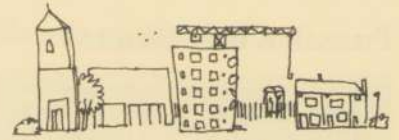


BUURTKRANT



Wittevrouwenveld

DEURPOST VOOR DE BEWONERS VAN DIT ADRES

JAARGANG 39 - NR. 4 - SEPTEMBER 2016

Van de redactie



Onze gele Buurtkrant is nu eenmaal nooit erg actueel, dan zouden we elke 14 dagen moeten verschijnen, zoals het "Klokske" van de parochie. Heeft zo'n onregelmatige krant wel zin? We twijfelen wel eens, maar weten echt niet hoe de bewoners erover denken. Leest u de krant? Of belandt die op een stapel? En zo ja, is dat dan de stapel van 'oud papier' of de stapel van 'nog te lezen'?

Laat ons weten! In elk geval is het nodig dat we over nieuwe activiteiten af en toe een huis-aan-huis folder verspreiden. Dan maar een Buurtkrant minder per jaar, denken wij (van 5 naar 4 x per jaar). Wie denkt/schrijft mee?

Reacties welkom: putalo1@hotmail.com

De huiskamer is nog niet te druk

Integendeel: er mogen best wat *aanlopers* bijkomen, vinden de gastvrouwen en die ene heer. Al boft de laatste want op donderdagmiddag is er nog de meeste aanloop, precies zoveel aanloop dat het er echt gezellig wordt.

Je gaat er naar toe voor een 'praatje of een plaatje' (De Limburger en andere tijdschriften liggen voor u klaar) al staan bij sommigen de handen ook dan niet stil: je kunt ook je hobby meenemen of een plan maken met andere bezoekers...

De Limburger komt elke dag, dus ook op andere tijdstippen kun je even langs wippen om het nieuws te volgen, een kopje koffie te drinken, al is er dan geen *ontvangstcomitee*.



Kan nog wel wat knusser?

Achterin het Trefcentrum, beneden aan de kant van het Leeuwenpark, is een *huiskamer-sfeer geïnstalleerd*, maar nog niet helemaal optimaal: de luxaflex moet vaak dicht vanwege de hitte en het terras is niet altijd open... Het is een samenwerking tussen Buurt netwerk, Trajekt, Envida, Radar en Mondriaan om bewoners die voor zichzelf meer contacten en gezelligheid willen die kans te bieden.

De Huiskamer: wat is dat? Kom maar eens langs op dinsdag, woensdag- of donderdagmiddag, of doe mee aan de activiteiten daar: maandagmiddag-groep vanaf 2 uur; Bewegen voor Vrouwen ook op maandag (om 13.00 uur), pc-les door studenten op woensdagmiddag en op zaterdagmorgen, Eten-met-Manus op vrijdag, van alles is mogelijk; koffie en thee kost 75 cent, water is gratis...

Bv/dL (0640448924)

Proef de wijk

In het voorjaar was er een wandelroute langs enkele "ontmoetingsplekken" die dóór buurtbewoners vóór buurtbewoners worden georganiseerd in Wyckerpoort en Wittevrouwenveld: de **Buurtróók**, **Buurthuis 't Vrouwenveld**, **Bij Bosshardt**, de **pc-inloop** in het **Trefcentrum**, de **Buurttuin** aan het **Old Hickoryplein** en de **caféruimte** in de **Koepelhof**.

Wegens succes lopen we deze route nog een keer op woensdag 12 oktober. We starten deze keer bij de Koepelhof, om 13:00 uur.

De route is leuk en interessant voor iedereen die eens een keertje vrijblijvend wil binnenkijken op bovenstaande adressen. Op elke ontmoetingsplek wordt u ontvangen met een (gratis) hapje of drankje. De vrijwilligers vertellen wat er op hun plek zoal te doen is, voor wie, waarom en wanneer. U kunt vragen wat u altijd al had willen weten, of alleen eens de sfeer proeven.

Uw aanmelding geeft u door aan Janine Heugen van Trajekt: 043 7630010



trajekt

Bij De Liewe nieuw wekelijks radioprogramma

Donderdag 1 september is het nieuwe radioprogramma "Bij De Liewe" van start gegaan.



