



VOOR
SENIOREN
VAN
VANDAAG
EN MORGEN

SENIOREN NIEUWS

— Castricum - Limmen - Akersloot - De Woude —

SAMEN IS BETER DAN ALLEEN



U staat er niet alleen voor, ook als het zo voelt.

Veel mensen staan sterker dan ze zelf denken. Vaak zijn er meer mensen om u heen die iets voor u kunnen betekenen dan u verwacht.

Met de **SocialScan** van Registor brengt u uw eigen sociale netwerk in beeld. Dat doet u in uw eigen tempo, eventueel samen met iemand die u vertrouwt.

De **SocialScan** bestaat uit een korte vragenlijst die helpt om overzicht te krijgen: wie kent u, wie staat dichtbij en wie zou u eventueel kunnen betrekken.

De **SocialScan** is geen test of beoordeling. U bepaalt zelf wat u invult en wat u deelt. Het doel is simpel: inzicht krijgen, zodat u zelf de regie houdt en weet dat u er niet alleen voor staat.

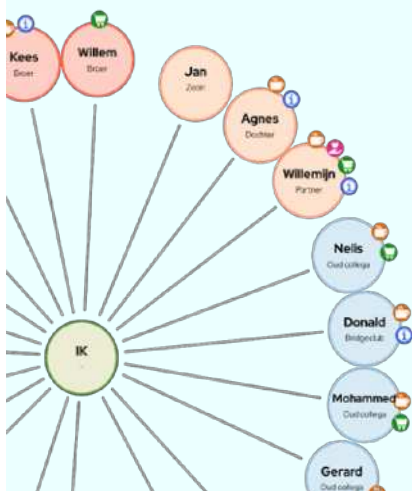
Je kent meer mensen dan je denkt.

Ons zorgmaatje **Tori** helpt u om met de **SocialScan** uw eigen netwerk in beeld te brengen.

Rustig, samen en in uw tempo.



Voor **KBO-leden**: gratis **SocialScan**.
Gebruik bij inloggen code **KBO2026**.



"Ik dacht eigenlijk dat ik het allemaal zelf deed. Tijdens het invullen van de **SocialScan** zag ik hoeveel mensen er al om mij heen stonden. Het gaf rust om dat zo samen op een rij te zien. Er moest niets veranderen, maar ik wist nu wel: ik sta er niet alleen voor."

Ineke, 73 jaar

www.samenisbeterdanalleen.nl

@ contact@registor.org

☎ 085 130 08 40

REGISTOR
Regel vandaag wat morgen telt

'Senioren Nieuws' mei 2026

Van uw voorzitter,



Voor u ligt weer een nieuwe editie van 'Senioren Nieuws'. Een editie met een bijzonder tintje, waarin we stilstaan bij zowel afscheid als mijlpalen.

Allereerst hebben we afscheid genomen van onze penningmeester, Johan Werring, die zich met tomeloze inzet en nauwkeurigheid jarenlang heeft ingezet voor onze vereniging. Op de respectabele leeftijd van 90 jaar draagt hij

nu het stokje over. Wij zijn hem grote dank verschuldigd voor alles wat hij heeft betekend en wensen hem een welverdiende tijd van rust en ontspanning toe.

Tegelijkertijd vieren we ook een mooie mijlpaal: het 100ste wandelverhaaltje van Mariet Feijen! Al vele edities lang nemen haar verhalen ons mee naar buiten, langs herkenbare paden en nieuwe ontdekkingen. Ze inspireren om in beweging te blijven – iets wat van onschatbare waarde is, juist ook op latere leeftijd.

Bewegen blijft een belangrijk thema voor ons senioren. Of het nu gaat om wandelen, fietsen of andere activiteiten: actief blijven draagt bij aan zowel lichamelijke als geestelijke gezondheid.

Daarom vragen we ook graag uw aandacht voor de fietslessen voor senioren. Deze lessen bieden een uitstekende kans om (weer) vertrouwd te raken met de fiets en veilig op pad te gaan. Informatie over de fietslessen in mei elders in deze editie.

Wij hopen dat deze editie u wederom inspireert, informeert en verbindt.

Joost Cornelis



Inhoudsopgave

Van uw voorzitter	1
Interview met Mariet Feijen	2
Jubilarissen	3
Maandelijks eucharistieviering – Overleden/ Nieuwe leden	3
Onverwacht een week 'ZEN'. – Kiki Kint	3/4
Wandelverhaaltje - 100 - – Mariet Feijen-Schrickx	5
Oud papier inzamelen (achter boekhandel 'LAAN')	5
ACTIVITEITEN Gemeente Castricum	6/14
Stichting WELZIJN CASTRICUM	15
Voedselbank	17
Wordt u MuZiek Maatje	17
Kerk & Parochienieuws	18
7-daagse Rijn- en Moezelcruise met het MS Dutch Melody	21
HOORMIJ.NVVS een informatiebijeenkomst (voor slechthorenden en partners)	22
Info A9 – Vetrektijden vakantieweek mei 2026	23
Gratis fietslessen voor senioren	24
Info KBO / ANBO-PCOB Castricum	25
Mag ik aandacht – Uit het leven gegrepen	26
Verslag ALV 15 april 2026	32

Interview met Mariet Feijen – Schrickx i.v.m. het HONDERDSTE wandelverhaaltje!

Het is Mariet ten voeten uit: voor dit interview stelt ze voor, om af te spreken in het horecagedeelte van de Tuin van Kapitein Rommel. Bij veel van haar wandelingen eindigt ze hier met haar vriendin om de gemaakte wandeling in stijl af te sluiten. Hoe de passie voor wandelen is ontstaan weet ze eigenlijk niet precies, maar ze wandelt al lang. Al vanaf dat ze een jaar of 12 was. We wandelden op de 'lagere school' één keer per jaar. En later met haar gezin wandelde ze héél regelmatig. Ook in het buitenland. En mijn kinderen mopperden nooit daarover. Mariet heeft uitgerekend, dat ze in al die jaren bijna 30.000 km gewandeld heeft.

“Kijk mama, daar lopen twee oude omaatjes! ”

Mariet wandelt nu iedere week zeker 2 x! Iedere dinsdag met een vaste wandelvriendin, “ Al sinds 16 jaar! Ik ken haar al vanaf de kweekschool! ”, en iedere zaterdag alleen, of wie met mij mee wil. Vroeger wandelde ze 15 km. gemiddeld, maar tegenwoordig zo'n 7 á 8 km. Vaak in de buurt, maar soms ook wel wat verder weg.

“Welke wandeling kies je na een maand wandelen nou uit, om over te schrijven? ”

“Nou, dat weet ik nooit van tevoren. Dat komt spontaan op, als ik ineens het idee krijg, dat ik over een bepaalde wandeling wil schrijven. Ik schrijf niet alleen voor het Seniorennieuws. Ik gebruik ze ook – sinds 2016 - voor boekjes, die ik af en toe zelf maak voor mijn uitgebreide familie en was een oplage van wel 60 stuks. Ik ben nu met deel 6 bezig, en daar ben ik al bij wandelverhaaltje 125! ”

“Heb je nog wel tijd over voor andere bezigheden? ”

Nou, ik ben altijd veel bezig geweest met vrijwilligerswerk, ook nog toen ik werkte. (Mariet was onderwijzeres en ook met de schoolkinderen wandelde ze al bij de Avond 4-daagse! en later nog een paar jaar doorgegaan met enkele ouders) En ik ben gek op zingen. Ik zong op een gegeven moment wel in 2 koren. Zingen is zóóó goed voor een mens. Net als wandelen, overigens, ha, ha! En tegenwoordig zing ik heel af en toe in een projectkoor.



“Het spectaculairste, wat ik ooit heb meegemaakt, tja, er zijn meerdere leuke ervaringen....

Ik wandelde een keer met mijn vriendin, en toen kwamen we een jonge moeder met 2 heel jonge kinderen tegen, en hoorden ze, dat een van de kinderen tegen zijn moeder zei: ‘Kijk mama, daar lopen twee oude omaatjes! ‘De moeder antwoordde gegeneerd tegen haar zoontje: “Dat hoor je niet te zeggen.” Maar wij vonden het alleen maar spontaan, leuk, en zeiden, dat we inderdaad oude omaatjes zijn, maar nog héél goed kunnen wandelen! ”

“Ik heb meestal een routebeschrijving bij me, vooral als ik in onbekend gebied wandel. Ik ben een ster in een verkeerde afslag nemen, maar het komt altijd goed. Met mijn navigatie op mijn smartphone heb ik vaak ruzie. Ik heb wel een app, die precies bijhoudt, waar we/ik gewandeld heb(ben). “(Interview: Hans Oosterwegel)



Afgelopen ledenvergadering (woe. 15 april) is **Mariet** in het zonnetje gezet, en heeft ze o.a. een zilveren KBO-hangertje en bijbehorend certificaat ontvangen vanwege haar HONDERDSTE 'Wandelverhaaltje'!

Op de afgelopen ledenvergadering is ook penningmeester **Johan Werring** gehuldigd met een KBO-oorkonde. Johan is nog een enorm krasse 90-iger, die zelfs nog tennist. ONGELOOFLIJK! Hij heeft het penningmeesterschap meer dan 10 jaar gedaan. Wij wilden hem er nog 10 jaar bij, maar hij gaf te kennen, dat het hij er nu serieus in is, om het stokje over te dragen.



••••



Maandelijks Eucharistieviering

Wij nodigen alle leden van KBO-PCOB Castricum, uit om op **dinsdag 5 mei** om 9.15 uur bij elkaar te komen in de St. Pancratiuskerk in Castricum om de eucharistie te vieren en na afloop van de viering samen koffie te drinken in de parochiezaal. Tijdens de viering zullen de leden worden herdacht die in de periode daaraan voorafgaand zijn overleden.

