

**KBO DEN HELDER**  
**Krachtig, Betrokken en Ondernemend**

**KBO**  
**DEN HELDER**  
omzien naar elkaar

**Afdelingsblad maart 2024**



[www.kbodenhelder.nl](http://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  
1784AC Den Helder

## Secretaris

Functie is vacant. Meer info bij: Secretaris a.i. Floor Johns  
E-mail: secretaris@kbodenhelder.nl

0223-631390

## 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  
1788AS Julianadorp

### PR & projecten

Voorzitter: vacant  
E-mail: info@kbodenhelder.nl

0223-642986

### Redactie afdelingsblad

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

06 1231 6655/0223-645533  
1788KZ 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



De eerst twee maanden van het jaar 2024 zijn voorbij. Ja dan verlangen we naar de lente.

Het zonnetje doet haar best, maar zij kan nog niet echt volop schijnen. De wind en de regen zijn haar de baas. Dat duurt helaas nog even. Maar tot die tijd kunt u zelf de lente in huis halen door te genieten van onze mooie narcissen en sneeuwkllokjes die weer te koop zijn en volop in bloei staan.

De veertig dagen tijd voor Pasen is reeds aangevangen. Een periode van bezinning. Laten we samen onderweg gaan naar Pasen in Geloof, Hoop en Liefde. En ja in de paasnacht mag u ook de klok weer verzetten. Zomertijd, dus de klok gaat vooruit. Langer licht. Geniet u ervan.

Woensdag 27 maart is er de **jaarvergadering in West End**. Het is echt wel belangrijk dat u komt. U krijgt daar te horen hoe onze KBO er voor staat, krijgt van verschillende commissies te horen wat zij het afgelopen jaar hebben gedaan en ook wat hun plannen zijn voor dit jaar. Daarnaast ziet u het al op de agenda staan: er zijn verschillende vacatures. De belangrijkste is de **functie van secretaris**. We zitten al een half jaar zonder wat erg belastend is voor de andere bestuursleden. Dus denkt u: zou ik dat kunnen? Meldt u aan en u krijgt te horen wat er van u verlangd wordt, en dat is heus niet vreselijk veel. Na de pauze is er de jaarlijkse **loterij** met leuke prijsjes.

Maar we hebben natuurlijk ook de maandelijkse **spelletjesmiddag**. Wat heerlijk dat Bert dit nog steeds organiseert. Fijn dat hij hulp krijgt bij het innen van het geld en dat Ria nog steeds gezellig mee komt!

**We bowlen** met de KBO altijd 2 x per jaar. De eerste keer is alweer op vrijdag 12 april. Een leuke sportieve bezigheid. Dus ik zou zeggen: meedoen! Het **sjoelen** gaat ook weer beginnen, maar dan zitten we alweer eind maand april. U vindt alle belangrijke data op bladzijde 9.

En wat fijn: midden in dit boekje staat een onverwachte aankondiging van een leuke dagtocht van de reiscommissie op 21 april naar **de mooie bloemenmozaïeken** waar u bovengenoemde bolbloemen in al hun pracht en praal kunt zien. En niet vergeten, de mooie mozaïeken die ervan gemaakt worden. De weken ervoor zijn heel veel prikploegen hiervoor druk aan het werk. Reken maar dat dit een gezellig dagje gaat worden, met veel zon!



Ik hoop u allen in grote getalen te zien en te spreken bij de jaarvergadering.

Blijf op uw gezondheid letten en geniet straks van de zomertijd.

Warme groet van Floor Johns en Carpe Diem!

# Verhoeks Notaris *Snel, duidelijk, eenvoudig*

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



uw vriendin

uw buurman

uw broer

### 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](http://www.notarisverhoeks.nl)

Kijk op:  
[wievandedrie.nl](http://wievandedrie.nl)

Je regelt het bij de notaris



Middenweg 152 - 1782 BL Den Helder  
T: 0223-611180 E: [info@notarisverhoeks.nl](mailto:info@notarisverhoeks.nl)



(Herhaling)

## Jaarvergadering op woensdag 27 maart 2024

Het bestuur van de KBO Den Helder nodigt alle leden uit voor de algemene jaarvergadering welke zal worden gehouden op

Woensdag 27 maart 2024 in Buurthuis West End  
Lijsterbesstraat 10a.



13:45 uur - Zaal open.

14:00 uur - Welkom met koffie of thee.

14:15 uur - Aanvang jaarvergadering.

- Jaarverslag 2023 van de secretaris ad interim
- Toelichting penningmeester op het financieel verslag 2023 en de begroting van 2024.
- Vaststellen van de contributie 2025.
- Benoemen kascommissie 2024.
- Jaarverslagen 2023 van de diverse commissies met eventuele bekendmaking plannen voor 2024.
- Aftreden, verkiezen en benoemen bestuursleden.

**KBO**  
**DEN HELDER**  
omzien naar elkaar

15:00 uur - Pauze

15:30 uur - Gezellig samenzijn en loterij met leuke prijsjes.



16:30 uur - Afsluiting van de middag.

