

Ontmoeting & Inspiratie



Activiteitenprogramma
van de Protestantse Gemeente te Heino
en de RK parochie Heino en Lierderholthuis
seizoen 2025-2026

Samen op weg – het programma 2025–2026 van Ontmoeting en Inspiratie

Met plezier presenteert de werkgroep Ontmoeting en Inspiratie van de Heinoze kerken het nieuwe programma voor het seizoen 2025–2026. We nodigen u van harte uit om een kijkje te nemen in het aanbod – en vooral: om mee te doen.

Ons uitgangspunt is elk jaar hetzelfde: activiteiten die raken aan hoofd, hart en handen. Oftewel: er is ruimte voor denken, voelen en doen. En vaak lopen die drie in het programma vanzelf in elkaar over. Soms wordt een lezing een gesprek, soms een bezinningsmoment een creatieve uiting. Laat u verrassen.

U vindt in dit boekje bijeenkomsten over zingeving, spiritualiteit en persoonlijke ontwikkeling. We geloven dat mensen groeien door samen op weg te gaan: door te luisteren, te delen, te leren en geïnspireerd te raken door de ontmoeting met anderen. Het programma staat open voor iedereen – kerkelijk of niet, jong of oud, zoekend of zeker. Misschien kent u iemand in uw omgeving die geïnteresseerd zou zijn. Nodig gerust iemand uit om mee te gaan.

Bij elke activiteit staat hoe u zich kunt opgeven. Vroege aanmelding helpt ons enorm bij de organisatie. Maar weet ook: u bent welkom, ook als u zich pas later in het jaar aansluit. In de kerkbladen houden we u op de hoogte van eventuele wijzigingen of extra bijeenkomsten.

Deelname is meestal kosteloos. Soms wordt een kleine bijdrage gevraagd voor koffie, thee, materiaal of vervoer. Waar een maaltijd onderdeel is van de activiteit, wordt dit vermeld. Mocht betaling een bezwaar zijn, neem dan contact op met de contactpersoon die bij de activiteit staat vermeld. Samen vinden we een oplossing.

Blader door dit boekje, kies wat bij u past – en laat u dit seizoen opnieuw of voor het eerst meenemen op een weg van ontmoeting en inspiratie.

De werkgroep Ontmoeting en Inspiratie

Rene Luijpen
ds. Hans van Solkema
Tineke Sietsma
Akkie Tichelaar

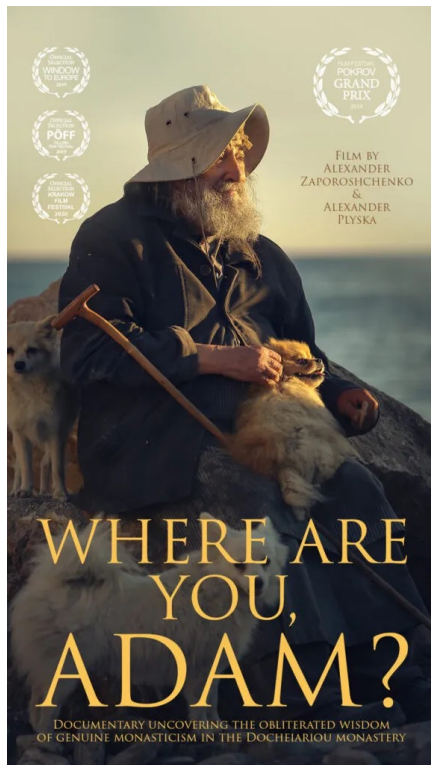
Inhoud

Titel	Pagina
01 Filmavond: Where are you, Adam?	1
02 Introductieavond - verbindende communicatie	2
03 Rondom de Bijbel	3
04 Artificial intelligence - de meester en de dominee	4
05 Filosofie	5
06 Avondmaalswijn - proeverij	6
07 Happy stones, samen stenen beschilderen	7
08 Israël en de Palestijnen	8
09 Help mee in natuur en landschap	9
10 Inspiratie uit muziek en tekst	10
11 Healing met klankschalen	11
12 Duurzaam leven - wat is het, en wat kun je doen?	12
13 Spiritualiteit voor het dagelijks leven	13
14 De kracht van...	14
15 Rondleiding Dominicanenkerk Zwolle	15
16 Leven toevoegen aan de dagen	16
17 Koken in de traditie van de Arameeërs	17
18 Excursie molen Fakkert in Hoonhorst	18
19 Kerk op stap	19
Opgaveformulier om in te leveren	20

