

SENIOR

HEEMSKERK

ONTMOETINGS DAG SENIOREN

Zaterdag
17 september 2022
13.30 tot 16.00 uur
Gemeentehuis
Heemskerk

←
Informatiemarkt

Koffie/thee

Ontmoeting



TOEGANG IS GRATIS, AANMELDEN NIET NODIG

gemeente



Heemskerk

Heemskerk

SERVICEPLEIN

VOOR AL UW VRAGEN OVER WERK, INKOMEN, ZORG EN WELZIJN

MET



SEPTEMBER 2022

ONTMOETINGS DAG

Opfriscursus Veilig Verkeer



Bent u inwoner van Heemskerk en wilt u als ervaren verkeersdeelnemer nog eens worden bijgespijkerd over de laatste verkeersregels? **Grijp dan uw kans!** Heemskerk. De opfriscursus wordt gehouden op woensdag **2 november 2022** van 9.00 tot 12.00 uur in de raadzaal van het gemeentehuis Heemskerk. Verkeersdeelnemers van 50 jaar en ouder kunnen zich aanmelden voor de cursus, waar geen kosten aan zijn verbonden. De koffie en of thee is gratis.

Waarom een opfriscursus?

Verkeersregels veranderen, telkens een klein beetje:

nieuwe verkeersborden, snelheden, rotondes, belijning, voorangsregels enz. Het is voor iedere verkeersdeelnemer belangrijk om de veranderingen in de verkeersregels bij te houden. Wilt u weten of de cursus wat voor u is kijk dan op de website naar de online verkeerstest van Veilig Verkeer Nederland www.vvn.nl/opfriscursus en doe de test.

De bijeenkomst heeft een informatief karakter en er is geen examen aan verbonden. Is dit iets voor u? Meldt u dan aan via de website www.vvn-afd-beverwijk-heemskerk.nl. Er kunnen maximaal 40 deelnemers per locatie worden geplaatst.

Inschrijven

Kan vóór 1 oktober 2022 via de website www.vvn-afd-beverwijk-heemskerk.nl via de balk Opfriscursus kan u het inschrijfformulier invullen en opsturen. U ontvangt een bevestiging van de inschrijving en voor aanvang van de cursusdag een uitnodiging.



**Janssen &
van Commenée**
notarissen

Gevestigd in Heemskerk, maar regionaal werkzaam van Zandvoort tot Akersloot.

Wij nemen tijd voor u en staan u op professionele wijze bij. Gewoon omdat u de zaken goed geregeld wilt hebben: op de korte én op de lange termijn.

Heeft u een notaris nodig voor een testament, estate planning, onroerend goed of een nieuw op te richten stichting of bedrijf? Neem dan contact met ons op. Want naast deskundigheid bieden wij u maximale duidelijkheid, zowel in ons advies als in onze tarieven.

Wij zijn er immers voor ú!

**Notarissen
Janssen & Van Commenée**

Burgemeester Nielenplein 2
1961 NV Heemskerk

Tel.: 0251 - 24 52 24

Fax: 0251 - 24 59 34

E-mail: notaris@notarisjvc.nl

Website: www.notarisjvc.nl

De wereld draait door

Dit is een veel gebruikte uitdrukking die mij de afgelopen periode meer dan duidelijk is geworden. Of het nu oorlog is in Oekraïne, benzineprijs, energiekosten, inflatie of noem maar op, dit alles verdwijnt naar de achtergrond als er in je directe omgeving een ramp voltrekt.

Maar zoals in de aanhef: de wereld draait door en de vakanties zijn weer grotendeels achter de rug. Het leger vrijwilligers kan weer aan de slag om allerlei activiteiten op te starten. Natuurlijk komt u een kijkje nemen op zaterdagmiddag 17 september in het gemeentehuis waar de vele organisaties zich presenteren en waar u informatie kunt inwinnen c.q. krijgen en waar u een keus kunt maken waar u vrije tijd in gaat steken.

Inmiddels is er een nieuw college van wethouders gevormd en één van de sollicitanten zal binnenkort tot burgemeester worden benoemd. Het zal echt geen makkelijke taak zijn om de problemen in onze gemeente zodanig te regelen dat 'men' hier enigszins tevreden over kan zijn. Kan ons blad "de Senior" nog blijven uitkomen en meer dan 8000 lezers van de nodige informatie voorzien? Nieuwe adverteerders zijn van harte meer dan welkom in een blad met een zeer speciale doelgroep: de Heemskerker van 66 jaar en ouder.

Wat kunt u o.a. in dit nummer aantreffen:

- Zorg, gedwongen langer thuis blijven?
- Ontmoetingsdag Senioren
- Mededelingen van de reiscommissie
- Vrouwen en vriendschap
- Alzheimer Nederland
- Seniorweb seizoen '22-'23
- Gemeentenieuws
- Nieuwe seizoenen Handen Ineen
- Trip Tip
- Bridgeclub De Commandeurs
- Vrijwillige brandweer Heemskerk
- Zorgt u voor een ander?

U ziet 't, er is weer genoeg te beleven en wilt u alles nog eens goed op een rijtje zien dan raad ik u aan de agenda achter in dit blad nog maar eens goed te lezen.

Veel leesplezier gewenst namens de redactie,

Jan de Looze

Senior

voor Heemskerkse Ouderen

53^e jaargang, nummer 1, september 2022

Verschijningsdatum:

vanaf dinsdag 6 september 2022

Inleverdatum oktobernummer:

uiterlijk 12 september 2022

Oplage:

5725 exemplaren - 308 digitale lezers

Redactie

Jan de Looze, Nanny Schmit,
Meike Stuur (lay-out), Harry Wagendorp en
Gönül Güler

Contactpersoon

Gönül Güler, T 06 245 20 326

Kopij bij voorkeur via

seniorheemskerk@metheemskerk.nl

of naar ons adres:

Lauraplein 1, 1961 GP Heemskerk

Senior digitaal lezen kan via

www.metheemskerk.nl/senior

Illustraties

Harry Wagendorp

i.s.m. Fotokring Heemskerk

<https://fotokringheemskerk.nl/>

Drukwerk: VHP

Adverteren?

Jan Zonneveld, T 06 588 63 247

**Uitgegeven door MET Heemskerk en
De Grijze Ezel**

Verzending naar

alle 66 plussers in Heemskerk

Senior niet bezorgd?

Bel 06 245 20 326 na de 10^e van de maand

Senior lezen via internet

Opgeven via:

65plusbestand@metheemskerk.nl

onder vermelding van naam, adres
e-mailadres

HEEMSKERK

Zorg, gedwongen langer thuis blijven?

Het lijkt erop of we langer thuis **moeten** blijven in plaats van dat we dat zouden willen ...

Tot nu toe biedt minister Helder van langdurige zorg geen oplossingen, ook niet in de onlangs gepresenteerde Woon Zorgplannen (WoZo). De Zorgbrancheorganisatie Actiz heeft de problemen nog eens extra benadrukt. Het hele WoZo-programma is erop gebaseerd dat mensen zo lang mogelijk thuis blijven wonen. Minister Helder wil dat het aantal verpleeghuisplekken gelijk blijft en dat alle nieuwe plaatsen, extramurale verpleegzorgplekken (= thuis) worden. De Nederlandse Zorgautoriteit (NZa) heeft berekend dat een bezuiniging van 2,2 miljard euro mogelijk zou zijn als alle verpleeghuisplekken die er nu zijn, zouden worden omgezet naar extramurale verpleegzorgplekken. In het kabinetsakkoord wordt gemikt op een bezuiniging van 1,2 miljard euro voor de hele operatie "scheiden wonen en zorg".

- **Ontmoetingsruimtes**

Er zijn wooninitiatieven die al zijn gestart met geclusterde woonvormen en nu merken dat zij bijvoorbeeld hun ontmoetingsruimtes niet volledig kunnen financieren uit de zorgbudgetten. Het subsidiebedrag uit de regeling 'Ontmoetingsruimtes voor ouderenhuisvesting' dekt niet altijd de investeringen die de zorgorganisatie wil maken. Bovendien moet de organisatie als voorwaarde een sluitende exploitatie kunnen aanleveren voor vijf jaar.

- **WoZo**

In het bestuurlijk woon/zorgakkoord, dat de ministeries van VWS en Binnenlandse Zaken vorig jaar sloten samen met Actiz (zorgorganisaties), Aedes (woningbouwcorporaties) en de Vereniging Nederlandse Gemeenten, is afgesproken dat er 25.000 extra verpleegzorgplekken bij mogen komen op een totaal van 130.000 verpleeghuisplekken. Naar nu blijkt, zullen er 20.000 verpleegzorgplekken extramuraal worden gerealiseerd. De overige 5.000 plekken zijn intramurale plekken en die komen bij de verpleeghuizen met vergevorderde bouwplannen, zodat deze financieel niet worden gedupeerd. Maar: het gaat hier om tijdelijke plekken tot 2026. De minister verwacht dat er daarna weer 5.000 verpleeghuisplekken worden geextramuraliseerd, zodat het totaal aantal plekken in verpleeghuizen weer, net zoals nu, 130.000 bedraagt.

Ingekorte bron: Skipr 21-07-2022

Als 't toch moet, bereidt u zich dan nu voor!



Onderzoek langer zelfstandig thuiswonen.

Scan met je mobiel/tablet de QR code en ga naar het onderzoek >>

Of kies:

<https://www.kbo-pcob.nl/magazine/onderzoek-langer-zelfstandig-thuiswonen/>



Wat vindt KBO-PCOB van dit onderzoek?

'Wonen is voor ouderen een ongelooflijk belangrijk onderwerp. Bij de gemeenteraadsverkiezingen was het zelfs het belangrijkste onderwerp, bleek uit onze flitspeiling. Daarom staat het ook hoog op de lijst voor belangenbehartiging, zowel landelijk als lokaal', vertelt

Marieÿlle van Oort, hoofd

belangenbehartiging van KBO-

PCOB. Marieÿlle merkt dat wonen ook in Den Haag topprioriteit heeft.

'Minister De Jonge wil nadrukkelijk op meer woningen voor senioren inzetten. Niet gek natuurlijk als je bedenkt dat veilig en comfortabel

langer thuis wonen de inzet is. Maar uit dit onderzoek blijkt dat het niet alleen een kwestie van bouwen is. Het gaat om meer. Het gaat om: waar wil ik wonen als ik ouder word en wat heb ik dan nodig? Die vraag moeten senioren zichzelf stellen, maar dan wel met de kennis van wat er mogelijk is aan ondersteuning en aanpassingen. En dat is niet vanzelfsprekend! Het is een wirwar aan loketten en websites en potjes.

Gemeenten voeren ook slechts zelden het gesprek met senioren over wat hun wensen zijn als het gaat om seniorenwoningen of meer mantelzorgwoningen.

Verhuizen van een koophuis naar een huurhuis is niet logisch: de maandelijkse lasten nemen toe terwijl de inflatie en gebrek aan indexering het leven al niet goedkoper maken. Van een huurwoning naar een speciale seniorenwoning op de particuliere markt is financieel gezien bijna onmogelijk. Dus er moeten ook meer passende huurwoningen voor ouderen komen. Het gaat niet alleen om huizen, maar ook om waar die staan. Is het fijn wonen? Zijn er ontmoetingsplekken? Zijn er de juiste voorzieningen? Samen met de huisartsen hebben we er bijvoorbeeld onlangs voor gepleit de huisarts in de wijken te behouden en niet te verhuizen naar de randen van de stad. Nadenken over de wooncarrière van senioren vraagt om een integrale benadering. Niet alleen de stenen zijn van belang. Gemeenten moeten beter luisteren naar ouderen. Dat is ons punt aan de overlegtafels. In Den Haag en erbuiten. Houd ons scherp, we nemen graag uw signalen mee!

