



Nieuwsbrief ANBO-PCOB Diemen

Gevlucht uit Irak.

Zie introductie op blz. 3

Ik ben Hoessein en ik ben 11 jaar geleden gevlucht uit Irak. Ik ben geboren in een grote stad in Irak en was de jongste van de kinderen. Ik had 5 broers en 3 zusjes. Ik ben gelukkig opgegroeid met een lieve moeder en een fijne vader. Ik was 7 jaar toen ik naar een Arabische school ging tot mijn 9^e.

Ik heb in Irak gewerkt als taxichauffeur.

Toen ik 30 was heb ik besloten te vluchten. De politieke situatie was erg instabiel en er was veel oorlogsgeweld. Het lukte mij om Irak uit te komen en vloog naar Turkije. Vanuit Turkije met een boot overgestoken naar Griekenland. Het was een gevaarlijke tocht met nog zo'n 120 andere vluchtelingen, mannen, vrouwen en kleine kinderen. Aangekomen in Griekenland werden we opgevangen in een kamp. De ontvangst was niet zo vriendelijk en we kregen, na de lange bootreis, de eerste 17 uur niets te eten.

Alleen water werd geschonken. Daarna besloot ik verder Europa in te gaan. Samen met andere vluchtelingen liep ik uren via Macedonië, Servië richting Oostenrijk. Soms nam ik wel eens de trein, of kon ik mee met een auto. Uiteindelijk kwam ik terecht in Duitsland. Daar stuurden ze mij door naar Nederland. Ik ben toen naar Groningen gereisd en werd daar opgewacht door een bekende. In Groningen heb ik de nacht doorgebracht. Ik ben ruim 10 dagen onderweg geweest van Griekenland naar Nederland.

Vervolg op blz. 7

COLOFON

Nieuwsbrief 255
oktober 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:
Ko Out

Inleverdatum kopij volgend
nummer:
Uiterlijk 16 oktober 2026
bij de penningmeester.
(zie laatste pagina voor adres-
gegevens)

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

Bank
ANBO-PCOB Diemen
NL38RABO 0313589410



Stammerdijk

INHOUDSOPGAVE

VAN HET BESTUUR 3

ACTIVITEITENAGENDA

ANBO-PCOB Diemen 3

Welzijn Diemen 4

Diemen voor Elkaar 5

INFORMATIE ANBO-PCOB DIEMEN 7

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.

ZAKAGENDA 2027

Voor 2027 hebben we weer een zakagenda beschikbaar voor onze leden. Door gestegen papierprijzen kost de agenda nu slechts **€ 3,50** per stuk.

Na een telefoontje aan de penningmeester op nummer 06-5501 0763 kun u deze ophalen of eventueel laten bezorgen in Diemen.

Betalen kan per overschrijving op onze bankrekening, zoals vermeld op blz. 2 van de nieuwsbrief

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.

STATUSHOUDERS IN DIEMEN

In deze en volgende nieuwsbrieven vertellen statushouders uit Diemen over de reden waarom en ervaringen tijdens hun vlucht uit hun thuisland en de problemen die zij moesten overwinnen om eindelijk als statushouder erkend te worden.

Deze keer vertelt Hoessein over zijn vlucht uit Irak vanwege het oorlogsgeweld

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.

Vrijdag 25 september a.s.

Een dorpsgenoot zoekt tijdelijke woonruimte. Jolijn Sterk van de Regenbooggroep zal het project "Onder de Pannen" presenteren.

"Het project "Onder de Pannen" is er voor mensen die door omstandigheden, vaak een scheiding, verlies van werk of het einde van een huurcontract, hun woning zijn kwijtgeraakt of dreigen kwijt te raken.

Het gaat om mensen die zelfstandig kunnen wonen, maar door de krappe woningmarkt moeilijk een nieuwe plek vinden. En misschien heeft u tijdelijk een kamer beschikbaar. De Regenbooggroep begeleid het verhuurproces en Gemeente Diemen geeft ondersteuning.

