

# Seniorennieuws

van de ouderenorganisaties in Alphen aan den Rijn



ALGEMENE SENIORENVERENIGING  
ALPHEN AAN DEN RIJN



6e jaargang  
december 2020/januari 2021 nr. **9**

Kerstspecial met onder meer:

De kerstcantate

Een kerstpuzzel

Een witte kerst

'Stille nacht, heilige nacht'

Van, voor en door vijftigplussers!

# Bent u toe aan een nieuw kunstgebit?

Is uw kunstgebit aan vervanging toe, of wilt u deze laten controleren?

Maak dan een afspraak voor een gratis adviesgesprek. Is uw kunstgebit ouder dan 5 jaar? Dan wordt 75% van uw nieuwe kunstgebit vergoed uit uw basisverzekering.

U kunt bij tandprothetische praktijk Boers terecht voor:

- kunstgebitten
- implantologie
- klikgebitten op implantaten
- frames en plaatjes
- reparaties (één dag service)
- gratis en vrijblijvend advies

## Tandprothetische Praktijk Boers

*De specialist voor uw kunstgebit!*

• kunstgebitten • klikgebitten • reparaties • frames • plaatjes •

President Kennedylaan 34 • 2403 DP Alphen aan den Rijn • 0172 41 99 10  
Prinses Irenelaan 90 • 2404 BJ Alphen aan den Rijn • 0172 49 41 43  
E-mail: [info@tpbboers.nl](mailto:info@tpbboers.nl) • Internet: [www.tpbboers.nl](http://www.tpbboers.nl)



Organisatie van  
Nederlandse  
Tandprothetici



KwaliteitsRegister  
TandProthetici

## Mensink Ferguson

UITVAARTZORG



Alles wat in de dagen na het overlijden is besproken, voorbereid en geregeld, komt bij elkaar op de dag van de uitvaart. Dan wordt daadwerkelijk afscheid genomen van de overledene. Met woorden en muziek, symbolen en rituelen. Met bloemen en beelden. Met eten en drinken.

Met zorg en aandacht begeleiden wij u gedurende deze periode, omdat wij vinden dat u met een goed gevoel op het afscheid moet kunnen terugkijken. Wij brengen rust, zodat u de ruimte krijgt om de juiste beslissingen te nemen.

***"Julie persoonlijke uitstraling geeft troost aan nabestaanden."***

Braamhorst 52  
2402 PV ALPHEN AAN DEN RIJN  
Telefoon: 0172 - 74 25 14  
Mobiel: 06 - 10 042 162  
[info@mensink-fergusonuitvaartzorg.nl](mailto:info@mensink-fergusonuitvaartzorg.nl)  
[www.mensink-fergusonuitvaartzorg.nl](http://www.mensink-fergusonuitvaartzorg.nl)

Wilt u een overlijden melden?  
U kunt ons 24 uur per dag bereiken.

**(0172) 74 25 14**



## Seniorennieuws is een uitgave van de drie Alphense ouderenorganisaties en verschijnt tien keer per jaar.

### Algemeen redacteur:

Wim van der Tang, Kees Mustersstraat 21, 2406 LK Alphen aan den Rijn.

e-mail: [seniorennieuwsalphen@gmail.com](mailto:seniorennieuwsalphen@gmail.com)

Als u iets te melden hebt dat ook voor andere lezers leuk of interessant is, schrijf of mail aan de redactie, want Seniorennieuws is van, voor en door ons allen.

Inleveren van kopij voor het **februarinummer 2021** uiterlijk **13 januari** bij de redactie van Seniorennieuws.

Graag als Word-bestand via e-mail. Het februari nummer verschijnt in **week 5**.

De redactie behoudt zich het recht voor om de kopij in te korten of aan te passen.

De ouderenorganisaties uit Alphen aan den Rijn werken samen in de stichting **Overleg Samenwerkende Ouderenorganisaties (OSO)**. Secretariaat: OSO, Amalia van Solmsstraat 9, 2404 GN Alphen aan den Rijn, e-mail: [ouderenbelangen@hetnet.nl](mailto:ouderenbelangen@hetnet.nl)  
Voor verdere informatie kunt u ook terecht op de website: [www.oso-alphen.nl](http://www.oso-alphen.nl)



## Algemeen katern

## Wij wensen iedereen het allerbeste in het komende jaar!

Mede dankzij de mensen achter de vaste rubrieken zijn we er ook in dit coronajaar weer in geslaagd om voor u negen nummers van Seniorennieuws in elkaar te zetten. Wij wensen onze lezers, correspondenten, adverteerders, drukker en bezorgers gezellige Kerstdagen, een rustige jaarwisseling en een gezond 2021.

*De redactie*



BRILLEN & CONTACTLENZEN

PONSIOEN OPTIEK

Ponsioen Optiek voor uw nieuwe bril | zonnebril  
kinderbril | glazen | contactlenzen | make-up | oogmeting  
oogdrukmeting | onderhoud | multifocaalspecialist!

Bij aankoop van een complete bril ontvangt u 10%  
welkomstkorting op het montuur en een reinigingspray  
cadeau die u levenslang gratis kunt navullen.

Knip deze bon uit en maak gebruik van deze korting!

Julianastraat 28 | Alphen a/d Rijn | 0172-474770 | [www.ponsioenoptiek.nl](http://www.ponsioenoptiek.nl)

## Column

### President

Ik durf het bijna niet te zeggen, maar speel toch open kaart: als kind wilde ik president van Amerika worden. Ik wilde de wereld verbeteren. Ik vermoed dat het begrip oorlog net tot me was doorgedrongen. Daar moest wat aan te doen zijn. De mensen dienden dan wel naar me te luisteren. Aangezien de wereld niet één baas heeft, moest ik maar baas worden van wat ik dacht dat het grootste land was: Amerika. Ook die vlieger ging niet op, want ik kwam er niet vandaan. Nog gaf ik het niet op: ik zou een boek schrijven dat alle problemen uit de wereld hielp. Vervolgens bedacht ik dat dit ook niet werkte: er waren al zoveel boeken.

Wat ik wil zeggen is dat ik al op de basisschool leerde wat mijn plaats was. Je hebt mensen die daar langer over doen. Je hebt mensen die het nooit leren.

Ik heb natuurlijk die pipo in gedachten die in mijn plaats president van Amerika is geworden, niet om de wereld vriendelijker te maken, maar om zijn eigen hachje te redden. Op het moment dat ik dit schrijf, heeft hij nog niet toegegeven dat hij ditmaal verloren heeft. Het schijnt best een dingetje te zijn in zijn familiekring.

Zo kom ik op een ander aspect van de samenleving: fatsoen. In de boekenkast van mijn ouderlijk huis stond 'Hoe hoort het eigenlijk?', het standaardwerk van *Amy Groskamp-ten Have*. In mijn tienertijd heb ik dat gespeld. Ik wist exact hoe de tafel gedekt moest worden en dat een man vóór een vrouw de trap op moet gaan, omdat hij anders onder haar rok kan kijken.

Op sommige fronten is dit boek natuurlijk achterhaald, maar de gedachte erachter is dat niet. Het gaat erom hoe je zo plezierig mogelijk samenleeft zonder een ander in verlegenheid te brengen of pijn te doen. Het gaat kortom om vriendelijkheid en meeleven met andere mensen.

Ik wens u een heel vriendelijk 2021.

*Janny Eskes*

## OSO-commissie Wonen

### Wonen in een Knarrenhof?

Een 'Knarrenhof': samen met een aantal gelijkgestemde senioren wonen in een gezellig, kleinschalig complex van zelfstandige, levensloopbestendige woningen met een gemeenschappelijke tuin en/of een multifunctionele ruimte. De term 'Knarrenhof' is geïnspireerd op Koot & Bie. Hij staat voor zelfspot van de huidige 'oudere jongere' én voor het heft in eigen hand nemen. Je zou het ook 'Hofjeswonen' kunnen noemen, vergelijkbaar met de hofjes die vroeger werden gebouwd om alleenstaande ouderen een geschikte, betaalbare en veilige woonomgeving te bieden.

