

Van Smaak



PROEF NU
EENMALIG
GRATIS



Van Smaak bezorgt uw maaltijd aan huis

- ✓ 365 dagen per jaar uw eigen maaltijd samenstellen
- ✓ Van Hollandse pot tot de buitenlandse keuken
- ✓ Bezorging aan huis met vaste bezorgers

LEKKER
ETEN MET
VAN SMAAK

Bestel uw gratis proefmaaltijd eenvoudig
via www.vansmaak.nl/proefmaaltijd
of geef uw wensen door via
info@vansmaak.nl of 088 511 5400

Ontmoeting

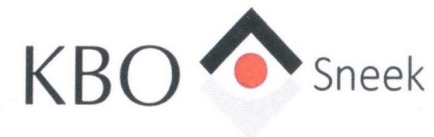
informatie

welzijn

BELANGENBEHARTIGING

wonen zingeving **ZORG**

PROGRAMMA & INFO **Seizoen 2024 - 2025**



Voor senioren van
vandaag en morgen

Wat als later nu al is?

(vraag op tijd naar de mogelijkheden)

De kans is aanwezig dat u op een dag hulp nodig heeft. Wacht niet tot het laatste moment maar wees voorbereid op de toekomst. Neem gerust contact met ons op.

Wij vertellen u graag wat de mogelijkheden zijn en waar u aan toe bent. Om de kou uit de lucht te halen maar ook om teleurstellingen te voorkomen als het 'later' is.

0515 - 43 88 60
thuiszorgslippens.nl



Voorwoord

Sneek, augustus 2024

Beste leden van de afdeling KBO-PCOB Sneek e.o.,

Wat heeft de activiteitencommissie een werk verzet om een uitdagend en ontspannend programma voor het nieuwe seizoen te maken. Het programmaboekje is deze keer samengesteld door Lies Evertse. Een hele klus, vooral als je het voor de eerste keer moet doen. Het resultaat mag er zijn. Alle dank voor jullie inzet. Ruim een jaar mag ik jullie voorzitter zijn en ik ben dit tot nu toe met veel plezier. Oude contacten worden versterkt en nieuwe contacten verrijken. Dit geldt zowel voor de contacten met de leden als de contacten met de provinciale afdelingen en de gemeente SWF. Er is een netwerk van mensen die zich inzetten voor belangenbehartiging van ouderen. Wij als bestuur doen ons best om u wegwijs te maken in allerlei regelingen die voor u van belang kunnen zijn. In dit nieuwe programmaboekje en de nieuwsbrieven zullen we ernaar verwijzen. Zonder dat we er invloed op hebben gehad, is ons logo op de voorpagina uitgebreid met ANBO. ANBO-PCOB komen begin september met een gezamenlijke website. KBO Fryslân gaat als zelfstandige provinciale eenheid door en KBO-PCOB Sneek e.o. als plaatselijke vereniging. Gaandeweg zullen we ontdekken of er in Sneek ook leden wonen die lid zijn van de landelijke ANBO en zich bij ons aan willen sluiten. Op onze ledenvergadering in maart hopen we meer duidelijkheid te hebben.

Graag wil ik besluiten met een kort gebed dat toegeschreven wordt aan Reinhold Niebuhr:

*God, geef me kalmte om te aanvaarden wat ik niet kan veranderen;
moed om te veranderen wat ik kan veranderen;
wijsheid om tussen deze twee onderscheid te maken.*

Ik wens u allen veel wijsheid toe en zie er naar uit om velen van u het komend seizoen te ontmoeten.

Met hartelijke groet, namens het bestuur KBO-PCOB afdeling Sneek.

Siena Crossen.

