

Wijkblad MSP



Het wijkblad van Meezenbroek, Schaesbergerveld en Palemig
Wijkblad MSP is een uitgave van Stichting Wijkbeheer MSP
Opplage: 3.500
Verschijnt 6x per jaar

EDITIE 1 2018



Anne van der Weide van C.V. Ons Honk



COLOFON

Postadres wijkbeheer:

Stichting Wijkbeheer MSP
Eindhovenstraat 51
6415 CE Heerlen
Tel. 045-5725888 of
06-12967308

www.wijkbeheermmsp.nl

Kopij/advertenties:

wijkbladmsp@gmail.com

Redactie:

Rob Lukácsi
Sandra Zegers
Huub Strolenberg
Henk Pelzer
Charles Krutzen

RABO-bank:

NL97 RABO
012.24.92.625

Volgende uitgave:

Kopijstop editie 2 2018:
Wo. 28 maart 2018

Uitgave editie 2 2018:

Do. 19 april 2018

Aanleveren kopij:

Kopij en foto's uitsluitend per e-mail aanleveren in Word. Foto's, logo's en advertenties altijd als bijlage meezenden. Vraag om een leesbevestiging.

Bewoners met een **NEE-NEE-sticker** kunnen het wijkblad afhalen bij Buurtcentrum MSP.

De redactie houdt zich het recht voor om ingezonden stukken niet te plaatsen of in te korten.

Druk- en zetfouten voorbehouden.

Belangrijke telefoonnummers

Alarm: Politie - brandweer - ambulance	112
Politie (geen spoed)	0900-8844
Brandweer (algemeen)	088-4507450
NightCare (na 17.00 uur + weekend)	577 88 44
Acute zorg aan huis	561 61 62
Afvaltelefoon (RD4) (€0,45 p.gesprek)	0900-4441234
Alcander (Hoofdkantoor)	560 25 25
Alcander (Buurtcentrum MSP)	204 20 30
Apotheek Meezenbroek	572 13 44
Artsenpraktijk Kasteellaan	572 09 69
Zuyderland (voorheen Atrium Heerlen)	576 66 66
Basisscholen:	BS De Horizon 572 08 72
	OBS De Droomboom 572 20 70 (voorheen 't Pannesjop & Theo Thijssen)
Buurthulp MSP	785 12 69
CAD (Alcohol en Drugs)	571 95 77
Dierenambulance	571 47 73
Gemeente Heerlen	14 045
GGD (algemeen)	850 66 66
Inloopcentrum MSP	06-209 304 74
Jeugdgezondheidszorg Meandergroep	566 54 33
Kindertelefoon	0800-0432
Meander Thuiszorg	0900-699 06 99
Meld Misdaad Anoniem	0800-7000
Ongediertebestrijding	572 13 98
Pastorie Schandelen	572 34 73
Politie Aanlooppunt MSP	0900-8844
Servicetelefoon Gemeente Heerlen/Openb. werken	14 045
Sensor (SOSTelefonische Hulpdienst)	571 99 99
Stichting Wijkbeheer MSP	06-12967308
Storingnummers:	Gas, electriciteit 0800-9009
	Geiser 0900-1405
	Kabeltelevisie 0900-1884
	Watervoorziening 043-309 09 09
Woningcorporaties:	Weller 404 86 00
	Woonpunt 088-050 60 70
	De Voorzorg 522 32 55

Pedicuresalon
"La Luna"

Anja Thijssen Tel. 06-20928896

Behandeling/Specialisaties:

- * Diabetische en reumatische voet
- VERGOEDING ZIEKENFONDS MOGELIJK
- * Voetinspectie/advies
- * Nagels knippen en frezen
- * Ingegroeide nagels en nagelwallen
- * Eelt, likdoorns en kloven verwijderen
- * Nagels lakken en gelnagellak, zowel handen als voeten
- * Orthesiologie
- * Ayurvedische massage
- * Voet- en beenmassage

Nieuw..Nieuw.. Nieuw..

Heerlijk in de Winter.
Onderbeen- en
voetmassage met hete
pakkingen.

Smaragdstraat 22
6412 SV Heerlen

pedicure-laluna@kpnmail.nl / www.pedicuresalon-laluna.nl



Aangesloten bij landelijke brancheorganisatie Provoet
Ingeschreven bij de Kamer van Koophandel

Prinsengarde Coriovallum en Damescomité

Beste mede carnavalslisten.

Prins Richard 2e en Prinses Nathalie 2e willen via deze weg iedereen bedanken die hen gesteund heeft tijdens hun heerschappij over onze mooie wijk MSP. Met een lach en een traan hebben zij in een bomvolle zaal teruggekeken op een mooi seizoen en hebben ze op een waardige manier afscheid genomen als Prinsenpaar van Prinsengarde Coriovallum en verwelkomden zij ons onze nieuwe heersers.



Tijdens een druk bezochte Proclamatie werden op zaterdag 13 januari in Sportcafé Schaesbergerveld de nieuwe heersers over de wijk MSP geproclameerd.

Het zijn onze nieuwe heersers **Prins Martin 1e** en **Prinses Patricia 1e**.

Martin en Patricia zijn geen onbekenden in de wijk. We zullen ze even voorstellen.

Martin Gielis geboren in Meezenbroek, werkzaam bij NedTrain in Maastricht en brandweerman op de kazerne van Heerlen. Zijn hobby's zijn darten en voetbal.

Patricia Gielis geboren in Venlo en sinds haar 10e woonachtig in Landgraaf. Zij heeft 15 jaar lang haar schoonheidssalon Perfect Beauty Parkstad gehad. Nu is ze werkzaam bij Ziggo en is ze visagiste. Hobby's zijn poolbiljart en visagie.



Martin en Patricia zijn sinds 2012 samen en op 15-5-2015 om 15.15 uur getrouwd. Wat een mooie dag had moeten zijn liep af in een drama waardoor Patricia in het ziekenhuis terecht kwam met alle gevolgen van dien. "Ooit gaan we onze dag overdoen schatje", zei Martin.

Ras-carnavalist Martin is in 2004 prins geweest bij MSP '03. Ze hebben 2 dochters, Anouk 16 en Demi 19, en zijn supertrots op de meiden.

Aan het begin van het seizoen hebben ze zich met een groep lieve vrienden aangesloten bij de Prinsengarde waar ze het super naar hun zin hebben. Zoals ze zelf al aangeven zijn ze echt in een warm bad terecht gekomen.

En ja hoor, daar kwam de vraag. Willen jullie ...?

En toen zei Martin: "als ik het doe ik het voor mijn vrouw om haar een beetje de dag terug te geven die ze kwijtgeraakt is".

Ze hebben er een jaar lang naar toe geleefd. Het wachten duurde lang en ging gepaard met veel spanningen, maar het wachten was de moeite waard.

Ze zijn supertrots om het nieuwe prinsenpaar van Prinsengarde Coriovallum te zijn en zullen er iedere minuut van gaan genieten.

