



KBO Zaanstreek - Noord

*KBO Seniorenbelang Zaanstreek-Noord
Krachtig, Betrokken en Ondernemend*

Sinds 1955

Kom Bij Ons

De KBO'er

Maandelijks informatieblad nr. 03

April 2026

Website:

zaanstreek-noord.kbonoordholland.nl

K.v.K. nr.: 72825952

Secretariaat:

kbosecr.zn@kpnmail.nl

Bankrekeningnr. NL27 RABO 0334 4920 41

t.n.v. KBO Seniorenbelang Zaanstreek-Noord

Jaarcontributie € 26,-- per persoon.





**GEZOND
& VITAAL**
Zaandam

Praktijk GEZOND & VITAAL biedt een breed aanbod aan specialisaties. Heeft u last van langdurige rugklachten, schouderklachten of andere klachten aan het bewegingsapparaat? Onze therapeuten helpen u graag hier zo goed mogelijk mee om te gaan.

Contactgegevens:

Zuidijk 137

1501 CE Zaandam

www.fysiotherapie-zaandam.nl

Vlietsend 4

1561 AC Krommenie

www.fysiotherapie-krommenie.nl

Voor meer informatie, bezoek onze website.

U kunt ons bereiken via e-mail: zaandam@gezond-vitaal.com

Of telefonisch op nummer: 075 - 785 0922

J&R Fashion

Zuiderhoofdstraat 46

Krommenie

075 – 628 8533



MODE VOOR ELK MOMENT

SPECIAALZAAK IN
Huishoudelijke Apparatuur

RENAUD

EIGEN TECHNISCHE DIENST
ONDERDELEN SNELLE SERVICE
INBOUW APPARATUUR
DESKUNDIGE INSTALLATIE

Wandelweg 41-B

1521 AB Wormerveer

Tel.: 075 – 621 21 08

info@renaudwitgoed.nl

WWW.RENAUDWITGOED.NL

Witgoed specialist

Altijd zeker van je zaak

KBO Seniorenbelang Zaanstreek-Noord

Als u de informatie van onze vereniging per mail wilt ontvangen stuur dan een mailtje naar Peter Smit: pcs.smit@kpnmail.nl

Inhoudsopgave:

Pagina

4	Van de voorzitter
5	Programma de komende maanden
5	Gezond Natuurwandelen
5	Bingo
6	Samen een bakkie doen
8	Paasattentie
8	Algemeen reglement
9	Wat te doen in de Bieb Krommenie
9	Wonderlijk open
10	Bollentoeer en bezoek Keukenhof
12	Oranje Fonds – Wat is NLdoet?
13	Blijf overeind, voorkom vallen!
16	De Poelboerderij en vaartocht door de natuur
18	Digitale Nalatenschap
19	Gezegend Paasfeest
21	Het potlood en de gum
21	Geld verdienen voor onze KBO verenigingskas
22	Oproep: Coördinator Activiteiten gezocht
25	Belangrijke telefoonnummers
26	Namen en adressen
28	Puzzel

Op maandag 4 Mei 2026 verschijnt de volgende KBO'er.

U kunt uw bijdragen tot **maandag 20 April** aanleveren, e-mail: kbo.redactie@gmail.com

De redactie van de KBO'er behoudt zich het recht voor om ingezonden artikelen te bewerken en/of in te korten.

Aangeleverde teksten mogen 2, maximaal 3 A5-jes lang zijn.

Als u regelmatig met ons meegaat, met dagtochten of met museumbezoeken dan is het handig om een Museumkaart aan te schaffen. Deze kost € 75,-, bij verlenging € 69,-, en is te bestellen via:

<https://www.museum.nl/nl/museumkaart>.

Met een paar museumbezoeken heeft u het bedrag al terugverdiend.

Van de Voorzitter.

Beste leden van onze KBO,

Terwijl ik voor de computer ga zitten en dit voorwoord ga schrijven kijk ik op 21 maart naar buiten. De zon schijnt, het is wel fris, maar het is al volop lente. Achter mij zijn nieuwe burens de tuin aan het opknappen, typisch zo'n klus die bij het voorjaar hoort. Ook ik moet daarmee aan de gang gaan. Maar eerst nog de belastingaangiftes verzorgen voor mijn klanten. Op de voorpagina staat een lenteplaatje met de wens 'Vrolijk Pasen'. Dat toont de overgang van winter naar nieuw leven en frisheid.

Als ik daar klaar mee ben, dan is het al bijna tijd voor de Parochiereis van dit jaar, een mooie reis naar Berlijn, Potsdam, Lutherstadt-Wittenberg en Eisenach. Mooie en bijzondere plaatsen in Duitsland. Dan komt de vakantieperiode eraan. Er zijn nog enkele stoelen vrij, maar dan moet u er wel snel bij zijn.

Na onze Algemene Ledenvergadering is het bestuur een keer bij elkaar gekomen en de ideeën uit dat overleg hebben ons jaarprogramma goed gevuld. Naast de al geplande reizen komen daar nog de vaartochten vanaf de Poelboerderij in Wormer bij. U ziet het in deze KBO'er.

Het voorjaar betekent ook het einde van het seizoen 2025/2026 van 'Kom naar de warmte'. Gezellige en warme bijeenkomsten, ieder keer weer opgeluisterd met interessante inleidingen over verschillende onderwerpen. Bezoeken van de Goedheiligman, een afvaardiging van 'Ontroerend Goed' en de High Tea, geheel verzorgd door de dames van 'Zaankanters voor elkaar'. U kunt een verslag hierover lezen op pagina 12 en verder. In de tussentijd, tussen nu en oktober, gaan we evalueren en bespreken wat we in het nieuwe seizoen gaan doen.

Gaat u deze wekelijkse bijeenkomsten missen? U kunt iedere week in één van de kerken in Krommenie terecht voor een kopje koffie/thee en gezelligheid.

In deze KBO'er staat de oproep voor een Coördinator Activiteiten. We doen deze oproep ter ondersteuning van ons en uw bestuur. Het gezegde luidt: vele handen maken licht werk. Dat geldt ook voor ons. Wij willen graag veel voor u organiseren en daar kunnen we enthousiaste mensen bij gebruiken. Het liefst natuurlijk jongere senioren. Zij die naast hun werk ook nog iets voor anderen willen betekenen en hun kennis in willen zetten voor u. Laat het weten aan uw kinderen, misschien hebben zij hier wel oren naar en zin in.

