

KBO DEN HELDER

Krachtig, Betrokken en Ondernemend

KBO

DEN HELDER

omzien naar elkaar

Afdelingsblad juni 2024



Leuke theepotten bij de gezellige high tea

www.kbodenhelder.nl

Facebook: Katholieke Bond Van Ouderen Den Helder

KvK: nr. 7324138 5

Bestuur KBO Den Helder

Voorzitter

Floor Johns
Marsdiepstraat 135
E-mail: voorzitter@kbodenhelder.nl

0223-631390
1784 AC Den Helder

Secretaris

Theo van Noord
Drs. F. Bijlweg 110
E-mail: secretaris@kbodenhelder.nl

06-23043759
1784 MC Den Helder

Penningmeester

Hans Schell
Doorzwin 2512
E-mail: penningmeester@kbodenhelder.nl

0223-616784
1788 KR Julianadorp

Ouderenadviseur

Marijke Verbeek
E-mail: ouderenadviseur@kbodenhelder.nl

0223-759425

Ledenadministratie en

Verspreiding afdelingsblad & Nestor

Janny Bosma, Andromeda 81
E-mail: ledenadministratie@kbodenhelder.nl

0223-625751
1785 DS Den Helder

Commissies:

Huisbezoeken & Ledencontact

Ria Verbruggen, voorzitter
E-mail: ledencontact@kbodenhelder.nl
Anneke van Os-Creemers, contactpersoon

06-50489649

0223-631038

Reizen

Nel Donkers, Thea Priveé, Ria Thiel en Irene Geiger
Zwanenbalg 1312
E-mail: reizen@kbodenhelder.nl

06 2933 0488
1788 ZC Julianadorp

Activiteiten

Marty Driehuis, voorzitter
Landbouwstraat 204
E-mail: activiteiten@kbodenhelder.nl

06 2031 8643
1788 AS Julianadorp

PR & projecten

E-mail: info@kbodenhelder.nl

Redactie afdelingsblad

Marja Steffens, samensteller
Doorzwin 2705
E-mail: redactie@kbodenhelder.nl

06 1231 6655/0223-645533
1788 KZ Julianadorp

Website KBO Den Helder

Gert-Jan Kaandorp, onderhoud
E-mail: info@uwilt.nl

0223-645410

Buurthuis West End: Lijsterbesstraat 10a, 1783 HT Den Helder tel. 0223-624454

Van de voorzitter



Er ligt weer een mooi afdelingsblad van ons KBO Den Helder voor u. Het lijkt erop dat het zonnetje het goed met ons voor heeft. De maand mei heeft vele facetten gehad. Hemelvaartsdag, Moederdag en een mooi Pinksterweekend. En naast de koffiemiddagen bij Deugeniet en Effe in het Dorp is de maand mei afgesloten met een gezellige High Tea in het schoolrestaurant "Grand Café de 2 getijden" aan de Drs. Bijlweg. Het doet mij goed om te zien dat er veel belangstelling was voor dit gezellige samenzijn. En dan maar niet praten over alle lekkernijen die door leerlingen voor u bereid zijn en heel mooi zijn gepresenteerd. Dank aan de commissie activiteiten.

Zondag 26 mei heb ik de bus doen uitzwaaien met vele blijde gezichten voor een 7-daagse reis naar Duitsland. Het programma zag er veelbelovend uit. En ik weet zeker dat uw blijdschap de reisvreugde heeft doen verhogen. De reizigers waren Krachtig, Ondernemend en toonde Betrokkenheid tot elkaar. Ik weet zeker dat ik een mooi en enthousiast reisverslag tegemoet kan zien. Een mooie afsluiting voor de maand mei en een goed begin voor de maand juni.

Maar ook voor de maand juni zijn weer leuke activiteiten voor onze leden georganiseerd. Ik zie een Gouwe Ouwe Middag, Keezen biljarten en klaverjassen, de koffiemiddagen bij Deugeniet en Effe in het dorp, dagtocht Rotterdam, Sjoelen en een diavoorstelling door Kan Kikkert. Ik zal u blijven aanmoedigen om vooral actief te blijven zolang dit voor u mogelijk is. De vakantietijd breekt weer aan. Misschien gaat u met ons mee of misschien trekt u met dierbaren erop uit. Geniet u van ieder moment.

Ook in de maanden juli en augustus zijn er activiteiten. Zie hiervoor het boekje juli/augustus. Ons kabinet lijkt het ook niet allemaal te weten. Het is met spanning wachten op onze nieuwe minister-president.

Ik wens u allemaal een fijne zomerperiode met veel zon. De zon die u allemaal energie mag geven om in uw Kracht te blijven staan, Ondernemend mag zijn en omzien naar elkaar door uw Betrokkenheid. Ik ben trots op u allemaal en voel mij verbonden met u allen. Ik verwelkom onze nieuwe leden en mijn kaars brandt voor onze leden die de afgelopen periode het tijdelijke voor het eeuwige hebben verwisseld.

Ik wens u allemaal sterkte en doe hierbij een warme groet aan u.

Floor Johns en Carpe Diem!!!



Verhoeks Notaris *Snel, duidelijk, eenvoudig*

Wie van de drie ... regelt straks uw geldzaken?



Leg het vast in een levenstestament

De kans bestaat dat door ziekte of ongeval anderen belangrijke beslissingen voor u moeten nemen. In een levenstestament legt u vast wie dat namens u mag doen. Zo houdt u de regie over uw leven. En voorkomt u onzekerheid en onenigheid bij de mensen van wie u houdt. Uw notaris helpt u graag.

www.notarisverhoeks.nl

Kijk op:
wievandedrie.nl

Je regelt het bij de notaris

KNB
Koninklijke Nederlandse
Notariële Oorlogsorganisatie

Middenweg 152 - 1782 BL Den Helder
T: 0223-611180 E: info@notarisverhoeks.nl



Linedansen op vrijdag 5 juli in West End

(nu met opgavedatum)

Vrijdag 5 juli kunt u meedoen met een vrolijke dansworkshop onder leiding van Mevrouw Jannie Lahuis. Linedance is een dansvorm op countrymuziek die uit Amerika is overgekomen. In heel Nederland zijn Linedancegroepen ontstaan, vooral in buurthuizen en bij verenigingen.

Er wordt gedanst in blokjes van 8 tellen (voor een wals is dit bijv. 6 tellen). Deze blokjes worden steeds herhaald; zo wordt het één geheel.

De eenvoudige basispassen voor beginners zijn niet moeilijk, iedereen die mobiel is, kan meedoen. Het is geen partnerdansen, dus u heeft hier geen partner voor nodig. En ... het kan ook met een rollator of zelfs met een stoel;

gewoon lekker bewegen!