Namens de Prinsengarde wensen Martin 1e en Patricia 1e alle carnavalisten een supercarnaval toe en hopen jullie tijdens één van de carnavalsdagen te ontmoeten in Sportcafé Schaesbergerveld.

Natuurlijk bent u allen van harte welkom om met ons de Carnavalsdagen mee te vieren in onze narrentempel Sportcafé Schaesbergerveld op zaterdag 10 februari t/m dinsdag 13 februari. Alle dagen vanaf 20:00 uur. Op dinsdag sluiten we af met onze traditionele **Haringbegraven**.

Halfvasten(Foute Avond) zal ook dit jaar weer plaats vinden en wel op 3 maart om 20.00 uur in Sportcafé Schaesbergerveld met een leuke variatie aan artiesten. Dus kom ook lekker hossen en springen in een leuk *Fout pakje*!

Alle dagen onder begeleiding van DJ Bart.

Met vriendelijke groet,
Prinsengarde Coriovallum en Damescomité



bloemenboetiek

Helga

Kasteellaan 87b - Heerlen
Tel. 572 03 61

Bewegingscentrum Healthy Body

Een weldaad voor Body & Mind



*Working-out and eating healthy is a form of self-respect,
Motivate the mind and the body will follow,
beauty isn't about looking perfect, beauty is make the best version of yourself,
on the inside and out.*

Groepsfitness voor vrouwen: afwisselende trainingen op motiverende muziek waarbij we alle spieren op een verantwoorde manier gaan trainen; kracht, intervaltraining en flexibiliteitstraining met als doel: een beter gevormd lichaam, vetverbranding, sterkere en soepelere spieren, meer weerstand en ook heel belangrijk: je wordt er fitter en vrolijker van! Moet ik nog meer zeggen? Kom gerust een keer meedoen om te kijken of het iets voor je is.



Lestijden:

Maandag: 19:30-20:30 uur
Woensdag: 19.00-20.00 uur (rustiger tempo)
Woensdag: 20:00-21:00 uur
Vrijdag: 18:30-19:30 uur



Geen inschrijfgeld, geen opzegtermijn!

Eén les per week = € 20,00 per maand
Onbepakt = € 25,00 per maand
Leskaart van 10 lessen: € 58,- (1 jaar geldig)

Kijk ook op onze facebookpagina:
www.facebook.nl/bewegingscentrumhealthybody



marlene.vanerp@home.nl

Gymzaal Limburgiastraat 34 Heerlen, tel. 06-49800153



Voldoende
parkeerplaatsen

C-MILL terrein
Jan Campertstraat 7
6416 SG Heerlen
T: +31 (0)45-711 16 55
www.fysiofactory.nl
info@fysiofactory.nl

**Uw partner voor
fysiotherapie**

Diana Schat-Crombach & Bart Wolfs

Geen
wachtijd

Ruime
openingstijden

Fitness

Fysiotherapie • Orthopedische manuele therapie • Sportfysiotherapie • Perifeer arterieel
vaatliden • COPD • (Kinesio)taping • Bedrijfsfysiotherapie-aangelegenheden •
Dry needling • The Top Performance Matrix • Manuele Lymfe Drainage

CARNAVALSOPTOCHT in MSP op ZATERDAG 10 februari 2018



Ook dit jaar zullen de Carnavalsverenigingen en Vriendenclubs een geweldige kleurrijke Carnavalsop- tocht organiseren in de wijken van MSP en wel op **Carnavalszaterdag 10 februari 2018**.

De keuze van de route, de opstelling en de start, zoals vorig jaar gekozen, bleek succesvol en wordt daarom niet gewijzigd!

Alleen het tijdstip van vertrek wordt een half uurtje vervroegd teneinde op tijd te kunnen beginnen met het aansluitende carnavalsprogramma in Gemeen- schapshuis 't Leiehoes door JCV Pannesjop. **Dus start om 12.30 uur!**

Voor de wagens geldt **AANRIJROUTE** via de Sint Barbarastraat of Slotweg naar de Kapelweg tot voormalig Stienstra, dan naar links de Wagen- schutsweg in naar de opstelling.....!!!

De route is dan als volgt: St.Barbarastraat - Meezenbroekerweg - Kasteellaan - Albert Cuyp- straat/Bredastraat - Schaesbergerweg - Amster- damstraat - Limburgiastraat met als eindpunt Gemeenschapshuis 't Leiehoes.

Hier start aansluitend om ca. **14.11 uur** de **Jeugdcarnavalsmiddag** van **JCV Pan- nesjop** met rond **16.00 uur de prijsuit- reiking!**



KOMT DAT ZIEN.....!

ALAAF

ALAAF

ALAAF



JEUGDCARNAVALSVERENIGING PANNESJOP

Op **zaterdag 13 januari jl.** werd bij JCV Pan- nesjop het **40e Prinsesje** van de vereniging uit- geroepen. Dit jaar (na 39 Prinsenparen) een lieve, goedlachse mooie Prinses die luistert naar de naam

ALISHA 1e (Vos)

In een sfeervolle drukbezette zaal van Gemeen- schapshuis 't Leiehoes kwam zij, na een hilarische act van een fake prinsenpaar (twee ex-prinsen), tevoorschijn uit een zwart omfloerst wagentje. Onder luid geknal van bussen met veel confetti deed zij haar innemende entree!

Alisha is 10 jaren jong en zit in groep 7 van basis- school 'de Horizon' bij juffrouw Carla. Een spontane bruisende meid met vele vriendjes en vriendin- netjes. Zij houdt van Carnaval. Dat is haar aange- leerd door de ouders, welke al vele jaren deel uit- maken van Carnavalsvereniging 'de Sjpassvrung', die ook al van het begin af aan meelopen met de Optocht in MSP. Zij gamed en knutselt graag met



haar Oma Martje en voetbalt zeer fanatiek bij KCC'13 in MSP. Tevens een dierenliefhebster ten top getuige haar toewijding voor hun lievelings- hond en enkele jonge speelse poesjes! Alisha wil graag kapster of schooljuf worden: daar is zij nog niet helemaal uit. De tijd zal het leren.....!

Spetterende optredens van KG 'die Hooreter Frönnde' uit Aken maakten de middag compleet met zang en spectaculaire dansacts. Terugblikkend een middag om niet te vergeten!



Tel. 06-21455053

www.hvil.nl
nicole@hvil.nl

Voor de juiste vachtverzorging voor uw hond of kat!

Maak gebruik van onze zelfwasservice !!!

- baasjes mogen gebruik maken van onze shampoo, handdoeken, waterblazer, föhns, borstels en kammen.
- geen vuile badkamer of kromme rug omdat je thuis geen bad op maat hebt voor de hond.
- als de hond even niet wilt meewerken is er altijd iemand aanwezig die u even kan helpen.
- kosten voor de zelfwasservice bedragen **€17,50** all incl.

U kunt bij ons ook terecht voor de gebruikelijke verzorgingsproducten.