U weet het iedere 50-plusser is van harte welkom, ook al voelen zij zich er nu nog te jong voor. Maar ook voor hen geldt: werk aan je toekomst en maak ook die zinvol.

Peter Smit

Programma de komende maanden

KBO Seniorenbelang Zaanstreek-Noord:

Dagtocht Bollenstreek	woensdag 8 april
Bingo	woensdag 29 april, van 14:00 – 16:00 uur
Poelboerderij en vaartocht	dinsdag 5 mei, van 10:00 – 13:00 uur en woensdag 6 mei, van 13:00 – 16:00 uur
Bingo	woensdag 27 mei, van 14:00 – 16:00 uur

Buurtcentrum De Pelikaan, Kervelstraat 185a, Krommenie.

Meerdere keren per maand:

Leren fietsen; Wandelen; Brei- en Haak café; Volksdansen en Klaverjassen.

Een keer in de maand:

Duurzaamheid café; Crea Café; Aandacht en gesprek en Sjoelen.

Voor meer informatie verwijzen wij naar het Programmaboekje van Buurtcentrum De Pelikaan. Dit boekje is op te halen bij de Pelikaan en ligt in de Ontmoetingsruimte van de Petruskerk. Ook kunt u een digitaal exemplaar bij Peter Smit opvragen, e-mail: pcs.smit@kpnmail.nl.

U kunt het ook downloaden: <https://buurtcentrumdepelikaan.nl/wp-content/uploads/2025/08/Buurtcentrum-de-Pelikaan-Programmaboekje-2025-2026.pdf>

Gezond Natuur wandelen

Gezond Natuur Wandelen elke dinsdag om 10.00 uur vanaf Verpleeghuis Rosariumhorst. Tijdens deze wandeling lopen we op een rustig tempo, aangepast op het kunnen van de deelnemers, eventueel met wandelstok of rollator. (Duur ca. 30-45 minuten).

Gezond Natuur Wandelen elke donderdag om 10.00 uur vanaf de Pelikaan. Tijdens deze wandeling lopen we een wat grotere afstand (duur ca. 1 uur).

Bingo

Op woensdag 29 april en op woensdag 27 mei om 14:00 uur kunt u voor slechts € 5,- per persoon deelnemen aan dit leuke spel. U kunt terecht in de Ontmoetingsruimte van de Petruskerk. Er zijn voor ieder van de vier spellen vele leuke prijsjes die u kunt winnen. Onderwijl krijgt u nog koffie of thee. Iedereen is welkom en u kunt gerust uw burens of kennissen meenemen.



Samen een bakkie doen!

Een mooi begrip in Nederland. Even samen een kopje koffiedrinken. Gewoon om even te praten met andere mensen. Gewoon om andere mensen te ontmoeten. Gewoon om even weg te zijn van de dagelijkse beslommeringen. Gewoon om even tegen iemand aan te kijken en niet naar de TV of de planten en de muren. Gewoon om even naar elkaar om te zien. Gewoon om even warmte of kou te ontvluchten en bij te komen in een behaaglijke omgeving.



Koffiedrinken in Krommenie

Elke woensdag kunt u van 10:00 - 12:00 uur terecht in één van de Kerken in Krommenie.

Hierbij het rooster voor de komende maanden:

1 april	Petruskerk, Snuiverstraat 2
8 april	Nicolaaskerk, Kerkplein 1
15 april	Petruskerk, Snuiverstraat 2
22 april	Leliekerk, Lisdoddelaan 1
29 april	Oud Katholieke kerk, Noorderhoofdstraat 131
6 mei	Petruskerk, Snuiverstraat 2
13 mei	Doopsgezinde Vermaning, Noorderhoofdstraat 46
20 mei	Petruskerk, Snuiverstraat 2
27 mei	Leliekerk, Lisdoddelaan 1

Koffiedrinken in Wormerveer

U bent elke woensdagochtend van 10:00 - 13:00 uur van harte welkom om gezellig met elkaar koffie te drinken en een praatje te maken in 'De Nieuwe Steeg' in de kosterij achter de PKN-kerk in Wormerveer. We zien u graag. *Tine Graas.*

KBO, KOM BIJ ONS:

Onze activiteiten zijn voor iedereen toegankelijk en de toegang is gratis, tenzij anders vermeld.



HAIR

Creations

Hair Creations uw kapsalon

Vlietsend 52
1561 AD Krommenie
Telefoon: 075 – 621 3612

Openingstijden:
Di - Vr 08:30 – 17:30 uur
Do. avond tot 21:00 uur
Zat. 08:00 - 14:00 uur

Kwaliteits
Slagerij
Sijt Buis

Paar genieten van vlees.
Ambachtelijk bereid en die kwaliteit proeft u.

Zuiderhoofdstraat 4 1561 AL Krommenie
Telefoon/Fax: 075-6281917

WM

Dagactiviteitscentrum Het Watermerk
is onderdeel van Odion.

Odion ondersteunt mensen met een
beperking in de regio's Zaanstreek,
Waterland en Kennemerland.

Informatie www.odion.nl
Telefoon 0299 – 412 812

Odion 

· MET ZIJN HET GEWOONE LEVEN ONDERSTEUNEN ·

PRINTSERVICE & MAILING

PAASATTENTIE

Enige tijd geleden hebben we als bestuur besloten om voor alle leden een kleine Paasattentie te verzorgen. Gewoon als een vriendelijk gebaar, een beetje extra gezelligheid rond Pasen. Dan denk je dat je een verstandige beslissing neemt. Niet te groot, lekker zoet en het moet door de brievenbus kunnen. Zo zagen we bij de groothandel een aanbieding waarvan het hart van onze penningmeester spontaan sneller ging kloppen; dozen chocolade voor een prijs waar zelfs de paashaas van zou zeggen: 'Daar moet je bij zijn!'



Nu weten onze leden dat wij als bestuur altijd verstandig met het geld omgaan. Dus ik dacht: 'dit is de kans om voor iedereen een leuke Paasverrassing te regelen'. Een rekensommetje later stond ik bij de kassa met een bestelling waar een kleine chocoladefabriek jaloers op zou zijn.

