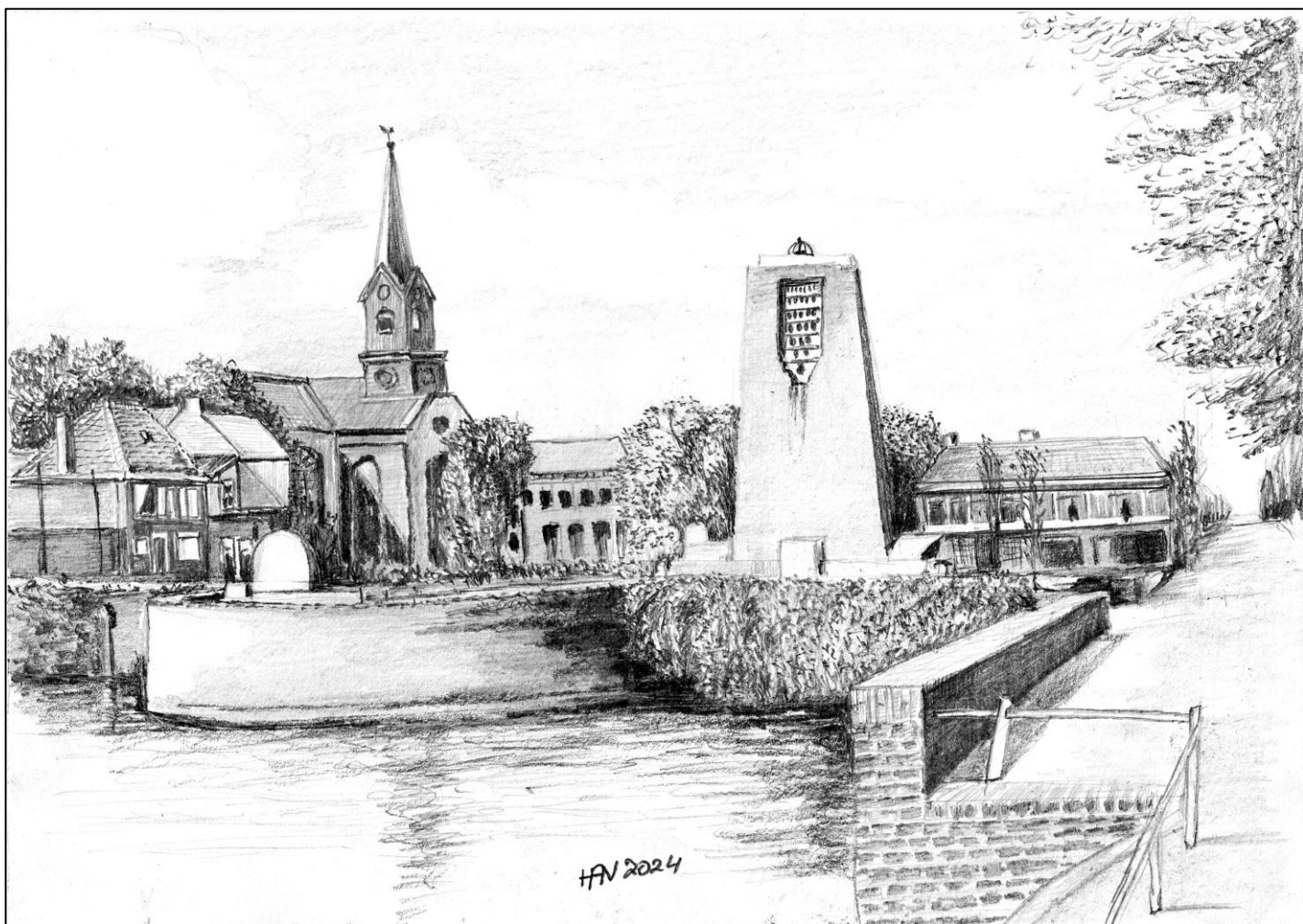


REFLEXIEF



Opgericht 15 november 1990

VAN DE VOORZITTER

Op zoek naar een passend voorwoord stuitte ik op een pakkend leerzaam gedichtje van Toon Hermans, waarin hij aangeeft dat je leven kan leren.



**Leven leer je door niet al te veel te vragen.
Gewoon te nemen wat het leven schenkt,
we hebben allemaal wel van die droeve dagen,
maar die zijn meestal niet zo droevig als je denkt.
Leven leer je door vergeven en vergeten,
door af en toe te doen wat eigenlijk niet mag
en door elke dag je bordje leeg te eten,
ook al is het niet te vreten op 'n dag.
Leven leer je door het leven niet te dwingen.
Er is geluk, gewoon geluk voor iedereen,
het verschuilt zich vaak in hele kleine dingen.
Als je al te groot bent, kijk je d'r over heen!**

Het ware te wensen dat de 'grote' wereldleiders deze afsluitende eenvoudige maar o zo oprechte levensles wat vaker tot zich zouden nemen! De wereld zou er meteen merkbaar aangenaam anders uitzien. Het zou er nl. direct voor zorgen dat gevechtspauzes of tijdelijke wapenstilstanden plaatsmaken voor echte onvoorwaardelijke vredeswensen.

Jan van der Velde

CONTRIBUTIE 2025

Het eerste kwartaal van 2025 is inmiddels voorbij. De meeste leden hebben de contributie voor dit jaar betaald, maar dus nog niet iedereen. Daarom het dringende verzoek van mij als penningmeester: Wilt u controleren op de afschriften van uw bankrekening of de contributie betaald is en zo niet, het verschuldigde bedrag van € 33,00 (individueel lid) of € 55,00 (samenlevingsverband) zo spoedig mogelijk overmaken op

NL 75 RABO 0306 8865 29 ten name van ANBO PCOB, Den Helder,
onder vermelding van: **contributie 2025 en uw adres.**

Mocht u vragen hebben dan kunt u natuurlijk altijd contact met mij opnemen.
Met vriendelijke groet,

Joop van Schijndel, penningmeester



Voor mooie tanden kun je kiezen!

