



Inleveren kopij volgende BG voor **vrijdag 23 april 2021**. Verschijnt op donderdag 1x per 21 dagen. U kunt uw kopij (in lettertype Arial aangeleverd en **niet te lang!!**) sturen naar: [redactie@debroekergemeenschap.nl](mailto:redactie@debroekergemeenschap.nl) Voor de digitale versie zie: [www.debroekergemeenschap.nl](http://www.debroekergemeenschap.nl)

### AGENDA

**1<sup>e</sup> woensdag van de maand vergadering Dorpsraad**  
**1<sup>e</sup> donderdag v/d maand Juridisch Advies Bureau**  
**woensdag 5 mei: jaarvergadering Dorpsraad**

#### Dorpsraad

Iedere eerste woensdagavond van de maand vergadert de Dorpsraad Broek in Waterland. De vergaderingen zijn openbaar, U bent van harte welkom! In verband met de corona-maatregelen zal de dorpsraadvergadering in maart 2021 in ieder geval nog online plaatsvinden. U vindt de link op de agenda, die in het weekend voor de eerste woensdag van de maand op [www.dorpsraadbroekinwaterland.nl](http://www.dorpsraadbroekinwaterland.nl) geplaatst wordt.

#### Juridisch Advies Bureau Broek in Waterland

Iedere eerste donderdagavond van de maand vanaf 19.00 uur, gratis een eerste deskundig advies, door beëdigde advocaten. Ivm de corona-maatregelen zal het advies nu telefonisch plaatsvinden ipv in de Kosterij Leeteinde 2 te Broek. Aanmelden/inlichtingen: 020-6625918, (secretariaat Dorpsraad) b.g.g. 0622380982.

#### Oud papier SOOS

U kunt het oud papier wegbrengen naar onze container. Deze staat de Eilandweg, achter de nieuwe brandweerkazerne. Vriendelijk verzoek om geen papier bij de container achter te laten als deze vol is. Het geeft rotzooi, het geeft overlast en bovenal, het bezorgt de vrijwilligers van de Soos een heleboel extra werk! De container wordt op werkdagen elke dag gecontroleerd.

#### Inzaming voor de voedselbank

Helaas is het niet mogelijk om een voedselbankinzameling te organiseren. Dit n.a.v de coronamaatregelen. Wilt u de voedselbank steunen met een bijdrage? Dat kan op onderstaand rekeningnummer. Stichting Purmerendse Voedselbank NL13RABO0120354608. Diaconie en de Raad van Kerken Broek in Waterland

#### Wat is er te doen in de kerk?

We staan te popelen om - zodra het kan - weer mooie concerten of andere evenementen te organiseren in de Broeker Kerk. Wil je als eerste geïnformeerd worden als er straks weer activiteiten in en rond ons mooie kerkgebouw plaatsvinden? Abonneer je dan op de maandelijkse nieuwsbrief *Wat is er te doen in de kerk*. Ga naar [www.broekerkerk.nl/aanmelding-nieuwsbrief](http://www.broekerkerk.nl/aanmelding-nieuwsbrief) en meld je aan!

#### Steun onze Broeker Kerk

Het is je waarschijnlijk niet ontgaan: er wordt druk gewerkt aan de kerk. De gevel wordt momenteel door professionals aangepakt, als ze klaar zijn kan het metselwerk weer jaren mee. Deze grote renovatie kunnen we doen dankzij de hulp van onze 'Steunpilaren' (donateurs) en subsidie. Steun jij de kerk al? Op onze website kan dat heel eenvoudig: [www.broekerkerk.nl/steun-de-kerk](http://www.broekerkerk.nl/steun-de-kerk). Bedankt!

#### Theetuin 't Einde Zuiderwoude

Theetuin en theeschenkerij 't Einde is op zoek naar iemand die ons wil komen helpen in de afwas op zaterdag en/of de zondag. Vanaf mei (natuurlijk is dit afhankelijk van de Corona regels) info: [mail@ttuin.nl](mailto:mail@ttuin.nl) of 06-16862698

#### MT Sport- en Ontspanningsmassage

Weer open sinds 3 maart. Wist je dat een massage niet alleen fijn is en je snel helpt herstellen na het sporten, het helpt ook om blessures te voorkomen. Ook helpt een massage heel goed bij stress en spanning. Heb jij ook last van je spieren, nek en schouderklachten van het vele computeren of ben je gewoon toe aan wat ontspanning, neem dan snel contact op; 06-16504228 of [monique.tessel@hotmail.com](mailto:monique.tessel@hotmail.com)

Bij mij kunt u o.a. terecht voor:

**Sportmassage;** Vooral bij spierklachten

**Deep-tissue;** Weldaad bij schouder/nekklachten door spanning en langdurig verkeerde werkhouding achter bv computer (vooral nu bij thuiswerken)

**Ontspannings-, hotstone- of kruidenstempelmassage;** Wanneer je lekker wilt ontspannen, bij stress of gewoon een momentje voor jezelf

