



MOEDERDAG 2025

Op 11 mei is het Moederdag – hét moment om samen te genieten van de lente! Fiets door de bloeiende natuur van Regio Parkstad, ontdek lifestyle- en tuininspiratie en voel de lentekriebels volop. Dit voorjaar barst van de evenementen: van de feestelijke opening van MIJN-werk in Heerlen centrum, met hoogwaardige faciliteiten, tot de eervolle nominatie voor de Parkstad Limburg Economy Awards. Ook wandelen we voor het goede doel, om samen iets moois te betekenen. Parkstad leeft – vier het leven, de lente én de liefde voor mama!



Eurohandel
alles voor uw tuin

Plaatselijke verenigingen organiseren

KIENEN

DAGELIJKS KIENEN IN DE ZAAL VAN
CASINO LANDGRAAF

18 rondes, 1550 euro prijzengeld!

Elke woensdag friet met snack en andere dagen andere acties!

Totaal 18 rondes.
Zaal open 17.00 uur.
Aanvang kienen 19.30
einde 22.45 uur

U kunt buiten roken in de tent

Moltweg 82 Landgraaf
Info: tel. 045-5315235

IN ONS VOLGENDE NUMMER (EIND MEI):

HET THEMA VADERDAG EN MEER...

DE NOG ÉNIGE MAANDELIJKE GRATIS HUIS AAN HUIS KRANT!

OOK ADVERTEREN IN DE VOLGENDE EDITIE
MET EEN GRATIS ARTIKEL ERBIJ?
BEL 06-50298807

Rijbewijskeuring
direct.nl

GOEDKOOPSTE RIJBEDIJFS-
KEURINGEN IN DE REGIO
MAASTRICHT

- Snel een afspraak mogelijk
- Ervaren artsen
- Direct uitslag

Keuringen bij medische aandoeningen • 75+ keuringen •

Vanaf slechts
€55,-
inclusief BTW

Boek direct uw afspraak via
www.rijbewijskeuringdirect.nl



woon
boulevard
heerlen
inspireert

Raad & Win

de waarde
het interieur



Inspiratiehuis

7 april - 9 juni

woonboulevardheerlen.nl/inspiratiehuis



Woonboulevard Heerlen inspireert

De drie pleinen van Woonboulevard Heerlen staan bol van de wooninspiratie. Met meer dan 50 winkels voor elke ruimte in en rondom het huis. Maak kennis met de nieuwste woontrends en de mooiste woonaccessoires. Met zoveel winkels en showrooms vol inspiratie ben je een hele dag zoet. Woonboulevard Heerlen staat bekend om zijn unieke evenementen en speciale aanbiedingen. Het voorjaar staat in het teken van het inspiratiehuis!

Raad en win!

In het inspiratiehuis, gelegen op Plein 1, hebben onze interieurstylisten de mooiste items van Woonboulevard Heerlen verzameld en samengevoegd tot één fantastisch interieur. De nieuwste trends komen hier samen tot een inspirerend geheel, waar je nieuwe dingen blijft ontdekken. En het blijft niet bij kijken alleen! Als je goed kunt inschatten wat de opgetelde waarde is, kun je een shoptegoed winnen van €4.000,-!



Doe mee, waag de gok en maak van je huis een stijlvol thuis!

Ga naar woonboulevardheerlen.nl/inspiratiehuis voor alle informatie rondom het inspiratiehuis!

Meedoen kan tot en met maandag 9 juni 2025.

Woonboulevard Heerlen inspireert

Woontrends veranderen elk seizoen en elk jaar. Hoe houd je de boel thuis up-to-date? Met de inspiratietips en nieuwtjes van Woonboulevard Heerlen!

Volg ons op social media via /woonboulevardheerlen of bezoek de website www.woonboulevardheerlen.nl en blijf op de hoogte!

Vernieuwd Sportgala in centrum Kerkrade

Sportstichting Kerkrade heeft besloten om in Kerkrade het Sportgala nieuw leven in te blazen. In het begin van deze eeuw kende Kerkrade met regelmaat een sportgala waarbij een sportman, sportvrouw en sportploeg van het jaar werden gekozen en gehuldigd. Een jury bepaalde aan de hand van sportprestaties wie voor nominatie in aanmerking kwamen. De meest bekende naam in de erelijst van sporters is wellicht Eugène Martineau. Na zijn deelname aan de tienkamp bij de Olympische Spelen werd hij in 2004 tot sporter van het jaar gekozen.

Op zaterdagavond 3 mei 2025 organiseert Sportstichting Kerkrade een vernieuwd Sportgala in het sportcomplex Vie in het centrum van Kerkrade.

Voor alle inwoners van Kerkrade

Inwoners van Kerkrade worden op allerlei manieren gemotiveerd om meer te bewegen. Kerkradse sportverenigingen en sportaanbieders worden aangemoedigd om het sportaanbod te bestendigen en te vernieuwen, waarbij zij ondersteuning kunnen krijgen uit het Sportakkoord Kerkrade. Sportstichting Kerkrade heeft samen met The Move Factory, Optisport, Vie en gemeente Kerkrade naar een mogelijkheid gezocht om aan de inwoners van Kerkrade te laten zien wat dit allemaal oplevert.

Feestavond

Het Sportgala op 3 mei aanstaande wordt dan ook een feestelijke avond om sport te vieren en bijzondere Kerkradse sportprestaties in het zonnetje te zetten. Ook vinden demonstraties plaats van nieuw sportaanbod dat mede mogelijk is gemaakt door het Sportakkoord Kerkrade. Met inspirerende talks over actuele thema's in de sport zullen Roda JC-trainer Bas Sibum en voormalig Olympisch bokser Arnold Vanderlyde de avond completeren.

Meer info

Het Sportgala wordt gehouden in sportcomplex Vie, Vie-boulevard 21, 6461 AL Kerkrade. De avond start om 19.00 uur, de zaal is open om 18.30 uur. Het programma duurt tot kwart voor tien. Aansluitend is er nog gelegenheid om te borrelen en te netwerken. Het kledingadvies voor dit gala is gewoon casual. De entree is gratis maar een entreebewijs is verplicht. Het entreebewijs is gratis te verkrijgen via een QR-code.