Honden Verzorgings Instituut Limburg
Schaesbergerweg 137a
6415AE Heerlen

**Nieuw in de salon verkrijgbaar:
handgemaakte luxe voer/drinkbak-
houders incl. 2 bakken.**

Wilt u een leuke tekst of de naam van uw hond in de houder laten graveren? Dan kan dit. Met een professionele pen wordt dit in het hout gebrand.



Wilt u meer weten over deze bakken zoals formaat, model of een prijsopgaaf? Neem dan contact op of kom langs bij ons in de salon.



**Like onze
facebookpagina
en volg ons**

Openingstijden

Maandag	gesloten
Dinsdag	09.00 - 18.00 uur
Woensdag	09.00 - 18.00 uur
Donderdag	09.00 - 21.00 uur
Vrijdag	09.00 - 13.00 uur
Zaterdag	gesloten
Wij werken alleen op afspraak	



FysioMSP

Praktijk voor fysiotherapie, manuele therapie, oedeem therapie (lymfedrainage), sportfysiotherapie, looptraining bij claudicatio intermittens (etalagebenen), trainen bij hartfalen en COPD, fysiofitness.

Tel. 045 - 572 07 53

www.fysiomsp.nl
info@fysiomsp.nl

Kasteellaan 31, 6415 HM Heerlen (Parc Buirette)

Willem Lahaye

Willem Schmetz

Jana Kusdogan



MAANDAG						
Activiteit	Waar	Hoe laat	Organisatie	Contactpersoon	Tel.nr	E-mail/website
Ismakogie	Leiehoes	09.30 - 10.30 uur	Alcander	Truus Custers	045-5602525	
Taalgroep Ned. lezen allocht.	Buurtcentrum MSP	10.00 - 12.00 uur	Alcander	Sandra Zegers	045-2042030	szegers@alcander.nl
Aerobic en Tai Chi (zelfverd.)	Leiehoes	10.45 - 11.45 uur	Alcander	Sandra Zegers	045-2042030	szegers@alcander.nl
Bridgeclub Golden Troef	Leiehoes	13.30 - 16.30 uur	Bridgevereniging	Tim vd Bosch	045-5724832	
Kienmiddag	Leiehoes	13.30 - 16.30 uur	Sociëteit v. ouderen	Tim vd Bosch	045-5724832	
Huiswerkbegeleiding 9-14jr	The Break	16.00 - 18.00 uur	Alcander	Nienke Jacobs	045-2042030	njacobs@alcander.nl
Combi-Bodyfit	Gymzaal Eindhovenstr.	19.30 - 20.30 uur	Healthy Body	Marlène van Erp	06-49800153	marlene.vanerp@home.nl
Kienen (laaste maandag vd maand)	Leiehoes	19.30 - 22.30 uur	Stg. Engelen met een Hart	Tim vd Bosch	045-5724832	

DINSDAG						
Activiteit	Waar	Hoe laat	Organisatie	Contactpersoon	Tel.nr	E-mail/website
Inloopspreekuur wijkagenten	Inloopcentrum KasteelIn	09.00 - 12.00 uur	Wijkagenten	Kasteellaan 192	0900-8844	
Taalgroep Nederlandse les	Buurtcentrum MSP	10.00 - 12.00 uur	Alcander	Sandra Zegers	045-2042030	szegers@alcander.nl
Yogagroep	Leiehoes	11.00 - 12.00 uur	Alcander ouderenwerk	Patrick Smeets	045-2042030	psmeets@alcander.nl
Linedancegroep	Juphuis	14.00 uur	Anbo Meezenbroek	Mevr. Walraven	045-5724076	
Sport en spel v senioren	Gymzaal Eindhovenstr	14.00 - 15.00 uur	Alcander ouderenwerk	Patrick Smeets	045-2042030	psmeets@alcander.nl
Break's Kitchen 9-14 jr	The Break	15.30 - 18.30 uur	Alcander	Nienke Jacobs	045-2042030	njacobs@alcander.nl
Judo 3 t/m 8 jaar	Gymzaal Gebr. De Wittstr	17.00 - 17.45 uur	Kodokan	Patrick Dohmen	06-11149714	
Judo 8 jaar en ouder	Gymzaal Gebr. De Wittstr	17.45 - 18.45 uur	Kodokan	Patrick Dohmen	06-11149714	
Hilde's Gympiesgroep	Gymzaal Gebr. De Wittstr	19.00 - 20.00 uur	Kodokan	Patrick Dohmen	06-11149714	
Explorers 15 t/m 18 jaar	Jamboreepad 2	19.00 - 21.00 uur	Scouting St. Jan Baptist	Luc Stel	045-5722887	www.stjanbaptist.nl
Boksen	Gymzaal Eindhovenstr	19.00 - 21.00 uur	United Sport & Boxing			
Badminton	Sporthal Palemig	19.00 - 22.00 uur	BC Palemig	Diana Schat		www.bcpalemig.nl
Emotioneel Lichaamswerk	Leiehoes	19.00 - 22.00 uur	Uit Je Bol	Tim vd Bosch	045-5724832	
Bridgen	Leiehoes	19.30 - 00.00 uur	Bridgeclub de Mijnstreek	Jos Muller		bcdemijnstreek.nl

WOENSDAG						
Activiteit	Waar	Hoe laat	Organisatie	Contactpersoon	Tel.nr	E-mail/website
Bridge	Leiehoes	10.00 - 13.00 uur	Mevr. Moonen	Tim vd Bosch	045-5724832	
Tiengroep 9-14jr	The Break	14.00 - 15.30 uur	Alcander	Nienke Jacobs	045-2042030	njacobs@alcander.nl
Jeugdwerk 4-8jr	The Break	14.00 - 15.30 uur	Alcander	Nienke Jacobs	045-2042030	njacobs@alcander.nl
Combi-Bodyshape	Gymzaal Eindhovenstr	19.00 - 20.00 uur	Healthy Body	Marlène van Erp	06-49800153	
Bridgeclub 't Leiehoes	Leiehoes	19.30 - 23.00 uur	Bridgeclub 't Leiehoes	Tim vd Bosch	045-5724832	
Combi-Bodyfit	Gymzaal Eindhovenstr.	20.00 - 21.00 uur	Healthy Body	Marlène van Erp	06-49800153	