Het programma wordt gepresenteerd door Sjef Zwackhalen en Pep Peperkamp en de techniek wordt verzorgd door Marco Ramakers. Vijf redactieleden zorgen wekelijks voor de verrassende programma inhoud. Elke donderdagmiddag zal het radioprogramma Bij De Liewe van 17 tot 18 uur live te beluisteren zijn op Maastricht FM. Op de kabel 87,5 en in de ether op 107,5 FM.

Het programma heeft als doel het verbinden van burgers, verenigingen, organisaties en bedrijven met als steekwoorden: verbinden, delen, helpen, aanbieden, vragen, samen, heen en weer, met iedereen, activiteiten, meedoen, maatschappelijk betrokken ondernemen, communiceren, kennis delen, ontsluiten van digitale instrumenten, erbij horen, innoveren, ontdekken, versterken, herkennen, samenwerken, sterk-zwak, overvloed delen, erkennen, gunnen, waarden en talenten benutten.

Wekelijks worden er twee gasten uitgenodigd en een podium geboden om hun passie en wellicht de daarbij behorende vraag en of aanbod aan Maastricht kenbaar te maken. De luisteraar kan met de gasten in contact komen en afspraken maken door middel van de diverse sociale media. Ook kan hij of zijn lieflijk aanwezig zijn bij de uitzendingen op locatie.

De Sjriew vaan de Liewe moet uitgroeien tot een wekelijks hoogtepunt dat de luisteraar elke keer weer zal meenemen naar een Maastrichts hot item waarover de samenstellers willen brullen als een leeuw!

Mail: bijliewe@gmail.com
FB: <https://www.facebook.com/bijdeliewe/>
Tw: [@BijDeLiewe](https://twitter.com/BijDeLiewe)

Sociaal team Wittevrouwenveld/Wyckerpoort: voor en door de buurt

Iedereen kent momenten waarop je het even niet meer weet, wanneer het thuis of in het gezin wat minder gaat, je je eenzaam voelt of dat bepaalde dagelijkse handelingen wat minder goed gaan. Of dat nu is vanwege vragen of problemen, of omdat je met je talenten aan de slag wilt in de buurt. Je hebt behoefte aan verandering of wilt iets ondernemen, maar weet niet welke eerste stap je zelf kunt zetten. Dan kan het sociaal team Wittevrouwenveld/Wyckerpoort je op weg helpen.

Het sociaal team Wittevrouwenveld/Wyckerpoort is een team waarbij verschillende deskundigen zeer nauw samenwerken. Dat heeft als voordeel dat zij op veel vragen goede adviezen kunnen geven. Als zij het antwoord niet weten, schakelen zij hun netwerk van andere deskundigen in. Het kan ook zijn, dat buurtgenoten dezelfde vraag hebben. Of dat zij elkaar zouden kunnen helpen en misschien iets samen willen organiseren. Ook kan het zijn dat er groepen mensen zijn die al samen iets hebben opgezet. Het sociaal team kan mensen en groepen met elkaar in contact brengen.

Wie zitten er in het sociaal team Wittevrouwenveld/Wyckerpoort?

Katrien Pleunis (Radar)
Pascale Kurvers/Brenda Spijkers (wijkverpleegkundigen Envida)
Linda van Liere/Stephan Janssen (Algemeen Maatschappelijk Werk Trajekt)
Peter Westhovens (MEE)
Brigitte Bouts (RIBW/Levanto)
Marion de Bont (cliëntadviseur Wijkservicepunt Trajekt)
Thea Verkoijen (WMO gemeente Maastricht)
Rielle Schols/Elise Willems (buurtopbouwwerk Trajekt)



Bereiken

Loop even bij ons binnen. Het sociaal team Wittevrouwenveld/Wyckerpoort is elke dinsdag van 11.00 tot 13.00 u aanwezig in het Wijkservicepunt aan de Voltastraat. Op dit moment kun je ons helaas nog niet per e-mail bereiken, maar hier wordt aan gewerkt.

Dichterbij mensen

Het doel van het sociaal team is om zorg en ondersteuning dichterbij mensen te brengen. Daarmee willen we bereiken dat het gewoon wordt om een vraag te stellen op die momenten dat je het even niet meer weet. Hopelijk kunnen daarmee grote problemen worden voorkomen.