Houdt u van countrymuziek en lijkt het u leuk om hierop te gaan linedansen? Kom dan gezellig naar West End.

Graag opgeven bij Marty Driehuis tot uiterlijk 3 juli op telnr. 06 2031 8643. Appen mag ook.

Wanneer? : vrijdagmiddag 5 juli 2024

Hoe laat? : om 14.00 uur; het buurthuis is om 13.30 uur open

Waar : buurthuis West End aan de Lijsterbesstraat 10a

Kosten : 5 euro p.p. dit is inclusief koffie met een koekje en een consumptie in de pauze met een hapje. Betalen aan de deur.

We zijn benieuwd naar de opkomst, graag tot ziens op 5 juli.



Line Dancing



TANDTECHNISCH LABORATORIUM
KPT DEN HELDER

Henk Kamies

Baljuwstraat 48
1785 SK Den Helder
0223-693410



Voor mooie tanden kun je kiezen!

TAXI JAFFNA
06-41363636



Taxibedrijf Jaffna staat bekend als de betrouwbaarste taxi van Den Helder en omstreken.

Voor zowel binnen en buiten Den Helder hanteren wij een zeer voordelig tarief.

Uiteraard hanteren wij het 65+ tarief en voor Schiphol een apart tarief. Bel ons voor de speciale prijs of kijk op: <http://www.taxijaffna.nl>



Onze autorijleschool 'U wilt rijles' geeft les in zowel schakelauto's als in een automaat. Onze automaat heeft verschillende aanpassingen met betrekking tot de richtingaanwijzer en het linker gaspedaal.

Wij beschikken over een gecertificeerde 'faalangstinstructeur'. Tenslotte: wij geven ook opfriscursussen.

U kunt ons bereiken via e-mail: info@uwilrijles.nl
of telefonisch: 0223-645410 / 06-14127111.

Nieuws over activiteiten in 2024

Op deze bladzijde vindt u weer gezellige bijeenkomsten. Wij ontmoeten u graag in West End of elders.



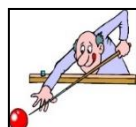
- **Woensdag 5 juni (let op, dus niet de 12^e): Koffie-**
drinken voor eigen rekening in het gezellige Koffiehuis
"Deugeniet" aan de Beatrixstraat 13b. Aanvang: 15.00 uur.

Aanmelden: bij Joke v.d. Ploeg, tel. 645400. Volgende keer is 10 juli.



- **Woensdag 26 juni: Koffiedrinken in Julianadorp** voor ei-
gen rekening. Bij eFfe in 't Dorp op het Loopuijtpark. Aanvang:
15.00 uur. Aanmelden bij Marty Driehuis:

tel. 06-20318643 (mag ook via de app). U hoeft niet speciaal in
Julianadorp te wonen. Volgende keer wordt 25 september.



- **Vrijdag 7 juni 2024: Biljarten, klaverjassen en keezen.**
Onze maandelijks supergezellige spelletjesmiddag in Buurthuis
West End. Doet u hier voor de **eerste keer** aan mee? Dan is
het de bedoeling dat u zich hiervoor aanmeldt bij **Bert Been-**

tjes tel. 0226-785366. Komt u altijd, maar kunt u een keer niet? **Dan**
graag bij hem afmelden. Anders wordt er voor niets op u gerekend! Kos-
ten: € 4,00; niet-leden € 5,00; voor de biljarters kost het € 5,00 p.p. Graag
gepast betalen aan de deur. Aanvang: 13.30 uur/ zaal open: 13.00 uur.

Volgende keer: vrijdag 6 september. Meer informatie: bladz. 23.



- **Vrijdag 21 juni: sjoelen in West End.**

Het gezellige Hollandse spel. Kosten: 5 euro. Zaal open: 13.30
uur. **Volgende keer: vrijdag 20 september.**

Meer informatie: bladz. 24.



- **Vrijdag 28 juni: diavoorstelling en lezing door**
Jan Kikkert in West End. Jan houdt dit keer een middag
over de wijk Huisduinen.

- **Vrijdag 12 juli volgt dan de wandeling** door deze mooie wijk.
Meer informatie: bladz. 9 + 11.



- **Vrijdag 5 juli: Linedansen; een vrolijke workshop in**
West End. De dansworkshop is ook voor rollators en kan zonder
partner. Meer informatie met datum voor opgave: bladz. 5.

Let op: alvast 2 datums voor in uw agenda (zie ook bladz. 30)

woensdag 7 augustus is er een rondleiding door de traditiekamer

donderdag 15 augustus hebben we weer een jeu de boulesmiddag!



PERSOONLIJK, STIJLVOL EN BETROUWBAAR

MEREBOER UITVAARTZORG

Gecertificeerd met het Keurmerk Uitvaartzorg.

DEN HELDER - SCHAGEN - HOLLANDS KROON
T 0227 592 087 MEREBOERUITVAARTZORG.NL



Wilms onderhoud- storing

Met Wilms onderhoud - storing komt u nooit voor verrassingen te staan. Onze vakmensen zorgen voor de veiligheid van uw installaties en dat deze niet teveel energie verbruiken. Wij lossen storingen en lekkages zo snel mogelijk op.

Ontzorgt. Lost op. Direct.

Ravelijncenter 39, Den Helder | T 0223 - 630 900 | wilmsonderhoudstoring.nl



Aanbod

Vanwege aanschaf van een oplader voor mijn gehoorapparaten ben ik nog in het bezit van heel veel batterijen.

Het betreft de **Rayovac extra size 312**.

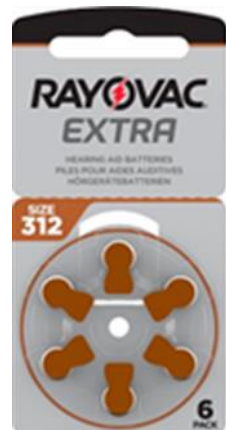
Deze wil ik gratis aanbieden voor de liefhebber.

Dus als iemand deze batterijen gebruiken kan

Mijn telefoonnummer luidt 0223-631071.

Wie het eerst komt

Groetend Jos van den Biggelaar



Diavoorstelling en lezing met Jan Kikkert

Vrijdag 28 juni over Huisduinen in West End

Jan Kikkert, bij ons welbekend, is Jutter van het Jaar geworden en niet voor niks. Iedereen die wel eens met hem mee is geweest met een wandeling, weet dat hij ontzettend goed kan vertellen. Nog gefeliciteerd Jan!