Bestuur

Voorzitter	Mw. S. Cnossen-Hoekzema Langaerderdyk 13 8629PT Scharnegoutum	0515-542981 sienacnossen@kpnplanet.nl
Secretaris	Mw. E. Evertse-van Doornspeek Westhemstraat 36 8608BG Sneek	06-14452977 sneek@pcob50plus.nl
Penning- meester PCOB	Dhr. G. Tamsma De Smak 11 8651CR IJlst	06-49139160 g.tamsma@gmail.com
Penning- meester KBO	Dhr. T. Leenstra Ooievaarslaan 26 8601XN Sneek	0515-421291 boekhaldburoleenstra@ planet.nl
Redactie	Mw. T. van der Werff Loëngasterlaan 232 8604ZW Sneek	0515-418503 tvdwerff@hetnet.nl
VOA	Mw. P. Silvius Sint Maartensdijk 31 8629RP Scharnegoutum	06-11249781 paula56plus@gmail.com
Lid	Dhr. H. Bücking Jollenstraat 11 8605AE Sneek	0515-424036 henkenmarianbucking@ hotmail.com

Er is minstens 1 lid van de activiteitencommissie aanwezig bij de bestuursvergadering.

Activiteitencommissie

Lid	Mw. L. ten Have-de Vries Scherhemstraat 1A 207 8608AE Sneek	06-36181342 beltenhave@hotmail.com
Lid	Mw. J. Kuipers-Niemarkt Slufter 13 8602DA Sneek	0515-413049 blommerijein@hotmail.com
Lid	Mw. H.H. Postma-de Boer Scholeksterlaan 64 8601XX Sneek	0515-416370 siebepostma@planet.nl
Lid	Mw. E. Evertse-van Doornspeek Westhemstraat 36 8608BG Sneek	06-14452977 sneek@pcob50plus.nl

De activiteitencommissie heeft de grote activiteiten voor 2024 – 2025 geregeld zoals u verderop in het boekje kunt lezen.

Verder zit de activiteitencommissie niet stil en worden er gedurende het seizoen kleinere activiteiten georganiseerd zoals bv. bloemschikken, een knutselmiddag, een lunch, een kortdurende cursus/workshop etc.

De reeds geplande kleine activiteiten staan al in het programmaboekje maar u wordt hierover sowieso in de nieuwsbrieven geïnformeerd. In de meeste gevallen moet u zich voor de kleinere activiteiten opgeven.

Locatieadressen van de activiteiten

Schuttersheuvel:	Harmen Sytstrastraat 8A	8602TM Sneek
Martinushuis:	Harinxmakade 12	8601AA Sneek
Martinuskerk:	Singel 62	8601AL Sneek
Martinikerk:	Oud Kerkhof 1	8601EE Sneek
De Stolp:	Smidsstraat 6	8601WB Sneek

Activiteiten

Wim Beekman

Dinsdag
1
oktober
14.30

Sinds november 2011 schrijft ds. Wim Beekman wekelijks een spirituele column in de zaterdaguitgave van de Leeuwarder Courant. Daarin vertelt hij over zijn belevenissen als dominee op het Friese platteland. Kleine verhalen over gewone mensen en hun dagelijkse dingen. Of over zijn eigen, alledaagse mijmeringen. Voor Wim

Beekman is het gewone bijzonder en het bijzondere eigenlijk heel gewoon.

Op 1 oktober leest Wim Beekman een aantal van zijn columns voor en vertelt hij wat er zoal bij het schrijven van een wekelijkse column kijken komt. Ook geeft hij een inkijkje in wat zijn gedachten achter zijn wekelijkse 'stukkies' zit.

Wim Beekman is bijna 30 jaar dorpsdominee geweest in de Friese Zuidwesthoek, was de laatste 5 jaar van zijn werkzaam leven classispredikant van de Protestantse Classis Friesland en is inmiddels met pensioen.

De bijeenkomst vindt plaats in **De Schuttersheugel**.

50 Tinten Groen

Dinsdag
5
November
14.30

In het kader van Leeuwarden Culturele Hoofdstad hebben we in 2018 een veld aangelegd met de 50 verschillende gewassen die ooit op Het Bildt verbouwd zijn.

Dit project moest een naam hebben en omdat elk gewas zijn eigen groene kleur heeft is 50 Tinten Groen bedacht.

Piet Hoekstra vertelt aan de hand van een diaprojectie het hoe en waarom van deze gewassen.

De bijeenkomst vindt plaats in **De Schuttersheugel**.

Adventsviering

Dinsdag
10
december
14.30

De adventsviering vindt dit jaar plaats in de **Martinuskerk** aan de **Singel**.