01 Filmavond: Where are you, Adam?

Op vrijdag 19 september a.s. wordt de bijzondere documentairefilm 'Where are you Adam?' vertoond in 't Kerkhuus in Heino. De opbrengst zal mede dankzij ondersteuning van de diaconie van de Protestantse Gemeente Heino, geheel ten goede komen aan de Oekraïense families rond de film.

De uitzonderlijke Oekraïense documentaire geeft een inkijkje in het leven van monniken op het Griekse schiereiland Athos met zijn schitterende natuur. De tijd wordt daar niet door de klok beheerst. De monniken gaan geheel op in hun werk en gebed en doorstaan beproevingen, moeilijkheden en pijn. De beelden in de film raken je in je ziel. De documentaire is zichtbaar met liefde gemaakt is. Een trailer is te zien op: <https://tinyurl.com/bde6w3vs>



Katia Novikova is deze avond onze gast. Zij zal de film voor ons inleiden en geeft ook gelegenheid tot een gesprek na de film.

datum	vrijdag 19 september 2025
tijd	20.00 uur
locatie	't Kerkhuus
begeleiding	Katia Novikova
kosten	€ 10,— , kaarten bij de entree
contactpersoon	Akkie Tichelaar, 06-16251462

02 Introductieavond - verbindende communicatie

Soms praat je met een ander, maar lukt het niet om elkaar te bereiken. Je wilt graag verbinding, maar je ervaart een muur tegenover jou. Misschien kan dan een kennismaking met verbindende communicatie je een venster bieden om de ander echt te ontmoeten.

Verbindende communicatie is gebaseerd op geweldloze communicatie, ontwikkeld door Marshall Rosenberg. Zijn model is een manier van praten en omgaan met elkaar waarin woorden, in plaats van muren, vensters worden.

Door te delen wat er in mij leeft en wat er in de ander leeft en samen op zoek te gaan naar wat het goede is voor jou en mij, vindt verbinding plaats. Maken oordelen plaats voor mededogen, zowel met de ander als met jezelf.

In deze bijeenkomst zal Wilma Kloet je op een interactieve manier kennis laten maken met het gedachtengoed van Marshall. Naast de theorie oefen je ook met de praktijk van alle dag.



Wilma Kloet heeft sinds 2014 diverse trainingen in geweldloze communicatie gevolgd, wat in 2022 heeft geleid tot een internationale certificering als trainer Geweldloze Communicatie. Tot januari 2023 heeft zij in de zorg voor mensen met een verstandelijke beperking gewerkt. Daar maakte ze veel gebruik van geweldloze communicatie om in verbinding te blijven met haar cliënten en collega's. Op dit moment wil zij zich meer richten op het delen van dit gedachtengoed in geloofsgemeenschappen.

datum	dinsdag 7 oktober 2025
tijd	19.30 uur
locatie	't Kerkhuus
begeleiding	Wilma Kloet
kosten	vrijwillige bijdrage voor koffie en thee
contactpersoon	Tineke Sietsma, 06-46140464

03 Rondom de Bijbel

Ook dit jaar komen we weer samen voor Rondom de Bijbel – een serie ochtenden waarin we ons laten raken door bijbelverhalen die verrassend actueel blijken. Verhalen over liefde en verlies, recht en onrecht, twijfel en vertrouwen. Verhalen die uitnodigen tot gesprek, herkenning en misschien wel nieuwe inzichten.

We starten elke bijeenkomst met een kort bijbelgedeelte. Geen lange uitleg, maar een inleiding die ons op weg helpt. Daarna verkennen we samen wat het verhaal oproept – in ons leven, in onze vragen, in wat we geloven (of misschien niet meer zo zeker weten).

