

KBO DEN HELDER
Krachtig, Betrokken en Ondernemend



KBO
DEN HELDER
omzien naar elkaar



Afdelingsblad
April 2023



www.kbodenhelder.nl
Facebook: Katholieke Bond Van Ouderen Den Helder
KvK: nr. 73241385

Bestuur KBO Den Helder

Voorzitter

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

0223-631390
1784AC Den Helder

Secretaris

Jelly Bravenboer-Hamstra
Keteldiepstraat 10
E-mail: secretaris@kbodenhelder.nl

0223-635120
1784 XT 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
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
Kruiszwijn 2305
E-mail: info@uwilt.nl

0223-645410
1788LW Julianadorp

Van de voorzitter

Een spreekwoord luidt: *maart roert zijn* staart. Dit spreekwoord verwijst naar het veranderlijke weer dat vaak voorkomt in de maand maart. U heeft gemerkt dat dit spreekwoord zichzelf waar heeft gemaakt. Maar ondanks deze wisselvalligheid heeft u zich niet laten weerhouden om deel te nemen aan onze activiteiten. Een volle bus met enthousiaste dames heb ik zien vertrekken naar de Lady's day. En ik heb vernomen dat het weer groot succes is geweest. Het verslag van de reiscommissie kunt u lezen in dit afdelingsblad.



Inmiddels is de zomertijd ingegaan. Hierdoor is het 's avonds langer licht en 's ochtends langer donker. Wist u dat de oorspronkelijke reden voor de invoering van de zomertijd was om energie te besparen? Zeer van toepassing in deze tijd van energiecrisis. Vindt u ook niet? Maar nu betekent het dat u langer kunt genieten van het daglicht. Ik wil u aanmoedigen om hier ook van te genieten als u daarvoor in de gelegenheid bent. Even een avondwandeling maken is goed voor lichaam en geest.

In ons vorig afdelingsblad had ik reeds een tipje van de sluier opgelicht over ons 65-jarig jubileum. Inmiddels heeft u zelf kunnen lezen wat de PR en Projecten in samenwerking met de Activiteitencommissie op deze feestelijke middag voor u in petto heeft. Ik hoop velen van u die middag te mogen begroeten en samen met u te kunnen genieten van muzikale omlijsting door Richard Posthumus. Vergeet u niet zich aan te melden.



Gaat u straks mee naar de Keukenhof?

Dan wens ik u veel genot en inspiratie toe.

Dames, maar misschien ook heren, bent u ook zo nieuwsgierig naar de hoedjesmiddag op 28 april 2023. Op ieder potje past een dekseltje zegt men, maar op ieder hoofd past ook een hoed.

Bent u benieuwd welke hoed bij u past, geef u

dan op voor deze leuke middag. Maakt u vooral foto's als herinnering.

En over de activiteiten in de maand april kunt u allemaal lezen in ons blad.

April doet wat hij wil. Dit geldt ook voor u allemaal. Ik blijf zeggen: het enige wat moet, is dat niet alles moet. Wat u zelf wilt zal geschieden met datgene waar u blij van wordt. Maar waar u ook Kracht van krijgt, Betrokken blijft en Ondernemend van wordt.

Samen zijn wij onderweg naar Pasen. En wij zijn er bijna. Ik wens u allemaal hele fijne Paasdagen, geniet van elkaar en blijf omzien naar elkaar.

Pasen schenkt ons weer nieuw leven, het oude is voorbij gegaan.

Een licht wordt ons gegeven, om in het donker op te staan.

Pasen opent dichte deuren, een leven vol van lentekleuren.

Warme en liefdevolle groet van Floor Johns

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

Kijk op:
wievandedrie.nl

Je regelt het bij de notaris



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



Van uw wanhopige penningmeester



HERHAALDE (LAATSTE) HERINNERING BETALING CONTRIBUTIE 2023

Ondanks diverse verzoeken om de contributie te betalen, hebben toch nog ongeveer **30 leden** hieraan **niet voldaan**.

Het niet tijdig of helemaal niet betalen van de contributie kan gevolgen hebben. Volgens de statuten, opgesteld door de KBO Noord-Holland, kan het bestuur uw lidmaatschap bij de KBO hierom beëindigen. Indien na deze LAATSTE oproep nog geen betalingen zijn ontvangen, zullen de LEDEN DIE nog steeds NIET betaald hebben, telefonisch en/of schriftelijk benaderd worden. Dit zal dan de laatste poging zijn om de verschuldigde contributie te kunnen innen.

Deze betreffende leden vraag ik daarom nu nogmaals met klem om de contributie **zo spoedig mogelijk te voldoen**.

Indien u twijfelt of u de contributie voor 2023 wel of niet heeft betaald, kunt u daarover altijd met mij contact opnemen. Tel. 0223-616784.

De contributie dient overgemaakt te worden op het rekeningnummer:

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

Gaarne onder vermelding: contributie KBO 2023

Namens het bestuur
Met vriendelijke groet,

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
- www.notarissencombinatie.nl



Notarissencombinatie
DEN HELDER

Bewegen is en blijft goed voor iedereen...



Ook in 2023 wandelen we iedere dinsdagmiddag door onze mooie natuur.

Let op! We starten m.i.v. 4 april vanaf de snackbar bij de Donkere Duinen. Daar verzamelen we dan. Koffie drinken doen we in overleg, waarschijnlijk 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 aan de Donkere Duinen** 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 bellen met Gerda Vinke, Tel: 668038 of met Gré Nederstigt, Tel: 631969.

Tot slot: u loopt mee op eigen verantwoording.

We wensen u veel wandelplezier toe!

Let op: vanaf de Donkere Duinen!



