

ACTIVITEITEN KRANT

PENNEMES ZAANDAM | EDITIE MAART 2026



**MUZIEKCAFÉ
PAUL MEIJAARD**

Zo. 08 maart
Aanvang 14.15 uur

**BINGO
MET ONZE TINY**

Woe. 18 maart
Zaal open 14.00 uur

**MUZIEKCAFÉ
AB IJZENDOORN**

Zo. 23 maart
Aanvang 14.15 uur

◀ Ook voor gasten/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



Hoe open bent u?

‘Openheid kun je leren’

Zoals u wel weet zijn er open mensen en gesloten mensen. Mensen met wie je gemakkelijk contact maakt omdat ze je open aankijken en nieuwsgierig zijn én mensen die in zichzelf gekeerd zijn. Aan nieuwigheden, laat staan aan nieuwelingen, hebben ze geen behoefte; buiten de eigen kring is iedereen vreemd. Hoe komt dat toch? Is openheid een karaktereigenschap? Word je ermee geboren? Of is het een kwestie van opleiding of van geestelijke bagage?

Of zou het met openheid net zo gaan als met moed? Zoals je kunt groeien in moed, kun je ook groeien in openheid. U heeft daar vast wel voorbeelden van. En wie zou je dat dan kunnen leren? Het begint, net als bij moed, met een verlangen om open te zijn. En misschien wel met bewondering voor mensen die dat beter kunnen dan jijzelf. Mensen die zich frank en vrij bewegen tussen mensen die heel anders zijn, zonder dat ze naïef zijn. Hoe doen ze dat? Zelf heb ik veel geleerd tijdens mijn pastorale praktijk met name in het ziekenhuis op de i.c. en de verpleegafdelingen en op de psychiatrische afdeling van mensen van uiteenlopend plimage die met hun verhalen zich voor mij openden en stukjes en beetjes van hun leven, van hun vreugde, van hun verdriet, van hun hoop, van hun wanhoop, van hun verlangen met mij deelden. Ook voor hen was dat een avontuur. Tegenover hen zat vaak iemand die ze niet kenden, iemand die zomaar even bij hen op bezoek kwam, en dan weer andere mensen ging bezoeken. En toch brachten ze de moed op om open te zijn. Dat werkt aanstekelijk.

De eerlijkheid gebiedt te zeggen dat openheid geen knop is die je omzet. Het is een proces van vallen en opstaan, een pad met struikelstenen. Het lijkt me een goed begin om in elk geval je eigen geslotenheid onder ogen te zien en het op te merken als je toch met vooroordelen naar iemand zit te luisteren. Of als je iemand uit de weg gaat, omdat je immers al denkt te weten hoe hij of zij is.

Openheid: het heeft vooral te maken met een liefdevolle aanvaarding, waarbij we de ander en onszelf aanvaarden zoals we zijn...als je dat probeert dan zul je zien dat de openheid ook vaak 'vanzelf' komt...

Ik wens jullie veel openheid toe naar elkaar en jezelf!

Ds. Hans Tersmette

Verder praten over openheid, u bent van harte uitgenodigd bij:

-Koffiedrinken bij de dominee: woensdagochtend 4 maart a.s., 10.15u – 11.15u
(Ruimte 0.18)

-Oecumenische kerkdienst: woensdagmiddag 11 maart 2026, 14.30u Katholiek Zaanstreek met pastor M. Bruins

-Paaszangdienst: woensdagmiddag 25 maart 2026, 14.30u met ds. Hans Tersmette, huisdichter Eric van der Heide en het Zangkoor o.l.v. van Frits van Berkum (met piano)