Bron: Magazine van KBO-PCOB juni 2022

De computerhelpdesk ...

De PC/ Laptop/ mobiele telefoon is op dit moment bijna



onmisbaar voor iedereen en speciaal voor ouderen. Steeds meer worden wij verwezen naar het internet. Problemen met deze apparaten komt nooit gelegen. Het is fijn voor u om te weten dat er helpers beschikbaar zijn die u

met problemen kunnen helpen. Wij komen weer aan huis, of u kunt in overleg met de helper het apparaat brengen bij de helper.

Voor alle vragen kunt u maandag tot en met vrijdag bellen tussen 9.00 uur en 18.00 uur.

- Koos Jacobs 0251 241 277 of digi2003@casema.nl
- Hien Nio 0251 245 779, 06 249 72 102 of hien.nio@gmail.com

Ontmoetingsdag Senioren 17 september 2022

Het kan weer. Na twee jaar helaas te moeten overslaan, organiseren we op zaterdagmiddag 17 september a.s. de jaarlijkse ontmoetingsdag voor senioren. Het wordt een middag vol informatie en gezelligheid, georganiseerd door MET Heemskerk in samenwerking met de Gemeente Heemskerk. Op de informatiemarkt staan veel organisaties met een kraam om inwoners wegwijs te maken binnen diverse takken van zorg, welzijn en activiteiten in de buurt. Iedereen is van harte welkom om zich te laten informeren. De Ontmoetingsdag is van 13.30 tot 16.00 uur in het Gemeentehuis. De toegang is gratis. U krijgt van ons een kopje koffie/thee of een glaasje fris aangeboden met iets lekkers er bij. Graag tot ziens! *Gönül Güler -sociaal werker MET Heemskerk*



De vakantie is om. We gaan weer beginnen en we hopen dat u er zin in heeft.

We starten op maandag 26 september om 14.00 uur maar om 13.30 uur gaat de zaal open.

We spelen 3 ronden en zoals altijd doen we dat in De Jansheeren aan het Maltezerplein bij de Dekamarkt. De kosten zijn € 4,00.

We hopen dat u allemaal weer komt neem u burens en vrienden mee.

Tot ziens tot 26 september.

Het Kienteam



"Opa, ziet u daar die ijscowinkel? Daar hebben ze heel lekkere ijsjes. Zullen we daar even naar toe gaan en een ijsje kopen. Het is zo warm vandaag, dus is een ijsje extra lekker. Doen we, hè opa."

Zeg dan maar eens nee tegen je kleindochter.

Ze is een echte babbelaarster. Ze maakt er altijd een verhaaltje van. En dus gingen wij er naar toe. Ik kom er maar zeer zelden. Tjonge wat een hoop soorten verschillende ijsjes hebben ze daar. En dan kun je ook nog kiezen uit kleine hoorntje, grote hoorntjes en uit verschillende soorten bakjes. Ik koos voor een bolletje citroenijs. Nova, mijn kleindochter, koos dropijs. En toen moest ik afrekenen. Zoveel voor twee ijsjes.

"Potverdorie," zei ik, "dat is duur geworden." Nova keek



naar me op en zei, "Dat is toch heel normaal, opa. Mamma zegt dat alles duurder wordt." Ik betaalde en we liepen de winkel uit. Ik wilde in de

winkel geen discussie met Nova hebben. Toen we buiten waren zei ik tegen Nova: "Ja, bijna alles wordt duurder, maar soms ook niet." Nova likte van haar ijsje, ik ook, en zei toen: "Opa, dat klopt niet. Mamma zegt dat alles duurder wordt. Als ze naar de winkel gaat is ze nu altijd veel meer geld kwijt dan vroeger. En dat vindt ze niet leuk." "Maar echt, niet alles wordt duurder, Nova." "Nou, wat dan niet. Als mamma iets zegt is het altijd waar." Nova is acht jaar en ik dacht "ik hoop dat je dat over tien jaar ook nog zegt." "Kijk," zei ik, "bij de algemene hulpdienst kost alles nog even veel als vijf jaar geleden." "Bij wie, opa?" "Bij de algemene hulpdienst. En jij weet natuurlijk niet wat dat is. Ik zal het je uitleggen. De algemene hulpdienst is een groepje mensen die andere mensen helpen. Ze helpen met boodschappen doen, met het onderhouden van hun tuintjes, of met mensen met de auto bijvoorbeeld naar het ziekenhuis brengen. En dat kost nu nog evenveel als vijf jaar geleden." "Dat ga ik tegen mamma zeggen," zei Nova.

Bah, wat voelde ik opeens op mijn hand. Koud en nat. Ik was mijn ijsje vergeten en het bolletje lag nu op mijn hand en toen op de grond. Geen ijsje meer. Jammer, de volgende keer beter oppassen.

Huib van den Heuvel,

Voorzitter algemene hulpdienst Heemskerk

Tel: 0251 257 480

Website: ahdheemskerk.nl

Biljarten in De Schuilhoek voor heren en dames



Wilt u overdag biljarten in een gezellige en ontspannen sfeer? In buurtcentrum De Schuilhoek kan dat! Op maandag- en woensdagmiddag van 12.30-16.00 uur wordt een onderlinge

competitie gespeeld. Iedereen speelt twee partijen van minimaal 25 beurten. Heeft u interesse, kom dan eens op een van deze middagen kijken. U kunt altijd vrijblijvend een paar weken gratis meedoen om te kijken of het bevalt.

Ook op dinsdagmorgen en donderdagmiddag wordt op dezelfde manier een onderlinge competitie gespeeld.

Van 8.45 uur tot 12.00 en van 12.45 uur tot 16.00 uur.

Interesse? Kom langs.

Of spelen op dinsdagmiddag en donderdagmorgen, Van 12.45 uur tot 16.00 en van 8.45 uur tot 12.00 uur, kom kijken.

Voor de dames is het op de woensdagmorgen vanaf 9.30 uur tot 12.00 uur.

De competitie start vanaf maandag 5 september.

Het adres van De Schuilhoek is Van Bronckhorststr.1, 1962 TV Heemskerk, T 088 887 6811.



GRATIS APK VOOR UW KUNSTGEBIT

- ☞ Controle van kaken & mondweefsels
- ☞ Controle functionaliteit prothese
- ☞ Stabiliteit van prothese op de kaak (pasvorm)
- ☞ Controle op gescheurde mondhoeken
- ☞ Drukplekken verwijderen
- ☞ Controle op spraak
- ☞ Prothese reinigen/polijsten

TANDPROTHETISCHE PRAKTIJK VERHAGEN

Adres: Maerelaan 26, Heemskerk
Telefoon: 0251-839403
Email: info@tppverhagen.nl

Tandprothetische praktijk R. Lameris LID O.N.T.



- Prothese op implantaten
- Nieuwe prothese
- Reparatie
- Rebasing
- Vrijblijvend advies
- 's Avonds tot 21.00 u
- Ook in weekends
- Vergoeding via ziektekostenverzekering

Nellie van Kolstraat 6
Tel 0251 232477
Heemskerk

De Sjoelclub

Op zaterdag 22 oktober a.s. houdt de Sjoelclub



'De Sjoelschijf' een open koppeltoernooi in cultureel centrum De Jansheeren.

Er zal worden gespeeld van 10:30

tot 16:00 uur. De zaal is open vanaf 10:00 uur.

De inschrijving voor dit open koppeltoernooi is nu geopend. Iedereen kan zich aan melden via mail m.wilson@wilson-bloemtex.nl of telefonisch via 06-533 04 317.

De inschrijving kost € 10,00 per koppel; jeugdkoppels t/m 12 jaar € 5,00.

De inschrijving staat open tot vrijdag 7 oktober.

De Jansheeren is ook voor mindervaliden goed toegankelijk.

Met vriendelijke groet,
Namens bestuur en organisatie
Secretaris Jaap Wijntjes
secretaris-sjoelschijf@ziggo.nl

UITVAARTZORG • AFSCHEIDSKAMERS • UITVAARTWINKEL

- ervaring in een modern jasje
- warme huiselijke afscheidskamers
- met iedere verzekering kunt u bij ons terecht
- dag en nacht bereikbaar
- uitvaartwinkel met gedenkartikelen

**WANMAKER
UITVAART**

PERSOONLIJK & WARM

MAERELAAN 6 • HEEMSKERK • 0251 25 41 35 • WWW.WANMAKERUITVAART.NL



GOEDKOPE RIJBEWIJSKEURINGEN SENIOREN IN HEEMSKERK

Senioren, chauffeurs met rijbewijs C/D/E en overige automobilisten die voor verlenging van hun rijbewijs moeten worden gekeurd, kunnen hiervoor terecht bij Goedkope Keuringen op 7 en 21 september, 5 en 19 oktober en vervolgens 2 keer per maand in **De Vrijburcht, Vrijburglaan 2**. Voor informatie en een afspraak belt u naar het landelijke afsprakenbureau: **T 085-48 83 616**.

Zelf een datum reserveren kan via de website:

www.goedkopekeuringen.nl De artsen waarmee wij samenwerken zijn aangesloten bij het ZorgDomein.

Tarieven (incl. BTW): 75+ B/E en medisch € 40,00, C/D/E en Taxipas € 55,00.

Leden van CNV/ouderenbonden en/of thuiszorgorganisaties krijgen € 2,00 korting op bovengenoemde prijzen (geldt uitsluitend voor 75+ B/E en medisch).

Let op: Het is niet mogelijk rechtstreeks bij de locatie een afspraak te maken.

Voordat u naar de keuring gaat dient er eerst een Gezondheidsverklaring gekocht te worden. Die is verkrijgbaar bij de gemeente en via internet op mijn.cbr.nl (inloggen met DigiD).

U beantwoordt de vragen en stuurt de Gezondheidsverklaring naar het CBR. Het kan een aantal weken duren voordat u de papieren die de arts moet invullen thuisgestuurd krijgt van Het CBR (per post of via de mail).

De verwerking en beoordeling door het CBR kan meerdere maanden in beslag nemen. Geadviseerd wordt om ruim van tevoren een afspraak te maken voor de keuring. Ook inwoners uit omliggende gemeenten zijn van harte welkom.



Huize van de Nouweland

Op elke 2^e dinsdag van de maand spelen we weer Bingo in Huize van de Nouweland.

De zaal gaat open om 13.30 uur en we beginnen om 14.00 uur.

65+ Heeft u even?

Natuurlijk heeft u even tijd, want u hebt alle dagen vakantie, althans daar ga ik van uit. Maar of u ook geduld heeft wordt sterk op de proef gesteld als u een beroep doet op uw telefoon.

- “Wij zijn op dit moment overbelast, belt u later nog eens”.
- “Er zijn tig wachtenden voor u”.
- “Wij verwijzen u naar onze website”.
- “Kies voor ... een 1, kies voor ... een 2, kies voor ... een 3”, ect.

Na afloop weet u niet meer welke keuze u moet maken om de juiste persoon of afdeling aan de lijn te krijgen. Nog ergerlijker is het muziekje als u in de wacht zit en de aardige mevrouw u tussentijds meldt hoeveel er nog voor u zijn. Het zal wel komen door de enorme krappe arbeidsmarkt. In al die tijd dat u aan uw apparaat bent gekluisterd loopt de telefoonrekening gewoon door. Het aantal wachtrijsen is met zo'n 20 tot 30 procent gestegen ten opzichte van 2021. Ook de wachttijd is 2 tot 3 keer langer dan vorig jaar.

Kortom, uw geduld wordt danig op de proef gesteld. Uiteraard kunt u ook uw mailbox gebruiken maar dan moet u niet verwachten snel antwoord te krijgen. Als u probeert persoonlijk contact te maken moet u ook van tevoren een afspraak maken. Let wel, wel via de telefoon!

