

ACTIVITEITEN KRANT

PENNEMES ZAANDAM | EDITIE OKTOBER 2025

Welkom oktober

ZATERDAGNACHT VAN 25 NAAR 26 OKTOBER
GAAT DE KLOK EEN UUR ACHTERUIT

Wintertijd



**MUZIEK CAFÉ
JAMBALAYA**

Zo. 12 oktober

**BINGO
MET ONZE TINY**

Wo. 22 oktober

**MUZIEK CAFÉ
ONTROEREND GOED KOOR**

Zo. 26 oktober

.....Ook voor wijkbewoners.....



PENNEMES
350 JAAR ZAAANSE ZORG



Volg Pennemes op social media



U BENT VAN HARTE WELKOM

bij de activiteiten
van Pennemes

PENNEMES

BLOEMGRACHT 95 1502 WB
ZAANDAM

075-65 04 110
INFO@PENNEMES.NL
WWW.PENNEMES.NL



Omzien naar elkaar

Mijmeren over de herfst

Wat heeft u met de herfst? Ik mijmer met een bewoonster over de herfst. Ze zegt: “Het eerste woord dat bij me opkomt als ik aan de herfst denk, is ‘weemoedig’, zo van: *“...’t Is weer voorbij die mooie zomer, die zomer die begon zo mooi en blij. Ik dacht dat er geen einde aan kon komen, maar voor je ’t weet, is heel die zomer alweer lang voorbij...”*

“Voorbij de lange zomeravonden, de zomeractiviteiten, de bloeiende natuur en al die zomerse dingen...” mijmert ze, “maar ook is de herfst een jaargetijde waarin ik weer besef dat we niet voor altijd bloeien. Dat er ook tijden zijn waarop je je bladeren moet laten vallen, zoals de bomen dat ook doen..., om later weer opnieuw te bloeien...”

Wat er verder bij me opkomt? ‘herfst is ook de balans van mijn leven opmaken, terugkijken, loslaten, evalueren, om opnieuw, hoe oud ik ook ben, te bloeien net als de bomen dat doen...”

“steeds als ik wandel, sta ik stil bij een grote boom, en mijmer ik te leren zijn als een boom, geworteld in de aarde, meegaand met de seizoenen van ons leven, een wonderlijk geheim...”

Mooie herfsttijd!

Ds. Hans Tersmette

Verder mijmeren over de herfst, u bent van harte welkom bij:

**-Koffiedrinken bij de ds. Woensdag 1 oktober 2025, 10.15 u – 11.15 u
(Ruimte 0.18)**

**-Oecumenische kerkdienst, Woensdag 15 oktober 2025, 14.30 u Pastor T.
Molenaar (Katholiek Zaanstreek)**

**Koffie met de bestuurder is nu
koffie met de locatiemanager Marije**

Op de donderdag 25 september heeft u kennis kunnen maken met Marije Woolderink, de locatiemanager van Pennemes. Marije sluit maandelijks aan bij het koffie uurtje op donderdag. U hebt dan de mogelijkheid om vragen te stellen. Wilt u graag vooraf een vraag indienen, dan kunt u dit via een briefje t.a.v. Marije afgeven bij de receptie. Het eerstvolgende koffiemoment met Marije is donderdag 16 oktober.



Levenskunst
aandacht en gesprek

Is uw kring kleiner geworden?

Wilt u nieuwe mensen leren kennen?

Wilt u graag praten over onderwerpen die met het dagelijkse leven te maken hebben?

Wilt u meer te weten komen over de gespreksgroep Levenskunst in het Pennemes?

