

# PARKSTAD & MAASTRICHT

JAARGANG 6 | MAART 2025 | NUMMER 58

JAARGANG 3 | MAART 2025 | NUMMER 25  
ZUID-LIMBURG EDITIE OPLAGE 209.000 EXEMPLAREN

## leeft!

**EXTRA:  
VACATURE &  
OPLEIDINGEN  
BIJLAGE**  
vanaf pagina 17



### VOORJAAR IN VOLLE GLORIE

Hoewel de chocolade paaseitjes al een maand in de winkels te vinden zijn, kunnen we er nu eindelijk van gaan proeven. Met de lengende dagen en heerlijke zonnige dagen komt de lente langzaam dichterbij. Dit merken we, behalve opkomende bloemen, ook aan de klok die we eind maart weer op zomertijd zetten. Weliswaar een uurtje korter slapen, maar dat mag de pret niet drukken.

In tegendeel, het is tijd voor nieuwe energie. Energie die je bijvoorbeeld tijdens je studie of aanstaande baan goed kunt gebruiken. Kijk in onze vacature- en opleidingenbijlage waar jouw kansen liggen. Ben je een fietsfanaat? Vergeet dan niet de datum van de komende Amstel Gold Race in je agenda te zetten.



**OOK ADVERTEREN IN MAASTRICHT LEEFT! EN PARKSTAD LEEFT!**  
DE GRATIS HUIS-AAN-HUISBLADEN MET EEN TOTALE OPLAGE VAN RUIM 175.000 EXEMPLAREN?

In de editie van eind april o.a. aandacht voor: **Tuintips & Lifestyle, Moederdag en Koningsdag**  
Wij adviseren u graag over de mogelijkheden.  
Mail naar [mail@randallessen.nl](mailto:mail@randallessen.nl) of bel: +31 (0)650 29 88 07

 **Rijbewijskeuring  
direct.nl**

**GOEDKOOPSTE RIJBEWIJS-  
KEURINGEN IN DE REGIO  
MAASTRICHT**

- Snel een afspraak mogelijk
- Ervaren artsen
- Direct uitslag

75+ keuringen •  
Keuringen bij medische aandoeningen •

Vanaf slechts  
**€55,-**  
inclusief BTW

Boek direct uw afspraak via  
[www.rijbewijskeuringdirect.nl](http://www.rijbewijskeuringdirect.nl)

## COLOFON

**Maanduitgave Parkstad & Maastricht Leeft!**

**Parkstad: 6e jaargang, maart 2025, editie 58**  
**Maastricht: 3e jaargang, maart 2025, editie 20**

**Verspreidingsgebied: (speciale Zuid-Limburg editie)**

Gehele regio Zuid-Limburg.

*Dit is samen goed voor 209.000 exemplaren huis-aan-huis.*

### Acquisitie

Randal Esser Sales & Media  
 en Edwin Philippens

### Lay-out en vormgeving

Studio Glunder

### Druk

Print Power Nederland, Melick  
 Drukkerij Vorrsselmans, Zundert

### 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

[www.maastrichtleeft.nl](http://www.maastrichtleeft.nl)  
[www.parkstadleeft.nl](http://www.parkstadleeft.nl)

Copyright©2025 Randal Esser Sales & Media. All rights reserved.

De inhoud van dit blad is met de grootst mogelijke zorg samengesteld. 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.

**Randal Esser**  
 sales & media



## MENU VAN DE MAAND

### ITALIAANS STOOFFLEES (STRACOTTO)

Stracotto is langzaamgegaard rundvlees dat in de oven wordt klaargemaakt in plaats van in de pan. Het vlees wordt gestoofd in onder andere rode wijn en is na het garen zo boterzacht, dat je het met een vork uit elkaar kunt trekken. Het is een regelrechte smaakbom. De verse kruiden die tijdens het koken worden gebruikt, proef je ook echt nog in het eindresultaat en het is een heerlijk gerecht om na het bereiden te serveren met pasta. Wees overigens niet al te bang voor het gebruik van wijn in dit gerecht. De smaak is absoluut niet overheersend. Bovendien gaat het gerecht drie uur in de oven waardoor er van de alcohol nog maar zéér weinig over blijft, dus ook prima voor kinderen.

#### INGREDIËNTEN (4 PERS.):

800 g runderlap (heel)	400 ml runderbouillon
1 ui - gesnipperd	(Maggi)
8 teentjes knoflook - fijngehakt	400 g tomatenblokjes
1 winterpeen - in blokjes	2 laurierblaadjes
2 stengels bleekselderij - in stukjes	5 blaadjes salie
2 el tomatenpuree	5 takjes tijm
300 ml rode wijn	1 takje rozemarijn
	peper en zout



#### BEREIDINGSWIJZE:

- Verwarm de oven voor op 160 graden en verhit een beetje olie in een ovenbestendige pan.
- Dep het vlees droog met keukenrol en braad het rondom aan tot het bruin kleurt. Haal het vlees dan even uit de pan.
- Fruit in het achtergebleven bakvet de ui, knoflook, winterpeen en bleekselderij aan tot de ui zacht wordt.
- Doe dan de tomatenpuree in de pan en bak deze 2 minuten mee.
- Schenk de rode wijn, bouillon en tomatenblokjes in de pan en voeg de kruiden toe. Roer even goed door en leg het vlees weer in de pan.
- Doe de deksel op de pan en plaats de pan in de oven. Gaar het vlees 3 uur in het midden van de oven, tot het vlees boterzacht is.
- Verwijder zodra het vlees gaar is de takjes tijm, rozemarijn en laurierblaadjes. Pluk het vlees met een vork in stukken en breng op smaak met peper en zout.

**Serveertip:** Bij dit Italiaans stoofvlees is pappardelle het lekkerst. Kook de pasta gaar terwijl het stoofvlees voor de laatste minuten in de oven staat. Giet de pasta af en schep het vervolgens door het stoofvlees in de nog warme pan. Zálíg!

Bron: ohmyfoodness.nl

## ZOMERTIJD

Zomertijd is de tijd die gedurende de lente, zomer en vroege herfst wordt aangehouden door de klok een uur vooruit te zetten; dit wil zeggen de klok een uur voor te laten lopen op de standaardtijd, die in dit verband ook wel wintertijd genoemd wordt.

Dit jaar wordt de klok in de nacht van zondag 30 op maandag 31 maart om 02.00 uur een uur vooruit gezet. Dit betekent weliswaar een uurtje minder slapen, maar ach, een half jaar later op zondag 26 oktober gaat de klok weer een uurtje terug en kunnen we weer wat langer uitslapen.

## NIEUWTJESBOX

Graag luisteren wij ook naar de inwoners van Parkstad e.o. Dus heeft u interessante nieuwtjes of leuke weetjes in en over uw buurt te melden op het gebied van evenementen, jubilea, vereniging, wonen, zorg, lifestyle, mobiliteit of onderwijs?

Meld dit dan bij de redactie: parkstadleeft@randalesser.nl. De redactie maakt hier per editie een keuze uit en geeft geen garantie voor plaatsing.



## PASEN VIER JE SAMEN

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



woonboulevard  
 heerlen  
 inspireert



BUITENLEVEN  
 EIEREN  
 EIERKORFJE  
 EIERVERF  
 GOEDEVRIJDAG  
 GRASMAAND  
 LENTE  
 LENTEKRIEBELS  
 LENTEZON  
 ONTBIJTJE  
 PAASBROOD

PAASHAAS  
 PAASLUNCH  
 TREKVOGELS  
 TUINIENEN  
 TULPEN  
 VASTENTIJD  
 VIOOLTJES  
 VOORJAARSZON  
 ZOMERTIJD




## 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,- zodat jij lekker kunt gaan shoppen bij Woonboulevard Heerlen.

Stuur je antwoord volledig met naam, woonplaats en telefoonnummer vóór 11 april 2025 naar [prijsvraag@parkstadleeft.nl](mailto:prijsvraag@parkstadleeft.nl) of [prijsvraag@maastrichtleeft.nl](mailto:prijsvraag@maastrichtleeft.nl)

## PUZZELWINNAARS FEBRUARI-EDITIE PARKSTAD LEEFT EN MAASTRICHT LEEFT! DE JUISTE OPLOSSING IS: 'Loop jij mee in de optocht dit jaar'

De prijswinnaars van de cheques ter waarde van € 50,00 aangeboden door Woonboulevard Heerlen zijn:  
 Mevr. D. Verhoeven in Doenrade, Mevr. E. Coenen in Hoensbroek, Dhr. K. Verkade in Heerlen, Mevr. I. Gielissen in Geulle, Mevr. J. Smeets in Cadier en Keer en Mevr. M. van den Boorn in Maastricht

Iedereen van harte gefeliciteerd! De winnaars worden zo snel mogelijk benaderd voor het in ontvangst nemen van hun welverdiende prijs.

**HARRY MAAS**  
 MODESCHOENEN

Raadhuisstraat 24  
 Heerlen  
[www.harrymaas.nl](http://www.harrymaas.nl)

# Ontdek ons grote winkelaanbod



Op  
paaszaterdag  
deelt de paashaas  
veel kleurrijke  
paaseieren uit



Open van maandag tot vrijdag van 9 tot 20 uur, zaterdag van 9 tot 18 uur



Magnus Einkaufspark · Am Wasserturm 11-17 · 52531 Übach-Palenberg



Wat apetito met mij doet

**Wat dat wekelijkse bezoekje met mij doet**

Wij zijn apeto. 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. Die glimlach, dat vriendelijke gebaar, dat moet wel de apeto-bezorger zijn.

We werken met vaste bezorgers en komen op vaste momenten, zodat er altijd een vertrouwd gezicht voor de deur staat. Dat voelt goed.

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

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

Meer weten? Ga naar [apetito-shop.nl/proefpakket](https://apetito-shop.nl/proefpakket) of bel 088 - 2012 123. Vermeld bij uw bestelling actiecode 202-MEANDER02A25.



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



Elke dag een lach



**Uitnodiging voorjaarsrit Zuid-Limburgse Veteraan Motorrijwiel Vereniging**

**Ben je in het bezit van een motorfiets van vóór 1960 en ben je op zoek naar een leuke club om maandelijks tourritjes mee te rijden, kennis te delen en leuke motorvrienden uit heel Limburg te ontmoeten?**

Dan nodigen wij je van harte uit om zondag 6 april aan te sluiten bij onze jaarlijkse voorjaarsrit. De deelnemers van de voorjaarsrit verzamelen zich vanaf 10.30 uur ter plaatse van café Salden Platz 9 te Limbricht. Vertrek van de voorjaarsrit is om 11.00 uur.



**Gezonde vereniging**

Al sinds 1980 houden wij onze vereniging Z.V.M.V. in stand en vormen met onze leden een fijne vriendschapsband. Gedurende de seizoenmaanden april t/m oktober organiseren wij tourritten vanuit verschillende locaties in Limburg. Verder, gedurende het hele jaar, maandelijks op de laatste vrijdag van de maand, hebben wij een praatavond of een technische meeting. Eens in de 2 jaar vindt een familiedag plaats waarbij niet de motoren maar een gezellige activiteit centraal staat. Verder hebben wij een clubblad en een maandelijkse briefing met info en technische verhalen van clubleden.