Zelfstandig wonen, maar óók bepaalde voorzieningen met elkaar delen. Met volledig behoud van privacy, maar elkaar waar nodig de helpende hand reiken. En daarmee het welzijn van elkaar bevorderen waardoor de vraag naar zorg zo lang mogelijk wordt uitgesteld.

Tijdens de begrotingsbehandeling op 31 oktober 2019 diende *Henk Goes* (PvdA) een motie in over de mogelijke realisatie van een Knarrenhof in Alphen aan den Rijn. In de motie, gesteund door vrijwel de hele raad, werd het College opgedragen om, samen met Woonforte en Habeko en andere stakeholders, in het eerste kwartaal van 2020 een informatiebijeenkomst te organiseren om kennis uit te wisselen en eventuele belangstelling onder Alphenaren te peilen naar een Knarrenhof.

Inmiddels zijn we een heel jaar verder. Uiteraard heeft OSO-Wonen er begrip voor dat de coronacrisis ook bij de uitvoering van dit traject roet in het eten heeft gegooid. Tóch heeft OSO-Wonen erop aangedrongen dat de gemeente op korte termijn nagaat hoe, met inachtneming van de coronaregels, een onderzoek onder Alphenense senioren gehouden kan worden om de behoefte aan wonen in een gemeenschappelijk, kleinschalig wooncomplex te peilen.

Naast enkele al gerealiseerde Knarrenhoven worden in Nederland op verschillende plaatsen plannen gemaakt voor een dergelijke bijzondere woonvorm voor senioren en in Gouda wordt waarschijnlijk nog dit jaar gestart met de bouw van een Knarrenhof!



# Cryptokruis

Van dit kruiswoordraadsel zijn de vier buitenste woorden cryptisch omschreven. U kunt deze vier woorden **vóór 11 januari 2021** als oplossing insturen naar Martin Meijer, Noordeinde 32a, 2445 XE Aarlanderveen of naar mcjmeijer@casema.nl. Vergeet niet uw naam **en adres** te vermelden. Onder de goede inzenders worden drie cadeaubonnen verloot.

		1	2	3	4	5		6	7	8	9			
	10							11					12	
			13					14		15			16	17
18		19		20		21		22				23		
24			25		26						27			
28				29		30				31				
32			33		34					35				36
		37								38				
39	40		41				42		43				44	
45		46				47		48		49		50		
51					52				53		54			
55				56						57		58		
59			60						61		62			
	63					64		65				66		
			67											MM

## Horizontaal:

**1 Hier bewaart Sinterklaas een deel van zijn cadeautjes (10);** 10 Stroom; 11 Vestiging; 13 Amsterdamse beursindex; 15 Steen; 16 Reeds; 18 Streling met de tong; 20 In orde brengen; 23 Titel; 24 Gast aan tafel; 26 Sleutel; 27 Vriend; 28 Plant; 30 Snijwerktuig; 31 Echopeiling; 32 Gewicht; 33 Onwrikbaar; 35 Achternaam; 36 Overdreven; 37 Uit nalatenschap verkrijgen; 38 Lichte houtsoort; 39 Oude lengtemaat; 41 Mager; 43 Europeaan; 44 Bevel; 45 Doorgaans; 47 Krachteloos; 49 Bijna; 51 Vierkante zuil; 52 Rivier in Duitsland; 54 Surinaams gerecht; 55 Turkse titel; 56 Koffiebitter; 58 Chinees gerecht; 59 Motorrac; 60 Schapenhaar; 61 Zeezoogdier; 63 Onderzoek naar kennis of vaardigheden; 65 Ambtsgewaad; 67 **Doen Noord-Europese vrouwen hun boodschappen in (10).**

## Verticaal:

1 Chinese maat; 2 Eerste vrouw; 3 Groei; 4 Nederlands eiland; 5 Bijwoord; 6 Kunstmatige inseminatie; 7 Wijnmaat; 8 Wapen; 9 Ontvettingsmiddel; 10 Paardrijder; 12 Eenheid van goudgehalte; 14 Wollen stof; 17 **Kennis van de wintersport (10);** 18 **Eendimensionale vriend (10);** 19 Paardje; 21 Lijm; 22 Ondericht; 23 Judograad; 25 Herhaling; 27 Staal; 29 Wasgelegenheid; 31 Ontvangkamer; 34 Klap; 35 Vangwerktuig; 40 Afmeting; 42 Bosplant; 44 Gek; 46 Baskische afscheidingsbeweging; 47 Voormalige politieke partij; 48 Maand; 50 Masker; 52 Geneeskrachtige stof uit de wortelknollen van sommige orchideeënsoorten; 53 Geweldig; 56 Diepe bewusteloosheid; 57 Later; 60 Oever; 62 Liter; 64 Niet parkeren; 65 Voorvoegsel; 66 Ten bedrage van.

## Oplossing uit nr. 08:

VOORSTEVEN – SNELBINDER – WINDSTREEK – WIEGENDRUK

1e prijs: H. Oskamp;

2e prijs: J. Zeilstra;

3e prijs: W. Schoffelmeer.

## Rijbewijskeuringen - verplicht vanaf 75 jaar

Welke stappen zet u bij een rijbewijskeuring. Eerst haalt u bij de gemeente de benodigde papieren Gezondheidsverklaring op. Voor deze verklaring betaalt u € 37,80. Deze vult u vervolgens in en stuurt ze op naar het CBR. Aangeraden wordt dit formulier aangetekend te versturen omdat er nog al eens formulieren zoek raken bij het CBR. **Als u 75 jaar bent geworden, zorg dan minstens vier maanden voor het aflopen van de geldigheid van uw huidige rijbewijs dat u de zaken rond de Gezondheidsverklaring regelt, gezien de wachttijden bij het CBR.**



Na verloop van tijd ontvangt u het formulier van het CBR retour. Er bestaat ook een mogelijkheid om de Gezondheidsverklaring online in te vullen. Voor informatie daarover kunt u terecht op de website van het CBR [www.cbr.nl](http://www.cbr.nl). Als dit formulier in uw bezit is, kun u uitsluitend telefonisch een afspraak maken met Stichting Media Partners Nederland via (071) 572 84 34. U kunt op werkdagen bellen van 8.30 uur tot 17.00 uur. Keuringen vinden plaats in de Bron, Troubadourweg 2, Alphen aan den Rijn op woensdag van 9.00 tot 12.30 uur.

Op de dag van de keuring neemt u mee: de keuringsformulieren van het CBR, een door de apotheek verstrekt recent (niet ouder dan 14 dagen) medicijnenformulier, urine in een urinecontainer, deze is te verkrijgen bij uw apotheek of huisarts en verder de bril die u draagt bij het autorijden en uw rijbewijs. Voor de keuring betaalt u op vertoon van uw ledenpas € 22,50 voor een rijbewijs BE en € 40,00 voor een groot rijbewijs. Niet leden betalen € 30,00 en € 45,00. Er kan uitsluitend gepind worden en niet meer contant worden betaald.

Hebt u vragen over het invullen van de Gezondheidsverklaring, dan kunt u contact opnemen met een VOA. Tegenwoordig mag men ook gekeurd worden door een huisarts. Bij deze keuring kunt u geen aanspraak maken op een korting.

## Kerstspecial

In dit nummer van Seniorennieuws wil de redactie wat meer aandacht schenken aan de kerstgedachte met enkele kerstverhalen en een kerstpuzzel. Wij hopen u daarmee een klein beetje op te vrolijken in deze barre coronatijden.

### De kerstcantate

'Bent u met kerstmis hier, als ik vragen mag?' vroeg de abbé. Het was de dorpspastoor een eer en een genoegen dat de beroemde musicus in zijn dorp een huis had gekocht om er tot rust te komen van het jachtige leven in de concertzalen van Parijs. 'Blijft u met kerstmis hier?' Ja, de beroemde musicus was van plan de kerstdagen in het dorp door te brengen. 'Mag ik u dan uitnodigen voor onze kerstcantate? Ja, dat klinkt natuurlijk heel duur, kerstcantate, wij zijn natuurlijk maar amateurs, ons koor is niet meer dan een gewoon boerenkoortje, dat begrijpt u wel. En het orgel is al even gammel als de organist. Zelf ben ik ook geen echte dirigent, maar goed, we doen ons best, en ik stel er prijs op uw vakkundig oordeel te mogen vernemen.'