TANDTECHNISCH LABARATORIUM

Baljuwstraat 48
1785 SK Den Helder
Telefoon 0223 693410



Henk Kamies

KPT Den Helder



Thuiszorg

evean 

**Verpleging
Verzorging
Begeleiding
Thuiszorg**



Evean Zorg Thuis Den Helder

**Wijkverpleging
Bel 0900 9897**

INHOUD

Van de voorzitter; contributie	3	Bingo; boekenmarkt; Wijksteunpunt	16
Bij de voorpagina	5	Filmagenda	19
Verenigingsnieuws	7	Even puzzelen	20
Lief en leed	8	Dagreis Katwijk	22
AutoMaatje	9	Autodienst; rijbewijskeuring	23
Themamiddag	10	Wandelclub	24
Dagtocht Apeldoorn	11	Sjoelclub	25
Verslag dagtocht Elburg	12	Meer leren op uw PC of tablad	26
6-daagse reis Sauerland	15	Kortingen	27
		Telefoonnummers	28

BIJ DE VOORPAGINA

Deze bijzondere maand mei wil ik een bijzondere tekening aan u voorleggen. We zijn namelijk 80 jaar bevrijd van een oorlog. En dat oorlogen treurige sporen nalaten weten we maar al te goed in Den Helder. Hier ziet u het Helden der Zeeplein zoals het er voor de oorlog uitzag.

Na de oorlog was het helemaal anders. De hele Ouwe Helder was verdwenen. Weg gesloopt omdat de bezetter een vrij uitzicht op de zee wilde hebben. Ze waren als de dood zo bang dat de bevrijders via de zee Den Helder zouden binnenvaren om zo Nederland te bevrijden.

De Hervormde Westerkerk moest er ook aan geloven. Een historisch monument, een Staatskerk, onder verantwoordelijkheid van koning Willem I gebouwd, net als de Petrus en Pauluskerk en de Nieuwe kerk.

Na de oorlog zijn er heel wat nieuwe kerken verrezen in Den Helder. Maar in de afgelopen 80 jaar zijn we niet erg veel zuiniger geweest op onze kerken. De Bethelkerk aan de Spoorstraat is verdwenen. De Rehobothkerk moest het loodje leggen. En over enige tijd zal de Duinkerker ook aan moeten geloven.

Niet alleen oorlog maakt veel mooie gebouwen stuk. Ook de ontkerkelijking draagt ertoe bij dat kerken leeg komen te staan en over enige tijd zullen verdwijnen. Maar niet alleen kerken verdwijnen uit ons stadsbeeld, ook veel winkels ondergaan hetzelfde lot. Den Helder verandert en veel oude historische gebouwen worden vervangen door modernere en soms ook weer prachtige nieuwe.

Er is in die 80 jaar veel veranderd aan en in Den Helder. Maar ook is er veel veranderd aan ons zelf. Ook wij zijn mee veranderd. Ga voor u zelf maar eens na wat er in een mensenleven van die 80 jaar allemaal anders is geworden. Ik heb er een aantal plaatjes van opgespaard en weet dat het er verschrikkelijk veel zijn.

Onze PCOB is ook zo aan het veranderen. En dat gaat ook heel langzaam, zodat je het haast niet merkt. Maar pas na enige tijd valt die verandering op. Zo gaat dat met ons mensen, snelle veranderingen willen we niet, maar als het langzaam gaat merken we het niet of pas veel later.

Ik hoop toch dat u en ik ons desondanks toch bevrijd zullen voelen als we terugdenken aan de bevrijding in 1945. En dat we toch feest kunnen vieren omdat het leven ondanks alles toch sterker is dan verandering ons wil doen geloven.

Han Ellermeijer, telefoon 0223-633618



FABER OPTIEK

Tel. 0223-617744, Spoorstraat 28, 1781 JG Den Helder



HET BOELHUYS

**U vindt onze winkels aan de
Spoorstraat 60 en Drs. F. Bijlweg 65**

Voor het aanbieden van goederen of meer informatie over een
huisontruiming bel 06 21152171 of mail naar winkel@hetboelhuys.nl

De kringloop die 'teruggeeft' aan Den Helder

Hoe we dit doen? Kijk op www.hetboelhuys.nl

Hoofdsponsor van



Notarissencombinatie
DEN HELDER



**Parkstraat 8
1787 AC Julianadorp**

**Drs. F. Bijlweg 5
1784 MC Den Helder**

Tel. (0223) 672 100

info@notarissencombinatie.nl | www.notarissencombinatie.nl

VERENIGINGSNIEUWS

ACTIVITEITEN

Elke dinsdagmorgen wandelen om 9.30 uur. Zie elders in dit blad.

6 mei 2025: Bingo in de Vredeskerk.	Aanvang 14.00 uur.
13 mei 2025: Sjoelen in de Vredeskerk.	Aanvang 14.00 uur.
21 mei 2025: Themamiddag.	Aanvang 14.00 uur.

MUTATIES

Nieuw lid

Mw. M.C. Seevinck	Vogelzand 2537	1788 GK Julianadorp
Dhr. J.L. Swarte	Middelzand 4347	1788 JC Julianadop
Mw. B. Koning	P. de Leeuwstraat 26	1785 JK Den Helder
Dhr. C. van der Vlist	Kastanjehout 85	1787 RH Julianadorp
Mw. Y.H. van der Vlist-Thijssing		idem

Opgezegd

Mw. J. Post-Stellingwerf	Wingerdstraat 24	1783 HL Den Helder
--------------------------	------------------	--------------------

Verhuisd

Mw. H. de Jonge	Landbouwstraat 346	1787 AT Julianadorp
Mw. W. van Veen-de Vries	Scheldestraat 4C	1784 XK Den Helder
Mw. A.D. Witteveen-Boersma	Seringenlaan 58	1783 EV Den Helder

Overleden

Mw. G.H.J. Terpstra-Schutte	Boterzwin 3463	1788 WS Den Helder
Mw. G. Storm-de Vos	Kruiszwijn 4339	1788 RB Julianadorp
Mw. J. Blokker-Schaap	Klaas Duitstraat 33	1782 VR Den Helder
Dhr. C.J. van der Giessen	Binnenhaven 103A	1781 BN Den Helder

Wij wensen de nabestaanden veel sterkte toe bij het dragen van dit verlies.

