



Inhoud

- Woord van het bestuur
- Nieuwe woonplannen in Zevenhuizen
- Nieuwjaarsquiz kv Sparta
- Vlaggen in de sporthal
- Jeu de boules
- Techteam
- Rederijderskamer Heidebloem
- Feestweek 2024
- Zalsponsor
- Colofon

Woord van het bestuur

Het is alweer februari. De eerste maand van 2024 is weer omgevlogen. Diverse nieuwjaarsborrels zijn weer gehouden. Alle goede voornemens zijn uitgesproken of misschien alweer achterhaald!

Na een korte pauze rond de feestdagen komen nu de activiteiten van alle verenigingen weer op gang. Binnen het MFC merken we dat ook, want alle ruimtes zijn weer veelvuldig bezet. Vergaderen, sporten, overleggen groot en klein, culturele activiteiten, eten of gezellig samen zijn. Het is dan soms een behoorlijke puzzel voor onze beheerders Tim en Johan om alle activiteiten netjes in te plannen. Maar, zoals we allemaal weten, komen we er in goed overleg altijd weer uit.

Ik mag mijzelf inmiddels al een maandje officieel voorzitter noemen. Er komt dan in het begin veel op je af.

Toch zijn mij in deze korte periode twee dingen al helemaal duidelijk geworden.

Ten eerste; wat een ontzettend mooi project is er neergezet in zo'n klein dorp als het onze. Het MFC de Molenstreek is al helemaal ingeburgerd in Zevenhuizen en hoort er "gewoon" bij. Met respect en enige jaloezie wordt er in nabije en verdere omgeving gekeken naar hetgeen hier gerealiseerd is. Maar zo "gewoon" is het eigenlijk allemaal niet.

Dat brengt mij gelijk bij mijn tweede punt; het ongelooflijk aantal vrijwilligers die allemaal met hun eigen inbreng en/of specialisme bewijzen en ervoor zorgen dat ons MFC bestaansrecht heeft. Want iets neerzetten is één ding. Om het vervolgens gezond te exploiteren is weer een geheel andere uitdaging.

Zevenhuizen staat alom bekend als het dorp van saamhorigheid; met elkaar, door elkaar, voor elkaar. Dat dit terecht is wordt hier door alle vrijwilligers opnieuw bewezen. Zolang we dit volhouden, en ik weet zeker dat we dat doen, blijven we met zijn allen de trotse "eigenaar" van een uniek gebouw in een uniek dorp, waar iedereen in welke vorm dan ook gebruik van kan maken. Ik ben er nu al trots op dat ik hier voorzitter van mag zijn.

Nieuwe woonplannen in Zevenhuizen

De gemeente Westerkwartier organiseert bijeenkomsten voor nieuwe woonplannen in Zevenhuizen, Niekerk en Oldekerk.

Waarom de bijeenkomsten?

De gemeente Westerkwartier neemt graag de ideeën en voorstellen van de bewoners mee bij het maken van het nieuwe concept woonplan. De bewoners weten namelijk zelf beter hoe het dorp eruitziet en waar plek is voor nieuwbouw en ook juist waar niet. De gemeente heeft hierom bijeenkomsten georganiseerd zodat de bewoners van de betreffende dorpen hun ideeën kunnen delen.

De bijeenkomst voor de nieuwe woonplannen in Zevenhuizen zal plaatsvinden op 13 februari in de MFC de Molenstreek (Oudestreek 8A, Zevenhuizen) met het volgende programma.

- 19.30 uur Inloop met koffie en thee
- 19.45 uur Gezamenlijke start met een presentatie van beschikbare informatie
- 20.00 uur Informatie bij bewoners ophalen over de locaties
- 21.00 uur Einde bijeenkomst

De aanmeldingsdatum is inmiddels al geweest. Als je vragen hebt dan kun je deze mailen naar woonplannenperdorp@westerkwartier.nl.

Nieuwjaarsquiz kv Sparta

Vrijdag 19 januari werd bij Sparta het nieuwe jaar gevierd doormiddel van de jaarlijkse nieuwjaarsquiz. De activiteitencommissie had ook dit jaar weer een leuke quiz bedacht voor de B's, A's, senioren, ouders, vrienden van Sparta en sponsoren. Met een volle zaal en iedereen voorzien van een hapje en drankje werd er begonnen aan 8 quizrondes. Elke ronde had een eigen onderwerp, onder andere sport/muziek/plaatjes en actualiteiten werden aangehaald tijdens deze quiz. Gezamenlijk werd er geproost op het nieuwe jaar en konden we terugkijken op een geslaagde quiz!