Overleden leden

Nieuwe leden:

Castricum	Mevrouw A.A. Zonneveld; De heer A.M. Korsman; Mevrouw C. Glas-Mooij	Akersloot	Mevrouw J.A.M. Eijking (mrt)
		Limmen	De heer en mevrouw Van Baar-Hoogeveen (mrt); Mevrouw J.M. Boom (mrt)
Limmen	De heer P.H. Winder		



••••

Onverwacht een week Zen

Onlangs tijdens een rondreis door Andalusië gebeurde het onvermijdelijke: aan het strand van Rota maakte ik een vrije val in een kuil met zeewater. Geen dramatische slow motion, maar boem pats in het water met mijn handtas waarin mobiele telefoon, portemonnee en wat een vrouw allemaal bij zich heeft. Daar stond ik dan. Eerst vreselijk lachen, toen ongeloof, toen lichte paniek want ja, een natte mobiel is niet echt meer bruikbaar. Het geld kon gedroogd worden met een föhn maar geen contact meer met het thuisfront?



Dat werd gelukkig opgelost doordat de reisleader het thuisfront inlichtte. Mooie adviezen: stop je

telefoon voor een paar dagen in een zak rijst. Makkelijker gezegd dan gedaan, maar in een hotel, reizen per bus en terug met het vliegtuig was dit geen handige optie. Wel het redden van je simkaart.

De eerste dag zonder telefoon voelde alsof ik een arm miste. Steeds die reflex: even kijken... oh ja, niks om te kijken. Geen berichten, geen nieuws, geen weer-app die mij vertelde dat het warm was terwijl ik dat al lang wist omdat ik in Andalusië vertoefde. Zonder dat iemand halverwege "even iets moest checken". Zelfs wachten werd weer een activiteit op zich. Na een paar dagen begon ik het te begrijpen: dit is dus dat 'Zen' waar mensen het over hebben. Blijkbaar zit dat niet in een app. Tot zover de rust.....

Maar toen gebeurde er iets onverwachts. Het werd.... rustig.

Ik keek weer om me heen. Echt kijken. Naar straatjes, kerken, al wat bloeide en groeide en naar al het mooie dat Andalusië te bieden heeft. Onlangs tijdens een rondreis door Andalusië gebeurde het onvermijdelijke: aan het strand van Rota maakte ik een vrije val in een kuil met zeewater. Geen dramatische slow motion, maar boem pats in het water met mijn handtas waarin mobiele telefoon, portemonnee en wat een vrouw allemaal bij zich heeft. Daar stond ik dan. Eerst vreselijk lachen, toen ongeloof, toen lichte paniek want ja, een natte mobiel is niet echt meer bruikbaar. Het geld kon gedroogd worden met een föhn maar geen contact meer met het thuisfront? Dat werd gelukkig opgelost doordat de reisleader het thuisfront inlichtte. Mooie adviezen: stop je telefoon voor een paar dagen in een zak rijst. Makkelijker gezegd dan gedaan, maar in een hotel, reizen per bus en terug met het vliegtuig was dit geen handige optie. Wel het redden van je simkaart.

Want ja, terug in Nederlands moet er ook gewoon weer een telefoon komen. En dan begint een heel ander avontuur: nummerbehoud, gegevens overzetten, wachtwoorden die blijkbaar ooit logisch waren maar nu totaal niet meer, en beveiligingscodes die natuurlijk nét naar je oude, inmiddels écht kapot (zeewater en zand) verklaarde telefoon worden gestuurd. Daar sta je dan, licht Zen maar ook licht radeloos. Intussen alleen maar per mail bereikbaar.

Gelukkig bestaan er nog geduldige, lieve jonge mensen – ik noem ze maar even 'whizzkids'. Met een soort vanzelfsprekend gemak regelen zij in halve dag waar je zelf drie dagen voor zou uittrekken. (al betwijfel ik of me dat zonder hulp zou zijn gelukt) "Komt goed," zeggen ze dan troostend. "Het komt écht allemaal goed". En wonder boven wonder: het is ook goed gekomen. Mijn nummer bleef, mijn foto's kwamen terug (alsof ze een vakantie op eigen houtje hadden gehad), en ik liep weer naar buiten met een werkende telefoon én een nieuw respect voor de technische hulpvaardigheid, geduld en vriendelijkheid van jonge mensen. Bovendien heb ik mezelf getrakteerd op een mooie rustige beltoon: 'Dvorak *Songs My Mother Taught Me*'

Wat heb ik geleerd?

Dat een week zonder telefoon verrassend prettig kan zijn. Dat de wereld gewoon doordraait zonder jouw meldingen. Maar ook dat het hebben van een werkende telefoon onmisbaar is in deze tijd. (hoe hebben we dat eigenlijk vroeger gedaan?)

En misschien nog wel het belangrijkste: een beetje Zen is fijn... maar een paar goede whizzkids zijn minstens zo onmisbaar.

Een hartelijke groet, Kiki **Kint**

Wandelverhaaltje- 100 -



Ik sta bij de bushalte met een vrouw. Ze vraagt: "Gaat u wandelen, zo aan uw schoenen te zien?" Dan ook nog met een rugzakje op kan het bijna niet anders, maar je weet maar nooit.

"Ja, ik ga wandelen, maar ik stap bij de Kerkweg uit, anders wordt mijn route te lang.



Ik ga op bezoek en loop daarna naar huis terug " .

De bus gaat in het weekend maar één keer per uur. Een uur later is me te laat, want we zullen heel wat afkletsen. Ik ga naar een klasgenoot van vroeger, zelfs van twee scholen!

Maar zij zijn op zaterdag nooit zo vroeg. Bij de slager staat een prachtige bank waar ik op ga zitten om ze maar eens te bellen dat ik er over een half uur aankom. Ik heb de tijd, maar zij niet. Zij hebben nu haast. Aankleden, gebakjes halen.

Op mijn dooie gemak loop ik verder. Ik kijk op mijn wandelkaart en zie dat de blauwe route langs hun huis komt. Die volg ik.

Op een stoep staan twee werklieden - aan hun kleding te zien - ver uit elkaar, te praten. Ik loop tussen hen door. Ze groeten me vriendelijk. Gaat die pijl op de lantaarnpaal aan de overkant nu rechtdoor? Ik ga even kijken. Ja klopt en ga weer terug naar de stoep. Nu gaan de werklui zich met me bemoeien. "Waar wilt u heen?" Ze wijzen me de weg. Dat hoeft helemaal niet. Weten zij veel dat de pijl me er wel heen brengt. "U loopt nog een stukje rechtdoor. Waar die kromming van de weg is, gaat u om dat witte huis heen van een oud vrouwtje, dat kan niet missen en gaat u rechtsaf het 'Nauwe Laantje' in " . Ik denk even aan dat oude vrouwtje. Hoezo kan ik haar niet missen? Zit ze voor het raam? Hoe oud zou een oud vrouwtje zijn? Mijn leeftijd? Maar nee, het Nauwe Laantje is niet te missen. Het staat op het bord aan de gevel.

Links zie ik nu weilanden. Ik houd van weidse uitzichten, maar het is mistig. In ieder geval is het stil en rustig. Bijna geen auto's. Ja, een die haalt gebakjes, maar dat wist ik toen niet.

En dan aan de koffie. En maar kletsen. Eerst over ziek en zeer, dan over van alles. Over klasgenoten, vorig jaar hebben we nog reünie gehad, over dat ze van mijn vader type-les had gehad. Dat wist ik niet enz. De tijd snelt voorbij.

Maar ik moet nog wel naar huis terug lopen. De mist is opgetrokken, zelfs zon.

Ik sta voor het bord met uitleg over het Stet, vroeger een belangrijke haven van Limmen, laad- en losplaats. Nu meer voor watersport. Er staat niet bij dat Sinterklaas hier ieder jaar aankomt.

Er komt een gezin aan fietsen. Kinderen in de 'bak'. De jongste zwaait naar me. Bij het passeren zegt hij iets met 'oma'. Dat is niet voor het eerst.

Mariet Feijen-Schrickx



• ADRES VERZAMELEN OUD PAPIER

Achter Kantoorboekhandel Laan, Burgemeester Mooijstraat 19.

(Bij voorkeur brengen op zondag of maandagmorgen en andere dagen vóór 09.00 uur of na 18.00 uur. Plastic niet meegeven).



ACTIVITEITEN in GEMEENTE CASTRICUM

▼ CASTRICUM ▼



● **BADMINTON, TAFELTENNIS OF VOLLEYBAL IN DE BLOEMEN**

Elke donderdagmiddag kan onder begeleiding worden deelgenomen aan badminton, tafeltennis of volleybal. U kunt te allen tijde mee gaan doen en de mogelijkheid bestaat om het tijdens een proefles uit



te proberen. Elk niveau is welkom.

Locatie: sportcentrum De Bloemen Castricum

Tijdstip: elke donderdagmiddag van 14.15 – 16.00 uur, waarbij even gepauzeerd wordt van 15.00 – 15.15 uur, waarin u voor eigen rekening een kop koffie of thee kunt drinken. Kosten: € 5,-- per keer.

● **SENIORENKOOR CASTRICUM**



Dag/tijd : van **september t/m juni** elke maandag van 13.30 – 15.30 uur

Plaats : Geesterhage, zaal Koningsduyn

Leiding: Marlie Durge

Aanmeldingen/inlichtingen:

De heer Kees Egberts ☎ 06-48268108.

seniorenskoorcastricum@gmail.com

🌐 www.seniorenskoorcastricum.jimdo.com

● **KOERSBAL in Buurt- en Biljartcentrum Castricum (BBC)**

Koersbal vindt plaats op de maandagen om 13.45 uur bij BBC, Van Speykkade 61, 1901 XB Castricum. De maandelijkse bijdrage is € 6,50. Informatie bij de heer Wim Laan, ☎ 0251 – 310 451



● **KEEZEN** Iedere dinsdagochtend keezen.



Keezen is een gezelschapsspel dat lijkt op een mix tussen Mens-erger-je-niet en pesten met kaarten. In plaats van dobbelstenen gebruik je speelkaarten om je pionnen over het bord te plaatsen. Je speelt meestal in twee teams en daarbij is samenwerking erg belangrijk, omdat je elkaar kunt helpen en dwarszitten.