Het werd kerstmis, de grote musicus kwam, de abbé was nog zenuwachtiger dan anders, de organist en het koor deden hun uiterste best en iedereen was het erover eens dat de cantate dit jaar nog schoner klonk dan vorig jaar. Na afloop nodigde de abbé zijn hoge gast uit op de pastorie, hij had zijn mooiste fles wijn uit de kelder gehaald. 'En?' vroeg hij gespannen, nadat hij de glazen had ingeschonken. 'Heel goed,' zei de man uit Parijs. 'Werkelijk heel goed. Ik bedoel de wijn. 'En de cantate?' 'Niet goed,' zei de man uit Parijs. 'U doet uw werk zonder twijfel met toewijding, maar als ik eerlijk ben: de toon is niet zuiver, de stemmen zitten niet goed onder elkaar, de tekst is onverstaaanbaar, de inzetten zijn aarzelend, het forte is te hard, het pianissimo te zacht, de tempi zijn niet constant. Het spijt mij dat ik u dit zeggen moet, maar u vroeg mij ernaar.' Bedroefd sloeg de abbé zijn ogen neer en tuurde in zijn glas. 'Het is goed dat u het mij eerlijk zegt, monsieur. Ik ben ook geen vakman, ik ben maar een gewone dorpspastoor. Ik kan noten lezen en een beetje de maat slaan, maar dat is dan ook alles. Ik ben wel blij dat u zei dat wij ons werk met toewijding doen. Dat hoorde u er dus wel in?' 'Jazeker,' zei de musicus uit Parijs, 'met toewijding. Alleen vals. Maar laat ik ophouden met mijn kritiek, liever doe ik u een voorstel. Ik heb zojuist van mijn dokter gehoord dat ik het het komende jaar kalm aan moet doen, zodat ik voor langere tijd in deze contreien zal vertoeven. Kan ik u misschien van dienst zijn door volgend jaar kerstmis de directie van uw koor over te nemen?'

En zo geschiedde. De grote musicus ving reeds in september met de repetities aan, de slechtste stemmen gooidde hij eruit, een kennis uit Parijs lapte het orgel op en bracht de organist van het dorp de eerste beginselen van behoorlijk orgelspelen bij, en de verwachtingen waren dan ook hooggespannen toen het weer kerstmis werd. De abbé zat wat onwennig in de kerk, tussen zijn parochianen in, vijftien jaar lang had hij voor zijn geliefd koor achter die lessenaar gestaan, nu stond de grote musicus daar.

Met een gebaar dat de routinier verried hief de dirigent uit Parijs zijn slanke handen, het koor zette als één man in, en zuiverder dan ooit klonk de muziek door de gewelven. Zo had de kerstcantate nog nooit geklonken. Toch was er iets, maar de abbé wist niet wat. 'En?' vroeg de musicus. Net als een jaar geleden waren zij voor een goed glas wijn neergestreken op de pastorie. 'En?' 'Heel mooi, monsieur, heel mooi. Ik weet niet hoe u te danken. Woonde u maar altijd in ons dorp, dan kon u jaarlijks de kerstcantate dirigeren!'

Die nacht kon de abbé de slaap niet vatten en de abbé wist niet waarom. Hij zei nogmaals zijn avondgebed, maar het hielp niet. Hij lag maar in het donker voor zich uit te staren, totdat plotseling aan zijn voeteneind een zacht schijnsel zichtbaar werd. De abbé schrok, daar stond een engel. De abbé vreesde met grote vreze. Maar de engel zei: 'Vrees niet, monsieur l'abbé, ik ben uit de hemel neergedaald om te zien hoe het met u is. Al vijftien jaar lang luisteren wij hierboven naar uw kerstcantate, maar nu laat de Eeuwige u vragen waarom de muziek dit jaar is uitgebleven, wij hebben niets gehoord.'

**Henri Knap.**



# Stadswandelingen

Info: 0172 242232 of  
E: info@gildealphenaanrijn.nl



## Met aandacht betrokken



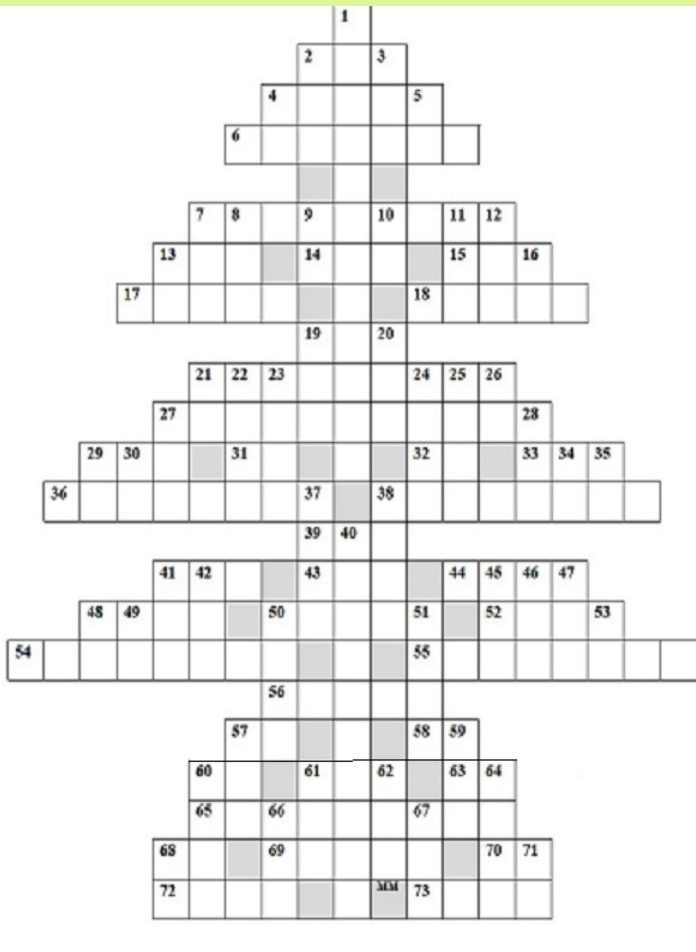
Wilhelminalaan 1, Alphen aan den Rijn

0172 - 41 66 63

voorheen: Uitvaartbegeleiding  
Jacqueline Vegt

ammonietuitvaart.nl

## Kerstpuzzel



### Horizontaal:

2 Verlangen; 4 Hoofddeksel; 6 Koetsier; 7 Beroep; 13 Kerstboomversiering; 14 Dorpsweide; 15 Individueel technisch onderwijs; 17 50 %; 18 Metaal; 19 Klein vertrek; 21 Benutten; 27 Weersverschijnsel; 29 Familied; 31 Gewicht; 32 Titel; 33 Familied; 36 Omstandigheid; 38 Beëindiging; 39 Samenwerkingsverband tussen Alphenense seniorenbonden; 41 Landelijke ouderenorganisatie; 43 Wiel; 44 Landelijke ouderenorganisatie; 48 Franse kaas; 50 Zonder inspanning; 52 Europese munt; 54 Beroep; 55 Aan boord gaan; 56 Geld beuren; 57 Gereed; 58 Titel; 60 Reeds; 61 Ordehandhaver; 63 Klein kind; 65 Italiaanse vulkaan; 68 Dun; 69 Kunstenaar; 70 Oude lengtemaat; 72 Japanse drank; 73 Plaatselijke ouderenorganisatie.

