

PARKSTAD *leeft!*

IN ONS VOLGENDE NUMMER
(EIND JANUARI)

SCHOOL & STUDIEKEUZE

OOK ADVERTEREN IN DEZE SPECIAL?
BEL 06-50298807

HÉT GRATIS HUIS AAN HUIS BLAD OVER O.A. WONEN, ZORG, ONDERWIJS, MOBILITEIT EN LIFESTYLE IN HÉÉL PARKSTAD EN OMSTREKEN

DECEMBER 2024 | NUMMER 55

WINTERTIJD IN PARKSTAD EN KERSTSPECIAL



DE WARMSTE TIJD VAN HET JAAR

De herfst ligt weer bijna achter ons en we genieten nu van de warmte en gezelligheid van de winter binnenshuis. De feestdagen staan voor de deur - Kerst is in aantocht, het aftellen naar deze bijzondere tijd van het jaar is begonnen. In huis schitteren de kerstversieringen, van sfeervolle kerststukjes tot dierbare decoraties die van zolder zijn gehaald.

We verzamelen ons rondom de feestelijk versierde kerstboom, omringd door cadeaus, of genieten van een avond spelletjes doen aan een sfeerol gedekte tafel. Ook de gezellige kerstmarkten bieden een fijne plek om te genieten van schaatsen op winterse muziek, zoals bij Wintertijd Heerlen, waar de sfeer drie weken lang betovert.

Het team van Parkstad Leeft wenst iedereen een warme en vrolijke Kerst en een gezond, gelukkig Nieuwjaar. Op naar een jaar vol leesplezier en mooie momenten!



©Foto: Bas Quaedvlieg



COLOFON

Maanduitgave Parkstad Leeft!
4e jaargang, december 2024, editie 55

Oplage: 120.000 (gratis h.a.h.)

Verspreidingsgebied:

Regio Parkstad: Heerlen, Brunssum, Kerkrade, Landgraaf, Nuth, Onderbanken, Simpelveld en Voerendaal.

Regio Westelijke-Mijnsteek: Schinnen, Oirsbeek, Amstenrade, Doenrade, Puth en Sweikhuizen.

Regio Heuvelland: Mechelen, Vijlen/Lemiers, Bochtoltz, Wahlwiller, Eys, Nijswiller, Partij/Wittem, Wijlre, Gulpen, Schin op Geul, Vaals en Valkenburg.

Redactie

Context4You
parkstadleeft@randalesser.nl

Coverfoto

Bas Quaedvlieg

Acquisitie

Randal Esser Sales & Media
Edwin Philippens

Druk

Print Power Nederland, Melick

Uitgever

Randal Esser Sales & Media
Van der Scheurstraat 109
6413 VG Heerlen
+31 (0)45 750 95 50
+31 (0)650 29 88 07
mail@randalesser.nl
www.randalesser.nl



Volg ons ook op:

Facebook: Parkstad Leeft
Instagram: ParkstadLeeft

Copyright©2024 Randal Esser Sales & Media. All rights reserved.

De inhoud van dit blad is met de grootst mogelijke zorg samen-gesteld. De uitgever aanvaardt echter geen aansprakelijkheid voor mogelijke gevolgen voortvloeiend uit het gebruik van de in deze uitgave aangeboden informatie. Aan de aangeboden informatie kunnen evenmin rechten worden ontleend. Druk- en zetfouten voorbehouden

N.B. de redactie is niet verantwoordelijk voor de inhoud van de advertenties in deze uitgave

© Icons: designed using Flaticon.com

www.parkstadleeft.nl

BESTE LEZER VAN PARKSTAD LEEFT EN MAASTRICHT LEEFT,

We zijn inmiddels weer aan het eind van het jaar 2024 aangeland. Tjonge jonge wat is dit jaar weer omgevlogen! Er was dan ook van alles te beleven op zowel mondiaal als nationaal en regionaal gebied.



Terugblik

Hoe erg het ook klinkt, maar helaas ging het jaar 2024 veelal over oorlog en ellende. Nog steeds is de oorlog tussen Oekraïne en Rusland één van de meest besproken onderwerpen in de wereld.

Kijken we op landelijk vlak dan is politiek toch wel één van de populairste thema's geweest die ons hebben beziggehouden. Hoe hiervan het verloop wordt en welke gevolgen dit voor ons allen zal krijgen, zullen we komend jaar ervaren.

Waar Parkstad Leeft en Maastricht Leeft zich voornamelijk mee heeft bezig gehouden, is het regionale nieuws, want dat is voor velen van ons net zo belangrijk, zo niet nog belangrijker dan de rest van de berichtgevingen. Ieder jaar proberen we zoveel mogelijk leuke en interessante artikelen te schrijven die telkens gerelateerd zijn aan de periode waarin de betreffende uitgaven uitkomen. Nog steeds krijgen we hele leuke, lieve en enthousiaste reacties van lezers, hetgeen ons de kracht geeft op deze voet verder te gaan.

Trots

Met trots willen we daarom nog even aanstippen dat Maastricht Leeft inmiddels alweer 2 jaar verschijnt in Maastricht en omstreken en Parkstad Leeft haar 5-jarig jubileum heeft bereikt. Onze persoonlijke dank gaat hiervoor uit naar onze trouwe adverteerders, want zonder hen was het onmogelijk geweest u maandelijks te kunnen voorzien van dit mooie gratis huis aan huis magazine. Ons team zal er met veel plezier alles aan doen Parkstad Leeft en Maastricht Leeft ook komend jaar iedere maand weer met leuke en actuele items in de regio Zuid-Limburg op de deurmat te krijgen. We wensen jullie, behalve een gezond en prachtig nieuwjaar, heel veel leesplezier in 2025!

Team Parkstad Leeft en Maastricht Leeft!

FEESTDAGEN

F	I	J	F	W	N	E	K	E	R	S	T	S	T	A	L
K	E	O	A	R	W	I	T	T	E	K	E	R	S	T	
S	T	N	F	E	S	N	E	M	E	N	R	O	O	V	
D	K	D	E	N	C	D	B	O	R	R	E	L	P	A	
I	E	U	L	G	G	A	A	R	R	E	S	L	E	E	
E	R	E	S	E	E	N	D	I	N	E	R	E	N	E	
H	S	N	E	L	L	O	B	E	I	L	O	N	H	E	
G	T	N	I	E	U	W	J	A	A	R	S	D	A	G	
I	L	E	N	N	K	R	E	W	R	U	U	V	A	G	
L	I	E	L	H	K	E	R	S	T	S	T	E	R	U	
L	E	C	H	A	M	P	A	G	N	E	K	J	D	K	
E	D	I	G	A	N	M	O	O	B	T	S	R	E	K	
Z	J	I	E	R	U	L	A	B	W	U	E	E	N	S	
E	E	W	J	A	N	E	T	T	E	M	R	U	O	G	
G	S	A	R	K	E	R	S	T	B	A	L	L	E	N	

- ARRESLEE
- BORREL
- CADEAUTJES
- CHAMPAGNE
- DINEREN
- ENGELENHAAR
- FONDUE
- GEZELLIGHEID
- GOURMETTEN
- KERSTBALLEN
- KERSTBOOM
- KERSTLIEDJES
- KERSTSTAL
- KERSTSTER
- NIEUWJAARSDAG
- OLIEBOLLEN
- OPENHAARD
- SNEEUWBAL
- VOORNEMENS
- VUURWERK
- WAFELS
- WITTEKERST

Oplossing

Puzzel mee en win! Lekker shoppen bij Woonboulevard Heerlen.

Doe mee door de oplossing van de woordzoeker van deze maand in te vullen en maak kans op 1 van de 3 prijzen à € 50,-

STUUR JE ANTWOORD VOLLEDIG MET NAAM, WOONPLAATS EN TELEFOONNUMMER VÓÓR 10 JANUARI 2025 NAAR [PARKSTADLEEFT@RANDALESSER.NL](mailto:parkstadleeft@randalesser.nl)



PUZZELWINNAARS

NOVEMBER EDITIE PARKSTAD LEEFT!
DE JUISTE OPLOSSING WAS:

'Nog eventjes en de goedheiligman is weer in het land'

De drie prijswinnaars van de waardecheques ter waarde van € 50,00 aangeboden door Woonboulevard Heerlen zijn:

Mevr. J. Creusen in Simpelveld
Dhr. A. Bekema in Voerendaal
Mevr. M. Maas in Merkelbeek

IEDEREEN VAN HARTE GEFELICITEERD! DE WINNAARS WORDEN ZO SNEL MOGELIJK BENADERD VOOR HET IN ONTVANGST NEMEN VAN HUN WELVERDIENDE PRIJS.



ACTIE

HOUSE OF STARK GYM

EERSTE MAAND GRATIS TRAINEN!

- PERSOONLIJKE BEGELEIDING
- TRAININGS- EN VOEDINGSCHEMA'S OP MAAT
- PERSONAL TRAININGS

WAAROM WACHTEN TOT HET NIEUWE JAAR? BEGIN NU AL MET JE GOEDE VOORNEMENS.

ROEBROEKWEG 36, HEERLEN



EINKAUFSPARK
MAGNUS
AM WASSERTURM

Open Zondag

8.12. 13-18 uur



- ★ Kerstman en engelen
- ★ Kinder draaimolen
- ★ Gratis popcorn
- ★ Aanbiedingen en verrassingen



Magnus Einkaufspark · Am Wasserturm 11-17 · Übach-Palenberg · www.magnus-einkaufspark.de



GASSE

SLAAPCOMFORT



**BTW
VRIJ
WEKEN***

MAASTRICHT | SIMPELVELD

GASSE.EU

*VRAAG NAAR DE VOORWAARDEN IN DE WINKEL



Gasse Slaapcomfort uw slaapspecialzaak

Hoe slaap jij? Ben je 's ochtends lekker uitgerust en vol energie als je wakker wordt? Gasse Slaapcomfort snapt hoe belangrijk een goede nachtrust is om de uitdagingen van de dag weer aan te kunnen. Sanne, Ralph en hun team helpen je graag om jouw ideale bed te vinden.

In de sfeervolle en ruim opgezette winkels in Maastricht en Simpelveld kun je in alle rust voelen wat ultiem slaapcomfort is. De familie Gasse heeft namelijk de mooiste topmerken onder één dak samengebracht. In Maastricht vind je de meest uitgebreide collecties van Auping, Pullman, Jensen en M line met in de winkel ernaast de enige Hästens Store voor heel Limburg en Euregio. Voor de omgeving Parkstad staan Auping, Pullman, M line, Tempur en Jensen mooi gepresenteerd in Simpelveld. Twee multibrand stores met alle topmerken bij elkaar waardoor het goed vergelijken is. 'We brengen met deze combinatie en onze merkonafhankelijkheid een uniek concept dat het kopen van een bed tot een beleving maakt', vertelt Sanne Gasse. 'Want het vinden van het ideale slaapcomfort is een verademing voor je levensvreugde. We hebben het volledige assortiment van alle merken in huis. Daarbij hebben we in Simpelveld de eerste shop-in-shop van Jensen in heel Limburg ingericht; met het complete assortiment mooi gepresenteerd in een warme en uitnodigende setting. Het is Scandinavisch design, puur en strak. Jensen is namelijk de enige die seamless werkt, alles zit naadloos verpakt in een hoes. Zo heb je matras en boxspring mooi op elkaar afgestemd, voor een strak resultaat en optimaal slaapcomfort.'

30 jaar ervaring

Aan kennis en kunde geen gebrek. Gasse Slaapcomfort is een familiebedrijf met maar liefst dertig jaar ervaring. De ouders van Ralph Gasse begonnen in het pittoreske dorp Simpelveld een mooie zaak dat door de jaren heen is uitgegroeid tot dé slaapspecialzaak van Limburg op niveau. Ralph hielp al jong mee en ontwikkelde zich van mannsje van alles tot trotse eigenaar van de ruim opgezette winkels waar de mooiste merken goed tot hun recht komen. Twee multibrand stores met topmerken waardoor het goed vergelijken is en een store met een oase aan Zweedse topproducten. 'We hebben het volledige assortiment van alle merken in huis. Mensen kunnen hier rustig op hun gemak proberen, voelen en ervaren wat het fijnste ligt en welke slaapoplossing het beste bij hun wensen past. We brengen met deze combinatie en onze merkonafhankelijkheid een uniek concept dat het kopen van een bed tot een beleving maakt. Want een nieuw bed is een feest, zo hoort het te zijn.'