Fred Wijers



Alzheimer Nederland, Afdeling Midden Kennemerland

organiseert op 13 september een Trefpunt in De Stut, Maasstraat 3, 1966 VH Heemskerk.

Het thema van die avond is: “Wat is dementie en wat zijn de eerste verschijnselen”. Wanneer moet je je zorgen gaan maken en wat moet je dan doen?

Het thema wordt ingeleid door een gesprek met een deskundige en op deze avond is dat Audrey Raalte, SPV bij het DOC-team van Parnassia.

Een Alzheimer Trefpunt biedt u niet alleen goede informatie maar ook de mogelijkheid tot contact met lotgenoten. Iedereen is welkom en de toegang is gratis. Aanmelden is niet nodig. Inloop vanaf 19.00 uur, aanvang 19.30 uur. De volgende avond is op 11 oktober met als onderwerp: Gedrag bij dementie, hoe om te gaan lastig gedrag.

SeniorWeb IJmond staat in de startblokken voor het nieuwe seizoen 2022-2023. Ook dit jaar willen wij weer graag mensen helpen bij hun digitale ontwikkeling. Er zijn cursussen, inloopspreekuren, lessen-aan-huis en lezingen. Kortom voor elk wat wils.

Nieuw dit jaar is dat wij elke maand een lezing willen gaan geven over een actueel onderwerp. Zo kunt u denken aan een lezing over bijvoorbeeld 'winkelen op internet', 'beeldbellen', 'wandelen en fietsen', 'betalen en bankieren via internet', 'domotica' (huisautomatisering), 'de cloud'. De lezingen worden gehouden in buurthuis De Stut op een vaste dag in de week; een locatie die mooi ligt tussen Beverwijk en Heemskerk. Wij starten in oktober en hopen daarmee in een behoefte te voorzien. Zo gauw wij meer weten, melden wij dat.

Op onze website www.seniorweb-ijmond.nl vindt u interessante informatie over wat SeniorWeb IJmond u verder nog kan bieden. Wij geven o.a. tips en info over 'veilig internetten', 'aanschaf apparatuur' en 'slimme gadgets'. Ook lezenswaardig is de maandelijkse nieuwsbrief met de laatste informatie. De moeite waard om eens te kijken. De cursussen in Heemskerk worden gegeven op de maandagen. In Beverwijk op de donderdagen. Voor vragen kunt u via de website met ons contact zoeken via het contactformulier of u kunt bellen naar **06-391 10 115** of naar **06-520 31 649**.

Programma september/ oktober 2022

- **Beverwijk**

Start op donderdag 15 september

Cursus iPhone/ iPad (4 donderdagochtenden)
Plaats: bibliotheek van Beverwijk, Betje Wolfzaal, begane grond. Tijd: 10.00 -12.00 uur.
Kosten: € 30,- voor 4 lessen.
Eigen smartphone/ tablet meenemen.

- **Heemskerk**

Start op maandag 19 september

Cursus Windows 10 (+ 11) (4 maandagochtenden)
Plaats: Cultuurhuis in Heemskerk (in het gemeentehuis).
Tijd: 10.00 -12.00 uur.
Kosten: € 30,- voor 4 lessen. Cursusboek (niet verplicht) is verkrijgbaar tegen kostprijs.
Er zijn laptops beschikbaar, maar u kunt natuurlijk ook uw eigen laptop meenemen.

- **Aanmelding**

Er liggen aanmeldingsformulieren voor de cursussen klaar bij het Cultuurhuis en in de bibliotheken van Beverwijk en Heemskerk.

U kunt zich ook aanmelden via onze website:

www.seniorweb-ijmond.nl

In de website klikt u op "Contact" (= oranje knop) en u vult uw contactgegevens in. U ontvangt vervolgens een bevestiging van uw aanmelding.

U betaalt bij de eerste les aan de cursusleider (via pin of contant).

Wij kijken uit naar uw komst.



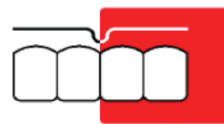



Haal een gratis fietsspiegel!

Op zondag 18 september deelt de buurtsportcoach senioren van Team Sportservice Kennemerland gratis fietsspiegels uit bij de ingang van Camping Geversduin aan de Bredeweg. Dit is een zijstraat van de Rijksstraatweg. De spiegels worden tussen 13.00 en 16.00 uur uitgedeeld.

In de Gemeente Heemskerk draait de bewustwordingscampagne Doortrappen; deze campagne richt zich op veilig fietsen. Een fietsspiegel zorgt voor meer overzicht en meer veiligheid. Heemskerk heeft prachtige fietsmogelijkheden. Dit leidt tot veel fietsverkeer en deze spiegel helpt u andere weggebruikers makkelijker te zien. Wij zouden het hartstikke leuk vinden als u langs komt fietsen en wij monteren graag een spiegel op uw fiets, dus ... tot zondag 18 september!

Met vriendelijke groet,
Team Sportservice Kennemerland
Merel 395a, 1965 GN, Heemskerk
T 0251 254 740
E wassendelft@teamsportservice.nl



TANDPROTHETISCHE PRAKTIJK GERARD KOOL

verzorgt voor u de uitstraling die u wilt met :

Volledige gebitsprotheses
Partiële gebitsprotheses
frame protheses
Implantaat gedragen protheses
Opvullen en repareren van bestaande protheses
Informatie en advies
Gratis controle van de bestaande prothese

Vergoeding 75 % uit de basisverzekering
van de zorgverzekering

Lid Organisatie Nederlandse TandProthetici

Wij zijn werkzaam in :
Heemskerk

Kliniek voor Tandheelkunde Heemskerk
Gerrit van Assendelftstraat 17 B, 1961NH Heemskerk
Tel. 0251-253721 – info@tandheelkundeheemskerk.nl
en

Beverwijk
Tandprothetische Praktijk Gerard Kool
Alkmaarseweg 79 B, 1947 DB Beverwijk
Tel 0251-272894 – info@tpggerardkool.nl



Wilt u lekker bewegen, fit en vitaal blijven en in contact komen met andere deelnemers?

Doe dan mee met onze sportlessen! Vanaf september start weer een nieuw seizoen bij MET Heemskerk.

In zowel buurtcentrum De Schuilhoek als Het Spectrum bieden wij een gevarieerd aanbod aan activiteiten. U kunt meedoen met yoga, relax energize, gym, aerobics en MBvO lessen (meer bewegen voor ouderen). De lessen zijn vijf dagen per week, op verschillende tijden en geschikt voor jong en oud.

Wilt u meer weten?

Kijk dan op www.metheemskerk.nl onder het kopje 'Volwassenen' en 'Sport & Bewegen' of kom langs bij een van onze buurthuizen.

*Laat de mening van een ander,
niet bepalen wat je doet.
Steek je energie in wat je wil,
niet in wat je denkt dat moet*

Martin Gijzemijer



“Voor uw oren is alleen het beste goed genoeg”

Dit is uw hoorspecialist Richard Dekker. Hij is van dinsdag t/m vrijdag voor u aanwezig om u te helpen met de optimale hooroplossing voor uw leven:



10 jaar StAr- en
Triage-audicien

Hij helpt u van hoortest naar nieuw hoortoestel.

HoorCare Heemskerk aan de Van Coevenhoven-
straat 4 (in het pand van Van Els Optiek).

Bel 0251 - 234 167 of e-mail heemskerk@hoorcare.nl

Biljartclub De Jansheeren

Het leek ons goed eens een artikeltje te wijden aan het biljarten bij De Jansheeren. De club bestaat al bijna 60 jaar en is al die tijd al ondergebracht in De Jansheeren. Eerst aan de Kerkweg waar nu de Dekamarkt is, tijdelijk in een school aan de Pieter Breughelstraat en uiteindelijk in het nieuwe gebouw op het Maltezerplein. We draaien onder de vlag van MET, de welzijnsorganisatie van Heemkerk.

De club is indertijd opgericht om ervoor te zorgen dat er een activiteit voor ouderen zou worden opgezet. De leeftijd waarop men lid kan worden is gesteld op 55 jaar. Ook hier geldt weer dat we ouderen in buurthuizen bezig willen houden. Het ledental voor corona was zo rond de 100. Dat is inmiddels teruggelopen tot ongeveer 60. De doelstelling is nog steeds hetzelfde: zorg ervoor dat er activiteiten zijn voor ouderen en zeker in de wintermaanden.

We zijn een zeer actieve club met een competitie die zich over 2 periodes afspeelt waarvan aan het eind een heus clubkampioenschap is gekoppeld. De wedstrijden worden in de middag gespeeld. Daarnaast spelen we, in



de eerste week van het nieuwe jaar, het zogenoemde Willem Kopertoernooi, vernoemd naar de eerste voorzitter. Uitgangspunt is dat iedereen op zijn eigen

niveau speelt; we noemen dat het moyenne. Dat houdt in, dat het geen verschil maakt of iemand 60 caramboles moet maken of maar 10, ieder heeft zijn eigen niveau en kan dus wel degelijk aan het eind van de competitie kampioen worden. De wedstrijden duren 25 beurten. Elke middag is er een wedstrijdleader aanwezig om spelers voor een partij te noteren. Er is geen opkomstverplichting. Je kunt elke middag komen of één keer week. Ook hoeft dat niet altijd op dezelfde dag te zijn. Op de dinsdag- en woensdagochtend kan er vrij gebiljart worden. Dan kan voor € 0,50 op de klok worden gebiljart. Daarvoor hoeft je geen lid te zijn. De contributie voor het lidmaatschap bedraagt € 50,- voor een heel jaar. Mocht je nou denken dat lijkt me wel wat, loop eens binnen en proef de sfeer. Je kunt je ook voor meer informatie melden bij onze secretaris Bep Knopper tel: 0251-255 017 of via de email bknopper@live.nl. Het gaat ons om de gezelligheid en door de bank genomen is iedereen blij met deze activiteit. In september gaan we weer van start en hopen we weer met veel enthousiasme het spelletje te kunnen spelen.

Namens het bestuur, B. Knopper

Bridgen is conditietraining voor de geest



Bridgeclub ABC Heemskerk heeft ruimte voor nieuwe leden!!

Ook onze hersenen vinden het fijn in beweging te zijn. En wat is nu leuker dan dat samen met anderen te doen, om de tafel te zitten en proberen het beste uit het

bridgespel te halen in een goede sfeer.

Gelegenheid hiervoor vindt u bij bridgeclub ABC, al 35 jaar actief in het Sportcentrum te Heemskerk.

Een gezellige middagclub die nog ruimte heeft voor nieuwe leden, beginners tot en met gevorderden.

Er wordt elke donderdagmiddag in competitieverband gespeeld in 6 speelronden per middag van september tot eind april. Tevens is er een Kerstdrive en een Slotdrive.

We spelen van 13.00 uur tot 16.00 uur in het Sportcentrum aan de Kerkstraat te Heemskerk. De jaarcontributie bedraagt € 50,00 per persoon.

• Aanmelden bij

Cathy O'Donnell, T 06 464 15 107

Ria Zuidweg, T 0251-201 233



Behandelprogramma "Otago" (bij vaker vallen) en Valpreventie cursus "In Balans" (bij angst om te vallen) bij Fysiotherapie Hart van Heemskerk

Bij ouderen komen valincidenten steeds vaker voor. Dit zorgt voor onzekerheid in bewegen, waardoor de kans op herhaling van vallen vergroot wordt. Door deze onzekerheid voelen ouderen zich vaak beperkt in hun actieve leven en komt de wens van veel ouderen om zo lang mogelijk zelfstandig thuis te wonen in gevaar.