Het bestuur hoopt veel leden op deze middag te kunnen begroeten.

Het is voor het bestuur belangrijk om te weten wat er onder de leden leeft.

Daarom luisteren wij graag naar uw ideeën en eventuele opmerkingen.

Laat u dus horen.

Deze middag is voor u ook een mooie gelegenheid om kennis te maken met de bestuursleden, de vrijwillige ouderenadviseur, en de belastinghulpen.

Maar wellicht kunt u ook op deze middag een maatje ontmoeten om samen naar een activiteit te gaan. Samen meedoen met een activiteit of reisje is immers altijd leuker dan om alleen ergens op af te moeten gaan.

Buurthuis West End vindt u aan de Lijsterbesstraat 10a in Nieuw Den Helder.

Bij het buurthuis is voldoende parkeergelegenheid.

Buurthuis West End is telefonisch te bereiken op 0223-624454.

Namens het bestuur KBO Den Helder,

Floor Johns - voorzitter en interim secretaris, Hans Schell – penningmeester.

# 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](mailto:info@notarissencombinatie.nl)
- [www.notarissencombinatie.nl](http://www.notarissencombinatie.nl)



Notarissencombinatie  
DEN HELDER

## Bewegen is en blijft goed voor iedereen... ook in 2024!



Iedere dinsdagmiddag wordt er gewandeld door onze mooie natuur. **Let op: we starten bij koffiehuis Deugeniet, Beatrixstraat 13. Daar verzamelen we eerst. Koffie drinken na afloop doen we in overleg, waarschijnlijk ook bij Deugeniet. 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 Deugeniet** en komt er ook weer terug. Daarna kan er weer koffie enz. worden gedronken.

Voor verdere 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.**

We wensen u veel wandelplezier toe! De activiteitencommissie

# KBO Bowlingmiddag op vrijdag 12 april

De eerste bowlingmiddag in 2024!!



Ook nu gaan we weer bowlen. Daarom nodigen wij u van harte uit voor een gezellige

## **bowlingmiddag op de banen van Hotel Den Helder aan de Marsdiepstraat op vrijdag 12 april a.s.**

De spelregels zijn bij iedereen inmiddels bekend en de score wordt automatisch bijgehouden. Let er wel op dat u **niet met uw voet over de foutlijn** gaat, anders wordt de score niet genoteerd! Zoals altijd hebben we voldoende banen, we hopen dan ook dat u weer met voldoende leden komt.

De medewerker van de bowling zorgt voor de verdeling van de deelnemers over de banen.

Bert heeft hopelijk weer een leuk idee voor de prijsverdeling, afwachten dus.

**13.30 uur** Welkom met een kopje koffie of thee.

**14.15 uur** Naar de zaal, schoenen passen.

**14.30 uur** Aanvang van een uur bowlen met een drankje en een hapje.

**15.30 uur** Prijsuitreiking en afsluiting, eventueel drankje voor eigen rekening.

Komt u gerust met eigen vervoer, er is voldoende parkeergelegenheid.

Komt u met openbaar vervoer? Stapt u dan uit bij de bushalte Triade aan de Marsdiepstraat, vandaar is het slechts 5 minuten lopen naar Hotel Den Helder.

### **De kosten voor deze gezellige bowlingmiddag:**

Voor iedereen die meedoet is de prijs:

**€ 12,00 p.p.**

Wel aanwezig, maar niet meespelen? Dan betaalt u:

**€ 9,00 p.p.**

Deze prijzen zijn inclusief een kopje koffie of thee, een drankje naar keuze en een snack.

**Graag gepast betalen op de middag zelf.**



### **Aanmelden verplicht!**

**Telefonisch vóór 10 april bij:**

Trudi Beerling, tel. 0223 622008, of bij:

Marja Steffens, tel. 06 1231 6655 (app mag ook)

**De KBO-activiteitencommissie wenst u een gezellige en sportieve middag toe!**



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](mailto:info@uwilrijles.nl)  
of telefonisch: 0223-645410 / 06-14127111.



## Nieuws over activiteiten in 2024

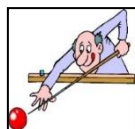
Op deze bladzijde vindt u weer gezellige bijeenkomsten. Wij ontmoeten u graag in West End of elders.



- **Woensdag 13 maart: Koffiedrinken** 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 op **woensdag 10 april 2024.**



- **Woensdag 20 maart: Koffiedrinken in Julianadorp** voor eigen rekening. Bij eFfe in 't Dorp op het Loopuijtpark. Aanvang: 15.00 uur. Aanmelden verplicht bij Marty Driehuis: tel. 06-20318643 (mag ook via de app). U hoeft niet speciaal in Julianadorp te wonen. Iedereen is van harte welkom. Volgende keer is het op **woensdag 24 april.**



- **Vrijdag 5 april: Biljarten, klaverjassen en keezen.** Onze maandelijkse 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 Beentjes 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! Kosten: € 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. Deze gezellige middag vindt in principe elke eerste vrijdag van de maand plaats. Afwijkingen komen in het boekje en worden bekend gemaakt. Volgende keer: **vrijdag 3 mei** en daarna 2 juni.