Medewerking aan deze viering wordt verleend door pastoor Peter van der Weide en Henk Bücking, The Singing Angels o.l.v. organist Wim Schuil en Yduna o.l.v. Mischa Teensma.

Nieuwjaarsbijeenkomst

Dinsdag
7
januari
14.30

De nieuwjaarsbijeenkomst in **De Stolp, Smidsstraat 6**, zal opgeluisterd worden door mw. Tiny Faber, schrijfster van gedichten, liedjes, sketches tot hele cabaret/revuevoorstellingen. Haar gedachtenspinsels, haar gedichten, gebaseerd op zowel persoonlijke gebeurtenissen als ook alledaagse dingen heeft ze vastgelegd in een boek met

de titel "Vriend van mijn gedachten".

De muzikale omlijsting wordt verzorgd door **De Snikkende Sniters**.

Verlies, rouw en troosten

Dinsdag
4
februari
14.30

Wat is rouw? Wanneer kom je rouw tegen op je pad?

En als een ander verdriet heeft, om wat voor reden dan ook, dan wil je troosten. Alleen: hoe doe je dat en wat helpt echt?

We duiken eerst in een stukje 'theorie' en na de pauze en het bakje 'troost' gaan we in groepen verder met dit onderwerp.

Mettelina Baarda – Kuiper is als rouwtherapeut actief in haar eigen praktijk **Aandacht voor Verlies en Rouw**. Hier begeleidt ze mensen bij verlies- en rouwsituaties in de breedste zin van het woord.

De bijeenkomst vindt plaats in **De Schuttersheugel**.

Vertegenwoordiging

De ANBO-PCOB en KBO afdelingen in Sneek zijn direct of indirect vertegenwoordigd in:

- Stichting Friese Ouderenbonden (SFO)
- Overleg met ABO-SWF (OSO)
- Seniorenplatform SWF

Contact

Secretariaat ANBO-PCOB en KBO

Mw. E.E. Evertse-van Doornspeek
Westhemstraat 36
8608BG Sneek
Telefoon 06-14452977

Redactie nieuwsbrief

Mw. T. van der Werff
Telefoon: 0515-418503

Clïëntondersteuning OCO (VOA)

Mw. Paula Silvius 06-11249781



Ledenservice:

ANBO 0348-46 66 66
PCOB 030-34 00 680

Bezoekadres:

Vijzelmolenlaan 20-22
3447 GX Woerden

Postadres:

Postbus 2012
3440 DA Woerden



Bij KBO Fryslân zijn 11 afdelingen aangesloten, ook KBO Sneek.
Zie website www.kbo-fryslan.nl

LID WORDEN

Om u lid te maken van ANBO-PCOB of KBO hebben wij de volgende gegevens van u nodig:

Naam en voorletters, adres, huisnummer (evt. toevoeging), geboortedatum, telefoonnummer en eventueel uw emailadres.

LEDENADMINISTRATIES

Voor ANBO-PCOB

De heer E.A. Fokkema, Fiem 21, 8603 DC Sneek
Telefoon 0515-423016, email: fokkema@gmail.com

Voor KBO

De heer G. Dikhoff, Stationsstraat 5, 8601 GB Sneek
Telefoon 0515-412937, email: ger@dikhoff.nl

Voor het aanmelden van nieuwe leden, verhuizingen en andere mutaties kunt u contact opnemen met de ledenadministraties.

CONTRIBUTIE 2025

De contributie voor een alleenstaande bedraagt € 30,--.

Als 2 partners op hetzelfde adres wonen bedraagt de contributie € 50,--.

Bij de contributie is inbegrepen het interessante magazine voor ANBO-PCOB leden dat 8 keer per jaar verschijnt. Voor de KBO leden verschijnt het magazine ONS 10 keer per jaar. Met deze magazines wordt ook de nieuwsbrief meegestuurd.

