

## Nieuwsbrief PCOB Diemen

### Ouderenmishandeling

Veel mensen vinden het lastig om over ouderenmishandeling te praten. Ze willen niet toegeven dat het hen overkomt. Ze zijn bang dat ze helemaal geen hulp of bezoek meer krijgen, als ze er over beginnen. Of ze schamen zich. Maar jaarlijks worden naar schatting 200 000 mensen in Nederland van 65 jaar en ouder het slachtoffer van ouderenmishandeling. Als het u ook gebeurt, hoeft u zich dus niet te schamen.

Erover praten is het beste wat u kunt doen. Zo maakt u het probleem bespreekbaar en kan er naar een oplossing worden gezocht. Misschien bedoelt uw zoon, dochter of andere verzorger het niet slecht, maar is hij of zij oververmoeid of overspannen, omdat de zorg even te zwaar wordt. Een goed gesprek kan helpen. Dus praat erover met iemand die u vertrouwt.

Dit is ouderenmishandeling:

1. Lichamelijke mishandeling: slaan, schoppen, knijpen, vastbinden etc.
2. Geestelijke mishandeling: pesten, treiteren, dreigen, manipulatie
3. Verwaarlozing: lichamelijk en fysiek (geen zorg of aandacht krijgen)
4. Financiële uitbuiting: diefstal, gedwongen testamentverandering, weinig geld krijgen
5. Seksueel misbruik: iemand op een seksuele manier aanraken

*Uit de folder "huiselijk geweld". U kunt veilig en anoniem bellen met 0900-126 26 26*

## COLOFON

Nieuwsbrief 234  
augustus/september 2024

De Nieuwsbrief is een eigen uitgave voor de leden van PCOB Diemen en verschijnt elke maand, m.u.v. januari en augustus

### Redactie en vormgeving

V A C A N T

### Druk

Multicopy Diemen

In dit nummer staan  
bijdragen van:

Ko Out

Frans Roest

Henk Rademaker sr.

Inleverdatum kopij volgend  
nummer:

Uiterlijk 13 september 2024  
bij de penningmeester.

(zie laatste pagina voor adres-  
gegevens)

### Contributie

€ 30,50 per persoon voor een  
heel jaar en € 49,50 voor  
twee personen op één adres.  
Over te maken op rekening-  
nummer:

NL38 RABO 0313.5894.10

t.n.v. PCOB Diemen

Website:

[pcob.nl/afdelingen/diemen/](http://pcob.nl/afdelingen/diemen/)



*Wilde schoonheid*

## INHOUDSOPGAVE

**VAN HET BESTUUR** 3

### ACTIVITEITENAGENDA

PCOB Diemen 3

Welzijn Diemen 4

Diemenvoorelkaar 6

**INFORMATIE PCOB DIEMEN** 6

**NIEUWS PCOB** 7

**OUDERE JARIGEN** 8

**BELANGRIJKE GEGEVENS** 8

**BIJLAGE: AANMELDING BUSREIS**

## VAN HET BESTUUR

### CONTRIBUTIE 2024

De contributie is sinds 2016 voor een individueel lidmaatschap € 30,50 per jaar en voor twee personen op één adres per jaar € 49,50.

### BELASTING- EN TOESLAGHULP 2023 EN 2024

**Heeft u een klein pensioen naast uw AOW, dan heeft u goede kans dat u belasting terug kunt krijgen. Laat ons een proefberekening maken. Het kan nooit tegenvallen!!!!**

Mocht u recht hebben op een teruggaaf, dan kunnen we mogelijk ook nog over voorgaande jaren claimen.