DONDERDAG						
Activiteit	Waar	Hoe laat	Organisatie	Contactpersoon	Tel.nr	E-mail/website
Bloedprikdienst	Leiehoes	09.00 - 10.00 uur	Atrium Ziekenhuis	Tim vd Bosch	045-5724832	
Sociaal Buurt Team inloop	Buurtcentrum MSP	09.30 - 10.30 uur	Standby	Sociaal Buurt Team MSP	045-5604004	info@sociaalbuurtteamheerlen.nl
Papieren spreekuur (hulp bij invullen van formulieren)	Buurtcentrum MSP	09.30 - 11.30 uur	Standby	Brigitte Beerend	045-2042030	
Vrouwengroep	Buurtcentrum MSP	09.30 - 11.30 uur	Alcander	Sandra Zegers	045-2042030	szegers@alcander.nl
Kienen	Juphuis	14.00 uur	Anbo Meezenbroek	Mevr. Walraven	045-5724076	
Judo 3 t/m 8 jaar	Gymzaal Gebr. De Wittstr	17.00 - 18.00 uur	Kodokan	Patrick Dohmen	06-11149714	
Judo 8 jaar en ouder	Gymzaal Gebr. De Wittstr	18.00 - 19.00 uur	Kodokan	Patrick Dohmen	06-11149714	
Boksen	Gymzaal Eindhovenstr	18.00 - 20.00 uur	United Sport & Boxing			
Judo voor gevorderden	Gymzaal Gebr. De Wittstr	19.00 - 20.00 uur	Kodokan	Patrick Dohmen	06-11149714	
Kundalini Yoga	Leiehoes	19.00 - 20.30 uur	Kundalini Yoga Parkstad	Roel		info@yoga-maastricht.nl
Badminton	Sporthal Palemig	19.00 - 22.00 uur	BC Palemig	Diana Schat		www.bcpalemig.nl
Bijeenkomst Gem. de Bron	Leiehoes	19.30 - 21.30 uur	Gemeente de Bron		06-83343344	bijbelgericht@gmail.com
Jokerclub	Leiehoes	19.30 - 22.30 uur	Gouden Jokers	Tim vd Bosch	045-5724832	
Repetitie Harmonie	Leiehoes	19.45 - 21.45 uur	Harmonie Flos Carmeli	Mevr. A. Eussen	045-5729395	secretaris@flos-carmeli.nl

VRIJDAG						
Activiteit	Waar	Hoe laat	Organisatie	Contactpersoon	Tel.nr	E-mail/website
Naailes	Buurtcentrum MSP	09.30 - 11.30 uur	Alcander	Sandra Zegers	045-2042030	szegers@alcander.nl
Bridge	Leiehoes	10.00 - 13.00 uur	Mevr. Moonen	Tim vd Bosch		
Combi-Bodyfit	Gymzaal Eindhovenstraat	18.30 - 19.30 uur	Healthy Body	Marlène van Erp	06-49800153	marlene.vanerp@home.nl
Kidsdisco 4 t/m 8 jaar (1x per maand op vrijdag)	The Break	18.30 - 20.30 uur	Alcander	Nienke Jacobs	045-2042030	njacobs@alcander.nl
Scouts 11 t/m 15 jaar j+m	Jamboreepad 2	19.00 - 21.00 uur	Scouting St. Jan Baptist	Luc Stel	045-5722887	

ZATERDAG						
Activiteit	Waar	Hoe laat	Organisatie	Contactpersoon	Tel.nr	E-mail/website
Beyers 4/5 t/m 7 jaar j+m	Jamboreepad 2	10.00 - 12.00 uur	Scouting St. Jan Baptist	Luc Stel	045-5722887	www.stjanbaptist.nl
Welpen 7 t/m 11 jaar j+m	Jamboreepad 2	13.00 - 15.00 uur	Scouting St. Jan Baptist	Luc Stel	045-5722887	www.stjanbaptist.nl
Repetitie percussiegroep	Leiehoes	10.30 - 12.00 uur	Harmonie Flos Carmeli	Mevr. A. Eussen	045-5729395	secretaris@flos-carmeli.nl

ZONDAG						
Activiteit	Waar	Hoe laat	Organisatie	Contactpersoon	Tel.nr	E-mail/website
Recreatief Badminton	Sporthal Palemig	10.00 - 12.00 uur	BC Palemig	Diana Schat		www.bcpalemig.nl
Geloofsgemeenschap	Leiehoes	10.30 - 12.30 uur	Gemeente De Bron		06-83343344	bijbelgericht@gmail.com

ZATERDAG 10 feb 2018

KINDER-CARNAVAL

Aanvang 14.11 uur



Prinses Alisha 1e



De Martino's

In narretempel

't Leiehoes

Limburgiastraat 36

Met

**CARNAVALS-
OPTOCHT door
MSP** start om 12.00 uur

UITSLAG OPTOCHT

DE MARTINO'S

**VERRASSINGS -
OPTREDEN VAN...?**

EN NOG VEEL MEER.....

Muzikale omljsting:

DJ BIG TIME



TERWINSELEN
PIJLSSTRAAT 14
6467 EH KERKRADE

RENEWENDY GROENTEFRIJIT.NL
INFO@RENEWENDY GROENTEFRIJIT.NL
049-5424875

VERSE SALADES / FRUITSCHALEN / BUFETTEN



DANI
Lunchen op het werk
bestel bij
www.broodjeDani.nl



yvoor



samen
beter
leven



Sinds 1984

Friture Snackbar Bob

Dagelijks geopend van 17:00 - 23:00 uur

Dinsdag gesloten

Oude Kerkstraat 42, 6412 XJ Heerlen (Schandelen)

Digitaal - Video - Math Videoproducties



- * Smalfilm Super 8 - Dubbel 8 - 16 mm film
- * Via Transfermachine overzetten op DVD - USB stick
- * Dia's - Negatieven
- * Betamax - VHS - Philips 2000 - Hi8 - DV - U-Matic

Kopiëren van alle systemen

Alles op DVD of Harddisk

06 54 63 62 23

't Leiehoes
GEMEENSCHAPSHUIS
VOOR AL UW ACTIVITEITEN
WWW.HETLEIEHOES.NL

TIM VAN DEN BOSCH
BEHEERDER

045-5724832
06-46673051

INFO@HETLEIEHOES.NL

LIMBURGIASTRAAT 36
6415 VT HEERLEN

Voncken
BROOD - BANKET



www.bakkerijvoncken.nl

Als uw auto aan een APK-keuring toe is ga dan naar:

**AUTOBEDRIJF
ARETZ**



- Occassions
- APK
- Onderhoud
- Reparaties
- Banden

St. Barbarastraat 10
6415 RV Heerlen
Telefoon 045 - 572 12 68

Kijk ook op
www.autobedrijfaretz.nl

Bij een grote beurt APK GRATIS



Welkom bij Hans en Jolanda

- Het adres voor al uw feestenavonden, bruiloften, koffietafels, vergaderingen enz.
- Grote zaalruimte met 80 zitplaatsen
- Ruime parkeergelegenheid

poolbiljart - golfbiljart - tafelfootbal - darten

Bel voor meer informatie
045 - 572 05 90

Schaesbergerveg 138 - Heerlen

Openingstijden
ma-di-wo 18.00 - 02.00 uur
vrijdag 18.00 - 03.00 uur
zaterdag 16.00 - 03.00 uur
zondag 12.00 - 00.00 uur
Donderdag gesloten

Cursus Natuurlijk Moestuineren

Na het volgen van deze cursus kun je gelijk aan de slag in je eigen tuin, buurttuin of samentuin. Deze cursus wordt gegeven door Leo de Groot.