Nieuws van de commissie activiteiten

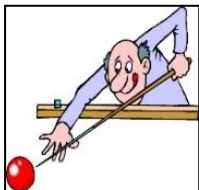
Het is deze keer feest bij de KBO. U heeft het vast allemaal gelezen en in uw agenda gezet: **65-jarig jubileumfeest** in de Kampanje. Gezellig! We zijn heel benieuwd hoe u het vindt!



- **Woensdag 12 april 2023: koffiedrinken** voor eigen rekening in het gezellige Koffiehuis "Deugeniet" aan de Beatrixstraat 13b. Aanvang: 15.00 uur.

Aanmelden verplicht: bij Joke v.d. Ploeg, tel. 645400.

Aanvang: 13.30 uur/ zaal open: 13.00 uur. Volgende keer: 10 mei 2023.



- **Vrijdag 14 april 2023: klaverjassen, keezen en biljarten.** Onze maandelijkse supergezellige spelletjesmiddag in Buurthuis West End. Doet u hier voor de **eerste keer** aan mee? Dan moet u zich **hiervoor aanmelden** bij: Bert en Ria Beentjes, tel. 0226-785366. Komt u altijd, maar kunt u een keer niet? **Dan graag 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. Volgende keer: **12 mei 2023.**



- **Woensdag 26 april 2023: koffiedrinken in Julianadorp** voor eigen rekening. Bij eFFE in 't Dorp op het Loopuijtpark. Aanvang: 15.00 uur.

Aanmelden verplicht bij Wilma Schell: 0223-616784.

Attentie: u hoeft niet speciaal in Julianadorp te wonen, u bent ook van harte welkom als u niet in Julianadorp woont!
Volgende keer: **24 mei 2023.**



- **23 april: 65-jarig bestaan van KBO Den Helder.**
Er worden gastvrouwen en -heren gevraagd. Zie bladz. 9.



Vrijdagmiddag 28 april: een gezellige middag met Wil Gorter van het vermaarde Hoedjesmuseum.
In West End voor slechts 5 euro. Zie bladz. 11.



Woensdagmiddag 3 mei: wandeling in de volkstuinten Texelstroom. Een gezellige middag. zie bladz. 13.

LAATSTE NIEUWS: Vrijdagmiddag 19 mei - Themamiddag met Jan Kikkert op vrijdag 19 mei in Buurthuis West End. Ria en Bert hebben dit gelukkig al een poosje terug vastgelegd. Hij komt dan weer een wijk in Den Helder toelichten met dia's en verhaaltjes. **Aanvang: 14.00 uur.**



TANDTECHNISCH LABORATORIUM
KPT DEN HELDER

Henk Kamies

Baljuwstraat 48
1785 SK Den Helder
0223-693410



Voor mooie tanden kun je kiezen!



TAXI JAFFNA
06 - 413 636 36
0223 - 707 462
UW BETROUWBARE TAXI

Taxibedrijf Jaffna staat bekend als de **betrouwbaarste** taxi van Den Helder en omstreken. Voor zowel binnen als buiten Den Helder hanteren wij een zeer voordelig tarief. Taxi Jaffna voor WMO-vervoer (taxibon), straattaxi en ziekenvervoer. Uiteraard hanteren wij voor 65+, horeca en Schiphol een apart tarief.



Onze autorijsschool '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



Er is nog ruimte om u aan te melden voor het 65-jarig jubileumfeest

Voor het aanmelden voor het 65-jarig jubileumfeest op zondag 23 april is nog wat ruimte. U kunt zich nog aanmelden via de volgende telefoonnummers: Nel Donkers Tel: 642606 of bij Marijke Verbeek Tel: 759425. Doet u dit zo snel mogelijk.

Gelijktijdig kunt u de eigen bijdrage van € 15,00 per persoon overmaken op rekeningnummer NL53INGB 0002973571 t.n.v. KBO Den Helder onder vermelding van 65-jarig jubileum.

Het programma van deze feestelijke middag vindt u terug op het groene inlegvel dat bijgesloten was in het boekje van maart.

Wij hopen veel leden te ontmoeten op deze middag.

De jubileumcommissie: Floor Johns, Nel Donkers, Marja Steffens, Trudi Beerling en Marijke Verbeek.

De jubileumcommissie is op zoek naar gastheren en gastvrouwen voor het 65-jarig jubileumfeest op 23 april 2023

Op 23 april wordt, zoals u heeft kunt lezen, in het afdelingsblad van maart het 65-jarig bestaan van onze KBO gevierd in de Stadshal van de Kampanje. Zoals velen van u weten kunnen wij voor deze grootschalige bijeenkomsten niet zonder gastheren en gastvrouwen.

Daarom deze oproep: vindt u het een leuk idee om het onze leden die zondag naar de zin te maken? Dan vragen wij u zich voor deze taak aan te melden.

Als gastvrouw/gastheer ben u het aanspreekpunt voor de leden bij u aan tafel. U verzorgt de koffie en de thee die u in kannen krijgt aangeleverd. Ook regelt u de drankjes en hapjes en verleent hand- en spandiensten.

Bij voorbaat hartelijk dank voor uw inzet.

U kunt zich aanmelden bij Marijke Verbeek Tel: 759425 of per mail: verbeek.mwc@gmail.com

Namens de jubileumcommissie: Marijke Verbeek.



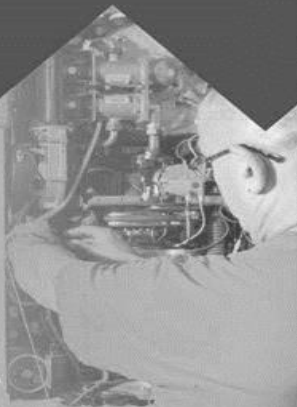


Wilms onderhoud- storing

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



PERSOONLIJK, STIJLVOL EN BETROUWBAAR

MEREBOER UITVAARTZORG

Gecertificeerd met het Keurmerk Uitvaartzorg.

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



De wandelgroep bestaat 12,5 jaar.