Kom dan vrijblijvend even langs
op woensdag 8 oktober van 10.00 tot 12.00.

we zitten in ruimte 0.18

Gespreksleiders: Diena de Jager en Edith Scheffer

Week 40 maandag 29 september t/m zondag 05 oktober 2025

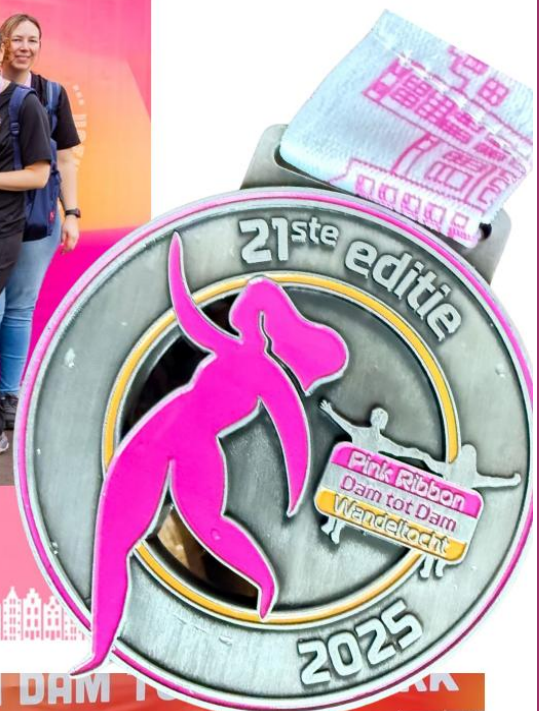
Ma. 29-09	10.00-11.00 uur 10.00-11.30 uur 14.00-16.00 uur	Koffie uurtje Henk's schilderclub Middag Café	Recreatiezaal Foyer Foyer
Di. 30-09	10.00-11.00 uur 13.30-15.30 uur 14.00-16.00 uur	Koffie uurtje Haak- en breicafé Spelletjesmiddag	Recreatiezaal Foyer Recreatiezaal
Wo. 01-10	10.00-11.00 uur 10.15-11.15 uur 11.30-11.50 uur 14.00-16.00 uur 16.30-18.00 uur 14.30-16.00 uur	Koffie uurtje Koffiedrinken met de dominee Blokje om met Jenny Bron Middag Café Snackmiddag Muziekmozaïek	Recreatiezaal Ruimte 0.18 Foyer Foyer Restaurant Ruimte 0.18
Do. 02-10	10.00-11.00 uur 10.00-11.00 uur 14.00-16.00 uur 14.00-16.00 uur 19.30-21.30 uur	Koffie uurtje Spreekuur familieraad Spelletjesmiddag Haak- en breicafé Repetitie Love to Sing	Recreatiezaal aquarium Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal
Vr. 03-10	10.00-11.00 uur 14.00-16.00 uur 14.00-16.00 uur	Koffie uurtje Koersbal Middag Café	Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal
Za. 04-10	10.00-11.00 uur	Koffie uurtje	Recreatiezaal
Zo. 05-10	09.30-10.30 uur	Kerkdienst PGZ o.l.v. Ds. Mw. De H. de Haan, Amsterdam	Recreatiezaal