Leo is in 2012 begonnen met lesgeven. Na zijn Permacultuur Ontwerp Cursus (PDC), volgde hij een cursus lesgeven in permacultuur in Denemarken (Permaculture Education Course). Daarnaast heeft hij praktijkervaring door een eigen tuin en de Dobbeltuin in Heerlen.

Permacultuur is leven in het besef onderdeel te zijn van de natuur.

Permacultuur is leren van de natuur met als doel te voorzien in menselijke behoeften, terwijl we de gezondheid van ecosystemen verbeteren of in stand houden. Het heeft 3 ethische principes als basis: zorg voor de aarde, zorg voor de mensen, eerlijk delen.



De cursus Natuurlijk Moestuineren bestaat uit 10 uur theorie in 4 bijeenkomsten en 2 praktijkdagen met 4 uur theorie en 6 uur praktijk. Behalve theorie wordt in de cursus samenwerkingsvormen gebruikt waarin men van elkaar leert. Het minimum aantal deelnemers is 8 en het maximum 14.

Les 1 Algemene introductie: 3 ethische principes, 12 permacultuur principes, sectoren, waar komt de moestuin.

Les 2 Aarde en vruchtbaarheid, wel of niet spitten, compost maken, grond verbeteren.

Les 3 Soorten planten en zaad, zaaien, combinatie- en wisselteelt, opvolging, teeltplan.

Les 4 Gewasbescherming, slakken, kruidengier, medewerkers, oogsten en bewaren.

Als rode draad in de cursus loopt het maken van je eigen tuinontwerp.

De cursus natuurlijk moestuinieren wordt gegeven

op woensdag **14, 28 februari, 14 en 28 maart** van **19.30u tot 22.00u** in het Transitie-lokaal, Mijnetellaan 6 Heerlen. De praktijkdagen zijn op **zaterdag 14 april** en **zaterdag 12 mei** van 10.00u tot 15.00u op de Dobbeltuin, Dobbeltuinstraat Heerlen.

Kosten: Vrijwilligers Parksjtad in Transitie **€35,-** anders **€55,-** inclusief lesmateriaal en koffie/thee.

Aanmelden bij Leo de Groot mail:
l.j.m.degroot@telfort.nl

Voor meer informatie: tel. **06 - 473 110 49**

Jupedic
VOETZORG
MEDISCH PEDICURE

Judith Leers Kloosterkoolhof 46 6415XV Heerlen
tel. 06-46175440 judithleers@gmail.com

Iedere laatste maandag van de Maand

KIENEN
van 19:30 t/m 22:30 uur

Prijzen die u kunt winnen zijn o.a.:
Etenswaren, bruikbare, leuke en handige dingen, tegoed-bonnen en geldprijzen.

In het begin van de avond kunnen er kaarten gekocht worden en spelen we 16 rondes, in de pauze is het mogelijk om de kaarten te ruilen of nog bij te kopen !!!

Kienkaarten vanaf € 1,00 bij ons te koop

Denk zelf wel aan fisches/muntjes !
Koffie/thee/fris en wat te eten is aanwezig aan de bar
Consumptie vanaf € 1,80

Iedereen is welkom van jong tot oud !
Deur open: 19:00 uur
Locatie Limburgiastraat 36
6415 VT Heerlen

't Leiehoes

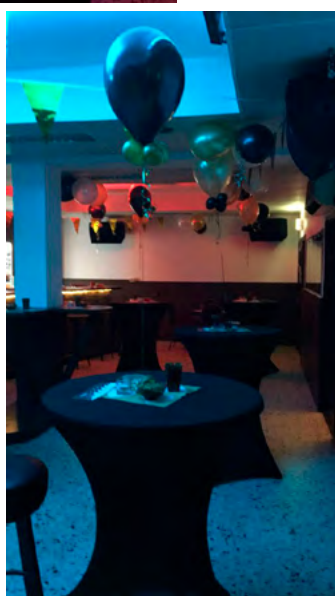
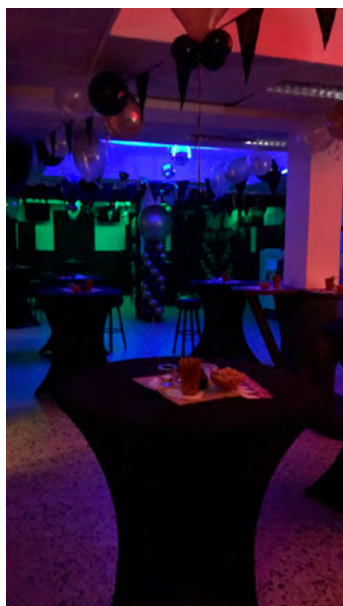
voor meer info: www.engelenmeteenhart.nl en www.hetleiehoes.nl

Café De Kroeg

Een verjaardag, een bruiloft, of doet uw kind de communie. Dat kan bij Café De Kroeg in Heerlen. Wij zorgen ervoor dat uw avond een geslaagde avond wordt en dat u zich nergens druk om hoeft te maken en dat u zorgeloos kunt genieten van het feest.

Voor meer informatie of over de mogelijkheden kunt u contact opnemen met:

Karina Puts 06-28881969 of Wesley Puts 06-17123615



Party-Arrangement

Optie 1: € 15 p.p.

★ Onbeperkt ★

- Bier (Jupiler).
- Wijn.
- Frisdrank.

Optie 2: € 18 p.p.

★ Onbeperkt ★

- Bier (Jupiler).
- Wijn.
- Frisdrank.
- 7 soorten Sterke drank.



Venlostraat 2, 6415 CD, Heerlen.



WANDELPROGRAMMA ALCANDER 2018

In het kader van Meer Bewegen voor Ouderen starten wij in april weer met onze wandelingen. Op **12 en 19 april** begint onze wandeling in Margraten of Sibbe en eindigt in Oud-Valkenburg. Op **17 en 24 mei** lopen wij van Banholt, via Mheer voor de 2-uurs wandeling, naar Terlinden.

In **juni** wandelen wij op de **14e** en de **21e** van Voerendaal of Weustenrade naar het centrum van Voerendaal.

Op **12 en 19 juli** maken wij een wandeling rond de gemeente Schinnen.

9 en 16 augustus staat een rondwandeling in Doenrade op het programma.

13 en 20 september sluiten we het seizoen af met een mooie route vanuit Heijenrath naar Schweiberg.

Via diverse opstapplaatsen worden wij per bus opgehaald en naar het startpunt van de wandeling gebracht (en aan het eind van de middag weer 'thuis' gebracht).

Een deel van de groep loopt ongeveer één uur en een ander deel ongeveer twee uur. Aan het eind van de route komen wij weer samen op hetzelfde adres voor koffie/thee en heerlijke vlaai (voor eigen rekening).

Wij hebben al veel mogen genieten van het mooie Limburgse land, de gezelligheid van elkaar, bewegen, koffie/thee 'met', kortom van een mooie middag.