### Verticaal:

1 Bekend maandblad; 2 Lof; 3 Rekenopgave; 4 Boksterm; 5 Achter; 7 Veel; 8 Getal; 9 Uitroep; 10 Persoonlijk voornaamwoord; 11 Gedoofd; 12 Bevel; 13 Dierengeluid; 16 Onder andere; 19 Wijnterm; 20 Gestold vleesnat; 21 Gelukkig Nieuwjaar; 22 Echtgenoot (m/v); 23 Hoofdstad van Zwitserland; 24 Gegraven diepte; 25 Touwkleurig; 26 Noord-Holland; 27 Sluiskolk; 28 Voorzetsel; 29 Onderofficier; 30 Mij; 34 Onmeetbaar getal; 35 Meisjesnaam; 37 Aardappelparas; 38 Schoonmaakmiddel; 40 Ontmoeting; 41 Koud; 42 Slaapplaats; 45 Verlaagde noot; 46 Sportterm; 47 Pap; 48 Kledingstuk; 49 Romeinse Rijk; 50 Vlot; 51 Jong mens; 53 Onroerend goed; 57 Zangstem; 59 Pulverig; 60 Deel van een kachel; 61 Been; 62 ... Lenstra; 64 Hoofdstad van Oekraïne; 66 Hertje; 67 Bid (Latijn); 68 Koude lekkernij; 71 Muzieknoot.



## Een witte kerst

door Godfried Bomans

Er was eens een man die het kerstfeest grondig wilde vieren. Hij haalde een laddertje uit de schuur en spande langs het plafond de rode papieren slingers die daarvoor garant zijn. Aan de lamp hing hij een van die rode bellen, die opgevouwen weinig lijken, maar naderhand nog aardig meevallen. Toen dekte hij de tafel. Hij had hiervoor urenlang over drie winkels verdeeld in de rij gestaan, maar het zag er dan ook goed uit. Naast elk bord stak hij ten slotte een kaarsje aan, waarvan je er tien in een doos koopt, en klapte in zijn handen. Dit was het teken om binnen te komen. Zijn vrouw en kinderen, die al die tijd in de keuken elkaar met een verlegen glimlach hadden aangekeken, kwamen bedremmeld binnen. "Nee maar," zeiden ze, "dat had je niet moeten doen." Maar omdat hij het toch gedaan had, gingen ze blij zitten en keken elkaar warm aan. "En nu gaan we niet alleen smullen," zei de man, "we moeten ook beseffen wat er nu eigenlijk gebeurd is." En hij las voor hoe Maria en Jozef alle herbergen aflieden, maar nergens was er plaats. Maar het kind werd ten slotte toch geboren, zij het in een stal. En toen begonnen ze te eten, want nu mocht het, al was er dan veel ellende in de wereld. "Kijk," zei de man "dat is nu Kerst vieren en zo hoort het eigenlijk." En daarin had hij gelijk. En zij verwonderden zich over de hardvochtigheid van al die herbergiers, maar het was ook tweeduizend jaar geleden moet je denken, zo iets kwam nu niet meer voor. En op dat ogenblik werd er gebeld. De man legde de banketstaaf die hij juist aan de mond bracht, verstoord weer op zijn bord. "Dat is nu vervelend," zei hij, "er is ook altijd wat." Hij knoopte zijn servet los, sloeg de kruimels van zijn knie en slofte naar de voordeur. Er stond een man op de stoep met een baard en heldere, lichte ogen. Hij vroeg of hij hier ook schuilen mocht, want het sneeuwde zo. Het was namelijk een witte Kerst, dat heb ik nog vergeten te zeggen, hoe kan ik zo dom zijn. De beide mannen keken elkaar een

ogenblik zwijgend aan en toen werd de een door een grote drift bevangen. "Uitgerekend op Kerstmis," zei hij, "zijn er geen andere avonden." En hij sloeg de deur hard achter zich dicht. Maar terug in de kamer kwam er een vreemd gevoel over hem en de tulband smaakte hem niet. "Ik ga nog eens even kijken," zei hij, "er is iets gebeurd, maar ik weet niet wat." Hij liep terug naar de stoep en keek in de warrelende sneeuw. Daar zag hij de man nog juist om de hoek verdwijnen, met een jonge vrouw naast zich, die zwanger was. Hij holde naar de hoek en tuurde de straat af, maar er was niemand meer te zien. Die twee leken wel in de sneeuw te zijn opgelost. Want het was, zoals gezegd, een witte Kerst. Toen hij weer in de kamer kwam zag hij bleek en er stonden tranen in zijn ogen. "Zeg maar even niets," zei hij, "die wind is wat schraal, het gaat wel weer over."

**En dat was ook zo, men moet zich over die dingen kunnen heen zetten. Het werd nog een heel prettig Kerstfeest, het was in jaren niet zo echt geweest. Het bleef sneeuwen, de hele nacht door en zelfs het kind werd opnieuw in een schuur geboren.**





## 'Stille nacht, heilige nacht'

**Op Kerstavond 1914 besloten soldaten aan het front niet te vechten. Het is een van de mooiste (waargebeurde!) kerstverhalen.**

**Het is een van de mooiste kerstverhalen: op kerstavond 1914 legden Britse en Duitse soldaten in de loopgraven de wapens neer.**

Het was koud, de modder was bevroren (dat was een vooruitgang, voor de soldaten) en het ging sneeuwen. Het bestand begon, naar het schijnt, met de Duitsers die 'Stille nacht, heilige nacht' zongen en kerstbomen neerzetten met een kaarsje erin. Iemand stak als eerste z'n hoofd boven de zandzakken uit en begon te zwaaien. Er werd 'Merry Christmas!' geroepen. Britse en Duitse soldaten kwamen aarzelend hun loopgraven uit. Ze gaven elkaar de ruimte om gewonden weg te slepen en de doden te begraven. Nog later deelden ze chocola en sigaretten. Er werd die Kerst met sneeuwballen gegooid, in plaats van met granaten.

Het is een prachtig verhaal en je kunt je er nog steeds door laten inspireren. Omdat we, als je het symbolisch opvat, in zekere zin allemaal onze eigen loopgraven hebben. De loopgraven, dat is waar we ons verschuilen bij conflicten en onenigheid, en waar we misschien ongelukkig zijn maar waar we toch niet uitkomen omdat we, terecht of onterecht, bang zijn om geraakt te worden.

Allemaal begrijpelijk, maar nu is het dan dus Kerstmis en dat is een tijd van verzoening en vergeving en hoop. Een tijd van kaarsjes aansteken en het leven een beetje lichter maken in de donkere dagen. En als je wat dat betreft op één punt snel kunt scoren, dan is het wel als het gaat om het bijleggen van al dan niet sluimerende conflicten. Maar hoe haal je de kou uit de lucht?

We kunnen als eerste tevoorschijn komen. Iemand moet de eerste zijn die voorzichtig het hoofd boven de aarde uitsteekt, iemand moet als eerste zwaaien en iemand moet als eerste een liedje gaan zingen. Er zijn er twee nodig om het te laten slagen. Maar als je iemand tevoorschijn ziet kruipen, ga dan niet schieten. Loop erheen en deel je chocolade.

We kunnen kijken naar de overeenkomsten, in plaats van naar de verschillen. Van oud zeer, wrok en schuldgevoel wordt niemand blij. De mensen waar je mot mee hebt, zijn vaak mensen waar je ergens anders wel overeenkomsten mee hebt. Je hoeft heus niet meteen weer

de beste vrienden te worden, als de kou maar uit de lucht is. En daar heb je allebei belang bij.

We kunnen niemandsland als veilig gebied beschouwen. Soms kun je dingen uitpraten, soms kun je gewoon zeggen: we hebben allebei fouten gemaakt, zand erover.

Eindeloos dingen uitpraten leidt alleen maar tot nieuwe ellende. Geef de schuld maar aan de omstandigheden – de anderen, het tijdsgewricht, de economie. Zeg sorry.

En ga dan sneeuwballen gooien, bijvoorbeeld, of iets anders dat de kou nog wat meer uit de lucht haalt.

We horen je zeggen: leuk, verzoening, maar moet dit per se met kerst? Nee, natuurlijk niet. Het maakt het natuurlijk wel gemakkelijker, als je mee kunt liften op die sfeer van 'vrede op aard', maar de loopgraven uitkomen en de wapens neerleggen doe je uiteindelijk niet omdat het moet. Je doet het omdat je het wilt. Al is er natuurlijk wel iets voor te zeggen om het vóór oudejaarsdag te doen. Zodat je daarna het oude jaar lekker uit kunt 'knallen', en het nieuwe jaar kunt beginnen met een schone lei.