Pink Ribbon Dam tot Dam Wandeltocht

Zaterdag 20 september 2025



Dam tot Dam wandeltocht

Week 41 maandag 06 oktober t/m zondag 12 oktober 2025

Ma. 06-10	10.00-11.00 uur 10.00-11.30 uur 14.15-16.15 uur 14.00-16.00 uur	Koffie uurtje Henk's schilderclub Verjaardagsviering met het Kapiteins koor (alleen voor bewoners en genodigde gasten) Middag Café	Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal Foyer
Di. 07-10	10.00-11.00 uur 13.30-15.30 uur 14.00-16.00 uur	Koffie uurtje Haak- en breicafé Spelletjesmiddag	Recreatiezaal Foyer Recreatiezaal
Wo. 08-10	10.00-11.00 uur 10.00-12.00 uur 11.30-11.50 uur 14.00-16.00 uur	Koffie uurtje Gespreksgroep Levenskunst Blokke om met Jenny Bron Middag Café	Recreatiezaal Ruimte 0.18 Foyer Foyer
Do. 09-10	10.00-11.00 uur 14.00-16.00 uur 14.00-16.00 uur 14.30-15.30 uur 19.30-21.30 uur	Koffie uurtje Spelletjesmiddag Haak- en breicafé Knutselactiviteit op het dak Repetitie Love to Sing	Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal Daktuin Recreatiezaal
Vr. 10-10	10.00-11.00 uur 14.00-16.00 uur 14.00-16.00 uur 14.15-15.15 uur	Koffie uurtje Pennemes in beweging Middag Café Stoelyoga met Linda	Recreatiezaal Recreatiezaal Foyer Ruimte 0.18
Za. 11-10	10.00-11.00 uur	Koffie uurtje	Recreatiezaal
Zo. 12-10	09.30-10.10 uur 14.15-16.15 uur Zaal open 14.00u	Kerkdienst o.l.v. Ds. D Siebelink, Reeuwijk Muziek café Optreden Jambalaya <i>Bewoners €2,50, Gasten €5,00</i>	Recreatiezaal Recreatiezaal

Optreden van de Blue Devils



en het Westfries collectief



Week 42 maandag 13 t/m zondag 19 oktober 2025

Ma. 13-10	10.00-11.00 uur 10.00-11.30 uur 10.00-12.00 uur 14.00-16.00 uur	Koffie uurtje Henk's schilderclub Modeverkoop Marion Mode Middag café	Recreatiezaal Ruimte 0.18 Foyer Brasserie
Di. 14-10	10.00-11.00 uur 13.30-15.30 uur 14.00-16.00 uur	Koffie uurtje Haak- en breicafé Spelletjesmiddag	Recreatiezaal Foyer Recreatiezaal
Wo. 15-10	10.00-11.00 uur 11.30-11.50 uur 14.00-15.00 uur 14.30-15.30 uur	Koffie uurtje Blokje om met Jenny Bron Middag café Oecumenische kerkdienst o.l.v. pastor mw. T. Molenaar, Katholiek Zaanstreek	Recreatiezaal Ruimte 0.18 Brasserie Recreatiezaal
Do. 16-10	10.00-11.00 uur 10.00-11.00 uur 10.30-11.00 uur 14.00-16.00 uur 14.00-16.00 uur 19.30-21.30 uur	Koffie uurtje Spreekuur familieraad Koffie met locatie manager, Marije Spelletjesmiddag Haak- en breicafé Repetitie Love to Sing	Recreatiezaal Aquarium Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal
Vr. 17-10	10.00-11.00 uur 14.00-16.00 uur 14.00-16.00 uur	Koffie uurtje Koersbal met Anjo Middag café	Recreatiezaal Recreatiezaal Brasserie
Za. 18-10	10.00-11.00 uur	Koffie uurtje	Recreatiezaal
Zo. 19-10	09.30-10.30 uur	Kerkdienst o.l.v. ds. M.A. Jansens, Zaandam	Recreatiezaal



 Taxi service
Zorggroep Zaanstreek

TRY- OUT

Zaterdag 11 & 18 oktober


**HET TAXI BUSJE RIJDT TUSSEN
10.00 EN 15.00 UUR
NAAR HET CENTRUM VAN ZAANDAM
EN VICE VERSA** 

Wilt u de markt bezoeken of gezellig
naar het centrum van Zaandam?
Op 11 en 18 oktober rijdt onze taxi
service tussen 10.00 en 15.00 uur.



Reserveer de taxi via de receptie.
De kosten zijn €3,- per enkele rit. Als u
vaker gebruik maakt van het taxibusje
dan kunt u ook een 10 rittenkaart
kopen voor €25,- bij de receptie. Met
de chauffeur spreekt u af wanneer en
waar u wordt opgehaald.

Let op er gaat geen begeleiding
mee! Dit dient u zelf te regelen.
De begeleider rijdt gratis mee.