Als u wilt meedoen aan een activiteit, dan kunt u zich aanmelden bij **ALCANDER, tel. 045-7111560** of via e-mail psmeets@alcander.nl. Wanneer u eerst een keer als introducee mee wilt gaan, kunt u zich op de dinsdag vóór de wandeling tussen 14.30 en 16.00 uur aanmelden bij **tel. 045-5713730**. U bent van harte welkom.



Oproep "MSP uit de Kunst"



"MSP uit de Kunst" is er voor creatieve mensen met een artistieke inslag, die graag eens zouden exposeren, maar om de een of andere reden niet "aan de bak" komen of willen komen in het reguliere galerie-circuit. En dan met name mensen die in de wijk MSP wonen. Schilderijen, foto's, beeldhouwwerken, collages en dergelijke. De eerste expositie vond plaats medio 2012.

Tot nu toe werd het werk onder de noemer "Expositie" tentoongesteld in het Buurtcentrum aan de Schandelmolenweg 24. Het gebouw waarin ook The Break gevestigd is. Door toenemende drukte in het Buurtcentrum is het inmiddels bijna onmogelijk geworden om daar van exposities te kunnen spreken. Ruimtes waarin werk hangt, is regelmatig niet toegankelijk voor publiek, omdat er op dat moment mensen in gesprek zijn met bijvoorbeeld een maatschappelijk werker of er een andere bespreking plaatsvindt. Daarom en daardoor ben ik op zoek naar een ruimte die veel geschikter is voor exposities. Helaas heb ik die nog niet gevonden. Nu zou ik een oproep daarover willen doen.

Weet u misschien een ruimte waarin dat wel zou kunnen? Of heeft u daar ideeën over? En dan graag in MSP zelf of in de directe omgeving van deze wijk. Heerlerbaan of Heerlerheide zijn dus geen optie.

Zo ja, zou u dan daarover contact met mij willen opnemen per telefoon **045-8500709** of per mail chacha@charleskrutzen.com

Charles Krutzen



**the
CAKE
HOUSE**

Workshops taart decoreren
Taart decoratiemateriaal

**PME en Wilton
cursussen**

WWW.THECAKEHOUSE.NL

Schaesbergerweg 169,
6415 AG Heerlen
Tel: 045-5610013 - 06-53775768

Openingstijden winkel:
Do/Vr 10.00-17.00 uur
Za 10.00-16.00 uur
Workshops op afspraak

Voor al uw vragen over



**Gezondheid
Veiligheid
Wonen**

**Mensen met aandacht
0900-6990699**



Neem dan contact op met uw wijkverpleegkundige:

Denise Salden, Schaesbergerveld

☎ 06-14580807

Ellen Moolenaar, Meezenbroek en Palemig

☎ 06-42939022

Voor al uw vragen over huishoudelijke zorg kunt u terecht bij:

Hannie Vaessen, manager

Hulp bij Huishouden

☎ 5665419



Pedicure-Salon

Jolanda

Heerlijk en ontspannen uw
voeten laten verwennen

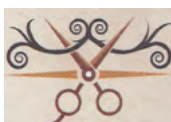
Jolanda Roeks
Heemskerkstraat 85
Heerlen

Behandeling volgens afspraak

Bel 06-13855118

Kapsalon Pakbiers

Sandra en Josanne Vanovermeere



- knippen
- kleuren
- krullen

Woensdagochtend,
donderdag, vrijdag en
zaterdag

Gelieve volgens afspraak

Tel. 045-5720290

St. Barbarastraat 122, 6415 RZ, Heerlen-Palemig

HONDENKAPSALON

WUBBLE

Tel: 06-55322011



St. Barbarastraat 22
6415 RV Heerlen

Openingstijden:
ma t/m vr 9.00-18.00
za 9.00-14.00



**WASSEN & KNIPPEN
€ 14,50**

U kunt nu on-line een afspraak maken!

Dat kan via **www.labelleimage.nl** of
mail naar **afspraak@labelleimage.nl**

MEEZENBROEK OP 'T PLEINTJE TEL. 5709093

Heerlen MSP nieuws



Schaesbergerweg

De Schaesbergerweg is weer geopend voor verkeer en voorzien van een smileybord om ervoor te zorgen dat iedereen zich aan de snelheid houdt. We hebben meer parkeerplaatsen aangelegd en nieuwe bomen geplant.

Aanbesteding Kasteellaan

De aanbesteding van de Kasteellaan is op dit moment in procedure, in februari kunnen we een aannemer selecteren waarmee we de planning kunnen bespreken. We zullen de aanwonenden uitnodigen om dit verder te bespreken. We verwachten tussen april en december 2018 gefaseerd te werken vanaf de rotonde Meezenbroekerweg via de kasteellaan richting Bredastraat.

Boekje over MSP

Het boekje 'MSP, een nieuwe manier van herstructureren 2007-2017' is klaar! We zullen op enkele momenten in het Leiehoes aanwezig zijn om deze boekjes uit te delen aan degenen die zich hiervoor hebben ingeschreven. We laten u nog weten wanneer deze uitdeelmomenten zullen plaatsvinden.

Terrein voormalige Theo Thijssenschool

Het terrein van de voormalige Theo Thijssenschool is bijna gereed. Er dienen nog enkele saneringswerkzaamheden uitgevoerd te worden. Er worden ook nog enkele hekken weggenomen en het terrein wordt ingezaaid met gras.



Meer nieuws: www.heerlen.nl/mijnmsp



DE
ZONNE
BLOEM

Afd. Schaesbergerveld
en Meezenbroek

Beste wijkbewoners,

In deze eerste editie van 2018 wensen wij u een gezond en gezegend 2018.

Een kleine terugblik.

De Sinterklaasviering van 2017 was wederom zeer gezellig. We hebben lekker gekind. De prijsjes zijn goed befallen en onze gasten gingen voldaan naar huis.

Vervolgens stond de kerstviering nog op het programma. De kapelaan heeft deze middag geopend met een kerstboodschap. Zangeres Nadine Maes heeft ons vermaakt met sfeervolle kerstliedjes. De kerststukken op tafel, gesponsord door onze vrijwilligsters, werden verloot onder de gasten. Deze mooie stukken staan te pronken op de tafels bij de winnaars. Onze gasten hebben wederom genoten van een mooie dag.

Maar dat was nog niet alles. Er werden wederom



vrijwilligsters door een vertegenwoordiging van het regiobestuur in het zonnetje gezet. Dit omdat ze zich 10 of meer jaren voor onze Zonnebloemafdeling hebben ingezet.

We hebben inmiddels de volgende activiteiten gepland:

- | | |
|-----------------|---------------------|
| - Filmmiddag | - Kienmiddag |
| - Paasviering | - Sinterklaasmiddag |
| - Bloesemtocht | - Kerstviering |
| - Schutterspark | |

Uiteraard staat er nog meer op het programma, maar dat zijn we nog aan het regelen.

Zo ziet u hoe de Zonnebloemafdeling Schaesbergerveld-Meezenbroek werkt voor mensen die tot de doelgroep behoren.

