



Kom mee doen in het Westhoes

Er zijn weer plekjes vrij bij de volgende activiteiten, kom vrijblijvend kennismaken.

Body & mind

Dit is een effectieve, maar ook een leuke, inspirerende en ontspannende manier om te bewegen en een betere balans in het leven te krijgen. Deze les wordt elke vrijdag gegeven van 9.30 tot 10.30 uur

Mindfulness

Bij Mindfulness leert u te leven met aandacht. Het zorgt ervoor dat men stopt met piekeren, minder stress ervaart, effectiever werkt en lekkerder in het vel zit. De onderdelen van de mindfulness- cursus worden regelmatig herhaald. Deze les wordt elke vrijdag gegeven van 10.30 tot 11.30 uur.

Schilderen met acryl

Altijd al willen schilderen met acryl? Tijdens deze les krijgt u begeleiding om uzelf te ontwikkelen. Het is voor beginnende hobby-schilders maar ook voor hobby-schilders die al verder gevorderd zijn. Deze les wordt elke woensdag gegeven van 10.00 tot 12.00 uur.

Alle lessen worden gegeven door een vakkracht en duren 45 minuten. Aan het eind van de les wordt samen een kopje thee of koffie gedronken. Behalve tijdens het schilderen, daar drinkt men tussendoor in de ruimte of in het café koffie.

De kosten per activiteit zijn per maand € 6,75 (tarief voor inwoners binnen Kerkrade) en € 9,80 (woonachtig buiten Kerkrade) voor een activiteit van een uur. En voor het schilderen (omdat dit 2 uur duurt) is dit respectievelijk € 13,25 en € 19,40. Wilt u komen kennismaken met een van deze activiteiten? Dan is de eerste les gratis!

Meer informatie en aanmelden bij mevr. Ans Moonen, tel 06 4127 6226, voorzitter Kerngroep Willem Sophia, Impuls.

ZOMERACTIE!

ook multifocaal

Nú een zonnebril
op sterkte **cadeau***
bij aankoop van uw bril!

SPEKHOF

OPTIEK

Akerstraat 2 6466 HH Kerkrade-West 045/5410300

De opticiens voor Parkstad

Atletiektrainingen in sportpark Kaalheide

De zomerperiode zit er bijna weer op. Ondanks de coronacrisis is het de hoogste tijd om weer buiten te gaan sporten en aan de conditie te gaan werken. Ben jij een jongen of meisje of senior die passie voelt of een missie heeft voor het beoefenen van de atletieksport, de moeder der sporten, dan ben je van harte welkom op de kunststofaccommodatie in sportpark Kaalheide in Kerkrade. Tijdens de trainingen worden onderdelen beoefend zoals sprinten, lopen, springen en werpen en natuurlijk ook langere loopnummers. Het trainerskorps van atletiekvereniging Achilles-Top staat klaar om iedereen op een deskundige wijze wegwijs te maken binnen de atletieksport en de diverse onderdelen. Deelname aan de trainingen is de eerste maand gratis, een soort kennismakingsperiode. De jongens en meisjes van zeven tot en met elf jaar trainen elke dinsdag en donderdag van 17.30-18.30 uur in het sportpark. De jongens en meisjes vanaf twaalf jaar trainen elke dinsdag en donderdag van 18.45-20.00 uur en de oudere jeugd en senioren trainen eveneens op datzelfde tijdstip in sportpark Kaalheide. De recreanten en lange afstandslopers zijn welkom op maandag en woensdag van 18.30-20.00 uur in het sportpark. Ook beginnende lopers en loopsters kunnen op die dagen terecht in het sportpark. Verder zijn er speciale trainingen op zaterdagmorgen. Dus aarzel niet en kom naar de atletiektrainingen. Het is altijd goed om aan een gezond lichaam te werken en de conditie te verbeteren. Ook kent de vereniging een afdeling Nordic Walking (sportief wandelen) en is er op donderdagmorgen 'sport overdag'. Voor meer informatie over de website www.achilles-top.nl of stuur een mailtje naar achilles.top@gmail.com

Hoera, Continium is weer open!

Deze zomer kun je weer genieten, leren en ontdekken bij Continium. We hebben maatregelen getroffen om te zorgen dat elk gezin op een veilige, maar vooral ook leuke manier kan bezoeken. En dat is gelukt! De expositie Reizen in de Ruimte, de Explore Zone & de Hall of Fame wa-

ren al te bezoeken, nu is ook het Scien- nog netjes en compleet is, inleveren en celab weer open... en er is een nieuwe ruilen voor een ander item. Dit alles gaat door middel van een puntensys- Future Forum quiz!