- **Woensdag 27 maart: Jaarvergadering in West End**  
**Belangrijk: er wordt een secretaris gezocht!**  
Na de pauze een gezellige loterij met leuke prijsjes.  
Voor meer informatie: zie bladz. 5.



- **Vrijdag 12 april bowlingmiddag in Hotel Den Helder aan de Marsdiepstraat.**  
Vanaf 13.30 uur tot 16.00. Kosten: 12,00 per deelnemer; 9 euro voor de toeschouwers. Meer informatie: zie bladz. 7.



- **Vrijdag 26 april sjoelen in West End.**  
Het gaat weer beginnen! Kosten: 5 euro. Dit is incl. koffie en koekje en een drankje.  
Zaal open: 13.30 uur. Meer informatie: zie bladz. 11.



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.

Ravellijncenter 39, Den Helder | T 0223 - 630 900 | [wilmsonderhoudstoring.nl](http://wilmsonderhoudstoring.nl)



### Heeft u **zin in een leuke spel- lenmiddag met o.a. biljarten?**

Komt u dan 5 april eens naar West End. Voor slechts 4 euro heeft u ruim 2 uur gezelligheid met koffie/thee met een koekje en tussendoor een drankje met een klein hapje. En...u maakt kans op een prijsje! Allemaal dankzij Bert samen met een lid van de activiteitencommissie!!  
Meer informatie m.b.t. aanmelden vindt u op bladzijde 1.

## We gaan weer sjoelen in West End

Vrijdag 26 april heeft West End gelukkig weer plek voor ons. We kunnen dus weer gezellig sjoelen. Wilma is helemaal gestopt, maar gelukkig wilde Lia het over nemen. Ze is door Wilma prima geïnstrueerd, dus dat zit wel goed. En anders heeft ze genoeg hulp om zich heen...

Vorig jaar waren de sjoelmiddagen erg gezellig, dus we verwachten dat er ook nu weer een leuke opkomst zal zijn.

**Vrijdagmiddag 26 april in West End.**

**Zaal open 13.30 uur. Als iedereen aanwezig is wordt er gestart.**

**Kosten: 5 euro om mee te doen. Dit is inclusief koffie met een koekje en in de pauze een drankje en een hapje.**

**Rond 16.00 uur gaan we weer naar huis.**

**S.v.p. vòòr 25 april opgeven bij Lia van Bunschoten op 0223-754700.**

**We zien u graag!** De volgende keer is op **vrijdagmiddag 17 mei.**



# 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



# Van de penningmeester HERHALING

## **HERINNERING BETALING CONTRIBUTIE 2024**

In mijn brief van oktober 2023 heb ik u verzocht om de contributie voor het jaar 2024 te betalen **vóór 1 januari 2024.**

In ons boekje van februari 2024 heb ik hiertoe andermaal een oproep gedaan. Echter ook hierna zijn er nog steeds **heel veel leden** die hun contributie niet hebben betaald. Deze leden verzoek ik de contributie voor het jaar 2024 zo spoedig mogelijk over te maken op het rekeningnummer:

**NL 53 INGB 0002 9735 71 t.n.v. KBO Den Helder**

Gaarne onder vermelding: contributie KBO 2024  
Mijn dank voor uw begrip en medewerking.

Met vriendelijke groet,  
Hans Schell – penningmeester



## **BESTUURSMEEDEDELINGEN:**

### **Vacatures**

Het bestuur is dringend op zoek naar kandidaten/gedagiden voor de onderstaande vacatures:

- Secretaris
- Activiteitencommissie
- Afgevaardigde vanuit de KBO naar de Lokaal Samenwerkende Bonden voor Ouderen (de LSBO)
- Ledencontact

Indien u zich geroepen voelt om ons in deze te versterken, kunt u contact opnemen met een van de onderstaande bestuursleden. De gegevens staan vermeld op het 2<sup>e</sup> blad van ons maandelijks afdelingsboekje.

Wij zien uw belangstelling/aanmelding hoopvol en met spanning tegemoet.

Hartelijke groet,  
Floor Johns – voorzitter/interim secretaris / Hans Schell – penningmeester.



## Dagtocht naar de Bloemenmozaïeken op zondag 21 april 2024

Van zaterdag 20 april t/m woensdag 24 april 2024 zal in Anna Paulowna en omgeving alweer de 69e editie van de Bloemendagen plaatsvinden. In de hele polder zijn tijdens de Bloemendagen mozaïeken, bewegende werkstukken, versierde straten en bruggen te bewonderen. Vele leden zullen vroeger een rondje gefietst hebben om de mozaïeken te bewonderen maar nu bieden wij een rondje met de bus aan. Een korte dagtocht in de omgeving en dan ook nog op zondag! Het is ons gelukt een bus te reserveren voor 55 personen en u weet vol=vol.