**Nieuwsgierig geworden?**

... en ben je in het bezit van een oude motorfiets van vóór 1960? Kom dan langs op 6 april om kennis te maken met de Z.V.M.V. tijdens de voorjaarsrit!

# AMSTEL GOLD RACE

**ZATERDAG 19 APRIL**

**TOERVERSIE  
AMSTEL GOLD RACE**

15.000 DEELNEMERS  
6 VERSCHILLENDE ROUTES

**ZONDAG 20 APRIL**

**AMSTEL GOLD RACE  
VROUWEN EN MANNEN**

START IN MAASTRICHT  
(9.55 VROUWEN EN 10.40 MANNEN)

FINISH IN VALKENBURG  
(14.15 VROUWEN EN 16.45 MANNEN)

ROUTES DOOR ZUID-LIMBURG

VOOR ALLE INFORMATIE OVER ROUTES,  
TIJDSHEMA, PROGRAMMA EN ANTWOORDEN  
OVER AFSLUITINGEN EN BEREIKBAARHEID,  
ZIE [WWW.AMSTELGOLDRACE.NL](http://WWW.AMSTELGOLDRACE.NL)



## Amstel Gold Race bij u in de buurt. Wat betekent dat?

Dit jaar, zaterdag 19 en zondag 20 april 2025, vindt het jaarlijkse internationale wielerevenement, de Amstel Gold Race, plaats. Op zaterdag 19 april fietsen 15.000 deelnemers hun Toerversie Amstel Gold Race. Hoewel veel mensen plezier beleven of profiteren van dit evenement, zijn we ons ervan bewust dat de Toerversie Amstel Gold Race ook voor enige hinder kan zorgen. We hopen dit zoveel mogelijk te beperken door diverse maatregelen te treffen in samenwerking met overheid, politie en verkeersregelaars.

Op zondag 20 april worden wederom wedstrijden voor vrouwen en mannen gereden. Deze zijn vanaf het begin van de middag live te volgen op NP01. De start voor vrouwen is 9.55 uur en voor mannen om 10.40 uur vanaf de Markt in Maastricht. De finish wordt verwacht om 14.15 en 16.45 uur in Valkenburg. Zowel de start- als de finishzone zijn vrij toegankelijk en een absolute aanrader voor de wielervanaten.

Tijdens de doorkomsten van de wedstrijden wordt de weg voor korte tijd (10 a 20 minuten) afgesloten. Honderden verkeersregelaars en politieagenten zullen actief zijn om dit in goede banen te leiden. Wij willen u verzoeken om de aanwijzingen van de verkeersregelaars en politie op te volgen en om uw auto niet op de weg te parkeren. Dit zorgt voor een veilige doorstroming.

### Amstel Gold Race bij u in de buurt?

Op [www.amstelgoldrace.nl](http://www.amstelgoldrace.nl) vindt u de precieze routes en doorkomsttijden, waaronder ook gedetailleerde informatie over afsluitingen en bereikbaarheid.



## Zuyd onderzoekt leiderschapsrol voor verpleegkundige

Verpleegkundigen en verzorgenden moeten in de toekomst meer de regie nemen en hun stem laten horen. Het nieuwe Zuydlectoraat Verpleegkundig Leiderschap onderzoekt deze rol.

De onderzoekers kijken hierbij ook specifiek naar wat verpleegkundigen en verzorgenden kunnen betekenen voor ouderen in hun laatste levensfase. Judith Meijers is vanaf 24 februari officieel bijzonder lector Verpleegkundig Leiderschap, in nauwe samenwerking met Zuyderland Care.

### VOORBEELDEN

- Verschillende studies lopen op dit moment al. Zo kijken de onderzoekers:
- hoe verpleegkundig leiderschap stimuleert dat ouderen zo veel mogelijk zelfstandig blijven.
- naar het effect van blijven leren op de werkplek en hoe verpleegkundigen hierbij meer de regie nemen om de kwaliteit van de zorg te blijven verbeteren.
- wat nodig is om de zeggenschap van verpleegkundigen en verzorgenden te vergroten.
- hoe je de kwaliteit van leven en sterven verbetert voor mensen met dementie. Dit kan als je kennis en kunde van bijvoorbeeld verpleegkundigen en verzorgenden vergroot.

### ZORG IN LAATSTE LEVENSFASE

Voor Judith is de verpleegkundige zorg in de laatste levensfase een belangrijk aandachtsveld: "Als je mensen in de laatste levensfase verzorgt, geef je palliatieve zorg. En de nadruk hierbij ligt op het geven van kwaliteit van leven en comfort. Dat kan alleen als je de ouderen en hun levensverhaal kent. Als je samenwerkt en de mens ziet in zijn geheel. Hierin heb je als verpleegkundige een centrale rol: de spin in dit web. Je ondersteunt ouderen en hun families én werkt hierin intensief samen met andere zorgverleners. Zo zorg je voor kwaliteit van leven én sterven."

### VERPLEEGKUNDIGE ALS GIDS

Lector Erik van Rossum van het lectoraat Wijkgerichte Zorg is blij met het bijzonder lectoraat Verpleegkundig Leiderschap: "Want we hebben verpleegkundigen nodig die mantelzorgers laten zien hoe ze bijvoorbeeld kunnen helpen in de zorg. En ook verpleegkundigen die weten welke technologie uitkomst kan bieden in de ouderenzorg."

### ZUYDERLAND

Verpleegkundig Leiderschap is het tweede bijzonder lectoraat van Zuyd in samenwerking met Zuyderland. Het eerste is Samen Beslissen door Verpleegkundigen. Deze onderzoekers kijken bijvoorbeeld hoe je als verpleegkundige de familie kunt betrekken bij de zorg van een patiënt na een operatie. Lector Erik van Rossum vindt het mooi dat Zuyderland Care samen met Zuyd wil kijken hoe verpleegkundigen meer regie krijgen om de koers te bepalen. "In de toekomst moeten we nu eenmaal steeds meer ouderen verzorgen met minder of ander personeel. En dan is het goed als we samen met Zuyderland kijken hoe we studenten hiervoor het beste klaarstomen."

### BIJZONDER LECTOR

Judith geeft nu al les over haar onderzoeksgebied aan studenten Verpleegkunde. "Ik ben een trotse verpleegkundige en werk ook als universitair hoofddocent bij de afdeling Health Services Research aan Universiteit Maastricht."

### ACADEMISCHE WERKPLAATS

Ook is ze verbindende schakel binnen de Academische Werkplaats Ouderenzorg Limburg bij Zuyderland sinds 2012. Hier werken mensen uit de praktijk, het onderwijs, beleidsmakers en onderzoekers samen aan projecten waarin ze kennis ontwikkelen en ervaringen uitwisselen in de ouderenzorg. Verder is ze al meer dan 4 jaar lid van de ledenraad van de beroepsvereniging Verpleegkundigen & Verzorgenden Nederland.

**ZUYD**

Bron: zuyd.nl, Foto's: George Deswijzen



Judith Meijers

**Eurohandel**  
alles voor uw tuin



Start van het tuinseizoen

Bezoek onze vernieuwde showtuin en ontdek jouw nieuwe droomtuin

# Koopzondag 6 april van 11-16 uur

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

<p><b>Blokhut Stein 1</b> 295 x 195 cm 28 mm</p>  <p>van 1.355,- <b>NU 1.199,-</b></p>	<p><b>Overkapping Linne</b> 445 x 320 34 mm</p>  <p>van 1.995,- van 1.695,- <b>NU 1.499,-</b></p>	<p><b>Blokhut Born</b> 400 x 250 cm 28 mm</p>  <p>van 1.899,- <b>NU 1.695,-</b></p>	<p><b>Blokhut Brunssum</b> 620 x 295 cm 28 mm</p>  <p>van 2.479,- <b>NU 2.329,-</b></p>	<p><b>Blokhut Maasbracht</b> 700 x 320 cm 34 mm</p>  <p>van 3.599,- <b>NU 3.299,-</b></p>	
<p><b>Luxury Topline</b> Zwart, Graphite en Copper 60 x 60 x 4 cm</p>  <p>van 33,75 <b>NU 24,50 p m<sup>2</sup></b></p>	<p><b>Demiton Gothic</b> 20 x 30 x 5 cm</p>  <p>van 21,49 <b>NU 18,25 p m<sup>2</sup></b></p>	<p><b>Luxury Line</b> Sand /Light Grey 60 x 60x 4 cm</p>  <p>van 26,50 <b>NU 21,50 p m<sup>2</sup></b></p>	<p><b>Luxury Line</b> Dark Grey/ Light Brown 60 x 60x 4 cm</p>  <p>van 26,50 <b>NU 21,50 p m<sup>2</sup></b></p>	<p><b>Keramische tegel</b> Varese Taupe 60 x 60 x 3 cm</p>  <p>massief van 58,75 <b>NU 37,50 p m<sup>2</sup></b></p>	<p><b>Keramische tegel</b> Playa de Silencio 40 x 80 x 3 cm</p>  <p>van 67,25 <b>NU 39,95 p m<sup>2</sup></b></p>
<p><b>Steenschot</b> A-kwaliteit 150 x 135 cm 55 mm dik</p>  <p>van 55,- <b>NU 39,95 p st.</b></p>	<p><b>Relief Vlonderplanken</b> Geïmpregneerd 25x145x1800 mm diverse lengtes verkrijgbaar</p>  <p>v.a. 6,- p st.</p>	<p><b>Douglas dubbellips profielplank</b> 1.8x19x250 cm</p>  <p>van 15,- <b>NU 12,50 p st.</b></p>	<p><b>Liggers</b> geïmpregneerd 45 x145 x 3000 mm. diverse lengtes verkrijgbaar</p>  <p><b>NU 18,- p st.</b></p>	<p><b>Jumbo Tuinscherm</b> geïmpregneerd 15 planken</p>  <p><b>NU 65,95,- p st.</b></p>	<p><b>Tafel/Poef bruin</b> inclusief kussen 170xB70xH40 cm</p>  <p>van 175,- <b>NU 15,- p st.</b></p>

Bezoek onze website: [eurohandel.nl](http://eurohandel.nl) Ma t/m Vr: 9.00 - 18.00 uur Za: 9.00 - 16.00 uur Rennemigerveldweg 70a 6413 BP Heerlen [info@eurohandel.nl](mailto:info@eurohandel.nl) +31 45 572 97 10

## 3D-Coaching

Graag wil ik mij even voorstellen.

Mijn naam is Peggy Vos, 47 jaar jong en sinds 2019 heb ik mijn eigen coaching praktijk, 3D-Coaching In Kerkrade.

3D-Coaching is ontstaan vanuit een passie en missie om de wereld wat lichter te maken voor diegene die dat nodig heeft.

Mijn eigen leven heeft de nodige ups en downs gekend en soms verrast het mij nog steeds. In tegenstelling tot vroeger laat ik mij niet meer zo gauw uit het veld slaan en weet ik dat alles gebeurt met een reden, je groeit er namelijk ook als mens van.

In mijn praktijk komt jong en oud. De puber, de Millennium, de HSP-er, iedereen met een verhaal dat een luisterend oor verdient. Samen gaan we aan de slag en gaan we op onderzoek uit. Waar loop je vast of zoek je antwoorden? Van persoonlijke ontwikkeling tot rouwverwerking, afgestemd op jouw behoefte ga je je eigen proces van transformatie in. Op je eigen tempo krijg je inzicht in je persoonlijk proces, krijg je antwoord op je vragen en zul je als mens groeien in je persoonlijke ontwikkeling.