Tijdstip: 10.00 – 12.00 uur.

Plaats: de ontmoetingsruimte in de **'Tuin van Kapitein Rommel'** (Schuin tegenover het station van Castricum.) Kosten: € 5,00

Voor informatie kunt u terecht bij mevrouw Janine Draijer-Cornel: ☎ 06-10716181

● **HANDWERKEN**

Op iedere maandagmiddag.

Tijdstip 13.30 tot 15.30 uur met eventuele uitloop.

de **'Tuin van Kapitein Rommel'** (Schuin tegenover het station van Castricum.)



In de Tuin van Kapitein Rommel is het handwerkclubje *Steekje Los van start gegaan.*

Het is bedoeld voor iedereen die het leuk vindt, om samen met anderen creatief bezig te zijn. Ervaren én beginnende handwerkers schuiven naast elkaar aan, delen ideeën en leren van elkaar. Het is de bedoeling dat u wel uw eigen materiaal meebrengt.

Het gaat niet alleen om het handwerken maar vooral om de gezelligheid en het ontmoeten van nieuwe mensen. Er zijn geen kosten aan verbonden behalve voor de koffie en of thee e.d.



● **KLAVERJASSEN VOOR IEDEREEN IN Castricum**

Elke vrijdagmiddag vanaf 13.30 uur!! Er worden drie spelletjes gespeeld.

Locatie: Sportcentrum De Bloemen, De Bloemen 71, Castricum

Kosten: € 5,00 per maand, incl. 2 consumpties en een leuke verrassing.

Info: Ria Vreman, secretaresse Klaverjasclub Castricum ☎ 0251-654574.

● **GEZOND NATUURWANDELEN op zondag 4-5 km.**

De wandelingen zijn bedoeld voor mensen die graag wat meer willen bewegen. Na afloop is er koffie en thee voor eigen rekening. Elke zondag om 10.30 uur kan men deelnemen; een tocht van een uur in rustig tempo. **Vertrek:** Bezoekerscentrum De Hoep, Castricum.

● **WANDELEN op woensdag**

U kunt ook elke woensdag in een groep met gids gaan wandelen.

Afstand : 3-5 en 7-10 km.

Plaats : Bezoekerscentrum De Hoep

Dag/tijd : elke woensdag 10.00 uur

Alle wandelingen zijn gratis! Een geldige duinkaart is verplicht en goede wandelschoenen zijn gewenst. Eventuele consumpties tijdens of na de wandeling voor eigen rekening.



● SAMEN BUITEN BEWEGEN is gezond en gezellig en kan bij Fysio Pool

Bewegen in de buitenlucht onder deskundige begeleiding.

Bent u goed ter been en kunt u nog makkelijk een uur pittig doorwandelen, dan is de maandagtraining geschikt voor u. Er worden oefeningen gedaan en u werkt in een gezellige groep aan uw conditie.

Bent u wat minder goed ter been of heeft u niet de conditie om pittig door te wandelen, dan kunt u beter een keer met de dinsdaggroep meedoen. De oefeningen gaan wat rustiger, de afstanden zijn wat korter, maar de gezelligheid is er zeker niet minder om. De eerste les kunt u vrijblijvend een keer meedoen om het uit te proberen. In beide lessen wordt er met stokken gelopen, maar zonder stokken meelopen mag ook. Neem contact op met Marcel Pool voor meer informatie: ☎ 06 29 47 96 62,

✉ marcel@fysiopool.nl of kijk op de website ☎ www.fysiopool.nl.

Elke **maandag** 13.00 – 14.00 uur. Hof van Kijk Uit (pittig)

Elke **dinsdag** 12.00 – 13.30 uur. De Kern (rustig)

Alle wandeltochten gaan het **hele jaar** door en houden geen seizoenstop

● GEHEUGENKOOR 'SWEET SEVENTY'

Een koor voor mensen met beginnende dementie.

Wanneer je langzaam dingen vergeet en graag weer iets gezamenlijk wilt doen, dan is zingen een waardevolle activiteit. Muziek is één van de laatste dingen die het brein onthoudt, sterker nog, zingen maakt het klankgeheugen wakker en stimuleert omliggende hersengebieden. Kosten voor de cursus € 67,50 voor telkens 10 zangochtenden. De mantelzorger of uw begeleider mag gratis mee en in de cursusprijs is koffie of thee inbegrepen.

Aanmelden bij Toonbeeld ☎ 0251-659012 of

via ✉ geheugenkoor.castricum@gmail.com

Elke maandag van 13.30 – 15.30 u.

Plaats: Koningsduynzaal in Geesterhage.



● YOGA VITAAL CASTRICUM



Yoga Vitaal is voor mensen van 60+ die fit willen blijven. Bij de lessen komt u in beweging en zijn er momenten van rust waarin er aandacht is voor de ademhaling.

Locatie: Fruns Dansstudio, Verlegde Overtoom 9, Castricum

Elke maandag van 11.15 – 12.00 uur (september t/m **december** - januari t/m juni = 10 mnd.) Kosten voor KBO-leden € 31,50 en voor niet-leden € 33,50 per maand, op basis van automatische incasso.

Proefles is gratis.

Meedoen of vragen?

Wilt u meedoen aan een gratis proefles?

Heeft u vragen over Yoga Vitaal en wilt u die persoonlijk stellen? Neem dan contact op met Simone Schneider ☎ 06 55 77 42 48 of met uw voorzitter Joost Cornelis

☎ 06 22 37 39 37 of ✉ voorzitter@kbocastricum.nl

● MEDEDELING BAKKUMS CONTACT



De **tweewekelijkse** klaverjasmiddagen in de Parochiezaal van de St. Pancratius Kerk, Dorpsstraat 113, Castricum.

22 april was de laatste keer Bakkums Contact van dit seizoen. Woensdag 26 Augustus begint Bakkums Contact weer.

Op de woensdagmiddag in de **oneven** weken!

Kom een keer kennismaken en neem iemand mee!!!

De parochiezaal gaat open om 13.00 uur en vanaf 13.30 uur start het klaverjassen. De kosten bedragen per keer € 5,00 die u bij binnenkomst kunt voldoen. Hiervoor verwennen wij u met een kopje koffie of thee met iets lekkers en later op de middag krijgt u een (fris) drankje met een hartig hapje. **Vol is vol.**

Wij hopen u weer te mogen verwelkomen en dat u gaat genieten van een gezellige middag bij ons.

Hartelijke groeten van,

Petra, Tineke, Tonny, Hennie en Carla, Vrijwilligers Bakkums Contact

● BIEBKOFFIE Castricum

Wanneer: Elke donderdagochtend 10.00 -12.00

Waar: Bibliotheek Kennemerwaard Geesterduinweg, 1902 CB Castricum

Bij de Biebkoffie ben je van harte welkom voor een kopje koffie/thee en een gezellig gesprek. Je hoeft geen lid te zijn van de bibliotheek. Het is een informele bijeenkomst waar je jezelf kunt zijn en kunt praten over onderwerpen die je interesseren. Of het nu gaat om boeken, lokale nieuwtjes, of als je gewoon behoefte hebt aan sociaal contact. Naast de fijne gesprekken is er ook ruimte voor creatieve activiteiten. Kom langs en geniet van een gezellige ochtend samen met anderen.

● DAGORKEST van Emergo Castricum

Het "Dagorkest van Emergo Castricum" repeteert overdag, namelijk **elke dinsdag** van 10.00 uur tot 12.30 uur in het Cultureel Centrum Geesterhage, Geesterduinweg 3 te Castricum. De meeste leden zijn gepensioneerd, wat resulteert in een bezetting van voornamelijk jongere senioren.



Het betreft een harmonieorkest met een repertoire dat vooral uit lichte muziek bestaat. De sfeer binnen de groep is uitstekend en tijdens de pauze wordt er gezamenlijk koffiegedronken.

Het Dagorkest staat altijd open voor nieuwe muzikanten. Neem daarvoor vooraf contact met ons op a.rog49@outlook.com of [06-10065575](tel:06-10065575), Anneke Rog

● BIBLIOTHEEK Castricum

Wist u, dat er iedere **vrijdagochtend** in de bibliotheek van 8.30 – 12.30 uur iedereen, dus ook ouderen vanzelfsprekend, gratis terecht kan voor vragen over of problemen met digitale zaken?

▼LIMMEN▼



● KLAVERJASSEN

Iedere maandagmiddag om 13.45 uur (de zaal is open vanaf 13.30 uur) in "Vredeburg". We starten om 13.45 uur.

Zaal open & inschrijven: vanaf 13.30 uur, inclusief koffie of thee;

Kosten € 2,00

Info: Riet Min – ☎ 072-5051434.

● KEEZEN



Makkelijk te leren en zeer verslavend, dat 'Keezen'. De combinatie van mens-erger-je-niet, kaarten én pesten wint per dag aan populariteit; er worden zelfs kampioenschappen georganiseerd. Keezen heeft een hoog "pestgehalte" en naast enig tactisch inzicht speelt ook geluk met de speelkaarten een belangrijke rol. Het bordspel wordt met vier of zes n gespeeld.

De KBO-Activiteitencommissie in Limmen organiseert een keer per maand op de **laatste maandag van de maand** een gezellige middag keezen in "De Vredeburg".

Wie ook zin heeft om mee te doen of kennis wil maken met dit spel is van harte welkom. We starten om 13:45 uur en de zaal is open vanaf 13:30 uur.

Inschrijven vanaf 13:30 uur. De kosten zijn € 2,00 inclusief koffie of thee.

Info: Annie Kuiper-Castricum ☎ 072 – 505 1490; Trudy Hoogetboom-Bakker;

☎ 072-5052830.

● BINGO

Op dinsdagmiddag Bingo **om de veertien dagen** (even weeknummers) we starten om 14:00 uur in "Vredeburg" !

Inschrijven vanaf 13.30 uur.

Kosten € 5,00 inclusief koffie en thee.

Info: Trudy Hoogetboom-Bakker ☎ 072 – 505 2830.