Vooraf reserveren is niet meer verplicht: er zijn weer tickets aan de kassa Bent u ouder of verzorger en bent u verkrijgbaar. Wel op basis van beschikbaarheid: Om elke bezoeker de ruimte doorverwezen? Dan melden we uw te geven zijn slechts een beperkt aantal kinderen graag bij ons aan en leggen tickets per dag. We raden je dan ook we u uit wat we voor uw kinderen aan online alvast een ticket te kopen kunnen betekenen.

voor Continium, dan ben je verzekerd Sinds 1 juli is de speelgoedruilwinkel van een plekje op de dag dat je wilt beverhuisd van Kerkrade Centrum naar zoeken en hoeft je niet te wachten. het Flexiforum in Spekholzerheide. Heb je nog een kortingsvoucher, Museumkaart of Bankgiro Loterij VIP-kaart? Deze zijn ook geldig, kijk op de website voor alle details!

Ruilwinkel Spelend Kind

Stichting Spelend Kind Parkstad is sinds enkele jaren actief als speelruilwinkel in Kerkrade, specifiek gericht op kinderen tot en met 12 jaar. In eerste instantie opgestart als een klein maatwerk initiatief, is de speelgoedruilwinkel sinds 2018 uitgegroeid tot een breed gekende plek waar voor ieder kind wel iets te vinden is. De speelgoedruilwinkel in zijn huidige vorm wordt ook al enige jaren een warm hart toegedragen door de Gemeente Kerkrade. Mede hierdoor zijn we in staat ge-

weest heel veel kinderen een lach op hun gezicht te bezorgen. In de speelgoedruilwinkel kunnen alle kinderen uit de regio, hun speelgoed dat ze niet meer gebruiken en dat

Drukkerij
Kantoorvakhandel
Boekhandel
Postkantoor

Schreurs

Graverstraat 68 Kerkrade
Spekholzerheide
Telefoon (045)5413045
www.snd.nl



De speelgoedruilwinkel is er **Wat verwachten wij van u?** voor iedereen, maar is er vooral ook voor de ouders en •U bent meerderjarig (18 jaar verzorgers die hun of ouder). kind(eren) even niet kunnen •U bent woonachtig in de voorzien van een nieuwe wijk of buurt waar het wijkknuffel, puzzel of ander preventieteam actief is. speelgoed. Heb je dus speel- •U bent integer, betrouwbaar goed staan waar iemand an- en van onbesproken voor- ders nog heel blij van kan beeldgedrag (u heeft geen worden? Aarzel niet en kom bezwaar tegen verificatie het bij ons in de speel- door de gemeente bij de po- goedruilwinkel doneren of litie). ruilen. •U bezit goede contactuele

De actuele openingstijden eigenschappen. vind je altijd op facebook en •U bent bereid deel te nemen onze website: aan een workshop
www.stichtingspelendkind.nl •U bent bereid deel te nemen

Buurtkamer Gracht

Langzaam starten de activi- schikt. teiten in de Buurtkamer weer •U gedraagt zich tijdens de op. Na een tijdelijke sluiting voetronde niet provocerend i.v.m. de corona-pandemie of gewelddadig. zijn er weer mogelijkheden •U nuttigt geen alcohol- voor de verenigingen, met houdende drank of andere uiteraard wat beperkingen. geestverruimende middelen Wil je gebruik maken van de voor of tijdens de voetronde. Buurtkamer voor bij- •Na uw aanmelding ontvangt voorbeeld een kop koffie bel u o.a. een deelnemersbewijs, dan eerst met Mathieu een wijkpreventiehesje, een Deckers (045-5418892). zaklamp en een notitieboek- je.

Wijkpreventieteam

Wijkpreventie is een burger- gendom van het Bewoners- initiatief met als doel het platform Kerkrade-West en creëren en in stand houden dienen bij beëindiging van van een veilige- en leefbare deelname weer ingeleverd te wijk/buurt door inzet van de worden.

buurtbewoners zelf en goede •Tijdens de voetronde let u samenwerking met partners. op alle mogelijke problemen zoals defecte straatver-



J E T T E N
MODE
Piusstraat 22-26 | Terwinselen/Kerkrade
Tel. (045) 541 12 18 | www.jetten-mode.nl

lichting, gedumpte afval of groep, verbindingsmiddelen ongewenst (crimineel en etc. overlastgevend) gedrag.

•Na iedere ronde rapporteert **Interesse?**

u alle bevindingen. naam, voornaam,, adres, en

•Gecombineerd met deel- (mobiele) telefoonnummer name aan het wijkpreventie- mailen naar kerkrade@wijk-

team kunt u op vrijwillige preventieteam.nl basis deelnemen aan ver- Er wordt contact met u op-

schillende cursussen. Bij- genomen!
voorbeeld EHBO & Reanimatie/AED, verkeers- regelaar of brandpreventie.