We hebben bij de KBO al verschillende Helderse wijken met hem gezien en ook nu komt hij weer bij ons om een diavoorstelling te geven met bijbehorende lezing. Dit keer is de wijk Huisduinen aan de beurt. Net als vorige keren laat Jan ons eerst veel dia's zien over de betreffende wijk. Daarbij vertelt hij bij vrijwel iedere dia wel iets wat de moeite

waard is. Maar dat hoort bij Jan Kikkert! Ik zou zeggen: schroom niet maar geef u zo spoedig mogelijk op en geniet deze mooie middag bij de KBO met ons mee!!

Vrijdag 12 juli hebben we dan met hem een afspraak voor een wandeling door de betreffende wijk. Hopelijk is het die dag lekker weer. We wachten af.

Datum : vrijdag 28 juni in buurthuis West End Tijd
: 13.30 zaal open; 14.00 uur begin van de middag

Kosten : 2 euro, incl. koffie en een koekje.

Graag opgeven vóór 26 juni bij Marja Steffens op 06 1231 6655; dit mag ook via de app. We zien u graag!



Fysiotherapie De Schooten

Leven is Bewegen

U wordt belemmerd in uw dagelijks functioneren.

U wordt gekweld door pijn, stijfheid of beweegproblemen.

Wellicht kunnen wij iets voor u betekenen!

Een goede sfeer, gecombineerd met verschillende specialisaties en daarbij behorende kennis zorgen ervoor dat u zich bij ons op uw gemak voelt. Er wordt naar u geluisterd en we geven een duidelijk beeld van de verwachtingen en het beloop van de behandeling.

Uw gezondheid staat bij ons voorop en we helpen u bij het verwezenlijken van uw doelen op het gebied van gezondheid, vitaliteit en fitheid. Ons motto: Leven is Bewegen

Fysiotherapie
Manuele therapie
Sport Fysio
Dry Needling
Massage



FYSIOTHERAPIE
DE SCHOOTEN

SeniorenFitness
RugFit
Bekkenbodentherapie
Medisch Fitness
Medical Taping

Waterkeringsweg 30a Schootenweg 2f Landbouwstraat 66

WWW:FYSIODESCHOOTEN.NL

INFO@FYSIODESCHOOTEN.NL

0223-632723 0223-660434



Slagerij & Worstmakerij

Konijn

Marsdiepstraat 268 Den Helder

Tel. 0223 – 61 82 82

www.slagerijkonijn.nl



De wandeling met Jan Kikkert door Huisduinen

Op vrijdag 12 juli

Op 28 juni geeft Jan Kikkert eerst een diapresentatie in buurthuis West End over de Helderse wijk Huisduinen. Die wandeling door dit mooie stukje Den Helder gaan **we vrijdag 12 juli doen**.

Jan Kikkert heeft ons al gebeld. Hij heeft **reuze veel zin** in beide middagen!!



Bent u goed ter been, maar gebruikt u wel een rollator? Ook dan bent u **van harte welkom**.

Startplaats: verzamelen om 13.30 uur bij de ingang van Fort Kijkduin.

Aan het eind van de wandeling willen we napraten onder het genot van koffie/thee of iets anders bij Storm aan Zee of Nogal Wiedes voor eigen rekening.

Kosten voor deze wandeling: KBO-leden € 2,00

Deze eigen bijdrage komt ten goede aan de Helderse Historische Vereniging.

Graag opgeven vòòr 12 juli bij Marja Steffens op tel. 06 1231 6655, appen kan ook.

Graag tot dan!
Groet, Marja

Ruzie in de familie?

Hopelijk komt het niet zo ver!

We helpen u graag met het vastleggen van uw (leven)testament.

- tel.: (0223) 672 100
- info@notarissencombinatie.nl
- www.notarissencombinatie.nl



Notarissencombinatie
DEN HELDER

Wandelen in 2024: Iedere dinsdagmiddag wordt er gewandeld door onze mooie natuur. **Let op: we starten vanaf dinsdag 8 april bij de snackbar tegenover de Helderse Valléi.**

Daar verzamelen we eerst. Koffie drinken na afloop doen we in overleg, waarschijnlijk ook bij De Helderse Vallei. Er is voldoende parkeerruimte. Om 13.30 gaat de eerste groep van start voor een wandeling van 1,5 uur. Om 14.00 start de groep die 1 uur loopt. En mocht u dit te veel zijn, dan start er om 14.30 een ommetje van 30 minuten.

Let op: iedere groep start **precies klokslag** 13.30, 14.00 of 14.30 uur. Elke groep start **vanaf de snackbar** en komt er ook weer terug. Voor meer informatie en **aanmelden** (als u nieuw bent) kunt u voortaan contact opnemen met: **Annemarie Wiering, tel. 0223 612288.**

Tot slot: u loopt mee op eigen verantwoording.

Organiseert de jaarlijkse rollatorloop met pannenkoeken toe

Op **zaterdag 15 juni** wordt door de afdeling Vitaal en Fit van Turnlust de jaarlijkse rollatorloop georganiseerd.

Het evenement **vindt plaats in De Draikolk** aan de Dollardlaan. Deze rollatorloop is bestemd voor iedereen die een rollator nodig heeft om veilig te lopen. Maar ook mensen die een ander loophulpmiddel nodig hebben, zoals een wandelstok, mogen mee doen. U hoeft geen lid te zijn van Turnlust, u kunt als **KBO-lid** gewoon meedoen.

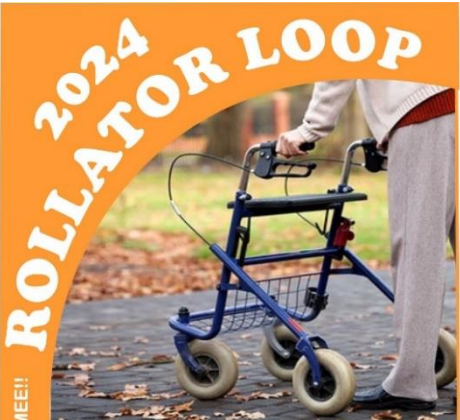
De deelnemers moeten zich wel **van tevoren opgeven**.

Dit kan via turnlust.rollatorloop@ziggo.nl of tel: 625751. De deur is open **vanaf 10.00 uur**. Iedereen die zich opgegeven heeft kan zich dan aanmelden, het startnummer ophalen en een kopje koffie drinken. **Deelname is gratis** evenals de koffie en de pannenkoeken voor de deelnemers.

Als ontvangst zal er muziek zijn om de deelnemers toe te spelen.

Voor de supporters is de koffie € 1,50 en 1 pannenkoek kost € 1,00.

Het startschot wordt om 11.00 uur gegeven door wethouder Fotigui Camara.



De bedoeling van een rollatorloop is dat de deelnemers een half uur rondes lopen. Na elke ronde ontvangen ze een stempel. Na het eindschot kan men zien wat de gelopen afstand is. Er is een mogelijkheid om even te rusten tussendoor. Onderweg worden de deelnemers voorzien van een hapje en water. Alle deelnemers ontvangen **een herinnering**.

