

# **KBO DEN HELDER**

## **Krachtig, Betrokken en Ondernemend**

# **KBO**

## **DEN HELDER**

omzien naar elkaar

### **Afdelingsblad juli/augustus 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  
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



Alhoewel de maand juni zonnig is begonnen, heeft zij ons veel regen gebracht. Maar eind goed al goed, want de laatste week van juni heeft alles weer goed gemaakt. Temperaturen boven de 30 graden hebben het kwik bereikt. Soms was het voor u veel te warm waardoor u toch genoodzaakt bent geweest om de verkoeling binnen te zoeken.

Gelukkig hebben velen weer deelgenomen aan de diverse activiteiten. Een bus vol blije gezichten heb ik ontmoet op de dagtocht naar Rotterdam op 12 juni 2024. Wat een machtig schip de "SS Rotterdam" en dan die mooie vaartocht door de Rotterdamse haven. Herhaling volgt op 3 juli.

De diavoorstelling met bijbehorende lezing over het dorp Huisduinen door meesterverteller Jan Kikkert is velen van onze leden ook niet ontgaan. Ik hoop dat deze middag u geïnspireerd heeft en u aanmoedigt om deel te nemen aan de net zo interessante wandeling op 12 juli 2024 door de betreffende wijk. De vakantie staat voor de deur. Misschien trekt u er op uit met dierbaren, of krijgt u uw kleinkinderen voor een logeerpartij. Geniet u ervan. Maar ik denk ook aan thuisblijvers. Onze activiteitencommissie heeft voor de maanden juli en augustus een mooi en gevarieerd programma samengesteld. De line dansemiddag is inmiddels geweest. Buiten de wandeling volgen er nog de rondleiding op het KIM, rondleiding bij de Traditiekamer, een bezoek aan molen De Hoop en onze jaarlijks jeu de boule. Ook het koffiedrinken bij Deugeniet gaat gewoon door. U leest hier meer over in ons afdelingsblad.



Omkijken naar elkaar is belangrijk, dat is ook onze betrokkenheid met onze medemens. Want ook in deze periode zijn er nog veel eenzamen. Misschien kunt u in juist in deze aankomende periode iemand extra op de koffie vragen of bezoeken. Blijf naar elkaar omkijken, zodat Krachtig, Betrokken en Ondernemend onze missie blijft. Houd uw gezondheid in de gaten, want corona slaapt niet. Ik zie de cijfers de afgelopen weken weer oplopen.

We staan aan het begin van een regeringsperiode van ons nieuwe kabinet. Wat de toekomst ons land brengen zal, zullen we gauw weten. Ik wens u allemaal een fijne vakantieperiode. Misschien ontmoet ik u bij één van onze zomeractiviteiten. De KBO-leden die meegaan met de 5-daagse naar Burghotel Pass in het Duitse Oeding wens ik een mooie tijd samen, een goede reis en veilige thuiskomst. Een warme groet van uw voorzitter 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](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)



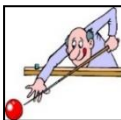
## Nieuws over activiteiten in 2024



- **Woensdag 10 juli en 14 augustus 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 hierna is 11 september.



- **Woensdag 25 september: Koffiedrinken in Julianadorp** voor eigen rekening bij eFFE in 't Dorp op het Loopuijtpark. Aanvang: 15.00 uur. Aanmelden bij Marty Driehuis: 06-20318643 (mag ook via de app). Volgende keer wordt 16 oktober.



- **Vrijdag 6 september: 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; 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 4 oktober.** Meer informatie: bladz. 26.



- **Vrijdag 20 september: sjoelen in West End.**

Het gezellige Hollandse spel. Kosten: 5 euro. Zaal open: 13.30 uur. **Volgende keer: vrijdag 18 oktober.** Meer informatie bij **Lia Bunschoten: 0223 754700** en op bladz. 25

Woensdag 17 juli: Lezing over slavernijverleden door Floor Johns zie bladz. 9.

In ons bijgevoegde zomeractiviteitenboekje leest u alle informatie over:

- **Vrijdag 12 juli de wandeling met Jan Kikkert** door het mooie dorp Huisduinen. Meer informatie bij Marja Steffens 06 1231 6655.

- **Woensdag 17 juli een rondleiding door het KIM.** Entree € 6,00. Opgeven bij Nel Donkers voor 15 juli op 0223-642986. Ook afzeggen!!

- **Woensdag 24 juli rondleiding door Molen de hoop in 't Zand.** Entree is gratis, wel graag een bijdrage in de foienbus. Info bij Marja 0612316655.

- **Woensdag 7 augustus bezoek aan de traditiekamer MLD.** Entree graag een bijdrage in de foienbus. Info en opgeven bij Marty 06 20318643.

- **Donderdag 15 augustus jeu de boules.** Bij Entre Nous aan het Schapendijkje. Info en opgave bij Marja op 06 12316655.

- **Woensdag 4 september Pannenkoekenlunch.** Info bij Lia 0223754700.



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.

