



Nieuwsbrief ANBO-PCOB Diemen

Ik ben Sofie

Door: Sofie Kuilman, wethouder

Ik ben Sofie Kuilman, 30 jaar, geboren en getogen in de Anne Frankwijk in Diemen-Zuid als jongste in een gezin met twee oudere broers. Mijn gezin was politiek en maatschappelijk betrokken. Er werd veel gepraat over de staat van de wereld, dichtbij en ver weg. Het is mij met de paplepel ingegoten dat je – ook al heb je het zelf goed – altijd om moet kijken naar andere mensen die het even minder hebben of hulp nodig hebben.

De basisschool deed ik in Diemen: Jenaplanbasisschool de Nieuwe Kring. Voor de middelbare school ging ik naar Amsterdam toe. Daarna heb ik aan de Universiteit van Amsterdam geschiedenis gestudeerd. Als bijbaantje tijdens mijn school en studie werkte ik bij manege De Eenhoorn in Diemen. Ik ben nu nog steeds betrokken als vrijwilliger.

Mijn interesse in de politiek ontstond al jong, omdat er thuis veel over gesproken werd. Op een gegeven moment deed de gemeente een oproep voor stembureauleden voor de gemeenteraadsverkiezingen. Ik meldde me aan en vond het hartstikke leuk. Ik ben een paar keer stembureau-lid geweest en volgde alles rondom de politiek nauwgezet.

COLOFON

Nieuwsbrief 253
Juli/augustus 2026

De Nieuwsbrief is een eigen uitgave voor de leden van ANBO-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:
Ina Stam
Ko Out

Inleverdatum kopij volgend
nummer:
Uiterlijk 15 augustus 2026
bij de penningmeester.
(zie laatste pagina voor adres-
gegevens)

Website:
anbo-pcob.nl/afdelingen/diemen/

Bank
ANBO-PCOB Diemen
NL38RABO 0313589410



De zomer staat te trappelen

INHOUDSOPGAVE

VAN HET BESTUUR	3
ACTIVITEITENAGENDA	
ANBO-PCOB Diemen	3
Welzijn Diemen	4
Diemen voor Elkaar	5
INFORMATIE ANBO-PCOB DIEMEN	6
NIEUWS ANBO-PCOB	8
OUDERE JARIGEN	8
BELANGRIJKE GEGEVENS	8

VAN HET BESTUUR

CONTRIBUTIE 2026

In verband met het samengaan van ANBO en PCOB heeft het landelijk verenigingsbureau besloten te kiezen voor een gelijke contributie van alle leden en deze contributie in 2026 centraal te innen. Vrijwillige bijdragen zijn altijd welkom op de bankrekening van ANBO-PCOB Diemen, NL38RABO 0313589410.

BELASTING- EN TOESLAGENHULP

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
- dhr. Ko Out, tel 06-5501 0763, e-mail ko.out.diemen@gmail.com

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

Ook kunt u terecht met vragen over zorgtoeslag.

KEN UW BESTUURDERS VAN DIEMEN

In deze uitgave vertelt Sofie Kuilman dat zij al jong geïnteresseerd was in politiek en dat het haar met de paplepel is ingegoten.

Zij heeft in haar portefeuille o.a.: volkshuisvesting, financiën en economie, mobiliteit en bereikbaarheid, alsmede natuur en recreatie.

ACTIVITEITENAGENDA

ANBO-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, tel. 020-690 3064.

Bustocht naar het chocolade atelier 1 september

Chocolade atelier Van Noppen in Ridderkerk maakt al ruim tien jaar een breed assortiment van chocolade delicatessen. De liefde voor het ambacht gaat zo ver dat men het onlangs in gebruik

genomen atelier graag openstelt voor demonstraties. In het atelier wordt gebruik gemaakt van een groot videoscherm met een camera op de demonstratietafel, zodat iedereen alles duidelijk kan volgen. U kijkt chocolatier Frits van Noppen dus op de vingers als hij aan de slag gaat met vorm- en moduleerbonbons en chocolade figuren.

Doordat u goed kunt volgen wat er gebeurt, is het natuurlijk lachen wat de klok slaat. Zelf proberen behoort ook tot de mogelijkheden.

Dit is uw kans om (er) chocola (van) te maken. Deze bestemming verdwijnt uit de brochure.

Vrijdag 25 september a.s.