De sfeer is open en ontspannen. Soms verdiepend, soms luchtig, altijd respectvol. Je hoeft geen ervaring te hebben met de Bijbel, geen lid van een kerk te zijn – alleen nieuwsgierigheid is genoeg.

Rondom de Bijbel is er voor iedereen die zoekt naar betekenis, verdieping, of gewoon een goed gesprek. Loop eens binnen, luister mee, denk mee, deel wat je wilt – of houd het nog even voor je.



data	woensdag 8 okt, 12 nov, 10 dec 2025 en 7 jan, 11 feb en 11 mrt 2026
tijd	10.00 uur
locatie	't Kerkhuus
begeleiding	ds. Hans van Solkema
kosten	vrijwillige bijdrage voor koffie of thee
contactpersoon	ds. Hans van Solkema, 0572-712013

04 Artificial intelligence - de meester en de dominee

Kunstmatige intelligentie is overal: in onze telefoons, in zoekmachines, bij klantenservice en zelfs in het onderwijs en de zorg. Maar wat is AI eigenlijk? Wat kan het wél – en wat (nog) niet? En minstens zo belangrijk: wat doet het met ons als mensen?

Tijdens deze avond bundelen Matthijs Akkenaar, AI-Flitsmeester, en Hans van Solkema, predikant en geestelijk begeleider, hun krachten. Mathijs neemt ons mee in de wereld van algoritmes, taalmodellen en razendsnelle technologische ontwikkelingen. Wat is er nu mogelijk? Wat komt eraan? En hoe werkt dat eigenlijk, zo'n AI-systeem?



Hans reflecteert vervolgens op de diepere vragen: Wat betekent het als machines steeds menselijker lijken te denken en te spreken? Hoe verandert dat ons beeld van kennis, van werk, van zingeving? En wat zegt ons geloof over het omgaan met zulke grote veranderingen?

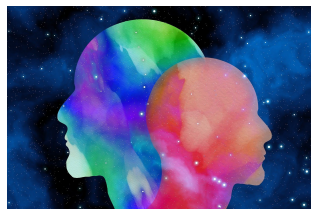
Een avond vol uitleg, verwondering en gesprek. Toegankelijk voor iedereen, met of zonder technische kennis. Laat je informeren én uitdagen – door de meester én de dominee.

datum	woensdag 15 oktober 2025
tijd	20.00 - 22.00 uur
locatie	't Kerkhuus
begeleiding	Matthijs Akkenaar en ds. Hans van Solkema
kosten	vrijwillige bijdrage voor koffie en thee
contactpersoon	ds. Hans van Solkema, 0572-712013

05 Filosofie

De wereld is volop in beweging – en dat geldt ook voor onze manier van denken. In deze serie bijeenkomsten verkennen we hoe filosofie ons helpt de tijdgeest te begrijpen én ons eigen denken te bevragen.

We starten met drie avonden over een actuele ontwikkeling: de verschuiving van democratie naar autocratie. Hoe komt het dat democratische waarden wereldwijd onder druk staan? Welke rol spelen media, leiderschap en maatschappelijke onvrede? En: is het tij nog te keren?



Daarna keren we terug naar een diepere beweging in ons denken: de overgang van de Verlichting naar het Postmodernisme. Waar de Verlichting geloofde in rede en universele waarden, daar plaatst het postmodernisme vraagtekens bij al die zekerheden. Wat betekent dat voor onze kijk op waarheid, moraal en identiteit?

Tot slot verdiepen we ons in twee denkers die de moderne filosofie vormden: Descartes en Spinoza. De een zei “Ik denk, dus ik ben,” de ander zag God in alles wat bestaat. Wat zeggen deze denkers ons vandaag? En hoe verschillend zijn hun wereldbeelden?

De avonden zijn bedoeld voor wie wil leren denken, en niet bang is voor vragen waarop het antwoord niet meteen klaar ligt. Ervaring met filosofie is niet nodig – nieuwsgierigheid wel.

data	woensdag 15 okt, 12 nov, 10 dec 2025 en 18 feb, 18 mrt, 15 apr en 20 mei 2026
tijd	20.00 uur
locatie	Parochiecentrum Heino
begeleiding	Joop Butti
kosten	€ 5,- + vrijwillige bijdrage voor koffie of thee
contactpersoon	Rob Kruisdijk, 06-36374677

06 Avondmaalswijn - proeverij

Gedurende deze avond komen veel facetten van dit ritueel langs.