LIEF EN LEED

Tijdens de jaarvergadering was er geen lief-en-leed-pot.

Op 28 april 2025 waren dhr. en mw. Biersteker, Middelzand 2907
55 jaar getrouwd.

Namens allen hartelijk gefeliciteerd.

De zieken en rouwenden in ons midden wensen wij veel kracht en sterkte toe.

ATTENTIE

Wilt u uw mobiele nummer doorgeven?

Er zijn leden die geen vast telefoonnummer meer gebruiken. Dit telefoonnummer staat nog wel in onze administratie.

Als wij dit bellen, wordt er gemeld dat het nummer buiten gebruik is.

Men gebruikt nu een mobiel nummer.

Wilt u dit mobiele nummer doorgeven aan de secretaris, tel. 620018
zodat alles administratief weer klopt?

Bij voorbaat dank.

Hartelijke groet, Inez Kodde

Bedankt

Mw. D. Bais - Kikkert wil de ANBO-PCOB bedanken voor de kaart die zij voor haar verjaardag heeft ontvangen.

Mw. M. Bais bedankt de ANBO-PCOB voor de attentie welke zij met haar verjaardag ontvangen heeft.



NIEUW AutoMaatje

Misschien heeft u er ook van gehoord, maar misschien ook niet: ANWB AutoMaatje. Dit is een vervoersservice waarbij vrijwilligers minder mobiele plaatsgenoten vervoeren.



ANWB AutoMaatje 

Ben je zelf minder mobiel en voor jouw vervoer afhankelijk van anderen? En moet je daardoor teveel thuisblijven?

Met ANWB AutoMaatje kom je weer onder de mensen!

ANWB AutoMaatje brengt vrijwilligers met een eigen auto in contact met minder mobiele plaatsgenoten, waardoor ouderen en mensen met een gezondheidsbeperking goed vervoer tot hun beschikking krijgen en niet geïsoleerd raken.

De regeling geldt alleen voor Den Helder voor iedereen boven de 18 jaar en de ritten binnen Den Helder.

Iedereen die minder mobiel is, kan ook tijdelijk zijn, waarvoor het zelf regelen lastig is en waarvoor geen redelijk alternatief voorhanden is, kan er gebruik van maken.

In hoofdlijnen:

1. Heb je vervoer nodig? Neem dan minimaal 2 werkdagen van tevoren contact op met 06-51042078.
2. Vervolgens wordt een vrijwilliger uit de poule van chauffeurs gezocht die jou, op het door jouw gewenste moment, wil rijden.
3. Je wordt gebeld of gemaild wie de chauffeur is en wat de kosten zijn. Per kilometer 0,35 cent.
4. Je betaalt de onkostenvergoeding na de rit rechtstreeks aan de vrijwilliger.

Officieel was de start in Den Helder op maandag 14 april 2025.

In mijn geval was ik op zondag 6 april als eerste aan de beurt om me om half 10 naar de Bethelkerk te laten brengen.

Ik wil gewoon niemand tot last zijn!

Brian de Wit die bij ons thuis de gegevens invulde, vond het gewoon leuk om het te regelen. En ik heb weer een stukje 'vrijheid' terug!

Els Braaf

Themamiddag over de Molukken

EEN CULTURELE EN HISTORISCHE REIS DOOR THILLY FAAS OP

WOENSDAG 21 MEI

Inleiding

De Molukken, een betoverende eilandengroep in Indonesië, staan bekend om hun rijke geschiedenis, diverse cultuur en adembenemende landschappen. Een themamiddag gewijd aan deze fascinerende regio biedt een unieke gelegenheid om meer te leren over de geschiedenis, cultuur en verhalen van de Molukken, die vaak onderbelicht blijven. Deze themamiddag bestaat uit een presentatie, die de muziek en schoonheid van de Molukken belichten.

Historisch Perspectief

De geschiedenis van de Molukken is zowel complex als boeiend. De eilanden waren eeuwenlang bekend als de 'specerijeilanden' vanwege hun productie van nootmuskaat, foelie en kruidnagel. Deze specerijen trokken handelaren en ontdekkingsreizigers van over de hele wereld aan, waaronder de Portugezen, Nederlanders en Britten. Tijdens de themamiddag zal Thilly Faas een lezing geven over de koloniale geschiedenis van de Molukken, waarbij de impact van de Europese overheersing en de strijd voor onafhankelijkheid worden belicht.

Koloniale Erfenis

De invloed van de Nederlandse koloniale periode is nog steeds voelbaar in de cultuur en architectuur van de Molukken. Tijdens de themamiddag zal Thilly spreken over de rol van de Molukken in de Nederlandse specerijenhandel. Er zal ook aandacht worden besteed aan de Molukse gemeenschap in Nederland (Den Helder in het bijzonder uiteraard), die na de kolonisatie naar Nederland verhuisde en een belangrijke rol speelt in de moderne Nederlandse samenleving.

Culturele Diversiteit

De Molukken zijn een smeltkroes van culturen, met invloeden van inheemse volkeren, Europeanen, Chinezen en Arabieren. Deze culturele diversiteit komt tot uiting in de talen, religies, tradities en kunstvormen van de regio. Ook komen onderwerpen van de 2^e wereldoorlog, KNIL en KM aan bod.