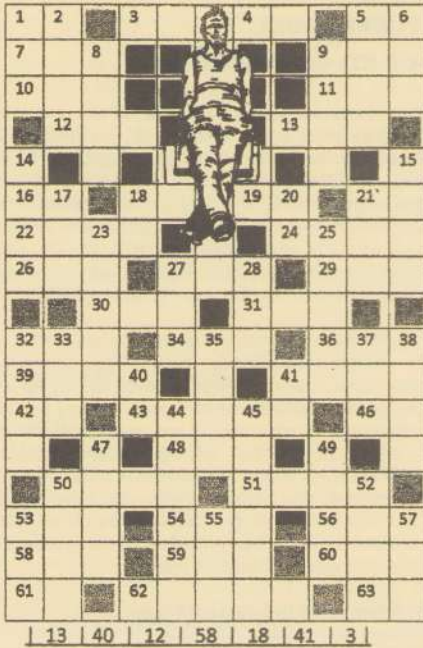
Openingstijden Uitzendbureau ViaMvV@Work

Iedere maandagmiddag van 13.00 tot 18.00 uur in de MVV Businessclub.

Puzzelen met Manus

Het was weer druk tijdens zijn jaarlijkse feestje eind juni. Maar Manus maakte zich - zo te zien - niks te sappel. Hij weet dat de organisatie in beste handen is bij de vrijwilligers die dit al 16 keer voormekaar boksten. Zijn feest **Manus van Alles** (festival) is tevens de oplossing van de puzzel, die deze keer werd gewonnen door **Johannes Berend Idema**. De waardebon is hem van harte gegund. Puzzelt u ook mee, schrijf de oplossing onderaan de puzzel en mail deze naar putalo1@hotmail.com o.v.v. puzzel Buurtkrant.

Natuurlijk kunt u met de oplossing - voorzien van uw naam en adres - ook terecht aan de balie in het Trefcentrum t.a.v. mevr. Annie van de Put. Onder de goede inzendingen zal worden geloot. Misschien bent u wel de volgende winnaar. **Uiterlijke inzenddatum 15 november.**



HORIZONTAAL 1 verbrandingsrest, 3 rondhout, 4 titel, 5 familielid, 7 strik, 9 bladgroente, 10 hoofddeksel, 11 deel v.e. boom, 12 dronken, 13 vloeibaar, 16 gesneden stier, 18 muzikant, 19 namelijk, 21 onmeetbaar getal, 22 smekend verzoek, 24 verdikte huid, 26 familielid, 27 wandversiering, 29 Duitse badplaats, 30 aanw. vnw., 31 Europeaan, 32 voorkeur, 34 hoogste dakrand, 36 beteuterd, 39 kleur, 41 gast, 42 laag water, 43 bliksem-schicht, 46 rivier in Italië, 48 roem, 50 afwas, 51 lastdier, 53 papegaai, 54 gedwee, 56 kinbaardje, 58 grondsoort, 59 roem, 60 voor, 61 voegwoord, 62 breekbaar, 63 bijwoord.

VERTIKAAL 1 hoge berg, 2 plaats in Egypte, 5 vlak, 6 vaartuig, 8 legerleiding, 9 dierenverblijf, 14 blaasinstrument, 15 snibbig, 17 bijbelse figuur, 18 pers. vnw., 20 Frans lidwoord, 21 pluinus, 23 zuidvrucht, 25 aanvankelijk, 27 lidwoord, 28 geit, 32 plaats, 33 deel v h skelet, 35 brandstof, 37 loofboom, 38 balletje van papier, 40 gereed, 41 loofboom, 44 deel v. e. woord, 45 molentrichter, 47 visbak, 49 insekt, 50 turfand, 52 vr. munt, 53 rund, 55 vlaktemaat, 57 oesternet.

'KROETWESJ' voor bij de kachel

Jaarlijks op 15 augustus viert de O.L.V. van Lourdeskerk het hoogfeest van Maria Tenhemelopneming. Bij dit hoogfeest onder de 'St.Merrie' feesten is, net als elk jaar, ook nu weer de 'kroetwesj' gezegend.

Het is maandagmiddag en volgens afspraak zijn we welkom bij Mia Martens.

Ze woont met veel plezier in het Wittevrouwend. In de algemene ruimte van haar flat krijgen we een demonstratie van het maken van een 'kroetwesj' boeket. Eenmaal boven aangekomen vertelt Mia onder het genot van een kop koffie dat ze in juni de tarwe en gerst gaat plukken. De drieduizend aren worden schoongemaakt en per honderd stuks in dozen te drogen gelegd, de kruiden worden opgehangen. In alle vroegte gaat Mia regelmatig op pad om de andere gewassen voor het uitgebreide boeket te verzamelen.