We vertrekken vanaf het eerste opstappunt om 09.30 uur. Nadat alle deelnemers opgehaald zijn geniet u al direct van de ons omringende kleurige bollenvelden. Wij rijden via een mooie route naar Anna Paulowna en stoppen daar voor koffie met gebak. Daarna stapt een lokale gids in de bus voor een mooie rondrit van maximaal 2 uur.

Wat zal hij of zij ons nog meer kunnen vertellen van de huidige bloembollenteelt? Maar ook over de mozaïeken, de versierde straten en bruggen die in de prijzen zijn gevallen. Van welke vrijwilligersgroep worden de vele prikuurtjes beloond met één van de vele prijzen? Wij gaan het zien..... Na de rondrit rijden we naar Den Helder om te genieten van een heerlijke pannenkoek om de dag af te sluiten. Rond half vier begint de bus aan het rondje om alle deelnemers weer bij de opstapplaats terug te brengen.

Kosten voor deze dagtocht: KBO-leden € 40,00 niet-leden € 47,50 p.p.

**Aanmelden graag zo spoedig mogelijk want vol=vol.**

**Wij hopen op veel belangstelling en zien u graag in de bus.**

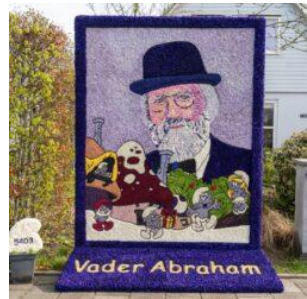
Opstapplaatsen, onder voorbehoud:

- \* Winkelcentrum De Riepel
- \* Maud Barriel - Walvisvaardersweg
- \* bushalte Marsdiepstraat t.o. Reus Sport
- \* Vredeskerk
- \* Station Den Helder centrum
- \* bushalte t.o. Duinpassage

U kunt zich opgeven voor deze dagtocht middels het bijgaande inschrijfformulier. Stuur u dit zo spoedig mogelijk naar:

**KBO Commissie Reizen, Zwanenbalg 1312 - 1788 ZC Julianadorp**

**Het verschuldigde bedrag overmaken bij aanmelding op rekening  
NL65 INGB 0003573106 t.n.v. KBO afd. reizen Den Helder  
Uiterlijk 21 maart 2024 dient het bedrag te zijn overgemaakt.**



# Zondag 21 april 2024

## Dagtocht naar de Bloemenmozaïeken

### Aanmeldingsformulier



1. Mevr / Dhr .: ..... KBO-lid: ja / nee

Adres: .....

Postcode: ..... Woonplaats: .....

Tel.nr: ..... Geb. datum: .....

Dieet: ..... Rollator: ja / nee

Gewenste opstapplaats bus: .....

In bijzondere gevallen waarschuwen:

Naam: ..... Tel.nr: .....

---

### *Opgave evt. 2<sup>e</sup> aanmelding*

---

2. Mevr / Dhr: ..... KBO-lid: ja / nee

Adres: .....

Postcode: ..... Woonplaats: .....

Tel.nr: ..... Geb. datum: .....

Dieet: ..... Rollator: ja / nee

Gewenste opstapplaats bus: .....

In bijzondere gevallen waarschuwen:

Naam: ..... Tel.nr: .....

**Vergeet u niet gelijktijdig met het verzenden van dit aanmeldingsformulier het verschuldigde bedrag over te maken op rek. nr. NL65 INGB 0003573106 t.n.v. KBO afd. reizen.**

# Altijd

ook al waait  
de noorderwind  
ook al zaait men  
haat en nijd

ook al bouwt men  
luchtkastelen  
op een bed van  
ijdelheid

ook al leidt de  
liefdeloosheid  
en regeert de  
achterdocht

staat het water  
aan de lippen  
en de aarde  
op de tocht

ook al lijkt het  
soms nog winter  
is de kou niet  
uit de lucht

ieder jaar  
bloeien de bomen



*altijd keert  
de lente  
terug*

▪

Tanja Helderman  
(uit: Lefregels)



## Nieuws over het biljarten, keezen en klaverjassen

Vrijdag 2 februari hadden wij gezorgd dat alles klaar stond voor onze gezellige spellenmiddag. Er stonden 12 tafels en ook het biljart was door Wim verwarmd. De koffie was gezet en er lagen lekkere koekjes bij, dus iedereen kon komen. Jammer genoeg kwamen er slechts 22 mensen om te kaarten en niemand om te biljarten. Ik (Bert) hoop altijd dat iedereen die niet kan, even afbelt omdat we dit zo met u hebben afgesproken. Omdat dit niet gebeurde waren we teleurgesteld dat er **zo weinig mensen kwamen**. Ik had in januari wel doorgegeven dat het **altijd de eerste vrijdag van de maand** plaatsvindt en de volgende middag dus op 2 februari was. Het is jammer, maar... niet getreurd: als u dit leest is de spellenmiddag van 1 maart al voorbij en ik hoop dat het dan weer gezellig druk is geweest.



**De keer daarna is het op vrijdag 5 april en daarna op 3 mei en 7 juni.** Noteert u het alvast in uw agenda! Vriendelijk vragen wij u om **af te bellen op 0226-785366** als u onverwacht niet kunt. Wij hebben ook een antwoordapparaat dus u kunt ons altijd bereiken.

