

Laatste Afdelingsnieuws voor de vakantie

ANBO – PCOB
afdeling ZaanstreekNoord

Maart 2026



Voorzitter:	Vacant (wisselend)
Secretariaat:	Dirk Jan Dirkmaat
Mail:	dirkjandirkmaat@gmail.com
Penningmeester:	Albert Schalen
	bank: NL51 INGB 0005 9346 29
	t.n.v. ANBO-PCOB AFD ZAA NSTREEK-NOORD.
Leden:	To Vooren
Redactie:	Wil Renaud-van der Zwaag
	e-mail: w.renaud@outlook.com
Website:	www.ANBO-PCOB.nl > uw afdeling>Zaanstreek-noord

Mededelingen van het bestuur



Het informatieblad van de ANBO-PCOB, **OuderenWijzer** verschijnt 8 x per jaar en wordt bezorgd per Post.



Het afdelingsnieuws komt 3x per jaar uit.

Februari 2026 met informatie over 10 maart, 14 april, 22 april en 12 mei
+ (inschrijfformulier voor de dagtocht op 22 april)

Augustus 2026 met informatie over 8 september (+ inschrijfformulier lunch) en 13 oktober

Oktober 2026 met informatie over 10 november, 8 december, 12 januari 2027 en
9 februari 2027 (+ inschrijfformulier adventsmaaltijd)



De contributie de inning daarvan is veranderd.

Het verenigingsbureau zorgt voor de contributie-inning. U heeft daar in oktober 2025 een brief over gekregen. De contributie bedraagt nu € 4,- per persoon/per maand.

Bij een leefverband is dat € 6,- per maand/per leefverband.

U heeft de keus dit op verschillende manieren te betalen. Per maand, per kwartaal of per jaar. **U krijgt daarover geen bericht meer van onze penningmeester!**



Onze vereniging blijft baas over hun eigen geld. Wij hoeven nu geen geld meer af te dragen aan het hoofdbestuur maar krijgen van het hoofdbestuur (naar rato, afhankelijk van het ledenaantal) ons geld.

Wilt u iets **extra betalen** ter ondersteuning van onze vereniging doe **dat dan wel** aan onze penningmeester. Onze vereniging blijft baas over het eigen geld.

Alleen de extra overgemaakt gelden komen rechtstreeks in onze kas net als het geld voor de maaltijden en de dagtocht.

Overmaken op : NL51 INGB 0005 9346 29 t.n.v. ANBO-PCOB AFD ZAA NSTREEK-NOORD.



Wij zijn een vereniging die al 40 jaar bestaat. Wij hebben dat op dinsdag 10 februari 2026 gevierd met een lekker gebakje bij de koffie of thee.

AGENDA

VERBODEN TOEGANG TOEGEGEVEN

<p>10 maart 2026 Aanvang 14.30 Ruach Wormerveer</p>		<p>Antonet Warger Westzaan lezing over Tibet en China</p>
<p>14 april 2026 Aanvang 14.30 Ruach Wormerveer</p>		<p>Cornelis Butter Lezing over zijn voetreis naar Mekka</p>
<p>22 april 2026 vertrek: 9.00 uur vanuit Zaandam 9.15 uur vanuit Wormerveer</p>		<p>bustocht en vaartocht samen met de afdeling ANBO-PCOB Zaandam.</p>
<p>12 mei 2026 Aanvang 14.30 Ruach Wormerveer</p>	<p>Laatste bijeenkomst voor de zomerperiode. Zoals alle jaren is er dan de BINGO door Age en Cobra. Het koor Wij Willen Zo Graag zingt samen met ons bekende liederen.</p>	

Alles heeft z'n eigen tijd.