Traditionele Dans en Muziek

Dans en muziek spelen een centrale rol in het leven op de Molukken. Ook is er zanggroep (of een deel daarvan), genaamd Bunga Mas (bloem van goud) om de themamiddag muzikaal te omlijsten.

Tot Slot

Al met al zal dit een themamiddag worden, waarin u zeer zeker geboeid zal worden door het verhaal van Thilly Faas waarbij zij mooie foto's en opnames zal laten zien.

Op 18 juni hebben we een themamiddag die gepresenteerd gaat worden door Jan Kikkert. Die gaat ons wat vertellen over de geschiedenis van diverse scholen in Den Helder.

DAGTOCHT NAAR PALEIS HET LOO IN APELDOORN 20 MEI 2025

Het is ons al een paar keer gevraagd of we niet een dagje naar Het Loo kunnen gaan en dat staat nu op 20 mei op het programma. Paleis Het Loo is tot 1975 bewoond geweest door de Koninklijke familie en sinds 1984 als het Nationaal Museum Paleis Het Loo opengesteld voor het publiek. Stadhouder Willem III wilde een mooi paleis met rust en ruimte en kocht in 1684 Het Oude Loo. Vrij snel liet hij een nieuw jachtpaleis bouwen dat meerdere keren werd aangepast tot het paleis wat het nu is.

We vertrekken om 8.00 uur vanaf de 1^e opstapplaats en onderweg naar Apeldoorn is een stop voor koffie en gebak. In het paleis krijgen we een audiotour en alle andere gebouwen en de prachtige tuin kunt u op eigen gelegenheid verkennen. Zeker in het voorjaar is in de Hollands-classicistische tuin met Franse invloeden van alles te zien in bloei en groei.

De lunch is voor eigen rekening en op Paleis Het Loo is altijd een horecocalcatie open voor een hapje en een drankje.

Na het bezoek rijden we naar een goed adres voor een 3-gangen maaltijd. Rond 20.15 uur verwachten wij dan weer in Den Helder aan te komen.

Neemt u een rollator mee of heeft u een dieet, geef dit bij uw inschrijving aan ons door!

Opgeven bij Linda van 7 tot en met 13 april, tel: 0223-630752. De prijs voor deze dagreis bedraagt € 83,- voor leden en € 88,- voor niet-leden. Bedrag overmaken op NL60 RABO 0163 6786 18 t.n.v. ANBO PCOB afd. reiscommissie o.v.v. dagtocht 20 mei 2025.

Opstapplaatsen:

8.00 uur Walvisvaardersweg

8.10 uur Station

8.15 uur Reus Marsdiepstraat

8.20 uur De Lichtboei

8.30 uur Parkeerterrein achter De Riepel Tot 8 dagen voor vertrek bedragen de annuleringskosten € 6,-, daarna bent u de halve reissom verschuldigd.

De reiscommissie

VERSLAG DAGREIS 20 MAART ELBURG

Bij de bekende opstapplaatsen staat iedereen te wachten op de bus van Bak, snel instappen, rollators opruimen en we gaan op weg naar Elburg waar we via de Afsluitdijk naar toe rijden.

Onder de 47 deelnemers veel oude gezichten maar het is fijn om ook nieuwe mensen te ontmoeten die met ons meegaan.

Over het weer kan ik kort zijn: PRACHTIG.

Rond half 11 zijn we in Elburg, de bus wordt op de parkeerplaats geparkeerd en we wandelen naar de kade waar de bemanning ons hartelijk ontvangt.

De koffie is klaar en het gebak heerlijk! We maken een tochtje van 50 minuten over het mooie Veluwemeer en na de rondvaart was ieder vrij om Elburg te bekijken. Elburg, een



stadje in een vierkant gebouwd, staat bekend als de vesting van de Veluwe en trekt veel bezoekers.

Daarna stonden de Zandsculpturen op ons programma waar we wandelend over de haven naar toe gaan. Heerlijk zittend in het voorjaarszonnetje kregen we uitleg over het ontstaan van deze tentoonstelling waarna ieder op eigen tempo de drie grote hallen gaan bezichtigen.

De hallen zijn een oude blikfabriek geweest en heeft zo weer een nieuwe functie gekregen. Het was indrukwekkend en zeer de moeite waard.

Buiten konden we op lekkere stoelen nog nagenieten in het zonnetje voordat we om half 4 weer de bus instapten om richting restaurant te gaan.

We sluiten de dag natuurlijk af met een 3- gangenmaaltijd en dat doen we

in Wognum. Rond 8 uur zit deze dag erop en gaat ieder naar huis.



Lies en Annemarie



Oude botter en metershoge sluisdeuren



Tandprothetische Praktijk **GRIMIJSER**

KIES VOOR EEN GLIMLACH OP MAAT

Zuidstraat 10
1781 BR Den Helder
Telefoon: 0223 - 76 70 40
E-mail: info@grimijser.nl



NotarisVerhoeks.nl

kijk op: wievandedrie.nl

Vraag je je wel eens af of je
alles goed hebt geregeld?
Je regelt het bij notaris Verhoeks.

De kans bestaat dat door ziekte
of ongeval anderen belangrijke
beslissingen voor u moeten nemen.
In een levenstestament legt u vast
wie dat namens u mag doen.
Zo houdt u de regie over uw leven.
En voorkomt u onzekerheid en
onenigheid bij de mensen van wie
u houdt. Wij helpen u graag.

Wie van de drie ...
regelt straks uw geldzaken?



