



## Films in het Postkantoor

We gaan weer starten met de vaste filmmiddag. Elke derde donderdag van de maand wordt er een film gedraaid. Voorafgaand aan de film wordt u een kopje koffie of thee aangeboden. Voor meer informatie kunt u kijken op de site

[www.hetpostkantoor.nl](http://www.hetpostkantoor.nl)

en op onze eigen site

[www.seniorenraad.nl](http://www.seniorenraad.nl).

Daar vindt u ook de trailer (een voorproefje van de film).

## Vacature

Er zijn op dit moment twee vacatures voor het Algemeen Bestuur. Vindt u het leuk om te helpen een themamiddag te organiseren of een cursus, dan kunt u mailen naar [info@seniorenraad.nl](mailto:info@seniorenraad.nl) of bellen naar 0228-515789 of 06-51833132.

# Programma september 2023

**Seniorenraad StedeBroec start weer met activiteiten in het najaar van 2023.**

**Cursus Vaderlandse geschiedenis van Westfriesland**  
De Seniorenraad StedeBroec start in september met een cursus Vaderlandse geschiedenis van Westfriesland.

### Inhoud van de cursus:

Vaderlandse geschiedenis is een ouderwets begrip. Het doet denken aan de Lagere School en aan kindertjes die braaf onder leiding van de meester de vele Dirken en Florissen opdreunden.

Toch is het onderwerp, de geschiedenis van je eigen land of omgeving interessant. Vaak hoor je over onderwerpen waar je al iets van af weet of al iets over gehoord hebt. 'Oh zit dat zo' is een veel gehoorde opmerking tijdens deze cursus. Natuurlijk kom je af en toe een Dirk of een Floris tegen, maar van opdreunen is gelukkig geen sprake.

In een viertal middagen wordt aandacht besteed aan de prehistorie, met een accent op de Bronstijd omdat er in West-Friesland veel vondsten gedaan worden uit die periode. De Middeleeuwen met een accent op de ontginningen van het veengebied en dus het ontstaan van het Westfriese landschap. De Nieuwe Geschiedenis met uiteraard de gebeurtenissen tijdens de 80-jarige oorlog en de moderne tijd met de ontwikkeling van de intensieve land- en tuinbouw en de industrialisatie.

### Start van de cursus:

Cursusdagen: Maandagmiddag 11, 18 en 25 september en 2 oktober.

Aanvang: 14.00 uur einde 16.00 uur. In de pauze krijgt u een kopje koffie of thee aangeboden van de Seniorenraad.

Locatie: Dorpshuis De Stek in Grootebroek.

Kosten: € 30,00 p.p.

U kunt zich aanmelden via onze website

[www.seniorenraad.nl](http://www.seniorenraad.nl), via de mail [info@seniorenraad.nl](mailto:info@seniorenraad.nl) of telefoonnummer **06-51833132** (N. Hartog)



## Uw mening graag!

Wij proberen elke keer thema's te zoeken die interessant zijn voor de senioren in StedeBroec. Maar misschien heeft u ook wel hele goede ideeën:

- We zoeken onderwerpen voor themamiddagen
- Zijn er onderwerpen waar u wel eens wat meer over zou willen in een korte cursus: mail het ons. Wij kijken dan wat er mogelijk is
- Heeft u vragen over bepaalde onderwerpen of over zaken waarvan u niet weet waar u uw vragen kwijt kunt binnen de gemeente StedeBroec, laat het ons weten. Wellicht kunnen wij u verder helpen
- Op onze site staat verder nog informatie over de KBO's, Zonnebloem, Ons StedeBroec en Het Postkantoor

[www.seniorenraad.nl](http://www.seniorenraad.nl)

### Themamiddag Levenstestament

Op **19 september** wordt er een themamiddag gehouden over het **levenstestament** met notaris Hans van der Horst en SCEN arts Cees Miedema in dorps huis De Stek. Aanvang 14.00 uur, zaal open om 13.30 uur. De toegang is gratis en u hoeft zich niet aan te melden.

### Koffiedrinken met....

Elke **laatste donderdagmiddag** van de maand is er koffiedrinken met... in buurthuis Pampus in Bovenkarspel. **Donderdag 28 september** staat de eerstvolgende middag op het programma met als onderwerp **Eenzaamheid**. Yvonne Heilig van Ons StedeBroec komt hierover een presentatie geven. Aanvang 14.00 uur, zaal open om 13.30 uur. De toegang is gratis, net als de koffie! Iedereen is van harte welkom, loop gewoon eens binnen. Kijk voor meer informatie op onze website.

### Cursus Filosofie van de vrijheid

Op **maandagmiddag 9 oktober 14.00 uur** start in Dorps huis De Stek de cursus **Filosofie van de vrijheid**. Docent: Frans Frijns. De cursus bestaat uit 8 lessen en de kosten zijn € 75,00. U kunt zich aanmelden via [info@seniorenraad.nl](mailto:info@seniorenraad.nl) of telefoonnummer 06-51833132. Nadat u zich heeft aangemeld sturen wij u de aanvullende informatie. De inhoud van de cursus staat op onze website [www.seniorenraad.nl](http://www.seniorenraad.nl)

### Filmmiddagen in Het Postkantoor

Elke **derde donderdag** van de maand wordt er in samenwerking met Het Postkantoor een filmmiddag gehouden. Aanvang 14.00 uur, zaal open om 13.30 uur. De kaartjes kosten € 8,50 en het kopje koffie bij binnenkomst wordt u aangeboden door de Seniorenraad. Op **14 september** draait de film "**A man called Otto**". Trailers van de films staan op [www.seniorenraad.nl](http://www.seniorenraad.nl)

### Meer bewegen voor senioren

Op onze website staan allerlei activiteiten zoals gym op dinsdagochtend, yoga, tennis, wereld dansen, jeu de boules e.d. speciaal voor senioren. Op de site staat aanvullende informatie over de activiteiten, locaties, aanvangstijden en contactpersonen.

U kunt ook telefonisch contact opnemen met de Seniorenraad: 0228-525607 (Ria Smit, voorzitter) of 06-51833132 (Nelleke Hartog, secretaris).