Na afloop trakteren we de deelnemers op **pannenkoeken**. Deze zijn **gratis voor de deelnemers**. Supporters kunnen ze kopen.

We zien u graag bij deze gezellige rollatorloop en hopen dat de deelnemers **veel supporters** meenemen!

En weer zijn senioren de dupe.....21 juli 2024 een nieuwe dienstregeling bij Connexxion

De gemeenteraad is akkoord gegaan met de nieuwe dienstregeling van Connexxion die voor senioren die minder mobiel zijn en van de buslijnen gebruik maken negatief uitvalt.

Lijn 30 Den Helder Station-Station Zuid Julianadorp-Schagen gaat zijn route wijzigen De lijn start bij het ziekenhuis en rijdt daarna naar het station. Vanuit Julianadorp rijdt deze bus naar het station in Schagen, maar rijdt maar 1x per uur.

Lijn 31 Den Helder Station Zuid-Den Helder Station.

De route in Den Helder gaat wijzigen waardoor de volgende haltes vervallen: Prins Hendriklaan, W. Barentszstraat, Noordwest ziekenhuisgroep en de Timorlaan. Deze haltes gaan over naar lijn 37 met als uitzondering dat halte Timorlaan komt te vervallen.

Als alternatief kan er gebruikt gemaakt worden van de halte Lombokstraat lijn 30. Verder gaat de frequentie wijzigen; in de spits wordt er 1x gereden in plaats van de huidige 2x.

Lijn 34 Den Helder Station-De Schooten-Den Helder Station Zuid

De route in Den Helder gaat wijzigen: Deze lijn zal vanaf het Marinapark rechtdoor rijden in plaats van rechtsaf naar de Hendrik Baskeweg.

Alle haltes op de Torplaan worden in beide richtingen aangedaan.

Na de halte Dirk Abbestedelaan rijdt de bus naar Station Zuid.

De vervallen haltes zijn Baljuwstraat, Hendrik Baskeweg, Harpoenierstraat en Walvisvaarder weg. De vervangende haltes in genoemde volgorde zijn Dirk Abbestedelaan, Ambachtsweg en J.A. Prinsstraat.

Nieuwe lijnen

Lijn 32 Den Helder Station naar Nieuw Den Helder

Deze lijn gaat 1x per uur een lus rijden in Nieuw Den Helder Oost om vervolgens weer terug te rijden richting Station.

De route is als volgt: Station, Middenweg, Dollardlaan, Marsdiepplein, Vechtstraat, Meidoornstraat Duinroosstraat, Falga, De Lichtboei, IJsselmeerstraat, Drs. Bijlweg en dan de lus terug naar Falga, Duinroosstraat, Meidoornstraat, Marsdiepplein Dollardlaan en dan via de Middenweg naar het station.



Lijn 37 Den Helder Station-Fort Kijkduin

Deze lijn gaat eveneens 1x per uur rijden en het traject ziet er als volgt uit. Fort Kijkduin/strand, H.W. Mesdagstraat, Noordwest Ziekenhuisgroep, W. Barentszstraat, Prins Hendriklaan en Station.

Lijn 130 Julianadorp-Schagen

Deze lijn gaat 1x per uur rijden en vormt samen met lijn 30 een halfuurs-verbinding.

De lijn rijdt niet in het weekend en ook niet tijdens schoolvakanties.

De volgende haltes worden richting Schagen bediend: Dorperweerth, Zwanenbalg, Wierbalg, Kruiszwijn, De Slenk, Zuiderhaaks, Doorzwijn, Langevliet, 't Zand Vlotbrug, De Stolpen, Schagen Hofstraat, Muggenburg en Schagen Station. De volgende haltes worden bediend richting Julianadorp: Station Schagen, Oude Slotstraat, Hofstraat, De Stolpen, 't Zand Vlotbrug, Malzwijn en Dorperweerth.

Het mag duidelijk zijn dat deze nieuwe dienstregeling voor veel senioren een flinke adering is. Of de dienstregeling inderdaad aan alle eisen voldoet zal na enige tijd geëvalueerd worden. Want op deze manier zal de druk op de WMO-taxi verhoogd worden.

Bent u slecht ter been of heeft u een andere beperkingen kunt u bijv. niet meer met de bus naar de binnenstad dan is een aanvraag doen voor taxibonnen een optie.

Tijdens de gemeenteraadsvergadering werd er ook gepleit voor een Belbus maar in een eerder bijeenkomst heeft de leidinggevende van de WMO aangegeven dat dit een hele dure aangelegenheid is en dat daar onderzoek naar gedaan wordt. Mijn persoonlijke mening is dat na een half jaar iedereen gewend zal zijn aan deze veranderingen en dat een verbetering er niet inzit. Of de nieuwe regeling in juli ingaat hangt ervan af of de nieuwe bushaltes dan geplaatst zijn en de haltes op weggefallen plaatsen zijn weggehaald. Ook het papieren routeschema is nog niet voorhanden bij Connexxion (wordt vervolgd).



Marijke Verbeek, vrijwillig ouderenadviseur.



Nieuws van de Commissie Reizen

Op het moment dat u dit afdelingsblad leest is de 7-daagse vakantie naar Duitsland alweer een herinnering voor de 53 deelnemers. Maar steeds weer komen wij voor verrassingen te staan, zo ook de laatste weken voor het vertrek van deze vakantie.

In het vorige afdelingsblad kon u nog lezen dat deze vakantie naar het May-hotel in Mayschoss gelegen in het Ahrdal met 55 deelnemers was volgeboekt. Begin mei werd ons medegedeeld dat dit hotel pas midden juni gereed zal zijn om de eerste gasten te ontvangen. Het goede bericht was dat er kamers werden gereserveerd in het besttime Hotel in Boppard zo'n 60 km zuidelijker. Een groot hotel, direct gelegen aan de Rijn in het dal van de Lorelei, in een prachtige omgeving met kastelen en wijngaarden.

Het slechte nieuws was dat er drie kamers moesten worden ingeleverd. Dan wordt het een uitdaging voor ons om iedereen mee te nemen en dit alles goed te communiceren. Er volgde een plan, een aantal telefoontjes en jawel het lukte. Er kwamen enkele aanbiedingen om met iemand een kamer te delen en zo kwam het allemaal goed.

Helaas kwam er voor enkele deelnemers een moment dat zij door vervelende omstandigheden de vakantie moesten annuleren. Gelukkig eisen wij voor onze KBO vakanties een annulering- en reisverzekering.

Elk jaar zien wij weer dat dit echt noodzakelijk is. U wilt toch immers niet, naast het gemis van een vakantie, ook uw betaling kwijtraken!