Week 43 maandag 20 t/m zondag 26 oktober 2025

Ma. 20-10	10.00-11.00 uur 10.00-11.30 uur 14.00-15.30 uur 14.00-16.00 uur	Koffie uurtje Henk's schilderclub Kun je zingen, zing dan mee Middag café	Recreatiezaal Foyer Recreatiezaal Brasserie
Di. 21-10	10.00-11.00 uur 13.30-15.30 uur 14.00-16.00 uur	Koffie uurtje Haak- en breicafé Spelletjesmiddag	Recreatiezaal Foyer Recreatiezaal
Wo. 22-10	10.00-11.00 uur 11.30-11.50 uur 14.00-16.00 uur 14.00-16.00 uur	Koffie uurtje Blokje om met Jenny Bron Middag café Bingo met Tiny	Recreatiezaal Foyer Brasserie Restaurant
Do. 23-10	10.00-11.00 uur 14.00-16.00 uur 14.00-16.00 uur 14.30-15.30 uur 19.30-21.30 uur	Koffie uurtje Spelletjesmiddag Haak- en breicafé Bakke op het Dakkie Repetitie Love to Sing	Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal
Vr. 24-10	10.00-11.00 uur 14.00-16.00 uur 14.00-16.00 uur	Koffie uurtje Middag café Koersbal met Anjo Geen stoelyoga	Recreatiezaal Brasserie Recreatiezaal
Za. 25-10	10.00-11.00 uur	Koffie uurtje	Recreatiezaal
Zo. 26-10	09.30-10.30 uur 14.15-16.15 uur Zaal open 14.00u	Kerkdienst o.l.v. pastor P. Meijer, Zaandam Muziek Café Optreden Ontroerend Goed koor <i>Bewoners €2,50, Gasten €5,00</i>	Recreatiezaal Recreatiezaal



Optreden van Janine Greven



Nieuws van de dakboer

Het vergeten plantseizoen

Oktober. We zijn alweer in het laatste kwartaal van dit jaar. Al begint op 26 oktober weer de wintertijd, het is voorlopig nog heerlijk herfstweer. Ik zeg heerlijk omdat ik hou van de kleuren en de geur van dit seizoen. Af en toe een flinke wind zodat je de volgende dag overal kastanjes, eikels en wat nog meer kan rapen van de grond. Ik deed dat al als kind maar het is nu ook omdat ik meteen kijk of we er iets van kunnen knutselen.

Maar behalve iets van de grond oprapen kun je er ook iets in stoppen. Oktober is ook een goede tijd om dingen te planten. Men noemde deze maand ook de maand van het vergeten plantseizoen. Nu noemen ze het net even anders. Plant je mee? Klinkt ook wel uitnodigend.

Een andere naam voor deze maand is stoptober. Voor de mensen die willen stoppen met roken (of misschien wel andere ongezonde dingen).

Wij gaan deze maand in ieder geval nog niet stoppen met dagactiviteiten, al wordt het spannend of ze door kunnen gaan op het dak.

2 oktober gaan we knutselen met de Regenboog, de dagbesteding van het Pennemes. Maar andere bewoners natuurlijk ook welkom. Als het weer slecht is doen we het daar binnen.

9 oktober gaan we knutselen op het dak voor de bewoners. Als het slecht weer is gaan we binnen bij KSW zitten.

23 oktober heb ik heel optimistisch nog een bakkie op het dakkie gepland. Maar natuurlijk alleen als het mooi weer is.

Al deze activiteiten vinden plaats op een donderdag tussen 14:30 en 15:30.

Zoals u gewend bent nog enkele interessante dagen deze maand.

4 oktober is omgedoopt in eet geen dierendag. Sluit mooi aan bij de wereld vegetarisme-dag van de eerste van deze maand. Niet te verwarren met 10 oktober, de nationale groente en fruitdag. Dezelfde dag is ook Mental health day, geestelijke gezondheidsdag, en dat klopt ook wel. Met z'n allen wat minder vlees, maar meer groente en fruit eten houdt niet alleen je lichaam maar ook je geest gezond. Dat is wetenschappelijk bewezen. Is het daarom 4 en 5 oktober ook weekend van de wetenschap?