Er waren gouden dagen
Er waren diepe dalen
Er waren hobbels en obstakels
Er waren prachtige verhalen

Er waren leuke feestjes
Er waren stille uren
Er waren verre vrienden
Er waren fijne burens

Er waren maanden, weken, dagen
Er waren antwoorden en vragen
Er waren tranen, goeie grappen,
Er waren enge eerste stappen

Er waren losse eindjes,
open deuren
Er waren zwarte nachten
mooie kleuren

Er waren veilige vertrouwde havens
Er waren nieuwe wegen
Er waren dagen met wind mee
Er waren dagen met alleen maar regen

Er waren gevoelens,
er waren gedachten
Er waren troosten armen om pijn te verzachten

Er waren redenen voor spijt, maar vooral ook veel voor dankbaarheid
Alles komt en alles gaat.
Alles heeft z'n eigen tijd.

10 maart om 14.30, Ruach, Noorderstraat 7 te Wormerveer

Lezing door Antonet Warger

Mensen van China en Tibet



Wij duiken deze middag in de betoverende wereld van China en Tibet, waar natuur en cultuur samenkomen. In "Mensen van China en Tibet" nemen Jan, Emy en Antonet je mee op een reis en zetten je zintuigen op scherp. De culturele gelaagdheid komt tot leven door het gebruik van citaten, gedetailleerde beschrijvingen en betoverende afbeeldingen. Gaandeweg de reis neemt de spanning tussen de twee culturen toe, maar ook de kracht van de menselijke geest in tijden van onderdrukking.

Antonet Warger (1953) studeerde Onderwijskunde aan de Universiteit van Amsterdam en was werkzaam als docent-onderzoeker. Zij heeft twee prachtige dochters en schoonzonen en vier super lieve kleinkinderen. Zij heeft altijd geschreven, gefotografeerd en gereisd. Haar wetenschappelijke achtergrond maakt steeds meer plaats voor het verwoorden van de harde en toch ook prachtige realiteit. De focus van Net ligt op ontmoetingen tussen mensen, dieren en de natuur. Hoe geven zij vorm aan leven binnen systemen die soms oké zijn en soms ook niet?

Door mijn fascinatie voor het oude China en Tibet reisde ik af naar Azië. Op dinsdagmiddag 10 maart 2026 neem ik jullie mee langs de Chinese oudheid, via mystieke kloosters naar het hooggebergte van Tibet. Waarom is de Chinese muur gebouwd en hoe voelt het om daarop te wandelen? Hoe klinkt het gezang van monniken in de kloosters en wat doet 5000 meter hoogte met mijn lijf?

Gaandeweg de reis merk ik, dat de spanning tussen de twee culturen steeds zichtbaarder wordt. Ook de kracht van de menselijke geest in tijden van onderdrukking is bewonderingswaardig.

In deze presentatie laat ik filmbeelden en foto's zien en vertel ik over mijn ervaringen en ik vind het leuk dat u vragen stelt.

14 april om 14.30, Ruach, Noorderstraat 7 te Wormerveer

Lezing door Cornelis Butter

Voetreis naar Mekka



**Cornelis uit Egmond liep dwars door de woestijn naar Mekka.
'Ik zei: als Allah het wil, dan kom ik Mekka binnen'**

Cornelis Butter heeft een opmerkelijke tocht van 1100 kilometer gemaakt van Koeweit naar Mekka, door de uitgestrekte woestijn van Saudi-Arabië. Ondanks waarschuwingen van anderen dat het te gevaarlijk was en dat het bijna onmogelijk was, besloot hij zijn avontuur te ondernemen.

Butter heeft altijd geloofd dat, als het de wil van Allah was, hij zijn bestemming zou bereiken. Deze reis benadrukt zowel zijn vastberadenheid als zijn spirituele motivatie.

Hij wandelde, in etappes, van de Egmondse Adelbertusbron, via de Turkse Hagia Kiriakonbron, naar Mekka. Wie alles wil zien en horen over deze wonderbaarlijke spirituele en persoonlijke reis, is welkom op dinsdagmiddag 14 april 2026.

Het wordt een verhaal over wat de reis met hem deed, over de vreugde die hij ervoer en vooral over de ontmoetingen met broeders en zusters. Daar was het hem allemaal om te doen. Je gelooft je oren niet als Cor vertelt over zijn wandelweken door de woestijnen van Saoedi-Arabië, die iedereen, ook de plaatselijke autoriteiten, hem afraadde, want te gevaarlijk, al kon niemand precies uitleggen waarom. En dus ging hij.