● KBO - koor

Op de **derde** donderdagmorgen van de maand in de "CAMEREN" om 10:30 uur. Info: Jan van der Molen ☎ 072 – 505 3243

☎ jp.molen@quicknet.nl

● BILJARTEN voor DAMES

Elke donderdagochtend van 10:00 tot 12:00 uur in "Vredeburg".

Kosten € 2,00. Info: Gerard Duin ☎ 06-36210690



● WANDELEN



Iedere dinsdagmiddag om 13.30 uur en donderdagmorgen 09.00 uur wandelen we met een gezellige en toegankelijke groep overal naar toe. Vertrek voor de ingang van sporthal De Enterij, Middenweg 3b te Limmen, Ter plaatse gratis parkeren en

fietsenstalling. Het is vrijblijvend en kosteloos. **AANMELDEN NIET NODIG, GEWOON KOMEN!!!**
We lopen plm. 1.5 uur en lekker door. Afstand ongeveer 8 km. totaal. En... we drinken altijd een kopje koffie of drankje tussendoor, bij een horecagelegenheid. (voor eigen rekening)
Iedereen is altijd van harte welkom, **en ook bij minder goed weer gaan we gewoon wandelen. Zegt het voort, wij ontmoeten u graag.**

Info: Marianne Disseldorp ☎ 06 10 88 44 01



• SAMEN ETEN, JA: GEZELLIG!!!

Voor het jaar 2026 – na februari – vermelden wij hieronder de maandagen om met alleenstaanden samen te eten:

11 mei – 8 juni – 13 juli – 10 augustus – september: open i.v.m. kermisdata –

12 oktober – 9 november - 14 december

De deuren van de bovenverdieping van Cultureel Centrum

“Vredeburg”, gaan om 17.00 uur open Er is een perfecte personenlift aanwezig en we hebben plaats voor maximaal 90 mensen. Het is een vrije inloop, oftewel er zijn geen vaste of gereserveerde plaatsen. Wij serveren met veel plezier een heerlijke driegangige maaltijd. De kosten bedragen slechts € 12,00 per persoon, de drankjes zijn voor eigen rekening. Wel graag uw komst uiterlijk een week van tevoren even aankondigen, ☎ info@vredeburgswol.nl of bij Wil van der Schaaf, ☎ 06 16 55 41 20.

Gezellig als u erbij bent, en u weet het u bent altijd van harte welkom!

Koks en gastheren – gastvrouwen: Emile – Jeroen – Ellen – Hennie – Hans - Kees – Wil – Fred – Liesbeth – Will - Truus – Lea – Anneke – Gerard – Loes - Paul

• WELKOM OP DE HANDWERKCOCHTEND “DE HANDIGE HANDJES”!!!!!!

Deze gezellige activiteit is op **IEDERE** maandagochtend van de maand in de

Cameren, Lage Weide 3. Limmen

Handwerken, haken, breien voor 50-plussers. Het initiatief komt van de dames Trudy Bos en Ellie van Westerop. U hoeft slechts uw eigen materiaal mee te brengen, haakpen, breipennen e.d. Aan de deelname zijn geen kosten verbonden, behoudens uw eigen consumpties (koffie, thee e.d.). Inloop van 9.00 uur- 9.30 uur. Einde ± 11.30 uur.

• BEWUST BEWEGEN (v/h SPORTINSTUIF)

Bewust bewegen voor 55-plussers is per september overgenomen door **TIOS – LIMMEN**, Lea Dam is de docente.

De lessen (75 minuten) worden gegeven in de **SPORTHAL aan de HOGEWEG** op dinsdagochtend van 10:30 uur tot 11:45 uur.

De lessen richten zich op ontspannen, bewust en gezond bewegen.

U kunt zich inschrijven via de website van **TIOS-LIMMEN** (www.tioslimmen.nl). Kies voor "clublid" als u definitief lid wilt worden of

voor "proeflid" als u eerst twee gratis proeflessen wilt volgen. Daarna kiest u bij de gewenste les voor de groep "bewust bewegen" en vult u de overige gegevens in. Op het ingevulde mailadres ontvangt u een bevestiging van de inschrijving en nadere details.



De contributie bedraagt € 117,50 per half jaar (€ 235,-- per jaar) en wordt halfjaarlijks per automatische incasso geïnd. Bent u nieuwsgierig? Schroom niet en doe een keertje mee. Er zijn nog plaatsen vrij.

• **STUDIEKRING 50+**

Leden van **Studiekringen** blijven bij.

Wilt u als 50-plusser breed actief blijven? Wilt u na of naast uw actieve werk nieuwe mensen blijven ontmoeten? Wilt u ook geestelijk zo actief mogelijk blijven? Dan is een Studiekring misschien iets voor u.

De studiekekring is voor 50-plussers, mensen die er plezier in hebben om geestelijk actief bezig te blijven. Laat u overigens niet afschrikken door het woord studie. In de praktijk gaat het om het met elkaar bespreken van zelf gekozen onderwerpen, van eigen ervaringen en eigen inzichten. De onderwerpen hebben vaak betrekking op de actualiteit, op eigen hobby's en interesses, of opgedane kennis en ervaring, die je met een ander wilt delen. Zo blijven we samen op een plezierige manier op de hoogte van allerlei ontwikkelingen en zo "intellectueel actief" mogelijk.

Studiekring A op donderdagochtend van 10:00-12:00 uur tijdens de even kalender weken en Studiekekring B op de donderdagochtend van 10:00 - 12:00 uur tijdens de oneven kalender weken. U kunt zich aanmelden via: info@vredeburgswol.nl

ACTIVITEITENCOMMISSIE KBO LIMMEN:

Will Kroone – Roos ☎ 06 37 27 92 65 -Annie Kuyper-Castricum ☎ 072 – 505 1490

Johan Werring ☎ 072 – 505 3702

....

▼ AKERSLOOT ▼

Alle activiteiten in Akersloot vinden plaats in 't Kruispunt, Mozartlaan 1a, en met betrekking tot die activiteiten waarvan niet alle informatie (prijs en data) vermeld staat, kunt u informatie krijgen bij 't Kruispunt en op de website kruispuntswoa.nl ;

swoabeheer@gmail.com

Renate Kerssens ☎ 06 52 40 33 31.

Maarrrrr.....: in de maand juni is 't Kruispunt gesloten i.v.m. verbouwing. Er zijn in de hele maand juni dus GEEN activiteiten in 't Kruispunt

• **OUDERENGYM**

Dinsdagmorgen van 10.30-12.00 uur.



• **SOOS / KLAVERJASSEN / KEEZEN**

Iedere dinsdagmiddag is er een kaartmiddag.

De aanvangstijd is 13.30 uur, toegang gratis. Doe gezellig met ons mee!



• **DAMCLUB "DE BROEIKAS"**

Dinsdagavond om 20.00 uur.



• **YOGA**

Deze activiteit op donderdag van 18.45 – 20.00 uur.

Inlichtingen Judith Groot : ☎ 06 12 43 01 25.

● **LINEDANCE**

Woensdagmorgen van 10.00 - 11.30 uur.



● **TAI CHI & QI – GONG**

Tia Chi: Vrijdagmorgen van 09.15 - 10.15 uur.

Qi-Gong: Vrijdagmorgen van 10.15 - 11.15 uur.

● **STOELYOGA**

Vrijdagavond van 16.30 - 18.00 uur.

● **SAMEN ETEN**

Iedere maandag- en woensdagmiddag is er gelegenheid om samen te eten.

Aanvang 17.00 uur. De menulijst ligt in 't Kruispunt

Kosten € 8,50 per maaltijd en graag van tevoren opgeven en betalen.

Informatie: Thea ☎ 06 39 86 42 65



Met elkaar mooie verhalen vertellen.
kosten 3 euro incl. koffie / thee.

Maandag 1 juni 2026 van 10.30 tot 12.00 uur
NIET in het Kruispunt in Akersloot. Info: bij Maria
Overtoom: ☎ maria.overtoom@hotmail.com

(in juni is het Kruispunt gesloten en we dienen nog op zoek te gaan naar een andere plek voor Parels Duiken)

● **Bieb Akersloot**

Wees welkom bij onze “**De Warme Tafel**”: Een gezellig samenzijn elke **vrijdagmiddag** van **14.00 tot 16.00 uur**, met koffie/thee. Neem bv. Je haak- of breiwerk mee of kom gewoon een praatje maken
We vinden het gezellig als je komt!

Mantelzorg koffieochtend in Akersloot

Een koffieochtend speciaal voor mantelzorgers die zorgen voor een naaste met geheugenproblematiek bv. Dementie, Parkinson of NAH) . De bijeenkomsten worden gehouden in de fysiotherapie ruimte van d’ Oude Jacobus, Julianaweg 20

U bent van harte welkom

De koffieochtend zal begeleid worden door:

Karin Ory (verpleegkundige Eveen)

Wilma Groot (wijkverpleegkundige Ouderenzorg)

Pauline Landwehr Johann (Mantelzorgconsulente MantelZ)

De eerstvolgende koffieochtend is op **donderdag 21 mei tussen 10.00 en 11.30 uur** in d’ Oude Jacobus in Akersloot. Wanneer u graag deel wilt nemen, kunt u zich aanmelden via: p.landwehr@mantelz of bellen naar 06-39331563.



Poëzie knipselkunst

In deze workshop ga je creatief aan de slag met woorden en gedachten. In oude tijdschriften zoeken we naar inspiratie. Knip uit tijdschriften afbeeldingen, woorden en zinnen die je aanspreken. Hiermee maak je vervolgens een persoonlijke kaart of collage met een mooie spreuk, gedicht of boodschap.

Gratis toegang, maar wel graag even aanmelden

Dinsdag 12 mei 2026

14:00 - 15:30 uur

Akersloot, bibliotheek

Aanmelden kan aan de balie van de bibliotheek, via deze link <https://kenemerwaard.opshop.nl/34645/poezie-knipselkunst/12-05-2026> of telefonisch 072 -5156644



● **FITHEIDSPROGRAMMA voor 60-plussers**

Wilt u graag fitter of actiever worden? Of voorkomen, dat je valt? Dan is onderstaand beweegprogramma echt iets voor u. Iedereen kan deelnemen op zijn of haar eigen niveau.

