

Gezamenlijke nieuwsbrief van de ouderenbonden Sneek e.o.

Van de voorzitter.

Aan alle leden van de KBO-ANBO-PCOB afdeling Sneek e.o., Beste mensen,

Het is weer zover. De bijeenkomst in maart begint traditiegetrouw met een zo kort mogelijke ledenvergadering. Alles wat het bestuur het afgelopen jaar gedaan heeft, ligt ter inzage en we vragen u hoe u het hebt ervaren. Wat kan er beter en wat gaat er goed. We kijken vooruit naar wat de toekomst ons kan brengen. De landelijke veranderingen hebben hun sporen nagelaten en we zoeken naar wegen hoe we als ouderenbonden kunnen opkomen voor de belangen van senioren en op welke manier we elkaar kunnen ontmoeten.

Als voorzitter ben ik ontzettend dankbaar voor de inzet van alle bestuursleden en voor alles wat de activiteitencommissie telkens weer organiseert. Ook dit jaar nemen we afscheid van twee trouwe werkers: dhr. Henk Bücking, beter bekend als Pastor Bücking en dhr. Eeltje Fokkema, jarenlang de ledenadministrateur van de PCOB.. Fantastisch wat deze mensen voor de KBO-PCOB afdeling Sneek hebben gedaan. En wat fijn dat er nieuwe mensen zijn die hun taken overnemen.

Op een apart vel vindt u de agenda voor de ledenvergadering en het verslag van de jaarvergadering van 5 maart 2024. En voor de PCOB leden een oproep om uw contributie voor 2025 vóór 15 maart te betalen. De overige stukken liggen een half uur van te voren ter inzage op de tafels in de Schuttersheuvel. Kunt u niet komen en toch alle stukken willen inzien, geef dan even een seintje naar onze secretaresse.

Jammer dat er te weinig animo was om met de Museümbus naar het Friesch museum te gaan en dat de aangeboden activiteit door Lenie ten Have afgezegd moest worden. Gelukkig worden de meeste activiteiten goed bezocht. Op de laatste ledenmiddag van dit seizoen, op 1 april, vieren we ons lustrum als KBO-PCOB Sneek en we hopen dat we nog jaren van elkaars aanwezigheid mogen genieten. U moet zich hier wel voor opgeven i.v.m. traktaties e.d.

Terwijl ik deze woorden typ, is het buiten prachtig winterweer. De zon schijnt en er kan zelfs op enkele plekken geschaatst worden. We verlangen naar het voorjaar en zien met verwondering dat de sneeuwkllokjes, krokussen en narcissen hun bloemen laten zien. We kijken naar het nieuws en denken: als dat maar goed gaat.

We leven in een onzekere tijd, veel van wat vanzelfsprekend leek en een zekere rust gaf, lijkt voorbij. Ook ons persoonlijk leven kan van de ene op de andere dag totaal veranderen. We worden bij het klimmen van de jaren steeds vaker geconfronteerd met onze kwetsbaarheid. We hebben elkaar nodig. We kunnen niet zonder elkaar.

5 maart begint de veertigdagen tijd; de tijd van inkeer en bezinning, die ons meeneemt naar het feest van Pasen. Ik vond een troostrijk lied van Margriet Poortstra en wil dat graag met u delen.

*De wereld is in nevelen verborgen,
met witte sluiers wordt de grond bedekt,
als deze vrouwen in de vroege morgen
het graf betreden, stil en met respect*

*Hier, in de tuin, waar knoppen openbreken,
waar het naar lente en naar leven geurt,
is eens voorgoed de stille kracht gebleken
van wat met Gods wil steeds opnieuw gebeurt.*

*Als op de wind gaan sedertdien verhalen
van iemand die terugkwam uit de dood.
Het is verteld, gegroeid en uit gaan stralen,
omdat het troost in donk're tijden bood.*

Vrede en alle goeds van uw voorzitter Siena Clossen-Hoekzema

Activiteiten.

Voor de cursus **“Memoires schrijven met creatieve tintjes”** te verzorgen door de heer Ids Kuindersma op de middagen van dinsdag 11 maart, woensdag 19 maart en dinsdag 25 maart zijn nog enkele plaatsen beschikbaar. Van 14.00 tot 16.00 uur elke middag in “De Wettertoer” aan de Scherhemstraat 4. De kosten zijn € 15,00 p.p. Opgave bij Heleen Postma, tel. 0515-416370 of Lenie ten Have, tel. 06-36181342.