JE LEGT HET VAST IN EEN TESTAMENT

Verhoeks

Notaris



0223 - 611180



info@notarisverhoeks.nl

Middenweg 152 - 1782 BL Den Helder

Familierecht - Ondernemingsrecht - Onroerend goed
Levenstestament - Hypotheken

**DE REIS IS VOLGEBOEKT, U KUNT ALLEEN OP DE
RESERVELIJST GEPLAATST WORDEN.**



6-DAAGSE REIS NAAR HET SAUERLAND

31 AUGUSTUS TOT EN MET 5 SEPTEMBER 2025

LANDHOTEL ALBERS IN SCHMALLEMBERG

Op het programma een bezoek aan Winterberg, een rondvaart op een stuwmeer, bezoek aan Lippstadt, Korbach en Willingen, een bezoek aan een chocolademuseum en een legomuseum, de Warsteinerbrouwerij en op de terugweg brengen we nog een bezoekje aan Soest (Duitsland). Een heel afwisselend programma!

We sluiten de reis af met een diner.

We verblijven in Landhotel Albers, Graf Gottfried-Strasse 2 in Schmallemborg. Het hotel ligt in het betoverende dorpje Bödefeld in het Schmallenberger Sauerland.

Prijzen op basis van halfpension, fooien en reisverzekering zijn:

2 persoonskamer	voor leden	€ 675,--
2 persoonskamer	voor alleengebruik	€ 805,--
1 persoonskamer	voor leden	€ 750,--

Voor niet leden wordt 15 euro administratiekosten in rekening gebracht.

Bij de prijs is o.a. inbegrepen vervoer met luxe touringcar, 5 x overnachting o.b.v. halfpension, entree diverse musea en rondleidingen, 2 x koffie met gebak onderweg en het afscheidsdiner.

Deelname is alleen mogelijk als u in staat bent zelfstandig aan alle georganiseerde excursies en activiteiten mee te doen.

Aanbetaling van € 100,- op rekeningnummer rekeningnummer
NL 60 RABO 0163 6786 18 t.n.v. ANBO PCOB afd. reiscommissie o.v.v.
Sauerlandreis.

Opgeven bij Annemarie, tel.nr. 630094.

De reiscommissie

DE BOEKENMARKT

De volgende boekenmarkten worden gehouden op zaterdag 2 augustus en tijdens de Juttersmarkten op dinsdag 29 juli en dinsdag 5 augustus.

Cor van der Spek



6 mei 2025 BINGO IN DE VREDESKERK

Aanvang 14.00 uur

Dinsdag 6 mei organiseren we weer een bingomiddag. Even gezellig samen een spelletje doen en bijkletsen onder het genot van een kopje koffie/thee. Kosten bedragen € 6,- voor 4 rondjes bingo en een kopje koffie/thee in de pauze.

Het wordt vast weer een leuke middag!

De bingocommissie



WIJKSTEUNPUNTEN

Elke wijk in Den Helder heeft een wijksteunpunt. U kunt daarheen met al uw vragen en zorgen. Bijvoorbeeld over wonen, geld, werk, opvoeden, gezondheid of eenzaamheid. Het wijksteunpunt helpt u graag verder.



In het wijksteunpunt

In de wijksteunpunten werken deskundigen en vrijwilligers. Samen proberen ze u zo goed mogelijk te helpen. Ze beantwoorden vragen en bieden hulp. En werken samen met de buurtbewoners.

In het wijksteunpunt vindt u onder meer:

Informatiewinkel: Vindt u het lastig om een formulier in te vullen? Of om iets aan te vragen? Vrijwilligers van de informatiewinkel kunnen u helpen. Bijvoorbeeld met de aanvraag voor een toeslag, uitkering of uw belastingaangifte.

Sociale wijkteams: De sociale wijkteams bestaan uit deskundigen en organisaties. Ze helpen u op het gebied van bijvoorbeeld welzijn, geldzaken, opvoeden en wonen.

Adressen en openingstijden

Wijk	Adres	Geopend op
Nieuw Den Helder	MFC 't Wijkhuis, Texelstroomlaan 5	Maandag tot en met vrijdag
De Schooten	De Boerderij, Gravin Magdalena van Waardenburglaan 22	Maandagochtend en donderdag
Stad binnen de Linie	Bernhardplein 76-C	Dinsdag en donderdag
Julianadorp	MFC 't Dorpshuis, Middelzand 3504	Maandag tot en met vrijdag

Contact opnemen

Heeft u nog vragen? Neem dan contact op met de gemeente Den Helder. Bel naar telefoonnummer 14 0223 (maandag tot en met vrijdag, 09.00 - 14.00 uur), stuur een e-mail naar sdtoegang@denhelder.nl of kom langs bij een wijksteunpunt.

Elkaar helpen

De gemeente, maatschappelijke organisaties, de gebiedsregisseur, de BOA, vrijwilligers en inwoners ontmoeten elkaar in het wijksteunpunt. U wordt er geholpen met uw vragen en het helpt ons om te weten wat er leeft. Door nauw samen te werken, kunnen we op tijd aan de slag om problemen te voorkomen en de wijk prettig te houden.

hoorZORG Bakker



Hoorzorg Bakker
Baljuwstraat 17E
1785 SB Den Helder

Telefoon: 0223 769073
Mobiel: 06 57590000
E-mail:
info@hoorzorgbakker.nl

Openingstijden
di: 09:30 - 17:00
wo: 09:30 - 17:00
do: 09:30 - 17:00
vr: 09:30 - 17:00



Oleahof
PERSOONLIJK, WARM & INTIEM

**Een vertrouwd gezicht,
een bekende partner.**
Oleahof is al meer dan
85 jaar de trouwe partner
in kwalitatieve uitvaartzorg.

0223 633 221 | info@oleahof.nl | www.oleahof.nl



3-STERREN TICKET € 25,50

FILMAGENDA

CinePlus bij Kinepolis

De inloop is vanaf 13.30 uur.

Aanvang 14.00 uur.

De kosten zijn € 9,50 per ticket.

Alle tickets zijn inclusief koffie/thee en wat lekkers.