De 'kroetwesj' moet samengesteld zijn uit zeven verschillende gewassen. De samenstelling ziet u hieronder:

- Twee brood-granen: rogge, tarwe of gerst.
- Twee kruiden met een geneeskrachtige werking. Bekend als zodanig zijn onder meer alsem, leverkruid, wilde marjolein of st.janskruid.
- Kruiden waarvan men aanneemt dat ze onweer kunnen afwenden. Denk hierbij aan duizendblad, gulden roede of boerenwormkruid.
- Het zevende en laatste kruid is het blad van de walnoot of hazelaar. Dit is als bescherming van huis en bewoners tegen negatieve invloeden. Bovendien wordt er beweerd dat de bliksem nooit inslaat in een notenboom.

Het aldus samengestelde boeket wordt door Mia gebonden met raffia. Dit kruidenboeket werd eeuwenlang in de keuken bewaard liefst vlakbij of boven de kachel. Dit wordt voor Mia het zesde jaar dat ze driehonderd 'kroetwesj'-boeketjes maakt voor de O.L.V. van Lourdeskerk. Voor haar familie, vrienden en kennissen alleen al honderd stuks.

Na afloop van de viering zijn de boeketten uitgedeeld. Met de gezegende kruiden en granen gaan wij weer goed beschermd voor een heel jaar naar huis.

Als dank kregen wij van Mia 'Bouteille Lavande', een lavendel-traditie in de Provence. Wordt gegeven uit waardering en respect.

A.D./ML

Hond en baas



Franka met haar herders: vlnr. Bente de grootmoeder, Amber de dochter en op de arm Iris de kleindochter.

Kunstmanifestatie in Trefcentrum

Zoals bekend, wonen en werken er veel kunstenaars zowel in 't Wittevrouwend als in Wyckerpoort. Het Trefcentrum stelt zijn deuren open en zijn lokalen ter beschikking voor een grote verkoop expositie op 20 november van 11.00 tot 18.00 uur. De wethouder zal worden gevraagd om deze expo te openen. Het geheel wordt verder verlucht met muziek en workshops.

Ter voorbereiding van deze happening nodigen we alle kunstenaars in de genoemde wijken uit voor een voorbereidende organisatorische vergadering op donderdag 29 september om 14.00 uur in het Trefcentrum.

Informatie: tel. 06-57191763 of mikhamers@hotmail.nl

Week van de ouderen

Ontmoeting door kunst en cultuur

Ook in onze buurt en in de hele stad is van alles te doen van 1 t/m 8 oktober, bijna alles gratis voor 65+, klik op het programma (www.weekvandeouderen.nl).

Eten met Manus

Elke vrijdagavond kun je in het Trefcentrum aanschuiven voor een drie-gangen diner.



Aanvang 18.00 uur, de zaal opent om 17.30 uur.

De prijs is 7 Euro, voor minima 4 Euro.

Aanmelden kan tot en met woensdag bij Ria Haesen
043 - 362 12 32 of 06 - 444 44 595
of etenmetmanus@gmail.com.

SCHOENEN
Bosch

VOLTA STRAAT 28
MAASTRICHT OOST

WINKELCENTRUM WITTE VROUWVELD

T 043 363 51 21

's maandags gesloten en geen koopavond



Delicatessenzaak in
Spaanse- en Gegrilde
Specialiteiten.

www.bonbinvalencia.nl

Openingsstijden:

Dinsdag t/m Vrijdag 10.30 - 18.00 uur
Zaterdag 09.30 - 17.00 uur
Zondag en Maandag gesloten

Frankenstraat 149, 6224 GM Maastricht, Telefoon 043 311 00 02

De kunst van het behangen



Frankenstraat 143-145 | 6224 GM Maastricht
tel: 043-362 08 50

André van Vught Interieur
Woninginrichting als vanouds

Voor advies op basis van ervaring
Wij komen met u samen bij u thuis en maken ter
plaats gratis offerte

Ook voor jalouze en rolloek reparatie's en

06-22496422

a.vanvught@home.nl
www.andrevanvught.nl

voor alle klussen
in en om uw huis

Meer informatie: 363 34 70

Groente & Fruithandel
**Yasar
Market**
Turkse specialiteiten

Frankenstraat 177 • Tel. 3638520

BUURTNETWERK over BUURTPERIKELEN



Die zijn er altijd weer. Soms lost iets zich gelukkig ook op. Vaak duurt dat best lang. Treffend was de aanpak van raadslid Tiny Meese: Waar al wekenlang geklaagd en ook professioneel gepraat was over de overlast op en rond het parkeerterrein-Edisonstraat bracht zij binnen een dag de oplossing! Een telefoontje naar de politie en in een mum stond er een camera en keerde de rust terug. Mooi toch? Maar toch knijpt de vraag: waarom word *teen raadslid serieuzer genomen dan de omwonenden*? En het VBT Veilig Buurten Team? Zijn die daar niet juist voor?