Nieuwsgierig naar wat ik voor jou kan betekenen of wil je gewoon meer informatie, neem een kijkje op mijn website of neem contact met mij op:

06-50810622, Peggy Vos 3D-Coaching.

Dromen-Durven-Doen



**3D-COACHING**  
P E G G Y V O S



## Buiten kantoortijd een huisarts nodig?

De Huisartsen Spoedpost is er alleen voor spoedklachten die niet kunnen wachten tot je eigen huisarts spreekuur heeft



- » Weet je niet zeker of jouw klacht spoed is? Of ben je ongerust?
- » Kijk op de website van jouw Huisartsen Spoedpost.
- » Vul daarop de vragenlijst 'Moet ik naar de dokter' in.
- » Binnen 1 minuut weet je of je naar de dokter moet.
- » Door deze vragenlijst in te vullen voorkom je wachttijd en onnodige kosten.

Handige gezondheidsinformatie vind je ook op [hapmaastricht.nl](http://hapmaastricht.nl) [huisartsenspoedpost-ozl.nl](http://huisartsenspoedpost-ozl.nl)

Levensbedreigende situatie? Bel altijd 112

De postcode van jouw eigen huisartspraktijk bepaalt de plek van jouw Huisartsen Spoedpost

Houd de spoedzorg beschikbaar: bezoek onze website voor advies en bel alleen bij echte spoed!



Huisartsen Spoedpost Maastricht & Heuvelland

P. Debyelaan 25  
6229 HX Maastricht  
[hapmaastricht.nl](http://hapmaastricht.nl)

Eijsden-Margraten, Maastricht, Meerssen, Valkenburg



Huisartsen Spoedpost Oostelijk Zuid-Limburg

Henri Dunantstraat 5  
6419 PC Heerlen  
[huisartsenspoedpost-ozl.nl](http://huisartsenspoedpost-ozl.nl)

Brunssum, Gulpen-Wittem, Heerlen, Kerkrade, Landgraaf, Nuth, Simpelveld-Bocholtz, Vaals

## Campagne 'Ik rij MONO' van start!

Sociale media en het verkeer gaan niet samen. Toch vinden sommige weggebruikers het moeilijk om binnenkomende appjes en updates te weerstaan. Als je achter het stuur zit of op de fiets is de smartphone mogelijk levensgevaarlijk, niet alleen voor jezelf maar ook voor andere weggebruikers.

Want elke keer als je een berichtje ontvangt, raak je even afgeleid van de weg en is de kans op ongelukken groter. Daarom gaat begin maart de landelijke campagne 'Ik rij MONO' weer van start. Het doel van de campagne is om fietsers en automobilisten te stimuleren en motiveren om zonder afleiding aan het verkeer deel te nemen.

### MONO

MONO staat letterlijk voor één of alleen. In de campagne staat het voor met één ding bezig zijn: als je rijdt of fietst houd je je aandacht op één ding en dat is het verkeer. De campagne richt zich zowel op de automobilist en fietser, als de degene die de berichten verstuurt. Laat anderen voor vertrek weten dat je onderweg bent. Zo weten ze dat ze jou geen bericht moeten sturen en kom je niet in de verleiding om te reageren!

### EXTRA HANDHAVINGSACTIE ZUID-NEDERLAND

In Zuid-Nederland wordt in 2025 een MONO-handhavingsactie uitgevoerd, gericht op het bestrijden van afleiding in het verkeer. Naast reguliere dagelijkse controles voeren de politieteams 20 speciale actiedagen uit. De provincies Zeeland, Noord-Brabant en Limburg ondersteunen de actie om de verkeersveiligheid te verbeteren. Het doel van de actie is om weggebruikers bewust te maken van hun overtredingen en de potentiële risico's van afleiding tijdens het rijden. Dit zal onder andere gebeuren door middel van staande houdingen en op dat moment het gesprek aan te gaan met de overtreder.

### IN 3 SECONDEN BEN JE EEN VOETBALVELD VERDER

Een aantal seconden de aandacht niet op de weg houden is heel riskant. De meeste mensen realiseren zich niet welke afstand ze in die paar tellen afleggen. Stel, je bent in de stad en rijdt 50 km/u. Er komt een berichtje binnen en je leest het in 3 seconden. Dan heb je 42 meter afgelegd zonder op te letten – dat is de lengte van een half voetbalveld! Rij je op de snelweg 120 km/u, dan ben je in 3 seconden al 100 meter verder. Dan heb je dus een heel voetbalveld overgestoken – zonder te kijken. Zowel een bericht lezen als schrijven duurt vaak langer dan 3 seconden.



Voor meer informatie kijk op [www.rovl.nl](http://www.rovl.nl).



## Stichting Pruyck

De Stichting Pruyck wil graag vrouwen die om medische redenen kaal zijn geworden een stukje blijer maken door hen de kans te geven een mooie pruik te dragen. De aanschaf van een pruik is kostbaar en de basisverzekering vergoedt maar een klein deel. Daardoor is het voor veel mensen financieel niet haalbaar om een pruik aan te schaffen.

De stichting - gevestigd in Bussum - verzamelt pruiken die niet meer gebruikt worden en stelt deze vervolgens beschikbaar aan mensen die een pruik wel nodig hebben.

In samenwerking met Toon Hermans Huis Parkstad heeft de Stichting Pruyck nu ook een locatie in Heerlen. Die biedt vrouwen een plek waar ze:

- verschillende soorten pruiken kunnen passen;
- zich geen zorgen hoeven maken of ze de pruik kunnen betalen;
- en de gelegenheid hebben om hun verhaal te vertellen.

Kaalheid heeft vaak een grote impact op de kwaliteit van leven en kan leiden tot eenzaamheid en verlies van eigenwaarde. Voor mensen die zich geen pruik kunnen veroorloven, kan dit nog eens extra pijnlijk zijn. Door het openen van de locatie in het Toon Hermans Huis in Heerlen is voor mensen in heel Limburg een pruik met een tweede leven letterlijk en figuurlijk bereikbaar.

### WIL JE MEER INFORMATIE?

Bel dan 045-5427788. Wil je meteen een afspraak maken om een pruik te passen of te doneren? Ga dan naar [www.pruick.nl](http://www.pruick.nl)



## OP ZOEK NAAR TRENDS EN DESKUNDIG ADVIES?

### KOM NAAR BOUWPARTNER SIEBEN IN HEERLEN EN ROERMOND

Op zoek naar tegels voor een mooie vloer, of voor de wand? Wij leveren het materiaal dat past bij jouw wensen. Tegels van verschillende topmerken, die allen voldoen aan de strengste kwaliteit- en functionaliteitseisen, maar ook alle benodigdheden om deze tegels te leggen. Denk aan voorstrijkmiddelen, lijmen, afwerkingsprofielen, lijm- en voegmiddelen.

Bij tegels zijn stijl en uitstraling erg belangrijk. Ook gemak in onderhoud van de tegels speelt een rol: vooral bij vloertegels is de ene soort gemakkelijker in onderhoud dan de andere. Door de jaren heen is de veelzijdigheid in kleuren, vormen en patronen van tegels alleen maar toegenomen.

#### WANDTEGELS

De juiste wandtegels kan een badkamer net afmaken qua stijl. Met een laagje glans bijvoorbeeld, of een bijzonder reliëf. Zoek je tegels voor de badkamer? Een trend is momenteel om de kleur van de vloertegels terug te laten komen in de wand.

#### VLOERTEGELS

Welk soort vloer is ijssterk, waterbestendig en makkelijk schoon te houden? Juist, tegels. Tegels zijn ook bij uitstek geschikt voor vloerverwarming. Wie voor het comfort van plavuizen kiest, wil vaak nooit meer anders. Let bij het kiezen van vloertegels ook op de textuur. Gladde tegels zijn makkelijker schoon te maken, de stroeve tegels kunnen meer veiligheid bieden in bijvoorbeeld de badkamer. Hoewel stijl voor alles gaat, zijn dit soort praktische overwegingen ook goed om mee te nemen.

Onze ervaren adviseurs helpen u graag met het maken van de juiste keuze en het invullen van uw wensen.

Huisbergerstraat 95  
6413 VL Heerlen  
Maandag t/m vrijdag 7:00-17:00 uur  
Zaterdag 8:00-12:00 uur

Burghoffweg 26  
6042 EX Roermond  
Maandag t/m vrijdag 7:00-17:00 uur  
Zaterdag 8:00-12:00 uur

**BOUW PARTNER SIEBEN**  
**BOUW & AFBOWMATERIALEN**

Huisbergerstraat 95, Heerlen | 045-5725782 | [bouwpartnersieben.nl](http://bouwpartnersieben.nl)  
Burghoffweg 26, Roermond | 0475-363434 | [bouwpartnersieben.nl](http://bouwpartnersieben.nl)

# Grote Demodag Maandag 10 April

## Waarom u deze Demodag niet mag missen!

Tijdens onze Demo Dag profiteert u van een unieke kans om alles te ontdekken op het gebied van mobiliteit.

- **Alle leveranciers aanwezig** – Op één dag krijgt u toegang tot het volledige assortiment van al onze leveranciers. Dit betekent dat u alle nieuwste modellen en innovaties direct kunt bekijken, vergelijken en kunt uitproberen.
- **Uitgebreide persoonlijke aandacht** – Met extra personeel op de vloer nemen wij alle tijd voor u. Zo krijgt u rustig de gelegenheid om vragen te stellen en verschillende hulpmiddelen uit te proberen.
- **Deskundig advies op maat** – Onze specialisten staan klaar om u te adviseren over de beste oplossingen voor uw mobiliteitsproblemen. Of het nu gaat om een scootmobiel, rollator, sta-op-stoel of ander hulpmiddel – wij helpen u de juiste keuze te maken.

Mis deze unieke kans niet en ervaar zelf de voordelen van de DemoDag op 10 April!



VERMEIREN

PLEGO



2 onrusthekken

Papegaai/Bedheffer

Max laadvermogen  
170 kg

Elektrische  
verstelbaar

€2.899- €2.695,-



IVA

RIDER 700



Topsnelheid 15 km/h

Actieradius 45 km

LED-verlichting

Geïntegreerde  
Bluetooth speakers

€2999,-



HUKA

DRIEWIELER CITY



hydraulische  
schijfremmen

10 jaar garantie

Uiterst stabiel, veilig  
en wendbaar

Dutch Design

VANAF €2.211,-



TOPRO

TROJA 2G



7,4 KG

Zachte wielen

7 jaar garantie

Ergonomische  
handgrepen

€495,- €375,-

U kunt ons altijd bellen  
Tel. +31(0)467820552



Bezoek onze winkel  
Rijksweg Zuid 212, Sittard



Ma t/m Vr 10.00 – 17.00  
Zaterdag 10.00 – 16.00



Meer informatie vindt u op  
[www.Mobiliteitswereld.com](http://www.Mobiliteitswereld.com)



# Mobiliteitswereld

voor al uw hulpmiddelen

## Kom naar de Grote Demodag op Donderdag 10 April!

Op **10 April** organiseert Mobiliteitswereld in Sittard een grootschalige Demodag, waarbij meer dan 10 toonaangevende leveranciers aanwezig zijn! Dit is dé kans om in contact te komen met de experts, al uw vragen te stellen en de nieuwste mobiliteitshulpmiddelen te testen.