Eventuele nieuwe gasten of vrijwilligers kunnen zich melden bij Leny onder nummer 045-5728856 of kijk even op onze vernieuwde website

www.onzezonnebloem.nl

Hier kunt u zich aanmelden als vrijwilliger. Uw steun wordt zeer gewaardeerd.

Wij houden u op de hoogte van alle ontwikkelingen van onze afdeling. Ons doel is en blijft onze afdeling in ere houden. Bij de Zonnebloem draait het

om mensen. Dat geldt ook voor onze afdeling. Met een gezellige groep vrijwilligers zetten wij ons in voor mensen met een lichamelijke beperking vanaf 18 jaar. Iedereen heeft behoefte aan gezelschap, maar als je een lichamelijke beperking hebt, ben je misschien vaker alleen thuis dan je zou willen. De vrijwilligers van onze afdeling komen graag langs voor een kopje koffie of om samen met jou op pad te gaan.

Henny van der Veeke
Voorzitter, 06-13656558

VERBOOM Autorecycling Heerlen BV

- * In- en verkoop schade-auto's
- * Meeste nieuwe en gebruikte onderdelen per computer direkt opvraagbaar
- * U ontvangt een rechtsgeldig RDW-vrijwaringsbewijs

www.verboom-bv.nl

f Facebook: Verboomautorecycling

**EEN BETER MILIEU
BEGINT BIJ JEZELF**



Leenkampsweg 4, Heerlen - Palemig
Tel. 045 - 572 06 54

verboom.bv@kpnmail.nl
autorecycling@verboom-bv.nl

Mark Verdoes is in zijn Tandprothetische Praktijk Heerlen voortdurend op zoek naar innoverende en patiëntvriendelijke technieken. Als eerste in Nederland introduceerde hij onlangs de digitale gebitsprothese. De laatste tussenstap naar het geprinte gebit.'

Tandprothetische Praktijk Heerlen introduceert de digitale gebitsprothese



Mark Verdoes:
'Digitaal printen komt dichterbij'

Dragers van een kunstgebit weten het uit ervaring. Na een aantal jaren moet de versleten prothese vervangen worden. En dat betekent weer happen, meten, passen en diverse stoelen bij de tandarts en/of de tandprotheticus. Plus weer de nodige weken en maanden wennen. Met de digitale prothese komt aan die ongemakken een einde, belooft Mark Verdoes. 'Heel eenvoudig', zegt hij. 'Als we een digitale scan hebben van de eerste prothese, is het reproduceren een fluitje van een cent. De patiënt

hoeft bij wijze van spreken alleen als de basis veranderd is, langs te komen om dit apart te scannen. We lezen de scan uit, en frezen met behulp van deze gegevens de nieuwe prothese. Een exacte kopie die meteen past en waaraan de drager niet meer hoeft te wennen. Wel een vooruitgang, denk ik.'

Perfect

De eerste digitaal gemaakte protheses hebben we inmiddels geleverd. De mensen zijn erg tevreden. Ze zijn blij met de snelle afhandeling. Met de digitale prothese bereiken we een hogere kwaliteit en nauwkeurigheid die met handwerk praktisch niet te evenaren is. De kaak en de stand van de tanden worden gescand, de patiënt denkt en praat mee over vorm en kleur. Hij of zij ziet op de computeranimatie hoe het eruit gaat zien. Daarna sturen we de scan naar een freesbedrijf.

Voordelen

De voordelen zijn evident, zegt Mark Verdoes. 'Wij gieten of persen de prothese en daardoor

kunnen lichte vervormingen ontstaan. Ook komen er stoffen vrij die allergische reacties kunnen oproepen. Daarbij kan er vuil komen tussen de tanden en de drager. Met de beruchte zwarte randjes tot gevolg. Met het frezen uit één stuk zijn al die nadelen in een keer verdwenen.

**'Veel voordelen
voor dragers kunstgebit'**

De tanden zijn integraal onderdeel van de kunststof. Geen naadjes meer, minder kans voor bacteriën om zich vast te zetten. Bovendien is het gefreesde kunstgebit sterker en gaat het langer mee.'

3D-printen

Sterker nog, nieuwe technieken bieden nieuwe mogelijkheden. 'We zijn heel dicht bij het gebit uit de 3D-printer. Implantaten komen soms al uit de printer, over enkele jaren geldt dat ook voor de complete prothese. Met nieuwe technieken kunnen we meer maatwerk leveren. Dat is wel het mooie aan dit beroep, je helpt mensen.'

'Nogmaals', zegt Mark Verdoes, 'voorlopig bestaat de digitale techniek naast de conventionele. Mensen kunnen hier ook gewoon terecht voor reparaties en aanpassingen. Langzaam maar zeker bouwen we onze digitale bestanden op en worden vervangingen routineklusjes.'



De Tandprothetische Praktijk Heerlen is gevestigd aan de Van Kornebeekstraat 11 in Heerlen
Alle informatie op **www.tandprothetischepraktijkheerlen.nl**

INTERVIEW VAN DE MAAND

Sandra Zegers, opbouwwerkster in MSP

Iedereen die wel eens in het Buurtcentrum/The Break aan de Schandelmolenweg komt, kent haar vast wel. Al is het dan misschien alleen van zien. Sandra Zegers, opbouwwerkster in MSP en Molenberg.

Ik vroeg haar om haar werkzaamheden eens nader uit de doeken te doen voor de wijkbewoners, want voor lang niet iedereen is dat duidelijk. Het woord is nu verder aan Sandra.

"O, dat is niet zo maar een-twee-drie uit te leggen. Best wel moeilijk," zijnde haar eerste woorden toen zij half januari tegenover me zat.

"Eerst waren de taken veel meer verdeeld tussen de diverse medewerkers in het Buurtcentrum/The Break. Nu doen we veel meer samen. Het is nu allemaal niet meer zo strikt gescheiden van elkaar; de werkzaamheden overlappen elkaar meer. En wat ik doe? Om te beginnen het proberen te activeren en stimuleren van mensen in de wijk om iets in de wijk te doen op o.a. sociaal gebied, waarbij ik hen ondersteun. Dat doe ik niet alleen in MSP, maar ook op Molenberg.

Verder coördineer ik de [vrijwilligerscentrale](#) in Heerlen, hetgeen ik al deed voordat ik als opbouwwerkster begon.

Verder ben ik bezig met het **project "Aan de slag"**, waarin we bewoners van het AZC (asielzoekerscentrum in Imstenrade) bemiddelen naar vrijwilligerswerk. Mijn takenpakket is daardoor breder dan alleen het opbouwwerk.

Dat is voor zover het algemene van mijn werk. Het precies inhoudelijke is een stuk moeilijker om uit te leggen.