De auto volgeladen. Trots reed ik naar huis. In gedachten zag ik het al voor me: honderden leden die met Pasen een doosje chocolade krijgen. Wat een succes zou dat worden.

Thuis begon het uitladen. Doos na doos ging naar binnen. Tot grote schrik bleek na het openen dat er kerstballen en rendieren op de verpakkingen waren afgebeeld. Gelukkig ging het om een inlegvel onder de folie. Nadat van 530 doosjes het inlegvel was verwijderd en de honderden stickertjes erop waren geplakt, stonden na 6 uur hard werken alle tasjes per bezorgwijk klaar.

Gelukkig hoefde ik het niet alleen te doen. Dank aan Marijke, onze penningmeester en mijn eigen lieve man Joop.

Dankbaar ben ik ook aan alle bezorgers die de attenties, samen met het Magazine en de KBO'er voor april, bij u thuisbrengen!

Namens het hele bestuur hoop ik dat de chocolade u allen heerlijk mag smaken!

Tiny Koster

Algemeen reglement

Nadat de notaris onze aangepaste statuten op 14 oktober 2026 gepasseerd heeft, is het bestuur aan de slag gegaan om het algemeen reglement aan te passen op de nieuwe statuten. Het algemeen reglement werd voorheen ook wel aangeduid als het huishoudelijk reglement. In het algemeen reglement zijn de regels, taken en bevoegdheden verder uitgewerkt. In de Algemene Leden Vergadering op 11 maart 2026 hebben we hier kort over gesproken. Uw bestuur handelt naar het algemeen reglement. Wil u het algemeen reglement inzien, laat het weten aan onze secretaris via KBOsecr.zn@kpnmail.nl waarna u een kopie van het algemeen reglement krijgt.

Wat te doen in De Bieb Krommenie

- 8 en 22 april 13:00 – 14:00 uur: inloopspreekuur handhaving en Zaankanters voor elkaar
- 13 april 11:00 – 12:00 uur: Koffie met de politie over online criminaliteit zoals oplichting via whatsapp, nepagenten, helpdeskfraude. Er is voldoende ruimte voor het stellen van vragen. Aanmelden niet nodig
- 16 april: Workshop over het maken van sterke wachtwoorden en maak daarna het sterkste wachtwoord
- 23 april: Workshop veilig online in Wormer
- 7 mei 10:00 – 12:00 uur: Reizen met OV spannend of ingewikkeld? Meld u aan voor deze bijeenkomst van De Bieb, Meerplus en OV-coach en hoor hoe ze u op weg helpen of zelfs een keer samen reizen.
- 13 mei: Ziekenhuis-portaal inloggen en bekijken, hoe werkt dat?
- 19 mei: Workshop over het maken van sterke wachtwoorden en maak daarna het sterkste wachtwoord



Daarnaast kunt u met digitale vragen (over de overheid) ook op afspraak terecht bij het Informatiepunt.

Meer informatie, aanmelden of vragen? Kijk op de website www.debieb.nl/agenda of bel/whatsapp naar 075 617 22 52

Wonderlijk open

Wonderlijk

hoe een mens open kan bloeien.

Op latere leeftijd nog.

Niemand had het nog zo verwacht.

Een gespannen mens
wordt een ontspannen mens.

Verwondering

is niet aan leeftijd gebonden.

Je bent er eigenlijk nooit te oud voor.

Wie interesse toont en uit zijn huis komt,
wie zich in nieuwe gebieden waagt,
kan aangenaam verrast worden.

Er is altijd meer te zien dan je tot nu toe zag.

Er is steeds iets nieuws te beleven.

Dat schept vertrouwen voor de toekomst.

Je bent als mens niet zo gauw uitgekeken als je
wel eens denkt.

Er is wonderlijk veel meer.

Voor de verwondering ben je nooit te oud.



Marinus van den Berg

Bollentoeer en bezoek Keukenhof

Op woensdag 8 april

Vertrek:

- **We verzamelen In Krommenie om uiterlijk 9:45 uur** naast Café de Remise aan de Provincialeweg 60, op de plaats van het oude NS-station.
- De bus **vertrekt** uit Krommenie **om 10:00 uur**
- **Via Wormerveer, klaarstaan om 10:00 uur bushalte Wandelweg zijde van NS-station en vertrek zodra de bus er is.**
- We maken een mooie toer door de bollenstreek en onderbreken deze in Buitenkaag voor de koffietafel, waarna we onze toer vervolgen naar de Keukenhof.

Aankomst:

- **Om 12:00 uur** staat een heerlijke koffietafel met kroket voor u klaar bij Brasserie Matts, gelegen op een schitterende locatie langs de Ringvaart in Buitenkaag.
- **Om 13:45 uur** komen we aan bij de Keukenhof in Lisse. Hier bent u helemaal vrij om te gaan genieten van dit mooiste lentepark ter wereld.
- U kunt hier nergens met contantgeld betalen.
- In de restaurants en op de terrassen is het niet toegestaan om eigen voedsel en dranken te gebruiken.

Terugreis:

- We verzamelen **om 16:30 uur** op de aangewezen plek.
- **Om uiterlijk 16:45 uur** vertrekt onze bus huiswaarts.

Aankomst:

- We verwachten **om 18:00 uur** terug te zijn bij onze laatste uitstapplaats Krommenie.



Deelname aan onze dagtochten:

Bij deelname aan onze dagtochten is het van belang dat u over enige conditie en mobiliteit beschikt en zelfredzaam bent. Dit betekent dat u zich, eventueel met behulp van wandelstok of rollator, kunt verplaatsen zonder de hulp van anderen. Zo kan elke deelnemer optimaal en onbezorgd genieten van zijn of haar dagje uit! Uiteraard is er zorg om de groep en oog voor de deelnemers en letten wij erop dat iedereen het naar zijn of haar zin heeft. Wij proberen het programma altijd zó af te stemmen, dat het voor zoveel mogelijk mensen geschikt is. Wij verheugen ons op een geslaagde dagtocht!