Of u nu geïnteresseerd bent in een scootmobiel, rollator, sta-op-stoel, rolstoel of driewielers, onze professionals staan klaar om u uitgebreid te informeren en u te laten ervaren hoe comfortabel en praktisch onze producten zijn.

Uiteraard zorgen wij voor een gastvrije ontvangst met koffie en vers gebakken cake. Kom langs, ontdek de nieuwste innovaties en geniet van een informatieve en gezellige dag!

**Locatie:** Mobiliteitswereld Rijksweg Zuid 212 Sittard

**Datum:** 10-04-2025

**Tijd:** 10:00 tot 17:00 uur

We kijken ernaar uit u te verwelkomen!

**Mobiliteitswereld heeft altijd meer dan 150 nieuwe en gebruikte scootmobielen op voorraad. altijd GRATIS thuisbezorgd!**



## Deze dealers zijn aanwezig op de Demodag bij Mobiliteitswereld!

Tijdens onze grote Demodag op 10 April krijgt u de unieke kans om in contact te komen met meer dan 10 topmerken op het gebied van mobiliteitshulpmiddelen. Onze leveranciers presenteren hun nieuwste producten en staan klaar om al uw vragen te beantwoorden. Aanwezige dealers:

- **Vermeiren** – Breed assortiment mobiliteitsoplossingen en hulpmiddelen.
- **Kymco** – Betrouwbare en innovatieve scootmobielen.
- **Topro** – Stijlvolle en ergonomische rollators.
- **Rehasense** – Lichtgewicht rollators en mobiliteitshulpmiddelen.
- **Basic Seats** – Comfortabele en op maat gemaakte zitoplossingen.
- **Roho** – Hoogwaardige zitkussens en positioneringssystemen.
- **HUKA** – Aangepaste fietsen voor extra zelfstandigheid en mobiliteit.
- **Van Raam** – Specialist in aangepaste en elektrische fietsen.
- **Tworby** – Unieke oplossingen om een tweewieler om te bouwen naar een driewieler.
- **E-Ability** – Geavanceerde elektrische rolstoelen. Zoals Splitrider, Joyrider en Pro rider.
- **Joiny** – Elektrische mobiliteitsoplossingen voor extra bewegingsvrijheid.
- **IVA** – Betaalbare en kwalitatieve scootmobielen en mobiliteitsproducten.


Kom langs, ontdek de nieuwste ontwikkelingen en ervaar zelf het gemak en de kwaliteit van deze topmerken!

## Waarom kiezen voor Mobiliteitswereld?


Bij aankoop van een nieuwe scootmobiel krijgt u altijd nieuwe accu's en een nieuwe acculader. Bovendien profiteert u van 2 jaar garantie op zowel de accu's als de scootmobiel!

Bij aanschaf van een gebruikte scootmobiel krijgt u bij ons altijd 2 nieuwe accu's, 2 jaar garantie op de accu's, en 1 jaar garantie op de scootmobiel!

 Rijksweg Zuid 212, Sittard

 Tel. +31(0)46-7820552

 [www.Mobiliteitswereld.com](http://www.Mobiliteitswereld.com)

  
Openingstijden  
Ma t/m Vr  
10.00 - 17.00  
Za. 10.00 - 16.00

## Pasen: een feest van vrolijkheid, chocolade en traditie

Pasen staat voor de deur! Tijd om de paaseitjes te verstoppen, de paasbrunch voor te bereiden en vooral te genieten van een paar extra vrije dagen. Maar wat maakt Pasen nou zo speciaal?

Oorspronkelijk is Pasen een christelijk feest dat de wederopstanding van Jezus viert. Voor velen is het echter ook een gezellig familiefeest vol tradities. Denk aan het versieren van eieren, het zoeken naar chocolade-eitjes en natuurlijk het uitgebreide paasontbijt of -brunch.

### CHOCOLADE EN HAZEN

Wat zou Pasen zijn zonder chocolade? De winkels liggen al weken vol met paashazen en paaseitjes in alle smaken: melk, puur, wit en zelfs exotische varianten zoals karamel-zeezout of ruby-chocolade. Maar waarom eigenlijk die paashaas? Dit symbool staat voor vruchtbaarheid en nieuw leven, perfect passend bij het lenteseizoen waarin alles weer tot bloei komt.

### PAASTRADITIES WERELDWIJD

Niet alleen in Nederland, maar ook in andere landen wordt Pasen groots gevierd. In Zweden gaan kinderen bijvoorbeeld verkleden als heksen langs de deuren om snoep op te halen. In de Verenigde Staten wordt de beroemde Easter Egg Roll georganiseerd bij het Witte Huis, waar kinderen gekleurde eieren over het gras rollen. En in Griekenland knallen mensen met rood geverfde eieren tegen elkaar om te zien wiens ei het sterkst is.

### GENIETEN VAN DE LENTE

Naast de feestelijke activiteiten is Pasen ook het moment om de lente te verwelkomen. De dagen worden langer, de natuur komt tot leven en het is de perfecte tijd om met vrienden en familie naar buiten te gaan. Een heerlijke paaswandeling of een picknick in het park maakt het feest compleet. Wat je ook doet met Pasen, of je nu de paaseieren zoekt of gewoon geniet van een goed stuk chocolade, het is vooral een moment van gezelligheid en samen zijn.

**HET TEAM VAN PARKSTAD LEEFT/MAASTRICHT LEEFT**

**WENST IEDEREEN FIJNE PAASDAGEN!**



## Wist u dat een rijbewijskeuring verplicht is voor 75-plussers en mensen met een medische aandoening?

Bij het bereiken van de leeftijd van 75 jaar is een medische keuring nodig om het rijbewijs te verlengen. Dit is een maatregel van het CBR om te beoordelen of iemand nog veilig aan het verkeer kan deelnemen. Ook mensen met bepaalde aandoeningen, zoals diabetes, hart- en vaatziekten of neurologische problemen, moeten een rijbewijskeuring ondergaan.

De keuring bestaat uit een medisch onderzoek door een arts, waarbij onder andere het gezichtsvermogen, de reactiesnelheid en de algemene gezondheid worden beoordeeld. Soms is aanvullend onderzoek door een specialist nodig.

Het verwerken van een medische keuring kan enkele weken tot maanden duren, afhankelijk van de beoordeling door het CBR. Daarom is het verstandig om de keuring ruim op tijd aan te vragen.

Rijbewijskeuringdirect in Maastricht staat voor uw klaar om uw keuring zorgvuldig, snel en als goedkoopste in Nederland uit te voeren.  
[www.rijbewijskeuringdirect.nl](http://www.rijbewijskeuringdirect.nl)



## LIMBURGSE ZIEKENHUIZEN EN BRIGHTLANDS LANGEREN AI-ALLIANTIE VOOR TOEKOMSTBESTENDIGE ZORG

De ontwikkelingen rondom Artificiële Intelligentie en andere digitale technologieën bieden enorme kansen voor de gezondheidszorg. Een sector die op vele vlakken te kampen heeft met uitdagingen die de continuïteit van zorg onder druk zet en waar door middel van AI veel potentie is. In Limburg verenigen MUMC+, Zuyderland, VieCuri, Laurentius, Maastricht Clinic, St. Jans Gasthuis en Brightlands daarom de krachten met de oprichting van de Health AI & Data Alliantie Limburg.

Deze alliantie, ondersteund door de AI-hub Brightlands en LIME, markeert een grote sprong voorwaarts in de toepassing van kunstmatige intelligentie (AI) in de zorg. Het doel: samen data beschikbaar maken en AI-toepassingen ontwikkelen voor een toekomstbestendige gezondheidszorg in Limburg.

### KRACHTENBUNDELING VOOR SLIMMERE ZORG

AI in de zorg neemt wereldwijd een vlucht, maar het succesvol ontwikkelen van betrouwbare AI-algoritmes vereist onder andere toegang tot grote hoeveelheden data en beelden. Door samen te werken denken de partners in de alliantie over data te beschikken van betere kwaliteit waardoor ze in staat zijn accuratere algoritmes te kunnen ontwikkelen. Ook moeten algoritmes makkelijker gedeeld kunnen worden. De Health AI & Data Alliantie Limburg faciliteert deze samenwerking en vergroot zo de innovatiekracht van Limburg.



Knowledge crossing borders

Helen Mertens, bestuursvoorzitter van het Maastricht UMC+:

**“De druk op de zorg neemt toe in alle zorgorganisaties, met name door de toenemende vraag naar zorg en een toenemend tekort aan medewerkers” zegt Helen Mertens, bestuursvoorzitter van het Maastricht UMC+. “Daarom moeten we samenwerken en innoveren we waar dat kan. Bijvoorbeeld voor vermindering van registratielast en het gezamenlijk gebruik van onze data om de beste keuzes te maken, ook voor de individuele patiënt. Allemaal om de zorg in Limburg toegankelijk te houden en de kwaliteit hoog. Deze samenwerking is dus een belangrijke stap.”**



### DE TOEKOMST VAN DE ZORG

De Health AI & Data Alliantie Limburg heeft een ambitieuze visie: tegen 2028 willen de ziekenhuizen AI-ondersteunde zorg bieden. Dit betekent dat AI wordt ingezet voor nauwkeurige diagnoses, administratieve lastenvermindering en gepersonaliseerde behandelplannen. De focus ligt op enkele belangrijke gebieden:

- **Regionale data beschikbaarheid** : Ziekenhuizen werken samen aan veilige uitwisseling van data die gebruikt worden voor het ontwikkelen van AI-toepassingen.
- **Ontwikkeling en implementatie van AI-toepassingen** : Concrete AI-oplossingen worden ontwikkeld, gedeeld en geïntegreerd in de dagelijkse praktijk, voor betere en efficiëntere gezondheidszorg.
- **AI-readiness van zorgmedewerkers** : Zorgprofessionals worden getraind om optimaal gebruik te maken van AI-toepassingen.

### EEN ANTWOORD OP PERSONEELSTEKORTEN

De zorgsector kampt met een groot tekort aan personeel, en hoewel AI geen directe vervanging is voor zorgpersoneel, kan het wel bijdragen aan een efficiëntere werkomgeving en het verlichten van administratieve lasten. Het doel is om digitale technologieën, zoals AI-gestuurde diagnostiek, in te zetten om het werk van zorgmedewerkers te ondersteunen en de kwaliteit van zorg te verbeteren.

Bron: brightlands.com

**BS**  
**BEURSKENS**  
 SCHOENMODE  
 MARKT 104 | BEEK | 046 437 12 98  
 DAMES MAAT 33-45 | HEREN MAAT 37-50  
 BEURSKEN-SCHOENMODE.NL

## Zomertijd: 7 tips om de overgang makkelijker te maken

Dit weekend gaat de klok weer een uur vooruit. Dit betekent een uur minder slaap. En dat is natuurlijk best even schakelen voor je kind. Hoe kan je ervoor zorgen dat de overgang makkelijker verloopt? Wij hebben voor jou 7 tips op een rijtje gezet.