#### Randstad Schoonheidsverzorging

Bij Randstad Schoonheidsverzorging kunt u weer terecht voor gezichts- en lichaamsbehandelingen. Er wordt gewerkt volgens de richtlijnen van het RIVM, met mondmasker en gezichtsscherm. Vóór en na de behandeling wordt alles met alcohol gedesinfecteerd. Voor informatie over de behandelingen en prijzen kunt u Googelen op "Randstad Schoonheidsverzorging". Voor het maken van een afspraak of vragen kunt u mij bellen, sms-en of WhatsAppen op 0628173460. Saskia Laarman

#### Klankschalen-therapie in Broek in Waterland

Met klankschalen (singing bowls) krijg je diepe ontspanning en een prettige sensatie. Door de schalen op het lichaam te zetten en aan te slaan kunnen blokkades of pijn verminderen, dan wel verdwijnen. De energie gaat stromen en je voelt je fitter. Een sessie kost € 20,-. Probeer het eens gratis en vrijblijvend. Bel, app of mail: 06 4232 5036 [guus.witteman@hetnet.nl](mailto:guus.witteman@hetnet.nl)

## Pilates

Zit je veel thuis te werken en/of ook nog kinderen les te geven? Word je te stijf? Wil je met al die prikkels om je heen een uurtje voor jezelf? Heb je last van je rug? Wil je een betere houding en strakkere buikspieren? Kom dan een GRATIS proefles PILATES volgen. Vooralsnog online, maar hopelijk binnenkort weer live binnen of buiten. Want de lente komt eraan!! Ik geef je alle begeleiding en hulp die je nodig hebt, ook met de techniek als je opziet tegen online les. Bel naar 0611395952 voor aanmelding of info, Carol

## IJsclub

Eindelijk kon er in februari weer worden genoten van ijs in en rond Broek! Cameraploegen en radioreporters vielen over elkaar heen om het allemaal vast te leggen. Dank aan iedereen die heeft geholpen om het feest nog completer te maken door te vegen, muziek te draaien, op te bouwen en weer af te breken of door er gewoon te zijn. Wil je vrijwilliger of donateur van de ijsclub worden meld je dan aan via <https://www.ijsclubbroekinwaterland.nl/contact.php>. Als vrijwilliger kun je onder andere helpen met het vegen van het ijs, bij het opbouwen, bevoorraden en bemannen van de koek-en-zopie of bij het organiseren van een eventuele toertocht. Je bent al donateur met het hele gezin voor € 10,00 (rekeningnummer NL81 RABO0140 9499 76). Het geld wordt gebruikt voor onderhoud en aankoop van materiaal zoals de veegmachines, verlichting en de koek-en-zopie apparatuur. Daarnaast verzorgt de ijsclub als het budget het toelaat een jaarlijks schaatsuitje Vriendelijke groet, IJsclub Broek in Waterland.

## Geen Avondvierdaagse 2021

De coronamaatregelen gelden nog volop en om die reden kreeg ik een mail met de volgende tekst van de wandelbond. Hierin kunt u lezen dat we ook dit jaar helaas geen avond4daagse kunnen organiseren. Ik hoop natuurlijk dat het volgend jaar weer mogelijk is en dat u massaal meedoet met de home edition. Veel wandel plezier. Tatia Englebert

Hopelijk gaat het met u allen goed en kunt u het nog volhouden. Er schijnt licht aan de horizon, maar dat lichtje is nog wel ver weg.

Gelet op de maatregelen die nog steeds gelden, anderhalve meter en geen groepen mensen bij elkaar, zijn we niet in staat om op een veilige manier de avondvierdaagse te organiseren. In 2021 is er geen avondvierdaagse.

Er is wel een andere mogelijkheid die aangeboden wordt door de KWBN.

### De Avondvierdaagse Home Edition.

Met de Home Edition biedt de KWBN iedereen in Nederland de gelegenheid een eigen Avond4daagse te lopen. Dus niet in hele grote groepen tegelijk, maar alleen met een vriendje, een sportmaatjes of met het gezin. De vier dagen zijn in de periode tussen 29 maart en 30 juni 2021. Maar tussen de eerste en de vierde dag mogen maximaal twee weken zitten. Vanaf de tweede helft van maart kan er worden ingeschreven. Per deelnemer kost deelname €6,50. Daarvoor krijg je iedere dag drie verschillende routes via de eRoutes app in de afstand die je zelf kiest. Je hebt daarbij de keuze uit 2,5 - 5 - 10 km. En na afronding van de vier dagen wandelen ontvang je de officiële Avond4daagse medaille thuis!

### Let wel op dat de juiste medaille wordt besteld.

Voor meer informatie verwijzen we u graag naar de site van de avondvierdaagse:  
<https://www.avond4daagse.nl/deelnemers/avond4daagse-home-edition>

### Vragen over je werk of loopbaan?

Maak dan een afspraak met een ervaren loopbaancoach. Ik heb ruim 20 jaar ervaring in het begeleiden van mensen met allerlei vragen over hun loopbaan. Ik gebruik de principes van de oplossingsgerichte methode, waarbij je vooral kijkt naar je wensen voor de toekomst. De meeste gesprekken voer ik buiten, omdat mijn ervaring is, dat gesprekken die in de natuur gevoerd worden als zeer plezierig beleefd worden door de

meeste mensen. Het buiten zijn geeft letterlijk en figuurlijk ruimte en lucht aan je gedachten en doordat je fysiek in beweging bent, komt ook het denken gemakkelijker in beweging.