Het kan een mooie manier zijn om meer gezelligheid in huis te hebben én iets voor een ander te betekenen. En bovendien is het financieel aantrekkelijk: via de regeling kan de huur tot een bepaald bedrag belastingvrij zijn. Ook met een uitkering of AOW kunt u meedoen, zonder dat dit ten koste hoeft te gaan van uw inkomen of toeslagen.

Tijdens de bijeenkomst wordt meer verteld over hoe Onder de Pannen werkt. Ook komt een verhuurder vertellen wat het betekent om tijdelijk een kamer te verhuren. En voordat u denkt: dat is niets voor mij, kom vooral eerst luisteren en ontdek of het toch iets voor u is, 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.

Vrijdag 27 november a.s.

Deze laatste bijeenkomst in 2026 was gepland voor Dorien Dijk. Deze bijeenkomst is verplaatst.

In plaats daarvan herdenken we vandaag onze leden, die overleden in het afgelopen jaar.

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).

In verband met vakantiesluiting bent u weer van harte welkom vanaf 16 september.

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

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. U hoeft geen speciale kleding aan te schaffen. Waarschuwing: u kunt er wel een beetje moe van worden.

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 1 oktober van 12:00 – 13:30 uur. Locatie: De Verbinding, gebouw op het speelplein Van Markenplantsoen. Eet u gezellig een broodje met ons 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

De wandelgroepen van Welzijn Diemen starten vanuit diverse locaties. De afstanden variëren tussen de 3 km en 6 km. De wandelingen door Diemen worden begeleid door de buurtsportcoach. Voor vragen en de wandelplanning neemt u contact op met Rens via e-mail: r.wit@welzijndiemen.nl of Tel. 06-3716 8976.

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.

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 is noodzakelijk! Dit kan bij Sharon: 06-21555256.

Maandag en vrijdag zijn de dagactiviteiten in Het Noorderlicht.

Woensdag in Huis van de Buurt 't Kruidvat.

Bingo!

Terwijl de nummers worden opgenoemd, stijgt de spanning aan de tafels. Lukt het om jouw Bingo-kaart vol te krijgen? Iedereen maakt evenveel kans op die mooie prijzen, maar het échte winnen zit in de lach en de gezelligheid die we met elkaar delen. Op zondag 4 oktober kunt u Bingo-spelen in Het Noorderlicht. Op 18 oktober in Huis van de Buurt 't Kruidvat. Van 13:30 – 16:30 uur. Schuif gezellig aan! Aanmelden is niet nodig.

Slow flow-dansen

Samen met anderen bewegen, op en soms naast de stoel met gezellige muziek erbij. Doe een keerje mee en ontdek hoe leuk deze activiteit is. Na afloop is het mogelijk om aan te schuiven voor een heerlijke lunch. Maandag 5 en 19 oktober 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 23 oktober van 10:30-11:00 uur. Locatie: Het Noorderlicht. Meedoen is gratis en aanmelden is niet nodig.

ZondagMiddagPodium: muziek, ontmoeting en gezelligheid

Heeft u zin in een gezellige zondagmiddag met muziek en bekenden uit de buurt? Kom luisteren, meezingen, bijpraten of een dansje wagen! Noteer deze data vast in uw agenda:

11 oktober – Jacques Vet

8 november – René Meijer

13 december – kerstviering met Peter Marnier.

De optredens zijn van 14:30 tot 16:30 uur in De Schakel, Burgemeester Bickerstraat 46a. De zaal is open vanaf 14.00 uur. Toegang is € 4,50 (contant).

Drankjes zijn verkrijgbaar aan de bar en kunnen alleen met pin worden betaald. Aanmelden is niet nodig. Kom op tijd, want vol is vol! Heeft u een vraag? Of twijfelt u of dit iets voor u is? Neem contact op met Chris via Tel. 06-8786 1210.

Kent u de duofiets al?