Kijk op facebook pagina Sportstichting Kerkrade of stuur een mailtje naar Luuk Huijts, verenigingsondersteuner van The Move Factory l.huijts@themovefactory.nl hij stuurt de code toe.

Eurohandel alles voor uw tuin

10 % extra korting op alle terras-overkappingen schuifdeuren keramische tegels betontegels tuinmeubelen geldig tot 4 mei 2025

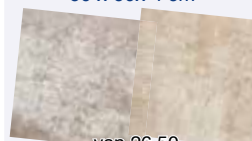
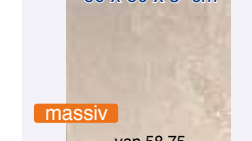
Koopzondag 4 en 18 mei van 11-16 uur



De grootste collectie tuinhuisen uit de euregio. Uit voorraad leverbaar! Ook met opbouw.

Blokhut Stein 1 295 x 195 cm 28 mm  van 1.355,- NU 1.329,-	Overkapping Linne 445 x 320 34 mm  van 1.995,- van 1.695,- NU 1.499,-	Blokhut Born 400 x 250 cm 28 mm  van 1.839,- NU 1.799,-	Blokhut Brunssum 620 x 295 cm 28 mm  van 2.479,- NU 2.395,-	Blokhut Maasbracht 700 x 320 cm 34 mm  van 3.539,- NU 3.449,-
---	--	--	--	--

10% extra korting op alle keramische tegels en betontegels

Luxury Topline Black, Graphite en Copper 60 x 60 x 4 cm  van 33,75 voor 24,50 p. m² NU 22,05 p. m²	Demiton Gothic 20 x 30 x 5 cm  van 21,49 voor 18,25 p. m² NU 16,45 p. m²	Luxury Line Dark/Light Grey 60 x 60x 4 cm  van 26,50 voor 21,50 p. m² NU 19,35 p. m²	Luxury Line Light Brown/ Sand 60 x 60x 4 cm  van 26,50 voor 21,50 p. m² NU 19,35 p. m²	Keramikfliese Varese Taupe 60 x 60 x 3 cm  massiv van 58,75 voor 37,50 p. m² NU 33,75 p. m²	Keramikfliese Ronda 40 x 80 x 3 cm  massiv van 67,25 voor 39,95 p. m² NU 35,95 p. m²
---	--	--	---	---	--

10 % extra korting op alle voorradige tuinmeubelen

Steenschot A-kwaliteit 150 x 135 cm 55 mm dik  van 55,- NU 39,95 p st.	Relief Vlonderplanken Geïmpregneerd 25x145x1800 mm diverse lengtes verkrijgbaar  v.a. 6,- p st.	Douglas dubbellips profielplank 1.8x19x250 cm  van 15,- NU 10,- p st.	Lounge/Diningset Garda Luxe  van 2.525,- voor 2.295,- NU 2.065,-	Lounge Comfort set Venetië  van 2.639,- voor 2.195,- NU 1.975,-	Loungeset Venetië Bella  van 2.465,- voor 2.295,- NU 2.065,-
--	---	--	--	---	--

De redactie maakt hier per editie een keuze uit en geeft geen garantie voor plaatsing.



Beleef de zomer in het Openluchttheater van Brunssum

Het Openluchttheater van Brunssum is weer open! Tot en met september beleef je een groot aantal kindervoorstellingen en zomerconcerten voor het hele gezin!

Een overzicht van de voorstellingen in het komend seizoen:

ZONDAG 18 MEI: WERELDSE KLANKEN

Geniet van wereldmuziek tijdens dit festival, met Sloveens koorzang, Mexicaanse ritmes en Amerikaanse gospel

ZATERDAG 31 MEI: KINDERVOORSTELLING PANIEK IN HET MUSEUM

Pien en Lotje bezoeken een museum waar je natuurlijk niet aan de spulletjes mag zitten... als dat maar goed gaat!

ZONDAG 1 JUNI: LOCAL HEROES

Een muziekfestival vol afwisselende klanken, met rock, classic rock and 1960s psychedelie rock

VRIJDAG 6 JUNI: BOB MARLEY TRIBUTE

Rootsriders Feat Mo Ali brengt de ritmische reggae vibes van de legende Marley naar Brunssum

ZONDAG 22 JUNI: JUBILEUMCONCERT BAPTISTENGEMEENTE

De Baptistengemeente Treebeek viert het 100-jarig bestaan met een muzikaal programma voor iedereen

WOENSDAG 25 JUNI: KINDERVOORSTELLING PEGASUS

Prins Bellofor wil rijden op het vliegende paard Pegasus. Maar dat gaat niet zomaar!

ZONDAG 29 JUNI: RIDDERS VAN LEMBORGH

Ervaar het leven van een ridder: zwaardvechten, schieten met pijl en boog, boeiende verhalen – en de show 'De Strijd om Lemborgh'

VRIJDAG 11 JULI: NAVO-CONCERT

Het NAVO-hoofdkwartier in Brunssum trakteert op een concert door het Luftwaffenmusikkorps Münster, met een breed repertoire: klassiek, pop, swing en marsmuziek

WOENSDAG 16 JULI: KINDERVOORSTELLING VERLIEFD

Tinkerbelle wil weten wat er met kapitein Haak aan de hand is. Waarom is hij zo anders? Kom jij Tinkerbelle helpen?

ZATERDAG 19 JULI: STEVIE WONDER TRIBUTE

Een eerbetoon aan de grootste hits van Stevie Wonder

ZONDAG 27 JULI: HENK & VRUNJ

Henk Steijvers & muzikale vrienden spelen bekende nummers van Carboon en de Janse Bagge Bend

WOENSDAG 6 AUGUSTUS: KINDERVOORSTELLING VLINDERMEISJE

Opera Compact onderzoekt speels en muzikaal de wereld van andere culturen

ZONDAG 10 AUGUSTUS: OH BUURMAN, WAT DOET U NU?

Een revue vol humor, chaos en gezelligheid waarin Esmee Joanna en Arijan van Bavel op zoek gaan naar antwoord op de vraag: is een goede buur echt beter dan een verre vriend?

ZATERDAG 16 AUGUSTUS: SANTANA TRIBUTE

Een avond boordevol Santana muziek, met prachtige solo's, improvisaties en nog veel meer...