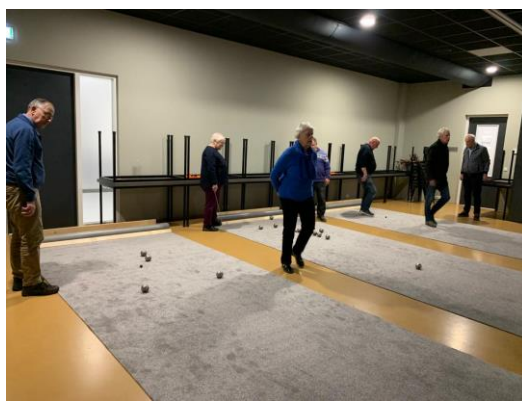
Vlaggen in de sporthal

De sporthal is inmiddels voorzien van alle vlaggen van de hoofdgebruikers. Dit geeft een mooi beeld!



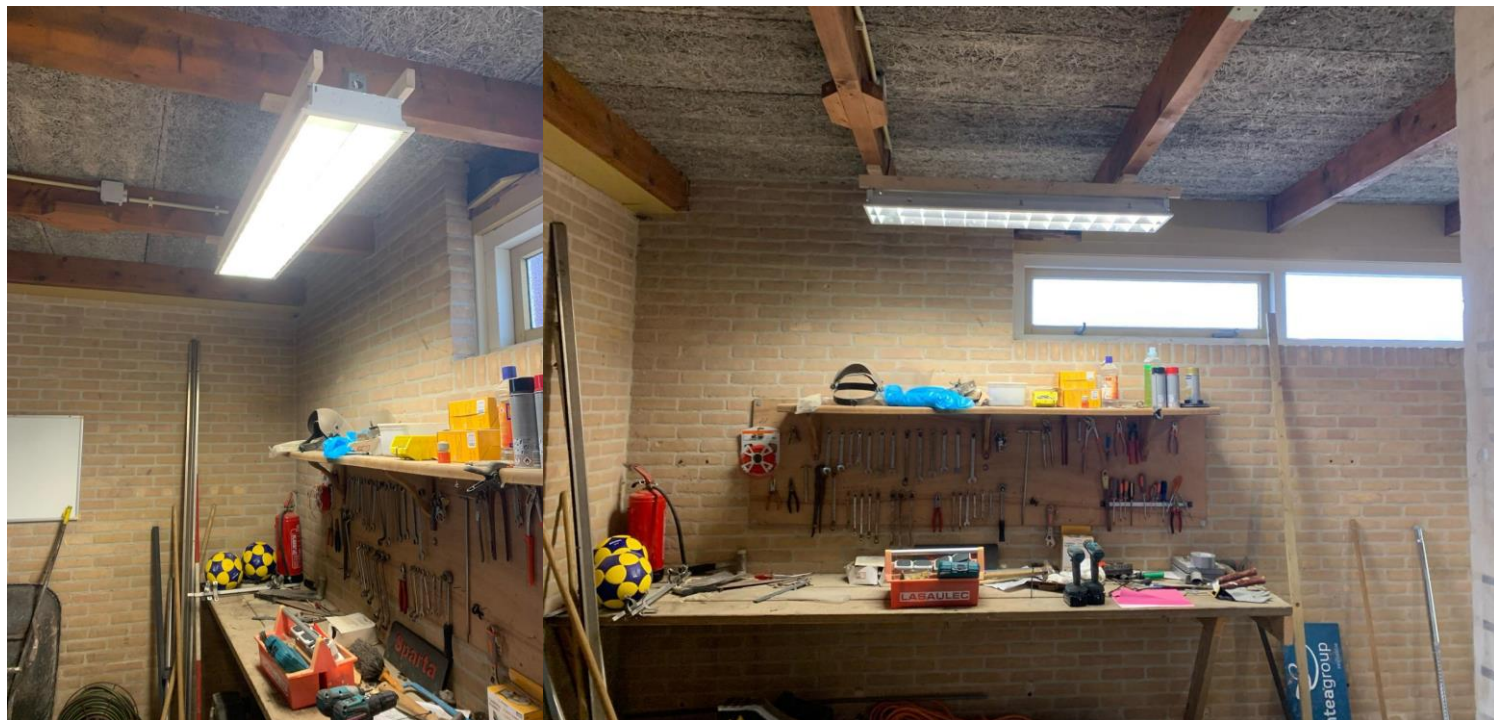
Jeu de Boules vereniging De Goede Worp

Eind oktober is het spelen op de buitenbaan gestopt en is het "binnen seizoen" in het MFC de Molendijk weer begonnen. Er zijn 2 leden die alleen op de buitenbaan willen Jeu de Boules, dus die missen we even en een echtpaar uit Leek is er in november mee gestopt. Met andere woorden er is plaats voor enkele nieuwe leden. We spelen op donderdagmiddag van af 13.30 uur tot ongeveer 16.30 uur. U hoeft geen geoeftend speler te zijn, we hebben recreatie spelers en ongeveer 10 van ons spelen competitie. Begin maart gaan we weer naar buiten, ook dan hebben we onze speel middag op donderdagmiddag. Begin april start de competitie die duurt tot ongeveer eind mei. Kom gerust eens kijken u bent altijd welkom.



Techteam weer actief

Het techteam heeft de draad weer opgepakt na de feestdagen. Het ombouwen van de oude kleedkamers van Sparta tot een mooi materialenhok en werkplaats is een hele klus maar vordert gestaag. Electra is verder aangepast en er is een opbergruimte voor parasols van het MFC gemaakt. Binnenkort worden de oude scheidsrechtershokjes ontmanteld. Veel mensen hebben genoten van de uitvoeringen van de Heidebloem. Wat een prachtig decor, een heus ingerichte bar, is het geworden. Het techteam heeft daaraan een belangrijke bijdrage geleverd. Top gedaan weer.



Rederijkerskamer Heidebloem

Uitvoeringen Heidebloem optimaal bezocht.

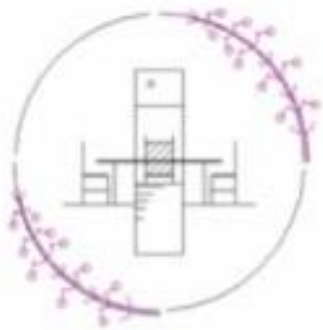
De afgelopen 10 dagen hebben weer vele Zeuvm'huusters en familie, vrienden en bekenden kunnen genieten van de uitvoeringen van Rederijkerskamer Heidebloem. Drie avonden een uitverkocht huis en een drukbezochte matineevoorstelling.

