

# ACTIVITEITEN KRANT

PENNEMES ZAANDAM | EDITIE JULI 2018



---

## SAMEN ZOMEREN

Vr. 13 juli 2018  
15.00 uur - 19.00 uur

## LANDGOED HOENDERDAELL KONIJNEN KNUFFELEN

Do. 19 juli 2018  
10.00 uur - 16.00 uur

Wo. 25 juli 2018  
13.30 uur - 14.30 uur

---



PENNEMES  
350 JAAR ZAAANSE ZORG



Volg Pennemes op social media



# U BENT VAN HARTE WELKOM

bij de activiteiten  
van Pennemes

PENNEMES

PENNEMES 7  
1502 WV  
ZAANDAM

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

Voor bewoners en geïnteresseerden organiseert Pennemes regelmatig activiteiten op het gebied van beweging, muziek, recreatie, creativiteit, gezelschap, theater, religie, natuur en cultuur. Deze activiteiten vinden plaats in de recreatiezaal, het restaurant, de (dak)tuin, de foyer of extern. Een openbare activiteit is toegankelijk voor bewoners, introducés, wijkbewoners en geïnteresseerden. Iedereen is welkom en gezelligheid staat voorop. Maandelijks komt er een activiteitenkalender uit. Bewoners ontvangen deze in de brievenbus. Geïnteresseerden kunnen de activiteitenkalender ophalen bij de receptie of de foyer. Wij doen ons uiterste best om u een gevarieerd activiteiten programma aan te bieden. Uw tips en suggesties zijn meer dan welkom.

## *Aangenaam kennis te maken*



**Rutger de Graaf**  
Innovatie adviseur

Mijn naam is Rutger de Graaf, innovatie adviseur bij Pennemes. Ik ben 38 jaar en woon met mijn vriendin Linda op de Lindengracht in Amsterdam.

Ik werk nu 9 jaar met veel plezier bij Pennemes. In die tijd heb ik mogen helpen om verschillende leuke projecten van idee naar realiteit te begeleiden. Je kan hierbij denken aan de Pennemes-taxi, het Sociaal Wijkteam en het Cliëntbureau.

De laatste jaren houd ik me veel bezig met alle groene activiteiten van Pennemes, zoals de luchtzuiverende planten op KSW, de herinrichting van de binnentuin, de daktuin, de wekelijkse natuurwandeling vanuit onze foyer en al onze dierenprojecten. De gierzwaluwkasten, de vogelkasten, de bijenvolken, knuffelkippen en dakkonijnen.

Heb je ook ideeën over groen of dieren bij Pennemes of in de wijk? Stuur eens een berichtje naar [r.degraaf@pennemes.nl](mailto:r.degraaf@pennemes.nl)

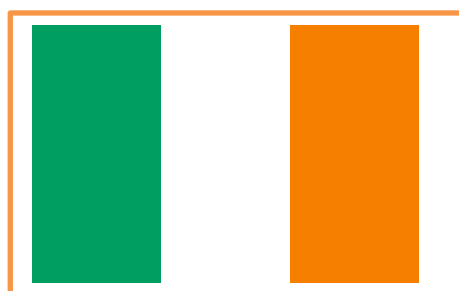
DE KALENDER EN DE ACTIVITEITEN VAN PENNEMES WORDEN MOGELIJK GEMAAKT DOOR DE INZET VAN COLLEGA'S, VRIJWILLIGERS EN LEVERANCIERS.

PENNEMES | ACTIVITEITENPROGRAMMA | JULI 2018

Week 27 - zo. 1 juli t/m zo. 8 juli

Zo.	01-07	Deze maand 14.30-15.30	zijn er geen kerkdiensten op Pianoconcert Anja v.d. Ploeg	de zondagen. Restaurant
Ma.	02-07	14.00-15.30 17.00-18.00	Zingen met orgelbegeleiding Eten met Piet	Recreatiezaal Recreatiezaal
Di.	03-07	14.00-16.00 14.30-16.00	Visboer Peter Vierhout Spelletjesmiddag	Recreatiezaal Recreatiezaal
Wo.	04-07	10.00-13.00 10.00-11.00 10.00-10.30 10.45-11.15  14.00-15.30 16.00-18.00	Helpen op het dak Gezond Natuur Wandelen Banden oppompen in de foyer Koffie met de dominee Winkeltje open: 14.00-15.30 Een optreden voor KSW Piet's Snackplek	Daktuin Foyer Foyer Recreatiezaal  Recreatiezaal Recreatiezaal
Do.	05-07	10.30-11.30 14.00-16.00 14.30-16.00	Bewegen voor ouderen Handwerken in het Breicafé Spelletjesmiddag (met sjoelen)	Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal
Vr.	06-07	09.30-10.00  14.00-16.00	Spreekuur vertrouwenspersoon cliënten Dhr. Paul Enzlin Koersbal	1 hoog naast lift JKL Recreatiezaal
Za.	07-07	14.00-17.00	Klaverjassen SVZ	Recreatiezaal
Zo.	08-07			