Maak een afspraak voor een rit en ervaar hoe fijn het is om samen door Diemen te fietsen. Onze vrijwilligers staan klaar om samen met u op de (elektrische) duofiets te stappen. De vrijwilliger fietst. U hoeft niet mee te trappen, maar dat mag wel. Als u meetrapt traint u gelijk een beetje de beenspieren. De vrijwilligers bieden een luisterend oor of maken een gezellig praatje met u.

Geniet van een frisse neus, een praatje en de vrijheid van fietsen. Misschien vindt u het spannend om de duofiets te proberen. Kom gerust een keertje langs om de fiets te bekijken en er even op te zitten. Probeer het gewoon! Ook als de zon niet schijnt is een rit op de duofiets echt genieten. Neem contact op met Julia voor meer informatie of een afspraak: Tel. 06-8187 6320

Er staat een mooi ervaringsverhaal van Sien en vrijwilliger Sjir over de duofiets op de website van Welzijn Diemen. Heeft u een computer? Ga dan naar: www.welzijndiemen.nl/nieuws. Heeft u geen computer, maar wilt u een papieren versie ontvangen? Neem contact op met Cynthia: T. 06-2155 1851.

Doe mee met de dagactiviteiten

Iedere maandag en vrijdag van 10:30 - 15:00 uur bent u van harte welkom in Het Noorderlicht tijdens de dagactiviteiten voor koffie/thee, een praatje of een spelletje. Om 12:00 uur wordt er samen gegeten. Aanmelden voor de lunch is noodzakelijk! Dit kan bij Sharon: 06-2155 5256.

Let op! Op maandag 12 oktober zijn de dagactiviteiten tot 12:00 uur. Er is daarna geen lunch.

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.

Cursus Arm- en keelbevrijdingen

Deze cursus is ook voor senioren. Met eenvoudige technieken oefent u hoe u zich in lastige situaties

kunt losmaken. Dit draagt bij aan uw zelfvertrouwen. De oefeningen zijn veilig, eenvoudig en geschikt voor iedereen. Uiteraard houden we rekening met uw fysieke mogelijkheden. De cursus wordt gegeven door Loek, een van onze abonnees van de Buurthulpdienst. Loek is 88 jaar, woont al 40 jaar in Diemen. Hij heeft een zeer hoge meestergraad in judo en jiu jitsu en valt af en toe nog in als trainer bij de judovereniging in Diemen. Doet u deze keer mee? Meld u dan aan bij Diemen voor Elkaar via T. 06-5562 2532. Na afloop ontvangt u een overzicht op papier, zodat u de technieken later nog eens kunt nalezen of delen met anderen.

Natuurlijk sluiten we af met een kop koffie of thee en iets lekkers.

Datum en tijd: 25 november van 12.30 tot 14.00 uur. Locatie: Huis van de Buurt 't Kruidvat
Kosten: € 2,- per persoon (contant te betalen)

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 Dienvoorelkaar.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 bereikbaar in de Brede HOED (D.J. den Hartoglaan 8) op maandag t/m donderdag van 9:30 tot 12:30 uur. Loop eens binnen of bel naar: 06-5562 2532. *Let op! Dit is het nieuwe nummer van Diemen voor Elkaar.* Via dit telefoonnummer krijgt u rechtstreeks iemand van Diemen voor Elkaar aan de lijn.

INFORMATIE ANBO-PCOB DIEMEN

Hoessein

vervolg van voorblad

Wat mij opviel was dat Nederland schoon, mooi en geordend was, de straten, de trein, bus. En ook heel groen. Irak is ook mooi, maar wel heel droog. Ik heb mij de volgende dag gemeld in Ter Apel. Vanwege drukte heeft het 4 dagen geduurd voordat ik werd geregistreerd.

Eenmaal opgevangen in Ter Apel begon het lange wachten. Ik sprak alleen Arabisch, dus kon alleen met mensen uit Irak en Syrië spreken. Slapen, eten, geen boeken, geen (taal)les, uitkijken naar de post of naar de afspraak met de IND. Ook was er niemand die ons informatie gaf. Wat ik wist, hoorde ik van mijn Arabische medebewoners. Andere bewoners kon ik niet verstaan.