# Slavernijverleden in Suriname

**Themamiddag voor de PCOB en KBO op 17 juli 2024**

Floor Johns, u welbekend, zal op 17 juli 2024 voor de leden van de PCOB een lezing geven over de slavernij in Suriname. Zij nodigt hierbij ook de KBO-leden uit. Ook zij zijn van harte welkom.

De Nederlandse bijdrage aan de slavernij is op z'n zachtst gezegd een minder glorieus onderdeel van de vaderlandse geschiedenis. Nederland heeft actief deelgenomen aan de handel in slaven. De Nederlanders veroverden Suriname in 1667 op de Engelsen. Tijdens de Vrede van Breda (31 juli 1667). Acht dagen na aankomst van een slavenschip mocht de verkoop pas beginnen. Dit om te voorkomen dat de beste slaven in onderlinge deals met de kapitein naar de grote plantagehouders gingen. De slaven waren na afschaffing van de slavernij verplicht zich 10 jaar als contractarbeider te verhuren aan hun voormalige eigenaar. De voormalige eigenaar had echter geen verplichting meer om voor zijn werknemer en zijn gezin te zorgen. Zo verslechterden de omstandigheden van de Afrikanen.

Floor hoopt u tijdens haar lezing uitgebreid te kunnen vertellen over het leven van de slaven van Suriname en hun positie na de afschaffing van de slavernij in 1863.

De kosten zijn één euro voor koffie of thee. Hiernaast is een vrijwillige bijdrage voor het lief- en leedpotje welkom.

**Woensdag 17 juli - Aanvang 14.00 uur.**

**In de Vredeskirk**

Opgave van tevoren is niet nodig.

Ria Verbruggen





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](http://wilmsonderhoudstoring.nl)



## Wilt u ons boekje eens in kleur zien?

Dat kan! Kijkt u dan eens op onze website:

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

U vindt daar alle boekjes van de afgelopen 2 jaar.

Klik ze aan en u ziet ons vertrouwde boekje maar dan veel mooier doordat het in kleur is.





## Nieuws van Wilma

Soms ben je ergens waar je niet wordt gezien of gehoord. Je voelt je onzichtbaar.



### *Gewaardeerd worden*

Een vader zegt tegen zijn dochter: "Je bent cum laude afgestudeerd, hier is een auto die ik vele jaren geleden voor je heb gekocht. Hij is wel wat ouder maar voordat ik hem aan je geef, wil ik dat je hem naar een bedrijf van gebruikte auto's brengt. Vertel ze dat je hem wilt verkopen en kijk hoeveel ze je ervoor bieden. De dochter gaat naar de zaak voor gebruikte auto's, keert terug naar haar vader en zegt: "Ze bieden me maar 1000 euro omdat hij er behoorlijk versleten uit ziet."

Vervolgens zegt de vader: 'Breng hem nu naar het pandjeshuis.' De dochter gaat naar het pandjeshuis, keert terug naar haar vader en vertelt hem dat het pandjeshuis slechts 100 euro biedt omdat het een oude auto is. Daarna vraagt de vader zijn dochter om naar een autoclub te gaan en daar de auto te laten zien. De dochter brengt vervolgens de auto naar de club, keert terug en vertelt haar vader: "Sommige mensen in de club boden er € 50.000 voor omdat het een Nissan Skyline R34 is, het is een iconische auto en gewild bij veel verzamelaars."

Nu zegt de vader tegen zijn dochter: "De juiste plek waardeert je op de juiste manier. Als je niet gewaardeerd wordt, wees dan niet boos, het betekent dat je op de verkeerde plek bent. Degenen die je waarde kennen, zijn degenen die je waarderen. Blijf nooit op een plek waar niemand je waarde ziet."

Dwing jezelf niet om te blijven waar je niet wordt gewaardeerd....  
Blijf waar je gewaardeerd wordt.

Groet van Wilma Wilman



# 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



## Verslag van de rollatorloop



Op zaterdag 15 juni was het een feestje in De Draaikolk. Vanaf 10.00 uur werd iedere deelnemer aan de rollatorloop verwelkomd door het draaiorgel De Harmonie. De vlaggetjes buiten wapperden je tegemoet.

Bijna huppelend kwamen de deelnemers waaronder een paar leden van de KBO, binnen voor de inschrijving. Daar werd hun rollator versierd met ballonnen, een startnummer en de rondekaart.

Na een kopje koffie werd een paar minuten voor 11 het sein gegeven om naar de sportzaal te gaan. Daar was het parcours uitgezet. Het zag er feestelijk uit! Na een welkomstwoord van Janny Bosma van Vitaal en Fit Turnlust kreeg wethouder Tessa Augustijn het woord om de deelnemers kort toe te spreken. Daarna loste zij het startschot.

Daar gingen ze, de 16 deelnemers. Luid toegejuicht door het publiek en aangemoedigd door de speaker Fred van Eck, die normaal gesproken het commentaar geeft bij de Suns.