VRIJDAG 22 AUGUSTUS: MTV UNPLUGGED

Een meeslepende live-ervaring, met iconische pop- en rockklassiekers uit de jaren 80 en 90

ZATERDAG 23 AUGUSTUS: WMC BANDCAMP

Talented jeugd maakt, onder leiding van een topdirigent, muziek op het allerhoogste niveau

ZONDAG 31 AUGUSTUS: FILMAVOND MET DIRTY DANCING

Zwijmel weg met deze knetterende romantische film uit de jaren 80 en have the time of your life...

WOENSDAG 10 SEPTEMBER: KINDERVOORSTELLING RIDDER ROESJ

Ridder Roesj wil de reus Lucius bevrijden. Zal hem dit lukken? Gebaseerd op het Limburgse sprookje De Rode Ridder

VRIJDAG 12 SEPTEMBER: NEDERLANDS DOUANE ORKEST

Een spetterende afsluiting van het theaterseizoen 2025, met het Nederlands Douane Orkest onder leiding van Björn Bus

Kijk voor meer informatie op www.openluchttheaterbrunssum.nl.

OPENLUCHTTHEATER



Brunssum

gemeente **Brunssum**



Zaterdag

**31
05**

Start 15:00u
Entree Gratis

PANIEK IN HET MUSEUM

Je mag in een museum natuurlijk niet aan spullen zitten... Maar lukt het Lotje om alleen te kijken? Want ze ziet wel heel veel leuke dingen om aan te raken...

Vrijdag

**06
06**

Start 20:00u
Entree 10⁰⁰ exclusief servicekosten

BOB MARLEY TRIBUTE

Rootsriders feat Mo Ali is een reggae formatie die een eerbetoon geeft aan wereldberoemde reggaezanger Bob Marley! Ze brengen deze avond dé ritmische reggae vibes van het LIVE! album uit 1975 naar het OLT. Energie en voel-je-goed.

Zondag

**10
08**

Start 15:00u
Entree 5⁰⁰ exclusief servicekosten

OH BUURMAN, WAT DOET U NU

Is een goede buur echt beter dan een verre vriend? Esmee Joanna (bekend van TikTok) en Arijan van Bavel (Adje) geven je het antwoord tijdens een revue vol humor, chaos en een beetje teveel Brabantse gezelligheid.

Openluchttheater

Het Openluchttheater Brunssum ligt in het Vijverpark, hartje Brunssum. Het theater, uit 1951, is overkapt met een 'blad' van staal en doek. Dit ontwerp van architect Ivo Rosbeek harmonieert prachtig met de groene parkomgeving.

Het Openluchttheater is gemakkelijk bereikbaar met auto of bus. Kom je met de bus, stap uit op halte Lindeplein of halte Wilhelminastraat. Kom je met de auto, neem dan parkeerplaats Lindeplein of Alsdorplein. Parkeren in Brunssum is gratis.

ALGEMENE INFORMATIE

- Moet ik gratis voorstellingen reserveren?
- Hoe laat gaan de poorten van het theater open tijdens een voorstelling?
- Worden voorstellingen geannuleerd als het regent?
- Zijn er rolstoelplekken aanwezig?
- Waar Koop ik (Tickit) tickets?

Krijg antwoord op al jouw vragen, scan de QR-code of bezoek www.openluchttheaterbrunssum.nl





MIJN-werk Heerlen Centrum feestelijk geopend

Een nieuwe standaard voor werken en vergaderen in hartje Heerlen

Op 21 maart jl. is MIJN-werk Heerlen Centrum officieel geopend. De nieuwe locatie aan de Promenade 297, gevestigd in het voormalige ABN AMRO-pand, biedt een combinatie van flexibele werkplekken, kantoorruimtes en multifunctionele vergaderruimtes.

Burgemeester Roel Wever en wethouder Jordy Clemens waren tijdens deze feestelijke opening aanwezig om het belang van deze ontwikkeling voor Heerlen te onderstrepen.

Een inspirerende werkomgeving in een vernieuwd stadscentrum

Burgemeester Roel Wever onderstreepte tijdens de opening het positieve momentum in Heerlen: "Zoals de minister-president deze week al aangaf: je voelt het optimisme in de stad. Datzelfde optimisme is hier bij MIJN-werk duidelijk merkbaar. Met de vernieuwing van het stadscentrum en initiatieven zoals deze, versterken ondernemers elkaar en groeit de stad verder."

Een locatie met karakter en hoogwaardige faciliteiten

Het voormalige bankgebouw is zorgvuldig gerenoveerd, met behoud van authentieke elementen zoals de oude kluis, die nu dienstdoet als unieke vergaderruimte genaamd De Kluis. De focus van deze locatie ligt op vergaderen, met 13 multifunctionele ruimtes die variëren van klassieke boardrooms tot creatieve brainstormruimtes en een theateropstelling voor grotere presentaties. Daarnaast zijn er zes kantoorruimtes, waarvan een aantal reeds verhuurd is.

Dennis en Ingrid erkennen dat ondernemen altijd risico's met zich meebrengt, maar zij zien vooral kansen: "Met de groeiende vraag bij onze andere locaties en de ontwikkelingen in het stadscentrum, geloven we juist in de potentie van deze plek."

Horeca en gastvrijheid als speerpunt

Bij MIJN-werk staat gastvrijheid centraal. Bezoekers die hier hun vergaderingen of bijeenkomsten organiseren, kunnen gebruikmaken van diverse culinaire arrangementen, bereid door een professionele kok. Dit zorgt ervoor dat gasten zich volledig kunnen focussen op hun werk of vergadering.



Een bruisende community in hartje Heerlen

MIJN-werk staat bekend om haar hechte community, waar professionals uit diverse branches elkaar ontmoeten en samenwerken. De nieuwe locatie aan de Promenade sluit naadloos aan bij de recente herontwikkeling van dit gebied. Toekomstplannen en ambities

Met de opening van MIJN-werk Heerlen Centrum zet MIJN-werk een volgende stap in haar missie om flexibele en inspirerende werkplekken te creëren. Initiatiefnemers Dennis Gaal en zijn vrouw Ingrid Hermans hebben een omgeving neergezet waar zakelijke efficiëntie en gastvrijheid hand in hand gaan. Met meerdere locaties in Heerlen en Maastricht blijft MIJN-werk bijdragen aan de positieve ontwikkelingen in de regio.