Meer informatie en aanmelden

Aanmelden en vragen: neem contact op met buurtsportcoach Winnie Assendelft via [✉ wassendelft@teamsportservice.nl](mailto:wassendelft@teamsportservice.nl) of [☎ 088-2037340](tel:088-2037340). Aanmelden is verplicht.

DOS MASTERS: sport-uur voor mannen & vrouwen (55+)

Iedere maandag van 10.30 u. tot 11.30 u. Sporthal De Bloemen



Ergo Dichtbij

Ergotherapeuten in Amsterdam
en Castricum e.o



ergodichtbij

info@ergodichtbij.nl
www.ergodichtbij.nl

STICHTING
Welzijn
Castricum

*Het bevorderen van het welzijn
van onze inwoners, samen met onze
inwoners; laagdrempelig & vriendelijk!*

Dorpsstraat 30, 1901 EL Castricum
Telefoon: **0251 - 65 65 62**
Website: www.welzijncastricum.nl
E-mail: info@welzijncastricum.nl



**KEURSLAGERIJ
VAN DER POEL**

Geesterduinweg 33, Castricum
Tel. 0251-653382
www.vanderpoel.keurslager.nl

SCHOEN- EN SLEUTELSERVICE

GRAAS

Torenstraat 1B • Tel. (0251) 65 83 08



(0251) 65 12 93
Hoogevoort 4 1901 AS Castricum



Komend jaar iets te vieren?

Wij verzorgen op professionele wijze uw barbecue.



**Geniet van onze vleeswaren uit eigen
worstmakerij**

Specialiteiten: Gekookte worst, Leverworst,
Kalfsrollade, Rookvlees, Corned beef,

Wekelijks in de reclame,

Soep v/d week voor **€ 3,99** (2 pers)

Maaltijd met vlees voor **€ 6,99** (2 pers)

3 x huisgemaakte vleeswaren **€ 5,99**



Bezorgservice

T: 0251652430

www.uwgroeneslager.nl

DUURZAAMHEID BIJ HUIGHAVERLAG PRINTING

HuigHaverlag Printing
is een van de eerste
écht duurzame drukkers
van Nederland



HUIGHAVERLAG
PRINTING

Witte Vlinderweg 74 • 1521 PS Wormerveer • T 075 612 73 73

www.huighaverlag.nl

volg ons:



hubo

**BOUWMARKT
CASTRICUM**

Ma t/m Vr: 09.00 - 18.00 uur.
Zaterdag tot 17.00 uur.

info@hubocastricum.com

CASTRICUMMERWERF 70 | CASTRICUM

TELEFOON: 0251 67 00 98

hubo.nl

De leukste danslessen! o.l.v.

fysiotherapeuten met specialisatie
Lindyhop, Charleston en Jazz.

Ook voor Beweeg Bewust,
Bodyfitness en Yoga.

Doelgroep: **55+, zonder
partner, rollator-gebruikers,
(rol)stoelgebruikers.**

'Dans = Valpreventie'

www.frundsansstudio.nl

Verlegde Overtoom 9

1901 EX Castricum

06-51046044



PASSIE VOOR LEKKER

Kerkweg 18 - 1906 AW Limmen - (072) 505 12 63

donderdag krokettendag

elke kroket
**halve
prijs**



Geesterduinweg 42 - Castricum
snackbistrodetoren.nl

Wij blazen vastgoed nieuw leven in!



AC Borst Bouw
Castricummer Werf 1
1901 RW Castricum
T: 0251- 65 87 50
E: info@acborst.nl



DE BEMIDDELINGSKAMER

thuis in buurtbemiddeling

De Bemiddelingskamer geeft advies over het voorkómen van een burencolict of bemiddelt tussen burens die een colict hebben.

Gratis voor alle inwoners van Uitgeest en Castricum.

Bel 06 41 198 606

info@debemiddelingskamer.nl www.debemiddelingskamer.nl



Groot in
facilitaire producten



LAAN

BOEK & KANTOOR

Registratie Management 09
0903 P Castricum
www.laan.nl

De Castricum 020-452220
De Uitgeest 020-452222
De Alphen 020-452224



Belinda's Bloemen



winkelcentrum Geesterduin Castricum tel. 06 123 590 52
www.belindasbloemenkiosk.nl

Voor uw wekelijkse
bosje bloemen
en planten,
maar ook voor trouw- en
rouwarrangementen.

Ik wil lid worden van KBO-PCOB

Lid **KBO*** Lid **PCOB**** - (*aankruisen wat van toepassing is)

Naam en voorletters :

Geboortedatum :

Naam en voorletters partner** :

Geboortedatum partner :

(*alleen invullen als uw partner ook lid wordt)

Adres en postcode :

Woonplaats :

Telefoon :

E-mailadres :

Bankrekeningnummer :

Datum:

Handtekening:

Handtekening partner**:

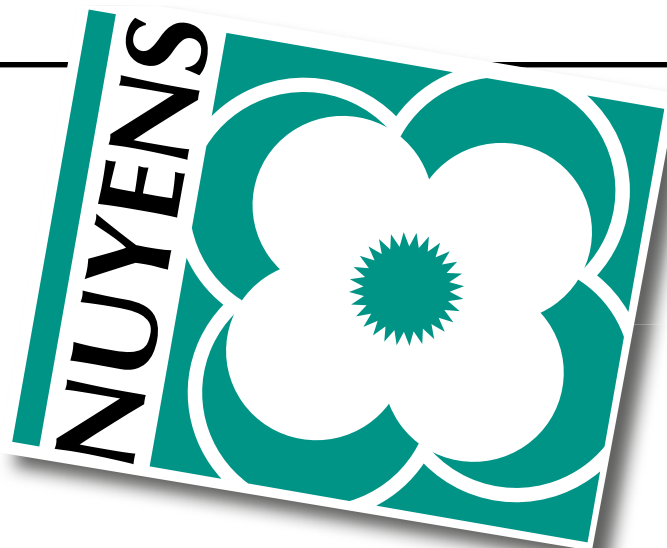
Ingevuld en ondertekend formulier zenden aan: Ledenadministratie, Smeetslaan 225, 1902 BV Castricum

Of mail uw gegevens aan:

ledenadministratie@kbocastricum.nl

TUIN & GROEN SHOP

**Het
tuincentrum
bij u in
de buurt!**



**Nergens vindt U meer deskundigheid,
historie en passie voor tuinieren dan bij ons...**

Openingstijden:

Ma. t/m vrijdag 8.00 - 18.00 uur

Zaterdag 8.00 - 17.00 uur

Uitgeesterweg 1B

Limmen

T 072 - 505 24 84

www.nuyenstuinengroenshop.nl

Open inloop “De Landbouw” (Dorpsstraat 30 in Castricum)

Iedereen die daar behoefte aan heeft, jong en oud, kan binnen komen voor een kopje koffie of thee, een praatje, spelletje of deelnemen aan een activiteit. Ook als je vragen hebt over de diensten van Welzijn of over vrijwilligerswerk ben je welkom. Op verschillende momenten in de week is er een inloop, aanmelden is niet nodig.

De komende tijd willen we ook andere activiteiten gaan organiseren, zoals bijvoorbeeld zingen, ontbijten, samen koken, muziekbingo. Ideeën van inwoners zijn welkom.

Laat het ons weten via info@welzijncastricum.nl of ☎ 0251 – 656562. Deelname gratis; koffie/thee: € 1,=.

We zullen regelmatig via de social media of ‘De Castricummer’ ons programma bekend maken.

Open inloop “De Landbouw” (Dorpsstraat 30 in Castricum)

Maandag Van 10.00-14.00 uur;
Vrijdag Open Inloop van 10.00-14.00 uur.

Kom samen in uw wijk: koffie staat klaar!

Zin in een kop koffie of thee, een praatje over bijvoorbeeld het bespreken van allerlei onderwerpen met elkaar; hoe de week was, maar ook over actuele gebeurtenissen in het dorp, land of in de wereld.

Je ontmoet mensen uit de buurt. Welzijn Castricum organiseert op **diverse momenten en locaties** wijkontmoetingen om samen te komen met buurtbewoners.

Kosten: eigen bijdrage koffie of thee en **aanmelden is niet nodig**.

- Sportcentrum de Bloemen, De Bloemen 71 in Castricum:
Elke donderdag van 10.00 – 12.00 uur;
- De Tuin van Kapitein Rommel, Castricum:
Elke woensdag van 10.00 – 12.00 uur
- Open inloop Welzijn Castricum, De Landbouw, Dorpsstraat 30 in Castricum:
Maandag en vrijdag 10.00 – 14.00 uur.

Wil je meer informatie? ☎ 0251 – 65 65 62 of info@welzijncastricum.nl

of kijk op: welzijncastricum.nl

Informatief huisbezoek

Ben je pas komen wonen in Castricum en/of wil je graag andere mensen ontmoeten? Dan kan je langskomen bij Welzijn Castricum, Gebouw De Landbouw, Dorpsstraat 30.

Wil je liever dat er iemand van Welzijn Castricum bij je thuiskomt? Dat kan!

Een vrijwilliger van Welzijn Castricum komt dan bij je langs en kan jou informeren over bijvoorbeeld wonen, gezondheid, financiën, dienstverlening of het huishouden en sociale netwerk, naar gelang je belangstelling hebt voor die informatie.

Tevens word je geattendeerd op alle voorzieningen die de gemeente kan bieden.

Welzijn Castricum geeft jaarlijks de 'Programmagids' uit. In deze gids staan activiteiten, gerangschikt op doelgroep, die plaatsvinden in de gemeente Castricum.

De Programmagids is te verkrijgen in 'De Landbouw', Dorpsstraat 30, Castricum. Indien er iemand bij je thuis komt, dan wordt de gids voor je meegebracht.