Aandacht en respect

Wat hierbij opvalt is de persoonlijke en professionele benadering van Ralph en zijn vrouw Sanne. 'We doen er alles aan om mensen te helpen bij hun zoektocht. We vinden het belangrijk dat iemand het ultieme bed vindt dat bij hem of haar past: bij de slaapwensen, de smaak maar natuurlijk ook bij het budget. Het is altijd een maatwerkoplossing, voor iedereen nemen we ruim de tijd om goed te luisteren naar de wensen en zo te komen tot een advies op maat. Daarbij maakt het niet uit of iemand binnenloopt voor een hoedslaken of voor een compleet bed met alles erop en eraan, iedereen wordt met alle eerboden ontvangen en verzorgd. Een lekker kopje Blanche Dael koffie staat voor u klaar.'

Vertrouwd

Service stopt niet bij het aankopen van een bed. Ralph: 'We hebben uitstekende garanties en bieden gratis bezorging tot honderd kilometer rondom beide winkels. Onze gespecialiseerde vakmensen demonteren het oude bed en zetten het nieuwe op. Ze vertrekken pas als alles goed functioneert en de klant tevreden is. Ook bellen we een week na levering de klant op of alles naar wens is. Een andere grote kracht van ons bedrijf is dat we meteen actie ondernemen als er iets aan de hand is. Zo onderscheiden we ons op een positieve manier. Bovendien zijn we een CBW-erkend bedrijf. Dat betekent dat alle garanties gedekt zijn, wat er ook gebeurt.'



Foto's: Raoul Limpens

Compleet

Twee vestigingen, een officiële Hästens winkel en een Auping Store, Gasse Slaapcomfort kan heel Limburg aan een optimale nachtrust helpen. Sanne: 'We hebben alles wat de slaapkamer tot een complete beleving maakt in het assortiment. Het is hier gemakkelijk binnen stappen om mooie accessoires voor op en rond het bed uit te kiezen of kleuren en materialen op elkaar af te stemmen. Parkeren kan bij alle zaken gewoon en kosteloos voor de deur.' Tijd om het betere slapen te ervaren dus.

Een goede nachtrust is gezond voor lichaam en geest





Kerstdiner voor 4 personen



KIP BALLOTINE

Voor het maken van de kip ballotine gebruik ik kipdijfilet. Kipdij heeft net wat meer vet dan kipfilet en is hier wat geschikter voor. Sla de kipdij eerst iets platter met een deegroller zodat het vullen wat makkelijker gaat. Dek de kip wel eerst even af met plastic folie natuurlijk!

Rollen van de kip

Een ballotine is als het ware niet meer of minder dan een rolletje van kip. Vul het rolletje heel eenvoudig met gedroogde abrikozen en omwikkel de rolletjes met lekkere parmaham. De parmaham kun je eventueel ook vervangen door bijvoorbeeld ontbijtspek. De vulling kun je nog wat opleuken door er behalve de abrikozen bijvoorbeeld wat gehakte pistachenootjes door te doen en wat stukjes olijf.

De ballotine strak oprollen

Na het vullen van de kip is het zaak om dit zo strak mogelijk op te rollen. Vervolgens verpak je dit in plastic folie en je koelt dit voor een uur. Overigens kun je dit dus ook al eerder klaarmaken zodat je tijdens het kerstdiner alleen nog maar de kip hoeft te garen.

Ingrediënten:

- 8 kippendijen zonder bot
- 8 plakken parmaham
- 150 gr gedroogde abrikoos in stukjes gesneden
- 16 zilveruitjes gehalveerd
- 3 teentjes knoflook fijngehakt
- 10 kastanjechampignons halve plakjes
- 10 gr gedroogd eekhoorntjesbrood
- 300 gr spinazie
- 150 ml witte wijn
- 300 ml kippenbouillon
- 2 el creme fraiche
- 1 el fijngesneden dragon

Bereidingswijze:

- Leg de kippendijen uit en leg op elk stuk 2 abrikozen. Rol de kippendij om de abrikozen en doe er een plak parmaham omheen. Pak elke ballotine stevig in plastic folie. Probeer hier nette cilinders van te maken. Leg een uur in de koelkast te rusten.
- Week het gedroogde eekhoorntjesbrood 20 minuten in warm water. Giet af maar bewaar zowel het water als de paddestoelen. Snij het eekhoorntjesbrood fijn.
- Verhit een beetje olie in een grote pan. Haal de ballotines uit het folie en bak rondom bruin en knapperig. Haal uit de pan en zet apart.
- Bak in dezelfde pan de zilveruitjes lichtbruin, voeg knoflook en champignons toe en bak een paar minuutjes aan. Blus af met de witte wijn.
- Laat de wijn reduceren tot een derde, doe de ballotines terug in de pan en voeg kippenbouillon, vocht van het eekhoorntjesbrood en de rest van de abrikoos (in reepjes gesneden) toe.
- Laat met het deksel op de pan ongeveer 20 minuten koken, haal dan het deksel eraf en laat nog 20 minuten op laag vuur pruttelen.
- Haal de kip uit de pan als die gaar is. Roer dan de spinazie en creme fraiche door de saus, breng op smaak met peper en zout.
- Doe de kip terug in de pan, garneer met gesneden dragon en serveer direct.



Kip ballotine met parmaham, abrikoos en aardappelgratin

Voor iedereen die kerst dit jaar met een klein gezelschap viert en een hele kalkoen wat teveel van het goede vindt: probeer eens deze kip ballotine!



Bijgerecht

Aardappelgratin

Ingrediënten:

- 1 kilo vastkokende aardappels
- 200 ml volle melk
- 200 ml slagroom volvet, geen light!
- 1 eetlepel mosterd
- 1 teen knoflook
- snuf nootmuskaat
- boter om de schaal in te vetten
- 70 gram Stuk Uniekaas belegen geraspt

Bereidingswijze:

- Verwarm eerst de oven voor op 200 graden. Snij de aardappels in dunne plakjes, ongeveer zo dik als een euro. Breng dan vervolgens de aardappels met de room, melk en mosterd in een pan rustig aan de kook. Kook dit geheel 10 minuten.
- Smeer nu een ovenschaal in met de binnenkant van een doormidden gesneden teen knoflook. Beboter de schaal. Stort het aardappelmengsel erin. Bestrooi de aardappelen met de geraspte belegen Uniekaas.
- Zet de ovenschaal 40 minuten in de oven op 200 graden. Maak af met een snuf nootmuskaat en peper en zout naar smaak.

Bron: miljuschka.nl





Groot kerstcircus Maastricht, met bekroonde artiesten uit binnen en buitenland

Met trots presenteert circus Renz International het vernieuwde programma "The Greatest Show"

Na het grote succes van voorgaande jaren, voelen wij ons erg vereerd om ook dit jaar weer met een nieuwe show naar Maastricht te komen.

Dit jaar zijn we er weer in geslaagd om weer een fantastisch programma neer te zetten. Artiesten vanuit de hele wereld komen speciaal (alleen voor kerst) naar Maastricht.

- Uit Brazilië de Rivera Brothers Rad des Doods. Spectaculair, stuntmannen lopen op een draaiend rad wel 10 meter boven de grond

- Uit Tsjechië Duo Sunrise Kracht, controle en een perfecte balans leiden tot unieke en indrukwekkende prestaties tijdens de show van Duo Sunrise

- Speciaal geboekt voor de show in Maastricht, de Italiaanse clowns-familie Jason Medini Comedy. Naast dolkomisch ook nog eens zéér muzikaal!

- Paarden mogen natuurlijk niet ontbreken bij het traditionele Kerstcircus. Dit jaar draven er maar liefst 8 edele Arabieren in de piste. Het prachtige vrijheidsdressuur wordt gepresenteerd door Frans Renz Jr. Naast deze fantastische hoogtepunten zijn er verder sensationele jongleurs, vertederende en bijzondere dieren, acrobatiek en showballet.

Het ruim 2 ½ uur circusprogramma wordt gepresenteerd in een heerlijk verwarmde tent. Het circus gaat met zijn tijd mee en biedt het publiek, zowel op de loge als op de tribune, een aangename zicht en zit comfort.



Maastricht a/d Stadionweg de Geusselt
Periode van 20 december t/m 5 januari a.s.

Dagelijks om 12.00 uur & 16.00 uur. Op 20 december & 1 januari om 17.00 uur.

24 december, 31 december en 5 januari om 12.00 uur

Voor meer info zie

www.circusrenzinternational.nl of <https://m.facebook.com/renzinter.nl>



Kerstknutselen voor (bijna) alle leeftijden!

VEEL KNUTSEL-
PLEZIER EN FIJNE
FEESTDAGEN!

Met het vertrek van Sint en zijn pieten naar Spanje, kan de sintversiering weer voor een jaar naar de zolder. Even rust in huis. Maar niet voor lang. Hohoho, daar is de Kerstman! Tijd voor de kerstversiering. Maak plaats op tafel, gebruik een groot tafelkleed of een extra grote placemat en ga samen naar het next glitterlevel! We gaan kerstknutselen!

Met flonkerende sterren, glinsterende ballen én een eigengemaakte piek, maak je niet alleen van de kerstboom een feest voor het oog. Knutsel maar raak en tover je huis om tot een prachtig kerstparadijs. Want glitters geven glans aan een schitterende kerst. Doe je mee? Pas op met de allerkleinsten: wat glimt, is meestal niet om op te eten!

Kerststerren

Nodig: vier takjes of stokjes, transparante lijm, (glitter)versiersels. Hiervoor heb je vier takjes uit het bos, ijsstokjes of tongspatels nodig. Maak hiervan een ster door de stokjes in het midden op elkaar te lijmen, met gelijke ruimte ertussen. Lijm hierop glitters, pailletten, knopen, stickers, pompoms of gebruik andere versiersels die je in huis hebt én op de stokjes passen. Bevestig een touwtje aan een van de stralen en hang je glitterster aan de lamp of deurknop.

Kerstballen

Nodig: oude cd's of dvd's, glitterlijm, glitterversiersels. Je hebt vast nog oude cd's of dvd's, die je niet meer kunt afspelen. Of check de kringloop in de buurt. Met glitterlijm plak je allerlei glimmers zoals glitters, strass steentjes en sterretjes op de cd. Klaar met plakken? Doe een touwtje door het gat, maak er een knoop in en hang je kerstbal aan de handvaten van de kast of in de kerstboom.

Kerstboompeik in 3D

Nodig: twee gekleurde A4-vellen papier, potloden/stiften/verf, transparante lijm, glitters, lege wc- of keukenrol. Op het hoogste punt van de kerstboom hoort een piek. Dit kan een ster zijn, of een traditionele piek. Wat is nou leuker dan zelf je eigen piek maken, met in de hoofdrol jullie favoriete tekenfilmfiguur. Google voor een leuke kleurplaat of foto. Print de plaat uit, kleur hem in en versier met al je glitters en ander versiersels. Knip de plaat uit en plak vast rondom de wc- of keukenrol. Wie mag de piek op de boom zetten? Wat zal jullie kerstboom shinen!



Van groei naar bloei

Wil je meer weten over onze locaties bij jou in de buurt?

Of persoonlijk advies voor jouw situatie? Neem dan contact op met regiokantoor Zuid-Limburg via 045 - 571 12 54 of mail naar regiozuidlimburg@humankind.nl.

humankind
KINDEROPVANG EN -ONTWIKKELING

www.humankind.nl





Top 15 kerstcadeaus

Nog op zoek naar passende cadeaus voor onder de boom? Bij Berden ben je aan het juiste adres. Ons warenhuis in Heerlen is gevuld met de mooiste cadeaus voor het hele gezin.