Even een herinnering voor u

We gaan weer hoedjes kijken

Het hoedenmuseum uit Andijk van Wil Gorter



Het is alweer een aantal jaar geleden dat Wil Gorter met haar gevulde hoedendozen bij ons is geweest. Het was toen een gezellige, druk bezochte middag. We kregen de vraag of mevrouw Gorter weer een keer wilde komen. Dus dachten we: er zullen vast wel weer nieuwe hoeden zijn, we vragen het gewoon. En ja hoor,

ze komt weer! Ze weet ook dat de KBO Den Helder in april het 65 jarig jubileum viert, dus wie weet heeft ze met dat gegeven nog iets kunnen doen....

Wil komt **vrijdagmiddag 28 april** naar West End.

Ze komt dan vertellen over haar verzameling en de geschiedenis van hoeden; **alles onder één hoedje!** Met leuke anekdotes en een lied. Er komen ook spreekwoorden aan te pas en iedereen krijgt een hoed op bij een bepaald lied. Heeft u vragen over een hoed van uzelf of wilt u hem graag laten zien? Neem hem mee en zet hem op. Vrolijkheid alom!



Komt u allen naar deze gezellige middag, tegen een gereduceerde jubileumprijs van slechts 5 euro!!

Vrijdagmiddag 28 april 2023

In Buurthuis West End, Lijsterbesstraat 10.

Deur open: 13.30 uur

Aanvang: **14.00 uur tot 15.45 uur.**

Kosten: slechts **5 euro** per persoon, graag contant aan de zaal betalen. Dit is inclusief koffie/thee, een drankje met wat lekkers.

Opgeven telefonisch vòòr 26 april bij:

Lia Bunschoten: 0223 754700 of

Wilma Schell: 0223 616784.



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
Bekkenbodemtherapie
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



Bezoek aan de volkstuinen Texelstroom

Op woensdag 3 mei 2023



Na het succes van vorig jaar gaan we dit jaar wederom een bezoekje brengen aan deze bekende amateurtuindersvereniging aan de Texelstroomlaan. Zij hebben 2 weken na ons bezoek ook de jaarlijkse stekjesmarkt die altijd druk bezocht wordt.

Dan kunt u **3 mei** alvast eens rond kijken welke bloemen en planten uw voorkeur hebben. Handig!

Lia Bunschoten is uw gastvrouw en misschien lukt het nog dat we **een rondleiding** krijgen met uitleg over verschillende planten. Maar we durven niets te beloven! We hopen wel dat het weer die dag meewerkt. Daarom is uw telefoonnummer hierbij belangrijk!



Als afsluiting kunt u een **kopje koffie/thee voor eigen rekening** nemen in de kantine, **Het Praathuis**, leukere naam kun je niet bedenken! U kunt dan ook even de benen strekken.

Heeft u ook groene vingers en heeft u zin om de volkstuinen van iemand anders te bekijken? Komt u dan gezellig naar deze activiteit.

Datum: woensdag 3 mei

Aanwezig: om 14.00 uur

De start is bij de eerste grote ingang Texelstroomlaan aan de rechterkant vanaf de rotonde richting Marsdiepstraat.

Opgeven is verplicht (anders kunnen wij u niet afbellen bij slecht weer).

**Telefonisch tot uiterlijk 2 mei
bij Lia Bunschoten: 0223-754700.**

Graag tot dan!





Even de deur uit voor een gezellige middag?

Elke **maandag** en **donderdag** van **13:30 tot 15:30**
bent u van harte welkom in de huiskamer van
Mfc de Boerderij.

Op deze middagen staat de koffie of thee voor u
klaar met een lekker koekje er bij.

Op Maandag zitten we met onze eigen handwerkjes
en op Donderdag doen we een gezellig spelletje.

Al komt u alleen voor een lekker bakje koffie of
thee en een gezellig praatje bent u ook van harte
welkom

Voor vragen kunt u contact op nemen met:

Mariella Aben



0651368903

(graag na 14:00)



**U heeft toch wel het overzicht met onze agenda bewaard wat
in het vorige boekje stond? Bewaren is handig!**

Ledenadministratie

Nieuwe leden:

Mevr. Th. C. Deckers-van der Veeke

Mevr. L. Roosemalen

Heiligharn 378

1785 SX Den Helder

Jan Verfailleweg 192

1783 BH Den Helder

Verhuisd naar:

Mevr. J.G. Overmeer-Dijkstra

Mevr. A.F.J. Talens,

Dijkzicht, Weststraat 6G,

1781BW Den Helder

Zorgcirkel Agnes, Roosevelt-
straat 1,

1931 VN Egmond aan Zee.



Feestelijke dagen voor u, onze leden.

Ook dit jaar zal een aantal van onze leden hun 50-, 60-, of 65-jarige huwelijksdag vieren. Hierin willen wij ook "omzien naar elkaar". Laat het ons weten of, als u op de hoogte bent van andere leden die dit heugelijke feit vieren, geef het aan ons door. U kunt contact opnemen met Anneke van Os.

Bijdrage "Omzien naar elkaar extra".

Ook dit jaar collecteren wij weer voor een extra zomerbloemetje en kerst-attentie voor onze oudste leden en eenieder die een extra attentie kan gebruiken. Onze eerste collecte die we hier voor houden is op 23 april, ons 65-jarig bestaan. Alvast hartelijk dank.

Ria Verbruggen, voorzitter



65 jaar KBO Den Helder

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

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

--	--	--	--

--	--

--	--	--	--	--

--	--	--	--

Als u alle woorden hiernaast hebt doorgestreept in de puzzel, plaatst u de over gebleven letters in de vakjes eronder. Dan leest u de oplossing van deze puzzel. Die geeft u door aan Ria Verbruggen: 06 50489649 of ledencontact@kbodenhelder.nl
De oplossing van de puzzel van februari was: Boswandeling. De winnaar was dit keer: Hennie Keinemans. Van harte gefeliciteerd! U heeft uw prijsje ontvangen.

