

Wijkblad



Overhoven

24e jaargang - no. 8 - oktober 1997



EVEN TERLOOPS...

Wie van mijn sexegenoten heeft nog niet gehoord van Michel Montignac? Ik denk dat de iets gezette dames onder ons wis en waarchtig weten wie die Michel is. Voor de slanke dames - en dat zijn eigenlijk alleen maar meisjes sen vrouwtjes tot dertig jaar - even tekst en uitleg. Loop eens een boekwinkel binnen en de boeken van ons aller Michel zijn prominent aanwezig. Naast de boeken van M. liggen hand in hand de boeken van Ria Tummers, een rasechte Sittardse. Juist ja, met de kookrecepten van onze olijke Fransman.

Een half jaar geleden hoorde ik voor het eerst over Montignac, overigens een chique naam. Ik stel hem in mijn gedachten voor zoals de Graaf van Monte Christo: Graaf de Montignac! Het viel mij op dat een vriendin die ik een half jaar niet gezien had een aanmerkelijk plattere buik had dan voorheen. Op mijn vraag of zij een zware griep achter de rug had, kreeg ik als antwoord: "Nee Hennie, ik volg Montignac." Ik was zo 'blöd' om te vragen: "Waar is dan je oranje gewaad?"

Afin, om een lang verhaal kort te maken, sindsdien volg ik het Montignac-dieet een staat mijn boekenkast vol met diverse boeken van de hand van mijn graaf.

Na drie maanden was ik van zesenzestig teruggevallen naar tweenzestig komma drie kilogram.

En lekker eten dat ik doe, gebakken champignons, geroosterde zalm, forel, bief; ik waan me dagelijks in een vier sterren restaurant. Niks droog brood met hagelslag of droogworst, geen 'moerepetasie, worteltjes, gemalen in purée of te wel wortelenstampot. Wel magere yoghurt met

kersenjam (zonder suiker), merk: Montignac.

Limonade mag ik niet drinken, wijn is verplicht. Aangezien ik vroeger steeds limo tijdens het eten dronk, (tussen haakjes, tijdens het diner mag je van Michel niet drinken) drink ik nu na het eten. Juist ja, een lekker glas rode wijn. Ik zie mijn man toch wel vaak steelse blikken naar mij werpen als hij moerepetasie eet en ik smakelijk een demi-bief nuttig. Lekker chique eten en toch afvallen; dames sla uw slag.

Einde van het verhaal:

Jammer van die leuke vakantie met pasta's en pizza's. Ik weg nu zesenzestig komma twee kilogram bij een lengte van een meter zestig.

W.g. Hennie

IVN-WANDELINGEN EN LEZINGEN



Dinsdag 21 oktober 1997

Dia-presentatie "Parken en natuurgebieden in Midden- en Noord-Engeland door de heer S. Crouzen.

Aanvang 20.00 uur in " 't Gülikshoes" te Sittard.

Zondag 26 oktober 1997

Recreatieve wandeling door Haagsittard, richting Hillensberg (D). Begeleiding door de heer S. Koenders.

Om 10.00 uur vertrek wandeling vanaf de parkeerplaats bij Winkelcentrum EDAH e.a., Romeinenstraat te Sittard.

Dinsdag 18 november

Contactavond voor leden en donateurs in " 't Gülikshoes" te Sittard. Aanvang 19.30 uur; mededelingen, concept Jaarprogramma 1998 en korte presentatie werkgroepen. Na de pauze om 20.30 uur: Dialezing "Wat de Krijtze ons achterliet" door de heer J. Bronneberg.

Ook niet leden van het IVN kunnen kosteloos aan alle activiteiten deelnemen.

Snelle Drukkerij Pasklaar

Voor Verantwoord
Drukwerk

ANDERS?

- # kringlooppapier in allerlei soorten en maten
- # bijpassende kringloop-enveloppes
- # drukken met milieu-vriendelijke(r) inkten

**milieubewuster en vriendelijk
dat is anders!**

**OOK ONS ADRES
IS ANDERS**

overhoven 71 | 6136 eb sittard
tel. (046) 420 01 25 | fax (046) 420 01 51



**Er gaat toch niks
boven een eigen huis.**

't Aardige van een eigen huis is dat zelfs de regen er gezelliger op het dak tikt dan bij een ander huis. Maar bij het kopen van een eigen huis komt eerst nog heel wat kijken. En dan is het wel zo prettig om iemand te kennen waar je op kunt bouwen.

Iemand die u alles kan vertellen over de vele flexibele hypotheekvormen en lage rentetarieven. Iemand die de tijd voor je neemt en nuchtere adviezen geeft. Die uw persoonlijke hypotheek compleet regelt.

Zo iemand is onze hypotheekadviseur. Kom langs of bel voor een afspraak.

Met de hypotheekadviseur van de Rabobank sta je er niet alleen voor.

**Rabobank
Sittard**



WEERZIEN

Onlangs zijn we na een langere periode van afwezigheid weer eens naar "onze gouden stad" geweest.

Het is dan interessant om te zien of en wat er na enkele jaren veranderd is.

Was het voorheen een groot stuk van ± 200 km rijden (in Tsjechië) door steden, dorpen en gehuchten (waarvan wij menen dat bijna alles nog hetzelfde gebleven is) nu is dat aantal kilometers over deze weg al flink wat minder. Het zal niet zo lang meer duren of de nieuwe autosnelweg is klaar. Dat schiet toch wat beter op. Op een werkdag over deze twee-baans weg rijden vergt best veel geduld.

De landelijke vrachtwagens, en trouwens ook nog een flink aantal personenauto's, kruipen de bergen over. Met geen mogelijkheid is daar nog een respectabele snelheid uit te halen. Ondanks dat je dit incalculeert zijn we toch steeds blij als we de torens van de stad zien opdoemen.

Het pension waar we steeds logeren is nu eigendom van de Tsjechische familie. De Nederlandse inbreng heeft zich teruggetrokken.

De prijzen zijn een paar gulden gestegen maar je hebt nu wel de "luxe" van een TV op je kamer en zowaar in de eetzaal.