In de Frankenstraat (nummers 30-36) komen eindelijk nieuwe bomen, dat heeft even op zich laten wachten, maar nu gaat dat in het najaar gebeuren. De bestaande bomen zorgden voor erg veel overlast, op bijgaande tekening de nieuwe plannen. De bewoners hebben goede hoop. . .



Bewoners van de Schaepmanflat ondervinden nog steeds geen luisterend oor voor hun klachten over de het daverende lawaai, rondom het benzinestation. 's Morgens al heel vroeg, worden ze wakker van kolossale vrachtwagens die daar met draaiende motor hun waren afleveren. Officieel mag dat pas vanaf 8.00 uur 's morgens maar feitelijk start het vanaf half 7 al. Is **handhaving** echt een onmogelijk verzoek? Het is zo'n ongezonde woonplek op deze manier!

En dan de *mini-voortuintjes* daar: chaos, na een reconstructie, wie draagt de verantwoordelijkheid?

Over **WONEN** gesproken: Servatius zal deze maand aan de bewoners van de Burgemeestersbuurt mededelen hoe en wat er nu echt gerenoveerd zal gaan worden. Ooit vastgelegd in een *Vogelaarsplan*. En de omgeving Tillystraat krijgt bericht over sloop en nieuwbouw? Er woont nog 1 'oorspronkelijke' bewoner daar, gelukkig met veel plezier. We hopen het beste voor allen en wachten in spanning.

Gezondheid: Snoep: als je teveel suiker wilt voorkomen, drink dan vooral WATER, want overal zit echt veel suiker in, teveel voor onze kinderen. Leer ze water te drinken, koud uit de koelkast!

Dat pikken we op uit de krant. Ook: op 14 november start een serie op NPO2 over een Vogelaarswijk in Amsterdam-Noord over groeiende schuldenlasten van bewoners.

Nieuwe werkgroep armoedebestrijding

Het kriebelt, het gonst, het irriteert: we praten er zo vaak over maar het helpt zo weinig: de kloof groeit. Rijken worden rijker, nou laat ze maar, kun je denken... Tenminste als je zelf *genoeg* hebt, maar zo is het helaas niet meer in ons land. Steeds meer, gezinnen en alleenstaanden, verarmen, de huren stijgen, de inkomsten dalen, dat houdt een keer op! Verhuizen kan al helemaal niet meer! Vluchten naar een rustiger buurt? Onmogelijk! Om te kunnen 'participeren' heb je armslag nodig, zowel wat betreft gezondheid als ook financiën. En dat mankeert er echt aan bij veel bewoners. We willen meer druk op het bestuur uitoefenen om het armoedebeleid effectiever te maken, vooral voor onze kinderen: dat ze onbezorgd aan sport kunnen doen en muziek leren maken! En met de bus mee kunnen in de vakantie en naar het zwembad. Dat is nu **gratis** in de **herfstvakantie** op beide zondagen! (www.Geusselbad.nl) Zo moet dat! Wie denkt en helpt mee? (BvdL 06-4044-8924)

Buurtvisie over eenzaamheid in de buurt

Hebben wij als BUURTNETWERK een visie op de buurt? Eigenlijk niet en is dat erg? Misschien is onze visie dat eenzaamheid en armoede verlicht moeten worden en integratie bevordert: SAMEN = LEVEN; LEVEN = SAMEN.

Hoe verlicht je eenzaamheid? Dat is een onderwerp op ons komende Buurtcafé op vrijdagavond 14 oktober om half 5 in het Trefcentrum? Wie deelneemt krijgt de kans op gratis mee-eten met **Bten met Manus om 18.00uur**, wel even opgeven dan natuurlijk (etenmetmanus@gmail.com).