Uw reiscommissie

pelican.yoga

*Ontmoet nieuwe mensen
en kom in beweging!*

Stoelyoga

Gratis proefles

- ✓ Maakt je sterker en soepeler
- ✓ Werkt ontspannend
- ✓ Aandacht voor goede ademhaling
- ✓ Betere coördinatie en balans
- ✓ Aandacht voor wat je wél kunt en niet voor wat je niet meer kunt

Stoelyoga is bovendien ook **gezellig** en absoluut **niet zweverig**.

AANMELDEN EN CONTACT

- Saskia Verlinden 06 1878 6276 of Han Wiegerink 06 3853 5515
- Email: info@pelicanyoga.nl
- www.pelicanyoga.nl/proefles

Zie ook onze website www.pelicanyoga.nl



WAAR?

Buurtcentrum
De Pelikaan,
Krommenie
Elke maandag,
dinsdag en vrijdag
10:30 - 11:30 uur

Oranje Fonds - Wat is NLdoet?

Elk jaar in maart organiseert het Oranje Fonds deze grote vrijwilligersactie. NLdoet zet de vrijwillige inzet in de schijnwerpers en activeert door een publiekscampagne zoveel mogelijk Nederlanders om een dag vrijwilligerswerk te doen en zo het verschil te maken. In 2026 stond NLdoet gepland voor 13 en 14 maart. Vanaf november kunnen organisaties hun activiteit aanmelden op de site. Op www.nldoet.nl kan iedereen zich als vrijwilliger aanmelden voor een leuke vrijwilligersactiviteit in zijn of haar omgeving.



High Tea/lunch in Krommenie

Een high Tea/lunch in Krommenie (Zaanstad-Noord) voor de Mensen die geïsoleerd leven. Een mooi ontmoetingsmoment waar mensen eens lekker in de watten worden gelegd. (Nieuwe) Vrijwilligers zorgen voor een mooie plek met een mooi gedekte tafel en waar alles klaar staat voor de ontmoeting, zij zijn de gastvrouwen en gastheren. Een tafel heer/dame zal de maaltijd openen.



Wat een geweldige en zeer goed verzorgde High Tea is er op vrijdag 13 maart aan de bezoekers en vrijwilligers van 'Kom naar de warmte' gepresenteerd. Gülderen en Gigdem van 'Zaankanters voor Elkaar' zijn er samen met een zestiental medewerkers van Pensioenfonds PGB uit Amstelveen in geslaagd om

ons te verwennen. Heerlijke hapjes werden op de tafels neergezet. Aan iedere tafel een gastheer of gastvrouw van de PGB om ervoor te zorgen dat de gasten niets tekortkwamen. Na de hartige hapjes was er een kort intermezzo met een quiz van twintig vragen en daar tussendoor een kort optreden van Dwight Dissel, met een bekende meezinger.

De uitslag van de quiz werd na het serveren van de zoete hapjes verteld, waarna goodiebags aan de winnende tafel werden uitgereikt.

Al met al kunnen we terugkijken op een hele fijne 'Kom naar de warmte' mede door de twee dames van 'Zaankanters voor Elkaar' en de Vrijwilligers van Pensioenfonds PGB.

Blijf overeind, voorkom vallen!

Zo lang mogelijk gezond blijven, zodat je voor jezelf kunt blijven zorgen. Dat wil toch iedereen? Een val kan dit in gevaar brengen. Gelukkig kunt u het risico op een val vaak voorkomen. Dit kan door aan de slag te gaan met uw conditie en door bijvoorbeeld zelf in huis aanpassingen te doen die een val kunnen voorkomen. De komende maanden geven we u tips hoe u dit kunt doen.

Deze keer:

Train uw evenwicht en spierkracht

U kunt oefeningen doen om uw evenwicht en spierkracht te verbeteren. De kans dat u valt, wordt hierdoor een stuk lager.

Een goed evenwicht is belangrijk, net als genoeg spierkracht. Bijvoorbeeld als u wilt opstaan uit een stoel, of als u wilt voorkomen dat u struikelt. U voelt zich zekerder en valt minder snel als u een goed evenwicht en genoeg kracht in de spieren heeft.

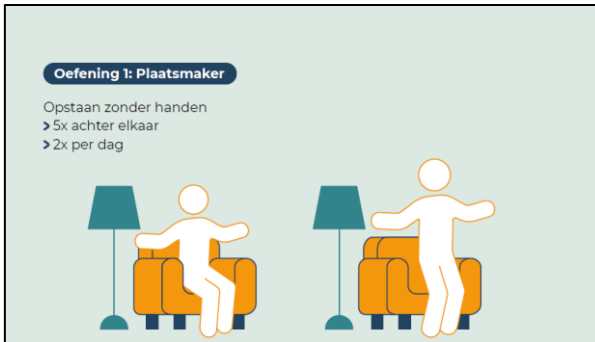
Spierversterkende oefeningen voor thuis



Even testen

- Ik doe elke dag oefeningen om mijn evenwicht en (been) spieren te trainen.
- Ik let erop dat ik niet te lang achter elkaar zit.
- Als ik opsta, wacht ik even voordat ik ga lopen. Eerst span ik mijn beenspieren aan. En ik wacht tot ik niet meer duizelig ben.

Uw evenwicht en spierkracht kunt u ook makkelijk thuis trainen. Probeer deze eenvoudige oefeningen die hieronder staan maar eens. Als u echt resultaat wilt behalen, is een beetje uitdaging wel belangrijk. U bent immers aan het trainen. Dus u kunt wat spierpijn hebben nadat u deze oefeningen heeft gedaan. Maar dat kan echt geen kwaad. Als u de oefeningen regelmatig doet, merkt u dat de spierpijn steeds minder wordt.



Hulp bij trainen

Wilt u liever hulp bij het verbeteren van uw evenwicht en spierkracht? Steeds vaker worden speciale trainingen voor ouderen aangeboden om vallen te voorkomen. Vraag aan de huisarts of fysiotherapeut of er in de omgeving een training voor ouderen wordt aangeboden.

Vaak worden deze trainingen vergoed door de zorgverzekeraar in de aanvullende zorgverzekering of gemeente. Voorbeelden van goede trainingen die de kans op een val verkleinen: In Balans, Otago en Vallen Verleden Tijd.