### TIP 1: VERSCHUIF DE BEDTIJD VAN JE KIND

Je kunt de bedtijd van je kind een paar dagen voor het verzetten van de klok vast aanpassen. Zo is je kind al een beetje voorbereid op het verzetten van de klok. Het is natuurlijk ook mogelijk om de bedtijd van je kind in één keer te verschuiven. Het voordeel hierbij is dat je niet hoeft na te denken over de bedtijd.

### TIP 2: LEEF VOLGENS DE NIEUWE TIJD

Leef, na het ingaan van de zomertijd, volgens de nieuwe klok. Dit betekent ontbijten, lunchen en avondeten volgens de normale tijd. Op deze manier is de rest van de dag voorspelbaar voor je kind en zorgt dit niet voor extra stress. Het kan wel zo zijn dat je kind eerder of later honger heeft. Het spijsverteringsstelsel moet namelijk ook wennen aan de nieuwe tijd.

### TIP 3: MAAK DE SLAAPKAMER DONKER

Daglicht kan ervoor zorgen dat je kind moeilijker in slaap valt. Verduisterende gordijnen kunnen helpen om het daglicht buiten te houden. Het maakt de kamer donkerder en kan daardoor helpen om makkelijker in slaap te vallen.

### TIP 4: VOLG HET NORMALE AVONDRITUEEL

Een vast avondritueel kan je kind helpen om de overgang van spelen naar slapen te vergemakkelijken. Poets eerst de tanden, doe dan de pyjama aan en lees een verhaaltje voor. Als je altijd dezelfde volgorde aanhoudt, weet je kind dat het tijd is om te slapen en kan je kind rustiger in slaap vallen.

### TIP 5: ZORG VOOR VOLDOENDE SLAAP OVERDAG

Als je kind overdag nog slaapt, schrap dit uurtje dan niet. Het is belangrijk dat je kind overdag ook voldoende slaap krijgt. Op deze manier zal hij het uurtje slaap dat hij eventueel 's nachts mist ook wat minder missen. Wel kan je het slaapje met een kwartier vervroegen.

### TIP 6: HOUD DE AVOND RUSTIG, MAAR BEWEEG OVERDAG

Rustig en ontspannen in bed kruipen, is belangrijk voor een goede nachtrust. Probeer daarom de avond zo rustig mogelijk in te delen. Filmpjes kijken en wild spelen kan je daarom beter overdag doen. Het kan ook helpen om overdag lekker veel buiten te zijn. Frisse lucht is goed voor de slaapbevordering.

### TIP 7: DE VOEDINGEN VAN JE BABY

Als je je baby voedt op verzoek, dan zal de klok hier weinig invloed op hebben. Voed je baby wanneer hij er om vraagt, net als voor het verzetten van de klok. Als je een schema volgt, kan je de voedingstijden in één keer een uur opschuiven. Een andere optie is om de voedingen in de dagen voor het verzetten van de klok al op te schuiven. Door de voeding elke keer een kwartier te verschuiven, gaat de overgang wat meer geleidelijk.

Meer inzicht krijgen in slaap en slaapproblemen? Scan onderstaande QR-code en luister de podcast van Humankind over slaap.

[www.humankind.nl](http://www.humankind.nl)

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](mailto:regiozuidlimburg@humankind.nl).

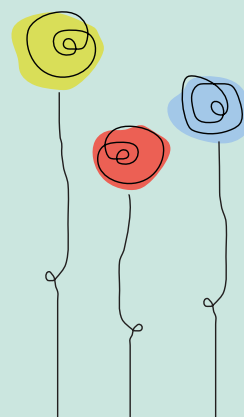


## Kinderopvang? Kindontwikkeling!

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

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

Maak een afspraak en kom gerust eens langs!  
telefoon 045 - 571 12 54  
[regiozuidlimburg@humankind.nl](mailto:regiozuidlimburg@humankind.nl)



**humankind**  
KINDEROPVANG EN -ONTWIKKELING

[www.humankind.nl](http://www.humankind.nl)



 **BUURTEAMS  
HEERLEN.**

*Samen vooruit*



Wil je meer weten over  
Buurteams Heerlen en onze  
online trainingen?

Bezoek onze website  
[www.buurteamsheerlen.nl](http://www.buurteamsheerlen.nl)

 **BUURTEAMS  
HEERLEN.**

# Huidkanker en huidziekten

Huidkanker is de meest voorkomende vorm van kanker in Nederland. Laat je controleren als je onzeker bent over een plekje dat groeit, niet goed geneest, jeukt, van kleur verandert, bloedt of pijnlijk is. Dit kunnen glanzende bobbeltjes, (korstige) plekken, verdikkingen, of moedervlek-achtige plekken zijn die veranderen. Een team van deskundigen: dermatologen, plastisch chirurgen en huidtherapeuten werken nauw samen. In alle gevallen wordt voor de meest verantwoorde en esthetisch goede behandelingsmethode gekozen, veilig en vertrouwd.

## BIJ DERMATOLOGIE RICHTEN WIJ ONS OP DE DIAGNOSTIEK EN BEHANDELING VAN:

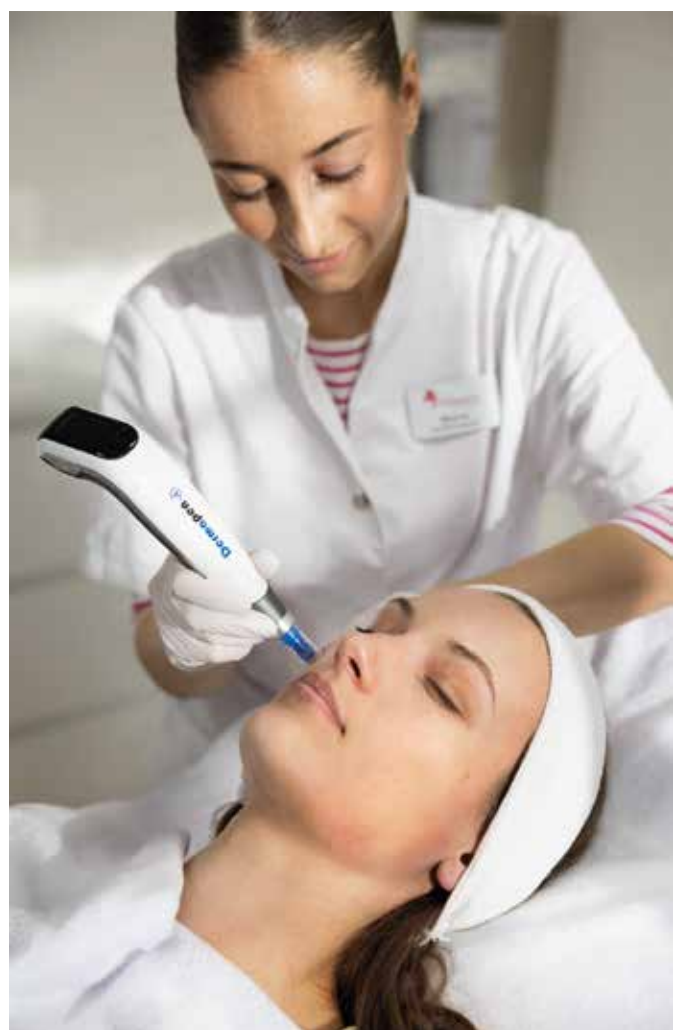
- Huidkanker en voorstadia van huidkanker
- Algemene huidziekten, zoals acne
- Proctologie, zoals aambeien, anale fistels e.a.
- Allergieën
- Operatieve ingrepen aan de huid
- Lasertherapie, als behandeling van bepaalde huidafwijkingen
- Cosmetische dermatologie; esthetische behandelingen van de huid
- Spataders



## VERGOEDING

Met een verwijzing van de huisarts worden de kosten voor medisch specialistische zorg, net als in het ziekenhuis, vergoed door de zorgverzekeraar. Hou hierbij wel rekening met het eigen risico.

[www.mosaderma.nl](http://www.mosaderma.nl)



# Huid- en lasertherapie

Heb je een huidprobleem, of wil je weten wat mogelijk is om je huid te verjongen? De huidtherapeuten van Kliniek Mosaderma kijken altijd naar de huid, maar vooral ook naar jou als persoon.

Dit eerste adviesgesprek is kosteloos. Binnen de organisatie zijn er korte lijnen met de dermatologen, plastisch chirurgen en andere medisch specialisten.

## WAT KUNNEN ONZE BEHANDELAARS AAN JOUW HUID VERBETEREN?

- Couperose, rosacea
- Acne
- Huidveroudering, doffe huid
- Rimpels
- Pigmentvlekken
- Goedaardige huidafwijkingen, knobbels en bobbelts of littekens
- Schimmelnagels
- Definitieve ontharing

## VACATURE

Ben jij een enthousiaste en hbo-opgeleide huidtherapeut? En heb je interesse om te werken in een fijn team in een zelfstandig behandelcentrum?

Kijk dan snel op [www.mosadermahuidtherapie.nl](http://www.mosadermahuidtherapie.nl)

## VERGOEDING

Bij een aanvullende verzekering wordt in veel gevallen een groot gedeelte van de huidtherapeutische behandelingen vergoed. Omdat polisvoorwaarden aan verandering onderhevig zijn, kan het beste zelf contact worden opgenomen met de zorgverzekeraar.



045 – 2080887 | [www.mosadermahuidtherapie.nl](http://www.mosadermahuidtherapie.nl)



- Het grootste assortiment vlees, elke dag vers uit onze eigen slagerij
- 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!

EEN VROLIJK EN SMAKELIJK PASEN GEWENST!



**8.<sup>99</sup>**  
per tray

Scharreleieren M  
bruin of wit  
tray 30 stuks



**9.<sup>99</sup>**  
per tray

Paaseieren  
vers gekookt & geverfd  
tray 30 stuks



**6.<sup>99</sup>**  
per kilo

Verse kipdijfilet  
schaal 2,5 kilo

(= € 17.47/schaal)



**KANT & KLAAR**  
**11.<sup>99</sup>**  
per kilo

Rijkgevulde kipragout  
bak 1 kilo



**10.<sup>99</sup>**  
per zak

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



**GRILL**  
**8.<sup>99</sup>**  
500 gr.

Warme gegrilde spareribs  
western honey

## KINDERMUZIEKWEEK BIJ SCHUNCK

Van 4 t/m 13 april vindt de landelijke Kindermuziekweek plaats, dit jaar met het thema 'Dromen'. Ook bij SCHUNCK Muziek en Dans kunnen kinderen van 0 t/m 12 jaar genieten van gratis workshops, open lessen en optredens.

De Kindermuziekweek is in het leven geroepen om alle kinderen in Nederland jaarlijks tien dagen lang te laten genieten van het maken en beluisteren van muziek. De landelijke Kindermuziekweek wordt op vrijdag 4 april feestelijk geopend in De Oosterpoort in Groningen door één grote Doe Maar Mee Band, bestaande uit basisschoolleerlingen en musici van het Noord Nederlands Orkest.

### PROGRAMMA SCHUNCK TIJDENS KINDERMUZIEKWEEK

Op zaterdag 5 april start SCHUNCK de Kindermuziekweek met diverse optredens, workshops en gratis open lessen. Zo geven de SCHUNCK-musicalcursisten een voorproefje van hun aanstaande voorstelling 'Wicked', en vindt het voorleesfeest 'Komt goed, kleine krab' plaats in het Glaspaleis in Heerlen.