Winnaar Talent Award: Zij Vrouw en Zorg, Heerlen, Eigenaresse Lonneke Greten samen met Frans Voncken, voorzitter stichting PLEA

Nominatie Parkstad Limburg Economy Awards 2025 van start

De verkiezing voor de Parkstad Limburg Economy Awards 2025 is officieel van start gegaan. Stichting PLEA (Parkstad Limburg Economy Award) roept iedereen in de regio op om ondernemingen te nomineren die volgens hen een bijzondere bijdrage leveren aan de economische ontwikkeling van Parkstad.

De verkiezing voor de Parkstad Limburg Economy Awards 2025 is officieel van start gegaan. Stichting PLEA (Parkstad Limburg Economy Award) roept iedereen in de regio op om ondernemingen te nomineren die volgens hen een bijzondere bijdrage leveren aan de economische ontwikkeling van Parkstad.

Iedereen mag een bedrijf aandragen, voorzien is van een korte motivatie. **Nomineren kan eenvoudig van 5 t/m 18 mei** via de website van de stichting.

De Awards worden ook dit jaar weer uitgereikt in de categorieën Talent en Economy. Ondernemingen die genomineerd worden voor de Talent Award moeten tussen de één en vijf jaar actief zijn en minimaal één medewerker in dienst hebben. Voor de Economy Award komen bedrijven in aanmerking die al langer dan vijf jaar bestaan en ten minste vijf medewerkers tellen. De feestelijke uitreiking vindt plaats op **zaterdag 25 oktober 2025**. De exacte locatie wordt later bekendgemaakt.

"De ondernemers van Parkstad zijn geen dromers, maar doeners. Zij bouwen dag in dag uit aan een sterkere regio – met lef, visie en hard werken. Met deze Awards zetten we hen in de schijnwerpers en geven we de waardering die ze verdienen," aldus Frans Voncken, voorzitter van Stichting PLEA.

Stichting PLEA zet zich al meer dan twintig jaar in voor het versterken van de economische slagkracht van Parkstad Limburg. Met de Economy Awards erkent de stichting ondernemingen die zich onderscheiden door innovatie, maatschappelijke betrokkenheid en hun bijdrage aan regionale groei. De verkiezing biedt bedrijven niet alleen erkenning, maar ook een waardevol podium om hun verhaal te delen.

Eén of meerdere ondernemers nomineren kan via www.economyaward.nl/ nomineren. Voor meer informatie over de stichting en de prijzen, ga naar www.economyaward.nl.



De ReisWijzer van Omnibuzz

De overheid stimuleert ouderen zo lang mogelijk zelfstandig in hun eigen, vertrouwde omgeving te blijven wonen. Zelfredzaamheid, een waardevolle invulling van de oude dag en het behouden van de eigen regie staan hierbij centraal. Veel ouderen willen dat ook graag. Ze voelen zich vertrouwd in hun eigen huis met vrienden en familie in de buurt. Als dat niet meer lukt, kunnen ouderen via de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) hulp krijgen van de gemeente waar ze wonen. Dat kan bijvoorbeeld huis-houdelijke hulp zijn of een vervoersvoorziening.

Als u zo lang mogelijk zelfstandig wil blijven en wil deelnemen aan het maatschappelijke leven is mobiliteit belangrijk. Mobiel zijn zorgt er namelijk mede voor dat u zelfstandig blijft. Het stelt u in staat deel te nemen aan het maatschappelijke en sociale leven, zoals het bezoeken van familie, vrienden, activiteiten of medische afspraken.

De ReisWijzer

Maar wat als mobiel zijn niet meer zo vanzelfsprekend is? Wat als volledig zelfstandig reizen niet meer lukt en u bijvoorbeeld geen eigen auto (meer) heeft? Veel mensen weten niet welk vervoer, bijvoorbeeld de Wensbus, de Boodschappenbus en ANWB Automaatje, beschikbaar is in hun gemeente. Dit vervoer wordt door vrijwilligers uitgevoerd. Ook zijn er vrijwilligers die u kunnen helpen als u met het openbaar vervoer wilt reizen en dat liever niet alleen doet.

Wij begrijpen dat het best moeilijk kan zijn om te weten van welk ander vervoer u gebruik kunt maken in uw gemeente. Daarom hebben wij de Omnibuzz ReisWijzer (www.omnibuzz.nl/reiswijzer) ontwikkeld. Op deze website vindt u alle informatie en praktische tips over de beschikbare vervoersvormen in uw gemeente. Bezoek onze ReisWijzer en ontdek hoe u uw mobiliteit kunt vergroten.

Wij hebben alle vervoersvormen in de Limburgse gemeenten verzameld en deze website samengesteld. Wij hebben de ReisWijzer in eigen beheer en kunnen deze zelf altijd actueel houden. Mocht u nog alternatief vervoer in uw gemeente missen in onze ReisWijzer, geef dit dan aan ons door via info@omnibuzz.nl. Wij zorgen dat de informatie wordt toegevoegd.

Omnibuzz

Omnibuzz voert het Wmo-vervoer voor 30 Limburgse gemeenten uit. Daarnaast houden wij ons ook bezig met leerlingenvervoer, GGZ-vervoer en jeugdwetvervoer. Voor het Wmo-vervoer van Omnibuzz komt u alléén in aanmerking als u van uw gemeente een indicatie heeft gekregen.



Maaltijdservice mét aandacht door (bijna) heel Limburg

Esther Quax en Susan Barrois, beiden 56 lentes jong, kiezen na meer dan 30 jaar in de zorgverlening te hebben gewerkt, voor een andere carrière.

“Wij zijn toch écht mensen van de dienstverlening. Ook al werken we niet meer in de zorg, we doen graag een extra stapje voor onze klanten”, vertelt Susan. De service is hoog, net zoals de klantvriendelijkheid. Esther vult aan: “We denken graag in oplossingen en doen dit dan ook in overleg met onze klant. En dat wordt gewaardeerd!”.

De lekkere maaltijden worden koelvers bij u bezorgd en als vaste bezorger zetten wij ze graag voor u in de koelkast. Ondertussen is er altijd wel ruimte voor een praatje. “Vriendelijkheid kost niets!”