BILJARTEN

JEU DE BOULES

PUZZELEN

BIOSCOOPBEZOEK

KEEZEN

PUZZELTOCHTEN

BOOTTOCHTEN

KERSTVIERING

SAMEN ETEN

BOWLEN

KLAVERJASSEN

SENIORENFILMS

DAGTOCHTEN

KOFFIEDRINKEN

VAKANTIES

FIETSTOCHTEN

MODESHOW

WANDELINGEN

Extra: leuke foto's van de laatste jaren





Ook in de gemeente Den Helder staat een Odensehuis

Waarschijnlijk heeft u wel eens iets gehoord of gelezen over het Odensehuis hier in Den Helder. In het Odensehuis komen mensen samen, die vergeetachtig zijn of een beginnende dementie hebben; ook wel genoemd een milde cognitieve stoornis. Hier kunt u ook als partner of mantelzorger terecht voor de vragen die u misschien heeft. Het Odensehuis staat in de Kemphaanstraat 24B en is gevestigd in het gebouw dat eerder het buurhuis Overzet was.

Op dinsdag en donderdag bent u van harte welkom vanaf 12.00 uur tot 16.00 uur. Als u wilt kunt u een lunch gebruiken; kosten: € 3,50 p.p. Het samen lunchen heeft een sociale functie, je maakt tijdens de lunch op een andere manier kennis met de medegasten.

Na de lunch wordt de middag opgestart met een les in bewegen onder leiding van Team Sportservice. Tijdens deze les krijgt u mogelijkheden aangereikt die uw balans bevorderen maar ook aan valpreventie wordt aandacht besteed. Deze oefeningen kunt u ook in de thuissituatie herhalen en het geeft een gevoel van veiligheid als u uw balans wat beter kunt behouden.

De rest van de middag wordt ingevuld met activiteiten die u prettig vindt. Het kan om spelletjes spelen gaan, of een creatieve uitdaging. Zowel de spelletjes als de creatieve spullen zijn in het Odensehuis volop aanwezig. Er worden kaarten gemaakt, er wordt geschilderd, gekleurd, maar u mag ook uw eigen handwerkje of breiwerk meenemen want u weet: breien en praten gaan heel goed samen. De vrijwilligers willen u graag bij uw activiteit ondersteunen. Maar u kunt ook gewoon met een van de medebezoekers met een kopje thee of koffie een gesprekje aangaan. Niets moet, alles mag is toch een beetje het uitgangspunt. Soms gaat een groepje bezoekers aan de wandel met één van de vrijwilligers of wordt er binnen Den Helder een activiteit bezocht.

Sinds kort heeft het Odensehuis ook een biljarttafel waar iedereen gebruik van kan maken. Meestal zijn het de mannelijke bezoekers die de strijd met elkaar aangaan maar ook dames kunnen hun biljarttalenten laten zien.

Voor de partners en mantelzorgers zijn er altijd mensen die uw vragen kunnen beantwoorden. Maar een gesprekje met andere partners of mantelzorgers geeft ook nogal eens lucht. Iedereen die voor iemand zorgt met klachten van vergeetachtigheid heeft zo zijn eigen "dingetjes" om door de dag heen de sfeer in huis goed te houden.

Mochten u en uw partner of degene voor wie u mantelzorger bent, eens een bezoekje willen brengen aan deze unieke locatie, dan bent u van harte welkom. Mocht u de stap te groot vinden dan ga ik graag de eerste keer met u mee om u te introduceren. Wilt u hier gebruik van maken dan mag u mij bellen: Marijke Verbeek Tel: 0223-759425.



Het Odensehuis is gevestigd aan de Kemphaanstraat 24B in het oude Buurthuis Overzet. Op hetzelfde terrein is ook de speeltuin die nog gebruikt wordt door de kinderen uit de buurt.

Marijke Verbeek



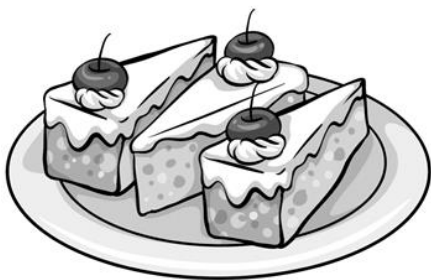
Bijdrage van Wilma

Mijn moeder heeft jarenlang met veel plezier 20 uur in de week gewerkt. Zij hield de ruimtes schoon waar de dokter en de tandarts voor het marinepersoneel hun praktijk hadden. Ze had daar een eigen ruimte waar ook koffie werd gedronken samen met de andere personeelsleden. Regelmatisch kwam ze thuis met weer een leuke anekdote. Eéntje weet ik me nog goed te herinneren.



Gebak

Mijn moeder werkte als burgermedewerkster op het Koninklijk Instituut voor de Marine in Den Helder. Hier worden de toekomstige marineofficieren (adelborsten) opgeleid. In de tuin van het KIM staat, een beetje verscholen tussen de bomen en struiken, een klein gebouw waarin de tandarts en de dokter hun praktijk hebben. Daar heeft mijn moeder een eigen ruimte. Een soort grote keuken. In die keuken staat ook een grote tafel met veel stoelen. Het is er altijd een komen en gaan van marinepersoneel. Soms wordt het ook wel gebruikt als wachtkamer. Dan maakt mijn moeder even gezellig een praatje om ze enigszins af te leiden van een soms vervelend bezoek aan arts of tandarts. Als er iemand van het personeel jarig is wordt er altijd op overheerlijke gebakjes van de echte bakker getrakteerd.