1. **TOM FORD NOIR EXTREME** Eau de parfum vanaf 145,- (verkrijgbaar bij ICI PARIS XL) | 2. **Danish Design** horloge 189,- (verkrijgbaar bij Mynt) | 3. **Le Creuset** koffie beker 0,2l 16,- (verkrijgbaar bij BYVERSLOOT) | 4. **Michaelis** strik 24,95 | 5. **AZE Jewels** armband 54,90 (verkrijgbaar bij Mynt) | 6. **Aubade** voorgevormde beugel BH 115,- | hipster 70,- | 7. **Vitra** Housebird 299,- | 8. **Yotam Ottolenghi** Sweet 33,99 (verkrijgbaar bij Boekhandel Dominicanen) | 9. **SECRID** pasjeshouder mini 79,- (verkrijgbaar bij van Os tassen en koffers) | 10. **SMEG** waterkoker 1,7l 199,- (verkrijgbaar bij BYVERSLOOT) | 11. **Yves Saint Laurent** Rouge Pur Couture lipstick 49,05 (verkrijgbaar bij ICI PARIS XL) | 12. **Smaak Amsterdam** crossbodytas 169,- (verkrijgbaar bij van Os tassen en koffers) | 13. **Flos** Bellhop tafellamp van 255,- voor 210,- | 14. **My Jewellery** oorbellen 25,99 | 15. **Vitra** Elephant 278,-

Promenade 12, 6411JK | Heerlen en berden-fashion.nl. Ook op zondag geopend.

Berden
mode, wonen & meer



De feestdagen staan voor de deur, en dat betekent dat het tijd is om na te denken over warme én feestelijke outfits voor de winter! Deze magische tijd van het jaar, nodigt ons uit om rijke, aardse kleuren te omarmen. Maar de feestdagen vragen natuurlijk ook om wat extra glamour! Denk aan glitters, metallic accenten en sprankelende details die jou echt laten stralen. Het is hét moment om je kledingkast een upgrade te geven en jezelf helemaal klaar te maken voor een stijlvolle en sfeervolle kerst. Ontdek hoe jij deze feestdagen kunt schitteren!



Golden hour glow

Deze trend combineert luxe en warmte met een vleugje glamour. Metallic stoffen, zoals de koperkleurige broek, worden gecombineerd met klassieke materialen zoals suède en tweed. De aardse tinten, waaronder camel en groen, zorgen voor een stijlvolle winterlook. Perfect om te stralen tijdens feestelijke gelegenheden én dagelijkse outfits een upgrade te geven!



Shimmer chic

Deze feestdagen straal je in een glanzend champagnekleurig pak, perfect voor een elegante uitstraling. Het beige glittervest voegt een sprankelend accent toe, terwijl de aabare handtas je look afmaakt met een vleugje luxe. Een outfit die zowel stijlvol als feestelijk is, ideaal voor een onvergetelijke avond!



Party perfection

Deze outfit draait om ultieme party chic! Metallic stoffen, zoals de glanzende zilveren broek, worden gecombineerd met elegante zwarte accenten. Denk aan cropped blazers, kantdetails en sprankelende schouderdecoraties voor een opvallende, glamoureuze feestlook. Perfect om te stralen tijdens elke gelegenheid!



Berden Heerlen

Alles onder één dak

Berden Heerlen is een warenhuis zoals geen ander. Hier vind je alles op het gebied van mode, wonen én meer. Samen met verrassende partners zorgt dit vriendelijke familiebedrijf voor een unieke totaalbeleving.

Het bruisende warenhuis is uitgegroeid tot een plek waar de klant volledig ontzorgd wordt. Zo is de toevoeging van Tinnemans Keukens op de derde etage een perfecte aanvulling op de welbekende woon- en slaapafdeling. Klanten kunnen nu dan ook al hun keukenwensen binnen hetzelfde concept laten realiseren. Een interieur dat helemaal op elkaar is afgestemd zorgt voor een mooie open leefruimte die helemaal klopt. Een thuis waar je blij van wordt. Hiermee laat Berden zien dat mooi wonen, net als mode, volledig onder één dak beschikbaar kan zijn. Zorgeloos gemak ten top.

Shoppen als beleving

De vierde etage is the place to be in Heerlen. Het sfeervolle Lunchcafé van Berden, Ambiance, heeft versterking gekregen van de veelzijdige kookwinkel ByVersloot en de verrissende Boekhandel Dominicanen. Samen met Coffeelovers zorgt dit veelzijdige geheel voor een onweerstaanbare mix van shoppen en ontspannen. Bij ByVersloot komen kookliefhebbers volledig aan hun trekken. Van luxe keukentools tot prachtig servies voor een stijlvol gedekte tafel: deze winkel ademt inspiratie voor iedereen die van koken en gezellig tafelen houdt. Coffeelovers biedt een moment van ontspanning. Geniet van heerlijke koffie en lekkernijen met een panoramisch uitzicht over Heerlen. Een perfecte plek om even bij te komen tijdens het shoppen. Met Boekhandel Dominicanen haalt Berden een stukje Maastrichtse allure naar Heerlen. Tussen de rijk gevulde boekenkasten vind je niet alleen inspiratie, maar ook een afwisselend activiteitenprogramma met signeersessies, kunstexpo's en meer. Een echte aanwinst voor iedereen die houdt van beleving. Berden laat zien dat winkelen meer is dan even voor wat nieuwe spullen kijken: het is een beleving. Hier word je verrast en op ideeën gebracht. Wel zo fijn.

Smaakmakers

Zodra je het warenhuis binnenstapt, word je meteen geïnspireerd. Trendy mode wordt gepresenteerd op de diverse afdelingen, met een variatie in merken die jong en oud, man en vrouw zullen aanspreken. Gerenommeerde shop-in-shops maken je bezoek helemaal compleet: denk aan ICI Paris XL voor parfums en huisverzorging, Van Os voor koffers en tassen, OMODA voor schoenen en accessoires, Mynt Juwelier voor sieraden



en horloges en Visser Chocolate voor overheerlijke chocoladecreaties. Het gevarieerde aanbod zorgt telkens weer voor verrassingen en biedt alles voor wie houdt van stijlvol gemak.

Alles onder één dak

Bij Berden wordt alles gedaan om het shoppen zo makkelijk en plezierig mogelijk te maken. Van een mooi interieur tot de perfecte keuken, van een nieuwe outfit tot een heerlijke lunch: je vindt het allemaal onder één dak. En de familie onderneemt al meer dan 120 jaar, een knappe prestatie die alles zegt. Met de uitbreiding van het keukenconcept bewijst Berden opnieuw dat het geen gewoon warenhuis is, maar dé winkel waar shoppen en genieten samenkomen. Dus of je nu op zoek bent naar inspiratie, een cadeau of een totaal nieuwe look voor jezelf of je huis: Berden Heerlen biedt het allemaal.

KERST EXPRES
14 DECEMBER TOT 5 JANUARI

MILJOENENLIJN

INFO EN TICKETS: MILJOENENLIJN.NL

Stoomtreinreis met de nostalgische 'Kerst Expres'



Ervaar de vertrouwde nostalgische kerstsfeer uit grootmoeders tijd tijdens een stoomtreinreis met de speciale 'Kerst Expres' over de Miljoenenlijn. Zacht zet de puffende stoomlocomotief de Kerst Expres in beweging. De stoomverwarming verwarmt het nostalgische rijtuig comfortabel, terwijl slierten stoom je raam versieren aan de buitenzijde. Geniet van het prachtige winterlandschap van Zuid-Limburg!

In Simpelveld bevindt zich het kloppende hart van de Miljoenenlijn. In en rondom het 110 jaar oude stationsgebouw word je door onze vrijwilligers meegenomen naar de Kerstmis uit de tijd van vroeger. Graag verwelkomen wij je hier in stijl met ouderwetse kerstmuziek en sfeervolle versieringen. Terwijl de kinderen een kijkje nemen in de Kerstkribbe, kun je genieten in onze Brasserie Perron 4 van warme chocomel met een stuk Limburgse vlaai of een heerlijke huisgemaakte soep.

Route

De Kerst Expres pendelt meermaals per rijdag tussen ons hoofdstation Simpelveld en station Schin op Geul. Onderweg passeert de trein de stations Eys-Wittem en Wijlré-Gulpen. Het is mogelijk om onderweg overal in of uit te stappen. Vanuit Schin op Geul is het zelfs mogelijk om met je dagkaart gratis met de treinen van Arriva door te reizen naar Kerststad Valkenburg, Wintertijd Heerlen of Magisch Maastricht!

Meer informatie over de rijdagen, de dienstregeling en de tickets is te vinden op onze website www.miljoenenlijn.nl.

Miljoenenlijn

Stationstraat 22,
6369 VJ Simpelveld (Zuid-Limburg)
www.miljoenenlijn.nl
info@miljoenenlijn.nl



PRAKTISCHE INFO



WINTERTIJD IN EEN NOTENDOP

Van donderdag 12 december 2024 t/m zondag 5 januari 2025 staat Heerlen weer in het teken van Wintertijd Heerlen. Het Pancratiusplein en de Bongerd worden omgetoverd tot een sfeervol winterdorp, compleet met kerstdecoraties. Het hart van Wintertijd Heerlen wordt gevormd door de overdekte (ijs)schaatsbaan van 600m² en de spectaculaire 6 meter hoge en 35 meter lange glijbaan op het Pancratiusplein.

Direct aan de schaatsbaan ligt een gezellig wintercafé met een uitnodigend terras. Hier kunt u heerlijk ontspannen, genieten van een winters hapje en drankje, en kijken naar het plezier op de schaatsbaan en glijbaan. Het wintercafé is daarnaast de perfecte locatie voor een bedrijfsborrel, kerstbijeenkomst of nieuwjaarsborrel. Beleef de winterse gezelligheid in het hart van Heerlen!

Beleef de magie van de winter op De Bongerd! Het prachtig ingerichte terrein in hartverwarmende kerstsfeer biedt een scala aan activiteiten voor jong en oud. Curl op de duurzame curlingbaan, een perfecte activiteit voor teambuilding, een vriendenuitje of een gezellige dubbeldate. Nieuw dit jaar: Magic Wintergolf, een betoverende 9-holes glowgolfbaan die een unieke ervaring biedt voor alle leeftijden!

Geniet van de sfeervolle Almhütte, die in de weekenden het podium biedt voor muziek zoals Lexor. Ontdek daarnaast winterse eetgelegenheden en laat u verrassen door de warme ambiance en feestelijke aankleding. Een perfecte winterervaring voor iedereen!

PARKEREN IN HEERLEN

In en rondom Heerlen zijn er ruim voldoende parkeergelegenheden. Doordat er veel bezoekers verwacht worden tijdens Wintertijd en de feestdagen raden wij echter aan zoveel mogelijk met het openbaar vervoer te reizen of te carpoolen.

Voor meer informatie over het parkeren en de tarieven kijkt u het beste op: www.centrumparkeren.nl/heerlen

VOORWOORD BURGEMEESTER WEVER

Lieve Heerlenaren,

Als burgemeester van Heerlen wil ik jullie van harte welkom heten bij Wintertijd, een betoverend evenement dat ons centrum laat bruisen van energie en gezelligheid. De plek waar wij in Heerlen de winter vieren.

Voor jong en oud is er van alles te doen: met een spannende glijbaan en kinderattracties, een schaatsbaan, een curlingbaan, een prachtig wintercafé en optredens van artiesten. Nieuw dit jaar is Magic Wintergolf, glow golf met maar liefst 9 holes. Of jullie nu genieten van een hapje en drankje of de ijzers uit het vet haalt: er is voor elk wat wils.

Dit jaar zijn er hoogtepunten die jullie absoluut niet mogen missen. Het magische Vuur van Heerlen komt terug! Op de Promenade II nemen Lotte Walda en haar vrienden je mee op een muzikale reis met een gezellige sing-a-long avond bij het knisperende vuur. Met de Winterparade vullen de straten van Heerlen-Centrum zich weer met dansende kinderen, prachtige lampjes en sfeervolle muziek. En dat maar liefst 2 keer!

Een vol programma in het altijd gezellige Wintercafé en Lexor.

Kortom, ga vooral genieten van al het moois en leuks bij Wintertijd en maak prachtige herinneringen, samen met jullie familie en vrienden!