**Muziekcafé
optreden
Wil & friends**



**KARAOKE
MUZIEK**
Middag
MET JO

**ZATERDAG
7 MAART**

RECREATIEZAAL
**14.00 - 15.00
UUR**

**ZING GEZELLIG MEE!
BEKIJK DE BEELDEN
VAN DE MUZIEK OP
HET GROTE SCHERM**

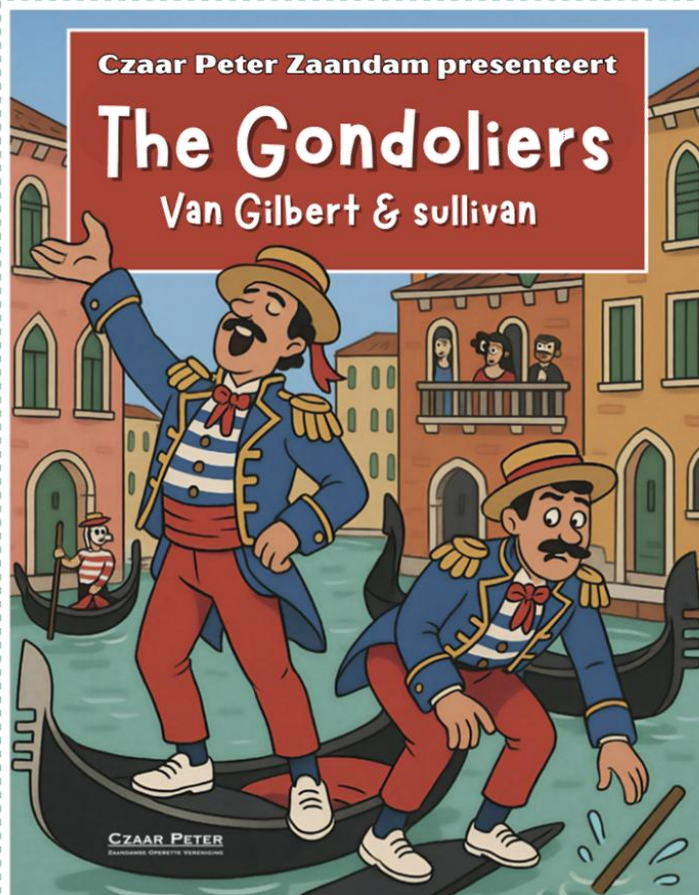


GEEN ENTREE

TRY-OUT

Week 10 Maandag 2 t/m zondag 8 maart 2026

Zo- 01-03	09.30-10.30 uur 10.00-11.00 uur	Kerkdienst o.l.v. Ds. H. Tersmette Koffie uurtje	Recreatiezaal Foyer
Ma. 02-03	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. 03-03	10.00-12.00 uur	Feestelijk afscheid van bestuurder Leo voor bewoners Geen middagactiviteiten i.v.m. afcheid Leo <i>Avondbroodje is bij de dagbesteding</i>	Recreatiezaal
Wo. 04-03	10.00-11.00 uur 10.15-11.15 uur 11.30-11.50 uur 14.00-16.00 uur 15.00-16.00 uur 16.30-18.00 uur	Koffie uurtje Koffie met de dominee Blokje om met Jenny Bron Middag Café Klassieke muziek mozaïek Lekker snacken	Recreatiezaal Ruimte 0.18 Foyer Brasserie Dagbesteding Recreatiezaal
Do. 05-03	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	Koffie uurtje Spreekuur cliëntenraad Koffie met de locatie manager Marije Spelletjesmiddag Haak- en breicafé	Recreatiezaal Aquarium Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal
Vr. 06-03	10.00-11.00 uur 14.00-15.00 uur 14.00-18.00 uur 13.30-15.15 uur	Koffie uurtje Pennemes in beweging met Jo Middag Café Stoelyoga met Linda	Recreatiezaal Recreatiezaal Foyer Ruimte 0.18
Za. 07-03	10.00-11.00 uur 14.00 -15.00 uur	Koffie uurtje Muziekmiddag/Karaoke met Jo	Recreatiezaal Recreatiezaal
Zo. 08-03	10.00-11.00 uur 09.30-10.30 uur 14.15-16.15 uur Zaal open 14.00u	Koffie-uurtje Kerkdienst o.l.v. Ds. M.A Jansens Zaandam Muziek café Optreden van Paul Meijaard <i>Bewoners €2,50, Gasten €5,00</i>	Foyer Recreatiezaal Recreatiezaal



Welkom in Venetië! Maak kennis met Giuseppe en Marco, twee toffe gondeliers die met hun charme de stad veroveren. Maar dan komt het nieuws: één van hen is de vermiste Koning van Barataria! Het enige probleem? Ze weten niet wie van de twee!

Kom ook gezellig kijken/luisteren op **Dinsdag 10 maart** naar deze komische operette waarbij de zang wordt uitgevoerd door de operette vereniging Czaar Peter uit Zaandam. Verkoop van de kaarten is vanaf 2 februari via de receptie. Kaart bewoners €3,50, voor gasten €6.-



Stichting Vrienden van Pennemes

Stichting Vrienden van Pennemes ondersteunt het zorgcentrum Pennemes bij het zo aangenaam mogelijk maken van het leefklimaat van onze bewoners.