De annuleringsverzekering moet altijd, binnen 5 tot 7 dagen na ontvangst van de bevestiging van deelname aan een vakantie, worden afgesloten. Dit is een tip voor alle deelnemers aan de KBO vakanties; laat het u niet overkomen.

In het volgende afdelingsblad leest u het verslag met foto's van de eerste KBO vakantie van 2024 naar het besttime Hotel in Boppard.

Dit zijn de eerste foto's gemaakt bij het vertrek op zondag 26 mei.



Inmiddels maken wij ons op voor de dagtocht naar Rotterdam met een bezoek aan het prachtige, klassieke cruiseschip SS Rotterdam en een rondvaart met de Spido door de Rotterdamse havens. Door de grote belangstelling wordt deze dagtocht tweemaal gehouden. Inmiddels zijn de lijsten voor woensdag 12 juni en woensdag 3 juli opgemaakt. Met dank aan de leden die bereid waren naar de tweede datum over te stappen.

Alle deelnemers hebben wij tevreden kunnen stellen.

Voor leden die zich nog niet hebben aangemeld maar wel belangstelling hebben is er nog plaats voor **woensdag 3 juli**. Er zijn nog 10 plaatsen beschikbaar maar daarvoor dient u zich **uiterlijk 21 juni** aan te melden.

Het aanmeldingsformulier treft u in het afdelingsblad van mei 2024.

Tijdens de jaarvergadering kregen wij het verzoek ook eens een "mannendag" te organiseren als tegenhanger van de lady's day. Daar hebben wij goed over nagedacht en er komt een leuke dag maar deze is ook interessant voor de dames. Deze dagtocht wordt gehouden op **donderdag 26 september**.

Het programma en aanmeldingsformulier vindt u in het volgende afdelingsblad van juli/augustus dat begin juli bij u op de mat valt.



De uitnodiging voor een prachtige voorstelling op **zondag 17 november** wordt opgenomen in het 2^e vakantieboekje dat met het Afdelingsblad van september bij u wordt bezorgd.

Welke voorstelling houden we nog even geheim maar heeft u zin in een gezellige zondag met koffie en gebak, een prachtige voorstelling en een heerlijk 3-gangen diner houdt u dan deze datum vrij.

In ons reisprogramma zit jaarlijks een drie- of vierdaagse reis. In 2023 was dit de 3-daagse Herfstreis naar Ommen en dit jaar is het weer een Kerstsfeerreis. In het 2^e vakantieboekje komt de uitnodiging voor deze gezellige meerdaagse Kerstsfeer-reis. Tijdens deze reis bezoeken wij ook een Kerstmarkt en deze staat dus voor eind november in onze agenda. U ziet dat wij nog vol plannen zitten om u een gezellige dag of vakantie aan te bieden.

Wij hopen dat deze zo aantrekkelijk zijn dat u weer graag met ons mee gaat.

Heeft u vragen of wilt u informatie dan kunt u ons bellen op 06-29330488 of mailen naar kbodh.reizen@gmail.com

**Wij wensen u
mooie zomerse dagen.
Een warme groet van
Nel, Thea, Irene en Ria**





INFORMATIEMIDDAG VOOR SENIOREN

Met medewerking van Humanitas en de brandweer.

'Zo lang mogelijk thuis blijven wonen' en vooral zelfredzaam zijn, dat is wat je overal om je heen hoort. Om dat te realiseren is het handig wanneer u weet dat, als het eventjes allemaal niet meer zo goed gaat, er instanties zijn die u op allerlei gebieden kunnen helpen. Denk aan de ouderenbonden, maar ook Humanitas geeft hulp op verschillende terreinen.

De LSBO nodigt u hierbij uit voor deze informatiemiddag. U hoort dan wat Humanitas Den Helder allemaal voor u kan en wil betekenen. Zij geven u, zo mogelijk, ook antwoord op uw vragen.

Donderdag 18 juli om 13.30 uur

In de kleine kerkzaal van de Vredeskerk

Entree is gratis

Een ander aspect wat erg belangrijk is om zo lang mogelijk thuis te kunnen functioneren, is de veiligheid in en om het huis. Kunt u makkelijk in en om het huis lopen zonder obstakels waar u over struikelt? Denk aan losse snoeren, kleedjes, afstapjes of ongelijke tegels rond uw huis. De brandweer vertelt u hier meer over en ook aan hen kunt u uw vragen kwijt.

Zowel Humanitas als de brandweer nemen voldoende leesmateriaal mee die u thuis nog eens rustig door kan bladeren.

Wij zien u graag op 18 juli in de Vredeskerk.

Hans Schell,
voorzitter LSBO Den Helder/Julianadorp



Nieuw in Den Helder: Rouwen is iets dat bij het leven hoort

Het **Nabestaanden Café** wordt op zondag 23 juni a.s. gelanceerd in het Inloophuis Den Helder!



Inloop: 14 uur. Start: 14.30. Einde: 16 uur.
Locatie: Inloophuis, Marsdiepstraat 621a, Den Helder. De toegang is gratis.

Het Nabestaanden Café is een café waar thema-bijeenkomsten plaats vinden voor mensen die een naaste hebben verloren. Bedoeld om steun te geven, steun te krijgen.

Dit is de eerste keer. Wilt u hieraan deelnemen?

Aanmelden kan bij Liesbeth Hogervorst. Whatsapp: 06-51647532.

E-Mail: liesbethhogervorst@inloophuisdenhelder.nl

Bij elke volgende bijeenkomst wordt een ander thema gekozen. Inzicht en informatie, en het uitwisselen van ervaringen is ons doel.

Het Nabestaanden Café is een initiatief van Monuta en Inloophuis Den Helder. Rouwen is iets dat bij het leven hoort. Het gaat over liefde en verbinding en het verlies ervan, over wanhoop en hoop, over kwetsbaarheid en kracht.' (Uit: Maes, J. & Modderman, H. Handboek Rouw).

Elk mens maakt het in zijn leven mee. De manier waarop we het beleven; de manier waarop we er een antwoord op geven is echter voor ieder anders.

Belangrijk is dat mensen in rouw gezien en gehoord worden, dat je op je eigen wijze mag rouwen en dat daar begrip voor is.

Met het Nabestaanden Café willen we een plek bieden waar:

- mensen met een rouw- en verlieservaring steun en een luisterend oor kunnen vinden in een warme, veilige omgeving.
- Aan de hand van een thema wordt informatie en inzicht gegeven in wat rouwen kan betekenen in de praktijk van alledag.
- Ruimschoots gelegenheid is om elkaar te ontmoeten, ervaringen uit te wisselen, en her- en erkenning te vinden in elkaars verhalen.

Bij elke bijeenkomst is een vaste gastvrouw of -heer aanwezig en een aantal vrijwilligers van de verschillende organisaties.