Met hartelijke groet,

Roel Wever,
Burgemeester van Heerlen



Organisatie:
Stichting Winter in Heerlen
Pancratiusplein 46
6411 JZ Heerlen
T: 045 851 07 21
www.wintertijdheerlen.nl
info@wintertijdheerlen.nl

Colofon:
Wintertijd Heerlen is een initiatief van en wordt georganiseerd door Remcom in opdracht van Stichting Winter in Heerlen

Locatie:
Heerlen Centrum



PROGRAMMA

Wintertijd Heerlen is iedere dag geopend vanaf 10.00

	Donderdag 12 december	Vrijdag 13 december	Zaterdag 14 december	Zondag 15 december
Wintercafé	Open vanaf 10.00 uur	Openingsavond! met Frans Theunisz en DJ 20:00	90's & 00's Party met DJ Marco Boesten 20:00	
Schaatsbaan	Schoolschaatsen 10:00 - 14:30 uur Disco Schaatsen 18:00 - 22:00 uur	Schoolschaatsen 10:00 - 14:30 uur		
Lexor		WeZienWel 20:00	Drakendrama 14:00 Silent Disco 20:00	And're Hazes Band 16:00 uur
Activiteiten		Winterparade 19:00 - 20:00 uur	Spellenmiddag v.a. 12:00 uur John Tana v.a. 16:00 uur Vuur van Heerlen 16:30 - 22:00 uur	

OPENINGSTIJDEN

Wintercafé	Dagelijks	vanaf 10:00 uur
Curlingbaan	Maandag t/m zondag	11:00 tot 22:00 uur
Schaatsbaan	Zondag t/m donderdag	10.00 tot 22.30 uur
	Vrijdag & Zaterdag	10.00 tot 23.00 uur
Glijbaan	Maandag t/m zondag	10:00 tot 22:00 uur

Aangepaste openingstijden

24 dec.	geopend van	10.00 tot 18.00 uur
25 dec.	geopend van	12:00 tot 21:00 uur
26 dec.	geopend vanaf	12.00 uur
31 dec.	geopend van	10:00 tot 19:00 uur
1 jan.	geopend vanaf	15.00 uur

Kijk voor de actuele openingstijden op www.wintertijdheerlen.nl

Wijzigingen & zetfouten voorbehouden

Wintertijd Heerlen is iedere dag geopend vanaf 10.00

	Maandag 16 december	Dinsdag 17 december	Woensdag 18 december	Donderdag 19 december	Vrijdag 20 december	Zaterdag 21 december	Zondag 22 december
Wintercafé		Winterse PubQuiz 20:00 uur	KerstKienen 20:00 uur	Flügel Après-Ski Party 20:00 uur	Foute Kersttrui Borrel 17:00 uur	Tent Op De Kop 20:00 uur	Hollandse Avond met Calvin Horsch 19:00 uur
Schaatsbaan	Schoolschaatsen 10:00 - 14:30 uur Disco Schaatsen 18:00 - 22:00 uur	Schoolschaatsen 10:00 - 14:30 uur Disco Schaatsen 18:00 - 22:00 uur	Schoolschaatsen 10:00 - 14:30 uur Disco Schaatsen 18:00 - 22:00 uur	Schoolschaatsen 10:00 - 14:30 uur Disco Schaatsen 18:00 - 22:00 uur	Schoolschaatsen 10:00 - 14:30 uur		
Lexor	Ladies Circle Presents: Foute Bingo 20:00 uur			Wir Sind Spitze Kerstshow 20:00 uur	Con Amor 21:00 uur	Somethin' Fresh 19:00 - 20:00 uur	Company4U 15:00 uur Eddy's Showcase 19:00 uur
Activiteiten				Winterparade 19:00 - 20:00 uur		Spellenmiddag v.a. 12:00 uur Danny Pouwels v.a. 16:00 uur	

Wintertijd Heerlen is iedere dag geopend vanaf 10.00. Let op! Aangepaste openingstijden 24, 25 en 26 december

	Maandag 23 december	Dinsdag 24 december	Woensdag 25 december	Donderdag 26 december	Vrijdag 27 december	Zaterdag 28 december	Zondag 29 december
Wintercafé	<i>Schaatsbaan dagelijks geopend vanaf 10:00</i>		<i>Wintertijd geopend van 12:00 tot 19:00</i>	Santakloarmit Party 21:00 uur	Dit Was 2024 (met DJ Youri) 20:00 uur	Knallend Het Jaar Uit 20:00 uur	Foute Party met DJ Bram Wilders en Ronnie Ron 20:00 uur
Schaatsbaan		<i>Wintertijd geopend tot 18:00 uur</i>		<i>Wintertijd geopend vanaf 12:00 uur</i>			
Lexor				Hey Angie 21:00 uur	Dr. Funk & Mr. Soul ft. Wladimir Bass 20:00 uur	Anderkover XS 20:00 uur	Avelons Dreams 15:00 uur Black Stars 19:30 uur
Activiteiten							

Wintertijd Heerlen is iedere dag geopend vanaf 10.00. Let op! Aangepaste openingstijden 31 december en 1 & 5 januari !

	Maandag 30 december	Dinsdag 31 december	Woensdag 1 januari	Donderdag 2 januari	Vrijdag 3 januari	Zaterdag 4 januari	Zondag 5 januari
Wintercafé	TOP2000 Tieëke Zinge 20:00 uur	<i>Wintertijd geopend van 10:00 tot 19:00</i>	Nieuwjaarsborrel met DJ Percy 16:00 uur		Happy New Year! met DJ Wim Frijns 20:00 uur		<i>Wintertijd geopend van 10:00 tot 20:00 uur</i>
Schaatsbaan			<i>Wintertijd geopend vanaf 15:00 uur</i>	<i>Schaatsbaan dagelijks geopend vanaf 10:00</i>			
Lexor	Nur Deutsche Welle 20:00 uur				VAUD 20:00 uur	D.E.M. 20:00 uur	
Activiteiten	Charity Lift voor Phoenix4Kids 20:00 uur						

Leedjeskonkoer
+ Proclamatie Sjtadsprins
20:00 uur

*programma onder voorbehoud



PROGRAMMA

EXTERN PROGRAMMA

DE TAPPERIJ (Bongerd)

Za 14 december	Shaky Shane & Sidney	20:30 uur
Vr 20 december	The Anouk Experience	20:30 uur
Di 24 december	Kerstborrel	Tot 18:00 uur
Di 31 december	Oudjaorborel	

CAFÉ TESS (Bongerd)

Vr 13 december	Roaring 20's Party (tickets)	
Vr 20 december	Kerstballenbal	
Do 26 december	80's XMAS	20:00 uur

ERIN'S ISLE IRISH PUB (Wilhelminaplein)

Vr 13 december	Josh Healy	21:00 uur
Za 21 december	FOUTE kersttruien party	21:00 uur
Za 28 december	Karaoke avond	20:00 uur
Di 31 december	NYE party	21:00 uur

PANCRATIUSKERK

Za 14 december	Kerststal bekijken	14:00 uur - 16:00 uur
Za 21 december	Kerststal bekijken	14:00 uur - 16:00 uur
Wo 25 december	Kerststal bekijken	12:30 uur - 16:00 uur
Do 26 december	Kerststal bekijken	12:30 uur - 16:00 uur

SCHUNCK

Di t/m Zo	Andy Warhole: Vanitas	11:00 - 17:00 uur
Dagelijks	Silent Scream	
Za 14 december	Drakendrama (LEXOR tent)	14:00 uur
Zo 15 december	Kloemele* in het Glaspaleis	11:00 uur
Wo 18 december	Voorleeshalfuurtje in je pyjama	18:30 uur

FILMHUIS DE SPIEGEL

Zo 22 december	Monsieur Aznavour	19:00 uur
Do 26 december	Flow	14:00 uur
Do 26 december	ECHO	16:00 uur
Do 26 december	The Holdover	19:00 uur
Vr 27 december	Monsieur Aznavour	20:00 uur
Za 28 december	Flow	20:00 uur
Vr 3 januari	Flow	20:00 uur
Zo 5 januari	Flow	14:00 uur
Zo 5 januari	Monsieur Aznavour	16:00 uur

SPORTPARK TERWORM

Di 31 december	Oudejaarsloop (8e Editie)	15:00 uur
----------------	---------------------------	-----------

AUTORIJSCHOOL JONGEN (Valkenburgerweg)

Vr 27 december	Modelspoorbaan	19:00 uur - 22:00 uur
Za 28 december	Modelspoorbaan	11:00 uur - 17:00 uur
Zo 29 december	Modelspoorbaan	11:00 uur - 17:00 uur
Za 4 januari	Modelspoorbaan	11:00 uur - 17:00 uur

PARKSTAD LIMBURG THEATERS

Vr 13 december	A XXXmas Carola	20:00 uur
Zo 15 december	Christel de Laat	20:00 uur
Za 21 december	De Circus Broers	19:00 uur
Zo 22 december	De Notenkraker	14:30 uur
Za 28 december	Peul Jan - Ouderjaarsconference	20:30 uur
Zo 5 januari	De Klokkenluider van de Notre Dam	15:00 uur

CAFÉ PELT

Do 19 december	Popquiz	20:00 uur
Vr 27 december	Remember Femina	22:00 uur
Zo 29 december	Noa de Mes eindejaarseditie	15:00 uur
Ma 30 december	De Paul Logister tribute Band	21:00 uur
Di 31 december	Oud en Nieuw met DJ Pat	21:30 uur
Do 2 januari	Pubquiz	20:30 uur

CAFÉ D'R KLINGE

Vr 13 december	Karaoke Night	21:00 uur
Za 14 december	Klinge Kerstmarkt Food & drinks	13:00 uur
Zo 15 december	Klinge Kerstmarkt Food & drinks	13:00 uur
Za 21 december	Kekke Kersttruien Party	21:00 uur
Zo 22 december	Krismis i de Kroeg	15:00 uur

COCKTAILBAR BOLERO

Za 14 december	Aprés ski party	22:00 uur
Za 21 december	Hollandse Avond	22:00 uur
Ma 23 december	Pre X-mass Party	22:00 uur
Do 26 december	2e Kerstdag met DJ's	21:00 uur
Za 31 december	New Yeras Eve	

CAFÉ DE PANCRAT

Do 26 december	2e Kerstdag	geopend vanaf 20:00 uur
----------------	-------------	-------------------------

GRANDCAFÉ DE VRIENDEN

Do 26 december	2e kerstdag gehele dag geopend	
Di 31 december	Oudejaarsavond geopend	tot 21:00 uur

CAFÉ DE KROMME TOETER

Vr 13 december	Borrel & Dansen	
Vr 20 december	Tafel Spectacle	
Za 21 december	Klubb 55 met D'Joelz	
Do 26 december	Jingle Bal met DJ Wilco	
Di 31 december	Oudjaarsborrel - NYE	

CAFÉ DE BANK

Za 21 december	Aprés ski party	22:00 uur
Do 26 december	Hollandse kerst avond	22:00 uur
Vr 28 december	Tutti Frutti	22:00 uur
Di 31 december	New years eve	22:00 uur

NR.7EVEN

Vr 13 december	Thirty Up!	18:00 uur
Do 26 december	X-max Party	22:00 uur
Za 31 december	New Years Eve	00:00 uur

POPPODIUM NIEUWE NOR

Za 14 december	Frenna & The Gang	20:00 uur
Do 19 december	Coldplace	19:00 uur
Vr 20 december	Classic Hits in Concert	19:00 uur
Vr 20 december	Albino Sports	20:00 uur
Do 26 december	Silent X-mas Disco XXL	22:00 uur

CENTR@L PARQ

Za 14 december	Merry Christmas: The Story of Love bij Centr@l ParQ!	19:00 uur
----------------	--	-----------

DE DAUTS

Za 14 december	FabYULEus	
----------------	-----------	--

CURLING

Dé Winterse Precisiesport!

Tijdens Wintertijd Heerlen speel je gezellig curling met een knipoog en niet volgens de officiële regels.

Iedereen kan het, zelfs als je nog nooit van curling hebt gehoord.

Het ideale uitje met familie en vrienden of perfect als teambuildingsactiviteit met collega's of teamgenoten.