Waarom is er gekozen voor wijn bij het Avondmaal, waarom deze wijn, geschiedenis en gewoonte, genieten en gevaar.

Uiteraard praktisch ondersteund met een kleine wijnproeverij.

Co Hartman neemt je mee in de wereld van de avondmaalswijn.



datum	dinsdag 28 oktober 2025
tijd	19.30 - 21.30 uur
locatie	't Kerkhuus
begeleiding	Co Hartman
kosten	vrijwillige bijdrage voor koffie, thee en wijn
contactpersoon	Tineke Sietsma 06-46140464

07 Happy stones, samen stenen beschilderen

Heb jij weleens een Happy Stone gevonden? Of een Happy Stone gemaakt? Het zijn stenen waar je een ander blij mee maakt. 'Happy Stone' betekent 'Vrolijke Steen': beschilderd met acrylverf of versierd met verfstiften ziet zo'n steen er mooi en vrolijk uit.

De maker van de Happy Stone verstopt de steen in de natuur of op een andere plek, zó dat iemand anders de steen kan vinden. De stenen zorgen ervoor dat iemand verrast wordt. De persoon die de steen vindt, mag de steen hebben. Maar de vinder kan er ook voor kiezen om de steen opnieuw te verstoppen. En zo iemand anders weer blij te maken.



Toen er net corona was, voelden sommige mensen zich alleen en verdrietig. Mensen bedachten leuke dingen om elkaar op te vrolijken, happy te maken. In die tijd maakten veel mensen daarom een Happy Stone. Zo konden ze een ander verrassen.

Een Happy stone vinden is leuk, maar er zelf een maken is misschien nog wel leuker! En het is niet moeilijk. En mij lijkt het een mooi idee om ook wat happy stones te maken, niet om te verstoppen, maar om mensen die niet mobiel zijn met een steen te verrassen! Na aanmelding krijg je meer info.

datum	maandag 3 november 2025
tijd	19.30 - 21.30 uur
vertrek	't Kerkhuus
begeleiding	Tineke Sietsma
kosten	materiaalkosten + vrijwillige bijdrage koffie of thee
contactpersoon	Tineke Sietsma 06-46140464

08 Israël en de Palestijnen

Het Beloofde Land. Van jongs af aan horen we de bijbelse verhalen over het Beloofde Land, waarheen Gods kinderen onder leiding van Mozes op weg zijn. Eenmaal in het Beloofde Land gaat niet alles als vanzelf. Melk en honing? Ook hongersnood – en tenslotte: ballingschap. Aan Babels stromen zaten wij, ook weenden wij (Psalm 137).

Wederkeer. Een belangrijk thema bij de bijbelse profeten is Gods belofte van wederkeer: “Om nooit meer verjaagd te worden” (Jesaja 62). Eeuwigdurende vrede: “Handel rechtvaardig, handhaaf het recht” (Jesaja 56). “Dan sluit Ik met jullie een eeuwig verbond,” zegt de HEER (Jesaja 55).

Antisemitisme. Bitter zijn de Joden door de eeuwen heen verguisd en vervolgd in christelijk Europa. De Holocaust in de Tweede Wereldoorlog staat ons hier het helderst voor de geest.



Zionisme. Veel Joden ontvluchtten Rusland, Polen en Duitsland. Meestal naar Amerika, maar sinds 1890 ook naar Palestina. In 1948 werd Israël erkend – maar niet door de burens en de Palestijnen. Inmiddels zijn we vele oorlogen verder. Laten we onze gevoelens hierover met elkaar delen.