Fanatiek werden de rondes gelopen. Onderweg snel een hapje fruit of een slokje water, en door! Af en toe werd er door een deelnemer een paar minuten uitgerust in het middenvak. Veel deelnemers hadden van tevoren een plan gemaakt hoeveel rondes ze wilden lopen. Voor de meesten is dat ook gelukt. Om half 12, precies een half uur na de start, werd er afgeschoten. De deelnemers konden hun diploma met daarop de afstand die ze gelopen hadden ophalen bij de inschrijftafel. Daar kregen ze ook een goodiebag met wat verassing. De langste afstand die gelopen was bedroeg 1820 meter!!



Daarna was het tijd voor de pannenkoeken. De 4 bakkers brachten om 12 uur hun stapel pannenkoeken binnen. Ze werden met applaus bedankt! En het grote smullen kon beginnen. Het was een heel gezellige morgen met grote prestaties van de deelnemers en veel enthousiaste vrijwilligers van Turnlust.

Janny Bosma, Coördinator Vitaal en Fit Turnlust

# Reisverslag Duitsland

Hoe kan het toch dat 53 mensen één grote familie vormen? Dat kan volgens mij alleen bij de KBO en dat gebeurde op de reis naar Duitsland. De "rugzakjes" even thuisgelaten, iedereen vrolijk, iedereen zin in deze reis.

En een fijne reis werd het, onder de bezielende leiding van Nel Donkers, met liefdevolle zorg van Ria Thiel en door de geweldige stuurmanskunst van de chauffeur Berend Withaar.

De accommodatie in het besttime Hotel in Boppard was goed; het weer hield zich, los van een stortbui in Koblenz, gedeisd en wat doe je op zo'n reis?

De eerste ochtend verken je de buurt met een wandeling(etje) langs de Rijn, je bezoekt Koblenz en wandelt naar de Deutschen Eck waar de Rijn en Moezel samenkomen of maakt een luchtgondeltocht naar het kasteel.

Dan bezoek aan de plaatsen in de omgeving: Rudesheim met een boottocht, natuurlijk langs de Lorelei, Bad Ems en het Westerwald, Remagen. Dat had voor mij een grote verrassing in petto. Ria Verbruggen en ik liepen wat door om koffie te drinken en we kwamen op een plein terecht waar 2 vrouwen een altaar aan het opbouwen waren. Het was Sacramentsdag wat in dit deel van Duitsland als een feestdag gevierd wordt. Alle winkels dicht, geen vrachtverkeer. Uit de straat kwam een processie, gevolgd door een groot aantal mensen. Zij verzamelden zich rond het altaar, er werd gesproken en gebeden, mensen knielden. Heel indrukwekkend allemaal. 's Middags een tocht met de Vulkaan Express; nooit geweten dat dit gebied een oud vulkaangebied is. Zo leer je nog eens wat!

Vrijdag een bezoek aan Maria Laach met z'n mooie basiliek minor en fraaie tuin, mooi tegenwicht om 's middags de wijnkelders in Mayschoss te bezoeken. Daar zagen we restanten van de vreselijke overstroming van het Ahrdal uit 2021. Er is geld genoeg voor de wederopbouw maar het ontbreekt aan mankracht. Had Angela Merkel gelijk met haar "Wir schaffen es" om immigratiemankracht naar Duitsland te ondersteunen?

Tot slot op weg naar huis even naar Mönchengladbach, naar het supergrote winkelcentrum Minto met allerlei bekende winkels maar zonder werkende wc's op de begane grond wegens onderhoud. Daarna naar het slotdiner in Wognum. Daar werden de drie voornoemde mensen in het zonnetje gezet en onder het enthousiast meezingen van ons club/lijflied "aan het strand stil en verlaten..." bereikten we Den Helder.

We namen afscheid van onze "familie" waar iedereen met iedereen praatte, waar iedereen voor iedereen betrokkenheid toonde, waar warme vriendschappen werden gesloten en vanwaar we blij en voldaan (en moe) naar huis gingen.

Jeanet Punselie



## Nog een aanbod van batterijtjes

In navolging van het bericht over aangeboden batterijtjes voor gehoorapparaten, kreeg ik het verzoek of nogmaals zo'n bericht in het afdelingsblad geplaatst kon worden.

Het gaat om Mevrouw Postmus. Zij heeft batterijtjes Panasonic **nummer 10 en 312**. Zij verzekert mij dat de batterijtjes in vrijwel alle gehoorapparaten passen.

Haar telefoonnummer is 0223 - 636938.

Groet van Ria Thiel

## Ledenadministratie

### Nieuwe leden:

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

De heer F. Serrano  
Keizerskroon 45  
1787 BN Julianadorp

Mevrouw R. van Heteren-Hiemstra  
Jan Verfaillweg 486  
1783 BR Den Helder

Mevrouw L. Bürkel-Elstgeest  
Kruiszwijn 4311  
1788 RB Julianadorp



## Nieuws van de Commissie Reizen

Hoera, het is zomer. Bijna hadden we de moed al opgegeven want wat duurde het lang voor het echt zomer werd. Gelukkig kunnen we nu weer genieten van onze tuin of balkon. Laat de warmte van de zon maar komen!