Voldoende spierkracht en een goede balans zijn uitermate belangrijk om vallen te voorkomen. Bij het behandelprogramma "Otago" en tijdens de valpreventie cursus "In Balans" komen deze aandachtsgedebieden uitgebreid aan bod. Zowel "Otago" als "In Balans" zijn bewezen effectieve programma's en worden bij Fysiotherapie Hart van Heemskerk gegeven door gecertificeerde fysiotherapeuten.

Wit u meer weten over "Otago" en "In Balans"?

Neem dan contact op met:

Fysiotherapie Hart van Heemskerk

Maltezerplein 25, 1961 JC Heemskerk,

telefoon: 0251-231018.

Mail: fysiotherapie@hartvanheemskerk.nl



Puzzelhoekje

8		2				5		
	1		8	5	3	9		
			7					6
5				8	4			
	2	6				1	4	
			3	6				9
2					7			
		3	4	1	8		9	
		5				8		7

				7		6	2	
	1					7		3
	7	6						1
			8	3			6	2
3		9		2		8		7
8	2			9	7			
7						2	4	
6		5					9	
	4	2		5				

		7	2	1	6			
3		2	7				1	
9	1							
			8				4	
4	3	1				7	8	9
	8				9			
							6	8
	4				3	2		1
			9	2	1	5		

KBO Heemskerk



Reiscommissie mededelingen

Bus/boottocht op woensdag 12 oktober 2022

Guurtje Ladenius
Ria van Lieshout
Ans van Herstel

T 06 426 31 292
T 06 445 50 781
T 06 205 73 744

Na een nare periode van Corona hebben wij voor u een busreis en boottocht georganiseerd naar Het Groene Hart. Een afwisselend polderlandschap tussen de grote steden Amsterdam, Rotterdam, Den Haag en Utrecht. Ontstaan door vervening en turfwinning is het nu een waardevol stukje natuur met karakteristieke Oudhollandse stadjes en dorpen. Dit gebied aan wij verkennen.

De prijs is inclusief 2x koffie met gebak en tijdens de boottocht geniet u aan boord van een lunch. Nadat we zijn aangemeerd rijden we met de touringcar nog een leuke route terug naar Heemskerk. We zijn ca. 17.30 uur weer thuis.

Dan de prijs: u zult begrijpen dat deze hoger zal zijn dan u gewend was, maar als u lid bent, of wilt worden, van de KBO krijgt u € 10,00 korting op de prijs van € 65,00.

Inschrijvingen

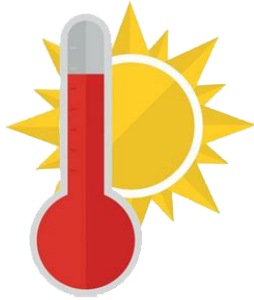
Donderdag 22 sept.	Nouweland	14.30 uur
Donderdag 22 sept.	Westerheem	15.30 uur
Vrijdag 23 sept.	Jansheeren	13.30 uur

Graag zoveel mogelijk pinnen. Als dit echt niet kan dan kunt u contant betalen. Als u een mondkapje wilt dragen tijdens de reis, ga dan vooral uw gang.



Karel o.a. met vakantie

De zomer zinderde door de straten. De lucht trilde boven het tegelplateau in het Heemskerkse centrum. Het was tropisch warm. Karel zat op een bankje voor



de kerk, de EMPR*) stond naast hem. De EMPR zoemde zacht met een vreemd wat klagend geluid. "Hi Karel," begroette ik. "Dag Harry," antwoordde Karel loom. "Wat zoemt de EMPR vreemd," zei ik.

"Da's nieuw," verklaarde Karel trots, "Het is mijn ARGB (anti-ravageur-ghetto-blaster) module."

"Huh," vond ik.

"Het is een Franse vinding, vandaar de Franse naam," legde Karel uit, "het maakt een geluid dat plaagdieren verdrijft. Nu staat ie ingesteld op bijen."

"Tjeempie," zei ik, "interessant!"

"En dat is niet het enige," sprak Karel trots, "de module is op afstand bestuurbaar met mijn iPhone."

Karel prutste wat op het scherm van zijn mobieltje. Een ander wat zangerig geluid klonk uit de EMPR.

"Fantastique," Franste ik.

"Tegen de wespen," expliceerde Karel.

"Magnifique," Franste ik verder.

"En" vervolgde Karel, die een stilte liet vallen om de spanning op te voeren,

"het is ook te gebruiken

tegen lastige vogels

bijvoorbeeld."

Opnieuw duimde Karel op

het scherm. Er klonk nu

afgrijselijke gekrijs uit de EMPR.

Verschillende groenwerkers, die doende waren het centrum te vergroenen, keken verontrust op.

Karel duimde opnieuw. Het gekrijs werd vervangen door een liefelijk geluid.

"Het gekrijs is de angstkreet van een jonge houtduif," maakte Karel duidelijk, "gevolgd door de zang van een nachtegaal."

"Très utile," ging ik voort in het Frans.

"Dus," demonstreerde Karel, "als er weer van die bedelduiven zijn bij de petatkraam, dan .." Karel duimde opnieuw en de angstkreet der houtduiven schalde over het plein. De groenwerkers schrokken opnieuw.

"Ik veronderstel dat je in Frankrijk



op vakantie bent geweest," gakte ik.

"Absolument," zei Karel nu in het Frans.

"En was er nog wat nieuws onder de zon in het land van de mode?," informeerde ik.

"Mode?," reageerde Karel. Karel is niet zo'n mode-expert.

"Wat viel je op?," verduidelijkte ik.

"Mensen waren nauwelijks gekleed in een Adam of Eva kostuum aan het strand," antwoordde Karel, "dat was vroeger wel anders."

"Vreemd," meende ik, "je zou zo denken dat al dat MeToo gedoe een grotere vrijheid zou veroorzaken."

"De Fransen zelf zijn behoorlijk preuts, ondanks hun romantische reputatie," verklaarde Karel, "maar dat gold veel minder voor de buitenlanders daar."

"Typisch, herstelt zich het zedig gedrag?" vroeg ik.

"Nou ja, da's maar net waar je naar kijkt," antwoordde

Karel, "de boeren zijn daar zo dwars, dat ze dat definitief in de vlag hebben opgenomen."

"Wij hebben een variant, sommige van onze boeren

zetten het land op zijn kop en onze vlag daarbij."

"Rare tijden," zei Karel.

"En omdat Rusland er momenteel een rommeltje van maakt hebben ze daar de kleuren van de vlag maar door elkaar gehusseld?,"

vulde ik aan.

"Zou 't?,"

antwoordde Karel, "ik denk dat het anders zit. Een wat eenvoudige uitleg van jou over het politiek gedonder."

"OK," gaf ik toe.

"Wel behoorlijk prut, dat gedoe," zei Karel, "daar word ik niet vrolijk van."

"Eens," antwoordde ik, "wat zou Dien**) hiervan vinden?"

Karel stond gelijk op, duimde het mobiel, de ARGB - module zweeg, zette de EMPR in beweging en ging verder het centrum in.

"Doe de groeten aan Dien," riep ik nog

*) Electric Multi-Purpose Rollator

**) Karel's vrouw



Harry Wagendorp

harrywagendorp@mac.com

ST CAECILIANIEUWS

Wat is St Caecilia haar 100-jarig bestaan op prachtige wijze begonnen. Heemskerk Festival is op zaterdag 25 juni een groot succes geworden.

Vanaf 16.30 tot 24.00 uur hebben honderden feestliefhebbers genoten van zeer afwisselende muzikale optredens. DJ. El Gordo opende en zorgde onmiddellijk voor een flitsende start. Hierna volgden bijna onafgebroken:

- BIG BAND, uit Caecilia ontstaan
- Straatorkest TOOS
- Nova Caecilia o.l.v. Lindy Karreman.
- Fanfare. Vanaf 23.00 uur speelde en zong de band Rolls Noise in een echte festivalsfeer.

Vonkels Food and Winebar en Caecilia zijn buitengewoon blij met een prachtige start van mogelijk een jarenlange traditie van: HEEMSKERK FESTIVAL. Op 23 en 26 augustus starten de repetities weer. Uiteraard komt dan de muziek op de lessenaar voor het concert op 12 november. Nadere bijzonderheden volgen nog. Hou de zonzijde.

Met muzikale groet,
 Jaap Hilbers

Heet van de naald

Veel mensen voelen zich eenzaam met mogelijk nadelige gevolgen voor de gezondheid. Gelukkig zijn er in onze gemeente veel activiteiten waaraan inwoners kunnen meedoen om anderen te ontmoeten.

Eenzaamheid blijft toch voor sommigen, mede door Corona, een probleem. We hebben al sinds 2021 een werkgroep 1 tegen éénzaamheid, die bestaat uit een groep organisaties en de gemeente. Doel is die eenzaamheid te verminderen en inwoners te stimuleren actiever te worden en naar



elkaar om te kijken. In de **Week tegen Eenzaamheid** (29 september t/m 6 oktober) staat ontmoeting en verbinding centraal (f.kok@heemskerk.nl).

De gemeente zoekt activiteiten die in deze week kunnen gebeuren. Iedereen wordt opgeroepen om deze activiteiten te melden bij de gemeente zodat daarvan één activiteitenagenda kan worden gemaakt.

De werkgroep roept iedereen verder op om tenminste één eenzaam iemand mee te nemen bij zo'n activiteit. Ook na deze week natuurlijk! Bijvoorbeeld een uit de agenda van de Senior.

Vrouwen voor vriendschap

Soms heb je een hartsvriendin waar je alles mee doet. Maar niet altijd. Je verandert zelf, je vriendschap dus ook. Maar hoe maak je nieuwe vriendinnen? Zeker als je het druk hebt met je werk, kinderen etc.

MET Heemskerk nodigt je uit om het eens over een andere boeg te gooien!

Ben je net verhuist en ken je weinig mensen? Heb je veel vrije tijd en zit je op de bank te denken: tja, en wat nu? Of heb je het juist heel druk en geen tijd om contact te leggen? Zijn je kennissen druk met kinderen of kleinkinderen en jij niet? Dan kan dit de oplossing zijn. Kom met ons speeddaten voor vriendschap (Ladies only). Ontmoet andere vrouwen die ook op zoek zijn naar nieuwe vriendinnen. Leeftijd maakt niet uit (18+), we maken het samen gezellig met een hapje en een drankje. Je gaat kort in gesprek met andere deelnemers en na afloop is er gelegenheid om samen nog wat te drinken.

Interesse? Bel voor info of meld je aan bij Gönül Güler (tel 06-245 20 326) gonul.guler@metheemskerk.nl of Ingrid Dudink (06-484 57 632) ingrid.dudink@metheemskerk.nl

Entree incl. kopje koffie/thee, hapje en 1 drankje: € 5,00. Graag aanmelden vooraf i.v.m. catering.

- vrijdag 9 september van 19.30 tot 21.30 uur
- zondag 30 oktober van 14.00-16.00 uur
- vrijdag 16 december van 19.30 tot 21.30 uur

Locatie: Buurtcentrum De Schuilhoek, van Bronckhorststraat 1, Heemskerk.

Walking Handball DSS

Maandag 5 september gaan we weer van start. We spelen, elke maandag-morgen op ons mooie buitencomplex van DSS aan de Communicatieweg van 11.00 uur tot 12.00 uur.

Lekker bewegen in de buitenlucht met leeftijdsgenoten. Ben je 55 jaar of ouder, man of vrouw, kom eens langs om te kijken of het wat voor je is. Of je ooit gehandbald hebt of niet maak niet uit.