Wil jij een curlingbaan reserveren of ben je op zoek naar meer informatie?

Kijk dan op www.WintertijdHeerlen.nl/Curling





LOCATIES

Bekijk de actuele openingstijden en programma via www.wintertijdheerlen.nl



SCHAATSBAAN

Pancratiusplein

Op het Pancratiusplein wordt een overdekte schaatsbaan van echt ijs geplaatst van 30 meter lang bij 20 meter breed. De schaatsbaan van 600m² is dagelijks vanaf 10:00 uur geopend. Gebruik de schaatsbaan voor een gezellige dag uit met kids, een actieve date of een tof uitje met je vrienden!

Kunt u nog niet (goed) schaatsen? Onze schaatshulpjes helpen u vooruit en voor de allerkleinste zijn er ook glij-ijzertjes voor onder de schoentjes.

Schaatstickets kosten €9,- (inclusief schaatshuur) en €5,00 voor de kleintjes met glij-ijzers.

Bekijk de actuele openingstijden en programma via www.wintertijdheerlen.nl



GLIJBAAN

Pancratiusplein

Glij met tubes (banden) de 35 meter lange glijbaan, langs de Pancratiuskerk en SCHUNCK, af. Door de hoogte van 6 meter worden er gegarandeerd hoge snelheden bereikt. Een spannende activiteit voor alle leeftijden!

De glijbaan is dagelijks van circa 10:00 uur tot 22:00 uur geopend.



WINTERCAFÉ + LEXOR

Pancratiusplein + Bongerd

Geniet van winterse lekkernijen terwijl je kijkt naar schaats- en glijplezier in het sfeervolle Wintercafé! Hier draait alles om gezelligheid en winterse ambiance, met activiteiten zoals Top2000 Tieëke Zinge, Hollandse Avond en feestavonden met DJ's.

Lexor biedt een gevarieerd programma voor jong en oud! Van spellenmiddagen en het Drakentheater voor de allerkleinste, tot live muziek voor alle leeftijden in genres als Rock, Blues, Pop en Jazz! Of je nou naar de Kerstshow van Wir Sind Spitze komt of liever mee swingt met de Black Stars. Er is voor ieder wat wils!

Voor het actuele programma kijk je op www.wintertijdheerlen.nl.



CURLING

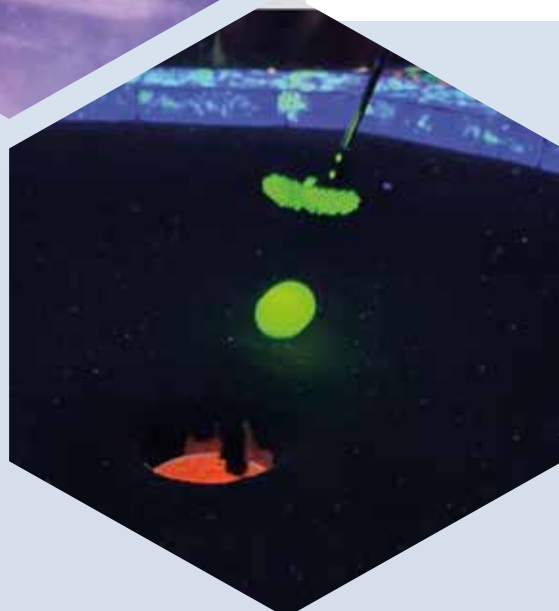
Bongerd

Dé winterse precisiesport! Tijdens Wintertijd Heerlen speel je gezellig curling met een knipoog en niet volgens de officiële regels. Iedereen kan het, zelfs als je nog nooit van curling hebt gehoord. Het ideale uitje met familie en vrienden of perfect als teambuildings-activiteit met collega's of teamgenoten.

De Curlingbaan op de Bongerd is dagelijks van 11:00 tot 22:00 uur geopend (m.u.v. de feestdagen)

Wil jij een curlingbaan reserveren of ben je op zoek naar meer informatie?

Kijk dan op www.WintertijdHeerlen.nl/Curling



MAGIC WINTERGOLF

Bongerd

Speel golf zoals je het nog nooit hebt gedaan! Magic GlowGolf is een nieuw onderdeel van Wintertijd Heerlen, te spelen op de Bongerd. Pak je club en daag je vrienden en familie uit voor 9 holes in een betoverende glow-in-the-dark setting. Terwijl de lampjes rondom je stralen, probeer jij de bal in de holes te krijgen – en dat alles in de winterse sfeer van Heerlen.



- Uw Specialisten op het gebied van consumenten elektronica
- Voor al uw (keuken)inbouw apparatuur inclusief eigen inbouwservice
- Advies, planning en meetservice op de zaak of bij u thuis
- Keuken accessoires, zoals spoelbakken, pannen, warm en koudwaterkranen etc.
- Wassen, drogen en koelen
- Klein huishoudelijk en funcooking
- Beeld en geluid
- Service en onderhoud
- Eigen technische dienst en bezorg service

Geelen De Witgoed Specialist
Hoofdstraat 120
6372EN Landgraaf
045-2031078

Electro World Geelen
Koperstraat 7
6291AH Vaals
043-3061792



Droomboulevard bij Woonboulevard Heerlen

Sluit je ogen eens. En, wat zie je? Een nieuwe eetkamertafel, de omgetoverde prinsessenslaapkamer voor je kleindochter of het opgeknapte buurthuis? Dan is dit het moment om er écht werk van te maken.



Soms blijft het bij dromen, omdat het er gewoonweg even niet in zit. Of omdat een droomproject een flinke investering kan zijn. Durf toch te dromen, want wie weet wordt jouw droom werkelijkheid. Want tijdens Droomboulevard laat Woonboulevard Heerlen de mooiste interieurdromen uitkomen!

Droom & Win

Wil je meedoen en een droom laten realiseren door Woonboulevard Heerlen?

Ga naar www.woonboulevardheerlen.nl/droom en stuur jouw droom voor jezelf óf voor een ander in.

Meedoen aan deze winactie kan tot en met vrijdag 20 december en enkel door het deelnameformulier volledig in te vullen.

We nemen telefonisch contact op met de winnaars.

Al één jaar, De Witgoed specialist Geelen te Landgraaf

Naast onze Electroworld winkel in Vaals hebben we jullie als De Witgoed specialist Geelen reeds een jaar lang mogen begroeten in onze nieuwe 2e winkel, Parkstad Electro in Landgraaf.



We bouwen ons assortiment steeds verder uit, waarbij we ons specialiseren en focussen op kwaliteit en op de vertrouwde service van Geelen met meer dan 75 jaar ervaring in de verkoop, levering en onderhoud van consumentenelektronica.

Ben je op zoek naar advies voor nieuwe inbouwapparatuur, wasmachine, vaatwasser, koelkast, drogers etc. dan komen wij je graag thuis adviseren of kom langs in een van onze winkels waar we graag ruim de tijd voor je vrijmaken om tot een passende keuze te komen. Ook voor klein huishoudelijke artikelen ben je bij ons aan het juiste adres.

Defecte apparatuur? Geen probleem, dit kunnen we ook oplossen, zowel binnen als buiten de garantie. Bel of mail ons en we maken snel een afspraak. Bij onze vestiging in Vaals kan je naast witgoed ook voor de nieuwste televisies en audioapparatuur terecht, tevens je specialist voor Franke en Quooker koud- en warmwaterkranen.

Graag zien we je dan ook terug in een van onze winkels.

Danse gaan!

De eerste cd van Sám Smits & Stan Peters is een feit: Danse gaan! Met deze cd komt hun gelijknamige single uit.

Sám en Stan treden sinds 2020 samen op en hebben in de loop der jaren meerdere singles uitgebracht. Deze negen singles staan samen met hun nieuwe nummer 'Danse gaan!' op deze cd. 'Danse gaan!' is een moderne Oberkrainer die uitdaagt tot meezingen én meedansen. Op de cd mogen hun bekende eigen liedjes, covers en hun kerstlied niet ontbreken.

De heren hebben een druk programma de komende maanden. Later dit jaar komt hun carnavalslied uit, hebben de heren meerdere optredens en met hun dinner-show in december sluiten ze het jaar af. Hiervoor zijn overigens nog enkele kaartjes te reserveren via onderstaande contactgegevens.

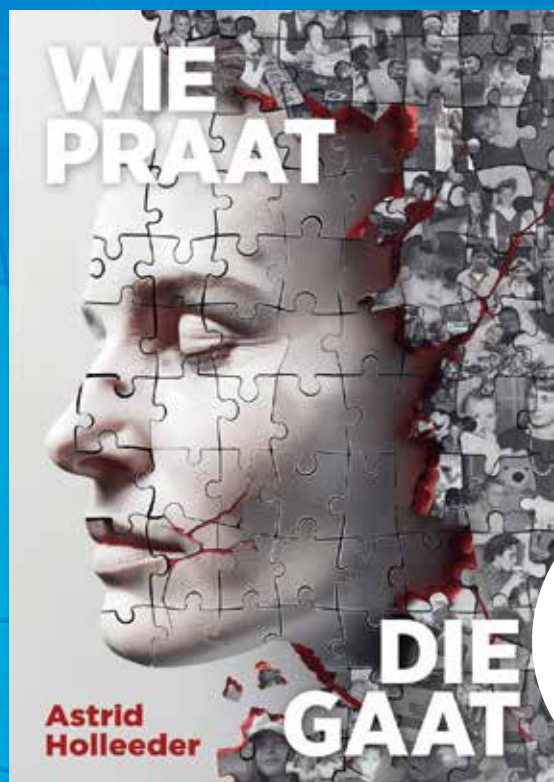
De cd is te streamen op Spotify, maar er zijn ook enkele fysieke cd's te verkrijgen. Deze kosten € 10,- (excl. verzendkosten) en kunnen besteld worden via onderstaande contactgegevens of bij EP: Zijlstra in Heerlerheide.

Contactgegevens:
www.sam-stan.nl
06- 46 47 50 74
(Stan)
info@sam-stan.nl





Gezien bij **Boekhandel Dominicanen Heerlen!**



De mooiste
cadeaus koop
je lokaal!

www.boekhandeldominicanen.nl

bo
ek
han
del
do
mi
nica
nen

Heerlen

'De Smaak van'-app: jouw gids voor cadeaus, lekkernijen en meer

December is de sfeervolste maand van het jaar waar iedereen van wil genieten. Maar het zoeken naar geschikte cadeautjes, kleding, eetgelegenheden of uitjes kost vaak veel tijd. Dat is nu niet meer nodig met de nieuwe 'De Smaak van'-app. Vind in een mum van tijd unieke cadeaus en de beste restaurants.

Wegwijs in elke stad

Zoek je een geschikte locatie voor je kerstdiner? Wil je kleding shoppen of cadeautjes scoren voor Sinterklaas? Zoek dan niet in het wilde weg. De nieuwe 'De Smaak van'-app maakt je wegwijs in vele steden.

Er zijn inmiddels al meer dan dertig steden door het hele land die een eigen app hebben en wekelijks komen er meer apps bij. Scan de QR-code voor een overzicht van onze apps en download direct de app van de stad die je wilt gaan ontdekken.

Unieke tips voor Sinterklaas

Gebruik de app bijvoorbeeld voor je sinterklaasinkopen: vind snel de leukste winkels, van lokale boetieks tot speelgoedwinkels en ontdek unieke cadeaus voor vrienden en familie. Laat je inspireren door de tips en vind het perfecte geschenk!

Sfeervolle locaties voor borrelen en dineren

Ben je op zoek naar een sfeervolle locatie om te borrelen met vrienden? Of zoek je een chic restaurant voor je kerstdiner? Ook daarin biedt de app volop keus. Maak mooie herinneringen tijdens de decembermaand met De Smaak van-app!

"De decembermaand staat voor de deur en dan wil iedereen genieten van de gezelligheid en saamhorigheid van feesten als Sinterklaas en kerst", zegt Yvonne, de bedenker van 'De Smaak van' app. "Onze app helpt iedereen het beste uit deze feestelijke periode te halen, of je nu unieke cadeaus zoekt, lekkernijen wilt proeven of gewoon wilt genieten van de feestdagen."