Jolijn Sterk van de Regenbooggroep zal het project **“Onder de Pannen”** presenteren. De meeste daklozen zijn “economische” daklozen, vaak vrouwen, met een reguliere baan. Maar hebben door omstandigheden geen woning, zoals bijvoorbeeld na een scheiding. Ze slapen dan op de bank bij familie of vrienden of in de auto. De Regenbooggroep helpt door tijdelijke huisvesting te zoeken bij mensen die een kamer beschikbaar hebben. Vaak komen daar ook langdurende contacten uit voort. Er wordt een vergoeding afgesproken, die niet ten koste gaat van toeslagen of subsidies. Een win-win situatie voor beide partijen.

Misschien iets voor u of voor iemand die u kent?

Vrijdag 30 oktober a.s.

Deze bijeenkomst staat in het teken van diverse regelingen en toeslagen, die u financieel kunnen helpen. Het gaat om landelijke regelingen, zoals zorg- en huurtoeslag. Maar ook om lokale regelingen, zoals korting op zorgverzekeringspremie, bijdrage voor aanschaf apparatuur, voedselhulp, vrijstelling van gemeentelijke belastingen, e.d. We geven praktische voorbeelden. U hoort van de betrokken behandelaars waar u terecht kunt en u kunt ze zelf ook vragen stellen.

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).

De laatste inloopochtend vóór de zomer is 24 juni. Vanaf 16 september bent u weer van harte welkom.

WELZIJN DIEMEN

Welzijn Diemen organiseert allerlei wekelijkse en eenmalige activiteiten, waarvan een groot deel ook voor ouderen. De meest actuele informatie vindt u in de Activiteitenladder in het Diemer-Nieuws én op de website:

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

VolwassenZomerSpelen verplaatst naar september

Vanwege de volle agenda's waren er onvoldoende aanmeldingen voor de VolwassenZomerSpelen van 14 juni. Daarom hebben we besloten het evenement te verplaatsen naar **september**. Hoewel we hadden uitgekeken naar een gezellige dag in juni, zien we deze verplaatsing vooral als een kans om in september een nog grotere en succesvollere bijeenkomst te organiseren, waarbij meer mensen de gelegenheid hebben om deel te nemen. Wij danken iedereen voor het enthousiasme en de belangstelling voor de VolwassenZomerSpelen en hopen u, uw kinderen en/of kleinkinderen (van 18 jaar en ouder) in september te mogen verwelkomen. Zodra de nieuwe datum bekend is, informeren wij u hierover.

Valpreventie, blijf vitaal!

Speciaal voor 65-plussers die zelfstandig wonen en een verhoogd risico hebben om te vallen, biedt Welzijn Diemen de cursus 'In Balans'. De cursus wordt op drie locaties in Diemen aangeboden: Het Noorderlicht, De Verbinding en 't Kruidvat. Deelnemers die de 13-weekse cursus in voorgaande periode hebben gedaan zijn enthousiast.

Zij hebben het gevoel dat ze daadwerkelijk sterker op hun benen staan. De meeste deelnemers zijn doorgestroomd naar de activiteit 'Vitaal Ouder Worden' om in beweging te blijven. Heeft u interesse? Neem contact op met Dorien Dijk: 06-2164 9593 of d.dijk@welzijndiemen.nl

Broodje Samen

Iedere eerste donderdag van de maand kunt u aanschuiven voor een kop soep en een broodje. Ontmoet andere buurtbewoners en maak een praatje.

Wanneer: donderdag 2 juli

Tijd: 12:00 – 13:30 uur. Locatie: De Verbinding, gebouw op het speelplein Van Markenplantsoen. Aansluitend wordt er van 13:30 - 14:30 uur gesjoeld. Aanmelden hiervoor is niet nodig. Doe gezellig mee! Kosten: 2 euro per keer of 1 strip op de strippenkaart van Welzijn Diemen. Aanmelden bij Annemieke: Tel. 06-5722 4561 (ma, di en do) of e-mail: secretariaat@welzijndiemen.nl

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. Contact: Niels de Lugt: mail: n.delugt@welzijndiemen.nl of 06-5562 2534.

Wandelplezier

Vanwege de vakantieperiode starten de wandelingen enkel vanaf Huis van de Buurt 't Kruidvat. Op maandag 6 juli vervalt de 3 km wandeling. Op vrijdagen wordt er niet gewandeld deze maand. De wandelingen in Diemen (of net even daarbuiten) worden door de buurtsportcoaches begeleid.