Herken je jezelf in 1 van de volgende vragen:

Wil je weer met plezier naar je werk en weet je niet hoe?

Wil je een (andere) baan, maar weet je niet hoe je dat aanpakt?

Wil je weten wat je moet doen als je jouw baan kwijt raakt?

Wil je anders leren omgaan met stressklachten en een burn-out voorkomen?

Maak dan een afspraak voor een gratis telefonisch kennismakingsgesprek!

De coachingsgesprekken kunnen plaats vinden op verschillende plekken: in de omgeving van Haarlem of Amsterdam of in de buurt van Broek.

Mail naar Karin: [info@altavistaloopbaancoaching.nl](mailto:info@altavistaloopbaancoaching.nl) of kijk op [www.altavistaloopbaancoaching.nl](http://www.altavistaloopbaancoaching.nl).

## Zonnebloem Monnickendam

Maak iemands leven een stukje mooier Zonnebloem Monnickendam e.o. zoekt vrijwilligers Mensen met een lichamelijke beperking zijn vaker alleen dan ze zouden willen. Voor hen zijn persoonlijk contact en eropuit gaan niet altijd vanzelfsprekend. Zeker in coronatijd is sociaal isolement een dagelijkse realiteit. Zonnebloemvrijwilligers creëren momenten om naar uit te kijken en herinneringen om te koesteren.

Wij laten ze niet zitten

Ook in Monnickendam, Marken, Broek in Waterland, Zuiderwoude en Uitdam zijn vrijwilligers van de Zonnebloem actief. Ze gaan op bezoek, samen eropuit en organiseren vakanties en activiteiten voor mensen met een lichamelijke beperking. Doordat de nadruk steeds meer op kleinschalige en 1-op-1 activiteiten komt te liggen, zijn er steeds meer vrijwilligers nodig. De komende jaren wil de Zonnebloem ervoor nog meer mensen in Monnickendam e.o. kunnen zijn. Daar hebben we jouw hulp bij nodig.

Kom kennismaken!

Vrijwilligerswerk is niet alleen leuk om te doen, maar het geeft ook een goed gevoel om iets voor een ander te kunnen betekenen. De Zonnebloem koppelt nieuwe vrijwilligers als het even kan aan een deelnemer met dezelfde hobby's of interesses. Uit deze contacten ontstaan dan ook vaak hechte vriendschappen. Is je interesse gewekt en wil je meer weten? Kom kennismaken. Dan bekijken we samen waar jouw interesses liggen en hoe jij je het beste in kunt zetten. Neem contact op met Jannie Bark-Kaars, e-mail: [fam.bark@kpnplanet.nl](mailto:fam.bark@kpnplanet.nl) of telefoon (0299) 65 48 79.

Met jouw tijd en inzet kun je echt het verschil maken! Er kan zoveel meer dan je denkt.

Nadere informatie voor de pers is te verkrijgen bij Nita Oussoren-Mars, voorzitter, mobiel 06 40 60 06 34

### Voelt u zich weleens eenzaam?

Wat een moeilijk onderwerp is dit, het beschrijven en benoemen van eenzaamheid. Voor iedereen kan dit anders zijn. Iemand is in een bepaalde situatie eenzaam, een ander heeft dat gevoel niet in eenzelfde situatie. En beide situaties zijn goed. Er is geen goed of fout. De een kan zich op een groot feest of een bijeenkomst (pre corona natuurlijk) heel eenzaam voelen, de ander voelt zich eenzaam als hij of zij de hele week niemand heeft gezien en met niemand heeft gepraat, terwijl een ander zich in dezelfde situatie heel prettig voelt. Wat wel prettig is dat u er met iemand over kan praten. Erover praten kan al helpend zijn om weer verder te kunnen. Bij WelzijnWonenPlus kunt u altijd terecht voor een praatje, een vraag of een luisterend oor. We willen (en kunnen) niet altijd een oplossing bieden, soms is luisteren al een oplossing. Luisteren naar uw verhaal kan voor u al een stap zijn. Onze consulenten staan voor u klaar, ik hoop dat u ze belt? WelzijnWonenPlus WelzijnWonenPlus is een regionale welzijnsorganisatie die actief is in 8 gemeenten in de regio Zaanstreek/Waterland. Wij helpen om ervoor elkaar te zijn, zodat ieder kan blijven meedoen. Dit doen wij samen met vrijwilligers. Beemster 0299 820 397, Edam-Volendam 0299 323 101, Landsmeer 020 482 26 05, Oostzaan 06 100 196 76, Purmerend 0299 426 364, Schermer Graft-De Rijk 0299 820 139, Waterland 0299 650 480, Wormerland 075 641 96 68.