Wil je informatie mail dan naar jkalverda@ziggo.nl



Uitspraken

*In Nederland kun je niet verdwalen, hoogstens omrijden.
 Wat is het geheim van een schone keuken: nooit koken.
 Onderschat nooit de waarde van niets doen.
 Ieder mens heeft recht op mijn mening.*

• **Weken 20, 21 en 22 van 2022 niet**

• **Uit weken 23, 24 en 25 van 2022**

> Geef *nooit* uw DigiD of inkomsten door via de telefoon

Afgelopen maand hebben we een aantal meldingen gekregen dat inwoners zijn gebeld door medewerkers van de gemeente over de energietoeslag. Tijdens deze telefoontjes wordt gevraagd om de DigiD en informatie over inkomens. *Let op: dit doen wij nooit!* Het lijkt hier om phishing te gaan. Geef nooit uw DigiD door via de telefoon. Hang op en maak een melding via:

www.fraudehelpdesk.nl/fraude-cat/telefoon

> Denk mee over het laadpalenplan voor Heemskerk

De komende jaren neemt het aantal elektrische auto's in de Heemskerk toe. Om al die elektrische auto's te kunnen opladen zijn laadpalen nodig. We maken nu een plan om meer laadpalen te plaatsen. We nodigen u uit om met ons mee te denken over hoe we dat kunnen aanpakken. Geef uw input voor het laadpalenplan van Heemskerk. Hiervoor hadden we een inmiddels afgesloten enquête opgesteld. Als u nu op een andere manier iets wil zeggen over het laadpalenplan, kunt een mail sturen naar post@heemskerk.nl onder vermelding van 'laadpalen' en uw postcode.

> Tegels eruit, groen erin!



Zo voorkomen we hittestress en wateroverlast. Gewipte tegels kunt je gratis inleveren bij het afvalbrengstation. Ook kun je gratis een

aanhanger lenen bij Boedelbak om de tegels naar het afvalbrengstation te brengen. Lukt dat niet? Stuur dan een mailtje naar tegeltaxi@heemskerk.nl. Dan haalt de Tegeltaxi ze op! En vergeet niet om op <http://www.nk-tegelwippen.nl/> aan te geven hoeveel tegels je hebt gewipt. Want we willen wel winnen van Beverwijk en Velsen... (Velsen staat nu voor, en dat is natuurlijk niet de bedoeling).

• **Weken 26, 27 en 28 van 2022 niet**

• **Uit weken 29 en 30 van 2022**

> Heemskerk heeft een nieuwe bank: De Dansbank

Op vrijdag 8 juli is Heemskerks nieuwste bankje onthult. De Dansbank, ontworpen door Nasr Azarmehr. De bank is één van de bankjes van de Bankjesparade. Een

initiatief door Stichting Bankjesparade. Herkent u ook de 2 dansende mensen? De maker, Nasr, wilde met dit kunstwerk een menselijk gevoel laten zien.



U vindt de bank in de groenstrook aan de Baandert. Ter hoogte van de flat aan de Huibert Pootstraat.

> Geef uw mening over water en riolering

Heemskerk is bezig met een nieuw water- en rioleringsprogramma. Het klimaat verandert, aldus wethouder Ron Suanet. "We krijgen steeds vaker te maken met stortbuien en hittegolven. We moeten er daarom voor zorgen dat we de buitenruimte klimaatbestendig inrichten. Bijvoorbeeld door tegels te vervangen door groen." Daarbij wil de wethouder ook aandacht geven aan versterking van de biodiversiteit. "Bijvoorbeeld door houten beschoeiingen langs het water te vervangen door natuurlijke oevers met veel groen." Ron wil graag de mening van inwoners horen, voordat er een nieuw programma wordt gemaakt. We transparant zijn over onze uitgaven, want die nemen toe. Maar daarin zijn nog best keuzes te maken."

Geef uw mening op: www.heemskerk.nl/waterenriool.

> Eenmalige energietoeslag verhoogd naar € 1.300

De eenmalige energietoeslag is in juli 2022 verhoogd van € 800 naar € 1.300. Heeft u de toeslag al

ontvangen of aangevraagd? Dan hoeft u niks te doen. U ontvangt van de gemeente een nabetaling van € 500 op uw bankrekening. Heeft u de toeslag nog niet

aangevraagd? Huishoudens met een inkomen tot 120% van het minimum kunnen de toeslag tot en met 30 september 2022 aanvragen via

www.heemskerk.nl/energietoeslag



De redactie neemt de belangrijkste vaak ingekorte berichten van de gemeente over. Niet alle dus! Bedoeld voor ouderen, die de streekbladen niet lezen en/of niet kunnen omgaan met digitale informatie. Kijk verder in: www.heemskerk.nl/actueel en in de [Heemskerkse Courant](#)



Smaak

Is de smaak van bier en gerookte paling al uit uw mond verdwenen of is dat uw smaak niet?

Smaak, ja wat is smaak. Als eerste denken we bij het woord "smaak" aan wat we ervaren als we iets eten of drinken. We hebben allemaal heel veel smaakpapillen in de mond. De meeste daarvan bevinden zich in onze tong en verhemelte. Wat zijn dat eigenlijk, die papillen. Zij geven door of iets wat we in de mond hebben zoet, zuur, zout, bitter of hartig (umami) is. Blijft de vraag: wat vind jij zoet en wat vind ik zoet.

Ik stond onlangs op een camping in Groningen waarvan de eigenaresse ooit in TV wedstrijdprogramma 'Heel Nederland bakt', de halve finale had bereikt met haar bakkunsten. Zou kunnen. Heb dat programma nooit gezien. Zij geeft ook boeken uit op het gebied van bakken. Waren diverse baksels van haar te koop en uiteraard kocht ik ook diverse dingen van haar. Vond het veel te zoet en op mijn opmerking daarover sprak zij dat koek en gebak zoet moeten zijn. Ja, dan houdt het op. Ieder zijn smaak. Bij mij sprong het glazuur spontaan van mijn kunstgebit, zo zoet vond ik het. Smaken verschillen en over smaak valt niet te twisten.

Loesje

**AL TWISTEND
VERANDERT
JE SMAAK**

POSTBUS 1045 6801 BA ARNHEM

Als er dan later weer geklaagd wordt dat de mensen te dik worden van suiker en dat dus ongezond is zeg je bij jezelf, doe dan overal wat minder suiker c.q. zoetstof in. Kunnen we weer in discussie gaan over de wat beter is: suiker of zoetstof. We schijnen ongeveer 500 gram suiker per persoon te gebruiken. Keek eens op een pak dubbelvla en daar blijkt al 9% tot 13 % suiker in te zitten. Gewoon minder zoet. Proef je meer van de andere ingrediënten. Smaak. Als je het gebruik van suiker in allerlei eten en drinken in kleine stapjes vermindert kom je er ook.

Is volgens mij met het gebruik van zout ook gebeurd. Wie eet er nog bonen uit het zout? De hoeveelheden zout die in die Keulse pot gingen waren gigantisch. Vlees en spek worden ook nog wel wat gezouten maar verdwijnen geen maandenlang meer ter conservering in een zoutbad.

Ik was enige tijd geleden uitgenodigd op een Schotse avond ten gunste van de zoveelste sterfdag van de Schotse dichter Burns. Dit werd gevierd met een Schots gangenmenu besprenkeld met bij elke gang een glas Schotse whisky dat bij dat gerecht



Robert Burns

past. De leren schrijven whiskey met een 'e' voor de Y, de Schotten zonder. Maar je komt het ook anders tegen. Ben niet echt een liefhebber van whisky maar in de ambiance van de avond en omringd door leuke mensen die ook allen Schotland-liefhebber zijn, smaakt het toch allemaal wat anders dan wanneer je alleen in huis zit met je krantje. Blijken je smaakpapillen toch ook beïnvloed te worden door de omstandigheden. Bij een leuk opgemaakt bord eten loopt het water je al in de mond.



Wat is nog meer smaak? Smaak is niet alleen dat wat je smaakpapillen aan je hersens doorgeven. En dan nog: wat jij proeft kun je mij niet precies duiden. We hebben het over de voorkeuren die je hebt voor iets of iemand. De één houdt van de dochter en de ander houdt van de moeder. Je hebt smaak voor kleding, muziek, meubels en noem maar op. Onze ouders konden het niet waarderen als wij de Beatles of Rolling Stones uit de speaker lieten knallen. Onderling in je vriendenkring was de één weg van de Beatles en de ander zwoer bij de Stones. Smaak!

Deze smaak heeft niets te maken met de smaakpapillen in je mond. Vaak wordt op deze gebieden je smaak (mede) beïnvloedt door wat je er voor over wilt en of kunt hebben. Weet nog dat we jaren geleden eens een meubelzaak inliepen en mijn blik direct getroffen werd door een leuk salontafeltje. Van dichtbij en zeker na het zien van het prijskaartje van 6000 euro veranderde de liefde vrij snel. Zo ook met kleding en of schoeisel. Ontmoette laatst op een reisje een maker van herenschoenen. Zien er prachtig uit en kwaliteit zal perfect zijn maar prijzen van 500 euro of meer vind ik, en veel mensen met mij, toch wel wat hoog. Of moet je daar smaak voor hebben?

Kleding idem dito. Is natuurlijk vaak appels en peren vergelijken. Voor een dubbeltje kun je niet op de eerste rang zitten. Voor kwaliteit en zeker voor handmatig gemaakte artikelen moet je de beurs trekken.

Wens u veel smakelijke verhalen komende tijd.

KvD

Het nieuwe seizoen bij Handen Ineen

• **Open Dag**

Vrijdag 16 september 10.00-13.00 uur
Vandaag presenteren wij een bijzonder activiteitenprogramma met weliswaar wat minder wekelijkse activiteiten maar met (veel) meer workshops waaraan je op een ochtend of een middag in september t/m december kunt meedoen. Op de Open Dag worden alle activiteiten gepresenteerd en kun je je inschrijven voor één of meer workshop(s). Breng iemand mee of kom gewoon zelf! Er is (gratis) koffie/thee met iets lekkers ☐.

• **Open Atelier bij Glasbewerken**

Elke dinsdagochtend (09.30-12.00 uur) van september t/m december ben je van harte welkom om te komen kijken bij het glas bewerken. Er worden kleine objecten gemaakt in de techniek Tiffany. Glas snijden en slijpen om het vervolgens klaar te maken voor solderen. Als je niet weet wat 'glas fusing' is, dan is een bezoekje zeker ook een aanrader! We laten het je graag zien en drink dan gezellig een (gratis) kopje koffie of thee mee. Oh ja... en als je een persoonlijk cadeautje zoekt, de glas bewerkers maken ook in opdracht!

• **Samen Zingen**

Dinsdag 20 september 14.00-15.30 uur
O.l.v. Tess Schram worden canons en volksliedjes uit andere landen gezongen. Het is de bedoeling dat een koortje wordt gevormd dat 12 x, wekelijks op dinsdagmiddag van 14.00-15.30 uur, bij elkaar komt. Deze activiteit valt binnen het Coronaherstelprogramma (Gemeente Heemskerk) en daarom is deelname gratis. Voor het handgemaakt boekje met liedteksten wordt, eenmalig, € 5,00 gevraagd.
Inschrijven tijdens de Open Dag of op de eerste bijeenkomst.

• **Open Boekbindwerkplaats**

Woensdag 21 en 28 september 4.00-16.00 uur
De afgelopen 5 jaar zijn er boekbinders opgeleid bij Handen Ineen. Deze mensen kunnen op de genoemde dagen komen voor materialen en gebruik van het speciale gereedschap zoals het blokmes, de bordschaar en de verguldpers. Maar als jij een boek hebt dat restauratie nodig heeft of wil je iets laten inbinden? Kom dan op deze middagen langs en bespreek de mogelijkheden.

De werkplaats is open dus waarom zou je niet eens een kijkje komen nemen? Je krijgt uitleg over de verschillende manieren waarop een boek gemaakt kan worden en wat er allemaal mogelijk is om een boekband te versieren. Als je zelf wilt leren boekbinden kun je afspraken maken voor persoonlijke begeleiding.