Vraag: zo'n Week van de Ouderen kost vast wel veel geld; is het dat waard? Zouden we niet liever zien dat dat geld meer *structureel* wordt ingezet voor ontmoetingsactiviteiten? Ook voor jongeren? Is ons gemeentebestuur niet te veel 'op senioren'? En op *evenementen* i.p.v. **structurele continuïteit**? Vraag dat maar eens aan de schilder- en tekengroep *Witte Vrouwen Streken*, die hun inspirerende 'juif' binnenkort zien vertrekken, omdat de laatste subsidies wegvallen.

Beej Manus op Sjoet



Wie is Toos Hofstede?

Toos woont samen met haar man Luc en twee kinderen met veel plezier in Wittevrouwenveld. Met haar man runt ze inmiddels alweer drie jaar het communicatiebureau via *Story* (www.viastory.com) aan de Alexander Battalaan in Wijck. Ze werken voor heel diverse klanten, zowel in Limburg als daarbuiten. In opdracht van de gemeente Maastricht werkt ze onder andere aan het project *Thuis* in Maastricht. In deze rubriek willen we daar in het bijzonder aandacht aan schenken.

Thuis in Maastricht is namelijk een online platform voor en door de bewoners van Maastricht. Iedere buurt heeft er een aparte een pagina. Je vindt er onder andere informatie over Wittevrouwenveld en portretten van mensen die hier wonen en leven. Op *Thuis* in Maastricht kunnen we Wittevrouwenveld extra tot leven brengen door mensen, initiatieven en activiteiten, groot en klein, er een podium te geven.

Lijkt het je wat om mooie plekken en bijzondere buurtgenoten te fotograferen, filmen of op te schrijven in Wittevrouwenveld? Meld je dan aan en versterk het team van buurtreporters. In ruil? Een podium, leuke collega-reporters en gratis workshops waaraan je kunt deelnemen. Meld je aan via redactie@thuisinmaastricht.nl. Toos en haar redactie zijn overigens ook blij met tips, buurtnieuws en agenda-items. Deze kunnen via de website gedeeld worden. www.thuisinmaastricht.nl

De Wiekentschool in het Trefcentrum is er weer: voor iedere nieuwsgierige 10-14-jarige scholier die eens wil uitvinden wat hij of zij later zou willen doen: start op 24 september zaterdagmorgen van 9.30-12.00 uur, deze keer over beroepen: er komt een boer langs en een kok, iemand van de supermarkt! Echt interessant! Ook andere beroepen komende de weken erna aan de orde. Meld je aan bij Marjo Voeten (043 7630284 of 06 118 741 61). www.wiekentschool.nl

Taal in Beweging

Wilt u op een leuke, gezellige, speelse en actieve manier met taal bezig zijn en verschillende culturen ontdekken? En zo uw Nederlands of Engels verbeteren? Dan bent u van harte welkom bij ons. Wij bieden u een programma aan van bijeenkomsten waarbij we iedere week een andere activiteit doen. Zo gaan we wandelen, spelletjes doen, creatief bezig zijn en samen koken.

Het programma:

Datum	Tijd	Thema	Locatie
Maandag 10 oktober	12.30-14.30	Gastvrijheid	Stichting burendirectie, Nazareth
Maandag 17 oktober	12.30-14.30	Bewegen op muziek	AZC, Immel
Maandag 21 oktober	12.30-14.30	Creatief, Mosaïeken	Kunststet, wittevrouwenveld
Maandag 7 november	12.30-14.30	Leuke plekken in de stad	Binnenstad
Maandag 14 november	17.30-14.30	Oud Hollandse spelletjes	KCEM, wyck
Maandag 21 november	12.30-14.30	Samen koken en eten	Nog niet bekend

Wij zorgen voor vervoer naar de activiteiten.

De cursussen bieden wij u gratis aan. U dient zich wel uiterlijk voor 5 oktober aan te melden vol=vol

Heeft u interesse of wilt u meer informatie, neem dan contact op met: Seloua 0617739526 of Maartje 0642329041 U kunt ook mailen naar bewegen.in.taal@gmail.com

Toon Hermans Huis Maastricht

De deelnemers van de Schilderclub van het Toon Hermans Huis Maastricht, exposeren hun werken in brasserie FLO, Stationstraat 28 te Maastricht. U kunt de expositie bezoeken van 8 september tot 30 oktober 2016 tijdens openingsuren.

kloppend ♥ van
Wittevrouwenveld
't Trefcentrum

Edisonstraat 4 ♥ 6224 GK Maastricht
tel. 043 - 362 11 76



FYSIOTHERAPIE OOSTERMAAS



Ons motto is heel simpel:
Wij zijn er voor u!
Dat we er voor u zijn uit zijn in persoonlijke aandacht, ruime openingstijden (tot wel 21.00 u. kunt u een afspraak maken) en behandelingen waarbij u niet na 15 minuten weer buiten staat.