We nemen u even mee naar de afgelopen maand want we gingen er weer op uit. Van zondag 26 mei t/m zaterdag 1 juni beleefden 53 KBO leden een heerlijke 7-daagse vakantie in Duitsland. Wanneer u het verslag in dit afdelingsblad leest kunt u een beetje mee genieten van deze mooie dagen in Boppard aan de Rijn.



Nel en Ria hebben een bijzonder gezellige en mooie vakantie gehad met dank aan alle deelnemers en onze chauffeur Berend. Zij hebben met deze fijne groep genoten!

Op woensdag 12 juni maakten 43 KBO leden een mooie dagtocht naar Rotterdam. Voor deze dag stond een bezoek aan het prachtige, klassieke cruiseschip SS Rotterdam op het programma en een rondvaart met de SPIDO door de Rotterdamse havens. Een maritieme dag zullen we maar zeggen die begon met een kopje koffie of thee in de captainslounge. En niet te vergeten een heerlijk gebakje daarbij. Daarna volgde een rondgang door het immens grote schip waar we echt maar een klein stukje van hebben gezien. Iedereen kon met de audiotour informatie over het schip beluisteren en zo zelf het tempo bepalen. Uiteindelijk bleek het voor een grote groep aantrekkelijker te luisteren naar een van de gastheren aan boord. Hij nam ons mee naar wat mooie plaatsen waar hij geanimeerd over wist te vertellen. Hij loodste ons rechtstreeks naar het zonnedek, de danszaal en de bioscoop annex theaterzaal. Ook de winkel met allerlei leuke artikelen was in trek.



Tijd tekort want er wachtte ons nog een vaartocht waar we ieder jaar naar uitkijken. Het was prachtig weer en dat maakte deze vaartocht weer bijzonder. Genietend op het zonnedek of benedendeks met een drankje of lekkernij was het genieten van een kijkje in de Rotterdamse haven. Aan het einde van de middag waren voor ons de tafels gedekt bij Bianca's in Oterleek voor een heerlijk diner. Het was een prima afsluiting van een bijzonder gezellige dag. Op woensdag 3 juli zal een tweede groep deze dagtocht maken en dan hopen wij op weer zo'n mooie dag naar Rotterdam.

De **5-daagse vakantie naar Duitsland** vertrekt op **maandag 19 augustus**. Deze vakantie is voor alle KBO leden, ook zij die afhankelijk zijn van een rollator. Het programma is aangepast aan het tempo van de deelnemers maar wij vertrouwen erop dat deze vakantie weer een mooie herinnering zal zijn voor de ongeveer 40 deelnemers. In het volgende Afdelingsblad van september leest u een verslag van deze vakantie.

Naast deze uitstapjes in juli en augustus verdiepen wij ons verder in het programma voor de tweede helft van 2024.



**Donderdag 26 september** – "mannen" dagtocht waar ook dames welkom zijn die belangstelling hebben voor techniek of gewoon een gezellige dag uit.

**Zondag 17 november** – een speciale dagtocht met koffie en gebak, een prachtige voorstelling en als afsluiting een heerlijk diner.

**De 4-daagse Kerstsferreis** zal waarschijnlijk plaatsvinden in de laatste week van november of de eerste week van december. Welke Kerstmarkt we gaan bezoeken en wat het programma zal zijn wordt in de komende weken beslist. Bij het volgende afdelingsblad voor september 2024 zal het tweede Reisboekje voor 2024 worden gevoegd. Daarin alle informatie en aanmeldingsformulieren voor de genoemde uitjes.

**Heeft u vragen of wilt u informatie**, dan kunt u ons mailen naar [kbodh.reizen@gmail.com](mailto:kbodh.reizen@gmail.com) of bellen op 06-29330488.

Maar let op: tijdens de 5-daagse vakantie naar Duitsland, van 19 t/m 23 augustus, gaat de reistelefoon met ons mee. Deze dagen is het de bedoeling dat u dit nummer **niet** belt, het is speciaal voor de vakantiegeangers!

Tot ziens en een zonnige zomergroet van Nel, Thea, Irene en Ria



## Terugblik op de 7-daagse KBO vakantie

Het is zondag 26 mei 2024 al heel vroeg een drukte van belang bij de Vredeskerk. De bus staat gereed om 53 KBO-leden naar het Duitse Boppard te brengen voor een 7-daagse vakantie. Vakkundig worden alle koffers onderin gezet en er gaan zelfs een aantal nordic walking stokken mee.

De bus vertrekt op tijd, uitgezwaaid door een groot aantal familieleden en bestuursleden. De eerste stop is in Teteringen waar in de Abdij de tafels zijn gedekt voor een heerlijke lunch en er is even tijd om de benen te strekken. Mede door de gezellige sfeer in de bus gaat de reis voorspoedig en komen we al snel in ons hotel aan. Het Besttime Hotel is prachtig gelegen aan de oever van de Rijn en via een pad is het centrum van Boppard op loopafstand. Deze avond is het voor velen bijpraten en op tijd naar bed na deze eerste reisdag.