Voor vragen en de wandelplanning neemt u contact op met Niels: mail: n.delugt@welzijndiemen.nl of 06-5562 2534.

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.

I.v.m. Bevrijdingsdag zal de scootmobielgroep op dinsdag 13 mei rijden.

Samen lunchen

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

Dinsdag: uitgebreide broodmaaltijd met HVO Querido, 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 is noodzakelijk! Dit kan bij Sharon: 06-21555256.

Let op: Op maandag 6, 13, 20 en op 27 juli is Het Noorderlicht vanaf 12:00 gesloten i.v.m. kinderactiviteiten van de BSO.

Maandag en vrijdag zijn de dagactiviteiten in Het Noorderlicht.

Woensdag in Huis van de Buurt 't Kruidvat.

Bingo!

De organisatoren van de Bingo! genieten de komende maanden van een welverdiende vakantie. Noteer vast in uw agenda: zondag 20 september is er weer Bingo! in 't Kruidvat en op zondag 4 oktober kunt u weer meespelen in Het Noorderlicht.

Slow flow dansen

Bewegen op uw stoel met gezellige muziek erbij. Doe een keertje mee en ontdek hoe leuk deze activiteit is. In de maand juli kunt u iedere maandag meedoen van 11:30 – 12:30 uur. Locatie: Het Noorderlicht. Aanmelden bij Sharon 06-2509 5256.

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! Doet u met ons mee?

De volgende hersenkraker is op vrijdag 24 juli van 10:30-11:00 uur. Locatie: Het Noorderlicht. Meedoen is gratis en aanmelden is niet nodig.

ZondagMiddagPodium - zomerstop

In de maanden juni, juli en augustus genieten de organisatoren/vrijwilligers van een welverdiende

rust. Vanaf september kunt u weer genieten van verschillende optredens. Noteer vast in uw agenda: 13 september - Peter Marnier, 11 oktober - Jacques Vet, 8 november - René Meijer en 13 december - Kerst met Peter Marnier.

Heeft u vragen? Neem contact op met Chris van Dam, 06-8786 1210.

Een ritje op de duofiets!

Juist in de zomermaanden is het heerlijk om buiten te zijn en eropuit te gaan. Onze vrijwilligers staan voor u klaar om een gezellig ritje op de duofiets te maken. Geniet van een frisse neus, een praatje en de vrijheid van fietsen. De vrijwilliger fietst. U hoeft niet mee te trappen, maar dat mag wel. Maak een afspraak met Julia voor een heerlijke rit door Diemen en bel 06-8187 6320

Doe mee met de dagactiviteiten

In de maand juli bent u iedere maandag van 10:30 - 12:30 uur van harte welkom in Het Noorderlicht tijdens de dagactiviteiten voor koffie/thee, een praatje of een spelletje.

I.v.m. de vakantieperiode is er geen lunchmogelijkheid. Informatie bij Sharon: 06-2155 5256.

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? Meldt u dan aan op de website van Diemen voor Elkaar of neem contact op met de Buurthulpdienst.

De Buurthulpdienst

De Buurthulpdienst van Diemen voor Elkaar ondersteunt ouderen vanaf 75 jaar, mensen met een lichamelijke beperking en chronisch zieken bij het zelfstandig wonen.

Waar kunnen zij u bij helpen en ondersteunen:

- kleine klusjes in en om het huis (zoals een spiegel ophangen of een deur scharnier smeren);
- onderhoud van de tuin;
- problemen met de computer, tablet, telefoon;
- persoonlijke begeleiding tijdens het wandelen of de boodschappen doen;
- persoonlijke begeleiding naar de (tand)arts of het ziekenhuis;
- het ophalen van uw medicijnen;
- extra ondersteuning bij ziekte en zeer of tijdens afwezigheid van uw vaste ondersteuner.

Het lidmaatschap van de Buurthulpdienst is gratis. Voor een klus waarbij de vrijwilliger zijn gereedschap en materialen gebruikt, betaalt u € 10,- onkostenvergoeding voor een klus van max. 1,5 uur. De website maakt, evenals de Buurthulpdienst, deel uit van Diemen voor Elkaar en is bestemd voor iedereen in Diemen die hulp wil bieden, hulp nodig heeft of op zoek is naar sociale contacten. U kunt hulp vragen voor kleine en grote klussen of langdurige ondersteuning, zoals spullen uitzoeken en opruimen in uw huis, een vaste boodschappenhulp, tuintegels laten schoonspuiten, oppas voor uw hondje.