Wij bieden behandelingen bij:

- COPD (chronische obstructieve long-aandoeningen)
- Centraal Neurologische Aandoeningen (DVA, Parkinson, MS etc.)
- Schouderklachten
- Artrose knie/heup (met of zonder operatie)
- Knieklachten

Verder vulen wij onze fysiotherapie-diensten aan met:

- Rugscholing volgens McKenzie
- Klassiek taping en bandageren
- Medical taping concept
- Dorn en Breuss therapie

Frankenstrat 132 a • 6224 GS Maastricht
T 043 - 362 29 05 • F 043 - 362 15 15

info@fysiotherapie-oostermaas.nl



www.fysiotherapie-oostermaas.nl

Alijd alleen eten ongezellig?

Organiseer een wekelijkse eetgroep!

We kennen in onze wijk **Eten met Manus**, elke vrijdagavond.

Daar komen gemiddeld 40 eters gezellig samen smullen van een driegangen menu. Maar dat is 1 keer per week. Die andere dagen zit je alleen je eigen kooksel te eten. Dat is niet elke dag fijn. Daarom organiseerde ik na het overlijden van mijn man een EETGROEP, met vier andere alleenstaanden: we eten elke maandagavond tussen 6 en 8 uur gezamenlijk, soms loopt het wat uit, maar niet veel want dan wordt het langdradig, als je elkaar elke week ziet... Ieder van ons krijgt dus om de 5 weken een kookbeurt en we eten dan 2 gangen, altijd verrassend. De afspraak is: een eenvoudige en gezonde maaltijd en dat loopt prima. Als iemand een keer onverwachts niet kan koken, valt een ander in, als iemand een keer niet mee-eet heeft hij of zij toch gewoon om de 5 weken de beurt, ruilen kan altijd. Dus: eenvoudige aanpak, maar heel 'lekker'. Maar hoe vind je je 'mee-etters'? Wie wil ook zo'n groep? Aanmelden bij: Bettie van der Linde (creusen.linde@gmail.com); Tel: 0640448924).

(Ik kan het helpen starten, maar niet meedoen, want ik heb neteen groep)



Jeugdwerk Wittevrouwenveld:

Happy Kids:

Piccolo's vanaf 4 jaar, 18u - 20u
Donderstenen vanaf 6 jaar, 19.30u - 21.30u
Middengroep vanaf 9 jaar, 19.30u - 21.30u
Tienergroep, vanaf groep 7, 19.30u - 21.30u
Wekelijkse eigen bijdrage: € 1,-
Meer info: www.happykidsclub.nl
Start op 23 september

Meidengroep La Signora's:

Vanaf 10 jaar
1x per 2 weken op woensdagavond vanaf 18.30u - 20.30u
Eigen bijdrage: € 1,- per keer
Meer info: www.happykidsclub.nl
Start op 28 september, Trefcentrum

Zaalsport door de Sportcoaches:

Maandag vanaf 9 jaar, 19u - 20u
Dinsdag vanaf 9 jaar, 19u - 20u
Wekelijkse eigen bijdrage: € 0,50 per keer
Meer info: www.sportcoachesmaastricht.nl
Start op 4 en 5 oktober, Gymzaal Regenboogschool

Jeugdcentrum inloop (soos):

Vanaf 9 jaar
Dinsdag vanaf 16u - 23u
Gratis
Meer info: www.sportcoachesmaastricht.nl
Start op 5 oktober, Trefcentrum

Film & Fun Avonden:

Vanaf 9 jaar
1 per 2 weken op zaterdagavond vanaf 18u - 23u
Eigen bijdrage: € 1,- per keer
Meer info: www.sportcoachesmaastricht.nl
Start op 8 oktober, Trefcentrum

De Dikselkes van de Kunstketel

Vanaf 4 jaar
Woensdag vanaf 14u - 15.30u
Wekelijkse eigen bijdrage: € 1,-
Start op 6 oktober
Kunstketel aan de Frankenstraat

Filmgroep Onder Drök:

Vanaf 14 jaar
1x per maand bijeenkomst + opnamedagen
Eigen bijdrage: € 1,- per bijeenkomst
Meer info: www.onderdrok.com
Start in oktober, Trefcentrum

Extra activiteiten:

Maandag 24 oktober: Dagtocht naar Aquana Zwembad;
Zaterdag 29 oktober: Halloween Horrortocht 2016;
Zaterdag 19 november: Feest van Sinterklaas vanaf 12u - 16u in het Trefcentrum;
Zaterdag 26 november: Heppie Sinterklaasshow om 12u, 15u en 18u in het Trefcentrum.