Acht zenders in totaal zijn te zien, waarvan zes Tsjechisch, een Engelstalige en een Duitstalige.

Hier begrepen we dus niets van daar hun gasten zelden uit Tsjechië komen.

We hebben echter geen commentaar gegeven omdat we niet zijn gekomen om TV te kijken, hooguit om enkele nieuwsberichten op te vangen en dat is gelukt, want wij Nederlanders zijn toch meertalig.

In ons pension betaal je voor een eenvoudige lekkere maaltijd, inclusief voor- en nagerecht, alsmede een lekker glaasje wijn of iets anders al gauw een gulden of tien-twaalf.

We waren zeer blij dat ons kroegje ook nog draaide.



Tegenover het pension, nog net zoals toen en soms dachten we ook nog bekende gezichten te zien.

Iets ouder natuurlijk, (wij denken dus dat andere mensen alleen ouder worden, een bekend gegeven) maar hun lust naar drank was nog net zo groot. En ze kunnen er wat van deze Tsjechen uit de wijk Lysolaje.

Als je een kleintje (0,3 ltr) "pivo" vraagt weet men meteen dat je geen eigenheimer bent, want die beginnen niet aan minder dan een halve liter.

De prijs is iets omhoog gegaan. Betaalden we eerst 46 cent voor onze maat, nu is dat 48 cent geworden en een limonadeglas wijn kostte nu 53 cent.

Geef je een rondje voor de hele zaak, op dat moment ± 40 mensen dan betaal je ongeveer dertig gulden, maarben je wel de burgemeester van de hele wijk.

Het was best leuk om één week die status te hebben.

Kom je echter in het centrum dan raak je die wel heel snel kwijt.

Men is al een heel stuk in de goede richting.

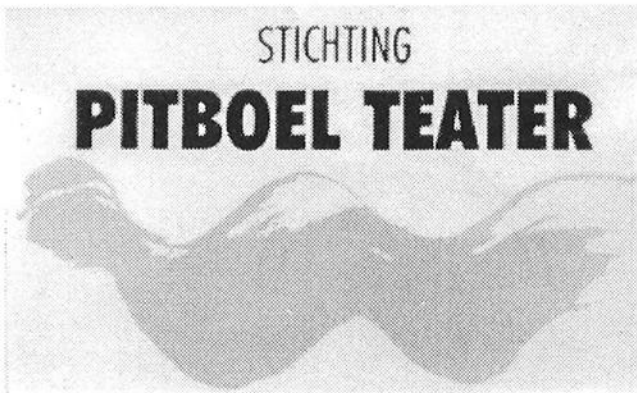
Goed wat betreft de inhaalrace naar b.v. Amsterdamse of Parijse prijzen.

Maar een echte kenner, en daar kunnen wij ons inmiddels wel toe rekenen, weet de betere plekjes voor het natje en droogje nog wel te vinden. Maar gelukkig heeft de stad, ondanks de vele veranderingen (en niet altijd ten goede) niets van haar charme verloren.

Het is nog steeds een heerlijke beleving om van de prachtige cultuur te genieten.

De bevolking, zelfs de toerist, geeft je een prettig gevoel en stress en 'zo nodig moeten' is hier eigenlijk niet merkbaar.

Al deze dingen zijn samen de reden waarom we steeds weer naar Praag "getrokken" worden en nog altijd komen we enthousiast terug en zeggen daarom bij het afscheid "na shledanou" (tot ziens), tot over twee jaar.



PITBOEL TEATER EN HET POËZIE-KOMMANDO NODIGEN U UIT !!!

Op Zaterdag 18 oktober 1997 zal het "Poëziekommando" in het "Pitboel Teater" in Limbrichterveld voor het eerst *De prijs voor poëzie van de stad Sittard* uitreiken.

De prijs is tijdens de opening van het Kunstfeest Beeld '97 in het leven geroepen door de Sittardse kunstenaars Henk Ebersson en Felix Stelten als gevolg op de Poëzieroute die de etalages van het Sittardse winkelhart sierde met poëzie van regionale dichters.

De prijs voor poëzie van de stad Sittard bestaat uit een bedrag dat door de winnaar meer dan letterlijk in de poëzie zal worden gestoken. Het bedrag is door meerdere gulle sponsors pro arte en niet pro eigenbelang bijeen gebracht.

Tijdens een feestelijke literaire avond treden de genomineerden op en maakt de onafhankelijke jury bekend aan wie de prijs voor 1997 is toegekend.

De avond begint om 20.00 uur. Alle belangstellenden zijn van harte uitgenodigd, de entree is gratis.

Na het officiële gedeelte is er Open podium: als je aanstormend talent bent en iets heel eigens te zeggen hebt, bel dan 046-4527237.

Het Poëziekommando

Henk Ebersson en Felix Stelten

Eisenhowerstraat 446

6135 BC Sittard

tel: 046-4527237 of tel. 046-4527335

Pitboel Teater

Montgomerystraat 26

6135 BW Sittard

tel: 046-4518212

CENTRALE VERWARMING - GASINSTALLATIES



Fa. H. HAAS

NIEUWSTADTERWEG 8
6136 KN SITTARD

OOS KAAR



grote en kleine zalen zeer geschikt voor:
vergaderingen, bijeenkomsten, feesten, koffietafels, bruiloften, enz.
Tevens is er een gezellig café.

De accommodatie is geopend:
di. wo. za. van 19.00 tot 02.00 uur
Vrijdag van 16.30 uur tot 02.00 uur
Zondag van 19.00 uur tot 01.00 uur
Maandag gesloten.