U kunt zich opgeven voor hulp bij uw aangifte, telefonisch of bij voorkeur per e-mail, bij:

- mevr. Riet van Wettum, tel. 020 699 0619, e-mail [h.vanwettum@hetnet.nl](mailto:h.vanwettum@hetnet.nl)
- dhr. Ko Out, tel 06-5501 0763, e-mail [ko.out.diemen@gmail.com](mailto:ko.out.diemen@gmail.com)

**Vanaf 2023 zijn de inkomensgrenzen voor het ontvangen van zorgtoeslag flink verhoogd. Daardoor komen veel huurders alsnog in aanmerking voor zorgtoeslag.**

De inkomensgrenzen zijn in:	2023	2024
Zonder toeslagpartner	€ 38520	€ 37496
Met toeslagpartner	€ 48224	€ 47368

Er geldt wel een vermogensgrens boven € 125000. De toeslag van 2023 kan tot 1 september worden aangevraagd, dus reageer op tijd. Wij helpen u graag bij de berekening en aanvraag.

Eind 2024 verlopen de huidige machtigingen voor de belastinghulpen. In de loop van 2023 en begin 2024 zullen er nieuwe machtigingen aangevraagd worden. Deze zijn dan geldig t/m 2026. Mocht u een machtigingscode per post krijgen, stuur deze dan door aan uw belastinginvuller.

## ACTIVITEITENAGENDA

### PCOB DIEMEN

#### IN DE SCHAKEL

#### Ledenbijeenkomsten

**Worden gehouden in gebouw De Schakel, Burg. Bickerstraat 46 A, Diemen-Centrum**

Zaal open 13:30 uur, start 14:00 uur, einde uiterlijk 16:00 uur.

Leden van PCOB Diemen kunnen zo nodig een beroep doen op onze service om met de auto te worden opgehaald en thuisgebracht. Bel daarvoor tijdig met Krijn Piening, telef. 020-690 3064.

#### Vrijdag 30 augustus a.s.

Een **extra** en ingelaste bijeenkomst over palliatieve zorg. Het wordt begeleid door Jaap Lagrand, zorgambassade en Daniëlle van Bennekom, netwerk Palliatieve Zorg Amsterdam en Diemen.

Palliatieve zorg richt zich op de kwaliteit van leven van patiënten en hun naasten die te maken hebben met een levensbedreigende aandoening of kwetsbaarheid. Het doel is een zo hoog mogelijke kwaliteit van leven te realiseren, door bijvoorbeeld het voorkomen of verlichten van klachten, zoals pijn, vermoeidheid en angst.

Vragen komen voorbij, zoals:

-Ik zou er alles aan doen om langer te leven.  
-Stel: je moet voortaan een rollator gebruiken, wat denk je dan?

-Met wie zou je wel weer contact willen hebben?

-Ik zou graag met een professional praten over mijn angsten en verdriet.

-Als ik ziek ben, wil ik zoveel mogelijk zelf doen.

Het wordt een bijzonder boeiende bijeenkomst en geen somber gesprek, maar wel serieus en de reacties bij eerdere sessies waren allemaal positief. Koffie, thee en wat lekkers staan klaar.

U bent welkom om u te laten informeren door de uitgenodigde deskundigen.

#### Dinsdag 3 september a.s.

Op 3 september rijden we met de bus richting het oosten. Na de koffie en het gebak in Veenendaal gaan we verder naar een gerestaureerde molen met een klein bezoekerscentrum, waar we een heerlijke lunch krijgen met soep en een kroket.

Daarna bezoeken we het natuurgebied de Ooijpolder, vlak bij Nijmegen. Het behoort tot Nationaal Landschap De Gelderse Poort. Er heerst een weldadige rust en is een waar vogelparadijs. De rust verstoren we niet, want we maken een rondrit met een elektrische, door zonne-energie, voortbewogen treintje. Uiterlijk om 18:00 uur zijn we weer terug.

#### Vrijdag 27 september a.s.

We krijgen uitleg van Chris Beekman en Corine van Poppel over alles betreffende begraven en het regelen van de nalatenschap.

Wat komt er aan bod?