Deze worden dan onder het genot van een bakje koffie, bij mijn moeder in de keuken genuttigd. Als het personeel gezellig hun gebakje eet en zich de koffie heerlijk laat smaken, zet de majoor plotseling zijn lege schoteltje nogal luid en demonstratief op tafel en roept: "Zo, en nu nog eentje om mijn bek mee af

te vegen!!!!" Je begrijpt het vast wel.... Iedereen moet er vreselijk om lachen. Het is al zoveel jaren geleden maar nu nog steeds .. als wij een gebakje eten en het hééél erg lekker vinden dan willen wij de woorden van de majoor nog wel eens bezigen; "Zo en nu nog eentje om onze bek mee af te vegen!"

Groet van Wilma Wilman



De commissie activiteiten zoekt nieuwe leden

De commissie activiteiten bestaat uit 8 leden, waaronder een voorzitter, een notulist en iemand die de kas bijhoudt. De overige leden helpen en denken mee. Inmiddels is een van de leden gestopt met actieve deelname. Ook is een van hen uitgeschakeld door ziekte. En ja, op 1 lid na is iedereen boven de 70, dus kwetsbaar. Om ervoor te zorgen dat de activiteiten toch door kunnen blijven gaan, zoeken wij KBO-leden die:

- ❖ het leuk vinden om activiteiten te bedenken voor onze KBO-leden.
- ❖ Creatief zijn en er ook plezier in hebben.
- ❖ gemiddeld een paar uurtjes per maand over hebben om hieraan te besteden. Dit alles in overleg.
- ❖ Het gezellig vinden om samen met de andere commissieleden alle activiteiten, bijvoorbeeld sinterklaas en spelletjesmiddagen enz. te organiseren en daarbij te helpen.
- ❖ 1 x per 6 weken vergaderen bij een van de commissieleden thuis.
- ❖ En last-but-not-least: die er plezier in hebben.

We zijn een gezellig groepje en staan open voor elkaars ideeën.

Lijkt het u wat en wilt u meer informatie? Dan kunt u bellen met de voorzitter van de commissie activiteiten: Marty Driehuis, 06 20318643 en???

Gezocht: de mooie knopendoos van Trudi

Bij de creamiddag in november hadden veel welwillende KBO-leden spulletjes meegenomen om door iedereen gebruikt te worden, zoals lintjes, kantjes, knopen, lijm, gekleurd papier, ijsstokjes en nog veel meer.

Ook Trudi Beerling had bij de creamiddag haar mooie, oude knopendoos mee genomen zodat iedereen die kon gebruiken. Helaas is die niet meer thuis gekomen bij haar.

Kan iemand hier informatie over geven?

Het is een groot, groen blik met bloemen er op geschilderd. Hij was gevuld met veel knopen in verschillende kleuren. Misschien dacht iemand dat hij niet meer gebruikt werd... maar Trudi mist hem erg omdat hij nog van haar moeder was.

Dus: wie maakt haar weer blij? Trudi Beerling: 0223 622008.

Of stuur haar een mail: truitje46@gmail.com



Het oerwoud aan regels in de zorg...

Wij KBO-leden worden steeds ouder, en dan kan het zomaar gebeuren dat wij hulp van buitenaf moeten aanvragen. De regels hiervoor zijn soms wat onduidelijk: voor welke zorg heb je een indicatie nodig? Sinds 2015 zijn er andere regeltjes en ik ga proberen hier wat duidelijkheid in te geven.

De Wet Maatschappelijke Ontwikkeling (Wmo 2015)

Hiervoor is de gemeente verantwoordelijk, en u kunt de volgende aanvragen doen.

- Huishoudelijke hulp.
- Hulpmiddelen zoals een rolstoel, scootmobiel, driewiel fiets.
- Taxibonnen.
- Aanpassingen in huis, bijvoorbeeld een traplift.
- Dagbesteding, bijvoorbeeld voor mensen met dementie.
- Kortdurend verblijf.
- Individuele begeleiding.
- Gehandicaptenparkeerkaart.
- Gehandicaptenparkeerplaats.
- Veranderingen in de kaart, zoals de chauffeur van de auto kan niet meer rijden. Partner wil nu de chauffeur worden.

Veel van deze mogelijkheden zijn bij de meeste leden bekend. De aanvraag voor een traplift, scootmobiel, rolstoel of driewiel fiets is een lange procedure; hiervoor gelden zeer strenge regels.

Dagbesteding: bijvoorbeeld voor mensen met een dementie ter ontlasting van de partner/mantelzorger. Maakt u gebruik van een casemanager dementie dan kunt u ook bij hem/haar terecht voor inlichtingen. Het vervoer naar dagbesteding wordt veelal geregeld door de instelling waar de dagbesteding plaatsvindt. Voor deze vorm van ondersteuning wordt een eigen bijdrage gevraagd.

Kortdurend verblijf ofwel Respijtzorg

Wanneer uw naaste een grote wissel trekt op u als partner of mantelzorger dan kunt u een kortverblijf aanvragen. Dit kortdurende verblijf van uw naaste in een instelling geeft u de gelegenheid om te herstellen van de zorg die u meestal 24/7 geeft. Deze vorm kan meerdere keren per jaar een oplossing zijn voor overbelaste partners of mantelzorgers. U kunt deze vorm van zorg ook gebruiken als u een paar dagen op vakantie wilt en er zeker van wilt zijn dat degene waar u voor zorgt goed verzorgd wordt.

U kunt dit bespreekbaar maken bij uw huisarts maar ook de wijkverpleging kan deze vorm van zorg aan u uitleggen. Voor deze vorm van zorg kunt u ook informeren bij uw zorgverzekeraar, want het is niet kosteloos. Ook bij het Mantelzorgcentrum, tel: 0223-747009, kunt u terecht voor meer informatie en hulp bij de aanvraag.

Individuele begeleiding

Heeft u nog de zorg voor een kind of kleinkind dat niet zonder goede begeleiding zelfstandig kan functioneren, dan is deze begeleiding een optie. Deze begeleiding neemt niet de regie over, maar begeleidt de persoon die deze vorm nodig heeft naar een beter zelfstandig bestaan.