U kunt ons steunen door een eenmalige gift, een jaarlijkse donatie, een schenking of een nalatenschap. Wij stellen elk bedrag op prijs.

Uw bijdrage komt in zijn geheel ten goede aan ons zorgcentrum omdat de stichting geen belasting hoeft te betalen over giften (ANBI-verklaring).

Voor uw bijdrage kunt u gebruik maken van rekeningnummer

NL45 RABO 0352 7453 71 t.n.v.

Stg. Vrienden van Pennemes.

Martijn de Ridder, voorzitter.



Week 11 maandag 9 t/m zondag 15 maart 2026

Ma. 09-03	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 nog zingen, zing dan mee Middag Café	Recreatiezaal Foyer Recreatiezaal Brasserie
Di. 10-03	10.00-11.00 uur 10.00-11.30 uur 13.30-15.30 uur 14.00-16.00 uur Zaal open 19.00 u	Koffie uurtje Henk's schilderclub Haak- en breicafé Spelletjesmiddag Optreden Operette vereniging Czaar Peter	Recreatiezaal Foyer Foyer Recreatiezaal Recreatiezaal
Wo. 11-03	10.00-11.00 uur 10.00-12.00 uur 11.30-11.50 uur 14.00-16.00 uur 14.30-15.30 uur	Koffie uurtje Levenskunst gespreksgroep Blokke om met Jenny Bron Middag Café Oecumenische kerkdienst o.l.v. Pastor M. Bruins	Recreatiezaal Ruimte kantoortuin Foyer Brasserie Recreatiezaal
Do. 12-03	10.00-11.00 uur 14.00-16.00 uur 14.00-16.00 uur 19.30-21.30 uur	Koffie uurtje Spelletjesmiddag Haak- en breicafé Repetitie Love to Sing	Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal
Vr. 13-03	10.00-11.00 uur 14.00-18.00 uur 14.00-16.00 uur	Koffie uurtje Middag Café Koersbal met Anjo	Recreatiezaal Brasserie Recreatiezaal
Za. 14-03	10.00-11.00 uur	Koffie uurtje	Recreatiezaal
Zo. 15-03	10.00-11.00 uur 09.30-10.30 uur	Koffie uurtje Kerkdienst o.l.v. Ds. D. Smink, Alblasserdam	Foyer Recreatiezaal

LEZING OVER DE ZORG IN DE ROSMOLENWIJK

VRIJDAG 20 MAART



19.30 - 21.30 UUR - ZAAL OPEN 19.00 UUR



PAASLUNCH

MAANDAG 6 APRIL

ZAAL OPEN 12.00 UUR

2 Paasdag, maandag 6 april is er weer een gezellige Paaslunch. Alle bewoners ontvangen een persoonlijke uitnodiging . Opgeven voor de Paaslunch kan bij de receptie voor 23 maart (VOL=VOL)

Week 12 maandag 16 t/m zondag 22 maart 2026

Ma. 16-03	10.00-11.00 uur 10.00-11.30 uur 14.00-16.00 uur 14.00-16.00 uur	Koffie uurtje Henk's schilderclub Modeverkoop Fashion Plus Middag café	Recreatiezaal Foyer Foyer Brasserie
Di. 17-03	10.00-11.00 uur 10.00-11.30 uur 13.30-15.30 uur 14.00-16.00 uur	Koffie uurtje Henk's schilderclub Haak- en breicafé Spelletjesmiddag	Recreatiezaal Foyer Foyer Recreatiezaal
Wo. 18-03	10.00-11.00 uur 11.30-11.50 uur Vanaf 14.00 uur 14.00-15.00 uur 19.30-20.30 uur	Koffie uurtje Blokje om met Jenny Bron Bingo met onze Tiny Middag café Alzheimercafé	Recreatiezaal Foyer Recreatiezaal Brasserie Recreatiezaal
Do. 19-03	10.00-11.00 uur 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 Spreekuur cliëntenraad Spelletjesmiddag Haak- en breicafé Bakkie op het Dakkie Repetitie Love to Sing	Recreatiezaal Aquarium Recreatiezaal Recreatiezaal Daktuin Recreatiezaal
Vr. 20-03	10.00-11.00 uur 14.30-15.15 uur 14.00-18.00 uur 19.00-20.30 uur	Koffie uurtje Stoelyoga met Linda Middag café Lezing met beelden van vroeger over: de zorg in de Rosmolenwijk	Recreatiezaal Ruimte 0.18 Brasserie Recreatiezaal
Za. 21-03	10.00-11.00 uur 10.00-15.00 uur	Koffie uurtje Taxibusje rijdt naar centrum Zaandam en visa versa U kunt ook banden laten oppompen	Recreatiezaal Foyer
Zo. 22-03	10.00-11.00 uur 09.30-10.30 uur 14.15-16.15 uur Zaal open 14.00u	Koffie uurtje Kerkdienst o.l.v. Ds. J.A.H. Jongkind uit Langerak. Muziek café Optreden van Ab IJzendoorn <i>Bewoners €2,50, Gasten €5,00</i>	Foyer Recreatiezaal Recreatiezaal

Nieuws van de dakboer

Kom maar op met de lente.