Tel. 046-452 64 10

Voor informatie en reserveringen: telefoon 046 - 452 13 78

EXITO

INTERIEUR
DECORATIE

Vouwerweg 19 a en b
6136 BK Sittard
(046) 452 24 18

KAPSALON MARCEL

Vouwerweg 19 a en b
6136 BK Sittard
(046) 451 25 12



BAKKER
honings

HEISTRAAT 30 - TEL. 046-4514709 - SITTARD
uw bakspecialist voor brood en banket

UW OPTICIEN

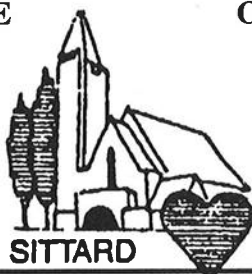
LEON
DE **W**EVER

Berry Locht Groep

STEENWEG 72
SITTARD

PAROCHIE

Parochiecentrum: Geldersestraat 37. Tel. 046-4583023
Maandag t/m vrijdag van 10.00 tot 12.00 uur
Pastoor Leek, Heistraat 41. Tel. 4523355
Postgiro 1035314; Rabobank 147635594
t.n.v. Parochie H. Hart - Sittard



OVERHOVEN

Eucharistievieringen:
Maandag t/m vrijdag: 19.00 uur
woensdag: 19.30 - 20.00 uur
Stille aanbidding:
zaterdag: 19.00 uur
zondag: 11.00 uur

OVERLEDEN

13-09-97: Louis Kelleners, 78 jaar, Elisabeth van Barstraat 243

28-09-97: Ben Gruisen, 66 jaar, Schaloenstraat 14

DOOP

19-10-97: Lisa Slijkoord, Lambertusstraat 15

ALLERHEILIGEN

Dit jaar vieren we Allerheiligen precies op de dag, zaterdag, 1 november. Oos Koor zal de viering opluisteren.

Het feest is een geloofsgetuigenis van vertrouwen en hoop:

Er is meer dan het leven hier en nu, er is een verder, een toekomst. En dan nog wel een vreugdevolle toekomst.

De H. Schrift spreekt van een nieuwe hemel en een nieuwe aarde. Daar zal geen smart, geen pijn, geen lijden en verdriet zijn. Zelfs de dood is daar verdwenen.

Wat is er dan wel?

Johannes zegt: Die hemel, dat is Gods woning onder de mensen. Dan is God ten volle: God met ons mensen en wij met onze God. We hebben er geen voorstelling van.

Af en toe voelen wij ons in de zevende hemel. We zijn intens gelukkig.

Tijd en ruimte spelen dan geen rol meer, het mag eeuwig duren, maar doet het niet.

Het verlangen naar dit geluk en dan blijvend, zit ons in vlees en bloed, we hunkeren er naar.

De belofte van de Bijbel klinkt:

Dat verlangen zal in vervulling gaan, je zult het beleven~

wanneer God je tot voltooiing zal brengen.

Hij zal je voltooiing, je geluk zijn.

En Jezus beloofde:

Ik ga je reeds vooraf en zal voor jou een plaats bereiden in het huis van de Vader.

Als het zover is, kom ik je ophalen.

Want ook mijn verlangen is dat jij bent waar Ik ben.

ALLERZIELEN

Ook dit vieren we op de dag zelf: zondag 2 november om 11 uur. Deze dienst wordt opgeluisterd door ons dameskoor.

We gedenken al onze dierbaren die gestorven zijn. Met name zullen genoemd worden de overledenen van het afgelopen jaar.

Het paneel met deze namen, tezamen met het Dorpskruis, staat, opgesteld op het priesterkoor.

Voor ieder wordt een kaars ontstoken aan de Paaskaars.

Hiermee brengen we tot uitdrukking dat we vertrouwen dat ook zij deel zullen uitmaken van die heiligen van de dag ervoor.

En... we mogen erop vertrouwen dat wijzelf, te zijner tijd, weer met hen verenigd en verbonden zullen zijn.

DAMESKOOR OVERHOVEN ZILVER

Een prachtig feest. Uitbundig gevierd en enthousiast bezongen door het koor zelf.

De dames zingen niet alleen, ze leven mee met het wel en wee van ieder lid en dragen zorg voor elkaar.

Dat kwam tot uiting in de viering.

Als slotgedachte sprak een van hen het volgende uit:

De ander

Jou ontmoeten is voor mij nieuw leven

Jou ontmoeten is voor mij een nieuw begin.

Jij schenkt mij moed en zelfvertrouwen

Jij leert mij leven met een open vraag

Jij maakt mij vrij en leert mij luisteren

Jij maakt dat ik bewust mijn zorgen draag.

Jij leert mij mensen te beminnen

Jij leert mij strijden voor het recht

Jij leert mij ijveren voor de vrede

Jij vraagt dat ik voor waarheid vecht.

Jij leert mij weer in stilte bidden

Bij jou vind ik opnieuw geloof

zowel in jou als in de anderen

in mezelf en in God.

Jij leert mij breken met het verleden

Jij schenkt mij toekomst, levenszin

Jij leert mij anderen te vergeven

Jij vraagt mij dat ik bovenal bemin.

Jou ontmoeten is voor mij nieuw leven

Jou ontmoeten is voor mij een nieuw begin.

OKTOBER: WERELDMISSIEMAAND

Algemene missiekalender 1998: f 10,00

LIMERICK

Overhoven, wat ben je aan het maken?

Er verdwijnen allerlei zaken.

Zonder middenstand

raakt iedereen onthand

waardoor ze Overhoven in 't hart gaan raken.

O.V.R. Hoven

Pianolessen



Ankie Dormans

VOOR KINDEREN EN VOLWASSENEN
OÖK
ALGEMENE MUZIKALE VORMING
IN GROEPSVERBAND
VANAF 6 JAAR

BEEKSTRAAT 28
6136 EK SITTARD
TEL : 046-4580318

drankenhandel



Gilissen

Rijksweg Noord 235 - 6136 AB Sittard
Telefoon 046-4512362

DANKBETUIGING

Je blijft in ons leven
nog steeds zo dichtbij



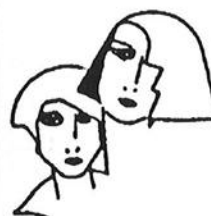
In deze dagen van leed was het voor ons een grote troost niet alleen gelaten te worden. Onze dank aan allen, die getoond hebben hoezeer zij met ons meeleeften in een persoonlijk gesprek, met bloemen en kaarten en in het bijzonder aan diegenen, die aanwezig waren bij de uitvaartdienst van mijn lieve man, onze vader, schoonvader en opa

HENK BOSMAN

Het heeft ons goed gedaan te ervaren hoe familie, vrienden en bekenden afscheid van hem hebben genomen. Hiervoor onze hartelijke dank.