Ik hoop dat er ook weer wat animo **komt om te biljarten**, dat is wel zo gezellig voor de andere liefhebbers!



Tot vrijdag 5 april!  
Lieve groetjes van Ria en Bert



Noot van de redacteur: jammer genoeg heeft vrijdag 2 februari niet in het boekje dec./jan. gestaan, excuses daarvoor!

## **Bent u op zoek naar zinvol vrijwilligerswerk? Wordt dan Ouderenadviseur/Cliëntondersteuner**

In de Nestor van februari doet KBO NH een oproep om de cursus Ouderenadvisering te gaan volgen. In onze sterk vergrijzende maatschappij worden wij steeds ouder en gaan veel zaken steeds moeizamer als je niet digivaardig bent. Ook telefoongesprekken voeren kan door gehoorverlies leiden tot een spraakverwarring. Daarom is het een goede zaak dat er binnen KBO NH al heel wat "jongere senioren" deze opleiding gevolgd hebben. Als Ouderenadviseur heb ik geleerd dat je met de kennis die je opdoet tijdens de cursus, anderen kunt helpen met aanvragen bijv. bij de WMO. Maar ook verwijzen naar andere organisaties.

### **Wat wordt er van u gevraagd:**

- Dat u een laptop of computer heeft en daarmee vertrouwd bent.
- Dat u senioren wilt helpen, door met ze in gesprek te gaan en door bij ze op bezoek te gaan. Tijdens dit bezoek kunt u samen de eventuele vragen bespreken maar ook de vraag achter de vragen is van groot belang.
- In de cursus leert u hoe om te gaan met eenzaamheid, beginnende dementie en allerhande zaken die horen bij het ouder worden.

### **Wat heb ik u te bieden als u de cursus gevolgd heeft.**

- Een ruime inwerkperiode.
- Dat u voorzien wordt van een sociale kaart van Den Helder met alle organisaties die voor senioren belangrijk zijn.
- Dat u zult leren hoe te communiceren met zowel de aanvrager als met de WMO.
- Dat u net zolang met mij mee mag naar een huisbezoek, tot u denkt: nu kan ik het zelf.
- Voor meer informatie over de cursus en over de werkzaamheden mag u mij altijd bellen.



Marijke Verbeek Ouderenadviseur KBO Den Helder Tel: 759425

## Jonge senioren gezocht voor de commissie Ledencontact

De KBO-slogan "Omzien naar elkaar" kent iedereen die lid is van de KBO. Maar wat nu als deze slogan niet meer staande kan blijven door het gebrek aan vrijwilligers. Ook onze KBO "vergrijsst" snel, maar jongere leden melden zich niet aan als nieuw lid en juist die groep: daar zijn wij naar op zoek. De commissie Ledencontact weet dat er jonge senioren zijn die misschien wel bij deze commissie willen aansluiten maar geen idee hebben wat er van hen gevraagd wordt.

De commissie bezoekt 85-jarigen rond hun verjaardag maar ook leden die opgenomen zijn in het ziekenhuis of verpleeghuis worden bezocht en krijgen een kleine attentie. Dat laatste is een leuke binnenkomer maar niet het belangrijkste. Het gaat om de onderliggende verbinding die wij als KBO hoog in het vaandel hebben. Wij willen niemand buitensluiten en hierdoor de vereenzaming te lijf gaan. En uit ervaring weten wij dat leden een bezoekje zeer waarderen. Maar ook een kaartje of telefoontje door het jaar heen doet wonderen.



In deze commissie zitten vrijwilligers die al jaren deel uitmaken van deze commissie, maar nu aangeven er t.z.t. mee te willen stoppen. Dit gezien hun leeftijd of veranderende leefomstandigheden. Maar dit niet doen omdat zij "hun leden" niet in de kou willen laten staan doordat er geen nieuwe mensen voorhanden zijn.

Mocht u aan deze oproep gehoor willen geven en samen met andere leden deze commissie in stand willen houden, dan nodigen wij u uit om eens deel te nemen aan een vergadering van deze commissie. Hier kunt u de sfeer proeven van bevlogen vrijwilligers die veelal al jaren zorgen voor de verbondenheid met onze leden.

Neem gerust contact op met de voorzitter van de commissie Ledencontact. Zij kan u meer vertellen over wat er van u gevraagd wordt. En er zal altijd rekening worden gehouden met uw mogelijkheden en wensen.

Ria Verbruggen tel: 06 50489649 of per mail: [ledencontact@kbodenhelder.nl](mailto:ledencontact@kbodenhelder.nl)

“ Omzien naar elkaar... het doet iets met je”

## Bijdrage van Wilma

Als je weinig tijd hebt en toch de tijd neemt, wat kunnen boerenkool en een wasmachine dan in hemelsnaam met elkaar te maken hebben!