Over 'De Smaak van'

'De Smaak van' is een innovatieve app die de stadsbeleving verbetert door informatie te bieden over winkels, restaurants, borrellocaties, hotels en meer. De ideale gids voor zowel toeristen als lokale bewoners om de stad te ontdekken.

Download de 'De Smaak van'-app via www.downloaddeapp.nl en ontdek de pareltjes van de stad!





KIPPERIJ
-SINCE 2019-

KIPPERIJ LANDGRAAF

WENST IEDEREEN PRETTIGE FEESTDAGEN!

VANAF 32.⁹⁹

ZELF SAMEN TE STELLEN PAN • SNACKPAN • ANTI-KLUIFFAN • MAALTIJDPAN
BESTEL JOUW HEERLIJKE KERTDINER ONLINE OF KOM LANGS IN DE WINKEL!
VIVALDIPASSAGE 10 - LANDGRAAF

Feestdagen bij Kipperij Landgraaf

Sinds 22 oktober is Kipperij Landgraaf geopend in winkelcentrum Op de Kamp. Met de feestdagen in aantocht staat Kipperij klaar om klanten te verwennen met een uitgebreid assortiment feestelijke gerechten. De bekende Kipperijpan is een echte favoriet tijdens de feestdagen. Dit jaar wordt het assortiment uitgebreid met smakelijke kalkoenen, sappige rollades en diverse gourmetschalen, speciaal samengesteld voor deze bijzondere tijd.

De Kipperijpan blijft een topper voor wie zonder veel voorbereiding een sfeervol diner op tafel wil zetten. De pan is gevuld met maar liefst 70 heerlijke hapjes en biedt een complete maaltijd die zowel kwaliteit als gemak biedt. "We hebben 3 standaard pannen, namelijk de snackpan, anti-kluiifpan en maaltijdpan. Maar je kunt jouw pan ook volledig zelf samen stellen zodat jouw favoriete snacks erin komen te zitten. Zo kan je bijvoorbeeld kiezen uit onze chicken wings, kipballetjes en kipspiesjes in diverse smaken," vertelt Sophie, eigenaar van Kipperij Landgraaf.

Voor wie groots wil uitpakken, zijn de kalkoenen en rollades een uitstekende keuze. Deze feestelijke gerechten worden op bestelling geleverd en zijn het perfecte middelpunt van een uitgebreid kerstdiner. De kalkoenen, sappig en vol van smaak, worden geleverd met eenvoudige bereidingsinstructies, zodat iedereen moeiteloos kan genieten van een perfect bereide maaltijd.

Gezinnen en vriendengroepen die van een interactieve maaltijd houden, kunnen kiezen voor de gourmetschalen. Deze schalen bevatten een gevarieerde mix van kipproducten en zijn perfect voor een gezellige avond samen tafelen. "De gourmetschalen brengen variatie en maken het eten extra speciaal," zegt Sophie "Iedereen kan kiezen wat hij of zij lekker vindt, wat zorgt voor een ontspannen en feestelijke sfeer."

Tijdig bestellen voor een zorgeloze feestmaaltijd

Kipperij Landgraaf verwacht veel drukte in de aanloop naar de feestdagen en adviseert klanten om hun favoriete gerechten op tijd te bestellen. Of je nu kiest voor de vertrouwde Kipperijpan, een feestelijke kalkoen, een sappige rollade, of een gezellige gourmetschaal, tijdig reserveren voorkomt teleurstellingen en zorgt voor een zorgeloze feestmaaltijd.

Met een focus op kwaliteit, gemak en smaak staat Kipperij Landgraaf klaar om van jouw kerst en nieuwjaar een heerlijke en ontspannen periode te maken. Kom langs in de winkel of plaats jouw bestelling online en geniet van de feestelijke specialiteiten.

Kipperij Landgraaf wenst iedereen fijne feestdagen!

Winkelcentrum op de Kamp | [Kipperij.nl](https://www.kipperij.nl)





Is het erg om je *nies* in te houden?

Het kriebelt in je neus en dan... hatsjie! Niezen helpt je lichaam om prikkelende stoffen en bacteriën uit je neus te verwijderen. Het is een natuurlijke reflex waarbij je je ogen automatisch sluit en je vaak een hard geluid maakt. Sommige mensen houden hun nies in of knijpen hun neus dicht om het geluid van de nies zoveel mogelijk te verminderen. KNO-artsen in opleiding Nina van den Hoogen en Mickey Leentjens, van het Maastricht UMC+, leggen uit waarom we niezen en of het ongezond is om je nies in te houden.



Foto iStock

Waarom ga je niezen?

Niezen is een plotselinge, krachtige uitademing door je neus en mond die je luchtwegen schoonmaakt en je beschermt tegen infecties en irritaties. Je kunt gaan niezen door stof, huisstofmijt, schimmels, pollen, huidschilfers van dieren, rook, maar ook door chemische stoffen of sterke geuren. Soms moet je niezen door veranderingen in de temperatuur of door fel zonlicht of kunstlicht.

Is je nies inhouden slecht?

Je nies inhouden kan gevaarlijk zijn, vertellen Nina van den Hoogen en Mickey Leentjens. 'Door je nies tegen te houden verhoog je de druk in je luchtwegen, oren, ogen en je neusbijholtes. Hiermee kun je lichaamsweefsels, bloedvaten in je ogen of neus, of het trommelvlies in je oren beschadigen. En infecties van je neusbijholtes kunnen erger worden als je je nies inhoudt en je kunt er oorpijn door krijgen. Niet doen dus!'

Wat is de beste manier om te niezen?

Lucht komt bij een nies los met een snelheid tot 160 km/u en niesdruppels kunnen meters ver reizen. De beste manier om te niezen is in de binnenkant van je elleboog of in een papieren zakdoek, die je direct weggooit. Zo voorkom je dat ziektekiemen op je handen komen en zich verspreiden als je iets aanraakt. Als je niest zonder iets voor je neus en mond te houden, dan kunnen jouw ziektekiemen zich verspreiden via druppeltjes in de lucht. Zo kunnen ze bij andere mensen ziekten veroorzaken zoals de griep, een verkoudheid en COVID-19. Door onbeschermd te niezen verhoog je dus het risico dat mensen in je omgeving ziek worden.

Is het erg als je vaak moet niezen?

Soms moet je een paar keer achter elkaar niezen. Dat kan komen doordat de prikkel in je neus niet weggaat of doordat je eerste nies niet krachtig genoeg was om de prikkelende

stof te verwijderen. Als je allergieën of een virale infectie hebt (zoals een verkoudheid of griep), moet je soms ook vaker achter elkaar niezen.

'Meestal is vaak of meerdere keren achter elkaar niezen niet ernstig', stellen Nina van den Hoogen en Mickey Leentjens gerust. 'Het kan wel vervelend zijn, zeker in het openbaar of op je werk. Veel niezen zou kunnen wijzen op een allergie of infectie. Door irritatie van de slijmvliezen kun je door niezen soms een bloedneus krijgen en je kunt zelfs spierpijn krijgen als je vaak niest door de herhaalde spiersamentrekkingen.'

Wanneer moet je naar de huisarts?

Het is verstandig om naar de huisarts te gaan als het niezen lang duurt of als je daarnaast nog andere ernstige klachten hebt zoals koorts, kortademigheid of bloed in je neusslijm. Ook als je denkt dat het niezen door allergieën komt die niet weggaan met

zelfzorgmiddelen, is het goed om naar de huisarts te gaan. Die kan dan onderzoeken of het niezen veroorzaakt wordt door een infectie of allergie. Als het nodig is kan je huisarts medicijnen voorschrijven en je adviezen geven om prikkels te vermijden.

Wist je dat...

De luidheid van je nies bepaald wordt van hoe krachtig je lucht uitademt? Het is ook afhankelijk van de vorm van je neus en keel.

Je gewoontes en lichaamshouding bij het niezen spelen ook een rol bij de hoeveelheid geluid die je maakt bij het niezen.

Dit moet je weten over (*extra*) eiwitrijke producten

In de supermarkt vind je veel producten die rijk aan eiwit zijn of waar extra eiwit aan is toegevoegd. Dat zijn niet alleen producten zoals vlees of zuivel waar van nature al veel eiwit in zit of de bekende eiwitshakes en proteïne-repen. Maar ook crackers, pasta, sauzen en zelfs chips. Maar hoe gezond zijn die producten eigenlijk en heb je al dat (extra) eiwit wel nodig? Eiwitexpert en hoogleraar Fysiologie van Inspanning en Voeding prof. dr. Luc van Loon van Maastricht UMC+, legt het uit.

Maar eerst, waarom zijn eiwitten zo belangrijk?

'Wanneer we eiwitten innemen, wordt deze eiwitten in de darm afgebroken tot aminozuren. Die worden door het lichaam opgenomen en daarna gebruikt als bouwstenen voor de vele weefsels in ons lichaam. Zo vormen aminozuren ook de bouwstenen voor onze spieren. Je lichaam breekt continu spiereiwitten af en maakt ook weer nieuwe spiereiwitten aan. Per dag wordt één tot twee procent van al je spiereiwitten vervangen door nieuw spiereiwit. Daardoor kunnen je spieren zich aanpassen als je ze anders gebruikt, zoals bij lichamelijk werk of bij het sporten. Het is dus duidelijk dat we eiwit in onze voeding nodig hebben om onze weefsels gezond te houden.'

Hoeveel eiwitten heb je nodig per dag?

'Dat hangt af van je leeftijd, geslacht en hoeveel je weegt en beweegt. Om de spiermassa in balans te houden heeft een gemiddelde volwassene per dag minimaal 0,8 gram eiwit



Foto iStock

per kilogram lichaamsgewicht nodig. Als je 70 kilo weegt, dan moet je dus minimaal 56 gram eiwit per dag binnenkrijgen. Mensen die actief zijn omdat ze bijvoorbeeld lichamelijk werk doen of veel sporten, hebben echter meer eiwitten nodig. Dan zit je eerder op 1,1 tot 1,6 gram eiwit per kilo lichaamsgewicht per dag. Ook ouderen en kwetsbare mensen die een ziekte hebben of die van een ziekte herstellen hebben zoveel eiwitten nodig.'

Moet je producten met extra eiwit eten?

'Als je gezond en gevarieerd eet, krijg je waarschijnlijk genoeg eiwitten binnen. En als je extra eiwitten wilt binnenkrijgen, bijvoorbeeld omdat je veel sport, dan kun je dat ook met gewone voeding bereiken. Producten met toegevoegd extra eiwit zijn dus niet noodzakelijk. Ze zijn een makkelijke manier om extra eiwit binnen te krijgen zonder dat je

meer hoeft te eten. Ze kunnen handig zijn voor sporters die moeite hebben om via normale voeding voldoende eiwitten te eten. Of voor ouderen of mensen die ziek zijn of herstellen van een operatie en daardoor vaak minder eetlust hebben. Ik vind het heel goed dat er nu meer aandacht is voor het belang van eiwit in onze voeding, maar er zit natuurlijk ook een marketingkant aan. Voor een kwark die rijk is aan eiwitten betaal je vaak meer dan voor gewone kwark, terwijl het eiwitgehalte hetzelfde kan zijn. Lees daarom goed de ingrediëntenlijst op de verpakking.'

Hoe zit het met eiwit-supplementen en eiwit-poeders?

'Wanneer je zeer actief bent en gezond eet krijg je automatisch al vaak meer dan 1,3 tot 1,6 gram eiwit per kilo lichaamsgewicht per dag binnen. Voor kwetsbare patiënten is het vaak moeilijk om met normale voeding genoeg eiwitten binnen te krijgen. Dan is het verstandig om een eiwitverrijkt dieet te volgen. In dat geval kunnen ze eiwit-supplementen gebruiken of extra eiwit toevoegen aan hun voeding. Dit betekent echter niet dat ze absoluut gezien (te) veel eiwit eten omdat hun totale voedselname nog steeds laag is. Bij zeer actieve topsporters kan de eiwitname ver boven de 2,0 gram per kilo lichaamsgewicht uitkomen. Dit komt niet door supplementen, maar door de grote hoeveelheid voedsel die ze eten om hun energiebalans te behouden. Zelfs zo'n hoge eiwitname heeft geen negatieve gevolgen voor hun gezondheid. Toch is het belangrijk is om niet te overdrijven met het gebruik van eiwit-supplementen. Veel mensen hebben geen idee hoeveel eiwit ze met hun normale voeding binnenkrijgen. Kijk daar eerst naar voordat je aan de slag gaat met producten met toegevoegd eiwit of eiwitpoeders.'