Mia Bosman - Geelen
Jack en Leni Bosman-Bergmans
Marly, Erik, Nicole
Henk en Irene Bosman-Herfs

Handelsstraat 32
Sittard



MYA de MAN

Schoonheidssalon
voor hem/haar

*Acné, aromatherapie, camouflage,
harsen, lymfedrainage, soft liftings,
manicure, nouvelle prise, massage,
visagie, ijsbollenmassage,
bruidsarrangementen*

Rijksweg Noord 193
6136 AB Sittard
Telefoon 046-4515988

Lid ANBOS

MAEDJE

Noe zuug toch dat maedje, et is nog zoo klein,
Noch zoo onbedorve, onsjöldich en rein,
Kiek ens wie't doa huppelt en sjprink in de wèntj,
Och koasj me toch blieve zoo bliej wie dat kèntj.

Mae gauw kump den erns van et laeve al aan,
Dan is auch dat maedje neit mee zoo sjpontaan,
Dan krich et gezach waat et mó't en neit maag,
Et mó't zich gedraage en leere aldaag.

En kent et dan eindelijk doon ziene zin,
Dan zuut et den erns van et laeve pas in,
t' Zou dan tooh zoo gaer noch ens zeen wie dat kèntj,
Waat huppelde bliej, onbezörch in de wéntj.

Stichting Wijkblad

L. Verheye, Geldersestraat 8, tel. 451 80 44
T. Maessen, Rijksweg Noord 195, tel. 452 55 58
J. van Eijk, Walborgstraat 3, tel. 452 23 17
G. Voet, Rolandsweg 2, tel. 451 88 89
H. de Man, Rijksweg Noord 193, tel. 451 59 88
T. Slangen, Rosmolenstraat 42¹, tel. 451 72 15
M.J. Kelleners, Kastelenweg 23, tel. 452 10 17

Kopij voor het volgende wijkblad kunt u tot uiterlijk 4 november a.s. inleveren bij de heer H. de Man, Rijksweg Noord 193; advertenties bij de heer G. Voet Rolandsweg 2 te Sittard. Het volgende wijkblad verschijnt op 21 november 1997

IMPRESSIE VAN EEN LES-AVOND VAN DE NATUURGIDSENCURSUS IVN-STEIN-SITTARD-ELSLOO

Het klasje

Zowel van de cursisten als van docenten had ik al heel wat enthousiaste verhalen gehoord. Ik werd nieuwsgierig; zo vroeg ik mij af hoe een zeer heterogene groep van 25 personen, geïnteresseerd te krijgen was om zo'n cursus te gaan volgen.

De cursus bestaat uit 42 bijeenkomsten, verdeeld over binnen- en buitenlessen, excursies en presentaties gedurende anderhalf jaar.

De cursus wordt gegeven in het IVN-home van de afdeling Stein. Er zijn cursisten uit Sittard en omgeving, ook uit de wijk Overhoven. Er wordt milieuvriendelijk gecarpoold, de auto van de voorzitter van het IVN zat afgeladen vol en vooral het laatste gedeelte van de route was dat niet comfortabel. Al hobbelen over kronkelige paadjes door het Steiner Bos werd het IVN-home bereikt. Alle cursisten waren al aanwezig, gewapend met volle katoenen IVN-tassen of chique diplomatenkoffertjes, gevuld met boeken en schrijfblocs alsmede insecten in potjes en gedroogde flora.

Ze zaten leergierig met de pennen in de aanslag op hooguit 50 cm. leefruimte per persoon. Een beetje behelpen, maar kom, dat moet kunnen; belangrijk is dat de sfeer onmiskenbaar heel prettig is.

Klokslag half acht: de docent spreekt zijn aandachtig luisterende cursisten op een wat schoolse wijze toe. Gehoor toe. Het kan ook anders, hij is al heel veel jaren onderwijzer. Na enkele huishoudelijke mededelingen start hij. De les van vanavond handelt over de betekenis van planten en dieren in ons menselijk bestaan. Hij doet dat zo boeiend, dat de tijd werkelijk omvliegt. Er is een korte koffiepauze, een kop koffie, de benen even strekken en wat met elkaar babbelen. Daarna gaat de docent verder met zijn inleiding; nu komt de indeling van het plantenrijk aan bod: de bloeiwijze, de bouw van de bloem, bevruchting, voortplanting en celdeling: het verhaal van de stempel en de meeldraden, de bijtjes en de bloemetjes.

Het klasje luistert muisstil: vanaf mijn plaats achterin het lokaal zie ik grijze, gekrulde, blonde maar ook kalende (heren-)hoofden diep gebogen over het papier, ijverig notities maken: zeer serieus, zeer geconcentreerd en zeer gemotiveerd. Welke docent zou zich zo'n klas niet wensen? Als smakelijk toetje van de les deelt de docent lelies uit: die mogen met een niet te scherp keukenmes ontleed, en met een loepje bekeken worden. Opvallende kenmerken worden tafel voor tafel met veel geduld uitgelegd.

Ik denk "Dat is het dan." Maar nee hoor! Nu komen de opdrachten voor de volgende week: de aantekeningen uitwerken en bestuderen. Daarna volgt nog een verrassing: iedereen moet een papertje trekken, daarop staat de naam van een vis, insect, vogel of zoogdier. Elke cursist moet over enkele weken een verhaaltje schrijven hebben over het getrokken schepseltje. Het hoeft niet lang te zijn, minimaal een getypt A-viertje, liefst een paar foto's erbij. Elke cursist leest dan zijn verhaal voor en illustreert dat met foto's. Een leuke opdracht lijkt me, maar wel tijdrovend! De cursusleider heeft nog een behartenswaardige tip voor de dames en heren: "Jullie denken toch ook nog aan de eerder gegeven opdracht 'mijn plekje'?" Iedereen knikt, een enkeling lacht.