Verkoop Samen Zomeren 2018.  
 Inschrijven bij de gastvrouw.  
 Kosten € 8,50. Beperkt aantal kaarten  
 beschikbaar.





Week 28 | ma. 9 juli t/m zo. 15 juli

Ma.	09-07	17.00-18.00	Eten met Piet	Recreatiezaal
Di.	10-07	10.00-14.00 14.00-16.00 14.30-16.00	Verkoop Luna Zepen Visboer Peter Vierhout Spelletjesmiddag	Foyer Recreatiezaal Recreatiezaal
Wo.	11-07	10.00-13.00 10.00-11.00 10.00-10.30 10.30-11.00 17.00-18.00	Helpen op het dak Gezond Natuur Wandelen Banden oppompen in de foyer Koffie met de directeur Eten met Piet	Daktuin Foyer Foyer Recreatiezaal Recreatiezaal
Do.	12-07	10.30-11.30 14.00-16.00 14.30-16.00	Bewegen voor ouderen Handwerken in het Breicafé Spelletjesmiddag (met sjoelen)	Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal
Vr.	13-07	15.00-19.00	Samen Zomeren: Thema Ierland Ontvangst Bingo met Koen & Chris Ierse Muziek Ierse Maaltijd	Recreatiezaal
				
Za.	14-07			
Zo.	15-07			



PENNEMES | ACTIVITEITENPROGRAMMA | JULI 2018

WEEK 29 - ma. 16 juli t/m zo. 22 juli

Ma.	16-07	14.00-15.30 17.00-18.00	Zingen met orgelbegeleiding Eten met Piet	Recreatiezaal Recreatiezaal
Di.	17-07	10.00-12.00 10.30-11.30 14.00-16.00 14.30-16.00	Verkoop Textiel van Leegwater Zingen met de Golden Pennies Visboer Peter Vierhout Spelletjesmiddag	Foyer Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal
Wo.	18-07	09.00-10.00  10.00-13.00 10.00-11.00 10.00-10.30 14.30-15.30  16.00-18.00	Zwemmen in 'ZaanGolf' <b>Opgeven bij de receptie.</b> Helpen op het dak Gezond Natuur Wandelen Banden oppompen in de foyer Kerkdienst o.l.v. W. Holleman (Kerk van de Nazarener) Piet's Snackplek	Zwembad  Daktuin Foyer Foyer Recreatiezaal  Recreatiezaal
Do.	19-07	10.00-16.00  10.30-11.30 14.00-16.00 14.30-16.00	<b>EXCURSIE</b> Landgoed Hoenderdaell  Bewegen voor ouderen Handwerken in het Breicafé Spelletjesmiddag (met sjoelen)	Anna Paulowna   Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal
Vr.	20-07			
Za.	21-07			
Zo.	22-07			



PENNEMES | ACTIVITEITENPROGRAMMA | JULI 2018

WEEK 30 - ma. 23 juli t/m zo. 29 juli

Ma.	23-07	14.30-16.00 17.00-18.00	Verjaardagviering: De Camping Zomershow. Eten met Piet	Recreatiezaal Recreatiezaal
Di.	24-07	10.30-11.30 14.00-16.00 14.30-16.00	Zingen met de Golden Pennies Visboer Peter Vierhout Spelletjesmiddag	Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal
Wo	25-07	10.00-10.30 10.00-11.00 10.00-13.00 17.00-18.00	Banden oppompen in de foyer Gezond Natuur Wandelen Helpen op het dak Eten met Piet	Foyer Foyer Daktuin Recreatiezaal
Do.	26-07	10.30-11.30 14.00-16.00 14.30-16.00	Bewegen voor ouderen Handwerken in het Breicafé Spelletjesmiddag (met sjoelen)	Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal
Vr.	27-07	10.00-16.00 14.00-17.00	Groen & Plezier ZomerBingo SVZ 	Binnentuin Recreatiezaal
Za.	28-07			
Zo.	29-07			