Zoekt u juist iemand uit Diemen om samen een museum te bezoeken, een goed gesprek te hebben of om te genieten van een kop koffie op een terrasje? Kortom, bent u op zoek naar een maatje? Dat is ook mogelijk via de website. U kunt op een veilige en makkelijke manier nieuwe mensen leren kennen! Op de website Diemenvoorelkaar.nl kunt u zich kosteloos aanmelden.

Heeft u zelf geen computer of heeft u hulp nodig? Wij kunnen een oproep voor u plaatsen op de website. De coördinator zorgt voor een koppeling met een andere bewoner en denkt graag met u mee.

Informatie Diemen voor Elkaar

We zijn telefonisch bereikbaar in de Brede HOED (D.J. den Hartoglaan 8) op maandag t/m donderdag van 9:30 tot 12:30 uur: 020 314 4700. U kunt vragen naar Diemen voor Elkaar. Of loop eens binnen.

INFORMATIE ANBO-PCOB DIEMEN

Ik ben Sofie (vervolg)

Na een tijdje volgen, wilde ik zelf wat gaan doen. De eerste stap is je aanmelden als lid van een politieke partij. In mijn geval de Partij van de Arbeid. Na wat kennismakingsgesprekken met de partij en een aantal overtuigende partijgenoten heb ik me in 2018 aangemeld voor de lijst voor de gemeenteraads-verkiezingen. Er volgde een sollicitatiegesprek en tot mijn stomme verbazing kwam ik op de tweede plek van de lijst terecht. We haalden drie zetels en dat betekende dat ik in de raad kwam. In de raad ging er een wereld voor me open. Heel veel stukken lezen, nieuwe termen leren, nieuwe mensen ontmoeten. En daar proberen een weg in te vinden. Dat lukte gelukkig snel genoeg. Het raadswerk is enorm mooi, omdat je heel direct een bijdrage levert aan je eigen omgeving. De besluiten die je in de raad neemt zie je uiteindelijk om je

heen terug. Denk aan de verbouwde Omval en bibliotheek, alle nieuwe huizen en de verschillende voorzieningen in de gemeente.

Na acht jaar als raadslid ben ik half mei namens PRO (voorheen GroenLinks-PvdA) wethouder geworden.

Met heel veel plezier zet ik me in voor alle inwoners van Diemen. Voor een gemeente waar iedereen graag woont, welkom is en zichzelf kan zijn.

Sofie Kuilman, Wethouder

Repaircafé

Heeft u een broodrooster die het niet meer doet? Is het snoer van de stofzuiger geknakt? Heeft u een stoel met een losse stoelpoot? Kom naar het repaircafé met uw apparaat. De vrijwilligers helpen u graag met de reparatie.

Het repaircafé heeft per dit jaar ook een (bescheiden) naaiservice, naast de technische reparaties.

Nu het repaircafé Diemen Zuid er niet meer is heeft de naaister zich bij ons gevoegd. Ook kunt u er nu met eenvoudige naaklusjes terecht.

Repaircafé in De Diem, Arent Krijtsstraat 48.

Iedere tweede zaterdag van de maand, van 14:00 tot 16:30 uur.

Het Repaircafé stopt in juli en augustus. Op zaterdag 12 september bent u weer welkom.

Vrijdag 27 mei

Deze middag werd opgevrolijkt met muziek.

De opkomst was echter uitermate teleurstellend en deed geen recht aan het optreden van Peter Marnier, die, ondanks een bijna lege zaal, met zijn muziek voor een ontspannen en gezellige middag heeft gezorgd.



De aanwezigen, die de moeite hadden genomen om te komen, hebben genoten van zowel de muziek als de taart, welke door het ANBO-PCOB-verenigingskantoor was geleverd.

Bustocht naar Nijmegen of Kleef op 2 juni

Op dinsdag 2 juni bracht de bus ons naar het Rijk van Nijmegen, een bijzonder stukje Nederland waar volgens de overlevering Keizer Karel graag verbleef. Er was veel regen verwacht, maar iedereen kon droog instappen.

Wij reden, vergezeld van een regenbui, naar restaurant de Wormshoef in Lunteren, waar we getraceerd werden op koffie en heerlijk gebak.