Voor wie zich wil inlezen:

- De honderdjarige oorlog tegen Palestina – Rashid Khalidi
- Het einde van het Jodendom – Hajo G. Meijer
- Geweten. De zaak Israël en Palestina – Maudrit de Bruin

data	dinsdag 11 nov en 2 dec 2025
tijd	19.30 - 21.30 uur
locatie	't Kerkhuus
begeleiding	drs. Piet de Jong
kosten	vrijwillige bijdrage voor kosten en thee
contactpersoon	René Luijpen, 06-27536638

09 Help mee in natuur en landschap

Op zaterdagochtend 15 november is de natuur jouw gastheer. Op een mooi plekje in de omgeving van Heino staan mentoren van Landschap Overijssel klaar om samen met jou aan de slag te gaan. Dat kunnen werkzaamheden in het bos zijn of wilgen knotten, of iets anders. Maar één ding is zeker, aan het eind van de ochtend is de natuur een klein stukje mooier geworden.



Een boom is in het landschap een belangrijk element. Of het nu een knotboom is of een boom in het bos, het is een bron vol leven. Insecten, vogels, verschillende zoogdieren, maar ook de mens is afhankelijk van bomen. Voor dieren een plek om te leven, te eten en te nestelen. Voor ons zuivert een boom de lucht, draagt bij aan

opname CO2 en bovendien is een boom ook gewoon om van te genieten.

Heb je ook zin om even rentmeester van moeder aarde te zijn? Snoei en zaag dan ook mee. Er zijn lichte en iets zwaardere werkzaamheden, dus voor ieder wat wils. We werken met handgereedschap. Landschap Overijssel zorgt voor gereedschap, handschoenen en alles wat nodig is.

datum	zaterdag 15 november 2025
tijd	informatie volgt na opgave
locatie	ergens in of rondom Heino, informatie na opgave
begeleiding	Erik de Kruijf, Landschap Overijssel
kosten	geen, voor koffie, thee en wat lekkers wordt gezorgd
contactpersoon	Akkie Tichelaar, 06-16251462

10 Inspiratie uit muziek en tekst

Twee jaar geleden hadden we een mooie O&I-avond rondom de teksten en muziek van Stef Bos. Ook in beide Heinose Top2000-diensten bleek dat we geraakt kunnen worden door muziek en (Nederlandstalige) liedteksten.

Dit seizoen willen we ons graag weer een avond laten inspireren door gezongen teksten die ons raken. We kiezen voor Nederlandstalige teksten van bijvoorbeeld Daniël Lohus, Robert Long, Herman van Veen, Claudia de Breij e.a.

We maken een programma van de muziek die jullie vooraf doorgeven, we luisteren en lezen mee en we kunnen delen wat ons aanspreekt. Na aanmelding krijg je half oktober de vraag welk nummer jij graag in het programma zou willen zien.



datum	donderdag 20 november 2025
tijd	19.30 - 21.00 uur
locatie	't Kerkhuus
begeleiding	Fieke van Bruinessen en Paul Verschuur
kosten	vrijwillige bijdrage voor koffie of thee
contactpersoon	Fieke van Bruinessen, klaproos15@hetnet.nl

11 Healing met klankschalen

Wil je meer weten over de kracht van healing met geluid, frequenties bv. met stemvorken of klankschalen? Misschien wil je wel eens ervaren wat het met je kan doen? Dan heb je nu de kans om hiermee kennis te maken.

In haar praktijk 'Aanraking vanuit Heelheid' in Heino werkt Ineke Meraya al jaren met stemvorken (fonofereze), klankschalen en drums. Zelf zegt ze hierover: 'De basis van fonofereze is het werken met de helende trillingen van de stemvorken.

Tijdens zo'n sessie kunnen blokkades in beweging worden gebracht op een pijnloze, ontspannen wijze. Door de juiste toepassing krijg je weer rust en balans in je lichaam, in jezelf. De energie gaat weer stromen en het lichaam is in staat meer zelfherstellende werkzaamheden te verrichten'. Haar intuïtie en heldere vermogens, haar gedegen opleiding medische basiskennis en jarenlange ervaring maken haar tot een betrouwbare, krachtige healer.



Op deze kennismakingsavond zal Ineke ons vertellen over de betekenis van frequenties en je laten voelen wat deze met je kunnen doen.