Je kunt je aanmelden door een e-mail te sturen naar

☐ info@welzijncastricum.nl of

☐ 0251 – 656 562.

Kosten: eigen bijdrage koffie/thee. Aanmelden: niet nodig.

ALGEMENE INFORMATIE

● Hulp bij huiselijk geweld of kindermishandeling

Neem contact op met Veilig Thuis ☐ 0800 2000.

Voor meer informatie ☐ vooreenveiligthuis.nl.

Veilig Thuis is er voor advies en hulp rond huiselijk geweld en kindermishandeling. Maak je je zorgen om anderen of zoek je hulp? Neem dan contact op!

● Sociaal team gemeente Castricum, ☐ 14 0251

Iedereen kan bij het Sociaal Team terecht met vragen over gezondheid, (mantel)zorg, zelfstandig blijven wonen, werk, dagbesteding, geld, opvoeden en gezinsrelaties. Het kan over uzelf gaan of over een buur, vriend of familielid.

Stel uw vraag schriftelijk aan ons: ☐ sociaalteamcastricum@debuch.nl U kunt hen bereiken op werkdagen van 9.00 tot 12.00 uur. Belt u later, dan kunt u een terugbelverzoek inspreken. ☐ 0251 – 140 251;

● Hulp bij jeugd

- Bel op maandag t/m vrijdag tussen 9.00 tot 16.00 uur ☐ 0251 – 140 251

- Bel op maandag t/m vrijdag tussen 16.00 's middags en 9.00 uur de volgende ochtend en in de weekenden met ☐ 088 – 777 80 00.

● Direct hulp bij crisis of geweld

Maakt u zich zorgen om een kind, kindermishandeling of huiselijk geweld? Of heeft u zelf vragen of hulp nodig? Neem contact op!

● MEE & de Wering

MEE & de Wering helpt gratis alle inwoners van de gemeente met vragen over geld en administratie, wonen, werken, mantelzorg, leven met een beperking, lekker in je vel zitten en meer. Wij zijn er voor iedereen, dus ook voor jou! ☐ 088- 0075 000, Geesterduinweg 3, 1902CB Castricum, ☐ www.meewering.nl, ☐ info@meewering.nl

● Stichting Welzijn Castricum (werkt samen met SWOA en SWOL)

Voor o.a. ouderenadviseur, klussenbank, boodschappenhulp, alarmering, computerhulp, knoppenproject, enz. ☐ 0251 – 656 562

● Brijder stichting

Voor preventie en hulp bij verslaving o.a. alcohol ☐ 088-3582260

● Politie:

☐ 0900 – 8844 (algemeen)

● Juristentelefoon (KBO-PCOB):

☎ 030-3400655, Woensdag en donderdag 13.00 – 15.00 uur

● Keuring rijbewijs (vanaf 75 jaar):

☎ 088 – 2 32 33 00.

● OV-taxi bestellen ☎ 0900 – 88 78, klachten: ☎ 099 1 04 01 04.

● Vervoer naar soos of plaatselijke bijeenkomsten

☎ 0251 – 658 585 (tussen 09.00 en 13.00 uur).

● Tafeltje dekje: informatie en bestellingen bij het Buffettenpaleis in Akersloot

☎ 072 – 534 08 34



Iedere eerste vrijdag van de maand inzameling voor Voedselbank van 10 tot 12 uur. Op het kerkplein vóór de St. Pancratiuskerk Dorpsstraat 115 Castricum



Wordt u Muziek Maatje?

Houdt u van muziek? Dan zijn wij misschien wel op zoek

naar u!

Muziek Maatjes is een bijzonder programma dat ouderen en jongeren op een waardevolle manier samenbrengt. Gedurende enkele weken werken jongere vrijwilligers (tussen de 18 en 45 jaar) samen met ouderen (70 plus), waarbij muziek de verbindende factor is. In samenwerking met Toonbeeld en Welzijn Castricum werven we zowel senioren als enthousiaste jongvolwassenen.

Tijdens het programma worden de deelnemers op basis van hun muzieksmaak aan elkaar gekoppeld. In vijf gezellige ontmoetingen bij de ouderen thuis of in de woonzorglocatie gaan de Muziek Maatjes samen aan de slag met muziek. Ze hebben de vrijheid om een weekplanning te volgen, maar kunnen ook hun eigen ideeën inbrengen.

Het programma wordt feestelijk afgesloten met een Grande Finale, waar koppels de mogelijkheid hebben om een klein optreden te geven of bij te dragen aan de sfeer door bijvoorbeeld het maken van een Spotify-playlist.

Bent u nieuwsgierig geworden en wilt u deelnemen aan dit mooie project?

📧 e.boehmer@welzijncastricum.nl of ☎ **06-42990077**

Samen maakt u muziek en herinneringen!



Kerk & Parochienieuws

Parochie De Goede Herder

Pastoor Ruben M. Torres ☎ 06-46082758

📧 pastoortorres@gmail.com;

Parochiesecretariaat: ☎ 0251-652479

pancratius@degoedeherdercastricum.nl



📧

St. Pancratius, Dorpstraat 115, 1901 EK Castricum

Dag	Maand	Tijd	Voorganger	Bijzonderheden
Zondag	3 mei	10.00	Pastoor Ruben	Gemengd koor; orgel: Ronald Schollaart
Maandag	4 mei	18.00	Dienst, dodenherdenking	In DORPSKERK, PKN
Zondag	10 mei	10.00	Pastoor Ruben Torres	Zang: Annie A. en Ria; piano Maarten Mantel
Donderdag	14 mei	10.00	Hemelvaart Kapelaan Jaider	Zang: Annie A. en Ria; orgel: Wendy Leonards
Zondag	17 mei	10.00	Pastoor Ruben Torres	Koor Cantare; piano; Jaap Brackman
Zondag	24 mei	10.00	1^e Pinksterdag kapelaan Jaider	Gemengd koor; orgel: Ronald Schollaart
Maandag	25 mei	10.00	2^e Pinksterdag Pastoor Ruben Torres	Zang: Annie A. en Ria; Orgel: Wendy Leonards
Zondag	31 mei	10.00	Mgr. G. Bruggink.	Koor: inzinggroep Orgel: Dick van Egmond

Voor verdere kerkdiensten kijkt u op:

📧 <https://degoedeherdercastricum.nl/vieringen-2-2/>

Het Parochiesecretariaat is geopend op dinsdag en vrijdag van 9:30 – 11:30

Kerkvieringen Sint Pancratius: Zondag: 09:15 uur; Dinsdag: 09.**15** uur; Donderdag: 09:**15** uur en **1e**

Vrijdag vd maand: 09.15 uur. *Doordeweekse vieringen beginnen dus voortaan, net als op zondag, om 09.15 uur.*

Zie voor verdere details: 📧 <https://degoedeherdercastricum.nl/vieringen-2-2/>

Eucharistievieringen:

Verdere details waren nog niet voor handen tijdens het afdrucken van Seniorennieuws.

Maar kijk eens op: <https://degoedeherdercastricum.nl/vieringen-2-2/>



Predikanten:

ds. H. (Helga) Frömming;

☎ 06-45596156;

✉ h.fromming2024@gmail.com

🌐 <http://www.pknlimmen.nl/> ☎

pglimmen@gmail.com

Kerkdiensten:

Dag	Maand	Tijd	Voorganger	Bijzonderheden
Zondag	3 mei	10.00	dhr. A. Martens	Organist: S.Boukes
Zondag	10 mei	10.00	ds. S. Rozendal	Organist: T.Schoen
Donderdag	14 mei	10.00	Geen dienst (Hemelvaart)	Dienst in Witte Kerk
Zondag	17 mei	10.00	dhr. G. Sloothaak	Organist: S.Boukes
Zondag	24 mei	10.00	1 ^e Pinksterdag ds. H. Fromming	Organist: S.Boukes
Zondag	31 mei	10.00	Ds. G. den Hartogh	Organist: S.Boukes

Jacobus Major te Akersloot

Kerklaan 37, 1921 BK Akersloot

☎ 0251-31 22 28

✉ jacobusmajor@rk-bronvanlevendwater.nl

Vieringen:



Dag	Maand	Tijd	Voorganger	Bijzonderheden
Zondag	3 mei	10.00	J. Eekels	W&C viering, m. samenzang
Zondag	10 mei	10.00	S. Purperhart	W&C viering, m. samenzang
Donderdag	14 mei	10.00	Hemelvaart Pater R. Hoogenboom	Samenzang met Ria Pijlman
Zondag	17 mei	10.00	Ph.Kint	W&C viering, met samenzang en met Jan Tromp
Zondag	24 mei	10.00	1 ^e Pinsksterdag, Oec..viering J. Eekels	Aquarius en 'Kinderkoor Meerzangertjes'
Zondag	31 mei	10.00	Y.v.Stiphout	WCV/Fam, met Meerzangertjes

Zie voor details: rk-bronvanlevendwater.nl ;

✉ administratie@corneliuskerk-limmen.nl



Protestantse Kerk Castricum

Pastores: Ds. Rik Willemsen ☎ 06 19847998

Dorpskerk, Kerkpad 1, 1901 GV Castricum

OPEN KERK: Donderdag 10.00 – 12.00 u; vrijdag 10.30 – 12.30 u.