Op maandag is de ochtend voor iedereen vrij en velen maken een wandeling naar het centrum via de prachtige Rijnpromenade of verkennen de omgeving. Na een heerlijke lunch vertrekken we naar Koblenz waar bij de Deutsches Eck de Moezel en de Rijn samenkomen. De bus wordt bij de boulevard geparkeerd en iedereen zwermt uit. Een groepje zoekt de kabelbaan op voor een bezoek aan het hooggelegen Fort Ehrenbreitstein. Anderen maken met een treintje een toer door de stad waarbij we veel over de geschiedenis van Koblenz horen. Interessant maar vooral heerlijk om droog te zitten want inmiddels regende het. Terug in het hotel maken we ons gereed voor het diner en aansluitend de quiz-avond. Het werd een bijzonder gezellige avond waar iedereen van heeft genoten.

Ook op dinsdag gaan we er weer op uit en via een mooie route komen we uit in Rudesheim dat ook aan de Rijn ligt. Het is heerlijk weer, er zijn leuke winkeltjes en terrassen en de tijd vliegt voorbij. Om 13.45 uur begint de vaartocht over de Rijn naar St. Goar waar Berend, onze chauffeur, weer staat te wachten met de bus. Deze avond organiseert het hotel een muziekaft

het muzikale duo doet zijn uiterste best de mooiste schlagers en hits uit onze jonge jaren ten gehore te brengen. Zelfs Nederlandse liedjes worden gezongen nadat zij merken dat er een grote groep Nederlandse gasten in het hotel aanwezig is. De polonaise, een dansje en zelfs samen line dance proberen bracht de stemming erin. Het bleef deze avond weer lang gezellig!





Woensdag brengen we een bezoek aan Bad Ems met, zoals de naam al zegt, een aantal kuuroorden en een mooi park om te wandelen. Het is rustig op straat maar de mooie tocht door het Westerwald met smalle haarspeldochten maakt een hoop goed. 's Middags bezoeken we het Keramiekmuseum Höhr dat gehuisvest is in een riant, supermodern gebouw. Er is veel, soms te veel, te zien en de rondleiders willen heel veel met ons delen. Voor sommigen wordt het iets te veel en zij trekken zich terug in het restaurant met koffie en lekkers of een frisje. Deze avond genieten velen van het uitzicht op het zonneterras, anderen halen de spelletjes tevoorschijn. Op de ene tafel klaverjast een viertal, op een andere tafel wordt met zes personen Skip-Bo gespeeld met een paar kijkers. Maar ik zie ook Triominos en het Keezenspel op tafel liggen. Kortom, ook op deze wijze wordt het een heel gezellige avond.



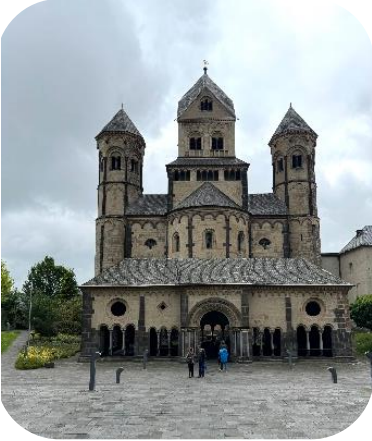
Inmiddels is het alweer donderdag; in Duitsland viert men Sacramentsdag met een vrije dag voor iedereen. Er staat een bezoek aan Remagen op het programma waar het "zondags" rustig is. Tijd om door het stadje te dwalen en neer te strijken op een terras aan de Rijn. Met een kopje koffie in het zonnetje is het puur genieten van deze mooie dag. In de middag maken we een treinrit met de Vulkan Express. Twee wagons van deze smalspoortrein zijn gereserveerd voor ons gezelschap. Tijdens een 90 minuten durende rit rijden we door het vulkanische Brohl-tal naar het hoog plateau van de vulkanische Oost-Eifel. De rit gaat door het deels smalle dal, over elegante stenen bruggen en een bijna 100 meer lange tunnel. Bij het eindstation staat Berend weer te wachten om ons naar het hotel te brengen.



Het wordt weer een dolle avond want het is Bingo time!

Er wordt heel veel gelachen en de kleine en wat grotere prijzen worden zeer gewaardeerd. Op deze avond is het aantal decibellen weer veel hoger dan in onze huiskamers, maar wat is het gezellig.

Vrijdag, de laatste dag in Duitsland voor onze terugreis gaat beginnen, gaan we naar het Ahrdal. We beginnen met een bezoek aan Maria Laach, de abdij van de Benedictijnen met de Basiliek met zes torens als de ziel van dit grote complex.



In de prachtige kloosterwinkel vinden we een groot assortiment uit de ambachtelijke ateliers van Maria Laach. Vazen en serviesgoed uit het keramiekatelier, schriften en boeken uit de boekbinderij en het populaire kloosterbier van Laach.

Heel veel keuzestress want wat is leuk om mee naar huis te nemen! Eerst nog even genieten van een heerlijke appelstrudel. Misschien dan toch maar een tuinplantje uit de prachtige tuinkas meenemen!