We zien regelmatig dat ouderen moeite hebben om gezond te koken en te eten. Dit kan komen door een gebrek aan eetlust, geen zin meer hebben om te koken, of door dementie niet meer weten hoe te koken. Voor kinderen die ver weg wonen, is dit erg lastig. Samen met de kinderen kijken

Esther en Susan desgewenst waar zij hen in kunnen ontzorgen.

Komt het bij u ook regelmatig voor dat u na een lange en leuke dag niet meer de energie heeft om een gezonde maaltijd te bereiden? Of u nu na een gezellige wandeling met vrienden terugkomt, een bezoek aan uw kleinkinderen hebt gebracht of een cultureel uitje hebt gedaan, de laatste dingen waar u aan denkt zijn boodschappen doen of in de keuken staan.

Wilt u eens voordelig proeven van onze lekkere en gezonde maaltijden? Bezoek dan www.maaltijdthuis.nl/proefpakket of bel: 046-8200 220. Ons proefpakket is ook beschikbaar in de zoutarme variant.



Zorgloos genieten met de gerechten van Maaltijd Thuis

Bij Maaltijd Thuis koken we met de seizoenen mee. Probeer eens onze varkenshaasoester in pepersaus en wat denkt u van een lekkere kiprollade abrikoos-monchou met kruidenjus? Laat de lente maar komen!

Eerst vrijblijvend proberen?

Bestel een proefpakket van 4 maaltijden voor € 24,-. We bezorgen het proefpakket persoonlijk en gratis bij u thuis.

Uw bezorger aan huis

Uw maaltijden worden met zorg thuisbezorgd door uw vaste bezorger, die ze desgewenst ook in de koelkast plaatst. We doen graag dat extra stapje voor u.



BESTEL NU

Proefpakket
4 maaltijden
24.00

WOONGROEP CO-COON

Co-Coon is een kleinschalige woongroep in Nuth. Vanuit onze huiselijke en gezellige woonvorm bieden wij reeds 8 jaar woonbegeleiding aan volwassenen met een licht tot matig verstandelijke beperking en/ of psychische problematiek, binnen de Wlz.

Een betrokken, enthousiast en hecht team van zorgprofessionals zet zich dag-in-dag-uit, in om passende begeleiding te bieden aan onze cliënten. Ze werken met hen aan alle mogelijke hulpvragen en gestelde doelen en zorgen ervoor dat Co-Coon een harmonieuze woonplek is waar eenieder zich veilig en thuis voelt.

Recent praktijkverhaal:

Amy; oud-bewoner Co-Coon aan het woord;
In mei 2022 ben ik bij Co-Coon gaan wonen. Bij mijn intakegesprek heb ik aangegeven wat mijn doelstellingen waren: mijn leven weer op de rit krijgen en uiteindelijk zelfstandig te kunnen wonen.

Mede dankzij de begeleiders van Co-Coon en gemeente Beekdaelen (Kompass) ben ik een opleiding gaan volgen bij REA Collega. Via deze opleiding heb ik een betaalde baan gevonden en zodoende meer grip op mijn leven gekregen dan ooit tevoren. In juli 2024 ben ik gaan samenwonen met mijn vriend. Co-Coon heeft mij ook ambulante begeleiding toen ik ging samenwonen. Na een half jaar had ik mijn leven dermate op de rit dat een-op-een zorg niet meer nodig was.

Sinds maart/ april 2025 sta ik volledig op eigen benen. Co-Coon heeft gezorgd voor een stabiele basis waar ik nu op verder kan borduren. Ik kan iedereen aanbevelen om bij Co-Coon te gaan wonen. Het is een fijne en gezellige woonplek waar betrokken begeleiders werken die zich voor jou en jouw toekomst inzetten.

Ben jij iemand, of ken jij iemand die ook begeleid wil worden naar het zelfstandig wonen? Of ben je gewoon opzoek naar een knusse en prettige woonplek voor de langere termijn? Neem dan gerust contact met ons op. www.co-coon.nl



Mogen wij ons even voorstellen?



Wij zijn Co-Coon, een kleinschalige woongroep. Wij bieden professionele woonbegeleiding aan volwassenen met een licht tot matig verstandelijke beperking en/ of psychische problematiek, binnen de Wlz.

Waarom kiezen voor Co-Coon?

- Kleinschalig en huiselijke sfeer
- Persoonlijke aanpak & begeleiding
- Ruimte voor eigen inbreng & ontwikkeling
- Midden in de samenleving
- Stabiele omgeving



CO-COON, NUTH
WWW.CO-COON.NL

TEL: 045 711 62 85
E-MAIL: INFO@CO-COON.NL

'Gewoon wonen' voor ouderen met een zorgvraag

Bergweide is er voor ouderen met een zorgvraag in Heerlen of directe omgeving. Op de locatie Bergweide bieden wij **zorg mét wonen**. Hier woont u met de zorg die u nodig heeft. Wilt u graag zelfstandig wonen met zorg in de nabijheid? Kies dan voor een **zorgappartement in Clarahuys**. En kunt u in uw eigen woning blijven wonen, dan is onze **zorg thuis** een oplossing voor u! Wilt u een keer langskomen bij Bergweide of Clarahuys? Laat het ons weten, u bent van harte welkom.



Scan de QR-code naar een filmpje over ons!



BERGWEIDE

Fietsliefhebbers opgelet: de 50PLUS Fietstocht komt eraan!

Op woensdag 14 mei 2025 is het weer zover: de negentiende editie van de 50PLUS Fietstocht! Dit jaarlijkse evenement, georganiseerd door Heel Heerlen Beweegt, The Move Factory (Landgraaf) en Gemeente Brunssum, belooft weer een sportieve en gezellige dag te worden. Of u nu een fervent fietser bent of gewoon zin heeft in een ontspannen tocht door de prachtige omgeving, deze fietstocht is voor iedereen van 50 jaar en ouder een mooie gelegenheid om actief bezig te zijn.

Praktische informatie

Datum: Woensdag 14 mei 2025
Starttijd: Tussen 09:30 en 11:30 uur
Startlocatie: R.K.V.V. De Leeuw, Olieslager 20, 6444 KL Brunssum
Inschrijfkosten: €7,50 per persoon (betaling via iDeal bij online inschrijving)
Wilt u verzekerd zijn van deelname én een leuke goodiebag? Schrijf u dan vóór 7 mei online in! Aanmelden op de dag zelf is ook mogelijk, maar een goodiebag kunnen we dan niet garanderen.