Graag opgeven, want er is maar plek voor 8 deelnemers.

datum	woensdag 10 december 2025
tijd	19.30 - 21.30 uur
locatie	De Heerd 3 in Heino
begeleiding	Ineke Meraya
kosten	€ 5,— . plus vrijwillige bijdrage voor koffie en thee
contactpersoon	Tineke Sietsma, 06-46140464

12 Duurzaam leven - wat is het, en wat kun je doen?

Onze aarde heeft het zwaar te verduren met ons als bewoners. Dat weten we allemaal wel. Veel mensen hebben hun huis al verduurzaamd door isolatie en/of zonnepanelen op hun dak, een warmtepomp en misschien al een thuisbatterij. Dat zijn de grote investeringen die we kunnen doen als we dat kunnen betalen of waarvan we hopen dat de woningbouwvereniging dat doet.....

Maar in ons dagelijks leven kunnen we ook duurzame keuzes maken die energie besparend/
waterbesparend zijn of beter voor het milieu zijn. We willen met elkaar in gesprek gaan en ideeën uitwisselen. We hopen op een inspirerende avond om vol van energie naar huis te gaan.



datum	donderdag 8 januari 2026
tijd	19.30 - 21.00 uur
locatie	't Kerkhuus
begeleiding	Paul Verschuur en Fieke van Bruinessen
kosten	vrijwillige bijdrage voor koffie en thee
contactpersoon	Paul Verschuur, klaproos15@hetnet.nl

13 Spiritualiteit voor het dagelijks leven

Al 1500 jaar vormt de Regel van Benedictus van Nursia de basis voor kloostergemeenschappen waarin samen leven, samen bidden en samen werken centraal staan. Maar ook wij kunnen er, vandaag, veel aan hebben voor onszelf en voor ons samenwerken in gezin, bedrijf, school, ziekenhuis of vereniging. En zonder dat er vroomheid of dogma bij komt kijken.

Benedictus moedigt meer aan dan dat hij bepaalt. Moedigt aan tot eenvoud, trouw, regelmaat en respect. En geeft praktische aanwijzingen om hier echt iets mee te bereiken. Moeilijk? Nee, zeker niet moeilijk te begrijpen. In praktijk brengen vraagt wel wat van je.

Goed voor je persoonlijke leven, maar ook toepasbaar in leiding geven, in kwaliteitsbeleid en in time-management.

Twee avonden waarop meer informatie en inzicht wordt gegeven. En we samen antwoorden zoeken op de vragen Wat is het? Hoe doe je het? en Wat heb je er aan?

data	dinsdag 13 en 27 januari 2026
tijd	20.00 - 22.00 uur
locatie	't Kerkhuus
begeleiding	Klaas de Jonge, René Luijpen en ds. Hans van Solkema
kosten	vrijwillige bijdrage voor koffie of thee
contactpersoon	René Luijpen, 06-2753 6638

14 De kracht van...

We gaan vijf bijeenkomsten ervaren, lezen-luisteren-kijken en uitwisselen. Iedere avond staat één thema centraal:

- De kracht van bewegen & mijn lijf
- De kracht van samen
- De kracht van stilte & geduld
- De kracht van mijn geloof
- De kracht van genoeg

Iedere keer gaan we na een korte introductie 'denken - voelen – doen' in gesprek over de kracht die je kan ervaren in het kleine en soms het grote. Serieus, speels, dichtbij, geruststellend, soms uitdagend, bekend, soms verrassend. Iedere avond staat op zichzelf, je hoeft dus niet de hele reeks te komen. Graag vooraf opgeven op welke avond(en) je wilt komen, maar onaangekondigd aanschuiven kan ook.



data	donderdag 22 jan, 5 feb, 19 feb , 19 mrt en 26 mrt 2026
tijd	19.30 - 21.00 uur
locatie	't Kerkhuus
begeleiding	Paul Verschuur
kosten	vrijwillige bijdrage voor koffie of thee
contactpersoon	Paul Verschuur, klaproos15@hetnet.nl