Tips om uw evenwicht en spierkracht te trainen

- U kunt speciale oefeningen doen of een training volgen. Maar er zijn meer manieren om ervoor te zorgen dat u genoeg beweegt. Een paar tips:
- Neem de trap in plaats van de roltrap of lift. Traplopen is een goede oefening voor het trainen van de beenspieren.
- Oefen elke ochtend voor de TV met het programma Nederland in beweging, elke werkdag op NPO2 om 9:15 uur en NPO1 om 10:15 uur.
- Ontdek hoe mooi de omgeving is. Ga eens een blokje om als u naar uw vertrouwde supermarkt gaat. Of stap eerder uit de bus of tram en wandel een stukje.
- Wandelen is goed voor u, maar u behaalt echt resultaat als u het combineert met spierversterkende oefeningen.

care+beauty
DE BETERE DROGIST

**Drogisterij
Parfumerie Zijp**

"Voor een ruim
assortiment en een
passend advies"

Heiligeweg 36
1561 DK KROMMENIE
Tel. 075 - 628 3708



Belles Dentelles

lingerie winkel &
lingerie groothandel

Krista Peereboom
eigenaar

Zuiderhoofdstraat 2B
1561 AL KROMMENIE
Tel. 075-202 9134 / 06-5201 6956

info@bellesdentelles.nl
www.bellesdentelles.nl

**Bloemenshop
Romaré**

Bezorgdienst

Fleurop

info@bloemenshopromare.nl

Zuiderhoofdstraat 60
1561 AN KROMMENIE

Tel. 075 - 640 3230

www.bloemenshopromare.nl

10 % korting bij inlevering
van deze advertentie - BON

Groot
Schoenen

*Al meer dan 100 jaar
hét adres voor de
hele familie*

Groot Schoenen
Zuiderhoofdstraat 29
1561 AH Krommenie

Tel. 075 - 628 1614

www.grootschoenen.nl

De Poelboerderij en vaartocht door de natuur op 5 of 6 mei



Het natuurgebied Wormer- en Jisperveld leent zich uitstekend voor mooie vaartochten. Door de kronkelige slootjes, unieke vegetatie, prachtige uitzichten en de aanwezigheid van vele soorten vogels, beleef je het Noord-Hollandse landschap op een bijzondere manier.

U bent van harte uitgenodigd om in de ochtend op dinsdag 5 mei of in de middag op woensdag 6 mei met ons mee te varen door dit mooie natuurgebied vanuit:

**Bezoekerscentrum De Poelboerderij,
Veerdijk 106, 1531 MB Wormer.**

U komt op eigen gelegenheid per auto, fiets of lopend naar De Poelboerderij. U zorgt dat u daar ruim bijtijds bent, zodat u de boot niet mist! U kunt ook vooraf binnen en buiten rondkijken of de expositie van Jan Groenhart bezoeken. U mag zelf iets te eten of te drinken meenemen voor op de boot als u dit nodig vindt.

Wij hebben zowel voor het ochtendprogramma als voor het middagprogramma twee boten (20 personen per boot) in optie.

1. Op dinsdag 5 mei

Aankomst: Om uiterlijk **09:45 uur**

Vertrek: **Om 10:00 uur** vertrekt de boot

Terugkomst: **Om 12:00 uur** in de Poelboerderij

Programma Poelboerderij **van 12:00 tot 13:00 uur:**

U krijgt koffie of thee met gebak aangeboden.

U kunt binnen en buiten rondkijken en de expositie van Jan Groenhart bekijken.

Kosten: **€ 15,- per persoon.**

2. Op woensdag 6 mei

Aankomst: Om uiterlijk **12:45 uur**

Vertrek: **Om 13:00 uur** vertrekt de boot

Terugkomst: **Om 15:00 uur** in de Poelboerderij

Programma Poelboerderij **van 15:00 tot 16:00 uur:**

U krijgt koffie of thee met gebak aangeboden.

U kunt binnen en buiten rondkijken en de expositie van Jan Groenhart bekijken.

Kosten: **€ 15,- per persoon.**

Betaling direct na bevestiging van uw aanmelding

- **De kosten ad € 15,- per persoon** pas nadat u de bevestiging van uw aanmelding heeft ontvangen, overmaken op Bankrekening **NL27 RABO 0334 4920 41** ten name van **KBO Seniorenbelang Zaanstreek-Noord**.

Aanmelding zo spoedig mogelijk

- Bij onze secretaris Nico de Wever:
- **E-mailadres:** KBOsecr.ZN@kpnmail.nl
- **Telefonisch:** **06-42100901**
- **Voicemail:** Als de telefoon niet wordt opgenomen kunt u duidelijk de voicemail inspreken.

Wat u opgeeft bij uw aanmelding:

- **Keuze:** 1) Dinsdag **5 mei** of 2) woensdag **6 mei**
 - Het aantal personen dat u aanmeldt.
 - Achternaam, voornaam, adres, woonplaats
 - Telefoonnummer
 - Dieetwensen.
 - Wel of Geen KBO-lid
- U krijgt een bevestiging van uw aanmelding!

Routebeschrijving vanuit Krommenie

Per auto (ca. 10 min.) Vanuit Krommenie volgt u de Provincialeweg/de N246 naar het noorden. Sla rechts af naar de Ned Benedictweg/de N514 richting Wormer, na 1,4 kilometer neemt u over de Prins Clausbrug de eerste afslag, de Noordweg richting Oostknollendam. Op ongeveer twintig meter vóór de T-splitsing Veerdijk gaat u rechtsaf het parkeerterrein op. **Let op bord met de 'P' rechts in de berm.** Aan het eind van de parkeerplaats loopt een pad door het weiland naar het bezoekerscentrum De Poelboerderij. Let op, NIET parkeren op of voor het terrein van scheepswerf Bijdam. Dat is privéterrein!

Per fiets (ca. 15 min.) steekt u door het tunneltje de N246 over naar Wormerveer. Naar de Kerkstraat en linksaf de Westerstraat tot het einde en rechtsaf fietspad langs N514. Over de Prins Clausbrug rijdt u richting Wormer tot aan de rotonde en aan de overkant het fietspad terug richting Oostknollendam. U volgt de fietsroute richting Oostknollendam en De Poelboerderij.