Voordat we richting onze lunch reden hebben we het Rijk van Nijmegen verkend, met zijn natuurschoon en de zeven heuvelenweg. In de Thornse Molen in Persingen kregen we molenlunchplank met soep en kroket. We vervolgden onze weg en reden naar de meer dan 750 jaar oude stad Kleef. Deze mondaine stad met zijn aantrekkelijke centrum en prachtige parken is een bezoek dubbel en dwars waard. Onderweg veel regen, in Kleef bleef het droog,.....totdat we de bus weer instapten.

Iets na 18:00 uur waren we weer terug in Diemen.

ALZHEIMER CAFÉ

Het Alzheimer Café voor Amsterdam Oost, Diemen en Ouder - Amstel is elke 2e donderdag van de maand geopend, de toegang is gratis.

Zie voor meer informatie de maandelijkse bijlage van MADI en www.alzheimer-nederland.nl

OPROEP om u op te geven als vrijwilliger bij het AlzheimerCafé.

Na 19 jaar ga ik de werkgroep van het Alzheimer-Café Amsterdam-oost, Diemen, Duivendrecht verlaten. Ik ben de 3e op rij die sinds het najaar 2025 weggaat. Zoals u ziet vallen er gaten in de werkgroep en daarom doe ik een dringend beroep op u om u aan te melden bij de werkgroep of als vaste vrijwilliger aanwezig te zijn op de maandelijkse avonden van het Alzheimercafé in Grand-Cafe Frankendael op de Middenweg in Amsterdam.

Iedere 2e donderdag van de maand wordt deze gehouden. Aanvang 19:30uur, maar als vrijwilliger ben je eerder aanwezig. Om 20.00 uur beginnen we, behalve in de maanden juli en augustus. De werkgroep komt 2x per jaar bij elkaar om te kijken over welke thema's we het willen hebben en welke gastsprekers we daarbij zouden kunnen uitnodigen.

Op de maandelijkse avonden ontvangen we de mensen die binnenkomen en verzorgen we Koffie

en thee. Er zijn mensen die in de pauze achter de bar staan; we hebben een informatietafel waarop we brochures van Alzheimer Nederland en allerlei andere informatie uitstallen en gesprekken hebben met mensen die informatie willen hebben. Ook zitten we aan tafels en gaan zo in gesprek met mensen die ons komen bezoeken.

Bezoekers van ons AlzheimerCafé kunnen mensen zijn waarvan de partner te horen heeft gekregen dat hij/zij een of andere vorm van dementie hebben; soms komt iemand alleen met wel of geen dementie of het zijn kinderen die meer willen weten hoe om te gaan met hun ouder[s] met dementie. Maar ook andere familieleden komen en professionals die meer willen weten over dementie dan de gebruikelijke informatie die zij krijgen. Vaak zijn er ook ouderenadviseurs of casemanagers aanwezig. Dit is fijn want dan kan men directe informatie krijgen en soms ook afspraken maken, zoals bij Janina Poppes uit Diemen. Een heel divers programma dus.

De vrijwilligers kunnen mensen zijn die in de zorg werken, gewerkt hebben of zoals ik lid van de ouderenbond nu ANBO-PCOB Diemen (ons logo staat ook op de flyer). Zelf kom ik ook uit de zorg. Maar dat hoeft niet persé, misschien bent u ervaringsdeskundige en kan van hieruit in gesprek gaan met bezoekers.

U kunt ook gewoon een keer komen kijken of het u aanspreekt. In dat geval zou u zich kunnen melden bij Lieke Hoogland in het AlzheimerCafé, tel. 06 2373 2305 of mail: liekehoogland@gmail.com.

Ina Stam

RIJBEWIJSKEURING VANAF 75 JAAR

Er worden rijbewijskeuringen afgenomen in Diemen door SeneS Rijbewijskeuringen. De keuringen vinden nu één keer per maand plaats in Diemen-Zuid, Medisch Centrum Holland Park, Willem Doudokhof 93, 1112 ZA Diemen. De standaard 75+ keuring kost € 69,00. Maar als lid van PCOB Diemen betaalt u € 59,00. U kunt zich telefonisch melden op 085-250 0414. Als u dan aangeeft lid te zijn, krijgt u het verlaagde tarief. Bel voor de eerstvolgende keuring het genoemde telefoonnummer.