15 Rondleiding Dominicanenkerk Zwolle

De Dominicanenkerk en -klooster vormen een neogotisch complex in Zwolle aan de Assendorperstraat. Gebouwd in het jaar 1900. Deze kerk staat ook bekend als de Paterskerk of Thomaskerk, naar Thomas van Aquino. Het aangrenzende klooster huisvest de Dominicanen. Momenteel wonen er nog 4. In hoogtijdagen woonden hier 80 Dominicanen. Oorspronkelijk was het in gebruik als opleidingsinstituut voor novicen. Deze werd in 1966 beëindigd en de kloostergemeenschap vergrijsde. In 1977 werd het besluit genomen om de kloostergemeenschap nieuw leven in te blazen. De kerk is een kruisbasiliek in neogotische stijl. De binnentuin wordt omsloten door de kerk en het klooster. Ondanks dat er om de kerk drukke wegen liggen, heerst er in de binnentuin een absolute stilte. Nieuwsgierig geworden om er eens een kijkje te nemen? Geef je op voor een groepsrondleiding in dit prachtige monument.



datum	zaterdag 14 februari 2026
tijd	13.00 uur
vertrek	vanaf 't Kerkhuus
kosten	€ 5,—
contactpersoon	Akkie Tichelaar, 06-16251462

16 Leven toevoegen aan de dagen

Dit is de titel van een boek, geschreven door longarts Sander de Hosson. Ook als je niet meer beter wordt, verdien je de beste zorg. Wat kan er met je gebeuren als je het slechte nieuws krijgt dat je ongeneeslijk ziek bent, tot het moment van je laatste adem? In dit boek vertelt deze arts openhartig hoe dit proces verloopt met aansprekende en ontroerende patiëntverhalen. Het gaat over slechtnieuwsgesprekken, palliatieve zorg, de rol van zorgmedewerkers, de betekenis voor de naaste omgeving, euthanasie en dilemma's waar een patiënt en arts voor staan.



Samen met Sabine Netters richtte De Hosson de stichting Carend op. Voor palliatieve zorg in opleidingen en een centrum dat ongeneeslijk zieken zoveel mogelijk uit het ziekenhuis houdt. Sabine Netters is een internist/ oncoloog. Ze was werkzaam in de Isala in Zwolle; nu kaderarts palliatieve zorg, o.a in het Antonie van Leeuwenhoekziekenhuis. Ze zet zich in voor hoogwaardige zorg voor mensen die niet meer beter kunnen worden. Ze benadrukt dat palliatieve zorg meer is dan alleen terminale zorg en pleit voor een vroegtijdige integratie van deze zorg in het behandeltraject. Sabine is deze avond onze gids samen met een van de Heinose huisartsen.

datum	dinsdag 10 maart 2026
tijd	20.00 uur
locatie	't Kerkhuus
begeleiding	Sabine Netters + een huisarts
kosten	vrijwillige bijdrage koffie en thee
contactpersoon	Akkie Tichelaar, 06-16251462

17 Koken in de traditie van de Arameeërs



Na eerdere kookavonden rond de joodse, orthodoxe en kloosterkeuken, maken we dit jaar een culinaire reis naar misschien wel de oudste keuken die we kennen: die van de Arameeërs, ook wel bekend als de Assyriërs of Suryoye.

Vanuit de oudste opgetekende recepten – spijkerschrift op kleitabletten, 4.000 jaar geleden – loopt een directe lijn naar de keuken van de Suryoye. Deze christelijke minderheid uit het Midden-Oosten is door de eeuwen heen vervolgd en verspreid geraakt over de hele wereld. Toch dragen ze tot op de dag van

vandaag hun taal, cultuur en keuken met zich mee. Ze spreken nog steeds dialecten van het Aramees – de taal die Jezus vermoedelijk sprak – en koken nog altijd gerechten die aan de basis staan van bijna alle keukens in het Midden-Oosten. Tijdens deze avond bereiden we met elkaar een aantal traditionele Aramese gerechten, rijk aan kruiden, smaken en verhalen.

De ingrediënten worden van tevoren gekocht. Na binnenkomst worden de taken verdeeld en gaan we direct aan het werk. Natuurlijk moet wat wordt gemaakt ook worden geproefd en gegeten. Daartoe gaan we rond 20.00 uur gezamenlijk aan tafel. De kookavond wordt gehouden bij ds. Hans van Solkema thuis. Er is plaats voor 15 deelnemers. Aarzel niet om u op te geven (ook als u al een keer eerder hebt meegedaan).

datum	donderdag 12 maart 2026
tijd	17.30 - 22.00 uur
locatie	ten huize van ds. Hans van Solkema
begeleiding	ds. Hans van Solkema
kosten	verrekening van de ingrediënten
contactpersoon	ds. Hans van Solkema, 0572-712013

18 Excursie molen Fakkert in Hoonhorst

Al fietsend, wandelend of in de auto heeft u deze prachtige molen vast wel eens gezien. Opvallend in de 'sky-line' van Hoonhorst.