Die Britse en Duitse soldaten in de loopgraven gingen een paar dagen later trouwens gewoon weer verder met de oorlog. Ze moesten wel, want een beetje vriendschap gaan lopen sluiten over de vijandelijke linies heen, dat kon natuurlijk niet, daar stonden zware straffen op.

**Maar die soldaten van toen hebben wel geschiedenis geschreven. Het idee dat het kón, dat ze de moed hadden om ten minste met kerst uit de loopgraven te komen, is iets dat hoop geeft.**





## Koffie-ochtenden/-middagen OSO Ouderen voor ouderen

elke tweede zondag van de maand van 15.00-17.00 uur bij Westerhove, Anna van Burenlaan 147 en elke vierde zondag van de maand van 15.00-17.00 uur in de grote zaal van Driehoorne, Uranusstraat 34.

**In verband met coronavirus zullen er in de rest van dit jaar geen koffie-ochtenden/-middagen zijn!!!**

**Voor vragen over het wel of niet doorgaan van andere activiteiten volgens RIVM-richtlijnen, vraag informatie bij:**

Participe: Prins Bernhardlaan 8, 2405 VZ Alphen aan den Rijn, tel. (0172) 42 75 00, e-mail: info@participe.nu

Tom in de buurt: Carolien Satink, tel. (06) 41 08 23 93 of wijkcoach Ilona de Wit, tel. (06) 51 92 49 02.

Wijkcentrum Kerk en Zanen: Bernard Vermeer, tel. (0172) 47 27 64.

Wijkcentrum Swaenswijk verwacht dat in de maanden december en januari weer een aantal activiteiten, onder RIVM voorwaarden, door kunnen gaan. Wij adviseren u te kijken op de site: [www.wijkcentrumswaenswijk.nl](http://www.wijkcentrumswaenswijk.nl) of bel (06) 223 332 60 of mail: [beheer@wijkcentrumswaenswijk.nl](mailto:beheer@wijkcentrumswaenswijk.nl).

## Bewegen voor senioren met een lichte handicap

Samen met Alphen Beweegt onderzoeken we of er voldoende belangstelling is om komend jaar te starten met een groep 'bewegen voor senioren met een lichte handicap'. Iets voor u, of kent u

iemand die hieraan wil meedoen? Geef vrijblijvend naam,

adres en telefoonnummer door aan:

[beheer@wijkcentrumswaenswijk.nl](mailto:beheer@wijkcentrumswaenswijk.nl),

of bel: (06) 223 332 60.

Hebt u soms nog suggesties? Denk met ons mee! Wij horen het graag.



## Stichting WerkVinden zoekt vrijwilligers

Door de coronasituatie neemt de vraag naar hulp toe. Daarom zoekt WerkVinden Alphen vrijwilligers die werkzoekenden in Alphen aan den Rijn en omgeving kunnen helpen bij het vinden van een (nieuwe) baan. Is het voor u een uitdaging om vanuit uw kennis en kunde dit vrijwilligerswerk op u te nemen?

Neem dan contact op met *Nico Moen*, telefoon (06) 513 835 64 of e-mail:

[nicomoen@outlook.com](mailto:nicomoen@outlook.com) Site: [www.werkvindenalphen.nl](http://www.werkvindenalphen.nl)

DigiD

## Hebt u de DigiD-app al?

De app is erg handig, omdat u er alleen de pincode die u zelf kiest voor hoeft te onthouden. Inloggen met de app is extra veilig, omdat anderen niet met uw DigiD kunnen inloggen als ze alleen het wachtwoord van uw DigiD hebben. Ze hebben daarvoor ook de pincode nodig die u gebruikt in de app.

Beste Mensen,

Voor u ligt het decembern timer van Seniorennieuws. Vorig jaar stond er een uitnodiging in voor een gezellige kerst high tea. Ook voor deze kerst hadden wij een gezellige soosmiddag in gedachten. Helaas hebben wij besloten het niet door te laten gaan. De corona is wel aan het afnemen, maar toch niet voldoende om weer gezellig met elkaar bijeen te komen.

De vrijwilligers van Ouderen Voor Ouderen hopen dat er voor ieder van u toch nog iets gezelligs in de decembermaand zal zijn. Zodra het maar even kan, staan wij allemaal weer klaar om bij elkaar te komen. Blijf gezond, kijk naar elkaar om en hopelijk gauw tot ziens in het nieuwe jaar.

*Lyda de Jong-Burggraaf*

OSO-commissie Gezond en Welzijn Ouderen voor Ouderen

## Testament?

Wij zorgen dat het bij u leeft

De dingen goed regelen voor wanneer u dat zelf niet meer kunt: een testament kan u en uw naasten veel zorg en ellende besparen. Doorgaans treedt het pas in werking na uw overlijden, maar wat als u door ziekte of een ongeluk niet meer in staat bent om zelf te handelen? Wist u dat u voor die situatie ook een levenstestament kunt opstellen? Wie dan leeft, dan zorgt? Kroes en Partners denkt van niet!

0172 - 52 19 21 ■ [WWW.KROESPARTNERS.NL](http://WWW.KROESPARTNERS.NL)



**KROES  
EN PARTNERS**  
NOTARISSEN & ADVISEURS

# UWassistent

## Comfortabel wonen

Als u ouder wordt, gaan dingen soms niet zo eenvoudig. Een beetje hulp is dan welkom. UWassistent biedt passende hulp om comfortabel en verantwoord thuis te kunnen blijven wonen. Wij bieden tegen een schappelijk tarief:

- ✓ Klus- en of tuinhulp
- ✓ Hulp bij de administratie
- ✓ Huishoudelijke ondersteuning
- ✓ Ontlasten mantelzorger
- ✓ Begeleiding en/of gezelschap

***"We helpen u graag 't leven te vergemakkelijken."***

*Edith Op de Woerd*



Edith Op de Woerd • 06 - 34 13 56 29 • [edith@uwassistent.nl](mailto:edith@uwassistent.nl) • [www.uwassistent.nl](http://www.uwassistent.nl)

## Seniorencolleges: mensenrechten

Te oud om te leren? Volgens ons kan dat niet! In december biedt de bibliotheek daarom voor nieuwsgierige 55-plussers weer een vierdelige collegereeks aan. Dit keer gaan we het hebben over mensenrechten. We behandelen vragen als: welke mensenrechten zijn er en hoe gaan verschillende landen hiermee om? De interactieve colleges worden gegeven door enthousiaste student-docent Floris van stichting Oud Geleerd Jong Gedaan. Uitgebreide informatie vind je op onze website. Leergierig? Doe dan mee! Tijdens de colleges is er veel ruimte voor vragen.

Data: Dinsdagen 8,15,22 en 29 december

Tijdstip: 10:30 tot 11:30

Waar: Bibliotheek Rijn en Venen, Aarkade 10, Alphen a/d Rijn

Kosten: € 5,50 euro per college

Kaartjes koop je via [www.bibliotheekrijnenvenen.nl](http://www.bibliotheekrijnenvenen.nl).

Voor meer informatie check de website of mail naar: [activiteiten@bibliotheekrijnenvenen.nl](mailto:activiteiten@bibliotheekrijnenvenen.nl)

de Bibliotheek   
Rijn en Venen



## Bel de DigiLijn:

***Bibliotheek Rijn en Venen beantwoordt digitale vragen***

Zit u met een digitale vraag? Bel de DigiLijn! Op kantooruren (0172) 47 57 71, kies optie 2 of mail naar:

[digitaal@bibliotheekrijnenvenen.nl](mailto:digitaal@bibliotheekrijnenvenen.nl).