Vraag en aanbod

Geinen Daank

Stichting Ouderenproject "Geinen Daank" heeft als doel eenzame ouderen éénmaal per week te bezoeken, om zodoende de eenzaamheid onder ouderen enigszins te verlichten. Dit doet zij d.m.v. vrijwilligers. Een vaste en passende vrijwilliger zorgt voor een beetje gezelligheid, een praatje en wat sociaal contact. Volledige reiskosten zullen door de stichting vergoed worden. Voelt u zich door het bovenstaande aangesproken, heeft u een paar uurtjes per week tijd en denkt u: dit is iets voor mij, aarzel dan niet en neem contact op met de Stichting Ouderenproject "Geinen Daank", tel 06-10513441 of 043-3218989.

Een briefje sturen kan ook naar: Stichting Ouderenproject "Geinen Daank", Postbus 2753, 6201 JB Maastricht. Of mailen naar: hans@bindels.demon.nl.

Scootmobiel te leen

Kunt u niet meer overal te voet of met openbaar vervoer komen? Zou u op sommige dagen een scootmobiel willen gebruiken om uw dagelijkse dingen te doen, zoals de boodschappen of een bezoek aan de kapper of bieb? Dat kan! Bij de Scootmobiel uitleen in het **Trefcentrum van Trajekt** kunt u ook een scootmobiel lenen. Voor een hele of een halve dag.

Hoe werkt dit?

U belt eerst met Welzorg omdat het belangrijk is dat u een keer met een scootmobiel geoefend heeft en rijvaardig bent. Met het pasje dat u dan ontvangt, gaat naar het scootmobiel uitleenpunt en leent de scootmobiel. Dit is **zonder indicatie en geheel gratis**. U kunt een afspraak voor de rijvaardigheidsbeoordeling met Welzorg maken via: kerkrade@welzorg.nl of 045-5609880. Zij komen dan bij u thuis.

Waar? Trefcentrum (Trajekt), Edisonstraat 4. Bellen naar: (043) 763 00 10. Geopend: ma. t/m do. 9.30 - 17.00 uur

Er zijn meer scootmobiel uitleenpunten in Maastricht! Kijk op www.gemeentemaastricht.nl/scootmobiel



Engelse les

Vanaf half september starten we weer wekelijks met Engelse les. Vind jij het leuk om mee te doen? Meld je dan even aan of loop binnen bij het Buurthuis.



Kosten: € 2,50 per persoon per keer. (Hiervoor ontvang je lesmateriaal en koffie/thee)
Wél zelf zorgen voor een schrift en een pen.

Meer info?
06-38634641 (Rasa) of kijk op www.vrouweveld.nl

Persbericht Samenspraak

Samenspraak helpt mensen die de Nederlandse taal (beter) willen leren. Samen met een vrijwilliger ga je elke week oefenen. Dat kan bij jou thuis of in buurthuis 't Vrouweveld aan de Burg. van Oppenstraat 123. Spreek je al een beetje Nederlands maar vind je het leuk om in een groepje te oefenen? Dat kan ook! Voor meer info kun je bellen met Chantal 06 488 364 69.

Samenspraak is altijd op zoek naar vrijwilligers. Is taal echt jouw ding en wil jij je 2 uur per week inzetten voor een ander? Meld je dan aan bij Chantal!

Colofon:

Onze Gele Buurkrant wordt samengesteld door: Annie van de Put, Adrienne Deurlo, Bettie van der Linde, Engelen Beker, Patricia Winter en Marianne Lückner.

Jacqueline Wassen (tekening).

De redactie mag te lange artikelen inkorten.

Lever uw artikel in bij: Trefcentrum-Edisonstraat of: putalo1@hotmail.com.

Deadline volgende krant: 15 november 2016