- **Uitvaartkosten:** Wat kost een uitvaart en hoe kunt u zich hierop voorbereiden?
- **Uitvaartverzekering:** Is een uitvaartverzekering nodig? Wat zijn de voor- en nadelen?
- **Uitvaartwensen:** Hoe legt u uw wensen vast voor uw uitvaart?
- **Erfrecht:** Hoe laat u uw erfenis na? Wie krijgt uw bezittingen en schulden?
- **Erfbelasting:** Hoeveel erfbelasting moet er worden betaald?
- **Nalatenschap regelen:** Wie regelt uw uitvaart en de rest als er niemand meer achterblijft? Waarom deze lezing bijwonen?
- U krijgt antwoord op al uw vragen over uitvaart en erfenis.
- U leert hoe u uw uitvaartwensen kunt vastleggen.
- U krijgt tips om te besparen op de kosten van uw uitvaart.
- U weet wat u moet regelen als er iemand in uw omgeving overlijdt.

### **Vrijdag 25 oktober a.s.**

Op deze bijeenkomst hebben we de directeur-bestuurder van de nieuwe landelijke combinatie ANBO/PCOB uitgenodigd. Anneke Sipkens zal ons komen vertellen waarom zo snel tot de fusie van PCOB en ANBO is besloten, wat de noodzaak en voordelen zijn, maar ook welke hobbels genomen moesten worden. Hoe ver de integratie landelijk is gevorderd en hoe lokale afdelingen om zijn gegaan met de gevolgen van de fusie. In het verleden heeft een vorig ANBO-bestuur besluiten genomen, welke niet door alle leden erg werden gewaardeerd.

Deze bijeenkomst is bijzonder interessant, zowel voor PCOB-leden, alsook voor ANBO-leden. Daarom dan ook hier een hartelijke oproep aan Diemense ANBO-leden om deze bijeenkomst bij te wonen.

### **Computerinloop**

#### ***U bent welkom***

Elke woensdagmorgen van 9:30 uur – 12:00 uur bent u welkom als u vragen heeft over computerprogramma's of als er problemen zijn met uw laptop, tablet of smartphone.

In onze gezellige "huiskamer" (bovenzaal 3) proberen we uw problemen op te lossen. Tijdens de koffie met koek is het fijn bijpraten. Kosten € 3,50. Informatie: 06-1848 5832 (Chr. Zweers).

19 juni is de laatste inloop voor de vakantie. Vanaf 14 augustus bent u weer welkom.

## **WELZIJN DIEMEN**

Welzijn Diemen organiseert iedere week allerlei activiteiten, waarvan een groot deel ook voor ouderen. De meest actuele informatie vindt u in de Activiteitenladder in het **DiemerNieuws** én op de website: [www.welzijndiemen.nl](http://www.welzijndiemen.nl).

### **Huis van de Buurt 't Kruidvat**

Ouderkerkerlaan 30, Diemen-Zuid

### **Het Noorderlicht**

Gruttoplein 2, Diemen-Noord.

### **De Verbinding**

Van Markenplantsoen (speelplaats achter Vomar), Diemen-Centrum.

Telefoonnummer voor alle locaties: 06-5071 6404

De meeste activiteiten worden betaald met een strippenkaart van 10 strippen, die u kunt kopen voor € 20 of € 5, afhankelijk van de soort activiteit.

**U kunt altijd gratis een keertje meedoen.**

### **De website**

Al onze activiteiten staan vermeld op onze website. Door gebruik te maken van het selectie-menu kunt u heel makkelijk de activiteit vinden die bij u past. Handig! [www.welzijndiemen.nl](http://www.welzijndiemen.nl).

### **Vitaal Ouder Worden**

Een wekelijkse groepsles die gegeven wordt door een fysiotherapeut. Met aandacht voor spierkracht, gerichte oefeningen voor balans en coördinatie. Maar ook informatie over het belang van gezonde voeding en de juiste balans tussen inspanning en rust. Oftewel: valpreventie. En, niet onbelangrijk, het is gewoon enorm gezellig om dat in een vaste groep te doen. Dat motiveert je, spoort je aan om vol te houden, en je vrienden- en kennissenkring uit te breiden.