ANBO-PCOB Bankrekening
NL 87 RABO 0146 4654 82

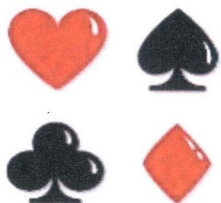
KBO Bankrekening
NL 43 ABNA 0540 2385 70

Kaarten

Het kaartseizoen loopt van half september tot mei.
De kaartochtenden worden gehouden op vrijdagochtend in het Roefke op het Eiland (Valkstraat 17). De aanvang is om 9.30 uur.

De kosten voor een ochtendje kaarten bedragen € 3,50 (inclusief 2 keer koffie met een koek).

De coördinator is de heer Reinsma (tel. 0515-420458).



Fietsen

Van mei tot september is er iedere eerste donderdag van de maand een fietstocht. Gestart wordt bij de Veemarkthal.

Er wordt tussen de 30 en 35 kilometer gefietst en de wind en het weer bepaalt waar de reis naartoe gaat. Vertrek om 13.30 uur. U hoeft zich hiervoor niet op te geven.



Onafhankelijke Cliëntondersteuners (OCO) voorheen Vrijwillige Ouderen Adviseur (VOA)

Maatschappelijke ondersteuning is tegenwoordig een verantwoordelijkheid van de gemeenten die is geregeld in de Wet Maatschappelijke Ondersteuning. De omschrijving van de WMO is breed. Het gaat om "meedoen" in de samenleving. Als u dat wilt en als dat om één of andere reden niet meer goed gaat, kunt u een aanvraag doen voor hulpmiddelen of ondersteuning. De Gemeente gaat dan een zogenaamd "keukentafelgesprek" met u aan. Dan wordt het probleem in kaart gebracht en gezocht naar oplossingen. Wat kunt u nog zelf, wat kunnen familie en vrienden voor u doen en wat moet er dan verder nog gebeuren waarmee de Gemeente u moet helpen? De uitkomst van het keukentafelgesprek is onzeker.

U hoeft dat gesprek niet alleen te doen. U kunt ondersteuning vragen van familieleden, vrienden of de onafhankelijke cliëntondersteuner van de Ouderenbonden. Als u een aanvraag overweegt of iemand zoekt die u goede tips kan geven dan kunt u contact opnemen met onze vrijwillige en onafhankelijke OCO.

Wat doet de OCO?

- luistert naar je;
- helpt je bij vragen over zorg, wonen, werk, en geld.
- denkt met je mee over wat je nodig hebt;
- weet hoe je zorg en hulp kunt regelen;
- gaat eventueel mee naar gesprekken met de gemeente en andere organisaties.

OCO (VOA)

Mevrouw Paula Silvius

U kunt iedere dinsdag van 13.00 uur tot 15.00 uur bellen.

06-11249781

Het WMO Loket van de Gemeente Súdwest-Fryslân bereikt u via

Emailadres: info@gemeenteswf.nl

of telefoonnummer **0515-489000**

Het is aan te raden om eerst een telefonische afspraak te maken met de gemeente.

Goed om te weten

In Sneek e.o. zijn gemeentelijke gebiedsteams actief die u kunnen helpen. Bij het aanvragen van bijdragenregeling minima, de regeling voor chronisch zieken en gehandicapten, de individuele inkomenstoelage, de regeling duurzame gebruiksgoederen voor 65-plussers, de langdurigheidstoelage en de collectieve aanvullende ziektekostenverzekering AV-Friso.

U kunt contact opnemen met de gebiedsteams via telefoonnummer 140515 (zonder netnummer en met optie 1 in het keuzemenu).

Het kan ook via www.sudwestfryslan.nl/gebiedsteam of bij de receptiebalies van de Gemeente Súdwest-Fryslân.

Voor mantelzorgers kunt u als verzorgde een mantelzorgpasje aanvragen bij de **Stipepunten**. Dat pasje kan de mantelzorger helpen bij het aanvragen van respijtzorg en andere hulp. Bovendien ontvangt hij of zij een bedrag mantelzorgwaardering.

De Stipepunten zijn onderdeel van Stichting Sociaal Collectief Súdwest-Fryslân. De deskundige vrijwilligers van de Stipepunten staan u graag te woord voor al uw vragen op het gebied van mantelzorg, papierhulp en vrijwilligerswerk. Zij ondersteunen en organiseren activiteiten voor mantelzorg.