**WEEK 31 | ma. 30 juli t/m di. 31 juli**

Ma.	30-07	14.00-15.30 17.00-18.00	Zingen met orgelbegeleiding Eten met Piet	Recreatiezaal Recreatiezaal
Di.	31-07	10.30-11.00 11.00-11.30 14.00-16.00 14.30-16.00	Zingen met de Golden Pennies Met: De Golden Pennies Special Visboer Peter Vierhout Spelletjesmiddag	Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal

## Programma daktuin juli

Er gebeurt weer van alles op de daktuin. Er zijn nieuwe bewoners in het konijnenhok en er komen goede stoelen. Elke woensdag tussen 10:00 en 13:00 zijn een aantal dakvrijwilligers op het dak bezig, dus een mooi moment om ze vragen te stellen. De mannen van kleinschalig wonen zijn elke maandag tussen 14:00 en 15:00 bezig de mezenkastjes een Zaanse uiterlijk te geven. Naast dergelijke vaste activiteiten hebben we in juli nog wat extra dingen gepland:

### 8 juli - Struinen in de tuinen.

De daktuin doet samen met nog dertig tuinen mee met 'struinen in de tuinen'. Op 8 juli komt hier dan *Moi, le voisin* spelen. Deze band gaat terug naar zijn wortels: het Nederlandse volksliedje! Deze folk is soms respectvol, soms rücksichtslos, altijd met een flinke dosis eigengereidheid. Ze treden drie keer op namelijk: 12:45 / 14:15 / 15:45 uur.

### 11 juli - Konijnen: Knuffelen en kennismaken. 13:30 – 14:30 uur

We hebben twee lieve knuffelaars op de daktuin. Mama Beer en Baby Beer. Ze houden erg van knuffelen. Dus kom vandaag kennismaken. We zorgen voor thee en koffie. We gaan ook bedenken wat leuk is om voor ze te gaan maken. Konijnen willen graag spelen, wie weet kunnen we wel een konijnenpretpark voor ze bedenken?

### 25 juli - Konijnen: knuffelen en knutselen. 13:30 – 14:30 uur

Een leuk begin van de zomervakantie: Vandaag gaan we voor de konijnen Mama Beer en Baby Beer speeltjes en bouwsels maken. Voor jong en oud!





Verjaardagen van bewoners in juli

Huis		
05-07	Mw. T. van Kroonenberg-Staveren	Km. 1.16
08-07	Mw. A.R.J. Meijers-Huisman	Km. 1.58
12-07	Dhr. L. de Boer	Km. 0.31
27-07	Mw. A.M.A. Komen	Km. 1.55
31-07	Mw. F. Derks-de Vries	Km. 1.40
Zorgwoningen		
01-07	Mw. C.J. van der Horst-Loendersloot	Pen. 81
01-07	Dhr. K. Shafie	Pen. 27
01-07	Mw. G. Brak-Post	Pen. 55
02-07	Mw. M. Boers-de Vries	J. Kl. 52
02-07	Mw. J. Vink-Riet	Km. 0.72
04-07	Mw. T.A. van der Meer-Vogelzang	Pen. 3
08-07	Mw. P. Jung-Behouden	Pen. 71
08-07	Dhr. C.W. M. Roskam	Pen. 34
13-07	Mw. S. Dijkstra-v.d. Veer	J. Kl. 78
15-07	Mw. M.E. Morianner-van Polanen Petel	Pen. 60
15-07	Mw. A. J. Vlam-van Beek	Pen. 65
16-07	Mw. H. Westrik-Hollebeek	J. Kl. 54
22-07	Dhr. H. Tongelet	Pen. 25
24-07	Mw. G.C. Kornet	Pen. 85
25-07	Mw. T. Rijken-Pos	Pen. 1
29-07	Dhr. G. v.d. Zon Brouwer	J.Kl. 90
29-07	Mw. A.M. Pannekeet-Bos	J.Kl. 82
31-07	Mw. M.M. v.d. Berg	J.Kl. 42
31-07	Dhr. S. Stam	J.Kl. 22

***Allen van harte gefeliciteerd!***

U bent van harte uitgenodigd om de maandelijkse verjaardag-  
viering bij te wonen in de Recreatiezaal van Pennemes.

We vieren het op maandagmiddag 23 juli.