Ook kunt u terecht bij RijbewijskeuringsArts, echter er is geen locatie in Diemen, 085-0180800 (ma-vrij 09:00 t/m 17:00). De standaard 75+ keuring kost € 47,50 voor leden. E-mail: <https://rijbewijskeuringsarts.nl/tarieven>.

Een medische keuring voor het verlengen van uw rijbewijs is nodig wanneer u 75 jaar of ouder bent. Als u via de ANBO-PCOB verzekerd bent bij Zilveren Kruis, kunt u € 35 claimen bij uw verzekeraar.

NIEUWS VAN/VIA ANBO-PCOB

Geen nieuws in deze uitgave.

OUDERE JARIGEN

OUDERE JARIGEN IN JULI EN AUGUSTUS 2026:

02-07 Mw. Z. Vreeken-Kempers	91 jr.
04-07 Mw. D.C.R. Rockliffe-Blitz	80 jr.
04-07 Mw. C.M. Esselman-Reijs	81 jr.
05-07 Mw. S.H.E. van Essen-Spijker	85 jr.
06-07 Mw. H. v.d. Heijde	89 jr.
07-07 Mw. K. van der Schaaf-Straver	81 jr.
08-07 Mw. O.B. de Jong	86 jr.
09-07 Mw. A.I. Rooth-Hayduck	86 jr.
15-07 Mw. Kruijk-Sierhuis	87 jr.
16-07 Mw. M.J.H. Steensma- Petri	96 jr.
17-07 Mw. A. Tom	93 jr.
18-07 Dhr. A. van den Hengel	89 jr.
21-07 Mw. M. Temme-Dekker	82 jr.
21-07 Mw. M. v.d. Velden-Wielemaker	89 jr.
23-07 Dhr. J.L. van der Weijden	88 jr.
26-07 Mw. K.L. Jacobs-Sie	87 jr.
28-07 Dhr. R. van Bueren	91 jr.
28-07 Dhr. P. Trommel	90 jr.
31-07 Mw. C. Beets	80 jr.

31-07 Mw. S. Ruigrok v.d. Werve-Smaal	87 jr.
31-07 Mw. W.E. Plaatsman-Panthofer	85 jr.
01-08 Mw. A.W. Zaal	88 jr.
02-08 Dhr. N. Rooker	90 jr.
03-08 Mw. A. Donker-de Vries	86 jr.
03-08 Mw. J.H. van Bueren-Bronkhorst	82 jr.
04-08 Dhr. J.A. Veldkamp	87 jr.
05-08 Mw. E.M. Bloksma-Huizenga	89 jr.
05-08 Mw. J.C. Spaargaren	88 jr.
10-08 Dhr. E. Zied	84 jr.
10-08 Mw. A. Dijkstra-van Urk	90 jr.
12-08 Dhr. W.G.J. Modderkolk	90 jr.
12-08 Mw. W.H. Hekelaar	87 jr.
13-08 Mw. E.M.H. Even	93 jr.
15-08 Dhr. L.E. Caro	88 jr.
18-08 Mw. D. Jenster-Verbeek	93 jr.
18-08 Dhr. J.F. Neef	83 jr.
18-08 Dhr. C.V. Vleer	80 jr.
19-08 Dhr. W.J. Henny	87 jr.
19-08 Mw. T. Palstra-Hamstra	88 jr.
22-08 Dhr. J.G. Polpe	80 jr.
22-08 Mw. Borghols- Barends	85 jr.
23-08 Dhr. L.P. van Staveren	83 jr.
29-08 Dhr. C. Zweers	83 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

COMPUTERHULP?

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

BEZORGING NIEUWSBRIEF EN BONDSMAGAZINE

Willemien Bolland, coördinator bezorging, is bereikbaar via tel. 06-4656 1295

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

CONTRIBUTIE

Vragen over DE CONTRIBUTIE e.d.? Ook daarvoor is de penningmeester Ko Out bereikbaar op tel.nr. 06-5501 0763 (zie ook blz. 3 bij stukje 'Contributie')

SECRETARIAAT ANBO-PCOB DIEMEN

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

LEDENADMINISTRATIE (ANBO-PCOB)

Addy Kruijswijk-Niemantsverdriet
Gustave Stresemannstraat 30, 1111 KL Diemen
tel. 020-402 0772
addy.kruijswijk@online.nl