Belangrijke informatie

Mocht u zich hebben ingeschreven en onverhoopt toch niet kunnen deelnemen, dan wordt het zeer gewaardeerd als u zich afmeldt vanwege de gemaakte kosten. Bij afmelding vóór 7 mei ontvangt u uw inschrijfgeld terug. Let op: de bevestigingsmail kan in uw spambox terechtkomen, dus controleer deze na uw inschrijving.

Veiligheid voorop

Deelname aan de 50PLUS Fietstocht is op eigen risico. De organisatie is niet aansprakelijk voor eventuele schade aan uzelf of derden. Voor uw eigen veiligheid wordt het gebruik van een fietshelm aangeraden. Heeft u geen helm, maar wilt u er graag een lenen? Stuur dan vooraf een e-mail naar de organisatie.

Vragen?

Voor meer informatie kunt u contact opnemen via info@heelheerlenbeweegt.nl. Pak uw fiets, geniet van de omgeving en beleef een gezellige dag samen met andere fietsliefhebbers. We zien u graag op 14 mei bij de start van de 50PLUS Fietstocht!



Lifestyle en tuin – De familietuin

De familietuin is bestemd voor het hele gezin. Er is aan iedereen gedacht. Zo zijn er rustplekken – of ‘chillplekken’ – voor wie even stilte zoekt, ruime terrassen en is er natuurlijk speelruimte voor de kinderen.

Zo’n tuin geeft het gevoel van een tweede huis in Frankrijk. Heerlijk genieten van het buitenleven! Voor de een betekent dat lekker loungen met een hapje en een drankje in de tuin of onder de overkapping. Voor de ander is het verstoppertje spelen of lekker ravotten op het gazon, bij het speeltoestel of in de zandbak. In de familietuin is er van alles te doen en tegelijkertijd hoeft er helemaal niets.

Stralend middelpunt

Kloppend hart van de veelzijdige familietuin is meestal het grootste terras. Hier is ruimte voor een grote tafel, omgeven met sfeervol groen. Dit stralende middelpunt vormt de plek waar gezellig samen gegeten en gedronken wordt. Voor wie in alle rust een boek wil lezen, is er verderop een besloten tuinkamer. Heerlijk genieten van een drankje of een boek terwijl de kinderen zorgeloos plezier maken. In de familietuin kent gezelligheid geen (leef)tijd.

Nieuwe levensfase

Het is tijd voor een nieuwe invulling die beter aansluit bij de veranderde wensen en levensfase. Iop het terras is plaats voor een fijne, grote tafel met stoelen onder een parasol. In de besloten chillhoek – op de plaats waar voorheen de speelhut stond – staat nu een trampoline. De draadloze speakers en wifi versterker maken de setting – tot groot genoegen van de kleinkinderen – compleet.

Kort samengevat ziet een familietuin in 2025 er als volgt uit:

- Een tuin waarin geleefd wordt door het hele gezin
- Veel speelruimte, van voetbalveld tot pingpongtafel
- Een loungeplek (of ‘chillterras’) en een ruim eetterras in de zon
- Ruime paden voor fiets of scooter
- Speelhut of -toestel met kunstgras als onderlaag (voor de kleintjes)
- Een gezellige overkapping met haard en buitenkeuken of BBQ
- Wat kleur in de beplanting, vaak onderhoudsvriendelijk
- Een ruimte voor een kruiden- of moestuintje
- Hufterproef, rekening houdend met ravottende kinderen en huisdieren
- Een boom mag, denk bijvoorbeeld aan dakvormbomen met schaduweffect

Moederdag in Nederland: een dag om mama extra te verwennen

Moederdag, de dag waarop moeders in het zonnetje worden gezet, komt er weer aan! Elk jaar op de tweede zondag van mei krijgen moeders extra aandacht met lieve kaartjes, ontbijtjes op bed en mooie cadeautjes. Dit jaar kun je mama nog eens extra verwennen op zondag 11 mei. Maar waar komt deze traditie eigenlijk vandaan en hoe vieren we het in Nederland?

De oorsprong van moederdag

Moederdag vindt zijn oorsprong in de Verenigde Staten, waar het begin 20e eeuw werd geïntroduceerd door Anna Jarvis. Zij wilde een dag om moeders te eren voor hun harde werk en onvoorwaardelijke liefde. Vanuit Amerika verspreidde de traditie zich over de hele wereld, en zo ook naar Nederland, waar we het sinds de jaren '20 vieren.

Hoe vieren we moederdag?

In Nederland wordt moederdag vaak begonnen met een ontbijt op bed, compleet met verse croissantjes, een gekookt eitje en een vers kopje koffie of thee. Kinderen maken op school knutselwerkjes of leren een speciaal versje om hun moeder te verrassen. Bloemen zijn een populair cadeau, met rozen en tulpen als favorieten.

Originele ideeën voor moederdag

- Wil je dit jaar iets speciaals doen? Hier zijn een paar leuke ideeën:
- Een dagje uit: Neem je moeder mee naar een spa, een high tea of een mooie wandeling in de natuur.
 - Zelfgemaakt cadeau: Maak een fotoboek met mooie herinneringen of schrijf een lieve brief.
 - Samen koken: Organiseer een gezellige lunch of diner en kook haar favoriete gerechten.
 - Een dag zonder zorgen: Laat mama helemaal ontspannen door huishoudelijke taken over te nemen.

Moederdag in andere landen

In veel landen wordt moederdag gevierd, maar niet altijd op dezelfde dag. In het Verenigd Koninkrijk bijvoorbeeld valt het samen met de kerkelijke 'Mothering Sunday' in maart. In Frankrijk wordt het meestal eind mei gevierd, en in Spanje en Portugal is het op de eerste zondag van mei.

Wat je ook doet op moederdag, het draait allemaal om liefde en waardering. Of het nu met een groot gebaar is of een klein gebaar vanuit het hart, elke moeder verdient het om even extra in het zonnetje gezet te worden.

Fijne moederdag!





*Uw gezondheid,
Onze passie!*

**FYSIOTHERAPIE
VITALITEIT**

Als team maken wij ons sterk om uw gezondheid te optimaliseren.