Cor leerde de mooiste dingen: bijvoorbeeld dat er ongeveer ieder uur wel een auto stopte van waaruit iemand hem een fles water aanbood. Was zijn rugzakje al belast met drie flessen water, dan bedankte hij aanvankelijk, maar dat viel niet in goede aarde. En dus goot hij het teveel aan water wel eens stiekem over de schaarse plantjes.

Net als de leerlingen van Jezus wist Cor 's ochtends nooit of hij die dag te eten zou krijgen en of iemand hem een slaapplek zou geven. Hoe hij dat aanpakte, hoort u op 14 april. En ook horen we dan of hij Mekka wel in mocht, want dat mochten christenen niet, kreeg hij te horen. Kom luisteren hoe het afliep.

De dagtocht bus/vaarreis woensdag 22 april 2026



Die vindt plaats op woensdag 22 april 2026.
Het is een dagtocht door Noord-Holland

Het is een reis dichtbij huis. Maar heeft u alles al gezien van Noord-Holland?
En neem vooral je badpak of zwembroek mee want je weet maar nooit of je te water wordt
gelaten 😊😊😊

Onderweg kunt u genieten van een kop koffie met gebak.
Er wordt ons een luxe koffietafel voorgeschoteld en
aan boord krijgt u nogmaals een consumptie.

Voor deze reis betaalt u € 62.50
(op basis van minimaal 45 personen)

*U kunt zich op de ledenbijeenkomst van 10 maart aanmelden bij één van de bestuursleden
of*

telefonisch bij To Vooren

Betaling door overmaking van € 62,50 op rekeningnummer:

NL51INGB0005934629

t.n.v. ANBO-PCOB afdeling Zaanstreek Noord

o.v.v. busreis

Vergeet niet de naam/namen te vermelden voor wie wordt betaald.

Let op! U dient zich eerst op te geven en dan pas te betalen.

Niet leden betalen € 5,- extra.

De leden van de ANBO-PCOB Zaandam gaan ook gezellig mee.

- Wij vertrekken op woensdag 22 april
- 9.00 uur 1^e opstapplaats is Zaandam, Veldbloemweg 2a (aanwezig 8.45 uur)
- 9.15 uur 2^e opstapplaats Noorderstraat 7 (bij Ruach) te Wormerveer
- Waarschijnlijk terug tegen 17.30 uur

Let op: Kom op tijd. Uw auto/fiets kan op het kerk-/schoolplein staan.

12 mei om 14.30, Ruach, Noorderstraat 7 te Wormerveer

Optreden van het koor "Wij Willen Zo Graag"

De laatste bijeenkomst voor de vakantietijd.

Dit wordt een gezellige middag met muziek, zang, lachen en spanning.

De zanggroep "Wij Willen Zo Graag" komt ons deze middag vermaken met prachtige, gezellige liedjes waar u zelf ook aan mee kunt doen.

Normaal treden zij op in prachtige klederdracht kostuums waar tekst en uitleg bij wordt gegeven. Ze zijn al een keer bij ons op bezoek geweest.

Hun optreden duurt deze dag niet zo lang want we moeten ook nog bingoën.

Daarom is er besloten om in andere kledij te komen zingen en wel in vrolijk zwart wit.

Dat is veel minder arbeidsintensief dan je te kleden in klederdracht.

De muziek is er niet minder om en zeker ook niet minder leuk.

Wilt u allemaal toch nog meer weten van de kostuums dan nodigen we hun nog een keer uit maar dan voor een langer optreden met uitleg van de kostuums.



Charles Dickens kostuum



Daarna is er de jaarlijkse bingo. Coba en Age doen ook dit jaar weer hun best om er een leuke bingo van te maken met grappige verhalen. Het valt noch lang niet mee om alle cijfers in het verhaal te herkennen. Dat is ook het leuke eraan en weet u we gaan allemaal met een prijsje naar huis.