Gedurende de hele week worden er open lessen aangeboden op het gebied van muziek en dans. Voor de meeste lessen is aanmelden niet verplicht en kan iedereen gewoon meedoen.

De strijkensembles van SCHUNCK en SMK Parkstad verzorgen op zaterdag 12 april samen de muzikale begeleiding van de speciaal door SCHUNCK ontwikkelde kindervoorstelling 'Sam en Rafaël maken een droomreis'. Ook zal op deze dag de SCHUNCK Academy een gratis optreden verzorgen in het Glaspaleis. De Kindermuziekweek wordt op zondag 13 april afgesloten met een workshop klassiek ballet voor kinderen.

### SCHUNCK MUZIEK EN DANS

In Zuid-Nederland wordt in 2025 een MONO-handhavingsactie uitgevoerd, gericht op het bestrijden van afleiding in het verkeer. Naast reguliere dagelijkse controles voeren de politieteams 20 speciale actiedagen uit. De provincies Zeeland, Noord-Brabant en Limburg ondersteunen de actie om de verkeersveiligheid te verbeteren. Het doel van de actie is om weggebruikers bewust te maken van hun overtredingen en de potentiële risico's van afleiding tijdens het rijden. Dit zal onder andere gebeuren door middel van staande houdingen en op dat moment het gesprek aan te gaan met de overtreder.

### OVER DE KINDERMUZIEKWEEK

De landelijke Kindermuziekweek is een initiatief van veertien grote Nederlandse organisaties uit de muzieksector, die hun krachten hebben gebundeld om jaarlijks een tien dagen durende Kindermuziekweek te organiseren. Stichting Kindermuziekweek wil kinderen van 0 tot 12 jaar in Nederland jaarlijks tien dagen lang laten genieten van het maken en beluisteren van (live)muziek.

Ga naar [schunck.nl/muziek-en-dans/agenda/kindermuziekweek](http://schunck.nl/muziek-en-dans/agenda/kindermuziekweek) voor het volledige programma.

Bron: SCHUNCK Kindermuziekweek- foto: Dani Silvia





## KRAPTE ARBEIDSMARKT ZORGT VOOR EXTRA LOONSTIJGINGEN

Afgelopen januari werden in Nederland zeven cao's afgesloten, goed voor een gemiddelde loonstijging van 4,5 procent. Die 4,5 procent ligt ruim een procent hoger dan de inflatie, die volgens CBS-cijfers in januari 3,3 procent bedroeg. Desondanks is de FMV van zins vast te houden aan de looneis van 7 procent want 'het bedrijfsleven boekte de afgelopen jaren fors hogere winsten en er is dus genoeg ruimte voor een verhoging van de lonen'.

Werkgeversvereniging AWWN liet via de site De Ondernemer weten dat de huidige inflatie door de krapte op de arbeidsmarkt en verhoging van accijnzen wordt opgedreven, maar dat ook loonstijgingen hierin een belangrijke rol hebben. De AWWN pleit nu voor een cao-overleg 'terug naar normaal', wat zou moeten betekenen dat loonafspraken gebaseerd worden op de gezondheid en kracht van de bedrijven en niet op omstandigheden als koopkrachtcijfers.

### RABOBANK

In de sectorprognose die economen van Rabobank in december publiceerden, werd de verwachting uitgesproken dat er in veel sectoren een stijging van de toegevoegde waarde zou optreden, maar dat die ten gevolge van onder andere loongroei niet automatisch zou leiden tot groei van de bedrijfswinst. De experts van de bank gaven verder aan dat de aanhoudende krappe arbeidsmarkt ervoor zou gaan zorgen dat cao-lonen zowel in 2025 fors omhoog gaan: 5,9 procent in 2025 en 4,8 procent in 2026.

### MEER IN PORTEMONNEE

Aangezien die voorspelde percentages hoger liggen dan de verwachte inflatie zouden de meeste werknemers aan het einde van 2025 structureel meer in hun portemonnee hebben. Maar 'meeste' betekent dat het niet voor iedereen geldt. Omdat de groei van lonen in de afgelopen zes jaar niet in elke sector even hoog was, zullen volgens RaboResearch de verwachte loonstijgingen voor werknemers in bijvoorbeeld de sectoren IT, Energie en Financieel niet voldoende zijn om het de afgelopen jaren ontstane koopkrachtgat te dichten.

Bron: Limburgvac.nl

## NIEUWE LICHTINSTALLATIE VOOR WILHELMINABERG

Het nieuwe kunstwerk op de Wilhelminaberg in Landgraaf is sinds begin februari klaar. Daardoor is de top van de berg al van veraf te zien.

De nieuwe lichtinstallatie vervangt de tijdelijke laserinstallatie die in het kader van IBA Parkstad op de top van de steenkoolberg geplaatst was.

### KLOKVERLICHTING

De twaalf palen, die symbool staan voor de twaalf voormalige mijnen in de regio en die al eerder op de Wilhelminaberg geplaatst werden, zijn nu voorzien van groene verlichting. Die verlichting is gebaseerd op een klok die elk kwartier aangeeft hoe laat het is. Elk heel uur knipperen de lampen en geven zo de tijd aan.

### MARKERING VAN LANDGRAAF

De lampen zijn nu zo afgesteld dat ze aangaan als het donker wordt en om 24.00 uur uitschakelen. De Wilhelminaberg vormt zo een blijvende markering van Landgraaf en de regio.

Bron: zo-nws.nl



VACATURE & OPLEIDINGEN EDITIE

Natuurlijk!



Kinderdagverblijven  
0 tot 4 jaar



Peuteropvang  
2 tot 4 jaar



Buitenschoolse opvang  
4 tot 12 jaar



## WERKEN BIJ FLOW KINDEROPVANG: SAMEN WERKEN AAN EEN KANSRIJKE TOEKOMST VOOR KINDEREN IN DE REGIO

Ben jij een gepassioneerde pedagogisch medewerker op zoek naar een nieuwe uitdaging? Bij Flow Kinderopvang krijg je de kans om echt iets toe te voegen voor kinderen in de regio. Onze missie is helder: we werken aan de kansrijkheid van ieder kind, zodat zij een sterke basis voor de toekomst kunnen opbouwen.

Bij Flow staan drie speerpunten centraal. Ten eerste, het optimaliseren van de kwaliteit van de opvang. Wij investeren in de vaardigheden van onze medewerkers en zorgen ervoor dat onze opvang voldoet aan de hoogste standaarden. Ten tweede, positieve gezondheid. We hechten veel waarde aan het welzijn van kinderen en medewerkers, zodat zij zich zowel fysiek als mentaal goed voelen. Zo kun je je het beste ontwikkelen! Tot slot geloven we in de kracht van partnerschap; we werken nauw samen met ouders en lokale organisaties om de best mogelijke ondersteuning te bieden aan ieder kind.

Als jij deel wilt uitmaken van een dynamisch team dat zich inzet voor de toekomst van kinderen, dan is Flow Kinderopvang de plek voor jou. Ontdek de mogelijkheden en solliciteer via [www.flowkinderopvang.nl/vacatures](http://www.flowkinderopvang.nl/vacatures). Samen creëren we kansen voor de toekomstige generatie!

## **GRENSINFOPUNT & GRENSARBEID HELPEN JE BIJ HET VINDEN VAN EEN BAAN OVER DE GRENS!**

In de Euregio worden actief stappen ondernomen om de hindernissen voor een grensoverschrijdende arbeidsmarkt weg te nemen, waardoor de sociaal-economische ontwikkeling in de grensregio's België/Duitsland/Nederland wordt bevorderd. Deze inspanningen hebben niet alleen tot positieve resultaten op werkgelegenheid geleid, maar hebben ook een aanzienlijk verschil gemaakt in het leven van vele inwoners in de Euregio.

De eerste locatie van Grensarbeid is het Eurode Business Center Kerkrade/Herzogenrath, waar sinds 2012 het GrensInfoPunt Aken-Eurode is gevestigd. In samenwerking met UWV, de Bundesagentur für Arbeit, Jobcenter Städteregion Aachen, WSP Parkstad, Vidar, Podium24 en gemeente Kerkrade werd in 2016 de grensoverschrijdende arbeidsvoorziening (D/NL) Grensarbeid Kerkrade opgericht, en met goede resultaten! Sinds 2016 hebben maar liefst +1.100 werkzoekenden via Grensarbeid Kerkrade een nieuwe baan gevonden, wat aantoont dat de inzet haar vruchten afwerpt.

Kort daarna leidden de opgedane kennis en ervaring tot de oprichting van Grensarbeid Maastricht in 2018, in het Maastricht International Center in het Stadskantoor. Ook hier werd samengewerkt met UWV, Podium24 en nieuwe partners als de VDAB en Vidar, de belangrijkste partners bij de tenuitvoerlegging van grensoverschrijdende diensten voor arbeidsvoorziening (BE/NL).

Natuurlijk is er een nauwe band tussen alle Grensarbeid-teams om werkgevers de beste werknemers te bieden en voor werkzoekenden banen in België of Duitsland te vinden.

Mocht u geïnteresseerd zijn in een baan over de grens, kunt u gerust langskomen op één van onze kantoren in Kerkrade of Maastricht.

Voor meer informatie: [www.grensarbeid.eu](http://www.grensarbeid.eu).

## **GEMEENTEN WILLEN INWONERS HELPEN BIJ HET VINDEN VAN EEN BAAN**

De gemeenten Eijsden-Margraten, Gulpen-Wittem, Maastricht, Meerssen, Vaals en Valkenburg aan de Geul hebben samen een plan gemaakt om inwoners die moeilijk een baan kunnen vinden zo goed mogelijk te helpen.

De gemeenten werken hiervoor samen met verschillende organisaties die mensen helpen om weer aan het werk te gaan. Bij elkaar noemen we deze organisaties de re-integratieketen.

### **NIJEUWE OPZET VAN DE RE-INTEGRATIEKETEN**

Sinds 2015 is er de Participatiewet. Die vervangt de Wet Werk en Bijstand (WWB), de Wet sociale werkvoorziening (Wsw) en een groot deel van de Wet arbeidsongeschiktheidsvoorziening jonggehandicapten (Wajong). Sinds de invoering van de Participatiewet groeit de groep inwoners waarvoor gemeenten verantwoordelijk zijn. De zes gemeenten vinden dat iedereen talenten heeft en een plek verdient in de maatschappij. Zij willen hun inwoners helpen, ook al hebben ze er niet zo veel geld voor.

### **OPRICHTING VAN EEN MENSONTWIKKELBEDRIJF**

De gemeenten willen een nieuw bedrijf oprichten, een 'mensontwikkelbedrijf'. Dit bedrijf zal ontstaan uit de bestaande organisaties Podium24 en Annex, en de leerwerklijnen van MTB. De gemeenten willen de kennis en ervaring van deze organisaties inzetten. Daarom willen zij samen met Podium24, Annex en MTB deze verandering oppakken.

Het mensontwikkelbedrijf zal veel verschillende diensten aanbieden, zoals ontwikkeling, begeleiding, subsidie en beschut werk. Het bedrijf zal werken voor alle zes de gemeenten. MTB blijft voorlopig de Wsw uitvoeren voor de gemeenten Eijsden-Margraten, Maastricht en Meerssen. Voor de gemeenten Gulpen-Wittem, Vaals en Valkenburg aan de Geul voert het Werkvoorzieningschap Oostelijk Zuid-Limburg (WOZL) de Wsw uit.