Elke woensdag start er een les om 11.00 en een les om 12.15 uur in De Verbinding. U kunt zich aanmelden bij de Welzijnscoach Niels de Lugt. E-mail: [n.delugt@welzijndiemen.nl](mailto:n.delugt@welzijndiemen.nl) : 06-5562 2534.

### **De welzijnscoach helpt u op weg**

Wilt u vaker de deur uit, meer bewegen of heeft u behoefte aan een leuke hobby waardoor u andere mensen kunt ontmoeten? De Welzijnscoach begeleidt u naar activiteiten die aansluiten bij uw wensen. Neem contact op met Niels de Lugt: mail: [n.delugt@welzijndiemen.nl](mailto:n.delugt@welzijndiemen.nl) of 06-55622534.

### **Wandelplezier**

Er wordt gestart vanuit diverse locaties. De afstanden variëren tussen de 3 km en 6 km. De wandelingen door Diemen worden begeleid door

de buurtsportcoaches. Voor vragen en de wandelplanning kunt u contact opnemen met Niels: mail: n.delugt@welzijndiemen.nl of 06-55622534.

### **Scootmobielgroep**

De scootmobielgroep rijdt iedere eerste dinsdag van de maand uit. De start- en eindlocatie is **Huis van de Buurt 't Kruidvat**. Vertrektijd is 11:15 uur. Bij slecht weer blijft de scooterclub lekker binnen. Bij vragen neem contact op met Niels, mail: n.delugt@welzijndiemen.nl of bel 06-5562 2534.

### **Een half uurtje hersengymnastiek**

Dat het belangrijk is om het lichaam in conditie te houden, weten we inmiddels allemaal. Spieren soepel houden maar vooral ook versterken! Maar de geest soepel en 'jong' houden is net zo belangrijk! Dus zet die hersenen aan het werk, daag ze uit en laat ze kraken!

Doe mee met de Hersenkrakers 'live'. De Hersenkraker heeft 'live' al een keertje proefgedraaid. Dat werd zo enthousiast ontvangen dat er op vrijdag 9 augustus weer een Hersenkraker is. We gaan de komende tijd kijken of er genoeg animo is en welke frequentie prettig is. Daarom wordt per keer een vervolgdatum geprikt. Marianne Berkelaar is alweer bezig met het voorbereiden van een reeks nieuwe en uitdagende oefeningen..... Dus schuif 9 augustus tussen 10:00 en 10:30 uur aan om samen De Hersenkraker te doen! Meedoen is gratis en aanmelden niet nodig. Locatie: Het Noorderlicht, Gruttoplein 2, Diemen Noord.

### **Samen lunchen**

Samen lunchen in 't Kruidvat kan tussen 12:00 en 13:00 uur.

Dinsdag: uitgebreide broodmaaltijd met HVO Que-rido, vrije inloop. € 2,-

Woensdag: warme maaltijd € 6,-

Een warme maaltijd afhalen is ook mogelijk. Aanmelden voor de warme maaltijd en het afhalen is noodzakelijk! Dit kan bij Sharon: 06-2155 5256 of via **Huis van de Buurt 't Kruidvat** 06-5071 6404.

### **Dagactiviteiten**

Iedere maandag, woensdag en vrijdag van 10:30 tot 15:00 uur bent u van harte welkom voor koffie/thee en een uitgebreide lunch en leuke activiteiten (spelletjes, creatief, muziek). Aanmelden voor de lunch en het afhalen is noodzakelijk! Dit kan bij Sharon: 06-2155 5256.

**Maandag en vrijdag zijn de dagactiviteiten in Het Noorderlicht.**

**Woensdag in Huis van de Buurt 't Kruidvat.**

### **Bingo**

In de maanden juli en augustus is er een zomerstop.

Zondag 6 september kunt u gezellig Bingo spelen in **Het Noorderlicht** van 13:30 – 16:30 uur.