Terwijl ik dit schrijf bedenk ik me dat de titel nog erg optimistisch is. Vandaag fietste ik door de sneeuw naar het Pennemes. Maar zoals iedereen het gewend is, is maart de maand dat het zogenaamde buitenseizoen weer begint. Met dak-activiteiten zoals u die van mij gewend zijn.

We hebben deze maand elke donderdag wel iets. Elke keer tussen 14:30 en 15:30.

5 maart gaan we knutselen op het dak met de dagbesteding van de Regenboog. Bij mooi weer op het dak, bij slecht weer binnen bij de Regenboog.

12 maart gaan we knutselen met bewoners. Als het weer niet mooi is wordt het een activiteit van de bewoners van KSW, lekker warm bij hen binnen.

19 maart is bakkie op het dakkie. Bij mooi weer, anders vervalt deze activiteit. Op 28 maart hopen wij met wat mannen van KSW te gaan klussen. Kleine projectjes zoals nestkastjes. Deze activiteit is voor de mannen van KSW maar als er handige handjes zijn die hun mee willen helpen laat dit dat even weten aan de dakboer.

NL. Doet bij Pennemes en Mennistenerf.

Ook dit jaar beginnen we traditioneel het 'buitenseizoen' met NL. Doet. Normaal deden we dit alleen bij Pennemes maar in 2026 gaan we ook bij het Mennistenerf aan de slag. Op vrijdag 13 maart gaan we bij het Mennistenerf tussen 8:00 en 11:30 de binnentuin helemaal lente klaar maken en met bewoners nestkastjes maken. De tuinmeubels krijgen een schoonmaakbeurt, we brengen wat kleur aan door lentebloemen neer te zetten en vegen de boel helemaal aan. Als we eraan toe komen bouwen we ook een afdakje voor de kippen.



Zaterdag 14 maart is Pennemes aan de beurt. Van 10:00 tot 14:00. Dan gaan we de daktuin en de binnentuin lente klaar maken. Ook hier brengen we kleur aan in de vorm van nieuwe plantjes, vegen we de boel aan en gaan we nestkastjes met de bewoners maken. Op de daktuin gaan we een rozenboog plaatsen en een droogtafel in elkaar zetten.

We zijn nog op zoek naar enthousiaste vrijwilligers. Opgeven kan via de site van NL. Doet. Er is op beide dagen nog ruimte.

Als er bewoners zijn die ons willen helpen met het in elkaar zetten van nestkastje zijn die uiteraard ook welkom. Laat dat dan weten via dakboer@zgzn.nl of via de receptie van Pennemes.

Kortom, we zullen klaar zijn voor de lente als ze komt.
En hier nog een paar leuke dagen.



1 maart	nationale complimenten dag
1 maart	Wereld dag van de Wilde Dieren en Planten
2-8 maart	Week van de afvalhelden
19 maart	Let's laugh day
20 maart	internationale dag van het geluk
20 maart	start lente
23 -27 maart	week van de lentekriebels

En met die lentekriebels wens ik u alvast warme tijden en tot ziens op de daktuin.