Privacy was er nauwelijks. We hadden geen eigen kamer en ook sliepen we op een zaal met veel mensen, dus van slapen kwam niet veel terecht.

Nu woon ik in Diemen en krijg ik taallessen in Amsterdam. Mijn familie is achtergebleven in Irak

Ik werk met veel plezier in een klein restaurant, lekkere broodjes maak en ook smoothies.

Voor mijn inburgering moet ik 800 uur naar inburgeringslessen en 800 uur werken. Dat is best lastig, want als ik naar school ga, kan ik niet werken en als ik werk, dan kan ik mijn lessen niet volmaken! Ik ben blij, dat ik in Nederland ben, maar vind het wel jammer dat ik nu 11 jaar verder ben. 11 jaar wachten, en ik zoveel had willen en kunnen doen. Ik wil graag blijven werken in het restaurant, waar ik werk met fijne collega's en veel aardige klanten ontmoet, zodat ik mijn Nederlands kan verbeteren.

Busreis dinsdag 1 September 2026

Het was weer zo ver, een reisje met de ANBO-PCOB. Er gingen welgeteld 36 mensen mee.

Het weer kon haast niet beter; blauwe luchten en mooie wolken. Holland op z'n mooist.

Na het instappen van de deelnemers vertrokken we om 11:00 uur richting A1 en A2 langs Abcoude en namen afslag De Meern. Zo konden we genieten links en rechts van de mooie groene weiden en verder zo waar een Struisvogel werden gewaar tussen al het moois wat Het Groene Hart ons heeft te bieden en zo kwamen de eerste molens van Kinderdijk al in het vizier, een mooi vergezicht, niet voor niets staan de beroemde molens van Kinderdijk op de Wereld Erfgoed Lijst.

Zo kwamen we langzaam aan bij Restaurant "De Klok" waar wij koffie en een lunch en kroketten kregen aangeboden. De naam van het restaurant was heel goed terug te herleiden aan de vele klokken die aan de wanden waren opgehangen naast de vele oude gereedschappen en gebruiksvoorwerpen uit vervlogen tijd. Toen was het moment gekomen om naar het uiteindelijke doel van deze dag te vertrekken, dat was het chocolade atelier van de heer Frits van Noppen in Ridderkerk. Daar aangekomen werden we welkom geheten door de heer Noppen en zijn medewerkers. De lucht van de cacao geuren kwam ons tegemoet en veel lekkers in allerlei modellen en smaken waren ruimschoots uitgestald, daarbij liet de heer Noppen ons via videobeelden zien hoe en waar de chocolade bonen groeien en gekweekt worden.

De chocolade die in dit atelier wordt verwerkt, is gemaakt van kwaliteitscacao en geproduceerd door coöperaties, die deel uitmaken van Cacao Horizons.

Dit initiatief maakt het mogelijk de leefomstandigheden van de Afrikaanse cacao boeren en hun families te verbeteren.

Speciale aandacht werd besteed aan *Mercy Ships*, een organisatie die het werk van ziekenhuisschepen steunt. Voor dit doel was speciaal een artikel in de chocolade shop verkrijgbaar.

Met dank aan de organisator Ko Out en de chauffeur die ons veilig en keurig op tijd weer in Diemen terug heeft gebracht. **Sjaak Groot sr.**

Als alle mensen zijn ingestapt verlaten we om elf uur Diemen en gaan op weg naar Kinderdijk. Het is goed weer en we kunnen van het uitzicht genieten. Tenslotte rijden we door de Alblasserwaard met zijn water en dijken en komen aan in Kinderdijk. Daar rijdt de chauffeur stapvoets zodat we de molens en de omgeving goed kunnen zien. Het is