Lopend (ca. 1 uur) Als u komt lopen kunt u direct over de Prins Clausbrug de trap naar beneden nemen. U komt dan op de Veerdijk. Vervolgens loopt u rechtsaf langs de Zaan richting Oostknollendam. U loopt na 200 meter langs de scheepswerf Bijdam. Daarna gaat u rechtsaf, over de werf en ziet u het Bezoekerscentrum De Poelboerderij liggen.

Digitale Nalatenschap

In november 2025 is Marianne Winter te gast geweest bij 'Kom naar de warmte' en heeft gesproken over Digitale Nalatenschap. Zij heeft daarover ook een stukje geschreven voor in de KBO'er. Het belangrijk is om tijdig na te denken over wat er met die digitale bezittingen moet gebeuren als u daar zelf niet meer over kunt beslissen en wat de risico's zijn als u niets regelt. De laatste tijd hoort en ziet u hier regelmatig over op radio en televisie.

Je digitale nalatenschap omvat alle onlineaccounts, bestanden (foto's, documenten) in de Cloud en op apparaten, cryptovaluta, en abonnementen die u achterlaat.

Regel dit door een wachtwoordmanager te gebruiken, een digitale kluis via de notaris in te stellen, of een lijstje met inloggegevens veilig te bewaren. Zonder regeling kunnen accounts actief blijven of onbereikbaar worden.

Belangrijke stappen voor het regelen van digitale nalatenschap:

- **Inventariseren:** Maak een overzicht van sociale media (Facebook, LinkedIn), e-mail, clouddiensten (iCloud, Google), bankrekeningen, cryptowallets en abonnementen (Netflix, Spotify).
- **Wachtwoorden veilig bewaren:** Gebruik een wachtwoordmanager of bewaar inloggegevens op een fysieke, veilige plek (bijv. in een testament of digitale kluis bij de notaris).
- **Platforminstellingen:** Stel bij sociale media in wat er met uw profiel moet gebeuren (verwijderen of herdenkingspagina).
- **Toegang tot hardware:** Zorg dat nabestaanden toegang kunnen krijgen tot uw smartphone, computer, laptop en harde schijven, bijvoorbeeld via bekende codes.

Wat gebeurt er zonder regeling?

Nabestaanden kunnen tegen juridische en technische blokkades aanlopen, omdat persoonlijke data niet automatisch overgaat op erfgenamen en bedrijven de privacy van overledenen beschermen. Veel accounts blijven vaak onnodig actief, wat kan leiden tot kosten of ongemak.

Meer informatie en ondersteuning kunt u vinden op:

Veiliginternetten.nl is een initiatief van:

Ministerie van Economische Zaken; Nationaal Cyber Security Centrum, van het Ministerie van Justitie en Veiligheid en ECP, Platform voor de InformatieSamenleving.

SeniorWeb: dé computerhulp voor u

Uw weg vinden in de digitale wereld is niet altijd even eenvoudig, terwijl die wereld het leven juist leuker en makkelijker kan maken. SeniorWeb kan u hierbij helpen. Zij kunnen u helpen uw weg te vinden in de snel veranderende digitale wereld met tips en stap-voor-stap uitleg. En KBO-leden profiteren van een aantrekkelijke korting! €5,- korting voor KBO-leden

Word nu lid van SeniorWeb en profiteer van € 5,- korting op uw eerste contributie. U betaalt voor het eerste jaar dus maar € 37,- in plaats van € 42,-. Ook ontvangt u het boek Veilig en vertrouwd online cadeau.

De Nabestaandenbox: laat alles verzorgd achter

Na een overlijden moet er veel geregeld worden. Nabestaanden weten soms niet waar ze moeten beginnen én waar ze alle benodigde documenten en informatie moeten zoeken. Met de Nabestaandenbox laat u alles verzorgd achter. Het is een gebruiksvriendelijk programma voor Windows en Mac waarmee u een compleet document opstelt, waarin uw nabestaanden alles kunnen vinden.

De NabestaandenBox is de ideale aanvulling op uw testament. Het programma begeleidt u in het invoeren en opslaan van onder andere:

- Familie en alle belangrijke contacten
- Gegevens omtrent inkomen, financiën en verzekeringen
- Bezittingen zoals woningen en voertuigen
- Gegevens over jouw abonnementen en lidmaatschappen
- Inloggegevens voor online omgevingen zoals Social Media Accounts
- Wilsverklaringen, belangenbehartiging en persoonlijke uitvaartwensen
- Een digitale omgeving om gemakkelijk dierbare foto's en andere digitale herinneringen in op te slaan (lokaal en offline)

SeniorWeb en Nabestaandenbox bieden voordeel voor de leden van de bij KBO Noord-Holland aangesloten verenigingen.

GEZEGEND PAASFEEST

Geloven dat is toekomst maken,
ook al twijfel je steeds weer
Door het duister blijven zingen,
zelfs al doet het leven zeer.

Geloven is blijven vertrouwen,
dat de zon weer op zal gaan
en dat je, hoewel gevallen,
altijd weer durft op te staan.

Geloof doet leven in de doodsheid
van soms uitzichtloos verdriet.
Altijd komt er weer een morgen,
ook al zie je dat soms niet.

Geloven is in elke storm
blijven uitzien naar het land,
weten dat je wordt gedragen
door die Ene, in Haar hand.





Conceptstore Pear Tree Cadeauwinkel

Stationsstraat 2, 1521 DT Wormerveer
+31 75 615 3688 of +31 611 401 611

info@pear-tree.nl

www.Pear-Tree.nl

In Conceptstore Pear Tree kunt u terecht voor een breed assortiment aan unieke handgemaakte producten van diverse lokale ondernemers.

U vindt bij ons zelfgemaakte sieraden, woondecoraties, kaarsen en een ruim en divers aanbod aan ambachtelijke producten.

Onze winkel is de ideale plek om inspiratie op te doen voor eigen creaties. Stap eens binnen in onze winkel en laat u inspireren!

**Wij verwelkomen u graag op
maandag t/m vrijdag van 10:00 – 18:00 uur
Zaterdag van 10:00 – 17:00 uur**



HEINEKLEDING

Zaanweg 116, 1521 DR Wormerveer, T. 075-628 1373

info@heine-kleding.nl / www.heine-kleding.nl

**Volg Heine Kleding Wormerveer op Facebook
en blijf op de hoogte van onze collectie en aanbiedingen**

Het potlood en de gum

"Hé, hoe gaat het?" vroeg de gum zachtjes.