Wat ik op de eerste plaats doe en probeer, is om mensen bij elkaar te brengen op de momenten dat het nodig is en dat zij daar behoefte aan hebben. Dat kan gaan over een probleem dat ze hebben in of met de buurt, over een idee dat ze hebben om het gezelliger en leuker te maken in de buurt of om een activiteit te organiseren voor en/of met medebuurtbewoners. Op dat moment doe ik mijn best om mensen die elkaar daarin nodig (zouden kunnen) hebben, bij elkaar te brengen. Of ik probeer ze met organisaties in contact te brengen die hen verder zouden kunnen helpen. Eventueel ook op het gebied van financiering.

Het gaat dan lang niet alleen om problemen in de wijk, in de zin van overlast bijvoorbeeld. Want daar zijn toch vooral andere instanties voor, zoals de wijkagent, gemeente en misschien een woningvereniging. Daarvoor kunnen ze dan wel bij mij komen, maar ik zal hen dan alsnog doorverwijzen naar die andere instantie(s).

Wel vind ik het overigens belangrijk om weet te hebben van wat zich in de wijk afspeelt op allerlei gebied.

Maar wat ik ook belangrijk vind is dat mensen ook zelf met oplossingen voor problemen en met ideeën voor de buurt bij me komen. Om samen met hen te kijken naar wat wil je, wat heb je daarvoor nodig en wat zou je daarmee kunnen bereiken. Dat kan iets eenmaligs zijn, iets dat regelmatig terugkomt of iets dat nu niet meteen gerealiseerd kan worden, maar dat misschien over een jaar of over



twee jaar wel zou kunnen. Dat kan dan echt van alles zijn.

Heel vaak raak ik daar zelf erg enthousiast over of voor. En dan gaan we samen op zoek naar manieren waarop we dat kunnen gaan aanpakken. Ik kan uiteraard van alles en nog wat bedenken voor de wijk, een buurt in de wijk, maar ik wil juist, ik hoop juist dat de ideeën vanuit de mensen zelf komen. Er zijn natuurlijk ook mensen die het allemaal zelf kunnen, die mij daar helemaal niet bij nodig hebben. Prima hoor. Maar lang niet iedereen kan dat. En daarvoor ben ik dan de persoon die hen verder kan helpen."

Tuinen te huur op tuincomplex De Heldevier in Heerlen

Altijd al eens aardappelen willen poten, sla, wortelen of bloemen willen zaaien? Op het tuincomplex De Heldevier aan de Meezenbroekerweg in Heerlen zijn nog tuinen te huur.

Het is een gezonde hobby, je bent bezig in de buitenlucht en je eet je zelfgeteelde groenten en fruit. Je kunt, als je wilt bijna het hele jaar van eigen tuin eten. En... het is lekkerder dan uit de winkel. Ook is het rustgevend om in de eigen tuin bezig te zijn, soms is het zwaar werk, soms ook gewoon domweg



onkruid wieden. Weet wel dat tuinieren ook wat tijd kost.

Op de tuin leer je andere mensen kennen, dat kan natuurlijk overall, maar het publiek op De Heldevier is zeer divers. Uit alle lagen van de bevolking, van verschillende nationaliteiten en leeftijden. Tuinders die het goed met elkaar kunnen vinden en elkaar helpen waar nodig.

Heb je interesse, neem dan contact op met **Freek Dammer**, telefoon **045-5726283** of via de mail:

penningmeester@volkstuin-deheldevier.nl
of **jjmdammer@ziggo.nl**



**mijn
msp**

Buurthulpen

Samen werken aan een fijn MSP

Mevrouw Van Stratum en mevrouw Kamps, buurtbewoners van elkaar:

"In het wijkblad MSP las ik over de buurthulpen. Laatst hebben wij gebeld voor onze buurman om hem te helpen zijn hoge heg te snoeien. Ik ga ze zeker nog eens bellen. Ik zie het als een extra steun in de rug, zegt mevrouw Van Stratum. Aarzel niet, bel gewoon! En als wij merken dat iemand niet durft, bellen wij wel, vult mevrouw Kamps aan."

Ook een steuntje in de rug nodig?

Bewoners weten de buurthulpen steeds vaker te vinden. Zoekt u hulp bij een klus in en rondom uw huis? Denk aan het knippen van de heg, het ophangen van een klok of schilderij of het uitlaten van de hond als u het even niet kan.

Spreek ons aan of kom langs bij ons pand aan de Kasteellaan 129. Op werkdagen van maandag t/m donderdag van 09.00 tot 16.00 uur en op vrijdag van 09.00 tot 13.00 uur. Dan drinken we een kop koffie en kijken we wat we voor u kunnen betekenen. Of bel met 045-7851269.

Graag tot ziens!

CARNAVAL



ALLES VERS BEREID UIT EIGEN KEUKEN



Warme Surinaamse broodjes

Bakkeljauw	€ 4,50
Garnalen	€ 4,50
Kerrie kip	€ 4,00
Ketjap kip	€ 4,00
Pom (kipfilet, kippendij, zoutvlees)	€ 5,50
Rendang	€ 4,50
Semoor	€ 4,50
Roti kerrie kip (brood, kerriekip, kousenband, aardappel, ei, zuur/rode kool)	€ 10,00
Losse Surinaamse bal	€ 2,50
Saté (2 stokjes)	€ 5,50
Surinaamse gehaktbal (rund)	€ 3,50
Surindi (gehaktbal, satésaus, taugé, gedroogde uitjes)	€ 5,50

Optioneel

Zuurgoed	gratis
Kouseband	€ 0,50
Diverse Sambal	€ 0,50
Chutney Mango	€ 0,75

ALLES VERS BEREID UIT EIGEN KEUKEN

Indische Specialiteiten

Saté Ajam + Lontong, satésaus en gedroogde uitjes	€ 6,50
Saté Babi + Lontong, satésaus en gedroogde uitjes	€ 6,50
Rendang (pittig rundvlees)	€ 3,50
Semoor (zoet rundvlees)	€ 3,50
Nasi goreng	€ 2,50
Bami goreng	€ 2,50
Sambal Goreng boontjes	€ 2,50
Tja (gewokte groenten in zoete saus)	€ 2,50
Atjar Ketimoen	€ 1,50
Atjar Tjampoer	€ 1,50
Kroepoek / emping	€ 1,50
Risolles	€ 2,50
Lemper	€ 2,00
Spekkoek (8 smaken)	€ 2,50
Gado Gado gestoomde groente (alleen op vrijdag en zaterdag)	€ 6,50

Dranken

Diverse gekoelde dranken o.a.

Fernandes (green / cherry/pineapple)	€ 1,50
Ice-tea (diverse smaken)	€ 1,50
Halfvolle melk 0,5L	€ 1,50

Rotterdamstraat 100A Heerlen Di. t/m zat. 11:00 - 19:00 uur, zondag en maandag gesloten
Telefoonnummer 045 - 70 74 066. U kunt bij ons pinnen.

Tijdens de carnaval zijn wij extra geopend

zondag 11 en maandag 12 februari

**15.00 tot
19.00 uur**

**nasi of bami
met kip of rund of vis
atjar tjampoer**

vanaf € 6,-



**lekker voor op de vuist
surindi to go**