Wat wil dát nu weer zeggen? Een cursist, die naast me zit, legt het me uit. "Je zoekt een heel persoonlijk plekje natuur in de omgeving uit, waar je bijv. naar toe gaat om even op adem te komen of zomaar te mijmeren over leuke dingen. Een favoriete plek, die je wél gedurende een zestal maanden regelmatig moet bezoeken. Je bekijkt daar, beluistert of

betast alles wat er op die plaats gedurende deze maanden verandert op het gebied van flora en fauna. Zo'n plek kan achter in je tuintje zijn, 'n stuk wegberm of 'n gedeelte van een plantsoen of park, maar ook je eigen balkon. Alles kan, als het maar steeds dezelfde plek is. De bedoeling is, dat dit allemaal chronologisch, voorzien van foto's in een soort logboek wordt opgeschreven.

Een zeer interessante bezigheid vind ik. Dit logboek is mede een der eindopdrachten.

Tenslotte vraagt de cursusleider of de cursisten al eens willen denken over het afstudeerproject.

Vaak zal dit een schriftelijk werkstuk zijn met tekst en illustraties, maar het mag ook een dia- of videopresentatie worden, het uitzetten van een natuurwandeling of het opzetten van een tentoonstelling. Enige voorwaarde: natuur- en milieu-educatieve aspect moet voorop staan.

Einde van de les: ik heb respect voor de docenten, mentoren en de cursusleiding, die zoveel werk verzet hebben om deze cursus te organiseren. Zij zijn allen enthousiaste IVN-ers die de hele organisatie als vrijwilligers hebben opgezet en hierin enorm veel vrije tijd gestoken hebben.

Mijn avond in 'het klasje' was zeer goed besteed: mijn nieuwsgierigheid is ruimschoots bevredigd. Ik heb er nog het een en ander opgestoken, maar vooral: ik heb alle redenen om goede hoop te hebben op het voortbestaan van onze bloeiende IVN-afdelingen.

Rest mij nog mede te delen dat de IVN regelmatig cursussen organiseert zoals: Groencursus, natuuroudercursus en in 1998 waarschijnlijk een Watergidsencursus.

Deze cursussen bestaan uit slechts acht lesblokken en kennen geen opdrachten of spreekbeurten. Je zou ze 'aanwezigheids cursussen' kunnen noemen, zonder verdere verplichtingen zoals de door mij bijgewoonde natuurgidsencursus. Deze deelnemers ontvangen dan ook als ze slagen een officieel erkend landelijk diploma. De deelnemers aan de andere bovenstaande cursussen ontvangen, als ze alle lessen bijwonen, een getuigschrift.

Tineke Maessen

In het kader van de kinderboekenweek:

DE ROVERS EN DE MAAN

Er waren eens drie rovers en ze woonden in een hol. Het was erg ongezellig, want het stond er vreselijk vol. Er stonden koffers vol met goud en kisten diamanten en zakken vol met zilverwerk, in oude ledikanten. Ze zeiden treurig alledrie: Wat akelig is dat. We willen weer gaan roven, maar we weten niet meer wat. Ze piekerden en piekerden en krabden op hun hoofd. Ze hadden alles, alles, alles, alles al geroufd.

't Was donker in het hol, maar door een kiertje scheen de maan, een mooie ronde volle maan. Ze keken elkander aan... De maan! Dat was een prachttidee. Dié zouden ze gaan roven! Naar boven, jongens, zeiden ze. Onmiddellijk naar boven! Ze namen de toren van Lutjebroek en die van Overschie en die van Geldermalsen en toen hadden ze er drie. Die torens zetten ze op elkaar. Ze klauterden naar boven. Ze waren vastbesloten om die nacht de maan te roven.

Twee rovers deden hun ogen dicht, omdat ze duizelig werden. Pak jij 'm maar. Doe jij het maar! zo zeiden ze tegen de derde. De derde rover nam de maan en klauterde naar beneden. Kijk uit! Kijk uit! En hou 'm vast, zo riepen de andere twee. De maan was zwaar en spiegelglad, en toen opeens, wat stom,



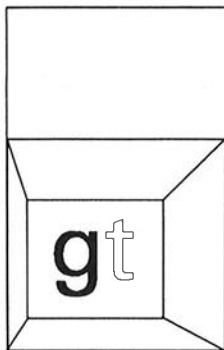
WAARBORG
VOOR KWALITEIT



ad

Pfennings
SCHILDERSBEDRIJF B.V.

RIJKSWEG NOORD 188 SITTARD - TEL. 046-512434



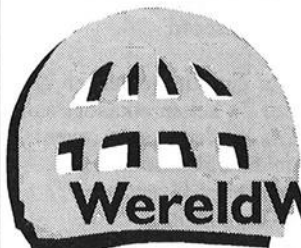
*Guus
Timmermans*

herenmode

Paardestraat 17
6131 HA Sittard
Tel.: 046-526973

Met een kado
van de
Wereldwinkel
maakt U meer
mensen blij!

kunsthijverheid, sieraden, houten speelgoed,
kringloop glaswerk, huishoudtextiel, kleding, etc.



WereldWinkel Sittard

Steenweg 86 - telefoon 45 132 68

In de Wereldwinkel gaat er echt een wereld voor u open: de Derde Wereld.
En die wereld zetten wij letterlijk en figuurlijk in de etalage.

Dat is natuurlijk niet voor niets.

Kopen in de Wereldwinkel is namelijk bewust kiezen voor een effectieve manier
van ontwikkelingssamenwerking. Door het betalen van een rechtvaardige prijs
aan de producent wordt deze rechtstreeks geholpen
in zijn/haar levensonderhoud te voorzien.