Taxibonnen

Binnen onze gemeente kunt u deze aanvragen via de Wmo. De ritten beperken zich tot de gemeentegrenzen. Of wel tot de Verkeers-torenweg en tot aan Noorderhaven. Op dit moment int de gemeente Den Helder geen eigen bijdrage op de taxibonnen, maar overweegt de oude regeling van € 19,00 per maand weer in te stellen. U krijgt maximaal 180 ritten toegewezen.

Als u de taxibonnen toegewezen krijgt via de gemeente bestaat de mogelijkheid om een Valypas aan te vragen voor ritten buiten de gemeentegrens, minimaal 25 km vanaf uw huisadres en u betaalt € 0,22 per kilometer. Als de Valypas wordt toegewezen krijgt u 600 km per jaar. In uitzonderlijke gevallen bij ernstige gezondheidsklachten ligt de grens veel hoger. Voor zowel de taxibonnen als het gebruik van de Valypas is het mogelijk om iemand ter begeleiding kosteloos mee te laten reizen.

Huishoudelijke hulp

Dit is een van de meest gevraagde voorzieningen bij de Wmo en heeft een eigen bijdrage van € 19,00 per vier weken. De gemeente Den Helder verstrekt deze hulp voor 2 uur per week en is bedoeld voor de huishoudelijk klussen die u niet meer zelf kunt doen. Zoals zuigen, dweilen, bed verschonen en het onderhouden van toilet, badkamer en keuken. Er zijn uitzonderingen waardoor de uren kunnen worden uitgebreid. Bij diverse organisaties die deze hulp leveren, is er mogelijk een wachtlijst. U mag zelf kiezen van welke organisatie u de zorg afneemt.

Wijkverpleging

De wijkverpleging biedt lichamelijke verzorging zoals de ADL (Algemene Dage-lijkse Levensbehoeften) bijv. hulp bij wassen en aankleden, of het aanreiken van medicijnen, insuline spuiten, oogdruppels geven en het aantrekken van elastieken kousen. Maar ook in de avonduren hulp bij klaarmaken voor de nacht.

De wijkverpleging biedt in overleg met u de gevraagde hulp en op deze vorm van zorg betaalt u op dit moment geen eigen bijdrage. Binnen de meeste organisaties kunt u ook gebruik maken van gespecialiseerde zorg zoals stoma-zorg, wondzorg, begeleiding bij een ongeneeslijke ziekte, en zorg in de laatste levensfase.

Wlz Wet Langdurige zorg

Deze vorm van zorg kan door de wijkverpleging worden aangevraagd en is voor mensen die op het punt staan om opgenomen te worden in een zorginstelling. Deze vorm van zorg is er ook voor mensen die de regie over het eigen leven niet meer zelfstandig kunnen uitvoeren en meerdere zorgmomenten per dag nodig hebben.

De Wlz-indicatie kan ook in de thuissituatie geboden worden maar dan verliest u wel de voorzieningen die u op dat moment heeft van de WMO. Die worden overgenomen door de organisatie die u deze vorm van zorg gaat bieden. Deze vorm van zorg heeft een eigen bijdrage die gebaseerd is op uw inkomen en eventuele vermogen. Als iemand anders dan u zelf een Wlz- indicatie gaat aanvragen dan dient u die persoon te machtigen.

Parkeerkaart aanvragen

De aanvraag van een parkeerkaart gaat via de Wmo. U wordt dan uitgenodigd voor het spreekuur met een arts. Deze zal u bevragen over de mogelijkheden die er nog zijn, maar ook kijken naar wat u niet meer kunt en waarom u de parkeerkaart aanvraagt. De arts zal u ook met of zonder hulpmiddel laten lopen en zal daarna de kaart toe- of afwijzen. Deze aanvraag is zeker niet kosteloos: u betaalt het consult bij de arts en de kaart als die wordt toegewezen. Deze kosten zijn op te vragen bij aanmelding.

Parkeerplaats aanvragen

Hiervoor heeft u een gehandicaptenparkeerkaart nodig en is de procedure zoals hierboven is aangegeven. De kosten voor het consult kunt u bij aanmelding opvragen. Mocht u een parkeerplaats toegewezen krijgen dan moet u er vanuit gaan dat de kosten hiervoor ruim boven de € 500,-- liggen.

Heeft u nog vragen, bel gerust 759425 Marijke Verbeek.



Verslag keezen, klaverjassen en biljarten

Van vrijdag 10 maart

Met 8 tafels voor klaverjassers en keezers en 2 biljarters ging deze middag van start. Vrijwel iedereen was op de hoogte van de gezondheidssituatie in huize Beentjes. Dat was wel zo makkelijk. Ria en ik waren er gewoon bij, voor ons was het ook fijn om weer een gezellige middag te hebben en wat mensen te spreken.

Tot mijn verbazing pakte Ria de microfoon en opende deze gezellige middag in West End. Dat hadden we echt niet verwacht. Maar heel fijn dat ze het deed en het was heel vertrouwd. Deze middag waren er veel bestuursleden aanwezig om ons te helpen daar waar het kon. Bedankt lieve mensen voor jullie steun.

Aan het eind van de middag werden de prijsjes verdeeld over de winnaars.

Bij het **keezen** was Nico Brecker de winnaar met 27 punten.

De verliezer was Nel van Trier.

Bij het **klaverjassen** was Jan Dienaar de winnaar met 5396 punten. Maar zijn vrouw zat ook aan die tafel. En de aanmoedigingsprijs was voor Tiny van Trier met 3768 punten.

De **biljarters** hebben ook wel een fijne middag gehad.