Weet u het nog

We zijn alweer in maart aanbeland als u dit afdelingsnieuws in de bus krijgt.

De dagen lijken wel steeds sneller te gaan.

Weet u nog wat we dit jaar gehoord en gezien hebben? Een kleine samenvatting:

Lezing door Hans Boerma op 13 januari

Hans is natuurgids en vrijwilliger bij de Poelboerderij in het Wormer- en Jisperveld en een begenadigde fotograaf. Genoten hebben wij van zijn verhalen en de prachtige opnames.

Voor sommige leden kwam dit heel bekend voor.



Breinfrit Workshop door Cindy Schmidt- de Bruin op 10 februari



Cindy is sportdocent en organisator met een passie om plezier over te brengen in haar lessen en workshops. Deze keer stond muziek en ritme centraal en nog een klein beetje line-dance. In mijn werk zijn er altijd momenten geweest die mij niet alleen heel veel voldoening, maar ook heel veel energie hebben gegeven.

Gelukkig voelde ik dat niet alleen zelf, maar geven de deelnemers dat ook terug.

Het verhaal van de mug en de koning

28 november 2024 door [Mark Verhees](#)

Er was eens een koning die alles had wat zijn hart begeerde: rijkdom, macht en talloze bedienden. Maar toch voelde hij zich vaak ontevreden. 'Er moet meer zijn in het leven', dacht hij vaak. 'Iets groots waar ik dankbaar voor kan zijn.'

Op een dag, terwijl de koning lag te slapen in zijn prachtige bed, kwam er een kleine mug de kamer binnengevlogen. De mug, op zoek naar een avondmaal, besloot de koning een bezoekje te brengen. Ze zoemde rond zijn hoofd en stak hem in zijn neus.

De koning sprong overeind, wild om zich heen slaand, maar de mug was te snel. Ze stak hem opnieuw, dit keer in zijn oor. De koning, razend van woede, riep zijn bedienden om hulp. 'Pak die mug!' riep hij, terwijl hij zijn kussen door de kamer smeed.

Maar hoe ze ook probeerden, de kleine mug bleef de koning te slim af. Uiteindelijk, uitgeput van het gevecht, viel de koning terug in zijn bed, ademloos en verslagen. De mug, tevreden met haar werk, vloog weg.

De volgende ochtend, toen de koning wakker werd, voelde hij zich anders. De nachtelijke strijd had hem iets geleerd. Hij was blij dat de mug verdwenen was, blij dat hij weer rustig kon liggen, blij dat hij gewoon adem kon halen zonder geprikt te worden. Voor het eerst in lange tijd voelde hij dankbaarheid voor de simpele dingen: zijn bed, zijn huis, de stilte, en het fraaie ochtendlicht dat door de ramen scheen.

De koning beseftte dat het niet de grote dingen waren die hem gelukkig zouden maken, maar juist de kleine, alledaagse zegeningen die hij zo vaak over het hoofd had gezien. En met een glimlach op zijn gezicht begon hij zijn dag, dankbaar voor alles wat hij had.



Vanaf 1 maart 2026 gratis hulp bij belasting invullen

Het invullen van belastingpapieren kunt u **gratis** laten doen via de ANBO-PCOB. De gezamenlijke ouderenbonden hebben namelijk mensen hiervoor laten opleiden bij de Belastingdienst en zij staan u desgewenst terzijde. Zie de site



Wij gaan de lente en zomer tegemoet.

Een fijne tijd vind ik dat altijd. Eerst de lente met al het jonge frisse groen om je heen de sneeuwklodjes, de krokussen, de tulpen wat een heerlijk gezicht is dat altijd. En wat niet onbelangrijk is het wordt weer langer licht!

Je kunt weer lekker naar buiten, je kunt je verheugen op een geplande vakantie en nog veel meer van die gezellige dingen. Maar misschien ook wel wat eenzaamheid. Kinderen die allemaal ver weg vakantie vieren, de burens zijn niet thuis, vrienden die van alles doen behalve op bezoek komen. Lees dan het verhaal van de koning en de mug nog maar een keer. Het zijn de kleine dingen die het doen.