Opschieten want onze tocht gaat verder naar het echte Ahrdal waar in juli 2021 zich een ramp voltrok. Slagregens veroorzaakten een overstroming waarbij 135 mensen verdronken en het water 60 van de 112 bruggen vernietigde. We zien nog steeds de sporen van de ramp. Bruggen, wegen en huizen zijn deels gerenoveerd, deels ziet het zoals het direct na de ramp eruit zag. In het wijndorp Mayschoss bezoeken wij de plaatselijke wijnkelder. Onze groep wordt met open armen ontvangen, het toerisme moet weer opbloeien en daar mogen wij op deze dag aan bijdragen. Tijdens de rondleiding vertelt onze gids met veel passie over het proces om van mooie druiven heerlijke wijnen te maken. Tot slot nemen we plaats voor de wijnproeverij van rode en witte wijn, maar ook van druivensap voor degenen die geen alcohol drinken.



Het was een mooi bezoek en het geeft een goed gevoel een beetje aan het herstel van dit mooie dorp bij te kunnen dragen. We gaan terug naar ons hotel; vanavond afscheid nemen en de koffer inpakken. Nog even genieten van de ondergaande zon op het zonneterras, morgen gaan we naar huis.

Deze zaterdag begint voor iedereen met de laatste spullen in de koffer doen, een vroeg ontbijt en om 10.00 uur vertrek. Nog eenmaal langs de Rijn en een laatste blik op ons hotel, nu aan de overkant gelegen, en op weg naar huis. Rond het middaguur is een stop gepland in het park van Schloss Rheydt in Mönchengladbach. Helaas het regent en in goed overleg wordt besloten deze stop elders te maken. Berend, onze chauffeur heeft een groot en vrij nieuw overdekt winkelcentrum ontdekt in Mönchengladbach. Voor ons even genieten van een kopje koffie of thee met dutse lekkernijen. Er is een grote variëteit aan winkels en bij terugkomst in de bus is menig tas gevuld. De lunchzak, zoals iedere dag weer gevuld met zelf uitgezochte lekkernijen van het buffet, nuttigen we nu in de bus. En verder gaat de reis naar Noord-Holland. Daar wacht een heerlijk diner bij Stam in Wognum waar onze chauffeur Berend en Nel en Ria als begeleiding hartelijk bedankt worden voor deze mooie en gezellige vakantie week. Tegen 19.30 uur zijn we weer terug bij de Vredeskerk waar familie en vrienden staan te wachten om ons weer mee naar huis te nemen. Dank aan alle deelnemers voor deze prachtige vakantie week. Graag tot een volgende keer, hartelijke groet van een mede-reiziger.



N.B.: de redactie kreeg dit keer 2 verslagen van de reis naar Duitsland. Beide schrijvers hebben hun best gedaan om de reis zo mooi mogelijk te maken. In overleg met Nel hebben we besloten beide verslagen op te nemen.

## Op zondag 2 juni was er weer een Gouwe Ouwe middag In de Stadshal van de Kampanje.



Voor de vierde keer werd er in de Stadshal van de Kampanje een gezellige muziekmiddag georganiseerd met liedjes uit de tijd dat "wij" jong waren. Als KBO reserveerden wij dus snel 40 kaarten voor belang-

stellende KBO-leden. Door een communicatiefoutje stond deze uitnodiging niet in ons afdelingsblad van mei 2024; daarvoor nogmaals onze excuses. Maar u kreeg een apart inlegvel om u toch op de hoogte te brengen van deze middag. Zeker omdat dit feestje nu eens op een zondagmiddag zou plaatvinden.

De aanmelding liep wat stroef, zeker omdat ook veel KBO-leden pas op zaterdag terugkwamen van een vakantie week in Duitsland. En die allemaal weten dat het na een fantastische vakantie week de dag erna een dag is van bijkomen en van alle mooie herinneringen op een rijtje zetten. Het aanmelden was vermeld op de uitnodiging. Maar na twee aanmeldingen stagneerde het. Maar onze leden kennende dachten wij: dat druppelt alsnog langzaam vol. En dat gebeurde ook.

Als KBO hadden wij ook in de uitnodiging aangegeven dat wij op zoek waren naar relatief jonge leden die achter onze promotietafel wilden staan. De bedoeling was de aanwezige bezoekers van dit festijn te kunnen vertellen hoe leuk de KBO is en wat wij allemaal organiseren. Maar helaas meldde zich niemand hier voor aan..... Gelukkig waren Marja Steffens vanuit de commissie activiteiten en Irene Geiger van de commissie reizen bereid deze middag te ondersteunen. Maar hoe dichter wij de datum van 2 juni naderde **n** vielen steeds meer leden af.



Op de dag zelf bleven er nog 27 leden over inclusief de ondersteuners van deze middag. Gelukkig hebben wij op tijd nog kaarten terug kunnen geven om daarmee anderen een kans te geven dit feest bij te kunnen wonen.

Het werd een fantastische middag, inclusief koffie of thee bij binnenkomst.