Aanmelden is niet nodig. Loop gewoon binnen en ding mee naar de leuke prijzen.

### **Slow flow dansen**

Dansen op de muziek vanuit uw stoel.

In de zomer wordt er ook gedanst! Doe een keertje mee en ontdek hoe leuk deze activiteit is. Bewegen vanuit uw stoel met gezellige muziek. Na afloop is het mogelijk om aan te schuiven voor een heerlijke lunch.



### **In Het Noorderlicht:**

Maandag 22 juli en 5 augustus, van 11:30 – 12:30 uur.

Aanmelden bij: Heidi 06-2509 8620 of Sharon 06-2509 5256.

### **Inlooppreekuur voor huurders**

Heeft u vragen over uw huurwoning of huurbedrag? Doet de verhuurder het onderhoud niet?

Bij het Steunpunt Wonen Diemen kunt u terecht met al uw vragen over huren en wonen. Het steunpunt wordt bemenst door !Woon. De ondersteuning die wordt gegeven is onafhankelijk, deskundig en gratis. Waar mogelijk helpen zij met het verlagen van de huurprijs en het laten aanpakken van achterstallig onderhoud.

Iedere dinsdag tussen 10:00 en 12:00 uur kunt u binnenlopen in **Huis van de Buurt 't Kruidvat** en uw vraag stellen.

U kunt ook telefonisch contact opnemen: 020-5231 0150 of per e-mail: diemen@wooninfo.nl

## **Repaircafé Huis van de Buurt 't Kruidvat Repaircafé in De Diem, Arent Krijtsstraat 48**

In juli en augustus houdt **Repaircafé** een zomerstop.

### **Koffie, thee en een warme lunch**

Iedere maandag en vrijdag van 10:30 - 15:00 uur bent u van harte welkom in **Het Noorderlicht** voor koffie/thee, een praatje of een spelletje. Om 12:00 uur kunt u genieten van een uitgebreide warme lunch. Aanmelden voor de lunch en het afhalen is noodzakelijk! Dit kan bij Sharon: 06-2155 5256.

### **Bewegen op muziek (65+)**

Maak uw spieren soepel en sterk. Bewegen op en bij de stoel, iedere dinsdag in **De Verbinding** van 9:30 - 10:30 uur.

Aanmelden bij José Daniels: 06-4643 1166.

### **Jeu de boules, Jeux des boules, Petanque spelen?**

Dit bekende spel beoefenen we graag tijdens onze vakantie in Frankrijk, toch? Wist u dat dat ook gewoon in Diemen kan? Maandags van 15.00 - 16.00 uur in het plantsoentje in de Emmastraat. Mee-doen is geheel gratis! Neem voor meer informatie contact op met Rens Wit; mail: r.wit@welzijndiemen.nl of 06-3716 08976.

## **DIEMEN VOOR ELKAAR**

### **Diemenvoorelkaar.nl - de website waar vraag en aanbod elkaar ontmoeten**

Kunt u ergens hulp bij gebruiken? Wilt u uw hulp of kennis aanbieden? Bent u op zoek naar een maatje waarmee u iets gezelligs kunt ondernemen? Meld u dan aan op de website van Diemen voor Elkaar of neem contact op met de Buurthulpdienst.

### **De Buurthulpdienst**

Wilt u samen met iemand een wandeling maken? Of wilt u een keertje op stap met het mooie weer? Of wilt u zelf iemand helpen? Meld u aan op de website van Diemenvoorelkaar.nl. Heeft u geen computer? Neem contact met ons op. Wij helpen u graag verder.

### **Aanmelden of informatie:**

We zijn telefonisch bereikbaar in de Brede HOED op maandag t/m donderdag van 9:30 tot 12:30 uur: 020-314 4700. U kunt vragen naar **Diemen voor Elkaar** of de Buurthulpdienst.