### **WAAROM PODIUM24/ANNEX?**

De gemeenten kiezen voor Podium24/Annex als basis voor het mensontwikkelbedrijf omdat deze organisaties al dicht bij werkgevers staan en een volledig pakket aan diensten aanbieden. Bovendien werken Podium24/Annex al voor alle zes betrokken gemeenten, terwijl MTB maar voor drie gemeenten werkt.

### **TOEKOMST VAN MTB**

MTB plaatst momenteel mensen extern bij werkgevers en is ook een sociale werkplaats. De leerwerklijnen die passen bij de nieuwe aanpak zullen in het mensontwikkelbedrijf worden ondergebracht. Hiervoor komt er een speciaal veranderplan met daarin de doelen voor de komende jaren: een meerjaren-transformatieplan.

# **JE NIEUWE COLLEGA WACHT OP JE VLAK OVER DE GRENS!**



**ZET DE EERSTE STAP.  
NEEM CONTACT MET ONS OP.**

**GRENSINFO & GRENSARBEID**  
[WWW.GRENSINFO.EU](http://WWW.GRENSINFO.EU) [WWW.GRENSARBEID.EU](http://WWW.GRENSARBEID.EU)

De rechten van medewerkers die onder de Wsw werken, blijven behouden. Gemeenten zullen altijd zorgen voor een beschermde werkomgeving voor inwoners die zo'n omgeving nodig hebben.

De gemeenten gaan ook praten met andere sociale werk-bedrijven zoals Vidar en WOZL om te kijken of samenwerking mogelijk is en om de dienstverlening verder te verbeteren.

### **VERVOLGPROCES**

Later dit jaar nemen de gemeenten een definitief besluit over het plan. Voordat het zover is, willen ze het plan delen met alle gemeenteraden, adviesraden, ondernemingsraden en andere belanghebbenden.

Bron: [gemeentemaastricht.nl](http://gemeentemaastricht.nl)



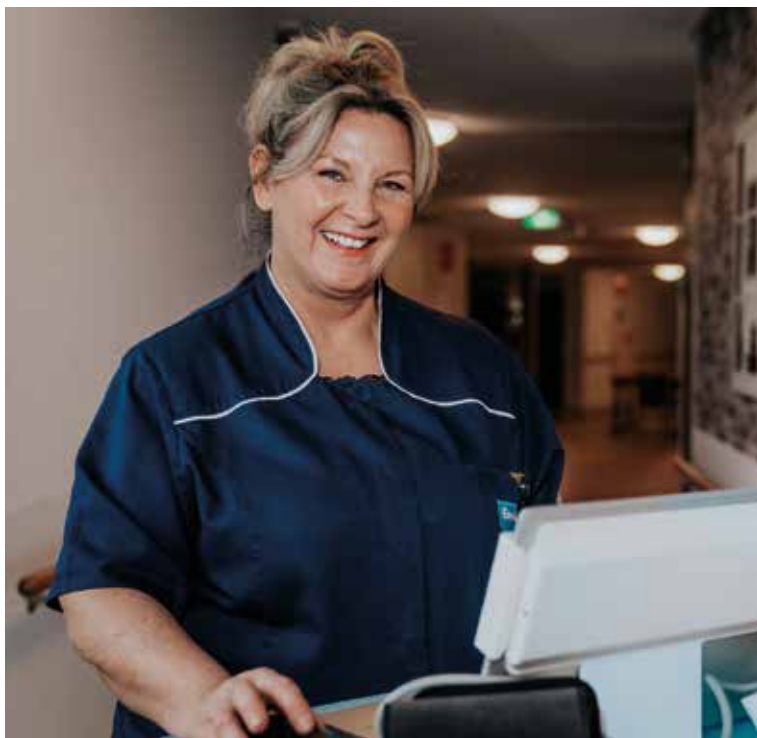
# Marlou's reis van stewardess tot zorgprofessional

**Ze heeft de hele wereld gezien, maar op een gegeven moment dacht Marlou Dijk (55): "Moet ik dit doen tot mijn pensioen?" Haar passie voor het werk nam af, en ze besloot haar hart te volgen en de zorg in te stappen.**

In 2019 begon Marlou als zorghulp bij Envida, aanvankelijk nog naast haar baan als stewardess, maar het werk beviel haar. "Het gaf me veel voldoening om iets voor anderen te kunnen betekenen," zegt ze.

## OUDE MUTS

Hoewel ze aanvankelijk twijfelde over de overstap, raakte ze steeds meer overtuigd. Marlou besloot een assessment te doen en bleek het in zich te hebben om verpleegkunde te gaan studeren. Nu volgt ze binnen Envida een leerwerktraject en combineert ze haar zorgwerk met haar studie. "Het was wel een omschakeling om na je vijftigste weer naar school te gaan. De digitale skills die mijn medestudenten hebben, had ik in het begin niet. Soms had ik het gevoel een 'oude muts' te zijn," vertelt ze al lachend. "Inmiddels heb ik die wel onder de knie. Ik vind het dan ook leuk om mezelf uit te dagen en om nieuwe dingen te leren. Het houdt je jong"



## UITDAGING

Marlou werkt nu als verpleegkundige in opleiding en heeft veel geleerd over ziektebeelden, het klinisch redeneren en het uitvoeren van verpleegtechnische handelingen. "Ik ben trots op de stappen die ik maak. Het geeft me veel voldoening om meer verantwoordelijkheid te dragen." Ze kijkt met vertrouwen naar de toekomst en is benieuwd waar haar carrière haar verder zal brengen. "Ik wil mijn laatste werkjaren iets doen wat me echt uitdaagt en waar ik enthousiast van word."

## NIEUWE WEGEN

Marlou benadrukt dat het voor iedereen mogelijk is om een nieuwe weg in te slaan, ongeacht je leeftijd. "De zorg moet je liggen, maar het geeft je zoveel terug," zegt ze. "Je kunt echt iets voor anderen betekenen, en dat is voor mij het mooiste van alles."

Met haar vastberadenheid, enthousiasme en de steun van Envida is Marlou een inspirerend voorbeeld van hoe het nooit te laat is om een nieuwe richting in je carrière te kiezen.



## BIJ ENVIDA KUN JE DIRECT AAN DE SLAG!

Heb jij een zorghart en wil je daar werk van maken? Bij Envida vind je altijd de juiste weg. We helpen je aan een opleiding die bij je past én je kunt direct in de zorg aan de slag.

Bekijk onze vacatures op [werkenbijenvida.nl](https://werkenbijenvida.nl) of scan de QR-code.



Envida



En ik ben ook  
machinist

Kom ook bij Team Arriva

[werkenbijarriva.nl](https://werkenbijarriva.nl)

# Word ook machinist bij Arriva

Bij Arriva begrijpen we dat je niet alleen je beroep bent, maar ook zoveel meer. Want mensen zijn veelzijdig. Je bent ook ouder, vrijwilliger, behulpzame buur en klusser. Wij bieden je de ruimte om jezelf te zijn en ál je talenten te benutten. Op je werk en ook daarbuiten.

Waarom je ook bij Team Arriva wil werken:

## Je krijgt een goed salaris

Een salaris gebaseerd op jouw werkervaring. Vanaf je start bij Arriva verdien je minimaal € 2.540,- tot maximaal €3.560,- bruto per maand. Jouw maximale doorgroei loopt tot € 3.690,-. Daarbovenop komen (onregelmatigheids-) toeslagen van (gemiddeld) € 350,- en een machinistentoeslag van gemiddeld € 170,- bruto per maand.

## We bieden goede arbeidsvoorwaarden

Zoals een eindejaarsuitkering, gratis reizen met Arriva, veel vrije dagen, doorbetaalde pauzes en onregelmatigheidstoelagen.

## Je hebt invloed op jouw werkrooster

Je bepaalt grotendeels zelf wanneer je werkt. We houden zoveel mogelijk rekening met de voorkeuren van onze medewerkers. In het najaar kun je jouw voorkeuren aangeven. Hieruit volgt eind van het jaar een jaarrooster voor het nieuwe jaar. Zo kun je goed vooruit kijken en plannen!

## Wij betalen je opleiding

Wij betalen jouw opleiding tot machinist. In circa 7 maanden haal je jouw bevoegdheid om zelfstandig treinen te rijden. Voor de opleiding is het nodig fulltime beschikbaar te zijn. Na het behalen van de opleiding kun je eventueel ook parttime werken.

## Wie zoeken wij?

Wij zoeken een collega die in staat is om zelfstandig te werken. Daarbij steun je op goede communicatieve vaardigheden als je contact legt met je collega's. Je hebt altijd oog voor de veiligheid. Dat betekent dat je zorgvuldig bent en je verantwoordelijkheid durft te nemen.

- Je bent leergierig en nieuwsgierig naar de nieuwste technieken. Het lukt je om die snel onder de knie te krijgen;
- Je hebt een MBO3 werk- en denkniveau;
- Je kunt het verschil tussen kleuren goed zien;
- Je maximale lengte is 1.95 meter;
- Je bent bereid om onregelmatig te werken;
- Je beschikt over eigen vervoer om naar je werk te komen;
- Je woont binnen een acceptabele reisafstand (max. 45 auto minuten) van je standplaats i.v.m. onregelmatige werktijden;
- Je kunt een geldig VOG (Verklaring Omtrent Gedrag) aanleveren.



Solliciteer direct op [werkenbij.arriva.nl](https://werkenbij.arriva.nl)



## Officiële opening nieuwbouw Eijkhagen College feestelijk gevierd

Vrijdag 21 februari vond de feestelijke officiële opening plaats van de nieuwbouw van het Eijkhagen College in Landgraaf. Gouverneur Emile Roemer had de eer om, in het bijzijn van wethouder Freed Janssen, burgemeester Richard de Boer en het voltallige College van Bestuur van SVO|PL, het nieuwe schoolgebouw officieel te openen.

De nieuwbouw werd begin dit jaar al in gebruik genomen, en na een succesvolle open dag een week eerder, werd deze bijzondere mijlpaal nu groots gevierd. Na een aantal inspirerende toespraken onthulde Emile Roemer een plaquette die een prominente plek krijgt bij de ingang van het gebouw. Dit symbolische moment markeert de afronding van een ambitieus bouwproject dat leerlingen en medewerkers een moderne, duurzame en toekomstgerichte leeromgeving biedt.

Na de officiële opening kregen de gouverneur, de burgemeester en de wethouder een rondleiding door het nieuwe gebouw. Leerlingen van het Eijkhagen College namen hen mee langs de state-of-the-art faciliteiten, waaronder de drie ruime gymzalen en de energie neutrale onderwijsruimtes.

### Een duurzame en toekomstgerichte school

Het nieuwe gebouw, met een oppervlakte van ruim 10.000 m<sup>2</sup>, voldoet aan de hoogste eisen op het gebied van duurzaamheid en innovatie. Het is energieneutraal en ontworpen met oog voor hergebruik van materialen. De komende maanden wordt het oude schoolgebouw circulair gesloopt, waarna het terrein wordt ingericht met een park en buitensportvelden.