### *Op tijd thuis voor het eten*

Ik ben 'bijna' 16 jaar als ik met mijn moeder na schooltijd nog even gezellig ga winkelen. Ze wil weer op zoek naar een lapje stof en ik weet dat dat altijd wel even kan duren. Vele lapjes gaan door haar handen. Sommige worden over haar schouder gedrapeerd en dan gaat ze voor de spiegel staan om te kijken of het haar wel staat. Eén van de redenen dat ik meega, is dat ik graag met haar meezoek naar mooie stofjes. Alleen deze keer wil ik ook nog héél graag even langs de winkel van Cor Kikkert, de rijwielhandelaar. Daar staat 'de' brommer die ik zó graag wil hebben als ik straks 16 jaar wordt. Een rode Sparta. Ik weet dat hij in de etalage staat te glimmen. Ik wil er zo graag nog even naar kijken voordat we weer naar huis gaan. Nadat mijn moeder eindelijk een lapje stof heeft uitgezocht en heeft betaald, vraag ik natuurlijk of we nog even bij Cor Kikkert langs kunnen gaan, dan kan ik nog even kijken naar mijn toekomstige brommer. Ze kijkt op haar horloge en zegt dat we daar eigenlijk geen tijd meer voor hebben. "Je vader komt om 5 uur thuis en dan moet het eten op tafel staan, want daarna moet hij direct door naar zijn avondklusje. En we eten vanavond boerenkool van eigen tuin, daar zit zoveel zand in dus moet ik dat meerdere keren uitspoelen en daarna ook alles nog in kleine stukjes snijden!" "Nou mam, die stronken kan je toch ook in de wasmachine gooien, dan is het zand er zo uitgespoeld!" We lopen richting Cor Kikkert waar ik nog even mijn brommer kan bewonderen. Thuisgekomen heeft mijn moeder de stronken in de wasmachine gegooid. Al kijkend naar de draaiende boerenkool moeten we erg lachen. En gelukkig! De boerenkool staat op tijd op tafel... en er zit gelukkig geen wasmiddelsmaakje aan.



## Dit doet me denken aan een mopje:

Een echtpaar is aan het winkelen en ze lopen op een zeker moment langs een juwelier waar de vrouw als een magneet naar toe getrokken wordt. "Moet je eens zien wat een schitterende ring daar ligt..., hij zou prachtig om mijn vinger staan. Gewoon prachtig!" De vrouw blijft er verliefd naar kijken waarop de man zich naar zijn vrouw keert en vraagt: "Vind je hem echt zo verschrikkelijk mooi?" "Jáááá prachtig" zegt de vrouw. "Nou dan gaan we morgen toch weer kijken!"



## Ledenadministratie

### Nieuwe leden

Dhr. C.A. Slagwater  
Zeeloodsenlaan 8B  
1785 BN Den Helder

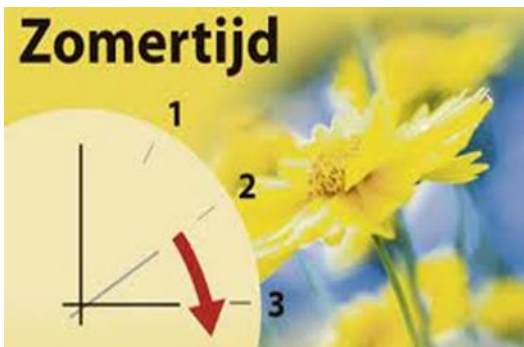


**Wij ontvingen bericht van overlijden van  
onderstaand KBO-lid:**

**Mevrouw G.H. van Veen-van Vliet**

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

**In de nacht van  
zaterdag  
30 maart op  
zondag  
31 maart gaat  
de zomertijd in.  
Om 02.00 uur  
wordt de klok  
een uur vooruit gezet!  
Zomertijd.... Heerlijk!**



# Steeds meer senioren worden buitengesloten



Het is maandag 19 februari 2024, buiten is het grijs maar droog. Na een verregende zondag is dat mooi meegenomen. Nadat ik mijzelf eens goed had toegesproken heb ik mijn heerlijke dekbed verteld dat het tijd is om op te staan. Na mijn broodje en koffie kan de dag echt worden opgestart. Met mijn iPad in de aanslag, eerst even het laatste nieuws op teletekst en in de NOS app lezen.

Gedeeltelijk bijgepraat door deze apps begin ik aan de krant die ik digitaal lees. Op zoek naar het berichtje dat ik op teletekst las dat de NS weer iets nieuws heeft bedacht. Als wij senioren met de trein willen, worden we al heel lang gesommeerd om buiten de spits te reizen. Op zich is dat geen probleem want senioren zijn niet allemaal vroege vogels. Stel: u heeft een vriendin uitgenodigd voor een leuk dagje Amsterdam en u heeft aangegeven dat u haar belooft dat zij met 40% korting met u mee kan reizen. Dat kan en mag als u een NS-abonnement op uw OV-chipkaart heeft staan. Maar....daar heeft u wel de NS-app voor nodig in de toekomst. Helaas hebben niet alle senioren een smartphone, want velen vinden een seniorentelefoon met grote druktoetsen meer dan genoeg. Ze bellen er alleen maar mee.