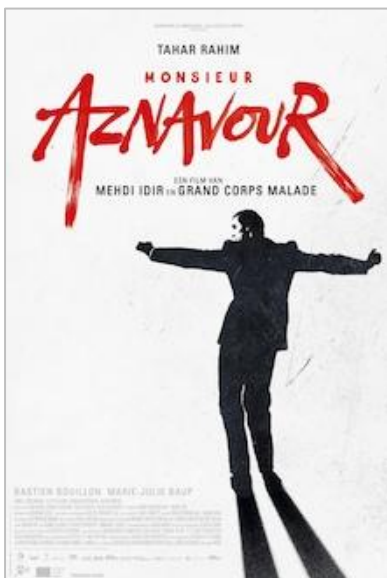
8 mei Tegendraads



Het slaperige Oldenzaal van 1961 wordt opgeschud door de komst van een grote groep Italiaanse werknemers die zijn opgeroepen om de snel groeiende textielindustrie van extra handen te voorzien. De Italianen werken hard, klagen niet en stelen de harten van de Twentse meisjes. Ondertussen is de jonge arbeidster Johanna op zoek naar vrijheid en probeert ze tegen de maatschappelijke verhoudingen in hogerop te komen. De groeiende spanningen tussen de Twentenaren en de nieuwkomers leiden uiteindelijk tot de historische 'Spaghettirellen'.

Samen met haar nieuwe geliefde Francesco bevindt Johanna zich in het oog van de storm.

22 mei Monsieur Aznavour



Als zoon uit een arm gezin, klein van postuur en met een unieke stem, werd er van hem gezegd dat hij nooit een succes zou worden. Toch groeide Charles Aznavour door zijn talent en doorzettingsvermogen uit tot een van de beroemdste chansonniers allertijden. In Monsieur Aznavour volgen we het Franse icoon van zijn bewogen jeugd tot internationale roem, waarbij het hem decennia lang lukte de tijdgeest te vatten in intieme en tijdloze songs als 'Sur ma vie', 'She' en 'La Bohème'.

Cor van der Spek

EVEN PUZZELEN

door Bert Heuvelman

De laatste (beeld)puzzel was best wel moeilijk. De sloop van enkele bekende gebouwen en straten in Den Helder in de afgelopen jaren. Dit was de goede oplossing:



Hier staat nu 'Nozems'



Nutsspaarbank aan de Polderweg



Zwembad 'De Schots'



Sloop Balistraat

Winnaar is dit keer Dhr. J.A. Verboon. Van harte gefeliciteerd!

In mei vieren we 80 jaar bevrijding. Daarom een puzzel met vragen over de bevrijding van Den Helder en de Noordkop. Vul de puzzel in en maak met de letters in de grijze vakjes **een zinnetje bestaand uit een woord van twee letters en een woord van zeven letters**. Dit zinnetje geeft aan hoe we nu 80 jaar leven in Nederland. Hopelijk blijft het nog heel lang zo. Oplossingen inzenden **t/m 20 mei (!)**. In het juni-nummer geen puzzel i.v.m. afwezigheid. Opsturen naar: **bertheuvelman@hotmail.com** of **Violenstraat 2C 1782 KC Den Helder**.

Wie weet is de boekenbon van € 25,- voor u.....

De puzzel wordt gesponsord door



1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										

1. Welke 'Russische' soldaten, in Duitse dienst, kwamen op Texel in opstand in april 1945?
2. Welk militair gebied werd tijdens de oorlog vaak gebombardeerd? (Nu onder meer een uitgaanscentrum)
3. Helderse burgemeester tijdens de bezetting. Hij werd ook gearresteerd en afgevoerd naar een concentratiekamp.
4. Op welke datum in mei 1945 werd Den Helder bevrijd?
(Datum met letters invullen)
5. Stadswijk die op last van de Duitsers bijna volledig werd gesloopt.
6. Den Helder is de meest.....stad van Nederland tijdens de oorlog.
7. Welke Geallieerden bevrijdden Den Helder?
8. Uit welk land kwam het meel waar wittebrood van werd gebakken?
(april 1945)
9. De stad zag er feestelijk uit door de uitgestoken.....

Dagreis naar Katwijk aan Zee en de Hortus in Leiden, 25 juni 2025.

Nadat we alle deelnemers hebben opgehaald vertrekken we richting Katwijk. Onderweg stoppen we voor een lekker kopje koffie/thee en een gebakje.



In Katwijk aangekomen gaan we een bezoek brengen aan het Katwijkse Museum dat midden in het centrum van het oude Vissersdorp ligt. Het museum combineert een bijzondere collectie schilderijen van buiten- en binnenlandse schilders die aangetrokken werden door de kunstenaarskolonie Katwijk, met een fraaie verzameling lokale en streekgebonden bezienswaardigheden. Ter gelegenheid van 80 jaar bevrijding presenteert Stichting Koopvaardijpersoneel 1940-1945 de indrukwekkende expositie 'Varen voor Vrijheid' over de onmisbare rol van de Koopvaardij in WO II.

In Katwijk heeft u tijd om even rond te wandelen en de lunch te gebruiken (voor eigen rekening) waarna we richting Leiden gaan.

De Hortus Leiden is de oudste botanische tuin van Nederland aangelegd in 1590. Al ruim vier eeuwen is de Hortus het groene hart van Leiden. Ontdek de bijzondere collecties in de verschillende tuindelen en kassen.

Na dit bezoek gaan we richting Noord-Holland en dineren we in Midden-beemster.

Let op! Het is ongeveer 350 meter lopen vanaf de bus naar de Hortus!

Rond 20.30 uur verwachten wij dan weer in Den Helder aan te komen.

Neemt u een rollator mee of heeft u een dieet, geef dit bij uw inschrijving aan ons door!

Opgeven bij Linda van 12 tot en met 15 mei, tel: 0223-630752.