4 maart beginnen we met de ledenvergadering.

Daarna krijgen de dames van het **Sociaal collectief van de gemeente SWF** alle ruimte om te vertellen wat zij voor ons kunnen betekenen. En dat is heel wat. Mirjam Krop (ja dochter van....) neemt een medewerker mee en zij maken duidelijk wat De Welzijnsorganisatie in Súdwest-Fryslân , want daar staat Sociaal Collectief voor, voor ons kan betekenen. We hopen dat velen nieuwsgierig zijn naar alles waar we een beroep op kunnen doen.

1 April KBO-PCOB Sneek al 5 jaar samen onderweg en dat willen we vieren!

U bent van harte welkom in de Schuttersheuvel om dit feestje met ons mee te vieren.

We gaan er een leuke middag van maken. Wij hebben uitgenodigd:

Het “Koar Excentriek” uit Ryptsjerk. Zij bestaan bijna 20 jaar en zijn een gemengd- en theatraal koor. 1^{ste}: de kleding is excentriek. 2^{de}: we mogen meezingen. 3^{de}: ze hebben speciale acts.

Nieuwsgierig geworden? Geef u op **vóór** 27 maart bij Lenie ten Have, tel. 06-36181342 of Heleen Postma, tel. 0515-416370. Want vol is vol.

De kosten voor deze middag zijn € 5,00 p.p. Graag in een envelop en voorzien van uw naam.

Terugblikken.

Dinsdagmiddag 4 februari was er weer een bijeenkomst in De Schuttersheuvel met als spreker Mettelina Baarda-Kuiper uit Oppenhuizen. Zij is al 14 jaar rouwtherapeut met een eigen praktijk onder de naam **“Aandacht voor Verlies en Rouw”**. Ook houdt ze zich bezig met zelfmoordpreventie. Aan de hand van een powerpoint presentatie vertelt ze over rouw en verlies. Er zijn allerlei soorten verliessituaties:verlies van gezondheid, overlijden, scheiding, werk, enz. Het verlies van een dierbare, b.v. je partner, is heel zwaar. Rouw is een persoonlijk proces met ruimte door vallen en opstaan. Veerkracht sleept je erdoor.

Elk mens reageert anders op rouw: met angst, eenzaamheid, boosheid, slecht slapen en verdriet. Je bent op zoek naar een nieuwe balans in je leven. Neem daarvoor de tijd en ruimte. Een mooi voorbeeld waren de roeipanen in een roeiboot en het met twee benen op de grond staan! De beste troost die je als naaste kunt bieden is door aanwezig te zijn en alleen maar te luisteren.

Afsluitend las Mettelina een gedicht van Marinus van den Berg “Luisteren is al voldoende”.

Het was een heel fijne middag met tegen de 100 belangstellenden. Na afloop was er gelegenheid om kaarten, fotokaarten en teksten met troostrijke woorden te kopen.

Dinsdagmiddag 11 februari 's middags was er een Rondleiding in het Uitvaartcentrum en Crematorium aan de Harinxmalaan 1 hier in Sneek. Er waren zo'n 30 belangstellenden. Met een kop koffie of thee met versnapering werden we welkom geheten door dhr. De Boer. In drie groepjes mochten we alle ruimtes in het crematorium bekijken: de opbaar-kamers en huiskamer voor de familieleden; de grote aula, waar de dienst voor de overledene samen met familie, vrienden en andere betrokkenen plaats vindt; achter een deur in deze aula bevindt zich de regie kamer voor beeld en geluid allemaal schermen en apparatuur. Indrukwekkend. In de aula kun je de kist laten zakken en daarmee de plechtigheid besluiten, maar je mag ook mee naar de ruimte waar de kist in de oven gaat. We kregen ook inzicht in wat er met een crematie gebeurt en hoe de as uit de oven definitief in de urn opgeslagen wordt en na vier weken opgehaald kan worden. Er was een ruimte met het wagenpark en nog veel meer attributen. Er was een winkel met voorwerpen waar je de as van een dierbare in kunt bewaren: urnen, sieraden, stenen, etc. De rondleiding was open en leerzaam, alle vragen mochten gesteld worden en niets bleef onbeantwoord. Het was bijzonder om dit mee te maken.