Auto- en vrachtautorischool

Norbert Ubachs

Overhoven 82, Sittard. Tel. 046-4512514

Auto Volvo 460 met stuurbevestiging

Theorieboek

Theoriecursus CD-i systeem

Theorie-examen

10 rijlessen van 60 minuten

Voor: **f 550,00** Vervolglessen: **f 47,50**

- ☛ Tussentijdse toets bij CBR mogelijk
- ☛ Snelcursus mogelijk
- ☛ Vaste instructeur

Vrachtauto Mercedes

Theorieboek

Theoriecursus 6 avonden

Theorie-examen

10 rijlessen van 60 minuten

Voor f 1.095,00

Rijbewijs CE verzorgen wij met trekker-oplegger
Zelfder schakelsysteem als in vrachtauto
Prijswijzigingen voorbehouden

hij liet 'm uit z'n handen glijden - rommelebommeleboom! - De maan viel naar beneden en kwam met een plons terecht, zo ergens in de buurt van Loenen, midden in de Vecht. Het gaf een sissert: Sssst en SSSST! Toen was het stil als 't graf. Zodat we kunnen zeggen: Dat liep met een sissert af.

Gelukkig is er ergens (ja, ik weet niet of je 't weet) een groepje oude heren, een commissie, en dat heet: Commissie ter Bevordering der Belangen van de Maan. Die keken net naar boven en zagen 'm niet staan!

De maan is weg! zo riepen ze. Wat moeten we nou doen? We kunnen toch niet leven zonder maan met goed fatsoen? Maar weet je wat? Het is nog niet zo'n vreselijke strop: We hebben nog een oude maan. Die hangen we wel op.

De rovers kropen in hun hol, totaal versuft van schrik. Daar zitten ze te bibberen, tot aan dit ogenblik. En jullie weet nu allemaal: de maan die je ziet staan is eigenlijk de echte niet. 't Is een reserve-maan.

Annie M.G. Schmidt
uit: *Ziezo* (Querido)

BEVOLKINGSONDERZOEK NAAR BORSTKANKER

Op 26 september jl. zijn het Integraal Kankercentrum Limburg en de GGD Westelijke Mijnstreek in de gemeente Sittard gestart met de derde ronde van het bevolkingsonderzoek naar borstkanker. Tot nu toe kan gesproken worden van een zeer succesvol verlopen bevolkingsonderzoek in Sittard. De opkomst bedroeg tijdens de vorige ronde maar liefst 81%.

Waarom deelnemen?

Niemand denkt er graag aan maar je kunt er niet omheen. Borstkanker komt regelmatig voor. Ongeveer één op de tien vrouwen zal in haar leven worden geconfronteerd met borstkanker oftewel 9500 vrouwen per jaar. De kans op genezing wordt bepaald door het stadium waarin de ziekte verkeert op het moment van ontdekking. De grote verdienste van het bevolkingsonderzoek is dat borstkanker in een zo'n vroeg stadium kan worden ontdekt dat het knobbeltje vaak nog niet voelbaar is. Dit verhoogt de kans op genezing. Bovendien is vaker een borstsparende operatie mogelijk.

Het borstsonderzoek

Het borstsonderzoek bestaat uit het maken van röntgenfoto's van de borsten. Bij de vrouwen die voor de eerste maal deelnemen worden meestal twee foto's van elke borst gemaakt, tijdens de vervolgrondes één foto van elke borst. Omdat met moderne apparatuur wordt gewerkt is de stralingsbelasting voor de vrouw minimaal. Binnen tien werkdagen ontvangt de vrouw een schriftelijke uitslag van de foto's. Het onderzoek is gratis en wordt uitgevoerd door speciaal hiervoor opgeleide, vrouwelijke radiagnostisch laboranten.

Voor wie?

Om de twee jaar worden de vrouwen uit de doelgroep uitgenodigd. Volgens de landelijke richtlijnen zijn dat in 1997 de vrouwen geboren in de jaren 1928 t/m 1947. Dit betekent dat ongeveer 5000 vrouwen uit de gemeente Sittard per brief een uitnodiging zullen ontvangen om voor de eerste, tweede of derde keer deel te nemen aan het bevolkingsonderzoek. Het onderzoekscentrum zal ongeveer 3 maanden in Sittard aanwezig zijn. De uitnodigingen gaan

steeds per straat of wijk, aan de hand van de postcode, de deur uit.

Resultaten vorige ronde

Tijdens de vorige ronde in 1995 zijn 4169 vrouwen in Sittard onderzocht, oftewel 81% van de uitgenodigde vrouwen. Bij 36 van hen werd een afwijking op de foto ontdekt. Dit betekent dat deze vrouwen verder zijn onderzocht in het ziekenhuis om na te gaan of het om borstkanker ging of om een onschuldige afwijking. Het is van groot belang dat alle uitgenodigde vrouwen deelnemen aan het bevolkingsonderzoek, ook als ze tijdens de vorige ronde niet hebben deelgenomen of als er de vorige keer geen afwijking is gevonden. Er kunnen zich namelijk in de twee tussenliggende jaren kankercellen hebben gevormd en waarom zou je extra risico lopen?

Onderzoekscentrum

Het borstsonderzoek vindt plaats in een verplaatsbaar onderzoekscentrum, dat staat opgesteld aan de Haspelsestraat te Sittard.

Het bevolkingsonderzoek in de Westelijke Mijnstreek is een samenwerkingsproject van het Integraal Kankercentrum Limburg en de GGD Westelijke Mijnstreek. Voor verdere informatie kunt u contact opnemen met het informatiepunt bevolkingsonderzoeken, telefoonnummer 043 - 325 40 59 (tussen 9.00 - 12.30 uur).

GENEESKRACHTIGE KRUIDEN

KNOFLOOK

(*Allium sativum*)

Beschrijving

Knoflook, dat oorspronkelijk uit Azië afkomstig is, is al heel lang een cultuurgewas. Het is een van de belangrijkste kruiden die zowel in de keuken als in de geneeskunde waarde hebben. De tot 70 cm hoge plant tooit zich in juli en augustus met witte bloemen. De eetbare knollen worden na de bloei geoogst.

Knoflook is van dezelfde familie als bieslook en ui.

Waar te vinden?

- Verse knoflook in de gewone handel.
- In reformzaken vindt u naast knoflooksap ook capsules en dragees (innemen volgens de gebruiksaanwijzing).