Na een gezellige middag met een hapje en een drankje, was het weer tijd om op huis aan te gaan. En... wat een verrassing toen we buiten kwamen: wat dacht je? De wereld was wit.... Maar we zijn veilig thuis gekomen

Alle mensen bedankt voor de gezellige middag. En we zien u graag terug op vrijdag 14 april op de gewone tijd.

Ria en Bert.



Nieuws van de Activiteitencommissie

Vrijdagmiddag 19 mei komt Jan Kikkert naar West End.

Ria en Bert hebben kunnen regelen dat Jan Kikkert ons weer een interessante en gezellige middag gaat bezorgen. Hij gaat dan weer vertellen over een wijk in Den Helder en doet dit dan aan de hand van dia's.



Op zijn eigen bekende manier vertelt hij daar dan de bijzonderheden over.

Dus: zet deze datum in uw agenda.

Aanvang is 14.00 uur en u wordt ontvangen met koffie of thee en een koekje. De kosten zijn nog niet bekend maar zoals gewoonlijk is dat een paar euro. In het volgende afdelingsblad zal alles er duidelijk in staan. In augustus gaat Jan dan met ons door de betreffende wijk wandelen.

Groeten van Ria en Bert

Koffie drinken bij eFFE in 't Dorp

Elke 4^e woensdag van de maand gaan we koffie drinken bij eFFE op het Loopuytpark in Julianadorp. Dit is niet alleen voor de Julianadorper leden, maar voor ieder lid in de gemeente Den Helder en Anna Paulowna.

Tot nog toe is de animo best wel aardig. Maar er kunnen nog wel leden bij, dan wordt het nog gezelliger.

Na de koffie wordt er ook nog wel eens een wijntje of een biertje gedronken en soms worden er zelfs ook nog hapjes besteld.

Het zijn fijne middagen met elkaar.

**Dus... kom ook eens u bent van harte welkom.
Hoe meer zielen hoe meer vreugd.**

Tot dan, wel even bellen van tevoren naar Wilma:

Groetjes van team FF koffie: Wilma en Marty





Nieuws van de Commissie Reizen

Hoera, de lente is aangebroken en de zomertijd heeft zijn intrede weer gedaan. De dagen zijn weer langer en de temperatuur gaat langzaam omhoog. Wij merken dat u er weer op uit wilt, lekker een dagje weg of zelfs wat meer.

Voor de dagtochten en de vakanties is de belangstelling groot en daar zijn wij natuurlijk heel blij mee. Daarom op deze plaats nog een kleine toelichting hoe de aanmelding en informatie verloopt bij de uitjes.

In het afdelingsblad wordt tijdig de aankondiging gedaan van een dagtocht. U wordt gevraagd u zo spoedig mogelijk aan te melden en er wordt hiervoor een uiterste datum genoemd. Deze datum is de dag dat wij, indien er onvolgende belangstelling is, de dagtocht zonder kosten kunnen annuleren. Dit kwam in coronatijd wel eens voor, maar nu gelukkig niet meer.

Wanneer u wat lang wacht met aanmelden, kunnen er al veel aanmeldingen binnen zijn zodat u wellicht op de reservelijst komt.

Na ontvangst van uw aanmelding ontvangt u geen bevestiging. Wanneer de bus vol is en u op de reservelijst komt krijgt u van ons een telefoontje. Er is dan altijd nog kans op deelname na het uitvallen van deelnemers door vervellende omstandigheden die in onze levensfase voorkomen. Wanneer uw betaling tijdig is ontvangen ontvangt u één week voor vertrek een briefje met de juiste vertrektijd vanaf de door u aangegeven opstapplaats. Dan kunt u zich voorbereiden op een leuk uitstapje. U kunt weer nieuwe mensen ontmoeten of bekende gezichten tegenkomen en een dagje genieten.

Voor de vakanties wordt er een reisboekje uitgegeven. Het eerste reisboekje van 2023 is verspreid met het afdelingsblad van februari jl. en het tweede reisboekje ontvangt u met het afdelingsblad van juli/augustus. Daarin komen twee korte vakanties in kerstsfeer! Het is voorjaar maar wij maken al plannen voor het najaar en de wintertijd en hopen u te verrassen.

Voor de dagtocht naar de Keukenhof op donderdag 13 april zijn nog enkele plaatsen beschikbaar. In dit afdelingsblad leest u een verslag van de Lady's Day van 23 maart jl. en in het volgende afdelingsblad weer de aankondiging van een nieuwe dagtocht waar u zich op kunt verheugen.

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 fijne paasdagen, mooie lentedagen en een warme groet van Nel, Thea, Irene en Ria.





Verslag van een gezellige Lady's Day

Op donderdag 23 maart staat de bus van BAK Reizen al vroeg op het parkeerterrein bij Winkelcentrum de Riepel in Julianadorp. Een groepje van acht dames mag als eerste instappen en een plaatsje zoeken. Dan gaat de bus op weg naar de Vredeskerk, stopt nog een keer ter hoogte van Maud Barriel en rijdt verder naar het station aan het Julianaplein. Daarna gaat het richting Nieuw Den Helder voor de laatste dames die zich voor deze dagtocht hebben aangemeld. We zijn al drie kwartier onderweg wanneer de bus met 52 dames de grote weg opdraait voor een echte lady's day met allerlei verrassingen.

Het is elke keer weer grappig om te horen dat de deelnemers blij zijn elkaar weer te zien. Een heerlijk gegons van verheugde en soms verhoogde stemmen die elkaar veel te vertellen hebben. Onze chauffeur Ton probeert wat te vertellen over de omgeving maar al spoedig geeft hij het op, de dames zijn in hun eigen wereld. Deze keer is de haan in het kippenhok geen koning en hij houdt wijselijk zijn mond. Na Alkmaar wordt het wat rustiger en grijpt de begeleiding de kans om iedereen nogmaals welkom te heten.

