCOB**

Het Leeuwarder Mannenkoor Patrimonium luistert op 17 december de jaarlijkse adventsviering op van ANBO-PCOB Leeuwarden. Het koor o.l.v. Joop de Jong. Solist en begeleiding op piano en orgel Annejaap Soldaat. Naast veel luisteren is er ook samenzang van bekende en minder bekende kerstliederen. Na afloop is er een collecte ter bestrijding van de kosten van deze viering. De viering is in de Kurioskerk, Julianalaan 38 op dinsdagmiddag 17 december 2024 en begint om 15.00 uur en eindigt ongeveer 16.45 uur.

### **Broodmaaltijd na de adventsviering in de Kurioskerk op dinsdag 17 december 2024**

Na de viering is er om 17.00 uur een gezamenlijke broodmaaltijd waarvoor deelnemers zich vóór 14 december moeten aanmelden bij Jeanet Dijkema-Reinder, m 06 2206 4075, [jeanet.dijkema-reinders@outlook.com](mailto:jeanet.dijkema-reinders@outlook.com). Kosten: € 19,- p.p., contant te betalen of via de PIN vóór de maaltijd. U bent van harte welkom. Neem gerust iemand mee.

### **Nieuwsbrief ANBO-PCOB Leeuwarden**

De eerstvolgende nieuwsbrief van ANBO-PCOB Leeuwarden verschijnt op 10 december 2024. Gelijktijdig met het magazine OuderenWijzer van december. ANBO-PCOB-leden ontvangen 8x per jaar het magazine OuderenWijzer op de mat.

### **Kom in contact met andere ANBO-PCOB-leden**

*Via ANBO-PCOB Leeuwarden voor lokale activiteiten.*

Vanuit het verenigingsbureau en de 220 afdelingen organiseren ANBO-PCOB diverse activiteiten. Variërend van informatieve bijeenkomsten over actuele onderwerpen en lezingen in bibliotheken over zingeving tot inspirerende en lokale bijeenkomsten zoals bijvoorbeeld een dagtocht naar een museum. Blijf op de hoogte door onze activiteitenkalender regelmatig te raadplegen en kijk op de website voor afdelingsnieuws.

*Via Trefpunt*

Op ons digitale ontmoetingsplatform Trefpunt kom je eenvoudig in contact met andere leden met dezelfde interesse of hobby. Stuur elkaar berichtjes en deel ervaringen of kennis. Of ga er samen op uit! Maar er is meer te beleven: praat mee over verschillende onderwerpen, maak wekelijks 4 nieuwe puzzels en doe met de maandelijkse fotowedstrijd.

*Via ANBO-PCOB Leeuwarden*

ANBO-PCOB Leeuwarden is één van de 220 afdelingen. Van heel veel (ex) ANBO-leden zijn de adressen bij ANBO-PCOB niet bekend. Dit heeft te maken met de privacywetgeving. Kennismaken met leden bij u in de buurt en ANBO-PCOB Leeuwarden? Meld dan jouw NAW-gegevens\*) via [anbo.pcob.leeuwarden@gmail.com](mailto:anbo.pcob.leeuwarden@gmail.com) Je wordt dan op de hoogte gehouden met de plaatselijke activiteiten via de nieuwsbrieven van ANBO-PCOB Leeuwarden.

\*) NAW-gegevens: Naam, Adres, Woonplaats en telefoonnummer, e-mailadres

## Samen sterk

Ouderen doen ertoe. Wij behartigen hun belangen. Dat doen we al sinds 1900. Collectief én persoonlijk met advies, ledenvoordeel en ontmoetingen. Samen worden we krachtig ouder.

In Leeuwarden zijn er ca. 300 leden (ex) ANBO leden en ca. 250 (ex) PCOB-leden en nu dus ANBO-PCOB leden. In de gemeente Leeuwarden zelfs 500 (ex) ANBO en 400 (ex) PCOB-leden. Met 900 ANBO-PCOB leden in de gemeente zijn we samen sterk.

## ANBO-PCOB Leeuwarden

Heb je tips of tops voor de ANBO-PCOB Leeuwarden geeft het door. Dat kan via de secretaris Karin Brouwer of via [anbo.pcob.leeuwarden@gmail.com](mailto:anbo.pcob.leeuwarden@gmail.com).

## Website ANBO-PCOB-Leeuwarden

Klik op [anbo-pcob.nl/afdelingen/leeuwarden](http://anbo-pcob.nl/afdelingen/leeuwarden).

Wanneer je vervolgens doorklikt naar de landelijke ANBO-PCOB ontdek je wat er zich op landelijk niveau afspeelt en je leest allerlei artikelen die voor jou interessant kunnen zijn.

## Facebookpagina

Je kunt ons ook volgen op Facebook bij Anbo-pcob Leeuwarden. Like onze facebookpagina.



Anbo-pcob Leeuwarden

## Het Nationaal Seniorenpanel

*Laat uw stem horen!*

Senior zijn is een waardevolle, veelkleurige levensfase waarin tijd is voor nieuwe ervaringen en ontmoetingen. Het Nationaal Seniorenpanel, een initiatief van ANBO-PCOB, is in het leven geroepen om de stem van de 60+er in Nederland hoorbaar te maken. Neemt u deel aan het Seniorenpanel, dan helpt u direct mee deze stem te laten horen. En dat is belangrijk!

Door uw mening te geven, maar ook uw kennis en ervaring te delen over thema's als wonen, welzijn, veiligheid en digitalisering, helpt u ons de belangen van alle 60+ers in ons land te behartigen en een gezicht te geven richting beleidsmakers. Zo zorgt u er mede voor dat we een samenleving maken waarin senioren volop meedoen en uw waardevolle inbreng gezien wordt.

Uw stem wordt gehoord door mee te doen aan het seniorenpanel. Er zijn al 8000 deelnemers u voorgegaan. Resultaten worden gepubliceerd op [anbo-pcob.nl](http://anbo-pcob.nl) In de media, radio, televisie en dagbladen zien de resultaten meestal als nieuwsfeiten.

Aanmelden via [nationaalseniorenpanel.nl/account/register](http://nationaalseniorenpanel.nl/account/register)

## Contactgegevens

**Gerrit Krol**

Voorzitter

[gerritkrol@kpnmail.nl](mailto:gerritkrol@kpnmail.nl)

**Karin Brouwer**

Secretaris

[karinetc@hotmail.com](mailto:karinetc@hotmail.com)

[anbo.pcob.leeuwarden@gmail.com](mailto:anbo.pcob.leeuwarden@gmail.com)

**Henk Halma**

Penningmeester/ Webmaster

[henk.halma@gmail.com](mailto:henk.halma@gmail.com)

**Jan de Vries**

Algemeen lid/ Ledenadministrateur

[jhdevrieswiarda@gmail.com](mailto:jhdevrieswiarda@gmail.com)

**Jeanet Dijkema – Reinders**

Algemeen lid/ Lief- en Leedcoördinatie

[jeanet.dijkema-reinders@outlook.com](mailto:jeanet.dijkema-reinders@outlook.com)

**Anne Sjoerd Bakker**

Algemeen lid/ Nieuwsbrief

[asbakker5@hotmail.com](mailto:asbakker5@hotmail.com)

**Website ANBO-PCOB Leeuwarden**

[anbo-pcob.nl/afdelingen/leeuwarden](http://anbo-pcob.nl/afdelingen/leeuwarden)

**Facebook**

Anbo-pcob Leeuwarden

**ANBO-PCOB**

[anbo-pcob.nl](http://anbo-pcob.nl)