Gebruik

- Knoflook werkt als een antibioticum, zuivert het bloed, verlaagde bloeddruk, vermindert slijmvliesontsteking en heeft een opwekkende werking. Als kuur: elke dag I of 2 rauwe knoflookteentjes. Bijvoorbeeld in de vorm van een knoflookmeersel.
- Een compres doordrenkt met knoflooksap tegen abscessen en insektebeten en -steken.
- Een uitwendig aan te brengen mengsel van fijngestampte knoflook met olijfolie kan verlichting brengen bij reuma.

Knoflookmeersel

I à 2 teentjes knoflook - kwark - peterselie -peper en zout

Meng de kwark met het sap van het knoflook of met de zeer fijn gesnipperde knoflookteentjes. Voeg er wat gehakte peterselie aan toe en breng op smaak met peper en zout.



APOTHEEK LIMBRICHTERVELD

DEMPSEYSTRAAT 34-36 TEL. 046 - 4528099

OPENINGSTIJDEN:

maandag tot en met vrijdag van 8.30 tot 18.00 uur

zaterdag, zon- en feestdagen van 11.00 tot 12.00 uur en van 17.00 tot 18.00 uur



huidverzorging
voor hem en haar
visagie
acné-behandeling
bruids make-up
infra-rood sauna
zonnebank
grimmeren

Profiteer van onze zonnebank-aanbieding!

Imelda Bartholomeus, Ehrensteinstraat 2, 6136 CN Sittard. Tel. 046-4511752
behandeling volgens afspraak aangesloten bij de ANBOS

SLAGERIJ R. SWIATALSKI



*ook warme en
koude buffetten*

Heistraat 32
OVERHOVEN
tel. 046-4529952

ROUSSEAU

Een begrip in KERSENBONBONS
met steel
PINDAROTSJES met echte chocolade
PRALINÉ TRUFFELS

Chocoladeverwerkende industrie
ROUSSEAU
Langs de Hey 11
Industrieterrein Noord-Sittard

garagebedrijf FRIJSINGER



Onderhoud
Reparatie
Alfa Romeo
onderdelen en tuning
A.P.K.-keuringen

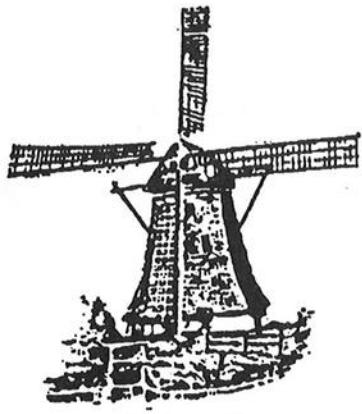
Overhoven 69
6136 EB Sittard
Tel.: 046-4511428
Fax: 046-4520486

MOLENS (35)

DE MOLEN VAN LOMBOK

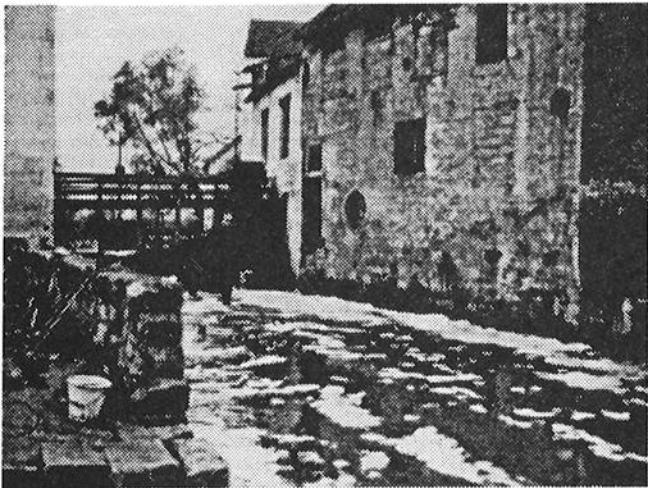
(Jeker 2)

Ten noorden van de eerder genoemde molens en even ten zuiden van Maastricht in de buurtschap Biesland (vroegere gemeente Oud-Vroenhoven) lagen drie watermolens op de Jeker, twee op de linker- en een op de rechter oever.



De voorste molen op de linker oever (de huidige molen van Lombok) ligt aan de Jekermolenweg. Deze middenslagmolen is nog steeds zowel op landschappelijk, monumentaal als optoeristisch gebied zeer belangrijk. De toestand van het molengebouw is goed, maar gangwerk en inrichting zijn niet meer in goede staat. De molen is gebruikt als graanmolen, maar in 1840 wilde men er verfhout gaan malen (droge kleurstof voor de linnen- en wolindustrie). De proef is niet geslaagd; in 1841 werd er een houtzagerij in gevestigd en in 1842 ook nog een wolspinnerij.

De voorste molen op de linker oever (de huidige molen van Lombok) ligt aan de Jekermolenweg. Deze middenslagmolen is nog steeds zowel op landschappelijk, monumentaal als optoeristisch gebied zeer belangrijk. De toestand van het molengebouw is goed, maar gangwerk en inrichting zijn niet meer in goede staat. De molen is gebruikt als graanmolen, maar in 1840 wilde men er verfhout gaan malen (droge kleurstof voor de linnen- en wolindustrie). De proef is niet geslaagd; in 1841 werd er een houtzagerij in gevestigd en in 1842 ook nog een wolspinnerij.