Tips en adviezen

**Kijk voor gezondheidstips ook op:
gezondidee.mumc.nl.**



Rd4

Bedrijvenservice

Uit de regio

voor

Limburgse bedrijven!

- ✓ Scherpe tarieven
- ✓ Tot 10% korting
- ✓ Gratis plaatsing
- ✓ Geen milieu- of brandstof toeslag

bedrijvenservice.rd4.nl



Bewonder de mooiste kerststalletjes tijdens de prachtige 'kribkeswandelingen'

Schitterend 5-sterren landschap, kerstkribkes, wegkruisen en kapelletjes. Kortom alle ingrediënten voor een prachtige beleving van het kerstverhaal. Haal een frisse neus tijdens een van de vele schitterende kribkeswandelingen. Eén ding is zeker: de warmte en gezelligheid van de kribkes zorgt voor dat echte kerstgevoel. De kribkeswandelingen zijn vanaf 6 december t/m 5 januari weer te lopen!

Omdat er tussendoor van alles te bekijken is, zijn de Kribkeswandelingen tevens een perfecte (kerstvakantie) activiteit voor kinderen! De kribkeswandelingen zijn er in diverse afstanden, dus ook voor de korte beentjes is er een passende kidsproof wandelroute beschikbaar. Kleed je warm aan en ga op pad voor een prachtige beleving van het kerstverhaal via de volgende kribkeswandelingen:

Sibbe-IJzeren - Ontdek 17 kribkes in het mergeldorpje Sibbe-IJzeren, op een steenworp afstand van Kerststad Valkenburg. Geniet van de prachtige vergezichten over het plateau van Margraten, wandel langs de Sibbergroeve, het Sibberhuuske en de Sint-Roza de Limakerk.

Broekhem-Houthem - In en rondom Broekhem & Houthem St Gerlach is prachtige 'Kribkeswandeling' uitgezet. Deze wandeling van 8 kilometer leid je langs een groot aantal kribkes, kapelletjes en wegkruisen. Laat je daarnaast imponeren door de St-Jozef Kerk, de Sint Gerlachuskerk, Heiligdom St. Gerlach en Château St. Gerlach.

Epen-Schweiberg - Deze wandeling van circa 12,5 kilometer leidt langs een vijftiental kribkes (kerststallen) in en om Epen en is de ideale gelegenheid om in alle rust te genieten van de kerstsfeer.

Heuvelland en De Voerstreek - In het Heuvelland en in de Voerstreek (B) zijn tijdens de advent- en kersttijd weer schitterende korte en lange wandelroutes uitgezet, waarlangs fraaie kribkes te bewonderen zijn. De meeste kribkes zullen 's avonds feeëriek worden verlicht. Op diverse locaties langs de routes kan gepauzeerd worden onder het genot van een lekker hapje en drankje.

Bocholtz, Simpelveld en Orsbach (D) - In Bocholtz en Simpelveld worden honderden kribkes en kerststalletjes tentoongesteld door de inwoners op hun vensterbanken, nisjes, open huiskamers, portieken en tuinen. Het is een super leuke kerstactiviteit om samen met het gezin te ondernemen.

Mechelen - Deze wandeling van circa 9,5 kilometer (of wandel de verkorte versie van 5,5 km) leidt langs een tiental kribkes (kerststallen) en kruisjes (wegkruisen) en is de ideale gelegenheid om in alle rust te genieten

van de kerstsfeer. Vergeet niet te genieten van een lekker hapje en (warm) drankje bij één van de horecagelegenheden langs de route.

Schimmert - In Schimmert kun je genieten van vele bijzondere kerststallen uit verre landen, van lokale volkskunst of vervaardigd door professionele kunstenaars. Er zijn ook weer prachtige kerstgroepen en -stallen te bewonderen, die allemaal met liefde door de bewoners zijn gemaakt.

Schin op Geul - In het pittoreske Schin op Geul is een prachtige 'kribkeswandeling' van circa 7 kilometer uitgezet. Deze leidt langs 17 kribkes (kerststallen) en diverse wegkruisen en kapelletjes. Het is een afwisselende route door de natuur en de dorpskern van Schin op Geul met op diverse locaties de mogelijkheid om te genieten van heerlijke lekkernijen en warme dranken.

Bron: visitzuidlimburg.nl

HET ONTSTAAN VAN DE KRIBKESWANDELINGEN

Het begon allemaal in 2006, toen Monique Sienot bij Ons Krijtland in Epen het eerste kribke plaatste, recht tegenover het hotel. Een bescheiden traditie die inmiddels is uitgegroeid tot een ware Limburgse kerstbeleving! In diverse dorpen en steden schitteren tijdens de feestdagen sfeervolle kribkes langs wandelroutes. Geniet van panoramische uitzichten over het winterse heuvellandschap en laat je meevoeren door de serene kerstsfeer.





Q-Roof: Duurzame installaties | Energie bespaar shop | Advies

Q-Roof BV adviseert, plaatst en ontwikkelt duurzame oplossingen. Wanneer u bijvoorbeeld zonnepanelen nodig heeft bent u bij Q-Roof aan het juiste adres. Wij verkopen niet alleen zonnepanelen, in onze fysieke "energie bespaar shop" kunt u de volgende artikelen bekijken en natuurlijk ook aanschaffen:

- Zonnepanelen
- Warmtepompen ook hybride
- Thuis Batterij
- Airco
- Infrarood
- Laadpalen | EV chargers
- Isolatiemateriaal (biobased)
- Groendak
- Zonneboilers | PVT-zonnepanelen
- Ons eigen Q-Roof systeem
- Kleine energiebesparende artikelen voor Gas, elektriciteit en waterbesparing
- Energieboxen
- Energieadvies voor particulieren & zakelijke klanten

Advies

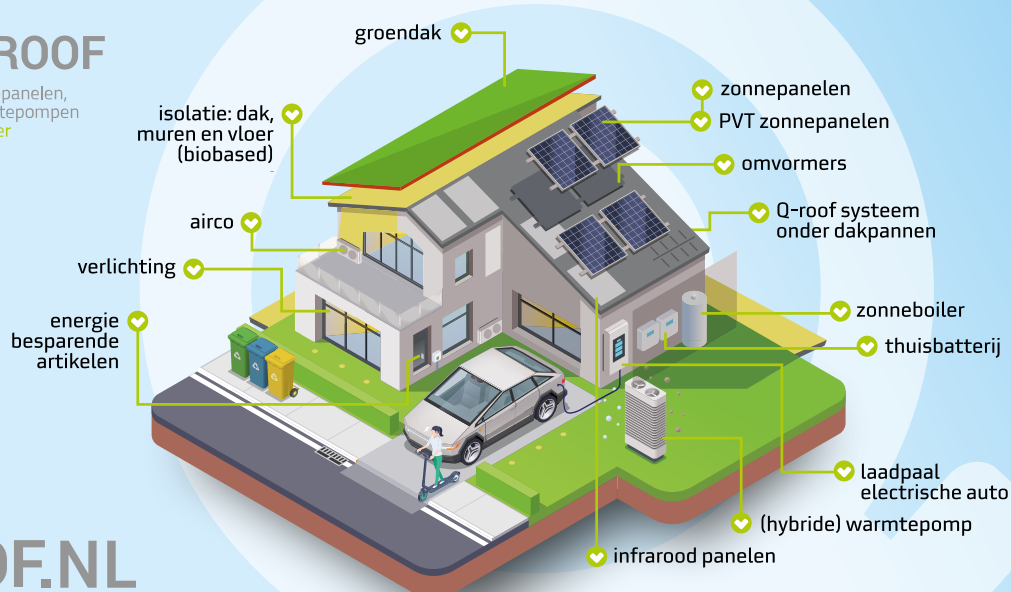
Q-Roof is niet alleen een installateur, wij kunnen u helpen met vraagstukken rond vastgoed. Wenst u zakelijk of particulier vastgoed te verduurzamen of te onderhouden kunnen wij daarbij helpen. Het uitbrengen van adviezen staat los van ons installatiebedrijf. Zo kunnen wij u bijvoorbeeld ook ondersteunen bij producten en diensten die wij zelf als installateur niet aanbieden. Dit kan een offerte traject zijn, uitvoering of nazorg. U gebruikt onze jarenlange ervaring en expertise binnen het verduurzamen van vastgoed.

In de Cramer 37 unit 10 Heerlen | 045-2011600 | info@q-roof.nl



Q-ROOF

zonnepanelen,
warmtepompen
& meer



Q-ROOF.NL



Wat even helpen 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 inpakken van uw vriezer? Vanzelfsprekend! Uw vaste bezorger legt de maaltijden precies zoals u het wenst. En als het nodig is, helpt hij u ook met de volgende bestelling. Wel zo fijn.

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 € 22,50.

Meer weten? Ga naar apetito-shop.nl/proefpakket of bel 088 - 2012 123. Vermeld bij uw bestelling actiecode 202-MEANDER12A24.



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

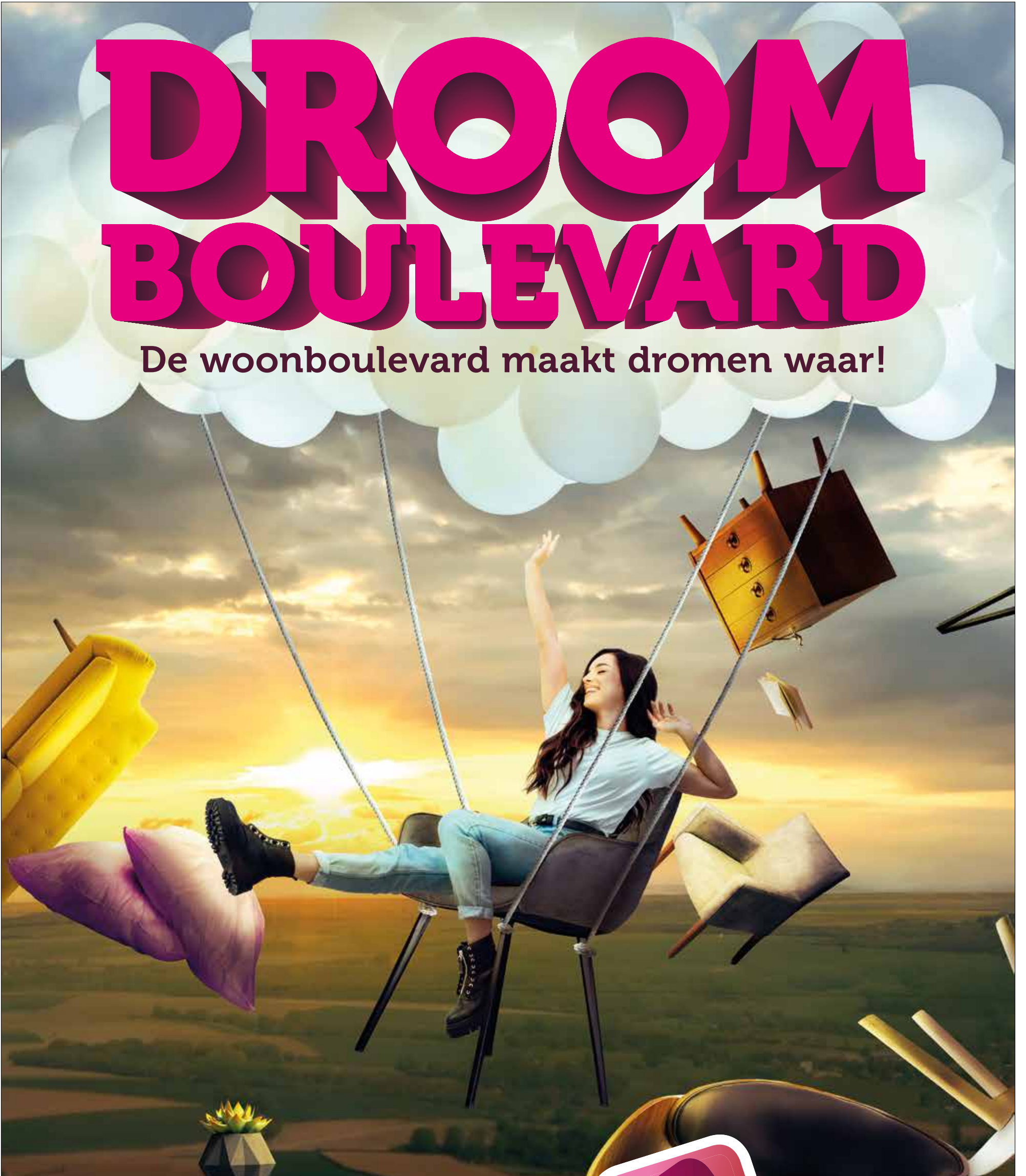
apetito

Elke dag een lach



DROOM BOULEVARD

De woonboulevard maakt dromen waar!