Natuurlijk is er een (gratis) kopje koffie of thee bij het praatje aan de stamtafel in de zaal!

• **ZenTangle tekenen voor beginners**

Vrijdag 23 september 09.15-12.00 uur
Zen = de Japanse manier van Boeddhisme. Je zoekt naar leegte, wijsheid en stilte zoals Boeddha dat ook deed.

Tangle = is het Engelse woord voor wirwar of knoop maar betekent ook omarming.

O.l.v. Ellie van Weydom Claterbos werk je op voorbedrukte kaarten.

Deze activiteit valt binnen het Coronaherstelprogramma en daarom kan de eigen bijdrage voor materialen, koffie/thee met iets lekkers én de kachel € 2,50 zijn.
Inschrijven én vooraf betalen tijdens de Open Dag.

• **Doosje maken**

Woensdag 28 september 09.15-12.00 uur
Met de oude techniek van kartonnage maak je o.l.v. Margreet Beemsterboer een doosje met knopdeksel. Je krijgt een materiaalpakketje met voorgesneden stukjes karton en je kunt kiezen met welk sierpapier je je doosje afwerkt. Aan het eind van de ochtend is er een kleine verrassing om in je doosje te bewaren.
Deze activiteit valt binnen het Coronaherstelprogramma en daarom kan de eigen bijdrage voor materialen, koffie/thee met iets lekkers én de kachel € 2,50 zijn.
Inschrijven én vooraf betalen tijdens de Open Dag.



Voorbeeld van een doosje met knopdeksel



Voorbeeld van een ZenTangle tekening

Trip-tip

Weer wat verder weg deze keer. Naar het Westfries Museum in Hoorn. Daar hebben we het de laatste 10 jaar niet over gehad. **En het gaat binnenkort een tijdje dicht.** Het sluit op 1 januari 2023 voor een verbouwing van meerdere jaren. Dus nu wat aandacht voor:

Het Westfries Museum



Het Westfries Museum in Hoorn is het museum over de 'gouden' zeventiende eeuw. De vaste collectie belicht vele facetten van deze enerverende periode, waaronder de geschiedenis van de VOC. Het museum is gevestigd in één van de mooiste monumenten van Hoorn, pal aan het centrale stadsplein de Roode Steen: het Statencollege uit 1632. Als bezoeker stapt u zo de zeventiende eeuw in. Net als in onze tijdelijke tentoonstelling(en) spiegelen we daarin graag het heden aan het verleden. De tijdelijke tentoonstelling Hoge Luchten toont 40 onbekende parels uit de collectie van het Rijksmuseum met pronkstukken uit de eigen collectie. Schilderijen over lucht boven én in steden met als motto 'Stadslucht maakt vrij'. De tentoonstelling is te zien van 6 augustus tot en met 27 november 2022.

Door de monumentale huisvesting, de trappen en niveauverschillen is het museum helaas niet toegankelijk voor rolstoelgebruikers. Onze excuses daarvoor.

Roode Steen 1, 1621 CV Hoorn
Tel: 0229 280 022
Email: info@wfm.nl
Website: <https://wfm.nl/>

Open dinsdag t/m zondag 11.00 - 17.00 uur
Maandag en 1e Kerstdag gesloten
2e Pinksterdag en 2e Kerstdag wel geopend.

Bridgeclub De Commandeurs

organiseert



De 10de Heemskerkse Kroegenbridge

op zaterdag 8 oktober 2022

Vanaf 9.30 uur bent u welkom bij Horeca Jansheeren,
Maltezerplein 1 te Heemskerk,
waar u tegen inlevering van uw inschrijfbewijs
een loopbriefje en programmaboekje ontvangt.
Aanvang 1^e speelronde bridgedrive 10.30 uur.

Aanmelden

Wilt u meedoen aan deze gezellige bridgedrive?
Ga naar www.bridgeclubdecommandeurs.nl
en klik daar op KROEGENBRIDGE en vul het
contactformulier in.

U ontvangt een email ter bevestiging van uw inschrijving
met informatie over de betaling voor de Kroegenbridge.
Kosten deelname € 30,- per paar.

WEES SNEL : VOL IS VOL !

Kijk voor alle informatie op onze website.
Voor inlichtingen: Tineke Lansbergen
Tel. 06-374 55 869



<https://www.bridgeclubdecommandeurs.nl>

De Vrijwilligers van de BRANDWEER Post Heemskerk

Aan het woord de heren Martin Slaager en Marcel Liefing. Martin is ploegchef van deze post met nog 2 andere collega's maar is tevens vrijwilliger. Hij noemt het een eer deze verantwoordelijke functie te mogen bekleden. Zij zorgen voor het reilen en zeilen van de Heemskerkse post. Het aannemen van nieuwe vrijwilligers, de opleiding, verzorging van het wagenpark en alles wat komt kijken bij een zo adequaat en veilig mogelijk functioneren van deze belangrijke organisatie. Boven hem staat de clustermanager van de Veiligheidsregio Kennemerland.

"We hebben 50 vrijwilligers, waaronder, tot onze vreugde 7 vrouwen. We hebben dienst 7 dagen in de week 24 uur per dag. We hebben 7 brandweervoertuigen, waaronder een laddervoertuig, dat ingezet wordt wanneer er een brandincident is waarbij iemand horizontaal uit een pand moet worden gehaald, bijv. bij een reanimatie. Op de tankautospuiter zijn bij ons altijd 6 manschappen aanwezig. De regio waar wij verantwoordelijk voor zijn is heel groot. Het reikt van Abbenes tot en met Uitgeest. Wij zijn de grootste Post van Nederland, niet qua omvang maar wel wat betreft het aantal vrijwilligers, daarbij is onze regio een zeer dynamische, als we denken aan Schiphol, Tata Steel en haven van IJmuiden. Er is ook nog een voertuig voor watertransport. De inhoud is 15.000 liter water. In de tankautospuiter zit 2.000 liter water, dus totaal hebben we ongeveer 17.000 liter water bij ons. Een gemiddelde woningbrand kunnen we daar meestal mee blussen." Mijn vraag: "hebben jullie altijd voldoende water?" Martin: "Vroeger gebruikten we brandkranen, dat zijn ondergrondse putten, die de mensen wel kennen. Die mogen we niet meer gebruiken. In nieuwbouwwijken zijn de putten al niet meer aanwezig. De Gemeente en PWN zijn de verantwoordelijken en hebben dit besluit genomen. Als het nodig is meer water tot onze beschikking te hebben, leggen we een watertransport aan naar een open water. Vanaf een pomp leggen we hiervoor een transportleiding uit. De Alarmcentrale coördineert welke wagen waar nodig is."

Marcel Liefing vertelt dat hij vanaf 1983 vrijwilliger is bij de Brandweerpost Heemskerk en heeft daarbij een beroepsfunctie bij de VRK (Veiligheidsregio Kennemerland). De opleiding hield destijds in dat men elk jaar een stukje erbij deed. Je ging van manschap 1, naar manschap 2, naar hoofd brandwacht, bevelvoerder, brandmeester, pompbediende en EHBO. Ook Marcel zijn maatschappelijke carrière bij Hoogovens was dynamisch. Destijds werkten de brandweerlieden nog in

duffelse pakken, dat is tegenwoordig wel heel wat beter. Belangrijk is, dat er in een organisatie als deze veel collegialiteit is. Er is elke dinsdagavond een reguliere oefenavond. Deze kazerne bestaat vanaf 1973. De functie van Marcel houdt o.a. in dat hij verantwoordelijk was voor de aanschaf van het materiaal, de auto's, contracten, etc. De afgestoten auto's gaan naar een veiling. In Polen rijden nog wel eens oude brandweerauto's afkomstig uit Heemskerk.

Vanaf 55 jaar doet men jaarlijks een fysieke- en medische test. Dit is het meetpunt, waarbij gekeken wordt of de functie nog uitgeoefend kan worden. Er is geen psychische test, maar wel het team Collegiale Ondersteuning. Bij bijzondere incidenten kan men psychische ondersteuning krijgen via de Regio.

Marcel: "Bij ons is de regel dat wij na afloop van een uitruk met elkaar op de kazerne een evaluatie doen. Onze inzet wordt niet alleen bij branden gevraagd maar ook bij ongelukken, bij mensen die in psychische nood zijn en bijv. bij reanimaties. Een voorbeeld van een incident lang geleden: er was een brand in een houten buurthuis, ik was net gediplomeerd, droeg toen een duffels pak en had een ketting om. Het pak had ik niet hoog gesloten, het gevolg was, een brandwond door de heet geworden ketting in mijn nek, dat gebeurt je eens en daarna nooit meer." Marcel had nog veel meer voorbeelden van gebeurtenissen, denk aan de shovel, die in een woonwijk in Heemskerk reed, duin- en woningbranden, kat in de boom, etc.

Het meest trots zijn beide heren op de fijne samenwerking met de collegae. De veiligheid die gewaarborgd moet zijn. Over de herstructurering van de brandweer in Noord Holland hebben we nog even gesproken, maar daarover is op dit moment nog geen uitgebalanceerd antwoord te geven. Dynamisch, verantwoordelijk en belangrijk werk, dat is de conclusie. Bedankt heren!

Tineke





Maasstraat 3
1966 VN Heemskerk
0251-248 648
contact@destut.nl
www.destut.nl

Programmaboekje en inschrijven via website

Ontmoetingscentrum De Stut start in september het reguliere aanbod. De brochure bevat alle informatie over de cursussen en activiteiten, cursusdata en prijzen en is gratis op te halen.

U kunt ook via de website inschrijven voor het seizoen 2022-2023. Kijk op www.destut.nl

Informatiemarkt in het gemeentehuis

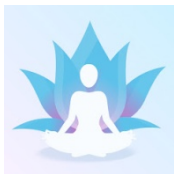
Bent u benieuwd wie wij zijn en welke activiteiten we allemaal hebben? Kom dan 17 september naar de informatiemarkt in het gemeentehuis van Heemskerk. Van 13.30 tot 16.00 uur zijn wij present met een kraam en wordt ons ruime aanbod gepresenteerd.

Matinee op zondag: Smartlappenkoor

Op 18 september treedt het Smartlappenkoor uit Heemskerk op. De middag is van 14.00 tot 16.00 uur. Deelname bedraagt € 6,00 inclusief een pauze drankje en versnapering. Aanmelden kan in de voorverkoop aan de balie. De zaal gaat open om half twee.

Voeding en Yoga: plezierig(er) ouder worden

Woensdag 21 september is er van 13.30 tot 15.30 uur een informatiebijeenkomst. Deze wordt verzorgd door yogadocent Femie de Jager en diëtiste Bep Wolf. Er worden staande en zittende oefeningen gedaan en er volgt een korte meditatie en ontspanning. De diëtist gaat in op uw vragen over gezonde voeding, supplementen en vetten/oliën. Deelname bedraagt € 3,00. Aanmelden kan tot uiterlijk 19 september.



Koffiemoment met goed gesprek



Onder het genot van een vers kopje koffie gaat u met elkaar in gesprek. De onderwerpen zijn divers en uit het leven gegrepen. Gespreksleidster

Pauline van Vliet is filmmaakster en docent op een middelbare school. Zij kent de IJmond goed en neemt u graag mee in een van de vele verhalen die zij te vertellen heeft. Het eerste koffiemoment is op maandag 26 september van 10.00-12.00 uur.

Kosten: kopje koffie € 1,30 thee € 1,20.

Wereldhapjes en ontmoeting

Woensdag 5 oktober organiseren wij van 13.30 tot 15.30 uur een activiteit onder de noemer:

'Wereldhapjes en ontmoeting'. We maken met elkaar een culinaire en muzikale reis over de wereld. Er zijn lekkere hapjes uit de vier windstreken die we met elkaar gaan proeven. En er is mooie muziek. Deelname bedraagt € 3,00 per persoon.