## **BIJ DIEMEN VOOR ELKAAR KUNT U DE GEHELE ZOMERPERIODE TERECHT**

Misschien gaan er mensen uit uw omgeving op vakantie en weet u even niet wie u kunt benaderen voor een klusje of een andere vraag. Diemen voor Elkaar is de hele zomerperiode open en wij staan zo mogelijk graag voor u klaar. U kunt ons telefonisch bereiken of even binnenlopen in de Brede HOED.

Het lidmaatschap van de Buurthulpdienst is gratis en ook op de website Diemenvoorelkaar.nl kunt u zich kosteloos aanmelden.

## **INFORMATIE VANUIT PCOB DIEMEN**

### **De Boodschappenbus**

De gemeente Diemen heeft toegezegd de mogelijkheid te onderzoeken of de boodschappenbus nog kan worden opgestart of dat er een alternatief voor de boodschappenbus kan komen.

Na het eerste overleg geweest met de gemeente zijn er nog geen nieuwe ontwikkelingen. Mocht u suggesties of wensen hebben, laat het ons weten.

### **Scheepvaartmuseum**

Donderdag 6 juni jl. samen met onze dochter een bezoek gebracht aan een fototentoonstelling. De tentoonstelling was opgezet door fotograaf en filmmaker Kadir van Lohuizen in het voormalige Lands Zeemagazijn van de VOC, nu het Scheepvaartmuseum aan het Kattenburgerplein 1 in Amsterdam. De tentoonstelling werd gepresenteerd onder de naam Food for Thought en bracht de voedselsystemen over de wereld in beeld. Op een grote overzichtskaart van de wereld werd schematisch aangegeven hoe van Noord naar Zuid en van Oost naar West met voedsel heen en weer wordt "gesleept". Producerende landen weten op industriële en bijzonder grootschalige manieren allerhande groenten en fruit te produceren in enorme kassen en duizenden hectares grote akkers en velden. Ook het houden van varkens, koeien, kippen en vis is wereldwijd gigantisch lieten de beelden zien. Ook Nederland heeft daarin een niet onbelangrijke rol. Kenia, een land aan de Oostkust van Afrika speelt een belangrijke rol in het kweken van groenten en fruit. Op enorme velden en akkers worden die op vaak ingenieuze wijze verbouwt of gekweekt. Het klimaat is daar zodanig dat het hele jaar door b.v. sperziebonen kunnen worden geteeld. Handmatig wordt er door veelal vrouwen in deze "industrie" gewerkt op ruime afstand van hun woongebied, de huisvesting laat, net als in de westerse landen, veel te wensen over of is "gewoon op het werk". De producten worden in speciaal gekoelde containers naar de havenstad

Mombassa vervoerd en met enorme containerschepen over de wereld getransporteerd. De beelden van de presentatie waren overweldigend en soms beangstigend om hier kennis van te nemen.



Min puntje van de presentatie was dat de ruimten wat donker uitgevoerd waren waardoor de begeleidende tekstbordjes wat moeilijk te lezen waren. Naast deze tentoonstelling was het ook nog mogelijk om een bezoek te brengen aan het VOC-schip Amsterdam, de stoomsleepboot Christiaan Brunings en De Koningssloep. In de andere vleugels van het museum waren ook diverse maritieme bijzonderheden te bewonderen, je kon er wel de hele dag doorbrengen. Na een korte wandeling over het parkachtige deel van het marine complex de lunch gebruikt in het voormalig officiersonderkomen ging de reis huiswaarts.

**Frans Roest**

### **Schelpenpad**

Het team Infra van de gemeente Diemen heeft onlangs het pad langs onze flat aan de Rode Kruislaan richting het winkelcentrum verhard met schelpenzand. Eerder was er in de loop der jaren een modderig uitgesleten weggetje ontstaan.

Voor mensen was het lastig daar te lopen en zeker met een rollator was het geen pretje. Boodschappen doen in het winkelcentrum loopt nu weer op rolletjes. Hartelijk dank aan het team Infra.

