KBO Heerenveen Gezamenlijk actief | ANBO PCOB
Secretariaat: kbo.pcob.heerenveen@gmail.com
Tel: (ma-vr. 11.00-17.00) 0513-785122
Leden KBO: rikus@bouma-ensing.nl
Leden ANBO PCOB: kbo.pcob.heerenveen@gmail.com

Nieuwsbrief 6 Herfst 2026

Luisteren is het eerste wat je zegt

In zijn boek *'Een levensregel voor beginners'* bespreekt filosoof Wil Derkse de drie geloftes die Benedictijnse monniken afleggen. Eén van die geloftes is de *obedientia.* Dit Latijnse woord wordt doorgaans vertaald met *gehoor*zaamheid. Maar bij Benedictus betekent het eerder *luister*vaardigheid. Zoals onze liefde voor God begint met luisteren naar Zijn woord.
Zo zal de liefde voor onze medemens ook beginnen met goed naar hem of haar te luisteren.
Binnen de kerk wordt dat luisteren naar en dat omzien naar elkaar pastoraat genoemd.
Zoals een herder *(pastor betekent letterlijk herder)* omziet naar zijn schapen, zo ook wij.
Er gebeurt vaak meer in een gesprek door goed naar elkaar te luisteren dan dat je hem of haar de oren van het hoofd kletst. We hebben niet voor niets twee oren en één mond.
Carl Rogers was een psycholoog die naam maakte met een methode in de hulpverlening die ogenschijnlijk uit niet meer bestond dan dat, goed naar de ander luisteren. Zou een mens daar werkelijk mee geholpen worden? Probeer het maar, zou ik willen zeggen.
Het zal ook onze ontmoetingen zeker ten goede komen.

Met een hartelijke groet,
Bouke van Brug, voorzitter

Senior Café Heerenveen
Iedere woensdagmorgen van 10.00 tot 12.00 uur kunnen 55-plussers in het Senior Café van de Heerenveense bibliotheek terecht voor een kop koffie of thee, een praatje en om een krant of tijdschrift te lezen. Bovendien wordt elke eerste woensdag van de maand, behalve in juli en augustus, speciaal voor deze leeftijdsgroep een activiteit georganiseerd.
De ochtenden beginnen om 10.15 uur en de toegangsprijs is twee euro, inclusief koffie of thee.
Woensdag 4 november: geniet van de zeemansliederen van De Swallows
Woensdag 2 december: Schaatsverhalen en Elfstedentochten met Age Veldboom

Op zaterdag 12 september 2026 overleed Albertje van der Molen - de Boer. Zij woonde in Heerenveen.
Albertje is 90 jaar geworden.
Het kan voorkomen dat uw dierbare hier niet genoemd is. De reden is dan dat dit niet op het secretariaat, waar deze nieuwsbrief wordt gemaakt, is doorgegeven.
Mogen onze overledenen rusten in vrede.
Wij wensen alle nabestaanden veel kracht toe dit verlies te dragen.

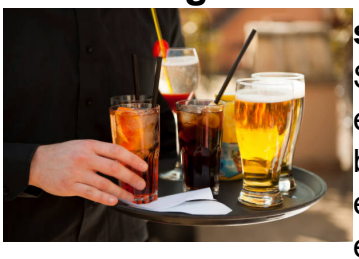
Onze komende activiteiten:

Donderdag 29 oktober 2026: de heer Jaap Kiers met 'verborgen verhalen'. Een middag met veel plezier en een vleugje weemoed en bezinning. Twee gepensioneerden heren nemen u mee in een voorstelling met boeiende verhalen met Engelstalige liedjes die allemaal in het Nederlands zijn vertaald. 14.00 uur in het Skûtsje. Entree is gratis. Koffie en thee: 4,00 totaal.

Vrijdag 13 november 2026: lezing over **palliatieve zorg** (palliatieve zorg is de medische, psychische, sociale en spirituele begeleiding van mensen die niet meer kunnen genezen) en een lezing over uitvaartverzorging door mevrouw Natasja Lenis. Neemt u ook gerust iemand uit uw familie mee. Buren, kenissen of vrienden zijn ook van harte welkom. 14.00 Uur in de Sionskerk. *Koffie en thee zelf betalen aan de bar.*
Entree is voor iedereen gratis.



Donderdag 26 en vrijdag 27 november 2026:



stamppotten middagen in het Skûtsje (16.00 uur). We beginnen met koffie en thee, dan een borrel en dan zuurkool, boerenkool of hutspot met een gehaktbal of een stuk worst. Uiteraard is er daarna nog een 'toetje'. De kosten hiervoor zijn € 18,50.



Aanmelden, bel of mail Els: *(06) 26 60 84 33*
elsvangog@outlook.com Betaling aub naar: NL57RABO 0330 7241 18 t.n.v. KBO afd. Heerenveen o.v.v. stamppotmiddag.



vrijdag 18 december 2026:
gezamenlijke kerstviering

in de Sionskerk met aansluitend een maaltijd.
Aanvang: 15.00 uur.
De kosten hiervoor zijn € 18,50.
Aanmelden, bel of mail Els: *(06) 26 60 84 33*
elsvangog@outlook.com Betaling aub naar: NL57RABO 0330 7241 18 t.n.v. KBO afd. Heerenveen o.v.v. kerstviering.

Heeft u vervoer nodig naar een activiteit, belt u dan tijdig met Els van Gog en het wordt geregeld.* Els: *(06) 26 60 84 33

Huishoudelijke hulp
Ervaart u problemen met uw huishoudelijke hulp die u ontvangt van Suver Thús of van Kwadrant?
Krijgt u regelmatig geen hulp of geen goede hulp? Of wil uw hulp bepaalde dingen niet doen?
Schroom niet om dit aan ons te melden.
Wij horen graag van u en nemen dit mee in ons gesprek met de gemeente/WMO.



Laten we gezond blijven eten, bewegen waar kan en omzien naar elkaar.

bestuur KBO – ANBO PCOB Heerenveen