Vier keer in totaal werd het stuk, met als officiële titel "Een weldoener in Oudebrugge" opgevoerd, met als aangepaste titel voor ons: "Een weldoener in Zevenhuizen". Evenzoveel keren waren de reacties van het publiek bijzonder enthousiast. Dat dit voor toneelspelers erg genieten is hoeft ik u denk ik niet uit te leggen. Het is de beloning voor 5 maanden intensief repeteren. Het enthousiasme gold zeker niet alleen voor het vertoonde spel, maar zeer zeker ook voor het schitterende decor. Er was namelijk door de "handige handjes" binnen onze vereniging nauwgezet een authentieke bruine kroeg nagebouwd, compleet met bar en tap. Daarnaast waren alle spelers in de gehele zaal goed te verstaan dankzij de headsets van Martin Hoofd, die ook alle toneelmuziek weer perfect had ingeregeld. Dat de weldoener uiteindelijk een ordinaire oplichter bleek te zijn, werd door de schrandere "toneelbevolking van Zevenhuizen" gelukkig tijdig ontdekt. Eind goed, al goed.

Al met al waren het weer gezellige avonden en een gezellige middag, waarbij de verloting niet mocht ontbreken. Leuke prijzen waren er ook dit keer weer om mee naar huis te nemen. Met natuurlijk als hoofdprijs de enige echte Heidebloemtaart, geleverd door bakkerij van Esch. Al gold dit uiteraard alleen voor de gelukkigen onder ons! Verder werd iedereen tijdig voorzien van koffie, drankjes en hapjes door de bar vrijwilligers van het MFC, zodat er zonder dorst en lekkere trek heerlijk genoten kon worden van het toneelspel.

Een intensief, maar mooi toneelseizoen is weer voorbij. Op naar het volgend seizoen met als afsluiting natuurlijk weer de uitvoeringen begin februari 2025.





REDERIJKERSKAMER HEIDEBLOEM



Feestweek 2024

Het lijkt misschien vroeg, maar de Stichting Promotie 7Huizen is alweer druk met de voorbereidingen voor de feestweek van aankomende zomer. Organiseer je elk jaar al iets of lijkt het je leuk om iets te organiseren? Zie onderstaande uitnodiging!