een uitgestrekt en waterrijk gebied. Daarna rijden we door naar Partycentrum de Klok. Als we daar binnen stappen is er een grote verzameling antiek te zien. Overal staat wel wat uitgestald. De tafels staan gedekt voor de lunch en deze is uitgebreid en de mensen die bedienen zijn vriendelijk. Nadat een ieder zich heeft kunnen laven en verkwikken stappen we weer in de bus en rijden we door naar het Chocolade Atelier van de heer van Noppen in Ridderkerk. Daar stopt de bus ook voor de deur en kunnen we zo weer naar binnen lopen. Als we een zaal naar binnen gaan is het overal chocola wat de Klok slaat. Het hangt aan de muur, een hele tafel vol en een hele grote vitrine vol en op de tafels waar we gaan zitten daar staan etalages ook met chocola. Als we allemaal zitten begint de heer van Noppen met een demonstratie hoe toch die heerlijke bonbons en chocolade dieren gemaakt worden. Hij begeleidt het met zijn enthousiaste uitleg en bovendien is er een groot scherm waar we al de handelingen van de heer van Noppen heel goed konden. Ook vertelde hij dat hij in Tanzania geweest was omdat hij zelf wilde zien wie de medewerkers zijn en waar toch die grondstoffen vandaan komen voor zijn heerlijke chocola. Omdat er bij de demonstratie restjes overblijven mochten sommige mensen, zoals wij vroeger bij onze moeders de lepel af mochten likken, deze mensen dit opmaken. Verder konden we op het scherm zien hoe het meters hoge kunstwerk van een boot van Mercy Ships van chocola gemaakt werd. Er kwam een hoogwerker aan te pas.

Tenslotte was er nog tijd om boodschappen te doen en stapten we met ons van Noppentasje de bus in voor de thuisreis.

Omdat we toch wat aan de late kant waren reden figuurlijk gezegd recht door naar huis. Om kwart voor zes reden we Diemen weer binnen. Daar is iedereen op zijn eigen opstapplaats weer met zijn van Noppentasje de bus uitgestapt. Eenieder ging na deze "lekkere reis" weer huiswaarts.

Een medereiziger

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.

ALZHEMER 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

8 oktober: Positieve werking van kunst op het brein: wat kan er nog wél?

19.30 inloop 20.00 uur start– 21.30 einde

Lieke Hoogland vertelt over de heilzame werking van zingen op het brein. In haar voormalige praktijk als Stembevrijder en Zorgzangeres, zag zij dat zodra liederen worden aangereikt, passend bij de muzikale erfenis van mensen met dementie, er activiteit, sprankeling, plezier en leven ontstaat. Lieke vertelt over welke partijen werkzaam zijn in het veld van Kunst en in het bijzonder zang, en hoe u tot een aanvraag komt.

RIJBEBEWIJSKEURING 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 Dudokhof 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,

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)

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

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 (maandvrij 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.

OUDERE JARIGEN IN OKTOBER 2026:

01-10 Mw. G.M. v d Berg- Maasbommel	90 jr.
02-10 Dhr. C.C.J. van Lom	87 jr.
03-10 Dhr. J.W. Visser	89 jr.
04-10 Mw. M.A. Tijnagel-Russchen	91 jr.
08-10 Dhr. H. Boonstra	88 jr.
09-10 Mw. J. Knol	81 jr.
10-10 Mw. A.T. Willemsen	86 jr.
11-10 Dhr. J.C.A. Booijen	88 jr.
20-10 Mw. F.H. Castelijin	89 jr.
25-10 Mw. C.H. Willemsen	84 jr.
25-10 Mw. R.M. Idema-Beltman	88 jr.
26-10 Mw. J.C.S. Mehagnoul-Krul	84 jr.
26-10 Mw. B. Jansen	81 jr.
27-10 Mw. G.M. Schuurman-Sijtveld	82 jr.
28-10 Mw. J.J. Blei-van Veen	85 jr.
29-10 Mw. E.A. Blok-Haen	88 jr.

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

BEZORGING NIEUWSBRIEF EN BONDSMAGAZINE

Willemien Boland, coördinator bezorging, is bereikbaar via tel. 06-4016 6664

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

LEDENADMINISTRATIE (ANBO-PCOB)

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