De band die dit keer speelde bestond uit jonge mensen die met hart en ziel en vol overgave deze middag verzorgden. Er werd veel gedanst en iedereen heeft op zijn manier genoten, maar ook zagen wij KBO-leden in de pauze vertrekken; zij vonden de muziek jammer genoeg te hard. In de pauze hebben wij nog wat mensen gesproken en mochten wij een nieuw lid verwelkomen.

De stands op deze middag waren van diverse buurthuizen die ook hun activiteiten presenteerden. Zo had buurthuis West End de schilderclub uitgenodigd die mooie schilderijen maakte. Een van onze leden beschilderde daar een vaas die bij veel mensen erg in de smaak viel. Ook de Gemeente Den Helder had een stand waar je terecht kon met allerhande vragen, bijv. over de WMO. Maar ook het buurtcollectief dat alle buurthuizen onder haar hoede heeft deed mee op deze middag, want ook buurthuizen hebben activiteiten die eenzaamheid kunnen voorkomen.

In de pauze was het een drukke bedoening bij de counter voor een **drankje**. Tussendoor werden wij getraakteerd op een blokje kaas of worst. Kortom, ondanks de vele afmeldingen was het voor veel KBO-leden een heerlijke zondagmiddag en ging iedereen weer blij naar huis om nog even vooraf te melden: in oktober wil ik graag nog een keer en dat is wel het grootste compliment wat het Gouwe Ouwe orkest kon krijgen.

De volgende Gouwe Ouwe is op dinsdag 8 oktober.

Warme groet, Marja, Irene en Marijke



# EINDELIJK ZOMER

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

Oplissing:

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

--	--	--	--

--	--	--

--	--	--	--	--

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

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

AVONTUREN	VAKANTIELIEFDE
BLOEMEN	WARMTE
BUITENSPELEN	WATERMELOEN
FLIPFLOPS	WATERPRET
FRISBEES	ZAND
KORTE BROEK	ZEEBRIES
KOUD BIERTJE	ZOMERKAMP
KOUDE DRANKJES	ZOMERKLEDING
OPENLUCHTCONCERT	ZOMERTIJD
SANDALEN	ZOMERVAKANTIE
STRAND	ZON
STRANDHANDOEK	ZONNEBRANDCREME
STRANDSTOEL	ZONNEBRIL
SURFPLANK	ZONNESCHIJN
TUINTJE	ZONSONDERGANG
VAKANTIE	ZWEMBAD



Beste puzzelliefhebbers,

Dit keer een zonnige woordzoeker voor u. Hopelijk blijft het mooie weer aanhouden zodat we er heerlijk van kunnen genieten.

U weet het: u streept de woorden weg en de letters die overblijven, vormen een zin die in de vakjes er onder past.

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

De oplossing van de vorige puzzel was: 'Een zomer vol Olympische sporten'. De prijswinnaar is: mevrouw Betty Stob. Van harte gefeliciteerd, u ontvangt uw prijsje zo snel mogelijk.

## Wat leven wij toch in een ingewikkelde wereld....

Heeft u soms ook het gevoel dat wij leven in een wereld die niet altijd meer bij ons past? Vroeger was niet alles beter! Maar wel gemakkelijker toch? Alles was goed georganiseerd, moeders waren thuis en waren voor veel kinderen het eerste aanspreekpunt. Maar ook vaders speelden een rol in de opvoeding. Onze levens waren heel gestructureerd, wij wisten als kinderen precies waar wij aan toe waren. Wij leefde in een omgeving die vertrouwd was; er was soms een radio maar zeker geen TV.

Nu is dat geheel anders, wij worden overspoeld door berichten over oorlogen en niet eens zover bij ons vandaan. Wij kijken televisie, lezen berichtjes op internet, en lezen op facebook de meest ingewikkelde verhalen en verbazen ons over de commentaren van anderen. Ook in appjes worden wij aan alle kanten geïnformeerd. Wij zien in de reclame op TV veel organisaties die bedelen om geld omdat in arme landen de nood heel hoog is. Er moeten scholen gebouwd worden, dus uw bijdrage gaat zitten in stenen als u al een kleine bijdrage kunt missen. Wij zien kinderen die ziek zijn maar geen medicatie krijgen om de dood- eenvoudige reden dat die daar niet zijn.

Maar ook dichtbij huis grijpen veel mensen mis bij hun jarenlang gebruik van bepaalde medicatie en moeten op steeds meer medicijnen een forse eigen bijdrage betalen. Huisartsen zijn er onvoldoende, hier in de regio zitten 50.000 mensen zonder.

Organisaties die donateurs zoeken maken een avondvullend programma. En wij zien aan het eind van het programma dan hoeveel donateurs zich gemeld hebben. Maar wij horen nooit waar het geld echt aan besteed wordt. Iedere ochtend horen wij op radio/TV of lezen we in de krant dat iemand maar weer eens een aanval gepleegd heeft op een vluchtelingenkamp met onschuldige mensen. Of dat een bootje met vluchtelingen is gezonken en velen deze ramp niet hebben overleefd.