Onze praktijk beschikt over een team met verschillende specialisaties binnen de gezondheidszorg en samen werken wij aan uw persoonlijke doelstellingen in een huiselijke sfeer.

Wij maken het verschil door ons te focussen op fysiotherapie en vitaliteit.

ACTIE: Gedurende 2 maanden actie tarief van 10% op de huidige abonnementsprijs
(aanmelden vóór 30 april)

Boek nu 3 gratis proeflessen voor verschillende groepslessen

Heerlen Noord
bokstraat 67,
6413AS Heerlen

Heerlen Centrum
Akerstraat 27,
6411 GW Heerlen

Brunssum
Treebeekstraat 31
6446 XN Brunssum

☎ 045-5212224 ✉ info@wijkl-groep.nl 🌐 www.wijkl-groep.nl

Het Nieuwe Vitaliteitshuis van de Wijkel groep:
Jouw Stap naar Gezondheid en Welzijn

Wijkl Groep is al jarenlang een vertrouwd adres in Parkstad voor fysiotherapie en revalidatie. Met passie voor bewegen en behandelen willen we de regio gezonder, fitter en gelukkiger maken. Ons nieuwe Vitaliteitshuis in Heerlerheide, dat vanaf 1 april geopend is, brengt gezondheid en vitaliteit samen in een huiselijke sfeer.

Naast de vertrouwde fysiotherapeutische zorg bieden we een breed scala aan diensten, zoals yoga, pilates, ademhalingstherapie, mindfulness, fysiocrossfit, functional fitness (hyrox) en ouderengym. Of je nu werkt aan herstel, kracht, flexibiliteit of ontspanning, het Vitaliteitshuis heeft voor ieder wat wils.

Het unieke van ons concept is de integrale aanpak: een team van professionals creëert een persoonlijk plan, volledig afgestemd op jouw behoeften. Met meer dan 300 m² aan ruimte en een focus op persoonlijke zorg, is het Vitaliteitshuis de ideale plek voor iedereen, jong en oud, die werkt aan een gezonde toekomst.

Kom langs en ontdek wat het Vitaliteitshuis voor jou kan betekenen!

www.wijkl-groep.nl
tel: 045-5212224
info@wijkl-groep.nl

Uw gezondheid, onze passie!!



CV de Grensülle Vols viert 7 x 11 jarig jubileum
Carnavalsvereniging CV de Grensülle Vols viert dit jaar haar 7 x 11-jarig jubileum met een feestweek van woensdag 28 mei tot en met zondag 1 juni. Vijf dagen lang staat Vaals in het teken van carnaval, muziek en gezelligheid.

De viering begint op woensdag 28 mei met een speciaal programma voor basisschoolkinderen.

Donderdag 29 mei (Hemelvaartsdag) wordt in besloten kring de jubileumkroniek '7 x 11 jaar carnaval in Vaals' gepresenteerd, gevolgd door de opening van een fototentoonstelling in de Kopermolen.

Vrijdag 30 mei is de Völser Revue in gemeenschapszaal de Obelisk, een avond vol muziek en humor met lokale talenten. Kaarten kosten €8 en zijn verkrijgbaar bij de Readshop in Vaals.

Zaterdag 31 mei volgt een muzikaal hoogtepunt met de populaire band Cat Ballou uit Keulen en coverband Pearls uit Aken, eveneens in de Obelisk. Tickets zijn te koop via Tickli.nl en bij de Readshop.

De afsluiting op zondag 1 juni begint met een heilige mis, opgeluisterd door de Koninklijke Harmonie en mannenkoor St. Cecilia. Aansluitend vindt een afterparty plaats in Auberge Napoleon, met optredens van Alpen Fever en Midlife.

Met deze feestweek nodigt CV de Grensülle iedereen uit om samen te genieten van het rijke carnavalsverleden én de toekomst van de vereniging.

Wandel jij mee voor het goede doel?
Stichting GinkGo Parkstad organiseert op 14 en 15 juni a.s. weer het 2-daags wandelevenement WalktoSurVIEve in het Stadspark Kerkrade, waarbij individuen en/of teams wandelen voor het goede doel, een tweetal kanker gerelateerde onderzoeken/instellingen in Limburg.

- Voor 2025 is gekozen voor borstkankeronderzoek en preventie. Het is gericht op het begrijpen hoe leefstijlfactoren impact hebben op het ontstaan en terugkeren van borstkanker. Tevens gaat een deel van de opbrengsten naar het Toon Hermans Huis Parkstad.
- Veel optredens
In juni wordt het Stadspark in Kerkrade weer omgetoverd tot een sfeervolle plek met 2 dagen volop optredens, ruimte voor een hapje en drankje, een veiling met prachtige prijzen en een goede doelen markt waar diverse organisaties producten en diensten in de verkoop hebben en alle opbrengsten ten gunste van de WalktoSurVIEve 2025 komen.
- Tussenstand
Inmiddels hebben al 14 teams zich geregistreerd en samen tot nu toe het prachtige bedrag bijeengebracht van: € 11.000,-.
- Wat zijn we trots op allemaal die toppers!

Inschrijven
Draag ook jij ons mooie initiatief een warm hart toe en wil je ook wandelen voor het goede doel, individueel, als team of aansluiten bij een bestaand team, ga dan naar onze website en schrijf je in en/of doneer www.ginkgoparkstad.nl





Hendriks Schoenmode en Wandelsport dé specialist in wandelschoenen.

Een paar goede wandelschoenen is al een goed begin. Comfortabel wandelen heeft een naam, wie van wandelen houdt denkt meteen aan Hendriks Schoenmode en Wandelsport in Landgraaf.

Tijdens een wandeling maak je intensief kennis met je omgeving. Een goede wandeling begint bij de juiste schoenen. Een goed en stevig paar wandelschoenen zijn daarvoor onmisbaar. Op het gebied van de wandelsport zijn zij een begrip in Limburg geworden. Zelf zijn ze ook fanatieke wandelaars. Hierdoor weten zij als geen ander wat een wandelaar nodig heeft. Zij hebben zo'n 100 verschillende wandelschoenen van de bekendste topmerken o.a. Lowa, Meindl en Hanwag op voorraad. Van een lichte soepele lage wandelschoen voor wandelingen of tochten van korte tot middellange afstanden op vlak tot licht hellend terrein en hoge steviger model voor in het heuvelland of de echte bergschoen. En moeten jouw nieuwe wandelschoenen ook waterdicht zijn? Zij hebben voor elke wens een geschikte wandelschoen.