Dakboer Jacob



ONZE CHAUFFEURS RIJDEN U NAAR HET CENTRUM VAN ZAANDAM

Reserveren via de receptie



zaterdag 21 maart

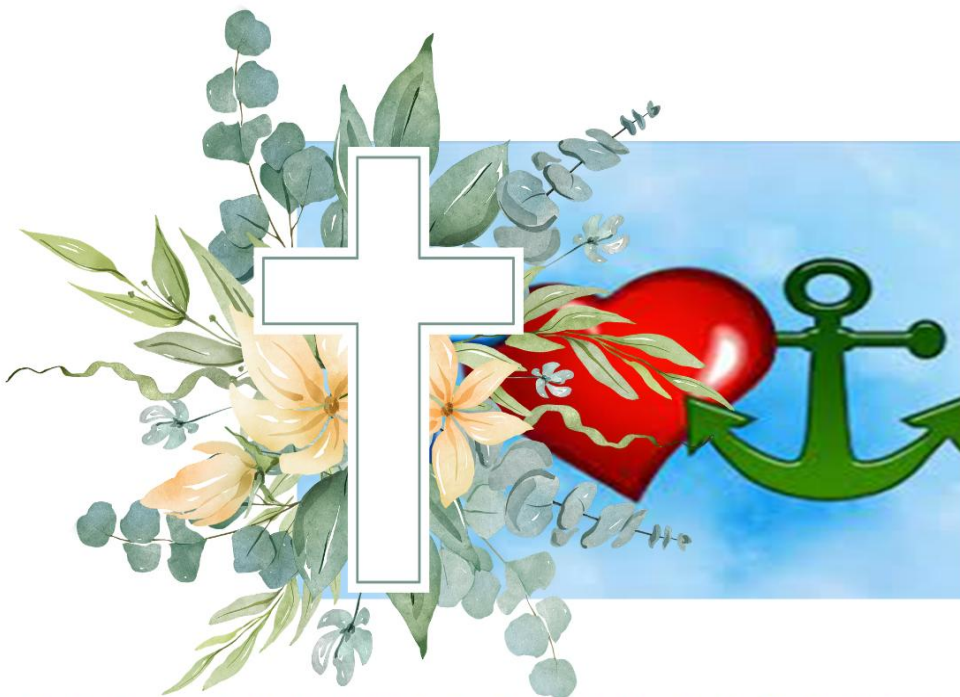
Tussen 10.00-15.00 uur

PAASZANGDIENST

VOOR IEDEREEN

woensdag 25 maart

AANVANG 14.30 UUR RECREATIEZAAL



Week 12 maandag 23 maart t/m zondag 29 maart 2026

Ma. 23-03	10.00-11.00 uur 10.00-11.30 uur 14.00-16.00 uur 14.00-16.00 uur	Koffie uurtje Henk's schilderclub Kun je nog zingen, zing dan mee middag café	Recreatiezaal Foyer Recreatiezaal Brasserie
Di. 24-03	10.00-11.00 uur 10.00-11.30 uur 13.30-15.30 uur 14.00-16.00 uur	Koffie uurtje Henk's schilderclub Haak- en breicafé Spelletjesmiddag	Recreatiezaal Foyer Recreatiezaal Recreatiezaal
Wo. 25-03	10.00-11.00 uur 11.30-11.50 uur 14.00-16.00 uur 14.30-15.30 uur	Koffie uurtje Blokje om met Jenny Bron Middag café Paaszangdienst o.l.v. Ds. H. Tersmette, Zaandam	Recreatiezaal Foyer Brasserie Recreatiezaal
Do. 26-03	10.00-11.00 uur 14.00-16.00 uur 14.00-16.00 uur 19.30-21.30 uur	Koffie uurtje Spelletjesmiddag Haak- en breicafé Repetitie Love to Sing	Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal
Vr. 27-03	10.00-11.00 uur 14.00-18.00 uur 14.00-16.00 uur	Koffie uurtje Middag café Koersbal	Recreatiezaal Brasserie Recreatiezaal
Za. 28-03	10.00-11.00 uur	Koffie uurtje	Recreatiezaal
Zo. 29-03	10.00-11.00 uur 09.30-10.30 uur	Koffie uurtje Kerkdienst o.l.v. <i>(Is nog niet bekend)</i>	Foyer Recreatiezaal
Ma.30-03	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. 31-01	10.00-11.00 uur 10.00-11.30 uur 13.30-15.30 uur 14.00-16.00 uur	Koffie uurtje Henk's schilderclub Haak- en breicafé Spelletjesmiddag	Recreatiezaal Foyer Recreatiezaal Recreatiezaal

TAXI SERVICE ZORGROEP ZAANSTREEK



MAAK GEBRUIK VAN ONZE TAXI DIENST

Beschikbaar van ma t/m vrij 11.00-15.00 uur reserveren via de receptie

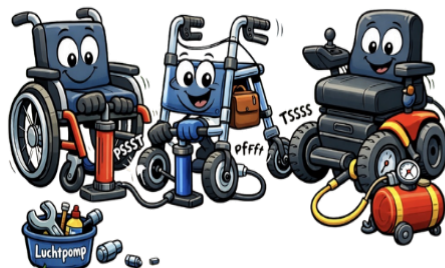
Zorggroep Zaanstreek heeft een eigen taxiservice. Onze chauffeurs rijden van maandag t/m vrijdag.