**Henk Rademaker sr.**

### **RIJBEWIJSKEURING VANAF 75 JAAR**

Er worden weer rijbewijskeuringen afgenomen in Diemen door SeneS Rijbewijskeuringen. De keuringen vinden nu één keer per maand plaats in Diemen-Zuid, Medisch Centrum Holland Park, Willem Dudokhof 93, 1112 ZA Diemen. De standaard 75+ keuring kost € 69,00. Maar als lid van PCOB Die-

men betaalt u € 55,00. U kunt zich telefonisch melden op telefoonnummer 085-250 0414. Als u dan aangeeft lid te zijn, krijgt u het verlaagde tarief. Bel voor de eerstvolgende keuring het bovengenoemde telefoonnummer. Een medische keuring voor het verlengen van uw rijbewijs is nodig wanneer u 75 jaar of ouder bent. Wij raden u aan ruim vóór het verlopen van uw rijbewijs de keuringsprocedure te starten. Als u via de PCOB verzekerd bent kunt u € 35 claimen bij de verzekeraar.

### **Ledenwerfactie PCOB Diemen**

In april startte de PCOB een ledenwerfactie.

Aan de bovenkant vallen trouwe leden weg en aan de onderkant is er weinig aanwas, dus was het nodig actie te ondernemen om de teruggang te stoppen. Wegens succes is de ledenwerfactie verlengd tot eind augustus 2024.

Ieder nieuw lid dat zich vóór eind augustus aanmeldt bij de PCOB Diemen, betaalt dit jaar € 20,- en krijgt € 20,- aan VVV-bonnen. Dus een gratis lidmaatschap in 2024. Meldt het nieuwe lid zich aan via een bestaand lid, dan delen zij de VVV-bonnen en krijgt ieder een VVV-bon van € 10,-.

Willen wij een gezonde vereniging blijven, dan hebben we jonge senioren nodig.

De nieuwe leden kunnen direct profiteren van de voordelen van hun lidmaatschap, zoals voordelige busreisjes en kortingsregelingen bij diverse ondernemers in Diemen. In 2025 geldt dan wel weer de standaard contributie.

Meldt u zich met een nieuw lid bij de ledenadministratie tel. 020-4020772 of de penningmeester tel. 06-55010763.

### **NIEUWS VAN/VIA PCOB**

In deze uitgave geen nieuws

### **OUDERE JARIGEN**

#### **OUDERE JARIGEN IN AUGUSTUS 2024:**

01-08 Mw. A.W. Zaal	86 jr.
02-08 Dhr. N. Rooker	88 jr.
02-08 Mw. M.A. Geerts-Olofsen	98 jr.
03-08 Mw. A. Donker-de Vries	84 jr.
03-08 Mw. J.H. van Bueren-Bronkhorst	80 jr.
05-08 Mw. E.M. Bloksma-Huizenga	87 jr.
05-08 Mw. J.C. Spaargaren	86 jr.
08-08 Mw. W.W. Luigjes-Stoffer	96 jr.
10-08 Dhr. E. Zied	82 jr.