Wij helpen graag op afstand. Stel je vraag via de mail of telefoon en dan kijken wij samen hoe we je vraag het beste kunnen beantwoorden. Zo kunnen wij je leren om zaken digitaal te regelen. Denk hierbij aan videobellen, veilig internetten, veilig online shoppen, veilig internetbankieren en digitaal overheidszaken regelen. Of je nu een vraag hebt over e-books lenen of je pensioenoverzicht inzien, wij helpen je graag verder.

de Bibliotheek   
Rijn en Venen

**VOORDELIG, VERTROUWD,  
GEMAKKELIJK, SNEL**

### Haasbeek Herenhof

voor advies, service en gezelligheid.



Ondersteund door de internet winkels

[www.haasbeek-office.nl](http://www.haasbeek-office.nl)

voor kantoorartikelen tegen internet prijzen.

[www.haasbeek.nl](http://www.haasbeek.nl)

voor boeken en e-books

Voor 18:00 besteld,  
Levering (vrijwel altijd)  
de volgende werkdag.



HAAS  
BEEK  
HERE  
NHOF



**MV**



**Pedicure**

**Martha Vis**

Plataanstraat 8  
2404 VV Alphen aan den Rijn  
Telefoon: (0172) 49 58 11  
(06) 135 249 28

*Diabetes en Reumavoeten  
Behandeling volgens afspraak  
Ook in de avonden  
Rolstoel toegankelijk*



**Van den Berg**  
fysiovdberg.nl

# Kom in beweging!

## Fit & Stabiel (65+)

U traint in groepsverband voor een betere spierkracht, conditie en stabiliteit. Waarbij het plezier krijgen én houden in bewegen voorop staat. Programma van 10 weken, in een groep van 6 tot 8 personen. De oefeningen zijn steeds gerelateerd aan situaties in het dagelijkse leven.

## Artrose

Individuele fysiotherapie of sporten in groepsverband; Fysiotherapie Van den Berg is dé specialist op het gebied van artrose.

[fysiovdberg.nl](http://fysiovdberg.nl)

Bel voor meer informatie of  
een eerste afspraak: 0172-473855,  
of stuur een e-mail naar: [info@fysiovdberg.nl](mailto:info@fysiovdberg.nl)

**Vegro**

## Wij zijn er voor de mantelzorgers

Wist jij dat er 4,4 miljoen mantelzorgers in Nederland zijn? Deze maanden is Vegro er voor de mantelzorgers. Als mantelzorgers kom je namelijk voor een hoop vragen te staan. Hoe combineer ik mantelzorg met mijn werk? Welke zorgtaken liggen bij mij? Maar ook: waar kan ik terecht voor hulpmiddelen?

Vegro is het Expertisecentrum voor hulpmiddelen. Bij ons kan je terecht voor het lenen, huren en kopen van hulpmiddelen en voor advies over hoe zorgvragers én hun mantelzorgers zo lang mogelijk comfortabel kunnen leven.

Waar kun je ons vinden?

→ Vegro Alphen a/d Rijn  
Euromarkt 1  
2408 BA Alphen aan den Rijn

Kijk op  
[www.vegro.nl](http://www.vegro.nl)  
voor meer  
informatie voor  
mantelzorgers



[vegro.nl](http://vegro.nl) • Expertisecentrum Hulpmiddelen • 0900 - 2 88 77 66

In samenwerking met  
**Activite**

**Tijdelijk telefoonnummer voor Alphen aan den Rijn**

**(0252) 75 53 75**

Algemene Seniorenvereniging Alphen aan den Rijn  
 Website: [www.asv-alphen.nl](http://www.asv-alphen.nl)  
 Bankrekening: NL56 INGB 0007 1388 91  
 t.n.v. ASVA Alphen aan den Rijn.



**Redacteur ASVA-katern:**

Luuk Middelburg  
 Weerdestein 27  
 2403 JS Alphen aan den Rijn  
 Telefoon: (0172) 43 83 33  
 E-mail: [redactie@asv-alphen.nl](mailto:redactie@asv-alphen.nl)

**Ledenadministratie:**

Peter van Leeuwen  
 Grashof 36  
 2403 VH Alphen aan den Rijn  
 Telefoon: (0172) 42 25 65  
 E-mail: [ledenadmin@asv-alphen.nl](mailto:ledenadmin@asv-alphen.nl)

**Ouderenadviseurs:**

Henri Komen  
 Telefoon: (06) 225 799 07  
 Johan van Wijk  
 Telefoon (0172) 43 56 53

**Secretaris:**

Nel Jansen  
 Koolmeesstraat 221  
 2406 LX Alphen aan den Rijn  
 Telefoon: (06) 145 772 03  
 E-mail: [secretaris@asv-alphen.nl](mailto:secretaris@asv-alphen.nl)

**Coördinator ASVA hulpen bij belastingaangiften:**

Peter Dobbe  
 Samsomlaan 32  
 2405 DV Alphen aan den Rijn  
 Telefoon: (0172) 43 77 22  
 E-mail: [pgsдобbe@hetnet.nl](mailto:pgsдобbe@hetnet.nl)

**Penningmeester:**

Wilma Helder  
 Telefoon (0172) 44 39 46

## Van de voorzitter

**Op 26 november 2015 had ik het voorrecht de notariële akte te mogen ondertekenen waarbij de Algemene Seniorenvereniging Alphen aan den Rijn (ASVA) werd opgericht.**

**Wat ging er aan die ondertekening vooraf?**

Op 9 november 2015 bracht ik, als plaatselijk voorzitter van de ANBO, in een bijzondere ALV aan de leden verslag uit over de landelijke ledenraadpleging van vrijdag 6 november 2015 in Dordrecht.

Tijdens deze ledenraadpleging was komen vast te staan, dat het hoofdbestuur van de ANBO niet voornemens was de vertrouwensbreuk met de plaatselijke afdelingen te herstellen. Sterker nog: het landelijk bestuur deelde mee besloten te hebben dat de afdelingen per 1 juli 2016 zouden worden opgeheven. Het gevolg van dit voornemen was dat vertegenwoordiging van de leden op plaatselijk niveau op termijn niet meer kon plaatsvinden. Daarnaast was aan mij al vanuit het landelijk bureau de opdracht gegeven om de samenwerking met het OSO te beëindigen. Deze vergaande landelijke besluiten waren voor het bestuur van de ANBO Alphen aan den Rijn de reden om op 9 november 2015 hun functies ter beschikking te stellen.

In de nazit van de vergadering werd door een van de aanwezigen voorgesteld om een nieuwe, zelfstandige

seniorenvereniging op te richten. Dit voorstel kon rekenen op ruime steun. Tevens bleek bij een groot aantal aanwezigen de bereidheid om over te stappen naar de nieuwe vereniging. Een week later organiseerde het voorlopig bestuur van de ASVA i.o. in Wijkcentrum Kerk en Zanen een bijeenkomst om informatie te verstrekken over de nieuwe seniorenvereniging en mensen de gelegenheid te geven om zich in te schrijven als lid. De verwachting was, dat er ongeveer 25 personen van deze mogelijkheid gebruik zouden maken, maar dat liep anders, want ongeveer 120 personen maakten gebruik van de uitnodiging en velen schreven zich in als lid. Daarmee was de ASVA een feit.

**Op het moment dat ik op 26 november 2015 mijn handtekening zette onder de akte van oprichting van de ASVA waren er al ongeveer 500 leden en nu, vijf jaar later, staan er ruim 700 leden ingeschreven in de ledenadministratie. Daarmee heeft de ASVA zijn bestaansrecht bewezen.**



Peter Dobbe (0172) 43 77 22  
 of (06) 222 441 19  
 E-mail: [pgsдобbe@hetnet.nl](mailto:pgsдобbe@hetnet.nl)



# VK – TRAVEL CONSULT

DAG- & MIDDAGTOCHTEN - MEERDAAGSE REIZEN - RAILHOBBYREIZEN

MAATWERK REIZEN VOOR PRIVÉ ARRANGEMENTEN EN GROEPEN

TMG BAND – WWW.TMGBAND.NL

Telefoon: 0172.434848

info@vktravelconsult.nl

www.vktravelconsult.nl

## Lief en leed

In ons overzicht van de lief-en-leed-gebeurtenissen willen wij naast het noemen van de jarigen **in het jaar dat zij 75, 80, 85, 90, 95 of 100 jaar** worden ook graag aandacht schenken aan andere dingen die in het leven gebeuren, zoals de viering van 50- of 60-jarig huwelijk, opname in of thuiskomst uit het ziekenhuis, en andere heuglijke of verdrietige zaken die in ieders leven plaatsvinden. Wij zijn er voor u en leven met u mee!