In de zorg is het helemaal schrijnend: personeel is niet te vinden. Er worden wel genoeg mensen opgeleid maar om een of andere reden haken zij binnen de kortste keren af. De nieuwe generatie medewerkers heeft van tevoren niet



bedacht dat onregelmatig werken een knappe aanslag kan zijn op je privéleven. Ook ik heb 40 jaar in de zorg gewerkt maar er nooit over gedacht iets anders te gaan doen. De zorg is zeker geen roeping zoals

men vroeger weleens dacht, want mijn tegenvraag is dan: "wie riep er dan?" Ik heb in de zorg de liefde voor mijn vak geleerd en ook een stukje discipline.



Ik zat deze week met mijn iPad en beker koffie in de aanslag om de krant te lezen. En wat lees ik daar?



De gemeente heeft in haar wijsheid beslist dat drie van de vier zebapaden op de Torplaan moeten verdwijnen met als reden dat er wel eens pubers oversteken op deze paden zonder goed te kijken én dat automobilisten ook niet altijd goed opletten.

De wet zegt echter dat automobilisten altijd voorrang moeten verlenen aan voetgangers op een zebapad.

Ik vind de Torplaan nu al een racebaan en verwacht dat dit bij het weghalen van drie zebapaden nog erger gaat worden. Zoals u weet is er al jaren geen handhaving op dit traject.

Ik heb het bestuur gevraagd om een bezwaarschrift in te dienen tegen dit besluit. Wij gaan dit bespreken en ook zal het aan de orde komen bij de LSBO. Mocht u ook een bezwaarschrift willen indienen dan kan dat tot 30 juli. Wellicht kunnen wij een standaardbrief ontwerpen.

Alles voor de veiligheid van de voetgangers van 0 tot 99 jaar.

Misschien denkt u na het lezen van dit stukje: de schrijver zou weleens gelijk kunnen hebben, maar wij kunnen nu eenmaal niet terug naar andere tijden. Want daarmee zouden wij onszelf tekort doen. Laten wij liever kijken naar wat er wel goed is en dat zijn heel veel leuke dingen. Onze terechte zorgen zullen EENS worden opgelost, er komt OOIT weer vrede, in de zorg gaan meer mensen werken en aan de bedelreclame komt een einde omdat arme landen weer voor zichzelf kunnen zorgen.

Een betrokken KBO-lid

## Er is weer gesjoeld...

Vrijdag 21 juni werd er weer naar hartenlust gesjoeld. Het was wederom een fijne middag met dit keer een paar andere gezichten. De meeste dames benadrukten dat ze voor de gezelligheid kwamen sjoelen en hielden zich toch ook zoveel waar mogelijk aan de regels. Lia was als coördinator alleen maar blij ermee. In de pauze kreeg iedereen kaas en worst en ook nog een lekker bitterballetje omdat het de laatste sjoelavond was voor de zomerperiode. Na de laatste spelletjes had Jip Biegstraaten de meeste punten, dus een prijsje en Marianne Zoon had de poedelprijs.

Uiteindelijk ging iedereen happy naar huis.

De volgende keer is **vrijdag 20 september**. Lia gaat ervan uit dat iedereen die zich ooit heeft opgegeven ook daadwerkelijk komt.

Kunt u niet? Dan graag een belletje naar Lia op: 0223-754700.

# 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

## Klaverjassen, keezen en biljarten

Vrijdag 7 juni is aangebroken, helaas voorlopig de laatste KKB-middag. Twee maanden geen gezellige middag met spelletjes meer in West End. Want ja, gezellig was het zeker. Met als verrassing in de pauze een lekker hapje (asperge met ham) en na het drankje met de bekende kaas en worst ook nog een warme bitterbal toe. Wat een verwennerij! En dat alles voor die lage bijdrage.

Na het kaarten werden de prijzen verdeeld: Mary Overzet won met keezen. Diny Bos en Ria Halfmouw moesten dobbelen. Diny won het. Bij het klaverjassen waren het Nel Dienaar en Jannie v.d. Knokke. Ze gingen alle 4 met een heerlijke bak witte druiven naar huis. Lekker met dit mooie weer. Bij het biljarten hadden we 5 man, een geweldige opkomst!

De volgende KKB-middag is weer op vrijdag 6 september. We zien u graag terug in West End. Meer info leest u op bladzijde 5.

We wensen u een fijne zomerperiode en hopen op mooi weer.

Lieve groet van Ria, Bert en Hans

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

Uiterste inleverdatum van kopij voor het volgende boekje (september 2024) is: zaterdag 17 augustus 2024. Inleveren van stukken per e-mail naar: [redactie@kbodenhelder.nl](mailto:redactie@kbodenhelder.nl) Het volgende KBO-afdelingsblad zal tussen maandag 2 en donderdag 5 september 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.rijbewijskeuringsarts.nl](http://www.rijbewijskeuringsarts.nl) of tel. 085-0180800, of via [www.regelzorg.nl](http://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](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
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](http://www.comfortenwelzijn.nl)