Een bijzonder welkom aan de deelnemers die voor de eerste keer met een dagtocht meegaan. Maar ook aan de vriendinnen, burens of familie die als gast van KBO-leden meegaan. Allen kijken uit naar een heerlijke dag die op deze vroege ochtend al verwarmd wordt door het zonnetje dat ons vergezelt.

De reis verloopt voorspoedig en ondanks een kleine file voor Alkmaar en veel verkeer op de weg komen we op tijd bij Van der Klooster Mode aan. De rode loper ligt uit en de gastvrouwen staan ons al op te wachten. De rollators blijven zoveel mogelijk in de bus en iedereen die wat moeite heeft met evenwicht of met lopen wordt aan de arm naar binnen begeleid. Voor een groot aantal eerst een bezoek aan het toilet en daarna wacht de koffie. We lopen langs de rekken met kleding in lentekleuren en oh wat zijn we benieuwd of het ons ook zal staan! Het is reuze aantrekkelijk om eerst te kijken en te voelen maar dit is niet volgens het programma. Wanneer iedereen een plaatsje heeft gevonden in de Bistro wordt er koffie en thee geschonken en met een heerlijke petitfour erbij kan het feest beginnen.

Tijdens de modeshow laten de mannequins, van onze leeftijd en met onze maat, enthousiast de lente mode zien. Kleurig of rustig van kleur, uni of met tropische dessins, stippeltjes en maritieme streepjes. Combinaties van rokken, broeken, shirts, vesten en jasjes maar ook jurken en jassen trekken aan ons voorbij. Wat een keuze in rood, blauw, ecru, fuchsia, groen en bruin in allerlei schakeringen. Velen mompelen al "oh, die staat mij vast prachtig" en neem ik mee. Maar eerst de lunch en dan is het pas tijd om te winkelen en passen.



Na te hebben genoten van een feestelijke lunch wordt de groep in tweeën gesplitst. De ene groep gaat naar de winkel, de andere groep naar de bingo. Voor de dames is dit het moment om te kiezen, te passen, je te verbazen en het wel of niet te doen. Alle pashokjes worden gebruikt en er wordt kundig geadviseerd door het personeel. En ook medereisgenoten geven een tip om het wel of niet te doen. Het lijkt wel één grote familie die aan het winkelen is. De dames die aan de bingo deelnemen genieten ook van het spel en zeker van de prijzen. De gelukkigen winnen kleine prijsjes maar ook bonnen die nog snel worden ingewisseld voor de aankoop van een tas of shawl.

Om 15.00 uur is het tijd voor de afsluiting en worden we verrast met een advocaatje met slagroom. Tevens wordt de uitslag van de prijsvraag bekend gemaakt en wint mevrouw Hoekstra-Verweij nog een mooie tas.



Uitgezwaaid door de mannequins en gastvrouwen vertrekken we met extra gewicht van vele tassen met mooie aankopen. We gaan op weg naar restaurant Stam in Wognum waar de dag wordt afgesloten met een heerlijk diner.

Voor de laatste deelnemers de bus verlaten, is het bijna half negen maar wat hebben we een mooie dag gehad. Daar kan zelfs de stortbui bij het verlaten van de bus in Nieuw Den Helder en Julianadorp niets aan veranderen. Met dank aan alle deelnemers, een pluim voor alle dames die mee waren en ondanks wat ongemak zo hebben genoten. Wij hebben een fantastische dag met u gehad en kijken uit naar een volgende keer. Lieve groet van Nel en Ria.

P.S. Wanneer er voldoende belangstelling is doen we deze dag nog eens over in het najaar voor de wintercollectie. Wij horen het graag van u.



Uiterste inleverdatum kopij en datum volgend boekje

Uiterste inleverdatum van kopij voor het volgende boekje is: zaterdag 22 april 2023. Inleveren van stukken per e-mail naar: redactie@kbodenhelder.nl
Het volgende KBO-afdelingsblad zal tussen maandag 8 en donderdag 11 mei 2023 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 2023

Aleenstaanden € 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 6 maanden** voor het verlopen van de geldigheid van uw rijbewijs. Het kan op 3 manieren via uw DigiD op de site van het CBR, of via het gemeentehuis. De keuring kan gedaan worden door de Rijbewijskeuringsarts. Een afspraak bij de keuringsarts kunt u maken bij www.regelzorg.nl / tel.: 088-2323300 tijdens kantooruren. Maar ook via www.rijbewijskeuringsarts.nl tel.: 085-0180800. De prijs van de keuring is 55 euro. Evt. korting via de KBO is variabel en afhankelijk van de locatie / organisatie.

KBO Belastinghulp, Zorg- en/of Huurtoeslag:

Via e-mail: belastinghulp@kbodenhelder.nl

A. van de Walle	Buyts Ballotstraat 24	Den Helder	tel. 06-40162520
A. Ufkes	Marsdiepstraat 171	Den Helder	tel. 0223-620064
B. de Kleijn	Boterzwin 4408a	Julianadorp	tel. 0223-627359
I. Koopman-Dekker	Julianaplein 78	Den Helder	tel. 06-48120177

Ambulance, Politie, Brandweer bij spoed

tel.112

Politie, niet urgent	tel. 0900-8844
Centrale huisartsenpost	tel. 0223-670470
Noordwest Ziekenhuisgroep, locatie Den Helder	tel. 0223-696969
KBO-PCOB Servicetelefoon ma-do 10.00-13.00 uur	tel. 030-3400655
KBO-PCOB Juristen/Pensioentel. wo-do 13.00-15.00uur	tel. 030-3400655
Slachtofferhulp	tel. 0900-0101
Steunpunt Mantelzorg	tel. 0223-747009
Steunpunt huiselijk geweld	tel. 06-41175098
Thuiszorg Omring	tel. 088-2068910
DOC-Team	tel. 0223-648100
Notaris mevr. mr. E.M.T. Arrindell - voor al uw vragen!	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 gemaks- 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