De prijs voor deze dagreis bedraagt € 86,-- voor leden en € 91,-- voor niet-leden. Bedrag overmaken op NL 60 RABO 0163 6786 18 t.n.v. ANBO PCOB afd. reiscommissie o.v.v. dagtocht 25 juni 2025.

Opstapplaatsen:

08.00 uur Walvisvaardersweg

08.10 uur Station

08.15 uur Reus Marsdiepstraat

08.20 uur De Lichtboei

08.30 uur Parkeerterrein achter De Riepel

Tot 8 dagen voor vertrek bedragen de annuleringskosten € 6,--, daarna bent u de halve reissom verschuldigd.

De reiscommissie

ANBO-PCOB AUTODIENST

De coördinator van de autodienst is Henk Breeuwer, tel. 0680051083. Hebt u vragen, dan kunt u contact opnemen met hem of met Jan van der Velde 0223633746.

De voorwaarden staan hieronder: De autodienst is een service alleen voor leden van de ANBO-PCOB afdeling Den Helder-Julianadorp. Zijn er speciale wensen? Bijvoorbeeld wilt u een rollator of een huisdier meenemen, dan moet u dat van tevoren melden. De tijd van aanmelden is normaliter tussen 16.00 uur en 18.00 uur op het telefoonnummer van de coördinator. Het aanmelden is in beginsel voor de volgende dag (of later). Om een eenduidige prijs vast te stellen heeft het bestuur besloten: Eén zone is € 5,00 en twee zones € 8,00. Eén zone is een rit binnen de stad (De Schooten, Nieuw Den Helder en de binnenstad en binnen Julianadorp) en twee zones zijn van Julianadorp naar Den Helder of omgekeerd. Voor alle andere ritten geldt **€ 0,40** per kilometer met een minimumprijs van € 5,-. Er is geen instaptarief.

We zijn nog steeds naarstig op zoek naar chauffeurs voor de autodienst. Denkt u af en toe wel bereid te zijn om één van onze leden naar een afspraakje te vervoeren, neemt u dan contact op met Henk Breeuwer of Jan van der Velde.



VOORDEEL OP 75+ RIJBEWIJSKEURING

1. RegelZorg

Tel.088 2323300

hanteert voor de keuring een all-in prijs. Mocht het CBR na de keuring nog aanvullende vragen hebben, dan regelt RegelZorg dit kosteloos voor u met de keuringsarts. **anbo-pcob.nl/regelzorg**

ANBO-PCOB-leden ontvangen € 5,00 korting op een 75+ rijbewijskeuring. Alleen als u vooraf uw lidmaatschapsnummer heeft doorgegeven, ontvangt u de ledenkorting. Op sommige locaties worden geen korting gegeven. Bij het maken van een afspraak wordt u verteld op welke locaties bij u in de buurt er wel of geen korting gegeven wordt.

of 2. Rijbewijskeuringsarts.nl

Tel.085-1309699

ANBO-PCOB-leden ontvangen korting op onder meer 75+ rijbewijskeuringen. Voor een 75+ rijbewijskeuring (Categorie B/E personenauto) betaalde u in 2024 geen € 64,50, maar slechts € 47,50. Maakt u een online afspraak, dan ontvangt u bovendien 5% extra korting. (Lidmaatschapsnummer doorgeven)

WANDELCLUB WEER OF GEEN WEER



Startplaatsen

6 mei: De Verbinding Julianadorp (LUNCHEN) **start 10.30 uur**
13 mei: Vredeskerk (De Schooten) **20 mei:** Ten Anker (Timorlaan)
27 mei: Kade 60 (Willemsoord) **3 juni:** Het Zwanenwater

We starten om exact 9.30 uur.

De start is iedere week vanaf een andere gelegenheid.

De locatie is dan al ingelicht dat de club komt koffiedrinken. Zodat men niet voor een verrassing komt te staan. Want er komt nogal wat binnen hoor. Vaak 30 man.

Voor inlichtingen kunt u mij altijd bellen op 0646306566 of een email sturen naar cvdspek@quicknet.nl

Het is altijd een mooi gezicht zo'n lint van wandelaars, en er wordt onderwijl lekker met elkaar gekletst, soms is het net een kippenhok, maar we hebben het heel gezellig.

Voor de lunch op 6 mei dient u zich op te geven bij Cor van der Spek.



SJOELCLUB 'LAAT ONS MAAR SCHUIVEN'



Afgelopen maand maart is er weer een gezellige sjoelmiddag geweest in de Vredeskerk.

We waren met 12 sjoelers, dus we hadden wel zes bakken nodig, met aan elke bak twee spelers.

Voor de pauze hebben we vier spellen gedaan en na het koffiedrinken de laatste vier spellen.

Daarna telden we de punten bij elkaar op en was er voor iedereen nog een bakje narcissen en een mandje met een paashaas en wat eitjes erin.

De volgende sjoelmiddag wordt gehouden op **dinsdag 13 mei**.

De aanvang is altijd 14.00 uur.

Voor inlichtingen kunt u bellen naar 0646306566 of een e-mail sturen naar cvdspek@quicknet.nl



Cor van der Spek



Heerlijk nagenieten op het zonnige terras bij de zandsculpturen.

In een bibliotheek kun je boeken lenen, dat weten we allemaal. In de plaatselijke bibliotheken van Den Helder en Julianadorp zijn er daarnaast nog andere activiteiten. Onder andere cursussen voor het beter leren omgaan met computer of tablet. Er zijn cursussen op verschillende niveaus:

1. Klik & Tik De Start (gratis):
Voor hen die heel weinig weten van pc of laptop.
2. Klik & Tik De Basis (gratis):
Voor hen die meer willen weten van pc of laptop.
3. Klik & Tik Het internet op (gratis):
Voor hen die al enigszins vaardig zijn, maar de mogelijkheden van het internet willen verkennen.
4. De digitale overheid (15€ voor het werkboek)
Voor hen die vaardig zijn, maar meer willen weten over de toegang met DigiD tot websites van de overheden en andere instellingen.
5. Digivitaler (gratis):
Voor hen die meer willen weten over de toegang tot de website van het ziekenhuis, de huisarts en soortgelijke websites.
In de komende weken starten enkele van deze cursussen. U oefent op laptops van de bibliotheek of op uw eigen laptop. Er zijn niet meer dan 6 cursisten per cursus, waardoor u persoonlijke aandacht krijgt.