### In december zijn jarig:

07/12 de heer J.A. Peek

09/12 de heer F. Zeilstra

14/12 de heer N.J. van der Putten

15/12 de heer J.K. Simon

18/12 de heer C.W. van der Laken

18/12 mevrouw B. van Bemmelen

25/12 mevrouw E.T. Nieboer- van Dissel



22/01 de heer D.C. Peters

23/01 de heer W. Martens

23/01 de heer M. de Horde

28/01 mevrouw H. Spaargaren-Jonk de heer

29/01 mevrouw A.F. Wiepking

*Allen hartelijk gefeliciteerd.*

### Overleden

de heer C.A. van Randeraat

de heer C.F. Verkade

mevrouw S.H. Puister-Idenburg

*Wij wensen de nabestaanden veel sterkte.*

In januari 2021 zijn jarig:

04/01 de heer G. Vos

05/01 mevrouw C.E. Roest-Tjerks

09/01 de heer W.J. van der Veer

13/01 mevrouw G.M. Vos-de Looij

16/01 mevrouw H. Merbis-van Kuik

17/01 de heer M. Haring

17/01 mevrouw B. Bastiaans

## In Memoriam

In de vroege ochtend van 6 november is Jan den Boer op 91-jarige leeftijd overleden. Jan was niet alleen een mensen-mens, hij heeft ook heel veel betekend voor de ANBO-afdeling Alphen aan de Rijn. Hij was redacteur van de ANBO-nieuwsbrief, ledenadministrateur en bezorgcoördinator. Als zijn opvolger als redacteur van de nieuwsbrief heb ik Jan leren kennen als een beminnelijk mens die mij de kneepjes van het vak vakkundig heeft bijgebracht. Ik sluit me dan ook graag aan bij het motto dat hij de rouwkaart heeft meegegeven:

**“Huil niet omdat ik er niet meer ben, maar glimlach omdat ik er was”.**

Luuk Middelburg



## *Lichtpuntjes*

*Soms zijn ze groot, soms zijn ze klein*

*Je hoeft ze niet te zoeken*

*Je kunt ze ook zijn*



Foto: Zegersloot



*Wij wensen u allen goede feestdagen  
en een voorspoedig 2021!*

Redacteur KBO-PCOB-katern:

Carien Mensink-Ferguson Braamhorst 52, 2402 PV Alphen aan den Rijn

e-mail: [carienferguson@hotmail.com](mailto:carienferguson@hotmail.com)

Coördinatie bezorging bladen:

Elly Slagter, telefoon (06) 431 017 58



KBO-afdeling Alphen aan den Rijn, website: [www.kboalphenaanrijn.nl](http://www.kboalphenaanrijn.nl)

Bankrekening: NL91 INGB 0003 4735 04 t.n.v. Penningmeester KBO Alphen aan den Rijn.

Penningmeester: Dirk Spronk Telefoon: (0172) 42 12 71

Secretaris/Ledenadministratie: Betsie Stapper, Lariksstraat 8, 2404 VW Alphen aan den Rijn,

Telefoon: (0172) 65 05 76, e-mail: [secretaris@kboalphenaanrijn.nl](mailto:secretaris@kboalphenaanrijn.nl)

Ouderenadviseurs: Henri Komen, (06) 225 799 07 en Betsie Stapper, (0172) 65 05 76

Coördinator KBO-hulpen bij belastingaangiften: Frans Wamsteeker, Telefoon: (0172) 60 70 75 en (06) 440 825 28

In dringende gevallen zijn bezoekers van de soos te bereiken via: (06) 431 017 58



PCOB-afdeling Alphen aan den Rijn, website: [www.pcob.nl/uw-afdeling/alphen-ad-rijn](http://www.pcob.nl/uw-afdeling/alphen-ad-rijn)

Bankrekening: NL 62 RABO 0128 5352 88 t.n.v. PCOB Alphen aan den Rijn

Penningmeester: Harry Kaspers, telefoon: (0172) 43 84 18, e-mail: [h.kaspers@ziggo.nl](mailto:h.kaspers@ziggo.nl)

Coördinator PCOB-hulpen bij belastingaangiften: Anne-Marie Oudenes,

telefoon: (0172) 49 40 22, e-mail: [anne-marie.oudenes@hetnet.nl](mailto:anne-marie.oudenes@hetnet.nl)

Ledenadministratie en secretariaat: Lammert Haalboom Reigerstraat 67 2406 VC Alphen aan den Rijn, telefoon:

(06) 557 770 40, e-mail: [secre.pcob.alphen@gmail.com](mailto:secre.pcob.alphen@gmail.com)

Ouderenadviseur: Rijk Huisman Telefoon: (0172) 47 48 02



## Wees lief voor elkaar en voor jezelf

Wat is het mooi om met kerst te roepen: “Wees lief voor elkaar”. Met kerst sturen wij elkaar een kaartje, misschien wel een zelfgemaakte kaart, eentje met zorg beplakt en een boodschap erop geschreven: Fijne Kerstdagen.

Dit jaar kan een kerstkaartje sturen nog belangrijker zijn omdat door de coronamaatregelen het op bezoek gaan beperkter is geworden.

Op die kaart schrijven we tevens Gelukkig Nieuwjaar. We hopen daarmee dat het volgend jaar weer goed gaat.

Dat we gezond blijven. Een goed jaar, daar kunnen we zelf iets aan doen!

Nieuwjaarsdag, een nieuwe start. Vol goede moed maken we een lijstje: meer gaan bewegen, iets vaker een appeltje in plaats van een koek of chocolaatje, de rommelkamer opruimen, dat boek uitlezen, foto's uitzoeken, vul maar aan.

Op het lijstje kunnen we ook zetten: ‘Lief zijn voor elkaar, er zijn voor een ander’. Komt mantelzorg ook voor op het lijstje?

Er zijn voor elkaar kan soms uit kleine dingen bestaan: boodschappen halen, vuilnisbak buiten zetten, schilderijtje ophangen. Mantelzorg, door familieleden, vraagt

veel tijd, geduld en organisatie. Wij willen er als christelijke organisatie zijn voor de kinderen van onze leden. Wij willen ondersteunen bij de mantelzorg en meedenken over Wonen, Zorg & Welzijn, Veiligheid, Eenzaamheid. Onze ouderenorganisatie heeft hiervoor commissies met vrijwilligers die bijvoorbeeld kunnen helpen met belastingaangifte of een bezoekje brengen bij Lief & Leed. Wij willen meedenken om de mantelzorger te ondersteunen. Daarom is onze boodschap: “Wees lief voor elkaar én voor jezelf”. Hopelijk komen met deze oproep onze leden, hun mantelzorgers en vrijwilligers dichter bij elkaar.



*Wij wensen u en de uwen namens de besturen van KBO en PCOB Zalig Kerstfeest en een Gelukkig Nieuwjaar.*



## Nieuws van de activiteitencommissie

### De soos (KBO)

In verband met het nog steeds heersende virus konden en kunnen wij voor u helaas nog steeds géén activiteiten in de Jozefzaal organiseren. Het is wel erg saai, maar we moeten met z'n allen door deze periode heen. Volgens de media komen we binnenkort in aanmerking voor het vaccin. Dan gaan we misschien weer terug naar het normale leven. Dat zou voor ons allemaal weer héél prettig zijn!

### Bezorgersochtend

Normaal organiseren we voor de bezorgers een gezellige ochtend waarbij iedereen altijd met een leuke attentie naar huis gaat. Dit jaar gaat het in verband met Covid-19 ook anders. De bezorgers krijgen deze keer bij de seniorenberichten van december een passende attentie.