Vanaf 22 april 2024 kunt u het kortingskaartje voor uw medereiziger niet meer via de automaat op uw OV-kaart zetten. Reden: er wordt misbruik gemaakt door mensen die zeggen met iemand mee te reizen. U moet vanaf die datum via de NS-app de korting op uw kaart zetten en u krijgt daarvoor een code die u ook weer moet doorgeven aan uw medereiziger(s).

Maar dat zal voor veel senioren een moeizaam gebeuren zijn als je geen apps op je telefoon hebt. En het ook niet via de computer of iPad kunt regelen. Zelf had ik een paar weken geleden ook een gedoe bij de automaat; ik wilde graag een dagkaart voor mijn 14-jarige kleindochter. Hiervoor betaal je € 7,50. Een mooie geste van NS maar dat kon niet meer vanuit de automaat geregeld worden. Ook dat moet nu via de NS-app vertelde de conducteur mij.



Dan naar de voorpagina van de Helderse Courant waar de wijkverpleging heel veel moeite moet doen om in aanmerking te komen voor noodzakelijke verpleegmiddelen. Zeker voor mensen die in het laatste stadium van hun leven zijn kan dit grote gevolgen hebben.

Lang geleden kon je voor je diabetesspullen nog terecht bij de apotheek; zoals voor een bloedsuikermeter en stripjes voor de meter. Maar ook dat kan niet meer, die bestel je via de telefoon of internet bij een firma die daar in gespecialiseerd is. Alleen voor insulinepennen ga je naar de apotheek. Incontinentiemateriaal kon je ook ophalen bij de apotheek. Nu gaat dat via een bedrijf dat het bij je thuis aflevert met een busje dat zo heerlijk de straat kan blokkeren. Zelfs een katheter komt per post samen met de bijbehorende benodigdheden. Waarom niet gewoon bij de apotheek? Maar wat nou als de aanvrager van verpleegmiddelen slecht ter been is, wie maakt de deur dan open en neemt de doos in ontvangst?

Maar ook dichterbij zijn in de loop ter tijd dingen afgeschaft. Wat dacht u van de grootgrutter waar wij zegeltjes spaarden en de volle boekjes aan de balie konden inleveren voor € 52,00. Nu kun je nog sparen in een speciale app, en als je een keer wat zegels wil laten verzilveren kan dat niet meer contant. Het geld storten ze op je bankrekening en vertellen erbij dat het maximaal 24-48 uur kan duren voor het op je rekening staat. En....je mag nooit meer dan 5 volle boekjes tegelijk inleveren. Ook de extra zegels die je kunt sparen voor



mooie nieuwe pannen of een flinke korting op een pretparkbezoek, of bioscoop, gaan mensen zonder (bijv.) de AH-app aan de neus voorbij.

Jammer dat veel bedrijven geen rekening houden met klanten die hen jarenlang trouw zijn gebleven maar helaas niet digivaardig zijn. En veelal niet meer over willen stappen op een smartphone.

Het is niet zo dat ik denk dat alles vroeger beter was, maar nu slaat de digitalisering door en wordt een grote groep mensen, ongeveer 40% van de 80-plussers, buitengesloten omdat hun digitale vaardigheden er niet zijn of dat ze de verandering op de computer niet meer bij kunnen benen.

Ik ga in ieder geval de truc met mijn OV-kaart en 40% korting voor mijn medereiziger proberen te regelen. Maar het zou zomaar kunnen dat dit ook mijn pet te boven gaat en ik de NS voor gezien hou en de trein de trein laat.

Een betrokken KBO-lid

# NOG STEEDS WINTER (puzzel van vorig boekje)

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

--	--	--

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

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

--	--	--	--

--	--

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

--	--	--	--



CHOCOLADEMELK	SNEEUWBAL
ERWTENSOEP	SNEEUWPOP
GLAD	SNEEUWSCHOENEN
GLUHWEIN	SNEEUWSCHUIVER
HANDSCHOENEN	SNEEUWVLOK
IGLO	SNOWBOOTS
KOUD	TRUI
KRUIK	VORST
LANGLAUFEN	WANTEN
MUTS	WINTERJAS
OORWARMERS	WINTER
SCHAATSEN	WINTERPRET
SJAAL	WINTERSLAAP
SKIEN	WIT
SLEE	IJS
SNEEUW	IJSBAAN



Een woordzoeker voor de donkere dagen. Als u alle bovenstaande woorden hebt weggestreept houdt u letters over. Deze vormen een zin die in de lege vakjes hiernaast past. Dat is de oplossing die u, s.v.p. MET vermelding van uw naam, kunt sturen naar Ria Verbruggen:

[ledencontact@kbodenhelder.nl](mailto:ledencontact@kbodenhelder.nl) of u belt met nummer: 06-50489649.

De oplossing van de puzzel in het boekje december/januari was: 'de tijd van gezelligheid'.

In het boekje van februari was geen ruimte meer voor bijgaande puzzel. Daarom nu alsnog een winterpuzzel.