De Molen van Fakkert, gebouwd in 1863 als korenmolen, is een Rijksmonument en een van de molens die in handen was van de familie Fakkert. Na vele levens in 2001 op de nominatie voor sloop. Door bevlogen Hoonhorsters is dit voorkomen. Op 11 mei 2012 was de molen prachtig gerestaureerd.



Piet de Jong en Willy Zielman zijn er molenaar. Zij verzorgen voor O&I een excursie in en om deze molen. Een buitenkans om de molen te bekijken en door deze ervaren molenaars ingewijd te worden in het magische gebeuren van wind en wieken.

datum	zaterdag 21 maart 2026
tijd	informatie volgt na opgave
vertrek	't Kerkhuus
begeleiding	Piet de Jong en Willy Zielman
kosten	pot in de molen voor vrijwillige bijdrage
contactpersoon	Akkie Tichelaar, 06-16251462

19 Kerk op stap

Kerk op stap! Ook dit jaar trekken we er als gemeente weer samen op uit. We gaan naar Drenthe, naar Vledder en Frederiksoord, in het hart van de Koloniën van Weldadigheid. We beginnen de dag met een kerkdienst in het mooie dorpje Vledder. Na de dienst en koffie reizen we door naar Frederiksoord, waar we de rest van de dag doorbrengen. In Frederiksoord genieten we van een gezamenlijke lunch, bezoeken we het museum over de Maatschappij van Weldadigheid, en maken we een mooie rondrit langs de voormalige koloniën en karakteristieke koloniewoningen. Tijdens deze tocht horen we het verhaal over armoedebestrijding, werkverschaffing en menselijke waardigheid. Na de koffie met wat lekkers gaan we naar Heino voor de maaltijd in 't Kerkhuus. Zo is de dag iets minder lang. De reis is geschikt voor ouderen, maar weet dat we vier keer in en uit de bus stappen. Een rollator kan gewoon mee in de bus.



Programma (onder voorbehoud)

08.30 uur vertrek per bus vanaf 't Kerkhuus

10.00 uur kerkdienst in Vledder

12.00 uur aankomst in Frederiksoord

lunch, museumbezoek, rondrit en koffie/thee met wat lekkers

16.30 uur terugreis met diner in 't Kerkhuus in Heino

19.30 uur afsluiting

datum	zondag 17 mei 2025
tijd	08.30 uur - 19.30 uur
vertrek	't Kerkhuus
begeleiding	ds. Hans van Solkema
kosten	€ 85,— (schatting)
contactpersoon	ds. Hans van Solkema, 0572-712013

Opgaveformulier om in te leveren

Ik geef mij (wij geven ons) op voor de volgende activiteiten:

nr	omschrijving	persoon 1	persoon 2
_____	_____	☐	☐
_____	_____	☐	☐
_____	_____	☐	☐
_____	_____	☐	☐
_____	_____	☐	☐

Gegevens Persoon 1

Naam :
Adres :
telefoon :
e-mail :

Gegevens Persoon 2

Naam :
Adres :
telefoon :
e-mail :

Dit formulier kunt u in de brievenbus doen van 't Kerkhuus (Canadastraat 2).

U kunt zich ook digitaal opgeven: per mail (ontmoetingeninspiratie@pknheino.nl) of via het opgaveformulier op de website www.protestantsegemeenteheino.nl

Let op! Na uw opgave mag u ervan uitgaan dat de activiteit waarvoor u zich hebt ingeschreven doorgaat en dat u daarvoor bent geplaatst. **Alleen als een activiteit niet doorgaat of als er te veel aanmeldingen zijn, ontvangt u van ons daarover bericht.**

Graag zo spoedig mogelijk aanmelden!