10-08 Mw. A. Dijkstra-van Urk	88 jr.	02-09 Mw. J.A. van Zalingen-Pluim	84 jr.
12-08 Dhr. W.G.J. Modderkolk	88 jr.	04-09 Dhr. J.G. Manché	95 jr.
12-08 Mw. W.H. Hekelaar	85 jr.	04-09 Mw. J.G. Kroeze-Huttinga	100 jr.
13-08 Mw. E.M.H. Even	91 jr.	05-09 Mw. T. Zuidema-Westra	80 jr.
14-08 Mw. M. Jansma-Verweel	85 jr.	05-09 Mw. T. Kerpentier-Vas Dias	84 jr.
15-08 Dhr. L.E. Caro	86 jr.	06-09 Dhr. H.J.C. Poelwijk	89 jr.
18-08 Mw. D. Jenster-Verbeek	91 jr.	11-09 Mw. N.E. Damman-Klijn	82 jr.
18-08 Dhr. J.F. Neef	81 jr.	12-09 Mw. L.H.M. Booij-Pels	81 jr.
19-08 Dhr. W.J. Henny	85 jr.	13-09 Mw. J.P.M. Marx	87 jr.
19-08 Mw. T. Palstra-Hamstra	86 jr.	15-09 Mw. J.C. Houthuijzen	80 jr.
22-08 Mw. Borghols- Barends	83 jr.	16-09 Mw. A.M. Speksnijder-v Zwol	88 jr.
22-08 Dhr. J.A.H. van Es	96 jr.	21-09 Mw. S.S. Paardekooper-Lantinga	86 jr.
23-08 Dhr. L.P.van Staveren	81 jr.	23-09 Dhr. P.P.C.J. Siegmann	86 jr.
25-08 Mw. T.A.J. Dinkgreve	90 jr.	25-09 Mw. C.W.M. Groot-Tijms	81 jr.
29-08 Dhr. C.Zweers	81 jr.	27-09 Mw. T. v.d. Weijden-de Jong	86 jr.
		27-09 Mw. C.L. Visser-van Buuren	83 jr.

#### OUDERE JARIGEN IN SEPTEMBER 2024:

01-09 Mw. J. de Ridder-Stegehuis	82 jr.
02-09 Mw. D.E. Faber-van Wieringen	82 jr.

*Alle jarigen voor zover mogelijk een heugelijke dag en een goed nieuw levensjaar gewenst.*

## BELANGRIJKE GEGEVENS

### TAAKGROEP OMZIEN NAAR ELKAAR

Ondersteuning gewenst van de TAAKGROEP OMZIEN NAAR ELKAAR? Neem contact op met coördinator Ina Stam, tel. 020-690 3780, of 06-2221 3471 (tot 21:00 uur) of e-mail [ina.stam@live.nl](mailto:ina.stam@live.nl)

### COMPUTERHULP?

Voor laptop of tablet: voor informatie bel 06 1848 5832 (C. Zweers)

### HULP NODIG BIJ KLEINE ONGEMAKKEN

Ongemakken in en rond de woning?

Daarvoor kunt u van maandag t/m vrijdag bellen naar Ton Nieuwenhoff, coördinator Helpende Handen, tel. 020-600 0042, of stuur een bericht per e-mail: [helpendehanden@planet.nl](mailto:helpendehanden@planet.nl)

### BEZORGING NIEUWSBRIEF EN BONDSMAGAZINE

Frans Roest, coördinator bezorging, is bereikbaar via tel. 020-699 5313 of per e-mail [f.roest71@upcmail.nl](mailto:f.roest71@upcmail.nl)

### BELASTINGAANGIFTE

Iets vragen over uw belastingaangifte? Neem daarvoor contact op met Ko Out, tel.nr. 06-5501 0763, of stuur een e-mail naar: [ko.out.diemen@gmail.com](mailto:ko.out.diemen@gmail.com)

### CONTRIBUTIE

Vragen over DE CONTRIBUTIE e.d.? Ook daarvoor is de penningmeester Ko Out bereikbaar op tel.nr. 06-5501 0763 (zie ook blz. 2 bij stukje 'Contributie')

### SECRETARIAAT PCOB DIEMEN

p/a Oranjeplantsoen 88  
1111 CH Diemen  
tel.nr. 06-5501 0763  
e-mail: [diemen@pcob50plus.nl](mailto:diemen@pcob50plus.nl)  
e-mail: [ko.out.diemen@gmail.com](mailto:ko.out.diemen@gmail.com)

### LEDENADMINISTRATIE

Addy Kruijswijk-Niemantsverdriet  
Gustave Stresemannstraat 30  
1111 KL Diemen  
tel. 020-402 0772  
[addy.kruijswijk@online.nl](mailto:addy.kruijswijk@online.nl)