Beste organisator/vereniging,

Bij deze willen we jullie uitnodigen voor de informatieavond omtrent de feestweek 2024.
Wanneer, waar en hoe laat?

-Dinsdag 27 februari 2024
-MFC de Molenstreek
-20:00 uur

We willen deze avond een aantal punten bespreken met de organiserende partijen.

Één van deze punten is het: 'activiteitenformulier'

Zoals u gewend bent werden deze via de email verstrekt, ingevuld door de organisatie van een evenement en retour gemaild naar de SP7.

Deze formulieren vormen de basis van de vergunning van de feestweek.

Dit jaar gaan we de formulieren niet meer versturen.

Maar we doen het anders, namelijk via de website: <https://www.7huizen.nl/feestweek2024/>

Waarom? dat gaan we uitleggen op de 27e februari ;) maar neem alvast een kijkje op de site en meld uw evenement aan!

Komt u ook? de koffie/thee zal klaar staan.

Heeft u een punt wat u graag besproken wil hebben tijdens deze informatieavond, mail deze dan naar info@sp7.nl dan nemen we dit mee tijdens de informatieavond.

Graag tot dan!

Namens het bestuur SP7



Zaalsponsor

univé



e-surface

BOUWADVIES

VAN MAAREN B.V.

BOUWKUNDIG- EN EXPERTISEBUREAU



Jeugd sponsoractie Poiesz

Help de verenigingen van ons dorp met het sparen van munten! Winst voor de club en euro's voordeel voor jou! Tot en met zondag 7 april a.s. krijg je naast euro's voordeel 1 Jeugd Sponsor Munt bij elke € 10,- aan boodschappen (exclusief statiegeld). Wekelijks zijn er heel veel extra aanbiedingen waarbij nog veel meer Jeugd Sponsor Munten te ontvangen zijn. Dus pak zelf het voordeel en steun tegelijkertijd jouw club of vereniging met sponsormunten!

**Steun
onze club**
met uw Jeugd Sponsor Munten



Wat is sarcopenie?

Sarcopenie is een aandoening die de kwaliteit van leven enorm kan verslechteren. Sarcopenie is de afname van spiermassa, spierkracht en/of een lage loopsnelheid.

Vanaf 25 jaar is er elk jaar sprake van ongeveer 1 procent verlies in spiermassa en spierkracht. Wanneer je de 50 gepasseerd bent gaat dit proces nog sneller. Bij ongeveer 30% van de ouderen is het spiermassaverlies zo ernstig dat er sprake is van sarcopenie.

Sarcopenie houdt verband met een hogere sterfte, afhankelijkheid in dagelijks functioneren, toxiciteit van chemotherapie en een verslechterde regulatie van de glucoseconcentratie. De combinatie van inactiviteit en tekorten in de voeding (vooral eiwitten) maakt dat iemand Sarcopenen wordt en eenvoudige dagelijkse activiteiten niet meer kan uitvoeren. Door vroege interventie en preventie kan het proces geremd of voorkomen worden!

Heb je meer moeite met traplopen/lopen, kom je moeilijker uit je stoel? Maak dan een afspraak zodat we dit kunnen gaan onderzoeken en stellen we samen een behandelplan op. Wij zijn telefonisch te bereiken op 0594 – 515 515 of via <https://www.debalans.nl/debalans-afspraken-maken>

Wij helpen je graag verder!

BOOTCAMP IN ZEVENHUIZEN!

Elke maandag (19:30)

Locatie: MFC
(zonder hardlopen)

vanaf
5
februari



  @bootcampleek.nl
 06 - 40 90 71 38

DOE JE 2X
GRATIS MEE?



ZEUV'MHUUSTER DORPSFEEST

MET LIVE MUZIEK VAN ALLROUND COVERBAND



za 23 maart 2024 | van 20:30 tot 01:00 uur
Sportcafé MFC de Molenstreek

Entree €9,50 | Kaartverkoop online | www.mfcdemolenstreek.nl |  MFC de Molenstreek

Vanaf **18**

Colofon

Deze nieuwsbrief wordt maandelijks uitgegeven door de MFC Werkgroep Communicatie.

Inleveren copy door de werkgroepen voor de 1^e van de maand naar nieuwsbriefMFC@gmail.com

<https://www.mfcdemolenstreek.nl/>