Contactgegevens Stipepunt Sneek

Papierwinkel: tel. 06-50286430, mail: PapierSneek@stipepunt.nl

Inloop en bezoek op afspraak:

Maandag 13.00 – 16.00 uur,
woensdag 9.30 – 12.30 uur.

Mantelzorg: tel. 06-11301555, mail: MantelzorgSneek@stipepunt.nl

Inloop en bezoek op afspraak:

Maandag 13.00 – 16.00 uur,
woensdag 9.30 – 12.30 uur.

Let op: Stipepunt Sneek is verhuisd naar:
Smidsstraat 5b in Sneek, tegenover De Stolp.

Ook kerken bieden diaconale hulp.



Bezorgers

Dhr. Y. Blijstra	Dr. Kuijperlaan 11	417626
Dhr. T. de Boer	Graaf Adolfstraat 25-6	531291
Mw. T. Smit-Schaaf	De Strikel 37	418459
Dhr. A.K. Looijenga	De Hoofden 66	415550
Dhr. G. Luimstra	Potterzijlstraat 83	422084
Mw. N. Galama	Muontsestrjitte 11 Ijsbrechtum	415136
Dhr. J.W.E. Visser	Emmastraat 38	423601
Dhr. M. Weidenaar	Q. de Blaustaat 33-502	412981
Mw. U. van Netten	Scherwolderhemstraat 74	415901
Dhr. G. Ykema	Kemphaan 13	417582
Dhr. E. Klijnsma	Pampuskade 17-202	417691
Mw. F. Sijbranda	Kruiswater 10	417978
Dhr. J.H. de Boer	Malta 73	425847
Dhr. D. Broersma	Zwettewei 62 Scharnegoutum	416109
Mw. D. de Groot	De Opper 12	415006
Mw. Wiebenga	Eegracht 105 IJlst	531529
Mw. W. v.d. Velde	Ylostinslaan 37 IJlst	531279
Mw. H. Teppema	Noardein 66 Oppenhuizen	559502
Mw. A. Hoekstra	Croleskwartier 69 IJlst	533250
Dhr. E. v.d. Ploeg	Pampuskade 18-102	417924
Mw. G. Hoekstra	Koeriersterwei 10	414039
Dhr. H. Tjalsma	Dames Masselinkstrjitte 1	425877

Sorteren en verspreiden wordt voorlopig verzorgd door dhr. Y. Hofstee, Hemdijk 103, 8601JV Sneek, tel. 0515-521873.



Bezorgers

M. Altena	Bottinge 46	419739
I. Boekema	De Hekken 13	420016
M.A. Bons	Fr. Hendrikstraat 46	0619898756
M. Boonstra	Zeilstraat 50	416407
E. Dooper	Fiem 61	417728
N. Galama	Muontsestrjitte 11	415136
	Ijsbrechtum	
E. Groeneveld	Hoofden 1-001	0612563398
L. ten Have	Scherhemstraat 1A-207	414414
J. v.d. Heide	Boegspriet 2	0638894940
S.S. van Hettema	Groenedijk 25	414919
T. Leenstra	Ooievaarslaan 26	421291
H. Reinsma	Flitsstraat 58	420458
S. Silvius	Malta 47	415195
L. Slippens	Rietschar 30	430685
L. Tekstra	Molefinne 28 Heech	443287
C.G. Visser	Leeuwarderweg 37	417647
L. de Vries	Looxmagracht 24	413092
R. Wierdsma	De Wiekslag 3-202	414161

De verspreiding wordt verzorgd door dhr. G.E. van Dijk,
Zeskanter 90, 8608XA Sneek, tel. 0515-421093

Dit programma is samengesteld door de gezamenlijke activiteitencommissie van
ANBO-PCOB en KBO afdeling Sneek e.o.



Joke Kuipers, Lenie ten Have



Heleen Postma, Lies Evertse

Vertrouwd afscheid nemen


J. A. de Boer & Zn.
UITVAART
1921 • 2021

Harinxmalaan 1 • 8602 CN Sneek
Telefoon (0515) 416 114
E-mail info@deboeruitvaart.nl

deboeruitvaart.nl