De medewerkers Hendriks Schoenmode en Wandelsport staan bekend voor hun vakkundig en persoonlijke advies. Zij nemen nog altijd de tijd voor de klant. Zij meten uw voet zodat u altijd met de juiste schoenen naar huis gaat. Dit geldt niet alleen voor uw comfort schoenen maar ook voor uw wandelschoenen en wandelkleding. Hendriks Schoenmode en Wandelsport draagt het keurmerk **Loopgoed**.

HOOGWAARDIGE WANDELKLEDING

Ook hebben zij hoogwaardige wandelkleding zoals waterdichte- en ademende jassen, sneldrogende wandelbroeken en windstoppers. Maar natuurlijk ook technische onderkleding, trackingstokken en wandelsokken. En als u dan eenmaal bent aangekleed, eten en drinken in een goede rugzak, bent u klaar om op pad te gaan.

MODESCHOENEN

Bent u op zoek naar een modieuze schoen met een goede pasvorm, dan heeft Hendriks die voor u. Als u er uw eigen zooltje in wilt, dan kan dat natuurlijk ook. Zij hebben schoenen met uitneembare voetbedden in verschillende breedtematen. Zij zijn gespecialiseerd in comfort schoenen. Hun collectie is zeer uitgebreid, zowel voor dames als voor heren. En allemaal even verrassend modern en comfortabel. Wist u dat zij damesschoenen hebben van maat 33 t/m 43 en heren van 38½ t/m 50.

U vindt hen aan de Heerlenseweg 34 in Landgraaf. U kunt gratis parkeren aan het Streperplein waar ook hun ingang is.

De openingstijden zijn: Maandag van 13.00 tot 18.00u
Dinsdag t/m vrijdag van 9.30 tot 18.00u
Zaterdag van 9.30 tot 17.00u

Kijk voor de collectie op www.hendrikslandgraaf.nl



SCHOENMODE & WANDELSPORT

Heerlenseweg 34 - 6371 HS Landgraaf
T 045 - 531 3001 - www.hendrikslandgraaf.nl



durea®

Taptoe en straatparade Edelweiss beloven muzikaal spektakel in Heerlen

Op zaterdag 21 juni 2025 organiseert Jachthoorn- en Trompetterkorps Edelweiss Heerlen een spectaculaire taptoe op het Corneliusplein in Heerlerheide, ter gelegenheid van het 65-jarig jubileum van het korps.

Topkorpsen uit het hele land, waaronder K&G Leiden, Pasveerkorpsen Leeuwarden, Van Limburg Stirum Wezep, showband Corio Heerlen en uiteraard Edelweiss zelf, zorgen voor een avondvullend programma vol muziek, choreografie en visuele effecten. Een muzikale verrassingsact zorgt voor een extra feestelijk tintje.

Voorafgaand vindt een straatparade plaats (16.30 - 17.00 uur), waarbij tien korpsen door de wijk trekken en het publiek alvast een voorproefje geven van hun show.

Het evenement krijgt een extra dimensie door samenwerking met het Nederlands Mijnmuseum, dat bezoekers meeneemt in de rijke mijnhistorie van de regio. Het taptoeplein wordt aangekleed in stijl van het mijnverleden.

Op het plein is ruimte voor horeca, muziek en gezelligheid voorafgaand aan de taptoe (19.00 - 21.30 uur). Er zijn tribunes met zitplaatsen en voorzieningen voor minder validen.

Meer info: Kaarten kosten slechts €6,75 en zijn te verkrijgen via www.edelweisshierlen.nl en Visit Zuid Limburg.

Locatie: Corneliusplein, Heerlerheide - Heerlen. Volg **Edelweiss Heerlen** op Facebook en Instagram voor updates en de route van de parade.

Natuurlijk!



Kinderdagverblijven
0 tot 4 jaar



Peuteropvang
2 tot 4 jaar



Buitenschoolse opvang
4 tot 12 jaar





Akerstraat 149
6466 HD Kerkrade



info@flowkinderopvang.nl
www.flowkinderopvang.nl



045-5426688



Flow kinderopvang



Wat appetito met mij doet



Wat een vertrouwde stem met mij doet

Wij zijn appetito. Bezorger van maaltijden, maar vooral bezorger van een lach. Onze medewerkers zetten zich met veel plezier in om het voor u zo fijn mogelijk te maken.

Hulp nodig bij het kiezen van de lekkerste maaltijden? Geen probleem. Annemiek, Renate of Sandra van de klantenservice helpen u graag een handje op weg. U hoeft ze alleen maar even te bellen.

Ontdek wat appetito met u doet. Ons brede aanbod voldoet aan elke wens en smaak. Heeft u specifieke wensen, zoals een glutenvrij, lactosevrij of eiwitrijk dieet? We helpen u graag bij het selecteren van uw maaltijden.

Bestel een voordelig proefpakket en ontvang 4 maaltijden voor slechts € 19,95.

Meer weten? Ga naar apetito-shop.nl/proefpakket of bel 088 - 2012 123. Vermeld bij uw bestelling actiecode **202-MEANDER4A25**.



Deze actie is enkel voor nieuwe klanten. Meander eXtra-abonnees krijgen 10% korting op alle vervolgbestellingen (m.u.v. bijgerechten). Kijk voor de overige voorwaarden op apetito-shop.nl/proefpakket.

apetito

Elke dag een lach

Van groei
naar bloei

Kinderopvang? Kindontwikkeling!

DIRECT
INSCHRIJVEN?
www.humankind.nl

Opgroeien gaat meestal vanzelf, maar er is meer nodig om een kind ook echt tot bloei te laten komen. Bij Humankind kunnen kinderen zichzelf zijn. En op hun eigen tempo ontdekken wie ze zijn en hoe de wereld in elkaar zit.

Met meerdere locaties in regio Parkstad is er altijd een vestiging bij jou in de buurt.

Maak een afspraak en kom gerust eens langs!

telefoon 045 - 571 12 54

regiozuidlimburg@humankind.nl

humankind
KINDEROPVANG EN -ONTWIKKELING

www.humankind.nl