**PENNEMES | ACTIVITEITENPROGRAMMA | JULI 2018**  
**DEELNAMEFORMULIER: EXCURSIE HOENDERDAELL**  
**Do. 19 juli van 10.00u -16.00 u. (€ 30,-)**

**Naam:** \_\_\_\_\_

**Adres:** \_\_\_\_\_

**Tel:** \_\_\_\_\_ Rolstoel / Rollator / NVT

**Betaald:** ja / nee Maximaal 25 plekken beschikbaar

---

**DEELNAMEFORMULIER | Groen & Plezier i.s.m. GesselGroen**  
**Vr. 27 juli: 10 uur verzamelen in de foyer. (Gratis)**

**Naam:** \_\_\_\_\_

**Adres:** \_\_\_\_\_

**Tel:** \_\_\_\_\_

---

**VRIENDEN VAN PENNEMES**

Stichting Vrienden van Pennemes ondersteunt het zorgcentrum Pennemes bij het zo aangenaam mogelijk maken van het leefklimaat van de bewoners. Zo kon dankzij onze inspanning o.a. een geluidsinstallatie worden gekocht voor de zaal, een belevenistafel voor de afdeling kleinschalig wonen en hebben we een duofiets kunnen aanschaffen. En jaarlijks zorgen wij voor een kleine Sint/Kerst attentie voor alle bewoners. Deze bijdragen aan het Pennemes worden mogelijk gemaakt door donaties, schenkingen, giften en inkomsten uit eigen activiteiten, zoals de jaarlijkse bazaar.

**Giften**

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 NL62 INGB 0008 1265 34 ten name van Stg. Vrienden van Pennemes.



**Martijn de Ridder,**  
voorzitter van de stichting Vrienden van Pennemes

## “Omzien naar elkaar” Zomerlicht

Het zomerlicht staat al vroeg op en gaat laat slapen. Het schijnt op ons, ouden en jongen, bewoners en collega's. Het schijnt op de prachtige binnentuin – en daktuin van *Pennemes*. Het zomerlicht doet ons goed, en ook bomen, planten, kippen, vogels, insecten.

Op een bankje in de binnen- en daktuin is het in het zomerlicht goed toeven, al kijkend naar alles wat groeit en bloeit. Al luisterend naar wat zich aan geluiden aandient. Wat een mens ook goed kan doen, is al zittend op een bankje je ogen dicht doen en heerlijk even dagdromen. Dagdromen is een verhaal voor jezelf schrijven, achter je gesloten oogleden tover je zelf een geheel nieuwe wereld tevoorschijn.

Dagdromen is een verrijking voor ons bestaan; het is een bron van creativiteit voor kunstenaars en dichters. Maar ook even een moment om te ontspannen, op adem te komen, de boel van het dagelijks leven even de boel te laten...

Eén van de inspirerende gedachten over dagdromen vind ik o.a. bij de oude meester Freud\*. Freud noemt dagdromen “een test voor actie” waarin mensen verschillende alternatieven bekijken. In je droom fantaseer je bijvoorbeeld hoe je zou hebben kunnen handelen in een bepaalde situatie. Of al dagdromend kun je je voorbereiden op komende situaties. Je laat verschillende mogelijkheden door je hoofd gaan en merkt al dromend welke mogelijkheid je het meeste lokt. Wat mij zo aanspreekt in deze kijk op dagdromen is, dat het je als mens in contact brengt met je diepste fantasieën en verlangens, het je kan helpen te veranderen, anders met situaties om te gaan, dat het je ook de humor van de situatie kan laten inzien. En dat het ons zelf kan bemoedigen een situatie aan te pakken. Een nieuwe draai aan ons leven te geven.

“Dagdromen” is gereedschap voor de verrijking van het leven van ons allemaal, ouden en jongen, bewoners en collega's.

In de bijbel wordt ook veel gesproken over dagdromen. Men ziet bijvoorbeeld voor zich hoe mensen in vrede leven, iedereen te eten heeft, men niet steelt en de ander niet doodt of links van de weg laat liggen. Men droomt zich een wereld waarin het goed leven is, maar dan voor iedereen. God zij dank zijn er veel mensen, binnen en buiten *Pennemes*, die er aan werken dat deze dromen werkelijkheid worden.

Ik wens jullie vele dagdromen toe in het zomerlicht!

Ds. Hans Tersmette

\*Sigmund Freud (1856 – 1939, neuroloog uit Oostenrijk en grondlegger van de psychoanalyse)  
Hij wordt gezien als de meest invloedrijke psycholoog en denker van de 20<sup>e</sup> eeuw.

### Of hoe dat heet

Gelukkig dat  
het licht bestaat  
en dat het met  
me doet en praat  
en dat ik weet  
dat ik er ver vandaan  
kom, van het licht  
of hoe dat heet.

Hans Andreus, Uit: Holte van licht, Uitgeverij Holland, 1975