Stuur je
droom in!



woon
boulevard
heerlen
inspireert



woonboulevardheerlen.nl



Zonder winterbanden de grens over, mag dat?

Natte sneeuw en een paar graden boven nul, code geel voor weggebruikers. Het is dit jaar in de herfst al winters met op sommige plekken een dun laagje sneeuw. Omstandigheden waarbij het niet verkeerd zou zijn winterbanden op je auto te hebben. In Nederland zijn ze niet verplicht. En uiteraard heeft niet iedereen de banden al gewisseld. We kunnen ons voorstellen dat er nu heel wat afspraken bij garages worden gemaakt voor de wissel. Maar wat als je de grens over moet? België is geen probleem, daar zijn ze ook niet verplicht. Maar in Duitsland wel.

DUITSLAND

De regel is daar dat winterbanden verplicht zijn als de weerssituatie ze noodzakelijk maakt. En dat is niet gebonden aan een specifieke datum. Wie bij winterse omstandigheden in Duitsland zonder winterbanden rijdt en wordt gecontroleerd, mag een boete verwachten, lezen we op de site van de ADAC. De normale boete is 60 euro. Het wordt 80 euro als je anderen hindert (dus bijvoorbeeld als ergens komt vast te staan en een file veroorzaakt) en het kost je een punt op je rijbewijs.

Verder geldt de regel dat je winterbanden op alle vier je wielen moet hebben en dat het échte winterbanden moeten zijn, die voorzien zijn van het correcte logo: een berg met een sneeuwvlok. Dat geldt ook voor vierseizoenenbanden.

Verzekering

Stel je waagt het er op en gaat met zomerbanden toch onder deze omstandigheden in Duitsland rijden, dan mag je dus hopen dat je niet wordt gecontroleerd.



En heel erg hard hopen dat je niet betrokken raakt bij een aanrijding. Want dan kan de verzekering van de andere partij wel eens bijzonder moeilijk gaan doen. Ook als jij niet de veroorzaker was. Voor motorrijders geldt de winterbandenplicht in Duitsland niet. Daar gaan ze er vanuit dat je onder die omstandigheden niet (of heel voorzichtig) op je motor rijdt. Voor huurauto's geldt de regel dat de verhuurder verplicht is je een voor de omstandigheden geschikte auto te geven. Dus als je vandaag in Duitsland een auto huurt, moet die winterbanden hebben.

LUXEMBURG EN FRANKRIJK

De ANWB heeft de verschillende regels in het buitenland op een rijtje gezet. Ook in Luxemburg zijn winterbanden verplicht bij winterse omstandigheden. In Frankrijk worden ze alleen aangeraden bij winters weer, maar zijn ze vanaf 1 november verplicht op Corsica en in bergachtige gebieden: de Alpen, het Centraal Massief, de Jura en de Pyreneeën. Dat wordt daar aangegeven met een speciaal bord.

Hoe werken winterbanden?

Winterbanden wijken op twee punten af van andere banden. Ze hebben een ander profiel, dat betere grip heeft in sneeuw. En de samenstelling van het rubber is anders. Dat blijft soepeler bij lagere temperaturen. Reguliere banden worden stugger als het kouder wordt en verliezen daardoor grip.

Dat betekent overigens ook dat het zachtere rubber van de winterbanden sneller slijt als de temperaturen stijgen. Dus in de zomer blijven rijden op je winterbanden, betekent dat ze sneller hun profiel kwijtraken dan reguliere banden.



AUTO PARKSTAD

UW PROFESSIONELE ADRES VOOR ONDERHOUD, REPARATIE EN LEVERING VAN BETROUWBARE OCCASIONS TEGEN SCHERPE PRIJZEN.

AUTO PARKSTAD | HEERENWEG 1 - 6414 AC HEERLEN | +31(0) 45-567 96 96 | WWW.AUTOPARKSTAD.NL

Bezoek de meest betoverende Kerstmarkten onder andere in Heerlen, Maastricht en Valkenburg

Wintertijd Heerlen

Wintertijd Heerlen is hét winterdorp dat de koude winterdagen weer wat warmte geeft en je direct in kerstsferen brengt. Waar je het vindt? Op het Pancratusplein en de Bongerd in Heerlen. Wanneer is het wintertijd? Van 12 december 2024 tot en met 5 januari 2025. Wat je er doet? Zóveel leuks en lekkers! Deze must do's wil je in ieder geval niet missen.

Magisch Maastricht Vrijthof

Van 28 november t/m 30 december is de magie nergens groter dan bij Magisch Maastricht Vrijthof! Geniet van de unieke kerstsfeer op het mooiste plein van Nederland. Het meest sfeervolle winterse evenement van Nederland is dit jaar nog magischer dan voorheen. Bezoek in december 'Magisch Maastricht Vrijthof' en laat je betoveren door winterse activiteiten, nostalgische attracties, heerlijk eten, de gezellige kerstmarkt en alle nieuwe verrassingen. Dit alles vindt plaats tussen duizenden lichtjes en feestelijke versieringen, in de schaduw van de unieke tweelingkerken.

Kerststad Valkenburg

Valkenburg is het hele jaar door een mooie stad om te bezoeken, maar in de donkere dagen verandert Valkenburg in de 'Christmas capital' van Nederland, ook dit jaar! Beleef een betoverende kerst in Valkenburg, of je nou de grotten verkent of in de binnenstad boven de grond blijft. Van 15 november 2024 tot en met 5 januari 2025 barst Kerststad Valkenburg van de gezellige kerstactiviteiten. Nog een laagje sneeuw erbij en het is net een idyllisch stadje in een sneeuwbol!



Flow
kinderopvang

Een veilige en uitdagende plek waar je samen kunt ontdekken

Wij passen onze kinderopvang aan op de leeftijd en de behoeftes van je kind. In onze warme en veilige omgeving maakt je zoon of dochter nieuwe vriendjes en ontdekt samen met ons de grote wereld. We betrekken jou als ouder bij alles wat we doen. Samen creëren we kansen voor je kind, zorgen ervoor dat het zich veilig voelt en dat het uitgedaagd wordt. Zo zorgen we ervoor dat het de allerbeste kinderopvang krijgt.





Schrijf je in voor onze nieuwsbrief en ontvang wekelijks onze aanbiedingen!
www.naanhof.nl

- Het grootste assortiment vlees, elke dag vers uit onze eigen slagerij
- Dé wildspecialist met 100% puur natuurvlees
- Dagverse broden & Limburgse vlaaien
- Vleeswaren & kaas, vers van het mes
- Groenten & fruit
- Uitgebreid assortiment diepvriesproducten o.a. vis, snacks & groenten
- Warm gegrilde vleesproducten en heerlijke broodjes van onze grillcorner

Naanhof Nuth
Naanhofsweg 3

Naanhof Vaals
Maastrichterlaan 4

Openingstijden:

Ma-Vr: 8.30-18.00 u
Za: 8.30-17.00 u
Zo: Gesloten

Openingstijden:

Ma-Za: 8.00-18.00 u
Zo: 9.00-18.00 u

prijswijzigingen en actieprijsen voorbehouden



Elke dag vers elke dag voordelig!

KERST
TOPPER



ook online
te bestellen!

8.⁹⁹
per kilo

Kerstkalkoen
van 2,5 - 8 kilo
verkrijgbaar v.a. 19-12-2024

KERST
TOPPER



9.⁹⁹
per kilo

Konijnenbouten

CULINAIR GENIETEN MET PUUR VLEES UIT DE NATUUR



5.⁹⁹
500 gr.

Fijne edelpoellet
van hert



17.⁹⁹
500 gr.

Wildzwijnrugfilet



10.⁹⁹
per zak

Scampi's gepeld
zak 1 kilo (800 gr. netto)



GRILL
9.⁹⁹
per kilo

Warme gegrilde
Kipdrumsticks

Kersttijd bij Naanhof

De gezelligste maand van het jaar is weer aangebroken! En daar hoort natuurlijk lekker eten bij. Wij van Naanhof weten hier alles van!

Vanuit onze eigen slagerij leveren wij dagelijks de lekkerste en meest verse vleesproducten. Aangezien wij alles in eigen hand houden, kunnen wij onze producten aantrekkelijk prijzen. Van kip, kalkoen en konijn tot rund, wild, lam en varkensvlees. Voor ieder wat wils!

Ons wild vlees halen wij bijvoorbeeld met ons eigen transport uit Oost-Europa. Daar scharrelen de dieren nog vrijuit door het bos en eten wat ze aldaar tegenkomen. 100% puur natuur vlees dus!

Ook dit jaar verkopen wij weer de Kerstkalkoenen voor €8,99 per kilo met gewichten tussen 2,5 tot 7 kilo. De kalkoenen zijn in onze winkels verkrijgbaar vanaf donderdag 19-12-2024 en zijn ook te bestellen via onze website: www.naanhof.nl/kerstkalkoen.

Tevens populair zijn onze puur vlees gourmetschotels voor circa 4 personen met kiphaasjes, kalkoenfilet, varkensfilet en kogelbiefstuk. Wij bieden deze schotels zowel naturel als gemarineerd aan.

Een absolute kersttopper blijven de konijnenbouten op Limburgse wijze. In de decembermaand zijn de konijnenbouten dan ook volop verkrijgbaar!

Naast vers vlees kun je bij Naanhof ook terecht voor andere feestdagen toppers zoals bijvoorbeeld: kant & klare kipragout, Provençaalse beenham, fijne vleeswaren vers v/h mes, diepgevroren vis en Limburgse vlaaien. Onze vlaaien kunnen ook online besteld worden: <https://naanhof.nl/limburgse-vlaai/>

Naanhof wenst iedereen een smakelijke decembermaand!



VLOEREN EN GORDIJNEN VAN MANDERS MACHTIG MOOI



Wij adviseren graag over gordijnen, inbetweens, plissé's, jalouzieën, lamellen, rolgordijnen, panelen en andere soorten zonwering.

ALLE GORDIJNEN NU
GRATIS GEMAAKT

Wij helpen u graag bij uw keuze harde of zachte vloerbedekking zoals tapijt, karpotten, parket of laminaat, vinyl, marmoleum of PVC-stroken.

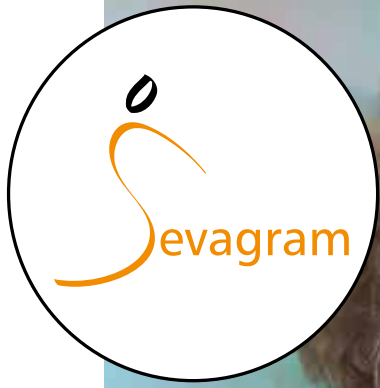
ALLE VLOEREN NU
GRATIS GELEGD



MANDERS INTERIEURS

VLOEREN & RAAMDECORATIE

WILLEMSTRAAT 101-103 HEERLEN 045 572 06 18 WWW.MANDERSINTERIEURS.NL



www.sevagram.nl

Daar zorgen wij voor...

**Wonen of werken bij de
meest persoonsgerichte
zorgorganisatie?!**

Scan mij....