Ik vind het leuk om al die themadagen met elkaar te verbinden maar hoe vlieg ik de volgende daar dan in? 11 oktober, de internationale dag van de trekvogel. Van 18 oktober tot 26 oktober houdt de herfst even vakantie. En de 26ste is het de nacht van de nacht. Wist u dat u dan het dak op kan gaan? Het is er dan rustig en redelijk donker. Even van de nacht genieten en een frisse neus halen. Het kan zomaar.

Oktober eindigt ook weer mooi en spannend. De dag van de zorg voor morgen is op 30 oktober. Spannend is de dag erna, 31 oktober. Dan is het Halloween. Dan gaan kinderen lekker griezelen. Maar wist u dat deze dag ook samenhangt met de dag erna, Allerheiligen.

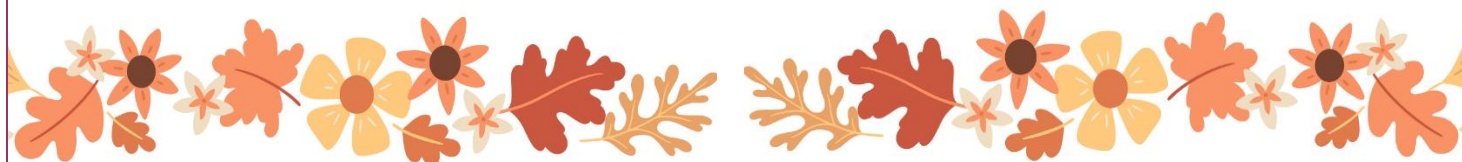
Halloween komt van de Schotse term All Hallow eve. In hallow herkennen we holy oftewel heilig. Letterlijk betekent de naam dus Aller heiligen avond, dus de avond voor Allerheiligen. Eerder werd die avond Samhein genoemd en vierde men het einde van de oogst en het begin van de (Keltische) winter. Zo zie je maar dat heel veel dingen die wij nu nog kennen of doen een oorsprong hebben in oudere dingen. En het herdenken van onze dierbare overlevenden zien we weer terug in de maskers en kostuums die de kinderen dragen. Men zei vroeger dat met Samhein de sluiers tussen de wereld van de levenden en de doden heel dun was en dan als je ze niet goed herdacht, dat ze wel eens zouden kunnen komen spoken. Mensen zette ook eten en drinken voor hen neer. In de Amerikaanse traditie komen de kinderen bij de deuren spoken om wat te eten te krijgen. Meestal is dat natuurlijk snoepgoed, dus daar gaat ons voornemen om in oktober te stoppen met ongezonde dingen. En daarmee is mijn verhaal weer rond en wens ik u een fijne maand oktober met veel herfstkleuren en warmte.

Dakboer Jacob en de groenvrijwilligers.



Week 44 maandag 27 oktober t/m zondag 2 november 2025

Ma. 27-10	10.00-11.00 uur 10.00-11.30 uur 14.00-16.00 uur	Koffie uurtje Henk's schilderclub Middag café	Recreatiezaal Foyer Brasserie
Di. 28-10	10.00-11.00 uur 13.30-15.30 uur 14.00-16.00 uur	Koffie uurtje Haak- en breicafé Spelletjesmiddag	Recreatiezaal Foyer Recreatiezaal
Wo. 29-10	07.30-21.00 uur 10.00-11.00 uur 11.30-11.50 uur 14.00-16.00 uur 14.00-16.00 uur	Stemburo: Verkiezingen 2 ^e kamer Koffie uurtje Blokje om met Jenny Bron Middag café Orkest Jo en Zo	foyer Recreatiezaal Foyer Brasserie Restaurant
Do. 30-10	10.00-11.00 uur 10.00-11.00 uur 14.00-16.00 uur 14.00-16.00 uur 19.30-21.30 uur	Koffie uurtje Spreekuur familieraad Spelletjesmiddag Haak- en breicafé Repetitie Love to Sing	Recreatiezaal Aquarium Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal
Vrij. 31-10	10.00-11.00 uur 14.30-15.15 uur	Koffie uurtje Stoelyoga met Linda Geen koersbal en middag café i.v.m. opbouw Bazaar	Recreatiezaal Ruimte 0.18
Za. 01-11	10.00-15.00 uur	Geen koffie uurtje Bazaar Geen middagmaaltijd in het restaurant i.v.m. Bazaar	Recreatiezaal
Zo. 02-11	9.30-10.30 uur	Kerkdienst o.l.v. Drs. Mw. M. Vermeij, Haarlem	Recreatiezaal