We zetten de verdubbelaar in. Dus kent u iemand die een steuntje in de rug kan gebruiken om over de drempel te komen? Neem ze bij de arm en kom samen. Wel zo gezellig!

Vooraf aanmelden kan tot uiterlijk 3 oktober.

Modeshow

Woensdag 12 oktober komt Hoffmans mode met de nieuwe najaarscollectie. Van 14.30 tot 16.00 uur komen de mooiste creaties voorbij. Toegang is gratis, inclusief een kopje koffie. De inschrijving is al begonnen.

Bent u betrokken, opbouwend, ondernemend en bereid de handen uit de mouwen te steken?



Ter ondersteuning van ons huidige *vrijwilligersbestand* zoeken wij mensen die een deeltaak op zich willen nemen.

Bijvoorbeeld eenmalige uitzoekklussen rondom wet- en regelgeving of het notuleren van de bestuursvergadering. Het maken van de financiële jaarstukken of bijhouden van het (digitale) archief. Denkt u over een talent te beschikken waar wij mogelijk mee geholpen zijn? Schroom dan niet om contact op te nemen. Dat kan via T 0251-248 648 of door een keer vrijblijvend binnen te lopen. In een persoonlijk gesprek bekijken we wat we voor elkaar kunnen betekenen. Het aantal inzetbare uren is nader te bepalen. Wij bieden een uitdagende werkplek. U kunt zelfstandig werken en er is volop ruimte om nieuwe initiatieven op te pakken. Wij zijn een centrum waar we naast elkaar, met elkaar en voor elkaar de mooiste activiteiten organiseren.

De Stut agenda:

Kienen 28 september van 13.30 tot 15.30 uur.

Deelname € 7,50.

Keezbord 16 september en 7 oktober van 13.30 tot 16.00 uur. Deelname € 1,50.

Stutlunch 25 september van 12.30 tot 15.30 uur. Deelname € 5,00. Aanmelden tot 19 september.



wat	dag	waar	tijd
Bewegen			
Tafeltennis	ma	Stut	09.30-11.30
Wandelgroep	ma	Spectrum	10.00-11.00
Walking handball DSS	ma	Communicatieweg 1	11.00-12.00
Aziatische Bewegingsleer	ma	Stut	12.00-13.00 / 13.00-14.00
Walking Football	ma+wo	Odin terrein Hoflaan	10.00-11.00
Jeu de boules	ma+do	Stut	13.30-15.30
Ouderen in Beweging	ma	d'Evelaer	13.00-14.00
Dans je fit	ma	Stut	14.15-15.15
Yoga voor iedereen	ma	Schuilhoek	9.00-10.00/10.15-11.15/11.30-12.30
Yoga-stretching	ma	Schuilhoek	19.00-20.00 / 20.15-21.15
Tai Chi	ma start 12/9	d'Evelaer	19.30-20.30
Fietsgroep	di	Spectrum	vanaf 09.00
Gymnastiek op de stoel	di	Stut	12.45-13.15
Fifty Fit	di	Stut	13.30-14.30 / 14.30-15.30
Keep Fit 55+	di	Stut	15.30-16.30
MBvO Gym 60+	wo	Schuilhoek	09.00-10.00
Yoga	wo	Stut	9.00-10.00/10.15-11.15/11.30-12.30
Yoga 75+	wo	Spectrum	10.15-11.15
Yoga 55+	wo	Spectrum	11.15-12.15
Yoga	do start 15/9	d'Evelaer	09.00-10.15
MBvO Fifty Fit	do	Spectrum	10.30-11.30
Mantelzorgwandeling	do 15/9 en 4/10	MaatjeZ	10.30-12.00
Walking Football	do	Odin terrein Hoflaan	16.00-17.00
Qigong	do	Stut	13.15-14.15
La Blast	do	Stut	14.30-15.15
Stijldansen	do	Stut	15.30-16.30
Yoga 55+	do	Spectrum	09.00-10.00
Yoga	vr	Stut	08.45-09.45/10.00-11.00
Ouderen in Beweging	vr start 16 sept.	d'Evelaer	10.15-11.15
Modern Linedance voor (half) gevorderden	vr start 16 sept.	d'Evelaer	20.00
Creatief			
Handwerken	ma	Handen Ineen	09.15-12.00
Quiltbee	ma 1 ^e + 3 ^e /mnd	Stut	13.30-15.30
Kaarten maken	ma	Jansheeren	13.30-15.30
Glas bewerken (Tiffany/Fusing/grafieren)	di	Handen Ineen	09.15-12.00
Stutensemble	di	Stut	09.30-11.30
Kantklossen	di	Spectrum	09.30-11.30
Handwerken	di	Jansheeren	13.30-15.30
Doosje maken	wo 28 sept.	Handen Ineen	09.15-12.00
Creatief kaarten maken	wo	Stut (oneven weken)	09.30-11.30
Toveren met textiel	wo	Stut (even weken)	10.30-12.00
Beter fotograferen	wo	Stut (even weken)	13.30-15.30
Stutkoor	do	Stut	10.30-11.45
Tekenen en schilderen	do	Stut	09.30-11.30 /10.30-12.30
Crea groep	do	Stut (even weken)	13.30-15.30
Zen Tangle Tekenen voor beginners	vr 23 sept.	Handen Ineen	09.15-12.00
Cultuur			
Leesgroep Samenmet een boek op maandag	ma 12/9	Stut	10.00-11.130
Leesgroep Boekensteun	di 27/9	Stut	09.15-10.45
Kunstgeschiedenis start inschrijving september	do	d'Evelaer	10.00-12.00
Kennemer Bloemendagen lunch en optreden € 10	vr 9 sept.	Paviljoen De Vrijheid	13.00-15.30
Kennemer Bloemendagen	9,10,11 sept.	d'Evelaer	Hele dag
Open Dag - presentaties van activiteiten	vr 16/9	Handen Ineen	10.00-13.00
Cursussen			
Mondharmonica lessen	start ma 12 sept.	D'Evelaer	19.00-20.30

wat	dag	waar	tijd
Engelse conversatie	di	Stut	11.00-12.30
Samen koken en eten. Thema: Oosterse keuken	start wo 14 sept.	D'Evelaer	16.00-19.00
Franse conversatie	do	Stut	08.45-10.15
Duitse conversatie	do	Stut (oneven wkn)	13.30-15.00
Spaanse conversatie	vr	Stut	09.00-10.30
Bridge 1 ^e jaar	ma	Stut	13.30-15.30
Bridge 2 ^e jaar en 2 ^e verlengde cursus	di	Stut	11.45-13.45/14.00-16.00
Kunstgeschiedenis	do	Stut 6/10 t/m 10/11	13.30-15.30
Ontmoeten			
Koffie Plus	ma t/m vr	Stut	09.30-15.30
Op de koffie bij d'Evelaer met een thema	start di 13 okt.	d'Evelaer	13.00-15.00
Samen zingen	di 20+27 sept.	Handen Ineen	14.00-15.30
Open Boekenbindwerkplaats	wo 21+28 sept.	Handen Oneen	14.00-16.00
Ontmoetingsdag senioren+informatiemarkt	za 17 sept.	Gemeentehuis	13.30-16.00
Matinee op zondag	zo 18/9	Stut	14.00-16.00
Stutlunch op zondag	zo 25/9	Stut	12.30-15.30
Spellen / Recreatie			
Spelletjesmiddag elke 1 ^e zondag van de maand	zo 1 okt.	Spectrum	13.30-16.00
Bordspl Keez	ma	Handen Ineen	13.15-16.00
Leren Klaverjassen	ma maand sept.	Spectrum	13.30-16.30
Klaverjassen	ma 5+19	Spectrum	19.30-22.30
Competitie biljarten	ma t/m vr	Jansheeren	13.30-16.30
Jeu de boules	ma en do	Stut	13.30-15.30
Bordspel Keez	ma	Handen Ineen	13.15-16.00
Schaken SOOS 50+	di	Sportcentrum	vanaf 13.00
Klaverjassoos	start di 13 sept.	d'Evelaer	13.30-16.30
Klaverjassen	start vr 16 sept.	d'Evelaer	20.00-23.00
Kienen	26 sept.	Jansheeren	14.00-16.00
Keezen	start vr 30 sept.	d'Evelaer	20.00-23.00
Scrabble	wo	Jansheeren	vanaf 09.30
Vrij biljarten op de klok	wo en do	Jansheeren	09.00-11.30
Klaverjassen Gezelligheid troef om de (oneven) week	wo 7+21	Jansheeren	13.30-16.30
Klaverjassen	wo	Stut	13.00-16.00
Kienen	wo 28 sept.	Stut	13.30-15.30
Dammen	do	Jansheeren	09.00-11.30
Keezen, klaverjassen en andere spelletjes	do 8+15+22+29	Spectrum	13.30-16.30
Competitie Bridge	vr	Stut	13.00-16.30
Keezbord	vr 1 ^e + 3 ^e vd mnd	Stut	13.30-16.00
Diversen			
Vrouwen voor vriendschap	vr 9 sept.	Schuilhoek	19.30-21.30 aanmelden
Koffiemoment met goed gesprek	ma 26 sept.	Stut	10.00-.2.00
Taalcarrousel	wo	Stut	08.45-10.15
Erfrecht spreekuur	vr 2 ^e +4 ^e vd mnd	Stut	12.00-16.00
Adressen			
locatie	adres	telefoon	website / e-mail
Buurtcentrum D'Evelaer	Luttik Cie	244 544	www.evelaer.nl
Cultuurhuis	M.v.Heemskerckplein 5	836 003	www.cultuurhuisheemskerk.nl
De Jansheeren	Maltezerplein 1	06 245 20 326	www.metheemskerk.nl
De Schuilhoek	Bronckhorststraat 1	088 8876 811	www.metheemskerk.nl
De Stut	Maasstraat 3	248 648	www.destut.nl
Heliomare	De Velst 1	06 199 65 444	e-mail karin.koks@metheemskerk.nl
Het Spectrum	Lauraplein 1	088 8876 810	www.metheemskerk.nl
MaatjeZ	Wilgenhoflaan 2C	088 995 7788	info@maatjez.nl
Marquant	Marquettelaan 2	023 510 0433	www.dezorgspecialist.nl/odensehuis/
Sportcentrum	Kerkweg 221	237 114	www.sportcentrumheemskerk.nl
Stichting H'kerk Handen Ineen	Joh.Vermeerstr. 2E	230 315/232 383	www.handenineen.com/

En? Uit geweest? Keuze genoeg. Wat te melden? Mail ons! seniorheemskerk@metheemskerk.nl



Zorgt u voor een ander?

Zorgt u voor een naaste die langdurig ziek is, een beperking heeft of hulpbehoevend is? Dan bent u mantelzorger. Ook als de zorg vanzelfsprekend voelt, zoals zorg voor je kind met een beperking of een zieke partner.

Iedereen krijgt vroeg of laat te maken met mantelzorg: je bent mantelzorger, je wordt mantelzorger of je (hebt) in de toekomst hulp van een mantelzorger nodig. Mantelzorg overkomt je en je kunt hier niet zomaar mee stoppen. Maar u kunt er wel hulp of ondersteuning bij krijgen.

Hulp en ondersteuning

Wanneer de zorg te zwaar is of u voorziet dat de zorg te zwaar gaat worden dan is het mogelijk om ondersteuning te krijgen. MaatjeZ biedt mantelzorgers deze hulp en ondersteuning. We gaan samen met u kijken wat uw situatie is en wat er voor mogelijke hulp nodig is. Ondersteuning om (weer) in balans te blijven en de zorg te blijven volhouden.