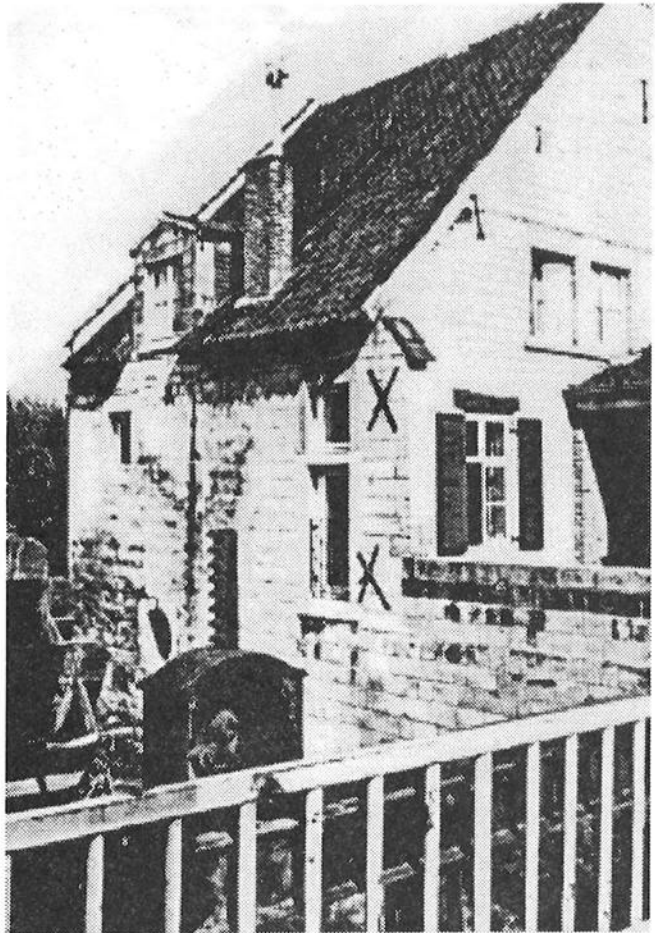
De voorste (met waterrad) en de achterste molen van Lombok op de linkeroever van de Jeker, omstreeks 1930.

In 1912 fungeerde de molen weer als korenmolen en later ook nog als pletmolen voor het pletten van haver. In 1882 is het complex gekocht door Ed. de Beaumont, eigenaar van een stoomwapen en -geweerfabriek; men sprak dan van het "de Beaumontgeweer".

De achterste molen op de linker oever van de Jeker. Dit was van oorsprong een koren- en oliemolen met één rad. In de loop der jaren heeft men er een aantal huizen en gebouwen aan toegevoegd.

Deze molen was groter dan de voorste molen. De eigendommen werden in 1847 verkocht aan Petrus Stevens, die er een geweerfabriek met een smederij in oprichtte. Deze fabriek verkocht het "P.Stevensgeweer". Stevens woonde niet bij de molen maar in kasteel "Proostdij" in Meerssen. In 1888 verkocht hij de goederen aan P.A.H. Regout, zijn weduwe woonde later op villa "Canne", zijn zoon Jules erfde de geweerfabriek waarmee hij eigenlijk niets meer heeft gedaan. Rond de eeuwwisseling stonden de gebouwen leeg.

De molen van Dollaert op de rechteroever van de Jeker. De molen lag in het Dollaertsveld, genoemd naar Berkel



De verbouwde watermolen, vroeger de molen van Dollaert, op de rechteroever van de Jeker (1972).

Dollaert, die in 1619 eigenaar van de molen werd. Het voorste deel was ingericht als graanmolen, het achterste als oliemolen, ieder met een eigen rad. De molen werd in 1894 verkocht aan P.A.H. Regout; de molen werd buiten bedrijf gesteld; een gedeelte is tot woning verbouwd.

De Bieslandse molens. Op korte afstand van de molens van Oud-Vroenhoven en Sint Pieter lagen in noordelijke richting nog twee molens op de linker oever van de Jeker in het Biesland (aan de "Tongersche Poort" genoemd); de molens, het waren een graan- en een oliemolen, waren eigendom van de erven *Schrammen*. Na het beleg van Maastricht op 1 juli 1839, werden de molens afgebroken.

De molens van Weustenraed (uit 1654) bestonden uit een graan- en boekweitmolen alsmede een looimolen, een oliemolen en twee pelmolens. Dit waren echter geen aparte molens, maar verschillende koppels stenen met toebehoren. In de graanmolen werd in die tijd hoofdzakelijk rogge gemalen. In 1823 brandden de molens en woning af. Ze werden niet meer herbouwd. Het complex Molen Weustenraed werd in 1838 aan de Staat der Nederlanden verkocht.

(Gegevens gedeeltelijk ontleend aan "De molens van Limburg" van P.van Bussel).



- * **FITNESS:**
voor verbetering van de spierkwaliteit en conditie
- * **CARDIO-FITNESS:**
voor verbetering van de conditie en extra calorieënverbranding
- * **BODY CONTROL:**
Sportief afslanken en figuurverbetering met blijvend resultaat.
- * **VOEDINGSANALYSE:**
Voedingsadvies voor sporters en niet-sporters.
- * **PEDICURE:**
Voetverzorging op afspraak.

FITNESSCENTRUM OLYMPUS

Steenweg 66A Sittard
Tel. 4582380 / 4518321

Meubelstoffeerderij

Henk Vorstermans

Voor het betere stoffeerwerk

Bankstelkussens

in alle maten, kwaliteiten en prijsklassen
Keuze uit méér dan 500 stoffen
(ook leder) uit voorraad leverbaar

Natuurlijk ook uw adres voor
Bankstellen, Eetkamers, Fauteuils
Boot- en caravankussens

Bel voor een afspraak

Wij geven goed advies en vrijblijvende offerte.

Tel. 046-4518461

b.g.g. 4529574

Nusterweg 119 - Sittard

Industriepark Noord

goudsmid

tom smeets



sieraden

- repareren
- graveren
- veranderen
- ontwerpen

walborgstraat 1 - (overhoven) sittard
tel. 4520212



mart geers groep

- * grondwerken
- * kabelwerken
- * industrieel reinigingswerk
- * industriële hogedrukreiniging
- * specialistisch hijswerk

Overhoven 68, 6136 EG Sittard
Tel. 046-4519331, fax 046-4528877

DE HYPOTHEEKWINKEL

AGL

BEL VOOR EEN ONAFHANKELIJK EN GRATIS HYPOTHEEKADVIES

Pieterstraat 4A, Oud-Geleen
Bloemenmarkt 7, Lindenheuvel-Geleen

Tel. 046 - 475 22 33
Tel. 046 - 475 75 50