Bibliotheek School-7 in Den Helder

De digitale overheid (4 dagdelen, 15€ voor het werkboek)

Vanaf dinsdagmiddag 6 mei tot 27 mei van 13:30 tot 15:30 uur.

Workshop Digivitaler (1 dagdeel)

Op maandagmorgen 26 mei van 10:00 tot 12:00 uur.

Workshop Digivitaler (2 dagdelen)

Op dinsdagmiddag 3 en 10 juni van 13:30 tot 15:30 uur.

Bibliotheek Julianadorp

Workshop Digivitaler (1 dagdeel)

Op vrijdagmorgen 30 mei van 10:00 tot 12:00 uur.

Aanmelden:

Wilt u zich voor een cursus aanmelden of wilt u meer informatie, dan kan dat:

1. Aan de balie van de bibliotheek in Den Helder of Julianadorp.
2. Op de website van de bibliotheek (<https://www.kopgroepbibliotheeken.nl/>), hoofdstuk "Activiteiten".
3. Telefonisch: Den Helder: 0223-623434, Julianadorp: 0223-642354.

Gert van Weerd

KORTING OP VERTOON LEDENPAS

- | | | | |
|-----|--------------------------|--|-------------|
| 1. | OOG & DESIGN | Beatrixstraat 33 1781 EM Den Helder | |
| | OOG & DESIGN | Schoolweg 51 1787 AV Julianadorp | |
| | | Op alle aankopen. | korting 10% |
| | | Niet in combinatie met andere acties. | |
| 2. | BRUNA | Bruna Bonte, W.C. Schooten Plaza, | 10% |
| | | Bruna Bonte, W.C. Dorperweerth, | 10% |
| | | Keizerstraat 47 | korting 10% |
| | | Maar niet op serviceproducten als boeken, postzegels, rookwaren. | |
| 3. | COMFORT&WELZIJN | Marsdiepstraat 399 | korting 5% |
| 4. | NOORDZEEVIS SPECIALITEIT | Marsdiepstraat 249 A | korting 10% |
| 5. | VAN DIJK BRILLEN | Drooghe Bol | korting 10% |
| | | Bij aankoop van complete bril tot een maximum van € 75,00. | |
| 6. | SLAGERIJ JAN KATER | Drooghe Bol | korting 5% |
| 7. | GLASBEDRIJF OSSEBAAR | Burg. Ritmeesterweg 23-23a | korting 10% |
| 8. | COMBI DEN HELDER | Keizerstraat 63 | |
| | | Bij huisbezoek i.v.m. reparatie TV/Audio apparatuur 50% korting op de voorrijkosten. | |
| 9. | PRIMERA | Alle filialen in Den Helder en Julianadorp. | |
| | | Op cartridges, kaarten en kantoorbenodigdheden. | korting 10% |
| 10. | FABER OPTIEK | Spoorstraat 28 | korting 10% |

HULP NODIG bij uw Windows-computer?

Dan kunt u contact opnemen met Wim Bouw, telefoon 633171.

Hij belt dan met dhr. Gert van Weerd, zodat er een afspraak kan worden gemaakt.

U kunt ook rechtstreeks een e-mail sturen aan: pc.pcob@gmail.com.

Voor elk bezoek geldt een onkostenvergoeding van € 5,00.



BELANGRIJKE TELEFOONNUMMERS

ANBO-PCOB Autodienst Henk Breeuwer	tel. 06 80051083
b.g.g. Jan van der Velde	tel. 633746
ANBO-PCOB Advies en administratieve hulp	tel. 691840
ANBO-PCOB Belasting hulp	tel. 691840
ANBO-PCOB Bezoekdienst	tel. 633404
ANBO-PCOB Bezorgdienst Magazine en Reflexief	tel. 633171
ANBO-PCOB Bingocommissie	tel. 630094
ANBO-PCOB Commissie Reizen en excursies	tel. 630094
ANBO-PCOB Klusdienst/PC-hulp	tel. 633171
ANBO-PCOB Redactie Reflexief	tel. 633034
ANBO-PCOB Themamiddagen	tel. 632507
ANBO-PCOB Vrijwillig Ouderen Adviseur	tel. 630094
ANBO-PCOB Wandelgroep/Sjoelen	tel. 628648
ANBO-PCOB Vijzelmolenlaan 220-22, 3447 GX Woerden	tel. 030-3440680
WMO-zorgloket gemeente Den Helder	tel. 140223
Veilig Thuis (huiselijk geweld)	tel. 0800-2000
Geheugenpolikliniek (in Den Koogh)	tel. 648100
Ambulance, brandweer, politie	tel. 112
Politie zonder zwaailicht	tel. 0900-8844
Noordwest-ziekenhuis Den Helder	tel. 696969
Centrale Huisartsenpost	tel. 670470
Centrale Huisartsenpost noodnummer	tel. 670444
Gehandicaptenvervoer Valys	tel. 0900-9630
Evean Thuiszorg	tel. 0900-9897
IKG (Klachten over de gezondheidszorg)	tel. 0900-2437070
Slachtofferhulp	tel. 0900-0101
Blokkeren Bank	tel. 0900 0852
Steunpunt Mantelzorg	tel. 088 1308000

DE ANBO-PCOB, MISSCHIEN WEL DE ACTIEFSTE OUDERENBOND

Aanmelden bij: J. Stam

Bremstraat 169a 1783 JE Den Helder tel. 620018