Het is ook de tijd van de christelijke feestdagen. Binnenkort begint de 40-dagentijd, daarna de stille week om dan het grote feest van de opstanding te kunnen vieren. Pasen het prachtige feest. Het feest van Hemelvaart daar kunnen heel veel mensen niet veel mee. Het wordt ook niet uitbundig gevierd. Er zijn ook bijna geen rituelen voor de feestdag. Maar gelukkig kunnen er daarna het Pinksterfeest vieren. Minstens zo belangrijk als Pasen. Zonder de Geest die we op dit feest hebben gekregen kun je je afvragen zouden er dan nog Kerken zijn, zou er dan nog geloof aanwezig zijn in de wereld.

Vraag je maar niets af, geniet van de feesten die we samen mogen vieren.

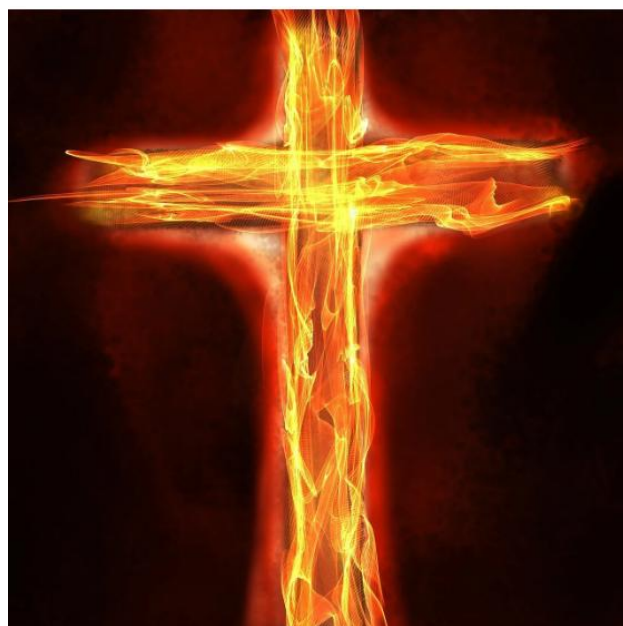
Gebed

God, onze Schepper, uit aarde hebt U ons gevormd
tot mensen van vlees en bloed
om in vrede en gerechtigheid
Uw wereld te bewonen.

Wij bidden U:

open onze ogen voor Hem
in wie U ons de goede plaats aan wijst.
Jezus, onze Herder en Leidsman
die ons voorgaat door de woestijn
naar uw land van belofte,
in deze veertig dagen
en heel ons leven.

Amen



Het lege kruis van Pasen
met het Vuur van
Pinksteren

Na al die feesten is ook het zomerreces van de ANBO-PCOB aangebroken. Even geen bijeenkomsten in de zomer. Gelukkig zien we elkaar dan weer op 8 september 2026

Dagboek van een vrijwilliger bij de Voedselbank

Toen de kinderen van Henske Jakobs (62) tegelijkertijd uitvlogen, kwam de vraag bij haar op: 'Voor wie ga ik nu zorgen?' Dat was het startpunt van haar werk bij de Voedselbank. Henske wil ervoor zorgen dat mensen die het moeilijk hebben, met een goed gevoel weer naar huis gaan. ANBO-PCOB liep een dag met haar mee. Overgenomen van de site van ANBO-PCOB



6:30 Donderdag is uitgiftedag en dan gaat de wekker om half zeven. Na een rustig ontbijt en het lezen van de krant, begint de dag.



7:15 Met haar blauwe koffertje fietst Henske naar de Voedselbank in Hilversum. 'Hierin zitten alle klantgegevens. Zo weet ik wie een nieuwe kaart nodig heeft of als er iets veranderd is in iemands situatie.'