De winnaar is: Rita Plat. Gefeliciteerd met uw prijs.  
U krijgt hem binnenkort thuis.



## Nieuws van de Commissie Reizen

Na het uitkomen van het afdelingsblad van februari en het eerste Reisboekje van 2024 stroomden de aanmeldingen voor een mooie vakantie of een gezellig dagje uit binnen.

Wij werden stil van zoveel belangstelling voor de vakanties en de dagtocht naar het Boomkwekersmuseum in Boskoop en de siroopwafelbakkerij in Gouda op woensdag 3 april a.s. Maar het geeft ons ook een probleem, we kunnen niet iedereen de gewenste kamer of een plaats voor de dagtocht geven. Het was en is nog steeds puzzelen en onderhandelen.

Laten we beginnen met de vakanties:

De **7-daagse vakantie** naar het Ahrdal, van 26 mei t/m 1 juni, zit vol.

Alle tweepersoons en eenpersoons kamers zijn geboekt. Maar er is nog geen reservelijst! Dus mocht u eigenlijk wel mee willen maar heeft u zich nog niet aangemeld, stuur dan nog snel uw aanmeldingsbriefje in. Er is altijd kans dat er deelnemers moeten annuleren.

De **5-daagse vakantie** naar het Burghotel Pass, van 19 t/m 23 augustus, heeft nog wat ruimte. Helaas zijn er alleen nog tweepersoonskamers beschikbaar. De 15 eenpersoonskamers zijn allemaal bezet en er is een wachtlijst voor. Het duurt nog even maar u ziet dat het heel snel kan gaan.

Ook voor de eerste **dagtocht op woensdag 3 april** was al snel veel belangstelling en is er een reservelijst. Heel jammer maar er zijn alweer volop nieuwe plannen en de leden die nu op de wachtlijst staan worden dan als eerste de kans gegeven om voor de volgende dagtocht in te schrijven. Voor ons wat extra werk maar we doen het graag omdat we iedereen een gezellig dagje uit met onze KBO gunnen.

Als verrassing leest u in dit afdelingsblad de aankondiging van een nieuwe dagtocht op **zondag 21 april**. Een dagtocht die lekker in de buurt blijft, we maken een rondje bloemenmozaïeken in Anna Paulowna en Breezand. Daar hoort natuurlijk koffie met lekkers bij en een afsluiting met een hapje eten.

U merkt dat wij er weer zin in hebben en hopen met velen van u een gezellige dag of mooie vakantie te beleven. Heeft u vragen of wilt u informatie dan kunt u ons bellen op 06-29330488 of mailen naar [kbodh.reizen@gmail.com](mailto:kbodh.reizen@gmail.com).

**Een warme voorjaarsgroet van Nel, Thea, Irene en Ria**



## **Uiterste inleverdatum kopij en datum volgend boekje**

Uiterste inleverdatum van kopij voor het volgende boekje (april 2024) is: zaterdag 16 maart 2024. Inleveren van stukken per e-mail naar: [redactie@kbodenhelder.nl](mailto:redactie@kbodenhelder.nl) Het volgende KBO-afdelingsblad zal tussen maandag 1 en donderdag 4 april 2024 bij u bezorgd worden.

---

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

Website van KBO Den Helder:	<a href="http://www.kbodenhelder.nl">www.kbodenhelder.nl</a>
Website van de landelijke KBO-PCOB	<a href="http://www.kbo-pcob.nl">www.kbo-pcob.nl</a>
Website KBO Noord-Holland	<a href="http://www.kbonoordholland.nl">www.kbonoordholland.nl</a>

### **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.regelzorg.nl](http://www.regelzorg.nl) of tel. 085-1309699, of via [www.rijbewijskeuringsarts.nl](http://www.rijbewijskeuringsarts.nl) of tel. 085-0180800. 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](mailto:belastinghulp@kbodenhelder.nl)

A. van de Walle	Buys Ballotstraat 24	Den Helder	tel. 06-40162520
A. Ufkes	Marsdiepstraat 171	Den Helder	tel. 0223-620064
B. de Kleijn	Jhr. J. van Veenstraat 26	Den Helder	tel. 0223-627359
I. Koopman-Dekker	Julianaplein 78	Den Helder	tel. 06-48120177

### **Ambulance, Politie, Brandweer bij spoed**

Politie, niet urgent	tel. 0900-8844
Centrale huisartsenpost	tel. 0223-670470
Noordwest Ziekenhuisgroep, locatie Den Helder	tel. 0223-696969
Slachtofferhulp	tel. 0900-0101
Steunpunt Mantelzorg	tel. 0223-747009
Steunpunt huiselijk geweld (A-team)	tel. 085 0644095
WMO Den Helder	tel. 0223-671200
Thuiszorg Omring	tel. 088-2068910
DOC-Team (Geriant)	tel. 0223-648100
Notaris mevr. mr. E.M.T. Arrindell - voor al uw vragen!	tel. 0223-672100

### **tel.112**



# 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](http://www.comfortenwelzijn.nl)