"Ik ben je vriend niet", sprak het potlood. "Ik kan je niet uitstaan."

De gum knipperde gekwetst met zijn ogen. "Waarom?"

"Omdat je steeds alles wat ik schrijf ongedaan maakt."

"Ik gum niet alles uit," zei de gum zachtjes, "alleen de fouten."

"Dat maakt het niet goed", mompelde het potlood.

"Maar daar ben ik voor gemaakt."

"Dan is je bestaan zinloos", mopperde het potlood. "Schrijven is belangrijker dan uitgummen."

"Het verbeteren van het foute is net zo belangrijk als het schrijven van het goede", antwoordde de gum.

Het potlood zweeg en fluisterde toen: "Maar ik zie je met de dag kleiner worden...."

"Dat komt omdat ik elke keer als ik iets help repareren een beetje van mezelf geef", antwoordde de gum.

"Ik voel me ook kleiner", gaf het potlood toe.

"We kunnen het leven van anderen niet beter maken zonder iets van onszelf te geven", glimachte de gum.

Ze keek het potlood aan en vroeg zachtjes: "Haat je me nog steeds?"

Het potlood verzachtte, een glimlach speelde om zijn lippen: "Hoe kan ik iemand haten die zoveel van zichzelf voor me geeft?"

Elke zonsopgang laat ons een dag minder.

Als je niet het potlood kunt zijn dat vreugde schrijft, wees dan de gum die iemands verdriet verzacht, hoop herstelt en de mensen eraan herinnert:

Morgen kan mooier zijn dan gisteren.



Geld verdienen voor onze KBO verenigingskas



Heeft u een lot of loten van de Vriendenloterij? Dan kunnen u, familieleden en vrienden bellen met de Ledenservice van de Vriendenloterij (telefoonnr. 088 – 0201020), via keuzeoptie 5 krijgt u een medewerker aan

de lijn, u kunt bij deze medewerker aangeven dat u de **KBO Zaanstreek-Noord** met registratiecode **21811** wilt koppelen aan uw lot of loten. Hier zijn géén bijkomende kosten aan verbonden. Als deze procedure is afgerond ontvangen wij elke maand ca. € 6,- voor elk lot waarmee u meedoet aan de Vriendenloterij. Als er een prijs valt op uw lot is de prijs uiteraard helemaal voor u.

De Vriendenloterij heeft een aparte actie "Clubs van de Week" lopen, waarbij verenigingen € 5.000 extra als bonus kunnen winnen. Een mooie opsteker waar het bestuur wel oren naar heeft, om met dat extra geld weer wat moois te doen voor onze leden. Denk daarbij bijvoorbeeld aan "Kom naar de Warmte". Helaas kan dat pas als er tenminste 20 loten zijn gekoppeld aan **KBO Zaanstreek-Noord**. En die 20 gekoppelde loten hebben we nog niet. Daarom de vraag, heeft u nog niet aan uw **KBO** gekoppelde loten? Heeft u hulp nodig om uw loten te koppelen, neem contact op met uw **KBO**-bestuur.

Als u geen Vriendenloterij loten heeft, of uw loten al gekoppeld heeft aan een ander goed doel even goeie vrienden hoor.

Vomar Heeft u een **Vomar** Klant-is-Koning kaart?

En heeft u uw Klant-is-Koning kaart via clubcode **KBAS2024** gekoppeld aan KBO Seniorenbelang Zaanstreek-Noord, dan sponsort Vomar ons. Voor u geen kosten, maar uw KBO krijgt 0,5% van uw inkopen als sponsorgeld.

Oproep: Coördinator Activiteiten Gezocht

Het bestuur is op zoek naar een enthousiaste en betrokken persoon die de coördinatie van onze activiteiten wil oppakken.

In deze rol ben je de spin in het web voor het plannen, afstemmen en organiseren van onze activiteiten. Je houdt het overzicht, zorgt voor goede communicatie en werkt samen met andere betrokkenen om alles soepel te laten verlopen.

Wat ga je doen?

- Coördineren en plannen van activiteiten
- Afstemmen met betrokken vrijwilligers en/of deelnemers
- Bewaken van de voortgang en organisatie
- Meedenken over nieuwe ideeën en verbeteringen

Wat bieden wij?

- Een leuke en betekenisvolle rol binnen uw KBO
- Samenwerking met een enthousiast team
- Ruimte voor eigen initiatief en ideeën

Heb je interesse of wil je meer informatie? Neem dan gerust contact op met onze secretaris Nico de Wever of voorzitter Peter Smit.

We hopen je snel te verwelkomen!

Kom eens langs in De Bieb
van Krommenie



www.debieb.nl/senioren
075 617 22 52
Heiligeweg 170
1561 DM KROMMENIE

DE BiEB
voor de Zaanstreek



*De dromen van vandaag
zijn het materiaal
voor de wereld van morgen*
- Peter Gabriel -

 **Kozaan**
KOZIJNEN & GLAS

Kozaan B.V.
Zaanweg 123
1521 DS Wormerveer

T 075 - 640 07 59
E info@kozaan.nl
I www.kozaan.nl

Openingstijden showroom:
Zondag en Maandag - gesloten
Dinsdag t/m Vrijdag van
12:00 tot 17:00 uur
Zaterdag - enkel op afspraak

VKG Keurmerk



BBBN

Voor een financieel gebalanceerde toekomst

Waarom BBBN:

Als u of iemand in uw omgeving zijn financiën en/of administratie niet meer zelfstandig kan uitvoeren, dan is het noodzakelijk dit over te dragen.

Wanneer BBBN:

Ouderdom, dementie, lichamelijke en/of psychische klachten. Signalen van financieel misbruik.