Kerkdiensten:

Dag	Maand	Tijd	Voorganger	Bijzonderheden
Zondag	3 mei	10.00	Pastor Ron Hopman	
Maandag	4 mei	18.00	Pastor Bertus Stuifbergen	Raad van Kerken: Herdenking slachtoffers WO II
Zondag	10 mei	10.00	Ds. Rik Willemsen	Zondag cantate; met kinderdienst
Donderdag	14 mei	09.00	Gemeenteleden	Hemelvaartsdag
Zondag	17 mei	10.00	ds. Hanneke Ruitenbeek	Iona viering
Zondag	24 mei	10.00	Ds. Rik Willemsen	Pinksteren
Zondag	31 mei	10.00	Ds. Rik Willemsen	Zondag Trinitatis; Maaltijd van de Heer

De diensten worden uitgezonden via

☎ kerkdienstgemist.nl *Zie voor detail*

☎ <https://www.pkcastricum.nl/vieren>

☎ kerkelijkbureau@pkcastricum.nl

Cornelius Parochie

Pastor-diaken Eugène Brussee ☎ 06-39142565

(Bereikbaar iedere vrijdag van 13:00 – 16:00 uur)

Het **parochiecentrum** in de pastorie is geopend op

vrijdag van 14.00 - 16.00 uur. ☎ 06-15204954

Cornelius Kerk -Dusseldorperweg 74, 1906 JH Limmen

*U kunt kerkdienst **digitaal** volgen via*

www.corneliuskerk-limmen.nl/vieringenrooster/ of

www.kerkdienstgemist.nl ☎ administratie@corneliuskerk-limmen.nl



☎

☎

Eucharistievieringen: (vervolg Cornelius Parochie)

Dag	Maand	Tijd	Voorganger	Bijzonderheden
Zondag	3 mei	10.00	E. Brussee	W&C viering, Dameskoor
Zondag	10 mei	10.00	K. Kint	W&C viering, Vocaal Kwartet
Donderdag	14 mei	10.00	Hemelvaartsdag B. Leurink	W&C viering met Vocaal Heren kwartet

Zondag	17 mei	10.00	Pr. W. Bakker, E. Brussee	CoKo Junior
Zondag	24 mei	10.00	1e Pinksterdag; Brussee en ds. Frömming	Samenzang
Zondag	31 mei	10.00	Vormselviering ; Pastoor-Deken Marcelo; Pastoraal team - BvLW en HC	Klein Koor

**Protestantse gemeente
Uitgeest – Akersloot**

Ds. Tjalling Huisman:
0648413796 – dominee@kerkuitegestakersloot.nl
Uitgeest: Castricummerweg 2 1911 GA Uitgeest
Akersloot – Dielofslaantje 4 1921 EA Akersloot.



?

Rooster van de diensten Uitgeest - Akersloot:

Dag	Mnd	Tijd	Voorganger	Bijzonderheden	loc.
Zondag	3 mei	10.00	Ds. Niels Gillebaard	Organist: Dhr. D. v. Egmond	Uitg
Zondag	10 mei	10.00	Ds. Tjalling Huisman	Organist: Dhr. Ton Schoen	Uitg
Zondag	17 mei	10.00	Els Vlasblom/ Koosje Wiegman	Mw. Katalin Somogyi	Uitg
Zondag	24 mei	10.00	Ds. Tjalling Huisman	Oecumenische viering in RK kerk Akersloot (deze dienst kan niet thuis worden beluisterd !)	Aksl
Zondag	31 mei	10.00	Pastor André Martens	Dhr. Wim Goedegebuur	Uitg

Zie voor details: kerkuitegestakersloot.nl
kerkelijkbureau@kerkuitegestakersloot.nl



7-daagse Rijn- en Moezel cruise met de MS Dutch Melody
Van woensdag 9 sept t/m dinsdag 15 sept 2026.

Uitgebreide informatie in het Seniorennieuws van **FEBRUARI**.



Op 28 mei a.s. organiseert **HOORMIJ.NVVS** een informatiebijeenkomst voor slechthorenden en hun partners, met als onderwerp De gevolgen van slechthorendheid op relatie en gezin.

Na een korte inleiding volgt een interactieve bijeenkomst waarbij de gevolgen van slechthorendheid voor partners en gezinsleden aan de orde komen, Ook wordt aandacht besteed aan wederzijds begrip en mogelijke tips.

Tijd en plaats: donderdag 28 mei van 14.00 tot 16.00 uur in De Jansheeren, Maltezerplein 1, in Heemskerk.

Inloopsprekuren voor slechthorenden in Heemskerk en Alkmaar

Vragen over slechthorendheid? In samenwerking met de Bibliotheek IJmond Noord in Heemskerk en het Noordwest Ziekenhuis in Alkmaar organiseren vrijwilligers van Hoormij/NVVS inloopsprekuren voor slechthorenden.

Met welke vragen kunt u op het spreekuur terecht?

De vragen kunnen gaan over allerlei onderwerpen die te maken hebben met hoor- en evenwichtsproblemen. Dit omvat hoor- en hulpmiddelen en hoe die te verkrijgen, de verschillende behandelmethoden bij hoor- en evenwichtsproblemen, algemene voorlichting, ervaringen en nieuwe ontwikkelingen.

Inloopsprekuren Heemskerk

Het inloopsprekuren in Heemskerk is **elke 3e donderdag van de maand van 10.00 tot 12.00 uur**, het hele jaar door.

Locatie:

Bibliotheek IJmond Noord, in het Gemeentehuis, Maerten van Heemskerckstraat 1 in Heemskerk.

Alkmaar

Het inloopsprekuren in Alkmaar is elke 3e woensdag van de maand van 10.00 tot 12.00 uur, in de maanden januari tot en met mei en september tot en met november.

Locatie:

Noordwest Ziekenhuis, polikliniek Keel-, neus- en oorheelkunde, Wilhelminalaan 12 in Alkmaar

De spreekuren zijn **gratis en zonder afspraak** te bezoeken.

Meer weten?

Heeft u een vraag of wilt u meer informatie? Mail dan naar Alkmaar-IJmond@stichtinghoormij.nl.





Ter info:

1. De **A9** ondergaat van **14 mei tot en met 15 juni 2026** een grote onderhoudsperiode tussen **Alkmaar en Uitgeest**. Tijdens deze periode wordt het asfalt vervangen, wat leidt tot verkeersconsequenties.
2. De A9 wordt geleid over één weghelft, met een maximumsnelheid van **70 kilometer per uur**.
3. Weggebruikers moeten rekening houden met extra reistijd, die kan lopen tot **30 tot 60 minuten**.
4. Van 18 mei tot 9 juni: de **afrit Uitgeest (10)** vanaf A9, Richting Beverwijk is **afgesloten**, maar de **oprit Uitgeest (10)** blijft **open**.
5. Van 18 mei tot 9 juni: de **af- en oprit Akersloot (11)** vanaf A9, richting Uitgeest is **afgesloten**.



**Vetrektijden vakantieweek Teutoburgerwoud
18 mei 2026**

- 9.00 uur Castricum 'WC Geesterduin'^(Vomar) – 9.15
uur Castricum Santmark^(bushalte)
9.30 uur Limmen 'Heeren v. Limmen' – 9.45 uur
Akersloot 't Kruispunt'

PERSBERICHT

Contactpersoon: Winnie Assendelft
E-mail: wassendelft@teamsportservice.nl
Telefoonnummer: 088-2037340

Gratis fietslessen voor senioren

Vindt u het lastig om de (elektrische) fiets te beheersen, bijvoorbeeld tijdens het op- en afstappen of tijdens het maken van een bocht? Voor veel mensen is dat herkenbaar. Vandaar dat de buurtsportcoach fietslessen geeft in Castricum en Limmen. Het doel van de lessen; weer met vertrouwen op de fiets zitten.

De lessen zijn op dinsdag 12 en 19 mei van 10.00 tot 11.30 uur in Castricum op de parkeerplaats van sportpark Wouterland, Van Haerlelaan 31B. Op woensdag 27 mei en 3 juni van 10.00 – 11.30 uur in Limmen op de Parkeerplaats van sporthal de Enterij, Middenweg 3B. U kunt voor een van de twee dorpen kiezen.

Er zijn 2 buurtsportcoaches aanwezig die opgeleid zijn tot fietsinstructeur. Zij geven aan dat het dragen van een helm voor eigen keuze is, gebruik hiervan wordt aangeraden. Het advies is ook om beide lessen te volgen, tijdens de ene les leren we alles aan en tijdens de tweede les herhalen we alles. De lessen zijn in kleine groepen, maximaal 12 deelnemers. De fietsdocent gaat vooral in op persoonlijke wensen. Voor de een is dat op- en afstappen of leren fietsen op hun nieuwe fiets en voor de ander om balans te houden tijdens het omkijken.

Er gebeuren steeds meer ernstige ongelukken in het verkeer onder fietsers. Geen goed nieuws, maar laat u zich daardoor niet ontmoedigen om op de pedalen te stappen. Door deze training krijgt u een betere beheersing over uw (elektrische) fiets en kunt u met meer zelfvertrouwen deelnemen aan het verkeer. Zo kunt u weer genieten van een rondje door de polder, het dorp of de duinen. Fietsen geeft u vrijheid en de mogelijkheid om ergens naar toe te gaan. Blijf dat zo lang mogelijk doen!

Heeft u interesse? Aanmelden is verplicht. Dit kan via de website, www.teamsportservice.nl/kennemerland/senioren. Lukt digitaal aanmelden niet? Dan kunt u altijd contact opnemen met buurtsportcoach Winnie via wassendelft@teamsportservice.nl of bel naar 088-2037340.



Kopij voor 'Senioren Nieuws' van **juni 2026** inzenden uiterlijk **donderdag 21 mei 2026, 12 uur**, maar bij voorkeur graag eerder.

Kopij mailen aan: ✉ snredactie@kbocastricum.nl

Kopij die **na** dit tijdstip wordt aangeleverd kan niet meer worden opgenomen en wordt zo nodig doorgeschoven naar het volgende nummer.