### Feestdagen

Maar ondanks alles hoop ik toch echt voor iedereen dat de feestdagen op een leuke manier gevierd kunnen gaan worden! Wat de nieuwjaarsreceptie betreft, daar kunnen wij tot op heden nog geen beslissing over nemen. We denken toch immers allemaal aan onze gezondheid.

### Chocoladetablet vanwege ons 65-jarig jubileum



Door de vele reacties die wij hebben ontvangen, zijn deze letterlijk en figuurlijk in de smaak gevallen.

Dit is alweer het laatste Seniorennieuws van 2020.

Ik wil alle lezers en leden van de KBO fijne feestdagen en een héél gelukkig nieuwjaar toewensen!



*Ineke Hoogervorst*

## Lief en leed

### Jarigen

#### 102 jaar:

Mevr. M. Plompen-Aerts (KBO) 31-01

#### 95 jaar:

Mevr. I.G. de Roos-van der Hulst (KBO) 22-01

#### 90 jaar:

Mevr. M. van den Berg-Veilbrief (KBO) 04-12

Mevr. C.S.H. Flerig-Sap (KBO) 18-01

#### 85 jaar:

Dhr. G. van Loon (PCOB) 05-12

Dhr. C.N. van Holstein (KBO) 15-12

Mevr. C.M.E. Hesseling-Groen in 't Woud (KBO) 25-12

Mevr. W.C. Burggraaf-van Steenberg (PCOB) 09-01

Dhr. J. Bronsgeest (PCOB) 31-01

#### 80 jaar:

Dhr. A.W.M. van Leeuwen (KBO) 06-12

Mevr. M.C.M. Tijssen-Pennings (KBO) 10-12

Mevr. M.M. van Egmond (KBO) 13-12

Dhr. J. Verkerk (PCOB) 17-12

Mevr. T.C. van Rijn-Spel (KBO) 21-12

Dhr. D. Aldewereld (PCOB) 24-12

Dhr. L. Vermeulen (PCOB) 31-12

Mevr. J. van Zuilekom-van Leuven (PCOB) 01-01

Dhr. C.J. van Klink (KBO) 12-01

Dhr. H.C.J. Visser (KBO) 31-01

*Allen hartelijk gefeliciteerd.*

### Jubilea

#### 60 jaar getrouwd:

Echtpaar De Vries (PCOB) 22-11

#### 50 jaar getrouwd:

Echtpaar Griffioen-Meyerink (PCOB) 17-12

*Gefeliciteerd met dit heuglijke feit.*

### Overleden

Mevr. W.J.N. Nulle-van den Oven (KBO) 09-10

Dhr. H.H. Augstein (KBO) 19-10

Mevr. A. van Kampen-Stolwijk (KBO) 20-10

Dhr. J. de Geus (PCOB) 24-10

Dhr. F.C. Verël (PCOB) 07-11

Dhr. W. Scherpenzeel (PCOB) 12-11

*Wij wensen de nabestaanden veel sterkte.*

## Wat een bijzonder jaar!



Het coronavirus sloeg toe. Onze geplande PCOB-activiteiten konden hierdoor niet doorgaan. Het programma voor de Paaszangmiddag lag klaar, het uitje naar de Veluwe werd afgezegd en jammer genoeg kan de Kerstzangmiddag ook niet plaatsvinden. De bezoekjes rondom de verjaardagen worden door velen van u gemist.

Gelukkig zijn er ook positieve momenten. Alle 80-jarigen en ouderen van onze plaatselijke PCOB hebben rond de Paasdagen een Paasgroet ontvangen. Om u te laten weten dat wij aan u blijven denken, hebben wij besloten om niet alleen aan onze 80-jarigen met Kerst een kaart te sturen, maar aan u allen. Voor het komende jaar wensen wij u en de uwen een gezond en gezegend nieuwjaar.

*Gozien Mathijssen*

## Ga je mee naar Toscane?

Er bestond ruim voldoende belangstelling voor de digitale lezingen die dit jaar al zijn gehouden. We nodigen u daarom bij deze uit om op **donderdag 3 december 2020 vanaf 15.00** uur met ons op reis te gaan naar Italië, waar we een rondreis maken door de regio Toscane.

Een schitterende streek met fraaie landschappen maar ook met veel cultuur.

Wie Toscane zegt kan niet om de Renaissance heen, een vernieuwing in de klassieke kunst, die ongeveer aan het einde van de middeleeuwen in Florence begon. We bezoeken deze stad en andere

steden als Arezzo, Lucca en Pisa.

Ook andere plekken zullen we aandoen, waaronder een bezoek aan het eiland Elba en het Nationaal Park Cinque Terre; de wijnstreek De Chianti wordt

niet overgeslagen. We hopen hiermee veel mensen -ook uw burens of kennissen- een plezier te doen als afleiding in de huidige tijd met z'n beperkingen. De lezing kunt u volgen

via [www.kerkomroep.nl](http://www.kerkomroep.nl); type vervolgens in: Alphen aan den Rijn Lichtkring, en klik op kijken. De uitzending is ook op een later tijdstip te bekijken.

*Jan Pons.*



## Bedankt!

Wat een leuke geste in de brievenbus: een heerlijke plak chocolade met opschrift, KBO 65 jaar! Heel erg bedankt namens veel KBO-leden. *Loes Rutten*



DE GESCHIEDENIS  
STAAT VOL MET  
MENSEN DIE 'GOD'  
WILDEN WORDEN,  
ER IS MAAR EEN  
GOD DIE MENS  
GEWORDEN IS



IN JEZUS  
WERD DE  
ALLERHOOGSTE  
ONZE  
ALLERNAASTE





## Wanneer gaat u gemakkelijker wonen?

Heeft u weleens aan verhuizen gedacht?  
Het is best een grote stap. Maar waarom niet?

### Panorama Driehoorne "Meer dan wonen alleen"

Denkt u zich eens in,  
geen trap meer op,  
geen tuin meer,  
minder schoon te maken  
en bij te houden.

Allerlei faciliteiten in de  
directe omgeving, zoals o.a.

- restaurants
- winkel
- uitgiftepunt medicijnen
- serviceboulevard etc...

Bushalte voor de deur  
en goede  
parkeergelegenheid.

Van €888,56 tot  
€1.011,03 p/m

De servicekosten bedragen € 128,30 p/m  
Prijspeil 2020

**Interesse? Neem direct  
contact met ons op.**

**Stichting Driehoorne**  
Uranusstraat 34  
2402 AG Alphen aan den Rijn

T 0172 44 58 12  
E [info@driehoorne.nl](mailto:info@driehoorne.nl)  
W [www.driehoorne.nl](http://www.driehoorne.nl)



Lekker

## eten met gemak!

- ✓ Verse gerechten voor thuis
- ✓ Stel zelf uw gerechten samen
- ✓ Wekelijks wisselend assortiment
- ✓ Rekening houdend met diëten
- ✓ Persoonlijk thuisbezorgd door Wytze Sloot

BESTEL EEN  
PROEFBOX VAN  
3 MAALTIJDEN:

€15,00

Uw contactpersoon in uw regio is:  
Wytze Sloot, 079-82 00 399  
[wytze@etenmetgemak.nl](mailto:wytze@etenmetgemak.nl)  
[www.etenmetgemak.nl/wytze](http://www.etenmetgemak.nl/wytze)  
[www.facebook.com/etenmetgemak](https://www.facebook.com/etenmetgemak)



## UW SPECIALIST IN ONTRUIMEN & VERHUIZEN

ÉÉN AANSPREEKPUNT

HELDERE COMMUNICATIE

TOTAALPAKKET VAN  
DIENSTEN

VAKKUNDIG &  
SNEL

VRIJBLIJVENDE OFFERTE



**Hulp nodig bij een woningontruiming of  
seniorenverhuizing? Wij nemen al uw  
werk uit handen!**

Meer informatie of vrijblijvend een offerte aanvragen?

**071-580 47 49** - [info@fontein-ontruiming.nl](mailto:info@fontein-ontruiming.nl)

[www.fontein-ontruiming.nl](http://www.fontein-ontruiming.nl)