Algemeen

Heeft u vragen over uw mantelzorgtaken of wilt u gewoon eens praten met iemand over uw situatie? Bel dan gerust met Mart Witteman, de mantelzorgconsulent van MaatjeZ in Heemskerk: U kunt Mart bellen op: 06-822 60 412 of mailen naar: m.witteman@maatjez.nl

MaatjeZ, centrum voor mantelzorg, ondersteunt en informeert mantelzorgers in Heemskerk, Beverwijk, Castricum en Uitgeest.

Op www.maatjez.nl vindt u veel informatie over mantelzorg en activiteiten voor mantelzorgers.



Tekenclub De Werf

Houdt u van tekenen, schilderen, heeft u al ervaring en vindt u het leuk om dit samen met anderen te doen? Kom dan vrijblijvend langs bij buurtcentrum De Schuilhoek. Iedere woensdagavond kunt u van 20.00-22.00 uur (behoudens de schoolvakanties) heerlijk creatief werken met allerlei technieken en materialen naar keuze zoals: aquarelverf, olieverf, pastelkrijt, acrylverf en houtskool. Het materiaal wordt door de deelnemers zelf meegenomen.

Alle deelnemers werken individueel maar stimuleren en adviseren elkaar wel. Kortom, een gezellige groep waar nog wat plekje vrij zijn.

Neem voor meer informatie contact op via 088-887 6811 of loop eens langs bij buurtcentrum De Schuilhoek, van Bronckhorststraat 1 in Heemskerk. Op www.metheemskerk.nl kunt u zich ook direct aanmelden.

Repair café



Het Repair Café is elke eerste zaterdag van de maand geopend van 10.00 tot 14.00 uur. Ook als u gewoon een kijkje wilt nemen,

bent u van harte welkom; de koffie staat klaar.

Informatie & contact: Ria Zieltjens, tel. 088 887 6811, Van Bronckhorststraat 1, Heemskerk
mail: ria.zieltjens@metheemskerk.nl

Zie ook facebookpagina: Repair Café Heemskerk.

Brandweer Heemskerk 200 jaar

Op 26 september 2022 is het exact 200 jaar geleden dat de eerste stappen werden gezet naar een georganiseerde brandweerorganisatie in Heemskerk. De Post Heemskerk "Brandweer Kennemerland" viert dit heugelijke feit op zaterdag 24 september van 10.00 tot 16.00 uur met een uitgebreide "Open dag" met daarin ook ruimte voor het tentoonstellen van vooral nog werkende brandweervoertuigen en hand/motorspuiten. De bezoekers kunnen bij de brandweer kazerne in de Cornelis Groenlandstraat de materialen bezichtigen. Er worden ook historische redvoertuigen verwacht, die rondom de vijver van de Zaalberglaan te zien zullen zijn.

U bent van harte uitgenodigd.

Wij Gedenken

24-1 hr	P. Vrenegoor	90	29-5 hr	J. Prins	73	23-6 mw	T.G. Rinder-de Gelder	79
26-4 mw	HLL Beentjes-Liefing	75	30-5 mw	J.H.M Oorthuijsen-Bleyen.	87	23-6 hr	J.P.D. van Kan	85
29-4 hr	F.A. van Zijp	85	30-5 mw	G.A. Vos-Kuyper	88	24-6 mw	C.M. de Wildt-Hoogeland	85
01-5 mw	A.H. v.d. Born-Pijkeren	89	31-5 hr	O.E. Schager	84	27-6 mw	L. Tijms	94
02-5 hr	W.R. Badenbroek	95	01-6 mw	A.T. Langendijk-Heijnen	91	30-6 hr	R. Jonkers	91
04-5 hr	S. Rustemi	77	04-6 hr	W.H. Nederveen	69	01-7 mw	C.M. v. Moorten-Zuijdam	67
08-5 hr	L. v.d. Winden	84	04-6 hr	P.M. de Munk	90	01-7 mw	A. Dimmers-de Vries	92
08-5 hr	S.G.C. Hoogeland	84	05-6 mw	J. Stoelman-v.d. Groep	90	01-7 hr	A.F.H. Beentjes	74
10-5 hr	M.A. Zwaan	81	05-6 hr	D.J. Smit	81	01-7 mw	W.C. Bruijns-van Baar	90
11-5 mw	C.M. Kamink-Verkruijssen	95	05-6 mw	M.G.M. Falke	80	04-7 mw	D. Visser-de Wolf	86
13-5 hr	J.D. van Turenhout	77	08-6 hr	T.A. Westerbeek	69	06-7 mw	A.J. Romijn-Brouwer	83
14-5 mw	M.W. Weber-Veldhuis	91	08-6 hr	A.C. Nijman	66	06-7 mw	B.H. van Asselt-de Groot	89
14-5 hr	R. Vogel	91	09-6 mw	B.J. Burgos	74	07-7 mw	G.H. v.d. Veldt-Heijnen	85
16-5 mw	P.W. Broeke-ten Brink	70	09-6 hr	P. Bruijn	75	09-7 mw	T. Slot	89
16-5 hr	G.J. van Oijen	91	10-6 hr	P.A.N. Zuidervaart	70	09-7 hr	L.J. Clasessen	74
18-5 mw	M.M. Lammers-Tol	79	10-6 mw	E.E.Grunning-Zonneveld	76	10-7 mw	B. Baltus-Duin	92
19-5 hr	M.J. Kos	81	11-6 mw	I.J. Lukkien-van Oort	89	10-7 mw	M.T.C. Klein Schiphorst	80
19-5 mw	C.M. Meijer-Molenaar	82	11-6 mw	M.A.J. v.d. Kolk-Allard	86	11-7 mw	J. Roos	72
21-5 hr	P. Ceccarelli	67	12-6 hr	A.W. Tokkie	75	13-7 mw	M.A. Deen-Hansen	76
23-5 mw	M.C. Mientjes-v.d. Aar	84	14-6 mw	B.A. Wilms-van Rosberg	93	13-7 mw	M.E.S. Schaaper-Brand.	65
23-5 hr	M.A. Bos	75	14-6 mw	T.M. Stoll-Oonk	72	13-7 mw	CMM. Zandvliet-Wolterm.	87
24-5 mw	J.G.H. van Houten-de Wijn	76	16-6 mw	C.C. Turkenburg-de Wit	73	15-7 mw	E. Plas	83
24-5 hr	J.N. Punt	77	16-6 hr	A.B. Schavemaker	70	15-7 mw	JMD v.Amersfoort-Deurloo	88
25-5 hr	R.J. Klahn	65	17-6 mw	MMA. Tuinenbreijer-Apeld.	77	17-7 mw	S.M. Hoek-den Hamer	83
27-5 mw	E.C. Niesten-Kaptein	82	21-6 hr	H.A.G. Leuring	82	18-7 mw	A. Bal-Wijnstra	92
27-5 hr	C.F. v.d. Vlugt	72	22-6 hr	P.M. Meyer	77			



Bron:
Burgerlijke Stand
Heemskerk



Wij bieden u
een uitvaart
vanaf € 2.695,-

Ongeacht lidmaatschap of
waar u verzekerd bent.

Madeleine La Croix, Tanja Drijffout,
Ivo Eeken & Marit Slaat

Kijk voor meer informatie en/of een duidelijk kostenoverzicht
op www.eekenuitvaart.nl of bel 0251-231262.

Belangrijke telefoonnummers

<i>Instelling</i>	<i>Telefoon</i>	<i>Dag</i>	<i>Tijd</i>
Algemene Hulpdienst - Vervoer, klusjes, boodschappen E-mail: info@ahdheemskerk.nl Website: http://ahdheemskerk.nl/	0251 257 480	ma t/m vr	09.30-11.00
Buurtzorg Heemskerk - Verpleging en verzorging thuis E-mail: heemskerk@buurtzorgnederland.com	06 130 03 052	elke dag	08.00-19.00
CIZ - Centraal Indicatiestelling Zorg Aanvragen verzorgings-/verpleeghuizen en aanleunwoningen	088 78 91 000	ma t/m vr	08.30-17.00
Vereniging voor Slechthorenden, NVVS, afd. Alkmaar - IJmond E-mail: wsteenpoorte@hetnet.nl	0251 233 626		
Hospice Groep Midden-Kennemerland	0251 218 316	permanent	permanent
Huisartsenpost Midden-Kennemerland - RKZ Beverwijk	0251 265 265	elke dag	17.00-08.00
Huisvesting Ouderen (o.a. aanleunwoningen) en gehandicapten Voor informatie over de plaats op de wachtlijst: Mevrouw Zonneveld en mevrouw Smit (Woon op maat)	14 0251 0251 256 010	ma+wo ma-vr	08.30-09.30 10.00-12.00
Humanitas voor bezoek aan huis en activerend huisbezoek (gezamenlijk een activiteit ontwikkelen) Mevr. Nanda Ranzijn	06 351 13 435	di en do	09.00-12.00
Humanitas Telefooncirkel IJmond . Als deelnemer krijg je elke morgen een belletje voor een veilig gevoel en de gezelligheid	06 533 59 913	di en do	09.00-12.00
MaatjeZ , Centrum voor mantelzorg/mantelzorgconsulent E-mail: info@maatjez.nl Website: http://www.maatjez.nl/	06 512 46 851 088 99 58 000	ma t/m vr	09.00-17.00
MEE & de Wering - Vragen en problemen? Wij helpen u om hier grip op te krijgen. Wij ondersteunen u en uw netwerk. Website: https://www.meewering.nl/heemskerk/	088 00 75 000	ma t/m vr	09.00-12.00
MET Heemskerk - E-mail: info@metheemskerk.nl Website: https://www.metheemskerk.nl - Maatschappelijke dienstverlening en ouderenadviseur - Sociaal werk: Gönül Güler (ouderenwerk en de Senior)	088 88 76 800 06 245 20 326	ma t/m vr madidovr	09.00-17.00 09.00-17.00
Noodfonds (bij financiële problemen)	06 165 70 946		
Reakt Koffie Plus , Buurtcentrum De Stut, Maasstraat 3	06 128 70 995	ma t/m vr	09.30-15.30
Rouwbegeleiding (interkerkelijk) - Mevrouw E. Heijblok	0251 236 156		
Serviceplein Heemskerk , voor al uw vragen over werk, inkomen, zorg en welzijn. E-mail: info@servicepleinheemskerk.nl Website: www.servicepleinheemskerk.nl	14 0251	ma t/m wo do vr	09.00-17.00 09.00-17.00 09.00-12.30
Soos De Jansheeren (In <i>dringende</i> gevallen!!)	0251 207 190	ma t/m vr	09.00-12.00 13.00-16.30
Sociale Zaken (tel. spreekuur) Maarten van Heemskerckplein 1, 1964 EZ Heemskerk idem	14 0251 Bezoek Bezoek	ma t/m vr ma t/m vr ma t/m vr	09.00-10.00 09.00-12.00 14.00-15.00
Steunpunt vrijwilligers Heemskerk Website: www.beverwijkheemskerkvoorelkaar.nl	0251 731 700	ma t/m vr	09.00-17.00
Stichting Vrijwilligers Vervoer IJmond Rolstoelbus E-mail: planning@svvijmond.nl Website: www.vrijwilligersvervoerijmond.nl	0251 257 481	ma t/m vr	13.00-16.00
Viva! Zorggroep	088 995 80 00	ma t/m vr	08.30-17.00
Wet Maatschappelijke Ondersteuning Maarten van Heemskerckplein 1, 1964 EZ Heemskerk	14 0251	ma t/m do vr	tot 17.00 09.00-12.00
Zonnebloem - Helma Gerrits Jans. Bezoekt o.a. hulpbehoevende ouderen; organiseert diverse activiteiten	06-214 53 728		