Voor u gelezen:
Ria Verbruggen



We gaan ervoor!

E	E	K	B	R	U	G	B	Y	S	U	R	F	E	N
T	N	L	A	B	Y	E	L	L	O	V	Z	O	T	M
E	A	R	S	N	V	O	Y	H	O	N	K	B	A	L
L	N	F	K	C	O	Z	W	E	M	S	P	O	R	T
N	E	N	E	O	H	V	R	H	K	A	L	S	A	N
E	L	E	T	L	Y	I	A	O	A	C	C	M	K	E
N	E	L	B	P	T	N	E	R	E	H	O	S	B	D
N	T	I	A	I	D	E	D	T	E	I	I	H	A	R
E	S	E	L	B	O	E	N	R	S	N	E	F	D	O
R	R	Z	A	D	N	E	M	N	N	P	L	N	M	B
L	O	L	U	S	S	E	S	E	I	O	O	C	I	E
E	W	J	P	K	N	H	T	E	G	S	S	R	N	T
I	B	O	O	G	S	C	H	I	E	T	E	N	T	A
W	R	B	P	O	A	T	L	E	T	I	E	K	O	K
T	A	E	K	W	O	N	D	O	R	T	E	N	N	S

--	--	--

--	--	--	--	--

--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--

ATLETIEK	JUDO	SURFEN
BADMINTON	KANOVAREN	TAEKWONDO
BASKETBAL	KARATE	TAFELTENNIS
BOKSEN	PAARDENSPORT	TENNIS
BOOGSCHieten	ROEIEN	VOLLEYBAL
GOLF	RUGBY	WIELRENNEN
HANDBAL	SCHERMEN	WORSTELLEN
HOCKEY	SCHIETSPORT	ZEILEN
HONKBAL	SKATEBORDEN	ZWEMSPORT



Beste puzzelliefhebbers,

Dit keer een leuke woordzoeker voor u waarvan we hopen dat de titel aanslaat!

En u weet het: streep de woorden weg en de letters die u overhoudt vormen een zin die in de vakjes hiernaast past.

Geef deze oplossing door aan Ria Verbruggen: 0650489649 of via: ledencontact@kbodenhelder.nl graag met vermelding van uw naam en adres.

De oplossing van de puzzel in het vorige boekje was: 'artiesten uit de jaren zestig en zeventig'. De prijswinnaar is: De heer Nico Breeker. Van harte gefeliciteerd. U ontvangt uw prijsje zo snel mogelijk.

Nieuws van Wilma

Hoe vaak hoor je niet dat mensen niet kunnen opschieten met hun schoonmoeder. Ik zelf had ook niet echt een hele goede verhouding met mijn schoonmoeder maar we konden gelukkig wel samen door één deur. Maar soms kan het zover komen dat je je schoonmoeder niet meer om je heen kan verdragen. Dan ga je op zoek naar een oplossing.



Schoonmoeder

Lang geleden leefde er in India een jonge vrouw samen met haar man en haar schoonmoeder in één huis. De oude vrouw doet niets anders dan de hele dag kibbelen en klagen over alles en iedereen. Na een paar jaar breekt er een moment aan waarop de schoondochter het niet langer uithoudt. Ze krijgt het gevoel dat ze gek aan het worden is. Ze weet dat ze er niet goed met haar man over kan praten. Het is tenslotte zijn moeder! In haar wanhoop bedenkt ze een plan om van haar schoonmoeder af te komen. Ze gaat in het geheim naar een medicijnman en vraagt om een drankje waar haar schoonmoeder langzaam door zal sterven. De medicijnman geeft haar een kruidenmengsel waarmee ze 's avonds haar schoonmoeders voeten moet masseren en hij verzekert haar dat de schoonmoeder na een paar maanden op mysterieuze wijze en zonder pijn zal komen te overlijden. Verheugd over het vooruitzicht dat ze van deze vloek in haar leven verlost zal worden, keert de jonge vrouw naar huis terug. Vanaf die dag masseert ze iedere avond plichtsgetrouw de voeten van haar schoonmoeder: "U zult dan veel lekkerder slapen, mama" zegt ze terwijl ze masseert.

Naarmate de weken verstrijken begint de oude vrouw steeds minder te klagen. Soms glimlacht ze zelfs!



De schoondochter denkt dat het vergif begint te werken. Ze gaat opgewekt door met de uitvoering van haar plan. Na twee maanden lijkt de oude vrouw een algehele gedaanteverandering te hebben ondergaan. Ze heeft steeds goede zin en het is fijn om bij haar te zijn. De jonge vrouw merkt dat ze zelfs van haar schoonmoeder begint te houden.

Op dat moment realiseert ze zich dat ze spijt heeft van wat ze allemaal aan het doen is. En de volgende ochtend word ze vol wroeging wakker. Ze haast zich naar de medicijnman en smeekt hem om een middel dat de werking van het vergif ongedaan kan maken. Met een veelbetekenend glimlachje om zijn lippen, vertelt de medicijnman haar dat de kruiden waar ze de voeten van de oude vrouw mee heeft gemasseerd helemaal geen giftige stoffen bevat. Het rook alleen niet lekker maar dat was dan ook alles. "Dat je schoonmoeder zo ongelooflijk veranderd is, komt gewoon doordat jij haar aangeraakt hebt."

Ooit las ik een uitspraak van Francis Blanche die ik hier wel mooi bij vind passen: "Als je je niet goed voelt, laat je dan door iemand anders voelen."

Groet van Wilma Wilman

Verslag klaverjassen, keezen en biljarten vrijdag 3 mei

We gingen deze vrijdag met 38 man van start; 7 mensen hadden netjes afgebeld. Klasse hoor! Heel fijn als iedereen er aan denkt!

Bij het keezen (met 16 man) hadden we dit keer 3 winnaars met de hoogste score: Marianne van Dijk, Mary Overzet en Irene Geiger. Na het trekken van een kaart won Mary de 1^e prijs.

Bij het klaverjassen ging de eerste prijs naar Theo van Oort en de poedel naar Annamarie van de Berg.

Bij het keezen veranderde Nico Brecker van spel en ging klaverjassen.

Bij de biljarters hadden we 5 man! Geweldig hoor. De heer Kees Slagwater kwam voor het eerst, maar versloeg iedereen! Top!

Vrijdag 7 juni is/was de laatste spellenmiddag van dit seizoen.

Na de zomer starten wij weer op **vrijdag 6 september** tot het eind van het jaar. Het is daarna gewoon weer iedere **eerste vrijdag** van de maand (zonder tegenbericht). Zie bladz. 7.

Ria, Bert en alle andere leden van de activiteitencommissie wensen u alvast een fijne zomer en tot na de vakantie.