In de ochtend halen onze chauffeurs eerst de cliënten van de dagbesteding op. Daarna is er tijd voor ritjes vanaf 10.30-15.00 uur.

Wilt u gebruik maken van van de taxiservice? Neem dan contact op met de receptie.

De taxiservice is ook beschikbaar voor bewoners uit de buurt.

Indien de taxi op zaterdag rijdt, wordt dit in de activiteitenkrant vermeld. U kunt op deze dag ook de banden van uw rollator en of rolstoel laten oppompen.





CENTRALE CLIËNTENRAAD

De cliëntenraad van Pennemes praat namens de cliënten mee over het beleid. Het is belangrijk dat erover de wensen van cliënten wordt gesproken, want u woont hier en u bent immers de deskundige op het gebied van de zorg en de begeleiding. De cliëntenraad behartigt daarom uw belangen.

Zoals u misschien wel weet, is er elke twee weken op de donderdagochtend een spreekuur van de cliëntenraad tijdens het koffiedrinken van tien tot elf. Leden van de cliëntenraad zitten dan klaar om uw vragen te beantwoorden en u advies te geven. Eén keer per maand is de locatiemanager van Pennemes, Marije Woolderink, hierbij een half uur aanwezig.

Mennistenerf heeft een eigen cliëntenraad. De leden van de twee cliëntenraden vergaderden tot nu toe samen met het bestuur.

Omdat die groep erg groot werd, vergaderen de lokale cliëntenraden voortaan met de locatiemanager.

Daarnaast is op 3 februari een centrale cliëntenraad voor Zorggroep Zaanstreek geïnstalleerd. Hierin zitten twee leden van iedere cliëntenraad. Van deze bijzondere gebeurtenis is een foto gemaakt. De centrale cliëntenraad zal vergaderen met het bestuur. We hopen u snel weer te zien tijdens het volgende spreekuur, dat is gepland op donderdag 5 maart. Om half elf is Marije Woolderink ook aanwezig.

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



MA/WOE 14.00-16.00 UUR
VRIJ 14.00-18.00 UUR

Het middag Café is op vrijdagmiddag open tot 18.00 uur! Bij genoeg animo wordt voor volgende maand gekeken of het middagcafé ook op woensdag langer open kan blijven

Lente

Lieve lente,
waar bleef je zo lang?
Ik was al zo bang dat je niet meer zou komen.

Waar zouden de bloemen dan zijn in het gras
de kinderen spelend zonder jas.
Kalfjes en lammetjes in de wei.
Vlinders en eendjes, een zoemende bij?

Lieve lente,
Daar ben je toch weer en met je zonneschijn.
Laat jij het gewoon weer volop voorjaar zijn!





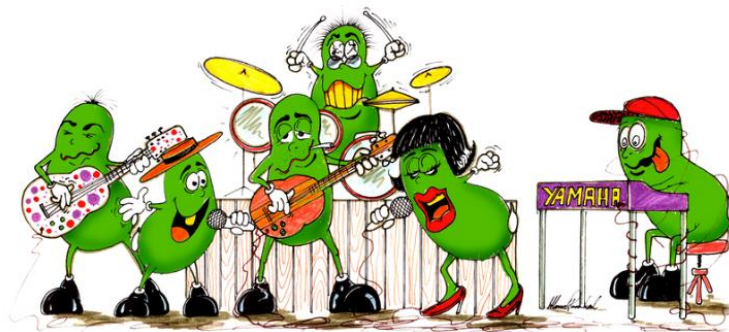
PENNEMES & MENNISTENERF

MAART 2026

Muziek Café

Zorggroep
Zaanstreek

Zondag 01 mrt	Ron Moed	14.30 uur	MENNISTENERF
Zondag 08 mrt	Paul Meijaard	14.15 uur	PENNEMES
Zondag 08 mrt	Will & Friends	14.30 uur	MENNISTENERF
Zondag 15 mrt	Eilandspolder koor	14.30 uur	MENNISTENERF
Zondag 22 mrt	Ab IJzendoorn	14.15 uur	PENNEMES
Zondag 22 mrt	De Horn Singers	14.30 uur	MENNISTENERF



ENTREE:

KAARTJES KUNT U KOPEN BIJ DE RECEPTIE

BEWONERS PENNEMES EN MENNISTENERF € 2,50

WIJKBEWONERS- GASTEN €5,-