DISTRIBUTIE VAN SENIOREN NIEUWS EN KBO-PCOB MAGAZINE

- ✓ Castricum: Kees Kok ✉ 06-27437272;
- ✓ Limmen: Gerard Pepping ✉ 06-51391334.gtj.pepping@quicknet.nl
- ✓ Akersloot: A. Bruinenberg ✉ 06-17161651
- ✓

OUDERENADVISEURS/ CLIËNTONDERSTEUNERS KBO:

Joost Cornelis Marianna Heeres Hans Oosterwegel
Voor info of het maken van een afspraak: ✉ 06 – 22 37 39 37



OPGAVE VAN

- ✓ Nieuwe leden;
- ✓ Opzeggingen;
- ✓ Adreswijzigingen;
- ✓ E-mailwijzigingen;

Ledenadministratie: mw. Yvonne Midavaine

☎ 06-42632757

✉ ledenadministratie@kbocastricum.nl

Bestuur KBO/ANBO-PCOB Castricum

- Joost S.A. Cornelis, voorzitter ✉ 06-22373937 ✉ voorzitter@kbocastricum.nl;
- Yvonne Midavaine, ✉ 06-42632757, Ledenadministratie, ✉ yvonne.midavaine@kbocastricum.nl;
- Anne-Marie Roomer, secretaris ✉ 06-14401247 ✉ vriesam01@gmail.com;
- Johan Werring ✉ 072-50 53 702;
- Gerda Hoogland-Rood ✉ 0251-319 471 - ✉ whj.hoogland@quicknet.nl;
- Maria Overtoom ✉ 251-311 798 ✉ maria.overtoom@hotmail.com;
- Hans Hoek ✉ 06-13723740;
- Afra Mooij ✉ 06-10803729;

Onze website: ✉ castricum.kbonoordholland.nl

Correspondentieadres KBO/PCOB Castricum – Grote Weide 23, 1902 SK Castricum

Mag ik de aandacht?



● 18 t/m 22 mei

► Voorjaarsvakantie naar Teutoburgerwoud(D)

Informatie zie editie januari.

● 9 t/m 15 september *

► Najaarsvakantieweek 7-daagse Rijn- Moezelcruise
ps. Op aanmeldformulier stond helaas verkeerde datum!^[?]

Informatie zie editie februari

*Aanmeldformulieren in vorige editie

Een vriend vertelde me:

“ Nou....nou..... mijn gehoor wandelt ook achteruit!, ik hoor links bijna niets meer door mijn gehoorapparaatje! Ik baal natuurlijk, maar leg me er ook een beetje bij neer. Ik word nou eenmaal ook ouder, snap je. Leuk is anders, maar goed. Ik een verwijzing bij de huisarts geregeld voor een bezoekje aan de KNO arts: Ja, er is pas in juni plaats. Oké! Lekker dan, denk ik. De week erna fiets ik toevallig rond 16.00 u. langs de audicien en na dan kun je er zonder afspraak naar binnen. Misschien ligt het wel aan mijn gehoorapparaatje, je weet maar nooit, dacht ik tegen beter weten in! Op de app op mijn telefoon gaf hij aan, dat alles oké! was, dus het zal wel niet. Nou, ja, gewoon proberen maar.

**UIT HET LEVEN
GEGREPEN**

En weet je wat die audicien zei, na hem even onderzocht te hebben? ‘Oh, meneer, er zat een breuk in het draadje van uw linker gehoortoestel. Heb ik vervangen. ‘

Een beetje beschaamd verliet ik de winkel, om de volgende dag eveneens met wat – voor de poli baliemedewerkster van de KNO-afdeling onzichtbaar - schaamrood op mijn kaken, aan de telefoon, de afspraak te annuleren.”

Ik antwoordde: “Tja, dat soort ongein gebeurt je zo maar gratis en voor niets!”

“Nou”, antwoordde hij, “een paar weken later had ik – dacht ik – hetzelfde aan mijn rechter gehoorapparaatje. Dus ik weer naar de audicien. Ik zei nog: ‘het is of de duvel ermee speelt! ‘Na een klein onderzoekje, zei de audicien, dat er niets mis was met mijn gehoorapparaat, en dat ik een gehoortest kon krijgen of maar een afspraak met de KNO-arts maken.

Alsnog heb ik de volgende dag een afspraak met de KNO-arts gemaakt. Intussen wel de schaamte voorbij!”

Hans Oosterwegel

Verslag algemene ledenvergadering KBO Castricum **Woensdag 15 april 2026 Parochiehuis Pancratius Kerk te Castricum**

Aanwezige bestuursleden: Joost Cornelis, Johan Werring, Hans Hoek, Maria Overtoom, Yvonne Midavaine, Afra Mooij, Gerda Hoogland en Anne-Marie Roomer- de Vries

Notulist: Anne-Marie Roomer – de Vries

Gast spreker: mw. Winnie Assendelft – Buurtcoach Senioren

01. Welkomstwoord door de voorzitter Joost Cornelis

Joost opent met de zin: “De tijd gaat hoe dan voorbij. Je kunt hem gebruiken om het leven te scheppen dat je wilt, maar ook leven zoals je niet wilt. De keuze is aan jou”. Daarna wordt er ingegaan op de gast spreker die een lezing zal geven met als onderwerp “Wat betekent bewegen voor uw levensvreugde”.

02. Openingsgedachte.

Hierbij wordt stilgestaan bij de leden van de KBO Castricum die ons zijn ontvallen.

03. Vaststellen, verslag van ALV d.d. 16 april 2025

Geen opmerkingen en het verslag wordt goedgekeurd met dank aan Afra Mooij

04. Ingekomen stukken, mededelingen.

Deze zijn of worden vermeld in het ‘Senioren Nieuws’.

05. Financieel jaarverslag KBO – begroting 2027 – contributie 2027

Toelichting door Johan Werring.

De begroting van 2025 is positief afgesloten. Dit komt mede door dat meer leden deelnamen aan de activiteiten.

De advertentiekosten zijn gedaald omdat enkele adverteerders niet betalen ondanks diverse aanmaningen.

Bankkosten zijn gestegen.

De bladen worden niet meer in kleur afgedrukt dat scheelt aan drukwerkkosten.

Het aantal leden in 2025 bedroeg 618.

De contributie blijft in 2027, €25,--.

De resultatenrekening wordt goedgekeurd.

06. Verslag Kascommissie

De Kascommissie bestaat uit mw. Greet Borst en mw. Riekie Kuijper. Zij verklaren dat de balans en alle stukken en bescheiden zijn gecontroleerd en akkoord bevonden en stelt de vergadering voor het bestuur decharge te verlenen. De vergadering stemt unaniem in en verleent het bestuur decharge met dank aan de penningmeester en de kascommissie.

07. Vaststellen nieuwe kascommissie

Mw. Willie Slagman wil nadenken over het aantreden tot de kascommissie.

Mw. Tonny Leitner heeft zich gemeld als reserve kandidaat.

Tot nu toe zijn er geen nieuwe leden voor De Kascommissie benoemd. Komt een oproep hiervoor in het Seniorennieuws.

08. Bestuurswijzigingen

Hierna wordt afscheid genomen van Johan Werring. Hij is ruim tweeëntwintig jaar als bestuurslid werkzaam geweest waarvan dertien jaar als penningmeester. Er is geen opvolger en er ontstaat een nieuwe vacature. Mw. Yvonne Midavaine blijft de ledenadministratie doen.

Met mooie woorden van de voorzitter werd hem een oorkonde, de zilveren speld met logo en een prachtige bos bloemen overhandigd.

Ook Mariet Feijen werd in het zonnetje gezet vanwege haar honderdste wandelverhaal. Zij kreeg uit handen van de voorzitter de oorkonde, een zilveren ketting met logo en ook een prachtige bos bloemen.

09. Rondvraag

- Complimenten aan de voorzitter dat deze de overledenen heeft herdacht.
- Is er bekend hoeveel mensen de website van de KBO bekijken? Wordt nagevraagd.
- Zijn er nog meer bestuurswisselingen. Het antwoord is nee.
- Zijn er nog nieuwe wijk indelingen voor het rondbrengen van het Seniorennieuws? Wordt aan gewerkt. De volgende verschijnt 4 mei.
- De advertenties, worden deze aangepast door de adverteerders? In de meeste gevallen niet.
- De mei – en september reizen gaan door.
- Is het gebruikelijk dat er meerdere reizen worden georganiseerd? Ja dit is op verzoek van de leden.

Johan houdt zijn afscheid speech en bedankt iedereen voor de jarenlange goede en gezellige samenwerking.

Na de pauze volgt de lezing van mw. Winnie Assendelft – Buurtcoach Senioren met als onderwerp:

‘Wat betekent bewegen voor uw levensvreugde.’

Met veel praktische informatie over o.a. veilig fietsen, diverse sportinitiatieven voor senioren in de gemeente.

10. Afsluiting door de voorzitter en deze bedankt de aanwezigen voor hun inbreng.

Aansluitend wordt er nagepraat onder het genot van een hapje en drankje.

KUILMAN
Meester SCHILDERS



KERKWEG 11, 1906 AT LIMMEN, T 06 51 85 77 89
AAN@KUILMANMEESTERSCHILDERS.NL


DIERVOEDERS
ADMIRAAL

Openingstijden:

Maandag	13.00-18.00
Di. t/m vr.	08.30-18.00
Zaterdag	08.30-17.00

Stetlaantje 5
Limmen

Tel. 072 5051225
06 27470889

Wweel

VERZEKERINGEN & HYPOTHEKEN

Dorpsstraat 32 1901 EL Castricum. Telefoon: 0251 - 65 70 50



Groot
modeschoenen

burg. mooystraat 10a • 1901 es castricum • tel.: 0251 652332

Zorgeloos slapen voor nu en later

Lezen, tv kijken of relaxen in bed kan vanaf nu in alle comfort. Ook het bed opmaken, schoonmaken onder het bed of zorg verlenen kan vanaf nu zonder moeite.



Het Comfort bed is immers volledig in hoogte verstelbaar.

Deze hoog-laag boxspring is uw ideale partner om zelfstandig ouder te worden.



Slecht
ter been of niet
mobiel?
Wij halen u graag
thuis op!



wij kennen onze slapers

072 - 505 1454

Rijksweg 108 Limmen - Kerkweg 1 Limmen

www.slaapkennerlute.nl

ook KBO Castricum reist al jaren met



BTR REIZEN

Groepsreizen voor Seniorenverenigingen

Autovakanties All Inclusive

Riviercruises over Europa's mooiste rivieren

Busvakanties All Inclusive

Kerst- en Oud & Nieuwjaar reizen

☎ 055 - 5059500 - WWW.BTRREIZEN.NL