•Er worden ook informatie- bijeenkomsten georganiseerd die u kunt bijwonen.

Wat mag u van ons ver- wachten?

•U wordt prima op uw nieu- we uitdaging voorbereid. O.a. door deelname aan in-

productie work- shop(s) door de politie (o.a. herken-

nen verdacht gedrag, communicatieve

vaardigheden) en/of partners.

•Wij organiseren regelmatig ge- samenlijke-, thema- tische rondes waar- bij wij nauw

samenwerken met partners

•Wij begeleiden u bij het gebruik van onze WhatsApp-

helaas geen mogelijkheden

Het hart zegt ja maar het verstand zegt nee...

De drie Kerkrade carna- valsverenigingen Karnevals- vereniging "Burgerlust

1924", Kirchröatsjer Vas- teloavends Verain "Alaaf Kirchroa 1936" en Vasteloa-

vends Verain Kirchroa-West hebben samen, met pijn in het hart, het besluit genomen

in het aankomende carna- valsseizoen 2020-2021 geen activiteiten te organiseren

vanwege de corona pan- demie. De verenigingen zijn niet over één nacht ijs ge-

gaan m.b.t. deze beslissing. In de afgelopen weken is er intensief overleg gevoerd

over de ontstane situatie. Binnen de drie verenigingen, met de drie verenigingen on-

derling en met het bevoegd gezag. In dit geval de burgemeester van Kerkrade, mevrouw Dassen. De con-

clusie van deze overleggen was uiteindelijk unaniem. In de huidige situatie zien wij helaas geen mogelijkheden



KINDER OPVANG PARKSTAD

Tijd voor Talent!

Akerstraat 149 info@kinderopvangparkstad.nl 045-5426688 Kinder Opvang Parkstad
6466 HD Kerkrade www.kinderopvangparkstad.nl



Paffen
Uitvaartverzorging

HEERLEN • KERKRADE • LANDGRAAF

- Melden van overlijden
- Overbrengen van de overledene naar ons rouwcentrum
- Verzorgen en kleden van de overledene
- Eenvoudige kist
- Rouwbezoek
- Aangifte burgerlijke stand
- Rouwauto voor het vervoeren van de overledene naar het crematorium
- Crematie in Crematorium Imstenrade te Heerlen met 15 minutendienst

€ 1.295,00

“Een waardig afscheid hoeft niet duur te zijn.”



Bellen bij sterfgeval: 045 - 532 0 112

BEZOEK ONZE OPEN DAG: Zaterdag 24 en zondag 25 oktober van 11.00 uur tot 17.00 uur
Paffen Uitvaartverzorging, Kloosterraderstraat 14a, 6461 CC Kerkrade.

om onze activiteiten op een Ook al wordt carnaval dat carnaval 2022 een onge-
verantwoorde wijze te or- komend seizoen niet gevierd kend feest gaat worden.
ganiseren. De volksgezond- zoals we gewend zijn, carna- rain “Alaaf Kirchroa 1936”
heid is en blijft het val is er toch. Net zoals pa- en Vasteloavends Verain
allerbelangrijkste. sen er was in coronatijd en naval gaat vieren op wat Kirchroa-West.
De drie verenigingen zullen kerst er straks ook gewoon voor manier dan ook: hou je
geen prinses proclameren. zal zijn. We zullen het voor vooral aan de regels en denk
Er zullen geen bezoeken nu echter moeten doen met aan je eigen gezondheid en
worden afgelegd door de Ra- de herinneringen aan het af- die van de mensen om je
den van Elf, zittingen gaan gelopen seizoen. Ondertus- heen.
niet door en er zullen geen sen blijven we natuurlijk niet
optochten trekken tijdens de stil zitten, gaan we aan de Met carnavalsgroet,
carnavalsdagen. Er komen slag met de voorbereidingen
ook geen alternatieven. voor het volgende carnavals- Karnevalsvereniging
seizoen en zorgen we ervoor “Burgerlust 1924”, Kir-

Tel: 06-23774005
bij sterfgeval:
Tel: 045-5320112

Email:
info@paffenuitvaartverzorging.nl

Website:
www.paffenuitvaartverzorging.nl

Heerlen
Kerkrade
Landgraaf

Ongeacht waar u verzekerd bent

Schreurs
Postkantoor

Postzegels en pakketzegels
Pakketten binnen- en buitenland
Brieven en aangetekende post
Kentekenregistratie
Cadeaubonnen
Beltegoed
MoneyGram

RDW postnl

Graverstraat 68, Kerkrade-West