Marjon Epema, lid van het College van Bestuur van SVO|PL, is trots op de nieuwbouw: **"Met dit moderne en duurzame schoolgebouw bieden we onze leerlingen een inspirerende leeromgeving die klaar is voor de toekomst."**

svo | pl



## VIND JIJ HET HEERLIJK OM ONDERWEG TE ZIJN EN EEN GLIMLACH OP IEMANDS GEZICHT TE TOVEREN?

Informeer bij Taxibedrijf van Meurs BV naar je mogelijkheden. Wij zijn specialist in doelgroepenvervoer. Het leerlingen- en dagbestedingsvervoer zijn een verlengstuk van de zorg en daardoor zoveel meer dan een bus die technisch in orde is en een chauffeur die veilig rijdt. Dagelijks dragen onze 250 medewerkers met veel enthousiasme hun steentje bij aan datgene wat onze cliënten zelf niet kunnen. Onze cliënten kunnen op die manier naar school of hun werk of hun dagbestedingsactiviteit.

Onze chauffeuse Marjon werkt sinds 2018 bij ons. Marjon: "Ik werk ongeveer 20 uur per week in de regio Parkstad. Na jaren in de industriële sector te hebben gewerkt, is deze job vanaf het eerste moment op mijn lijf geschreven. De werktijden in de ochtend en in de middag zijn ideaal te combineren met mijn thuissituatie.

"Je moet een mensenmens zijn" vervolgt Marjon. "In het doelgroepenvervoer heb je te maken verschillende doelgroepen die variëren van leerlingen in het speciaal onderwijs tot dementerende en immobiele ouderen. Eigenschappen van een nieuwe collega omschrijf ik als sociaal, inlevingsvermogen, communicatief vaardig, zelfstandig, gevoel voor humor hebben en verantwoordelijkheidsgevoel. Iedere rit is een feestje, waar ik elke dag veel positiviteit uit haal. Voor die glimlach op iemands gezicht, daar ga ik voor", lacht Marjon.



## PARTTIME CHAUFFEUR LEERLINGENVERVOER

Als chauffeur bij ons beleef je elke dag iets nieuws met de passagiers. Bij ons is geen enkele dag saai!

### De functie

Ben jij graag onderweg en vind je het leuk om iets te betekenen voor anderen?

Als chauffeur in het leerlingenvervoer breng en haal je kinderen naar en van het speciaal onderwijs. Je zorgt voor een veilige en fijne rit. Je bent een vertrouwd gezicht voor de leerlingen. Jij maakt hun schooldag een stuk leuker!

### Wat bieden wij

- Startsalaris (zonder ervaring) €14,99 bruto per uur, CAO Zorgvervoer en Taxi;
- Via onze rijinstructeur een interne opleiding voor je chauffeurspas;
- Je begint je werk vanuit thuis. Geen lange reistijd naar het werk;
- Fijne werkdagen van maandag t/m vrijdag tussen 7:00-9:30 uur en 14:30-16:30 uur

### Wat vragen wij

- Je bent in het bezit van rijbewijs B en beheerst de Nederlandse taal goed;
- Je bent klantvriendelijk, representatief en maakt graag een praatje met de passagiers.

Zie jij jezelf al achter het stuur? Vul dan het sollicitatieformulier in via onze website [www.taxivanmeurs.nl](http://www.taxivanmeurs.nl) of bel voor meer informatie naar **045-5442776** of **045-2110525** (personeelszaken Ankie Einmahl). Wij gaan graag met je in gesprek.



# Start nu jouw toekomst in tech

Met onze hybride technische mbo-opleidingen

Leren in de schoolbanken (BOL), direct starten bij een bedrijf (BBL), of tussentijds switchen naar 'leren en werken' wanneer jij wil. Dat is hybride. Welke opleiding kies jij?

## Werktuigbouwkunde industrie +

Word specialist in onderhoud, optimalisatie en reparatie van machines en installaties.

## Elektrotechniek industrie +

Installeer, onderhoud en verhelp storingen aan elektrische installaties en systemen.

## Procestechniek +

Als regisseur van het productieproces bewaak, controleer, monitor en stuur je bij waar nodig. Dankzij jou draaien machines continu en blijft het productieproces up and running.

Met TechXtra kies je voor

- + intensieve coaching en flexibele opleidingsvorm
- + gratis opleiding, dus geen torenhoge studiekosten
- + naadloze aansluiting op de arbeidsmarkt
- + een enorme boost voor je carrière



Ervaar de opleiding zelf!

Kom naar een informatieavond of meeloopdag. Scan de QR-code voor alle info.

VISTA college

TechXtra is een samenwerking tussen tech opleiders én werkgevers. De opleidingen worden verzorgd door VISTA college aan de Arendstraat in Sittard.

techxtra.nl

## KOSTELOOS STUDEREN, FLEXIBEL STUDEREN ÉN BAANZEKERHEID IN DE TECHNIEK

Wil jij een carrière in de techniek met volop kansen én flexibele opleidingsmogelijkheden? Dan is TechXtra precies wat je zoekt! TechXtra is het samenwerkingsverband tussen tech opleiders en werkgevers. Vanaf september 2025 starten we met drie hybride mbo-opleidingen, waarin jij je eigen tempo en leerroute bepaalt. Het beste van alles? Je opleiding wordt volledig betaald, dus geen torenhoge studiekosten, terwijl je direct praktijkervaring opdoet en snel je eerste salaris verdient..

### HYBRIDE LEREN OP JOUW MANIER

Bij TechXtra staan jouw ambities en wensen altijd centraal. Onze opleidingen zijn te volgen op niveau 2, 3 en 4, en bieden verschillende keuzedelen die aansluiten op jouw interesses. Hoe je de opleiding doorloopt, is aan jou. Je volgt de leerlijn die het beste bij je past!

Want met onze hybride-trajecten start je in de schoolbanken en kun je, afhankelijk van de leerlijn die het beste bij jou past, overstappen naar een leer-werktraject. Je hoeft dus niet eerst vier jaar in de schoolbanken, voordat je je eerste salaris verdient! Ook na twee of drie jaar kun je al een vliegende start maken bij een bedrijf.

### GEEN STUDIEKOSTEN, DIRECT WERKERVARING

Een goede opleiding moet voor iedereen toegankelijk zijn. Daarom betaalt TechXtra jouw opleiding, zodat je geen studiekosten maakt of schulden opbouwt. Dankzij ons sterke netwerk binnen de technische sector zorgen we ervoor dat je niet alleen kosteloos een diploma behaalt, maar bereiden we je optimaal voor op het werkveld.

"Bij TechXtra zorgen we ervoor dat studenten niet alleen een diploma halen, maar echt klaar zijn voor de praktijk. Door de samenwerking met bedrijven weten we precies welke skills nodig zijn, en daar passen we onze opleidingen op aan." – Yanal Kruse, projectmanager bij TechXtra.

### DE OPLEIDINGEN

- **Werktuigbouwkunde Industrie**  
Word specialist in onderhoud, optimalisatie en reparatie van machines en installaties.
- **Elektrotechniek Industrie**  
Installeer, onderhoud en verhelp storingen aan elektrische installaties en systemen.

### Procestechniek

Word het hart van de controlekamer, houd toezicht op geautomatiseerde systemen en grijp in wanneer nodig.

### WAAROM KIEZEN VOOR TECHXTRA?

We bieden technische mbo-opleidingen met een 'plus'. Die plus staat voor tal van xtra's van TechXtra:

- **Sterke aansluiting op de arbeidsmarkt**  
Dankzij ons uitgebreide netwerk van Limburgse topbedrijven vind je gegarandeerd een stage én heb je baan zekerheid.
- **Flexibel leren op jouw manier**  
Dankzij onze hybride trajecten bepaal je jouw eigen tempo en leerroute, zodat de opleiding altijd past bij jouw wensen en ambities.
- **Geen studiekosten, wél een salaris**  
Je studie wordt betaald en je verdient binnen no-time je eerste salaris. Dat is leren zonder zorgen over je portemonnee.
- **Persoonlijke begeleiding**  
Bij TechXtra sta je er niet alleen voor. Intensieve coaching en begeleiding helpen je om het maximale uit jezelf en je opleiding te halen.

### START JOUW TOEKOMST NU!

Wil jij snel werkervaring opdoen in een sector met volop kansen? Meld je vandaag nog aan en zet de eerste stap naar een succesvolle carrière. Twijfel je nog? Kom langs tijdens de informatieavond of ervaar het zelf tijdens een meeloopdag.

Scan de QR-code en ontdek de mogelijkheden!



# Als manager aan de slag bij Cicero



## Passend leiderschap, samenwerken en continu verbeteren

Als manager bij Cicero Zorggroep speel je een belangrijke rol in het waarborgen van de kwaliteit van zorg en welzijn voor onze cliënten. Je bent verantwoordelijk voor het aansturen van medewerkers en het optimaliseren van onze dienstverlening. Heb je nog geen managementervaring? Dan is er de mogelijkheid om een management traineeship te volgen om de kneepjes van het vak te leren. Trainee Mason van der Wal en locatiemanager Sandra Jongen vertellen over hun rol als manager bij Cicero.

Sandra is locatiemanager van zorgcentrum 't Brook in Voerendaal. Ze is in haar rol verantwoordelijk voor welzijn, zorg, financiën en facilitaire zaken. Een hele kluit! "Managen in de ouderenzorg is uitdagend, maar ook ontzettend waardevol. Het geeft voldoening om te weten dat je een positieve impact hebt op het leven van bewoners", vertelt Sandra.

Mason volgt het traineeshipprogramma Management in de Zorg en doet nu in zijn eerste jaar ervaring op als trainee teammanager bij Cicero Thuis. Hij vertelt: "Dit traineeship is voor mij een mooie kans om de zorgsector vanuit managementperspectief te ontdekken. Omdat ik nog niet veel ervaring heb met direct leidinggeven, helpt dit programma me enorm om daarin te groeien."



Mason van der Wal



Sandra Jongen

"Het geeft voldoening om te weten dat je een positieve impact hebt op het leven van bewoners."

Mason en Sandra werken met passie in de ouderenzorg. Ze vinden het belangrijk dat het welzijn van de cliënt centraal staat. Ook genieten ze van de mooie verhalen van de cliënten en de betrokkenheid van de medewerkers. "Ik kan een veelzijdige baan als manager in de ouderenzorg ten zeerste aanbevelen!", benadrukt Sandra tot slot.

### Even voorstellen...

Cicero Zorggroep is een innovatieve en tikkeltje eigenwijze ouderenzorgorganisatie. Wij vinden het belangrijk dat jij lekker kan werken en daarom zorgen wij voor een fijne werkomgeving, waarin jij je helemaal thuis voelt. En dat is een win-win situatie, want daar varen ook onze cliënten wel bij.



### Ben jij klaar voor de start van jouw carrière als manager?

Ons traineeshipprogramma Management in de Zorg is een tweejarig programma waarin je, onder begeleiding van ervaren managers en directeuren, werkt op verschillende locaties en afdelingen. Je krijgt alle gelegenheid om je persoonlijke en professionele vaardigheden te ontwikkelen.

### Meer informatie?

Neem dan contact op met onze recruiters Max en Janine:

✉ [sollicitatie@cicerozorggroep.nl](mailto:sollicitatie@cicerozorggroep.nl)

📞 06 50 15 94 72



### Cicero heeft geregeld management- en andere vacatures.

Scan de QR-code en bekijk welke vacature bij jou past.

[WERKENBIJCICERO.NL](https://werkenbijcicero.nl)