Bewind Budget Beheer Nederland (BBBN)

Postbus 213

1560 AE Krommenie

Info@bbbn.nl

06-41009006

www.bbbn.nl



Belangrijke telefoonnummers

Buurtcentrum "De Lorzie", Wormerveer	(075) 772 9766
Buurtcentrum "De Pelikaan", Krommenie	(075) 628 5660
De Bloesem, Wormerveer	(06) 244 41 411
De Luisterlijn, voorheen Sensor	(088) 0767 000
Gemeente Zaanstad	14 075
Huisartsenpost	(075) 653 3000
KBO Noord-Holland	(023) 750 5155
Pastorie St. Petrusparochie	(075) 628 1208
Politie, Ambulance, Brandweer, spoed	112
Politie, geen spoed	(0900) 8844
Rijbewijskeuring, via www.regelzorg.nl	(088) 232 3300
Rode Kruis Ziekenhuis	(0251) 26 5555
Sociaal Wijkteam Krommenie en Wormerveer	(075) 206 0018
Stichting Fonds Vredenburg	(075) 628 6414
Unie van Vrijwilligers, zorgvervoer	(075) 628 7818
• Alleen voor inwoners van Krommenie.	
Univé Zorgverzekering	(072) 527 7595
Veilig Thuis	(0800) 2000
Vrijwilligersvervoer Zaanstreek	(06) 209 03 565
Zaankanters voor elkaar	(075) 206 0010
Zaans Medisch Centrum	(075) 650 2911
Zilveren Kruis	(071) 751 0052
Zonnebloem Krommenie-Assendelft Noord	(06) 415 09 342
Zonnebloem Wormerveer	(06) 218 10 524

Notariskantoor Ten Brinke



*Klassieke notariële diensten
in een modern jasje.*

Dorpsstraat 1054 B, Assendelft · www.notaristenbrinke.nl · 075-6474040

Bij de onderstaande organisaties in Wormerveer en Krommenie kunt u deelnemen aan hun activiteiten:

PCOB Zaanstreek-Noord: www.pcob.nl/uw-afdeling/zaanstreek-noord/zaanstreek-noord
De Lorzie, Wormerveer: www.buurtcentrum-delorzie.nl
De Pelikaan, Krommenie: www.buurtcentrumdepelikaan.nl
De Bloesem, Wormerveer: www.debloesem.info

Adressen KBO Seniorenbelang Zaanstreek-Noord

Voorzitter	Peter Smit	(075) 628 2517
Secretaris	Nico de Wever	(06) 4210 0901 KBOsecr.zn@kpnmail.nl
Penningmeester	Marijke Klinge	(075) 628 8454
Ledenadministratie	Tiny Koster	(06) 1828 0783
Bestuursleden:		
Frans Verlinden	(06) 2434 5919	
Jannette Punt	(075) 621 4500	
Lidy Cool	(075) 622 6621	
Truus Noom	(075) 628 4002	
Ria van Gelderen	(075) 621 4132	

Adres secretaris:

Nico de Wever, Vertrekspoor 58, 1567 LH Assendelft
Telefoon: (06) 42100901 E-mail: kbosecr.zn@kpnmail.nl

Cliëntondersteuners / Ouderenadviseurs

Hennie Brinker	(075) 628 0887
Frans Verlinden	(06) 2434 5919
Peter Smit	(075) 628 2517

Zorgteam / Belastinginvullers

Peter Smit coördinator	(075) 628 2517
Hans Azier	(075) 628 7988
Bart Bos	(06) 2290 7972
Rob Minnebo	(06) 3061 3433
Seval Özcan	(06) 4100 9006]
Susan Pijl	(06) 5115 8837
René Pot	(06) 8188 3456
Guusje Verhoeven	(075) 628 7818

***Hulp nodig bij een klein karweitje of computerprobleempje?
Bel Peter Smit, tel. 075-628 2517***

FYSIOTHERAPIE VRIJ BEWEGEN

WEVERSTRAAT 13
1561EE KROMMENIE

075 6284414

WWW.FYSIOTHERAPIEVRIJBEGEVEN.NL

Contracten met alle zorgverzekeraars!

Word lid van onze fysiotraining:
In groepsverband & onder leiding van
een fysiotherapeut werken aan je
conditie, houding en spierkracht.
Kom langs voor meer informatie en een
gratis proefles.



De zelfstandige audicien in uw regio

Heiligeweg 15D - Krommenie

075 - 20 25 203

www.horendgoed.nl

Contracten en/of afspraken met alle
zorgverzekeraars

Specialist in onopvallende hoortoestellen

Verzekerd van deskundig en persoonlijk
advies



Evert Bruyns

**Servicegericht,
klantvriendelijk en
deskundig advies**

**Heiligeweg 183,
1561DJ Krommenie
Bel: 075 - 628 1590 of mail:
info@evertbruyns.nl**

Rijwielhandel

www.evertbruyns.nl



Wij zijn Nancy Schavemaker en
Erik Foekema van FOEKinstallatie.
Is uw toestel al klaar voor de winter?
Nancy verzorgt het onderhoud en
abonnement van uw gastoestel of
airco zodat u er warm of koel bij zit.
Erik verzorgt reparatie en vervanging
en het allround installatiewerk.
U kunt altijd vrijblijvend vragen naar
onze diensten en abonnementen.

06-18133752 of 06-23933444
Of via mail: info@foekinstallatie.nl
Website: www.foekinstallatie.nl

Puzzel



Omdat ik nogal wat reacties heb gekregen dat de sport puzzel wel erg moeilijk was heb ik deze keer gekozen voor een zandloper. Veel puzzelplezier weer.

Beroep	- - - - -
Iemand die eten conserveert	- - - - -
Bakken	- - - - -
Producers	- - - - -
Kreupel	- - - -
Kappersgerei	- - -
Moeder	- -
Jong schaap	- - -
Keer	- - - -
Noodsignaal	- - - - -
Ethiek	- - - - -
Meetgerei	- - - - -
Venstersluiting	- - - - -

De oplossing van de puzzel van maart is: tafeltennis, boogschieten, wielrennen, hardlopen, verspringen (hier miste een r in de opgave, door velen vermeld), biljarten, jeu de boules, waterskiën, snelwandelen, kogelstoten, kunstschaatsen en rolstoeltennis.

De winnaar is geworden Laurens Vet.

De oplossing van deze puzzel kunt u tot uiterlijk 13 april sturen naar: vanluttiny@gmail.com of Rosariumpark 130 te Krommenie, **onder vermelding van uw adres en telefoonnummer.**