Groeten van Ria en Bert.



Gezellig sjoelen op vrijdag 17 mei



Het was prachtig weer toen in West End door Wim Wolferink de sjoelbakken klaar gezet werden voor onze maandelijkse sjoelmiddag.

Er waren in totaal 12 sjoelers en Lia die voor ons bij de deur zat om het geld in ontvangst te nemen. Toen de leden binnen kwamen, stond de koffie al klaar met een lekker koekje. Er werd gezellig gekletst, maar toen de koffie op was werd er druk met de stenen geschoven. Hier en daar hoorde men wat gepraat over wel of niet gooien volgens de regels. Sommige leden van ons sjoelen ook bij een 'officiële' club. Uit hun verhaal bleek dat enkele dingen toch niet hele-

maal correct gaan. Na overleg in de pauze met het bekende drankje en hapje werd besloten om voortaan toch niet alle, maar wel een paar regels te hantieren. Als iedereen zich hier aan wil houden, is er tenminste geen verschil van inzicht meer. Dan hebben we het over:

* De sjoelstenen niet op de rand van de sjoelbak (afzetbalk) zetten. (als je er tegenaan stoot, liggen ze door de hele bak verspreid en niemand weet dan nog hoe de stenen eigenlijk lagen).

* De stenen die gegooid zijn en nog maar net door de poortjes zijn gegaan, worden daar nog wel eens verwijderd zodat ze geen beletsel vormen. Dat mag NIET. De stenen die je door de poortjes gooit blijven liggen totdat ALLE stenen gegooid zijn. Daarna mogen ze opgestapeld worden.

* Een steen die bovenop een andere steen komt te liggen (een bok) mag er niet afgehaald worden om opnieuw te gooien. Gewoon laten liggen tot de volgende ronde.

* Niet met je vinger langs de poortjes gaan om te bepalen of een steen binnen is. De steen is pas binnen als hij echt geheel onder de



ingang van het poortje ligt.

Maar: we blijven een gezelligheidsvereniging en blijven dus gewoon gezellig sjoelen!

Lia had snel de puntentelling gecontroleerd waarna bleek wie de winnaar was: Giselda van Kampen met 654 punten!!!

De poedelprijs ging naar Floor Johns met 304 punten.

Ze kregen beiden een lekker doosje chocolaadjes.

De volgende keer is vrijdagmiddag 21 juni. Zie bladzijde 7.

Groet van Marja



Scootmobielen: tips voor veilig gebruik

Onlangs werd ik door een KBO-lid gewezen op een artikel in het Woonmagazine van Woningstichting over de veiligheid die in acht genomen moet worden i.v.m. brandgevaar bij o.a. opladen. Zelf heb ik dat magazine niet ontvangen dus ben ik op zoek gegaan naar informatie bij de brandweer.

Scootmobiel of elektrische rolstoel

Een scootmobiel is niet hetzelfde als een elektrische rolstoel.

- Een scootmobiel is een vervoersmiddel zoals een auto, fiets of scooter.
- Een elektrische rolstoel is een hulpmiddel, zoals een rollator, krukken of een gewone rolstoel.

Omdat de scootmobiel een vervoersmiddel is, heeft dit gevolgen voor de stalling ervan. Een scootmobiel is niet geschikt voor gebruik in huis, en een stallingsplaats moet dan ook vaak buiten de woning gezocht worden.

Hoeveel scootmobielen rijden er rond in Nederland?

Naar schatting rijden er 300.000 scootmobielen rond in Nederland. Dit aantal zal de komende jaren sterk groeien doordat senioren steeds langer thuis blijven wonen, maar de mobiliteit niet altijd op peil blijft.

Het gebruik van een scootmobiel heeft gevolgen voor de brandveiligheid in en om uw huis.

U kunt er met eenvoudige maatregelen zelf voor zorgen dat u uw scootmobiel zo veilig mogelijk kunt stallen.

Kans op brand

Door slijtage en bewegingen tijdens het rijden is er kans op kortsluiting waardoor brand kan ontstaan. Veel berijders denken dat de scootmobiel veel kan hebben en rijden met een noodgang over obstakels. Of gaan iets te snel de bochten om en moeten dan flink remmen.

Bij het opladen van de accu kan er oververhitting ontstaan en ook dit kan brand veroorzaken. Bij het opladen van de accu kan door ophoping van brandbare gassen ook brand ontstaan.



Veilig opladen van uw scootmobiel

- Gebruik alleen één origineel laadstation dat hoort bij uw scootmobiel.
- Geef de oplader een vaste plaats, zodat deze niet kan beschadigen of vallen.
- Zorg voor een vaste stroomaansluiting en gebruik geen verlengsnoer.
- Schakel eerst de lader uit of trek de stekker uit het stopcontact voordat u de scootmobiel ontkoppelt.
- Laad uw scootmobiel alleen op in een ruimte met voldoende ventilatie.
- Haal de stekker uit het stopcontact als uw scootmobiel is opgeladen.

Scootmobiel opladen in huis

Het is niet verboden om uw scootmobiel op te laden in uw woning, maar dit kan wel gevaarlijk zijn om andere redenen.

Als u uw scootmobiel oplaadt in het halletje van uw woning kan dit de vluchtroute belemmeren en daarmee de doorgang blokkeren.

Het is daarom aan te bevelen een scootmobiel alleen in de woning te stallen en op te laden als daar een aparte ruimte voor is.

Woont u in een woongebouw waar alle deuren op één gang uitkomen.

Dan is het veelal verboden uw scootmobiel op de gang op te laden; hier gaat het niet alleen om de brandveiligheid maar ook om de vluchtroute bij calamiteiten. Oudere gebouwen hebben wat smallere gangen en ook een brancard of de brandweer moet daarlangs kunnen.

In nieuw te bouwen woongebouwen zie je steeds meer dat er een centrale ruimte is om de scootmobiel veilig op te laden.

Tips voor stalling.

- Plaats uw scootmobiel dus niet in een vluchtroute.
- Blokkeert de scootmobiel de uitgang, dan kunt u zelf moeilijk vluchten maar ook voor de hulpdiensten is het moeilijk om binnen te komen om u te redden.
- Let bij het opladen van uw scootmobiel op dat u blusmiddelen niet blokkeert.