7:40 Voordat de andere vrijwilligers komen, is Henske er al. Ze zorgt dat alles klaarstaat en maakt alvast wat schoon. 'Dat vind ik een fijne manier om de dag te beginnen.'



8:30 De vaste groep vrijwilligers, zo'n tien man, is er nu ook. Voordat de vrachtwagen met alle kratten arriveert, is er nog even tijd voor een kop koffie en een broodje. Een gezellig begin.



8:50 De vrachtwagen komt aan. Samen met de anderen helpt Henske alles uit te laden. 'Soms moeten we nog dingen verdelen. Bijvoorbeeld spuitjes die in grote zakken komen die wij dan opsplitsen.'



9:15 Als alles binnen is, bouwen ze de ruimte om tot een soort winkel. 'We kijken wat er veel is en wat er minder is, en richten de tafels in. Iedereen heeft zo z'n eigen taak, en dat gaat heel natuurlijk. Het is echt een fijne groep. Dit is het moment in de week waar we naar uitkijken.'



10:15 De uitgifte begint. Sommige cliënten komen extra vroeg om even bij te praten. 'Voor veel mensen is dit een sociaal moment, een plek waar ze even kunnen kletsen en andere mensen zien. De sfeer is altijd heel gemoedelijk.'






11:30 Rond half twaalf sluiten ze de uitgifte. De vrijwilligers ruimen nog een uurtje op voordat ze naar huis gaan. 'De rest van de week ben ik af en toe ook bezig met de Voedselbank. Ik heb contact met cliënten via WhatsApp. Dan hou ik ze op de hoogte van veranderingen.'

Dit een dag van een vrijwilligster bij een voedselbank. Fijn om te zien dat er mensen zijn die zich geheel belangeloos inzetten voor anderen.

De vrijwilligers in onze groep zijn iets minder tijd kwijt aan hun vrijwilligerswerk voor de ANBO-PCOB. Alhoewel er soms dagen bijzitten waarin je denkt voor wie doen we het. Het antwoord is: voor onze leden die we graag een prettige en informatieve middag willen bezorgen en aanbieden. Het bestuur doet ontzettend hun best om dit te realiseren dan is het wel wat teleurstellend dat er veel mensen afhaken om de middagen te komen bezoeken. Er is altijd wel een reden dat begrijpen wij ook wel. We worden er niet jonger op is er één van. Alle mensen die er wel zijn kunnen be-amen dat het zeer de moeite waard is om wel te komen.



Wat staat er op het programma na de vakantieperiode

<p>8 september 2026 Aanvang 11.00 uur</p>	<p>Opening van het nieuwe seizoen</p> <p>Voorprogramma</p>  <p>De hoeden van Trix</p> <p>Aansluitend een heerlijke lunch</p>
<p>13 oktober 2026 Aanvang 14.30 uur Ruach Wormerveer</p>	 <p>Een vrijwilliger werkzaam bij Dorcas komt vertellen over het werk dat zij doen en wat de bestemming is van de opbrengst van de verkochte goederen</p>
<p>10 november 2026 Aanvang 14.30 uur Ruach Wormerveer</p>	 <p>Geef oplichters geen kans Peter Smit kan u heel veel raad geven om oplichters te herkennen en om je er tegen te wapenen. Waarschijnlijk komt er ook een agent ons met waarschuwingen en aanwijzingen bestoken</p>
<p>8 december 2026 Aanvang 16.30 uur Ruach Wormerveer</p>	<p>We vieren, zingen en luisteren in de aanlooptijd naar kerst met voorganger de heer Tom de Lange uit Wormer en genieten van onze adventsmaaltijd.</p>

Waarschuwing van Peter Smit: Hier kunnen Odido-klienten extra op letten



Graag tot ziens op de ledenmiddagen van 10 maart, 14 april, dagtocht 22 april en op

12 mei, de laatste bijeenkomst voor de vakantietijd.

Het volgende afdelingsnieuws wordt bezorgd halverwege augustus 2026
Hierin staat de uitnodiging voor de lunch op 8 september en hoe u zich daarvoor kunt opgeven