Zaterdag 1 november

BAZAAR

10.00 – 15.00 uur

Gezellige dag
georganiseerd door de
vrijwilligers van Vrienden
van Pennemes



TOMBOLA

BAZAAR PENNEMES.....



Verkoop van: Boeken –
Prullaria – Mooie kleding –
Kleine elektrische spullen &
Speelgoed



Tombola met mooie prijzen
Lotenverkoop: Start vanaf 6
oktober. koop de loten bij
receptie



Gezelligheid en lekkere
hapjes en drankjes



Vanaf 6 oktober start de loterij van de Bazaar. U kunt loten kopen bij de verjaardagsviering of de bingo en ook bij de receptie. Er zijn mooie prijzen te winnen! Alle inkomsten van de bazaar gaan naar Vrienden van Pennemes. Zij steunen goede doelen binnen Pennemes t.b.v. van de bewoners. Zo zijn de kleine uitjes in het voorjaar gesponsord door de vrienden van Pennemes.

Deze dag is er **geen** maaltijd in de zaal. U kunt een maaltijdbbox bestellen. Wel is er verkoop van gebak, huisgemaakte erwtensoep en broodjes kroket

WEES WELKOM BIJ HET MIDDAGCAFÉ!
PRAATJE - HAPJE - DRANKJE -



MA - WOE - VRIJ
14.00- 16.00 UUR

HERDENKINGSBIJEENKOMST

Voor bewoners en collega's, familie en mantelzorgers



VOOR WIE BRANDT U EEN KAARSJE?



WOENSDAG 12 NOVEMBER 2025
AANVANG 19.30 UUR RECREATIEZAAL



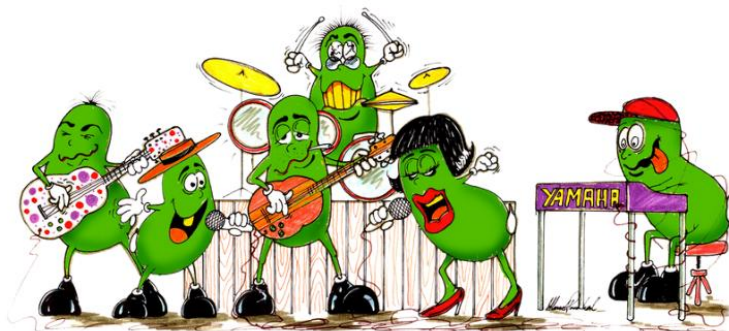
PENNEMES & MENNISTENERF

OKTOBER

Muziek Café

Zorggroep
Zaanstreek

Zondag 5 okt. Jambalaya	14.30 uur	MENNISTENERF
Zondag 12 okt. Jambalaya	14.15 uur	PENNEMES
Zondag 12 okt. Ameezing koor	14.30 uur	MENNISTENERF
Zondag 19 okt. René Meijer	14.30 uur	MENNISTENERF
Zondag 26 okt. Ontroerend Goed koor	14.15 uur	PENNEMES
Zondag 26 okt. Poldertranen	14.30 uur	MENNISTENERF



ENTREE:

KAARTJES KUNT U KOPEN BIJ DE RECEPTIE

BEWONERS PENNEMES EN MENNISTENERF € 2,50

WIJKBEWONERS- GASTEN €5,-