Marijke Verbeek, Vrijwillig Ouderenadviseur

Ledenadministratie

Nieuwe leden:

De heer G.J. Bouwens
Bremstraat 155/220
1783 JD Den Helder

Mevrouw F. Bremer
Van Galenstraat 227
1782 EZ Den Helder

Mevrouw T. Ph. De Vries-Triest
Keteldiepstraat 32
1784 XT Den Helder

Mevrouw W. Baarda
Langestraat 82
1781 PN Den Helder

Mevrouw F. Rahakbauw-van de Rhee
Kerkstraat 18
1781 GB Den Helder

Mevrouw H. Weysenborn
P. de Leeuwstraat 10
1785 JK Den Helder

Mevrouw P.L.M. Riksmans
Sportlaan 21
1782 NA Den Helder

Mevrouw C.F. Gielen
Heiligharn 358
1785 SW Den Helder

Verhuisd naar:

Mevrouw G. van der Made
Westhoek, Westgracht 77
1781 NH Den Helder

Mevrouw A. Switser
De Lichtboei, IJsselmeerstraat 2
1784 MA Den Helder

Mevrouw E. Meijer
Groene Vecht, kamer 105, Vechtstraat 250
1784 TG Den Helder

Mevrouw E.M.H.J. Mereboer
Sluisdijkstraat 20
1781 EH Den Helder

Wij ontvingen bericht van overlijden van onderstaande leden:



Mevrouw A.G. Jansen
Mevrouw A. Zeldenrust

Wij wensen de families veel troost en kracht
om dit verlies te dragen.

Verlag van de gezellige high tea

Vrijdag 24 mei zaten om 12 uur al veel KBO-leden die zich hadden opgegeven gezellig met elkaar te kletsen in het schoolrestaurant 'De 2 getijden'. Om 12.30 uur werd het startsein gegeven door de leerkracht met het voorstellen van de leerlingen die dit keer de heerlijke hapjes serveerden.



Je zult dit maar voor de eerste keer doen onder het toezicht van je leraar! Nadat Marty de high tea had geopend werd er voldoende geserveerd. Vooral de liefhebbers van zoete hapjes kwamen aan hun trekken. Maar er waren ook lekkere warme hartige hapjes en toastjes met verschillend beleg. Er werd genoeglijk gekletst met elkaar en uiteindelijk werd de high tea afgesloten.





De leerlingen werden bedankt voor hun goede bediening en de lekkere hapjes. Er werd succes gewenst met eventuele examens en langzaam ging iedereen naar huis.



Sommigen hadden nog lekker een wijntje genomen maar rond 2 uur was iedereen toch weg.
Groet van Marty en Marja

Voor in uw agenda:

Woensdag 7 augustus hebben we een rondleiding geregeld in de **traditiekamer** waar u de bijna 100-jarige geschiedenis van de MLD (Marine luchtvaartdienst) kunt zien. Er zijn modellen van onder meer een Seahawk, een Wasp en een Lynx. Buiten staan een Tracker, een Neptune en een Augusta Bell opgesteld. In de Stilteruimte bevindt zich een gedenkrol MLD waarin zo'n 620 namen van slachtoffers staan vermeld. Er is ook een bibliotheek en een foto- en filmarchief.

Het bezoekadres is Marinevliegkamp De Kooy aan de Rijksweg 20 in Den Helder. In het volgende boekje vindt u het programma.

Donderdagmiddag 15 augustus gaan we weer naar **de jeu de boulesbanen** van Entre Nous. Zoals ieder jaar hopen we ook nu weer op een leuke groep enthousiastelingen die mee willen doen. En natuurlijk hopen we op mooi, maar in ieder geval droog weer!

De vrijwilligers van Entre Nous geven ook nu weer hun medewerking. Meer informatie vindt u in het volgende afdelingsboekje.

Uiterste inleverdatum kopij en datum volgend boekje

Uiterste inleverdatum van kopij voor het volgende boekje (juli 2024) is: zaterdag 22 juni 2024. Inleveren van stukken per e-mail naar: redactie@kbodenhelder.nl Het volgende KBO-afdelingsblad zal tussen maandag 8 en donderdag 11 juli 2024 bij u bezorgd worden.

Leden die een computer bezitten, kijkt u ook eens op:

Website van KBO Den Helder:	www.kbodenhelder.nl
Website van de landelijke KBO-PCOB	www.kbo-pcob.nl
Website KBO Noord-Holland	www.kbonoordholland.nl

Contributie in 2024

Alleenstaanden € 24,50

Echtparen / Samenwonenden € 44,00

Contributie, giften en donaties: rekeningnummer NL53 INGB 0002 9735 71 t.n.v. KBO Den Helder.

Rijbewijs verlengen (vanaf 75 jaar):

Begin **minimaal 4 maanden** voor het verlopen van de geldigheid van uw rijbewijs. Een gezondheidsverklaring kunt u op 3 manieren kopen: via uw DigiD op de site van het CBR, via het gemeentehuis of via de keuringsarts.

Een afspraak bij de keuringsarts kunt u heel eenvoudig maken via www.rijbewijskeuringsarts.nl of tel. 085-0180800, of via www.regelzorg.nl of tel. 085-1309699. Bij beide locaties kost het 55 euro, mits u lid bent van de KBO; zorg wel dat u uw **KBO-pasje** meeneemt.

KBO Belastinghulp, Zorg- en/of Huurtoeslag:

Via e-mail: belastinghulp@kbodenhelder.nl

A. van de Walle	Buys Ballotstraat 24	Den Helder	tel. 06-40162520
A. Ufkes	Marsdiepstraat 171	Den Helder	tel. 0223-620064
I. Koopman-Dekker	Julianaplein 78	Den Helder	tel. 06-48120177

Ambulance, Politie, Brandweer bij spoed

Politie, niet urgent

Centrale huisartsenpost

Noordwest Ziekenhuisgroep, locatie Den Helder

Slachtofferhulp

Steunpunt Mantelzorg

Steunpunt huiselijk geweld (A-team)

Wmo Den Helder

Thuiszorg Omring

DOC-Team (Geriant)

Notaris mevr. mr. E.M.T. Arrindell - voor al uw vragen!

tel.112

tel. 0900-8844

tel. 0223-670470

tel. 0223-696969

tel. 0900-0101

tel. 0223-747009

tel. 085 0644095

tel. 0223-671200

tel. 088-2068910

tel. 0223-648100

tel. 0223-672100



comfort & welzijn KOSSEN

Marsdiepstraat 399 • 1784 AH Den Helder
T (0223) 616 212 • E info@comfortenwelzijn.nl

Betrouwbaarheid, persoonlijke aandacht en een grote keuze aan kwaliteitsproducten

Voor de verkoop, verhuur en uitleen beschikken wij over een compleet assortiment gemak- en comfortartikelen op het gebied van zitten, slapen, mobiliteit en hulpmiddelen. Loop gerust eens bij ons binnen en overtuig uzelf!

Slapen



Zitten

Mobiliteit



Hulpmiddelen

Openingstijden

di t/m vrij: 09.30-17.30 uur | za: 09.30-16.00 uur | 's avonds op afspraak

www.comfortenwelzijn.nl